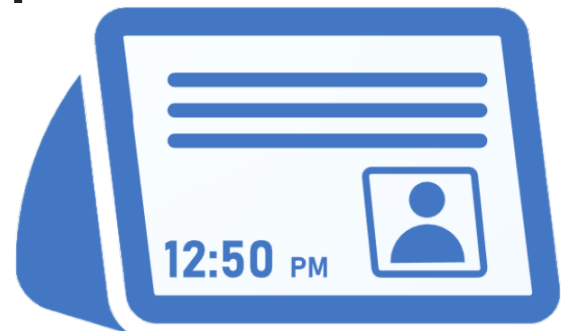




InfoCARE | Supporting Informal  
Caregivers of People with Dementia

## MODUL 2

# Ferngesteuerte und digital stimulierende Aktivitäten für Demenzpatienten



**Funded by  
the European Union**

Projekt Nr.: 2021-1-ES01-KA220-ADU-000026660. Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung [Mitteilung] trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.



Dieses Werk ist lizenziert unter einer [Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).



## InfoCARE | Supporting Informal Caregivers of People with Dementia

### PROJEKTINFORMATIONEN

**PROJEKT-NAME**

InfoCARE | Unterstützung informeller  
Betreuer von Menschen mit Demenz

**VEREINBARUNGSNUMMER**

2021-1-ES01-KA220-ADU-000026660

**ERASMUS  
SCHLÜSSELAKTION**

**PLUS**

KA220 - ADU -  
Kooperationspartnerschaften in der  
Erwachsenenbildung

**PROJEKT WEBSITE**

[www.infocare.me](http://www.infocare.me)



**SOZIALE MEDIEN**

@infocareproject  
[Youtube](#)

### PARTNERSCHAFT



## Inhalt

---

### EINFÜHRUNG

#### KAPITEL 1: Demenzaktivitäten durch den Einsatz neuer Technologien

1.1. Aktivitäten für Demenzkranke als therapeutisches Mittel

1.2 Wie wir Demenzaktivitäten mit intelligenten Geräten kombinieren - Kurzbeschreibung von Projektergebnis 2 (PR2)

1.3. Was beinhaltet Modul 2?

#### KAPITEL 2. FERNAKTIVITÄTEN FÜR DEMENZ IM FRÜHSTADIUM 10

2.1 Realitätsorientierung in aktuellen Nachrichten 10

2.2 Hobbys 12

2.3 Fotoalben 14

2.4 Was macht sie? 16

2.5 Stuhlübungen 18

2.6 Gemeinsame Objekttexturen 20

#### KAPITEL 3. FERNGESTEUERTE AKTIVITÄTEN FÜR DEMENZ IM FORTGESCHRITTENEN STADIUM 22

3.1 Musiktherapie 22

3.2 Bilder/Videos aus der Vergangenheit 24

3.3 Handbewegungen 26

3.4 Entspannende Klänge/Musik 28

#### KAPITEL 4. wichtige Klarstellungen 30

4.1 Andere digitale Geräte und die Verfügbarkeit im jeweiligen Land. Wichtige Warnhinweise. 30

4.2 Ethische Überlegungen 31

#### Referenzen 32



## EINFÜHRUNG

---

In der Demenzpflege sind nicht-pharmakologische Interventionen und Ansätze vorzuziehen, um mit den Symptomen der Demenz umzugehen, wie z. B. die Verringerung reaktiver Verhaltensweisen, die Verbesserung/Erhaltung der Funktionsfähigkeit und der kognitiven Beeinträchtigungen sowie die Verringerung emotionaler Symptome (Meyer & O'Keefe, 2020). Heutzutage werden viele Software und digitale Geräte als nicht-pharmakologische Hilfsmittel eingesetzt, um die Pflege von Menschen mit Demenz zu unterstützen. Diese neuen Technologien sollen erschwinglicher und allgemein verfügbar sein, um mehr gesundheitliche Chancengleichheit und Lebensqualität für alle zu erreichen, die es den Pflegenden ermöglichen, diese Ziele zu erreichen (Lee-Cheong, et al, 2022). In dieser Richtung sind intelligente Geräte mit integrierten virtuellen und sprachgesteuerten Assistenten vorzuziehen, da sie eine Vielzahl von Funktionen bieten, die die Pflegeaufgaben in vielerlei Hinsicht wirksam unterstützen (Fern- und persönliche Pflege, kognitive Stimulation usw.) und einfach und intuitiv zu bedienen sind (Luscombe, et al., 2021).

Das Projekt InfoCARE und seine Ergebnisse zielen darauf ab, Pflegekräfte von Menschen mit Demenz durch den Einsatz neuer Technologien bei der täglichen Pflege zu unterstützen. Das Projektergebnis 2 zielt insbesondere darauf ab:

- Verbesserung der Qualität der Unterstützung, die sie der von ihnen betreuten Person mit Demenz bieten.
- Verbesserung der Pflege- und Betreuungsbedingungen.
- Erleichterung und Unterstützung bei der Pflege und bei den täglichen Aufgaben, was letztlich die Belastung für die Betroffenen verringert.
- Geben Sie praktische Antworten auf soziale Distanz, Isolation und große Entfernungen, indem Sie die Fernbetreuung verbessern.
- Stärkung der Bindung zwischen der Pflegeperson und der demenzkranken Person

Dieses Handbuch ist Teil des InfoCARE Project Result (PR) 2 Schulungsmaterials und soll ein praktisches Hilfsmittel für informelle Betreuer, gesetzliche Vormünder und Angehörige von Menschen mit Demenz sein, um zu lernen, wie man digitale Geräte wie Amazon Echo Show und den virtuellen Assistenten von Alexa nutzt, um Aktivitäten mit Menschen mit Demenz durchzuführen. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der Entwicklung der einzelnen Aktivitäten, um die Betreuer bei praktischen Fragen zu unterstützen. Dieses Handbuch soll den Teilnehmern erklären, wie sie in die Videos von PR2 navigieren und wie sie die Aktivitäten mit Menschen mit Demenz umsetzen können, indem sie spezifische Ratschläge und Anweisungen geben.

Die Lektüre dieses Handbuchs hilft Ihnen dabei:

- sich der Bedeutung und der Vorteile des Einsatzes von Videoaktivitäten und intelligenten Geräten in der Demenzpflege bewusst sein.
- Erfahren Sie, was benötigt wird und welche Schritte notwendig sind, um die Videoaktivitäten mit dem Amazon Echo Show-Gerät und dem virtuellen Assistenten Alexa einzurichten und zu nutzen.
- Machen Sie sich mit den nicht-pharmakologischen Interventionen in der Demenzpflege unter Verwendung neuer Technologien vertraut.



Dieses Handbuch enthält auch eine Reihe von Video-Tutorials, die Ihnen helfen, sich mit den Video-Aktivitäten vertraut zu machen und ihre Möglichkeiten zu erkunden, um eine interaktive und bereichernde Lernerfahrung zu ermöglichen.



## KAPITEL 1: Aktivitäten für Demenzkranke mit Hilfe neuer Technologien

---

### 1.1. Aktivitäten für Demenzkranke als therapeutisches Instrument

Es gibt viele Aktivitäten, die man mit Demenzkranken unternehmen kann, indem man neue Technologien nutzt. Die Alzheimer's Association stellt fest, dass die Teilnahme an Aktivitäten einer Person mit Demenz helfen kann, indem:

- Verbesserung der Lebensqualität
- Verringerung von Verhaltensweisen wie Unruhe oder Herumlaufen
- ein Gefühl der Erfüllung, des Zwecks, der Nützlichkeit oder des Engagements vermitteln
- Stärkung des Gefühls der Würde und des Selbstwertgefühls
- Vermittlung eines Gefühls der Normalität

Untersuchungen aus dem Jahr 2020 haben außerdem ergeben, dass die Teilnahme an Aktivitäten außerhalb von Pflegeeinrichtungen zur Verbesserung der psychischen und physischen Gesundheit von Menschen mit Demenz beiträgt (D'Cunha, et al, 2020).

Darüber hinaus gibt es viele weitere Veröffentlichungen, in denen zahlreiche nicht-pharmakologische Ansätze und Aktivitäten hervorgehoben werden, die bei der Verringerung reaktiver Verhaltensweisen, der Verbesserung/Erhaltung der Funktionsfähigkeit und der Verringerung emotionaler Störungen wirksam sein können. Diese Ansätze werden häufig gegenüber pharmakologischen Ansätzen bevorzugt, da sie in der Regel weniger Nebenwirkungen haben und weniger invasiv sind. Einige Beispiele für nicht-pharmakologische Aktivitäten, die eingesetzt werden können, um reaktive Verhaltensweisen bei Menschen mit Demenz zu reduzieren, sind:

1. **Veränderungen der Umgebung:** Eine Veränderung der Umgebung, um die sensorische Stimulation zu reduzieren, Struktur und Routine zu schaffen und die Sicherheit zu verbessern, kann hilfreich sein, um reaktionsfreudiges Verhalten zu reduzieren.
2. **Verhaltensorientierte Interventionen:** Dazu gehören das Erkennen und Beseitigen von Auslösern für bestimmte Verhaltensweisen, die Umsetzung positiver Verstärkungsstrategien und der Einsatz von Umlenkungstechniken.
3. **Kognitive Interventionen:** Dazu können Aktivitäten zur kognitiven Stimulation, Erinnerungstherapie und Therapie der Realitätsorientierung gehören.
4. **Soziale Interventionen:** Dazu gehören Sozialisierungsmaßnahmen, Gruppentherapie und Selbsthilfegruppen für Demenzkranke und ihre Betreuer.
5. **Musiktherapie:** Sie kann hilfreich sein, um Angst und Unruhe bei Menschen mit Demenz zu verringern.

Neben der Verringerung reaktiver Verhaltensweisen können auch nicht-pharmakologische Ansätze die Funktionsfähigkeit von Menschen mit Demenz verbessern bzw. erhalten. Einige Beispiele für diese Ansätze sind:

1. **Beschäftigungstherapie:** Sie kann Menschen mit Demenz helfen, ihre Fähigkeit zur Durchführung von Aktivitäten des täglichen Lebens zu erhalten und ihre allgemeine Funktionsfähigkeit zu verbessern.
2. **Körperliche Bewegung:** Dies kann die körperliche Funktion verbessern und das Sturzrisiko bei Menschen mit Demenz verringern.
3. **Kognitives Training:** Dies kann Aktivitäten zur Verbesserung des Gedächtnisses, der Aufmerksamkeit und der Problemlösungsfähigkeiten umfassen.

