



Jahresbericht
Rapport annual
Rapporto annuale
2021



Unter dieser Nummer erhalten Sie kostenlos und diskret
Auskünfte rund um Alzheimer und andere Demenzformen:

Alzheimertelefon Graubünden
Telefon 081 253 91 40

Geschäfts- und Beratungsstelle:

Poststrasse 9
7000 Chur

Telefon 081 253 91 42
info.gr@alz.ch
www.alz.ch/gr

Wort des Präsidenten

Wie bewältigen wir eine Krise?

Es gibt nationale und globale Krisen. Es gibt aber auch Krisen, die das eigene und das Leben der Familie und der ihr Nahestehenden betreffen. Zum Beispiel die Diagnose «Demenz» kann so eine Krise sein: Das Leben verändert sich, manchmal schneller, manchmal allmählich ganz anders, als wir es uns gedacht und gewünscht hatten. Der Betroffene, die Angehörigen, das Umfeld reagieren unterschiedlich. Es kann sein, dass der Betroffene die Krankheit verleugnet, dass er in Verzweiflung gerät oder das Gespräch sucht. Sich auf die Situation einzustellen, braucht Geduld und Menschen, die behilflich sind. Manche Angehörigen machen sich bald über die medizinischen Fakten kundig und probieren, neue Verhaltensweisen zu entwickeln, um mit der veränderten Situation umzugehen.

Jeder nimmt die neue Situation anders auf und auch jede Demenzerkrankung verläuft verschieden. Zudem ist die familiäre und die soziale Situation bei jedem Betroffenen anders.

Aber es gibt gewisse Erfahrungswerte, wie man eine solche Krise besser bewältigen kann. Bei allen Krisen hilft es, der Realität ins Auge zu blicken. Manchmal braucht es etwas Zeit, zu realisieren, dass das Leben jetzt anders verlaufen wird, den ersten Schock zu verdauen. Es ist aber von grosser Wichtigkeit, nicht zu lange mit der Veränderung zu hadern, sondern sich mit der neuen Lage zu befassen. Ein Teil der Demenzbetroffenen sieht die

Probleme eher in der Umwelt oder fühlt sich völlig normal. Andere tragen die Diagnose mit Fassung und bleiben gelassen. Wieder andere verzweifeln und schauen angstvoll in die Zukunft. Für sie, aber besonders auch für die Angehörigen ist es wichtig, sich über die Krankheit und den möglichen Verlauf zu informieren. So wissen viele z.B. nicht, dass ihr Partner oder Elternteil nach einer Alzheimerdiagnose z.T. noch Jahre ohne allzu grosse Einschränkungen leben kann, und vieles doch möglich ist, was man sich fürs Leben noch vorgenommen hat. Auch wenn die meisten Demenzerkrankungen nicht heilbar sind, kann man auch einiges unternehmen, um den Verlauf positiv zu beeinflussen.

Wie in jeder Krise ist es wichtig, genau zu verstehen, was eigentlich vor sich geht. Denn nur wer das weiss, kann auch richtig handeln. Beim Demenzbetroffenen heisst das, zu verstehen, vor welche Probleme ihn der Ausfall bzw. die Störung gewisser Hirnfunktionen stellt und warum er oder sie manchmal nicht nachvollziehbar reagiert. Wer das Problem besser erfasst, weiss zumindest, was er versuchen kann. Als Angehöriger oder auch professioneller Helfer muss man manchmal die eigenen Vorstellungen zurückstellen, um zu einer guten Lösung für alle Beteiligten zu kommen. So kam die Ehefrau eines Demenzbetroffenen in grosse Not. Für sie war die Pünktlichkeit ein wichtiger



Wert. Sie kam immer öfter zu spät, da sich der Aufbruch zusammen mit dem Manne sich immer schwieriger gestaltete. Sie geriet in Aufregung und ärgerte sich, was bei ihrem Mann nur zu noch grösserer Verzögerung führte. In einem Beratungsgespräch hörte sie, dass man dem Arzt oder den Kollegen, ihre anspruchsvolle Situation erklären könne und dass diese sich im allgemeinen gerne darauf einstellen werden. Erst dann konnte sie sich beruhigen. Jetzt hat sie kein schlechtes Gewissen mehr und informiert bei Terminabsprachen über ihre Lage.

Neben dem Wissen ist die Inanspruchnahme von Hilfe einer der wichtigsten Faktoren, die veränderte Lage zu bewältigen. Für viele braucht es Mut und Überwindung, andere zu fragen. Tun sie es doch, machen sie meist die schöne Erfahrung, dass der Mensch in der Regel sehr gerne hilft. Doch hier zeigt sich, dass es in der Krise auch das Mitdenken und die Solidarität, der nicht direkt Betroffenen braucht. Wer etwas über die Probleme der Demenzbetroffenen weiss, bietet vielleicht von selbst seine Hilfe an, fragt nach oder reagiert auf unerwartetes Verhalten verständnisvoll. Das Mitgefühl und Verständnis für andere, vor allem aber die konkrete Mithilfe erleichtern die Situation einer betroffenen Familie sehr.

Immer wieder kommen neben den direkten Angehörigen auch Freunde, Nachbarn und Bekannte sowie freiwillige Helfer in die Kurse von Alzheimer Graubünden, um Menschen mit Demenz besser verstehen zu lernen. Auch Polizisten, Postautochauffeure, RhB-Angestellte, Grundbuchverwalter,

Coiffeure und andere Berufsgruppen interessieren sich für ihre demenzkranken Kunden, indem sie sich über deren Erkrankung und die damit verbundenen Herausforderungen informieren lassen. Dies wird sich im gesellschaftlichen Alltag positiv auswirken.

Im Kanton Graubünden haben wir die gute Situation, dass Alzheimer Graubünden Fachberatung in allen Regionen kostenlos und sogar zuhause anbieten kann. Dass wir den betroffenen Menschen und ihren Familien diese Hilfe überall im Kanton zur Verfügung stellen.

Auch wenn das Leben sich manchmal in eine Richtung verändert, die wir uns anders vorgestellt hatten, so kann sich doch aus jeder Krise auch Neues und Positives entwickeln. So entstehen neue Beziehungen, eigene Stärken werden entdeckt, das Bild von den anderen Menschen kann sich korrigieren. Auch wenn der Weg nicht einfach ist – gemeinsam bewältigen wir ihn besser. Wir freuen uns über alle, die diesen Weg in irgendeiner Form mitgehen oder begleiten, sei es als freiwillige Helfer, als Mitarbeiter von Alzheimer GR, mit einer Spende oder einer Mitgliedschaft – oder mit Rückmeldungen und guten Ideen.

Auf ein gemeinsames nächstes Jahr

Dr. med. Raimund Klesse
Präsident

Pled dal president

Co dumagnain nus ina crisa?

I dat crisas naziunalas e crisas globalas. I dat dentant er crisas che periclitateschan l'atgna vita e quella da l'atgna famiglia e da lur persunas da confidenza. La diagnosa «demenza» po per exempel esser ina tala crisa: la vita sa mida, mintgatant pli svel, mintgatant pli plaun tut auter che quai che nus avevan pensà e giavischè. La persuna pertutgada, ils confamigliars, il conturn reageschan a moda differenta. I po dar che la persuna pertutgada snega la malsogna, ch'ella croda en desperaziun ubain ch'ella tschertga il discours. Da s'adattar a la situaziun dovra pazienza e dovra persunas che gidan. Baininqual dals confamigliars s'infurmeschan prest davart ils fatgs medicinals ed emprovan da sviluppar novas modas da sa cuntegnair per pudair ir enturn cun la situaziun midada. Mintgin recepescha autramain la nova situaziun ed er mintga malsogna da demenza ha in decurs different. Ultra da quai è la situaziun famigliara e sociala tar mintga persuna pertutgada outra.

I dat però tschertas valurs d'experient-scha, co ch'ins po dumagnar meglier ina tala crisa. Tar mintga crisa gidi da sa confruntar directamain cun la realitad. Mintgatant dovri in pau temp per realisar che la vita prenda ussa in auter decurs, per magunar l'emprim schoc. Igl è però da gronda impurtanza da na targlinar memia ditg cun la midada, mabain da sa fatschentar cun la nova situaziun. Ina part da las persunas dementas vesa ils problems

plitost en ses conturn u sa senta cumplettamain normala. Autras restan quietas suenter la diagnosa ed han pazienza. Puspè autras persunas sa despereschon e guardan plain tema en il futur. Per ellas, ma er per lur confamigliars èsi impurtant da s'infurmar davart la malsogna e davart il decurs pussaivel. Suenter ina diagnosa dad Alzheimer na san uschia per exempel bleras persunas betg che lur partenaria u partenari u lur genitur po per part anc viver onns a la lunga senza pli grondas restricziuns e che blier da quai ch'ins vuleva prender per mauns durant sia vita è tuttina anc pussaivel. Cumbain che las bleras malsognas da demenza na sa laschan betg curar, pon ins tuttina anc far blier per influenzar en moda positiva lur decurs.

Sco en mintga crisa èsi impurtant da chapir exactamain, tge che capita insomma. Mo tgi che sa quai, po er agir endretg. Per persunas pertutgadas da demenza vul quai dir, da chapir cun tge problems ch'ellas vegnan confruntadas pervia da l'interruptziun resp. pervia dal disturbi da tschertas funcziuns dal tscharvè, pertge ch'ella u el reagescha mintgatant en ina maniera betg chapaivla. Tgi che chapescha meglier il problem, sa almain, tge ch'el po empruvar. Sco confamigliar ubain er sco gidantra u gidanter professional ston ins mintgatant remetter las atgnas imaginaziuns per chattar ina buna soluziun per tut las persunas partecipadas. Uschia è la consorta d'in pertutgà da demenza vegnida en grondas difficultads. Per ella era la punctualitad ina valur impurtanta. Adina pli savens arrivava ella memia tard,

perquai ch'i vegniva adina pli difficil da partir ensemen cun ses um. Ella vegniva gnervusa e s'agitava, quai che chaschunava in retard anc pli grond da ses um. En in discurs da cussegliaziun è ella vegnida a savair, ch'ins po declerar sia situaziun pretensiusa al medi u a collegas e che quellas persunas s'adattan en general gugent a questa situaziun. Pir lura ha ella pudì sa quietar. Ussa n'ha ella nagina nau-scha conscienza pli ed infurmescha davart sia situaziun, cura ch'ella fixe-scha in termin.

