



Demenz und sinnvolle Aktivitäten

Menschen mit Demenz brauchen Aktivitäten, die ihnen Freude bereiten und an ihre Lebensgeschichte anknüpfen.

Besonders wirksam sind Sinnesanregungen: angenehme Düfte wecken Erinnerungen und schaffen Sicherheit, wie zum Beispiel das Gärtnern an der Fensterbank.



So binden Sie Menschen mit Demenz ein:

1. Vorbereitung gemeinsam gestalten:

- Lassen Sie die Person die Töpfe aussuchen oder mit Erde befüllen
- Fragen Sie: „Welche Farbe hat der Topf?“ oder „Riecht die Erde gut?“, um die Sinne anzusprechen.

2. Samen aussäen:

- Zeigen Sie, wie man Samen in die Erde legt (große Samen wie Kresse sind ideal).

3. Angießen:

- Geben Sie der Person die Sprühflasche oder Gießkanne, um die Erde leicht zu befeuchten.
- Kommentieren Sie: „Jetzt geben wir den Samen etwas zu trinken!“

4. Gemeinsam beobachten:

- Stellen Sie die Töpfe an einen hellen Ort und schauen Sie täglich nach.
- Fragen Sie: „Was brauchen die Pflanzen, um zu wachsen?“ (Wasser, Licht).

5. Erfolge feiern:

- Wenn die Kräuter keimen, loben Sie: „Schauen Sie, das haben wir zusammen geschafft!“
- Ernten Sie später gemeinsam und nutzen Sie die Kräuter (z. B. für Tee oder zum Riechen).



Was Sie brauchen:

- Kräutersamen (wie Basilikum, Kresse oder Minze)
- Blumentöpfe (leicht und stabil)
- Blumenerde
- Kleine Schaufeln oder Löffel (zum Befüllen der Töpfe)
- Wasserdichte Untersetzer (zum Schutz der Oberfläche)
- Etiketten oder bunte Steckschilder (zum Beschriften der Kräuter)
- Feine Sprühflasche (für sanftes Angießen)
- Tischdecke oder Zeitungspapier (zum Sauberschutz)



Buchen Sie Ihren Kurs mit unserer Betreuungskraft Hannelore

Tipps für mehr Freude:

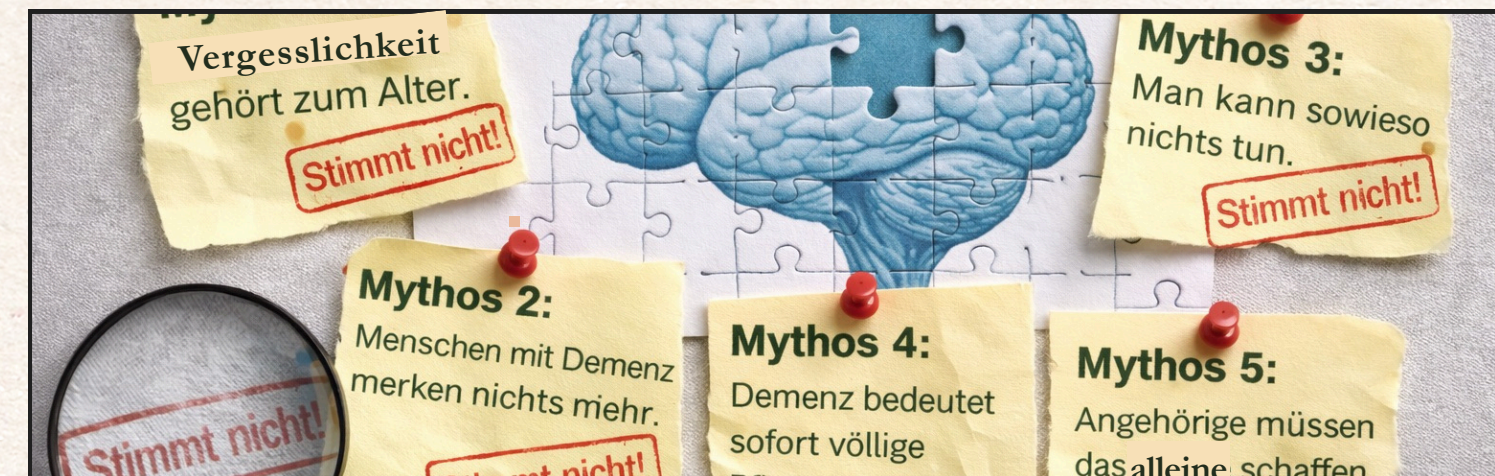
Sinnesanregung: Lassen Sie die Person an den Kräutern riechen oder die Blätter berühren.