Schließlich können auch nicht-pharmakologische Ansätze zur Verringerung emotionaler Störungen wie Depressionen und Ängste bei Menschen mit Demenz wirksam sein. Einige Beispiele für diese Ansätze sind:

1. **Aktivierung von Verhaltensweisen:** Hier geht es darum, die Menschen zu Aktivitäten zu ermutigen, die ihnen Spaß machen und die sie sinnvoll finden.
2. **Gedächtnistherapie:** Sie kann Menschen mit Demenz helfen, schwierige Gefühle im Zusammenhang mit vergangenen Erlebnissen zu verarbeiten und zu bewältigen.
3. **Kognitive Verhaltenstherapie:** Sie kann Menschen mit Demenz helfen, negative Denkmuster zu erkennen und zu ändern, die zu emotionalen Störungen beitragen.
4. Insgesamt können **nicht-pharmakologische Ansätze** ein wirksames Mittel sein, um reaktive Verhaltensweisen zu reduzieren, die Funktionsfähigkeit zu verbessern/erhalten und emotionale Störungen bei Menschen mit Demenz zu reduzieren (Meyer & O'Keefe, 2020; van der Steen, et al, 2018).

## 1.2 Wie wir Demenzaktivitäten mit intelligenten Geräten kombinieren - Kurzbeschreibung von Projektergebnis 2 (PR2)

Eine umfassende Schulung von Pflegekräften über die Möglichkeit, neue Technologien zur Durchführung von Aktivitäten bei der Betreuung von Menschen mit Demenz einzusetzen, ist noch nicht ausreichend entwickelt worden. Daher besteht ein erhöhter Bedarf, sich mehr auf die Schulung von Pflegekräften zu konzentrieren, wie man technologische Geräte zur Durchführung von Demenzaktivitäten einsetzt. Das Projektergebnis 2 (PR2) von InfoCARE konzentriert sich auf Demenzaktivitäten und enthält alle relevanten Informationen darüber, wie Demenzaktivitäten unter Verwendung intelligenter Geräte durchgeführt werden können. Es ist eine praktische Antwort auf die COVID-19-Pandemie und die restriktiven Maßnahmen, die den Stress und die Belastung für Familien, die sich um einen demenzkranken Angehörigen kümmern, verstärkt haben. Daher weist dieses Ergebnis ein sehr innovatives Element auf und ist sowohl für die persönliche als auch für die Fernbetreuung anpassbar. Es zielt insbesondere darauf ab:



- Anpassung der Aktivitäten von Projektergebnis 1 (PR1): Training zu kognitiven Aktivitäten - geistig stimulierende Aktivitäten für Demenzpatienten, so dass sie mit Hilfe neuer

Technologien und Geräte wie Amazon Echo Show oder Spot und Google Nest Hub aus der Ferne durchgeführt werden können.

- Den Betreuern von Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen und/oder Demenz eine praktische Antwort auf die soziale Distanzierung und Isolation aufgrund der aktuellen Gesundheitskrise zu geben, indem neue Technologien bei der täglichen Pflege eingesetzt werden.
- Verbesserung der sozialen Interaktion zwischen Demenzkranken und ihren informellen Betreuern und Familien als Reaktion auf die soziale Distanzierung.
- Fügen Sie zusätzliche Aktivitäten hinzu, die durchgeführt werden können, und das Ergebnis kann als Schulungsmaterial für Pflege- und Betreuungseinrichtungen sowie für NRO und Organisationen, die mit Senioren und Menschen mit Demenz arbeiten, dienen.

Die PR2-Handbücher werden dazu beitragen:

- Verbesserung der digitalen Kompetenz von informellen Pflegekräften, die sich um Menschen mit Demenz kümmern;
- Verbesserung der Qualität der Unterstützung, die Familien und Fachleute, die mit Menschen mit Demenz arbeiten, ihnen bieten;
- Anerkennung der Schwierigkeiten, die mit fortgeschrittenen Demenzstadien verbunden sind, und der Möglichkeiten einer angemessenen Behandlung;
- Intensivierung der sozialen Interaktion zwischen Demenzkranken und ihren Familien bzw. informellen Betreuern trotz sozialer Distanz, dank neuer Technologien;
- Erleichterung von Stress und Belastung in psychologischer, emotionaler und finanzieller Hinsicht dank nicht-formaler Bildung und neuer Technologien;
- Verbesserte Pflege- und Betreuungsbedingungen für Pflegekräfte.

Der PR2 ist wie folgt aufgebaut:

- Modul 1: - Handbuch und eine Reihe von Videos zur digitalen Kompetenz für Betreuer von Demenzpatienten: grundlegende digitale Fähigkeiten zur Nutzung einer der für die Fernbetreuung vorgeschlagenen Technologien (Amazon Echo Show und der virtuelle Assistent von Alexa).

- Modul 2: Handbuch und eine Reihe von Videos über ferngesteuerte und digitale anregende Aktivitäten für Demenzpatienten: Anpassung der in den Projektergebnissen 1 enthaltenen Aktivitäten - Module 3 und 4 - für die ferngesteuerte und digitale Umsetzung. [Link zu den Videos](#)

In diesem Handbuch werden wir uns darauf konzentrieren, mehr Informationen zu Modul 2 zu geben und zu zeigen, wie man diese Aktivitäten aus der Ferne mit dem Amazon Echo Show-Gerät, einem ähnlichen digitalen Gerät Ihrer Wahl oder sogar einer Videoanrufsoftware durchführen kann.

Die meisten der in diesem Handbuch vorgeschlagenen Aktivitäten können aus der Ferne durchgeführt werden, indem die Pflegeperson ein Smartphone und die Person mit Demenz ein Amazon Echo Show-Gerät verwendet. Beide Geräte können einfach über einen Videoanruf verbunden werden, indem die Drop-in-Funktion von Amazon über die Alexa-App verwendet wird (siehe Modul 1, um Details zur Einrichtung zu erhalten). Für einige der Aktivitäten ist eine vollständige Fernimplementierung nicht möglich, daher werden auch Alternativen beschrieben, wie sie mit Hilfe von digitalen Geräten und Software durchgeführt werden können.





Es muss klargestellt werden, dass nicht alle in diesem Handbuch vorgeschlagenen Aktivitäten aus der Ferne durchgeführt werden können; für diese werden Alternativen angeboten, wie sie mit Hilfe digitaler Geräte von Angesicht zu Angesicht durchgeführt werden können.



## KAPITEL 2. FERNAKTIVITÄTEN BEI DEMENZ IM FRÜHSTADIUM

---

**Wichtiger Hinweis:** Für die Zwecke des InfoCare-Projekts werden die Beschreibungen für jede Aktivität für die Durchführung jeder Aktivität mit dem Amazon Echo Show-Gerät angegeben. Andere Geräte und/oder Videogesprächssoftware können verwendet werden, um die Aktivitäten aus der Ferne durchzuführen.

### 2.1 Realitätsorientierung in aktuellen Nachrichten

**Art:** Kognitive Stimulation.

**Modus der Durchführung:** Fern.

**Ziel/Nutzen:** geistige Fähigkeiten, z. B. Orientierung, Konzentration, Gedächtnis, Sprache und Fähigkeit zur Interaktion.

**Zeit:** Die vorgeschlagene Zeit für diese Aktivität beträgt 40 Minuten. Sie können diese Zeit jedoch an den Grad der Beeinträchtigung und daran anpassen, wie gut die Person mit dem digitalen Gerät interagieren kann.

Wenn die Person anfängt, sich ängstlich zu fühlen und Sie merken, dass die Aktivität für sie eine zu große Herausforderung darstellt, können Sie die Aktivität beenden und das Gespräch auf ein Thema lenken, das für die Person angenehmer ist.

#### **Voraussetzungen:**

1. Beide Geräte sind über die Drop-in-Funktion oder einen Videoanruf verbunden, falls Sie sich für ein anderes digitales Gerät entscheiden.
2. Zeitungen, Nachrichtensendungen im Fernsehen oder Radio
3. Wenn Sie sich für die Radio- oder Fernsehübertragung entscheiden, vergewissern Sie sich, dass beide Radios/Fernseher eingeschaltet sind und Sie dieselbe Nachrichtensendung sehen.
4. Die Person kann Sie über den Bildschirm gut sehen und hören.
5. Die Person ist entspannt und motiviert, sich auf die Aktivität einzulassen.

**Beschreibung:** Diese Aktivität hilft der Person mit Demenz, sich einbezogen zu fühlen und sich über die Ereignisse in der Welt zu informieren. Darüber hinaus können die besprochenen Ereignisse sie an andere Ereignisse erinnern, was sie glücklich machen kann, ihr Wissen über ein bestimmtes Thema zu teilen. Nehmen Sie eine Zeitung von diesem Datum und beginnen Sie, über ein darin beschriebenes Ereignis zu sprechen. Alternativ können Sie auch gemeinsam eine Nachrichtensendung ansehen oder die Nachrichten im Radio hören und über die darin erwähnten Ereignisse sprechen. Beginnen Sie damit, die Person zu bitten, über sich selbst (z. B. Name, Geburtsort, Hobbys usw.) und die aktuelle Uhrzeit zu sprechen. Dann können Sie ein aktuelles Thema auswählen, über das Sie diskutieren möchten. Sie können ihn/sie auch bitten, eine Strategie zu finden, um sich ein typisches Merkmal des Themas zu merken (z. B. Feuerwerk), damit er/sie sich später daran erinnern kann, indem er/sie es auf einem Papier aufschreibt, wenn



er/sie gefragt wird. Diese Aktivität kann aus der Ferne entweder mit dem Amazon Echo Show oder einer anderen Videoanrufsoftware durchgeführt werden.

**Wie Sie die Aktivität durchführen:** Nachdem Sie die Geräte eingerichtet und sich vergewissert haben, dass die Person reagiert, können Sie damit beginnen, den Dialog zu fördern und die Person schrittweise in die Aktivität einzubeziehen, z. B. mit Fragen:

*Was halten Sie von der Sendung?*

*Welche Ereignisse wurden in der Zeitung erwähnt?*

*Gab es besondere Ereignisse, die Ihnen in der Sendung aufgefallen sind?*

*Hat Sie eines der Ereignisse an ein früheres Ereignis erinnert? Wenn ja, können Sie das näher erläutern?*

*Was hat Ihnen an der Sendung am besten bzw. am wenigsten gefallen?*

**Tipps und Empfehlungen:** Wählen Sie ein beliebiges Thema, je nach aktuellem Geschehen. Wenn er/sie keine Strategie findet, um sich das Thema zu merken, können Sie ihm/ihr eine Strategie vorgeben (z. B. das Wort beginnt mit dem Buchstaben "F"). Um den Schwierigkeitsgrad zu erhöhen, können Sie ihn/sie auffordern, einige Handbewegungen auszuführen (z. B. die Handflächen zu öffnen und zu schließen), während er/sie auf Ihre Fragen zum Thema antwortet (z. B. was machen wir an Silvester?). Wenn die Person mit Demenz Seh- und/oder Hörprobleme hat, stellen Sie sicher, dass sie ihre Brille oder ihr Hörgerät zur Hand hat. Wenn Sie Amazon Echo Show verwenden, vergewissern Sie sich bei der Einrichtung des Geräts für die von Ihnen betreute Person im Voraus, dass die Lautstärke richtig eingestellt und das Gerät mit Ihrem Mobiltelefon gekoppelt ist, sowie dass die Drop-in-Funktion und die Berechtigungen richtig eingerichtet sind.

