

# Inklusion von Menschen mit Demenzerkrankung

## Der „Dunnschtigsclub“ – best practice anhand eines Praxisprojektes

Petra Fischer & Ursina Zehnder

Spitex Zürich, Betrieb Limmat, arbeitet seit 2016 in mehreren Projekten mit der reformierten Kirche der Stadt Zürich, Kirchenkreis sechs, zusammen – mit dem Fokus, gesunden und erkrankten Menschen ein gemeinsames Erleben und soziale Teilhabe zu ermöglichen. Fachfrauen und -männer Gesundheit EFZ in Ausbildung unterstützen diese Angebote und erweitern ihre Kompetenzen.

**M**enschen mit einer Demenzerkrankung leiden an unterschiedlichen Symptomen wie Vergesslichkeit, Sprachstörungen, Orientierungsschwierigkeiten, fehlender Krankheitseinsicht und Veränderungen im Verhalten. Häufig verbunden mit Ängsten, Scham und Trauer. Die Demenzerkrankung trifft hauptsächlich den älteren und insbesondere den hochbetagten Menschen. Seltene Demenzformen treten im erwerbsfähigen Alter auf und stellen besondere Anforderungen an die erkrankte Person und an das Umfeld (Alzheimer Schweiz und Verein Podium Demenz, 2023).

Die Teilnahme von Menschen mit Demenz an psychosozialen Interventionen hat einen positiven Einfluss auf das Wohlbefinden, das Selbstvertrauen und die allgemeine Gesundheit, und sie ermöglicht auch die Umsetzung des Menschenrechts auf soziale Teilhabe (Oppikofer, 2020).

Folgende Schwerpunkte sollen gemäss der Schweizerischen Akademie der Sozial- und Geisteswissenschaften (2022) bei der Umsetzung einer altersfreundlichen Gesundheitsversorgung berücksichtigt werden:

- Stärkung der sozialen Teilhabe
- Personenzentrierung
- Wunsch nach Autonomie respektieren
- Partizipation
- Schaffung von intermediären und integrierten Angeboten
- Ressourcenorientierung
- Einbezug der älteren Menschen und ihren Angehörigen.

### Drehscheibe Demenz

Im Kanton und in der Stadt Zürich bestehen diverse Angebote, die von der öffentlichen Hand, von gemeinnützigen Organisationen und den Kirchen organisiert sind und sich speziell an Betroffene und ihre Angehörigen wenden, um die soziale Teilhabe von Menschen mit einer Demenzerkrankung zu verbessern. Mit der Altersstrategie 2035 der Stadt Zürich wird die ambulante Pflege und Betreuung weiter gestärkt. Zentrale Handlungsfelder sind die Einbettung von älteren Menschen in die Quartiere, das freiwillige Engagement von älteren gesunden Personen für vulnerable betagte Menschen und die Zusammenarbeit der Akteure.

Drehscheibe Demenz wurde 2022 durch die reformierte Kirche, Kirchenkreis sechs, als übergeordnete Struktur entwickelt und vereint verschiedene Angebote für Betroffene und Angehörige unter einem Dach. Wie zum Beispiel das Sing- und Tanzcafé, der Angehörigentreff, Bewegung im Sitzen, Informationsveranstaltungen und der wöchentlich stattfindende „Dunnschtigsclub“. Im Kreis 6, einem Quartier der Stadt Zürich, leben mehr als 35 000 Menschen.

Die Leitsätze der Drehscheibe Demenz spiegeln die Konzepte einer altersfreundlichen Gesundheitsversorgung. Der Kirchenkreis sechs setzt sich ein für eine solidarische handelnde Gesellschaft, welche Betroffene und Angehörige



rige nicht stigmatisiert und ausschliesst. Die Gestaltung der Angebote stellt die Bedürfnisse der einzelnen Menschen in den Mittelpunkt, auch wenn die Fähigkeit, selbst über sein Leben zu bestimmen, mit der fortschreitenden Erkrankung abnimmt. Es gilt, die Individualität zu schützen, und die Konzepte sollen nie wichtiger sein als der Mensch. Es sind alle Menschen willkommen, unabhängig von ihrer konfessionellen Zugehörigkeit. Der Weg zu einer demenzsensiblen Kirche wird als Prozess beschrieben, in den die Mitarbeitenden, die freiwilligen und die aktiven Gemeindemitglieder miteinbezogen werden. Die Drehscheibe Demenz vernetzt sich proaktiv mit anderen sozialen und professionellen Netzwerken.

