



### Demenz ist eine Krankheit im Kopf

Wenn jemand eine Demenz bekommt, funktioniert seine Erinnerung nicht mehr so gut wie früher. Sehen kann man das nicht. Es tut eigentlich auch nicht weh.



Nur dass es deinem Opa vielleicht peinlich ist, wenn er merkt, dass er wichtige Dinge vergisst. Dann kann es sein, dass er ärgerlich wird, oder traurig. Oder er sitzt verträumt auf seinem Stuhl und braucht lange, bis er merkt, dass du mit ihm sprichst. Dein Opa befindet sich dann vermutlich gerade auf einer Zeitreise, auf die er dich leider nicht mitnehmen kann.

### Die Erinnerung ist wie ein feines Sieb

Sie behält die nützlichen Dinge und sorgt dafür, dass wir vergessen, woran wir uns nicht erinnern müssen. Bei einem Menschen mit der Krankheit Demenz fallen aber mit der Zeit auch immer mehr wichtige Dinge durch das Sieb der Erinnerung.



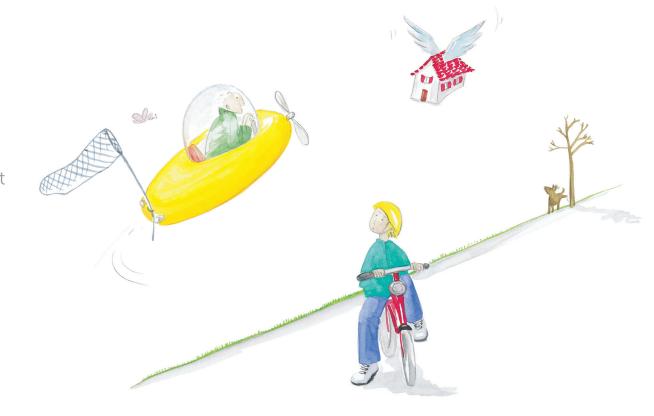


Dann kann es passieren, dass du deinem Opa zeigen musst, wo das Badezimmer ist oder wie man sich die Schuhe bindet.

Wichtig ist, dass du dann geduldig bist. So wie er es hoffentlich mit dir war, als du ein kleines Kind warst. Meistens bekommen ziemlich alte Menschen eine Demenz, als junger Mensch musst du dir keine Sorgen machen.

## Das Zeitreisemobil fliegt durch ein Leben

Zeitreisen sind anstrengend und verwirrend. Vor allem, wenn man sie nicht selbst steuern kann. Es kann passieren, dass dein Opa dieselbe Frage mehrmals stellt, obwohl du sie längst beantwortet hast. Er hat vergessen, dass er die Frage bereits gestellt hat, weil er in Gedanken gerade durch seine Kindheit spaziert.





Meist können sich Menschen mit dieser Krankheit sehr gut an ihre Kindheit erinnern. Sie sehnen sich sogar danach, die Menschen und Orte von damals zu sehen. Das kann dazu führen, dass ihnen manchmal der Wechsel zum Heute nicht so schnell gelingt. Dann sieht dich dein Opa vielleicht erstaunt an und fragt sich, wer du bist. Denn dich gab es ja in seiner Kindheit noch gar nicht.





# Kennst du Lieder oder Reime, die dir dein Opa immer vorgesungen hat?

Es kann gut sein, dass er sich daran bestens erinnert. Probiere es aus. Alte Fotos aus seinem Leben anzusehen wird ihn vermutlich interessieren. Wenn du dich erinnerst, was er immer gerne gemacht oder gegessen hat, dann kannst du ihm eine Freude machen.





Wenn er plötzlich auf Zeitreise geht und lange braucht, bis er wieder dort ankommt, wo du mit ihm sprichst – dann warte still auf ihn und lass ihm die Zeit, die er braucht. Er wird dir dankbar sein, auch wenn er das nicht mehr sagen kann.

#### Für deine Eltern ist es manchmal nicht einfach

Vielleicht merkst du, dass es für deine Eltern nicht leicht ist, mit der Vergesslichkeit deines Opas zurechtzukommen. Erwachsene haben oft wenig Zeit und müssen viele Dinge erledigen. Das Warten auf einen langsamen Menschen bringt sie aus dem Takt. Oft denken sie nicht daran, dass es Zeitreisen gibt, gegen die dein Opa nichts tun kann. Das ist normal und du nimmst die Sache am besten mit Humor.





Ein Mensch mit Demenz lässt sich nicht hetzen. Das müssen auch die Erwachsenen lernen. Vielleicht lernst du das sogar schneller als sie, weil es dir besser gelingt, mit deinem Opa im Zeitreisemobil zu sitzen. Dann kannst du ihn ein Stückchen begleiten.

### Liebe Kinder, liebe Eltern,

im Umkreis vieler Familien lebt jemand mit einer demenziellen Erkrankung: in der Verwandtschaft, in der Nachbarschaft oder im Bekanntenkreis Die Begegnung mit einer Person, die Demenz hat, wirft viele Fragen auf, die wir mit diesem Büchlein nicht beantworten können. Aber wir möchten ein Bild erzeugen, das Verständnis weckt. Und wir möchten Sie als Eltern darauf aufmerksam machen, dass es in Vorarlberg zahlreiche Unterstützungsangebote gibt, oft sogar an Ihrem Wohnort.

Nähere Informationen über die Erkrankung selbst und über die Angebote in Ihrer Gemeinde finden Sie unter: www.aktion-demenz.at

Wir wünschen euch und Ihnen viel Freude beim gemeinsamen Lesen und uns allen, dass wir den Zeitreisen von Menschen mit Demenz Verständnis und Geduld entgegenbringen.

Katharina Wiesflecker Landesrätin

Bernadette Mennel Landesrätin

### www.aktion-demenz.at



aktion demenz



Herausgegeben von der Aktion Demenz Vorarlberg Idee und Text: Daniela Egger, Illustrationen: Monika Hehle,

Gestaltung: Dalpra & Partner, Götzis,

Druck: Thurnher, Rankweil Erschienen im November 2015







Wie du deinen Eltern erzählen kannst, wohin dein Opa verreist, wenn er Demenz hat.





