



GRAUN

MALS

GLURNS/TAUFERS I. M.

SCHLUDERNS

PRAD

STILFS

LAAS

KORTSCH

SCHLANDERS

GOLDRAIN/MORTER

MARTELL

LATSCH

TARSCH

KASTELBELL/TISCHARS

• Bildungsausschuss Mals



Oma hat kein Heute mehr

Sie erinnert sich an ihre Hochzeit, die Kinder und die Reisen. Doch die Gegenwart ist weg. Meine Großmutter leidet an Demenz.

Text: Ida Geyr, Sophie Trafoler | erschienen in der FF Wochenmagazin am 20.05.2020

Wir finden ein gefrorenes Durcheinander vor, als wir die Kühltruhe öffnen. Das Brot ist durchnässt, die restlichen Lebensmittel kaum vom Boden der Truhe zu lösen. Auf die Frage, warum sie einen Eimer Wasser in die Kühltruhe gekippt hat, antwortet meine Großmutter: „Dort muss doch Eis sein. Ich habe Eis gemacht.“

Regina, von allen in der Familie Mutti genannt, ist meine Großmutter*, 83 Jahre alt. Sie trägt noch ihren Morgenmantel, als sie mir an einem Samstagnachmittag die Tür öffnet. Sie wirkt müde, ein wenig kränklich, doch ihr Gesicht leuchtet auf, als sie mich sieht.

Besuch hatte sie schon immer gem – auch wenn sie sich nur mehr schwer an die Namen erinnern kann. Regina ist eine von 12.000 Südtirolern, die von Demenz betroffen sind. Regina sagt, dass sie manchmal bloß etwas wir im Kopf ist.

Sie strahlt mich an, als ich sie um einen Kaffee bitte. Sie dreht sich zum Schrank um, nur um mir im nächsten Moment eine Packung Taschentücher in die Hand zu drücken. Der Kaffee ist vergessen.

Meine Großmutter bekam ihre Diagnose vor drei Jahren, das Vergessen begann schon früher. Der Familie erschien ihr Verhalten damals bloß etwas wunderbarlich, ihre Aktionen seltsam. Sie brachte erst Termine, dann ihre Kinder durcheinander. Sie verlegte ihren Schmuck. Videokassetten fanden wir im Ofen wieder. Wir schoben das auf das Alter. Nur, dass es dann doch etwas mehr war. Ihr Zustand bekam einen Namen. Aber in der Familie hatte sich Ungewissheit ausgebreitet.

Es folgte bewusstes Beobachten, dann, mit der Diagnose Demenz, Verstehen. Demenz bezeichnet keine bestimmte Krankheit, sondern das gemeinsame Auftreten von Symptomen.

Sie umfasst über 50 Krankheitsformen, darunter Alzheimer oder vaskuläre Demenz. Symptome können Probleme beim Zuhören, Sprechen und bei der Orientierung sein. Dazu kommt der Verlust des Kurzzeitgedächtnisses.

Wir entwickelten eine gewisse Akzeptanz gegenüber Mutti und ihren Seltsamkeiten. Das forderte Geduld. Geduld, wenn sie jeden

Tag aufs Neue einkaufen gehen will, obwohl der Kühlschrank gefüllt ist. Geduld, wenn sie jeden Tag darauf drängt, in die Stadt zu gehen. Jeden Tag in die Bank zu rennen. Jeden Tag die kleine Wohnung zu verlassen, obwohl draußen nichts auf sie wartet.

Großmutter hat keine Verpflichtungen mehr. Ihre Kinder kümmern sich um ihre Rechnungen und ihr Vermögen. Ihr Tag besteht aus kurzen Besuchen in der Stadt, einem gelegentlichen Kaffee, ihren Büchern. Kleinigkeiten, und doch legt sie noch immer Wert auf ein gepflegtes Äußeres. Der nächste Friseurtermin steht bereits fest, ohne ihre Perlenkette verlässt sie nicht das Haus.

