

# volkshilfe.

Magazin für Menschen.  
Sonderausgabe 2025



© istockphoto.com / art-siberia

## **PFLEGE UND DEMENZ**

**Verstehen. Entlasten. Handeln.**



# Editorial

Liebe\*r Leser\*in,

Demenz verändert das Leben – für Betroffene ebenso wie für ihre Angehörigen. In unserer täglichen Arbeit erleben wir, wie unterschiedlich die Situationen sind. Und doch begegnen uns immer wieder dieselben Fragen: Wie geht es weiter? Was können wir tun? An welche Stelle können wir uns wenden, um die benötigte Hilfe zu bekommen?

Mit diesem Magazin möchten wir ein Stück Orientierung geben. Wir wollen zeigen, dass niemand diesen Weg allein gehen muss – und dass es Unterstützung gibt: ganz praktisch, emotional, finanziell.

Dafür haben wir mit Familien gesprochen, mit Pflegenden, mit Expert\*innen. Wir geben Einblicke in das Leben mit Demenz – in den Alltag zu Hause, in Beratungsangebote, in gemeinschaftliche Aktivitäten, die Lebensfreude schenken. Wir zeigen, wie wertvoll Entlastung ist und warum gute Pflege sowie Betreuung immer auch persönliche Beziehung bedeutet.

Ein Schwerpunkt widmet sich dem Thema Gewalt im Alter – ein schwieriger, aber notwendiger Blick auf Situationen, die oft aus Überforderung entstehen. Und wir stellen eine aktuelle Statistik vor, die deutlich macht, wie groß die Sorge um leistbare Pflege in Österreich ist. Sechs von zehn Menschen haben Angst, sich Pflege im Alter nicht leisten zu können. Diese Zahl fordert uns alle heraus – auch politisch.

Ganz besonders möchten wir Ihnen den Fonds Demenzhilfe ans Herz legen. Er wurde geschaffen, um genau dort zu helfen, wo andere Mittel nicht reichen. Wenn Pflege zu Hause zur Belastung wird, wenn Rechnungen offenbleiben, wenn einfach zu viel zusammenkommt – dann kann dieser Fonds spürbar entlasten. Schnell, unkompliziert und ohne Hürden.

Zögern Sie bitte nicht, dieses Angebot anzunehmen – es steht Ihnen zur Verfügung, um gerade jetzt zu unterstützen.

Wir hoffen, dass dieses Magazin Ihnen nicht nur Informationen gibt, sondern auch Zuversicht. Dass es zum Reden anregt, zum Nachdenken – und vielleicht auch dazu, sich Unterstützung zu holen. Und dass es zeigt: Es gibt Wege. Und Menschen, die Sie auf diesem Weg begleiten.

Herzliche Grüße,  
Ihre Teresa Millner-Kurzbauer  
(Bereichsleitung Pflege & Demenzhilfe)



**DEM GLÜCK  
EINE CHANCE  
GEBEN**



österreichische | DER PARTNER DER  
**LOTTERIEN | SENIORENHILFE**



# Inhalt

## Ihre Volkshilfe vor Ort

Alle Adressen auf einen Blick

# 62

## Impressum

### Herausgeberin:

Volkshilfe Österreich  
1010 Wien  
Auerspergstraße 4  
Tel.: 01/ 402 62 09  
Fax: 01/ 408 58 01  
E-Mail: [office@volkshilfe.at](mailto:office@volkshilfe.at)  
[www.volkshilfe.at](http://www.volkshilfe.at)  
**Chef-Redaktion:** Lisa Peres

### Medieninhaber,

### Layout und

### Produktion:

Die Medienmacher GmbH  
Oberberg 128  
8151 Hitzendorf  
Zweigstelle: Römerstraße 8  
4800 Attnang  
[office@diemedienmacher.co.at](mailto:office@diemedienmacher.co.at)  
[www.diemedienmacher.co.at](http://www.diemedienmacher.co.at)

**Druckerei:** A.kontext

### Bildnachweis:

Volkshilfe Österreich oder wie angegeben

### Neubestellung? Umgezogen?

### Abbestellung?

Bei Fragen oder Wünschen wenden Sie sich bitte an die Volkshilfe Bundesgeschäftsstelle: Auerspergstraße 4 1010 Wien  
Tel.: 01/ 402 62 09 oder  
E-Mail: [office@volkshilfe.at](mailto:office@volkshilfe.at)



[facebook.com/volkshilfe](https://facebook.com/volkshilfe)



[twitter.com/volkshilfe](https://twitter.com/volkshilfe)



[youtube.com/volkshilfeosterreich](https://youtube.com/volkshilfeosterreich)



[instagram.com/volkshilfeosterreich](https://instagram.com/volkshilfeosterreich)

### Editorial

Demenz braucht Sichtbarkeit und Solidarität

# 03

### Demenz geht uns alle an

Gespräch mit Teresa Millner-Kurzbauer und Ann-Kathrin Ruf

# 06

### Sozialbarometer 2025

Pflege am Limit – Sorge, Kritik, Reformdruck

# 11

### Beraten, begleiten, entlasten

Wie professionelle Hilfe den Alltag mit Demenz erleichtert

# 14

### Fonds Demenzhilfe

Schnelle, direkte Hilfe für Betroffene und Angehörige

# 16

### „Endlich konnten wir durchatmen“

So spürbar wirkt der Fonds Demenzhilfe

# 18

### Einblick in die Tagesbetreuung

Professionelle Begleitung im Zentrum Regenbogen

# 24

### Zuhören, begleiten, stärken

Mit dem mobilen Demenzteam im Burgenland

# 28

### Gewalt im Alter

Drei Expert\*innen fordern Aufklärung, Schutz und Haltung

# 34

### Gewalt im Alter erkennen

Pro Senectute bietet Schutz, Beratung und konkrete Hilfe

# 38

### Damit Pflege sicher bleibt

Demenz verstehen, Risiken erkennen, Sicherheit schaffen

# 42

### Durch den Förderdschungel der Pflege

Ihr Guide zu allen Förderangeboten

# 48

### Erinnern à la carte

Zu Gast im Demenzrestaurant „Zum Augenblick“

# 52

### Soziale Themen hörbar machen

Die Podcasts der Volkshilfe im Überblick

# 54

### Autofahren im Alter

Was jetzt wichtig ist

# 56

### Fahrsicherheit im Praxistest

So erleben Fahrschulen den Fahr-Fitness-Check

# 58



# Menschen mit Demenz gehören in die Mitte der Gesellschaft

**Wie gehen wir als Gesellschaft mit Demenz um? Und was muss passieren, damit Betroffene und Angehörige die Hilfe bekommen, die sie brauchen?**

Im Gespräch mit **Teresa Millner-Kurzbauer**, Leiterin des Bereichs Pflege & Betreuung/Demenzhilfe bei der Volkshilfe, und Projektmitarbeiterin **Ann-Kathrin Ruf** wird schnell deutlich: Es braucht mehr Sichtbarkeit, mehr Unterstützung – und mehr Mut zur Veränderung. Die beiden sprechen offen über familiäre Herausforderungen, politische Hürden und bewegende Momente aus ihrem Berufsalltag. Ein Gespräch über Tabus, soziale Teilhabe und gelebte Solidarität.

**Teresa, was hat Dich persönlich dazu motiviert, Dich so intensiv dem Thema Demenz zu widmen und schließlich die Demenzhilfe mitzugründen?**

**Teresa:** Pflege war bei uns in der Volkshilfe von Anfang an ein zentrales Thema – für Betroffene wie für Angehörige. Ich habe im Jahr 2000 mein Diplom als Gesundheits- und Krankenpflegerin absolviert – damals war ich noch „Krankenschwester“. In meiner Arbeit mit älteren Menschen habe ich früh erlebt, wie sehr Menschen mit Demenz und ihre Familien unterstützt werden müssen. Kolleg\*innen aus den Volkshilfe-Landesorganisationen haben mir erzählt, wie häufig Demenz vorkommt – egal ob im mobilen oder stationären Bereich. Gemeinsam mit einer Stiftung haben wir deshalb den Fonds Demenzhilfe und später die Demenzhilfe gegründet.

**Was war der erste Schritt?**

**Teresa:** Wir haben Betroffene gefragt, was sie am dringendsten brauchen. Die Antwort war klar: finanzielle Hilfe. Viele können sich Betreuung und/oder Pflege zu Hause schlicht nicht leisten. Danach haben wir eine Informations-Website aufgebaut und unser Netzwerk erweitert. Heute arbeiten wir in der nationalen Demenzstrategie mit und machen das Thema sichtbarer, denn viele wissen gar nicht, wie sie mit Betroffenen oder Angehörigen umgehen sollen.





v.l.n.r.: Teresa Millner-Kurzbauer und  
Ann-Kathrin Ruf

Was ist Dir in Deiner Arbeit besonders wichtig –  
und was braucht es für ein gutes Leben im Alter?

**Teresa:** Ich möchte, dass wir als Sprachrohr fungieren – für Betroffene und zur Sensibilisierung. Wir müssen uns fragen: Wie wollen wir alt werden? Wie gepflegt werden? Diese Fragen werden oft verdrängt – bis es plötzlich soweit ist. Für ein gutes Leben im Alter braucht es Freundschaft, Nachbarschaft, Netzwerke. Zu wissen, wer nebenan wohnt, ist Gold wert – auch wenn man sich beispielsweise „nur“ den Fuß bricht. Der gesellschaftliche Zusammenhalt wird brüchiger – genau deshalb müssen wir darüber reden.

Warum ist das Thema immer noch ein Tabu?

**Teresa:** Viele verdrängen das Thema, weil sie Angst haben, selbst betroffen zu sein. Hilfe anzunehmen ist noch immer mit Scham besetzt. Dabei sind Freundschaft, Nachbarschaft und professionelle Unterstützungsangebote im Alter entscheidend.

**Anni:** Das gesellschaftliche Bild von Demenz ist oft verzerrt. Viele denken, ein Mensch mit Demenz sitzt nur noch apathisch da. Dass es immer auch viele gute Momente geben kann, ist kaum bekannt. Mehr Wissen würde helfen, Angst zu nehmen und früher Unterstützung zu holen.

## „Hilfe anzunehmen ist noch immer mit Scham besetzt.“

Viele Menschen wissen gar nicht, wie sie mit Demenz umgehen sollen – sie kennen sich nicht aus, wissen nicht, was zu tun ist. Was muss sich ändern? Was muss die Politik tun?

**Teresa:** Es braucht mehr Bewusstseinsbildung im Alltag. Während Corona wurde ein demenzkranker Mann, der vor einem geschlossenen Café wartete, von der Polizei entfernt. Es fehlt an Sensibilisierung. Im ländlichen Raum war es anders: Ein Mann mit Demenz ging täglich zur gleichen Zeit spazieren. Wenn er nicht kam, fragten die Leute nach. Genau das braucht's – offene Augen, Achtsamkeit, Zusammenhalt. Und politisch? Aufklärung, mehr niederschwellige Angebote, digitale Hilfen wie Demenz-Simulatoren – und vor allem: keine finanziellen Kürzungen bei älteren und pflegebedürftigen Menschen.

Welche politischen Maßnahmen braucht es konkret?

**Teresa:** Erstens: bessere Rahmenbedingungen für Pflegekräfte. Der Beruf ist erfüllend, aber die Bedingungen müssen passen. Zweitens: mehr Angebote im Bereich psychischer Gesundheit. Psychotherapie ist oft nicht leistbar, weil es zu wenig Kassenplätze gibt. Drittens: mehr Unterstützung in der Ausbildung – finanziell, beratend, begleitend. Nicht nur in der Pflege, sondern in allen sozialen Berufen. Die Politik könnte hier echte Meilensteine setzen. Stattdessen wird oft nur gespart und das Berufsbild leider deutlich abgewertet.



