



# Demenzerkrankungen

## Wer hilft Wo?

Angebote zu Begleitung,  
Freizeitgestaltung, Abklärung, Pflege,  
Entlastung von Angehörigen

Die in dieser Broschüre aufgeführten Dienstleistungen wurden im Rahmen der Uetiker Demenztage am „Forum der Angebote zur Begleitung, Freizeitgestaltung, Pflege und Entlastung“ vom 8. April 2016 vorgestellt.

Bei allen Angeboten für Menschen mit Demenz und ihre Familien stehen deren Wohlbefinden und Lebensqualität im Mittelpunkt.

Wir wünschen uns, dass sich möglichst viele Menschen von den zahlreichen Vorschlägen angesprochen fühlen und die eine oder andere Dienstleistung in Anspruch nehmen. Schön wäre zudem, wenn die Broschüre auch zur Entwicklung eigener Ideen anregen würde.

Zusammenstellung      Brigitte Gloor  
   Ursula Kuttner  
   Miriam Sticher

Illustration                      Peter Rüfenacht

Die Unkosten der Broschüre konnten im Rahmen des Budgets der Uetiker Demenztage gedeckt werden.

Die digitale Version kann als pdf-Datei bezogen werden. Sie wird nach Bedarf aktualisiert.  
Meldungen an [briggitt.gloor@bluewin.ch](mailto:briggitt.gloor@bluewin.ch)

Uetikon am See, im Juli 2016.  
Erstmals aktualisiert im März 2017.

Seite 4 – 8 **B**ewegungsangebote

Seite 9 – 14 **F**reizeitangebote in einem geschützten Rahmen

Seite 15 - 18 **B**etreuung und Pflege ambulant

Seite 19 – 21 **B**eratungsangebote für Betroffene und Angehörige

Seite 22 **A**bklärung und Behandlung

Seiten 23 – 24 **B**ücher, Filme und Ausstellung zum Thema



## Bewegungsangebote

Bewegung und Musik sind in jedem Alter eine Quelle für Gesundheit und Lebensfreude. Vor allem in der 3. und 4. Lebensphase hilft regelmässiges „Training“, die Beweglichkeit zu erhalten, das Sturzrisiko zu mindern, die Konzentrationsfähigkeit und geistige Beweglichkeit zu fördern. Wichtig ist, das den individuellen Bedürfnissen entsprechende Angebot zu finden.

Auf den folgenden Seiten sind Kurse in Uetikon und Männedorf aufgeführt, danach einige in der Region Zürich. In allen Kursen sind auch Menschen mit Gedächtnisschwierigkeiten willkommen.

### Gym fit 60 plus

Gymnastische Übungen, angepasst an Alter und Kondition

Zeit Mittwoch, 13-14 Uhr und 14-15 Uhr

Ort Turnhalle Rossweid, Uetikon am See

Kontakt Monika Sutter, Tel. 044 929 03 08

### Fit / Gym light

Abwechslungsreiche Gymnastik zu Musik im Gehen, Stehen und Sitzen, tänzerisch umgesetzt. Ohne Bodenübungen, auch für Personen mit Bewegungseinschränkungen.

Zeit Freitag, 14.15-15.15 Uhr

Ort Turnhalle Weissenrain, Uetikon am See

Kontakt Susanne Schinzel, Tel. 044 920 56 03

## Yoga für Seniorinnen und Senioren

Der in Stäfa lebende gebürtige Inder Kamlesh Krishnatreya praktiziert schon sein ganzes Leben lang Yoga; jetzt hat er es den Bedürfnissen von Senioren angepasst.

Zeit Dienstag, 9-10 Uhr

Ort Cafeteria des Alters- und Pflegeheims  
Abendruh, Uetikon am See

Kontakt Kamlesh Krishnatreya, Tel. 044 926 31 44

## Yoga soft

Monika Schweizer bietet Yoga soft für Menschen mit körperlicher Beeinträchtigung an.

