



*Jahresbericht
Rapport annual
Rapporto annuale*
2018



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 2018



Leben mit Demenz ist lebenswert

Mit Freude habe ich die Berichte unserer Beraterinnen aus den verschiedenen Teilen Graubündens gehört, wenn sie von den Aktivitäten von und mit demenzbetroffenen Menschen und ihren Angehörigen berichten. Das grosse Vergnügen der Pflegeheimbewohner, die zum Tanz «in Ausgang» gehen, nach Herzenslust sich bewegen und aus voller Kehle singen (und die feinen Kuchen geniessen), die Handwerker, die sich beim Besuch im Hotel Waldhaus in Sils bei Kaffee und Kuchen wieder an ihre frühere Bautätigkeit im altherwürdigen Gebäude erinnern, die Ferienteilnehmer der ALZ-Ferien, die sich im Sommer zu einem Ausstellungsbesuch in Bad Ragaz treffen, sie alle stehen mitten im Leben. Die Jungbetroffenen, die auf einer Töfftour durch die Bergwelt von Lenzerheide auf dem Sozius einmal nur geniessen und ihre manchmal schwierigen Situationen «vergessen», der Besuch der Krippenausstellung mit den Angehörigen zum Weihnachtshock sind Momente, die das Leben

lebenswert machen. Sie hängen davon ab, dass wir diese Beziehungserfahrungen, diese gemeinsamen Erlebnisse ermöglichen, Raum und Möglichkeiten bieten.

Aber der Begriff «Lebenswert» hat auch noch einen zweiten Sinngehalt: der Wert, den jeder Mensch an sich besitzt, ob es ihm gut geht oder schlecht, ob er etwas leistet oder nicht, unabhängig von der Beurteilung eines anderen. Ein Wert, den er allein dadurch besitzt, dass er Mensch ist und den wir Mitmenschen ihm widerspiegeln können, um ihm so ein Leben in Würde zu ermöglichen.

Wenn diese Wertschätzung des alten, des kranken, des demenzbetroffenen Menschen spürbar wird, verschwindet auch die Angst vor einer Lebensphase, in der wir Menschen wieder mehr auf unsere Mitmenschen angewiesen sind und deren Hilfe benötigen. Denken wir aber auch daran, dass dieses Zusammenleben nicht einseitig ist. Wie viele Momente der Freude, der Überraschung, des liebevollen Miteinanders bescheren uns unsere demenzbetroffenen Mitmenschen, wenn wir uns die Zeit für sie nehmen und ein offenes Ohr haben! So wie der Mann, der seiner Frau die schönsten Liebeserklärungen macht, und dies nicht nur einmal am Tag. Oder die Ehefrau, die immer wieder zum Ausdruck bringt, wie sehr sie die Hilfe ihres Mannes schätzt und ihn zärtlich in den Arm nimmt. Demenz gehört zum Leben wie auch Leid und Krankheit, aber auch Freude, miteinander lachen und fröhlich sein. Wie die alte Dame, die ich vor ihrer Demenz einige Jahre betreut hatte. Ich traf sie nach vielen

Jahren wieder im Pflegeheim und sie wusste nicht mehr, wer ich war. Nach einiger Zeit des Gespräches sagte sie dann aber: ich glaube, wir haben schon viel miteinander erlebt.

Mit diesen Gedanken wünsche ich Ihnen alles Gute. Nehmen sie teil an den Veranstaltungen unseres Jubiläumsjahres 2019

und wirken Sie mit an der Gestaltung eines gemeinsamen, lebenswerten Miteinanders.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung

Dr. med. Raimund Klesse
Präsident Alzheimer Graubünden

Pled dal president 2018



Ina vita cun demenza è degna da vegnir vivida

Cun plaschair hai jau tadlà ils rapports da nossas cussegliastras or da las differentas parts dal Girschun, cur ch'ellas han raquintà da las activitads da e cun umans pertutgads da demenza sco er da lur confamigliaras e confamigliars. Las abitantas ed ils abitants da las chasas da tgira che van cun grond divertiment «en sortida» per ir a saut, che sa movan a bainplaschair e che chantan cun tutta forza (e che giandan las bunas turtas), ils mastergnants che sa regordan

– visitond l'hotel Waldhaus a Segl – cun café e turta puspè da lur activitad anteriura en il venerabel edifizii, las participantas ed ils participants da las vacanzas ALZ che sa scuntran la stad per visitar in'exposiziun a Ragaz Bogn: els tuts stattan amez la vita. Ina tura sco soci cun la moto tras il mund alpin da Lai, nua che las persunas giuvnas pertutgadas mo giandan ina giada ed «emblidan» lur situaziuns mintgatant difficilas, la visita da l'exposiziun da Nadal cun las confamigliaras ed ils confamigliars: tut quai è muments nua che la vita daventa degna da vegnir vivida. Quest muments premettan che nus pussibiliteschian questas experientschas relaziunalas e questas aventuras cuminaivlas e che nus porschian spazi e pussaivladads.

Ma la noziun «degn da vegnir vivi» ha er anc in auter senn: la valor che mintga uman posseda en sasez – ch'i' giaja bain u mal cun el, ch'el prestia insatge u betg, independentamain dal giudicament d'ina autra persuna. Ina valor ch'el posseda mo, perquai ch'el è in uman, e che nus conumans al pudain mussar ed uschia al pussibilitar ina vita en dignitad.

Sch'igl è pussaivel da sentir questa stima da l'uman vegl, malsaun u pertutgà da demenza, svanescha er la tema d'ina fasa da la vita, en la quala nus umans daventain puspè pli dependents da noss conumans e da lur agid. Lain dentant er betg emblidar che questa convivenza n'è betg unilateralala. Quants muments da plaschair, da surpraisas, da convivenza ami-ai-ans regalán noss conumans pertutgads da demenza, sche nus prendain il temp per els ed avain in'ureglia averta! Uschia sco l'um che fa las pli bellas decleraziuns d'amur a sia dunna, e quai betg mo ina giada a di. U la dunna ch'exprima adina puspè quant fitg ch'ella stima l'agid da ses um ed al prenda charinamain en bratsch. Demenza tutga tar la vita sco dolor e malsogna, ma er plaschair, rir ensemen ed esser

alleggers. Sco la dunna attempada che jau hai tgirà intgins onns avant sia demenza. Suenters onns l'hai jau puspè scuntrada en la chasa da tgira ed ella na saveva betg pli tgi che jau saja. Suenters in discurset ha ella lura dentant ditg: Jau crai che nus hajan gia passentà bler ensemen.

Cun questas reflexiuns As giavisch jau tut il bun. Prendai part a las occurrenzas da noss onn da giubileum 2019 e gidai a concepì ina convivenza cuminaivla degna da vegnir vivida.

Grazia fitg per Voss sustegn

Dr. med. Raimund Klesse
President Alzheimer Grischun

Saluto del Presidente 2018



Una vita degna di essere vissuta anche se affetti da demenza

Ho ascoltato con gioia i racconti delle nostre consulenti provenienti dalle diverse zone dei Grigioni riguardo alle attività svolte da e in

sieme alle persone affette da demenza e ai loro familiari. Gli ospiti della casa di cura che con grande piacere «escono» per andare a ballare, si muovono a piacimento e cantano a squarciagola (e si godono le ottime torte), gli artigiani che si incontrano all'hotel Waldhaus a Sils a bere un caffè e a mangiare un pezzo di torta e ricordano insieme come lavoravano in questo antico edificio, i partecipanti alle vacanze ALZ che in estate si ritrovano a Bad Ragaz per visitare una mostra, tutti sono pieni di vita. I più giovani che seduti sul sellino posteriore della moto fanno un giro nel paesaggio montano di Lenzerheide e per una volta possono semplicemente godersi il momento e «dimenticare» talora le loro situazioni difficili, la visita all'esposizione dei presepi con i familiari in occasione dell'incontro natalizio: tutti questi

sono momenti che rendono la vita degna di essere vissuta. Per poter vivere tali momenti occorre concedere spazio e opportunità per creare queste esperienze relazionali alla base di questi momenti comuni da vivere insieme.

Ma nel concetto di «vita degna di essere vissuta» si cela anche un secondo significato, ossia il valore che ogni essere umano ha di per sé, indipendentemente dal fatto che stia bene o meno bene, che produca qualcosa o meno, indipendentemente dal giudizio di qualcun altro. Un valore che possiede per il solo fatto di essere una persona e che noi come esseri umani possiamo rispecchiare nei suoi confronti per permettergli di vivere una vita con dignità.

Quando questa stima nei confronti delle persone anziane, malate, affette da demenza diviene percepibile, sparisce anche la paura dinanzi a una fase della vita in cui dipendiamo nuovamente dagli altri e abbiamo bisogno del loro aiuto. Dobbiamo però anche considerare che questa condivisione non è una strada a senso unico. Quanti sono i momenti di gioia, di sorpresa, di convivenza amorevole che le persone affette da demenza vicino a noi ci regalano se noi dedichiamo loro del tempo e un orecchio aperto all'ascolto! Come ad esempio il signore che fa le più belle dichiarazioni d'amore a sua moglie, e questo più volte al giorno. O la moglie che continua a dire quanto apprezza l'aiuto di suo marito e lo abbraccia con affetto. La demenza fa parte della vita come la sofferenza e la malattia, ma anche come la gioia e il fatto di ridere e di trascorrere momenti allegri in compagnia. Come la signora anziana che ho assistito per alcuni anni prima che si ammalasse di demenza demenza. Molti anni più tardi l'ho rincontrata

nella casa di cura e lei non si ricordava più chi fossi. Dopo aver parlato per un po' però mi disse: credo che noi due abbiamo già condiviso molte cose.