„Hilfe anzunehmen ist kein Versagen, sondern Stärke.“

### Was tun, wenn Betroffene keine Hilfe annehmen wollen?

**Teresa:** Leider kein Einzelfall. Viele Betroffene sehen die Veränderung nicht oder wollen sie nicht wahrhaben. Wichtig ist, dranzubleiben, kleine Schritte zu gehen – nicht mit Druck, sondern mit Geduld. Manchmal hilft es, wenn jemand Außenstehender das Gespräch führt. Und für die Angehörigen: unbedingt selbst Hilfe holen, um nicht selbst auszubrennen.

**Anni:** Da spielen familiäre Rollenbilder stark mit. Gerade ältere Frauen glauben oft: Pflege ist Familiensache, Hilfe von außen ist Schwäche. Dabei ist es schön, wenn man sich unterstützt – aber nicht bis zur Selbstaufgabe. Hilfe anzunehmen ist kein Versagen, sondern Stärke. Wer Unterstützung holt, erkennt seine Grenzen – und schützt damit auch die Familie.

**Teresa:** Genau deshalb braucht es den Blick von außen. Angehörige stoßen oft an ihre Grenzen – wenn die Tochter etwas sagt, stößt sie mit ihren Anliegen oft auf taube Ohren. Kommt aber jemand von außen, wie eine Beraterin oder beispielsweise der Hausarzt, ist die Offenheit meist größer.

### Wenn man sich Hilfe holt – wer zahlt das alles? Was, wenn ich mir das nicht leisten kann?

**Teresa:** Es kommt darauf an, welche Unterstützung man benötigt. Heimhilfe oder Pflege zu Hause wird vom Bundesland und Trägern mitfinanziert – mit Selbstbehalt, je nach Einkommen und Pflegegeld. Bis Pflegestufe 3 zahlt man im Burgenland einen Heimplatz komplett selbst. Grundsätzlich gibt es durchaus Unterstützungsmöglichkeiten und entsprechende Angebote.

Woran erkennt man eigentlich, dass jemand an Demenz leidet? Und was ist der Unterschied zwischen Alzheimer und Demenz?

**Anni:** Alzheimer ist eine Form von Demenz – es gibt aber auch andere, wie die frontotemporale oder Lewy-Body-Demenz. Viele sagen einfach „Alzheimer“, weil's geläufiger ist. Wichtig: Vergesslichkeit allein ist noch keine Demenz. Wenn es aber auffällt, sollte man das abklären – um andere Ursachen auszuschließen und früh gegenzusteuern. Wer früh erkennt, kann früh handeln.

Also zur Hausärztin oder zum Hausarzt gehen?

**Anni:** Genau. Die oder der überweist dann weiter – zur Radiologie, Neurologie oder in eine Gedächtnisambulanz. Es braucht mehrere Tests, nicht nur einen Bluttest. Wenn man nicht mehr selbst hingehen kann, ist auch eine stationäre Abklärung möglich.

Gibt es Zahlen dazu, wie viele Menschen in Österreich an Demenz erkrankt sind?

**Teresa:** Es existieren keine offizielle Zahlen, lediglich ungefähre Schätzungen. Lange war von 130.000 Betroffenen die Rede, zuletzt sprach die Gesundheit Österreich GmbH von 168.000 an Demenz erkrankten Menschen in Österreich. Das sind plausible Schätzwerte.

**Anni:** Und das betrifft nur Diagnosen. Die Dunkelziffer ist hoch – viele lassen sich nicht testen, etwa aus Angst oder weil sie allein leben. Ein Beispiel: Eine Frau meldete sich, weil ihre Nachbarin ständig im Schlafgewand unterwegs war. Der Verdacht auf Demenz lag nahe, doch die Betroffene wollte nichts davon wissen. Genau deshalb ist eine frühe Abklärung so entscheidend.

Gedächtnistraining wird ja oft empfohlen. Bringt das wirklich was?

**Anni:** Absolut. Gedächtnistraining ist auch ohne Demenz sinnvoll – das empfehle ich wirklich jeder Person. Vor allem im Alter tut es gut, rauszukommen. Soziale Kontakte sind wichtig für die Prophylaxe. Wer in Pension ist und sich unterfordert fühlt, kann eine Gedächtnisgruppe besuchen. Das macht Spaß und bringt was.

Was braucht es, damit Angehörige spürbar entlastet werden und nicht das Gefühl haben, ständig verfügbar sein zu müssen?

**Anni:** Wichtig ist, dass Angehörige lernen, loszulassen – oft der schwierigste Schritt. Es braucht Vertrauen in die Betreuung und den Mut, Verantwortung abzugeben. Das passiert nicht von heute auf morgen, sondern in kleinen Schritten, mit Höhen und Tiefen.

**Teresa:** Genau. Wer pflegt, sollte gut vorbereitet sein – auch vertraute Bezugspersonen. Es hilft, wenn sie lernen, diese freie Zeit bewusst zu nutzen, statt in ständiger Alarmbereitschaft zu bleiben. Wenn Angehörige loslassen, kann auch die betroffene Person neue Routinen entwickeln – vielleicht bleibt sie dann noch auf einen Kaffee oder besucht das Tageszentrum erneut. Solche Entwicklungen brauchen Geduld – auf beiden Seiten.

Gab es persönliche Momente mit Demenzbetroffenen, die Euch berührt oder besonders in Erinnerung geblieben sind?

**Teresa:** Es gibt viele schöne Momente – kleine Gesten, berührende Rückmeldungen, ehrliche Gespräche. Ich finde eigentlich jeden Tag schön, weil ich mit einem großartigen Team arbeite und weil wir immer wieder Rückmeldungen bekommen, etwa von Angehörigen, die sagen: „Danke, das hat uns geholfen.“ Das motiviert. Es ist nicht ein einzelnes Erlebnis, sondern die Summe: dass man sich gegenseitig stärkt, voneinander lernt und weiß, dass auch das hundertste Gespräch jemandem helfen kann. Das macht die Arbeit besonders.

**Anni:** Ein besonders schönes Erlebnis war der „Vergiss-mein-nicht-Ball“ in Kärnten – ein inklusiver Ball für Menschen mit und ohne Demenz. Da wurde gesungen, getanzt, gelacht – mit Musik, die Erinnerungen weckt. Es war lebendig und herzlich. Solche Veranstaltungen zeigen: Menschen mit Demenz haben Freude, sind aktiv und gehören in die Mitte der Gesellschaft. Und wenn mal etwas passiert, ist das kein Grund für Scham. Es ist normal und darf einfach sein.

Was wünscht Ihr Euch im Umgang mit Demenz – beruflich und persönlich?

**Anni:** Ich wünsche mir, dass wir als Gesellschaft früher hinschauen und Angehörige rechtzeitig entlasten. Viele stehen unter enormem Druck – körperlich wie seelisch. Ohne Unterstützung droht Überforderung bis hin zum Burnout. Das kann auch zu ungewollter, subtiler Gewalt führen. Deshalb braucht es frühzeitige Hilfe und klare Angebote.

**Teresa:** Die Volkshilfe holt das ans Licht, was oft verdrängt wird – mit Aufklärung, konkreter Unterstützung und klarer Haltung.

Danke für das Gespräch.

Infos unter: [www.demenz-hilfe.at](http://www.demenz-hilfe.at)



**PENSIONISTEN  
VERBAND  
ÖSTERREICHS**

# Rat und Hilfe.

Wenn's drauf ankommt.

**Der Pensionistenverband Österreichs (PVÖ)** ist die starke Stimme für die Generation 55+ und eine große Gemeinschaft.

**Zuhören und helfen.** Ob Fragen zu Pflege, Pension oder persönlichen Krisen: Unsere Berater:innen helfen. Für Mitglieder kostenlos. In ganz Österreich.

**Stark im Leben.** Mitglieder profitieren von einer starken Interessenvertretung. Angehörigenbonus, jährliche Pflegegeld-Valorisierung – vom PVÖ durchgesetzt!

**Miteinander verbunden.** Im PVÖ sind wir füreinander da. Gemeinsam statt einsam. Mit unseren 1.635 Ortsgruppen und 1.663 Klubs in fast allen Städten und Gemeinden Österreichs sind wir immer in Ihrer Nähe.



Jetzt Mitglied des Pensionistenverbandes werden!

Informieren Sie sich auf [pvoe.at](http://pvoe.at)  
☎ +43 1 313 72 0

Ihr Pensionistenverband hilft mit Rat und Tat

Von A wie Ausgleichszulage bis Z wie Zusatzversicherung



Eichführung CV-Berater – die häufigsten Fragen



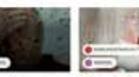
Hilfsgeld für Tage 30-Block-Fahrt



Exklusiv Sozialer Mitglied



Wichtig: Örtliche



Neue Sozialer Mitglied



Spezialer Mitglied



**Immer top informiert** – im Internet und über unsere Mitgliederzeitschrift. Als PVÖ-Mitglied wissen Sie über alle wichtigen Neuigkeiten Bescheid und profitieren von exklusiven Angeboten.

# Sozialbarometer

## Große Sorge über leistbare Pflege

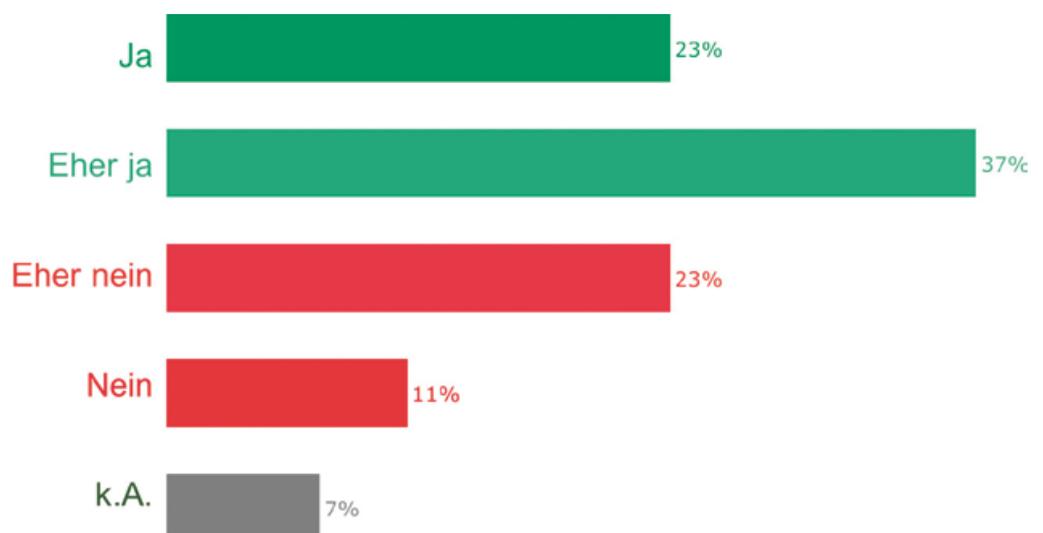
**Besonders armutsbetroffene Menschen sind alarmiert** Die Volkshilfe erhebt jedes Jahr ihr Sozialbarometer – und auch heuer zeigt sich ein deutliches Bild: Pflegekräfte und Angehörige leisten Tag für Tag Enormes, doch die Belastung wächst weiter. Die Kosten steigen, das Personal fehlt, notwendige Reformen lassen auf sich warten – und der Unterstützungsbedarf steigt.