Kontakt Monika Schweizer, Tel. 078 709 86 95

## Medizinische Trainings-Therapie (MTT) und kognitives Training

Das spezielle Trainingsprogramm wird in Kleingruppen durchgeführt und beinhaltet Kraft-, Koordinations- und Gleichgewichtstraining. Dazu stehen für ältere Menschen entwickelte Geräte zur Verfügung. Zusätzlich wird mit verschiedenen Computerprogrammen die geistige Fitness unterstützt und so die Reaktionsfähigkeit gesteigert.

Ort Haus Wäckerling, Uetikon am See

Kontakt Tel. 043 843 37 32 / 33

## Qi Gong in Uetikon

Gesundheitsübungen aus dem alten China, die das Gleichgewicht schulen und den Atem regulieren

Zeit Donnerstag, 10.00 – 11.00 Uhr

Ort Partysaal Zentrum Riedsteg,  
Bergstrasse 111, Uetikon am See

Kontakt Ursula Kuttner, Tel 044 920 45 05

## Jaques-Dalcroze Rhythmik für Senioren

In der Rhythmik nach Jaques-Dalcroze bewegt man sich zu improvisierter Klaviermusik, die von der Leiterin der Gruppe gespielt wird. Körperliche und geistige Mobilität werden gefördert, das Sturzrisiko wird gesenkt und die Multitaskfähigkeit des Hirns verbessert. Vorkenntnisse braucht es nicht.

Zeit Montag, 9.30 – 10.20 Uhr

Ort Riedstegsaal, Uetikon am See  
Bergstrasse 111, Uetikon am See

Kontakt Gabriela Chrisman, Rhythmikpädagogin  
Tel. 044 920 16 92  
gabichrisman@sunrise.ch

## Qi Gong in Uetikon

Gesundheitsübungen aus dem alten China, die das Gleichgewicht schulen und den Atem regulieren

Zeit Donnerstag, 10.00 – 11.00 Uhr

Ort Partysaal Zentrum Riedsteg,  
Bergstrasse 111, Uetikon am See

Kontakt Ursula Kuttner, Tel 044 920 45 05

## „Älter werden in Uetikon“

Diese Broschüre gibt einen umfassenden Überblick über die vielfältigen Angebote (Freizeit, Kultur, Beratungsstellen, Lebenshilfe und altersgerechtes Wohnen) für Frauen und Männer in der zweiten Lebenshälfte, speziell in Uetikon am See.

<http://www.uetikonamsee.ch/de/>

(oben rechts Suchbegriff einsetzen)

## „Älter werden in Männedorf“

Auch für Männedorf gibt es eine solche Broschüre.

<http://www.maennedorf.ch/de/>

(oben rechts Suchbegriff einsetzen)

## Musikmamsells Tanzcafé

Für Menschen mit Demenz, ihre Familien und Tanzfreudige legt Verena Speck, Jg. 1942, ehemalige Radiomoderatorin, ihre Lieblingsmelodien von früher auf.

[www.musikmamsell.ch](http://www.musikmamsell.ch)

Zeit        jeden 2. Dienstag im Monat  
              von 14.30 bis 16.30 Uhr

Ort         Restaurant Binzgraben,  
              Affolternstrasse 10, Zürich Oerlikon

Kontakt    Tel. 079 757 02 23

## Josefina's Tanzcafé

Esther und Beat Berger legen Lieblingsmelodien von früher auf zum Tanzen, Mitsingen und Wohlfühlen. Für Menschen mit Demenz, ihre Familien und Tanzfreudige.

<http://tanz-cafe.ch/>

Zeit        jeweils am letzten Freitag im Monat

Ort         Reformierten Kirchgemeindehaus  
              Bergstrasse 31, 8625 Gossau (rollstuhlgängig)

Kontakt    Esther und Beat Berger

Tel. 076 405 05 51, [info@tanz-cafe.ch](mailto:info@tanz-cafe.ch)

## Qi Gong in Zürich

Qi Gong ist ein Bewegungsangebot auch für Menschen mit Demenz, das dem Bedürfnis nach sanftem, entspannendem Bewegungen entgegenkommt. Das „Jahreszeiten-Qi Gong“ kann auch im Sitzen durchgeführt werden. Es regt den Fluss des Atems und den Energiekreislauf an.

