

RBS BULLETIN



CENTER FIR
ALTERSFROEN



DEMIAN-KONZEPT
Das Entscheidende
passiert im Alltag

SCHWERPUNKT Psychotherapie im Alter
SEMINARKALENDER Fort- und Weiterbildung

MID-LIFE

Aus
Luxemburg



DAS MAGAZIN FÜR AUFGESCHLOSSENE

DAS MAGAZIN



**JETZT
BESTELLEN!**

4,50 Euro
(zzgl. Porto)

**Viele spannende Reportagen,
interessante Interviews**

sowie Tipps und Trends,
die Lust auf die Zeit in der Lebensmitte machen!

**Erhältlich ab Mitte Oktober
im Zeitungshandel!**

oder unter Telefon:

36 04 78 33

oder gleich im RBS-Shop:

www.rbs.lu



CENTER FIR
ALTERSFROEN

DIGITALE VERSUCHUNG

Neulich fragte die deutsche Kabarettistin Carolin Kebekus ihr Publikum, was die unzähligen Kommentarschreiber und Selfieproduzenten eigentlich gemacht hätten, als es noch kein Internet mit all seinen Foren, sozialen Netzwerken, Messenger und Fotoarchiven gab. Hätten sie etwa diese unglaublich wichtigen Informationen mit ihrem Partner oder Nachbarn direkt ausgetauscht? Oder vielleicht einfach den Mund gehalten?

Wirklich interessante Gedanken. Heute gehört es tatsächlich zum Alltag, dass Menschen ganz spontan etwas schreiben oder fotografieren, um es direkt der weltweiten Gemeinschaft von Internetnutzern zur Verfügung zu stellen und Kommentare zu erhalten. Längst braucht man dafür keinen Personalcomputer oder Fotoapparat mehr. Und die Post schon gar nicht.

Ob mit Smartphone, Tablet oder Notebook, ganz egal, ständig und fast überall können wir empfangen und senden. Eine zarte Berührung auf einem Bildschirm und schon haben wir uns der Welt kundgetan. Dabei wird für unsere Umgebung noch nicht einmal erkennbar, was wir wem gesendet haben. Noch gibt es ja keine Smartphones, die rote Ohren vor Scham bekommen oder sich wegen Dummheit ausschalten. Und tatsächlich: nicht alles, was digital ausgetauscht wird, ist bedeutsam oder interessant.

Ob peinliches Foto, belangloser Kommentar oder eine fundierte wissenschaftliche Aussage, bei der digitalen Versendung einer Information sieht das „Endgerät“ immer genau gleich aus. Ob man will oder nicht, die Information kommt bei irgendwelchen Menschen an. Ob sie auch richtig aufgenommen und verstanden wird, das ist dagegen oft unsicher. Kann sein, muss aber nicht. Selbst wenn die Nachricht an jemand persönlich versendet wird, hat man keineswegs die Gewähr, dass sie überhaupt gelesen wird. Und ob damit diskret umgegangen wird, darauf ist auch nicht immer Verlass.

Denn das Wesen der digitalen Kommunikation besteht darin, dass von allem eine Kopie gemacht wird, die wiederum von anderen kopiert und weitergegeben werden kann. Das hat viele Vorteile. Einmal geschrieben, einmal fotografiert und auf einen Schlag kann man sein Werk vielen Menschen zur Verfügung stellen. Ohne zusätzlichen Aufwand lässt sich weltweit

Aufmerksamkeit erzeugen. Leider wird auf diesem Weg nicht nur Wichtiges und Hochwertiges kopiert und vervielfältigt.

Es ist fast wie eine Versuchung, sich in der digitalen Welt zu verewigen, einfach weil es so einfach ist und so schnell geht.

Getreu dem Motto, „Gelegenheit macht Diebe“, kann man mal eben sein Frühstück fotografieren und posten. Oder man macht seinem Ärger über die moderne Welt Luft und schreibt einen deftigen Kommentar über die peinlichen Schuhe eines Politikers. Oder man lästert über ältere Briten ab, die für den Brexit gestimmt haben. Ist egal, liest doch keiner. Oder vielleicht doch?

Leider kann die digitale Versuchung auch zu einem Verhalten führen, das nicht nur moralisch verwerflich ist, sondern Menschen sogar seelischen Schaden zufügt. Ganz im Verborgenen werden peinliche Verhaltensweisen fotografiert oder abwertende Kommentare geschrieben, manchmal einfach

aus Gedankenlosigkeit. Oder vielleicht aus Ärger über Ungerechtigkeit, aufgrund von Überforderung oder aus Schadenfreude. Böse Zungen behaupten ja sogar, früher hätte man noch in der Kaffeeküche abgelästert, heute geschieht das auf Facebook oder in einer Whatsapp-Gruppe. Schön heimlich.

Sie fragen sich vielleicht, was das mit der Altenpflege zu tun hat. Leider mehr als man denkt. In letzter Zeit tauchen immer häufiger „lustige“ Fotos von älteren Pflegebedürftigen auf, die heimlich fotografiert wurden und plötzlich in den digitalen Welten verbreitet werden. Es gibt anscheinend auch außerhalb der Arbeitszeit mehr und mehr inoffizielle Absprachen in sozialen Netzwerken, wo Kollegen, Vorgesetzte oder Pflegebedürftige wirklich unverschämte diskreditiert werden. Das ist doch bequem, getreu dem Motto, was der Betroffene nicht weiß, macht ihn nicht heiß.

Wer sich aber dazu hinreißen lässt, bei so etwas mitzumachen, selbst wenn es nur mit einem kleinem „Smiley“ ist, der gibt sich nicht einfach nur einer Versuchung hin. Nein! Üble Nachrede ist auch im Internet kein Kavaliersdelikt. Da sollte man vielleicht besser den schwierigeren, aber anständigen Weg wählen:

Lieber ehrlich und direkt als verlogen und nett.



Simon Groß
Direktor
RBS – Center für Altersfragen



SCHWERPUNKT

06

Alterspsychotherapie

Neue Perspektiven

GERONTOLOGIE & GERIATRIE

11

DEMIAN-Konzept

Das Entscheidende passiert im Alltag

14

Sticker-System Pictome

Effiziente Alltagshilfe

16

Cycling Without Age

Das Recht auf Wind im Haar

18

Haaptmann's Schloss Berburg

Das Leben er-leben

ZUKUNFTSESSAY

22

Free-Ager revitalisieren

25 FORT- UND WEITERBILDUNG

Feedback 10 Minuten-Aktivierung

28 SEMINARKALENDER

37 **Anmeldeformular / Formulaire d'inscription**

39 **ABONNEMENT**

Teilnahmebedingungen für Seminare / Conditions de participation aux séminaires

41 FÜR SIE NOTIERT

45 MAGAZIN

46 INFO-ZENTER DEMENZ (I-ZD)

Neue Anlaufstelle in Luxemburg-Stadt / Un nouveau guichet a été ouvert à Luxembourg-ville

IMPRESSUM

RBS-BULLETIN

Das Luxemburger Fachblatt für Altersfragen

Herausgeber



CENTER FIR
ALTERSFROEN

RBS – Center fir Altersfroen asbl

Fortbildungsinstitut & Seniorenakademie
20, rue de Contern – L-5955 Itzig

Redaktion

Simon Groß, Vibeke Walter, Jacqueline Orlewski

Erscheinungsweise und Abonnement

Das RBS-BULLETIN erscheint dreimal im Jahr, jeweils im Januar, Mai und September zum Einzelpreis von 4,50 Euro. Das Jahresabonnement kostet 12 Euro inkl. Porto. Auflage: 1.500 Exemplare

Abo-Service

Telefon 36 04 78-33
Fax 36 02 64
E-Mail fortbildung@rbs.lu
www.rbs.lu

Anschrift der Redaktion

20, rue de Contern – L-5955 Itzig
Telefon 36 04 78-33, Fax 36 02 64
DEXIA IBAN LU08 0028
1385 2640 0000

Titelbild

© Vibeke Walter

Grafische Umsetzung

proFABRIK SARL – www.pro-fabrik.com
6, Rue Kummert – L-6743 Grevenmacher

Layout & Kreation

Danyel Michels

Druck

Imprimerie Centrale
15, rue du Commerce – L-1351 Luxembourg





ALTERSPSYCHOTHERAPIE

NEUE PERSPEKTIVEN

Text **Dr. Martine Hoffmann (RBS – Cellule de recherche)**

Altern ist nichts für Feiglinge, und Psychotherapeuten sind keine Superhelden. Es ist an der Zeit, mit Klischees, Mythen und Fiktionen aufzuräumen und Platz für realistische Sichtweisen auf das Entwicklungsphänomen Alter zu schaffen.

Alter ist weder eine Krankheit noch ein behandlungsbedürftiges Problem. Mitunter wird bis ins hohe Alter Plastizität und Entwicklungsfähigkeit für viele Bereiche nachgewiesen. In der

Tat ist die Mehrheit der älteren Menschen in der Lage, auftretende Belastungen, Einschränkungen und Verluste erstaunlich gut zu bewältigen. So gut, dass in die einschlägige Literatur

diesbezüglich sogar der Begriff „Wohlbefindensparadox“ eingegangen ist (vgl. Staudinger, 2000). Dennoch sei vor einer allzu optimistischen Verzerrung der Alternswirklichkeit gewarnt.

Es gibt sie nämlich auch, jene Gruppe älterer Menschen, die sehr wohl behandlungsbedürftige psychische Probleme aufweisen und von einer altersangemessenen psychotherapeutischen Behandlung profitieren könnten. Insgesamt geht man aufgrund repräsentativer Studien davon aus, dass etwa 25% der über 65jährigen unter einer oder mehreren psychischen Störungen leiden (Maercker, 2003). Die gute Nachricht ist: Entgegen Freuds negativer Einstellung zur Psychotherapie bei älteren Menschen, weiß man heute, dass diese auch im späteren Lebensalter sehr wohl funktioniert und dass man dafür nicht gleich die ganze Lebensgeschichte aufarbeiten muss.

» Psychotherapie mit älteren Patienten: Same same but different!

Man muss das Rad der Psychotherapie nicht neu erfinden. Die Behandlung älterer Patienten erfordert keine grundlegend anderen oder neuartigen Psychotherapieverfahren oder Behandlungstechniken. Jede Psychotherapie – unabhängig davon, wie alt ein Patient ist – begreift immer etwas Individuelles, da jeder seine ganz eigene Problemlage, Bewältigungsbiographie, motivationalen Schemata und Erwartungen in die Therapie einbringt. Dennoch ist es unerlässlich, das Spektrum psychotherapeutischer Interventionen bei älteren Patienten zu erweitern und anzupassen.

Ganz zentral in der Alterspsychotherapie ist die Berücksichtigung von subjektiv wahrgenommenen Entwicklungsverlusten und -gewinnen. Neben *Verlusten*, wie z.B. Fähigkeits-einschränkungen, Schrumpfung des sozialen Netzwerkes, Verringerung

der Zukunftsperspektive, die zu den natürlichen Alternsveränderungen zählen, gilt es auch, *Gewinne* wie z.B. lebenspraktische Intelligenz und angepasste Bewältigungskompetenzen miteinander in Verhältnis zu setzen. Dies bedeutet, in entsprechenden (z.B. psychologischen, biologischen, sozialen) Systemen, Lebensbereichen (z.B. Familie, Partnerschaft) und anstehenden Entwicklungsaufgaben (z.B. Autonomie, soziale Integration) Gewinne zu maximieren sowie Verluste zu minimieren (vgl. Baltes, 1987).

Maercker (2003) betont, dass die psychologische Behandlung älterer Menschen immer zugleich zwei Perspektiven berücksichtigen soll: die *altersbezogene* und die *störungsspezifische* Ebene. Dies erlaubt es, der altersspezifischen Modifikation der Störungsbilder und Symptome Rechnung zu tragen und *selektiv optimierte Therapieziele* für ältere Patienten – unter Berücksichtigung von erschwerenden und erleichternden Faktoren – abzuleiten. Als erleichternde Faktoren gelten u.a. die kumulierte Bewältigungs- und Lebenserfahrung (Reife) sowie therapieziel-bezogene motivationale Veränderungen. Dagegen zählen u.a. Multimorbidität, interpersonelle Verluste und sensorische Defizite zu den erschwerenden Faktoren. Grawe und Kollegen unterstreichen zudem altersrelevante Veränderungen in den Zielmotiven älterer und jüngerer Patienten, wobei sie zwischen Annäherungszielen („hin-zu“) und Vermeidungszielen („weg-von“) differenzieren. Sie betonen *Altruismus und Glauben/Sinnfindung* als die zentralen Annäherungsziele, die im hohen Alter am häufigsten mit Therapiezielen assoziiert werden. Dagegen zählen *körperlicher Verfall, Kontrollverlust* und *Abhängigkeit von anderen* zu den be-

deutsamsten altersspezifischen Vermeidungszielen (Grosse-Holtforth & Grawe, 2000).

Eine psychotherapeutische Behandlung mit alten Menschen soll all diesen Faktoren Rechnung tragen. Gleichzeitig muss dabei auf vieles verzichtet werden, was bei jüngeren Patienten als selbstverständlich vorausgesetzt wird, z.B. dass sie flexibel und mobil eine Praxis aufsuchen können, über ein intaktes Erinnerungsvermögen verfügen, über längere Zeit konzentriert mitarbeiten können, gut hören und sehen. Damit dieser Spagat gelingt, müssen Psychotherapeuten zusätzlich über ein solides gerontologisches Know-how verfügen.

» Gerontologisch, praktisch, gut: Psychotherapeutische Methoden in einen psychogerontologischen Rahmen gestellt.

Das gerontologische *Metamodell der selektiven Optimierung durch Kompensation* (SOK-Modell) stellt, neben anderen (z.B. *Modell der Handlungsspielräume* nach Schneider, 1991; *Lebensspannenmodell des erfolgreichen Alterns* nach Schulz & Heckhausen, 1996), ein geeignetes Rahmenwerk dar, um praktikable Leitlinien für psychotherapeutische Interventionen im Alter aufzustellen. Es sagt vorher, wie Ressourcen und Kompetenzen zu schaffen sind und durch die Entwicklung und Erprobung neuer Ziele und deren Realitätstestung zugänglich gemacht werden.

– **Selektion** konzentriert die begrenzten Ressourcen auf eine beschränkte Anzahl von (Therapie) Zielen.

– **Optimierung** beschreibt die Stärkung und Nutzung (noch) vorhandener zielrelevanter Ressourcen und Handlungsmittel

– **Kompensation** meint Erwerb, Training und Nutzung neuer Handlungsmittel zur Aufrechterhaltung des Status quo bzw., um Verlusten und Einschränkungen gegenzusteuern.

Hautzinger (2015) kombinierte dieses Modell mit Elementen der kognitiv-behavioralen Therapie im Kontext der Depressionsbehandlung im Alter und testete das daraus entstandene strukturierte Vorgehen in mehreren Studien erfolgreich. Die *Lebensrückblickinterventionen* bieten eine andere Erweiterung therapeutischer Ansätze speziell für das höhere Lebensalter. Es handelt sich dabei um psychotherapeutische Techniken, welche ursprünglich in der Gerontologie entwickelt worden sind und sich klar von anderen biografischen- und Reminiszenztechniken abgrenzen lassen. Eine strukturierte Form einschließlich kognitiver Interventionen wurde nachweislich wirksam bei älteren Patienten mit posttraumatischer Belastungsstörung angewandt (Maercker und Zöllner 2002).

» **Alterspsychotherapie findet nicht auf der „Prokrustes“- Couch statt: Die Therapie muss an den Patienten angepasst werden, nicht umgekehrt.**

Da ältere Menschen weder eine homogene Gruppe bilden, noch dieselben Erfahrungen durchlaufen, sollten sie immer vor dem Hintergrund relevanter Kohorteneffekte, Kontexte, Elemente der Reife und spezifischer

Herausforderungen betrachtet werden. Dieses Wissen kann Therapeuten helfen, ein differenziertes und breiteres Verständnis für ältere Patienten zu entwickeln und gegen die Tendenz anzugehen, Probleme zu einseitig aus der Perspektive der Entwicklung im Alter zu betrachten. Das Wissen über historische Ereignisse und Normen in der Ära, in der der Patient aufgewachsen ist, der Einbezug der soziokulturellen Situation, aber auch des Gesundheitszustandes, des sozialen Umfeldes und der Gesundheitsumwelt können hilfreich sein, die therapeutische Interaktion auszugestalten und Orientierung zu geben. Hier bietet das *Kohorten-Kontext-Reife-Herausforderungs-Modell* (KKRH) von Knight, Robinson und Satre (2002) einen leitenden Rahmen zur Klärung der Frage, ob und wie sich die Psychotherapie an die Arbeit mit älteren Patienten anpassen soll. Es baut auf der Lebensspannentheorie und Gerontologie auf und ist transtheoretisch ausgelegt, d.h. es enthält Implikationen für unterschiedliche Theorien und Schulen der Psychotherapie.