**„Mehr Personal durch verbindliche Schlüssel, flächendeckende Demenzbetreuung, einen Digitalfonds für moderne Lösungen und endlich ein einheitliches, gerechtes Pflegesystem.“**

(Erich Fenninger, Direktor der Volkshilfe)

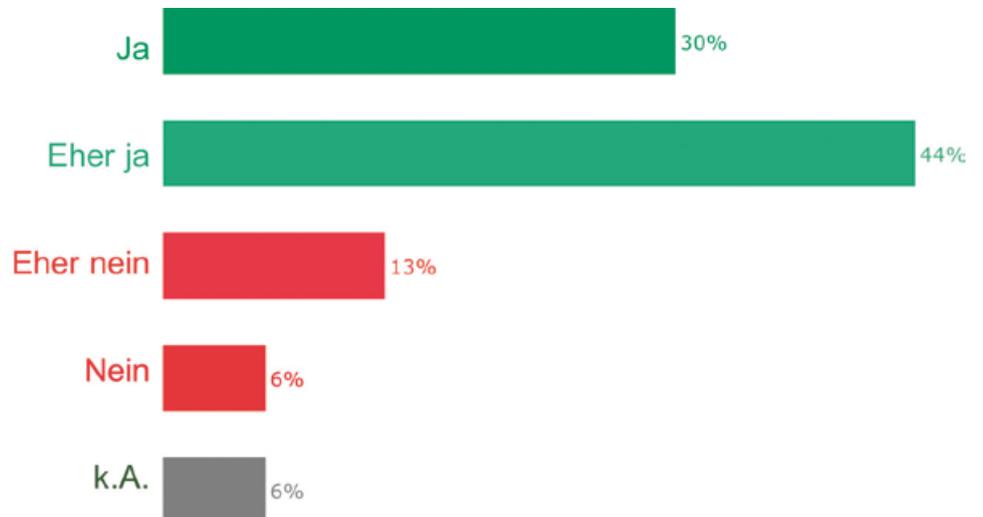
**Große Sorge um die Leistbarkeit der Pflege** Sechs von zehn Befragten (60%) sorgen sich, im Alter die nötige Pflege nicht bezahlen zu können. Besonders groß ist die Sorge bei Menschen mit einem Einkommen bis 1.500€ (74%) und bei über 75-Jährigen (70%). Jüngere bis 30 Jahre äußern sich deutlich seltener besorgt (44%).

**Machen Sie sich Sorgen, dass Sie sich im Alter nicht die Pflege leisten können, die sie brauchen?**



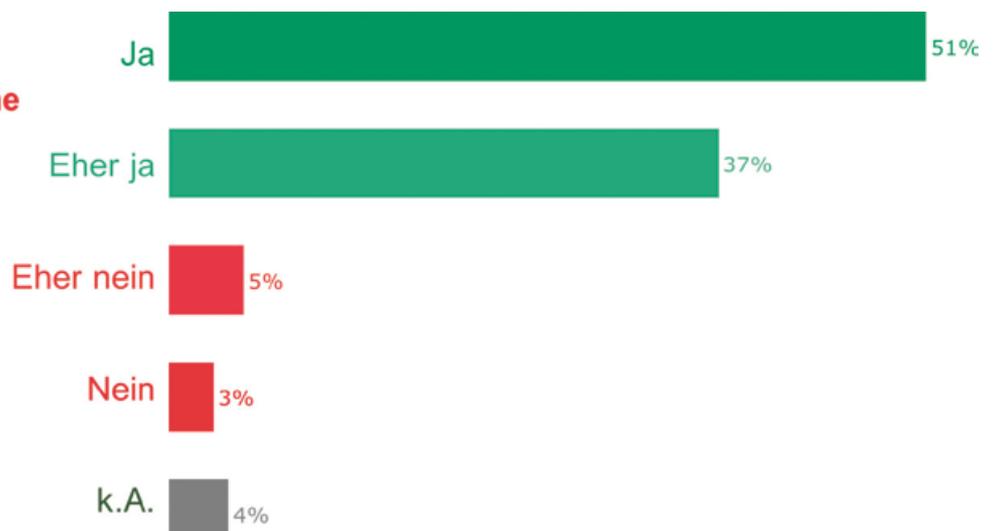
**Mehrheit fühlt sich von Politik allein gelassen** Drei von vier Befragten (74%) finden, dass die Politik Familien mit der Pflege ihrer Angehörigen allein lässt. Besonders kritisch sind Menschen mit einem Haushaltseinkommen bis 1.500€: 89% halten die politischen Maßnahmen für unzureichend. Auch unter Befragten mit Matura oder höherem Abschluss ist die Kritik mit 67% deutlich.

**Glauben Sie, dass die Politik Familien mit der Verantwortung für die Pflege ihrer Angehörigen allein lässt?**



**Soll die Regierung mehr Geld in die Hand nehmen?** Eine große Mehrheit (88%) spricht sich 2025 für mehr Geld im Pflegebereich aus. Schon 2024 hatten 78% gefordert, künftig deutlich mehr Steuergeld für Pflege bereitzustellen – der Ruf nach besserer Finanzierung wird also noch lauter.

**Für die Lösung der Probleme Und Herausforderungen in der Pflege soll die Politik mehr Geld bereitstellen als bisher.**

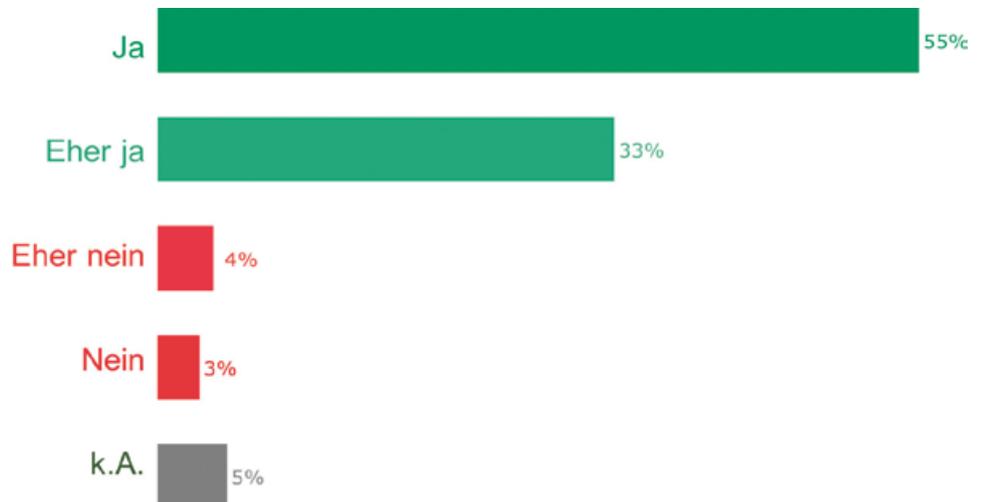


**„Die Ergebnisse zeigen: Pflegende Angehörige fühlen sich weiter alleingelassen, die Pflege bleibt teuer, Personal fehlt, der große Wurf der Reform lässt auf sich warten.“**

(Teresa Millner-Kurzbauer, Bereichsleiterin Betreuung/Demenzhilfe, Volkshilfe Österreich)

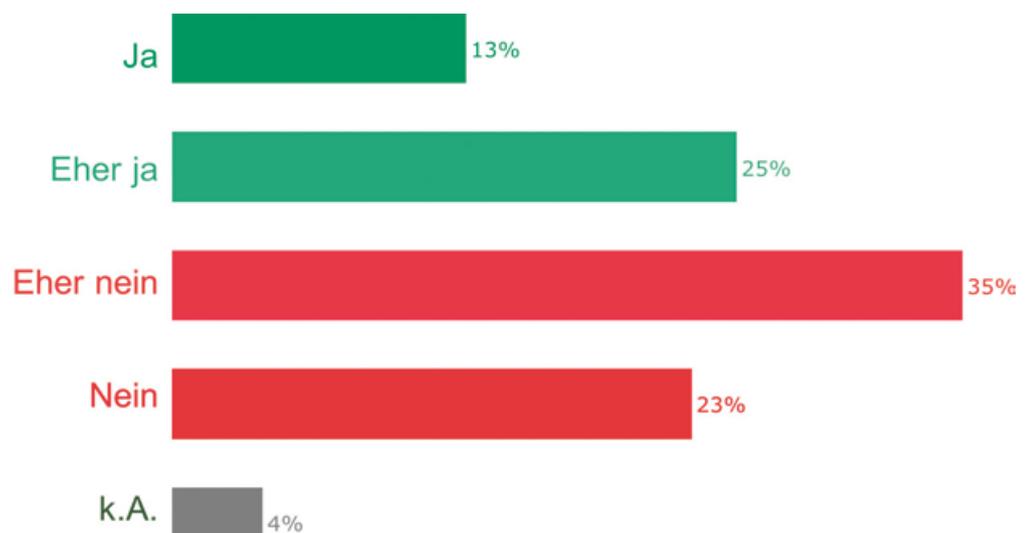
**Lauter Ruf nach Reform des Pflegegelds** Für Teresa Millner-Kurzbauer, Bereichsleiterin Pflege & Betreuung/Demenzhilfe der Volkshilfe Österreich, ist das Pflegegeld zentral zur Bewältigung der täglichen Pflegeherausforderungen. „88% befürworten eine Reform, damit der tatsächliche Pflegebedarf besser abgedeckt wird. Die Kritik an der aktuellen Einstufung bleibt mit 87% ähnlich hoch wie 2024“, so Kurzbauer.

**Das Pflegegeld sollte bei der Höhe und der Einstufung so reformiert werden, dass der tatsächliche Pflegebedarf ausreichend gedeckt ist.**



**Nur Minderheit fühlt sich ausreichend über Alternativen zur Pflege durch Angehörige informiert** Die Pflege eines Angehörigen bedeutet großen organisatorischen Aufwand. Nur 38% der Befragten fühlen sich ausreichend über Alternativen informiert. Besonders groß ist der Informationsbedarf bei unter 30-Jährigen (28%) und in Ostösterreich (27%). In Westösterreich liegt der Anteil informierter Personen bei 48%.

**Fühlen Sie sich ausreichend informiert über Alternativen zur Pflege durch Angehörige?**



**Pflege am Limit – Zeit zu handeln!** 2025 sind Angehörige und Pflegekräfte am Limit – zu hohe Kosten, zu wenig Personal, zu wenig Reformen. Jetzt braucht es klare Personalschlüssel, flächendeckende Demenzbetreuung, faire Bezahlung, echte Entlastung für Angehörige, ein bedarfsgerechtes Pflegegeld, einen Digitalfonds und ein einheitliches Pflegesystem für ganz Österreich.

# Beratung und Begleitung bei Demenz



## Perspektiven und Herausforderungen

Die Diagnose Demenz ist für Betroffene und Angehörige eine enorme Herausforderung – oft schon vor der offiziellen Diagnose. Erste Verhaltens- oder Gedächtnisveränderungen werfen Unsicherheiten auf: Ist das noch normal? Wann zum Arzt? Wie geht es weiter? Diese Situation belastet nicht nur die Erkrankten, sondern auch ihre Angehörigen.

Hier setzen **Demenzberatung** und **Demenzbegleitung** an. Sie helfen, die Situation zu verstehen, Entscheidungen zu treffen und den Alltag weiterhin möglichst selbstbestimmt und würdevoll zu gestalten.

**Ganzheitlichkeit gelingt, wenn alle Fachkräfte ihr Wissen einbringen und Betroffene sowie Angehörige professionell und empathisch begleiten. So bleibt trotz Demenz ein erfülltes Leben möglich.**

### **Beratung und Begleitung: Zwei Ansätze, ein Ziel**

Die **Beratung** klärt in erster Linie über die Erkrankung auf: Krankheitsbild, Verlauf, mögliche Therapien wie kognitive Trainings. Sie vermittelt Wissen zu Pflege- und Unterstützungsangeboten, erklärt rechtliche und finanzielle Hilfen wie Pflegegeld und hilft, den Pflegebedarf zu organisieren. Sie dient dazu, Orientierung zu geben und notwendige Schritte einzuleiten. Oft genügen dafür ein bis zwei Gespräche.

