



## **TIPPS** für Menschen mit Demenz und deren Angehörige



# ADVENTSZEIT UND WEIHNACHTEN MIT MENSCHEN MIT DEMENZ FEIERN

Advent und Weihnachten sind mit vielen Erinnerungen und Gefühlen (Düfte, Musik, Lichter) verbunden und daher auch für Menschen mit Demenz sehr wertvoll, da das Langzeitgedächtnis zumeist am besten funktioniert und die Feierlichkeiten sie – und uns alle – auf der Gefühlsebene ansprechen.

### **ZELEBRIEREN SIE GEMEINSAME RITUALE UND KNÜPFEN SIE AN ERINNERUNGEN AN**

Die Adventszeit und das Weihnachtsfest mit ihren Traditionen und Ritualen können Menschen mit Demenz Orientierung, Halt und Hoffnung geben. Dabei ist das Teilhaben, Erleben, Mitempfinden und sich erfreuen von besonderer Bedeutung. Versuchen Sie die Adventszeit (Adventskranz basteln, gemeinsames Kekse backen,...) und das Weihnachtsfest für Ihren Angehörigen so zu gestalten, dass viele Erinnerungen wachgerufen werden. Bsplw. mit Geschichten aus der Kindheit, das vertraute Klingen der Christkindglocke, der gewohnte Spaziergang, das Schmücken des Weihnachtsbaumes...).

Selbst wenn der/die Betroffene nicht mehr reden kann und Worte auch nicht mehr versteht, wissen wir, dass Erinnerungen verbinden. Es sind besondere Momente, die auch bei Menschen mit Demenz besonders empfunden werden und Lebensfreude vermitteln.

### **MENSCHEN MIT DEMENZ IN DIE VORBEREITUNG MITEINBEZIEHEN**

Nutzen Sie die Ruhe und Besinnlichkeit der Adventszeit und begehen sie die Festtage wie in alten Zeiten. Versuchen sie Hektik und Alltagsprobleme zu vergessen. Entzünden sie gemeinsam die Adventskerzen, lesen kurze Geschichten, singen Lieder und schmücken den Baum. Lassen auch Sie sich anstecken von der Adventszeit.

## NICHT ÜBERFORDERN

Seien Sie in jedem Fall vorsichtig mit Reizüberflutung ihrer betroffenen Familienangehörigen. So kann etwa zu Beginn einer demenziellen Beeinträchtigung ein gemeinsames, großes Familienfest noch Freude bereiten, was den Betroffenen in einem späteren Stadium der Demenz vielleicht überfordert.

- eher im kleinen, vertrauten Kreis feiern
- ein überschaubares Programm
- möglichst wenig Ablenkung und Lärm

**Es ist alles sinnvoll, was die Betroffenen entspannt, sie fröhlich macht oder ihnen kleine Erfolgserlebnisse beschert.**

## WELCHE WEIHNACHTSGESCHENKE?

Die Geschenke sollten an das jeweilige Stadium der Demenz angepasst sein. Jedenfalls sind Dinge, die die Sinne der Betroffenen anregen und mit einem positiven Gefühl verbunden sind, besonders geeignet. Beispielsweise: Fotos von Familienmitgliedern, ein früheres Lieblingsparfum, ein Bildband von der Region, wo die Person aufgewachsen ist oder Musik zum Mitsingen.

In einem späteren Stadium der Demenz kann es auch ein Geschenk sein, das den Tast- und Berührungssinn (also die Haptik) anspricht – wie eine Kuscheldecke, ein Massageball, ein Stofftier oder ähnliches.

## WICHTIG SIND VERSTÄNDNIS UND WERTSCHÄTZUNG

*Die MAS Alzheimerhilfe wünscht  
Ihnen eine besinnliche Weihnachtszeit.*



### P.S.:

Falls ihr/e Angehörige/r die Christbaumkugeln abräumt, könnte es daran liegen, dass er/sie eigentlich etwas zum Naschen sucht.

### Hinweis:

Es gilt zu beachten, dass Alzheimer/Demenz mit unterschiedlichen Symptomen auftritt und immer die verschiedenen Stadien der Demenz zu berücksichtigen sind.



**Rat und Hilfe in allen Fragen zu Demenz/Alzheimer  
erhalten Sie bei der MAS Alzheimerhilfe.**



### MAS Alzheimerhilfe

#### Zentrale

Lindastraße 28

4820 Bad Ischl

+43 (0) 6132/21410-0

Mail: [alzheimerhilfe@mas.or.at](mailto:alzheimerhilfe@mas.or.at)

DSS Bad Ischl +43/664/88 92 86 19

DSS Braunau +43/664/458 00 71

DSS Gmunden +43/664/858 94 85

DSS Linz Nord/Urfahr +43/664/213 99 77

DSS Kirchdorf +43/664/854 66 94

DSS Ried/I +43/664/854 66 92

DSS Rohrbach +43/664/854 66 99



LAND  
OBERÖSTERREICH



Österreichische  
Gesundheitskasse