

2019/2



CIPA

« Résidence Op der Waassertrap »



## EDITORIAL

Begleedung um Projet  
„Pallative Geriatrie”

## RÉCKBLÉCK

Fuesent am CIPA  
Ouschterbasar  
Vom Ei zum Küken  
Weltfraendag  
Wasserspender  
Fester a Gebräicher am Joreslaf

## AKTUELLES

Ethiksgrupp  
Aromathologie  
Mozart I Joer  
Nei Gestaltung am UPG

## AGENDA

## VERSCHIDDENES

Suessem je t'aime  
Buchvorstellung  
Demenz?  
Gedenkfeier  
Et hunn eis verlooss  
Nei Mataarbechter

## IMPRESSUM

ZEITUNG VUM: CIPA Résidence Op der Waassertrap  
REDAKTION: Residenten, Tamara Abate & Flora Oliveira  
(Educatrices diplômées/Animatioun)  
LAYOUT: Tamara Abate, Flora Oliveira  
VERBESSERUNG: Service des Relations publiques et de la Culture  
FOTOEN: Personal vun der Equipe Animatioun a Marie-Paule Muller  
DROCK: Am CIPA Résidence Op der Waassertrap  
ADRESS: Résidence Waassertrap | L-4408 Belvaux  
TEL.: +352 59 49 40 - I  
KONTO: Kontosnummer fir en Don  
LU35 0019 5201 0195 3000 bei der BCEE.  
INTERNET SITE: [www.cipa-sanem.lu](http://www.cipa-sanem.lu)

# EDITORIAL



## Bedelegung um Projet „Palliative Geriatrie“

Vun Dezember 2018 bis Februar 2020 mécht eise CIPA beim Projet „Palliative Geriatrie“ vun Omega90 mat.

Zesumme mat 7 aneren Institutiounen (4 Fleegeariichtunge fir eeler Leit an 3 Ariichtunge fir Leit mat intellektueller Behënnerung) gëtt am Kader vun dësem Projet d’Palliativkultur zu Lëtzebuerg ewéi och an deenen eenzelen Institutiounen diskutéiert a probéiert ze verbessern. Am Virdergrond soll dobäi ëmmer de Bewunner stoen an d’Haaptzil, dësem e méi agreabelt Liewenssënn ze bereeden andeems een d’Familien an d’Personal méi abezitt.

All 2-3 Méint treffen also déi 8 Institutiounen an déi 2 Representante vun Omega90 zesummen. Dëst ëmmer bei engem anere vun deenen 8 Participanten. Um Programm steet deemno dann och d’Visitt vun der jeeweileger Institutioun fir e bessert Kenneléiere vum Haus an der jeeweileger Palliativkultur.

Nieft dem konstruktiven Austausch mat deenen aneren Haiser, geet et awer och dorëms en eegene Projet op d’Been ze stelle fir seng eege Palliativkultur weider auszubauen. Ënnert dem Titel „Kommunikation und Vernetzung in der Palliativpflege“ well eise CIPA eng eenheetlech Palliativkultur duerch eng verbessert Kommunikatioun erreechen.

Fir d’Familie besser ënnerstëtzen ze kennen, well eise CIPA den 12. Juni 2019 eng Konferenz organiséieren, wou de Bewunner an hire Familien d’Palliativfleeg nach eng Kéier erkläert gëtt an d’Wichtigkeet eng Patienteverfügung ze hunn méi no bruet gëtt.

Wat d’Personal ugeet, well eise CIPA eng Charte aféieren, déi d’Haauptpunkten aus eisem Konzept resüméiere soll. Dës Charte soll da vun all Mataarbechter gelies, verstanen an ënnerschriwwe ginn, fir dass ob laang Siicht eis Palliativkultur och ka gelieft ginn.

Nieft dëser Charte sollen dann och Referente fir d’Personal nominéiert ginn. Dës solle virun allem neit Personal a Stagiaire begleede fir hinnen eis Palliativkultur méi nozebréngen.

Des Weideren, wëlle mär eise Flyer aktualiséieren, Informatiounen zu eiser Palliativkultur um Internetsite verëffentlechen esou wéi eis intern Palliativgrupp um Télé-Info presentéieren.