Ort aki, Hirschengraben 86, 8001 Zürich

Kontakt Luzius Luchsinger, Tel. 044 461 62 09

## Bewegung in der Natur

Nordic Walking in der Gruppe oder einzeln

[www.outdoorfitness.ch](http://www.outdoorfitness.ch)

Kontakt Monika Schweizer, Tel. 078 709 86 95

## ALZ-Café in Schlieren

Nach einem kurzen fachlichen Input können Sie sich in ungezwungener Atmosphäre mit anderen Betroffenen austauschen und einen gemütlichen Nachmittag verbringen.

Zeit am letzten Dienstag des Monats,  
14 – 16.30 Uhr

Ort Trattoria Italiana, Herrenwiesenstrasse 1,

Kontakt Tel. 043 499 88 63





## Freizeitangebote in einem geschützten Rahmen

Freizeitangebote für Menschen mit Demenz in einem geschützten Rahmen gewinnen zunehmend an Bedeutung. In kleinen Gruppen unter der Leitung von Fachleuten können die Teilnehmenden ihre Ressourcen aktivieren und untereinander soziale Kontakte pflegen. Je nach Angebot nehmen die Betroffenen alleine oder mit den betreuenden Angehörigen teil.

### „Atempausen“

Begegnungen und kulturelle Angebote für Menschen mit Gedächtnisschwierigkeiten, ihre Angehörigen, Freunde und Interessierte. Im Anschluss an einen kulturellen Anlass begegnen sich die Gäste im Rahmen eines kleinen Nachessens. Der persönliche Austausch und Gespräche, auch mit den Vortragenden oder Künstlern, bereichern den Abend.

Zeit      Jährlich vier Veranstaltungen, jeweils donnerstags 18 Uhr

Ort      Quartiertreff Hirslanden, 8032 Zürich

Kontakt   Tel. 044 980 29 09

[mosticher@bluewin.ch](mailto:mosticher@bluewin.ch)

### Philosophische Gesprächsrunde

Philosophieren als Medizin für Seele und Geist. Die Gesprächsrunde richtet sich vorwiegend an Angehörige.

[www.alz-zuerich.ch](http://www.alz-zuerich.ch)

Zeit      Donnerstag 13.30 bis 15.30 Uhr

Kontakt   Tel. 043 499 88 63

## „Gipfeltreffen“

Aktivierungs- und Gesprächsgruppen für Menschen mit Gedächtnisschwierigkeiten. Mit der regelmässigen Teilnahme an den Gruppenaktivitäten können Wohlfühl und Selbstvertrauen unterstützt werden. Gemeinsam wird diskutiert, philosophiert, gespielt oder mit verschiedenen Materialien kreativ gewerkt.

Jede Gruppe trifft sich jeweils wöchentlich einmal von 11.30 bis 16.30 Uhr und wird von Fachleuten geleitet. Zur Zeit bestehen Gruppen in Affoltern am Albis, Dietlikon, Fällanden, Regensdorf, Uitikon Waldegg und Wald.

Kontakt [www.praxis60plus.ch](http://www.praxis60plus.ch) und  
[www.forum-gerontologie.ch](http://www.forum-gerontologie.ch)

## „Gipfeltreffen Zürichsee“

Es ist alles eingefädelt, damit 2017 am Zürichsee ein Gipfeltreffen, eine Aktivierungs- und Gesprächsgruppe für Menschen mit Gedächtnisschwierigkeiten, starten kann. Im Haus Wäckerling stehen Räumlichkeiten zur Verfügung. Die Leiterinnen, eine Kunst- und eine Aktivierungstherapeutin, sowie die freiwillig Mitarbeitenden sind rekrutiert. Sobald vier definitive Anmeldungen vorliegen, können wir starten.

