

Das Wichtigste in Kürze: Wie unterstützen Angehörige das Leben mit Demenz?

- Erhalte so lange wie möglich...
 - häusliche Geborgenheit und Gefühl von Vertrautheit
 - verbliebene Fähigkeiten und Routinen
- Biete Kompensation und Begleitung
 - fördere die Weiterführung vertrauter Alltagsaktivitäten
 - erhalte das Altgedächtnis (vertraute Fotos, alte Geschichten...)
 - unterstütze die Gewöhnung an externe Gedächtnishilfen
 - Training nur spezifisch (z.B. Körperpflege: *Gleiche Abfolge* und *backward chaining*: die zuletzt bewältigte Teilhandlung (Abtrocknen) verstärkt das Kompetenzerleben und vorhergehende Teilhandlungen)
 - begleite: Von der Hilfe beim Planen bis zur Anleitung ...
 - passe das Wohnumfeld an (Herd abklemmen; Sturzfallen beseitigen...)
- Akzeptiere die eigenen Grenzen
 - suche dir Ausgleich und Nachbarschaftshilfe
 - nutze Beratung und externe Dienste