



REKORDBESUCH AUF DEM DEMENZ-PARCOURS

Wenn das Ich plötzlich an seine Grenzen stößt

Rekordbesuch auf dem Demenz-Parcours des Ambulanten Hospizdienstes: 14 Teilnehmerinnen und Teilnehmer wollten in dem Kurs unter Leitung der Koordinatorin Anja Schröder persönlich erfahren, wie sich ein Leben mit Demenz anfühlt. Was am Samstagmorgen um 10 Uhr leicht und locker begann, endete um 13 Uhr in purer Erschöpfung: „Jetzt muss ich erst einmal Mittagsschlaf machen!“

Ich dachte immer, ich hätte eine Ahnung, wie sich Menschen mit Demenz fühlen. Nach dem Workshop mit seinen 13 Alltagsstationen wusste ich: Das war ein Irrtum. Mit Station 1 – Anziehen – ging es schon los. Ich musste einen Kittel überwerfen und

dabei Arbeitshandschuhe tragen. Den Reißverschluss bekam ich noch zu, aber Knöpfe mit Handschuhen zu schließen, das war unmöglich (Bild rechts oben). Die Koordinatorin schlüpfte in die Rolle einer Angehörigen: „Mach schneller, wir müssen zum Arzt. Das Taxi wartet schon.“ Ich spürte Druck. Ich wollte mich beeilen, aber es gelang mir einfach nicht.

Für das Frühstück sollte ich anhand von Fotos die einzelnen Arbeitsschritte des Tischdeckens in die richtige Reihenfolge bringen (Bild rechts). Nichts leichter als das? Ich konzentrierte mich und sortierte die Bilder doch falsch. Mehr als 50 Arbeitsschritte – wie soll sich ein Mensch mit Demenz all das

nur merken? An anderer Stelle ging's um Kochen und Backen, Straßenverkehr, Autofahren, Orientierung, Büro, Hausarbeit, das Ende des Tages. Beim Mittagessen sollte ich Papierkügelchen mit meinem Besteck auf einen Essteller bugsieren. Dabei musste ich meine Hände spiegelverkehrt koordinieren, während ich von oben über einen Spiegel auf den Teller blickte. Nur zwei Kügelchen landeten in der vorgeschriebenen Zeit auf meinem Teller. Ich wäre verhungert.

Sterne, die ich an einer anderen Spiegel-Station zeichnen sollte, wurden zu Krakeleien. Worte, die ich auf den Einkaufszettel schreiben sollte, waren kaum zu entziffern. Was war nur los mit mir? Warum gehorchten mir meine Hände nicht? Warum hatte ich so wenig Zeit? Ich war frustriert und wütend auf mich selbst.

Der Morgen rauschte nur so vorbei, die Räume des Hospizdienstes waren erfüllt von Stimmengewirr. Alles war perfekt organisiert. Drei Ehrenamtliche umsorgten und begleiteten uns. Bei der abschließenden Blitzlicht-Runde saßen die 14 Teilnehmenden körperlich und geistig erschöpft auf ihren Stühlen. Wer hätte gedacht,



dass dieser Vormittag so herausfordernd sein würde? Das Fazit war einhellig: Unsere Perspektive auf ein Leben mit Demenz hat sich an diesem Morgen verändert. Die Versuchsanordnungen des Parcours haben erfahrbar gemacht, wie wichtig es ist, Betroffenen mit Geduld, Einfühlungsvermögen und Verständnis zu begegnen, um den Druck auf sie, ihre Ängste und die Verzweiflung nicht noch weiter zu verstärken. Was bedeutet es, wenn ein Mensch plötzlich einfachste Alltagsaufgaben nicht mehr bewältigen kann? Ich schwitzte, strengte mich an, wollte es unbedingt schaffen – und versagte doch. Gab mir jemand Ratschläge, reagierte ich gereizt und ungehalten. Diese Momente der Überforderung und Frustration haben mich sehr bewegt.

Menschen mit Demenz brauchen in ihrem Alltag Empathie, wertschätzende Unterstützung und ein Leben in liebevoller Gemeinschaft. Nur so können wir ihnen das Dasein ein Stück weit erleichtern und ihnen mit dem Respekt und der Würde entgegenzutreten, die sie verdienen. Was für eine wertvolle Erfahrung!

Susanne Schübel, Kursteilnehmerin