Zeit Donnerstag, 11.30 – 16.30 Uhr

Ort Haus Wäckerling

Kontakt Miriam Sticher, Tel: 044 980 29

[mosticher@bluewin.ch](mailto:mosticher@bluewin.ch)

[www.forum-gerontologie.ch](http://www.forum-gerontologie.ch)

## „Langhag-Stube“ in Zürich Albisrieden

Die Langhag-Stube ist ein Treffpunkt für Menschen mit Gedächtnis- und Orientierungsschwierigkeiten und ihre Angehörigen. Gäste sind an drei Tagen willkommen, sie nehmen an Aktivitäten wie Gesprächen, Spielen, gemeinsamem Kochen usw. teil.

[www.vqd.ch](http://www.vqd.ch)

Kontakt Tel. 043 817 40 70

## Selbsthilfegruppe „Labyrinth“ für Menschen mit Demenz im Vorpensionsalter

Monatliche Treffen zum Erfahrungsaustausch mit anderen betroffenen Menschen. Die Leiterin unterstützt und koordiniert die Gruppe.

[www.alz.ch/index.php/erfahrungsaustausch-28.html](http://www.alz.ch/index.php/erfahrungsaustausch-28.html)

Kontakt Katharina Müller, Tel. 079 757 46 63  
treffpunkt@demenzkultur.ch

## „Uf is Grüene“

Ein Projekt des Vereins ‚Treffpunkt Demenz und Kultur‘. Tagesausflüge mit Bus und 2 Begleiterinnen für bewegungsfreudige Menschen mit Gedächtnisschwächen.

[www.demenz-kultur.ch](http://www.demenz-kultur.ch)

Kontakt Tel. 079 757 46 63

## Freies Malen und Gestalten

Eine Pflegefachfrau und eine Kunsttherapeutin laden zum Malen, Gestalten oder Arbeiten mit Tonerde ein. Sie ermöglichen den Teilnehmenden, sich in einer Gruppe individuell gestalterisch zu betätigen. In Zusammenarbeit mit der Memoryklinik Stadtspital Waid.

[www.demenz-kultur.ch](http://www.demenz-kultur.ch)

Ort Kafi Mümpfeli, 8046 Zürich

Kontakt Katharina Müller, Tel.079 757 46 63

## „Freier Ausdruck“

Beim freien Malen können sich im Erleben von Rhythmus, Bewegung und Farbe spontan innere Bilder zeigen. Die Leiterin, eine Kunsttherapeutin, besucht mit ihrem Atelierwagen auch Menschen mit Demenz zu Hause oder in Institutionen.

[www.freierausdruck.ch](http://www.freierausdruck.ch)

Ort Motorenstrasse 139, 8620 Wetzikon

Kontakt Andrea Raymann, Tel. 079 514 95 08

## „Mal-Oase“

Das begleitete Malen ist eine eigenständige Form von Selbsterfahrung. Wir fühlen und denken oft in Bildern, aber manchmal fehlen uns die Worte, um etwas auszudrücken. Die Mal- und Kunsttherapeutin besucht Menschen, die nicht in ihr Atelier kommen können, auch zu Hause.

Ort Chapfstrasse 1, 8625 Gossau

Kontakt Irena Leuenberger, Tel. 079 232 07 82  
[info@mal-oase.ch](mailto:info@mal-oase.ch)

## Musik erleben

Musiktherapie für Menschen mit Demenz im  
Stadtspital Waid Zürich.

Musiktherapie kann für Menschen mit Demenz eine  
wirkungsvolle und kreative Methode sein.

Erwiesenermassen fördert sie Wohlbefinden und  
Selbstwertgefühl.