Ultra da la savida è il far diever d'agid in dals pli impurtants facturs per dumagnar la situaziun midada. Per ble-ras persunas dovri curaschi e sforz da dumandar autras persunas. Sch'ellas fan quai tuttina, alura fan ellas il pli savens la bella experientscha, che l'uman gida per regla fitg gugent. Però qua sa mussi, ch'i dovra en la crisa er agid, reflexiun e solidaritad da las persunas che n'èn betg pertutgadas directamain. Tgi che ha ina tscherta savida davart ils problems da persunas pertutgadas da demenza, porscha forsa da sai ora ses agid, dumonda su-enter u reagescha cun chapientscha sin in cumportament nunspetgà. La compassiun e la chapientscha per autras persunas, oravant tut però l'agid concret, faciliteschan fitg la situaziun d'ina famiglia pertutgada.

Per emprender da chapir meglier persunas cun demenza visitan adina pup-
spè – ultra dals confamigliars – er amis, vischins ed enconuschents sco er gidantras e gidanters voluntars ils curs dad Alzheimer Grischun. Er po-
licists, chauffeurs d'autos da posta,

impiegads da la Viafier retica, admi-
nistraturs dal register funsil, coiffeurs
ed autras gruppas professionalas s'in-
teressan per lur clientas e clients cun
demenza e sa laschan infurmar davart
la malsogna e davart las sfidas ch'èn
colliadas cun quella. Per il mintgadi
social vegn quai ad avair consequen-
zas positivas.

En il chantun Grischun avain nus la
buna situaziun, che Alzheimer Gri-
schun po porscher gratuitamain cus-
segliaziun professionala en tut las
regiuns e schizunt a chasa. E che nus
mettain a disposiziun a las persunas
pertutgadas ed a lur familias quest
agid dapertut en il chantun.

Cumbain che la vita sa mida mintga-
tant en ina direcziun che nus n'avevan
betg ans imaginà, èsi tuttina pussai-
vel ch'i sa sviluppa ord mintga crisa
insatge nov e positiv. Uschia naschan
novas relaziuns, vegnan scuvertas at-
gnas fermezzas ed il maletg da las
autras persunas po vegnir curregi. Er
sche la via n'è betg simpla – ensemen
dumagnain nus ella meglier.

Nus ans legrain da tuts, che van ques-
ta via en x-ina furma u che accumpog-
nan las persunas dementas, saja quai
sco gidantra u gidanter voluntar, sco
collavuratura u collavuratur dad Al-
zheimer GR, cun ina donaziun u cun ina
commembranza ubain cun resuns e
cun bunas ideas.

Sin in proxim onn cuminaivel

Dr. med. Raimund Klesse
president

Saluto del presidente

Come gestiamo una crisi?

Esistono crisi nazionali e crisi globali. Esistono però anche crisi che riguardano la propria vita, la vita della propria famiglia e delle persone che le sono vicine. Una di queste crisi può essere ad esempio rappresentata dalla diagnosi di «demenza»: la vita cambia, talvolta in modo più rapido, talvolta in modo graduale, e diventa completamente diversa da quanto avremmo pensato e desiderato. I diretti interessati, i familiari e l'ambiente circostante reagiscono in modi differenti. Può succedere che il diretto interessato neghi la malattia, che ceda alla disperazione o che cerchi il dialogo. Per adattarsi alla situazione occorrono pazienza e persone in grado di aiutare. Alcuni familiari cercano rapidamente informazioni mediche e provano a sviluppare nuovi comportamenti per gestire la situazione mutata.

Ognuno reagisce diversamente e ogni caso di demenza ha un decorso differente. Inoltre la situazione familiare e sociale è diversa per ogni diretto interessato.

L'esperienza insegna però come si riesce a gestire meglio una crisi del genere. In ogni crisi è d'aiuto guardare negli occhi la realtà. Talvolta ci vuole un po' di tempo per realizzare che la vita avrà d'ora in avanti un corso diverso, per superare lo shock iniziale. È però molto importante non combattere a lungo il cambiamento, bensì iniziare ad affrontare la nuova situazione. Una parte delle persone colpite da demenza ritiene che i problemi

stiano piuttosto nell'ambiente oppure sostiene che niente sia cambiato. Altri reagiscono con contegno alla diagnosi e rimangono calmi. Altri ancora si disperano e guardano con timore al futuro. Per loro, ma in particolare per i familiari, è importante informarsi in merito alla malattia e al possibile decorso. Ad esempio molti non sanno che dopo una diagnosi di Alzheimer il loro partner o genitore può talora vivere ancora per anni senza particolari limitazioni e che è ancora possibile fare molte delle cose che si era previsto di fare. Anche se la maggior parte delle demenze non è curabile, si può comunque fare qualcosa per influire in modo positivo sul decorso.

Come in ogni crisi è importante capire esattamente cosa sta succedendo. Infatti, soltanto chi lo sa può agire in modo corretto. Per il diretto interessato questo significa capire i problemi ai quali è confrontato a seguito della perdita o del disturbo di determinate funzioni cerebrali e perché a volte reagisce e in modo incomprensibile. Chi comprende meglio il problema, sa perlomeno cosa può provare a fare. In qualità di familiare o di professionista occorre talvolta mettere da parte le proprie aspettative, per trovare una buona soluzione per tutte le persone coinvolte. Ad esempio, la moglie di un uomo affetto da demenza è venuta a trovarsi in grande difficoltà: per lei la puntualità era molto importante. Capitava sempre più spesso che arrivasse in ritardo, perché prepararsi per uscire con suo marito si faceva sempre più difficile. Si agitava e si arrabbiava, cosa che provocava ritardi an-

cora maggiori da parte di suo marito. Durante un colloquio di consulenza le è stato detto che avrebbe potuto spiegare al medico o agli amici questa situazione complicata e che in generale questi si sarebbero certamente adattati. Solo allora è stata in grado di tranquillizzarsi. Adesso non si sente più in colpa e quando fissa degli appuntamenti informa in merito alla propria situazione.

Oltre alle conoscenze, uno dei fattori principali per far fronte alla nuova situazione è costituito dalla richiesta di aiuto. Molte persone devono trovare coraggio e forza di volontà per riuscire a chiedere ad altri. Quando ci riescono, di solito fanno la gradita esperienza che le persone di norma aiutano molto volentieri. Questo mostra tuttavia che quando si affronta una crisi ci vogliono anche la partecipazione e la solidarietà di chi non è direttamente coinvolto.

Chi conosce i problemi delle persone affette da demenza offre forse spontaneamente il proprio aiuto, si interessa o reagisce in modo comprensivo a comportamenti inattesi. Empatia e comprensione nei confronti degli altri, ma soprattutto l'aiuto concreto, rendono la situazione di una famiglia coinvolta sensibilmente meno pesante.

Accade regolarmente che ai corsi proposti da Alzheimer Grigioni partecipino, oltre ai familiari più stretti, anche amici, vicini di casa, conoscenti e volontari, con l'intento di imparare a capire meglio le persone affette da demenza. Anche agenti di polizia, conducenti di autopostali, impiegati della FR, ufficiali del registro fondiario,

parrucchieri e altri professionisti si interessano dei loro clienti affetti da demenza, informandosi in merito alla loro malattia e alle sfide a essa associate. Ciò avrà effetti positivi sulla vita sociale quotidiana.

Nel Cantone dei Grigioni ci troviamo in una situazione privilegiata, dovuta al fatto che Alzheimer Grigioni è in grado di offrire consulenza specialistica gratuita in tutte le regioni e addirittura a domicilio. Mettiamo questa consulenza a disposizione dei diretti interessati e delle loro famiglie in tutto il Cantone. Anche se la vita prende talvolta una direzione diversa da quella che ci eravamo immaginati, da ogni crisi può nascere qualcosa di nuovo e di positivo. Ciò fa nascere nuove relazioni, permette di scoprire i propri punti di forza, di correggere l'immagine che si ha degli altri. Anche se la strada non è facile, insieme riusciamo ad affrontarla meglio.

Ci rallegriamo per chiunque decida di intraprendere con noi questo percorso o di accompagnarci lungo lo stesso, sia in qualità di volontario o di collaboratore di Alzheimer GR, con una donazione o un'adesione, con un feedback o con buone idee.

A un altro anno insieme

Dr. med. Raimund Klesse
presidente

Bericht der Geschäftsleitung

Eine junge Frau, welche ihre an Alzheimer erkrankte Mutter pflegt, wurde gefragt: «Weiss deine Mutter denn, dass du ihre Tochter bist». Darauf antwortete die junge Frau: «Das ist nicht wichtig. Wichtig ist, dass ICH weiss, dass sie meine Mutter ist».

Vergessen wir also nie, wer Menschen mit Demenz sind. Es ist unser Vater, unsere Mutter, unser Ehemann, unsere Ehefrau, unsere Schwester, unser Bruder, unsere Grosseltern, Freunde und Verwandte. Lassen wir sie nicht unsichtbar werden. Vielleicht haben sie sich verändert, vielleicht erkennen sie uns nicht mehr, aber sie sind immer noch da und sie brauchen uns mehr denn je. Lieben wir sie bedingungslos, wie sie uns geliebt haben und uns lieben. Hören wir ihnen zu, mit unseren Ohren, Augen und dem Herzen.

Im vergangenen Jahr durften wir wieder viele schöne Momente zusammen mit Menschen mit Demenz und mit Angehörigen erleben. Zu den gesellschaftlichen Anlässen gehören unsere Café Zeitlos, welche wir letztes Jahr 32-mal durchgeführt haben. In Chur, Disentis, Davos, Savognin und in Bever. Die Heime waren für uns zu durch die Situation mit Corona und so mussten wir teilweise neue Lokalitäten suchen für die Durchführung. Dass der Bedarf gross ist, sich untereinander auszutauschen, zeigte sich bei den 69 Gruppentreffen. Auch unseren FreiRaum konnten wir 20-mal durchführen. Wir machten Ausflüge, Museumsbesuche, musizierten am Rhein, besuchten Ausstellungen, machten Spielnachmittage oder waren kreativ tätig.