» **Man ist nie zu alt, um sich psychisch besser fühlen zu können!**

Dennoch verhindern oftmals Vorurteile und Skepsis in Bezug auf die Wirksamkeit psychotherapeutischer Maßnahmen die Behandlungsaufnahme älterer Menschen. Immer noch scheinen viele der „älteren Generation“ die Vorstellung verinnerlicht zu haben, dass man mit seinen Problemen „alleine fertig“ werden muss und neigen folglich dazu, verstärkt körperliche Beschwerden zu schildern, während psychische oder soziale Schwierigkeiten nicht oder selten geäußert werden. Aber auch auf der

Behandlerseite sind Annahmen über „geringe Veränderbarkeit“ im Alter – trotz gegenläufiger wissenschaftlicher Evidenz – noch längst nicht immer als obsolet verabschiedet worden.

« **Insgesamt ist daher davon auszugehen, dass psychische Störungen bei alten Menschen häufig unterdiagnostiziert bleiben und/oder keiner adäquaten Behandlung zugeführt werden.**

Es bleibt also in dieser Hinsicht noch einiges an Sensibilisierungs- und Aufklärungsarbeit zu leisten! »

Hier kommt den **Hausärzten** insofern eine Schlüsselrolle zu, als dass sie den doppelten Status als **Arzt** und **Vertrauensperson** haben, die Menschen über längere Zeit kennen und meist auch erste und wichtigste Anlaufstelle bei sogenannten „larvierten“ psychischen Problemen sind. Hausärzte können hier wichtige „Tür-Öffner“ sein, um psychische Störungen bei älteren Menschen aufzudecken, sie zu beraten und eine psychotherapeutische Behandlung als wirkungsvolle Alternative zur „reinen“ Pharmakotherapie vorzuschlagen.

Eine weitere wichtige Schnittstelle zur Erkennung von Interventionsbedarf bei hochbetagten Menschen sind **Senioren- und Pflegeeinrichtungen**. Insbesondere die hohen Prävalenzraten psychischer Störungen in

Pflegeeinrichtungen (25-35% Depressionen, vgl. Kessler, 2011), aber auch das vermehrte Auftreten subklinischer psychischer Probleme und Belastungen gepaart mit zunehmender Multimorbidität und Funktionseinschränkungen sind gewichtige Argumente, die für die Integration von Psychotherapie in Senioren- und Pflegeheimen sprechen (vgl. Mühlig, Neumann-Thiele, Teichmann & Paulick, 2015).

Zu den spezifischen Indikationsstellungen für psychotherapeutische Interventionen zählen – neben Anpassungsstörungen im Zusammenhang mit dem Einzug ins Seniorenheim – auch soziale Auffälligkeiten (z.B. Aggressivität, sozialer Rückzug, interpersonelle Schwierigkeiten), biographische Belastungen sowie natürlich auch klinisch bedeutsame Störungsbilder wie z.B. Depressionen, Angststörungen, Suizidalität (vgl. Laireiter, Baumann & Messer, 2015). Ebenso gehört dazu, Hochbetagte mit Hilfe verschiedener Verfahren darin zu stärken, Bewältigungsstrategien zu reaktivieren, Kontrollüberzeugungen aufzubauen, das Selbstwertgefühl zu erhöhen, interpersonelle Fähigkeiten zu verbessern sowie das allgemeine Wohlbefinden zu steigern. (siehe auch Kasten). Einschränkend sei angemerkt, dass die Anwendung von Psychotherapie bei Altenheimbewohnern auch **Grenzen** unterliegt. So müssen etwa bei fortgeschrittener Demenz stärker soziotherapeutische und psychosoziale Maßnahmen in den Vordergrund gestellt werden (z.B. tiergestützte Therapien, körperorientierte Ansätze, Ergotherapie, Musiktherapie, Bewegungstherapie), die ein fester Baustein eines multimodalen gerontopsychiatrischen Behandlungskonzeptes in Institutionen sein können (siehe auch Hirsch, 2016). »

ALLGEMEINE ZIELE DER PSYCHOTHERAPEUTISCHEN BEHANDLUNG ALTER MENSCHEN NACH HIRSCH (2010)

- » Beschwerde- / Symptomfreiheit oder zumindest Linderung
- » Akzeptanz des alternden Körpers und möglicher Einschränkungen
- » Fähigkeit zur Liebe, Trauer, Freude, Genuss und Humor
- » verbessertes Kontakt- und Beziehungsvermögen sowie Teilhabe am gesellschaftlichen Leben
- » Wiederherstellung der (nicht beruflichen) Arbeitsfähigkeit und Verbesserung der Alltagsaktivitäten
- » Akzeptanz des Alterns und Aussöhnung mit dem gelebten Leben
- » Verbesserung des Selbstbewusstseins, der Selbstsicherheit und der Lebensqualität

SPEZIFISCHE ZIELE NACH RADEBOLD UND HIRSCH (2003)

- » Fördern der Selbstständigkeit, Eigenverantwortung und Eigeninitiative
- » Verbessern kognitiver und sozialer Fähigkeiten
- » stärkere Einbeziehung bzw. Annahme des alternden Körpers
- » Klärung intra- und intergenerationeller Schwierigkeiten
- » Akzeptieren des und Aussöhnen mit dem bisherigen Leben
- » Trauern anlässlich von Verlusten und Trennungen
- » Auseinandersetzen mit der Endlichkeit, Sterben und Tod
- » Fördern des Gegenwartsbezugs
- » Erarbeiten lebenspraktischer Lösungen
- » Erreichen einer möglichst langen und hohen Eigenverantwortung sowie Selbstständigkeit
- » Annahme von Unterstützung und Hilfe (wenn diese aufgrund von Einschränkungen erforderlich sind)
- » Wiederherstellung der Beziehungsfähigkeit sowie Bejahung der eigenen Person

A|NORMAL

LA SANTÉ MENTALE – TOUS CONCERNÉS
PSYCHISCHE GESUNDHEIT – GEHT UNS ALLE AN

14 & 15/10/2016 | Maison du Savoir, Esch/Beval

D'LIGUE

(LA LIGUE LUXEMBOURGEOISE
D'HYGIÈNE MENTALE)

FÊTE SES 60 ANS

Dans ce cadre, D'Ligue organisera ensemble avec ses partenaires comme le RBS, le congrès A|Normal. Le congrès s'adresse à toute personne intéressée à conserver ou à retrouver sa santé mentale ou celle d'autrui.

**Que veut dire normal?
Qu'est-ce que la normalité, au juste?
Et que signifie anormal? Pour qui?**

Nous désirons entamer un dialogue autour de ces questions, entre experts par expérience, leur entourage et les professionnels de la santé mentale.

De plus nous proposerons des ateliers pratiques, des espaces de rencontre et d'échange, des stands d'informations sur les acteurs de la santé mentale au Luxembourg et dans la Grande Région, du théâtre et de la musique, une garderie d'enfants sur place, ...

Plus d'info sur le site

www.llhm.lu

Inscriptions par email:

info@prevention.lu

Par téléphone:

45 55 33

ou ici:

www.congresanormal.eventbrite.fr

» Desiderata für eine angemessene psychotherapeutische Versorgung älterer Menschen

Fakt ist, dass wissenschaftlich kein Zweifel mehr daran besteht, dass der alte Mensch in seiner „neuen“ kritischen Lebensphase ebenso psychotherapiebedürftig, wie auch *fähig* und *würdig* ist, aus Psychotherapie Nutzen zu ziehen (vgl. Barolin 1992; Hirsch, 2016).

Vor diesem Hintergrund wird das Desiderat nach **mehr Forschung** laut, um **Aus- und Fortbildungsmöglichkeiten** für Psychologen und Psychotherapeuten im geriatrischen Bereich wissenschaftlich fundiert auszubauen und voranzutreiben. Zusätzlich wäre es sinnvoll **Hausärzte, Pfleger und pflegende Angehörige** zu schulen, damit psychische Erkrankungen bei Hochbetagten frühzeitig erkannt und einer adäquaten Behandlung zugeführt werden können.

Auch sollte die psychotherapeutische Versorgung älterer Menschen verstärkt Berücksichtigung im **Gesundheitssystem** finden: Politik, Gesundheitskasse und Träger von Al-

ters- und Pflegeheimen stellen wichtige Eckpfeiler dar, um die strukturellen Voraussetzungen für die psychotherapeutische Versorgung von alten Menschen weiter auszubauen. Unterschiedliche Modelle und Ansatzstellen wären denkbar: Darunter die Bereitstellung niedrigschwelliger Beratungs- und Therapieangebote, Psychotherapeuten als Angestellte in Alteinrichtungen, Ausbau ambulanter Gruppenangebote und aufsuchender Behandlungsdienste, Gestaltung adäquater Settings (z.B. Räume für psychotherapeutische Behandlung im Pflegeheimen) sowie integrierte Versorgungsprojekte in Kooperation mit niedergelassenen Psychotherapeuten. Vielversprechende Ergebnisse hinsichtlich „aufsuchender Psychotherapie“ wurden in Deutschland im Rahmen des preisgekrönten Forschungsprojektes „*Psychotherapie der Depression im Seniorenheim*“ (PSIS) erzielt (siehe dazu Kessler, 2011). Denkbar wäre auch, dass Psychotherapeuten verstärkt als Supervisoren tätig werden, die enger mit den anderen Berufsgruppen zusammenarbeiten und entsprechende Versorgungskonzepte erarbeiten, in denen Pflegekräfte auch als Multiplikatoren eingesetzt werden könnten. «

Literaturhinweise:

- Baltes, P. B. (1987). Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology*, 23(5), 611-626.
- Barolin, G.S. (1992). Zur Psychotherapie im höheren Lebensalter. *Wiener medizinische Wochenschrift*, 7, 135-144.
- Grosse Holtforth, M. & Grawe, K. (2000). Fragebogen zur Analyse Motivationaler Schemata (FAMOS). *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 29(3), 170-179.
- Hautzinger, M. (2016). (Hrsg.). *Depression im Alter: Erkennen, bewältigen, behandeln*. (2. Aufl.). Weinheim: Beltz.
- Hirsch, R. D. (2010). Psychotherapie alter Menschen. *Verhaltenstherapie & Psychosoziale Praxis*, 42(3), 677-694.
- Hirsch, R.D. (2016). Psychotherapie im Alter. *Angewandte Forschung*, 4, 15-19.
- Kessler, E.-M. (2011). Psychotherapie der Depression im Seniorenheim (PSIS): eine Initiative zur Förderung klinisch-alternspsychologischer Interventionen in Grenzsituationen des Alters. *Verhaltenstherapie & psychosoziale Praxis*, 43(4), 899-907.
- Knight, B.G., Robinson, G.S., Satre, D.D. (2002). Ein lebensspannenpsychologischer Ansatz der Alterspsychotherapie. In A. Maercker (Hrsg.), *Alterspsychotherapie und klinische Gerontopsychologie* (S.87-110). Berlin: Springer.
- Laireiter, A.R., Baumann, U., Messer, R. (2015). Gerontopsychologie in Einrichtungen der Seniorenpflege: Altenwohn- und Pflegeheime. In A. Maercker (Hrsg.), *Alterspsychotherapie und klinische Gerontopsychologie* (S. 289-312). Berlin: Springer.
- Maercker, A. (2003). Alterspsychotherapie. Aktuelle Konzepte und Therapieaspekte. *Psychotherapeut*, 48(2), 132-149.
- Maercker, A. & Zöllinger, T. (2002.). Life-Review-Therapie als spezifische Form der Behandlung Posttraumatischer Belastungsstörungen im Alter. *Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin*, 23(2), 213-225.
- Mühlig, S., Neumann-Thiele, A., Teichmann, C. & Paulick, J. (2015). Epidemiologie und Versorgungssepidemiologie. In A. Maercker (Hrsg.), *Alterspsychotherapie und klinische Gerontopsychologie* (S. 43-70). Berlin: Springer.
- Radebold, H., & Hirsch, R. D. (2003). Tiefenpsychologische/psychoanalytische Behandlungsverfahren. In Förstl, H. (Hrsg.), *Lehrbuch der Gerontopsychiatrie und -psychotherapie* (S. 179-187). Stuttgart – New York: Thieme.
- Staudinger, U. M. (2000). Viele Gründe sprechen dagegen und trotzdem fühlen viele Menschen sich wohl: Das Paradox des subjektiven Wohlbefindens. *Psychologische Rundschau*, 51, 185-197.

DEMIAN-KONZEPT

DAS ENTSCHEIDENDE PASSIERT IM ALLTAG

Text **Vibeke Walter**

Das Konzept DEMIAN (DEmenzranke Menschen in Individuell bedeutsamen AlltagssituationeN) entstand im Rahmen eines zweistufigen Forschungsprojekts zur emotionalen Förderung von Menschen mit Demenz am Institut für Gerontologie der Universität Heidelberg. Seine Entwicklung und Erprobung wurde im Rahmen der Pflegeforschungsinitiative 2004-2010 vom deutschen Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert.

Vibeke Walter sprach mit der Gerontologin Dr. Marion Bär, die maßgeblich an der Konzeption von DEMIAN beteiligt war und dessen Implementierung inzwischen in stationären Einrichtungen begleitet.



Vibeke Walter: Vor welchem Hintergrund ist das DEMIAN-Konzept entstanden?

Dr. Marion Bär: Ausgangspunkt war ein Vorprojekt, in dem es darum ging, den emotionalen Ausdruck von Menschen mit fortgeschrittener Demenz anhand von Mimikanalysen zu untersuchen. Dabei wurden Personen in für sie subjektiv bedeutsamen Situationen gefilmt. Im Verlauf kristallisierte sich zunehmend die Wichtigkeit individuell bedeutsamer Alltagssituationen heraus, wobei der Fokus auf positiven Situationen lag, in denen z.B. Freude zum Ausdruck gebracht wurde. Es wurde deutlich, dass solche Momente nicht bloß zufällig auftreten, sondern gezielt gefördert werden können. Daraus entstand das Projekt DEMIAN. »



Dr. Marion Bär:

„DEMIAN schafft den Rahmen, um professionell auf emotionaler Ebene arbeiten zu können.“

In Studienphase 1, an der 98 Heimbewohner aus 25 Alten- und Pflegeheimen teilnahmen, ging es um die Entwicklung einer Methode zur Förderung der Lebensqualität durch die Gestaltung positiver Erlebnissräume. Zielführend waren die Fragen: Gelingt es, positiv bedeutsame Situationen als Grundlage einer individuellen Förderung zu finden? Was können die Betroffenen, ihre Angehörigen und die Pflegenden bei der Gewinnung solcher Situationen leisten? Wie können Interventionen für die Pflege daraus ableitet werden und inwieweit führen sie zu einer unmittelbaren Veränderung der aktuellen Befindlichkeit? Inwieweit verbessert sich Lebensqualität und Wohlbefinden der betroffenen Menschen, indem wiederholt positive Erlebnissräume gestaltet werden?

In Studienphase 2 stand die Implementierung des Interventionskonzepts in die pflegerische Praxis im Mittelpunkt, zum einen für Mitarbeiter in der stationären, zum anderen für Angehörige in der häuslichen Pflege.

V. W.: Welche konkreten Erfahrungen haben Sie im Verlauf des Projekts gemacht?

M. B.: Es wurde deutlich, dass die Unterstützung und Förderung positiver Alltagssituationen den Pflegenden und ihren professionellen Ansprüchen sehr entgegenkommen. Mitarbeiter beobachten in der Regel viel und leiten daraus Hypothesen für Pflege und Begleitung ab. Sie verfügen oft bereits über sehr viel Wissen, was dem Bewohner im Alltag gut tut bzw. worauf er positiv reagiert. Im Grunde genommen schafft DEMIAN den nötigen Rahmen, um professionell auf emotionaler Ebene arbeiten zu können.

Es geht darum, dass die Mitarbeiter den Blick auf die Ressourcen der Bewohner, sprich auf positive Momente richten können, anstatt sich, wie es oft der Fall ist, prioritär mit deren Defiziten und Problemen zu befassen.

Eine Bewohnerin reagierte z.B. immer mit großer Freude, wenn sie auf ihre Tochter angesprochen wurde. Da diese jedoch im Ausland lebte und Kommunikation durch Anrufe oder Briefe zunehmend schwieriger wurde, überlegte das Team gemeinsam, wie sich dieser positive Erlebnisraum für die Bewohnerin konkret gestalten ließe. Man verständigte sich darauf, die Tochter immer wieder zu erwähnen, in Rücksprache mit ihr aus ihren Briefen vorzulesen und so in den Alltag zu integrieren. Die Mitarbeitenden berichten auch davon, dass es mithilfe des Konzepts immer wieder gelingt, herausforderndem Verhalten seitens der Bewohner präventiv zu begegnen.