Als wir uns im Wohnzimmer setzen, fragt mich meine Großmutter, ob ich Hunger habe. Ich verneine, ihre Pflegerin Jana bringt uns eine Tasse Tee. Dann wird sie von Regina wieder aus dem Raum geschickt. Sie will sie nicht dauernd sehen müssen.

Meine Familie hatte, als meine Großmutter die ersten Zeichen einer Demenz zeigte, eine freundliche Südtiroler Pflegerin gefunden, die halbtags kam und stets höflich und nett war. Doch Regina akzeptierte sie nicht. Nach einem halben Jahr brauchte es eine Vollzeitbetreuung. Über eine Agentur fand meine Familie eine Pflegerin; nur stellte sich diese als gänzlich ungeeignet heraus. Sie leistete Großmutter bloß Gesellschaft, der Haushalt war ihr egal.

Mittlerweile haben wir Jana gefunden. Jana wechselt sich ab mit Erika, beide kommen aus der Slowakei. Alle drei Wochen kehren sie zu ihrer Familie zurück. Bei Jana und Erika bleibt die Wohnung sauber, der Kühlschrank ist gefüllt, für Regina wird frisch gekocht. Regina aber nimmt sich kein Blatt vor den Mund, um über ihre Betreuung zu schimpfen. Sie will keine Fremden in der Wohnung. Sie braucht keine Hilfe.

Meine Großmutter erzählt mir von ihrem Tag, während wir unseren Tee trinken. Zuerst hat sie Freunde in Brixen getroffen, sie sind zusammen Mittagessen gegangen. Am Nachmittag ist sie mit ihrem kleinen Malteser Lucy, der jetzt neben ihr auf dem Sofa schläft, spazieren gewesen.

Sie erzählt am liebsten von ihrer Kindheit in Kaltern, ihren vier Schwestern, ihrem jung verstorbenen Bruder. Von ihrer Ausbildung in

Mailand, wo sie Italienisch lernte. Von ihrer Vergangenheit, die ist ihr im Gegensatz zu dem, was täglich hinzukommt, noch nicht entfallen. Regina weiß noch, wie mühsam es damals war, jeden Tag mit dem Zug von Kaltern nach Bozen zur Schule zu fahren. Ich erzähle ihr, dass ich meinen Schulweg genauso anstrengend finde. Großmutter fragt, wo ich zur Schule gehe. In Meran, und das seit vier Jahren. Sie reagiert überrascht. „Vier Jahre? Das, nun das, wusste ich nicht.“

Sie kommt auf den heutigen Tag zurück. Zuerst hat sie ihre Enkel von der Grundschule abgeholt, dann ist sie mit dem Auto nach Bozen gefahren. Einfach mal ein gemütlicher Tag allein.

Doch die Enkel studieren längst im Ausland, und Regina hat weder Auto noch Führerschein. Unsere Tassen sind mittlerweile leer.

Ein Lächeln breitet sich auf Großmutter vom Alter geprägten Gesicht aus, als sie anfängt, von ihrem Mann zu sprechen. 1961, auf einer der zahlreichen Feiern, die ihr Freund Hans immer gab. Da lernte sie Conny kennen. Er war damals in der Bäckerei eines Freundes angestellt, in Kaltern. Ihre erste große Liebe und ihre einzige. Es folgte die Hochzeit und der Umzug nach Sterzing, dann die Eröffnung ihres Hotels. Nach einigen Schwierigkeiten schließlich drei langersehnte Kinder, darunter mein Vater. Regina nennt mir eine Jahreszahl nach der anderen, lässt kein Detail über diese Zeit aus.

Sie holt ein schweres Fotoalbum aus einer Schublade. Die Seiten sind gefüllt mit ihren Reisen nach Palm Springs, Kalifornien. Das Ehepaar mit Freunden beim Essen, Regina allein auf einem Schiff. Großmutter lächelt. „Da war ich glücklich.“ Dann verstummt sie. Ihr Lächeln verschwindet.