Unsere Kernaufgabe sind die Beratungen

von Angehörigen und Menschen mit Demenz. Gab es schon einen merk-

lichen Anstieg vom 2019 ins 2020, führte der Trend weiter und wir boten 1525 Beratungen an – 89 mehr als im Vorjahr. Rund 300 Beratungen fanden bei den Leuten zu Hause statt und 350 auf Beratungsstellen oder neutralen Orten. Über 800 Beratungen liefen über die verschiedenen Beratungstelefone im Kanton. Inhalt der Beratungen sind oft Entlastungsmöglichkeiten und Umgang mit Menschen mit Demenz. Bei den Entlastungsmöglichkeiten wären Angebote gefragt, welche ambulant und bezahlbar sind. Da gibt es noch Luft nach oben...

Im Oberengadin und in Chur führten wir Angehörigenkurse durch. Weitere Schulungen machten wir mit Freiwilligen, Jugendlichen und den Zugbegleitern der RhB. Vorträge, Plakataktionen sowie Standaktionen organisierten wir auch im 2021.

Den Monat September erkoren wir zum Demenzmonat mit verschiedenen Veranstaltungen im ganzen Kanton, den Ferien für Jungbetroffene sowie dem Weltalzheimertag.

Mein Dank geht an den Kanton Graubünden, für den Leistungsauftrag, an die Spenderinnen und Spender, unsere Mitglieder, freiwilligen Helfenden sowie an unsere Mitarbeitenden, für die wertvolle Unterstützung unserer Arbeit für Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen.

Anita Laperre-Rauch
Geschäftsleitung



Neues aus der Forschung



Vor zwei Jahren habe ich an dieser Stelle über den Wirkstoff Aducanumab berichtet. Dieser Wirkstoff wurde nun diesen Sommer von der amerikanischen Arzneimittelbehörde (FDA = Food and Drug Administration) mit bestimmten Auflagen unter dem Namen Aduhelm® zugelassen. Eine Auflage verpflichtet die Firma Biogen zu weiteren Studien, die den Nutzen des Präparates belegen sollen. Aducanumab wirkt nach dem Prinzip einer passiven Immunisierung durch Antikörper gegen das Beta-Amyloid-Eiweiß, welches bei der Alzheimer-Erkrankung durch Ablagerung Nervenzellen zerstört. Eine Zulassung in Europa wird derzeit durch die Europäische Arzneimittelbehörde (EMA = European Medicines Agency) und in der Schweiz durch Swissmedic geprüft. Eine Entscheidung wird Ende 2021 erwartet. Die Experten sind sich weiter uneinig. Eine Zulassung in Europa und in der Schweiz erscheint, gegenwärtig nicht zuletzt aufgrund der geringen Studienlage, wenig wahrscheinlich. Auch die Wirkstoffe BAN2401, Donanemab und Ganterumab wirken über eine Reduktion der Beta-Amyloid-Ablagerungen. Sie befinden sich in verschiedenen Phasen von sogenannten Phase-III-Studien, Ergebnisse und gegebenenfalls auch Zulassungsanträge werden im kommenden Jahr [2022] erwartet.

Ebenfalls vor zwei Jahren habe ich über den Wirkstoff GV-971 (Oligomannan) berichtet, welcher aus Braunalgen gewonnen wird und in China eine Zulassung erhalten hat. In den USA ist eine Phase-III-Studie nach westlichen Standards geplant. Der Wirkmechanismus ist noch nicht genau geklärt, die Vermutung geht in Richtung einer Beeinflussung von Entzündungsprozessen im Gehirn, die mit einer Alzheimer-Erkrankung einhergehen.

Christian Koch
Chefarzt Alterspsychiatrie
und Memoryklinik PDGR
Vorstand

Pflegende Angehörige

Heute leisten viele Angehörige Unglaubliches für Ihre Familie. Dies ohne finanzielle Entlastung, ohne Entlastung bspw. in Ferienzeiten und teils sogar auf eigene Faust, weil die fachliche Unterstützung fehlt. Sie leisten unglaublich viel, aus Liebe zu ihren Eltern, Partnerinnen und Partnern, Angehörigen und Freunden. Diese Arbeit geschieht von Herzen, fordert aber auch sehr viel Zeit, Nerven und Energie. Heute werden pflegende Angehörige im Kanton Graubünden unzureichend entlastet. Dieser Zustand ist nicht haltbar, weshalb in den vergangenen Jahren sowohl von Fachorganisationen, dem Parlament, als auch Interessenverbänden intensiv über mögliche Verbesserungen für pflegende Angehörige beraten wurde.

Mit dem Handlungsziel «Help yourself und deinen Nächsten» hat der Kanton Graubünden Massnahmen zur Unterstützung pflegender Angehöriger geplant. Bereits vor 8 Jahren wurde ein solcher auf Bundesebene verabschiedet, der Kanton Graubünden zieht nun endlich nach. Diverse Vorstösse aus dem Kantonsparlament sowie die Führung durch Regierungsrat Peter Peyer haben dazu geführt, dass Pflegende Angehörige zukünftig finanziell für ihre Arbeit entschädigt werden sollen. Ebenfalls sollen Pflegende Angehörige in ihrer Pflegekompetenz gestärkt werden indem für sie entsprechende Informationsmaterialien bereitgestellt werden. Des Weiteren gehört der Ausbau unterstützender Entlastungsangebote

zu den Kernpunkten des kantonalen Entwicklungsschwerpunktes für

die kommenden drei Jahre. In dieser Zeit müssen konkrete Verbesserungen ausgearbeitet und umgesetzt werden. Das Parlament wird die Entwicklung in diesem Bereich genau beobachten und Alzheimer GR wird dem Kanton als fachkompetenter Ansprechpartner mit Rat und Tat zur Seite stehen.

Alzheimer Graubünden ist erfreut über die überfällige Entwicklung in diesem Bereich und wird seine Mitglieder über konkret eingeführte Massnahmen auf dem Laufenden halten.

Tobias Rettich, Grossrat
Vorstand



L'essere invisibile



Non raramente ho sentito persone affette da demenza e familiari raccontare come dal momento della diagnosi il malato divente invisibile.

Personaggio principale di ogni racconto, ma non coinvolto nel discorso stesso. L'interlocutore del curante non è più il soggetto della cura, bensì il familiare. Come se la diagnosi improvvisamente rendesse inutili /vuoti le parole e i desideri della persona affetta da demenza.

Il solco è stato tracciato: hai una demenza, non sei più in grado di intendere, non presto più attenzione a quanto dici ... o se ti ascolto è con «il dubbio» che quanto dici non sia di valore.

In medicina esiste il concetto di autonomia: ogni paziente deve potersi esprimere rispetto alle misure mediche diagnostiche e terapeutiche. Talvolta nel paziente affetto con demenza vi è il rischio che questo diritto venga ostacolato, dimenticato, e si deleghi immediatamente ogni decisione al rappresentante terapeutico designato.

Importante allora definire alcuni concetti chiave. Il rappresentante terapeutico è la persona, preferibilmente scelta dal paziente, altrimenti quella più prossima, che lo conosce meglio, che è abilitata a rimpiazzare il paziente nella presa di decisioni mediche. Questa non deciderà secondo suo volere, ma secondo la volontà presun-

ta della persona che rappresenta, o se questa non è disponibile, secondo il suo bene presunto. Diventa il suo portavoce, traduce il suo pensiero nella realtà. Nella scelta del rappresentante terapeutico è quindi bene tenere conto di possibili conflitti di valori o di interesse.

Il rappresentante terapeutico interviene quando si presume che non vi sia una capacità di discernimento, ovvero si pensa che la persona non sia in grado di esprimersi rispetto ad una situazione. Questo perché non comprende il quadro della situazione, quanto le viene detto o le conseguenze che tale scelta potrebbe determinare. Anche qui occorre fare dei chiarimenti:

- La demenza non va equiparata direttamente alla perdita di capacità di discernimento. Si parte dal principio che una persona è capace di discernimento.
- Non si è completamente capaci o incapaci di discernimento. Va considerata come una condizione fluttuante e non statica, valutandola su un continuum.
- Va valutata la capacità di prendere una decisione specifica in un particolare momento.
- Non si tratta di un termine medico ma giuridico.
- Agire in maniera ragionevole non vuol dire che il paziente deve agire come vorrebbero gli altri. Ogni persona ha i propri valori e può gestire la sua vita secondo questi.
- La valutazione neuropsicologica è necessaria solo in caso di dubbio o se

vi è disaccordo fra gli operatori sanitari e/o le persone vicine alla persona con declino cognitivo, o quando le decisioni possono avere una vasta portata.

- Se viene definito che la persona non è in capace di discernimento in quel momento, subentra il rappresentante terapeutico.

Anche nel caso fosse definita una limitata capacità di discernimento in merito a una specifica situazione, non deve mai venire meno il diritto di partecipazione. I professionisti della salute hanno il dovere etico di integrare in ogni modo possibile la persona affetta da demenza nella presa di decisione e incoraggiare le sue capacità

di partecipazione. Così facendo, verrà rispettata l'autonomia della persona e sarà promosso, con la relazione, il suo benessere.

Lara Allegri
Consulente Alzheimer Grigioni
Regione del Moesano



Eine gemeinsame Geschichte entsteht im Café Zeitlos – Julia

Es ist Sommer und Julia kann es nicht erwarten, bis sie ihre grosse Liebe wieder sehen kann. Sie konnte wieder in die schöne Berglandschaft fahren. Wie hat sie es vermisst in der Stadt.



