



EXKLUSIV IM BT

Zehn Alternativen zum Schneevergnügen

Der Schneemangel bringt die Pläne für die bevorstehenden freien Tage einiger Wintersportler durcheinander. Doch auch bei grünen Hängen gibt es über die Festtage Zahlreiches zu erleben. Graubünden Ferien nennt auf Anfrage des «Bündner Tagblatts» zehn Beispiele zur Freizeitgestaltung abseits von Pisten und Loipen. So fehlt zwar der Schnee, mehrere Seen im Engadin und einer auf dem Flüelapass sind derzeit aber von schönstem Schwarzeis bedeckt. Und in Brigels dürfen sich die Golfer freuen, die Greens sind noch geöffnet. (ST)

GRAUBÜNDEN Seite 3

«Konsumo» ergo sum?

Zwei Sonntagsverkäufe in der Vorweihnachtszeit reichen dieses Jahr nicht aus, um das Einkaufsbedürfnis zu befriedigen. Vor allem nach den beiden Feiertagen braucht es am 27. Dezember einen dritten Sonntagsverkauf in Chur. Dieser Ansicht sind die drei Grossverteiler Migros, Coop und Manor.

CHUR Seite 7



Vier Teams wollen ersten Titel

Am diesjährigen Spengler-Cup in Davos streben gleich vier Teams ihren ersten Turniertitel an. Der HC Lugano, Jokerit Helsinki, Jekaterinburg und Mannheim haben noch nie gewonnen. Team Canada und der Gastgeber Davos hingegen schon.

SPORT Seite 13

Cathomas unterstützt die Pärke



Die Bündner Pärke bündeln ihre Kräfte und schliessen sich zu einem Verein zusammen. Präsident ist alt Nationalrat Sep Cathomas. Ziel ist es, gemeinsam stärker aufzutreten.

GRAUBÜNDEN Seite 3

Der Höhenflug des HCD

Der HC Davos hat das wohl erfolgreichste Vereinsjahr der Geschichte hinter sich. Mit dem 31. Meistertitel hat kaum jemand gerechnet. Aber auch sonst setzten die Bündner Ausrufezeichen.

SPORT Seite 7

Animierende Animation



Mit «Song of the Sea» startet heute ein Animationsfilm in den Deutschschweizer Kinos, der den Studios Disney und Pixar Paroli bietet. Die irische Produktion besticht durch ihre handgezeichneten Bilder.

KULTUR Seite 8



Frohe Weihnachten!

Verlag und Redaktion des «Bündner Tagblatts» wünschen allen Leserinnen und Lesern ein frohes und besinnliches Weihnachtsfest. Die nächste Ausgabe des BT erscheint am kommenden Montag, 28. Dezember 2015. Lesen Sie heute in einer Weihnachtsbetrachtung von einer

Spurensuche nach dem christlichen Fest, und lassen

Sie sich inspirieren von Ideen zur Freizeitgestaltung und Erholung auch abseits der Skipisten. Die Redaktion bleibt über die Festtage erreichbar per E-Mail unter redaktion@buendnertagblatt.ch. (BILD MARINA LUTZ)

KLARTEXT/GRAUBÜNDEN Seiten 2+3

Das vergessene Leben, leben mit Demenz

Vor 100 Jahren starb Alois Alzheimer. Der deutsche Mediziner entdeckte Alzheimer-Demenz. Wie leben Menschen mit dieser Erkrankung? Ein Besuch auf der Demenz-Station.

Er selber nannte sie die «Krankheit des Vergessens»: Alois Alzheimer. Der deutsche Mediziner, nach dem die häufigste Form der Demenz, die Alzheimer-Demenz, benannt ist,

entdeckte durch Auguste Deter die gefährliche Krankheit. 1901 wurde die Frau in die Irrenanstalt in Frankfurt am Main eingeliefert. Alzheimer protokollierte das Eintrittsge-

spräch mit der verwirrten Patientin. Als Deter 1906 starb, untersuchte Alzheimer ihr Gehirn und stiess auf «bemerkenswerte Abnormitäten» und fand zugrunde gegangene Nervenzellen und Eiweissablagerungen in der gesamten Hirnrinde. Am 19. Dezember 1915 starb Alois Alzheimer.