Erinnerungen wecken: Fragen Sie, ob die Person früher einen Garten hatte oder bestimmte Kräuter mochte.

Wirkung: Diese Aktivität fördert Feinmotorik, Sinneswahrnehmung und Tagesstruktur – und schafft gemeinsame Erfolgserlebnisse! 🌸

DAHEIM IN HARMONIE

DAS MAGAZIN FÜR PFLEGE UND LEBENSQUALITÄT



Hauptthema

Demenz Wenn Erinnerungen verblassen

Mythen über Demenz – und was wirklich stimmt

Mythos 1: „Vergesslichkeit gehört zum Alter.“
Leichte Vergesslichkeit kann normal sein. Aber wenn Orientierung, Sprache und Alltagskompetenz deutlich nachlassen, sollte das ärztlich abgeklärt werden.

Mythos 2: „Menschen mit Demenz merken nichts“

Doch. Gefühle bleiben lange erhalten. Zuwendung, Wertschätzung und Berührung werden sehr wohl wahrgenommen.

Mythos 3: „Man kann sowieso nichts machen.“

Auch wenn Demenz nicht heilbar ist, können Medikamente, Struktur, Aktivierung und soziale Kontakte den Verlauf positiv beeinflussen.

Mythos 4: „Demenz bedeutet sofort Pflegebedürftigkeit“

Die Erkrankung verläuft schrittweise. Viele Betroffene leben lange selbständig – mit der richtigen Unterstützung.

Mythos 5: „Angehörige müssen das alleine schaffen.“

Nein. Unterstützung anzunehmen ist Stärke, nicht Schwäche.

...weitere Tipps auf Seite 3

Team Spotlight

Wir stellen uns vor:



(von rechts)

Ulrike Hubeny-Meier /Michaela Eichelberger
Geschäftsführung & Pflegedienstleitung

Als erfahrene Pflegefachkräfte führen wir gemeinsam den Pflegedienst Harmonie in Altenstadt.

Unsere Motivation ist es, Menschen so lange wie möglich ein würdevolles Leben im eigenen Zuhause zu ermöglichen. Gerade bei Demenz zeigt sich, wie wichtig die Struktur, Geduld und echtes Zuhören sind.

Wir begleiten nicht nur unsere Klienten - sondern auch ihre Familien.

Unsere Ansprüche sind: Klare Beratung, verlässliche Unterstützung und ein starkes Team im Hintergrund. Pflege bedeutet für uns: Würde bewahren. Sicherheit geben. Vertrauen schaffen.

Infos für Angehörige

Wie beantrage ich einen Pflegegrad?

Wenn ein Angehöriger im Alltag zunehmend Unterstützung braucht, kann ein Pflegegrad beantragt werden. Viele wissen nicht:

- Der Antrag ist unkompliziert - und kann telefonisch gestellt werden.

1. Antrag bei der Pflegekassen stellen

Die Pflegekasse ist bei der Krankenkasse angesiedelt. Ein kurzer Anruf genügt: “Hiermit beantrage ich Leistungen der Pflegeversicherung.” Die Kasse sendet anschließend ein Formular zu.

2. Begutachtung durch den Medizinischen Dienst

Nach Antragstellung erfolgt ein Termin zur Begutachtung (MD). Dabei wird geprüft, wie selbständig die Person noch ist - z.B. in den Bereichen:

- Mobilität
- Gedächtnis & Orientierung
- Selbstversorgung (Waschen, Anziehen)
- Umgang mit Krankheiten
- Gestaltung des Alltags

Wichtig: Beschreiben Sie den tatsächlichen Hilfebedarf - nicht nur “die guten Tage”

3. Entscheidung & Pflegegrad

Anhand eines Punktesystems wird ein Pflegegrad von 1 bis 5 festgelegt. Je höher der Pflegegrad, desto höher die Leistungen

Sie müssen diesen Weg nicht allein gehen.

4. Welche Leistungen gibt es?

Je nach Pflegegrad stehen u.a. zur Verfügung:

- Pflegegeld
- Pflegesachleistung (ambulanter Dienst)
- Entlastungsbetrag (131 € monatlich)
- Tagespflege
- Kurzzeitpflege
- Verhinderungspflege
- Zuschüsse für Hilfsmittel

Unser Tipp

Lassen Sie sich frühzeitig beraten. Eine gute Vorbereitung auf die Begutachtung kann entscheidend sein.