8 Wochen war sie weg, da die Familie nicht das ganze Jahr in diesem Haus, im Safien-Tal leben kann, pendeln sie. Das grosse Haus, fast schon ein Herrschaftshaus, erbten die Eltern vom Grossvater. Julia liebt es, aus dem Fenster beim Rundbogen zu schauen. Die Blumen, Geranium oder sind es Begonien(?), hat die Mutter schon vor einem Monat aus dem Keller geholt. Julia zupft mit ihren zarten Fingern die verwelkten Blätter weg. In Gedanken versunken, mit fast schon einem traurigen und sehnsüchtigen Blick, schaut sie in die Gegend. Julia strahlt eine enorme Ruhe aus, man würde fast

glauben, dass sie noch ein Kind ist. Die Haare blond-rötlich, leicht kräuselnd, schimmern in der Abendsonne, da es schon Nachmittag ist und dadurch der Sonnenschein vom Westen herkommt, sind die Farben noch intensiver. Die Farbtonung, die sie vor ihrer Abreise verwendet hatte, unterstützt ihre Haarfarbe noch stärker. Das Hänger-Kleidchen unterstreicht ihr unschuldiges Erscheinen. Wenn man Julia so sieht, könnte man beinahe denken, dass es ein Ankerbild ist, so schön sieht es aus.

Ihr Blick schweift über den Wald, zur Lichtung, dann in die Ferne wo ein Maiensäss umarmt von den steilen Felsen steht. Damit sie auch alles sehen kann, kniet sie auf einen Holzstuhl. Unter dem Fenster, ist angrenzend zum Haus, eine kleine Wiese, die der Vater gerade von Hand mäht.

Wo ist er denn? Julia wartet auf ihre Liebe. Sie erwartet ihn auf einem Ross. Hat er den Wagen auch dabei, dass man noch ein Picknick machen könnte? Denn heimlich hat sie den Korb schon gerüstet und in der Küche bereitgestellt. Sogar die Lippen hat sie mit rotem Lippenstift nachgezogen, den sie noch bei der Mutter gefunden hat. Sie wird immer jünger geschätzt. Alle meinen, sie sei erst 13 Jahre und nicht schon 19 Jahre.

Geschichte von Georg, Käthi, Walter, Erika, Hildegard, Gabi und Sabina

Zusammengefasst und zum Teil ergänzt von Clara Deflorin, Beraterin Herrschaft/Landquart/Prättigau/Davos

Erfahrungen in der Beratung



In meiner Beratung habe ich ein Ehepaar, betroffen ist der Ehemann mit einer Demenz. Schon einige Schicksale meisterten sie gemeinsam in ihrem Leben, ihr Motto war stets, wir machen das Beste daraus.

Ich bewundere dieses Ehepaar, da es immer aufgestellt, fröhlich und spontan ist. Sicherlich werden sie auch Zeiten haben, die nicht nur freudig sind. Aber sie lassen sich nicht unterkriegen. In den Beratungen zeigen wir auf, auf was sie achten können beim Umgang, wo und wie man zu Entlastungen kommt, wir machen die Menschen aufmerksam an einen Vorsorgeauftrag, Hilflösenentschädigung, Ergänzungsleistung und an eine Patientenverfügung zu denken, wir zeigen auf, was es für Hilfsmittel gibt im Alltag und vor allem sind wir da für Fragen, Gespräche und um Vernetzungen herzustellen. Das Ziel, dass im Kanton Graubünden niemand allein sein soll mit der Erkrankung Demenz und deren Problemen, ist unsere Motivation und unser Auftrag.

Bei diesem Ehepaar, die unsere Angebote gerne nutzen, Gesprächsgruppen, Café Zeitlos und Beratung vor Ort, gehe ich immer sehr zufrieden nach Hause. Warum? Weil ich mitbekomme, wie beide über das Thema sprechen können. Der Betroffene sagte mir: «Ich habe meine Diagnose angenommen, es bleibt mir ja auch nichts anderes übrig. Mit meinen Bekannten und Verwandten spreche ich darüber und meine Frau und ich lachen immer wieder über Situationen, in denen ich blockiert bin oder

etwas vergessen habe. Gemeinsam gehen wir auch diesen Abschnitt in unserem Leben». Die Ehefrau meint ergänzend: «Ich versuche immer wieder, mich in meinen Mann hineinzusetzen, dann finden wir gemeinsam einen Weg, wo er zum Beispiel etwas verlegt hat. Immer ist es nicht lustig, aber oft sind wir lachend unterwegs. Singen macht uns auch sehr Freude. Es ergibt sich immer wieder, da singen wir aus vollem Herzen mit bei Liedern, die wir im Radio hören oder im TV sehen. An Veranstaltungen nehmen wir gerne Teil, das gibt uns immer wieder eine Abwechslung».

Dieses Ehepaar hat Glück. Denn ihm hilft die Gabe, Schicksalsschläge hinzunehmen, mit ihnen umzugehen und Hilfe anzunehmen. Oft sind die Umstände bei Beratungen schwieriger und komplexer. Ich wählte dieses Beispiel aus, damit es anderen Menschen Mut macht, über Probleme zu sprechen, transparent zu sein gegenüber Nachbarn und Freunden, und dass man lernt, Hilfe anzunehmen. Denn gemeinsam ist man stärker als alles allein zu bewältigen.

Der Satz: «Das Herz wird nicht dement», erinnert mich immer wieder daran, dass man über die Gefühlsebene vieles erreichen und bereichern kann, besonders wenn man die Diagnose Demenz bekommen hat.

Clara Deflorin, Beraterin Herrschaft/
Landquart/Prättigau/Davos

Allegra Ferienwoche



Im Jahr 2020 musste die Allegra Ferienwoche coronabedingt abgesagt werden und daher war der Elan im Frühjahr 2021 doppelt gross, im 2021 wieder Ferien durchführen zu können. Wir entschieden, die Allegra Ferien auszuschreiben und die Planung der Ferienwoche anzugehen. Bald schon gingen erste Buchungen bei uns ein und Mitte Mai waren alle 11 Plätze vergeben. Die Fallzahlen der Corona-Pandemie versprachen sich gut zu entwickeln und in Absprache und mit Unterstützung des kantonalen Gesundheitsamtes Graubünden entschieden wir, die Allegra Ferien definitiv durchzuführen, nicht zuletzt auch mit dem Wissen, dass praktisch alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer geimpft oder genesen waren. So konnten wir bei wunderbarem Wetter am Samstagmittag 25. Juni die fröhliche Schar von 37 Personen im Hotel Valbella Resort in Lenzerheide begrüßen. Nach dem Zimmerbezug und einem anschliessenden Apéro auf der Restaurantterrasse war

die bewährte Kennenlernrunde im grossen Saal des Valbella Resort angesagt.

Der Sonntagvormittag war zur freien Verfügung und wurde von vielen genutzt, die Umgebung näher zu erkunden und die vielen Spielangebote rund ums Hotel zu entdecken. Nach dem Mittagessen brachen wir alle Richtung Berghotel Tgantieni auf. Während die einen



die Wanderung entlang des Sees in Richtung Talstation der Sesselbahn zu Fuss absolvierten, haben andere dankbar die Möglichkeit in Anspruch

genommen, mit dem Bus mitfahren zu können. Bei Kaffee und Kuchen trafen sich alle wieder im Garten des Berghotels Tgantieni und genossen den herrlichen Bergsommertag. Bald wurde es wieder Zeit mit der Sesselbahn zu Tale zu schweben und mit dem Bus ins Valbella Resort zu fahren, wo uns die Kapelle «Bergfründa» im Hotelgarten mit



einem fast einstündigen OpenAir Konzert überraschte, was einige der Gäste gleich zum OpenAir Tanz animierte.

Der Montag versprach wieder ein schöner, aber auch ein heisser Tag zu werden. Nach dem Mittagessen erwartete uns in Valbella ein Postauto, das uns alle nach Bad Ragaz brachte, wo die «Rösslipost» bereits auf uns wartete. Mehrere Pferdekutschen fuhren mit uns durch Maienfelder und Fläscher Weinberge bis wir den Bauernhof «Kuppelwieserhof» erreichten, wo Erfrischungen und kleine Verpflegungen auf uns warteten, welche an diesem heissen Tag gerne angenommen wurden. Mit dem Postauto ging es wieder zurück nach Valbella.



Erstmals in dieser Ferienwoche waren die von Demenz betroffenen Gäste und deren Angehörige am Dienstag getrennt unterwegs. Während die demenzbetroffenen Gäste zusammen mit ihren Betreuenden individuell selbst bestimmen konnten, was sie an diesem Tag tun wollten, fuhren die 12 Angehörigen mit Privatautos und unserem Bus nach dem Frühstück nach Reichenau, wo Gian Battista von Tschärner – der Schlossherr – auf uns wartete und uns durch

sein Schloss führte. Dabei erzählte er uns viele interessante Fakten zum Gebäude aber auch viele Geschichten aus einer vergangenen Zeit. Die Zeit verflog



wie im Fluge – schon war die vorgesehene Stunde für die Führung vorbei und wir mussten uns von Herrn von Tschärner verabschieden – Es wartete das Mittagessen im Restaurant Triangel in Paspels auf uns. Nach dem Mittagessen wurde unter der Leitung von Dr. med. Raimund Klesse eine Gesprächsrunde unter den Angehörigen durchgeführt. Verschiedenste Fragen im Zusammenhang mit einer Demenz konnten von Angehörigen gestellt werden und sie erhielten Antworten von Dr. Klesse mit Bezug zur tagtäglichen Praxis. Auch fand ein reger Erfahrungsaustausch unter den Angehörigen statt. Nach fast 3 Stunden intensiver Diskussion und Meinungsaustausch machten wir uns auf den Heimweg ins Hotel Valbella Resort, wo wir von den demenzbetroffenen Gästen sehnlichst erwartet wurden.

Am Mittwoch stand am Vormittag eine Besichtigung der Alpkäserei Parpan durch alle Gäste und Betreuungspersonen auf dem Programm. Das Wetter war neblig und leichter Nieselregen

versprach stärker und intensiver zu werden. Trotzdem entschloss sich fast die Hälfte der Teilnehmer, die ca. einstündige Wanderung zur Käserei zu



Fuss anzugehen. Die andere Hälfte der Teilnehmer entschied sich für eine Busfahrt. Die Wandergruppe wurde unterwegs tropfnass, da es ca. 30 Min. lang wie aus Kübeln leerte und nichts und niemand trocken bleiben konnte. Doch auch diese Erfahrung konnte die positive Stimmung nicht schmälern, auch wenn für den Nachmittag weiterer Regen prognostiziert war. So wurde für den Nachmittag Lotto angesagt, wo es tolle Preise zu gewinnen gab. Bis zum Abend waren alle demenzbetroffenen Gäste mindestens einmal Lottokönig geworden.

