



# Wer rastet, der rostet – aktiv sein mit und trotz Demenz

## Veranstaltung des Pflegestützpunktes zur Woche der Demenz 2019

„Wer rastet, der rostet“, dieser Spruch ist Allgemeingut und trifft sowohl auf unseren Körper als auch auf unseren Geist zu. Auch für Menschen, die mit einer Demenz leben, ist Aktivität ein wichtiger Baustein zum möglichst langen Erhalt ihrer Fähigkeiten und zur Steigerung ihrer Lebensfreude. Wie diese Aktivität aussieht, welche Vorschläge und Anregungen von Angehörigen und Pflegenden dazu gemacht werden können, ist sehr von den individuellen Vorlieben, der Krankheitsphase und von den körperlichen Einschränkungen der Betroffenen abhängig.

Menschen mit Demenz verlieren zunehmend die Fähigkeit, sich selbst zu beschäftigen. Manche von ihnen entwickeln eine große Anhänglichkeit, sie folgen ihren Angehörigen auf Schritt und Tritt. Andere ziehen sich sehr zurück, werden fast apathisch und sind oft in sich versunken. Wieder andere sind häufig unruhig oder auch ungehalten. Pflegende können mit geeigneten Beschäftigungsangeboten die als belastend empfundenen Verhaltensweisen positiv beeinflussen und somit ihre Stimmung verbessern.

Manchmal sind es Gesellschaftsspiele wie „Mensch ärgere Dich nicht“, manchmal körperlichen Aktivitäten, Spaziergängen oder Gymnastik. Ebenso kommen einfache Tätigkeiten im Haushalt oder im Garten in Frage wie Servietten falten, Handtücher zusammenlegen, Gemüse oder Obst putzen und klein schneiden, Blumen einpflanzen oder gießen, Handarbeiten ... hier kommt es auf das Tun an, nicht so sehr auf das Ergebnis. Lob und Anerkennung heben dabei die Stimmung ungemein.

Beschäftigungsideen von A-Z - auch zum Ausprobieren - bietet die Veranstaltung mit dem Pflegestützpunkt im Kreis Herzogtum Lauenburg und dem Demenznetz Herzogtum Lauenburg an. Herzlich laden wir Angehörige von Menschen mit Demenz und ihre erkrankten Familienmitglieder zu einem anregenden Nachmittag ein. Anmeldungen werden unter 04542- 82 65 49 entgegengenommen.



**Wann?** Donnerstag, 19.09.2019

**Um?** 15:00 Uhr

**Wo?** Cafeteria in der  
Praxisklinik Mölln  
Wasserkrüger Weg 7  
23879 Mölln

- kostenfrei -