Conny ist vor zehn Jahren verstorben. Nur mehr zwei ihrer fünf Geschwister sind am Leben, weit von ihr entfernt in Kaltern. Den Kontakt zu vielen Freunden hat sie verloren, andere sind bereits tot. Regina zuckt mit den Schultern, ihr Blick schweift aus dem Fenster ins Nichts. „Alt werden ist keine Freude.“

Jana kommt aus dem Gästezimmer, als Großmutter kurz ins Bad geht. Sie erzählt, dass Regina diese Nacht nur dreimal aufgestanden ist. Großmutter kommt zurück und ist wütend. Sie will nicht, dass man hinter ihrem Rücken über sie redet. Besonders nicht

GABRIEL GRÜNER
SCHÜLERPREIS

Jana. Meine Familie hatte anfangs gehofft, Großmutter würde sich an die Hilfe im Haus gewöhnen, sie irgendwann akzeptieren. Das ist noch immer nicht der Fall. Ihr Neurologe gab ihr ein Buch, in das sie schreiben soll. Ein einzelner Satz am Tag genügt, um die Finger zu bewegen und das Denken zu fördern. Zuerst öffnete sie es immer wieder, doch mittlerweile hat Regina es in eine Schublade verbannt. Aus Angst, kontrolliert zu werden.

Meine Familie hat Glück, dass wir Jana gefunden haben und uns diese Unterstützung leisten können. So kann Großmutter zu Hause bleiben. Für andere Senioren in Reginas Zustand muss oft ein Platz in einem Heim gefunden werden; eine Option, die für Regina nicht infrage kommt. Einen Umzug ins Seniorenwohnheim würde sie nicht tolerieren.

Eines davon ist das Annenbergheim in Latsch im Vinschgau, eines von 78 Seniorenheimen in Südtirol mit 4.200 Betten. Die Stimmung dort scheint entspannt. Es ist Nikolaustag, es wird gelacht und gefeiert. Ein Nikolaus verteilt kleine Schokoladen, mit einem Tannenzweig geschmückt.

Traditionen sind wichtig für Demenzkranke, um Emotionen zu wecken und eine zeitliche und räumliche Orientierung zu finden, erklärt Iris Cagalli, Direktorin des Seniorenwohnheims. „Selbstbestimmt leben im Alter“ - unter diesem Motto wird dort versucht, den Bewohnern ein gemeinsames und doch selbstständiges Wohnen zu ermöglichen. Man will den Alltag der Senioren erleichtern, ohne sie einzuschränken. Deshalb wird niemand isoliert, individuelle Bedürfnisse und die Freiheit des Einzelnen werden respektiert. Die Bewohner können töpfeln, singen oder eine Klangschalentherapie machen. Menschen mit Demenz sind häufig unruhig und verspüren einen enormen Laufdrang: Solche Aktivitäten helfen zu entspannen. Cagalli zählt Anzeichen auf, die auf Demenz hinwei-

sen. Unterschiedliche Socken an den Füßen. Im Ofen vergessenes Essen. Ein Hut im Külschrank. Aggressives Verhalten, besonders als Reaktion auf Schuldzuweisung.

Erkennen Angehörige solche Anzeichen, ist es wichtig, rechtzeitig Unterstützung zu holen. Sonst ist man schnell überfordert, und der Betroffene merkt das. Demente Personen sind besonders sensibel, spüren vieles, was man ihnen oft nicht zutrauen würde. Sie merken, wenn sie angelogen werden. Deshalb ist vor allem ein ehrlicher, einfühlsamer Umgang mit ihnen wichtig.

Es kann für Angehörige schwierig sein, richtig mit der Diagnose Demenz umzugehen. Die richtigen Fragen zu stellen, um den Betroffenen nicht zu überfordern. Geduldig zu sein, wenn dieselben Worte immer wieder wiederholt werden. Eben deshalb ist eine frühe Erkennung wichtig. Sowohl die Angehörigen als auch die Betroffenen stehen mit der Diagnose einer Herausforderung gegenüber, die sie allein nicht bewältigen können.