Am Donnerstagnachmittag war der 2. Ausflug der Angehörigen – alleine unter sich – geplant: Wir liessen uns durch Europas grösste Freiluft-Skulpturenausstellung «Bad RagARTz» führen. Dabei wurden einzelne Kunstobjekte durch unsere Ausstellungsführerin ausführlich und hervorragend präsentiert. Wir verbrachten einen spannenden Nachmittag in einer ganz anderen Welt und kehrten tief beeindruckt am Abend wieder nach Valbella zurück.



Am Freitagnachmittag war ein Ausflug aufs Rothorn mit Blick über tausend Gipfel geplant und konnte bei bestem Bergwetter auch durchgeführt werden! Nicht alle Teilnehmer konnten oder wollten die Aussicht vom Gipfel geniessen und kehrten schon in der Zwischenstation Scharmoin auf der Restaurantterrasse ein. Auch hier gab es eine schöne Aussicht über die ganze Lenzerheide zu geniessen.

Am Abend war ein Ferienabschluss mit Ländlermusik geplant. Doch die Fussball-EM wurde von immer mehr Fussballfans in unserer Gruppe ins Zentrum des Interesses gerückt und in einer Umfrage bei allen Gästen outeten sich praktisch alle Gäste als Fan der

schweizerischen Nationalmannschaft und wollten anstelle von Musik und Tanz lieber den Match Schweiz – Spanien auf dem Grossbildschirm im grossen Saal sehen. Leider verlor die Schweiz im Penaltyschiessen, aber trotzdem erhielten sie von uns Standig Ovationen und viel Lob. Am speziell für uns zusammengestellten Pizzabuffet konnte der eine oder andere Fussballfrust dann abreagiert werden.

Am Samstag nach dem Frühstück war Abschiednehmen angesagt. Die Allegra-Ferien 2021 waren vorbei! Ziel der Allegra-Ferien ist es, die pflegenden Angehörigen in dieser Woche von der Pflege und der Betreuung zu entlasten, um neue Kraft tanken zu können, um Verantwortung abzugeben und um zu sehen, dass der demenzbetroffene Partner auch von Drittpersonen gut betreut und gepflegt werden kann. Und diese Ziele konnten alle erreicht werden!

Zum Schluss bleibt mir noch zu danken: Meinen Kolleginnen im Leiterteam Anita Laperre und Brigitte Büchel für ihre

umsichtige und gute Organisation dieser Woche, dank der wir keine Ansteckungen mit dem Coronavirus weder bei unseren Gästen noch bei unserem Betreuungsteam zu verzeichnen hatten! Ein grosser Dank geht an die freiwilligen und ehrenamtlichen Betreuerinnen und an die Zivilschützer für ihr riesiges Engagement bei der Betreuung unserer Gäste. Ohne ihre grossartige Leistung wäre das Projekt Allegra Ferien gar nicht denkbar! Ein weiterer Dank geht an das Schulheim Chur, welches uns immer wieder den Familienbus zur Verfügung stellt, was uns hilft, die notwendige Flexibilität beim Transport von Material oder von Personen zur Verfügung zu haben.

Mein grösster Dank aber geht an unsere Gäste für ihr grosses Vertrauen, das sie uns während dieser Ferienwoche immer wieder entgegengebracht hatten!

Eduard Gasser
Co-Leiter Allegra Ferien
Vorstandsmitglied



Serata informativa ai familiari del Reparto Protetto CSVP



Sabato 4 settembre, nella Hole della Casa Anziani, sostenuto dal CSVP e dall'Associazione Alzheimer, si è tenuto un incontro appo-

sitivamente pensato per i familiari degli ospiti che soggiornano nel Reparto Protetto.

L'obiettivo della serata è stato quello di trasmettere l'importanza del nostro ESSERE sia come professionisti, sia come familiari, l'importanza del lavoro di equipe, al fine di condividere con i familiari stessi il metodo utilizzato nella cura dei loro cari, per poter dare loro maggiori strumenti di comunicazione con gli Anziani disorientati, sottolineando l'importanza della loro presenza e del loro coinvolgimento in questo percorso.

Paola Cramerì, in qualità di capoparto del Reparto Protetto, ha dato il benvenuto ai familiari presentando gli obiettivi che si vogliono perseguire nella cura delle persone anziane disorientate, sottolineando il valore della persona come essere unico e irripetibile.

Durante la serata Denise Branchi e Rosanna Pasini, [entrambe Presenter Validation, infermiere del team Reparto Protetto], hanno presentato in sintesi

la metodologia Validation e i 3 bisogni secondo Naomi Feil, fornendo anche chiari esempi di applicazione della metodologia stessa. Elena De Monti [infermiere del team Reparto Protetto] e Rosanna Pasini hanno presentato 5 regole, che verranno affisse alla porta d'entrata del Reparto Protetto, per ricordare a chi entra l'importanza di mantenere il più possibile un ambiente confortevole a misura degli ospiti che vi soggiornano. Avere un ambiente più sereno significa avere ospiti più tranquilli, con meno episodi di agitazione e/o scompenso cognitivo, significa dare qualità alla loro vita e alle cure.

Tutti i collaboratori del Reparto Protetto hanno partecipato in modo attivo, con impegno ed entusiasmo, all'organizzazione dell'evento con, riscontro positivo da parte dei familiari presenti.

Barbara Vonallmen [responsabile del settore cure] ha tenuto il discorso finale dichiarandosi soddisfatta della buona riuscita dell'incontro e della presa a carico dei nostri utenti. Hai portato all'attenzione dei presenti come il problema assistenziale degli Anziani disorientati, un fenomeno in aumento in Valle, sia per l'innalzamento dell'aspettativa di vita, sia per il ritorno in Valle di persone in età pensionabile.

Nei giorni precedenti, gli ospiti del

Reparto Protetto, aiutati dalle animatrici, hanno realizzato delle bellissime cornici in legno che hanno potuto personalizzare a loro piacimento. In occasione della serata sono state donate, con all'interno una loro foto, ai familiari. E stata data in dono anche una lettera scritta da Elena Valli (in-

fermiera del team Reparto Protetto) letta a chiusura della serata con sottofondo musicale suonato al piano da Daniela Pola Modenesi, e qui di seguito pubblicata.

Paola Crameri, Consulente Alzheimer
Grigioni, Regione Poschiavo

29 luglio 2021



Ciao,
sono io... Sono tua madre, tuo padre, tuo marito, tua moglie, sono tuo fratello, tua sorella, sono tuo nonno, tua non-

na... sono sempre io...

Sono cambiato, ma sono sempre io... a volte sono confuso, forse non sempre ti riconosco... ma sono sempre io...

Io ci sono! Sono qui, ed ora più che mai ho bisogno di te!

ASCOLTAMI! Sì ascoltami, non guardarmi dall'alto... siediti accanto a me, incontra il mio sguardo, fammi capire che semplicemente tu ci sei... sei qui per me...

Io ti parlo, a volte i miei pensieri sono confusi, le mie frasi non sempre sono comprensibili, a volte non parlo... ma ho comunque qualcosa da dirti... Non parlarmi troppo, mi confondi...

A volte piango... accogli le mie lacrime, lascia che le mie emozioni escano, non giudicarle, riconoscele, stammi accanto, abbracciami se puoi, il mio

cuore si scioglierà e la mia mente si quieterà almeno per un momento...

Parlami sempre con rispetto, anche se sono confuso non usare vezzeggiativi, nomignoli o toni infantili... io sono grande, a volte sono così grande da essere un grande Anziano! Porto con me le mie esperienze, il mio vissuto, le mie gioie e i miei dolori, porto con me le mie conquiste ma anche i fallimenti e le perdite... A volte il dolore è così grande... così immenso da annientarmi...

Lasciami fare una cosa alla volta... troppe cose mi confondono... a volte non riconosco nemmeno l'uso delle posate... ma se ne avrò solo una davanti a me, allora non farò fatica, saprò di sicuro che dovrò usare quella... saprò di potercela fare e non vivrò un fallimento...

Non giudicarmi, anche se non parlo e sono confuso non parlare di me davanti a me come se io non ci fossi... io ascolto e forse a volte addirittura comprendo, potresti provocarmi ulteriore confusione o ulteriore dolore!

Impara ad ascoltare anche il mio cor-

po, impara ad ascoltarmi oltre l'udito, quando mi agito o grido, o addirittura picchio ho comunque qualcosa da dirti... forse ho male ma non riesco ad esprimerlo con le parole e questo è il mio modo di farmi capire, di portare l'attenzione su di me...

Aspettami, accompagnami, rallenta, cammina al mio fianco, non correre... io non sono più così veloce come un tempo...

Anche nei piccoli gesti i miei ritmi sono differenti dai tuoi, rispetta i miei tempi... darai valore a ciò che faccio. Lasciami fare quello che ancora so fare... non sostituirti a me o mi provocherai un senso di frustrazione...

Quando mi incontri sorridi, fa che io non possa leggere la tua preoccupazione sul tuo viso facendola diventare mia... ho bisogno di incontrare un cuore

leggero...

Non ridere di me, ma ridi con me...

Abbi pazienza... ripetimi le tue parole più volte se è necessario... sai, io dimentico così in fretta...

Amami in modo incondizionato come io ho amato e amo te... la tua presenza è così fondamentale per me... Sospendi i tuoi giudizi... lascia andare le amarezze del passato... Se qualcosa non ha funzionato tra di noi PERDONAMI se puoi... solo così potremo essere sereni in questo cammino non facile... negli ultimi passi che mi portano verso il tramonto...

La cosa più grande che tu possa fare per me è semplicemente ESSERCI...

E ricorda... un giorno anche tu potresti diventare un GRANDE ANZIANO

Elena Valli

infermiera reparto protetto CSVP

Ferien für Jungbetroffene in Valbella



Im September durfte ich als Betreuerin für eine allein reisende Frau mit Alzheimer an den Ferien für Jungbetroffene teilnehmen.