[www.praxis-musiktherapie.ch](http://www.praxis-musiktherapie.ch)

Kontakt Antoinette Niggli, Musiktherapeutin

Tel. 031 351 49 29 und 076 452 04 43

## Führungen für Menschen mit Demenz und ihre Begleitpersonen im Naturmuseum Winterthur

Spezielle Führungen für Menschen mit Demenz  
zusammen mit ihren Angehörigen. Die  
Besucherinnen und Besucher begegnen in diesem  
Naturmuseum Tieren (Tiermodellen), sie können  
z.B. Felle und Federn ertasten und Vogelkonzerte  
hören.

[www.natur.winterthur.ch](http://www.natur.winterthur.ch)

Kontakt Tel. 052 267 51 66

## Villa Vita – Ambulante Sozialpsychiatrische Tagesstätte des SRK Kanton Zürich

In der Villa Vita mitten in Zürich finden Vormittags-  
und Nachmittagsgruppen mit unterschiedlichen  
Aktivitäten statt.

[www.srk-zuerich.ch/villa-vita](http://www.srk-zuerich.ch/villa-vita), Tel: 044 360 28 60

## Beratung zur Aktivierung der Sprache

Die Beratungsstelle „Sprache und Demenz“ bietet Beratung zur Aufrechterhaltung des Sprachvermögens. Ihr Anliegen ist es, neben der Sprachförderung, Strategien für das zwischenmenschliche Gespräch aufzuzeigen.

[www.demenzsprache-hfh.ch](http://www.demenzsprache-hfh.ch)

Kontakt: Prof. Jürgen Steiner, Tel. 044 317 12 06

## „Aufgeweckte Kunstgeschichten“ im Kunsthaus Zürich

Menschen mit Demenz entwickeln unter fachkundiger Anleitung lustvoll eine gemeinsame Geschichte zu einem ausgewählten Kunstwerk. Eine Assistentin notiert das Gesagte und verdichtet es fortlaufend zu einer Geschichte.

Die Bildbesprechung wird mit einem kleinen Imbiss abgeschlossen. Die Angehörigen können diesem kreativen Prozess beiwohnen.

[www.kunsthhaus.ch/de/kunstvermittlung/erwachsene/mit-demenz-ins-kunsthhaus](http://www.kunsthhaus.ch/de/kunstvermittlung/erwachsene/mit-demenz-ins-kunsthhaus)

Kontakt Tel. 044 253 84 06 (Mo-Fr, 9-12 Uhr)  
kunstvermittlung@kunsthhaus.ch

## „Aufgeweckte Foto-Geschichten“ in der Fotostiftung Schweiz

Ab April 2017 gibt es ein entsprechendes Angebot In der Fotostiftung Winterthur: Menschen mit Demenz erfinden lustvoll miteinander eine Geschichte zu einer Fotografie.

Auskunft und Anmeldung: Verein aufgeweckte Bild-Geschichten, Tel: 044 926 81 89, Mo 16-18 Uhr, Do 11-12 Uhr, E-mail: bildgeschichten@bluewin.ch



## Betreuung und Pflege ambulant

Hier werden ambulante Betreuungs- und Pflegeangebote für Menschen, die zuhause leben und auf Hilfe angewiesen sind, vorgestellt. Ausserdem bieten verschiedene Institutionen kürzere und längere Ferienaufenthalte an.

### Spitex Zürichsee

Die Spitex Zürichsee steht für Betreuung, Pflege und Hilfe im eigenen Zuhause.

[www.spitex-zuerichsee.ch](http://www.spitex-zuerichsee.ch)

Kontakt Spitex Zürichsee, Tel. 044 922 08 00

### „Senioren für Senioren“ in Uetikon am See

bietet Fahrdienste, Hilfe bei kaufmännischen Anliegen und Unterstützung in Haus und Garten an.

Kontakt Jeannette Wyder, Tel. 079 281 01 60

### „Besuchsdienst Zuhause Oberer Zürichsee“

Die Institution vermittelt älteren Menschen BesucherInnen, die zu ihnen nach Hause gehen, sie auf Spaziergängen begleiten, ihnen vorlesen.