Pflegedienst Harmonie unterstützt Sie:

- Beratung vor Antragstellung
- Vorbereitung auf den MD-Termin
- Klärung der Leistungen
- Widerspruch bei Ablehnung



Alltagstipps:

Viele Menschen trinken zu wenig - oft ohne es zu merken. Mit zunehmendem Alter lässt das Durstgefühl nach. Gleichzeitig kann der Körper Wasser schlechter speichern. Ein Flüssigkeitsmangel kann schnell ernsthafte Folgen haben.

Warum ist ausreichend Trinken so wichtig?

Wasser ist lebensnotwendig für:

- Kreislauf und Blutdruck
- Konzentration und Orientierung
- Nierenfunktion
- Verdauung
- Temperaturregulation

Schon ein leichter Flüssigkeitsmangel kann zu Verwirrtheit oder Schwäche führen.

Unser Hinweis

Bei Anzeichen von Dehydration sollte ärztlicher Rat eingeholt werden. Ein früh erkannter Trinkmangel lässt sich meist gut behandeln.

Trinkmangel erkennen - Warnzeichen ernst nehmen

Wie viel sollte man trinken?

Als Richtwert gelten etwa 1,5 Liter täglich, sofern keine ärztliche Einschränkung besteht (z.B. bei Herz- oder Nierenerkrankung).

Praktische Tipps für den Alltag

- Getränke sichtbar bereitstellen
- Kleine Mengen regelmäßig anbieten
- Lieblingsgetränke nutzen
- Suppen, Obst oder wasserreiche Speisen einbauen
- Trinkpläne oder Erinnerungen verwenden

Wichtig: Nicht warten, bis Durst entsteht

Warnzeichen für Trinkmangel

Achten Sie auf folgende Anzeichen:

- Trockener Mund, rissige Lippen
- Dunkler, stark riechender Urin
- Seltenes Wasserlassen
- Müdigkeit, Schwindel
- Kopfschmerzen
- Verwirrtheit oder Unruhe
- Stürze ohne erkennbare Ursache



Der Pflegedienst Harmonie unterstützt Sie gerne mit individuellen Trinkkonzepten im Alltag.

weiter von Seite 1

Demenz ist keine normale Alterserscheinung, sondern eine Erkrankung des Gehirns. Sie führt zu einem fortschreitenden Verlust geistiger Fähigkeiten. Am häufigsten ist die Alzheimer - Erkrankung (ca. 60-70 %).

Was passiert im Gehirn?

- Nervenzellen werden geschädigt
- Gedächtnis, Orientierung und Sprache lassen nach
- Alltagsfähigkeiten gehen schrittweise verloren
- Verhalten kann sich verändern

In Deutschland leben derzeit rund 1,8 Millionen Menschen mit Demenz.

(Quelle: Deutsche Alzheimer Gesellschaft, RKI)

Frühe Anzeichen erkennen

Nicht jede Vergesslichkeit ist Demenz.

Warnzeichen können sein:

- Häufiges Verlegen von Dingen
- Wiederholen derselben Fragen
- Orientierungsprobleme
- Probleme bei gewohnten Tätigkeiten
- Persönlichkeitsveränderungen

Wichtig: Je früher die Diagnose, desto besser die Unterstützung.

Sicherheit im Alltag

Menschen mit Demenz brauchen vor allem:

- Feste Tagesabläufe
- Klare Orientierungshilfen (Uhren, Beschriftung)
- Geduld statt Korrektur
- Wertschätzung statt Belehrung

Entlastung für Angehörige

Demenz betrifft immer die ganze Familie.

Angehörige erleben häufig:

- Überforderung
- Schlafmangel
- Emotionale Belastung
- Soziale Isolation

Unterstützung anzunehmen ist keine Versagen – sondern Fürsorge.

Wie wir helfen können

Der Pflegedienst Harmonie unterstützt durch:

- Struktur im Alltag
- Aktivierende Betreuung
- Entlastung pflegender Angehöriger
- Beratung zu Pflegegraden & Leistungen
- Zusammenarbeit mit Ärzten & Therapeuten



Bleiben Sie mit uns in Kontakt

Pflegedienst Harmonie GmbH

office@harmonie-pd.de
09602/3708500
Kapuzinerstrasse 25 a
92665 Altenstadt



Wir sind für Sie da, wenn Sie uns brauchen!

Rufen Sie an und lassen Sie sich beraten.



Weitere Informationen zur Eröffnung folgen in unserer nächsten Ausgabe

Ausblick: Bald eröffnet unsere Tagespflege “Harmonie” in Altenstadt

Was uns dabei besonders wichtig ist? Ein Ort, der sich nicht wie eine Einrichtung anfühlt - sondern wie ein zweites Zuhause.