Con queste riflessioni voglio farvi i miei auguri. Partecipate agli eventi durante il nostro anniversario nel 2019 e contribuite a rendere la nostra vita degna di essere vissuta.

Vi ringrazio di cuore per il vostro sostegno.

Dr. med. Raimund Klesse
Presidente Alzheimer Grigioni

Bericht der Geschäftsleitung



Demenz ist eine Erkrankung, die in allen alternden Kulturen in gleicher Weise mit den gleichen Symptomen auftritt. Trotzdem gibt es Unterschiede darin, wie diese Erkrankung wahrgenommen und wie damit umgegangen wird. Traditionellerweise werden ältere Menschen in den Kulturen Asiens, Afrikas und Südamerikas als besonders weise verehrt. Dies könnte zum Schluss führen, dass es den betagten, kranken Menschen in diesen Ländern besonders gut geht. Bei fortschreitender Krankheit treten jedoch auch dort Probleme auf. Kulturelle Sichtweisen im Umgang mit Demenz können positiv beeinflusst werden, wie z.B. in ozeanischen Ländern. Dort herrscht die Vorstellung, dass alte Menschen deswegen nicht mehr voll über ihre geistigen Kräfte verfügen, weil sie diese an die jüngere Generation weitergegeben haben. Eine solche «Grosszügigkeit» führt vermutlich zu einem ganz anderen Umgang mit Menschen mit Demenz, als unsere Vorstellung von einem «geistigen Verfall».

Während wir bei Senioren, welche nicht mehr in der Lage sind, ihren Haushalt zu führen sowie Bankgeschäfte und Einkäufe selbst zu erledigen, bereits eine Demenz vermuten, käme man in Ländern wie Indien schon deswegen nicht auf eine solche Idee, weil man in indischen Grossfamilien solche Dinge von älteren Menschen generell nicht mehr verlangt.

Vielleicht sollten wir vermehrt der Frage nachgehen, inwieweit soziale Faktoren zum

Problem «Demenz» beitragen. Ob eine Person «hilflos», «infantil», «störend» und letztlich «dement» ist, hängt nämlich nicht nur von dieser selbst ab. Ebenso wichtig ist der Beitrag der Gesellschaft. Wenn sie einem alten Menschen nicht genügend Hilfen zur Verfügung stellt, diesen wie ein Kind behandelt und sich durch ihn in den gesellschaftlichen Abläufen «gestört» fühlt, wirkt sie an der Stigmatisierung auffälliger («dementer») Menschen mit.

In unserem westlichen Denken fällt es schwer, eine als Nachlassen oder Verschlechterung verstandene Veränderung als Teil des normalen Alterns zu akzeptieren. Ein immer fitter bleibender Körper steht im Widerspruch zu geistigen Einschränkungen. Unsere Angst des Abhängigseins ist oft grösser als die Angst vor dem Tod.

Wieso sprechen wir über Belastung durch gebrechliche, auf Unterstützung angewiesene Menschen? Wäre es nicht ein natürlicher Prozess, uns wieder um unsere alten Menschen zu kümmern, sie zu respektieren und ehren, für was sie geleistet haben?



Bitte heisst Menschen mit einer Demenz willkommen, statt euch von ihnen zu verabschieden»

Dr. Richard Taylor / USA, Psychologe, Demenzbetroffener, Selbsthilfeaktivist, 1943–2015

Das Jahr 2018 stand im Zeichen der Neustrukturierung unseres Beratungsangebotes. Verstärkt haben wir unsere Präsenz im Engadin sowie in der Herrschaft/Prättigau. Die höheren Arbeitspensen für unsere neuen Mitarbeiterinnen ermöglichen eine vertiefte Identifikation mit Alzheimer Graubünden und eröffnen neue Möglichkeiten für Angebote in den Regionen. Mittlerweile finden in sechs Regionen des Kantons monatliche Café Zeitlos statt. Das heisst, im letzten Jahr boten wir total 47 Cafés an, 43 Treffen von Angehörigengruppen in Thusis, Davos, Samedan und Chur sowie 4 Angehörigenkurse. Dies nebst rund 750 Beratungen im ganzen Kanton.

Die Allegra Ferien nahmen wir mit einem neuen Leitungsteam in Angriff. Es waren die letzten Ferien in Seewis. Dem Hotel Scesaplana sowie der Bevölkerung von Seewis gilt unser Dank für die 11-jährige Gastfreundschaft.

Auch dieses Jahr durfte ich für Alzheimer Schweiz die Ferien für Jungbetroffene (Menschen mit Demenz unter 65 Jahren) durchführen. In Valbella wird die einzige Ferienwoche in der Schweiz angeboten, neben verlängerten Wochenenden im Tessin und Engelberg.

Im Rahmen der Gesundheitstage in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt Graubünden, luden wir Michael Schmieder in Zerneuz zu einer Lesung ein. Das Gesundheitsamt ist ein wichtiger Partner für uns und wir sind dankbar für die immer gute Unterstützung und Zusammenarbeit.

Die ersten Bündner Demenztage in Zusammenarbeit mit dem BGS Chur (Bildungszent-

rum Gesundheit und Soziales) waren ein voller Erfolg und die Entscheidung, in regelmässigem Rhythmus zusammen eine Fachtagung anzubieten, freut mich natürlich sehr. Mein herzlichster Dank an Uschi Martschitsch, als Frau der ersten Stunde, für ihre grossartige Arbeit.

An dieser Stelle gilt mein Dank natürlich auch unseren vielen freiwillig tätigen Helferinnen, welche es uns ermöglichen, diese Angebote für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen durchzuführen.

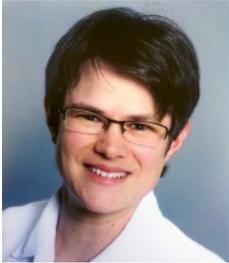
Danke auch unseren treuen Mitgliedern und Spendern, die uns mit ihren jährlichen Beiträgen unterstützen sowie an unsere Partner für die gute Zusammenarbeit.

Nicht zuletzt danke ich auch den Menschen mit Demenz und ihr Nahestehenden für das grosse Vertrauen, welche sie uns entgegenbringen und die vielen schönen Stunden, welche wir an unseren Anlässen gemeinsam verbringen dürfen.

Anita Laperre-Rauch
Geschäftsleiterin
Alzheimer Graubünden



Altersmedizin im Kanton Graubünden – Abteilung für Akutgeriatrie



Ich freue mich, Ihnen hier die Ansätze der Altersmedizin und die Ziele einer Behandlung auf der Akutgeriatrie näher bringen zu dürfen.

Im Kanton Graubünden gibt es seit fünf Jahren eine kleine Abteilung für Akutgeriatrie am Kantonsspital in Chur. Akutgeriatrie steht für Altersmedizin (Geriatric) im Akutspital. Demenzerkrankungen sind oft mit höherem Lebensalter vergesellschaftet. Aus diesem Grund stehen Menschen mit Hirnleistungsstörungen speziell im Fokus der Altersmedizin.

«Geriatric», wie die Altersmedizin im Fachjargon genannt wird, ist eine medizinische Spezialdisziplin, die sich mit körperlichen, geistigen, funktionalen und sozialen Aspekten der Versorgung älterer Patientinnen und Patienten befasst. Sie behandelt akute und chronische Krankheiten, unterstützt beim Vorbeugen von Krankheiten (Prävention) und hilft in der Wiederherstellung körperlicher Fähigkeiten nach Krankheit oder Operationen (Rehabilitation). Spezialisten für Altersmedizin (Geriatric) begleiten auch Menschen am Lebensende.

Von «älteren Menschen» spricht man ab 65 Jahren. Diejenigen, die am meisten von einer altersmedizinischen Behandlung profitieren, sind meistens 84-jährig oder älter.

Die Altersmedizin betrachtet den Menschen ganzheitlich mit seinem Umfeld zu Hause, der

Familie und seinen Fähigkeiten im Kontext seiner Erkrankung.