Vor dem Aufbruch in unser Hotel war ich etwas nervös, obwohl ich bereits verschiedene Kontakte mit Menschen mit Demenz hatte. Es war das erste Mal, dass ich über einen längeren Zeitraum eine betroffene Person betreuen durfte. Schnell wurde mir jedoch klar, dass ich

gar nichts zu befürchten habe, denn das Team unter der Leitung von Clara Deflorin und Anita Laperre war sehr hilfsbereit und stand einem bei Fragen stets zur Seite. Schon am Abend des ersten Tages habe ich gemerkt, wie gut ich und mein Gast uns aneinander anpassen. Es entwickelte sich schnell ein gegenseitiges Vertrauen. Eine Alzheimer Diagnose mit Mitte 50 zu erhalten ist nicht einfach und manchmal war meinem Gast einfach alles zu viel, es zeigten sich bei ihr dann depressive Phasen, in denen sie sich mit mir zurückzog. Es gab Tage wo Tränen flossen, was mich



immer sehr betroffen machte. Über die Woche hatten wir gemeinsam unsere Höhen und Tiefen. Ich musste lernen, dass dies nicht mit mir zusammenhängt. Manchmal musste ich die Trauer



einfach auch aushalten können und Verständnis zeigen. Wir lachten aber auch sehr viel zusammen, erzählten uns Witze und dies verbesserte rasch die Stimmung. Im Verlaufe der Woche genoss mein Gast die Gesellschaft, den Austausch und die gemeinsamen Aktivitäten mit den anderen Gästen immer mehr. Ein Highlight der Woche war sicherlich der Tanz- und Musikabend. Man konnte sehen, wie sich alle fallen lassen konnten. Es war eine sehr ausgelassene Stimmung, es wurde gemeinsam getanzt und gesungen. Es war eine

sehr unbeschwerter Zeit und es hat mich einfach gefreut, wie glücklich alle in diesem Moment waren. Dieser Abend zeigte mir, dass es manchmal genau auf solche Augenblicke ankommt, in denen man nicht über die Krankheit spricht oder nachdenkt. Ein weiteres Wochen-Highlight war der Ausflug nach Bad Ragaz. Während sich die eine Gruppe für eine Kunstführung entschied, ging die andere auf eine Kutschenfahrt. Wie schön war es für uns Betreuende zu sehen, wie sehr die Betroffenen die Kutschenfahrt genossen. Wir waren in dieser Woche viel unterwegs, am Wandern, Spazieren, Aufhängen und so war ich froh, als gegen Ende Woche das Wetter regnerischer wurde. Mein Gast und ich genossen dann die Ruhe im Wellness und





Sauna Bereich des Hotels. Es zeigte mir, dass man gar nicht immer sehr viel Verschiedenes planen muss, denn auch im Schwimmbad, beim Malen, Brettspielen oder gemütlichem Beisammensein fühlten sich die Betroffenen wohl, waren entspannt und genossen die gute Stimmung. Die Ferien bieten für alle die Möglichkeit, zu entscheiden, welche Aktivität sie mitmachen möchten oder ob sie sich auch mal von der Gruppe abkapseln wollen, um nur zu zweit etwas zu unternehmen.

Ich habe in den Ferien vieles gelernt. Es ist wichtig, Freiraum zu lassen zur Selbstbestimmung und Selbstständigkeit. Niemand möchte, dass immer über ihn entschieden wird. Es ist nicht immer einfach, trotzdem ist es möglich, das Beste daraus zu machen und zu lernen,

wie man in solchen Situationen miteinander umgeht. Es gibt keine Faustregel, wie mit Menschen mit Demenz umzugehen ist, denn alle haben individuelle Bedürfnisse. Wir müssen uns einfach aufeinander einlassen, einander vertrauen und miteinander reden. Es freut mich, dass sich mein Gast immer mal wieder bei mir meldet, um zu erzählen, wie es ihr geht. Ich war nach dieser Woche erschöpft, doch habe ich wahn-sinnig viel zurückbekommen und würde auch jederzeit wieder als Helferin mitmachen.

Lara Laperre
Freiwillige Helferin



Unser Ferienprojekt «Allegra in Graubünden» wurde in den letzten Jahren in verdankenswerter Weise unterstützt von:

- Amt für Militär und Zivilschutz Graubünden
- Bündnerinnen Vereinigung Maienfeld
- Hatt-Bucher-Stiftung Zürich
- Landfrauenverband Grusch-Überlandquart
- Lauchenauer-Schmutz Steiner Stiftung
- Alzheimer Schweiz
- Diverse Privatpersone

Weltzheimer Tag – Demenzmonat

Bei unserer Planung für den Weltzheimer Tag stellten wir fest, dass wir im Monat September sowieso schon über 20 Anlässe im Programm hatten. Dies veranlasste uns, statt nur einen Weltzheimer Tag zu feiern, daraus einen Demenzmonat zu machen. Wir verstärkten unsere Öffentlichkeitsarbeit und versuchten, die Medien für das Thema Demenz zu gewinnen. Hier grad mal ein grosses Dankeschön an RTR, welche den Ball aufgenommen hatten und über einige unserer Anlässe und über das Angebot von Alzheimer Graubünden berichteten. Auch sonst fanden wir mehr oder halt auch mal weniger Gehör bei den Medien.

Dies hinderte uns jedoch nicht, unser vielfältiges Programm mit Freude und Leidenschaft durchzuführen.

Der Höhepunkt war dann der Weltzheimer Tag am 21. September. Er stand unter dem Motto «ein Tag zum Vergessen» und «ein Abend zum Erinnern». Schon um 9 Uhr startete die erste Oberstufenklasse mit dem Inputreferat von Markus Proske, Humortherapeut und Demenzberater. Die Schüler hat-

ten anschliessend die Gelegenheit, erschwerte Handlungen des Alltags beim Demenzpfad zu erfüllen. Im Studentakt wurde dann eine Klasse nach der andern geschult und für das Thema Demenz sensibilisiert.



Mit einem Infostand waren wir an der Bahnhofstrasse präsent. Während des ganzen Tages zirkulierten zudem bekannte und weniger bekannte Persönlichkeiten mit Plakaten in der Stadt. Mit Fragen wie: «Ist es denn so wichtig, was gestern war»? «Was ist Ihre schönste Erinnerung»? oder «Weniger Kalkül, mehr Gefühl»? kamen die Plakatträger mit den Leuten auf der Strasse ins Gespräch über Erinnerungen und Vergessen.



Am Abend kamen dann Angehörige, Betroffene sowie Fachleute zu einem



Podiumsgespräch zusammen. Sie erzählten aus ihrem Alltag mit Demenz – feinfühlig moderiert von Melanie Salis.

Abgeschlossen wurde der Demenzmonat mit einem sehr informativen Vortrag von Karin van Holten mit dem Thema «Zu Hause betreut dank Caremigrantinnen»?

Wir verteilten während des Monats Wettbewerbskarten mit einem Bilder rätsel drauf. Diese wurden fleissig ausgefüllt, die Fehler gesucht und uns zurückgeschickt. Der Hauptpreis war eine Übernachtung für 2 Personen im wunderschönen Valbella Resort. Die Gewinnerin freute sich sehr über die schöne Überraschung. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an die Spender der Wettbewerbspreise und ganz speziell an das Valbella Resort.

Anita Laperre-Rauch
Geschäftsleitung

Dank 2021



**Uschi
Martschitsch**

war Vorstandsmitglied in den Jahren 2013 bis 2021. Sie amtierte einige Jahre als Aktuarin, wo sie aufgrund ihrer detaillierten und genauen Protokolle allgemeine Hochachtung genoss. Uschi Martschitsch hat sich während ihrer gesamten Tätigkeit mit grossem Engagement für die Arbeit der Vereinigung eingesetzt. Besonders lag ihr die Fortbildung am Herzen, so dass sie das Ressort „Bildung“ wesentlich mitgestaltete. Nicht nur gab sie selbst hochqualifizierte und gern besuchte Fortbildungen in den Bereichen Ernährung und Gedächtnistraining. Sie brachte auch immer neue Ideen ein und hielt sich national und international über Projekte im Demenzbereich auf dem Laufenden. Bei vielen unserer Fortbildungen hatte sie die Organisation inne und war auch die Initiatorin der Bündner Demenztage. Auch für das Thema „Demenzfreundliche Gemeinde“ leistete sie intensive Vorarbeiten.

Wir bedanken uns ganz herzlich bei Dir, Uschi, für Dein aussergewöhnliches Engagement. Wir wünschen Dir für Deine zukünftigen Aufgaben, besonders auch im Bereich der Enkelbetreuung, viel Erfüllung und sind froh, auf Deine weitere Mitarbeit im Bereich der Fortbildungen zählen zu können.

Salomon Schumacher

hat nach seinem Rücktritt aus dem Vorstand, wo er als Kassier amtierte, bis zum Ende des Jahres 2021 im Mandat unsere Buchhaltung weitergeführt. In seiner gewohnt seriösen und genauen Arbeitsweise hat er bis zur externen Übergabe der Buchhaltung unsere Finanzen gewissenhaft und zu unser aller grössten Zufriedenheit gehütet.



Wir danken Dir Salomon ganz herzlich für alles, was Du in den vielen Jahren für unsere Vereinigung getan hast.

Projekt Quantum

Nach ihrem Amtsantritt 2020 hat unsere neue Zentralpräsidentin, Frau Catherine Gasser, im Frühjahr 2021 einen Organisationsentwicklungsprozess mit Hilfe des Büros BvM in die Wege geleitet, um eine Standortbestimmung zu verschiedenen Fragen von Alzheimer Schweiz und ihrer Zusammenarbeit mit den Kantonen zu erstellen. Mit Hilfe einer Steuergruppe, an der auch unser Präsident Dr. med. Raimund Klesse als Vertreter für die Kantone GR und TI teilnahm, einer Befragung der Präsidenten und Geschäftsleitenden, sowie der schweizerischen Geschäftsstelle und des Zentralvorstandes und Workshops in den Kantonen, wurde eine

Analyse erstellt und verschiedene Themengebiete identifiziert, die in Vorschlägen für fünf Projekte und einer Organisationsüberprüfung der Schweizer Geschäftsstelle durch den Zentralvorstand mündeten. Die bisherige Steuergruppe wird das Projekt 1 Rollenklärung ab März 2022 weiterführen. Am 10. März findet ein sogenannter Zukunftstag statt, an dem über die Identität und Weiterentwicklung von Alzheimer

Schweiz diskutiert wird. Alzheimer Graubünden ist eine eigenständige Körperschaft, deren Zusammenarbeit mit der schweizerischen Vereinigung in einem Zusammenarbeitsvertrag geregelt ist. Ihre Delegierten wählen den Präsidenten/die Präsidentin und den Zentralvorstand und entscheiden an der Delegiertenversammlung über Vorschläge des ZV oder der Sektionen.