# FUESENT AM CIPA

D'Fuesent och als fënneft d'Joreszäit bekannt, gouf am CIPA grouss gefeiert. Eis traditionell Fuesmatinée mat de Senioren aus der Gemeng Suessem, huet ëmmer groussen Erfolleg. Am UPG hate mir och e schéint Fuesfest. Mat gudden Nonnefäscht, Berliner a flotter Musek sinn eis Bewunner verwinnt ginn.

D'Kanner aus der Maison Relais vu Kayl hunn och e verkleeten Nomëtte mat flotte Spiller bei eis verbruecht.



# OUSCHTERBASAR



Dëst Joer, hat eisen Ouschterbasar erëm ganz vill Succès. Eise Festsall war ausgebucht. Déi verschidde Stänn, ënner anerem de Keramikstand, hunn och gutt verkaf.

E leckere Menü war um Programm, a fir Geschneeks war och gesuergt, lecker Eisekuchen.

De Josef Stump huet fir gutt Stëmmung gesuergt an huet eis Bewunner a Visiteuren zum Sange bruecht.

**Merci un all déi di dozou bäigedroen hunn dass eisen Ouschterbasar, wéi all Joers, e groussen Erfolleg hat.**

# VOM EI ZUM KÜKEN

Passend zur Jahreszeit, haben wir gemeinsam mit den Bewohnern Küken verschiedener Rassen ausgebrütet. Bevor es aber losgehen konnte, mussten vorgängig noch einiges organisiert werden.

Die befruchteten Eier und den Brutapparat erhielten wir vom Kleintierzuchtverein Beles. Während den 21 Tagen Brutzeit mussten wir einiges beachten. Die Temperatur wurde auf 37,8 °C eingestellt und wir überprüften jeden Tag ob sie konstant blieb. Die Luftfeuchtigkeit wurde aufrechterhalten indem wir jeden Tag destilliertes Wasser in 2 Behälter schütteten, die sich im Brutapparat befanden. Die Eier wurden mechanisch mehrmals am Tag gedreht, um die Verklebung an der Eihülle zu verhindern. Die letzten 3 Tage vor dem Schlüpfen dürfen die Eier nicht mehr gedreht werden, also wurde das automatische Drehen abgeschaltet.

Nach ein paar Tagen konnten wir die Eier bereits das erste Mal schieren (durchleuchten) und sahen kleine Adern. Diesen Vorgang wiederholten wir mehrmals und konnten so die Entwicklung vom Küken im Ei beobachten.

Am 16. März war es dann endlich soweit und die ersten Küken schlüpfen. Die Bewohner, ihre Familien sowie das Personal konnten das Schlüpfen mehrerer Küken beobachten.

Insgesamt 39 Küken kamen aus den Eiern, 12 goldgelbe und 27 schwarze. Nach 4 Tagen bei uns im CIPA kamen die Küken zum Kleintierzuchtverein Beles.



# WELTFRAENDAG

Dëst Joer hunn déi jonk Schüler aus dem Lycée Belval e flotte Projet mat eise Bewunner gehat. Dëse Projet war fir d'Jugendlecher souwéi och fir eis Bewunner ganz beräicherend. Déi Jonk si sech bewosst ginn, wéi eis Bewunner, haaptsächlech, d'Dammen, fréier gelieft a geschafft hunn. Den Dokumentarfilm "Histoire(s) de femme(s)" vum Anne Schroeder ass ganz gutt ukomm an huet och zu ganz interessanten Diskussione gefouert.

E flotte Mëtte mat engem ganz beräicherenden Austausch tëschent Jonk an Al.



---

# WASSerspENDER

Der Umwelt zu Liebe und um den Plastikverbrauch zu minimieren, haben wir 2 neue Wasserspender im Haus. Auf der 1. Etage, wie auch auf der 2. Etage, befindet sich der jeweilige Spender neben dem großen Aufzug. Hier haben Sie die Wahl zwischen frisch filtriertem stillen Wasser (kalt oder temperiert) und Sprudelwasser.

Sie können sich jederzeit Ihre Flasche oder Ihr Glas dort füllen. Wenn Sie Hilfe benötigen, steht Ihnen unser Personal gern zur Seite.

Auch im Restaurant haben Sie nun die Möglichkeit zu wählen, hier wird Ihnen nun zu den Mahlzeiten stilles Wasser oder Sprudelwasser angeboten.