**Passen Sie die Aktivität an:** Sie können die Aktivität an die Vorlieben der demenzkranken Person anpassen. Zum Beispiel:

- Wenn die Person daran gewöhnt ist, die Nachrichten im Radio zu hören, ist es vielleicht am besten, eine Radiosendung auszuwählen, um diese Aufgabe anzugehen.
- Wenn sie eine bestimmte Zeitung abonniert haben, können Sie von den Nachrichten in dieser Zeitung ausgehen, da dies die Arbeit erleichtert, da sie die Zeitung automatisch in der Hand haben und ihnen die Struktur und das Layout der Zeitung vertraut erscheinen.

**Link zum Video der Aktivität:**

<https://youtu.be/rc2dPaFndmY?si=LJoagAnUBmPFgwIz>





## 2.2 Hobbys

**Art:** Reminiszenz

**Art der Durchführung:** Gemischt. Optionen für Fernbetreuung und persönliche Betreuung (mit physischer Anwesenheit der Betreuungsperson und der Person mit Demenz).

**Ziel/Vorteile:** Emotionale und verhaltensbezogene Vorteile, Auslösung von Emotionen und Erinnerungen, Unterhaltung und Förderung des Kontakts mit der Pflegeperson.

**Zeit:** Je nach den gewählten Optionen. 20min - 1h.

**Voraussetzungen:** Um die Aktivität ausführen zu können, müssen die folgenden Voraussetzungen erfüllt sein:

1. Die Person sollte zuhören und den Bildschirm sehen können.
2. Die Person sollte entspannt und motiviert sein, sich an der Aktivität zu beteiligen.
3. Erklären Sie dem Patienten kurz die Aktivitäten, die Sie mit dem digitalen Gerät durchführen oder durchführen werden, und wecken Sie sein Interesse.
4. Wenn die demenzkranke Person Seh- und/oder Hörprobleme hat, stellen Sie sicher, dass sie ihre Brille oder ihr Hörgerät dabei hat.

Die Materialien, die Sie für diese Aktivität benötigen, können je nach den Hobbys der demenzkranken Person variieren. Bei einem Patienten, der gerne kocht oder isst, können Sie zum Beispiel ein Video von seinem Lieblingsgericht abspielen. Auf diese Weise können Sie den Fokus der Person ändern und versuchen, dieses Gericht gemeinsam zuzubereiten. Dazu müssen Sie eventuell die notwendigen Materialien zum Kochen besorgen.

Bei einem Patienten, dessen Hobby das Stricken ist, können Sie Videos abspielen, die verschiedene Stricktechniken zeigen. Da er/sie sich noch im Anfangsstadium der Demenz befindet, können Sie versuchen, gemeinsam zu stricken, soweit es seinen/ihren motorischen und kognitiven Fähigkeiten entspricht.

**Beschreibung:** Konzentrieren Sie sich auf ein Hobby, das ihnen früher Spaß gemacht hat, und ermutigen Sie sie, darüber zu sprechen (z. B. Kochen). Sie können relevante Gegenstände verwenden, um die Diskussion zu fördern (z. B. Lieblingskraut). Es ist wichtig, ein Hobby zu wählen, das die Person kennt und mag, da sie dann eher positiv darauf reagieren wird.

**Wie man die Aktivität durchführt:**

Option 1: Ein Video über sein Hobby ansehen. Wenn Sie zum Beispiel einen Verwandten haben, der gerne Pasta isst oder zubereitet, können Sie die Optionen bewerten, indem Sie dem Gerät den Befehl geben: "Alexa, öffne ein Video über die Zubereitung von Pasta auf Youtube". Indem Sie die Zutaten in einem Video, das Sie interessiert, angeben, können Sie die Anweisungen nach und nach befolgen. Auf diese Weise haben Sie eine Aktivität ausgeführt und können diese mit dem Video, das Sie sich ansehen, einfach fortsetzen. Diese Option kann nicht über die Drop-In- oder Anruf-Funktion des Amazon Echo Show aus der Ferne durchgeführt werden. Andere Videoanrufsoftware (z. B. Skype, Zoom usw.) kann für die Implementierung oder bei physischer Anwesenheit mit dem Gerät verwendet werden.



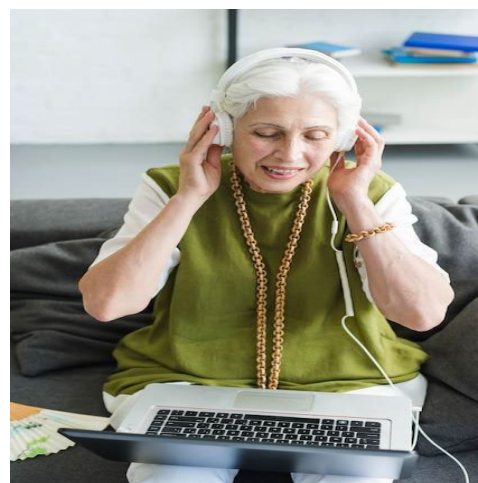
Option 2: Einen Film ansehen. Da das Ansehen von Filmen eines der häufigsten Hobbys ist, können Sie viele Filme mit Ihrem demenzkranken Angehörigen über Amazon Echo Show ansehen. Amazon bietet Ihnen in diesem Zusammenhang viele Möglichkeiten. Mit Hilfe von Sprachbefehlen können Sie Filme, Dokumentationen und kurze Videos zu verschiedenen Themen entdecken. Wenn Sie zum Beispiel den Befehl "Alexa, finde Komödien" geben, listet Alexa die Komödien auf, die Sie sich ansehen können. Sie können eine davon auswählen und sie gemeinsam ansehen. Diese Option kann nicht über die Drop-in-Funktion oder die Anruhfunktion des Amazon Echo Show aus der Ferne ausgeführt werden. Andere Videoanrufsoftware (z. B. Skype, Zoom usw.) kann für die Implementierung oder bei physischer Anwesenheit mit dem Gerät verwendet werden.

Option 3: Drop-in-Gespräche. Sie können kurze Unterhaltungen über Ihre gemeinsamen Hobbys führen. Die Drop-In-Funktion des Amazon Echo Show kann in dieser Hinsicht sehr nützlich sein. Basierend auf den zuvor genannten Beispielen können Sie ein einfaches Detail über das zubereitete Essen oder eine Frage über den gesehenen Film stellen. So können Sie ein Gespräch führen, in dem Sie die kognitiven Fähigkeiten Ihres Angehörigen mit Demenz testen können. Wenn Sie dem Demenzkranken das Gefühl geben, dass er die Fragen richtig beantwortet, wird sein Selbstvertrauen gestärkt und er kann in seinem Alltag eine gute Stimmung haben. Diese Option kann aus der Ferne mit dem Amazon Echo Show-Gerät und seinen Funktionen oder einer anderen Anrufsoftware (z. B. Skype, Zoom usw.) durchgeführt werden.

**Tipps und Empfehlungen:** Sie können dem Patienten Hinweise auf die geplante Aktivität geben. Sie können eine günstigere Videoauswahl treffen, indem Sie sich die zu öffnenden Videos über die Hobbys des Patienten vorher alleine ansehen. Menschen mit beginnender oder mittelschwerer Demenz nehmen Aktivitäten besser wahr, wenn sie sie sehen und beobachten. Daher ist es sehr wichtig, die geplanten Aktivitäten mit ihnen durchzuführen und alle Bewegungen in geordneter Weise nach den Regeln für eine gesündere Aktivität auszuführen.

**Link zum Video der Aktivität:**

<https://youtu.be/PXx0vIK24xQ?si=u8kHSn45294AGwAd>



## 2.3 Fotoalbum

**Art:** Reminiszenz

**Art der Durchführung:** Gemischt. Optionen für Fernbetreuung und persönliche Betreuung (mit physischer Anwesenheit der Betreuungsperson und der Person mit Demenz).

**Ziel/Vorteile:** Emotionale und verhaltensbezogene Vorteile, Auslösung von Emotionen und Erinnerungen, Unterhaltung, Förderung der Bindung zur Betreuungsperson. Training des Gedächtnisses und Erinnerung an verschiedene Menschen, Momente oder Orte, Stärkung der Erinnerungsbindung.

**Zeit:** Die vorgeschlagene Zeit für diese Aktivität beträgt eine Stunde. Sie können sie jedoch an den Grad der Beeinträchtigung und daran anpassen, wie gut die Person mit dem digitalen Gerät interagieren kann.

**Voraussetzungen:**

1. Beide Geräte sind über die Drop-in-Funktion oder einen Videoanruf verbunden, falls Sie sich für ein anderes digitales Gerät entscheiden.
2. Die Person kann Sie über den Bildschirm gut sehen und hören.
3. Die Person ist entspannt und motiviert, sich auf die Aktivität einzulassen.
4. Die ausgewählten Fotos sind griffbereit, so dass die demenzkranke Person sie leicht finden kann.

**Beschreibung:** Fotoalbum ist eine Erinnerungsaktivität, die für Menschen mit Demenz geeignet ist, da sie ihnen hilft, das Gedächtnis zu trainieren und sich an verschiedene Personen, Momente oder Orte zu erinnern, wodurch die Gedächtnisbindung gestärkt wird. Zuerst muss man sicherstellen, dass die Person mit Demenz das Fotoalbum in der Nähe hat, dann kann man beginnen. Es gibt zwei Möglichkeiten, die Aktivität zu entwickeln. Eine Möglichkeit besteht darin, sie zu bitten, nach verschiedenen Zielen zu suchen, wie z. B. Personen, Momente oder verschiedene Orte, an denen sie gewesen sind, und ihnen zu helfen, das Gedächtnis durch die Bilder zu trainieren, indem sie ihre eigene Geschichte mit den Fotos erstellen.

