



Liebe Leserin und Leser,

ich gebe es zu: Ich selbst bin nicht gerade jemand, der sich ständig körperlich bewegt. Die meiste Zeit sitze ich am Schreibtisch, im Auto, in der Bahn oder sonst irgendwo. Wie gesagt, von selbst bewege ich mich nicht wirklich viel. Was ich aber weiß, ist, dass mir Bewegung fehlt, wenn ich lange nicht die Möglichkeit dazu hatte oder schlichtweg zu faul dazu war. Und noch etwas: Ich kenne natürlich das großartige Gefühl nach ausgiebiger Bewegung. Ich bin zufriedener, ich schlafe besser, bin besser gelaunt und fühle mich einfach ausgeglichener.

In dieser Ausgabe von **pflegen: Demenz** geht es um das Thema Bewegung. Es geht darum, dass Menschen mit Demenz die Möglichkeiten und den Raum haben, um sich zu bewegen. Es geht nicht darum, dass sich Menschen (mit einer Demenzerkrankung) ständig bewegen müssen. Aber sie müssen die Möglichkeit dazu haben. Dazu gehört es, ihnen Angebote zu machen, die für sie passen und die sie weder unter- noch überfordern. Wir wissen um Zusammenhänge von „herausforderndem Verhalten“ und mangelnder Bewegung. Wir wissen, dass Bewegung der beste Schutz vor Stürzen ist. In diesem Feld wissen wir wirklich viel. Woran scheitert es also, dass wir dieses Wissen vielfach nicht in unserer täglichen Arbeit umsetzen?

pflegen: Demenz will wie immer Beispiele geben, Ideen entwickeln helfen und Wissen in diesem Bereich vermitteln. Die besten Ideen aber werden Sie selbst haben, wenn Sie mit den Menschen zusammen sind. Sie wissen, welche „Bewegungsbiographie“ der Bewohner/Klient oder Kunde hat. Vielleicht hat er sich aber auch immer bewegt und hat jetzt überhaupt keine Lust mehr dazu. Das alles müssen Sie herausfinden, denn Sie sind die Fachleute. Wie immer wird gute Pflege nur durch ein echtes Interesse an der Person möglich. Wir wollen Sie dabei unterstützen.

Viel Freude beim Lesen wünscht Ihnen Ihr


 Detlef Rüsing
 (Herausgeber)