# FESTER A GEBRÄICHER AM JORESLAF

## \*I.MEE

Duerch Feieren vun dësen Traditiounen am Laf vum Joer ginn d'Leit valoriséiert, mee net nëmmen dat. Et gi gezielt Aktivitéite gemaach, di dat Theoretischt mat deem Prakteschen an Nätzleche verschmëlzt. D'Leit kennen sech duerch d'Joer orientéieren an et hëlleft hinnen, dass hir Funktiounen erhale bleiwen, déi zu de liewenswichtige Punkte gehéieren. D' Leit sollen sech verstane fillen, sech erëmfannen am Joereslaf an den Traditiounen gerecht ginn.

Hir Wäerter solle gelieft ginn.

Orientatioun ass do e wichtege Begrëff. An engem Altersheem ass dat vu gréisster Wichtigkeet, well déi Generatioun nach vill Wäert drop leet.

### I. Mee

Et ass den Dag vun der Aarbecht an ee vun deene jéngste Feierdeeg am Grand-Duché. Et ass den Dag vun de Gewerkschaften, dat heescht, obwuel et oft just als Feiertag ugesi gëtt, ass et och eng schéi Geleeënheet sech un de Kampf vun de Gewerkschaften fir dat wat si um soziale Punkt erreicht hunn, wéi zum Beispill d'Aarbechtzäitregelung, bezuelte Vakanzen oder d'Ofsicherung vun den vun de Salariéënen ze erënneren.

Dësen internationalen Dag gouf 1886 an den USA agefouert a spéider och an Europa. D'Pionéier hei zu Lëtzebuerg waren d'Bank- a Versicherungsgesellschaften (ALEBA), di 1918 opkoumen an duerno den LCGB, deen 1921 gegrënnt gouf.

Et ass verbonne mat engem Volleksfest, wou mueres fréi de Meekranz gebonne gëtt, deen da bei de Stammbistro, Veräinshaus oder bei de President vum Veräin iwwert d'Dier gehaange gëtt.

De Meekranz ass en heednesche Brauch an e Symbol fir d'Onendlechkeet.



# ETHIKSGRUPP

Säit Januar 2018, huet eise CIPA säin eegenen internen Ethiksgrupp an ass domadder deen éischten hei am Land.

Den Ethiksgrupp huet als Missioun fir Fallbespriecheunge vu konkrete Fäll ze maachen, ob déi d'Direktioun selwer keng Léisung méi fënnt. Den Ethiksgrupp mécht der Direktioun da verschidde Virschléi wat si an dëser konkreter Situatioun maache kéint. Wichteg ze soen ass, dass den Ethiksgrupp keng Entscheidungen trëfft mee just Propose mécht wat ee maache kéint.

An dësem Grupp si Leit vum Personal aus deene verschiddene Servicer mat vertraueden, Fleegepersonal, Animatioun, Ergo, Restaurant, Kichen, Ménage a Qualitéit. Fir de Residenten hier Usiichten ze verrieden, sinn 2 Bewunner aus dem Heemrot mat derbäi. Extern Ënnerstëtzung a Berodung kréien si vu verschiddenen Experte wéi en Hausdokter, e Psycholog, en Philosoph, eng Journalistin, e Member vun der Personaldelegatioun, ewéi och Famille vu Bewunner déi eis verlooss hunn. Dës Famille kennen eist Haus also ganz gutt, mee si selwer net méi betraff.

D' Multidisziplinaritéit vum Grupp bréngt mat sech dass jiddereen eng aner Usicht huet an esou vill méi breetgefächert Virschléi gemaach kënne ginn.

Vu Mäerz bis Mee 2018 huet den Ethiksgrupp fiktiv Fäll behandelt fir ze testen a fir sech als Grupp ze fannen. Vu Juli bis August 2018 goufen eeler Fäll aus eisem CIPA opgeschafft. An am Oktober 2018 huet den Ethiksgrupp du säin éischte

richtege Fall behandelt an ass säit deem asazfäeg.