Die Spitex Zürich erbringt im Leistungsauftrag der Stadt Zürich Pflege-, Hauswirtschafts- und Betreuungsleistungen für die gesamte Bevölkerung. Die 1500 Mitarbeitenden versorgen jährlich 10 000 Kundinnen und Kunden. Spezialisierte Teams unterstützen Menschen mit einer Demenzerkrankung und ihre Angehörigen zu Hause. Die Teams legen grossen Wert auf den Einbezug des Umfelds (Think Family) und leisten im Rahmen des Pflegeprozesses Netzwerk-Arbeit. Spitex Zürich, Betrieb Limmat, bildet zurzeit 38 FaGe-Lernende aus. Spitex Zürich verfolgt seit mehreren Jahren zusammen mit dem Kirchenkreis sechs die folgenden Schwerpunkte: Inklusion von betroffenen Menschen, Entlastung und Beratung von Angehörigen, Schaffung sinnstiftender Alltagsaktivitäten zu Hause und im Quartier, Nutzung von Synergien.

## „Dunnschichtsclub“

Dieses Angebot richtet sich an Menschen mit Gedächtnisschwierigkeiten und leichter Demenz und findet jeden Donnerstag statt. Die Grundlagen wurden im Rahmen einer Literaturrecherche erarbeitet (Zanni, 2018). Es zeigte sich, dass insbesondere Gesprächsgruppen für Menschen mit leichter Demenz als hilfreich bezeichnet werden zur Bewältigung der Erkrankung und positiven Beeinflussung der Lebensqualität. In der Stadt Zürich existierte zum Zeitpunkt der Projektplanung noch kein entsprechendes Angebot. Eine Projektgruppe, bestehend aus Fachpersonen vom Kirchenkreis sechs und Spitex Zürich, entwickelte ein Angebot für eine Gesprächs- und Aktivitätengruppe. Die Projektleitung liegt heute bei der reformierten Kirche. Spitex Zürich ist im Beirat der Drehscheibe Demenz vertreten und nimmt im Rahmen eines breit abgestützten Monitorings weiter Einfluss. Der „Dunnschichtsclub“ ist im Sommer 2021 mit zunächst vier Teilnehmenden gestartet.

Die FaGe-Lernenden sind wichtige Personen im „Dunnschichtsclub“. Ihre Lernziele, die sie sich im öffentlichen Raum erwerben, beziehen sich auf die Kompetenzerweiterung in „Ernährung“, „Alltagsgestaltung“ und „Kommunikation“. Für die Koordination zwischen der Kirchgemeinde und Spitex Zürich ist eine Mitarbeitende der Berufsbildung verantwortlich, in Absprache mit weiteren Berufsbildner\_innen des gesamten Betriebs. Die Lernenden sind zwischen vier und fünf Mal an aufeinander-

## „Mit uns statt über uns!“

Ab 11.30 Uhr begrüßen die beiden Leitungspersonen die ankommenden Teilnehmenden sowie die freiwilligen Mitarbeitenden. Vereinzelt bleiben Angehörige während des ganzen „Dunnschichtsclubs“ bei der Gruppe, weil sie aus der Isolation ausbrechen und am Sozialleben teilnehmen möchten. Das gemeinsame Mittagessen im Foyer des Kirchgemeindehauses wird serviert. Gelegentlich gesellen sich Mitarbeitende der Kirchgemeinde dazu. Anschliessend an das Essen folgt ein kurzes Innehalten, wo es um das aktuelle Wohlbefinden und eine kleine Auszeit geht. Um 13.30 Uhr stossen zwei FaGe-Lernende zur Gruppe, um die Aktivitäten am Nachmittag zu unterstützen. Je nach Vorlieben gibt es Gemeinschaftsspiele wie Lotto, Jassen, Billard spielen, Malen, längere Spaziergänge, Ausflüge, Einzel-Betreuung beim Musizieren oder Museumsbesuche. Bei Ausflügen wird der öffentliche Verkehr benutzt. Das Angebot wird individuell auf die Teilnehmenden abgestimmt. Motto: Mit uns statt über uns! Ab 16.30 Uhr werden die „Dunnschichtsclub“-Teilnehmenden verabschiedet.