Eine andere Möglichkeit besteht darin, die Person ein Foto frei auswählen zu lassen und ihr Fragen zu dem ausgewählten Foto zu stellen. Dies ist eine weniger strukturierte Art, die Aktivität durchzuführen, aber wenn die kognitive Beeinträchtigung schwerwiegend ist, könnte dies eine bessere Art sein, mit der Person zu arbeiten.

Diese Aktivität stimuliert auch das visuelle Gedächtnis, das episodische Gedächtnis und die Erinnerung, insbesondere an das Langzeitgedächtnis. Je nach dem Grad der Beeinträchtigung der Person sollte die Aktivität angepasst werden, indem die Art der Fragen geändert wird.

**Wie man die Aktivität durchführt:** Um die Aktivität durchzuführen, müssen Sie den Videoanruf mit der Drop-in-Funktion starten und die Person mit Demenz bitten, das Fotoalbum oder die Fotoalben auszuwählen. Bitten Sie sie dann, einige Fotos aus verschiedenen Seiten oder Alben auszuwählen, bis sie mindestens 10 Fotos ausgewählt hat. Dies kann entweder 1) aus der Ferne mit dem Amazon Echo Show-Gerät erfolgen, wobei die Person physischen Zugriff auf das Fotoalbum hat, 2) aus der Ferne mit einer beliebigen Videogesprächssoftware, die die



gemeinsame Nutzung des Bildschirms ermöglicht, so dass beide gleichzeitig die Fotos ansehen können, 3) persönlich mit dem Amazon Echo Show-Gerät; die Pflegeperson und die Person mit Demenz befinden sich beide im selben Raum und nutzen das Gerät, um auf die Fotos im Fotoalbum des Geräts zuzugreifen.

Sobald die Fotos ausgewählt sind, besteht die Aktivität darin, die Person mit Demenz in ein Gespräch über die Fotos zu verwickeln, indem Fragen wie diese gestellt werden:

*Erinnern Sie sich an diese Reise? Was ist an diesem Tag passiert? Erinnerst du dich, dass Silvia die Tasche im Park verloren hat? Wie haben wir sie gefunden?*

*Wer ist die Person neben mir? Erinnerst du dich an das letzte Mal, als du sie gesehen hast? Haben Sie den Tag genossen?*

*Wo machen wir dieses Foto? Wie viele Jahre leben wir in diesem Haus?... und so weiter.*

Eine andere Möglichkeit, die Aktivität durchzuführen: Anstatt die Person die Fotos frei wählen zu lassen, kann man sie nach mehreren Zielen fragen, um zu überprüfen, ob die Person die Ziele (Personen, Momente, Orte) wiedererkennt.

Sie können die Person zum Beispiel bitten, Fotos auszuwählen:

*Ein Verwandter (z. B. die Schwester)*

*Ein Freund (z. B. ein Studienkollege)*

*Ein Haustier (zum Beispiel: Hund)*

*Eine Reise (zum Beispiel: Urlaub am Strand)*

*Ein bedeutender Ort (zum Beispiel: ein altes Haus)*

*Ein bestimmtes Fest im Laufe der Jahre (zum Beispiel: Weihnachten)*

*Ein bestimmtes Jahr (zum Beispiel: nur Fotos von 2003)*

Wenn die Person die Aufgabe gut löst und die richtigen Ziele findet, können Sie sie in ein längeres Gespräch über die ausgewählten Fotos verwickeln. Wenn die Person die Aufgabe nicht lösen kann, können Sie zu der anderen Option wechseln und die Person frei wählen lassen, welche Fotos sie bevorzugt.

**Tipps und Empfehlungen:** Berücksichtigen Sie, dass das Gedächtnis am besten trainiert wird, wenn Sie die Aktivität häufig ausüben, um die mit den Fotos verbundenen Erinnerungen wieder aufzugreifen und die entstandenen Verbindungen zu verstärken. Je nach Grad der Beeinträchtigung sollten Sie dies wöchentlich oder sogar täglich tun. Und damit es interessant bleibt, sollten Sie nicht jeden Tag die gleichen Fotos verwenden, sondern nach verschiedenen Lebensmomenten (Kindheit, Jugend und Erwachsensein) oder wichtigen Momenten (Geburt, Beruf, Freunde, Hochzeit oder Familienfeiern, Reisen...) fragen und das Thema jeden Tag wechseln. Es ist auch wichtig, schmerzhaft und traurige Erinnerungen zu vermeiden und zu versuchen, sich an die schönen Momente zu erinnern. Wenn eine traurige Erinnerung auftaucht, begleiten Sie die Person und zeigen Sie Ihr Einfühlungsvermögen, damit sich die Person



verstanden und wohl fühlt; es ist jedoch vorzuziehen, diese Übung mit glücklichen und fröhlichen Momenten durchzuführen. Wenn die Person nicht in der Lage ist, sich verbal mitzuteilen, sollten Sie sich darauf konzentrieren, ihr die Freude zu bereiten, sich an ihre Vergangenheit zu erinnern, auch wenn sie sie nicht teilen kann.

**Personalisieren Sie die Aktivität:** Konzentrieren Sie sich auf ein Hobby, das ihnen früher Spaß gemacht hat, und ermutigen Sie sie, darüber zu sprechen (z. B. Kochen). Sie können relevante Gegenstände verwenden, um die Diskussion zu fördern (z. B. Lieblingskräuter). Es ist wichtig, ein Hobby zu wählen, das die Person kennt und mag, da sie dann eher positiv darauf reagieren wird.

**Link zum Video der Aktivität:**

<https://youtu.be/tSVwzbhkgdQ?si=fVG38dG8HbOyIR0k>



## 2.4 Was muss man dafür tun?

**Art:** Reminiszenz

**Art der Durchführung:** Ferngesteuert.

**Ziel/Vorteile:** Neben dem Gedächtnis stimuliert diese Aktivität auch andere kognitive Funktionen wie Aufmerksamkeit und logisches Denken. Wenn die Person noch mobil ist, kann sie auch zur körperlichen Stimulation beitragen.

**Zeit:** Die vorgeschlagene Zeit für diese Aktivität beträgt 20 Minuten, aber Sie können sie an den Grad der Beeinträchtigung anpassen und daran, wie gut die Person mit dem digitalen Gerät interagieren kann.

**Voraussetzungen:** Um die Aktivität per Fernzugriff durchzuführen, müssen die folgenden Voraussetzungen erfüllt sein:

1. Beide Geräte sind über die Drop-in-Funktion oder einen Videoanruf verbunden, falls Sie sich für ein anderes digitales Gerät entscheiden.
2. Die Person kann Sie über den Bildschirm gut sehen und hören.
3. Die Person ist entspannt und motiviert, sich auf die Aktivität einzulassen.
4. Die für die Aktivität ausgewählten Gegenstände sind griffbereit, so dass die demenzkranke Person sie leicht finden kann.
5. Wenn die Person Seh- oder Hörprobleme hat, vergewissern Sie sich, dass sie ihre Brille oder ihr Hörgerät dabei hat.

Um es einfacher zu machen: Wenn Sie ein Echo Show-Gerät verwenden, vergewissern Sie sich bei der Einrichtung im Voraus, dass die Lautstärke richtig eingestellt ist, das Gerät mit Ihrem Mobiltelefon gekoppelt ist und dass die Drop-in-Funktion und die Berechtigungen aktiviert sind.

**Beschreibung:** What does it do ist eine Erinnerungsaktivität, die Menschen mit Demenz hilft, sich an den Gebrauch von Alltagsgegenständen zu erinnern. Die Aktivität besteht darin, Gegenstände auszuwählen, die die Person täglich benutzt und an deren Funktionen sie sich noch erinnern kann. Die Gegenstände müssen von der Betreuungsperson im Voraus ausgewählt und der Person mit Demenz vor der Kamera gezeigt werden. Dabei kann es sich um Gegenstände der Körperpflege wie eine Zahnbürste oder einen Kamm handeln, aber auch um Kleidung, Küchenutensilien und so weiter. Sobald die Gegenstände ausgewählt sind, besteht die Aktivität darin, die Person in ein Gespräch über die Gegenstände zu verwickeln, indem Fragen gestellt werden wie:

*Wie heißt das Objekt? oder Wofür wird das Objekt verwendet?*

**Wie man die Aktivität durchführt:**

Nachdem Sie die Geräte eingerichtet und sich vergewissert haben, dass die Person reagiert, können Sie den Dialog fördern und die Person allmählich mit Fragen wie diesen in die Aktivität einbeziehen:

*Welchen Gegenstand benutzen Sie zum Zähneputzen?*



*Können Sie sagen, wo Sie sie platzieren?*

*Können Sie mir den Gegenstand bringen und zeigen?*

*Kannst du sie wieder an ihren Platz stellen?*

Wenn die Person anfängt, sich ängstlich zu fühlen, und Sie merken, dass die Aktivität eine zu große Herausforderung für sie ist, können Sie die Aktivität beenden und das Gespräch auf ein angenehmeres Thema umleiten.

**Tipps und Empfehlungen:** Es ist besser, die funktionellen Gegenstände zu verwenden, die die Person vor ihrer Demenz benutzt hat, wie z. B. einen Kamm oder eine bestimmte Kaffeetasse.

**Personalisieren Sie die Aktivität:**

Sie können verschiedene Schwierigkeitsgrade hinzufügen:

Wenn die Person in ihrer körperlichen Mobilität eingeschränkt ist oder in einem Pflegezentrum lebt, können Sie ihr einfach Bilder der Gegenstände über das Gerät zeigen, anstatt sie zu bitten, die Gegenstände zu suchen und mitzubringen.

Wenn die Person noch in ihrer Wohnung lebt und sich bewegen kann, können Sie sie bitten, durch die Wohnung zu gehen, den Gegenstand vor Beginn des Gesprächs zu suchen und zu bringen und ihn am Ende der Aktivität wieder an seinen Platz zu legen.

Wenn die Person gut auf die Aktivität reagiert, können Sie die Anzahl oder den Schwierigkeitsgrad der Fragen erhöhen, indem Sie sie z. B. auffordern, den Prozess zu beschreiben und den Gegenstand mit Routinen zu verbinden, indem Sie Fragen wie diese stellen:

*Wie putzen Sie Ihre Zähne?*

*Welche anderen Elemente brauchen Sie zum Zähneputzen?*

*Wie oft am Tag machen Sie das?*

**Link zum Video der Aktivität:**

[https://youtu.be/XyO0DpdfeyA?si=Si0\\_KgRnzSn-wBzn](https://youtu.be/XyO0DpdfeyA?si=Si0_KgRnzSn-wBzn)



## 2.5 Stuhl Übungen

**Art:** Physikalisch

**Art der Durchführung:** Ferngesteuert.

**Ziel/Vorteile:** Diese Übungen zielen auf den Aufbau oder die Erhaltung von Muskelkraft und Gleichgewicht ab und sind weniger anstrengend als Übungen im Stehen. Sie können Teil eines sich entwickelnden Programms sein, wobei die Anzahl der Wiederholungen jeder Übung mit der Zeit erhöht wird.