Die **Begleitung** ergänzt die Beratung und richtet den Fokus auf die emotionale und soziale Unterstützung im Alltag. Sie umfasst regelmäßige Treffen, gemeinsame Aktivitäten, Gedächtnistraining oder Bewegungsübungen. Ziel ist, Einsamkeit zu verhindern, das Wohlbefinden zu steigern und den

Krankheitsverlauf zu verlangsamen. Angehörige profitieren ebenfalls, da sie für einige Stunden entlastet werden und Zeit für sich selbst finden.

Beide Ansätze ergänzen sich: Die Beratung vermittelt Wissen und Orientierung, die Begleitung gibt Halt und stärkt soziale Kontakte. Zusammen verbessern sie die Lebensqualität der Betroffenen und entlasten die Angehörigen.

**Ganzheitlich beraten, individuell begleiten** Demenzberatung und -begleitung folgen einem integrativen Ansatz: Der Mensch wird als Ganzes gesehen, nicht nur als Patient. Körper, Seele, soziale Beziehungen, spirituelle Bedürfnisse, Ressourcen und Fähigkeiten werden in die Beratung einbezogen. Ziel ist, alle relevanten Lebensbereiche zu be-

rücksichtigen und eine individuelle Unterstützung zu bieten.

**Dazu gehören:**

- Analyse der aktuellen Situation
- Entwicklung eines persönlichen Unterstützungsplans
- Information zu Pflege- und Hilfsangeboten
- emotionale Begleitung
- Förderung sozialer Kontakte
- Beratung zu rechtlichen und finanziellen Fragen

**Jedes Gespräch ist individuell, weil jede Lebenslage einzigartig ist** In der Praxis zeigt sich, dass Angehörige die Hauptlast der Betreuung tragen. Sie organisieren die Pflege, beantragen Unterstützung, koordinieren Termine und begleiten die Betroffenen durch den Alltag. Dabei sind sie häufig selbst überfordert. Auswertungen der Volkshilfe-Beratungen belegen dies deutlich: 85 Prozent der Ratsuchenden sind Angehörige, und in 67 Prozent der Beratungen stehen ihre Bewältigungsstrategien im Vordergrund.

Beratungen finden flexibel statt: zu Hause, im Büro der Beratungsstelle oder an neutralen Orten wie einem Kaffeehaus oder im Park. Neutrale Orte nehmen dem Gespräch die Förmlichkeit und erleich-

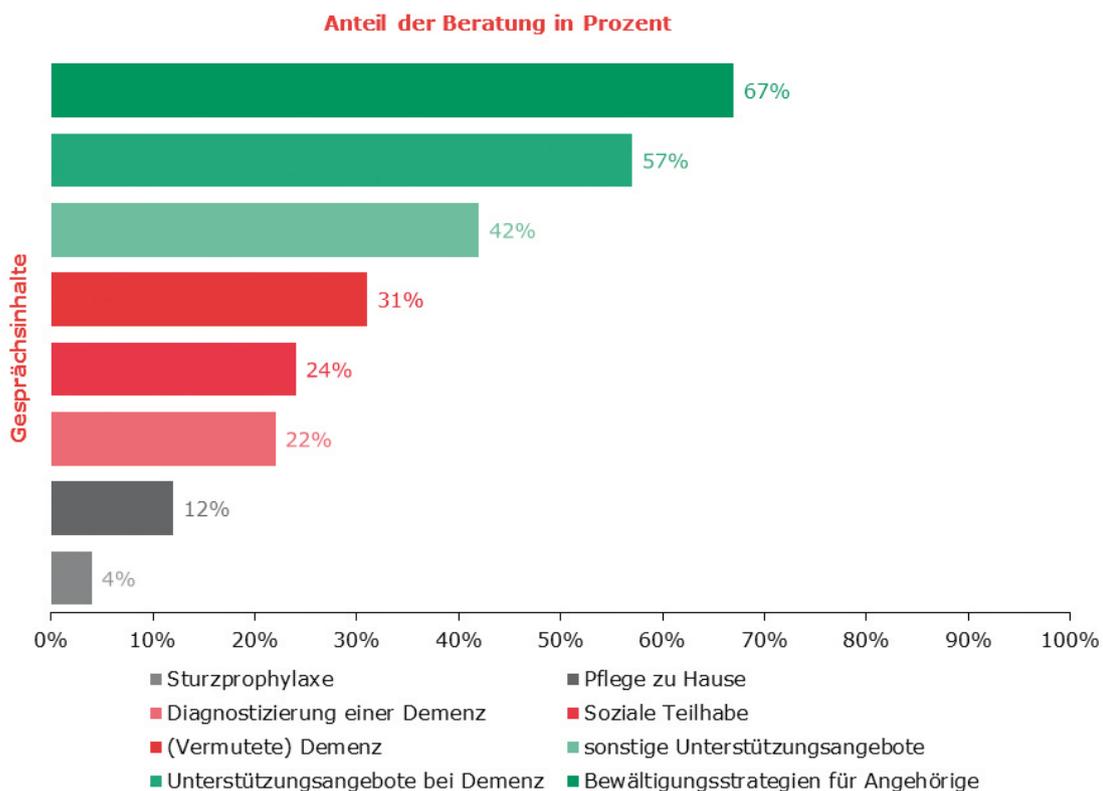
tern es besonders jenen, die unter dem vermeintlichen Stigma der Demenz leiden.

**Fachkräfte für eine ganzheitliche Unterstützung** Eine gute Beratung und Begleitung gelingt nur, wenn verschiedene Berufsgruppen zusammenarbeiten.

Die Diagnose wird immer von Ärzt\*innen gestellt, meist von Neurolog\*innen oder Psychiater\*innen in spezialisierten Einrichtungen wie Memory-Kliniken. Sie erklären den Krankheitsverlauf und beantworten medizinische Fragen. Auch Hausärzt\*innen spielen eine wichtige Rolle, da sie die Betroffenen oft schon lange begleiten, ihre Lebenssituation kennen und ein Vertrauensverhältnis besteht.

Die eigentlichen Beratungen übernehmen in der Regel diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegekräfte (DGKP). Häufig sind auch Sozialarbeiter\*innen, klinische Psycholog\*innen oder andere Fachkräfte beteiligt. Je nach Fragestellung kann es sinnvoll sein, mehrere Expert\*innen einzubeziehen. Bei Bedarf vermitteln Demenzberater\*innen an passende Kolleg\*innen weiter.

In Österreich sind zudem viele selbstständige Demenzbegleiter\*innen tätig. Sie verfügen über spezielle Aus- und Weiterbildungen und bieten qualifizierte Unterstützung im Alltag sowie gezielte Aktivierungs- und Trainingsangebote an.



**Prozentuale Verteilung der Gesprächsinhalte in der Volkshilfe-Beratung mit Menschen mit Demenz ihren An- und Zugehörigen 2023**

# Fonds Demenz- hilfe

**„Finanzielle  
Unterstützung:  
Schnell,  
unbürokratisch,  
wirksam“**



Teresa Millner-Kurzbauer, Bereichsleiterin für  
Pflege & Betreuung/Demenzhilfe

Info & Antragsformular unter:

[www.demenz-hilfe.at/unterstuetzung](http://www.demenz-hilfe.at/unterstuetzung)

**Seit 2011 setzt sich die Volkshilfe mit dem Fonds Demenzhilfe für armutsbetroffene Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen ein. Der Fonds bietet finanzielle Hilfe sowie Zugang zu Informationen und Beratungsangeboten.**

Im Gespräch erklärt Teresa Millner-Kurzbauer, Bereichsleiterin für Pflege & Betreuung/Demenzhilfe bei der Volkshilfe, wie der Fonds entstanden ist, wer dahintersteht und welche konkrete Unterstützung er bietet.

Wie ist der Fonds Demenzhilfe entstanden?

2011 wurde in Gesprächen mit den Pflegedienstleiter\*innen der Volkshilfe-Landesorganisationen deutlich, dass Demenz eine enorme Herausforderung darstellt. Betroffene und Angehörige waren oft uninformiert, Therapien schwer leistbar, und das Pflegepersonal zunehmend überfordert. Gemeinsam mit Volkshilfe-Geschäftsführer Erich Fenninger entwickelte ich daraufhin ein Konzept zur gezielten Unterstützung armutsbetroffener Menschen. Durch die Zusammenarbeit mit einer Schweizer Stiftung, die bereits Gesundheits- und Pflegeprojekte förderte, konnte der Fonds Demenzhilfe ins Leben gerufen werden. Die Stiftung wurde durch freie Spenden finanziert und arbeitete gezielt mit der Volkshilfe zusammen.

Warum liegt der Fokus des Fonds auf der Pflege zu Hause?

Es war uns und der Stiftung ein besonderes Anliegen, jene Menschen gezielt zu unterstützen, die ihre Angehörigen zu Hause pflegen. Sie leisten oft rund um die Uhr Betreuung, stehen vor enormen Herausforderungen und erhalten nur unzureichende Unterstützung. Der Fonds soll ihnen konkret Entlastung bieten.

## Wie hat sich der Fonds im Laufe der Zeit weiterentwickelt?

2019 erhielt die Volkshilfe eine bedeutende Erbschaft von einer verstorbenen Ärztin, die jahrelang ihren an Demenz erkrankten Ehemann gepflegt hatte. In ihrem Testament bedachte sie den Fonds Demenzhilfe großzügig und vermachte unter anderem elf Immobilien. Diese außergewöhnliche Spende verlieh dem Fonds neuen Auftrieb und ermöglichte die Umsetzung zusätzlicher Projekte – darunter zweijährige Beratungsangebote für pflegende An- und Zugehörige von Menschen mit Demenz.

## Wer kann Unterstützung beantragen?

Der Fonds richtet sich an armutsgefährdete Menschen mit Demenz und ihre pflegenden Angehörigen. Anträge können einmal pro Jahr von den Betroffenen selbst, ihren Angehörigen oder gesetzlichen Vertreter\*innen gestellt werden. Die Einkommensgrenze orientiert sich an der Armutsgefährdungsschwelle laut Statistik Austria (€ 1.661 für Einzelpersonen, € 2.491,50 für zwei Erwachsene). In besonderen Fällen, wie z.B. bei hohen Energiekostennachzahlungen oder notwendigen Wohnraumanpassungen, kann auch bei einem etwas höheren Einkommen eine Förderung gewährt werden.

## WER BEKOMMT UNTERSTÜTZUNG?



**1** **Jemand ist an Demenz erkrankt.**



**2** **Und lebt unter der Armutsgrenze.**

Die aktuellen Zahlen zur Armutsgrenze finden Sie unter:  
[www.demenz-hilfe.at/unterstuetzung](http://www.demenz-hilfe.at/unterstuetzung)

## Wie kompliziert ist die Antragstellung?

Wir haben den Antrag bewusst so niederschwellig wie möglich gestaltet. Es sind nur wenige Unterlagen erforderlich:

- Einkommensnachweis (z. B. Pensionsbescheid oder Kontoauszug)
- Offizieller Demenznachweis (ärztliches Attest, psychologischer Test oder Pflegedokumentation – ein bloßer Verdacht auf Demenz reicht leider nicht aus)
- Nachweis der Pflegestufe (meist im Pensionsbescheid enthalten)

Die Einkommensgrenzen richten sich nach den aktuellen Richtsätzen von Statistik Austria, die jedes Jahr im April veröffentlicht werden.

## Wie oft kann man Unterstützung beantragen?

Einmal pro Jahr. Mehrere Anträge innerhalb eines Jahres sind nicht möglich, da dies unter Umständen zur Anrechnung auf andere Förderungen – etwa die 24-Stunden-Betreuung – führen könnte.

## Gibt es Rückmeldungen von Betroffenen?

Ja, viele Angehörige schreiben uns. Besonders häufig sind es Frauen, die ihre Angehörigen pflegen. Sie berichten, dass sie dank unserer Hilfe einen warmen Winter hatten oder endlich ein Tageszentrum für ihren Angehörigen finanzieren konnten. Oft handelt es sich um kleinere Beträge, manchmal nur 300 Euro – doch selbst dieser Betrag kann eine große Erleichterung bringen.