Den Ethiksgrupp trëfft sech net reegelméisseg mee just wann e konkrete Fall usteet. Wéini e Fall soll behandelt ginn, gëtt vun der Direktioun entscheet. Dëst kann ob Ufro vun enger Persoun kommen oder wann d'Direktioun selwer feststellt, dass si net méi weider kennt. All Member vum Grupp kritt d'Detailer vum Fall am Virfeld geschéckt fir sech kënne Gedanken ze maachen. Zesummen am Grupp, ginn dës Detailer nach eng Kéier virgestallt. Da gëtt ugefaange mat diskutéieren: Ufanks ginn oft nach zousätzlech Froe gestallt fir sech méi kloer iwwert de Fall ze ginn. Et gëtt gekuckt wou genau deen ethesche Problem läit a no an no kommen éischt Virschléi op den Dësch.

Den Ethiksgrupp ass fir jiddereen do, egal ob Bewunner, Personal oder Famillen. Jiddereen ass wëllkomm fir eng Ufro vun enger Fallbespriecheung ze maachen. Är Ufro kennt där ganz einfach un de Ben Wahl, Responsabele vum "Département Assistance & Soins", un d'Delia Tornambé, Coordinatrice Qualité & RSE oder un een anere Responsabele maachen.

# AROMATHOLOGIE

Die Wirkung ätherischer Öle war lange Zeit in Vergessenheit geraten und erfreut sich seit einigen Jahren wieder an großem Interesse. Mit Hilfe von ätherischen Ölen und Hydrolaten (wie z.B. das Rosenwasser) können physische und psychische Schmerzen gelindert, das Wohlbefinden gesteigert und Hautprobleme zum Teil behoben werden. Sie können unterstützend und/oder vorbeugend zur medikamentösen Behandlung eingesetzt werden.



*Düfte beeinflussen und begleiten uns ein Leben lang. Schon im Mutterleib ist der Geruchssinn voll ausgebildet und spielt für die weitere Entwicklung des Neugeborenen eine große Rolle. Nach der Geburt kann der Duft der Mutter das unruhige Baby beruhigen.*

*Gerüche sind stark mit Erinnerungen und Gefühlen verknüpft. Deshalb erinnern wir uns beim Duft von Zimt und Orangen an die Weihnachtszeit und fühlen uns dabei rundum wohl.*

*Düfte begleiten uns jeden Tag.*

*Die Anwendung ätherischer Öle im Pflegebereich wird seit vielen Jahren in Krankenhäusern, in der Geburtshilfe und auch in Pflegeheimen praktiziert. Ätherische Öle haben eine starke Wirkung auf unser seelisches Wohlbefinden,*

Seit Anfang 2019 können die ätherischen Öle nun auch im CIPA eingesetzt werden. In steter Weiterbildung habe ich mir das nötige Basiswissen dazu angeworben. So können hautschützende Salben hergestellt, Ölmischungen zur Linderung von z.B. Erkältungskrankheiten oder Schmerzen zusammengesetzt und individuelle Badezusätze bereitgestellt werden. Bei weiteren Fragen oder Interesse stehe ich Ihnen gerne mit Antworten zur Verfügung.

Karin Lico-Theisen  
Educatrice  
CIPA REWA

*wirken aber auch antibakteriell, antiviral und antimykotisch und werden deshalb auch therapeutisch eingesetzt.*

*Die Verwendung ätherischer Öle ist verbunden mit Zuwendung und Aufmerksamkeit dem Bewohner gegenüber. Durch Nähe und Berührung wie zum Beispiel bei Einreibungen und Streichungen, kann Wohlbefinden bei allen Beteiligten geschaffen werden.*

*Mit ätherischen Ölen haben pflegende Angehörige eine wundervolle Möglichkeit, die Erkrankten auf „sinnliche„ Weise vielfältig zu berühren.*

Sabrina Herber  
Aromatherapie in  
der häuslichen Pflege

**„Nothing revives the past so completely like a smell“**

*(Nichts belebt die Vergangenheit so vollständig wieder, wie ein Duft / Geruch)*

Vladimir Nabokov

AKTUELLES

# MOZART I JOER

Lo ass et schonn 1 Joer hier dass de Mozart den 2. Mee 2018 säin éischte Schaffdag bei eis hat, ewéi Zäit vergeet! Sättdem huet sech vill gedoen. Hien huet sech méttlerweil gutt agelieft a kennt sou gutt ewéi jidderee vun eise Bewunner an och vum Personal. Hien hat séier eraus wien heiansdo mol en gudden Maufel an der Täschen oder vir a sengem Rollator verstoppt huet. Mee wat well ee maachen, de Mozart ass eben e Gurmang!