**Zeit:** Die Zeit, die wir für all diese Aktivitäten benötigen, beträgt etwa 20 Minuten. Natürlich kann diese Zeit je nach Situation und gewählten Übungen variieren.

**Voraussetzungen:** Um die Aktivität aus der Ferne mit einem digitalen Gerät durchführen zu können, müssen die folgenden Voraussetzungen erfüllt sein:

1. Beide Geräte sind über die Drop-in-Funktion oder einen Videoanruf verbunden, falls Sie sich für ein anderes digitales Gerät entscheiden.
2. Die Person kann Sie über den Bildschirm gut sehen und hören.
3. Die Person ist entspannt und motiviert, sich auf die Aktivität einzulassen.
4. Die Person hat einen Stuhl zur Hand.
5. Achten Sie darauf, dass die Person, die die Bewegungen ausführen wird, bequeme Kleidung trägt. Die Bewegungen, die wir ausführen werden, erfordern eine gewisse Flexibilität.
6. *Optional* können auch Hanteln oder Widerstandsbänder verwendet werden. Achten Sie darauf, dass sie nicht sehr schwer sind und sich leicht heben und bewegen lassen.

**Beschreibung:** Menschen mit Demenz können von einem regelmäßigen Programm mit sitzenden Übungen zu Hause oder in einer Gruppe in einem örtlichen Kurs profitieren. Oft ist es eine gute Idee, diese Übungen zumindest einmal von einem Lehrer oder auf einem Video vorgeführt zu bekommen. Die Betreuungsperson kann die Rolle des Anleiters für die Person mit Demenz übernehmen und die Übungen über die Kamera zeigen. Beispiele für einige funktionelle Stuhlübungen und deren Ausführung finden Sie in dem Video am Ende dieses Abschnitts. Es ist wichtig, daran zu denken, dass es durchaus möglich ist, diese Übungen zu variieren.

**Wie man die Aktivität durchführt:**

Übung 1: Langes Beinheben

Anweisungen:

1. Setzen Sie sich bequem auf den Stuhl und achten Sie darauf, dass Ihr Rücken gerade ist und die Brust herauschaut.
2. Legen Sie Ihre beiden Hände an die Seiten des Stuhls.
3. Stellen Sie beide Füße weit vor sich auf, wobei die Zehen nach vorne zeigen, und achten Sie darauf, dass die Füße diagonal zur Hüfte stehen.
4. Heben Sie ein Bein an und senken Sie es dann langsam wieder in die Ausgangsposition ab.



Übung 2: Knie vor der Brust im Sitzen

Anweisungen:

1. Setzen Sie sich bequem auf den Stuhl und achten Sie darauf, dass Ihr Rücken gerade ist und Ihre Körpermitte angespannt ist.
2. Legen Sie beide Hände an die Seiten des Stuhls und halten Sie ihn fest.
3. Stellen Sie beide Füße vor den Körper und richten Sie die Zehen nach oben. Achten Sie darauf, dass Ihre Füße diagonal zu Ihren Hüften stehen.
4. Heben Sie langsam beide Beine hoch und beugen Sie dabei die Knie. Bringen Sie sie dann langsam wieder in die Ausgangsposition zurück, indem Sie die gleiche Bewegung in die entgegengesetzte Richtung ausführen.

Übung 3: Schulterdrücken im Sitzen:

Anweisungen:

1. Nehmen Sie ein Paar leichte Hanteln und halten Sie sie auf beiden Seiten Ihres Körpers in gleicher Länge.
2. Setzen Sie sich bequem auf den Stuhl und achten Sie darauf, dass Ihre Hüften weit nach hinten geschoben sind und Ihr Rücken fest von der Rückenlehne des Stuhls gestützt wird.
3. Spannen Sie Ihre Rumpfmuskulatur an.
4. Heben Sie die Kurzhanteln über den Kopf, wobei die Arme vollständig gestreckt und parallel zueinander sind.
5. Senken Sie die Hände langsam wieder in die Ausgangsposition.

Übung 4: Brustdrücken im Sitzen.

Anweisungen:

1. Nehmen Sie ein Widerstandsband und befestigen Sie es hinter dem Stuhl an einem festen Punkt, so dass es sich nicht bewegen kann.
2. Setzen Sie sich bequem in den Stuhl, wobei Sie Ihre Hüften so weit wie möglich nach hinten schieben sollten, und achten Sie darauf, dass Ihr Rücken von der Rückenlehne des Stuhls gut unterstützt wird.
3. Die Handflächen zeigen nach unten, die Ellbogen sind gebeugt und befinden sich parallel zu den Schultern. Positionieren Sie Ihre Hände etwas außerhalb Ihrer Schulterbreite.
4. Schieben Sie das Widerstandsband nach vorne, bis Ihre Arme vollständig vor dem Körper gestreckt sind, ohne dass sich Ihre Hände berühren.
5. Kehren Sie langsam in die Ausgangsposition zurück.

**Tipps und Empfehlungen:** Wenn die demenzkranke Person Seh- und/oder Hörprobleme hat, stellen Sie sicher, dass sie ihre Brille oder ihr Hörgerät zur Hand hat. Bei der Durchführung dieser Übungen sollten Sie immer daran denken, dass:

Menschen mit beginnender oder mittelschwerer Demenz nehmen Aktivitäten besser wahr, wenn sie sie sehen und beobachten. Daher ist es sehr wichtig, die geplanten Aktivitäten mit ihnen durchzuführen und alle Bewegungen in einer geordneten Art und Weise gemäß den Regeln für eine gesündere Aktivität auszuführen.



**Personalisieren Sie die Aktivität:** Wenn Sie Amazon Echo Show verwenden, können Sie die Funktionen Ihres Geräts nutzen, wie z. B. "Body Works: Senior Workout" nutzen, da es ein funktionelles Trainingsprogramm speziell für Patienten mit Demenz im Frühstadium bietet. Sie können auch weitere Workouts online finden und sie für die Aktivität vorbereiten.

**Link zum Video der Aktivität:**

[https://youtu.be/XyO0DpdfeyA?si=Si0\\_KgRnzSn-wBzn](https://youtu.be/XyO0DpdfeyA?si=Si0_KgRnzSn-wBzn)



## 2.6 Gewöhnlichen Gerüche und Texturen von Objekten

**Art:** Sensorisch

**Art der Durchführung:** Ferngesteuert.

**Ziel/Vorteile:** Neben dem Gedächtnis kann diese Aktivität auch Ängste und Unruhe abbauen, Ruhe bringen und die visuellen und taktilen Sinne stimulieren. Je nach dem Grad der Mobilität der Person kann sie auch zur körperlichen Stimulation beitragen.

**Zeit:** Die vorgeschlagene Zeit für diese Aktivität beträgt 20 Minuten. Sie können sie jedoch an den Grad der Beeinträchtigung anpassen und daran, wie gut die Person mit dem digitalen Gerät interagieren kann.

### **Voraussetzungen:**

Um die Tätigkeit aus der Ferne mit einem digitalen Gerät durchführen zu können, müssen die folgenden Voraussetzungen erfüllt sein:

1. Beide Geräte sind über die Drop-in-Funktion oder einen Videoanruf verbunden, falls Sie sich für ein anderes digitales Gerät entscheiden.
2. Die Person kann Sie über den Bildschirm gut sehen und hören.
3. Die Person ist entspannt und motiviert, sich auf die Aktivität einzulassen.
4. Zwei identische sensorische Boxen. Die ausgewählten Gegenstände können in eine Schachtel (z. B. einen Schuhkarton) gelegt werden, so dass die Person mit Demenz sie leicht finden kann, indem sie eine Wegbeschreibung erhält, um die Schachtel zu finden. Die Betreuungsperson sollte ebenfalls eine identische Schachtel zur Hand haben.

**Beschreibung:** Gemeinsame Gerüche und Texturen von Gegenständen sind eine sensorische Aktivität, die bei Menschen mit Demenz positive Erinnerungen hervorrufen und ihnen Trost und Erleichterung bringen kann. Die Aktivität besteht darin, häufig verwendete Gegenstände auszuwählen, die einen bestimmten Geruch und eine bestimmte Beschaffenheit haben, die die Person identifizieren und unterscheiden kann. Dabei kann es sich z. B. um Kräuter handeln, die sie in der Küche verwendet haben, oder um verschiedene Stoffe wie Samt, Baumwolle oder Satin. Sobald die Gegenstände ausgewählt sind, können sie alle in eine Schachtel gelegt werden, um eine Sammlung von Gegenständen zu erstellen, die für die Aktivität verwendet werden. Diese sensorische Box muss an einem sicheren und für die demenzkranke Person leicht zugänglichen Ort aufgestellt werden. Eine identische Box sollte von der Betreuungsperson verwendet werden. Sobald sowohl die Betreuungsperson als auch die Person mit Demenz die Box haben, besteht die Aktivität darin, die Person mit Demenz in ein Gespräch über die Gegenstände zu verwickeln, indem Fragen gestellt werden wie z. B.:

*Wie lautet der Name dieses Artikels?*

*Haben Sie einen Artikel wie diesen in Ihrer Box?*

Die Betreuungsperson holt einen Gegenstand aus der Box und zeigt ihn dem geliebten Menschen auf der Kamera.

Es können auch andere Fragen verwendet werden, wie z. B.:



*Wofür wird das Objekt verwendet?*

*Wie riecht oder fühlt es sich an?*

**Wie Sie die Aktivität durchführen:** Nachdem Sie die Geräte eingerichtet und sich vergewissert haben, dass die Person reagiert, können Sie damit beginnen, den Dialog zu fördern und die Person schrittweise in die Aktivität einzubeziehen, z. B. mit Fragen:

- *Kannst du die Sinnesbox finden?*
- *Können Sie es mitbringen und mir die Gegenstände zeigen?*
- *Wie fühlt sich dieser Stoff an?*
- *Wonach riecht dieses Kraut?*
- *Kannst du sie wieder an ihren Platz stellen?*

**Tipps und Empfehlungen:** Wenn die Person mit Demenz Seh- und/oder Hörprobleme hat, stellen Sie sicher, dass sie ihre Brille oder ihr Hörgerät dabei hat. Wenn Sie Amazon Echo Show verwenden, vergewissern Sie sich bei der Einrichtung des Geräts für die Person, die Sie betreuen, im Voraus, dass die Lautstärke richtig eingestellt und das Gerät mit Ihrem Mobiltelefon gekoppelt ist sowie dass die Drop-in-Funktion und die Berechtigungen richtig eingerichtet sind. Wenn die Person anfängt, sich ängstlich zu fühlen und Sie bemerken, dass die Aktivität zu herausfordernd für sie ist, können Sie die Aktivität stoppen und den Dialog auf ein Thema umstellen, das für die Person angenehmer ist.

