

Ein Seelenschmerz, der zerzaust

Matthias Brüstle vergleicht die Pandemie mit einer Naturkatastrophe: «Ist der erste Schock verdaut, findet man sich mit den Trümmern ab».

Interview: Bettina Stahl-Frick

Im Lockdown hat sich die Einsamkeit vor allem bei Menschen mit Demenz breitgemacht. Wie hat sich dies mit den Lockerungen entwickelt?

Matthias Brüstle: Mein Eindruck ist in Summe, dass die damals gebotene soziale Distanz teilweise auch zu einer neuen Normalität geworden ist, auch wenn sie eher nicht mehr in dieser Deutlichkeit geboten wäre. Vielfach sind schon damals nur schwach vernetzte Menschen somit erneut «durch den Rost» gefallen und die wenigen früheren Kontakte kommen nur mehr schleppend oder gar nicht mehr in Gang.

«Mein Eindruck ist, dass die soziale Distanz teilweise auch zu einer Normalität geworden ist.»



Matthias Brüstle
Geschäftsführer Demenz
Liechtenstein

Wie kann man diese Menschen wieder integrieren beziehungsweise aus ihrer Einsamkeit zurückholen?

Ich denke, dass dieses Anliegen – wie so vieles beim Thema Demenz – nicht nur eine Fachpersonen-Aufgabe ist, sondern vielmehr eine solidarische gesellschaftliche Aufgabe wäre. Es braucht ja nicht viel: Im Grunde geht es um das Wahrnehmen eines solchen Menschen, das konkrete Ansprechen oder Sich-Anbieten, und dann um eine verbindliche Tuchfühlung. Das kann – wie zu Lockdown-Zeiten – ein Einkaufsservice sein, ein Schwätzchen, ein (Denk-)Spaziergang, ein gemeinsamer Besuch im Theater, Museum oder Café. Wesentlich ist, alle Menschen teilhaben zu lassen an dem, was jeweils möglich und klarerweise von deren Seite gewünscht ist.

Im nächsten halben Jahr setzt Demenz Liechtenstein einen Schwerpunkt auf Bewegung. Was ist konkret geplant?

«Jetzt kommt wieder Bewegung ins Spiel» war der Grundimpuls, eben nach diesem gefühlten Stillstand. Tatsächlich ist Bewegung ja nicht nur auf den Körper, sondern auch auf den Kopf gemünzt. In unserem Programmschwerpunkt für dieses Halbjahr bieten wir mit dem schon genannten Denkspariergang, mit Fitness fürs Gehirn, mit der Herbststanzwoche für alle, dem Vortrag «Demenz und Bewegung» und vielen anderen Veranstaltungen nicht nur Bewegung im eigentlichen Sinne an, sondern eben auch soziale Kon-



Raus aus der Einsamkeit: Wichtig ist nun, wieder menschengerechte Lebenszugänge, welche die Bedürfnisse erfüllen, zu finden. Bild: pd

takte, das Erleben von Gemeinschaft und Fröhlichkeit.

Wie wirkt sich denn Einsamkeit insbesondere auf Menschen mit Demenz aus?

Wie sie sich bei allen Menschen auswirkt. Grundsätzlich ist der Mensch ein Gemeinschaftswesen; es gibt Ausnahmen, das wissen wir. Wenn wir also keine sozialen Kontakte, keine Resonanz haben, führt das zu einer förmlichen Degeneration. Vielen Heimbewohnern ist das so ergangen, aber auch allein lebenden Menschen zu Hause. Im Übrigen haben das auch viele junge Menschen so erlebt, auch

wenn sie vordergründig in den sozialen Medien im Austausch waren. Schliesslich sind sie umso mehr vereinsamt.

Wie sind die Angehörigen von Demenzkranken mit dieser Herausforderung umgegangen?

Sehr unterschiedlich. Viele Angehörige sind selbst betagt, teils selbst sehr angeschlagen. Einige jüngere Angehörige, die nicht im selben Haushalt leben, haben von einer Art «Seelenschmerz» berichtet, einer inneren Zerrissenheit, nämlich darüber, ob sie angesichts der Ansteckungsgefahr fernbleiben oder unter Inkaufnahme

des viralen Risikos trotzdem soziale Nähe in irgendeiner Weise aufrechterhalten sollen. Elektronische Hilfsmittel stehen ja nicht immer auf beiden Seiten zur Verfügung ...

Was könnte eine weitere Welle für diese «verletzlichen» Menschen bedeuten?

Zu befürchten ist, dass wir alle von der Pandemie schon so zerzaust, gleichzeitig aber auch schon ziemlich abgebrüht sind und dass die grosse Solidarität bei einer neuen Pandemiewelle allenfalls nicht mehr aufzubringen ist. Und damit die ohnedies «Vernachlässigten» wieder vergessen gehen.

Abgesehen von der Einsamkeit – was haben die vergangenen Wochen und Monate mit Menschen mit Demenz gemacht?

Es mag nur mein eigener Eindruck sein – ich erlebe vielerorts eine Art Ernüchterung. Es ist wie nach einer Naturkatastrophe oder einem Brand: Wenn der erste Schock verdaut ist, findet man sich mit den Trümmern oder dem Gesamtschaden eben irgendwie ab: «Es ist halt so». Und dieser Eindruck, dieser Vergleich hat schon was. Die Pandemie ist ja wirklich eine Katastrophe. Umso mehr gilt es jetzt, wieder menschengerechte Lebenszugänge, die die Bedürfnisse erfüllen, zu finden.

Wie hat Sie persönlich dieser Ausnahmezustand geprägt?