## Warum lohnt es sich, einen Antrag zu stellen?

Der Antrag ist in fünf Minuten erledigt, da die meisten Menschen die nötigen Unterlagen bereits zu Hause haben. Falls es Fragen gibt, stehen wir jederzeit zur Verfügung – wir helfen gerne weiter.

## WAS MUSS MAN TUN?



- 1. Antrag ausfüllen:**  
den Antrag und alle Informationen zur Armutsgrenze bekommen Sie bei der Volkshilfe oder auf [www.demenz-hilfe.at/unterstuetzung](http://www.demenz-hilfe.at/unterstuetzung)
- 2. Unterlagen sammeln:**
  - **Einkommen:** Pensionsbescheid, Pflegegeld etc.
  - **Ausgaben (Rechnungen):** Häusliche Pflege & Betreuung, Tageszentrum, Pflegehilfsmittel, Therapiekosten, Fahrtendienste etc.
  - **Bestätigung der Demenzerkrankung:** Arztbrief, Pflegedokumentation etc.
- 3. Alles an die Volkshilfe schicken:**  
**Volkshilfe Österreich, Auerspergstraße 4, 1010 Wien** oder per mail an [demenzhilfe@volkshilfe.at](mailto:demenzhilfe@volkshilfe.at)  
**Ausgenommen** Antragsteller\*innen aus **Tirol:** Volkshilfe Tirol, Südtiroler Platz 10-12, 6020 Innsbruck oder per mail an [demenzhilfe@volkshilfe.net](mailto:demenzhilfe@volkshilfe.net)
- 4. Die Volkshilfe prüft das und meldet sich bei Ihnen.**



# Wir sind für Sie da

## Mit finanzieller Unterstützung und persönlicher Beratung bei Demenz

Wenn Demenz den Alltag übernimmt, steht oft die ganze Familie unter Druck – körperlich, seelisch und nicht selten auch finanziell. Genau hier hilft die Volkshilfe Österreich mit einem starken, zweigleisigen Angebot:

- Der Fonds **Demenzhilfe** bietet rasche und unbürokratische **finanzielle Unterstützung**.
- Die **Demenzhilfe der Volkshilfe** steht pflegenden Angehörigen mit **persönlicher Beratung, Begleitung und praktischer Entlastung** zur Seite.

Schon kleine Förderbeträge können spürbar entlasten. Gezielte Beratung bringt Sicherheit und neue Kraft im oft herausfordernden Pflegealltag. Beide Unterstützungsangebote – finanzielle Hilfe und persönliche Begleitung – leisten einen wichtigen Beitrag, um pflegende Angehörige zu entlasten und Lebensqualität zu sichern.

**Beratung, die ankommt** Oft beginnt der Weg zur passenden Unterstützung mit einem einfachen Fragebogen. Er schafft einen ersten Überblick über das, was im Pflegealltag wirklich belastet.

In einem persönlichen Gespräch hören die Fachleute der Volkshilfe genau hin: Welche Herausforderungen stellen sich im Alltag? Welche Form der Entlastung ist hilfreich?

**„Für uns war sofort klar,  
dass wir Entlastung brauchen“,**

erzählt eine Pflegende aus Wien, die mittlerweile regelmäßig von Entlastungsangeboten der Volkshilfe profitiert.

Gemeinsam wird erarbeitet, welche Unterstützungsangebote sinnvoll sind – etwa Betreuungsstunden, gezieltes Gedächtnis- oder Entspannungstraining, psychosoziale Begleitung oder schlicht mehr Freiraum im Alltag. Dabei werden umfassende Informationen bereitgestellt,

passende Kontakte vermittelt – und das Gefühl gestärkt, in der Pflege nicht allein zu sein.

**Begleitung, die trägt** In Österreich leisten vor allem Frauen rund zwei Drittel aller häuslichen Pflegearbeiten. Die Vereinbarkeit von Beruf und Pflege ist eine tägliche Herausforderung – genau hier setzen die mobilen Angebote der Volkshilfe an.

**„Mein Mann blüht  
im Tageszentrum  
regelrecht auf –  
das gibt uns beiden  
neuen Alltagssinn.“,**

erzählt eine Ehefrau aus Niederösterreich.

Hauskrankenpflege und Heimhilfe werden vermittelt, warme Mahlzeiten nach Hause geliefert oder Notruftelefone bereitgestellt. Wenn die Betreuung zu Hause an ihre Grenzen stößt, bieten Senior\*innenzentren oder betreute Wohnformen der Volkshilfe Unterstützung.

Ergänzt werden diese Angebote durch psychosoziale Beratung, Besuchsdienste und soziale Alltagsbegleitung – damit niemand in der Pflege allein bleiben muss.

**Finanzielle Unterstützung durch den Fonds Demenzhilfe** Oft ist es ein kleiner Zuschuss, der Großes bewirkt. Seit 2011 hat der Fonds insgesamt **693.488 Euro** an pflegende Angehörige ausbezahlt – im Schnitt **507 Euro pro Antrag**.

Einmal jährlich kann ein Antrag gestellt werden – schnell, unkompliziert und ohne bürokratische Hürden. Gefördert werden etwa:

- Betreuung und Entlastungsstunden
- Urlaubspflege
- Pflegehilfsmittel wie Lagerungshilfen oder Treppenlifte

**„Dank des Fonds konnten wir endlich einen Pflegebettenlift besorgen, ohne monatelang zittern zu müssen.“**

**„Ohne eure Unterstützung wäre unser Winter schlicht unbeheizt geblieben.“**

(Pflegender Sohn, Niederösterreich)

Solche Rückmeldungen zeigen: Schon kleine Beträge können existenzielle Erleichterung bringen.

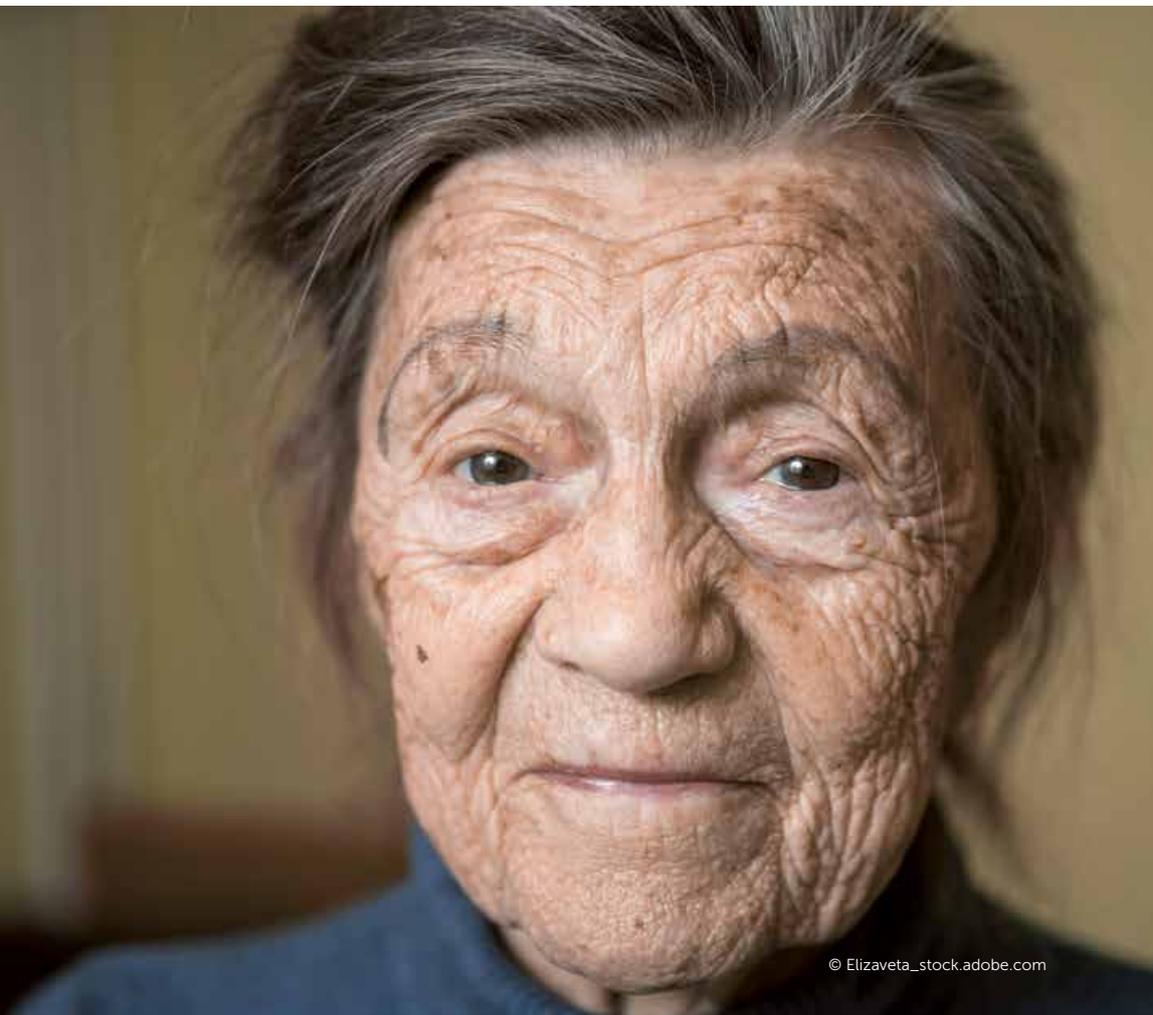
**Ganzheitlich denken – individuell handeln** Jede Familie ist anders. Jeder Pflegealltag stellt andere Anforderungen. Deshalb setzt die Volkshilfe auf maßgeschneiderte, ganzheitliche Lösungen – mit Beratung, Begleitung und finanzieller Unterstützung.

**„Ich musste meine Arbeitszeit reduzieren, um die Betreuung zu schaffen. Der Fonds hat mir geholfen, finanzielle Einbußen abzufedern.“**

(Pflegerische Angehörige)

Das Ziel ist klar: Pflegerische Angehörige sollen entlastet werden – finanziell, emotional und organisatorisch. Damit Raum bleibt für das, was wirklich zählt: **Zeit und Würde im Leben mit Demenz.**

**Weitere Informationen und das Antragsformular findest du unter [www.demenz-hilfe.at/unterstuetzung](http://www.demenz-hilfe.at/unterstuetzung)**



# „Man muss sich Pflege leisten können“



## Wie der Fonds Demenzhilfe der Volkshilfe Familien unterstützt – ein Erfahrungsbericht von Maria Andorfer, die ihre Mutter pflegt

**Die Pflege von An- und Zugehörigen mit Demenz ist emotional und organisatorisch herausfordernd – besonders auf dem Land. Maria Andorfer kennt das: Ihre 95-jährige Mutter lebt in einem abgelegenen Dorf in Oberösterreich und wird von Angehörigen sowie einer Betreuerin gepflegt.**

**Wenn Pflege zur Kostenfrage wird** Trotz Pflegegeld und organisierter 24-Stunden-Betreuung reicht das Geld oft nicht aus. Die Mutter lebt von einer kleinen Pension, wie viele ältere Frauen am Land. „Der tatsächliche Aufwand ist viel teurer als das, was man bekommt. Pflege zu Hause muss man sich leisten können“, sagt Maria Andorfer.

„Wir schaffen das nur, weil wir neun Kinder sind. Andere haben diese Chance nicht.“

**Zuwendung, die entlastet** Der Fonds Demenzhilfe der Volkshilfe Österreich wurde ins Leben gerufen, um dort zu helfen, wo staatliche Leistungen enden. Maria Andorfers Familie konnte damit eine Alarmmatte finanzieren – sie verhindert, dass die Mutter nachts stürzt.

