



Leben mit Demenz
Alzheimergesellschaft
Kreis Minden-Lübbecke e.V.

Anmerkungen zum

Aktivitätsprogramm im Frühjahr 2020

Es ist kaum vorstellbar: Die letzte Gruppenaktivität des Aktivitätsprogramms fand am 13. März statt! Bis Ende April mussten bereits 38 (!) Gruppentreffen ausfallen und nun mussten wir auch noch alle bis Ende Mai geplanten Gruppenaktivitäten absagen.

In den ersten Wochen ohne Gruppentreffen bot die Freude über das großartige Funktionieren des Netzwerkes wie z.B. die Ständchen über WhatsApp, den Kuchen-Bringdienst mit Gesang noch einen gewissen Trost. Aber die Tatsache, dass jetzt noch ein weiterer Monat ohne Gruppentreffen vor uns liegt, wiegt schwer und macht schmerzlich bewusst, wie kostbar die Gemeinschaft ist und wie sehr uns das Zusammensein in Gruppen fehlt.

Die Situation erfordert ständig einen neuen Blick aufs Aktivitätsprogramm.

Wir haben uns die Frage gestellt, „**Was geht?**“ für **Gruppen** momentan und was kann überhaupt gehen, wenn sich die Bedingungen ständig ändern?

Es sind **drei Ideen** dabei herausgekommen:

1. Wir nehmen unser altes Mai-Programm und wandeln die Gruppentreffen um (soweit möglich) in „**Aktivitäten zu zweit**“ – unter Einhaltung der Abstandsregeln. Das Ziel ist, an dem geplanten Gruppentermin möglichst alle Teilnehmer der Gruppe einzubinden. Das kann bei „Gemeinsam bewegen zu zweit“ z.B. so aussehen: Die Gruppenleiterinnen organisieren das Treffen zusammen mit dem Begleiteteam so, dass sich letztlich immer eine 1:1 Situation ergibt. Es gibt für das Treffen einen verabredeten Ort und das gemeinsame Bewegen erfolgt dann paarweise (Begleitung plus Teilnehmer) nacheinander im 30 Minuten Takt. Das Treffen kann natürlich auch an verschiedenen Orten und zu ganz unterschiedlichen Zeiten und mit anderer Dauer stattfinden. In der Praxis werden sich viele verschiedene Varianten ergeben. **Wichtig:** Die „Aktivitäten zu zweit“ (siehe Anlage) sind ein Ersatz für die **Gruppentreffen** und keine Einzelbegleitungen.

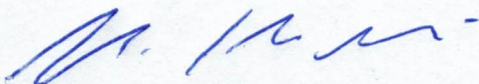
2. Wir probieren **Aktivitäten in besonderen Formen** aus: Angehörigen Stammtisch FTD per Video. Diese Art in Kontakt zu sein, haben die meisten von uns bislang fast nur privat genutzt, z.B. für die Kommunikation mit Kindern und Enkeln, die weit entfernt leben und die wir nur selten sehen. Es ist einfach eine weitere Möglichkeit für die Teilnehmer einer Gruppe, miteinander in Kontakt zu bleiben.
3. **Telefonieren:** In den letzten Wochen fanden viele Telefonate spontan statt. Das wird auch weiter so sein. Zusätzlich gibt es jetzt ein tägliches Telefonangebot: „**In Verbindung bleiben – Zeit zum Reden**“. An jedem Tag im Mai stehen immer zwei Personen für jeweils mindestens eine Stunde für ein Telefongespräch zur Verfügung. Auch das ist eine weitere Möglichkeit, miteinander in Kontakt zu bleiben. *(Anmerkung: Aus Datenschutzgründen erhalten die Liste nur die Familien, die am Aktivitätsprogramm teilnehmen.)*

Das Programm für Mai ist eine Art „Notnagel“, aber es ist ein Anfang und außerdem ein Ansatz, auf dem wir aufbauen können. Es ist zudem gut zu wissen, dass wir den Bereich Aktivitäten mit einer Begleitperson haben. So wirkt insbesondere die Kontinuität des Einzelradfahrens mit einer Begleitperson seit dem Beginn der Krise wie ein Leuchtturm. Wie wichtig dieser Baustein als Ergänzung zu den Aktivitäten in Gruppen ist, zeigte sich in diesen letzten Wochen besonders deutlich. Hier ist viel Potential für die Zukunft!

Bei allem ist das Wichtigste das Signal: Es geht eine ganze Menge und es geht mehr als gedacht. Wir können auch in diesen besonderen Zeiten zusammen „schöne Sachen“ machen!

Herzlichen Dank an alle, die das Aktivitätsprogramm auf vielfältige Weise unterstützen - das macht Mut und gibt Kraft!

Ende Mai melden wir uns wieder mit den Informationen für Juni.



Hartmut Schilling, Minden, 30. April 2020

Anlage: Infoblatt „Aktivitäten zu zweit und in besonderen Formen im Mai“

Aktivitäten zu zweit und in besonderen Formen im Mai für Menschen mit (Früh-)Demenz und ihre Angehörigen



Leben mit Demenz
Alzheimergesellschaft
Kreis Minden-Lübbecke e.V.

Zeiten, Orte, Organisation für Aktivitäten
nach persönlicher Absprache
mit den jeweiligen Ansprechpartnern

		Aktivitäten	Organisation
Mo	4.	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeinsam bewegen zu zweit – B.O. • Die Montagsfrauen unterwegs zu zweit 	Kathrin Dietrich 0171-4040150 (AB) Doris Kaase 0571-9733731
Di	5.	<ul style="list-style-type: none"> • D-Treff unterwegs zu zweit • Angehörigen-Stammtisch FTD per Video 	Doris Kaase 0571-9733731 Doris Kaase 0571-9733731
Mi	6.	<ul style="list-style-type: none"> • Wandern zu zweit 	Ute Rodenberg 0571-9424525
Do	7.	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeinsam bewegen zu zweit – Minden 	Marianne Henne 0571-48273
Mo	11.	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeinsam bewegen zu zweit – B.O. • Singen im Duett – real oder WhatsApp 	Kathrin Dietrich 0171-4040150 (AB) Doris Kaase 0571-9733731
Di	12.	<ul style="list-style-type: none"> • Walken zu zweit 	Marianne Henne 0571-48273
Mi	13.	<ul style="list-style-type: none"> • Live und in Farbe zu zweit 	Astrid Eckardt 0571-9729005.
Do	14.	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeinsam bewegen zu zweit – Minden 	Marianne Henne 0571-48273
Mo	18.	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeinsam bewegen zu zweit – B.O. 	Kathrin Dietrich 0171-4040150 (AB)
Mo	25.	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeinsam bewegen zu zweit – B.O. • Mindener Kaffeekränzchen zu zweit • Walken zu zweit 	Kathrin Dietrich 0171-4040150 (AB) Ulla Moser 0571-40515682 Marianne Henne 0571-48273
Di	26.	<ul style="list-style-type: none"> • „Dienstags unterwegs zu zweit“ <ul style="list-style-type: none"> ○ Bad Oeynhausen ○ Lübbecke ○ Minden 	Marianne Krebs 05731-1864184 Karl-Heinz Hülsmann 05742-2559 Ulla Moser 0571-40515682
Mi	27.	<ul style="list-style-type: none"> • Feierabendradtour zu zweit 	Wolfgang Weber 0571-84499
Do	28.	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeinsam bewegen zu zweit - Minden 	Marianne Henne 0571-48273