[www.besuchsdienst-obererzuerichsee.ch](http://www.besuchsdienst-obererzuerichsee.ch)

Kontakt Sigrid Daenzer, Tel. 079 274 47 05  
sr.daenzer@bluewin.ch

## „SintegrA“ - Betreuungsdienst

vermittelt geschulte BetreuerInnen, die betagte Menschen in Privathaushalten sowie in Alters- und Behinderteninstitutionen in der Stadt und im Kanton Zürich besuchen.

Die Einsätze erfolgen stundenweise, einmal oder mehrmals pro Woche oder Monat. Es sind auch kurzfristige, einmalige oder befristete Einsätze möglich.

[www.sintegra-zh.ch](http://www.sintegra-zh.ch)

Kontakt Tel. 044 269 69 00

## „Perle zuhause daheim“

Die Perle, eine Dienstleistung von Pro Senectute, hat ein vielfältiges Angebot zu Begleitung und Betreuung im Alltag.

<http://zh.pro-senectute.ch/perle/>

Für die Region Pfannenstiel ist die Perle Pfannenstiel an der Dorfstrasse 78 in Meilen zuständig.

Kontakt Tel. 058 451 53 22

[perle.pfannenstiel@zh.pro-senectute.ch](mailto:perle.pfannenstiel@zh.pro-senectute.ch)

## „Home instead“ – Seniorenbetreuung

Die private Organisation bietet Pflege zu Hause und unterstützt pflegende Angehörige, unter anderem mit Schulungen, auch zum Thema Demenz.

[www.homeinstead.ch/zuerich-oberland](http://www.homeinstead.ch/zuerich-oberland)

Kontakt Alex Boltshauser Tel. 044 952 16 40



## „attrAktiv Tageswohnen“

Das Angebot Tageswohnen In Uster bietet tageweise Betreuung mit abwechslungsreicher Alltagsgestaltung in familiärer und herzlicher Atmosphäre.

[www.attraktiv-tageswohnen.ch](http://www.attraktiv-tageswohnen.ch)

Kontakt Sabina Binkert, Tel. 043 542 05 07

## Tagesklinik im Clenia

### Psychiatriezentrum Männedorf PZM

Montags und donnerstags können Menschen mit Gedächtnisschwierigkeiten am PZM Ganztagesaufenthalte mit unterschiedlichen Aktivitäten in Anspruch nehmen.

[http://www.clenia.ch/uploads/tx\\_ascleniadoc/19\\_PZM\\_02\\_Altersangebot2015.pdf](http://www.clenia.ch/uploads/tx_ascleniadoc/19_PZM_02_Altersangebot2015.pdf)

Kontakt Dr. med. Sandra Schapals

Tel. 043 843 32 00

## Ferien der Alzheimervereinigung

Dabei handelt es sich um eine begleitete Ferienwoche in einem Hotel für Menschen mit Demenz in Begleitung ihrer Angehörigen.

[www.alz-zuerich.ch](http://www.alz-zuerich.ch)

Kontakt Alzheimervereinigung Kanton Zürich

Tel. 043 499 88 63

## Eine Auszeit im Engadin für von Demenz betroffene Familien

Zwei Gerontologinnen mit langjähriger Erfahrung in der Betreuung von Menschen mit Demenz bieten 2017 wieder Ferienwochen an. So finden im Juni und im September je eine Woche in Sils Maria im Engadin statt.

Kontakt Marianne Orlando, Zollikon  
044 390 32 82 / 079 428 08 01  
marianne.orlando@bluewin.ch  
Regina Aerni, Wetzikon  
079 792 45 37, reginaaerni@bluewin.ch

## „Hof Obergrüt“ – Ferien und Betreuung für Menschen mit Demenz

Familie Hafner bietet auf dem schönen Bauernhof Obergrüt in der Gemeinde Ruswil (LU) Tagesbetreuung-, Kurz- und Ferienaufenthalte an.  
[www.hof-obergruet.ch](http://www.hof-obergruet.ch)

Kontakt Luzia und Herbert Hafner  
Tel. 041 490 12 57

## Procap – Das Reisebüro für Menschen mit speziellen Bedürfnissen

Das Procap Reisebüro schlägt spezialisierte Ferien für Menschen mit Handicap oder Demenz vor und unterstützt sie bei der Planung und Durchführung ihres Ferienwunsches.