folgenden Donnerstagen im Einsatz, um Beziehung und Vertrauen aufzubauen und ein erweitertes Verständnis für die erkrankten Menschen zu erhalten. Die FaGe-Lernenden profitieren von diesen Nachmittagen ebenso wie die Teilnehmenden, die den Austausch mit jungen Menschen sehr schätzen. Ein speziell entwickeltes Evaluationsformular für die Lernenden ist vorhanden.

Wie bei vergleichbaren Angeboten wird bei Interesse für eine Teilnahme vorgängig ein Abklärungsgespräch geführt und ein Schnuppertag angeboten. Ausgeschlossen von der Teilnahme sind Menschen mit einer fortgeschrittenen dementiellen Erkrankung. Sie profitieren von anderen Angeboten, wie beispielsweise dem Aufenthalt in einem spezialisierten Tageszentrum.

## Diskussion

Die „Drehscheibe Demenz“ setzt mit seinen Angeboten, wie dem „Dunnschichtsclub“, zeitgemässe und dringliche internationale und nationale Forderungen um. Die United Nations (UN) Behindertenrechtskonvention (BRK) erfasst erstmalig Menschen mit psychischen Erkrankungen bzw. seelischen Beeinträchtigung gemeinsam mit Personen mit Behinderungen aus anderen Gründen. Menschen mit einer dementiellen Erkrankung erhalten demnach die gleichen Rechte wie Personen mit etwa einer körperlichen Behinderung. Eine zentrale Forderung der BRK ist die volle und wirksame Teilhabe von Menschen mit Behinderungen an der Gesellschaft sowie die Einbeziehung in die Gesellschaft.

## Fazit

Der „Dunnschichtclub“ hat sich von einer Aktivitätengruppe hin zu einem Team entwickelt, wo gemeinsame Erlebnisse, Gespräche und Lachen im Vordergrund stehen und soziale Teilhabe ermöglicht wird. Aspekte wie die Selbstwirksamkeit und Personenzentrierung könnten noch verstärkt berücksichtigt werden. Denkbar ist etwa die gemeinsame Zubereitung des Mittagessens, mit vermehrtem Fokus auf gemeinschaftliche Tätigkeiten. Auch eine Erweiterung des Angebots auf andere Gruppen ist wünschenswert, zum Beispiel Menschen mit einer Depression.

In unserer westlichen Gesellschaft, die ein starkes Arbeitsethos propagiert, schafft Arbeit oder eben Beschäftigung Anerkennung, Zufriedenheit und Einbindung in ein soziales Netzwerk (Richter, 2018). Menschen mit psychischen Problemen, wie zum Beispiel einer Demenz oder einer Depression, unterscheiden sich in diesem Wunsch eben nicht von Menschen, die davon nicht betroffen sind. Auch für diese Menschen ist eine sinnhafte Tätigkeit ein wichtiger Aspekt dessen, was in der gegenwärtigen wissenschaftlichen Diskussion als „soziale Inklusion“ bezeichnet wird und vormals als „soziale Integration“ benannt worden ist (Richter, 2018). Heute sprechen wir nicht mehr von Integration und Desintegration, sondern von Inklusion und Exklusion, und darüber hinaus von den Synonymen Partizipation und Teilhabe (Richter, 2018). Die Hintergründe für diesen terminologischen Wandel liegen unter anderem in der UN BRK und der Sozialpolitik der Europäischen Union, die sich gegen die Marginalisierung von Personengruppen wendet.

Unterstützend zur Erreichung dieser Ziele der UN BRK hat die Weltgesundheitsorganisation (WHO) Leitlinien erarbeitet, um den Ausbau gemeindenaher psychosozialer Versorgungsangebote zu fördern (WHO, 2021). Der Bericht enthält unter anderem auch Beispiele aus der Praxis für bewährte Angebote in der psychosozialen Versorgung weltweit. Diese Beispiele zeigen auf, wie betroffene Menschen in die Gemeinschaft einbezogen werden und ein sinnvolles und erfülltes Leben führen können. Sie geben auch Hinweise darauf, wie eine rechthebasierte und personenzentrierte Versorgung gestaltet werden kann.

