

Austausch Demenzberatung / Caring Communities Protokoll
Thema „Cafés und Gruppen“

20.3.2023

Neue Teilnehmerinnen:

Andrea Goldemund, Gut leben mit Demenz in Klosterneuburg (Hatte Aktivcafé, das aber immer schwächer besucht war, jetzt Versuch einer wöchentlichen Morgenrunde im Pflegeheim, die auch für Gäste offen ist.)

Claudia Kuss, Community Nurse Trumau

Die folgenden Angebote wurden erwähnt / vorgestellt / diskutiert. Weitere, die nur schriftlich berichtet wurden, finden sich im Anhang.

ONLINE Angebote

Katharina Klee stellt das **Café PROMENZ** vor. (s. Anhang)

In ihrer Master-Arbeit (Abstract im Anhang) hat sie das Angebot in Bezug zu den Bedürfnissen nach Kitwood gestellt, alle werden durch die verschiedenen Abschnitte im Café abgedeckt. Demenz steht als Thema nicht im Vordergrund, ist aber auch „nicht verboten“.

Unterschied eines Cafés (oder Beisls, wie Klee es auch bezeichnet): Es müssen nicht alle zu Wort kommen, es müssen Themen nicht vertieft werden, es ist eher ein offener als ein geschützter Raum.

Fixer Bestandteil im Café ist Daumenyoga (Video: <https://youtu.be/P1ERkiGQdQI>)

Die „Virtin“ Katharina Klee auf Facebook kann jederzeit kontaktiert werden, wenn man vorbeischauen will (Newsletter wird verschickt sowie Link)

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100088943329935>

Das **Café Auszeit** ist ein digitales Angebot (ebenfalls über zoom) der IG Pflegende Angehörige (monatlich, kein Fokus auf Demenz). Klee stellt es gemeinsam mit Birgit Meinhard-Schiebel vor. Im Vordergrund steht eben die Auszeit, ein gemeinsames Plaudern auch jenseits des Pflege- und Betreuungsalltags. Hier kommen auch „andere Interessierte“ vorbei. Trotz der „Auszeit“ gibt es auch konkrete Tipps für den Alltag, von Hilfsmitteln bis zu Finanzen. Es sind auch bereits Freundschaften entstanden, diese jedoch auch meist digital. Im Café mischen sich die Generationen, aber auch die Betreuungs-Situationen (von Kindern bis zu MmDemenz). Auch hier sind Gäste willkommen, Kontakt über K. Klee, s.o.

Vorarlberg

Daniela Egger (Aktion Demenz) berichtet über ein „**Demenz-Café**“ in Lustenau, das aus einem Online-Café hervorgegangen ist. (Bericht im Anhang)

Die mobilen Hilfsdienste sind eingebunden und bieten Shuttleservice. Das Café ist ausdrücklich nicht für Angehörige (obwohl die manchmal zu Beginn mitkommen), es bietet auch keine Betreuung. Viele Gäste kommen allein, gehen, wenn es zu lange dauert. Bewerbung funktioniert v.a. über Mundpropaganda und das Gemeindeblatt. Eine „Attraktion“ ist ein Mundartdichter, der recht bekannt ist und viele anzieht. Es gibt kein Programm, keine Moderation Unkostenbeitrag 5,- Findet wöchentlich statt. Derzeit > 30 Gäste!

Aktion Demenz ist selbst erstaunt über den großen Zulauf. Egger sieht aber die jahrelange Sensibilisierung und Entstigmatisierung als wichtigen Grundpfeiler. Auch die richtige Person für das Café für Bewerbung und als Gastgeberin ist ein Glücksfall.

Wien

Alzheimer Austria Café (schriftlich eingebracht): In diesem Zusammenhang darf ich auf das altbewährte Angebot von **Alzheimer Austria im Café Engländer**, 1010 Wien, Postgasse 2, hinweisen. Das Format war eines der ersten Angebote der Selbsthilfegruppe Alzheimer Austria und ist nach wie vor ein Fixpunkt des Austauschs und des Plauderns in einem öffentlichen Kaffeehaus - für viele Angehörige, Betroffene und Interessierte! <https://www.alzheimer-selbsthilfe.at/angebote/alzheimer-cafe/>