#### **Personalisieren Sie die Aktivität:**

Um die Aktivität zu personalisieren, können Sie auch verschiedene Schwierigkeitsgrade hinzufügen:

- Wenn die Person körperlich eingeschränkt ist oder in einem Pflegezentrum lebt, können Sie ihr einfach Bilder der Objekte über das Gerät zeigen, anstatt sie zu bitten, die Sinnesbox zu suchen und mitzubringen.
- Wenn die Person noch zu Hause wohnt und sich bewegen kann, können Sie sie bitten, Ihnen bei der Gestaltung der Sinnesbox zu helfen. Sie könnten durch das Haus gehen, Gegenstände für die Sinnesbox suchen und sammeln. Wenn die Sinnesbox fertig ist, können Sie eine Liste mit den Gegenständen erstellen, die Ihr geliebter Mensch gesammelt hat, und eine identische Sinnesbox für Sie anfertigen, die Sie dann aufstellen können.
- Sie können die Kinder auch bitten, die Sinnesbox vor Beginn des Gesprächs mitzubringen und sie am Ende der Aktivität wieder an ihren Platz zu stellen.
- Wenn die Person gut auf die Aktivität reagiert, können Sie die Anzahl oder den Schwierigkeitsgrad der Fragen erhöhen, indem Sie sie z. B. bitten, den Vorgang zu beschreiben und die Gegenstände in der sensorischen Box mit Routinen, Verwendungen und Erinnerungen zu verbinden:

*Welche Art von Kleidungsstücken wird aus diesem Stoff hergestellt?*



*Wann tragen Sie diese Art von Stoff normalerweise?*

*Wie viele Artikel aus diesem Stoff haben Sie?*

**Link zum Video der Aktivität:**

[https://youtu.be/wddhLn7MWeQ?si=K2\\_qegx2aKooQYBY](https://youtu.be/wddhLn7MWeQ?si=K2_qegx2aKooQYBY)



## KAPITEL 3. FERNAKTIVITÄTEN BEI DEMENZ IM FORTGESCHRITTENEN STADIUM

---

### 3.1 Musiktherapie

**Art:** Kognitiv

**Art der Durchführung:** Gemischt. Optionen für Fernbetreuung und persönliche Betreuung (mit physischer Anwesenheit der Betreuungsperson und der Person mit Demenz).

**Ziel/Vorteile:** Das Hören von Musik oder das Ausüben musikalischer Aktivitäten - z. B. Singen, Tanzen oder Spielen eines Instruments - kann Menschen mit Demenz helfen, Beziehungen zu anderen zu entwickeln und zu pflegen und ihr Wohlbefinden zu verbessern. Musik kann sich positiv auf die geistigen Fähigkeiten der Menschen auswirken und die Aufmerksamkeit und Konzentration, die Kognition (das Denken), das Gedächtnis, die Sprache und die nonverbalen Kommunikationsfähigkeiten verbessern:

**Zeit:** Die Zeit kann angepasst werden, aber sie wird als 20-minütige Aktivität betrachtet.

**Voraussetzungen:**

1. Auf Ihrem Smartphone sollte die "Alexa-App" installiert sein
2. Das Gerät sollte über WiFi mit dem Internet verbunden sein.
3. Dann müssen die "App" und Ihr "Gerät" gekoppelt werden
4. Das Gerät der Betreuungsperson sollte in der Lage sein, die mit dem Amazon Echo Show verknüpften Amazon Musik- oder Musik-Apps aus der Ferne zu öffnen.
5. Zugriff auf die Suchmaschine des Geräts, um nach Musik/Songs zu suchen, z. B. Google Play Music.

**Beschreibung:** Musiktherapie ist eine forschungsbasierte Praxis und ein Beruf, bei dem Musik eingesetzt wird, um Menschen aktiv zu unterstützen, damit sie ihre Gesundheit, ihr Funktionieren und ihr Wohlbefinden verbessern. Musiktherapie wird häufig als Intervention für Menschen mit Demenz eingesetzt, um unruhiges Verhalten zu reduzieren und die Kommunikation zu verbessern. Auch wenn Sie keinen Musiktherapeuten haben, können Sie Musikaktivitäten erfolgreich in Ihre Aktivitätsprogramme einbauen. Regelmäßige Musiksitzungen mit vertrauter Musik sind ein wunderbarer Weg, um Stimmung und Verhalten positiv zu beeinflussen. Dies kann nicht aus der Ferne mit dem Amazon Echo Show-Gerät durchgeführt werden, sondern entweder 1) aus der Ferne mit einer Videotelefonie-Software, die eine gemeinsame Nutzung des Bildschirms ermöglicht, so dass beide gleichzeitig Musik hören können, oder 2) persönlich mit dem Amazon Echo Show-Gerät; die Pflegeperson und die Person mit Demenz befinden sich beide im selben Raum und nutzen das Gerät, um auf die Musik auf dem Gerät zuzugreifen.

**Wie man die Aktivität durchführt:**



Sagen Sie dem Gerät mit Sprachbefehlen, dass es die App (Youtube, Spotify, Apple Music usw.) öffnen soll, z. B.: *Alexa öffne Spotify.*

Sie können die Sitzung beginnen, indem Sie die Person fragen, welches Lied sie gerne hören würde.

Sagen Sie dem Gerät per Sprachbefehl den Namen des Liedes, des Albums, des Interpreten oder der Wiedergabeliste, z. B.: Alexa "Play Adele" oder "Play Sweet Dreams" oder "Play Chill Music".

Sie können auch Sprachbefehle wie:

"Stopp" oder "Pause".

"Abspielen" oder "Fortsetzen" zur Steuerung.

Wenn die demenzkranke Person das Lied nicht mag, können Sie auch den Sprachbefehl "Überspringen Sie dieses Lied" verwenden.

Versuchen Sie, die Person anzusprechen, indem Sie sie fragen, woran sie sich bei dem Lied erinnert fühlt. Ermutigen Sie sie, in Erinnerungen zu schwelgen und mitzusingen.

Sie können Fragen wie "*Wer ist dieser Künstler?*" für das Engagement stellen.

Singen Sie das Lied und lassen Sie am Ende ein paar Worte übrig, damit Ihr geliebter Mensch es zu Ende singen kann.

Wenn die Person Schwierigkeiten beim Singen hat, versuchen Sie es mit Summen oder La-laiing.

**Tipps und Empfehlungen:** Führen Sie die Sitzungen einmal pro Woche oder öfter durch, je nach der verfügbaren Zeit. Machen Sie am Ende jeder Sitzung Notizen und halten Sie Ihre Beobachtungen in Ihren Fortschrittsberichten fest. Wenn eine Interaktion aufgrund einer medizinischen Diagnose nicht möglich ist, sprechen Sie mit der Person mit Demenz und erklären Sie ihr, was Sie als Nächstes spielen werden. Sie werden überrascht sein, wie sich die Wachsamkeit und der Blickkontakt bei einigen Menschen mit Demenz verändern, wenn sie Musik hören. Wenn Sie eine solche Reaktion erhalten, haben Sie eines Ihrer Ziele erreicht. Singen/Musizieren Sie weiter und warten Sie geduldig auf eine Reaktion. Wenn Sie keine Reaktion erhalten, gehen Sie nicht davon aus, dass es nicht funktioniert hat; kommen Sie in der nächsten Woche wieder und versuchen Sie es erneut.

**Gestalten Sie die Aktivität persönlich:** Oft fällt es ihnen leichter, Erinnerungen zu wecken, wenn sie Musikstücke hören, die ihnen wichtig sind - vielleicht ihr Lieblingslied von früher oder ein Schlaflied, das sie ihren Kindern vorsingen. Wenn keine Musikpräferenzen ermittelt werden können, wählen Sie populäre Musik aus der Zeit, in der die Person zwischen 15 und 35 Jahre alt war.

**Link zum Video der Aktivität:**

<https://youtu.be/6GYPLIjr81E?si=VtABm2QHd8jzw9C3>



## 3.2 Bilder/Videos aus der Vergangenheit

**Art:** Kognitiv

**Art der Durchführung:** Gemischt. Optionen für Fernbetreuung und persönliche Betreuung (mit physischer Anwesenheit der Betreuungsperson und der Person mit Demenz).

**Ziel/Vorteile:** Diese Aktivität weckt Erinnerungen, regt die geistige Aktivität an und verbessert das Wohlbefinden.

**Zeit:** Die Zeit kann angepasst werden, aber es handelt sich um eine 30-minütige Aktivität.

**Voraussetzungen:**

1. Das Gerät der Betreuungsperson sollte in der Lage sein, Amazon-Fotos mit Sprachbefehlen zu öffnen.
2. Das Gerät der Betreuungsperson sollte mit der persönlichen Fotowolke verbunden sein.
3. Fotos müssen auf Amazon Fotos hochgeladen werden oder das Gerät muss mit anderen Foto-Apps wie One Drive Photos verbunden werden, um nach Familienfotos/Videos zu suchen, die eine besondere Bedeutung haben.

**Beschreibung:** Diese Aktivität besteht darin, aussagekräftige Fotos/Videos von ihnen/ihrer Familie aus der Vergangenheit auf dem Bildschirm zu sehen. Zum Beispiel alte Fotos von ihren Verwandten.

Anschließend können Sie offene Fragen zu den Personen oder Ereignissen auf dem Foto stellen, z. B:

*Wie haben Sie sich auf dem Foto gefühlt?*

*Erzählen Sie mir von Ihrem Bruder.*

*Was sind einige Ihrer Lieblingsgeschichten aus der Kindheit?*

*Erzählen Sie mir mehr über dieses Bild.*

Bei dieser Aktivität sind die Antworten weniger wichtig als das Gespräch und das Engagement.

