

Robert und Margrit Fricker gehen das Thema der Demenz offen an und lassen sich von Susanne Briellmann von Pro Senectute Aargau gerne beraten.

# Nicht alleine mit *Demenz*

Demenz ist eine Diagnose, die viele Lebensbereiche verändert. Betroffene und ihre Angehörigen sind gefordert und gelangen oft an ihre Grenzen. Fachleute raten, frühzeitig Unterstützung und Begleitung zu organisieren. Zum Beispiel bei der «zugehenden Demenzberatung» von Pro Senectute Aargau.

TEXT: ANNEGRET HONEGGER; FOTOS: MARKUS FORTE



**D**u schaust so gut zu mir», sagt Robert Fricker und blickt seine Frau liebevoll an. Margrit Fricker drückt seine Hand und lächelt zurück. Mit am Tisch in der modernen Parterre-Wohnung des Ehepaars in Staufen AG sitzt an diesem Nachmittag auch Susanne Briellmann von der «zugehenden Demenzberatung». Dieser Dienst von Pro Senectute Aargau bietet Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen unentgeltlich Beratung, Begleitung und Unterstützung an.

«Manchmal wusste Robert plötzlich nicht mehr, wo er war. Merkwürdige Episoden häuften sich», erinnert sich Margrit Fricker. Die Veränderungen fielen auch Familie und Freunden auf. Das Paar beschloss, offen mit der Diagnose Demenz umzugehen. Expertin Susanne Briellmann erlebt oft andere Reaktionen: «Viele schämen sich, brechen soziale Kontakte ab und tragen die Last alleine.»

In den Beratungsgesprächen zeigen die Fachfrauen der zugehenden Demenz-

beratung Entlastungsmöglichkeiten auf und versuchen gemeinsam mit Paaren und Familien, den Alltag zu vereinfachen. Mal steht die Information über das Krankheitsbild Demenz im Vordergrund, mal praktische Fragen wie die Suche nach einer Tagesstätte oder einem Ferienbett. Dann wieder geht es um die schwierigen Gefühle und Entscheidungen, mit denen das Leben mit Demenz einen konfrontiert. Ein Dauerthema ist auch die Sorge um die Finanzen.

Beim Anziehen, beim Essen, beim Duschen, bei Therapien und Terminen

– fast beiläufig erwähnt Margrit Fricker, wie sehr ihr Mann auf sie angewiesen ist. Tag und Nacht, rund um die Uhr. Aber vergangenen Zeiten nachtrauern will die 76-Jährige nicht: «Wir schauen vorwärts und nehmen es Schritt für Schritt, Tag für Tag.»

Dass Robert und Margrit Fricker in Familie und Nachbarschaft gut vernetzt sind und Hilfe annehmen, sei sehr wertvoll, sagt Susanne Briellmann. Robert Fricker gefällt es in der Tagesstätte, die er zweimal in der Woche besucht. Margrit Fricker tauscht sich monatlich

in einer Angehörigengruppe aus. So tanken beide Energie für ihren Alltag.

Eine Demenz stelle vieles in Frage, was vorher selbstverständlich war, erklärt Susanne Briellmann. Mit dem Wesen der Betroffenen verändern sich auch die Rollen in Partnerschaft und Familie. Die Fachfrau rät, sich möglichst bald nach der Diagnose über Unterstützungsangebote zu informieren. Wer zu lange warte, habe oft kaum mehr die Kraft dazu. Mit einer guten Begleitung hingegen, betont sie, erleben die Betroffenen trotz allem auch wieder Sinn und Lebensfreude.

55 Jahre sind Margrit und Robert Fricker verheiratet. Gute Zeiten seien das gewesen – und so gut wie möglich soll es auch weitergehen. Das Paar geht täglich spazieren, macht Ausflüge und gemeinsam den Haushalt, lädt Freunde ein. Bei ihm müsse immer etwas laufen, bestätigt Robert Fricker. Dann nimmt er wieder die Hand seiner Frau, lächelt sie an und sagt: «Du schaust so gut zu mir.» \*

## «Zugehende Demenzberatung» von Pro Senectute Aargau

Im Kanton Aargau bieten die Fachfrauen der zugehenden Demenzberatung Susanne Briellmann und Regina Meier-Krebs an Demenz erkrankten Personen und ihren Angehörigen unentgeltlich längerfristige und regelmässige, auf die Situation abgestimmte Unterstützung und Begleitung an. Sie informieren auch über Angebote von Alzheimer Aargau wie z. B. Angehörigengruppen, Gesprächsgruppen oder das alz-Café. Mit Alzheimer Aargau besteht eine enge Zusammenarbeit. Auskünfte: Pro Senectute Aargau, Telefon 062 837 50 70, ag.prosenectute.ch (Stichwort Beratung).

Angebote in Ihrer Nähe finden Sie bei Pro Senectute in Ihrer Region.