Auch heute noch kann Alzheimer nicht geheilt werden. Schweizweit erkranken laut der Schweizerischen Alzheimervereinigung jedes Jahr rund 28 000 Menschen an Demenz.

Besuch im Bodmer Chur

In Alters- und Pflegeheimen leben viele Menschen mit Demenz; so auch im Bodmer in Chur. Das BT durfte auf der Station, auf der über 20 Menschen mit dieser schweren Erkrankung leben, einen Augenschein nehmen. DENISE ERNI

GRAUBÜNDEN Seite 5



Berührungen statt Worte: Wenn die Worte nicht mehr verständlich sind oder die Sprache verloren geht, kann eine Berührung helfen. (FOTO YANIK BÜRKLII)

Bergbahnbetriebe liebäugeln mit der Kurzarbeit

TOURISMUS Aufgrund des Schneemangels haben sich mehrere Bündner Bergbahnbetriebe über das Vorgehen und die Bedingungen für Kurzarbeit erkundet. Das berichtete gestern die Nachrichtenagentur sda. Die Betriebe können wetterbedingte Kundenausfälle der Arbeitslosenversicherung melden, diese zahlt 80 Prozent der Löhne der Angestellten. Laut Paul Schwendener vom kantonalen Amt für Industrie, Gewerbe und Arbeit ist das Thema Kurzarbeit in der Branche nicht ungewöhnlich. (BT)

GRAUBÜNDEN Seite 3

Departemente wechseln die Hand

BERN Mit symbolischen Schlüsselübergaben an ihre Nachfolger haben Bundesrätin Eveline Widmer-Schlumpf und Bundesrat Ueli Maurer gestern ihre Departemente verlassen. Ab dem 1. Januar ist Ueli Maurer Finanzminister und Guy Parmelin Verteidigungsminister. Maurer erhielt von Widmer-Schlumpf vier Schlüssel. Der erste sei für den Bernerhof – den Sitz des Finanzdepartements – und sein künftiges Büro, sagte Widmer-Schlumpf. Der zweite sei jener für die einzelnen Ämter, und der dritte verschaffe ihm Zutritt zu den Finanzen. Den vierten Schlüssel bezeichnete sie als «Schlüssel zu den Herzen der Amtsdirektoren». Die abtretende Bundesrätin überreichte Maurer auch ein Exemplar des Werkes «Geld und Geist» von Jeremias Gotthelf. (SDA)

SCHWEIZ Seite 23

Heikle Verfassungsreform

FRANKREICH Paris ist überzeugt, dass im Kampf gegen den Terrorismus eine Änderung der Verfassung nötig ist. Laut Kritikern droht Frankreich eine Ausnahme unter den Demokratien zu werden. Premierminister Manuel Valls hat gestern an einer Pressekonferenz die Regierungspläne für eine Verfassungsreform und eine Verschärfung des Strafgesetzes zur wirksameren Bekämpfung des Terrorismus grob skizziert. Laut den Vorstellungen der Regierung soll die Möglichkeit zur Ausrufung des Ausnahmezustands auch in der Verfassung verankert werden und sich nicht mehr bloss auf ein normales Gesetz stützen. (BT)

WELT Seite 25

made in graubünden

alig grossküchen www.alig.gr

besinnliche festtage und ein erfolgreiches neues jahr

Verstopfter Ablauf in Küche oder Bad?

LAO CHUR Kanalunterhalt

081 284 84 84 Rund um die Uhr - auch im Notfall

Wenn die Erinnerungen an das eigene Leben Stück für Stück verloren gehen

Sie leben in ihrer eigenen Welt, in einer Welt von früher und sie verlieren immer mehr ihrer Gehirnfunktionen: Demenzpatienten. Im Alters- und Pflegeheim Bodmer in Chur werden auf einer Abteilung über 20 Bewohner mit Demenz gepflegt. Ein Besuch vor Ort.