Für demente Menschen ist es wichtig, Stress zu vermeiden. Dabei hilft schon, verschiedene Begriffe zu wiederholen. Bewusst alle Sinne des Menschen anzusprechen. Dinge erleben, um bekannte Bilder und damit verbundene Gefühle hervorzurufen. Meine Großmutter Regina löst Kreuzworträtsel, wenn man ihr die gesuchten Begriffe vorliest.

Direkte Fragen wie „Was hast du heute gemacht?“ sollte man vermeiden. Der Betroffene ist frustriert, wenn er sich nicht daran erinnert. Besser im Hier und Jetzt bleiben. Besser ein Gefühl von Sicherheit im Gespräch schaffen. Es sind oft die einfachen Dinge, die helfen.

Eine Pflegerin im Annenbergheim meint: „Ein bisschen mehr Aufmerksamkeit, ein bisschen mehr Liebe und ein bisschen mehr Empathie, dann funktioniert der Umgang gut.“

Als ich Großmutter am Sonntag besuche, grüßt sie mich mit ihrem Hund auf dem Arm. Sie trägt noch ihren Mantel, die Stiefel ebenfalls. Sie war gerade mit Jana in der Stadt. Heute geht es ihr besser. Sie strahlt. Besuch hatte sie schon immer gern.

Heute sitzt Jana mit uns im Wohnzimmer. Sie erzählt von ihrer Familie, ihren Kindern. Mutti hört zu und stellt Fragen. Sie wirkt interessiert. Ihr Misstrauen gegenüber der Pflegerin scheint weit entfernt.

In klaren Momenten gesteht Regina sich ihre Vergesslichkeit ein. Nicht ihre Krankheit, nein, in ihren Augen ist sie gesund alt. Bloße Ausrutscher, ein entfallener Name, ein Nachmittag, an den sie sich nicht erinnern kann.

In klaren Momenten weiß Regina, dass ich seit vier Jahren in Meran zur Schule gehe. Sie kann ihre drei Kinder unterscheiden. Und erinnert sich an das heutige Mittagessen.

In klaren Momenten ist Regina Herrin ihrer Erinnerungen. Und das ist so viel wertvoller als jedes Schmuckstück, das sie verlegt hat.

Der Gabriel-Grüner-Schülerpreis wurde in diesem Jahr das sechste Mal vergeben. Der Preis (ein Projekt von ff, Agentur Zeitenspiegel, deutscher Bildungsdirektion, Bildungsausschuss Mals) richtet sich an Schülerinnen und Schüler der Oberschule (4. Klasse) aus ganz Südtirol. In vier Workshops lernen sie, wie man eine Reportage in Wort und Bild verfasst. Der Preis ist benannt nach dem Südtiroler Stern-Reporter Gabriel Grüner, der 1999 kurz vor Ende des Jugoslawien-Krieges im Kosovo von einem russischen Söldner ermordet wurde. Die Siegerinnen dieser Ausgabe des Schülerpreises waren Ida Geyr und Sophie Trafoier. Sie schreiben über die Großmutter von Ida Geyr, die an Demenz leidet. Die Schülerinnen besuchen die 4. Klasse des Kunstgymnasiums in Meran.



HALLO, ICH BIN'S

Dein
Bildungs-
ausschuss



Gewinnspiel

Mitspielen und gewinnen!

Mit einem Gewinnspiel laden wir Sie ein, ihr Wissen zu den Bildungsausschüssen zu testen oder zu vertiefen. Wenn Sie aufmerksam die letzte Jubiläumsausgabe des Vinschger Bildungszuges in dieser Zeitung gelesen haben, wird Ihnen die Beantwortung folgender Frage sicher nicht schwerfallen.

In wie vielen Dörfern des Vinschgaus gibt es einen Bildungsausschuss?

Senden Sie Ihre Antwort innerhalb Dienstag, 02.06.2020 an die Mail-Adresse: bezirksservice.vinschgau@gwr.it oder via WhatsApp an die 348 7651492

Verlost wird das Buch zum Dokumentarfilm „Das versunkene Dorf“ von Georg Lemberg und Brigitte Maria Pircher