Ältere Patientinnen und Patienten leiden oft an mehreren Krankheiten gleichzeitig. So kann es vorkommen, dass eine 90-jährige Patientin nach einem Schenkelhalsbruch (Oberschenkelbruch), der operiert worden ist, eine Lungenentzündung und einen Verwirrheitszustand erleidet. Im Zustand der Verwirrtheit, mit schwerer Atemnot und Husten könnte sie nicht von der Chirurgischen Abteilung in eine Rehabilitationsklinik übertreten, um nach dem Spital wieder «auf die Beine zu kommen». In einer solchen Situation steht die Akutgeriatrie zur Verfügung, um die Spitalbehandlung weiterzuführen, zeitgleich aber intensive Therapien anzubieten. Für ältere Menschen ist es besonders wichtig, dass sie frühzeitig nach einer Operation wieder aufstehen und sich bewegen können. Dies fördert die geistige Verfassung, hilft gegen Verwirrheitszustände und verhindert einen raschen Muskelabbau. Um die Therapien gut zu koordinieren und bedürfnisgerecht durchzuführen, bedarf es eines Behandlungsteams, das eng miteinander kommuniziert. In der Altersmedizin besteht dieses Team aus Pflegenden, Physiotherapeutinnen, Ergotherapeutinnen, Mitarbeiterinnen des Sozialdienstes und den Altersmedizinern. Es ist wichtig für das Team zu wissen, ob eine Patientin / ein Patient Treppensteigen muss zu Hause. Nur so kann der Austritt gut geplant und abgeschätzt werden, welche Unterstützung es nach der Hospitalisation braucht. Genauso wichtig ist es für die Behandelnden, die Hirnleistung unserer Patientinnen und

Patienten zu kennen. So können wir abschätzen, welcher Unterstützungsbedarf für ein gutes und entspanntes Leben zu Hause nötig ist. Deshalb wird bei allen, die auf die Akutgeriatrie eintreten, der «Mini Mental Status»-Test durchgeführt. Dieser Test zeigt auf, wo möglicherweise Einbussen der Hirnleistung bestehen könnten. So können wir Betroffene, die an einer möglichen Demenz leiden, zu Abklärungen an die spezialisierte Memory Clinic verweisen oder entsprechend beraten.

Ein Hauptziel der altersmedizinischen Behandlung ist der Austritt zurück ins häusliche Um-

feld. Die Selbstbestimmung (Autonomie) und das Leben im eigenen Zuhause sind wichtige Güter älterer Menschen. Wir wollen unsere älteren Patientinnen und Patienten mit allen uns zur Verfügung stehenden Mitteln unterstützen und befähigen, möglichst selbständig leben zu können.

Dr. med. Martina Heim
Leitende Ärztin Akutgeriatrie
Kantonsspital Graubünden
Beiträtin Alzheimer Graubünden



«Unterwegs mit Demenz»

Die Bündner Demenztage 2018 bewegten



Im März 2017 trafen sich erstmals Bigna Walser (BGS), Claudia Bley (BGS) sowie Uschi Martschitsch (ALZ GR) zu einer Sitzung.

Ursprüngliches Ziel dieser Sitzung war es «eigentlich» «nur» einen gemeinsamen Vortrag zu dem Thema Demenz zu organisieren. Wir sind dann aber in der Sitzung engagiert, beflügelt und mutig weiter gegangen. Nach vielen weiteren Besprechungen, umfassenden und zeitintensiven Organisationsarbeiten stand das «Resultat» fest: Unsere sogenannten «Bündner Demenztage» vom 22.3. bis 24.3.2018. Dank dem motivierten Einsatz weiterer Helfer/innen konnte dieser Anlass in diesem geplanten grösseren Rahmen stattfinden.

Ziele dieser Bündner Demenztage waren für uns Wissen vermitteln, Ängste nehmen, Verständnis schaffen, Mut machen, zu Diskussionen anregen, Informationen austauschen und Tabus zum Thema Demenz abbauen. Die Sensibilisierung der Bevölkerung ist ein wichtiges Handlungsfeld der Nationalen Demenzstrategie.

Auftakt zu den Bündner Demenztagen war am Donnerstagabend 22.3.2018 der Vortrag von Simone Viviane Plechinger «Mit Musik geht vieles besser – der Königsweg in der Pflege bei Menschen mit Demenz».

Frau Plechinger ist Diplom-Musiktherapeutin aus Herborn (Deutschland) und unterstützt und berät u.a. Pflegeeinrichtungen und Kliniken im verantwortungsvollen Umgang mit Musik im Pflegealltag (Link: <https://simone-plechinger.de>).

Frau Plechinger ist auch mehrfache Buchautorin und fühlt sich in ihren Schwerpunktarbeitsbereichen: Demenz, Neurologie und Palliative Care zu Hause. Frau Plechinger beeindruckte die Anwesenden mit einem interessanten, praxisbezogenen, lebendigen Vortrag inklusive Kostproben mit ihrer Ocean-Drum und Akkordeon.

Auch wir Zuhörer merken bereits «Musik verbindet uns mit unsichtbaren Fäden» (Pam Brown).

Ich persönlich finde, alle Berufsgruppen, welche Demenzbetroffene betreuen sowie Angehörige sollten daran denken: Musik ist zwischendurch ein kleines wunderbares «Konfekt» für Demenzbetroffene. Gezielt eingesetzt ermöglicht sie Begegnung, auch dann, wenn Sprache nicht mehr ausreicht. Musik spricht uns als Mensch an und nicht als Gesunder oder als Kranker.



Musik ist Erinnerung!

Musik ist Gefühl!

Gefühle werden nie dement!

Am Freitag 23.3. folgte die **Demenz-Fachtagung**, welche mit 80 Teilnehmer/innen erfreulicherweise ausgebucht war. Die Tagesmoderation übernahmen Bigna Walser sowie Uschi Martschitsch.

In das Fachtagungsthema «Unterwegs mit Demenz» führte uns die Geschäftsleiterin von Alzheimer Schweiz Dr. phil. Stefanie Becker. Es folgte das Referat über «Demenz und Seele» von Dr.med.Christoph Held. Vormittags konnten die Teilnehmer an musischen Workshops zu Demenz teilnehmen. Eine Kunstvermittlerin, eine Märchenerzählerin sowie eine Musiktherapeutin zeigten uns ihre Arbeit mit Demenzbetroffenen. Am Nachmittag stand der pflegerische Aspekt im Vordergrund der Workshops. Unser ALZ GR Präsident Dr. med. Raimund Klesse rundete die Fachtagung mit «Gedanken auf dem Weg» ab.

Mein persönliches «Highlight» an dieser Fachtagung war die Begegnung mit Helga Rohra. Frau Helga Rohra ist ehemalige Konferenz-Dolmetscherin im Spezialgebiet medizinische Forschung, Mutter, internationale



Demenzaktivistin und Buchautorin aus München. Mit 54 Jahren wurde bei Frau Rohra die Diagnose «Lewy Body Demenz» gestellt. Seither reist sie unermüdlich zu Kongressen und Presseterminen, um vor Fachleuten aber auch in der breiten Öffentlichkeit die Anliegen der Demenzbetroffenen zu vertreten. Frau Rohra ist Botschafterin und plädiert für offenen Umgang mit der Demenz in der Gesellschaft. Sie ist Mutmacherin – sie möchte beweisen, dass auch ein Leben mit Demenz gelingen kann. Durch Frau Rohra als Stimme der Menschen mit Demenz hat unsere Fachveranstaltung eine besondere Gewichtung erhalten.

Die Rückmeldungen der Teilnehmer/innen zu der ersten Demenz-Fachtagung am 23.3. waren sehr positiv und die kompetenten Referenten sowie die professionelle Organisation der Fachtagung wurde wertschätzend wahrgenommen.

Am Samstag 24.3. war dann unser **«Tag der offenen Tür»**.

Ein vielseitiges Programm erwartete die Besucher: Diverse Vorträge, Ausstellungen verschiedener Organisationen wie z.B. Alzheimer Graubünden, KESB, TECUM, Rotes Kreuz GR, PDGR (Psychiatrische Dienste Graubünden), Bündner Spital- und Heimverband in Vertretung durch das Seniorenzentrum Cadonau,

Projektarbeiten Studierende HF Pflege, Pro Senectute GR.

Diese verschiedenen Organisationen gaben in individuellen Gesprächen, interaktiven Sequenzen sowie durch Flyer/ Broschüren Einblicke in ihre Angebote zum Leben mit Demenz. Ein Magnet vom Tag der offenen Tür war das sogenannte Ohrensesselgespräch: «Demenz-betroffene laden zum Gespräch ein». Die Geschäftsleiterin von ALZ GR Anita Laperre führte als Moderatorin durch das Interview mit einfühlsamen Fragen an Rita Schwager sowie Franz Inauen.

Die wertvollen Begegnungen mit Rita Schwager sowie Franz Inauen haben sehr berührt. Ja, es war spürbar, wie sie die Zuhörer in ihren Bann zogen.

Wir sind Rita Schwager sowie Franz Inauen für ihren Einsatz am Tag der offenen Tür sehr dankbar und hoffen, wir haben noch sehr viele Gelegenheiten, Menschen mit Demenz eine Plattform zu bieten, damit sie wirklich so offen, authentisch und berührend ihre Sicht von einem Leben mit Demenz darlegen können.

Die Bündner Demenztage waren sehr informativ, ausgewogen betreffend der Themen-



auswahl und sehr bewegend. Durch die gute Organisation waren sie auch eine Visitenkarte für die Arbeit und das Engagement von ALZ GR und der BGS.

Von Herzen sage ich ein grosses Dankeschön an Sie ALLE, für Ihr Engagement, Ihre Achtsamkeit und Ihren Mut sich immer wieder auf das so wichtige Thema Demenz einzulassen. Danke, dass das Thema Demenz nicht nur professionell, sondern vor allem menschlich aufgefangen wird.