Während des Gesprächs können Sie beide Ihre Erinnerungen und Gefühle über die Bilder austauschen. Beantworten Sie einige der Fragen, die Sie der demenzkranken Person stellen. Verbinden Sie, korrigieren Sie nicht. Hier geht es eher darum, eine Verbindung herzustellen und Erinnerungen auszutauschen. Konzentrieren Sie sich darauf, mit der Person in Kontakt zu treten, anstatt sie zu korrigieren. Nehmen Sie sich die Zeit, Erinnerungen anhand der Fotos immer wieder aufleben zu lassen. Diese Aktivität kann entweder 1) aus der Ferne mit dem Amazon Echo Show-Gerät durchgeführt werden, wobei die Person physischen Zugriff auf das Fotoalbum hat, 2) aus der Ferne mit einer beliebigen Videotelefonie-Software, die die gemeinsame Nutzung des Bildschirms ermöglicht, so dass beide gleichzeitig auf die Fotos zugreifen können, 3) persönlich mit dem Amazon Echo Show-Gerät; die Betreuungsperson und die Person mit Demenz befinden sich beide im selben Raum und nutzen das Gerät, um auf die Fotos im Fotoalbum des Geräts zuzugreifen.



### **Wie man die Aktivität durchführt:**

Sie können die Aktivität mit Gesprächen über die Vergangenheit beginnen und dann ein Thema oder einen Gegenstand einführen, der betrachtet oder angesprochen werden soll.

Zum Beispiel..:

*Was zeigt dieses Foto Ihrer Meinung nach?*

*Wann, glauben Sie, hat das stattgefunden?*

*Erinnert Sie das an etwas?*

Vergessen Sie nicht, dass wir nicht nach einer ausführlichen Antwort suchen. Ermutigen Sie sie einfach zu beschreiben, wie sie sich fühlen, wenn sie die Fotos/Videos sehen.

Sich auf das Gespräch einzulassen, ist ein guter Anfang und hilft der Person, sich wichtig und von Ihnen geschätzt zu fühlen, und trägt auch zu einem Gefühl der Liebe und Zugehörigkeit bei.

**Tipps und Empfehlungen:** Überstürzen Sie nichts, lassen Sie sich Zeit und führen Sie das Gespräch sanft. Wenn das Sprechen stark beeinträchtigt ist, können Sie sich mehr auf Fotos/Videos verlassen und die Person dazu anregen, durch Gesten auf einfache Fragen zu reagieren. Mischen Sie die Fotos. Besprechen Sie nicht jeden Tag die gleichen Fotos. Verwenden Sie Fotos, auf denen jedes Mal andere Menschen und Ereignisse zu sehen sind, damit es frisch und interessant bleibt.

### **Personalisieren Sie die Aktivität:**

Sie können über die Kindheit der Person und frühere Ferien sprechen. Legen Sie den Zeitplan für die Aktivität so fest, wie es für die betreffende Person am besten ist. Das kann täglich oder wöchentlich sein, je nach Person. Finden Sie das angenehmste Tempo und richten Sie sich nach dem Interesse der Person.

### **Link zum Video der Aktivität:**

<https://youtu.be/hYofOGV3F3o?si=ZAc-EpTTYpCFLkip>



### 3.3 Handbewegungen

**Art:** Physikalisch

**Art der Durchführung:** Ferngesteuert.

**Ziel/Vorteile:** Das Training verschiedener Handbewegungen kann die Geschicklichkeit, Konzentration, Koordination und das Gedächtnis verbessern.

**Dauer:** 10-20 Minuten.

**Voraussetzungen:** Um die Aktivität aus der Ferne mit einem digitalen Gerät durchführen zu können, müssen die folgenden Voraussetzungen erfüllt sein:

1. Beide Geräte sind über die Drop-in-Funktion oder einen Videoanruf verbunden, falls Sie sich für ein anderes digitales Gerät entscheiden.
2. Die Person kann Sie über den Bildschirm gut sehen und hören.
3. Die Person ist entspannt und motiviert, sich auf die Aktivität einzulassen.

**Beschreibung:** Bei dieser Aktivität werden der Person mit Demenz kleine Handbewegungen gezeigt, damit sie sie nachmachen kann. Die Betreuungsperson kann die Rolle des Anleiters für die Person mit Demenz übernehmen und die Übungen über die Kamera zeigen.

**Wie Sie die Übung durchführen:** Sie könnten die Übung damit beginnen, dass Sie die vielen Vorteile des Trainings von Handbewegungen erklären.

Anweisungen: Achten Sie darauf, dass Ihre Hände auf dem Bildschirm der anderen Person sichtbar sind.

Probieren Sie dann die folgenden vier Übungen aus

**Übung 1:** Diese Übung ist nützlich, um die Hände aufzuwärmen, bevor Sie zu komplizierteren Geschicklichkeitsübungen übergehen.

Zuerst machen Sie mit beiden Händen eine entspannte Faust und bringen sie vor sich nach oben. Dann streckst du deine Finger so weit wie möglich aus. Dann bringen Sie Ihre Finger wieder in die entspannte Faustposition zurück.

Wiederholen Sie die Übung 10 Mal.

**Übung 2:** Bringen Sie Ihre Hände in Gebetshaltung vor sich, wobei sich Handflächen und Finger berühren und die Finger gespreizt sind. Ziehen Sie dann die Handflächen auseinander, heben Sie die Ellbogen an, so dass sich nur noch die Fingerspitzen berühren. Bringen Sie dann die Ellbogen wieder nach unten, so dass sich Ihre Handflächen und Finger wieder berühren und die Finger gespreizt sind.

Wiederholen Sie die Übung 10 Mal.

**Übung 3:** Bringen Sie beide Hände vor sich nach oben. Berühren Sie die Daumen mit den Zeigefingern, wechseln Sie dann und berühren Sie die Daumen mit den Mittelfingern, dann die

Daumen mit den Ringfingern und dann den kleinen Finger. Dann wieder zurück: erst die Ringfinger, dann die Mittelfinger und zum Schluss die Zeigefinger an die Daumen.

Wiederholen Sie dies 10 Mal.

Um die Übung anspruchsvoller zu gestalten, können Sie das Tempo erhöhen.

**Übung 4:** Bringen Sie beide Hände vor sich in eine entspannte, zu sich selbst gerichtete Fausthaltung. Strecken Sie den Daumen der rechten Hand aus und den kleinen Finger der linken Hand. Drehen Sie sich dann um, so dass an der rechten Hand der kleine Finger gestreckt ist und an der linken Hand der Daumen gestreckt. Versuchen Sie, dies gleichzeitig zu tun.

Zurückwechseln und 10 Mal wiederholen.

Bei den ersten Malen wird es Ihnen wahrscheinlich sehr schwer fallen, da Ihr Gehirn wirklich hart arbeiten muss, weil Sie beide Hände gleichzeitig zu etwas anderem auffordern.

**Tipps und Empfehlungen:** Passen Sie die Schwierigkeit der Übungen an den Grad der Beeinträchtigung an.

**Gestalten Sie die Aktivität individuell:** Sie können die Kinder bitten, kleine Handbewegungen zu wiederholen, die sie in ihrem täglichen Leben gemacht haben. Zum Beispiel: "*Wie streut man Salz ins Essen?*" oder "*Wie hast du früher geangelt?*" Je nach ihren früheren Hobbys und/oder ihrem täglichen Leben können Sie Handbewegungen finden, die für sie bedeutungsvoller sind. Sie können ihnen diese Bewegungen zeigen und sie bitten, sie mit Ihnen zu wiederholen.

**Link zum Video der Aktivität:**

[https://youtu.be/Q6M7oSRol7M?si=dim\\_CW7YJ5twgq1L](https://youtu.be/Q6M7oSRol7M?si=dim_CW7YJ5twgq1L)





### 3.4 Entspannende Klänge/Musik

**Art:** Sensorisch

**Art der Durchführung:** Ferngesteuert.

**Ziel/Vorteile:** Stimulierung der Sinne, Beruhigung, Unterhaltung und Abbau von Langeweile, Förderung von Interaktion und Kommunikation.

**Zeit:** Passive Tätigkeit. Entscheidung der Betreuungsperson.

**Voraussetzungen:**

Um die Tätigkeit aus der Ferne mit einem digitalen Gerät durchführen zu können, müssen die folgenden Voraussetzungen erfüllt sein:

1. Ihr Gerät (z. B. Smartphone) ist mit dem Amazon Echo Show Ihrer geliebten Person gekoppelt. Falls Sie sich für ein anderes Gerät entscheiden, vergewissern Sie sich, dass das Abspielen von Tönen aus der Ferne möglich ist.
2. Ihr Gerät ist mit einem Musikdienst verbunden, wie z. B.: Amazon Music, Apple Music, Deezer, iHeartRadio, Pandora, SiriusXM, Spotify, Tidal, TuneIn, Vevo, und Global Player.
3. Stabile und schnelle Internetverbindung.

**Beschreibung:** Entspannende Klänge und Musik ist eine sensorische Aktivität, die für Menschen mit fortgeschrittener Demenz entwickelt wurde, um die Sinne zu stimulieren, zu beruhigen, zu unterhalten und Langeweile zu vertreiben und gleichzeitig Interaktion und Kommunikation zu fördern. Es handelt sich um eine passive Aktivität, die eine wertvolle sensorische Stimulation für Demenzkranke bieten kann, insbesondere für bettlägerige Menschen. Das Hören von entspannenden Klängen bringt Ruhe und Zufriedenheit. Viele Geräusche, wie z. B. das Rauschen eines Springbrunnens, Vögel und sogar das Geräusch spielender Kinder, können auf Menschen mit Demenz beruhigend wirken. Die Aktivität besteht darin, entspannende Klänge und/oder Musik auszuwählen und im Hintergrund auf dem Gerät der demenzkranken Person abzuspielen.

**Klänge können sein:**

Naturgeräusche: ein sanfter Regen oder der Wind, der durch die Kiefern weht, Meereswellen, Wasserfälle, Vogelgesang. Es gibt viele Aufnahmen von Naturgeräuschen, wie Meereswellen, Wasserfälle usw. Diese Aufnahmen von Umgebungsgeräuschen sind auch sehr gute Schlaf- und Entspannungshilfen. Klänge müssen nicht unbedingt angenehm oder melodisch sein, um wirksam zu sein. Sogar "weißes Rauschen" verbessert nachweislich das Gedächtnis von Alzheimer-Patienten.

Musik kann sein: Reminiszenzmusik oder klassische Musik. Vertraute Musik wirkt auf mehreren Ebenen anregend und ist ein wichtiger Bestandteil einer umfassenden Erinnerungstherapie. Die Musik, die der Demenzkranke genossen hat, als er jünger war, eignet sich am besten zur Stimulierung von Erinnerungen. Klassische Musik hat nachweislich eine positive Wirkung auf Demenzpatienten.