V. W.: Welche Strukturen sind für den Einsatz von DEMIAN nötig?

M. B.: Es sollten drei Aspekte berücksichtigt werden. Die DEMIAN-Fallbesprechung, in denen Mitarbeiter ihre Erfahrungen positiver Alltagssituationen mit Bewohnern schildern können, muss multidisziplinär angelegt sein. Dann sollte der Informationsfluss zwischen Alltag und Pflegeplanung entsprechend optimiert werden. Dies ist oft je nach Organisation unterschiedlich, z.B. im Hinblick darauf, wie dokumentiert wird oder wie mündliche Informationsprozesse verlaufen. Wichtig ist es, das individuelle Alltagserleben des Menschen mit Demenz nicht nur zu beobachten,

sondern systematisch zu erfassen und zu gestalten, damit es in den Pflegeprozess integriert werden kann. Dann muss darauf geachtet werden, dieses Wissen langfristig und nachhaltig zu sichern. DEMIAN versteht sich im übrigen nicht als umfassendes Versorgungskonzept, vielmehr ist es gut kombinierbar mit humanistischen, personenzentrierten Ansätzen wie z.B. Tom Kitwood oder der verstehenden Diagnostik. Auch basale Stimulation oder validierende Kommunikation lassen sich mit dem Konzept vereinbaren.

V. W.: Wo liegen die Vorteile, aber auch die Grenzen von DEMIAN?

M. B.: DEMIAN schafft einen anderen Zugang zu Menschen mit Demenz. Sie verfügen bis in schwere Stadien der Erkrankung hinein über persönliche Vorlieben und individuelle Werte, die immer auch mit ihren lebensgeschichtlichen und sozialen Kontexten zusammenhängen. Indem sie in ihrem Wert-Erleben angesprochen werden, trägt dies zur Erhaltung ihres Selbst und zur Aufrechterhaltung von Autonomie bei. Wichtig ist es, die für sie bedeutsamen Personen, Themen, Handlungen und Dinge zu entdecken und entsprechend gezielt zu fördern. Das Entscheidende passiert immer im Alltag, der möglichst aufmerksam begleitet werden sollte. Denn auch Menschen mit Demenz verändern sich. So können sich u.U. neue bedeutsame Situationen entwickeln und daraus wiederum neue Beziehungen oder Interessen entstehen. In unserer Studie haben wir festgestellt, dass nach einer gewissen Zeit der Implementierung bei den Mitarbeitern die Zustimmung dahingehend wächst, dass eine Steigerung der Le-

bensqualität für Menschen mit Demenz durchaus möglich ist. Ihr Fokus verlagerte sich zudem verstärkt auf die Dokumentation der positiven Momente, die Zusammenarbeit im Team verbesserte sich. Eine Herausforderung ist die Umsetzung bei Menschen mit weit fortgeschrittener Demenz, deren Emotionsausdruck stark eingeschränkt ist. Hier bedarf es oft viel Geduld des gesamten Teams, bis ein Zugang zu der Person gefunden wird. An seine Grenzen stößt das Konzept, wenn notwendige organisationale Voraussetzungen nicht gegeben sind. Dazu zählen ein gutes Betriebsklima, ein effektives Pflegemanagement sowie der Wille, sich im Interesse der betreuten Bewohner fortwährend weiterzuentwickeln und dabei auch Strukturen zu verändern. “

» SAVE THE DATE!

AM 23. NOVEMBER 2016

findet beim RBS in Itzig von
9 bis 17 Uhr eine Einführung in
das DEMIAN-Konzept unter
Leitung von Dr. Marion Bär statt.

.....
Anmeldung unter:
fortbildung@rbs.lu

Nähere Infos unter:



www.rbs.lu

KERNGEDANKEN DES DEMIAN-KONZEPTS

Der dem Konzept zugrundeliegende Ansatz stellt die Relationalität des Menschen (die Bezogenheit auf Andere, das Bedürfnis nach Bindung und Beziehung) sowie die Sinnsuche in den Mittelpunkt. Dass Menschen in individuell bedeutsame soziale Kontexte einbezogen sind, Sinn erfahren können und mit dem in Kontakt sind, was ihnen persönlich wichtig und wertvoll ist, wird als zentrales Element von Lebensqualität verstanden.

Im Konzept DEMIAN wird das Wissen um die für einen Menschen mit Demenz bedeutsamen Personen, Themen, Handlungen und Dinge systematisch in den Pflegeprozess integriert. Auf diese Weise können positive Momente im Alltag gezielt gefördert werden. Dabei muss es nicht notwendig um aufwändige Interventionen gehen. Auch kleine Gesten können, wenn sie den Menschen erreichen, zu „Lichtblicken des Tages“ werden.

Die Arbeit mit dem Konzept zielt auch darauf ab, auf Seiten der Mitarbeiter eine achtsame, suchende Haltung im Umgang mit der Person zu fördern. Zugleich werden psychosoziale Anteile pflegerischen Handelns sichtbar und können besser kommuniziert werden.

STICKER-SYSTEM „PICTOME“

EFFIZIENTE ALLTAGSHILFE

Text **Vibeke Walter**

*Mangelnde Orientierung und zunehmende Agnosie gehören zu den Hauptproblemen, die Menschen mit Demenz ein autonomes Alltagsleben erschweren. Die französische Psychologin Samya Cidère hat ein ebenso einfaches, wie wirksames Sticker-Prinzip (**Pictome**) entwickelt, mit dem sich konkret Abhilfe schaffen lässt und das in Frankreich bereits sowohl in der häuslichen als auch stationären Pflege sehr erfolgreich eingesetzt wird.*



Schon seit längerem hatte Nadia Menasri, Leiterin der *ala* Tagesstätte „Espérance“ für Menschen mit Demenz in Esch/Alzette, nach ansprechend gestalteten optischen Hilfsmitteln gesucht, um die Besucher besser am Alltagsgeschehen teilhaben zu lassen. „Visuelle Informationen

sind für die Betroffenen einfacher zu verstehen, und diese Fähigkeit bleibt zudem länger erhalten. Durch Zufall bin ich im Internet auf das System *Pictome* gestoßen, das zum einen nicht kostspielig ist und sich zum anderen recht einfach individualisieren lässt. Wir haben die abgebildeten Alltagsgegenstände für den Einsatz im Foyer z.B. auf luxemburgisch übersetzt, aber eigentlich sprechen die Abbildungen für sich und funktionieren ohne Worte, was besonders in unserem multikulturellen Ambiente ganz wichtig ist. Inzwischen arbeiten wir seit Januar 2016 mit den Stickern und sind sehr zufrieden. Es ermöglicht mehr Autonomie für die Klienten, aber auch eine besser abgestimmte, einheitlichere Betreuung, da die Mitarbeiter dank der Sticker immer genau wissen, was sie im Einzelfall beachten müssen“, erklärt Nadia Menasri.

Die farbenfrohen, kontrastreichen Sticker lassen sich dank der Mini-Saugnapfe an ihrer Rückseite an Möbeln oder Türen befestigen und

mühe los wieder entfernen bzw. neu verwenden, ohne beschädigt zu werden. Für dieses einfache wie geniale Konzept erhielt die Entwicklerin von *Pictome*, Samya Cidère, im Rahmen der französischen Kampagne *Silver Night* im März 2016 die nationale Auszeichnung in der Kategorie *Design For All*. Dabei lag es der Psychologin, die seit mehr als fünf Jahren in der Altenarbeit tätig ist, besonders am Herzen, der Isolation älterer, insbesondere demenzkranker Menschen entgegenzuwirken. „In den Pflegeeinrichtungen fehlt oft die Zeit, individuell auf die Betroffenen einzugehen und anstatt mit ihnen etwas zu tun, machen wir ständig etwas für sie. Eigentlich in der gutgemeinten Absicht ihnen zu helfen. Auch in den therapeutischen Ateliers wird mitunter anstatt der gewünschten Stimulation noch vorhandener Ressourcen eher Passivität gefördert, da im Vorfeld bereits alles vorbereitet und der veränderte Rhythmus demenzkranker Menschen nicht ausreichend berücksichtigt wird. Es geht mir darum, die Begleitung – sowohl im



Nadia Menasri setzt die Sticker *Pictome* bereits im ala Foyer *Espérance* in Esch/Alzette ein



häuslichen als auch stationären Kontext – in der richtigen Balance gemeinsam mit der pflegebedürftigen Person bzw. nicht ohne ihre Mitwirkung zu gestalten. Dank der ermöglichten, verbesserten Orientierung wird vermieden, dass der Betroffene sich nutzlos fühlt und ständig Misserfolge erlebt, indem er z.B. nicht mehr weiß, in welchem Schrank das Geschirr steht oder wo die Toilette ist. Wenn man ihn immer darauf hinweisen muss, ist das für alle Beteiligten auf Dauer frustrierend und kann im schlimmsten Fall zu aggressivem Verhalten führen“, hat Samya Cidère beobachtet. Gerade in der häuslichen Umgebung können die *Pic-*

tome Sticker dazu beitragen, dass sich Menschen mit demenziellen oder visuellen Defiziten länger selbstständig zurechtfinden und so ihre Rolle im Alltagsleben weiterhin ausleben können. Eine derart unterstützte Mobilität dient nicht zuletzt auch der Sturzprophylaxe und sorgt für eine Entlastung pflegender Angehörige. Es entsteht ein besseres, sprich gleichberechtigteres Verhältnis zum Pflegebedürftigen, der sich wieder autonomer und wertgeschätzter fühlt. Ein einfaches Hilfsmittel mit großer Wirkung oder wie Samya Cidère es ausdrückt: „Es sind nicht immer große Revolutionen nötig, um die Dinge zu ändern.“ “

Les huit principes de Pictome

1. Utilisation égalitaire
2. Flexibilité d'utilisation
3. Utilisation simple et intuitive
4. Information perceptible
5. Tolérance pour l'erreur
6. Effort physique minimal
7. Dimensions et espace libre pour l'approche et l'utilisation
8. Accessibilité pour tous: système individualisé, personnalisé et abordable

Plus d'informations et modalités de commande sur:



www.pictome.fr



Die Sticker bieten auch Orientierungshilfe für die Mitarbeiter



CYCLING WITHOUT AGE

„DAS RECHT AUF WIND IM HAAR“

Text **Vibeke Walter**

„Cycling Without Age“ heißt eine Initiative aus Dänemark, die es älteren, in ihrer Mobilität eingeschränkten Menschen erlaubt, sich bei Wind und Wetter dank einer „Vorne-Rikscha“ außerhalb ihres Pflege- oder Altersheims bewegen zu können. Die Fondation Pescatore probierte es aus – und erlebte positive Reaktionen.

Fahrradfahren hat in Dänemark eine lange Tradition und ist „integraler Bestandteil des täglichen Lebens, der Generationen verbindet und Nähe schafft“, erklärte die dänische Botschafterin Louise Bang Jespersen bei der Vorstellung des Rikscha-Projekts in der *Fondation Pescatore* Mitte Juni. Für ihren Landsmann Ole Kassow war

es daher naheliegend, alten Menschen diese einst vertraute Gewohnheit aus dem Alltag wieder zu ermöglichen: „Auf meinem Weg zur Arbeit radelte ich in Kopenhagen regelmäßig an einem Altersheim vorbei und sah dort oft einen alten Mann im Rollstuhl vor der Tür sitzen. Da kam mir die verrückte Idee, ob es nicht machbar wäre,

mit ihm und anderen Bewohnern auf eine Art Zeitreise zu gehen. Ich wollte mit ihnen gemeinsam, alte, vertraute Orte aufsuchen und so einen neuen Rahmen für Begegnung initiieren. Die Mitarbeiter und die Heimleitung waren ziemlich schnell davon überzeugt und so begann 2012 unser Rikscha-Projekt. Eines der Ziele ist, dass jeder das Recht

haben soll, wieder den Wind in seinen Haaren zu spüren, ganz egal, wie alt er ist“, beschreibt Ole Kassow.

Gemeinsam mit einer Verantwortlichen der Kopenhagener Stadtverwaltung wurde „Cycling Without Age“ 2013 offiziell ins Leben gerufen, die ersten fünf Rikschas angeschafft und weitere Altersheime in Kopenhagen mit aufs Rad geholt. Inzwischen ist die Initiative mit rund 1000 Rikschas und über 5000 Freiwilligen in über 200 Städten bzw. 27 Ländern weltweit unterwegs. Seit neuestem auch in Luxemburg. Einen Monat lang wurde das komfortable Gefährt, das für anstrengende Strecken mit einem kleinen Elektromotor ausgestattet ist, zunächst getestet. Wenn es gut angenommen wird, soll es anschließend für die Einrichtung gekauft werden. „Transportminister François Bausch hatte uns auf die Rikscha-Idee aufmerksam gemacht. Wir sind das erste, aber hoffentlich nicht das letzte Haus, das seinen Bewohnern diesen Fahrdienst anbietet“, so Patrick Vandenbosch, Direktor der *Fondation Pescatore*. Für die konkrete Umsetzung des Fahrdienstes stehen momentan fünf Mitarbeiter und drei Ehrenamtliche zur Verfügung, die jeweils nachmittags nach Vereinbarung mit der Rikscha auf Tour gehen. Die Bewohner können sich dafür auf einer eigenen Liste eintragen bzw. anmelden.

Koordiniert und in das Animationskonzept integriert, wird das Angebot von Florence Marth, Verantwortliche des sozio-therapeutischen Dienstes. Da Radfahren in Luxemburg im Gegensatz zu Dänemark nicht unbedingt zu einer typischen Alltagsbeschäftigung gehört, war es wichtig, die Bewohner direkt anzusprechen bzw. durch Rikscha-Fahrten im Park zunächst etwas „Werbung“ für das ungewöhnli-



**Mit viel Spaß und Schwung dabei:
Ehrenamtliche und Pensionäre der Fondation
Pescatore**

che Fortbewegungsmittel zu machen. „Dann hat es sich recht schnell und mit Erfolg herumgesprochen, besonders, weil wir auch gezielt diejenigen ermutigt haben, die sonst kaum noch alleine vor die Tür gehen“, sagt Erzieherin Catherine Fröhlich, eine der ausgebildeten Rikscha-Piloten der Einrichtung. Die Fahrten dauern in der Regel 15 bis 30 Minuten, besonders beliebt sind Abstecher zum Kinderspielplatz „Piratenschiff“. Sogar bei schlechtem Wetter lassen sich die Pensionäre zu einem Ausflug überreden, denn „wir sitzen ja unter Dach, da macht der Regen nichts“. Positiver Effekt: Der Horizont der Bewohner erweitert sich und ihr Bewegungs-Perimeter wird wieder größer. Denn viele, die eigentlich noch mobil sind, sich aber z.B. aus Angst um ihre Sicherheit nicht mehr in den benachbarten Stadtpark trauen, genießen es, wieder einmal vertraute Orte aufzusuchen. Nach Beendigung der Bauarbeiten rund um das Pescatore-Gebäude sollen die Touren später auch auf die Innenstadt und dank des neuen

Lifts bis ins Pfaffenthal und Clausen ausgedehnt werden. „Eine Spazierfahrt in einer Rikscha ist eben etwas anderes als im Rollstuhl geschoben zu werden. Dies ist manchen Bewohnern unangenehm, weil sie sich dann gleich als Pflegefall abgestempelt fühlen. Außerdem kann man zu zweit in der Rikscha sitzen und sich unterhalten. Viele freuen sich auch über die Aufmerksamkeit, die wir erregen, winken und rufen stolz: Wir sind vom Pescatore“, berichten Simone Diderich und Luc Bonert, ebenfalls Erzieher und Rikscha-Piloten. Sogar eine bettlägerige Bewohnerin, die sich ansonsten völlig zurückgezogen hat und zu keinen Aktivitäten mehr motivieren lässt, wagte sich mit der Rikscha, gut versteckt unter einer Decke, aus dem Haus. Wohlwissend, dass sie alles sehen, aber sie niemand erkennen konnte, war es für sie nach langer Zeit der erste Aufenthalt „draußen“ in der Stadt. Auch für Menschen mit Demenz ist das neue Angebot eine willkommene Abwechslung.

„Inzwischen ist die Rikscha ein zentrales Gesprächsthema im Haus und animiert die Bewohner von ganz allein. Wir haben sogar schon Stammkunden, die von selbst zur Rikscha gelaufen kommen und ganz unruhig werden, wenn sie mal nicht an ihrem gewohnten Platz steht“, erzählt Florence Marth. Ein älterer Herr hat es sich nicht nehmen lassen, ein begeistertes Gedicht – auf englisch – über seine Rikscha-Ausfahrt zu verfassen. Das nächste Mal, so der rüstige Bewohner schmunzelnd, wolle er die Rikscha allerdings auf jeden Fall selber fahren. «

Weitere Informationen unter:

 www.cyclingwithoutage.org

HAAPTMANN'S SCHLASS BERBURG

DAS LEBEN ER-LEBEN

Text **Vibeke Walter**

Vor sechs Jahren wurde das CIPA Hauptmann's Schloss räumlich erweitert und hat sein Augenmerk seither noch stärker auf die Begleitung von Menschen mit Demenz gelegt. Handlungsweisend ist dabei das hausintern erarbeitete Betreuungskonzept „Lebenswelten schaffen“.