Uschi Martschitsch, Vorstandsmitglied
Leiterin Ressort Bildung



Rapporto annuale Associazione Alzheimer Regione Valposchiavo



Nel corso del 2018 il consultorio Alzheimer della regione Valposchiavo ha voluto sostenere e migliorare la qualità di vita delle persone affette da

demenza. L'obiettivo primario è stato quello di sostenere l'utenza colpita ed i loro familiari ma anche sensibilizzare ed informare i professionisti del settore sanitario e l'opinione pubblica, al fine di migliorare la qualità di vita delle persone affette da demenza ed i loro cari. Quest'anno rispetto all'anno precedente si è intensificata la richiesta di consulenza telefonica, a domicilio e nelle strutture sanitarie del CSVP che riguardava la presa a carico dell'utenza affetta da demenza, dei loro familiari come pure la consulenza specialistica ai professionisti sanitari del Centro Sanitario Valposchiavo. Nel 2018 sono state sostenute 15 persone a domicilio, affette da demenza ed i loro familiari sulle questioni riguardanti le associazioni sociali, problemi che insorgono nella quotidianità e nella cura. Vivere con una persona affetta da demenza richiede, da parte dei familiari curanti, un grande investimento sia fisico che emotivo. Pertanto anche quest'anno è stata mia premura promuovere l'incontro mensile di sostegno ai familiari ma senza esito positivo. L'utenza della Valle di Poschiavo preferisce la consulenza individuale e non quella di gruppo.

Come già accennato precedentemente, nel 2018 non sono mancati momenti di contatto e partecipazione con ospiti dei reparti di lungodegenza del CSVP e consulenza specialistica ai

professionisti del settore. Lo scopo è stato quello di analizzare insieme i diversi casi clinici che creavano forte difficoltà di presa a carico e di gestione di circa dieci persone affette da demenza con importanti disturbi del comportamento. Assieme sono stati individuati degli obiettivi mirati per favorire il loro benessere psico-fisico e sociale. Nella stragrande maggioranza dei casi, il raggiungimento degli obiettivi prefissati è stato possibile grazie al reclutamento di alcuni volontari che si sono messi a disposizione nel sostenere questa utenza durante quei momenti in cui i disturbi comportamentali erano difficili da gestire. Per quanto riguarda i nuovi progetti del Centro Sanitario, bisogna dire che a inizio 2018 la Direzione Generale ha deciso di instaurare un gruppo di lavoro per la progettazione e la realizzazione di un reparto protetto, per persone affette da demenza nel secondo stadio di malattia e con visibili disturbi comportamentali, che creano difficoltà di gestione nonché di convivenza con gli altri ospiti che non presentano questi disturbi. Questa esigenza nasce direttamente in reparto di lungodegenza, dove a ora si presentano spesso situazioni difficili da gestire e che a volte richiedono interventi di manovra complessi. La sottoscritta fa parte di questo gruppo di lavoro che in diverse occasioni (8 nello specifico) si è incontrato per la progettazione di questo reparto. Pertanto si può affermare che dal primo di marzo 2019 il progetto, il cui nome sarà REPARTO PROTETTO ARNICA, sarà operativo all'interno della struttura della Casa Anziani.

Con un gruppo di 12 persone con deficit cognitivo che hanno aderito al progetto della biblioteca «LA SORGENTE» abbiamo organizza-

to alcuni pomeriggi per presentare vecchie foto che hanno riportato alla mente ricordi ormai sopiti, anche con ausilio di alcuni giochi utili alla stimolazione cognitiva.

In circa 2 ore di svago per ogni incontro abbiamo potuto far entrare in contatto questo gruppo con la società in un ambiente diverso da quello quotidiano. L'obiettivo, ampiamente raggiunto, era quello di trascorrere dei pomeriggi diversi dal solito con persone nuove, occupandosi di attività diverse da quelle quotidiane.

I giochi messi a disposizione dalla biblio.ludo.teca «LA SORGENTE» erano moltissimi e hanno permesso di coinvolgere veramente tutti. Risultato, la condivisione e soprattutto l'inclusione dei partecipanti è stata raggiunta pienamente e tutti si sono trovati molto soddisfatti e contenti. Questi incontri hanno dimostrato che trascorrere ore piacevoli in compagnia, fuori casa, in un ambiente caldo, con atmosfera rilassata, è possibile anche se con acciacchi di vario genere. Noi tutti abbiamo letto nei loro volti una forte soddisfazione, serenità e riconoscenza. Tutto questo con lo scopo di un reintegration delle persone nel tessuto sociale.

Il giorno 29 ottobre 2018 l'Associazione Alzheimer Grigioni, in collaborazione con il CSVP ha promosso una giornata di aggiornamento mirato sul tema demenza a tutto il personale curante della Casa Anziani, Ospedale San Sisto e Servizio Domiciliare (Spitex). A questo aggiornamento hanno potuto aderire tutti grazie al fatto che è stato articolato in due diversi momenti all'interno della stessa giornata. In serata è stato possibile realizzare una conferenza pubblica per tutta la popolazione della valle, con l'obiettivo di far conoscere questa problematica che coinvolge sempre più cittadini. A questa serata sono intervenute circa 100 per-



sone, di queste, molte direttamente interessate dall'argomento.

Per questi eventi abbiamo avuto il piacere di avere come relatore il dr. med. Brenno Galli (capo servizio di geriatria presso l'Ospedale Regionale di Locarno).

Il prossimo 7 dicembre 2018 sarà prevista una serata pubblica rivolta a tutti i volontari (circa 150) che ruotano attorno al Centro Sanitario e che regolarmente ci sostengono con il loro operato.

A questa serata sarà mia premura presentare loro l'Associazione Alzheimer Grigioni e le diverse offerte che tale associazione offre sul territorio della Valle.

Per quanto riguarda gli obiettivi del 2019, vorrei proporre l'apertura di un Café Alzheimer in Valle, al fine di poter creare uno spazio informale e de-istituzionalizzato per i malati e i loro familiari, che possano trovare un luogo accogliente dove trascorrere qualche ora insieme, socializzare e parlare dei problemi comuni anche con l'ausilio di personale competente.

Inoltre, grazie a una formazione mirata, vorrei proporre aggiornamenti che possano interessare sia gli operatori specializzati che la popolazione. Questo per continuare ciò che già, in Valle, sta ottenendo consensi e risultati positivi.

Paola Cramerì
Consulente Ass. Alzheimer Valposchiavo

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 Cramer
Alzheimer-Beratungsstelle
Valposchiavo



4
Clara Deflorin
Alzheimer-Beratungsstelle
Davos



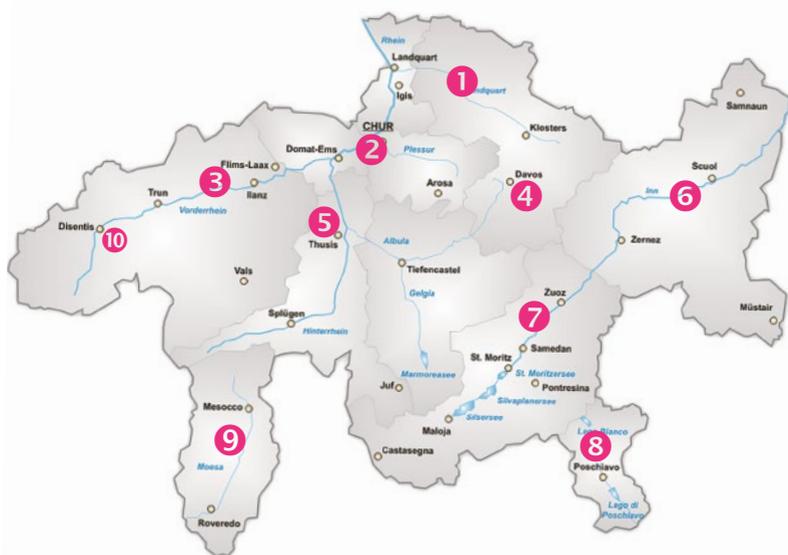
9
Lara Allegri
Alzheimer-Beratungsstelle
Moesano



5
Anna Raschein
Alzheimer-Beratungsstelle
Thusis



10
Nicole Candinas
Alzheimer-Beratungsstelle
Disentis



Weltalzheimerntag in Ilanz mit Übergabe des Fokuspreises



Die Feier zum Weltalzheimerntag am 21. September 2018, fand dieses Jahr in der Surselva statt. In einer eindrücklichen Umgebung der Kapelle des Regionalspitals

Surselva in Ilanz fand der Anlass einen würdigen Rahmen. Verschiedene Institutionen, wie das Regionalspital Surselva und die Gerontopsychiatrische Tagesklinik in Ilanz, stellten zu Beginn der Veranstaltung ihre Angebote vor. Anschliessend informierte uns Dr. med. Raimund Klesse in seinem Referat «Gut leben mit Demenz» über das Krankheitsbild Demenz. An verschiedenen Fallbeispielen zeigte uns Dr. Klesse den unterschiedlichen Verlauf der Krankheit auf. Aber auch wie unterschiedlich Menschen mit der Krankheit umgehen.