„Diese Hilfe ermöglicht Pflege, die über das Allernotwendigste hinausgeht.“

**Weg zur Unterstützung: niederschwellig und respektvoll** Den Hinweis auf den Fonds bekam Maria Andorfer von einer engagierten Demenzberaterin – ohne sie hätte sie nie davon erfahren. Auch der Antrag selbst war problemlos auszufüllen und gut verständlich.

Was ihr besonders auffiel: „Beim Pflegegeld fühlt man sich oft, als würde man etwas erschleichen. Beim Fonds hingegen hatte ich nie das Gefühl, mich rechtfertigen zu müssen. Da war Respekt spürbar.“

**Dankbarkeit als Haltung** Nach der Unterstützung schrieb Maria Andorfer einen bewegenden Dankesbrief. „Wenn man etwas bekommt, worauf man keinen Anspruch hat, sagt man Danke. Das habe ich von meiner Mutter gelernt, die sich selbst für warmes Wasser oder gutes Essen bedankt.“

**Appell an die Politik: Pflege daheim ernst nehmen** Andorfer fordert mehr Förderung für häusliche Pflege. „Alleinstehende können sich das oft gar nicht leisten – und ein Platz im Heim ist für den Staat teurer. Das ergibt keinen Sinn.“

Vor allem am Land brauche es zentrale, gut erreichbare Anlaufstellen: „Das Schlimmste ist, wenn man allein dasteht und keine Ahnung hat.“

**Pflege braucht Unterstützung** Maria Andorfers Geschichte steht für viele Familien, die Pflege mit Herz und viel Engagement leisten – oft bis an die Belastungsgrenze. Der Fonds Demenzhilfe bietet konkrete, unbürokratische Entlastung – genau dort, wo sie gebraucht wird.

Volksliste Österreich  
Auerspergstr. 4  
1010 WIEN

Mehr Infos: [www.demenz-hilfe.at](http://www.demenz-hilfe.at)

EINGEGANGEN

28. APR. 2025

Betreff: Dank für Unterstützung

Berlesried, 19.4.2025

Sehr geehrte Damen und Herren,

Sie haben uns für die Betreuung unserer Mutter  
Maria Andorfer

aus dem Fonds Demenzhilfe Österreich einen  
Unterstützungsbeitrag von 900.- Euro gewährt.

Ich glaube, ich habe im Trubel des Alltags vergessen, mich  
dafür zu bedanken, was ich hiermit nachholen möchte.

Wir betreuen unsere Mutter, die heuer ihren 95. Geburtstag  
feiert, nun schon seit 10 Jahren. Das ist nur möglich, weil sich  
die ganze Familie an der Betreuung beteiligt, auch finanziell.

Jeder weiß, wie kostenintensiv eine qualitativ hochwertige  
Betreuung ist. Von der ganzen Familie  
für die großzügige Unterstützung.

Unsere Mutter, die sich  
jeden Tag für alles bedankt,  
schließt sich an, auch wenn  
sie aufgrund ihrer Demenz  
nicht mehr weiß, worum  
es geht.

Mit herrlichen Grüßen

Maria Andorfer  
(Tochter)

Andorfer Maria  
Ich bin nun bin  
94 Jahre  
weil es geht mit gut  
Tante Maria  
Mutter gut  
Ich danke Euch Eure  
Maria

Frau Andorfer hat uns erlaubt, ihren Brief zu teilen. Es berührt uns sehr – und bestärkt uns in dem, was wir tun. Schön, wenn Hilfe wirklich ankommt.



# RUNDUM VERSORGT



Gemeinsam Kegeln – und dabei Lebensfreude spüren

# Mut zur Lebensfreude

## Ein Tag im Demenztageszentrum Regenbogen

### Wie Gemeinschaft, Aktivierung und Musik den Alltag mit Demenz bereichern

**Ein Tag voller bunter Aktivitäten, liebevoller Fürsorge und herzlicher Begegnungen schenkt Menschen mit Demenz Halt und wertvolle Momente – hier im Tageszentrum Regenbogen in Linz wird der Alltag leicht und lebendig.**

An einem klaren Morgen öffnet das Demenztageszentrum Regenbogen in Linz seine Türen: 20 Menschen mit Demenz, vom 55-Jährigen bis zur 101-Jährigen, betreten nach und nach den hellen Gemeinschaftsraum. Margarete, eine der Tagesgäste, setzt sich an einen liebevoll gedeckten Tisch und lächelt:

**„Als ich hier ankam, wusste ich nicht, was mich erwartet. Dann habe ich gesehen, dass es anderen genauso geht wie mir – und das war sehr hilfreich. Wir sind nicht allein, und statt zu Hause stillzusitzen, haben wir eine Tagesstruktur und Aktivität. Das ist im Alter unglaublich wichtig.“**

Leiterin Sabine Wögerbauer, die das Zentrum seit Dezember 2005 führt, begrüßt jeden Besucher persönlich. Ihr Konzept kombiniert drei gemeinsame Mahlzeiten – Frühstück, Mittagessen und Nachmittagsjause – mit Gedächtnisübungen, biografischen Gesprächen, Bewegung und gelegentlichen Ausflügen. „Unser Ziel ist es, pflegende Angehörige zu entlasten und durch Aktivierung sowie stadiengerechtes Training soziale Kontakte zu fördern.“



# „Ich bin nicht allein mit meinen Sorgen!“

Einmal im Monat treffen sich die pflegenden Angehörigen im Nachmittagscafé für zwei Stunden – ein geschützter Raum, in dem sie offen über ihre Erfahrungen sprechen, sich gegenseitig Ratschläge geben und spüren, dass sie mit ihren Ängsten und Zweifeln nicht allein dastehen. So erzählt Gerlinde, dass sie vor eineinhalb Jahren ihre Mutter zunächst nur einmal wöchentlich ins Zentrum brachte. Nach einem Krankenhausaufenthalt jedoch verschlechterte sich der Gesundheitszustand, und binnen weniger Wochen stieg die Betreuungszeit auf drei und schließlich auf fünf Tage pro Woche. Für Gerlinde und ihre Familie bedeutet diese Entwicklung eine enorme Entlastung: Die Gewissheit, dass die Mutter in fachkundiger Obhut ist, dort wieder soziale Kontakte knüpft und aktiv bleibt, vom gemeinsamen Wäscheaufhängen bis zu Spielrunden mit „Mensch ärgere dich nicht“, sorgt für echten Seelenfrieden.



Im Garten blühen alle auf – nicht nur die Blumen

Auch Hildegard, die bereits um 8 Uhr morgens im Tageszentrum ankommt, bestätigt den Mehrwert: „Zuhause wäre es langweilig“, sagt sie. „Hier gibt es immer etwas zu tun – ich lese, falte Wäsche, helfe anderen. Jeder Tag hält neue Angebote bereit, und genau das erfüllt mich mit Freude.“

„Wer einen Platz hier kennenlernen möchte, kann gerne telefonisch einen Termin für einen Schnuppertag vereinbaren oder einfach vorbeikommen!“

(Sabine Wögerbauer, Leiterin)

Auch individuelle Beratung zählt zum umfassenden Angebot im Regenbogen: Ein Fachsozialbetreuer steht Angehörigen und Interessierten für klärende Gespräche zur Verfügung. Gemeinsam wird geprüft, ob Gedächtnisprobleme tatsächlich auf eine Demenzerkrankung hinweisen oder möglicherweise Nebenwirkungen von Medikamenten, eine Depression oder altersbedingte Änderungen zugrunde liegen. Seit Jänner 2020 ist das Zentrum Teil des Netzwerks Demenz Oberösterreich. Jeder, der sich Sorgen um sein Gedächtnis macht, kann hier einen kostenlosen Test absolvieren und anschließend eine persönliche Beratung an der Demenz-Service-Stelle der Volkshilfe in Anspruch nehmen. Für Familien, die finanzielle Hilfe benötigen, vermittelt das Team den Zugang zum Demenzhilfefonds.

## „Wer finanzielle Unterstützung braucht, wendet sich an den Demenzhilfefonds!“

Darüber hinaus versteht sich das Tageszentrum als Ort gelebter Gemeinschaft: Zweimal im Jahr verwandelt sich der Alltag in ein großes Fest. Im Sommer lädt das Team zum Grillnachmittag ein, im Winter zur besinnlichen Weihnachtsfeier – Gelegenheiten, bei denen Tagesgäste, Angehörige und Mitarbeitende zusammenkommen und den Zusammenhalt stärken. Ein besonderes Highlight ist der seit 2018 veranstaltete Vergiss-mein-nicht-Ball, ein nachmittäglicher Tanznachmittag für Menschen mit Demenz, ihre Familien und Betreuungsteams. In geschütztem Rahmen wird hier gemeinsam gelacht, getanzt und gefeiert – ein Ereignis, das Lebensfreude weckt und noch lange in Erinnerung bleibt.

Am Ende des Tages sammelt Sabine Wögerbauer das Feedback der pflegenden Angehörigen ein und lässt ihren Worten Raum.

Viele Angehörige berichten, dass ihre Mütter und Väter durch den Besuch im Regenbogen wacher, präsenter und sprachlich aktiver geworden sind. Selbst kleine Fortschritte, wie das Erinnern an Lieder oder gemeinsames Lachen, schenken neue Lebensfreude. Zwar ist Demenz nicht heilbar, doch Aktivierung, soziale Kontakte und liebevolle Begleitung wirken sich positiv aus und können den Heimeintritt hinauszögern. Für Sabine und ihr Team ist dieses Feedback Bestätigung und Ansporn zugleich.

Ein herzlicher Dank gilt dem gesamten Team, sowie allen Besucher\*innen des Tageszentrums Regenbogen.

**Mehr Informationen** zu den Angeboten der Volkshilfe-Tageszentren und zur Broschüre „Aktiv leben trotz Demenz“ (Deutsch, Englisch, Serbisch, Türkisch) finden Sie online unter [www.demenz-hilfe.at](http://www.demenz-hilfe.at)



Ausflug zum Urfahrner Markt – ein Tag voller Abwechslung und schöner Erinnerungen



Im Garten ist Raum für Gespräche, Gemeinschaft und Ruhe

# Zwischen Vergessen und Verbundenheit

## Unterwegs mit dem mobilen Demenzteam der Volkshilfe Burgenland

Was passiert, wenn das Gedächtnis nachlässt und die Familie nicht mehr weiter weiß? Wenn vertraute Abläufe plötzlich nicht mehr funktionieren, Namen entgleiten und der Alltag aus dem Gleichgewicht gerät? Wir begleiten Katrin Kaiser, Psychologin im mobilen Demenzteam der Volkshilfe Burgenland, bei einem Hausbesuch in Eisenstadt. Eine Begegnung mit Maria, 91, ihrer Tochter Karin und mit der Frage, wie ein Leben mit Demenz trotz aller Herausforderungen gelingen kann.

**Ein Gespräch auf Augenhöhe** Wir stehen vor einem kleinen Haus in einer ruhigen Wohngegend. Katrin schaut noch einmal auf ihre Notizen, dann klingeln wir. Solche Hausbesuche gehören zu ihrem Alltag. „Jeder Mensch, jede Familie bringt ihre eigene Geschichte mit“, sagt sie. „Oft sind es nicht die offensichtlichen Dinge, die zählen, sondern die Zwischentöne.“

Maria öffnet uns selbst die Tür. Ihre Tochter Karin bittet uns herein und zieht sich dann bewusst zurück. In den letzten Monaten habe sich vieles verändert, erzählt sie später. Ihre Mutter vergesse Dinge, ziehe sich zurück, sei manchmal nicht mehr wiederzuerkennen. Gleichzeitig betone sie ständig: Es gehe ihr doch gut.

Katrin beginnt das Gespräch ruhig. Es geht um den Alltag. Um das Älterwerden. Um Unsicherheiten. Maria spricht leise, aber bestimmt. Sie erzählt aus ihrer Kindheit, vom Krieg, von familiären Schicksalen. Ihre Erinnerungen an die Vergangenheit sind lebendig. Die Gegenwart dagegen wirkt verschwommen.