► DENISE ERNI (TEXT) UND YANIK BÜRKL (FOTOS)

J

«Jetzt habe ich Sie grad gestört», sagt Barbara Thöni zum alten Mann, streicht mit der Hand über seinen Rücken und zieht sich langsam zurück. «Das ist unerhört», sagt dieser. «Unerhört!» Dann geht er langsam davon. Die Pflegefachfrau schaut ihm nach. «Er ist im Moment in einer ganz anderen Welt», erklärt sie. Der ehemalige Bahnangestellte taucht immer wieder in frühere Zeiten ein und hat das Gefühl, er müsse nach Sargans zu einer Zugstörung fahren. Ankommen wird er dort aber nie, denn er lebt seit einigen Jahren in einer Wohngruppe für Menschen mit Demenz im Alters- und Pflegeheim Bodmer in Chur. Diese Abteilung befindet sich in einem geschützten Rahmen. Die Türen nach draussen lassen sich nur mit einem Nummerncode öffnen. «Das können unsere Bewohner aber nicht mehr», sagt Thöni.

Die Demenzstation ist für viele Menschen der letzte Ort eines meist langen Leidensweges. «Viele, die zu uns kommen, leiden bereits seit Jahren unter Demenz und wurden lange von Angehörigen gepflegt», sagt Thöni. Der Eintritt auf der Station sei dann nicht nur für die Kranken, sondern auch für die Angehörigen sehr schwer. Diese würden oft von Schuldgefühlen geplagt, weil sie sich für ein Heim entschieden hätten. «Für Angehörige ist eine Demenzerkrankung ein Abschied ohne Ende», so Thöni. Demenzpatienten können ihre eigenen Kinder, Enkelkinder und weitere Verwandte mit der Zeit nicht wiedererkennen oder haben sie noch so in Erinnerung wie vor 20 Jahren.

Verschiedene Eigenschaften

Insgesamt 21 Bewohnerinnen und Bewohner leben auf der Abteilung im ersten Obergeschoss. Verteilt sind die Bewohner auf zwei die Wohngruppen Bernina und Calanda mit jeweils zehn und elf Personen. «Wir haben aber auch im Rest des Heimes Menschen mit Demenz», sagt Thöni. «In der Wohngruppe leben aber die Menschen, die den geschützten Rahmen brauchen.»

In der Schweiz leben heute schätzungsweise 116 000 Menschen, die unter Demenz leiden. Gemäss der Schweizerischen Alzheimervereinigung gibt es jedes Jahr 28 000 Neuerkrankungen. Aufgrund der Alterung der Bevölkerung dürfte bis 2050 die Anzahl Menschen, die an Demenz erkranken, in der Schweiz auf 300 000 ansteigen.

Pflegefachfrau Thöni geht weiter durch den Flur. Von Weitem ertönt lau-



Es geschieht viel mit Worten, einfachen Gesten und Berührungen: Barbara Thöni, Leiterin der Demenzabteilung, hält einer Bewohnerin die Hände und versucht so mit ihr in Kontakt zu treten.

te Schlagermusik. Im Calanda-Stübli sitzen einige alte Männer und Frauen, Roland Kaiser singt im Radio. Einer der Anwesenden schläft tief im Stuhl. «Viele unserer Bewohner haben einen verschobenen Tag- und Nachtrhythmus», sagt Thöni. Oft seien sie in der Nacht wach und würden dann tagsüber schlafen. «Wir versuchen zwar, dem Tag eine Struktur zu geben, aber grösstenteils bestimmen die Bewohner, wann sie was machen wollen und können.» Die

Menschen im Stübli unterhalten sich nicht miteinander, jeder ist in seiner eigenen Welt. «Es kommt in der Gruppe auch ab und an zu Spannungen», sagt Thöni. «Es menschelet auch hier.»

Demenzpatienten würden oft verschiedenste Eigenschaften entwickeln, denen nicht immer einfach zu begegnen sei. «Es gibt solche, die immer wieder dieselben Dinge fragen, dann jene, die den ganzen Tag über im Bett liegen möchten und wiederum andere, die

keine Ruhe finden und auch in fremde Zimmer reingehen», erklärt Thöni.