Die beiden Beraterinnen der Surselva von Alzheimer Graubünden, Nicole Candinas und Brigitte Büchel stellten ihre Angebote vor.

Musikalisch wurde der Anlass umrahmt von zwei Studentinnen der Talentschule Surselva. Tiziana Defuns und Jasmin Lombriser sangen romanische Lieder komponiert von Mattiu Defuns dem Bruder von Tiziana.

Schilderungen aus dem Buch «Ein Flügelschlag zum Himmel» gaben Einblick in einen Pflegealltag. Frau Silvia Schneider – Schiess, Autorin des Buches, las einzelne Abschnitte aus ihrem Buch vor. Ihr Vater, Herr Schiess, ergänzte diese Schilderungen aus seinen Erinnerungen. Herr Schiess pflegte über Jahre seine an Demenz erkrankte Frau. Durch regelmässige Besuche unterstützte die Tochter, Frau Schneider, ihren Vater, indem sie jede Woche für einen Tag die beiden in Chur besuchte. Nach den Besuchen notierte sich Frau Schneider anhand von Tagebucheinträgen, was sie an den Tagen erlebt hatte, was ihr half, schwierige Situationen besser zu verarbeiten. Aus den Tagebucheinträgen entstand später nach dem Tod ihrer Mutter das Buch «Ein Flügelschlag zum Himmel».





Im Anschluss wurden zwei Preisträger aus der Surselva für den Fokuspreis geehrt. Die Fokuspreisträger wurden als pflegende Angehörige ausgesucht, die ihre Partner, die an Demenz erkrankt sind, zu Hause betreuen. Stellvertretend für alle pflegenden Angehörigen im Kanton wurde der Preis den Preisträgern überreicht. Dies soll den Stellenwert der Pflege zu Hause hervorheben und vor allem die grosse Leistung, die pflegende Angehörige tagtäglich zum Wohle ihrer an Demenz erkrankten Familienangehörigen erbringen. Beide Preisträger betreuen seit längerer Zeit ihre erkrankten Ehepartner zu Hause. Herr Nationalrat Martin Candinas hielt die Laudatio. Der Präsident Dr. Klesse überreichte den Fokuspreis und bedankte sich bei den Preisträgern für ihr Engagement.



Zum Abschluss der Veranstaltung wurde ein Apéro in der Cafeteria im Regionalspital Ilanz durch Alzheimer Graubünden offeriert. So konnten Besucher und Referenten den Anlass gemütlich ausklingen lassen.



Brigitte Büchel
Beraterin Chur/Mittelbünden/Surselva



Alzheimer Graubünden und palliative gr – für eine gute Lebensqualität bis zuletzt



Die Anfrage von Alzheimer Graubünden an palliative gr, die Büroräumlichkeiten gemeinsam zu nutzen, kam überraschend. Der Entscheid war jedoch schnell gefällt. Mit

Sack und Pack zügelten wir im April 2018 an die Poststrasse. Der Austausch zwischen der Geschäftsleiterin Anita Laperre und den Beraterinnen Clara Deflorin und Brigitte Büchel geben wertvolle Inputs und in den Gesprächen wird klar, dass Palliative Care und die Begleitung von demenzerkrankten Menschen Gemeinsamkeiten aufweisen. Sowohl bei schwerkranken, sterbenden Menschen, wie auch bei demenzerkrankten Personen, ist die Krankheit ein fortlaufender und persönlicher Prozess. Rollen und Beziehungen werden durch die Krankheit in Frage gestellt und müssen gemeinsam neu definiert werden. Selbstbestimmung am Lebensende ist ein zentrales Thema. Die Bedürfnisse ändern sich während der Krankheit und Betreuende sind gefordert die Menschen umfassend und achtsam zu begleiten. Die Haltung, wie wir unseren erkrankten Mitmenschen begegnen, unabhängig vom Krankheitsbild, ist aus meiner Sicht entscheidend, ob dem betroffenen Menschen und seinem Umfeld eine umfassende achtsame Begleitung und Betreuung angeboten werden kann. Neben dieser Haltung wird eine fachliche Expertise notwendig, um Reaktionen und Symptome richtig zu deuten und adäquat zu behandeln. Die thematischen Schwerpunkte ändern sich im Verlaufe der Krankheit.

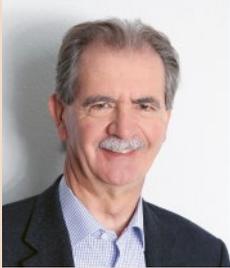
Steht bei einer Demenzerkrankung zu Beginn das zunehmende Schwinden des Gedächtnisses und der Verlust der Eigenständigkeit im Vordergrund, können andere Symptome durch zunehmendes Alter und Mehrfacherkrankungen bedeutsamer werden. Bei älteren multimorbid erkrankten Menschen wird die Lebensqualität häufig durch Schmerzen eingeschränkt. Diese zu erkennen ist gerade bei demenzerkrankten Menschen nicht immer einfach. Eine umfassende Begleitung ist nur möglich, wenn der erkrankte Mensch und dessen Angehörige im Mittelpunkt stehen und sich die verschiedenen Netzwerkpartner gegenseitig unterstützen – zum Wohle des betroffenen Menschen – für eine gute Lebensqualität bis zuletzt.

Informationen zu Palliative Care und den Angeboten in unserem Kanton finden Sie unter www.palliative-gr.ch

Monika Lorez-Meuli
Geschäftsleiterin palliative gr
Beirätin Alzheimer Graubünden



Allegra Ferienwoche von Alzheimer Graubünden vom 12. bis 19. Mai 2018



Als neues Vorstandsmitglied unserer Vereinigung durfte ich auch die Aufgabe «Mitglied des Leitungsteams der Allegra Ferienwoche» von meinem Vorgänger übernehmen. Schon im Herbst des Vorjahres haben die Organisations- und Planungsaufgaben für die Ferienwoche 2018 begonnen. Das Programm der Vorjahre wurde hinterfragt und teilweise angepasst oder sogar völlig neugestaltet. Die Mitglieder des letztjährigen Betreuungsteams wurden angefragt, wer auch im 2018 wieder mitmacht, was glücklicherweise bei den meisten so war. Trotzdem mussten auch neue Teammitglieder evaluiert und gefunden werden. Dabei hat mich das Engagement und der Enthusiasmus unserer Freiwilligen tief beeindruckt!

Nach langer Vorbereitung haben sich am 12. Mai 2018 das Betreuerteam (12 Personen) und unsere Gäste (8 von Demenz



betroffene Personen und ebenso viele pflegende Angehörige) zum elften Mal in Seewis auf der Terrasse des Hotels Scesaplana zum Willkommens-Apéro getroffen. «Alte Bekannte» bei den Gästen wie beim Betreuerteam haben sich umarmt und freudig begrüsst, während die Gäste, die das erste Mal dabei waren, etwas angespannt, unsicher und reserviert erste Kontakte mit der Betreuungsperson, die jeder von Demenz betroffenen Person fix zugeteilt worden ist, geknüpft haben.

Der Samstag war vollständig dem Kennenlernen gewidmet. Am Sonntag besuchten die einen den Gottesdienst, während andere das vom Männerchor Seewis in der Mehrzweckhalle dargebotene Sonntagskonzert besuchten. Aber auch der Park um das Hotel wurde entdeckt und genossen. Am Nachmittag überraschten die Seewiser Schwalben unsere Gäste mit einem Muttertagskonzert.

Am Montag stand der erste gemeinsame Ausflug auf dem Programm: Mit dem Postauto fuhren wir alle zusammen nach Klosters, um von dort mit zwei grossen Pferdekutschen per «Rösslipost» entlang der Landquart Richtung Monbiel zu fahren, wo wir im Restaurant Höhwald zum Zvieri erwartet wurden. Müde, aber zufrieden und voller Eindrücke von der herrlichen Alpenwelt, fuhren wir wieder zurück nach Seewis.

Am Dienstagvormittag wurden Spaziergänge oder sogar kleine Wanderungen



unternommen und auch der eigens für uns für diese Woche eingerichtete Aktivierungsraum wurde rege genutzt. Erstmals waren die von Demenz betroffenen Gäste und deren Angehörige getrennt unterwegs. Am Nachmittag war Lotto angesagt, bei der wieder alle zusammen dem Ausruf «Lotto» entgegenfieberten. Tolle Preise gab es zu gewinnen und bis zum Abend waren alle einmal «Gewinner». Am Abend fand das Benefizkonzert mit dem Engadiner Zitherspiel und der Sängerin Sarabigna Janett in der Kirche Seewis statt, ein wunderschöner Abend, der alle Besucher verzaubert hat.

Der erste Ausflug der Angehörigen ohne Demenzbetroffene führte diese am Mittwoch zu einer interessanten Stadtführung nach Chur. Nach einem gemeinsamen Mittagessen wurde unter der Leitung von Dr. med. Raimund Klesse eine Gesprächsrunde unter den Angehörigen durchgeführt. Viele Themen im Zusammenhang mit einer Demenz wurden diskutiert und es fand auch ein reger Erfahrungsaustausch unter den Angehörigen statt. Währenddessen genossen die von Demenz betroffenen Gäste zusammen mit ihren Betreuenden schöne

Stunden bei Musik, Gesang und Tanz, Basteln oder bei Spaziergängen rund um das Hotel. Gross war die Freude, als die Angehörigen von ihrem Ausflug zurückkehrten!

