

Menschen mit Demenz im Alltag begleiten

Menschen mit einer Demenz brauchen den Kontakt mit anderen Menschen und die Möglichkeit, sich zu betätigen. Die Gemeinschaft mit anderen Betroffenen kann trösten und helfen. Durch unterschiedliche Betreuungsgruppen wollen wir die Bedürfnisse und Lebenswelten der erkrankten Menschen aufgreifen. Bewegungs- und Musikangebote, gemeinsame Spiele und Erinnerungspflege haben neben der Förderung von verbliebenen Fertigkeiten ihren festen Platz in der Betreuung.



Die festen Gruppen bestehen jeweils aus 4-9 Teilnehmern/innen und werden von qualifizierten Demenzbetreuern geleitet. Ein vorheriges Beratungsgespräch ist notwendig. Ein Probetag ist möglich.

● Sport – und Gedächtnistraining für Menschen mit einer beginnenden Demenz

Das 2stündige Angebot beginnt mit einem lockeren Gedächtnistraining. In Gruppen- und Einzelarbeit, auch mit Hilfe von Arbeitsblättern, werden verschiedene Aufgaben gelöst. Hierbei steht immer der Spaß und die Kommunikation in der Gruppe im Vordergrund.

In der zweiten Stunde eines jeden Termins findet im Gymnastikraum ein von der Sporthochschule Köln entwickeltes Trainingsprogramm „fit-für-100“ statt. Ziel der Übungen ist die Verzögerung des altersbedingten körperlichen Abbaus, der Erhalt von Muskelkraft, Sturzprävention und Steigerung der Lebensqualität.

● Kompetenztraining für Männer mit einer Demenz

Im Zentrum dieses Betreuungsangebots für Männer stehen Inhalte und Beschäftigungen rund um Themen aus Beruf, Sport und Politik. Neben dem Gedächtnistraining ist der Austausch in einer fröhlichen Männerrunde sehr anregend. Das Kompetenztraining findet wöchentlich am Mittwoch von 10-12 Uhr statt. Die Teilnahme an dem anschließenden gemeinsamen Mittagessen ist möglich.

● Mal- und Kreativgruppe für Menschen mit Demenz

Manche Menschen mit einer Demenz entdecken ihre Freude und Kreativität mit Farben und Formen neu. Am Donnerstagvormittag von 10-12-Uhr findet ein Kreativangebot unter fachlicher Anleitung statt. In dieser kleineren Gruppe für 6 Teilnehmer geht es eher ruhig zu und das Arbeiten mit Farben, Papier und unterschiedlichen Materialien steht im Vordergrund. Die Teilnahme am betreuten Mittagstisch ist möglich.



● **Gedächtnis und Musikgruppen für Menschen mit einer Demenz**

Durch gemeinsames Singen der altbekannten Lieder werden Erinnerungen geweckt und es wird zum Erzählen angeregt. Gedächtnisübungen mit Sprichwörtern und Kreuzworträtsel sollen

● **Betreuungsgruppen am Nachmittag**

Die sozialtherapeutische Betreuung richtet sich an Menschen mit einer mittleren und schweren Demenz, die eine intensivere Begleitung benötigen. In einer kleinen vertrauten Gruppe und durch feststehende Rituale in der Gestaltung erleben die demenzkranken Teilnehmer/innen Sicherheit und eine aktivierende Gemeinschaft. Mit kleinen Bewegungsspielen und Singen und Musizieren werden die Gäste gefördert. Durch gemeinsame Spiele, Beschäftigungen und Gespräche über frühere Erlebnisse wird das Selbsterleben gestärkt. Doch das Wichtigste ist, sich wohl zu fühlen und immer wieder zu erleben, dass das Leben schön ist.

Die sozialtherapeutischen Gruppen finden jeweils am Nachmittag in der Zeit von 14.30-17.30 Uhr statt und werden inhaltlich zu unterschiedlichen Schwerpunkte gestaltet:

Sport- und Bewegungsgruppe am Montagnachmittag: Schwerpunkt ist ein 1stündiges Sportangebot im Gymnastikraum des DRK-Hauses. Hier wird neben Spaziergängen und kleinen Bewegungsspielen das Körperbewusstsein gefördert.

Spielen – früher und heute am Mittwochnachmittag: Die Spiele der Kindheit bleiben oft lange noch vertraut und wenn die Regeln vereinfacht werden gelingt vieles noch. Bei „Mensch ärgere dich nicht, Flohhüpfen oder Kartenspielen“ werden wir wieder zu Kindern, denn Spielen und besonders Gewinnen macht viel Spaß

Musik- und Klangraumgruppe am Dienstag- und Donnerstagnachmittag: Das DRK verfügt über einen wunderbaren Raum der Begegnung, in dem sich Klanginstrumente befinden, die für Menschen mit Demenz und andere beeinträchtigte Menschen angefertigt wurden. Auch ohne musikalische Vorkenntnisse kann jeder diese Instrumente spielen und sich mit Klängen und Rhythmen verständigen. Wir singen und musizieren gemeinsam und spüren die „Musik“ am ganzen Körper.

Ansprechpartnerin für alle Gruppenangebote:

:

Frau Bettina Marx
Frau Wangechi Krenz
Tel.: 0234 9445-117
Email: b.marx@drk-bochum.de