De Mozart schafft vu Méindes bis Freides a mécht 1-2 mol am Dag eng Aktivitéit. Wat heescht dat genau? Zum Beispill ass en dobäi fir Mobilitéitsübungen oder Gediechtnesübung mat enger Grupp vu Bewunner ze maachen, hien hëlleft fläisseg beim Gläichgewichtsatelier mat, hie geet Leit besichen an tréischten an d'Kummer wann et hinnen net sou gutt geet, hie geet all Dag géint 11 Auer mat Bewunner spadséiere soulaang d'Wieder et erlaabt.

De Mozart gehéiert méttlerweil fest zum Alldag am CIPA an eis Bewunner sinn oft traureg wann hien mol 1 oder 2 Woche Congé huet! Mee och Muppe brauche mol fräi fir sech ze erhuelen!

Lo no engem Joer schaffen net nëmmen d'Laura an d'Emilie mam Mozart, mee et hunn nach 2 aner Leit déi Formatioun gemaach: de Jean-Pietro an d'Linda. Zesumme probéiere mir dass de Mozart gläichermoossen um 1ten wei och um 2ten Stack ënnerwee ass an dass ëmmer een do ass fir sech em de Mozart ze këmmere.



# NEI GESTALTUNG AM UPG

Depuis fin février 2019, l'UPG a été réaménagé. Les longs couloirs blancs qui étaient tristes auparavant, disposent maintenant d'un nouveau mobilier plus coloré, permettant d'amener de la gaieté au sein de l'unité.

En plus de ce mobilier, des plantes et un arbre artificiel ont été installés.

Tout cela a été mis en place pour différentes raisons:

- ◆ permettre aux résidents et à leurs familles de profiter d'un espace pour se retrouver en toute intimité au sein de l'unité
- ◆ donner la possibilité aux résidents de se reposer
- ◆ permettre à l'équipe animation d'organiser leurs activités en différents endroits avec différents groupes de résidents
- ◆ libérer de l'espace dans le salon
- ◆ et amener encore plus de gaieté et de couleurs dans l'unité.

Dans les prochains mois, un meuble dédié à la coiffure, au maquillage et aux soins esthétiques sera également installé.

Emilie De Temmerman

Responsable BFI



AKTUELLES

# NÄCHST FESTER:

9. Juni	Mammendag
11. Juni	Sprangpressessioun
12. Juni	Conférence palliative
22. Juni	Grillfest UPG
28. Juni	Ouverture vun der Kiermes
29. + 30. Juni	Kiermes am CIPA

10. Juli	Fête des cultures École Bieles-Post
13. Juli	Gebuertsdagsfeier am CIPA

22. September	Concert Apéro
29. September	Concert Apéro UPG



CIPA 'RÉSIDENCE OP DER WAASSERTRAP'

# BIERMES

# AM DUERF

PLACE MARCELLE LENTZ – CORNETTE

FREIDEN 16.00 AWEIUNG 17.00	<b>28.06.</b>	Buden   Karussell Intefësch
SAMSDEN 11.00–22.00	<b>29.06.</b>	Béchseschéissen Musek   Gedréns
SONNDEN 11.00–22.00	<b>30.06.</b>	Gegrilltes   Geschneeks



[www.cipa-sanem.lu](http://www.cipa-sanem.lu)

AGENDA



## «Suessem je t'aime» - Nouvelle Campagne

Après quelques teasers diffusés sur les réseaux sociaux ces derniers jours, le spot et les visuels de la nouvelle campagne image de marque ont été dévoilés à la presse le lundi 25 mars 2019. La campagne met en valeur les atouts des quatre localités qui composent la commune en prenant de la hauteur.

« Suessem, je t'aime » est bien plus qu'une signature. La Commune de Sanem publiera régulièrement des articles, vidéos et des web-series pour montrer ses atouts et son charme.

Avec tant à offrir, la commune attire une population très variée. Les enfants et les jeunes bénéficient des bonnes infrastructures scolaires, et d'un buffet de loisirs et d'une vie associative très diversifié. Les adultes ont beaucoup de perspectives professionnelles à proximité et profitent d'une ample offre culturelle.