Am Donnerstag war das Wetter leider sehr bedeckt. Trotzdem wollten wir nicht auf einen gemeinsamen Ausflug in die Narzissenfelder verzichten! Im dicken Nebel machten wir uns auf die Suche nach den sehr seltenen Blumen – und plötzlich, wie aus dem Nichts überwältigte uns ein wahres Narzissenmeer, das der Nebel frei gab. Am Abend war Kino angesagt: wir schauten gemeinsam den Film Heidi.

Allegra-Ferien haben zum Ziel, die pflegenden Angehörigen in dieser Woche von der Pflege zu entlasten, um neue Kraft tanken zu können, Verantwortung abzugeben und zu sehen, dass der demenzbetroffene Partner auch von andern Personen betreut und gepflegt werden kann und was noch wichtiger ist: zu sehen, dass der demenzbetroffene Partner schon nach einer kurzen Zeit auch Drittpersonen als Pflegende annehmen und schätzen kann.





Am Freitag war für die Gruppe der pflegenden Angehörigen nochmals ein Ausflug ins Alte Bad Pfäfers geplant, während unsere von Demenz betroffenen Gäste von unserem Betreuungsteam in Seewis umsorgt und unterhalten wurden. Der Abschied fiel allen Beteiligten schon viel leichter als zu Beginn der Woche! Viel Vertrauen war während dieser Woche gewachsen, eine Erfahrung, die vor allem den pflegenden Angehörigen Mut und Motivation geben kann, auch nach den Allegra Ferien für sich hie und da eine «Auszeit» zu suchen, ohne ein schlechtes Gewissen haben zu müssen.



Am Abschiedsabend spielte einmal mehr Natalie Jörimann für uns auf! Anschliessend überraschte uns das Trio Grischa im Arvenstübli, wo sie zum Tanz aufspielten, so dass es spät wurde, bis auch die Letzten ins Bett gefunden haben.

Am Samstag nach dem Frühstück war es soweit: Abschiednehmen – die Allegra Ferien 2018 waren vorbei. Erholt und mit neuer Kraft «im Tank», aber auch bereichert mit vielen guten Tipps und Ratschlägen im Umgang mit Demenz, reisten unsere Gäste nach Hause, im Wissen, dass sie nicht alleine sind, sondern auch nach den Ferien die eine oder andere Hilfeleistung von uns und verschiedenen anderen Organisationen in Anspruch nehmen können.

Zum Schluss bleibt mir zu danken: Meinen Kolleginnen im Leiterteam Anita Laperre und Brigitte Büchel für ihre umsichtige und perfekte Organisation dieser Woche, den freiwilligen und ehrenamtlichen Betreuerinnen und den Zivildienstleistenden für ihre grosse Arbeit und ihr riesiges Engagement bei der Betreuung unserer demenzbetroffenen Gäste. Ohne sie wäre das Projekt Allegra gar nicht möglich! Ganz speziell danken möchte ich aber auch unseren Feriengästen für ihr grosses Vertrauen, das sie uns während dieser Woche wieder geschenkt haben.

Die nächsten Allegra Ferien finden in Valbella vom 15. bis 22. Juni 2019 statt.

Edi Gasser
Co-Leiter Allegra Ferien
Vorstandsmitglied

Hotelgeschichten erzählt von Herr und Frau Dietrich

Herbstausflug für Demenzbetroffene und Angehörige/Betreuende



Wir traten durch die Drehtür am Eingang und waren verzaubert in eine andere Welt, in eine 110-jährige spannende Familiengeschichte, eine Welt voller Liebe zum Detail

und in Lebensgeschichten die Erinnerungen bei den Besuchern weckten.

Herr und Frau Dietrich erzählten uns von ihrer spannenden Reise als Hoteliers. Das Haus wurde von den Urgrosseltern von Frau Dietrich erbaut und wird nun bereits von der 5. Generation geführt und gepflegt. Es liegt auf einem Hügel umgeben von Wald, ausserhalb von Sils.

Nach den Erzählungen von der Entstehung des Hotels durften wir in zwei Gruppen hinter die Kulissen schauen und uns die Küche, den Keller, die verschiedenen Speisesäle sowie ein Schreiberzimmer und vieles mehr anschauen. Und zu jedem Raum gab es eine besondere Geschichte.

Unter den Besuchern waren auch Personen, die tatkräftig im Hotel zu dem beitrugen, was es heute ist. Das war ein ehrwürdiger Augenblick; die strahlenden Augen zu sehen von der Ehefrau des ehemaligen Gipsers, der die meisten Stuckaturen gemacht hat. Oder das fachmännische Auge des Schreiners, der über 30 Jahre im Hotel mitgearbeitet hat. Die Mutter eines ehemaligen Lehrlings. Aber auch der ehemalige Deutschlehrer für die fremdsprachigen

Hotelmitarbeiter war vor Ort. Es war für die Anwesenden ein ganz besonderer Moment, der mit einem grossen Beifall belohnt wurde. Zum Abschluss wurden wir mit Kaffee und Kuchen verwöhnt.

Ganz feierlich und sehr passend zu diesem wunderbaren Haus mit ihren besonderen Gastgeber.

Liebes Waldhaus-Team, wir kommen sehr gerne wieder und freuen uns auf das Wiedersehen im Frühjahr.

Flurina Auer
Beratungsstelle Alzheimer Engadin



Herzlich willkommen



Gaby Thomann tritt die Nachfolge von Gabriela Tomaschett an. Sie unterstützte uns bereits früher bei unserem Pilotprojekt in Savognin und wir freuen uns auf weitere gemeinsame Projekte.

Als neues Beiratsmitglied dürfen wir ganz herzlich **Herr Andreas M. Fuchs**, Generalvikar und Mitglied der Verwaltungskommission der Kath. Landeskirche Graubünden, begrüßen. Er tritt die Nachfolge von Herr Placi Berther, Präsident Verwaltungskommission der Kath. Landeskirche Graubünden an.



Flurina Auer ist seit 1. März unsere Beraterin im Engadin.



Clara Deflorin hat am 1. März die Beratungsregion Herrschaft/Prättigau übernommen.



Brigitte Büchel ist seit 1. April Beraterin für die Region Chur/Mittelbünden sowie für die Surselva.

Alle unsere Neuen haben sich mit grossem Engagement in ihre Aufgaben eingearbeitet und wir freuen uns auf die weitere gemeinsame Arbeit für die demenzbetroffenen Menschen und ihre Angehörigen im Kanton Graubünden.

Dank



Gabriela Tomaschett arbeitete als Vorstandsmitglied in verschiedenen Arbeitsgruppen mit und war als Grossrätin unser Verbindungsglied zur Politik.



Rita Montalta hat Alzheimer Graubünden auf Ende 2018 verlassen. Sie war 3 Jahre Beraterin der Region Surselva und unterstützte uns auch bei den Schulungen der PTT sowie der Stadtpolizei. Wir freuen uns, dass wir bei unseren Ferienangeboten weiterhin auf Rita Montalta zählen können.



Barbla Truog war 2½ Jahre als Beraterin für die Region Chur sowie Oberengadin zuständig. Sie beantwortete das kantonale Alzheimertelefon und unterstützte uns mit grosser Fachkompetenz als Fachinstanz Beratung. Es hat sie wieder zurück nach Andeer gezogen, wo sie als Heimleiterin tätig ist.



Sandra Niklaus unterstützte uns im Unterengadin. Als Leiterin der Fachstelle Alter und Pflege der Cüra arbeitete sie in einem kleinen Pensum für Alzheimer Graubünden. Sie hat es wieder in ihre Heimat, das Bernbiet gezogen



Patricia Visentin leitete die Beratungsstelle in Davos. Leider lässt ihre aktuelle Situation eine Weiterführung des Mandates für ALZ Graubünden nicht mehr zu. Als Leiterin des Sozialdienstes Davos werden wir auch in Zukunft zusammenarbeiten.

Wir danken den ausscheidenden Mitarbeiterinnen für ihre grosse Arbeit und wünschen ihnen für die Zukunft alles Gute.



Beirat von Alzheimer Graubünden

Die Alzheimer Graubünden kann auf die Kompetenz eines breit abgestützten Beirates zählen. Der Beirat setzt sich aus 12 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

- Cahannes Barla, Rechtsanwältin
- Candinas Martin, Nationalrat
- Fuchs Andreas, Generalvikar und Mitglied der Verwaltungskommission der Kath. Landeskirche Graubünden
- Heim Martina, Leiterin Akutgeriatrie, Kantonsspital
- Hübner Franco, Geschäftsführer Argo Graubünden
- Lebrument Hanspeter, Somedia
- Locher Ludwig, ehemaliger Leiter EMS-Services
- Lorez-Meuli Monika, Geschäftsleiterin palliative gr
- Meier-Gort Gian Reto, Leiter KESB Nordbünden
- Müller Josef, CEO Psychiatrische Dienste Graubünden
- Thöny Andreas, Kirchenratspräsident Evang.-ref. Landeskirche Graubünden, Grossrat
- Werth Baseli, Dr. med. Facharzt FMH für Gastroenterologie und innere Medizin

Ferien für Jungbetroffene in Valbella

Gut vorbereitet mit einem Kick-off begannen wir die erste Ferienwoche für Jungbetroffene. Es war schön, beim Willkommensapéro so viele bekannte Gesichter bei den Betreuerinnen aber auch bei den Gästen zu sehen. Elf Menschen mit Demenz unter 65 Jahren, teilweise mit ihren Partnern, andere alleinreisend, verbrachten mit uns eine sehr schöne Woche im Hotel Valbella Inn. Bis auf drei Betroffene hatten alle bereits einige Male mit uns die verlängerten Wochenenden mitgemacht. Wir waren alle gespannt wie unser Zusammensein für eine ganze Woche werden würde.