Vorschau unserer Veranstaltungen und Weiterbildungsangebote im 2022

Auch im 2022 bietet Alzheimer Graubünden viele interessante Möglichkeiten, um sich weiterzubilden und sich auszutauschen.

FreiRAUM in Chur:
jeden zweiten Dienstag
von 14 bis 17 Uhr

Familienzentrum Planaterra
Raum Selbsthilfe Graubünden
Reichsgasse 25, 7000 Chur

Begleitete Freizeitaktivitäten für Menschen mit Demenz. 14-täglich treffen wir uns für einen interessanten und fröhlichen Nachmittag. Kreatives, Musik, Bewegung und Spiele wechseln sich im Turnus ab. Das Freizeitangebot soll jeden Teilnehmer da abholen, wo er steht. Die Angehörigen haben einen halben Tag «Freiraum» für sich.

Gesprächsgruppe
für Menschen mit Demenz
jeden zweiten Montag
von 14 bis 15.30 Uhr

Familienzentrum Planaterra
Reichsgasse 25, 7000 Chur

Diese Gesprächsgruppe richtet sich an Menschen mit beginnender Demenz, die bereit und in der Lage sind, sich mit der Krankheit auseinanderzusetzen, sich auszutauschen und voneinander zu lernen.

Café Zeitlos für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

Gemeinsam einen entspannten Nachmittag bei Musik, Kaffee und Kuchen

erleben. Dabei andere Betroffene kennenlernen und sich austauschen können. Unsere Standorte mit den jeweiligen Daten:



Chur: ARGO Wohnheim
von 14.30 bis 16 Uhr

19.1/ 16.2/ 16.3/ 20.4/ 18.5/ 15.6/ 20.7/
17.8/ 21.9/ 19.10/ 16.11/ 14.12.

Davos: Restaurant Seebüel
von 14 bis 16 Uhr

20.1/ 17.2/ 17.3/ 16.6/ 21.7/ 18.8/ 15.09/
20.10/ 15.12.

Davos: Restaurant Kulm
von 14 bis 16 Uhr

21.4/ 19.5/ 17.11.

Disentis: PUNTREIS Center da sanadad
von 14.30 bis 16 Uhr

7.1/ 4.2/ 4.3/ 1.4/ 6.5/ 3.6/ 1.7/ 5.8/ 2.9/
7.10/ 4.11/ 9.12.

Ilanz: Residenza St. Joseph
von 14.30 bis 16 Uhr

10.5./ 13.6./ 11.7./ 8.8./ 12.9./ 10.10./ 7.11./
12.12.

Savognin: Café Casparin
von 14 bis 15.30 Uhr

4.1/ 1.2/ 1.3/ 5.4/ 3.5/ 7.6/ 5.7/ 2.8/ 6.9/
4.10/ 1.11/ 6.12.

Bever: Hotel Bever Lodge
von 14.45 bis 16.30 Uhr
26.1/ 23.2/ 30.3/ 27.4/ 25.5/ 29.6/ 31.8.

Gut leben mit Demenz
Start: 26. April in Schiers
Kursleitung: Clara Deflorin

Dieser Kurs richtet sich an Angehörige und Betreuende von Menschen mit Demenz sowie Interessierte

Vortrag: Mit dem Vergessen leben –
Dich betreuen und mich beachten
mit Bettina Ugolini
Scuol: 2. Mai

Vortrag: I have a Dream –
demenzfreundliche Gemeinde
mit Christina Debiaso
Chur: 4. Mai im Va Bene

Forum Diakonie und Sozialarbeit
Chur: 14. Mai im Comanderzentrum
Kurzreferate und Stammtische zu verschiedenen Themen

Weiterbildung: Beziehung und
Kommunikation mit Menschen mit
Einschränkungen
Chur: 17./18. Mai im PDGR
Für betreuende Angehörige, Betroffene, Freiwillige und Fachpersonen

Gut leben mit Demenz
Start: 1. Juni in Scuol
Kursleitung: Flurina Auer
Dieser Kurs richtet sich an Angehörige und Betreuende von Menschen mit Demenz sowie Interessierte

Input-Theater: «Dementieren zwecklos»
mit Uwe Spille und Britta Martin
Thuisis: 6. September in der Aula
St. Moritz: 7. September
im Hotel Reine Victoria
Chur: 8. September im PDGR

Weltalzheimerntag in Poschiavo
24. September

Weitere Informationen unter
www.alz.ch/gr oder 081 253 91 40

Weiterbildung: **Beziehung & Kommunikation** mit Menschen mit Einschränkungen

Mit Markus Proske



Online anmelden
www.alz.ch/gr



Für betreuende Angehörige,
Betroffene, Freiwillige und Fachpersonen
Chur, PDGR, Loestrasse 220
Dienstag/Mittwoch, 17./18. Mai 2022

Einander Verstehen – erlernbar

Hilfe in ihrer Region



1

Clara Deflorin
Alzheimer-Beratungsstelle
Prättigau/Landquart



6

Flurina Auer
Alzheimer-Beratungsstelle
Unterengadin



2

Brigitte Büchel
Alzheimer-Beratungsstelle
Chur/Mittelbünden



7

Flurina Auer
Alzheimer-Beratungsstelle
Oberengadin



3

Brigitte Büchel
Alzheimer-Beratungsstelle
Surselva



8

Paola Crameri
Alzheimer-Beratungsstelle
Valposchiavo



4

Clara Deflorin
Alzheimer-Beratungsstelle
Davos



9

Lara Allegri
Alzheimer-Beratungsstelle
Moesano



5

Anna Raschein
Alzheimer-Beratungsstelle
Thusis



10

Nicole Candinas
Alzheimer-Beratungsstelle
Disentis



Vorstand und Beirat von Alzheimer Graubünden

Mitglieder des Vorstandes

- Dr. med. Raimund Klesse Fanas Präsident
- Eduard Gasser Zizers Vizepräsident, Finanzen
- pract. med. Christian Koch Domat Ems
- Thomas Bieler Rabius
- Gaby Thomann Parsonz
- Christa Giovanoli St. Moritz Aktuarin
- Anna-Katharina Castelberg Chur
- Tobias Rettich Untervaz

Alzheimer Graubünden kann auf die Kompetenz eines breit abgestützten Beirates zählen. Der Beirat setzt sich aus verschiedenen Persönlichkeiten aus dem ganzen Kanton zusammen. Er trifft sich einmal jährlich und ist Ansprechpartner für Fragen aus den Fachbereichen der Mitglieder. Der Beirat wird Alzheimer Graubünden in beratender Funktion auch in der künftigen Entwicklung mittragen.

Mitglieder des Beirates

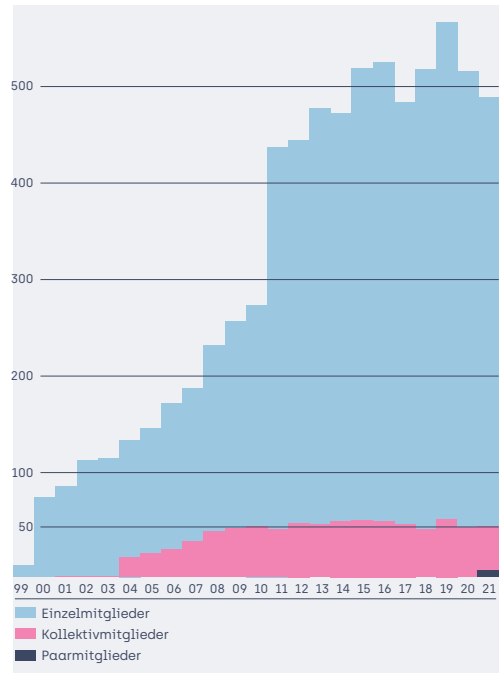
- Bergamin Thomas M., Generalagent Allianz Versicherungen und Präsident der Verwaltungskommission der Kath. Landeskirche GR
- Bieber Gabriella, Leiterin Rechtsdienst des Departements für Justiz, Sicherheit und Gesundheit Graubünden
- Candinas Martin, Nationalrat
- Cahenzli Erika, Kirchenratspräsidentin Evang. ref. Landeskirche, Grossrätin
- Fasser Judith, Direktorin Center da sandà Val Müstair
- Heim Classen Martina, Dr. med. Leitende Ärztin und Leiterin Akutgeriatrie Kantonsspital
- Hübner Franco, Geschäftsführer Argo Graubünden
- Locher Ludwig, ehemaliger Leiter EMS-Services
- Lorez-Meuli Monika, Geschäftsleiterin palliative gr
- Lebrument Silvio, Geschäftsführer Medien, somedia
- Müller Josef, CEO Psychiatrische Dienste Graubünden
- Werth Baseli, Dr. med. Facharzt FMH

Mitgliederübersicht 1999 – 2021

Jahr	Einzel	Kollektiv	Paar	Total
1999	12	0		12
2000	81	0		81
2001	92	1		93
2002	118	1		119
2003	120	1		121
2004	139	20		159
2005	151	24		175
2006	176	28		204
2007	191	36		227
2008	235	46		281
2009	259	49		308
2010	276	51		327
2011	436	48		484
2012	443	55		498
2013	475	53		528
2014	470	57		527
2015	516	58		574
2016	522	57		579
2017	481	54		535
2018	515	48		564
2019	562	59		621
2020	513	50		563
2021	492	51	4	551

Ehrenmitglieder

Dr. med. Martin Caderas, Rita Schlatter,
Else Schmid, Salomon Schumacher



Finanzielles



Die Jahresrechnung 2021 schliesst mit einem Verlust von CHF 4'146.78 ab. Budgetiert war ein Verlust von CHF 6'999.95. Bei verschiedenen Ertragspositionen – wie auch bei vielen Aufwandpositionen liegen wir im geplanten Umfang des Budgets. Grösse-

re Abweichungen im Ertrag liegen im Kurswesen, wo wir CHF 29'500.00 Ertrag budgetiert hatten und die effektiven Einnahmen nur bei CHF 18'890.00 also CHF 10'610.00 tiefer liegen. Demgegenüber haben wir bei den Allegra Ferien rund CHF 8'000.00 mehr eingenommen. Auch beim Aufwand gab es einzelne grössere Abweichungen gegenüber dem Budget. Bei den Veranstaltungen liegt der Aufwand CHF 19'000.00 über

dem Budget. Entstanden ist diese Differenz durch einen Entscheid des Vereinsvorstandes, den Weltalzheimerstag zu einem Weltalzheimermonat zu machen. Wir hatten verschiedene Aktionen und Anlässe, welche im Budget nicht vorgesehen waren. Durch eine Entnahme von CHF 17'000.00 aus dem Ferienfonds und CHF 9'000.00 aus dem Fonds Leistungsbeitrag Kanton Graubünden konnten wir den Betriebsverlust im Rahmen des Budgets halten.

