

## Demenzfreundlich – was Sie in Ihrer Gemeinde tun können

**Einen Bewusstseinswandel anregen und Menschen mit Demenz ein sozial eingebundenes Leben ermöglichen – das ist das Ziel.**

Es braucht vor allem eines: mehr Wissen zu Demenz. Es gilt, Grundkenntnisse zu vermitteln über Alzheimer und andere Demenzformen, über Warnzeichen, Symptome, Diagnose, Behandlung und Verlauf der Krankheit. **Wissen fördert das Verständnis und befähigt zu entsprechendem Handeln.** Wenn wir die Bedürfnisse und Wünsche der betroffenen Menschen und Familien verstehen, können wir besser auf sie zu- und eingehen. Hier braucht es Informationen und praktische Tipps für den Umgang mit Menschen mit Demenz.

### Gefragt sind in erster Linie Informations- und Sensibilisierungsaktivitäten.

Gefordert sind alle, wobei einzelne Berufsgruppen gezielt anzusprechen sind. Die Broschüren „Menschen mit Demenz als Kunden“ sind hierfür ein Beispiel. Es gibt viele Möglichkeiten und Gelegenheiten zur Information: Broschüren (der Alzheimervereinigung u.a.), Flyer, Dokumentationen, lokale Medien, Veranstaltungen (Tag der offenen Tür, Podiumsgespräch, Filmvorführungen), Präsentationen, Einbezug von Vereinen, Quartier- und Dorfzentren etc.

### Wir haben Ihr Interesse geweckt?

Gerne stellen wir Ihnen eine ausführliche Dokumentation zusammen und unterstützen Sie auch jederzeit bei der Umsetzung. Dies in Zusammenarbeit mit der kantonalen Alzheimervereinigung in Ihrer Nähe. **Alle unsere Publikationen stehen gratis zur Verfügung – auch in grösseren Mengen.**

Weitere Informationen:

[www.alz.ch](http://www.alz.ch) > Politik und Gesellschaft > Demenzfreundliche Gesellschaft

Schweizerische Alzheimervereinigung  
Rue des Pêcheurs 8E  
1400 Yverdon-les-Bains  
024 426 20 00

### Miteinander für einander

Für gesellschaftliche Veränderungen, wie sie das Konzept der „Demenzfreundlichen Gemeinde“ anstrebt, **braucht es die Mithilfe aller.** Am besten gelingt es, wenn das Projekt auf höchster Ebene d.h. von der Exekutive lanciert wird. Wie wichtig dieses Signal ist, beweisen bereits initiierte Projekte.

Als **Multiplikatoren** sollten z.B. Vereine, Kirchen, Firmen, Leistungserbringer und Migrantenorganisationen ins Boot geholt werden. Private Initiativen sind zu fördern. Seien es Nachbarschaftshilfe und Freiwilligenarbeit oder intergenerationelle und kulturelle Projekte – zu begrüssen ist alles, was zu einer besseren Integration und zu mehr Lebensqualität für Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen beiträgt.

Welches Vorgehen in Ihrer Gemeinde das richtige ist, können Sie am besten beurteilen. Sicher gibt es auch bereits bestehende Projekte und Angebote, auf denen Sie aufbauen können.

Informationen zu Demenz für ein breites Publikum:

**MEMO-INFO.CH**  
Eine Kampagne der Alzheimervereinigung und von Pro Senectute

© 2015, Schweizerische Alzheimervereinigung

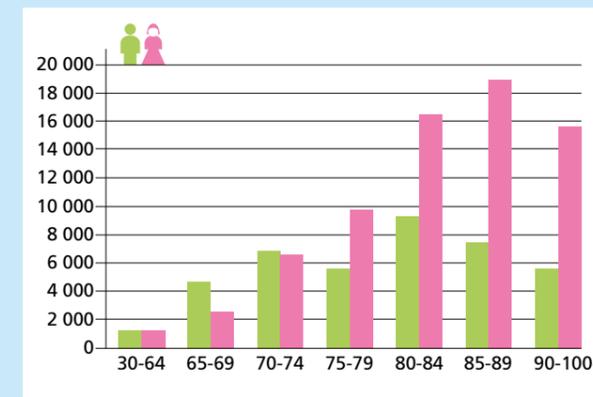
Wir haben Menschen mit Demenz und Angehörige bei der Erarbeitung dieses Faktenblatts zu Rate gezogen und danken für die Mitarbeit.

## Demenzfreundliche Gesellschaft

**Warum es sich lohnt, eine demenzfreundliche Gesellschaft aufzubauen – auch in Ihrer Gemeinde.**

### Demenz geht uns alle an.

In der Schweiz leben aktuell 116'000<sup>1</sup> Menschen mit Demenz. Ihre Zahl wird sich bis 2030 voraussichtlich verdoppeln. Demenz kann jeden treffen und betrifft immer mehr Menschen.