**„Jeder  
Mensch,  
jede Familie  
bringt  
ihre eigene  
Geschichte  
mit.“**



### Katrin Kaiser im Gespräch mit einer Angehörigen

Katrin hört zu, stellt behutsame Fragen, lässt Raum. Als die Tochter Karin später wieder dazu kommt, wirkt sie angespannt. „Ich weiß nicht, ob ich übertreibe“, sagt sie. „Oder ob ich zu spät dran bin.“ Das ständige Abwägen, das Ringen um das richtige Maß, zehrt an ihr.

#### Zwischen Nähe und Überforderung

Katrin kennt solche Situationen. „Viele Angehörige stemmen alles und kommen irgendwann an den Punkt, wo sie selbst nicht mehr können.“ Gerade bei beginnender Demenz sei es schwer, das rechte Maß an Unterstützung zu finden. Zu viel Kontrolle wirke entmündigend, zu wenig könne riskant sein.

Das mobile Demenzteam bietet genau hier Unterstützung an: kostenlose Erstberatung, danach regelmäßige Hausbesuche – individuell angepasst. „Wir sind keine Ärzt\*innen“, sagt Katrin. „Aber wir sind da, wenn es Orientierung braucht. Wenn Fragen offen sind. Oder wenn jemand einfach nicht mehr weiter weiß.“

Maria erzählt von einem früheren Gruppentraining. Sie sei dort abgefragt worden. Das habe sie beschämt. „Ich will mich nicht wie in der Schule fühlen.“ Katrin beruhigt sie. In ihrem Angebot gehe es nicht um Leistung, sondern um Begegnung. Um kleine Impulse, die guttun.

Katrin schlägt ein einfaches Spiel vor: Vornamen mit M. Maria zögert kurz, dann lächelt sie – und schon fallen ihr die ersten Namen ein. Es ist ein kurzer Moment, aber einer, der zeigt:

**Da ist noch so viel da.**

**Entlastung zulassen** Tochter Karin ist unsicher, ob sie beim ersten Besuch dabei sein soll. „Ich würde gern zuhören, nur beim ersten Mal“, sagt sie leise. Katrin nickt. Viele Angehörige empfinden Schuldgefühle, wenn sie sich zurückziehen. Doch gerade dieser Schritt kann Entlastung bringen – für beide Seiten.

In Marias Fall liegt eine medizinische Diagnose vor: beginnende Demenz. Die Unsicherheit bleibt. Tochter Karin fragt: Was kommt jetzt? Wie schnell wird es schlechter? Katrin antwortet ehrlich, aber ermutigend. „Demenz ist kein statischer Zustand. Es gibt gute Tage und schlechtere – aber man kann viel tun, um das Leben weiterhin aktiv zu gestalten.“



Katrin Kaiser ist seit 2015 beim mobilen Demenz-Team der Volkshilfe Burgenland tätig

# „Ich will ja nicht einfach nur dasitzen“,

sagt Maria leise. Ein Satz, der bleibt.

Wenn Maria zustimmt, wird sie ab Juni regelmäßig besucht. Eine Stunde pro Woche. Nicht um zu kontrollieren, sondern um gemeinsam etwas zu tun. Zuhören. Strukturieren. Erinnerungen wachhalten.

## Ein kleiner Schritt – aber ein Anfang

Beim Abschied wirkt Maria ruhig, fast erleichtert. Karin bedankt sich. Man spürt, dass das Gespräch etwas gelöst hat. Noch keine Antwort auf alles, aber auf einen möglichen Weg.

Im Auto sagt Katrin: „Ich glaube, es würde ihr guttun. Und ihrer Tochter auch. Es ist wichtig, dass beide gesehen werden, nicht nur die Diagnose.“ Sie erzählt, dass manche Menschen vom Team über Monate begleitet werden. Bis zuletzt. Es gehe nicht um große Interventionen, sondern um das, was dazwischen passiert: Vertrauen, Beziehung, Präsenz.

Maria spricht im Verlauf über ihren Alltag. Vom Kochen, vom Garten, von den Vögeln, die sie beobachtet. Ein Leben voller Geschichten und kleiner Details – vieles ist noch präsent, manches besonders kostbar. „Ich brauche nicht viel. Aber ich will wissen, dass ich noch dazugehöre.“

Katrin nennt das biografisches Arbeiten. Sich nicht auf Defizite fokussieren, sondern auf Ressourcen. Auf das, was trägt. Auf das, was verbindet. Auf das, was bleibt.

Das mobile Demenzteam der Volkshilfe Burgenland ist ein Angebot für Menschen mit beginnender Demenz – und für ihre Angehörigen. Es arbeitet behutsam, niederschwellig und anpassungsfähig. Kein fixes Programm, kein Leistungsdruck. Stattdessen geht es darum, präsent zu sein, zuzuhören, mitzugehen und mitzutragen.

## Mehr Informationen und Kontakt:

[www.demenz-hilfe.at/beratung/burgenland](http://www.demenz-hilfe.at/beratung/burgenland)



# „Ich bin da. Und ich gehe diesen Weg mit euch.“

Katrins Abschiedsworte am Ende des Beratungsgesprächs. Vielleicht ist genau das die stärkste Hilfe.





# IM AUSTAUSCH

# Gewalt im Alter

## Ein oft verdrängtes Thema mit vielen Gesichtern

**Gewalt an älteren Menschen – das klingt nach Einzelfällen, nach Skandalen in Pflegeheimen, nach einer Randnotiz im Pflegesystem. Doch wer genau hinsieht, erkennt: Es handelt sich nicht um Ausnahmen, sondern um ein strukturelles Problem. Gewalt im Alter hat viele Formen: psychisch, physisch, finanziell oder emotional. Sie geschieht häufig im Verborgenen – in den eigenen vier Wänden, im Pflegealltag, in der Beziehung zwischen pflegebedürftigen Menschen und ihren Angehörigen und Pflegenden.**

**Drei Expert\*innen mit jahrzehntelanger Erfahrung zeichnen ein komplexes, teils erschütterndes Bild – und formulieren Forderungen, wie man Gewalt sichtbar machen und verhindern kann.**

### Das Unsichtbare sichtbar machen

**Monika Wild, langjährige Leiterin der Gesundheits- und Sozialen Dienste im Generalsekretariat des Österreichischen Roten Kreuzes, erinnert sich an die Anfänge der Auseinandersetzung mit dem Thema: „Das Thema Gewalt wurde lange unter den Teppich gekehrt.“ Erst durch das Projekt „Breaking the Taboo“ wurde vielen Pflegekräften klar, dass sie Gewalt erlebt oder beobachtet hatten, ohne sie so zu benennen. Das Glas Wasser, das absichtlich außer Reichweite gestellt wird. Der Besuch der Enkelkinder, der zur Strafe untersagt wird. Die verweigerte Kommunikation – all das seien Formen subtiler Gewalt.**

Wild betont: „Es geht nicht immer um bewusste Bösartigkeit. Viele Angehörige sind schlicht überfordert und allein gelassen.“ Die Strukturen seien nicht darauf ausgelegt, frühzeitig zu helfen. „Es braucht klare Handlungsketten. Wir brauchen ein System, das reagiert – nicht erst, wenn es zu spät ist.“



**„Viele Angehörige sind überfordert und allein gelassen“ – Monika Wild plädiert für klare Handlungsketten gegen Gewalt im Alter**



© privat

„Gewalt im Umgang mit Demenz ist oft Ausdruck von Überforderung“ – Dr.<sup>in</sup> Asita Sepandj fordert mehr Aufklärung und eine zentrale Demenz-Hotline

**Dr.<sup>in</sup> Asita Sepandj, Leiterin des Gerontopsychiatrischen Zentrums in Wien**, kennt diese Situationen gut: „Gewalt im Umgang mit Demenz ist oft Ausdruck von Überforderung.“ Angehörige interpretieren das Verhalten ihrer demenzkranken Eltern oft als Ablehnung oder Boshaftigkeit, obwohl es krankheitsbedingt ist. Wenn das erkannt wird, entsteht häufig Erleichterung.

Ihr Team arbeitet im Sechs-Augen-Prinzip, um Klient\*innen wie Mitarbeitende zu schützen – und um Gewalt gemeinsam besser erkennen zu können. Besonders häufig tritt psychische Gewalt auf: ein unguter Ton, Druck, Drohungen. Auch von den Erkrankten selbst geht mitunter Gewalt aus – meist, weil sie sich nicht verstanden fühlen oder hilflos sind.

Sepandj sieht Aufklärung als Schlüssel zur Prävention. Angehörige müssen verstehen, was Demenz bedeutet – und welche Unterstützungsangebote es gibt: von Tageszentren über Heimhilfen bis zu Kurzzeitpflege. Sie fordert: „Eine österreichweite Demenz-Hotline mit Website, die regionale Angebote bündelt, wäre enorm hilfreich.“

**Familiendynamiken: Vergangenheit wird Gegenwart** „Wenn sich ein Paar 30 Jahre angeschrien hat, hört das nicht auf, nur weil einer von beiden pflegebedürftig wird“, sagt Monika Wild. Gewalt ist oft eine Fortschreibung alter Beziehungsmuster. Und: Auch pflegende Angehörige können Opfer werden. In komplexen Familiensystemen braucht es Schutz für alle Beteiligten. Sepandj empfiehlt in solchen Fällen auch Psychotherapie – denn ungelöste Konflikte lassen sich nicht durch Pflegeberatung allein lösen.

**„Gewalt ist oft eine Fortschreibung alter Beziehungsmuster.“**

(Dr.<sup>in</sup> Asita Sepandj)



© privat

Dr. Gerald Gatterer fordert mehr Haltung und Differenzierung im Umgang mit Gewalt im Alter

### Strukturelle Gewalt – eine Frage der Haltung

**Gerald Gatterer, klinischer Psychologe und Leiter des Instituts für Altersforschung an der Sigmund Freud Universität Wien,** sagt es klar: „Gewalt ist selten eindimensional. Sie ist ein Spiegel unserer Haltung gegenüber Alter und Pflege.“ Gewalt entsteht im Zusammenspiel aus Überforderung, Ignoranz, sozialem Druck und kultureller Abwertung von Alter. Gatterer kritisiert die kulturelle Normalisierung von Bevormundung: „Das beginnt bei der Sprache: ‚Die Oma muss jetzt brav essen.‘ Das klingt harmlos, ist aber Ausdruck struktureller Missachtung von Autonomie.“ Pflege sei ein Vertrag auf Augenhöhe, keine Form der Fremdbestimmung.

Auch Monika Wild warnt: „Viele Angehörige sind überfordert und allein gelassen.“ Gewalt beginnt im Kleinen – oft unerkant. Deshalb braucht es klare Handlungsketten und verlässliche Strukturen, die nicht erst im Notfall greifen.

Sepandj betont, dass auch Menschen mit Demenz gewalttätig werden können – nicht aus Bosheit, sondern aus Überforderung oder Angst. „Das ist kein Zeichen von Bösartigkeit, sondern ein Hilfeschrei.“ Ihr Team begegnet dem mit Empathie, Fachwissen und systematischer Begleitung.

Gatterer mahnt zur Differenzierung: Gewalt sei nicht immer klar zu erkennen. „Was als Gewalt empfunden wird, ist subjektiv – aber es braucht objektive Kriterien, um nicht vorschnell zu urteilen und echte Gewalt nicht zu übersehen.“ Auch Medien tragen Verantwortung: Wenn der Tod einer alleinlebenden älteren Frau als Skandal dargestellt wird, werde suggeriert, dass ältere Menschen ständig überwacht werden müssten. Dabei haben sie ein Recht auf Selbstbestimmung – auch am Lebensende.