Der Drehscheibe Demenz, Projekt der demenzsensiblen Kirchgemeinde, kommt in diesem Zusammenhang eine wichtige Bedeutung zu. Alle Menschen haben das gleiche Recht auf eine unabhängige Lebensführung und eine volle Einbeziehung in die Gemeinschaft. Die lokale Vernetzung und Zusammenarbeit verschiedenster Akteure in der Versorgungslandschaft von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen sowie die partizipative Gestaltung neuer Angebote im Bereich der psychosozialen Ge-

sundheit ist elementar wichtig, um die Forderungen der UN BRK in der Praxis umzusetzen. Die Drehscheibe Demenz kann unter diesen Aspekten als good practice service anerkannt werden und soll im vorliegenden Kontext auch als Vorzeigemodell für weitere Versorgungsbereiche beachtet werden.

## Literatur

- Alzheimer Schweiz. (2023). *Wie zeigt sich Demenz?* Alzheimer Schweiz. <https://www.alzheimer-schweiz.ch/de/ueber-demenz/beitrag/wie-zeigt-sich-demenz>
- <https://www.reformiert-zuerich.ch/-/kirchenkreis-6/drehscheibe-demenz-3099/>
- Oppikofer, S. (2020). *Überblick über grundsätzlich bekannte Aspekte der Lebensqualität bei Menschen mit Demenz bzw. von lebensqualitätserhaltenden Interventionen*. BAG. [https://www.bag.admin.ch/dam/bag/de/dokumente/nat-gesundheitsstrategien/nationale-demenzstrategie/bericht-2020-oppikofer-uebersicht-psycho-soziale-interventionen-demenz.pdf.download.pdf/2020\\_Oppikofer\\_U%CC%88bersicht%20psycho-soziale%20Interventionen\\_LQ%20bei%20Demenz.pdf](https://www.bag.admin.ch/dam/bag/de/dokumente/nat-gesundheitsstrategien/nationale-demenzstrategie/bericht-2020-oppikofer-uebersicht-psycho-soziale-interventionen-demenz.pdf.download.pdf/2020_Oppikofer_U%CC%88bersicht%20psycho-soziale%20Interventionen_LQ%20bei%20Demenz.pdf)
- Richter, D. (2018). Inklusion, Exklusion und Integration: Schlüsselkonzepte für die psychiatrische (Arbeits-)Rehabilitation. In W. Kawohl & W. Rössler (Hrsg.), *Arbeit und Psyche* (S. 102–111). Kohlhammer.
- Schweizerische Akademie der Geistes- und Sozialwissenschaften (SAGS). (2022). *Sechs Schlüsselerkenntnisse hin zu einer altersfreundlichen Gesundheitsversorgung*. SAGS. <https://www.sagw.ch/sagw/aktuell/hin-zu-einer-altersfreundlichen-gesundheitsversorgung-2022-follow-up>
- Verein Podium Demenz (2023). *Junge Menschen mit Demenz*. Demenzwiki.ch. <https://www.demenzwiki.ch/medizin/junge-menschen-mit-demenz/>
- World Health Organization (WHO). (2021). *Guidance on community mental health services: promoting person-centred and rights-based approaches*. WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240025707>
- Zanni, E. (2018). *Psychosoziale Beratungsmethode bei Menschen mit leichter Demenz im häuslichen Umfeld* (unveröffentlichte Masterarbeit). Careum Hochschule Gesundheit.



**Petra Fischer**, MAS in Gerontologischer Pflege, Fachentwicklung Demenz Spitex Zürich

[petra.fischer@spitex-zuerich.ch](mailto:petra.fischer@spitex-zuerich.ch)



**Ursina Zehnder**, MScN, Pflegeexpertin APN, Spitex Zürich

[ursina.zehnder@spitex-zuerich.ch](mailto:ursina.zehnder@spitex-zuerich.ch)