

**Gemeinschaft – soziale Netze – persönliche Begegnung – Bewegung**  
**Bildungsakademie des Landessportbundes Hessen e.V. und Diakonie Hessen e.V. veranstalten Fachtag zum Weltalzheimertag 2022 am 20. September in Frankfurt**

Alzheimer und alle weitere Demenzformen im Alltag zu bewältigen, stellt die Betroffenen und Beteiligten jeden Tag vor enorme Herausforderungen. Sorgen, Ängste und Unsicherheiten belasten den Alltag zusätzlich. Umso wichtiger ist es, die Gesellschaft auf das Thema aufmerksam zu machen. Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen sollen erleben, dass sie trotz der Erkrankung akzeptiert werden und dazugehören und teilhaben können. Deshalb findet jährlich im September der Weltalzheimertag statt, dieses Mal unter dem Motto: „Demenz – verbunden bleiben“. Gerne beteiligten sich die Bildungsakademie und die Diakonie Hessen wieder mit einer eigenen Veranstaltung. Ein herzlicher Dank gilt hier der DiaDem-Stiftung, die uns auch in diesem Jahr wieder finanziell unterstützt.

Den fachlichen Einstieg gestaltete der Vortrag von Cornelia Coenen-Marx (verlesen durch Dagmar Jung), der die Tragkraft von Sorgenetzen in Familie, Nachbarschaft, Quartier und Gemeinwesen in den Fokus rückte. Nur durch die Verwobenheit verschiedener Säulen wird es möglich demenziell erkrankte und pflegebedürftige Menschen gut zu umsorgen, sie in der Gemeinschaft zu halten und sie in einer Umwelt leben zu lassen, die anregt und fördert und ihnen ein ausreichendes Maß an Zuwendung gewährleistet. Eine gute Kooperation von Angehörigen, Freunden, Pflegenden und Betreuern hilft, Erinnerungen der anvertrauten Menschen zu sammeln, diese aufzufrischen, Ihnen Geborgenheit zu geben, Gewohnheiten und Rhythmen aufzubauen, die Vertrauen geben und Ängste nehmen.

Im 2. Abschnitt unseres Fachtages gewährte uns Gabriel Eckhardt vom Deutschen Tischtennis-Bund einen Einblick in das Projekt „Tischtennis für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen“. Dieses Projekt zeigt eindrücklich wie von einer Demenz-erkrankung betroffene Menschen mit der nötigen Unterstützung in den Sportvereinen bleiben können bzw. Sportvereine ihre Aktivitäten auch dort anbieten können, wo Menschen mit Einschränkungen leben. Demenzerkrankte und Angehörige spüren im freizeitorientiertem Tischtennistraining ein bestärkendes Miteinander, welches sich lohnt, immer wieder neu zu entfachen. Die Modifikation von Tischtennistraining kann neben dem Training motorischer und kognitiver Fähigkeiten Erfolgserlebnisse in vielen psycho-sozialen Bereichen hervorbringen.

Das eigene Umsetzen und Ausprobieren in der Sporthalle mit Schläger und Ball der Teilnehmenden des Fachtages mit und ohne Tischtennistisch sorgte für lachende Gesichter und zeigt die Vorfreude diese Spielformen mit den eigenen Teilnehmer:innen und Bewohner:innen auszuprobieren.

In Verbindung stehen und bleiben ist auch über digitale Wege möglich. Christiane Kompch-Maneshkari, die Leiterin des Mehrgenerationenhauses (MGH) Oestrich-Winkel gab eine Übersicht über dessen facettenreiche digitale Angebotspalette. Das MGH ist ein Stützpunkt des Projektes ‚Digital im Alter – Di@-Lotsen‘. Die ehrenamtlich tätigen und geschulten Di@-Lots:innen begleiten ältere Mitbürger:innen niedrigschwellig und wohnortnah und ermöglichen so auch der älteren Generationen einen Zugang zur digitalen Welt mit dem Ziel die digitale Teilhabe für alle Altersgruppen voranzutreiben. Daneben ist das MGH auch „Digital-Kompass-Standort“ und ist zudem Teil eines Landesprojektes welches sich den aufsuchenden digitalen Lernmaßnahmen verschrieben hat. Menschen können so aus der Einsamkeit und Isolation geholt werden. Das digitale Medium ist als Chance zu begreifen, daher müssen auf allen Wegen Ängste und Vorbehalte abgebaut und Unterstützungsstrukturen aufgebaut werden. Das MGH bietet zudem Alten- und Pflegeeinrichtungen in Oestrich-Winkel die Einbindung in digitale Projekte an und verbindet so stationäre und offene Gesellschaftsformen.

Natürlich wurden den einzelnen Vorträgen wertvolle Bewegungspausen zwischengeschaltet. Heidi Gumbert und Dr. Corinna Spannaus aktivierten die Teilnehmenden mittels Bewegungsgeschichten und leichten Mobilisations- und Koordinationsübungen, so dass sich alle im Anschluss wieder konzentriert und motiviert dem folgenden Vortragenden zuwenden konnten.

Die gesellschaftliche Akzeptanz und Inklusion von demenziell Erkrankten steigert die Wertschätzung von Betroffenen, Angehörigen, Pflege- und Betreuungskräften sowie allen Menschen, die sich regelmäßig mit der Thematik auseinandersetzen müssen. Für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen ist es wichtig miteinander verbunden zu bleiben, um so am Leben teilhaben zu können.

Karen Zacharides