Zu Letzterer gehört die Dame mit den grauen Haaren, der schwarzen Hose und der roten Jacke, die der Betreuerin entgegenkommt. Thöni begrüsst sie – es dauert einen Moment, bis die Frau realisiert, wer vor ihr steht. Vielleicht aber erkennt sie Barbara Thöni heute auch nicht. Ihr Blick wirkt leer, ihre Augen glasig. Die Frau geht weiter den Flur entlang. «Sie muss sich immer bewegen, kann nur still sitzen, wenn jemand neben ihr sitzt», sagt Thöni. Sprechen kann sie nicht mehr, es kommen noch vereinzelte Laute. Innerhalb kurzer Zeit steht die Frau wieder vor Thöni, geht an ihr vorbei, öffnet eine fremde Zimmertür, geht in den Raum und kommt wieder heraus. «Müssen Sie aufs WC?», fragt Thöni sie. Sie weiss, dass es so ist. Dann begleitet Thöni die Dame zur Toilette, wo sie ihr die Einlage wechselt. Inkontinenz gehört auch oft zum Krankheitsbild.

Wichtiger Austausch im Team

Im Calanda-Stübli versucht derweil die Lernende Amra Pekic den schlafenden Mann zu wecken. «Hannes, Hannes», ruft sie mit ruhiger Stimme. Langsam öffnet er seine Augen, versucht sich zu orientieren, schaut sie an. «Wir sprechen unsere Bewohner ab und zu mit

dem Vornamen und Sie an, damit wir näher an sie herankommen können», erklärt Thöni. Mit viel Geduld hilft die junge Frau dem Mann, sich aufzurichten und geht langsam, Schritt für Schritt mit ihm zur Toilette. «Jeder Tag ist anders und es ist immer wieder von Neuem eine Herausforderung, sich darauf einzulassen», sagt sie. Thöni nickt. Seit fünf Jahren arbeitet sie in der Abteilung, seit einem Jahr als deren Leiterin. Wie nahe gehen ihr die Schicksale? «Sie gehen schon sehr nahe und das darf auch so sein», sagt sie. «Sonst müsste ich aufhören.» Besonders zu schaffen mache ihr der Moment, in dem die Bewohner realisierten, dass sie nicht mehr in ihrem gewohnten Umfeld seien und «unter Heimweh leiden». Es sei wichtig, sich im Team auszutauschen und gegenseitig zu unterstützen.

Ein Verlorengehen des Lebens

Thöni setzt sich im Stübli zu drei alten Frauen. Eine davon faltet im Akkord Servietten, eine andere trinkt einen Kaffee und die dritte wiederum sucht sofort das Gespräch mit ihr. «Wie heissen Sie?/«Barbara Thöni.»/«Und woher kommen Sie?/«Aus Davos.»/«Ah, nicht aus dem Oberland.»/«Nein.»/«Wie viele Kinder haben Sie?/«Zwei Töchter.» Kurze Pause. Dann setzt die alte Dame von Neuem an, stellt die genau gleichen Fragen in derselben Reihenfolge. Geduldig beantwortet Thöni diese immer und immer wieder.

Unterdessen kommt Amra Pekic mit dem Mann von der Toilette zurück, hilft ihm, sich wieder auf den Stuhl zu setzen, setzt sich neben ihn und hält seine Hand. Auf dieser Station geschieht sehr viel ohne Worte, nur mit Gesten und Berührungen. «Man muss hier in die Einfachheit zurückgehen, kurze, einfache Sätze machen», sagt Thöni. Ist es wie bei einem Kind? «Nein, es ist nicht ein Kindwerden und Retourgehen.» Vielmehr sei es ein «Verlorengehen». «Denn ein Leben, eine Biografie haben alle unsere Bewohner.» Und mit dieser Biografie arbeiten die Pflegenden auch. «So wissen wir, was früher war und in welchen Welten sich unsere Bewohner teilweise befinden», sagt Thöni und macht sich auf den Weg zum Bähnler.



Langsames aufwachen: Amra Pekic weckt den Bewohner Hannes und hilft ihm danach beim Aufstehen.



Raus an die frische Luft: Die Bewohner können sich auch im eigenen Garten bewegen.



Hier geht es nicht mehr weiter: Die Türen der Wohngruppe sind mit einem Zahlencode gesichert.