### ALLE Menschen haben das Recht, als Individuum in der Gesellschaft akzeptiert zu sein.

Ein gutes Leben mit Demenz ist möglich. Grundvoraussetzung ist eine solidarische, verständnis- und respektvolle Haltung im Umgang mit den Betroffenen.

### Menschen mit Demenz haben die gleichen Bedürfnisse wie Menschen ohne Demenz.

Sie möchten selbständig, aktiv, akzeptiert und integriert sein.

### «Nicht ohne uns»

*Je mehr demenzfreundliche Gemeinden es gibt, umso besser. Als Direktbetroffene tragen wir gerne dazu bei. Fragen Sie uns! Wir können beurteilen, welche Veränderungen es braucht und wo es im Alltag an konkreter Unterstützung fehlt.*

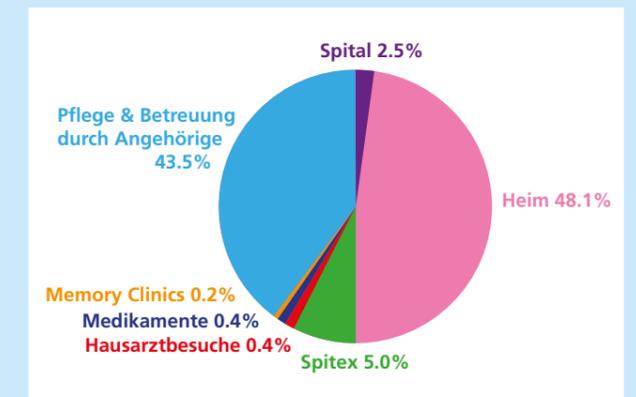
Karin Clivaz und ihr Ehemann Pascal.  
Die 53-Jährige lebt seit 3 Jahren mit der Diagnose Alzheimer.

<sup>1</sup> Wohnhafte Bevölkerung (2013) BFS; Wegweiser für die Zukunft (2003), Schweizerische Alzheimervereinigung

<sup>2</sup> Kosten der Demenz in der Schweiz (2010) Ecoplan

### Volkswirtschaftliche Kosten

Demenzkrankheiten verursachten 2009 in der Schweiz Kosten von über 7 Milliarden Franken<sup>2</sup>. 95 Prozent dieser Kosten entfallen auf Pflege und Betreuung.



### Eine demenzfreundliche Gemeinde kann die Kosten besser im Griff halten und sogar Geld sparen.

Die Hälfte der Betroffenen lebt zu Hause. In Bezug auf ihre Betreuung und die Entlastung der Angehörigen bestehen Mängel. Verbesserungen sind nötig und lohnend.



# Demenz

## Wie man die Herausforderungen angehen kann

Die Menschen werden immer älter. Dieser demografische Wandel prägt unsere Gesellschaft. Mit der Zahl hochaltriger Menschen nimmt auch diejenige der Menschen mit Demenz stark zu. Das Schweizerische Gesundheitssystem ist vergleichsweise leistungsfähig. In der Betreuung und Begleitung von Menschen mit Demenz und ihrer Angehörigen bestehen aber Lücken, besonders für die 50% der Betroffenen, die zu Hause leben. Es braucht ein gesamtgesellschaftliches Engagement. Lassen Sie sich überzeugen, warum die Schweiz demenzfreundlich werden muss und was es braucht, damit eine Gemeinde tatsächlich demenzfreundlich ist.

In einer Gemeinde mit 10'000 Einwohnern/-innen leben schätzungsweise 150<sup>3</sup> Menschen mit Demenz. In ihrem Umfeld sind etwa 600 weitere Personen täglich mit Demenz konfrontiert, als Angehörige, Nachbarn und Freunde oder im beruflichen Alltag. Demenz ist nicht nur eine individuelle Herausforderung, sondern zunehmend auch ein gesellschaftliche. Notabene angesichts der steigenden Zahl der Betroffenen. Sie wird sich bis 2050 voraussichtlich verdreifachen, sofern kein Durchbruch in der Therapie gelingt und die Möglichkeiten der Risikoverminderung nicht ausgeschöpft werden. Bund und Kantone haben die Herausforderung erkannt und mit der Nationalen Demenzstrategie 2014–2017 wichtige Ziele definiert.