Le fait d'être loin de l'agitation urbaine, mais proche de tout ce qui est essentiel est un atout majeur pour les seniors. Sans oublier les possibilités multiples pour découvrir la région côté nature. Il s'agit de montrer les différents aspects d'une commune active et, à l'aide des habitants, des personnages publics et des gens qui travaillent ici, de sculpter le visage d'une communauté très diversifiée.

À travers des contenus authentiques et divertissants, vous découvrirez les nombreux secrets des quatre localités Belvaux, Ehlerange, Sanem et Soleuvre. Vous saurez tout sur les manifestations organisées, les sorties originales à faire en famille ou entre amis, le savoir-faire des artisans et commerçants, les défis auxquels est confrontée la commune. (Re)tombez amoureux de la commune avec le blog « Suessem, je t'aime ».

# BUCHVORSTELLUNG

## Der Demenz-Knigge Markus Proske



*„Ist es jetzt soweit?„- diese Frage gehört zu denen am häufigsten gestellten.*

*Ein Verwandter, ein Freund oder ein Bekannter hat „Auffälligkeiten“ gezeigt. Nun steht die große Angst im Raum: Ist es soweit? Ist das „Alzheimer“? Hat er nun Demenz?*

Mit der Diagnose „Demenz“ ändert sich der Alltag auch für die Angehörigen des Demenzerkrankten schlagartig. Geduld, Respekt, Fürsorge und Zuwendung sind nötig, um mit Betroffenen ein würdiges Miteinander zu gestalten. Angehörige und Pflegende leisten Tag für Tag großartige und wertvolle Arbeit, gleichzeitig fühlen sie sich oft allein gelassen im alltäglichen Umgang mit Demenzerkrankten. Häufig fragen sie sich: Wie reagiere ich richtig? Wie kann ich vorbeugend oder besser handeln, um Entspannung für alle Beteiligten zu schaffen?

Als Demenzexperte wird Markus Proske immer wieder von Angehörigen und Pflegepersonal angesprochen, um Hilfestellungen für diese oft zermürbenden Alltagssituationen zu erhalten. Genau darauf setzt der Demenz-Knigge seinen Fokus: Er zeigt zahlreiche Möglichkeiten zur praktischen Hilfe für Angehörige, macht Mut und zeigt Wege für die Hilfe zur Selbsthilfe. Dieser Praxisratgeber ist ein Leitfaden für den alltäglichen Umgang mit Demenzerkrankten.

Kapitelweise stellt der Autor acht Lebensbereiche mit häufig auftretenden Situationen vor. Neben einem kurzen Knigge-Tipp gibt es dazu passend Handlungsmöglichkeiten und Hintergrundwissen.

Ein Glossar mit Fachbegriffen rundet das Buch ab und sorgt für ein besseres Verständnis zwischen allen Beteiligten.

# DEMENZ ?



Ist es Ihnen schon vorgekommen, Sie abends vor dem Fernseher sitzen und sich denken: „Hol Dir noch schnell was zum Knabbern, ehe der Spielfilm beginnt“. Sie begeben sich zur Küche, dort angekommen, fragen Sie sich was sie eigentlich tun wollten. Oder: Sie nutzen das schöne Wetter für einen Spaziergang. Auf der anderen Straßenseite werden Sie winkend und mit einem netten und freundlichem „Hallo, wie geht’s?“ begrüßt. Sie zögern etwas und grüßen freundlich zurück. Das Gesicht kommt Ihnen bekannt vor, jedoch sind Sie etwas verwirrt, da weder der Name noch die Begebenheiten von wo Sie diese Person kennen, ihnen einfällt. Oder folgende Situation: Sie haben einen Termin mit einem guten Freund oder guten Freundin in einem Einkaufszentrum. Auf dem Weg dorthin rennt Ihnen die Zeit davon, da Sie nur rote Ampeln, Baustellen und Umleitungen begegnen. Mit 20 Minuten Verspätung parken Sie Ihren Wagen auf den ersten freien Stellplatz und rennen zu Ihrem Treffpunkt. Nach drei Stunden freudigem Beisammensein begeben Sie sich wieder auf den Parkplatz und können sich