Michèle Neuens, eine Mitarbeiterin aus der Verwaltung und selbst passionierte Musikerin, wurde zur Musikgeragogin ausgebildet. Sie ist 10 Stunden die Woche für Chorleitung und -probe sowie andere Musikprojekte im Haus freigestellt

FOTOS © VIBEKE WALTER

Die Lage könnte idyllischer nicht sein. Das „Hauptmann’s Schloss“, einst als Heim und Schule für blinde Kinder und Erwachsene genutzt, liegt harmonisch eingebettet in Felder und Wiesen am Dorfrand von Berburg. Die drei neuen Pavillons wurden architektonisch so geschickt angebaut, dass sie den Gesamteindruck des historischen Gebäudes und seiner umgebenden Gartenanlagen nicht beeinträchtigen. Bis zu 128 alte Menschen, die Mehrzahl davon an Demenz in verschiedensten Stadien erkrankt, können hier nach ihren spezifischen Bedürfnissen leben.

Die Betonung liegt dabei auf *leben*: „Wir legen viel Wert auf einen individuell strukturierten Alltag, der in erster Linie gelebt werden soll und in den die verschiedenen Aktivitäten eingebettet sind. Der Mensch bestimmt die Aktivitäten und nicht umgekehrt. Richtungsweisend ist dabei unser Konzept *Lebenswelten schaffen*, das gemeinsam von einer Ergotherapeutin, einer *éducatrice graduée* und mir erstellt wurde, sowie in Absprache mit der Direktion regelmäßig evaluiert wird“, erklärt Sabrina Grundheber, verantwortliche Mitarbeiterin für *Accueil et vie sociale*, kurz AVS.

Neben Pflege und Hotellerie ist der AVS eine der drei zentralen Säulen nach denen alte Menschen in den insgesamt vier Altenhilfe-Einrichtungen der Claire asbl, einem eigenen Bereich innerhalb des Trägers elisabeth, betreut werden.



Gelebter Alltag, in den verschiedene Aktivitäten eingebettet sind, ist das A und O

Grundgedanke ist in Berburg das ergotherapeutische Modell PEO (Person-Environment-Occupation), eine ganzheitliche Sichtweise, das den Menschen in seiner individuellen Persönlichkeit, seinem benötigten Umfeld und seinen ressourcenorientierten Betätigungen und Alltagshandlungen begreift. Letztere orientieren sich an sogenannten *Lebensweltthemen*, nämlich Arbeit und Hobby, Natur, Erinnerungspflege, Musik, Bewegung und basale Bedürfnisse. „Die Angebote für Demenzkranke müssen flexibel in den Alltag integriert werden und sollen nicht als starre Aktivitätenschemata abgezeichnet werden. Um Zielerreichungen mit dem Bewohner bewerten und nachvollziehen zu können, wird alle 3 Monate eine Evalua-

tion durchgeführt. Dabei werden die Zielsetzungen, das Erreichen der Ziele und die Maßnahmen überprüft, dokumentiert und bei Bedarf geändert“, heißt es im Konzept. Dabei geht es vor allem darum, den Bewohnern – und dazu zählen nicht nur Menschen mit Demenz – Individualität, sinnvolle Tätigkeiten und soziale Kontakte zu ermöglichen. Beziehungsqualität zwischen Betroffenen und Betreuer ist das A und O, denn selbst wenn kognitive Fähigkeiten im Verlauf der Krankheit zunehmend verlorengehen, so bleibt die emotionale Ebene erhalten oder verstärkt sich sogar noch. „Wir sind in erster Linie auf die Begleitung demenzkranker Menschen spezialisiert, die in einem der vier Wohnbereiche mit eigenen Wohnstuben je nach



„Pit“ und „Ketti“ sind für Judith Schultz echte Türöffner, wenn es um die Kontaktaufnahme und Kommunikation mit bestimmten demenzkranken Bewohnern geht

Krankheitsstadium betreut werden. Es gibt aber auch rüstige Bewohner bei uns. Sie haben sich ganz bewusst dafür entschieden zu uns zu ziehen, nehmen auf Wunsch an den Aktivitäten in den Wohnstuben teil oder helfen dort manchmal mit“, sagt Direktorin Mariette Zacharias.

Die alltagsnahe Begleitung zieht sich wie ein roter Faden durch das Haus, kein Bereich wird gesondert behandelt. Von den insgesamt 175 Mitarbeitern haben ein Großteil der in Pflege und Betreuung tätigen Kräfte den Omega 90-Grundkurs in Palliative Care absolviert. Der Ansatz der basalen Stimulation kommt in sämtlichen pflegerischen oder alltäglichen Situationen zum Einsatz. Biografiearbeit ist die Basis, wird aber nicht zum alles bestimmenden Mantra, sondern flexibel im Sinne des Bewohners gehandhabt. Ganz wichtig: Das Haus ist offen, es

gibt weder geschlossene Wohn-, noch abgesperrte Außenbereiche. Nachts sind die Türen lediglich von außen zu, werden sie von innen geöffnet, wird ein Alarm ausgelöst, um die Mitarbeiter der Nachtschicht zu informieren. An einigen Stellen des Außengeländes gibt es Bewegungsmelder, und bei besonders unruhigen Bewohnern kann beim Heimeinzug ein Alarmsystem an der Zimmertür angebracht werden. „Meistens können wir dieses jedoch nach einer gewissen Zeit wieder entfernen. Der Drang wegzulaufen ist in der Regel nicht besonders hoch, ganz einfach, weil sich die Menschen hier ohnehin frei bewegen können. Dadurch entsteht eine entspannte Stimmung, von der auch die Mitarbeiter profitieren. Freiheitsentziehende Maßnahmen werden bei uns nicht angewandt, worauf wir die Angehörigen direkt beim Heimeinzug hinweisen“, betont Mariette Zacharias.

Diese Bewegungsfreiheit, spezifische Sturzprophylaxen und -assessments sowie insbesondere sehr viele Bewegungsaktivitäten haben wesentlich dazu beigetragen, dass sich die Stürze in den letzten drei Jahren zunehmend reduziert haben.

Auch wenn Bewegung und Musik eine große Rolle spielen und u.a. Sophrologie, Turnen oder Qi Gong sowie ein hauseigener Chor angeboten werden, sind passive Phasen erlaubt, werden respektiert und akzeptiert. „Die Bewohner können sich innerhalb der Wohnstuben z.B. in die Relaxsessel zurückziehen, wenn sie nicht aktiv teilnehmen möchten oder sich beim Mittagsschlaf in ihren Zimmern ausruhen. In der Regel werden eine bis zwei Stunden gezielte Aktivität – entweder in der Gruppe oder einzeln – pro Bewohner über den Tag verteilt angeboten. Dies wird immer auf den



Sabrina Grundheber (links), Verantwortliche für *Accueil et vie sociale*, und Direktorin Mariette Zacharias, sorgen für die Umsetzung und regelmäßige Evaluierung des Betreuungskonzepts „Lebenswelten schaffen“

individuellen Rhythmus jedes Einzelnen abgestimmt, z.B. im Rahmen von 10 Minuten-Aktivierungen“, erläutert Sabrina Grundheber.

Eine besondere Form der individuellen Betreuung sind die Kumquats-Puppen, „Pit“ und „Ketti“. Was auf den ersten Blick etwas befremdlich erscheinen mag, erweist sich bei näherem Hinsehen als durchaus sinnvoll. Die Puppen, die nur von zwei eigens geschulten Mitarbeiterinnen und nach einer bestimmten Vorgehensweise eingesetzt werden, erlauben eine Kontaktaufnahme auch zu jenen Menschen, die aufgrund ihrer Demenz nur noch kaum erreichbar sind. „Ein Bewohner lässt sich z.B. ungern anfassen und reagiert auf Fragen eher ungehalten. Pit dagegen darf sich auf seinen Schoß setzen und ihm antwortet er bereitwillig. Die Bewohner verhalten sich meist sehr positiv, fokussieren

sich ganz auf die Puppe und imitieren, was sie tut, wenn sie sich etwas anzieht oder kleine Turnübungen macht. Man kann sie so für einen Augenblick bewusst aktivieren und über die Puppe mit ihnen kommunizieren. Als Mitarbeiter muss man sich dabei jedoch völlig im Hintergrund halten und auch eine andere Stimme annehmen, sonst funktioniert es nicht“, erläutert die Erzieherin Judith Schultz, eine der beiden Puppenspielerinnen. Es erfordert viel Gespür, Übung und Talent, um mit den Puppen so subtil umzugehen, dass das Ganze nicht albern wirkt. „Es soll auf keinen Fall der Eindruck von Kasperle-Theater entstehen“, sagt Mariette Zacharias mit Nachdruck.

Zur Zeit werden die Puppen bei rund 10 Bewohnern gezielt in der Einzelbetreuung eingesetzt. Es ist berührend mitzuerleben, wenn „Pit“ und eine alte Dame sich gegenseitig

dabei helfen aus einem Glas zu trinken. Oder er einer Bewohnerin kühn gesteht, er hätte sich in sie verliebt und dafür ein erstauntes Lächeln auf ihr Gesicht zaubert. So entstehen Momente ganz im Sinne des Konzepts, in dem es heißt: „Nicht das Ergebnis einer Aktivität ist wichtig, sondern das Erlebte während der Aktivität.“ «



« Sinnliche, aber auch gesellige Momente erlaubt der neu angelegte „Erlebnisgarten“, u.a. mit Hochbeeten, Obst-, Klang-Bauern- und Duftgarten sowie einem Barfußweg und Grillplatz. »

FREE-AGER REVITALISIEREN

ZUKUNFTSTREND FÜR DAS BABY-BOOMER-ZEITALTER

Text **Simon Groß**

Seit Ende der 1990er Jahre ist eine „Anti-Aging“-Bewegung in der Gesellschaft zu beobachten. Was anfangs nicht mehr als eine griffige Werbeformel war, um Salben, Nahrungsergänzungsmittel und Diätprodukte an Käuferschichten im mittleren und höheren Alter besser verkaufen zu können, hat zu dem Leitbild „Forever young um jeden Preis“ geführt. Doch die Wucht der Baby-Boomer-Generation fordert ein fundamentales Umdenken, um endlich eine „Pro-Aging“ – Kultur zu etablieren.



Ein Blick auf den Altersdurchschnitt und die Kommentare von Facebook-Usern belegt schon heute, dass „Free-Ager“ zwischen 50 und 70 weniger Kurse für Computer, dafür mehr Möglichkeiten zum Einbringen ihrer bereits vorhandenen digitalen Kompetenz benötigen

Der demographische Wandel wird seit Jahrzehnten auf Kongressen, in Artikeln und den Medien mit der zentralen Botschaft thematisiert: Immer mehr Menschen werden immer älter. Jedes zweite heute geborene Baby kann 100 Jahre alt werden. Das ist eine ernst zu nehmende gesellschaftliche Herausforderung, denn aktuell konzentriert sich die Wirtschaft vor allem auf die erste Lebenshälfte.

Häufig wird bei diesen Rechenbeispielen etwas ganz Entscheidendes übersehen. Die Demographie in vielen europäischen Ländern wird in den nächsten 30 Jahren entscheidend durch eine einzige Generation aus dem Gleichgewicht gebracht: Der Baby-Boomer-Generation. Die hohe Anzahl der Menschen, die vor 1970 geboren wurden, wird uns in ihrer Wucht beschäftigen müssen, da bereits in zehn Jahren ein sehr großer Teil der Bevölkerung älter als 55 Jahre sein wird.

ILLUSTRATION © MARKUS ZENDER

Das mächtige Leitbild Anti-Aging

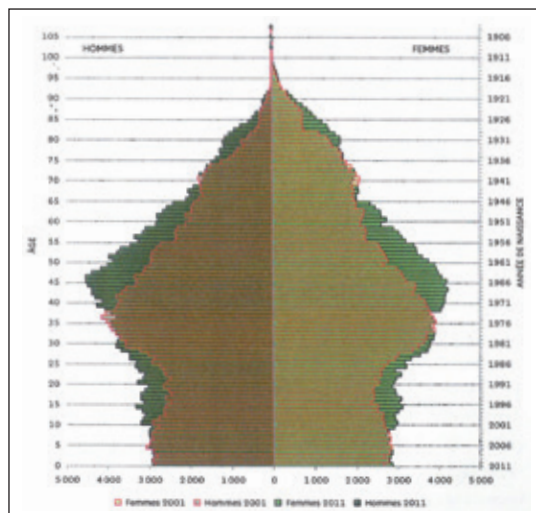
Dieses geschichtlich einzigartige Phänomen, das in 50 Jahren wieder verschwunden sein wird, führt dazu, dass für die nächsten 25 Jahre ein hoher Anteil von erfahrenen Menschen mit kaum oder keinen Einschränkungen in der zweiten Lebenshälfte sein wird. Doch bis heute orientiert sich die Ökonomie an der ersten Lebenshälfte und fördert nach wie vor eine Alters-Vermeidungs-Industrie. Deren Marketing erschuf den Begriff des *Anti-Aging* und führte ihn in unserer Gesellschaft ein.

Das daraus entstandene gesellschaftliche Leitbild *Forever young* lenkte weniger den Blick auf die Leistungsfähigkeit, Kompetenz und den Wert von **älteren** Menschen für eine Gesellschaft. Viel mehr konzentrierte sich die Wirtschaft seit Ende der 1990er Jahre vor allem auf die Konsumkraft der „neuen, jungen Alten“ und verfestigte so die falschen Ideale einer ganzen Generation, die bereits durch ihren Lebensstil in jungen Jahren das Nicht-Alt-Werden-Wollen verinnerlicht hat.

Nach wie vor werden Kunden ab 50 Aktivitäten und Produkte schmackhaft gemacht, um weiterhin die Illusion einer vermeintlichen Jugendlichkeit aufrechterhalten zu können. Ja, sogar gut gemeinte und politisch geförderte Sensibilisierungskampagnen für ein „aktives Altern“ und viele Angebote für „jüngere Senioren“ sind losgelöst von einer wirtschaftlichen Relevanz. Sie zielen hauptsächlich darauf ab, dass der Einzelne seinen eigenen Alternsprozess verbessert und gesundheitsbewusst lebt.

Graphique 1.3:

Structure de la population par âge et par sexe en 2001 et en 2011



Auch in Luxemburg fallen die geburtenstarken Jahrgänge der Baby-Boomer-Generation auf

Dabei berücksichtigen diese Angebote kaum die grundlegend veränderten Lebensläufe heutiger 50 bis 70-Jähriger, die Zukunftsforscher wie Matthias Horx seit vielen Jahren beschreiben. Die Fixierung einer Gesellschaft auf das Paradigma, diese Altersgruppe mit spezifischen Angeboten und kulturellen Events ansprechen, aktiver und gesünder machen zu müssen, ist tatsächlich nichts anderes als ein kollektives Festhalten an dem falschen Konzept *Anti-Aging*. Dies ist verwunderlich, da gerade die heutigen „jüngeren Senioren“ aktiver und gesundheitsbewusster als je zuvor leben. Warum wirbt man für ein aktives Altern, wenn eine ganze Generation bereits als Vorbild für ein neues Altern steht?

Ein Paradigmenwechsel ist überfällig

Immer mehr Menschen mit 50, 60 oder 70 zeigen, dass man auch beruflich nicht zum alten Eisen gehört. Die

tatsächliche Realität der „noch jungen“ *Baby-Boomer-Generation* erfordert ein vollständiges Umdenken, da sich das gesamte soziale Leben in diesem Alter verändert hat: komplexe Patchwork-Familien, Trennungen, neue Beziehungen, aufgeschlossener Sexualität, unerwartete Arbeitslosigkeit, beruflicher Wiedereinstieg, digitale Medien, zersplitterte soziale Netzwerke, Freundschaften, Umzüge, Stressbelastung etc. Die *rush hour* ist heute mit 50 noch nicht vorbei.

Kein Wunder, dass Aktivierungsprogramme nicht angenommen werden und sich ein Teil der „Baby-Boomer“ lieber in jugendlichen Welten zu verstecken versucht. Für die Wirtschaft bietet sich aktuell noch eine Chance, mit der *Anti-Aging*-Illusion mehr Sportwagen oder Reisen zu verkaufen. Doch gesteht man der Baby-Boomer-Generation nur die Rolle des solventen Konsumenten zu, so entsteht daraus ein scheinbar überwundenes Phänomen: Die Ablehnung des älteren Menschen. »

Je übermächtiger diese Generation zahlenmäßig wird, desto mehr wird ein auf Jugendlichkeit fixierter Lebensstil als „schamlos“ und verschwenderisch betrachtet werden. Denn der Schein der Jugendlichkeit und *active fun* sind nicht kostenfrei und haben keinen wirklichen gesellschaftlichen Nutzen. Außerdem kann eine solches Ideal vom juvenilen Senior zur Abwertung der älteren Menschen führen, die diesem Bild nicht entsprechen können, sei es aufgrund geringer Einkommen oder wegen fortgeschrittenem Alter.