**So führen Sie die Aktivität aus:** Nachdem Sie die Geräte gekoppelt und sichergestellt haben, dass ein Musik-Streaming-Dienst mit der Alexa-App verknüpft ist:



Öffnen Sie die Musik-Streaming-App und wählen Sie den Echo als Ziel aus, um die Wiedergabe zu starten.

Wählen Sie die Töne/Musik, die Sie abspielen möchten.

Passen Sie die Art der Geräusche und der Musik an den Geschmack der Person an. Vielleicht wissen Sie zum Beispiel, dass Ihr geliebter Mensch gerne am Meer war, anstatt im Wald spazieren zu gehen. Sie können Klänge abspielen lassen, die diese Umgebung simulieren. Das gilt auch für die Musik. So können manche Lieder deprimierende Erinnerungen hervorrufen, während andere mit positiven Erinnerungen verbunden sind.

### **Tipps und Empfehlungen:**

Vergewissern Sie sich bei der Einrichtung des Geräts für die Person, die Sie betreuen, dass die Lautstärke richtig eingestellt und das Gerät mit Ihrem Mobiltelefon gekoppelt ist, sowie dass die Drop-in-Funktion und die Berechtigungen richtig eingerichtet sind, falls Sie nach der Person sehen möchten. Da es sich um eine passive Aktivität handelt, werden Dauer, Frequenz und Art des Tons bzw. der Musik von Ihnen ausgewählt. Sie sollten jedoch die Reaktionen der Kinder im Laufe der Zeit beobachten und notieren, damit Sie die Wiedergabelisten besser anpassen können. Wählen Sie die Musik nach dem Geschmack der Kinder aus. Wenn Sie die Musik für sie auswählen müssen, wählen Sie beliebte Musik aus der Teenagerzeit. Die Musik muss laut genug sein, um gehört zu werden, darf aber nicht so laut sein, dass sie die Kinder überwältigt. Wählen Sie Musik, die eine niedrigere Tonlage und einen guten, starken Beat hat. Achten Sie darauf, dass die Musik klar ist. Das Hören von Musik löst Erinnerungen und Emotionen aus, so dass Sie später versuchen können, sie mit Fotos zu verbinden, wenn Sie vorbeikommen.

### **Personalisieren Sie die Aktivität:**

1. Passen Sie die Zeiten, zu denen die Musik gespielt wird, an die Routinen und den Zeitplan der Betroffenen an. Schlafprobleme sind zum Beispiel bei älteren Menschen mit Demenz weit verbreitet. Schlechter Schlaf stellt ein großes Problem dar, da er Stress verursacht und die Demenzsymptome verschlimmern kann. Wenn die demenzkranke Person unter Schlafproblemen leidet, können Sie versuchen, während des Zubettgehens Musik zu spielen, um den Schlaf zu fördern.
2. Passen Sie die Art der Geräusche und Musik an die Stimmung des Kindes an. Mit der Drop-in-Funktion können Sie überprüfen, wie es ihnen vor und nach den Geräuschen/Musik geht.
3. Dauer der Aktivität. Das Gerät ist in der Lage, rund um die Uhr Geräusche und Musik im Hintergrund abzuspielen. Sie sollten die Dauer je nach den Bedürfnissen der Person anpassen.
4. Der Standort des Geräts ist bei der Durchführung dieser Aktivität entscheidend. Wenn die Person zum Beispiel körperlich eingeschränkt ist oder in einem Pflegezentrum lebt, platzieren Sie das Amazon Echo Show neben ihr. Wenn die Person noch zu Hause wohnt und sich bewegen kann, können Sie das Gerät dort platzieren, wo Sie es für am nützlichsten halten, oder Sie können beliebig viele Geräte an verschiedenen Stellen im Haus anbringen. Diese Geräte können auch als Gegensprechanlage verwendet werden.

### **Link zum Video der Aktivität:**



<https://youtu.be/Uh0J1TzAaUc?si=yaHyUUOLoW6E8Rk0>



## **KAPITEL 4. wichtige Klarstellungen**

---

### **4.1 Andere digitale Geräte und die Verfügbarkeit im jeweiligen Land. Wichtige Warnhinweise.**

Die Verwendung des Echo Show-Geräts und des virtuellen Assistenten Alexa wurde vom Projektkonsortium für Schulungs- und Informationszwecke ausgewählt, wobei einige der Schulungsmaterialien des Projekts Informationen darüber enthalten. Die vom Projektkonsortium entwickelten digitalen und Schulungsinhalte wurden auf Echo Show-Geräten getestet und erprobt. Dies stellt jedoch keine Verpflichtung für die Benutzer dar, Amazon Echo Show zu verwenden, indem sie die in diesem Handbuch oder in anderen InfoCARE-Schulungsmaterialien beschriebenen Schritte befolgen.

Mit dieser Warnung möchten wir die Leser darauf aufmerksam machen, dass es andere Geräte gibt, die für dieselben Zwecke verwendet werden können. Wie bereits erwähnt, wurden die in den InfoCARE-Handbüchern bereitgestellten Schulungsinhalte unter Verwendung des Amazon Echo Show und des virtuellen Assistenten von Alexa ausgearbeitet, da diese Geräte verfügbar sind und nützliche Funktionen für die Demenzpflege und -stimulation bieten sowie der Aktualität des Projekts und der Klärung der Zielgruppen dienen, um einen optimierten Informationsfluss und Unterstützung zu ermöglichen.

Bevor Sie jedoch den Anweisungen in diesem Handbuch folgen, können Sie die Verfügbarkeit von persönlichen Assistenzgeräten in Ihrem Land prüfen und das für Sie am besten geeignete Gerät auswählen. Sie können auch einfach allgemeine Anwendungen für virtuelle Assistenten verwenden, die in fast allen Ländern verfügbar sind, wie z. B. Google Assistant und Google Nest Hub (unterstützt von allen Android-Geräten). Eine weitere Alternative für virtuelle Assistenten kann SIRI sein, das von allen Apple-Geräten unterstützt wird. Microsoft Personal Digital Assistant und Cortana schließlich sind gute Beispiele für Microsoft-Nutzer. Darüber hinaus gibt es in jedem Land einige lokale Anbieter von digitalen Assistenten. Für weitere Informationen können Sie in Ihrer Landessprache nach den in Ihrem Land angebotenen Assistenzprogrammen suchen.

Was die virtuelle Assistentin von Alexa betrifft, so bietet Alexa Voice Service (AVS) International sprach- und regionsspezifische Dienste, sodass Sie mit Alexa sprechen und Antworten und Inhalte in Ihrer bevorzugten Sprache und Region erhalten können. Zu den von Alexa unterstützten Sprachen und Regionen gehören:

USA, Großbritannien, Irland, Kanada, Deutschland, Österreich, Indien, Japan, Australien, Neuseeland, Frankreich, Italien, Spanien, Mexiko, Brasilien, das Königreich Saudi-Arabien und die Vereinigten Arabischen Emirate. Alexa kann auch mit Kunden in US-Englisch, UK-Englisch, CA-Englisch, Englisch mit australischem oder indischem Akzent, Deutsch, Japanisch, CA-Französisch, FR-Französisch, Italienisch, ES-Spanisch, MX-Spanisch, US-Spanisch, IN-Hindi, BR-Portugiesisch und SA-Arabisch kommunizieren.

Außerdem gibt es eine Liste der von Amazon unterstützten Sprachen;

- Chinesisch (vereinfacht) Chinesisch (traditionell) Englisch



- Französisch Deutsch Italienisch
- Japanisch Koreanisch Portugiesisch (Brasilianisch)
- Spanisch

## 4.2 Ethische Erwägungen

Die Drop-In-Funktion von Amazon Alexa funktioniert wie eine Gegensprechanlage. Sie ermöglicht es Ihnen, Ihr Telefon oder ein Alexa-fähiges Gerät zu verwenden, um ein anderes Alexa-fähiges Gerät "anzusprechen". Das Gerät, auf dem die Verbindung hergestellt wird, klingelt für einige Sekunden. Danach leuchtet es grün auf, solange der Drop-in stattfindet. Wenn die Verbindung beendet ist, gibt das Gerät, auf dem die Verbindung hergestellt wurde, einen letzten Signalton aus, der anzeigt, dass der "Anruf" beendet ist. Die Töne und Lichter, die alle Personen in der Umgebung des Geräts darauf hinweisen, dass ein Drop-In begonnen hat (oder gerade läuft), können nicht abgeschaltet oder deaktiviert werden. Diese Warnungen/Zeichen können jedoch unbemerkt bleiben.

Es ist wichtig, die **Privatsphäre und die Intimsphäre der demenzkranken Person zu respektieren**. Wenn sich die Person in einem frühen bis mittleren Stadium der Demenz befindet und ihre Gedächtnisfunktionen nicht wesentlich beeinträchtigt sind, kann die Pflegeperson einen bestimmten Zeitplan für die Anrufe vereinbaren, die für die Aktivitäten erforderlich sind, so dass die Person im Voraus informiert wird, anstatt die Drop-in-Funktion zu nutzen.



## Referenzen

---

Alzheimer Gesellschaft, letzter Besuch 31/3/2023 <https://www.alz.org/help-support/caregiving/daily-care/activities>

D'Cunha NM, Isbel S, McKune AJ, *et al* Activities outside of the care setting for people with dementia: a systematic review *BMJ Open* 2020;**10**:e040753. doi: 10.1136/bmjopen-2020-040753

Lee-Cheong S, Amanullah S, Jardine M. New assistive technologies in dementia and mild cognitive impairment care: A PubMed review. *Asian J Psychiatr.* 2022 Jul;**73**:103135. doi: 10.1016/j.ajp.2022.

Luscombe N, Morgan-Trimmer S, Savage S, Allan L. Digital technologies to support people living with dementia in the care home setting to engage in meaningful occupations: protocol for a scoping review. *Syst Rev.* 2021 Jun **21**;10(1):179. doi: 10.1186/s13643-021-01715-4.

Meyer C, O'Keefe F. Nicht-pharmakologische Interventionen für Menschen mit Demenz: A review of reviews. *Dementia (London).* 2020 Aug;**19**(6):1927-1954. doi: 10.1177/1471301218813234.

van der Steen JT, Smaling HJ, van der Wouden JC, Bruinsma MS, Scholten RJ, Vink AC. Musikbasierte therapeutische Interventionen für Menschen mit Demenz. *Cochrane Database Syst Rev.* 2018 Jul **23**;7(7):CD003477. doi: 10.1002/14651858.CD003477.