[www.procap-reisen.ch](http://www.procap-reisen.ch)  
Kontakt Tel. 062 206 88 30



## Beratungsangebote für Betroffene und Angehörige

Informationen, Beratung und Unterstützung sind für Menschen mit Demenz und ihre Familienangehörigen, aber auch für professionelle Betreuungspersonen äusserst wichtig. Neben den Hausärzten und den spezialisierten Memory Kliniken können folgende Organisationen Auskunft geben.

### Alzheimervereinigung Kanton Zürich

Sie unterstützt Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen mit einem umfassenden Informations- und Beratungsangebot. Auch ist sie Initiatorin verschiedenster Dienstleistungen. Auf gesamtschweizerischer Ebene vertritt sie zusammen mit den anderen Kantonalsektionen die Interessen von Menschen mit Demenz auch auf gesellschaftlicher und politischer Ebene.

[www.alz-zuerich.ch](http://www.alz-zuerich.ch)

Kontakt Informationsstelle, Seefeldstrasse 62  
8008 Zürich, Tel. 043 499 88 63

### „Demenz Zürich“ - Betroffene für Betroffene

Der Verein „Freunde Alterszentrum Doldertal“ bietet auf seiner Internetplattform Informationen und Orientierung für Erkrankte, Angehörige und Fachpersonen.

[www.demenzzuerich.ch](http://www.demenzzuerich.ch)

## Alzheimerpunktch

Die Webseite informiert und vernetzt Betroffene, Angehörige, Fachleute und Personen, die beruflich oder privat mit Demenz zu tun haben. Sie wird von der Stiftung Sonnweid und vom Demenzzentrum Sonnweid in Wetzikon betrieben.

[www.alzheimer.ch](http://www.alzheimer.ch)

## Pro Senectute Pfannenstiel Kanton Zürich Dienstleistungszentrum Pfannenstiel

Hier gibt es Auskunft über Entlastungsangebote, Unterstützung in schwierigen Situationen, Erfahrungsaustausch in Gesprächsgruppen, Sozialberatung, Beratung bei finanziellen Fragen bis hin zu Informationen zum Thema Wohnen. Das Pro Senectute-Team besteht aus ausgewiesenen Fachpersonen, die der Schweigepflicht unterstehen. Die Beratungen sind kostenlos und finden im Dienstleistungszentrum in Meilen oder telefonisch statt. Es können auch Hausbesuche vereinbart werden.

<http://zh.prosenectute.ch/de/regionaledienstleistungszentrum/pfannenstiel/>

Kontakt Dorfstrasse 78, Meilen

Tel: 058 451 53 20

## Gruppen für betreuende Angehörige

Die Sozialberaterinnen der Pro Senectute in Meilen bieten individuelle Sozialberatung und Informationen an. Die geleiteten Gruppen für betreuende Angehörige schaffen einen Rahmen, damit die Teilnehmenden ihre eigenen Bedürfnisse und Grenzen erkennen und pflegen können. In der Gruppe unterstützen sie sich gegenseitig und tauschen ihre Erfahrungen aus.

Kontakt Yvonne Brun, dipl. Sozialarbeiterin FH  
Tel. 058 451 53 29  
yvonne.brun@psz.ch

## Forum für angewandte Gerontologie

Die Stiftung fördert den Transfer von wissenschaftlichen Erkenntnissen in praktische Anwendungen für aktuelle Fragen der angewandten Gerontologie. Sie organisiert jährlich vier öffentliche Fachreferate zu alters- resp. gerontologischen Aspekten mit Diskussion und anschliessendem Apéro im Haus Wackerling.