Caroline Leitner erzählt von Café Zeitreise, das es seit 2014 gibt (in Wien entwickelt, jetzt auch in NÖ und Kärnten). Das Format hat gemeinsame und geteilte Aktivitäten für Betroffene und Angehörige. Die Menschen mit Demenz werden in der „Aktivgruppe“ von Freiwilligen (tw. 1:1) unterstützt. Viele kommen als Paar, aber auch einzelne und auch ehemals pflegende Gäste sind willkommen. Im Herbst gibt es eine Schulung für die Moderatorinnen. (s. auch Anhang). Wichtig für den Erfolg ist sicherlich die gesicherte Betreuung für die Betroffenen. In den Gruppen gibt es tw. Menschen an ganz verschiedenen Punkten im Demenzverlauf.

In Kärnten gibt es an einigen Orten ebenfalls Café Zeitreise, tw. in Kooperation mit Pfarren (wie auch in Wien und NÖ).

Oberösterreich

Schriftlicher Beitrag von Karin Laschalt / MAS Alzheimerhilfe: Wir von MAS haben in den Demenzservicestellen Angehörigentreffen, ca. 1x im Monat. Die Treffen finden in unseren Räumlichkeiten statt, natürlich mit Kaffee und Keksen – aber nicht im öffentlichen Raum.

Die Angehörigen schätzen die Termine sehr, da sie sich mit anderen Angehörigen austauschen und auch immer Kraft tanken. Moderiert wird das Treffen durch eine SozialarbeiterIn. Während der Angehörigentreffen bieten wir eine Betreuungsgruppe für Betroffene an. Dies wird mal mehr, mal weniger in Anspruch genommen. Aber für Betroffene, die nicht alleine zu Hause bleiben können, ist es ein wichtiges Angebot. So können sie zwar mit dabei sein, aber in einem anderen Raum und die Angehörigen können sich trotzdem offen austauschen. Die Betreuungsgruppe wird von einer MAS Demenztrainerin geleitet.

Außerdem bieten wir ca. alle 4-6 Wochen eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit Demenz an. Diese wird durch eine unserer Psychologinnen geleitet. Ich habe sie schon mehrmals vertreten und habe daher einen guten Einblick. Von da kann ich sagen, dass diese Gruppe natürlich dazu genutzt wird, sich über die Erkrankung und die Auswirkungen auszutauschen. Es wird auch über Diagnosen, Untersuchungen, Medikamente usw. gesprochen. Aber genauso nutzen die GruppenteilnehmerInnen den Termin für ein nettes Beisammensein. Sie erzählen sich gegenseitig von ihrem Alltag, lachen zusammen... Wann immer ich es mitbekommen habe, war es voller positiver Energien.

Ana Andrade aus Haslach (Bezirk Rohrbach in OÖ) organisiert regelmäßig ein Erinnerungscafe.

Burgenland

Marina Moyses berichtet, dass **Runden im Gasthaus** nach anfänglichen Schwierigkeiten jetzt gut laufen. Es ist nicht leicht zu wissen, wie lange man durchhalten muss ☺

Klaus Schuh berichtet, dass es in **Oberwart** nun auch ab Mai ein Café geben soll. Die genaue Ausrichtung ist noch nicht ganz fixiert.

Steiermark

Silvia Tromayer (Sozial Dienste Hartberg Fürstenfeld) berichtet über Gruppe „**Kunterbunt aktiv**“, 14-tägig für Klientinnen. Parallel dazu findet monatlich für ihre Angehörigen ein Austausch mit Beratung statt. Erweist sich als guter Rhythmus.

Karin Ondas (Chance B): In Gleisdorf „**Café Miteinander**“ vor kurzem erfolgreich gestartet.

Claudia Knopper / Salz (schriftlich eingebracht): Wir – **Salz Steirische Alzheimerhilfe** – bieten Gesprächsrunden in gemütlicher Atmosphäre mit Snacks und Getränken an 9 Standorten in der Steiermark an. Die Gesprächsrunden dauern genau 2 Stunden und sind pro Region einmal im Monat. Ausnahme bildet Graz, wo wir inzwischen 3 Termine pro Monat anbieten. Diese Termine sind ausschließlich für Angehörige. Wenn wir das Gefühl haben, dass wir Expertenwissen brauchen, organisieren wir an separaten Terminen Vorträge und laden die breite Öffentlichkeit dazu ein.