nicht mehr erinnern, wo Sie Ihren Wagen abgestellt haben. Kann man jetzt von Ihnen behaupten, dass Sie an einer Demenz leiden? Ich kann Sie beruhigen: dies ist mir auch schon des Öfteren passiert. Sollten sich jedoch solche Ereignisse mehrmals pro Tag wiederholen, sollten Sie vermehrt Schwierigkeiten haben, sich an Namen, an bekannte Gesichter aus Ihrem Umfeld zu erinnern, verlegen Sie des Öfteren Gegenstände und finden Sie später an ungewohnten Orten wieder, würde Ich Ihnen raten einen Arzt aufzusuchen um dies abklären zu lassen. Hier könnte es sich um eine Form der Demenz handeln.

Demenz (lat. Demens „ohne Geist“) ist ein krankheitsbedingtes, erworbenes Defizit der Leistung der höheren Gehirnfunktionen, wie z.B. das Gedächtnis, die Motorik, die Sprache, die Kontrolle über Emotionen und Verhalten, sowie dem logischen und abstrakten Denken. Es gibt weit über 50 Demenzformen, wobei die neurogenerative Alzheimer-Krankheit mit ungefähr 60-70% die häufigste Form darstellt. Bei den neurodegenerativen Formen gehen Nervenzellen durch giftige Eiweißablagerungen zu Grunde. Hierdurch wird der Informationsfluss zwischen den Nervenzellen gestört und es kommt zu kognitiven, also geistigen Beeinträchtigungen.

Bei der vaskulären Demenz kommt es zu Durchblutungsstörungen, sei es durch Ablagerungen in den Adern, Schlaganfälle oder Infarkte, die einen Einfluss auf die Hirnleistungen haben.

VERSCHIDDENES

Bei anderen Demenzformen beginnt der Abbau von Nervenzellen in bestimmten Hirnregionen, wie z.B. die frontotemporale Demenz, wo Verhaltensstörungen im Vordergrund stehen. Daneben gibt es noch verschiedene Mischformen. Bei 10% spricht man von sekundären Demenzen. Diese können durch Organstörungen, Mangelzustände an wichtigen Hormonen oder Vitaminen, Tumore, Alkohol-, Drogen- oder Medikamentenmissbrauch, bakterielle oder virale Entzündungen, sowie durch Depressionen hervorgerufen werden. Ist die Ursache dieser Demenz ermittelt, kann man eventuell etwas dagegen tun. Also sind sekundäre Demenzformen zu stoppen oder gar zu heilen. Eine Ausschlussdiagnose kann sicherstellen um welche Form der Demenz es sich handelt und welche Behandlung eingesetzt werden kann.

Primäre Demenz, wie z.B. die Alzheimer-Demenz sind bis heute nicht heilbar. Es gibt Medikamente die zur Stabilisierung der geistigen Leistungsfähigkeit und der Alltagsbewältigung, zur Milderung von Verhaltensstörungen und in manchen Fällen auch zur Verhinderung weiterer Schädigungen des Gehirns eingesetzt werden. Sie können den Krankheitsverlauf nicht stoppen, sondern nur für einen gewissen Zeitraum bremsen.

Viele Menschen wollen wissen, ob Alzheimer erblich ist, insbesondere wenn es Betroffene in der Familie gibt. Grundsätzlich unterscheidet man zwischen der sporadischen und familiären Alzheimer-Krankheit. Während über 98 Prozent aller Alzheimer-Fälle auf die sporadische Form zurückgehen, sind weniger als zwei Prozent erblich bedingt. Das Alter ist und bleibt der größte Risikofaktor. Wenn es in der Familie allerdings sehr häufig zu Alzheimererkrankungen kommt, lässt sich meist eine genetische Prädisposition vermuten.

Wie sieht es eigentlich mit präventiven Maßnahmen aus? Zahlreiche wissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass körperlich fitte und geistig rege Menschen seltener an einer Demenz erkranken. Hohe Cholesterinwerte, Übergewicht, zu hoher Blutdruck, Rauchen, übermäßiger Alkoholkonsum und eine nicht ausgewogene Ernährung, begünstigen die Risiken an einer Demenz zu erkranken. Auch sollte man sich nicht von seiner Umwelt abkapseln und den Kontakt zu anderen Menschen suchen. Zusammenfassend kann man heute behaupten, dass ein gesunder und bewusster Lebensstil das Risiko senkt und Vorbeugung sich lohnt.