Zusätzlich unterstützt sie Initiativen und Projekte, welche die Förderung der Lebensqualität zum Ziel haben.

Kontakt Forum angewandte Gerontologie  
c/o Haus Wackerling  
<http://www.forum-gerontologie.ch>  
Tramstrasse 55, 8707 Uetikon am See  
Tel. 043 843 37 11



## Abklärung und Behandlung

Nur ein bisschen vergesslich oder schon etwas dement? Wer unter Hirnleistungsproblemen leidet, sollte mit dem Hausarzt sprechen. Wenn die Abklärungen einen Verdacht auf Demenz ergeben, ist es empfehlenswert, die Untersuchungen durch Spezialisten zu vertiefen. Eine spezifische, auf den einzelnen Menschen abgestimmte Behandlung verhilft dem Patienten zu mehr Lebensqualität.

### Spital Männedorf (mit Akutgeriatrie)

Seit 2015 führt das Spital Männedorf eine Abteilung für Akutgeriatrie. Bei Verdacht auf eine Demenzerkrankung werden dort Abklärungen und weiterführende Behandlungsvorschläge gemacht.

Kontakt Dr. med. Christian Kandler

Tel. 044 922 23 80

[c.kandler@spitalmaennedorf.ch](mailto:c.kandler@spitalmaennedorf.ch)

### Clenia Psychiatriezentrum

#### Männedorf PZM

Die Memory-Clinic bietet ein ambulantes Abklärungs-, Beratungs- und Behandlungsangebot für Menschen mit Gedächtnisstörungen.

[http://www.clenia.ch/uploads/tx\\_ascleniadoc/19\\_P\\_ZM\\_02\\_Altersangebot2015.pdf](http://www.clenia.ch/uploads/tx_ascleniadoc/19_P_ZM_02_Altersangebot2015.pdf)

Kontakt Dr. med. Sandra Schapals

Tel. 043 843 32 00



## Bücher, Filme und Ausstellung zum Thema

Es gibt eine Vielzahl von Büchern zum Thema Demenz. Darunter sind Sachbücher für Angehörige, Pflegende und Interessierte. Ausserdem findet man Geschichten zum Vorlesen, darunter auch heitere Bücher über das Leben mit Demenz.

Die Bibliotheken führen zudem eine wachsende Zahl von DVDs, Spiel- und Dokumentarfilmen.

### Bibliothek Uetikon am See

<http://www.uetikonamsee.ch/de/kulturundfreizeit/kultur/bibliothek/>

Kontakt 044 922 71 81

### Bibliothek der Pro Senectute

[www.prosenectutebiblio.ch](http://www.prosenectutebiblio.ch)

Ort Bederstrasse 33, 8027 Zürich

Kontakt Tel. 044 283 89 81

[bibliothek@prosenectute.ch](mailto:bibliothek@prosenectute.ch)

## Ausstellung

Im Rahmen der Uetiker Demenztage entstand eine kleine Ausstellung mit Aquarellen von Rosmarie Stiefel (1932 bis 1995). Die Malerin war im Vorpen-sionsalter an Alzheimer erkrankt. Auch nach der Diagnose malte sie weiter. Die Ausstellung zeigt einen Querschnitt durch ihr Schaffen.

Im Vorfeld der Ausstellung haben zwei Gruppen von Menschen mit Demenz zusammen mit einer Moderatorin zu fünf der ausgestellten Bilder „Aufgeweckte Kunstgeschichten“ erfunden. Diese Geschichten wurden auf Tafeln geschrieben und neben den entsprechenden Bildern aufgehängt. Die Ausstellung (Bilder und Geschichten) kann für Anlässe im Zusammenhang mit Kunst und Demenz oder auch als Leihausstellung für Arztpraxen und dergleichen gegen einen kleinen Unkostenbeitrag ausgeliehen werden.

Kontakt Miriam Sticher, Tel. 044 980 29 09  
mosticher@bluewin.ch