Pro-Aging ist die Zukunft

Die Gefahr des Konzepts *Anti-Aging* beschreibt der bekannte Alterswissenschaftler Prof. Dr. Andreas Kruse bereits 2006 in einem „Plädoyer für ein Pro-Aging“. Mit diesem Begriff forderte er eine deutlich differenzierte Sicht auf das Alter, um die Stärken des Alters zu nutzen und gleichzeitig Menschen bei der Bewältigung der Schwächen zu unterstützen. Nur wenn in einer Gesellschaft *aging* oder altern völlig wertungsfrei betrachtet wird, kann man einer latenten Diskriminierung des höheren Alters vorbeugen.

Denn bereits mit Mitte 70 können steigende Fragilität oder Ängste die soziale Teilhabe erschweren, obwohl man noch kein Pflegefall ist. Hier sind angepasste Aktivitäten zur Förderung eines *active aging* sehr wertvoll, da diese einer Isolation vorbeugen und den Alternsprozess positiv unterstützen. Doch weil noch immer das Mindset *Anti-Aging*

die gesellschaftliche Einstellung zum Alter dominiert, werden Hochbetagte beim Recht auf „Life-Long-Learning“ und soziale Teilhabe oft übersehen, bis sie als Pflegefall wieder in das Klischee vom negativen Alter passen.

Doch die massive Bedeutung der *Baby-Boomer*-Generation lässt sich nicht mehr leugnen. Daher ist es kein Zufall, dass vor einigen Monaten das von Matthias Horx gegründete Zukunftsinstitut ein „Szenario-Buch“ unter dem Titel „Pro-Aging – Die Alten machen uns jung“ veröffentlicht hat. Provokant behauptet Herausgeber Harry Gatterer in der Einleitung, dass trotz Altersforschung kein ernsthaftes Zukunftsszenario einer Gesellschaft des Alterns besteht. Bis heute ist das neue kollektive Mindset *Pro-Aging* kaum öffentlich durchgedrungen, schon gar nicht in der Welt der Unternehmen.

Stattdessen richteten sich die Märkte und auch der Blick der Trendforschung auf die „jungen Alten“ oder die „Silver-Surfer“. Doch viele der dafür entwickelten Angebote müssen scheitern, da sie eine Art von *Anti-Aging* oder die Vorstellung von „Alters-Containern“ beinhalten. Sie sprechen implizit der zweiten Lebensphase eine **eigene** Kraft ab. Doch durch die Reife werden die *Baby-Boomer*-Generation wird sich das Leitbild *Anti-Aging* als Thema und Markt nur noch zehn Jahre halten.

Dann muss es zum Bruch dieser Vorstellung kommen und das Mindset *Pro-Aging* wird wichtige identitätsstiftende Funktionen für Alt und Jung erfüllen. Älter- und Altwerden bedeutet

dann nicht mehr „Jugendlich-bleiben-müssen“, sondern wird als **konstruktiver Prozess** betrachtet, der mit neuen Erfahrungs- und Weisheitswerten besetzt ist. Anstatt sich eine „alternde Gesellschaft“ als Horrorszenario oder als Marktplatz für konsumfreudige Silver-Senioren vorzustellen, können in der Zukunft selbstbewusst alternde „Free-Ager“ ihre wertvollen Qualitäten zum Wohl aller einbringen.

Free-Ager gehen nicht davon aus, dass Entwicklung linear verläuft. Stattdessen haben sie Zyklen durchlaufen, Neuanfänge gemeistert und kritische Phasen im Leben überstanden. Sie sehen sich als Vorbilder einer neuen Rolle des Alters, gehen aufgrund ihrer Erfahrung gelassener mit Gefühlen um und können besser hören, was andere sagen. Anstatt sich in Alters-Behübschungs-Camps zu Tode zu langweilen, tragen sie dazu bei, die Wirtschaft der Zukunft resilienter zu machen.

Das Ende der wirtschaftlichen Wachstumsideologie und der Beginn einer Postwachstumsgesellschaft erfordert, dass das Prinzip der Expansion abgelöst wird. Hier erhält der *Free-Ager* eine zentrale Rolle, um ein neues Denken und Handeln in die Welt zu tragen, das auf reflektierte *Enoughness* („Weniger ist mehr“) setzt und die Wirtschaft revitalisiert.

Die Vorboten der Zukunft sind schon sichtbar, es gibt bereits genug *Free-Ager*, die keine Besspaßung benötigen, sondern sich sinnvoll einbringen wollen. Die Gesellschaft sollte diese Chance **jetzt** nutzen. «

Literaturhinweise:

Kruse A. (2006b), Plädoyer für ein Pro-Aging in: informationsdienst altersfragen 33, H. 5, S. 4 – 7
Gatterer H. (2016) Pro-Aging – Die Alten machen uns jung. www.zukunftsinstitut.de



FEEDBACK

10 MINUTEN- AKTIVIERUNG

Die 10 Minuten-Aktivierung ist eine von Ute Schmidt-Hackenberg entwickelte Methode, die sich besonders gut zur Aktivierung von Menschen mit dementiellen Erkrankungen eignet.

Mit Hilfe von Alltagsgegenständen wird an die Vergangenheit angeknüpft und Erinnerungen werden aktiviert. Seminarleiterin **Karin Platje** zeigte engagiert und sehr humorvoll, wie mit Hilfe einfacher Mittel das Langzeit-

gedächtnis und gleichzeitig auch körperliche Bewegung stimuliert werden können. Die Bewohner werden wacher und aufmerksamer gegenüber ihrer Umwelt und empfinden mehr Lebensqualität. »



Karin Platje,

Dozentin und Gedächtnistrainerin



WIE SIND SIE AUF DAS SEMINAR AUFMERKSAM GEWORDEN UND WAS HAT SIE ZUR WAHL BEWOGEN?

- » Ich habe selbst danach gesucht, weil ich sinnvolle Beschäftigungen für meine Klienten anbieten möchte
- » regelmäßiges Schauen auf der Seite des RBS; Anregung zu neuen Aktivitäten; Auffrischung
- » RBS-Flyer; Eigeninitiative
- » Durch Kollegen
- » Durch RBS und Personen, die schon an diesem Seminar teilgenommen haben. Ich interessiere mich sehr für das Thema, um neue Ideen zu bekommen
- » Formationskatalog auf der Arbeit

WAS HAT SIE PERSÖNLICH AM STÄRKSTEN BEEINDRUCKT?

- » Die vielen Variationsmöglichkeiten in puncto Material, Durchführung, Bewegung und Denken zu kombinieren
- » Immer wieder auf eigentlich bekannte Dinge aufmerksam gemacht zu werden; mit welchen einfachen Dingen man aktiv werden kann
- » Die praktischen Beispiele
- » Das ganze Seminar war einfach nur super, hochinteressant und zu keinem Moment langweilig
- » Alles, ich war sehr interessiert und auch beeindruckt, was man mit einfachem Material machen kann
- » Tout: la théorie et la pratique; très belle formation, très intéressante
- » Berufserfahrung der Referentin
- » Wie vielseitig man Materialien zur Aktivierung einsetzen kann

WAS GEFIEL IHNEN AN DER PRÄSENTATION UND DEN INHALTEN DES SEMINARS?

- » Viele praktische Anwendungen, die die Lust am Spiel wecken. Das Wissen der Dozentin in puncto Demenz, mit Schwerpunkt auf dem seelischen Erleben der betroffenen Menschen
- » Es war durchstrukturiert, abwechslungsreich und nie uninteressant
- » Die praktischen Beispiele und die humorvolle Art und Weise von Frau Platje
- » Keine eintönige Präsentation, viele praktische Elemente
- » Einfach alles! Das Thema war interessant und wurde von der Kursleiterin gut präsentiert

- » Es war sehr lehrreich und hat mir sehr viel gebracht
- » Le cours était très intéressant, car il a été présenté de façon dynamique, on a été actif durant les deux jours. Des nouvelles idées d'activité ont été mises à disposition; toute une panoplie d'activités. Grâce à cette formation, l'approche envers un client dément sera plus adaptée
- » Dass das Thema auch an uns Teilnehmern ausprobiert wurde durch aktive „10 Minuten-Aktivierungen“
- » Gute Kombination aus Theorie und Praxis; lockere, abwechslungsreiche Präsentation, viele praktische Tipps
- » Alles! Die Fortbildung hat alle meine Erwartungen erfüllt



WAS HABEN SIE IN DIESEM SEMINAR NEU ERFAHREN?

- » Verständnis für „unsinnige“ Handlungen der Dementen; Eigenarten von verschiedenen Demenzformen; sehr viele Ideen, die mit wenig oder komplett ohne Material durchgeführt werden können
- » Sich immer wieder in die Situation des Klienten zu versetzen und ihn dort abholen, wo er steht
- » Mit einfachen Alltagsgegenständen kurze Übungen anbieten
- » Vieles über Demenz und Alzheimer; Umgang mit und Empfinden des Demenzkranken
- » Viele Aktivitäten, die wenig und billiges Material benötigen und trotzdem Erfolg haben werden
- » Was man mit ganz einfachen/normalen Sachen machen kann. Ich werde versuchen, soviel wie möglich in die Praxis umzusetzen und auch das andere Personal davon zu überzeugen, diese Materialien zu gebrauchen
- » Die große Anzahl an praktischen „10 Minuten-Aktivierungen“. Diese kann ich quasi sofort an meinem Arbeitsplatz anbieten
- » Kenntnisse über Aktivierung; Vielfalt an Methoden
- » Neue Ideen der Aktivierung aber auch zur Kommunikation mit den Bewohnern, besonders mit den dementen Bewohnern

Persönliche Anmerkungen:

- » **Ganz tolles und lustiges Seminar! Ich werde Sie weiterempfehlen!**
- » **Die Kursleiterin war super! Sie hat das Seminar interessant gestaltet, und es war mir zu keinem Moment langweilig!**
- » **Tolle Weiterbildung!**

SEMINARKALENDER / AGENDA DES SÉMINAIRES

Ref.: FCPIC07/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 320,00 EUR

MH KINAESTHETICS – GRUNDKURS

Termin(e)/Date(s):

4. – 5. Oktober und 7. – 8. November 2016

Zielgruppe/Groupe cible:

MitarbeiterInnen der Pflege

Zeit/Horaire:

8.30 – 16.30

Referent(in)/Responsable de la formation:

Doris Schneider

Im MH Kinaesthetics Grundkurs werden Instrumente und Konzepte vorgestellt, die Kinaesthetics für professionelle Kompetenzentwicklung anbietet. Sie dienen dazu, menschliche Aktivitäten aus verschiedenen Bewegungsperspektiven zu verstehen. In der Praxis eingesetzt, helfen sie, pflegebedürftige Menschen in ihren Alltagsaktivitäten effektiver zu begleiten und zu unterstützen. Pflegende und Betreuer „heben“ nicht mehr und reduzieren daher die eigene Verletzungsgefahr.

Ziel/But:

- Die eigenen Annahmen über Gesundheit und Lernen bei sich und dem pflegebedürftigen Menschen zu überprüfen und wenn notwendig anzupassen
- Die Rolle der eigenen Bewegung bei Gesundheits- und Lernprozessen in konkreter Erfahrung zu verstehen und zu vertiefen
- Bewegungssensibilität und Handlungskompetenz zu erarbeiten, um die mobilen Fähigkeiten der Betroffenen zu unterstützen und die eigene Selbstkompetenz zu erweitern

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Lëtzebuergesch /Deutsch

Ref.: FCPIC37/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 240,00 EUR

KONTAKT-CLOWN: Brücke ins Hier und Jetzt

Termin(e)/Date(s):

10. – 11. Oktober und 9. November 2016

Zielgruppe/Groupe cible:

Mitarbeiter aus Pflege und Betreuung

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Referent(in)/Responsable de la formation:

Frans Meulmeester

Der Kontakt-Clown ist in seiner Arbeit auf ältere und hier insbesondere demenziell veränderte Menschen spezialisiert. Er ist nicht zu verwechseln mit dem Klinik-Clown, der vor allem bei Kindern im Einsatz ist, sondern verfügt über die nötigen Fachkenntnisse im Umgang mit dieser betagten Zielgruppe.

Der Schwerpunkt liegt darauf, auf subtile Weise Kontakt zu den Bewohnern/Klienten aufzubauen und für sie gleichsam eine Brücke zur Außenwelt herzustellen. Der Kontakt-Clown versteht sich als Intervention, durch die der Alltag bereichert wird. Dank seiner heiteren Art und Weise, auch mit schwierigen Situationen umzugehen, kann er z.B. dazu beitragen, Aggressionen oder herausforderndem Verhalten gelassener zu begegnen. Ideal ist es, seine Arbeit mit dem validierenden Ansatz zu ergänzen.

Ziel/But:

Kennenlernen der Arbeit als Kontakt-Clown

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Deutsch

Ref.: FCPIC01/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 80,00 EUR

MENSCHEN MIT DEMENZ: ERLEBEN – VERSTEHEN – HANDELN

Termin(e)/Date(s):

14. Oktober 2016

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Zielgruppe/Groupe cible:

MitarbeiterInnen der Pflege und Begleitung älterer Menschen

Referent(in)/Responsable de la formation:

Gabriele Schmakeit

Nur wer persönliche Verluste selbst nachempfindet, versteht, was Menschen mit Demenz brauchen und kann die erforderliche Unterstützung geben. Wie könnte es einem Menschen gehen, der nach und nach die Kontrolle über sich und seine Welt, der zunehmend seine Ich-Identität verliert? Wie verändern sich die Gefühle und Bedürfnisse in den verschiedenen Phasen der Demenz? Wie wirken sich die Änderungen auf die Lebensqualität des erkrankten Menschen aus? Und welche Folgen hat das für unser Reden, Tun und Handeln?

Ziel/But:

- Persönliche Verluste nachempfinden
- Gefühle und Bedürfnisse in den verschiedenen Phasen der Demenz kennenlernen
- Empathie und Verständnis für Menschen mit Demenz entwickeln
- Den Personenzentrierten Ansatz nach Tom Kitwood thematisieren

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Deutsch

Ref.: FCPIC95/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 480,00 EUR

FORTBILDUNGSZYKLUS: DANZ AM SETZEN 2016/2017

Termin(e)/Date(s):

Modul 1: 17., 21. & 24. Oktober 2016

Modul 2: 24., 27. & 31. März 2017

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Zielgruppe/Groupe cible:

Alle Mitarbeiter aus Pflege und Betreuung alter Menschen

Referent(in)/Responsable de la formation:

Claudine Menghi, Edmée Hoffmann

Tanz im Sitzen ist eine eigenständige Tanzform, die speziell auf die körperlichen, geistigen, psychischen und sozialen Befindlichkeiten älterer Menschen abgestimmt ist. Im Vordergrund steht die Freude an der Bewegung nach Musik, ohne Leistungsdruck, aber dafür mit dem Ziel, das allgemeine Wohlbefinden zu steigern und den Erhalt der Alltagskompetenzen zu fördern.

Ziel/But:

Einführung in das Konzept „Danz am Sätzen“ und seine erfolgreiche Umsetzung in der Praxis

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Lëtzebuergesch

SEMINARKALENDER / AGENDA DES SÉMINAIRES

Ref.: FCMIC09/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 270,00 EUR

MENÜPLANUNG UND NEUE KOSTFORMEN – ESSEN IST LEBENSQUALITÄT

Termin(e)/Date(s):

17. – 19. Oktober 2016

Zielgruppe/Groupe cible:

Mitarbeiter aus Küche und Hauswirtschaft

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Referent(in)/Responsable de la formation:

Markus Biedermann

Die Menüplanung ist mehr als ein Aneinanderreihen von Gerichten, sie dient vielmehr als Medium für eine bewohnerorientierte, aktivierende Verpflegung und als Instrument für die Führung der Mitarbeiter in der Küche. In dem Seminar werden die wichtigsten Kriterien zur Menüplanung erarbeitet, um sie phantasievoller und abwechslungsreicher zu gestalten, saisongerecht und wirtschaftlich zu planen und die Wünsche der Heimbewohner mit unseren Vorstellungen zu verbinden.

Angesichts einer steigenden Anzahl schwerstpflegebedürftiger und/oder dementiell veränderter Menschen muss zudem das Angebot der verschiedenen Kostformen erweitert werden. Smoothfood und Fingerfood sind hier innovative Ansätze, die dazu beitragen z.B. Bewohnern mit Schluckstörungen, Kaubeschwerden oder kognitiven Problemen die Freude am Essen und damit ein Stück Lebensqualität zu erhalten.

Ziel/But:

Die Menüplanung bewohnerorientiert und effizient gestalten, neue Kostformen kennenlernen

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Deutsch

Ref.: FCPIC18/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 80,00 EUR

AROMATHERAPIE FÜR FORTGESCHRITTENE: Kreatives Duft-Atelier

NEU!