Wir entschieden uns erst im Verlaufe des Jahres 2021, unsere Weiterbildungsangebote trotz den Beschränkungen durch die Coronamassnahmen durchzuführen. Dies mit weniger Teilnehmenden und daher weniger Einnahmen. Die Ausgaben dafür waren darum höher, weil wir Kurse teilweise mehrfach durchgeführt hatten. Wichtig war uns jedoch, im Jahr 2021 möglichst alle Bedürfnisse nach Anlässen, Grup-

pengesprächen und Weiterbildungen gut abgedeckt werden konnten, auch wenn dies negative Folgen in der Erfolgsrechnung bewirkte.

Bei der Anzahl der Einzelmitglieder gab es einen leichten Rückgang.

Den Jahresbericht 2021 haben folgende Unternehmungen/Organisationen einmal mehr mit ihrem Inserat unterstützt:

- Allianz Suisse, Generalagentur Thomas M, Bergamin, Chur
- Graubündner Kantonalbank, Chur
- Beratungsstelle Alter und Pflege, Oberengadin

Herzlichen Dank für das langjährige Sponsoring unseres Jahresberichtes.

Eduard Gasser
Leiter Ressort Finanzen



Bilanz per 31.12.2021 mit Vorjahresvergleich

AKTIVEN	2021 in CHF	2020 in CHF
Umlaufvermögen		
Kasse	1'260.45	1'806.90
Postcheck	233'973.66	176'888.54
Depositenkonto PF	0.00	102'296.55
GKB, Vereinskonto	250'987.10	249'688.80
RB Bündner Rheintal, Mitgliederkonto	131'819.65	131'758.46
RB Mittelprättigau-Davos, Mitgliederkonto	98'114.93	98'046.32
Sektion/Zentralsekretariat	26'327.50	15'482.05
Debitoren	3'092.45	5'900.85
Verrechnungssteuer	3.50	3.50
Transitorische Aktiven	2'400.00	2'400.00
Anlagevermögen		
Finanzanlagen	400.00	400.00
Mobilien	1.00	1.00
Informatik	2.00	2.00
Total Aktiven	748'382.24	784'674.97
PASSIVEN		
Fremdkapital		
Kreditoren	2'461.40	10'107.35
Transitorische Passiven	0.00	3'133.70
Fondskapital		
Fonds ALZ-Ferien	160'221.00	177'221.00
Fonds Veranstaltungen	20'000.00	20'000.00
Fonds Dokumentationen	20'000.00	20'000.00
Fonds Reiserücktritts-Vers.	8'000.00	8'000.00
Fonds Infomobil	40'000.00	40'000.00
Fonds Vernetzungsprojekt GR	85'000.00	85'000.00
Fonds Freier Fond	110'000.00	110'000.00
Fonds Soforthilfe	5'000.00	5'000.00
Fonds Schulung und Weiterbildung	10'000.00	10'000.00
Fonds Leistungsbeitrag Kt. Graubünden	139'000.00	148'000.00
Fonds FreiRAUM	39'633.70	35'000.00
Kapital		
Vereinskapital	109'066.14	113'212.92
Total Passiven	748'382.24	784'674.97

Erfolgsrechnung 2021 mit Vorjahresvergleich

ERTRAG	2021 in CHF	2020 in CHF
Mitgliederbeiträge		
Einzelmitglieder	24'510.00	25'670.00
Kollektivmitglieder	10'070.00	9'900.00
Paarmitglieder	320.00	0.00
Beiträge der öffentlichen Hand		
Leistungsbeitrag Kanton GR	295'000.00	295'000.00
Spenden		
Allg. Spenden	35'328.20	35'152.55
Todesfallspenden	8'160.20	8'781.40
Zweckgeb. Spenden	2'600.00	2'600.00
Ertrag aus Dienstleistungen		
Cafés Zeitlos	6'400.00	4'600.00

Kurswesen	18'890.00	12'675.00
Veranstaltungen	100.00	2'000.00
ALZ-Ferien	31'640.00	0.00
Diverse Erträge	3'230.00	5'375.00
Neutrale Erträge		
Zinserträge	133.30	165.88
Entnahme Ferienfonds	17'000.00	0.00
Entnahme Fonds Leistungsbeitrag Kanton	9'000.00	0.00
Mietzinsersatz	6'600.00	6'600.00
Total Ertrag	468'981.70	408'519.83
AUFWAND		
Verbandsbeiträge		
ALZ-CH	5'440.00	5'630.00
Personalaufwand		
Personalkosten	257'785.95	240'359.85
Sozialleistungen	39'438.10	35'529.90
Aus- und Weiterbildung	1'165.00	5'487.50
Sonstiger Vereinskosten		
Raummiete	16'897.50	17'400.00
Raumkosten	2'780.50	2'635.25
Unterhalt Mobiliar	2'796.65	1'091.70
Unterhalt Informatik	3'464.00	2'799.55
Sachversicherungen	2'109.10	2'108.30
Verwaltungsaufwand		
Büromaterial	5'242.30	8'221.20
Telefon, Fax	3'892.10	3'375.35
Porti, Post, Bank	1'684.70	2'264.40
Spesen	9'473.50	7'296.30
Mitgliederbeiträge	580.00	350.00
Fachliteratur	228.95	355.30
Aufwand für Dienstleistungen		
Angehörigen-Gruppen/Veranstaltungen	181.50	11'408.69
Entlastungsangebote	4'133.50	77.50
Kurswesen	11'035.00	3'707.25
ALZ-Ferien	48'896.25	0.00
Cafés Zeitlos	2'106.30	2'136.10
Unterstützungsangebote	6'000.00	0.00
Informationstätigkeit/Diverses		
Informationstätigkeit/Diverses	2'356.83	2'328.89
Jahresbericht	6'655.25	6'884.09
Revision	969.30	0.00
Veranstaltungen	29'179.20	12'753.26
Dokumentationen	0.00	15.00
Aufwand Gönner [Info-Versand]	8'637.00	8'051.00
Einlagen		
Fondseinlagen, FreiRAUM	0.00	10'000.00
Fondseinlage Leistungsauftrag Kt. Graubünden	0.00	10'000.00
Total Aufwand	473'128.48	402'266.38
Verlust/Gewinn	-4'146.78	6'253.45

Bericht der Kontrollstelle zur eingeschränkten Revision

an die Vereinsversammlung des Vereins

Alzheimer Graubünden

Chur

Als Kontrollstelle haben wir die Jahresrechnung (Bilanz und Erfolgsrechnung) des Vereins **Alzheimer Graubünden** für das am **31. Dezember 2021** abgeschlossene Geschäftsjahr geprüft.

Für die Jahresrechnung ist der Vorstand verantwortlich, während unsere Aufgabe darin besteht, die Jahresrechnung zu prüfen. Wir bestätigen, dass wir die gesetzlichen Anforderungen hinsichtlich Zulassung und Unabhängigkeit erfüllen.

Unsere Revision erfolgte nach dem Schweizer Standard zur Eingeschränkten Revision. Danach ist diese Revision so zu planen und durchzuführen, dass wesentliche Fehlaussagen in der Jahresrechnung erkannt werden. Eine eingeschränkte Revision umfasst hauptsächlich Befragungen und analytische Prüfungshandlungen sowie den Umständen angemessene Detailprüfungen der bei der geprüften Einheit vorhandenen Unterlagen. Dagegen sind Prüfungen der betrieblichen Abläufe und des internen Kontrollsystems sowie Befragungen und weitere Prüfungshandlungen zur Aufdeckung deliktischer Handlungen oder anderer Gesetzesverstösse nicht Bestandteil dieser Revision.

Bei unserer Revision sind wir nicht auf Sachverhalte gestossen, aus denen wir schliessen müssten, dass die Jahresrechnung nicht Gesetz und Statuten entspricht.

Chur, 28. Februar 2022

Calanda Audit AG



Hans Ulrich Wehrli

Revisionsexperte

Beilage:

- Jahresrechnung

Rundum sicher.

Allianz 

Allianz Suisse

Generalagentur Thomas M. Bergamin

Ringstrasse 203, 7006 Chur

Telefon 058 357 06 06, Fax 058 357 06 07

www.allianz-suisse.ch/thomas.bergamin



Beratungsstelle
Alter und Pflege
Oberengadin

Wir unterstützen sie gerne bei allen Themen
rund ums Alter, von der Pensionierung bis zur
Betreuung / Pflege zu Hause.

T +41 81 850 10 50 · www.alterundpflege.ch

Gemeinsam wachsen.

Führend in Graubünden für
Finanzierungen, Anlagen und Vorsorge.

Erfahren Sie mehr.
gkb.ch

 Graubündner
Kantonalbank



„Wir informieren uns regelmässig auf der Website www.alter.gr.ch“

 Gesundheitsamt Graubünden
Ufficio da sanadad dal Grischun
Ufficio dell'igiene pubblica del Grigioni



... geht uns alle an

/ Alzheimer Graubünden
Poststrasse 9, 7000 Chur
081 253 91 42, info.gr@alz.ch

Spendenkonto 90-775759-2
www.alz.ch/gr
IBAN CH96 0900 0000 9077 5759 2

 **alzheimer**
Graubünden Grigioni Grischun