Den Samstag liessen wir gemütlich ausklingen, da einige Gäste müde von der langen Anreise waren. Wir hatten uns beim Abendessen viel zu erzählen und so verging der erste Tag im Nu.

Nach einer Vorstellungsrunde machten einige von uns einen gemütlichen Spaziergang nach Parpan zum Sonntagsmarkt. Dort gab dann ein Jodelchörli zur grossen Freude unserer Gäste speziell für uns einige Zugaben, da wir nach dem regulären Auftritt in Parpan ankamen. Den Nachmittag genossen dann unsere Gäste mit ihren Betreuerinnen individuell.



Den Montag begannen wir gemütlich ums Hotel und massen uns bei Minigolf oder Boccia. Am Nachmittag machten wir dann gemeinsam einen Ausflug auf das Parpaner Rothorn, wo wir die eindrucksvolle Aussicht bewunderten und in luftiger Höhe auf der Terrasse den Kaffee genossen. Abends fand die erste Teambesprechung mit den Begleiterinnen statt.

Am Dienstag machten wir uns bei herrlich warmem Wetter in verschiedenen Gruppen auf den Weg, um uns dann beim Bergrestaurant Tgantieni zum Picknick zu treffen. Einige wanderten den ganzen Weg, einige fuhren das letzte Stück mit der Sesselbahn und für zwei Gäste organisierten wir ein Taxi bis zum Bergrestaurant Tgantieni. Nach Kaffee und Kuchen machten sich einige wieder gemütlich auf den Rückweg, während die anderen noch mit der Sesselbahn zum Scalottas fuhren.

Mit Minigolf begannen wir auch den nächsten Tag, während einige den Wellnessbereich nutzten oder einfach den schönen Garten genossen. Am Nachmittag erfreuten wir uns an den prächtig geschmückten



Kühen des Alpabzuges und folgten diesen bis nach Lenzerheide.

Bei grauem Himmel trafen sich die Angehörigen vormittags zu einer Gesprächsrunde mit meiner Co-Leiterin und mir. Sie erhielten die Gelegenheit, sich auszutauschen, zu erzählen, wie es ihnen seit dem letzten Jahr ergangen ist und Fragen zu aktuellen Situationen zu stellen.

Am Nachmittag stand unsere Kutschenfahrt rund um den Heidsee auf dem Programm. Leider nicht mehr bei so warmen Wetter und darum gut eingepackt.

Nach dem Abendessen wartete Peter Just mit seiner Handorgel auf uns. Wir sangen zusammen Lieder und tanzten zu «lupfiger» Ländlermusik. Der fröhliche Abend wurde mit einer Polonaise abgeschlossen.

Den verregneten Freitagvormittag nutzten wir für ein gemeinsames Lotto. Die Gäste waren sehr motiviert und verlangten immer wieder eine weitere Runde. Bis kurz vor dem Mittagessen unterhielten wir uns vorzüglich. Beim Mittagessen sagte eine 58-jährige Frau mit Frühzalzheimer zu mir: «Ich weiss nicht mehr, was wir vor dem Mittagessen gemacht haben, ich weiss nur noch, dass es mir sehr gefallen hat.» Ich kenne diese Frau schon einige Jahre und weiss, dass sie täglich bis zu 4 Stunden mit Gedächtnistraining zubringt. Es war für mich eindrücklich, wie wichtig für sie eine herausfordernde Tätigkeit ist.

Den Nachmittag genossen einige den Wellnessbereich, andere gingen ins Dorf zum Souvenir-Shoppen oder genossen etwas Ruhe.



Bei der letzten Teamsitzung blickten wir auf die vergangene Woche zurück. Es war für die Begleiterinnen eine freundvolle, lehrreiche aber auch anstrengende Zeit. Die unterschiedlichen Bedürfnisse der Betroffenen und ihrer Angehörigen forderte immer wieder unsere Kreativität. Die Begleitung von Gästen, welche allein reisen ist sehr intensiv. Bei den Gästepaaren gilt es, den Bedürfnissen von beiden gerecht zu werden. Dies ist nicht immer einfach, doch ist es uns gelungen, wie die Rückmeldungen unserer Feriengäste ergaben. Wir freuen uns auf die nächsten Ferien, welche vom 17. bis 24. August 2019 in Valbella stattfinden.

Anita Laperre-Rauch
Ferienleiterin



**Ferien für Menschen mit Demenz und ihre betreuenden Angehörigen
vom 15. bis 22. Juni 2019 im Hotel Valbella Inn, Valbella**



**Auskunft und
Beratung**

Alzheimer Graubünden
Poststrasse 9
7000 Chur

Telefon 081 253 91 42
Mail: info.gr@alz.ch

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
- + Lauchenaer-Schmutz Steiner Stiftung
- + Alzheimer Schweiz
- + Diverse Privatpersonen

Vorstand von Alzheimer Graubünden

Dr. med. Raimund Klesse	Fanas	Präsident
Dr. med. Ueli Bühler	Fideris	Vizepräsident
Eduard Gasser	Zizers	Finanzen
Uschi Martschitsch	Chur	Aktuarin
Thomas Bieler	Rabius	
Pract. med. Christian Koch	Domat/Ems	
Gabriela Tomaschett-Berther	Trun	bis April 2018
Gaby Thomann	Parsons	ab April 2018
Karin Vitalini	Samedan	



Alzheimer Graubünden
Geschäftsstelle: Poststrasse 9, 7000 Chur
Auskunft und Beratung: Tel. 081 253 91 42
Alzheimer-Telefon 081 253 91 40

Mitgliederübersicht 1999 – 2018

Gründungsdatum: 25.3.1999

Jahr	Einzel	Kollektiv	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

Ehrenmitglieder

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

WIE KÖNNEN SIE DIE SCHWEIZERISCHE ALZHEIMERVEREINIGUNG FINANZIELL UNTERSTÜTZEN?



- durch den Mitgliederbeitrag
- durch Spenden
- durch Spenden anstelle von Blumen bei Todesfällen
- durch Sammlungen anlässlich von Familien- und Vereinsfeiern
- durch Vermächtnisse

Wohin geht Ihr Geld?

Mitgliederbeiträge werden zwischen Ihrer Sektion und der Zentralvereinigung aufgeteilt. Spenden der Mitglieder gehen an die Sektion, unabhängig davon, auf welches Konto sie eingezahlt wurden. Mitgliederbeiträge und Spenden aus Kantonen ohne Sektion bleiben bei der Zentralvereinigung. Spenden von Nichtmitgliedern bleiben dort, wo sie eingezahlt wurden.

Schweizerische Alzheimervereinigung Sektion Graubünden, PC 90-775759-2

CO PUDAIS VUS SUSTEGNAIR FINANZIALMAIN L'ASSOCIAZIUN ALZHEIMER SVIZRA?



- cun la contribuziun da commember
- cun donaziuns
- cun donaziuns empè da flurs a chaschun da mortoris
- cun collectas en occasiun da festas da famiglia e d'unions
- cun legats

Tge capita cun Voss daners?

Las contribuziuns da commember vegnan repartidas sin Vossa secziun e l'associaziun centrala. Donaziuns da commembers van a la secziun, n'emporta betg sin tge conto ch'ellas vegnan pajadas. Las contribuziuns da commember e las donaziuns da chantuns senza secziun restan tar l'associaziun centrala.

Donaziuns da personas betg commembras restan là, nua ch'ellas vegnan pajadas.

Associaziun Alzheimer Svizra, secziun Grischun, conto postal 90-775759-2

COME POTETE SOSTENERE FINANZIARIAMENTE L'ASSOCIAZIONE SVIZZERA ALZHEIMER?



- attraverso la quota di socio
- attraverso le donazioni
- attraverso le donazioni al posto di fiori in caso di decessi
- attraverso collette in occasione di feste di famiglia e di società
- attraverso lasciti

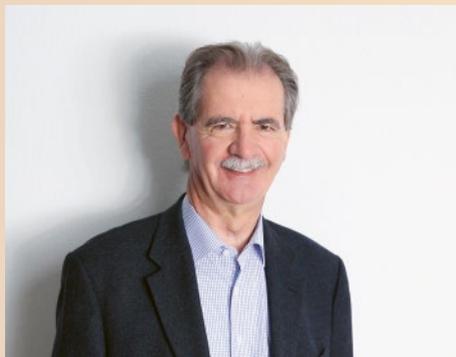
Dove vanno i vostri soldi?