Nach der Diagnose einer Demenz ist es wichtig, dass Betroffene und Ihre Angehörigen sich über die Krankheit informieren und Hilfe in Anspruch nehmen. Je mehr man informiert und begleitet wird, umso besser kann man die schweren Hürden dieser dramatischen Erkrankung in Angriff nehmen. Nähere Informationen und Hilfestellungen erhalten Sie bei der „Association Luxembourg Alzheimer“ oder beim „Info-Zenter Demenz“.

ALAIN TAPP

*Responsable des formations*

Association Luxembourg Alzheimer (ala)  
45, rue Nicolas Hein  
L-1721 Luxembourg/Dommeldange  
Tél : 26 007-1  
info@alzheimer.lu  
www.alzheimer.lu

Info-Zenter Demenz  
14a, rue des Bains  
L-1212 Luxembourg  
Tél : 26 47 00  
info@i-zd.lu

VERSCHIDDENES

# GEDENKFEIER

Am 8. Februar 2019 fand unsere alljährliche Gedenkfeier zu Ehren der 2018 verstorbenen Mitbewohner statt.

Viele Angehörige hatten den Weg noch einmal in unser CIPA gefunden. Herr Gilniat hielt eine schöne laizistische Rede über die Vergänglichkeit des Lebens und das Andenken, welches wir nach unserem Tod hinterlassen. Herr Wahl dankte im Namen der Direktion den Anwesenden für ihr Kommen und berichtete über die palliative Arbeit im Haus. Des Weiteren bedankte er sich für die Spenden und gab Auskunft darüber, was damit gekauft werden konnte.

Im Hintergrund wurden Fotos der Verstorbenen gezeigt, die so manchem ein Lächeln auf das Gesicht zauberten und Erinnerungen wach werden ließen. Sowohl bei den Angehörigen, als auch beim Personal.

Wie jedes Jahr ließ das CIPA eine Steele anfertigen, eine Kugel aus Ton, auf welcher die Namen aller 2018 verstorbenen Anwohner zu lesen ist. Diese Kugel kann nun jeder in unserem Garten betrachten. Sie steht sinnbildlich dafür, dass wir die Menschen, die uns verlassen haben, immer bei uns tragen und sie somit nicht vergessen werden.

Um den Abend abzurunden wurde den Gästen Appetithappen und Getränke angeboten.





## ET HUNN EISVERLOOSS

Madamm Sinico-Weyland  
Marie-Marguerite

+26/01/2019  
AM ALTER VU 87 JOER

Här Kugler Julien Christian

+29/01/2019  
AM ALTER VUN 68 JOER

Madamm Billo-Turin Maria

+03/02/2019  
AM ALTER VUN 92 JOER

Här Becker Nicolas

+04/02/2019  
AM ALTER VUN 89 JOER

Madamm Stocklausen Monette

+27/02/2019  
AM ALTER VUN 79 JOER

Madamm Birger-Emeringer Charlotte

+02/03/2019  
AM ALTER VUN 78 JOER

Madamm Classen-Huberty Catherine

+02/03/2019  
AM ALTER VU 84 JOER

Madamm Panunzi-Vispi Maria

+09/03/2019  
AM ALTER VUN 91 JOER

Madamm Soanni-Rossetti Maria

+12/03/2019  
AM ALTER VU 84 JOER

Här Eltgeroth Joseph

+13/03/2019  
AM ALTER VU 86 JOER

WËLLKOMM EISEN NEIE MATAARBECHTER  
BIENVENUE AUX NOUVEAUX  
COLLABORATEURS 2019

<u>Nom</u>	<u>Prénom</u>	<u>Date d' entrée</u>	<u>Service</u>
MAJERUS	Chris	11.02.2019	Assistance & Soins BFI
GALEANO	Stela	01.03.2019	Assistance & Soins BFI
GONZALVEZ	David	01.04.2019	Administration

© 2019

CIPA Résidence Op Der Waassertrap  
L-4408 Belvaux

TEL. +352 59 49 40 - 1

[www.cipa-sanem.lu](http://www.cipa-sanem.lu)