**Gemeinden sollten ihre Verantwortung ebenfalls wahrnehmen. Das zukunftsweisende Konzept „Demenzfreundliche Gesellschaft“ erlaubt Ihnen, sich als verantwortungsbewusste Gemeinde zu profilieren und längerfristig sogar Kosten zu sparen.**

## Demenzfreundlich – was heisst das?

Familien-, kinder- und behindertenfreundlich: das sind heute selbstverständliche Ziele im Leitbild einer jeden Gemeinde. Die Bedürfnisse der Senioren - und unter ihnen die Menschen mit Demenz als besonders vulnerable Gruppe - werden demgegenüber noch zu wenig ernst genommen. Eine Gesellschaft, die ältere und demenzkranke Menschen integriert, die sich solidarisch und offen zeigt, kann nur gewinnen. Wir müssen Bedingungen schaffen, die es Menschen mit Demenz erlauben, so lange wie möglich und gewünscht zu Hause zu leben. Statt sich zu isolieren, sollen Betroffene aktiv am sozialen Leben teilnehmen können und auch wollen. Von den Verbesserungen profitieren alle. Eine demenzfreundliche Gesellschaft kommt auch anderen Menschen zugute, seien sie jung oder alt, krank oder gesund, auf Unterstützung angewiesen oder nicht.

**„Eine demenzfreundliche Gemeinde ist ein Ort, wo Menschen mit Demenz verstanden, respektiert und unterstützt werden und wo sie Teil des gesellschaftlichen Lebens sind. In einer demenzfreundlichen Gesellschaft wissen die Leute über Demenz Bescheid, sie haben Verständnis und die Menschen mit Demenz fühlen sich miteinbezogen und integriert. Sie haben die Wahl und die Kontrolle über ihr tägliches Leben.“<sup>4</sup>**

<sup>3</sup> Annahme des Anteils der Bevölkerung 65+ : 18%

<sup>4</sup> Diese Definition stammt aus dem angelsächsischen Raum. In Grossbritannien und Deutschland ist das Konzept der „dementia-friendly community“ bereits etabliert. In der Schweiz sind dessen Vorteile noch zu entdecken.

# Besser leben mit Demenz

## Kriterien einer demenzfreundlichen Gesellschaft

Eine demenzfreundliche Gesellschaft hat klare Ziele. Sie will Stigmata abbauen, das Verständnis fördern und die Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen besser einbinden. Inklusion heisst das Stichwort. Demenz soll sichtbar und mit dem Tabu Schluss sein. Erfolgversprechend ist ein Vorgehen, das sich auf drei Pfeiler stützt.

**1. Wir sollten alles daran setzen, dass Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen ein gutes Leben führen können.**

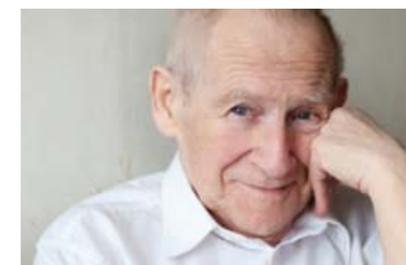
Wie wir alle wollen Demenzerkrankte so lange wie möglich selbstständig und selbstbestimmt leben. Einkaufen, mit Familie und Freunden Zeit verbringen, einem Hobby nachgehen und Ferien machen – was früher selbstverständlich war, soll es nach wie vor sein. Menschen mit Demenz wollen dazu gehören, nützlich sein und in ein soziales Netzwerk eingebunden. Sie brauchen dafür etwas mehr Empathie, Unterstützung und Begleitung.

**2. Das Verständnis für Demenzerkrankte und die Bedürfnisse der Betroffenen muss gefördert werden.**

Das bedingt leicht verständliche Information und Sensibilisierung auf allen Ebenen der Gesellschaft, da wo wir unseren Alltag leben. Demenz geht uns alle an! Privat als Nachbarn, Freunde und Kollegen, im beruflichen Umfeld als Mitarbeitende im Supermarkt, im öffentlichen Verkehr, auf der Bank oder der Gemeinde etc. Allgemeine Sensibilisierungsaktivitäten helfen mit, das Terrain zu ebnen und Bewusstsein zu schaffen. Es geht um „Barrierefreiheit in den Köpfen“.

**3. Die physische Umgebung ist wichtig.**

Innen- und Aussenräume müssen so gestaltet sein, dass sich Menschen mit Demenz orientieren können, ihre Sicherheit gewährleistet ist und sie alltäglichen Aktivitäten wie Einkaufen, Hobbies und Vereinsleben möglichst selbstständig nachgehen können. Wo nötig, ist bedarfsgerechte Unterstützung anzubieten. Die Gestaltung von Strassen oder Parks und diejenige von öffentlichen Gebäuden oder Geschäften spielt eine Rolle. Zentraler ist aber die Haltung der Menschen und wie sie einander begegnen.



Was nötig, hilfreich und wünschenswert ist, können Direktbetroffene am besten beurteilen. Beziehen Sie Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen mit ein! Ideen und Projekte sind im Austausch mit ihnen zu entwickeln.



**Menschen mit Demenz ziehen sich oft zurück. Umfragen haben ergeben, dass es dafür vor allem zwei Gründe gibt: Bedenken, an der Gesellschaft teilhaben zu können, angesichts der fortschreitenden Krankheit, und das fehlende Verständnis im Umfeld. Hier gilt es Mut zu machen, Unterstützung zu bieten und den Gegenbeweis anzutreten.**