Le quote di socio vengono suddivise tra la vostra sezione e l'Associazione centrale. Le donazioni dei soci vanno alla sezione indipendentemente dal conto sul quale sono state pagate. Le quote di socio e le donazioni da Cantoni senza sezione restano dall'Associazione centrale.

Le donazioni dei non soci rimangono nel luogo dove è stato fatto il pagamento.

Associazione Svizzera Alzheimer Sezione Grigioni, conto corrente postale 90-775759-2

Finanzielles



Wie dem Bericht der Geschäftsleitung entnommen werden kann, haben wir unser Beratungs- und Dienstleistungsangebot im Berichtsjahr merklich ausgebaut. Dieses Mehr an Dienstleistungen und Beratung hat sich, wie im Budget auch vorgesehen, in der Jahresrechnung deutlich bemerkbar gemacht. So ist der gesamte Aufwand für unser Personal um fast 22% von Fr. 222'503.90 im Jahre 2017 auf Fr. 270'176.65 angewachsen. Auch im Wachstum von 37% der Spesenaufwendungen widerspiegelt sich unser wesentlich breiteres Engagement im ganzen Kanton. Die übrigen Aufwandskonti entwickelten sich im Rahmen des Vorjahres. Die Einlagen in Fonds haben sich im Rechnungsjahr markant verkleinert. Konnten in der Rechnung 2017 noch Fondseinlagen von über Fr. 70'000.– gemacht werden, standen im Berichtsjahr nur noch Fr. 15'150.– für Fondseinlagen zur Verfügung.

Auf der Ertragsseite sind die Mitgliederbeiträge aufgrund der erfreulichen Zunahme bei neuen Einzelmitglieder leicht angestiegen. Dies trotz einigen Austritten infolge Heimeintritten und Todesfällen. Es resultiert ein Net-

tozuwachs von 34 Einzelmitgliedern. Dafür haben die Einnahmen aus Spenden im Vergleich mit dem Vorjahr um 20% abgenommen. Die gesamten Erträge betragen im Berichtsjahr Fr. 436'439.93 was einer leichten Abnahme zum Vorjahr von Fr. 5'050.04 oder 1,1% entspricht.

Bei Kosten von insgesamt Fr. 431'193.63 und Erträgen von Fr. 436'439.93 resultiert für das Berichtsjahr ein kleiner Gewinn von Fr. 5'246.30.

Auch diese Jahr haben folgende Unternehmen/Organisationen unseren Jahresbericht wieder mitfinanziert:

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

Herzlichen Dank für das Sponsoring unseres Jahresberichtes!

Eduard Gasser
Leiter Ressort Finanzen

Bilanz per 31.12.2018 mit Vorjahresvergleich

AKTIVEN	2018 in CHF	2017 in CHF
Umlaufvermögen		
Kasse	2'539.20	897.10
Postcheck	147'492.39	123'669.27
Depositenkonto PF	102'296.55	102'296.55
GKB, Vereinskonto	247'093.05	245'793.90
RB Calanda, Mitgliederkonto	131'612.00	131'493.00
RB Mittelprättigau-Davos, Mitgliederkonto	97'844.88	97'743.90
Sektion/Zentralsekretariat	27'347.60	21'289.00
Debitoren	1'514.60	0.00
Verrechnungssteuer	124.80	121.30
Transitorische Aktiven	2'000.00	2'086.00
Anlagevermögen		
Finanzanlagen	400.00	400.00
Mobilien	1.00	1.00
Informatik	2.00	2.00
Total Aktiven	760'268.07	725'793.02

PASSIVEN		
Fremdkapital		
Kreditoren	18'850.90	
Transitorische Passiven	3'133.70	14'050.05
Fondskapital		
Fonds ALZ-Ferien	175'721.00	169'002.80
Fonds Veranstaltungen	20'000.00	20'000.00
Fonds Dokumentationen	20'000.00	20'000.00
Fonds Reiserücktritts-Vers.	8'000.00	7'424.00
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	138'000.00	124'000.00
Fonds 20 Jahre Jub. ALZ-GR	20'000.00	20'000.00
Kapital		
Vereinskapital	106'562.47	101'316.17
Total Passiven	CHF 760'268.07	725'793.02

Erfolgsrechnung 2018 mit Vorjahresvergleich

ERTRAG	2018 in CHF	2017 in CHF
Mitgliederbeiträge		
Einzelmitglieder	25'930.00	24'045.00
Kollektivmitglieder	9'700.00	10'700.00
Beiträge der öffentlichen Hand		
Leistungsbeitrag Kanton GR	295'000.00	295'000.00
Spenden		
Allg. Spenden	30'706.40	35'123.67
Todesfallspenden	10'964.15	7'681.65
Zweckgeb. Spenden	2'600.00	12'841.90
Cafés Zeitlos	9'420.00	7'228.00

Ertrag aus Dienstleistungen	2018 in CHF	2017 in CHF
Kurswesen	18'462.30	8'696.00
Veranstaltungen	4'388.80	8'251.85
ALZ-Ferien	23'754.80	25'942.00
Diverse Erträge	340.00	0.00
Neutrale Erträge		
Zinserträge	223.48	596.35
Entnahme von ALZ_Ferien Fonds	0.00	5'383.55
Mietzinsertrag	4'950.00	0.00
Total Ertrag	436'439.93	441'489.97
AUFWAND		
Verbandsbeiträge		
ALZ-CH	5'640.00	5'346.00
Personalaufwand		
Personalkosten	231'349.50	185'182.60
Sozialleistungen	35'900.25	28'906.65
Aus- und Weiterbildung	2'761.90	2'322.30
Sonstiger Personalaufwand	165.00	6'092.35
Sonstiger Vereinsaufwand		
Raummiete	17'700.00	17'085.00
Raumkosten	2'572.50	161.65
Unterhalt Mobiliar	764.75	3'167.20
Unterhalt Informatik	4'793.75	8'097.00
Sachversicherungen	2'129.50	2'134.20
Verwaltungsaufwand		
Büromaterial	4'814.10	4'238.55
Telefon, Fax	3'215.30	3'041.60
Porti, Post, Bank	1'474.80	1'739.95
Spesen	9'142.85	6'672.30
Mitgliederbeiträge	590.00	1'050.00
Fachliteratur	864.00	369.26
Aufwand für Dienstleistungen		
Angehörigen-Gruppen/Veranstaltungen	3'961.25	1'422.35
Entlastungsangebote	0.00	1'050.45
Kurswesen	8'451.80	3'825.60
ALZ-Ferien	40'466.95	41'567.45
Cafés Zeitlos	6'313.15	4'800.65
Info-, Werbe-, Spendenaufwand, Events		
Informationstätigkeit/Diverses	1'433.62	4'835.75
Jahresbericht	5'852.81	5'954.70
Veranstaltungen	16'909.85	13'490.55
Dokumentationen	0.00	373.65
Kongressteilnahme	97.00	0.00
Aufwand Gönner (Info-Versand)	8'679.00	11'441.00
Einlagen		
Fondseinlagen, Soforthilfe	1'150.00	301.00
Fondseinlage 20-Jahr-Jub. GR, 2019	0.00	20'000.00
Fondseinlage Schulung und Weiterbildung	0.00	6'000.00
Fondseinlage Leistungsauftrag Kt. Graubünden	14'000.00	44'000.00
Total Aufwand	431'193.63	434'669.76
Gewinn	5'246.30	6'820.21

Schweiz. Alzheimervereinigung Sektion Graubünden

Revisorenbericht zur Jahresrechnung 2018

Wir haben die Jahresrechnung 2018 am 5. Februar 2019 geprüft. Zahlreiche Stichproben überzeugten uns von der Vollständigkeit der Belege und zeigten eine saubere, transparente und korrekte Buchhaltung.

Dem Ertrag von Fr. 436'439.93 stehen Gesamtaufwendungen von Fr. 431'193.63 gegenüber. In diesem Aufwand sind Rückstellungen von Fr. 15'150.00 für Einlagen in die Fonds Soforthilfe und Leistungsauftrag Kanton GR enthalten. Das Vereinskaptal erhöht sich um Fr. 5'246.30, auf Fr. 106'562.47.

Wir empfehlen der Jahresversammlung, die vorliegende Rechnung 2018 zu genehmigen und die verantwortlichen Organe mit einem herzlichen Dankeschön für das grosse Engagement, zu entlasten.

7000 Chur, 5. Februar 2019

Die Rechnungsrevisoren:



Theo Müller



Edith Egeli

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



SPITAL OBERENGADIN
OSPIDEL ENGIADIN'OTÀ



Beratungsstelle Alter und Pflege Oberengadin

Wissen, wer pflegt, hilft und entlastet

Telefon 081 850 10 50

info@alterundpflege.ch · www.alterundpflege.ch

Unter dieser Nummer erreichen Sie auch die Alzheimer-Beratungsstelle Engiadin'Otà

Gemeinsam wachsen.

Führend in Graubünden für
Finanzierungen, Anlagen und Vorsorge.

Erfahren Sie mehr.
gkb.ch

 Graubündner
Kantonalbank

graubünden
Wegweiser Alter



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

 Gesundheitsamt Graubünden
Uffizi 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