Privat habe ich die Situation gefühlt unbeschadet überstanden, die Reduktion auf Wesentliches war zusammengefasst keine unerträgliche Erfahrung. Natürlich bin ich mittlerweile sehr durstig beispielsweise nach kulturellen Eindrücken und Erlebnissen. Beruflich haben sich Hausbesuche pandemiebedingt als äusserst attraktive Alternative für beide Seiten herauskristallisiert. Diese werde ich unbedingt grundsätzlich beibehalten.



Alpenverein

Seniorenwanderungen

Anmeldung für die Seniorenwanderung jeweils bis 2 Tage vor der Tour im Sekretariat des LAV unter info@alpenverein.li oder Tel. +423 232 98 12.

1644. Dienstagswanderung am 24. August

Die Dienstagsguppe wandert vom Ostportal des Tunnels Gnalp – Steg westlich der Samina ca. 2,5 km nordwärts. Ab dem Sulzboda führt die Wanderung zuerst aufwärts zum Alten Tunnel und dann abwärts zum Gängelesee und zum Bergstüble. Sofern dieses geöffnet hat, ist dort eine Einkehr eingeplant. Treffpunkt: LBA Haltestelle Steg, Tunnel um 13.36 Uhr; ab Vaduz Post um 13.14 Uhr, ab Triesenberg Post um 13.26 Uhr,

ab Balzers Rietstrasse um 12.59 Uhr, ab Schaan Bhf um 13 Uhr. Aufstieg / Abstieg: ca. 200 m Wanderzeit: ca. 2 Std. Wanderleitung: Anton Frommelt, Triesenberg, Tel. +423 262 69 06.

1813. Donnerstagswanderung am 26. August

Mit dem LAV-Bus und Privatautos fahren die Donnerstagswanderer nach Dünserberg Winkel (Wanderparkplatz). Von dort führt der Weg der Strasse entlang zum Älpele (Sendeturm) und dann über Stock und Stein zum Hinterjoch vorbei am Rappenköpfe, hinauf zum Laternsergipfel und weiter zum Hochgerach. Verpflegung aus dem Rucksack auf dem Gipfel. Der Rückweg erfolgt via Koppes, äussere Alpila und zur Einkehr ins Älpele, danach auf der Strasse zurück zum Parkplatz.

Auf-/Abstieg: ca. 720 Hm (T2, gutes Schuhwerk und Trittsicherheit) Wanderzeit: Aufstieg ca. 2 1/2 Std; Abstieg ca. 2 Std, Distanz: ca. 11 km; Ausrüstung: Wanderstöcke sind von Vorteil. Treffpunkt: Schaanwald Zuschg um 8.23 Uhr; ab Schaan Bhf mit Linie 11 um 8 Uhr. Achtung: Die tagesaktuellen Coronavorschriften für Österreich müssen eingehalten werden. Wanderleitung: Kurt Baumgartner, Tel. +41 78 906 04.

1381. Freitagswanderung am 27. August

Die Tour beginnt bei der Haltestelle Argweg in Triesen, führt über den Neufeldweg Richtung Welda Bongert, Panoramaweg und Flüchtlingsweg zum Roxy. Treffpunkt: Triesen Argweg um 13.51 Uhr; ab Bendern Post um 13.20 Uhr (L11), ab Schaan Bhf

um 13.30 Uhr (L11), ab Balzers Schlossweg um 13.40 Uhr (L13). Wanderleitung: Josef Hasler, Tel. +423 384 15 07.

Weitere Informationen unter www.alpenverein.li/Programm

Bergsport

4. September

Nospitz (2091 m), Schwierigkeit: T3+, Anforderungen: trittsicher und schwindelfrei. Anmeldung und Auskunft bis 2. September bei Tourenleiterin Katharina Link unter Tel. 076 415 76 36 oder per E-Mail katharina@link279.com.

12. September:

Munzchopf – Weitblick, Unesco-Welterbe Sardona: T2, Auf-/Abstieg: 380/1000 Höhenmeter,

11 Km. Treffpunkt/Abfahrt: Sargans Bahnhof um 7.36 Uhr. Anmeldung und Auskunft bis 10. September bei Thomas Näf, Tel. +41 79 801 80 80 oder thomas@wanderleiter.org.

Jugend und Familie

12. September:

Klettertour Annegrethli Spitz: für Kinder ab 12 Jahren. Teilnehmerzahl begrenzt. Voraussetzung: gute Kondition, trittsicher, Klettern im 5. Schwierigkeitsgrad. Anmeldung und Auskunft bis 9. September bei Petra Wille: Tel. +41 79 129 55 74 oder petrawille@adon.li.

19. September:

Diabalöcher – auf den Spuren einer Sage (nur bei gutem Wetter): für wanderfreudige Familien bzw.

Kinder ab 5 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen. Dauer: von 9 bis 14 Uhr, ca. 3 Std. Gehzeit. Treffpunkt: Balzers Maria-Hilf-Kapelle um 9 Uhr. Anmeldung und Auskunft bis 12. September bei Thomas Hasler: Tel. +41 79 611 86 73 oder haslerthomas@adon.li.

LAV

Digitalisierung der Kontaktdaten beim LAV

Der Alpenverein macht die nötigen Schritte zur Digitalisierung der Mitgliederdatenbank. Mitglieder, welche ihre E-Mail-Adresse noch nicht beim LAV deponiert haben, mögen dies bitte unter info@alpenverein.li nachholen.

Infos: www.alpenverein.li

Onassis
Events
2021

Willkommen zu griechischen Abenden am Filmfest

Digger
Zeitgenössischer Western über einen Vater-Sohn-Konflikt

HEUTE Donnerstag, 21.15 Uhr, Im Hof.

Eintritt frei.

Films

In Zusammenarbeit mit:
FILMFEST
SCHAAN 12.-22.8.2021

ONASSIS
FOUNDATION