Termin(e)/Date(s):

25. Oktober 2016

Zielgruppe/Groupe cible:

Aromatherapie für Fortgeschrittene

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Referent(in)/Responsable de la formation:

Friedlinde Michalik

Ätherische Öle sind vielfältig einsetzbar. Neben der Raumluftaromatisierung können wir sie in Pflegeprodukten und beim Kochen anwenden. Im Seminar werden wir gemeinsam Produkte zum Pflegen und Wohlfühlen (z.B. Cremes, Massageöle, Peelings) herstellen und anwenden. Dabei verwöhnen wir unsere Haut und unsere Sinne. Ferner erhalten Sie Einblicke in die Duftküche. Freuen Sie sich auf das gemeinsame Herstellen von einigen Gaumenschmeichlern. Sie erhalten dazu Hintergrundinformationen zu ausgewählten ätherischen und fetten Ölen.

Ziel/But:

Herstellung von Produkten rund um die Aromatherapie

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Deutsch

Ref.: FCPIC51/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 240,00 EUR

LÉTZEBUERGER GEBRÄICHER (COURS B)

Termin(e)/Date(s):

26. – 27. Oktober & 25. November 2016

Zielgruppe/Groupe cible:

Mataarbechter aus der Fleeg an der Animatioun

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Referent(in)/Responsable de la formation:

Christophe Ludovicy

An dësem Cours léiert dir an engem flotten Iwwerbléck Feierdeeg an hir Bräich kennen, och déi, déi méi an d'Vergiesse gerode sinn.

En anere Schwéierpunkt leeë mer op d'Alldagsbräich an hir Bedeitung. Dëst Wëssen ass virun allem wichteg fir d'Schaffe mat alen an demenziell verännerte Mënschen.

D'Ëmsetzung vun dëse Bräich an de verschiddenen Institutiounen ass dann d'Thema vum drëtten Dag. D'Mat-Abezéien vun de Clienten, d'Organisatioun an den Oflaf an der Fleeg an der Animatioun ginn hei an enger Aart Ideeëkatalog zesummegeesat, sou datt an Zukunft ee méi spezifesch Brauchtumsschaffe méiglech ass.

Ziel/But:

Iwwerbléck & Ëmsetzung vun Lëtzebuerger Gebräicher

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Lëtzebuergesch

Ref.: FCPIC11/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 80,00 EUR

SCHNUPPER-KURS: „BOOMWHACKERS UND HANDBELLS“

Termin(e)/Date(s):

14. November 2016

Zielgruppe/Groupe cible:

Alle Mitarbeiter aus Pflege und Betreuung alter Menschen

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Referent(in)/Responsable de la formation:

Claudine Menghi, Edmée Hoffmann

Musik macht Spaß und kennt kein Alter, soviel steht fest. Ihre positiven Auswirkungen auf Gesundheit und Wohlbefinden sind unumstritten, außerdem unterstützt sie unsere Fähigkeiten zur Kommunikation, Konzentration, Mobilität und sozialen Interaktion. Dies umso mehr, wenn z.B. gemeinsam von Jung und Alt mit Boomwhackers und Handbells (Handglocken) musiziert wird. Erstere sind verschieden lange, farbige, röhrenförmige Schlaginstrumente aus Kunststoff.

Sie können allein oder in Kombination mit Handglocken auf vielfältige Weise nicht nur in der musikpädagogischen Arbeit mit Kindern, sondern insbesondere mit älteren und/oder pflegebedürftigen Menschen (z.B. auch bei Demenzerkrankungen) zur spezifischen Förderung kognitiver und motorischer Fähigkeiten eingesetzt werden. Der Vorteil besteht darin, dass diese Instrumente relativ einfach zu handhaben sind und sich auf unkomplizierte Weise harmonische Melodien und Töne entlocken lassen.

Ziel/But:

Einführung in den Einsatz von Boomwhackers und Handbells

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Lëtzebuergesch

SEMINARKALENDER / AGENDA DES SÉMINAIRES

Ref.: FCMIC17/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 160,00 EUR

ERNÄHRUNG ÄLTERER MENSCHEN – Für gesundes Wohlbefinden sorgen

Termin(e)/Date(s):

15. & 16. November 2016

Zielgruppe/Groupe cible:

Mitarbeiter aus Küche, Hauswirtschaft und Pflege

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Referent(in)/Responsable de la formation:

Claudine Mertens

Die Anforderungen an die Verpflegung in der Altenhilfe reichen von den Wünschen und Bedürfnissen rüstiger und selbstständiger SeniorInnen bis hin zu speziellen Angeboten und Kostformen für Kranke oder Pflegebedürftige. Diese werden durch altersbedingte Veränderungen oder Krankheiten wie Diabetes mellitus, Demenz, Kau- und Schluckstörungen oder Mangelernährung notwendig. Das Seminar vermittelt Erkenntnisse über die Grundlagen einer vollwertigen Ernährung älterer Menschen und gehen auf die Besonderheiten der Ernährung bei speziellen Erkrankungen ein.

Ziel/But:

- Ausgewogenen Ernährungsplan aufstellen und beachten
- Ernährungsbedingte Risiken erkennen und angemessen darauf eingehen
- Speisen entsprechend jeweiliger Bedürfnisse zubereiten bzw. anreichern (z.B. bei Schluck- und Kaubeschwerden)
- Kenntnis der 12 Allergene, die obligatorisch im Speiseplan aufgeführt sein müssen

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Lëtzebuergesch

Ref.: FCPIC21/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 80,00 EUR

AROMATHERAPIE FÜR FORTGESCHRITTENE: Ätherische Öle in der Altenpflege und bei Menschen mit Demenz

Termin(e)/Date(s):

17. November 2016

Zielgruppe/Groupe cible:

Aromatherapie nur für Fortgeschrittene

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Referent(in)/Responsable de la formation:

Friedlinde Michalik

Alte Menschen benötigen eine ganzheitliche Begleitung und Pflege, vor allem dann, wenn sie von einer Demenzerkrankung betroffen sind. Mit ätherischen Ölen kann ihr Wohlbefinden und ihre Lebensqualität positiv beeinflusst und gesteigert werden. Die Kombination von ätherischen Ölen, Aromamassage und Elementen der basalen Stimulation helfen, typischen Problemstellungen auf spezifische Weise zu begegnen.

Ziel/But:

In diesem Seminar lernen Sie spezielle ätherische Öle zur Aromapflege insbesondere bei Menschen mit Demenz kennen. In praktischen Übungen erfahren Sie die Techniken ausgewählter Aromamassagen und Ölaufagen.

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Deutsch

Ref.: FCPIC95/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 80,00 EUR

CHRISTMAS SPECIAL: WORKSHOP DANZ AM SETZEN

Termin(e)/Date(s):

18. November 2016

Zielgruppe/Groupe cible:

Alle Mitarbeiter mit Grundkenntnissen "Danz am Sätzen"

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Referent(in)/Responsable de la formation:

Claudine Menghi, Edmée Hoffmann

Tanz im Sitzen ist eine eigenständige Tanzform, die speziell auf die körperlichen, geistigen, psychischen und sozialen Gegebenheiten älterer Menschen abgestimmt ist. Im Vordergrund steht die Freude an der Bewegung nach Musik, ohne Leistungsdruck, aber dafür mit dem Ziel, das allgemeine Wohlbefinden zu steigern und den Erhalt der Alltagskompetenzen zu fördern.

Auch in Luxemburg erfreut sich „Danz am Sätzen“ großer Beliebtheit, wie die zahlreichen Absolventen der entsprechenden Fortbildungskurse beweisen. Für all diejenigen, die Freude an dieser Tanzform haben und über gewisse Grundkenntnisse verfügen, bietet der RBS pünktlich zur Vorweihnachtszeit einen „Christmas Special“-Workshop an, um gemeinsam mit den Bewohnern die Adventszeit zu verschönern.

Ziel/But:

Erlernen spezieller Tänze für die Weihnachtszeit

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Lëtzebuergesch

Ref.: FCMIC38/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 180,00 EUR

FINGERFOOD – RETROUVER LE PLAISIR DE MANGER

Termin(e)/Date(s):

21 – 22 novembre 2016

Zielgruppe/Groupe cible:

Personnel de cuisine, personnel soignant

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Referent(in)/Responsable de la formation:

Dominique Thiriet

Dans la plupart des institutions pour personnes âgées, nous sommes confrontés à un grand nombre de résidents devenant toujours de plus en plus dépendant. Finger Food est un concept permettant aux personnes qui ne peuvent ou ne savent plus – pour des raisons psychiques et / ou physiques – utiliser leurs couverts de se nourrir de façon autonome et digne tout en utilisant leurs mains. Il est une partie intégrante du concept Smooth Food et signifie se nourrir directement de la main à la bouche.

Ziel/But:

La partie pratique, sous forme de Workshop, sera basée sur la déclinaison du menu traditionnel, mais aussi sur toutes les textures modifiées réalisable en tant que Finger Food. Cette formation est ouverte au personnel de cuisine, ainsi qu'au personnel soignant, car le travail interdisciplinaire est très important à ce niveau.

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig
+ Maison de soins Sacré-Coeur, 18, rue de l'hôpital, Diekirch

Sprache/Langue:

Français

SEMINARKALENDER / AGENDA DES SÉMINAIRES

Ref.: FCPIC81/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 80,00 EUR

DAS DEMIAN-KONZEPT: Eine Einführung in ressourcenorientierteres Handeln

NEU!

Termin(e)/Date(s):

23. November 2016

Zielgruppe/Groupe cible:

**Führungskräfte und Bildungsverantwortliche
von Altenhilfeeinrichtungen**

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Referent(in)/Responsable de la formation:

Dr. Marion Bär

Ressourcenorientiertes Handeln ist in der Pflege und Begleitung von Menschen mit Demenz von besonderer Bedeutung. Zentrale Ressourcen, die im Verlauf der Demenz nicht verloren gehen, sind individuelle emotionale Bindungen an Personen, Themen, Handlungen und Dinge. Das Wissen über das, was einem Menschen am Herzen liegt, in den Alltag zu integrieren, um auf diese Weise Sinnerleben und Wohlbefinden zu fördern, ist Ziel des DEMIAN-Konzepts. Dabei können auch kleine Gesten zu „Lichtblicken des Tages“ werden, indem bei den Mitarbeitern die Sensibilität für individuelle Bedürfnisse gesteigert wird.

Ziel/But:

Ziele und Arbeitsweisen des DEMIAN-Konzepts kennenlernen sowie Implementierungsmöglichkeiten diskutieren.

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Deutsch

Ref.: FCPIC85/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 80,00 EUR

AROMATHERAPIE FÜR FORTGESCHRITTENE: Ätherische Öle in der Palliative Care

Termin(e)/Date(s):

24. November 2016

Zielgruppe/Groupe cible:

Aromatherapie für Fortgeschrittene

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Referent(in)/Responsable de la formation:

Friedlinde Michalik

Ätherische Öle können bei schwerkranken Menschen in der letzten Lebensphase für mehr Wohlbefinden, Entspannung und ggf. Schmerzlinderung sorgen.

Schwerpunkte des Seminars sind:

- Pflegeproblemorientierte Aromapflege bei unheilbaren Erkrankungen
- Vorstellung ausgewählter ätherischer Öle die Angehörigen, Patienten und Pflegenden Kraft und Trost spenden können
- Basalstimulierende Einreibungen für Menschen in der letzten Lebensphase.

Ziel/But:

Möglichkeiten der Aromatherapie in der Palliative Care kennenlernen.

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Deutsch

Ref.: FCMIC16/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 90,00 EUR

LA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE ET LA MÉTHODE HACCP

Termin(e)/Date(s):

30 novembre 2016

Zielgruppe/Groupe cible:

Personnel de cuisine

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Referent(in)/Responsable de la formation:

Josiane Dahm

Est-ce que les résidents d'une maison de retraite ou les clients de foyers de jour peuvent apprécier leur nourriture sans avoir à se soucier de leur santé? Oui, car les employés de la cuisine doivent respecter différentes exigences légales et ont l'obligation de maîtriser par des mesures préventives tous les dangers potentiels pour les consommateurs.

Ziel/But:

Ce cours a comme objectif de transmettre les notions de base en hygiène alimentaire et les exigences légales dans le domaine sur base d'exemples pratiques.

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Français

Ref.: FCPIC97/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 240,00 EUR

EINFÜHRUNG IN DAS PFLEGE MODELL NACH PROF. ERWIN BÖHM

Termin(e)/Date(s):

7. – 9. Dezember 2016

Zielgruppe/Groupe cible:

Mitarbeiter aus der Pflege und Betreuung sowie pflegende Angehörige

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Referent(in)/Responsable de la formation:

Christophe Ludovicy

Das Seminar bietet eine hilfreiche Einführung in das psychobiographische Pflegemodell nach Prof. Erwin Böhm für all diejenigen, die mit verhaltensauffälligen alten Menschen zu tun haben. Den höchsten Wirkungsgrad erzielt das Modell bei Verhaltensauffälligkeiten sowie Protestreaktionen wie Aggressivität oder Abwehr von (gut gemeinten) Pflegeleistungen. Wichtig ist es, die jeweilige Gefühlsbiographie des Betroffenen in den Betreuungsalltag miteinzubeziehen. So kann ein Aufleben anstatt Aufheben der betagten Menschen ermöglicht werden, und sie können emotional wieder mehr am Leben teilhaben.

Ziel/But:

Die Teilnehmer erhalten Einblick in die Entstehungsgeschichte sowie eine Einführung in die Sichtweise und Bausteine des Modells. Sie werden über die Bedeutung des prägungsspezifischen Alltagslebens (erste 25 Lebensjahre) informiert und lernen, das derzeitige, beobachtete Verhalten mit der Gefühlsbiographie in Verbindung zu bringen. Ziel ist es, eine „verstehende Pflegebegegnung“ herbeizuführen und die jeweilige Umgebung sowie den eigenen Anteil daran zu reflektieren.

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Deutsch

SEMINARKALENDER / AGENDA DES SÉMINAIRES

Ref.: FCPIC48/17

Preis/Prix (MwSt./TTC): 900,00 EUR

MH KINAESTHETICS ZERTIFIZIERUNGSKURS – INTERDISZIPLINÄR

Termin(e)/Date(s):

Modul I:

16. – 17. Januar, 13. – 14. Februar, 20. – 21. März 2017

Modul II:

8. – 9. Mai, 29. Juni, 21. – 22. September 2017

Zielgruppe/Groupe cible:

Absolventen des MH Kinaesthetics Grund- und Aufbaukurs

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Referent(in)/Responsable de la formation:

Doris Schneider-Peter, Helena Heinen

Modul I: Basierend auf dem verhaltenskybernetischen Grundwissen von MH Kinaesthetics erarbeiten die Teilnehmer ein tieferes Verständnis von den Eigenschaften des menschlichen Tuns und wie unser Lernen, unsere Gesundheit und unsere Effektivität über die eigene Bewegung gesteuert wird.

Modul II: Die Teilnehmer entwickeln Möglichkeiten und suchen Wege, um das Kinaesthetics Lernangebot bei Patienten, Familien, Angehörigen, Kollegen zu entfalten. Sie erwerben Fähigkeiten, um die Anwendung von MH Kinaesthetics im Team nachhaltig zu unterstützen und weiterzuentwickeln.

Ziel/But:

Diplom als zertifizierter Anwender MH Kinaesthetics.

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Deutsch

Ref.: FCPIC27/17

Preis/Prix (MwSt./TTC): 80,00 EUR

EINFÜHRUNG IN DIE AROMATHERAPIE – Mit Düften helfen und heilen

Termin(e)/Date(s):

29. März 2017

Zielgruppe/Groupe cible:

Mitarbeiter aus Pflege und Betreuung

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00

Referent(in)/Responsable de la formation:

Friedlinde Michalik

Die Aromatherapie ist ein Jahrtausende altes Heilverfahren und heute ein Teilbereich der Naturheilkunde.

In der Aromatherapie wird die ganzheitliche Wirkung ätherischer Öle zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden sowie der Behandlung von Beschwerden in vielfältiger Weise eingesetzt.

Ziel/But:

Die Teilnehmer lernen, wie die Aromatherapie nicht nur körperliche Krankheitssymptome lindern hilft, sondern gleichzeitig stabilisierend und harmonisierend auf die Psyche des Menschen wirkt. In dem Tagesseminar erleben sie durch praktische Übungen, wie verschiedene Anwendungsmöglichkeiten am eigenen Körper zur positiven Wirkung kommen.

Ort/Lieu:

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

Sprache/Langue:

Deutsch

Anmeldeformular / Formulaire d'inscription

Ich möchte mich zu folgenden FORTBILDUNGEN anmelden. / Je m'inscris aux SÉMINAIRES suivants.