Für die Gesprächsrunden sucht das Stammteam von Salz Angehörige vor Ort, die die Moderation übernehmen möchten. Wichtig ist es uns, dass es sich immer um Angehörige handelt. Gemeinsam bauen wir dann die Region auf. Wir organisieren einen passenden Raum, beteiligen uns an bestehenden Netzwerken, machen die Öffentlichkeitsarbeit. Der/die Angehörige/r wird von uns längstens 6 Monate begleitet, bis er soweit ist, dass er sich die Leitung der Gruppe selbst zutraut. Bei Ausfall wird er/sie von uns vertreten. Er/sie verpflichtet sich einmal pro Monate die Gruppe zu leiten, einen Wissensinput – der vom Stammteam vorbereitet wird – vorzutragen, die Flyer in der Region zu verteilen und wenn möglich an Netzwerktreffen teilzunehmen. Außerdem bitten wir sie 1x im Jahr mit den Vereinsmitgliedern eine kleine Feier zu organisieren – immer mit unserem Support. Alle ModeratorInnen treffen sich 4x im Jahr zu einem gemeinsamen Austausch, 1x im Jahr gibt eine Weiterbildung. Wir sind gut miteinander im Austausch und stellen unser gesamtes Wissen den ModeratorInnen zur Verfügung. Für Fragen kann man mich gerne kontaktieren

Ein Zeitreise-ähnliches Café gibt es in **Imst** (schriftlich vorgestellt von Melanie Albrecht / Caritas): Menschen mit Betreuungsbedarf und deren Angehörige sind in besonderer Weise gefährdet Kontakte zu anderen zu reduzieren, dem möchte die Caritas Tirol mit dem Projekt „Begegnungscafé“ entgegenwirken.

Angebot:

Mit dem Angebot des Begegnungscafés sprechen wir im privaten Umfeld wohnende Menschen mit zunehmender Vergesslichkeit oder anderen geistigen und körperlichen Einschränkungen an, gemeinsam mit deren An- und Zugehörigen die betreuen, regelmäßig besuchen und im Alltag begleiten. Sie sollen im Begegnungscafé einen Begegnungsort der aktiven Teilhabe entsprechend ihrer Möglichkeiten finden. Das Begegnungscafé bietet die Gelegenheit mit Menschen in ähnlichen Lebenssituationen in Beziehungen zu treten.

Ablauf:

Jeweils maximal 8-10 Personen können an der Gruppe teilnehmen.
Die Treffen finden monatlich zu je 3 Stunden statt.

In der ersten Stunde steht entspanntes, gemeinsames Ankommen und „Ratschen bei Kaffee und Kuchen“ im Vordergrund. Anschließend wechseln die Angehörigen mit ihrer Moderatorin den Raum und gehen dort über in die Gesprächsrunde, entsprechend dem Angehörigencafé.

Freiwillige begleiten die Menschen mit Unterstützungsbedarf individuell nach ihren Interessen, Vorlieben und auf ihre vorhandenen Ressourcen abgestimmt. Sie machen flexible Aktiv-Angebote (z.B. Spaziergang, Bewegung, Singen, Malen, Kegeln, Gespräche, usw.), dies alles ohne Zeit- oder Leistungsdruck und ohne therapeutischen Anspruch.

In der letzten Stunde kommen alle für ein Abschlussritual (Lied/Geschichte/Gedicht) wieder zusammen und das Treffen wird mit gemeinsamen Aufräumen und Verabschieden abgerundet.

Bei Schönwetter bzw. vorwiegend im Frühsommer-Herbst hinein bieten wir alternativ einen Halbtagesausflug in die nähere Umgebung und Natur (mit Gasthaus-Besuch) an. Damit fördern wir auch das gemeinsame Miteinander und verknüpfen dies mit weiteren sozialen Begegnungsmöglichkeiten.

Dies wirkt wesentlich eines „sich isolieren und zurückziehen“ entgegen, sondern ermöglicht die Erfahrung erfreulicher und stärkender Momente für die Angehörigen und ihren Menschen mit Unterstützungsbedarf.

Termine, Link und Details immer aktuell: (www.demenzfreundlich.at/vernetzung)

Ohne Anmeldung, offen für alle, die beitragen und sich austauschen wollen.

Dank an das Sozialministerium für die Förderung zur Organisation dieser Aktivitäten.