



## Tabuthema den Schrecken nehmen

Kostenloses Kursangebot für pflegende Angehörige

Foto: js-photo - stock.adobe.com

■ Von Marcella Danner

Oberndorf. Einst war er ein gestandener Mann. Vielleicht ein Geschäftsführer oder ein Vereinsvorsitzender – ein Macher eben. Und heute weiß er nicht mehr wie man seine Schuhe bindet, erkennt die eigene Tochter oder die Lebenspartnerin nicht mehr. Wer einen Angehörigen hat, der an Demenz erkrankt ist, tut sich oft schwer damit.

Ein Krebsleiden ist natürlich ebenso schlimm. Doch es lässt sich besser »greifen«. Einem Demenzkranken sieht man seine gesundheitliche Einschränkung zunächst mal nicht an. Demenz ist immer noch ein Tabuthema. Das weiß Beatrice Gaiselmann von der Oberndorfer Beratungsstelle »Leben und Wohnen im Alter«. Schließlich hat sie arbeitstäglich damit zu tun. Sie möchte der Erkrankung den Schrecken nehmen, »Hilfe beim Helfen« anbieten. So heißt auch das kostenlose Kursangebot ab 31. Oktober für Angehörige von demenziell Erkrankten oder Menschen, die sich einfach mal informieren wollen – vielleicht prophylaktisch. Es ist eine Gemeinschaftsaktion der Pflege-

stadt in Zusammenarbeit mit der Alzheimergesellschaft Baden-Württemberg, dem Seniorenzentrum Haus Raphael, der Sozialstation Oberndorf und der Beratungsstelle »Leben und Wohnen im Alter«.

Drei Frauen, die im vergangenen Jahr am Kurs teilgenommen haben, haben sich zu einem Gespräch mit unserer Zeitung bereit erklärt. Denn eines haben sie auf jeden Fall gelernt: Sie können sich besser öffnen, anderen von ihrem Schicksal erzählen. Die Ehemänner von Hannelore Mutschler und Inge Baumann sind an Demenz erkrankt. Liesel Figge hat den Kurs prophylaktisch besucht.

Sie möchte für den Fall der Fälle gerüstet sein. Nicht, dass sie selbst eine Erkrankung befürchtet. Jedoch lebt die nicht mehr ganz so junge Frau alleine und will alles geregelt haben, falls es einmal nötig sein sollte.

Für Inge Baumann war es anfangs schwer, mit der Erkrankung ihres Mannes offen umzugehen. Heute vertraut sie sich anderen Menschen an. Natürlich gehe sie mit dem Demenzleiden nicht hausieren, berichtet sie. Aber ein Gespräch mit Nachbarn oder Bekannten über das Thema fällt ihr inzwischen leichter. Die Hemmschwelle sei nicht mehr so hoch.

Hannelore Mutschler hat sich ihren Humor bewahrt. »Früher hat man gesagt, da ist einer »nemme ganz bache«, sagt sie schmunzelnd. Sie weiß natürlich, dass die Demenz ihres Mannes eine komplexe Erkrankung ist, mit der man umzugehen lernen muss. »Dieser Humor ist wichtig«, klinkt sich Beatrice Gaiselmann ein. »Eine Portion Gelassenheit hilft.«

Baumann und Mutschler räumen aber auch ein, dass sie manchmal mit ihrer Geduld an ihre Grenzen stoßen. Etwa, wenn es ewig dauert, bis man gemeinsam das Haus verlassen kann. Im Kurs haben sie gelernt, im geschützten Kreis

von Mitbetroffenen auch mal Dampf abzulassen. »Denn das ist nur all zu menschlich und durchaus hin und wieder nötig,« bestätigt Gaiselmann.

Und praktische Tipps zum Leben im Alltag – etwa dem Demenzkranken die Teller zu reichen, mit der genauen Anweisung, sie auf den Tisch Mittagstisch zu stellen – setzt Hannelore Mutschler um. So wird dem kranken Partner das Gefühl gegeben, dass er noch gebraucht wird. Ein wichtiges Element in der Demenzpflege.

Die drei Frauen können anderen Betroffenen nur zur Teilnahme am Kurs raten. Neben den nützlichen Informationen hat er ihnen geholfen, offener mit dem Thema umzugehen. Ein wichtiger, wenn nicht womöglich der wichtigste Nutzen, den das Angebot bereithält.

■ Beatrice Gaiselmann bietet zudem ein Austauschforum für pflegende Angehörige an. In ungezwungener Atmosphäre findet das Treffen am Dienstag, 15. Oktober, 14.30 Uhr, im Veranstaltungsraum im Seniorenzentrum Haus Raphael statt. Dazu sollte man sich bis 14. Oktober unter nebenstehender Telefonnummer

### INFO

#### Hilfe beim Helfen

Kursbeginn: Donnerstag, 31. Oktober, 13 bis 15 Uhr  
Kursdauer: sieben mal zwei Stunden, jeweils donnerstags  
Kursinhalte:  
31. Oktober: Wissenswertes über Demenz  
7. November: Demenz verstehen

nen zur rechtlichen Vorsorge  
21. November: Den Alltag leben  
28. November: Pflegeversicherung und Entlastungsangebote  
5. Dezember: Herausfordernde Situationen und Pflege  
12. Dezember: Entlastung für Angehörige

mann, Altenpflegerin, Beratungsstelle »Leben und Wohnen im Alter«, Oberndorf  
Kursort: Seniorenzentrum Haus Raphael, Oberndorf  
Anmeldung: Beratungsstelle, Beatrice Gaiselmann, Telefon 07423/9 50 95 44, E-Mail info@beratungsstelle-obern-

### ■ Oberndorf

■ Der Lauffest des TVO startet samstags um 14.30 Uhr am Wanderparkplatz beim Stockbrunnen.

■ Die Trauerbegleiter der Ökumenischen Hospizgruppe Raum Oberndorf laden zum Treffen für Trauernde heute (jeweils am ersten Samstag im Monat) von 15 bis 17 Uhr im Gemeindehaus »Quelle« in Winzeln neben der katholischen Kirche ein. Abschied zu nehmen ist eine schmerzhafteste Erfahrung. Beim Treffen kann man anderen Trauernden begegnen, unabhängig von der Konfession und davon, wie lange der Verlust zurückliegt. Fahrgelegenheit ist bei Bedarf möglich. Infos unter Telefon 07423/9 50 95 55.

■ Zum Kinderfrühstück für alle Kinder im Alter von sechs bis 13 Jahren lädt die Freie evangelische Gemeinde für den heutigen Samstag ein. Das Motto des Jubiläums-Frühstücks lautet »Das Beste aus 20 Jahren« und findet von 8.30 bis 12 Uhr in der Gemeinderäumen in der Neckarstraße 25 statt. Parallel wird ein Elterncafé angeboten.

■ Der Tafelladen in Oberndorf besteht seit zehn Jahren. Aus diesem Anlass hat die Tafel die Beauftragte der Bundesregierung für Migration, Flüchtlinge und Integration, Annette Widmann-Mauz (CDU), eingeladen. Sie wird am Montag, 7. Oktober, ab 18.30 Uhr in der ehemaligen Klosterkirche zum Thema »Sodd mr? Mach mr! Ideen und Bausteine für ein gelingendes Miteinander« sprechen. Die Bevölkerung ist eingeladen.

■ Zu einem Tanz-, Poesie- und Musikkonzert zum Erntedankfest mit dem Titel »Wie herrlich leuchtet mir die Natur« mit Hannah Moninger, Tanz und Sprache und Mi-