☐ Ref.: FCPIC07/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 320,00 EUR

MH KINAESTHETICS – GRUNDKURS

☐ Ref.: FCPIC37/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 240,00 EUR

KONTAKT-CLOWN: BRÜCKE INS HIER UND JETZT

☐ Ref.: FCPIC01/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 80,00 EUR

MENSCHEN MIT DEMENZ: ERLEBEN – VERSTEHEN – HANDELN

☐ Ref.: FCPIC95/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 480,00 EUR

FORTBILDUNGSZYKLUS: DANZ AM SETZEN 2016/2017

☐ Ref.: FCMIC09/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 270,00 EUR

MENÜPLANUNG UND NEUE KOSTFORMEN – ESSEN IST LEBENSQUALITÄT

☐ Ref.: FCPIC18/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 80,00 EUR

NEU! AROMATHERAPIE FÜR FORTGESCHRITTENE: KREATIVES DUFT-ATELIER

☐ Ref.: FCPIC51/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 240,00 EUR

LÉTZEBUERGER GEBRÄUCHER (COURS B)

☐ Ref.: FCPIC11/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 80,00 EUR

SCHNUPPER-KURS: „BOOMWHACKERS UND HANDBELLS“

☐ Ref.: FCMIC17/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 160,00 EUR

ERNÄHRUNG ÄLTERER MENSCHEN – FÜR GESUNDES WOHLBEFINDEN SORGEN

Name / Nom

Straße / Rue

PLZ und Ortschaft / Code postal et ville

Tel. / Tél.

E-Mail

Institution

Rechnungsadresse / Adresse de facturation

Datum / Date

Unterschrift / Signature

Die allgemeinen Bedingungen habe ich zur Kenntnis genommen! / J'ai pris connaissance des conditions générales!

Bitte deutlich schreiben (Druckbuchstaben) / Ecrire lisiblement s.v.p. (en majuscules)

Bitte schicken Sie das Anmeldeformular an: / Veuillez envoyer le formulaire d'inscription au:

RBS – Center fir Altersfroen asbl [Fortbildungsinstitut / Formation continue]

Boite Postale 32 – L-5801 Hesperange

oder faxen unter/ou envoyer par téléfax au: **36 02 64**



Anmeldeformular / Formulaire d'inscription

Ich möchte mich zu folgenden FORTBILDUNGEN anmelden. / Je m'inscris aux SÉMINAIRES suivants.

☐ Ref.: FCPIC21/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 80,00 EUR

AROMATHERAPIE FÜR FORTGESCHRITTENE: Ätherische Öle in der Altenpflege und bei Menschen mit Demenz

☐ Ref.: FCPIC95/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 80,00 EUR

CHRISTMAS SPECIAL: WORKSHOP DANZ AM SETZEN

☐ Ref.: FCMIC38/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 180,00 EUR

FINGERFOOD – RETROUVER LE PLAISIR DE MANGER

☐ Ref.: FCPIC81/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 80,00 EUR

NEU! DAS DEMIAN-KONZEPT: EINE EINFÜHRUNG IN RESSOURCENORIENTIERTERES HANDELN

☐ Ref.: FCPIC85/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 80,00 EUR

AROMATHERAPIE FÜR FORTGESCHRITTENE: ÄTHERISCHE ÖLE IN DER PALLIATIVE CARE

☐ Ref.: FCMIC16/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 90,00 EUR

LA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE ET LA MÉTHODE HACCP

☐ Ref.: FCPIC97/16

Preis/Prix (MwSt./TTC): 240,00 EUR

EINFÜHRUNG IN DAS PFLEGE MODELL NACH PROF. ERWIN BÖHM

☐ Ref.: FCPIC48/17

Preis/Prix (MwSt./TTC): 900,00 EUR

MH KINAESTHETICS ZERTIFIZIERUNGSKURS – INTERDISZIPLINÄR

☐ Ref.: FCPIC27/17

Preis/Prix (MwSt./TTC): 80,00 EUR

EINFÜHRUNG IN DIE AROMATHERAPIE – MIT DÜFTEN HELFEN UND HEILEN

Name / Nom

Straße / Rue

PLZ und Ortschaft / Code postal et ville

Tel. / Tél.

E-Mail

Institution

Rechnungsadresse / Adresse de facturation

Datum / Date

Unterschrift / Signature

Die allgemeinen Bedingungen habe ich zur Kenntnis genommen! / J'ai pris connaissance des conditions générales!

Bitte deutlich schreiben (Druckbuchstaben) / Ecrire lisiblement s.v.p. (en majuscules)

Bitte schicken Sie das Anmeldeformular an: / Veuillez envoyer le formulaire d'inscription au:

RBS – Center fir Altersfroen asbl [Fortbildungsinstitut / Formation continue]

Boite Postale 32 – L-5801 Hesperange

oder faxen unter/ou envoyer par téléfax au: **36 02 64**



ABONNEMENT

**Coupon bitte vollständig ausfüllen
und einschicken an:**

RBS – Center fir Altersfroen asbl [Fortbildungsinstitut]
Boîte Postale 32 – L-5801 Hesperange

Ja, bitte schicken Sie mir das **RBS-BULLETIN** – Das Luxemburger Fachblatt für Altersfragen regelmäßig zu.
Ich bezahle für 3 Hefte pro Jahr nur 12 Euro inkl. Porto.
Der Bezug gilt zunächst für ein Jahr und verlängert sich automatisch,
wenn ich nicht vier Wochen vor Ablauf kündige.

Bequem und bargeldlos.

(Nur Lastschriftverfahren möglich. Die Einzugsermächtigung erlischt mit der Kündigung des Heftbezugs.)

Bitte unbedingt deutlich in Druckbuchstaben ausfüllen:

Name/Vorname (Kontoinhaber)

Straße/Nr.

Kreditinstitut

BLZ (SWIFT/BIC)

Kontonummer (IBAN)

Datum/Unterschrift

Ihr Preis-Vorteil im Abonnement:

- drei Ausgaben pro Jahr frei Haus
- für nur 12 Euro jährlich inkl. Porto
- gegenüber 13,50 Euro im Einzelverkauf

Garantie: Die Bestellung wird erst wirksam, wenn nicht innerhalb von 14 Tagen schriftlich beim RBS widerrufen wird. Die Frist beginnt einen Tag nach Absendung der Bestellung.

Oder überweisen Sie den Betrag von 12 Euro für 3 Ausgaben mit den Angaben: Name/Vorname, Straße/Nr., PLZ/Ortschaft auf das Konto des RBS – Center fir Altersfroen asbl – DEXIA IBAN LU08 0028 1385 2640 0000 – BIC: BILLULL

Teilnahmebedingungen für Seminare

Die Seminarübersicht enthält die Mehrzahl der Veranstaltungen, die zum Zeitpunkt der Drucklegung bereits geplant waren. Weitere Angebote finden Sie auf unserer Homepage www.rbs.lu unter der Rubrik „Fortbildungsinstitut“.

Für alle hier angekündigten Seminare ist eine persönliche und unverbindliche Voranmeldung per Anmeldeformular (siehe Seminarkalender) oder telefonisch unter Tel.: 36 04 78-34 (Bereich Gerontologie und Psychogeriatric), bzw. 36 04 78-22 (Bereich Management) möglich. Eine Vorreservierung kann auch über unsere Homepage www.rbs.lu getätigt werden. Vorreservierungen sind bis 6 Wochen vor Seminarbeginn möglich.

Alle Seminare werden offiziell ausgeschrieben und an die Institutionen verschickt, soweit sie nicht bereits ausgebucht sind. Sollten Sie bereits einen Seminarplatz reserviert haben, erhalten Sie eine **persönliche Einladung**. Sie müssen sich dann **innerhalb von 10 Tagen verbindlich** anmelden. Während dieser Frist bleibt Ihr Seminarplatz reserviert. Die Teilnahmegebühr wird erst **nach** Erhalt der Teilnahmebestätigung fällig.

Leider können wir die Teilnahmegebühren nur dann nicht in Rechnung stellen, wenn Sie für Ihr Fernbleiben einen triftigen Grund vorlegen. Bei Abwesenheit ohne Abmeldung werden die **gesamten Kursgebühren** fällig.

Conditions de participation aux séminaires

La vue synoptique des séminaires contient la plupart des manifestations qui ont été fixées jusqu'à la date d'impression. Pour en savoir davantage sur notre programme de formation, veuillez consulter la page des manifestations sur notre site www.rbs.lu.

Une préinscription aux séminaires est possible soit par l'envoi du coupon-réponse qui suit le calendrier des manifestations du Bulletin RBS, soit par au Tél.: 36 04 78-34 (volet Gerontologie & Psychogériatrie), 36 04 78-22 (volet Management), soit par le biais d'une inscription électronique www.rbs.lu. Veuillez respecter un délai de 6 semaines avant le début des séminaires.

Tant qu'il restera des places, les invitations aux séminaires seront envoyées officiellement à toutes les institutions. Si vous avez effectué une préinscription à l'un de ces séminaires, une **invitation personnelle** vous sera envoyée par courrier. Il vous restera alors **10 jours** pour vous inscrire **définitivement** par le coupon-réponse joint à l'invitation. Pendant ces dix jours, votre place restera réservée pour vous. En règle générale, les frais de participation sont à payer **après** réception d'une confirmation de participation.

Les frais de participation ne peuvent être restitués qu'en cas d'absence avec raison valable.

La **totalité des frais de participation** est à payer en cas d'absence sans préavis.



Mir sangen, danzen, diskutéieren

Band 2

Lidderbuch mat 24 internationalen „Evergreens“ a bekannte lëtzebuerger Lidder opgeholl zesumme mam Camille Kerger

Dëst Buch mat 2 CDe ka flott an der Altenfleeg agesat ginn, sief et allgemeng an der Animatioun oder och fir mat Gruppen Danz am Sëtzen ze maachen.



18€

160 Säiten
2 CDe mat
bekannte Lidder
(vocal / instrumental)

Noute mam Text

CD (Musek an Text)

Übunge fir Danz am Sëtzen

Erklärungen zum Lidd

ISBN: 978-99959-750-3-6



CENTER FIR
ALTERSFROEN

www.rbs.lu

Bestellschäin

(w.e.g. adresséieren un)

Ech bestellen _____ Exemplare(en)
vum Buch „Mir sangen, danzen, diskutéieren“ (Band 2).

RBS – Center fir Altersfroen asbl
B.P. 32 L-5801 Hesperange

Numm: _____

Strooss/Uertschaft: _____

☎ _____

E-mail: _____

Datum: _____

Ënnerschrëft: _____

**Oder bestellt
per Telefon ënner:**

☎ **36 04 78-33**

PARTIR, RESTER, VIEILLIR AU LUXEMBOURG?

Exit le mythe du retour du «Gastarbeiter», le travailleur «hôte» arrivé dans les années 60: nombreux sont les immigrés qui manifestent un profond attachement au Luxembourg désirant y passer leurs vieux jours, adoptant la nationalité luxembourgeoise et se décidant même pour leur pays d'accueil comme lieu de sépulture.

Et qu'en est-il des ressortissants de pays UE, mais aussi de pays hors UE? Y-a-t-il des différences de pratiques et d'aspirations liées au vieillissement selon les communautés? En matière de prise en charge due au vieillissement, souhaitent-ils compter sur leur famille ou veulent-ils plutôt miser sur les institutions du pays d'accueil? L'on peut notamment remarquer des différences entre ressortissants de pays membres de l'UE et hors UE: les ressortissants UE tendant plutôt vers la prise en charge professionnelle, les ressortissants non-UE ayant tendance à privilégier une prise en charge par la famille ou les proches.

Voilà quelques-unes des questions que le Centre d'Etude et de Formation Interculturelles et Sociales (CEFIS) s'est posées afin de réaliser l'étude intitulée «Le vieillissement des migrants: Partir, rester, vieillir au Luxembourg?». L'étude, parue dans la série RED, a été financée dans le cadre du Fonds européen d'intégration des ressortissants de pays tiers.

Cette étude peut être commandée via virement d'une participation aux frais de 5 € sur le compte du CEFIS asbl CCPLLULL LU15 1111 1147 3278 0000 avec la mention RED20.

tel.: 44 743 501
email: cefis@cefis.lu

MAREDOC

GELUNGENE PREMIERE

Als erste Altenhilfe-Einrichtung in Luxemburg hat die Maredoc asbl (Heisdorf) im April das Zertifikat „E-Qalin® Qualitätshaus nach Selbstbewertung“ erhalten. Damit wurde offiziell bestätigt, dass eine hausinterne Selbstbewertung anhand einer detaillierten Dokumentation von Strukturen und Prozessen (Kriterien) sowie Ergebnissen (Kennzahlen) vollständig durchgeführt wurde. «



VER-RÜCKTE ZEITEN FÜR DIE ALTEN-HILFE

WO SOLL DIE REISE HINGEHEN?

In Zeiten sowohl finanziell als auch personell knapp werdender Ressourcen steht die Luxemburger Altenpflege in den nächsten Jahren vor großen Herausforderungen. Dank des demografischen Wandels, sprich einer immer älter und gleichzeitig heterogener werdenden Gesellschaft, wird es wohl kaum an Klienten fehlen. Es stellt sich jedoch die Frage, wer diese in den kommenden Jahren auf welche Weise und zu welchem Preis noch adäquat betreuen kann. Im Mai nahm sich ein vom RBS organisierter Vortrag mit anschließender Podiumsdiskussion im hauptstädtischen „Cercle Cité“ der Thematik an. Gastredner Prof. Dominique Verté von der Université Libre in Brüssel stellte dabei vorab die momentan europaweit diskutierte Frage: „Comment faire mieux avec moins de ressources?“ Insgesamt sei die Tendenz zu bemerken, so Verté weiter, dass sich die Gesellschaft weg von einer globalen hin zu einer individuellen Absicherung entwickle, in der der Einzelne mehr Verantwortung für sein Alter und Altern übernehmen müsse. Was aber tun mit Menschen, die aus finanziellen, krankheits- oder suchtsbedingten Gründen dazu nicht in der Lage sind? Ein Problem, das

sich momentan in Luxemburg vielleicht noch nicht mit voller Brisanz zeigt, aber an Bedeutung gewinnen wird, da auch hier z.B. die Anzahl an finanziell schlechter gestellten Alleinerziehenden steigt.

Die Teilnehmer der von Jean-Pol Roden (Radio 100,7) moderierten Diskussionsrunde, Familienministerin Corinne Cahen, RBS-Präsidentin Danielle Knaff, Dr. Jean-Claude Leners (Geriatre Centre Pontalize), Michel Simonis (Generaldirektor Croix-Rouge), Alain Dichter (Generaldirektor Servior) sowie Professor Verté, gingen kontrovers an die Thematik heran. Im Fokus standen dabei u.a. fehlende Alternativangebote zu stationärer und ambulanter Versorgung, die veränderten Bedürfnissen und Lebensformen gerecht werden; steigende Personalkosten und dementsprechend höhere Preise bei der professionellen Betreuung; fehlende Strukturen für alte Menschen mit Sucht- und/oder psychiatrischen Erkrankungen; das Einhalten gesetzlicher Bestimmungen z.B. bei der Beschäftigung von ausländischen Pflegekräften in Privathaushalten sowie mehr Transparenz bei der Preisgestaltung der Pflegeanbieter. «



**31^{ème} JOURNÉE
DE GÉRONTOLOGIE
LE 12 OCTOBRE 2016
DE 14.00 À 17.00 HEURES**

Auditoire eduPôle (ancien Audimax)
WALFERDANGE

Suchterkrankt und wohnungslos im Alter

ACCUEIL:

Dr Carine FEDERSPIEL
(Présidente ALGG)

ALLOCUTION:

Corinne CAHEN (Ministre de la Famille,
de l'Intégration et à la grande région)

MODERATION:

Jean-Paul STEINMETZ
(PhD, ZithaSenior), Dr. Jean-Claude LENERS
(Géiatre)

14.15 – 15.00 heures:

Dr. Gerd REIFFERSCHIED,
Diplom-Pädagoge und Sozialwissenschaftler,
Abteilung Langzeithilfen, Referent für
Sucht- und Gesundheitshilfen Katholischer
Männerfürsorgeverein München e.V.

15.00 – 15.45 heures:

Ute JENNICHES, Altenpflegerin,
Peter WENZEL, Krankenpfleger,
Pflegekonzert aus dem Wohnbereich «Villa»,
Ordensgemeinschaft der Armen-Brüder des
heiligen Franziskus, Düsseldorf

16.15 – 17.00 heures:

Jean-Nico PIERRE, Directeur,
Dr. Jean-Marc CLOOS, Psychiatre,
Fondation Jugend- an Drogenhölle,
Luxembourg

Sprachen: Deutsch und Luxemburgisch
Sous le patronage du Ministère de la Famille



Journée organisée en collaboration
avec la SMLGG
(Société Médicale Luxembourgeoise de Gériatrie
et de Gérontologie)

PSYCHOPHARMAKA IM ALTER

PFLEGELEICHT UND ANGEPASST?



„There's a pill for every ill“, lautet ein Sprichwort, das besonders für alte Menschen immer noch allzu oft gilt. Der Einsatz von Psychopharmaka in der Altenpflege und medizinischen Betreuung ist nach wie vor ein brisantes Thema, dem sich der RBS – Center für Altersfragen daher in einem Vortrag in der „Banque de Luxembourg“ angenommen hat.

Gastredner war der deutsche Arzt für Nervenheilkunde, Geriatrie, Psychotherapeutische Medizin und Psychoanalyse, Prof. Dr. Dr. Rolf Dieter Hirsch. Einleitend verwies Dr. Martine Hoffmann, Verantwortliche der RBS „Cellule de recherche“, auf den Konsum von Psychopharmaka in Luxemburg, dessen Zahlen eine deutliche Sprache sprechen: „Die Tatsache, dass Luxemburg in puncto Benzodiazepinkonsum, dazu gehören z.B. Beruhigungsmittel, im europäischen Vergleich eine Spitzenposition einnimmt, sollte uns zu denken geben“, so die Psychologin. „Zu den Risikogruppen zählen, laut aktuellem Befund, vor allem Frauen und alte Menschen: 63,6% der Dauerkonsumenten sind Frauen und 37,9% sind Personen über 69 Jahre.“

Problematisch ist diese Tendenz besonders in der Begleitung älterer Menschen. „Hier hört man leider nur wenig von Psycho- und Sozialtherapie, aber umso mehr von Psychopharmaka. Es wird zu selten nach Alternativen zu Medikamenten gesucht und die Bedeutung der Beziehung zwischen Arzt und Patient nach wie vor unterschätzt“, bedauerte Prof. Hirsch.

Gerade in stationären Einrichtungen würden überdurchschnittlich viele Psychopharmaka verordnet und verabreicht, oft wohl auch mit dem Hintergrund den Betroffenen „pflegeleichter und angepasster“ zu machen. „Jede medikamentöse Therapie bei älteren Patienten ist ein individuelles Experiment. Neben- und Wechselwirkungen können gerade für alte Menschen gefährliche bis tödliche Folgen haben“, warnte der Mediziner. Sinn und Zweck der Medikamente sollten regelmäßig überprüft, der Nutzen für den Patienten hinterfragt werden. Gerade bei Menschen mit Demenz sei die unkritische und häufige Verabreichung von Neuroleptika geradezu kontraindiziert und lasse die Betroffenen meist völlig apathisch werden.

„Medikamente können zu einer innerlichen Fixierung führen, die den freien Willen des Einzelnen maßgeblich einschränkt und zumindest in Deutschland eigentlich einer richterlichen Genehmigung bedürfte“, kritisierte der Experte eindringlich. “

www.cellulederecherche.lu

**Hier ist ein filmischer Mitschnitt
des Vortrags zu sehen.**

„RHUMMER GOSPEL“

ERFOLGREICHER AUFTRITT



Blues'n Jazz Ralley 2016: Auf einer der zahlreichen Bühnen haben sich 16 Damen zwischen 74 und 96 Jahren versammelt, die „Rhummer Gospel“. Die Perfor-

mance der alten Damen war mitreißend und emotional. Sie haben dem Alter und der Aufregung getrotzt. Und dem Wetter. Robert Bodja, musikalischer Leiter dieser eingeschworenen Gemeinschaft, hat immer wieder betont: „Et gëtt kee Reen“. Und er sollte recht behalten. Zeitgleich mit dem ersten Lied klarte der Himmel auf und die Choristinnen sangen, als hätten sie nie etwas anderes im Leben getan.

Hinter den Chormitgliedern – es sind allesamt Bewohnerinnen des Seniorenzentrums „Op der Rhum“ – liegt ein Jahr harte Arbeit. Im September gehen

die neuen Proben wieder los. Und zwar nicht nur „Op der Rhum“. Denn das Gospelfieber wirkt ansteckend und so wird Robert Bodja weitere Gruppen in anderen SERVIOR-Häusern coachen und in die Technik der afroamerikanischen Musikrichtung einführen.

Das Projekt „Gospel and Friends“, gefördert und koordiniert durch die Stiftung EME, wird im November 2017 mit einem großen gemeinsamen Abschlusskonzert zu Ende gehen. «

(Pressemitteilung Servior)

SAVE THE DATE!



Bewusste und praktische Gesundheitsentwicklung

*pour une santé
responsable et consciente*

- «Activité physique et santé: bougeons-nous!»
Dr. Alexis Lion / Luxembourg Institute of Health
- Kinaesthetics en pratique – Résidence An de Wisen / Bettembourg
- Pause
- Cycle d'apprentissage – Lernzyklus / les formateurs MH Kinaesthetics.lu

*reconnue formation continue
als Fortbildung anerkannt*

Prix: 25€

membres asbl Kinaesthetics.lu: 15€

15 novembre 2016
13h30 - 17h

Konviktsgaard (parking Monterey)
11, avenue Marie-Thérèse
L-2132 Luxembourg

Kinaesthetics lëtzebuerg asbl
www.kinaesthetics.lu



Inscriptions/Anmeldung:

RBS – Center fir Altersfroen, Itzig – Tel.: 36 04 78-33, Mail: boreux@rbs.lu

DEN NEIE PROJET LTP SIM

UM RICHTIGE MËNSCH GELÉIERT

Den LTPS ass am Gaang e Projet op d'Been ze setzen, bei deem d'Schüler an direktem Kontakt mat Persounen, déi Patient spillen, alldeeglech Situatiounen aus dem Spidol üben. Explicatiounen vun den zwee responsabel Enseignanten vum Projet, dem Här Roland Muller an der Madame Malou Wagner: „Als „Lycée technique pour professions de santé“ (LTPS) bilde mir Schüler fir d'Gesondheitsberuffer aus. Nieft der theoretescher Ausbildung ginn déi éischt praktesch Schrëtt an der Schoul geübt. Mir hu festgestallt, datt de Passage zum direkte Kontakt mam Patient schwiereger ka sinn. Déi meescht Übunge ginn unhand vu Mannequinen duerchgefouert, mä dat ass net dat selwecht, wéi wann een an enger konkreter Situatioun ass,

wou de Patient och reagiert. Eise Projet besteet doran, Simulatiounen fir eis Schüler unzebidden, an duerfir brauche mir engagéiert Leit, déi sech als „Patienten“ zur Verfügung stellen. Am Ausland gëtt scho säit ville Jore mat Simulatiounen geschafft, dat erlaabt et fir d'Schüler besser op d'Praxis virzebereeden. D'Simulatioun soll am Fong d'Sécherheet vum Patient garantéieren. De Projet gëtt während dräi Joer finanziell gefërdert vu verschiddene Gremien, wéi d'Chambre de Commerce an de Ministère, an no deenen dräi Joer sollen d'Resultater an den normale Schoulprogramm integréiert ginn. Mir hu Situatiounen erausgesicht, déi gekoppelt sinn un e fleegereschen Akt. Et geet hei an éischter Linn ëm d'Kommunikatioun mam Patient. Dat soll dozou bäidroen,

dass de Schüler sech an enger reeller Situatioun méi sécher spiert. Hie kritt en direkte Feedback vun sengem „Patient“, zum Beispill wéi dëssen sech gefillt huet, ob de Schüler gutt reagiert a kommunizéiert huet. E ganz wichtege Punkt no sou enger Mise en situation ass den Debriefing: wéi huet de Schüler reagiert, wéi huet e sech dobäi gefillt, wat hätt e kënnen anescht oder besser maachen? “

Falls Dir Interesséiert un dësem flotte Projet hutt, kënnt Dir Iech direkt un den Här Muller wenden:

Roland.muller@education.lu.

Dir kënnt Iech awer och beim RBS um Tel. 36 04 78-21 (Andrée Birnbaum) mellen a mir leeden Är Donnéeën da weider.

A Possen

Musée folklorique et viticole
Musée du jouet
Wäistuff

Bech-Kleinmacher • Moselle • Luxembourg



De MUSEES-KOFFER „A Possen“ ON TOUR

Op e Wunn-, Fleegeheim oder en Dagesfoyer, mir bréngen Iech de Musée!

Informatioun a Reservatioun um
23 69 73 53 oder info@musee-possen.lu

LUXEMBURGER BLEIBEN LÄNGER FIT IM HIRN

MEHRSPRACHIGKEIT

Ältere Menschen sind im Großherzogtum weniger von Demenzerkrankungen betroffen als im Rest Europas. Das hat das Luxembourg Institute of Health (LIH) in einer Studie mit Über-64-Jährigen herausgefunden. Obwohl die Demenzrate in Europa durchschnittlich sechs Prozent beträgt, liegt sie in Luxemburg bei gerade einmal 3,8 Prozent. Auch der Anteil von Senioren mit kognitiven Störungen ist gering. Er liegt hierzulande bei 26,1 Prozent. Eine vergleichbare Studie in Australien hat ergeben, dass 33,5 Prozent der Älteren unter Gedächtnisstörungen leiden.

Das LIH erklärt, woran das liegen könnte: an der Mehrsprachigkeit der Einwohner Luxemburgs.

„Menschen, die intensiv mehr als zwei Sprachen praktizieren, sind um einen Faktor drei bis vier von kognitiven Störungen im Vergleich zu zweisprachigen Menschen geschützt“, erklärt Magali Perquin, Projektmanagerin im „Department of Population Health“ des LIH. „Bei diesen Menschen gibt es durch die kognitive Stimulation während des ganzen Lebens eine große Energieresource im Gehirn.“



NEBENWIRKUNGEN VON GEDÄCHTNIS-TRAININGS?

TEURES RÄTSEL

Eine 91 Jahre alte Frau hat in Nürnberg ein im Neuen Museum ausgestelltes Kreuzworträtsel-Kunstwerk ausgefüllt. Sie hatte in dem mit 80 000 Euro versicherten Werk des Künstlers Arthur Köpcke mit einem Kugelschreiber mehrere Buchstaben in das angefangene Rätsel hineingelassen. Zum Glück ließ sich der Schaden leicht beheben.

Das neue Buch vom Biographiegroup vom RBS könnt den 19. November heraus!



28€

MAT DER KART AKTIV60+
KRITT DIR ENG REMISE
VUN 10%



Nom grouse Succès vum eisem leschte Buch iwwer d'Kandheet an de 40er Joren, war et e logesche Schrëtt, fir eng Serie iwwer d'50er Joren ze publizéieren.

An dësem éischte Band hu mir ugefaangen, wou jiddereen sech am beschten auskennt: Doheem. A perséinlechen Temoignagen erzielen d'Auteurs vum dëser Zäit, an där sech esou vill verännert huet an esou vill Neies opkomm ass, vum lessen, dat nees méi vëlleg do war a vun der neier Moud, déi Fra a Mann begeeschtert huet.

D'Buch ass mat ville Fotoen illustréiert. D'Texter sinn op lëtzebuergesch an däitsch.

D'Buch gëtt den 19. November op de Walfer Bicherdeeg presentéiert.

Dir könnt et elo scho virbestellen, iwwer Tel. 36 04 78-1 oder op www.rbs.lu.

ISBN: 978-99959-750-4-3

INFO-ZENTER DEMENZ (I-ZD)

NEUE ANLAUFSTELLE IN LUXEMBURG-STADT

UN NOUVEAU GUICHET A ÉTÉ OUVERT À LUXEMBOURG-VILLE

Text **Jean-Marie Desbordes (Direktor I-ZD) / Par Jean-Marie Desbordes (directeur I-ZD)**



(v.l.n.r.) Tara Jung, Jean-Marie Desbordes und Isabel Pereira bilden das mehrsprachige Team
(Lux, De, Fr, Eng, Spa und Portugiesisch)

(de gauche à droite) Tara Jung, Jean-Marie Desbordes et Isabel Pereira présentent l'équipe plurilingue
(lux, all, fr, ang, esp, et portugais)

Aufgrund der demographischen Entwicklung nimmt die Zahl demenzkranker Menschen in unserer Gesellschaft zu. Laut Statistik leiden in Luxemburg circa 7.000 Einwohner an Demenz, die Dunkelziffer ist noch höher. Das Thema „Demenz“ ist demnach omnipräsent, wirft viele Fragen auf, bleibt für die Gesellschaft jedoch häufig noch ein Tabuthema, über das man nur ungern spricht. Vielfältig sind bereits

Avec l'évolution démographique, la prévalence des démences augmente dans la population. Selon les statistiques, on compte au Luxembourg 7.000 personnes atteintes d'une forme de démence, mais ce chiffre est probablement largement sous-estimé. La démence est donc omniprésente, elle soulève beaucoup de questions, mais au sein de la population le thème reste taboué.

jetzt die Angebote der verschiedenen Organisationen und der einzelnen ambulanten und stationären Pflege- und Betreuungsdienste zum Thema „Beratung, Hilfe und Unterstützung bei Demenz“. Auf Basis des nationalen Aktionsplans „Demenz“, der am 13. März 2013 vom Regierungsrat gebilligt wurde, eröffnete das „neutrale“ Info-Zenter Demenz (I-ZD) in Luxemburg-Stadt, **14a, rue des Bains, L-1212 Luxemburg, Tel.: 26 47 00, Mail: mail@i-zd.lu** vor kurzem seine Türen.

Seit dem 4. Juli 2016 kann man sich mit allen auftretenden Fragen und Problemen in Bezug auf eine mögliche oder bestehende Demenzerkrankung nun auch unmittelbar an die Ansprechpartner dieser zentralen Anlaufstelle, direkt neben der Badanstalt, wenden. Die Mitarbeiter des **I-ZD**, die der Schweigepflicht unterliegen, gewährleisten einen **kostenfreien, erfahrenen und qualitativen Info-Service** zum Krankheitsbild „Demenz“ sowie hilfreiche Hinweise zu den in Luxemburg tätigen ambulanten und stationären Pflege-, und Betreuungsdiensten.

Das **I-ZD**, für Betroffene, ihre Angehörigen und alle am Thema Interessierten, ist an folgenden Tagen erreichbar:

MONTAG	11.00 – 17.00 Uhr und nach Vereinbarung
DIENSTAG	13.00 – 17.00 Uhr und nach Vereinbarung
MITTWOCH	11.00 – 17.00 Uhr und nach Vereinbarung
DONNERSTAG	13.00 – 19.00 Uhr und nach Vereinbarung
FREITAG	07.30 – 11.30 Uhr und nach Vereinbarung
SAMSTAG	10.00 – 16.00 Uhr
SONNTAG	Bei Bedarf

Ziel des **I-ZD** ist es, einem breiten Publikum das Thema „Demenz“ nahezubringen und auch dazu beizutragen, dass sich die Betroffenen und deren Angehörige rechtzeitig über alle relevanten Aspekte zur Krankheit informieren können. Nur so kann man sich frühzeitig um eine angepasste Unterstützung und Hilfe kümmern. «

Les services offerts par les différents prestataires actifs dans le secteur des aides et des soins sont multiples, que ce soit dans les maisons de soins, par les réseaux de soins à domicile ou par d'autres acteurs en relation avec la démence.

Basé sur le plan d'action national «maladies démentielles» qui a été approuvé par le Conseil de Gouvernement en date du 13 mars 2013, le guichet «neutre» Info-Zenter Demenz (I-ZD) vient d'ouvrir ses portes à l'adresse: **14a, rue des Bains, L-1212 Luxembourg, tél.: 26 47 00, mail: mail@i-zd.lu**, à côté de la «Badanstalt. Depuis le 4 juillet 2016, vous pouvez vous y rendre directement avec toutes vos questions et problèmes tournant autour du sujet des démences. Les collaborateurs du **I-ZD**, qui sont tous soumis au secret professionnel, vous offrent **gratuitement un service d'information de qualité** sur l'aspect des maladies démentielles ainsi que des notices explicatives concernant les prestataires des différents secteurs d'aides et des soins des milieux stationnaire et ambulants.

Le **I-ZD**, qui s'adresse à toutes les personnes atteintes d'une forme de démence, à leur entourage ainsi qu'à toute personne intéressée est ouvert:

LUNDI	11.00 – 17.00 heures et sur rdv
MARDI	13.00 – 17.00 heures et sur rdv
MERCREDI	11.00 – 17.00 heures et sur rdv
JEUDI	13.00 – 19.00 heures et sur rdv
 VENDREDI	07.30 – 11.30 heures et sur rdv
SAMEDI	10.00 – 16.00 heures
DIMANCHE	selon les besoins

Le but de l'équipe du **I-ZD** est de sensibiliser la population et de contribuer à ce que les concernés et leur entourage puissent se renseigner sur les différents aspects de la maladie en temps utile. De cette manière on peut prévoir une prise en charge précoce et bien adaptée à la situation. «

Ihre Treppe leicht hinauf und hinunter!

Entdecken Sie den Treppenlift und den Hauslift von
THYSSENKRUPP Ascenseurs

Ob kostenloses Preisangebot oder Beratung,
Rufen Sie uns einfach an: 40 08 96



THYSSENKRUPP ASCENSEURS S.à r.l.

22, Rue Edmond Reuter, L-5326 Contern

Tel.: 40 08 96, E-mail: luxembourg@thyssenkrupp.com

engineering.tomorrow.together.



thyssenkrupp