## „Gewalt ist selten eindimensional. Sie ist ein Spiegel unserer Haltung gegenüber Alter und Pflege.“

(Dr. Gerald Gatterer)

### Unabhängige Anlaufstellen, mehr Schulung – und Mut, hinzusehen

Ein zentraler Vorschlag aller drei Expert\*innen: die Etablierung von **Community Nurses** als unabhängige, neutrale Ansprechpersonen. Sie könnten Verdachtsmomente prüfen, Hausbesuche machen, zwischen Familien und Diensten vermitteln, ohne das Versorgungssystem gleich zu destabilisieren.

Wild sieht hier großes Potenzial: „Diese neutrale Instanz kann helfen, Eskalationen zu verhindern, bevor sie entstehen.“ Auch Sepandj bestätigt: „Gerade in angespannten Situationen ist es hilfreich, wenn jemand Neues, Unvoreingenommenes ins Haus kommt.“

### Pflege braucht Haltung – und endlich politische Konsequenzen

Alle drei Expert\*innen kritisieren die mangelnde politische Reaktion. Wild sagt: „Es ist ein Skandal, dass Menschen auf Wartelisten landen, obwohl sie dringend Unterstützung brauchen.“ Sepandj fordert eine zentrale Demenz-Hotline, Gatterer mehr Schulung und professionelle Reflexion.

Gewalt im Alter ist kein individuelles Problem, sondern Ausdruck gesellschaftlicher Schief lagen. Wer Pflege menschenwürdig gestalten will, muss Strukturen schaffen, die schützen, begleiten und aufklären.

Gatterer fasst es zusammen:

„Pflege braucht nicht nur Ressourcen, sondern vor allem Haltung.“  
Und: „Freiheit, Selbstbestimmung und Gleichwürdigkeit kennen kein Alter.“



volkshilfe.

# TROTZDEMENZ

Finanzielle Unterstützung für  
armutsgefährdete Menschen  
auf **demenz-hilfe.at**

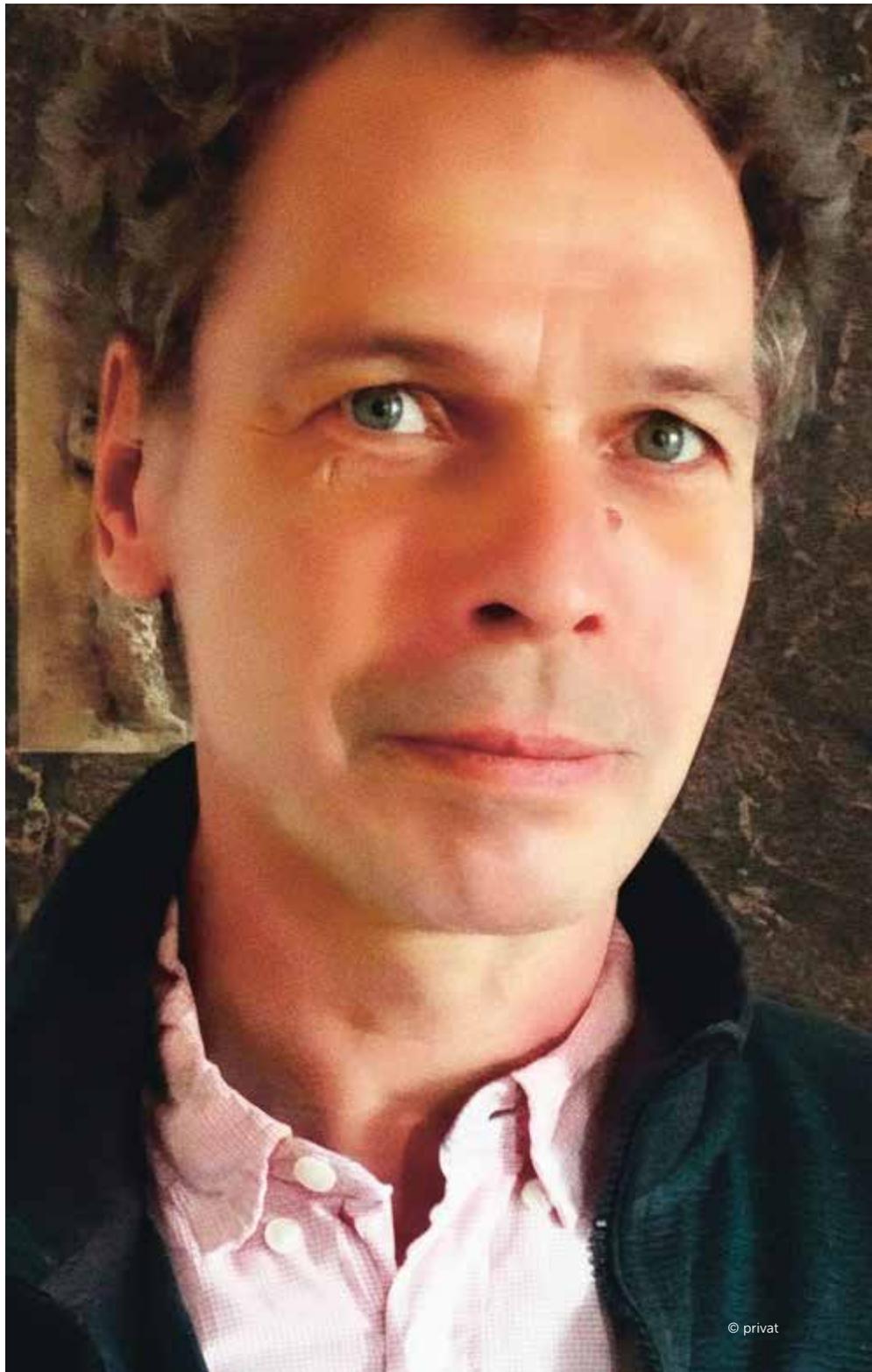
# Gewalt beginnt oft dort, wo Würde endet

**Gewalt im Alter passiert oft im Verborgenen – subtil, leise, aber tiefgreifend. Die NGO Pro Senectute bricht seit über zehn Jahren dieses Schweigen: mit Beratung, Aufklärung und konkreten Projekten.**

**„Unser Ziel ist Wiederholungsfälle zu verhindern und niemanden ohne Versorgung zurückzulassen.“**

(Leopold Ginner)

Mag. Leopold Ginner  
Leiter des Pro-Senectute-Beratungstelefons „Gewalt und Alter“



## **Demenzexpertin Ann-Kathrin Ruf und Leopold Ginner, Projektleiter bei Pro Senectute, sprechen über Warnsignale von Gewalt im Alter, wirksame Hilfe – und darüber, warum das Alter oft unterschätzt wird.**

Was erlebt Ihr am Beratungstelefon „Gewalt im Alter“?

Täglich rufen Menschen bei uns an – meist hochbetagte Betroffene, aber auch Angehörige oder Nachbar\*innen. Die Berichte ähneln sich: Es geht um Isolation, Kontrolle, Demütigungen – weniger um sichtbare Gewalt, sondern um ein schleichendes Ausgeliefertsein. Oft fehlt das Gefühl, über das eigene Leben noch selbst bestimmen zu dürfen. Finanzielle Abhängigkeit oder gebrochene Übergabeverträge sind ebenfalls häufige Themen.

Wie unterstützt Ihr konkret?

Wir hören erst einmal lange und aufmerksam zu. Manche Gespräche dauern über eine Stunde. Danach vermitteln wir weiter an Pflegekoordinator\*innen, Community Nurses, Sozialreferate, Gewaltschutzzentren, Frauenhäuser oder, wenn nötig, auch an gerichtliche Stellen. Wichtig ist uns, dass die Hilfe niederschwellig, konkret und wohnortnah ankommt.

## **„Meist betrifft es Frauen – als Betroffene wie als Pflegende.“**

Was passiert, wenn ein Betretungsverbot ausgesprochen wird?

Das ist ein kritischer Moment. Häufig wird jemand aus dem Haushalt entfernt, der selbst pflegebedürftig ist oder bislang gepflegt hat. Im Projekt Refugium entwickeln wir dafür Notfallmechanismen: kurzfristige Pflege und Unterbringung, mittelfristiges Case Management und langfristige Betreuungsnetzwerke. Ziel ist es, Wiederholungsfälle zu verhindern und niemanden ohne Versorgung zurückzulassen.

Wer sind die Hauptbetroffenen – und wer übt Gewalt aus?

Meist betrifft es Frauen – als Betroffene wie als Pflegende. Die Täter\*innen kommen fast immer aus dem familiären Umfeld: Partner\*innen, Kinder, Schwiegerkinder. Viele Angehörige sind schlicht überfordert, erschöpft, allein und reagieren mit psychischer oder sozialer Gewalt, ohne sich dessen bewusst zu sein.

Ist die Grenze zwischen Konflikt und Gewalt immer klar?

Nein. Gewalt beginnt oft dort, wo Würde endet. Wenn Bewegungsfreiheit eingeschränkt wird, wenn jemand beschämt oder mundtot gemacht wird, ist das Gewalt – auch wenn nie geschlagen wird. Besonders bei hochaltrigen oder kognitiv eingeschränkten Menschen ist es schwer, die Situation am Telefon eindeutig zu erfassen. Aber das Unbehagen ist fast immer spürbar.

Gibt es Warnsignale, an denen sich erkennen lässt, wann Gewalt droht?

Ja – vier Faktoren sind besonders kritisch: ein hoher Pflegebedarf, Isolation, wechselseitige Abhängigkeiten (z.B. räumlich oder finanziell) und Suchtprobleme im Umfeld. Wenn das alles zusammenkommt, steigt das Risiko für Gewalt massiv.

Entsteht Gewalt hauptsächlich durch Überforderung?

In den allermeisten Fällen, ja. Viele Pflegende tun ihr Bestes – aber jahrelange Belastung ohne Unterstützung hinterlässt Spuren. Frust, Erschöpfung und Hilflosigkeit können sich irgendwann in Gewalt entladen. Bei jüngeren Tätern gibt es auch Fälle von gezielter Kontrolle oder Kränkungsreaktionen, aber im Alter dominiert die Überforderung.

## Können sich Betroffene überhaupt noch wehren?

Manche schaffen es. Viele nicht. Jahrzehntelange Rollenmuster lassen sich im Alter nur schwer durchbrechen. Doch schon kleine Veränderungen wie eine Entlastung, ein Gespräch oder ein Perspektivenwechsel können helfen, festgefahrene Dynamiken zu lösen. Und: Niemand ist zu alt, um Hilfe anzunehmen.

## Wie präsent ist das Thema in der Gesellschaft?

Leider kaum. Gewalt im Alter ist kein medienfreundliches Thema. Wir haben zum Beispiel beim Servus Magazin angefragt, ob sie über unsere Wanderausstellung berichten. Die Antwort: „Wir bringen nur schöne Themen.“ Das zeigt deutlich, wie groß die Unsichtbarkeit ist.

## Wie sieht das in anderen Ländern aus?

In Ländern wie Finnland oder Dänemark gibt es auf kommunaler Ebene gut abgestimmte Kriseninterventionen – mit Polizei, Pflege und Sozialdiensten in engem Austausch. Dieses multidisziplinäre Case Management versuchen wir mit Refugium auch in Österreich zu etablieren. Noch sind viele Stellen unverbunden – das führt zu Lücken im System.

## Welche Rolle spielen Community Nurses?

Eine große. Sie kennen die Menschen vor Ort, besuchen sie regelmäßig, sehen Veränderungen frühzeitig. Leider gibt es in manchen Gemeinden Widerstand – aus Angst vor Konkurrenz. Dabei geht es nicht um Verdrängung, sondern um kluge Ergänzung. Im Projekt setzen wir gezielt auf Pilotkooperationen mit Community Nurses.

## Kommt Gewalt auch von älteren Menschen selbst?

Ja, vor allem bei Demenz oder anderen psychischen Erkrankungen. Angehörige berichten von Schlägen, Bissen, Beschimpfungen, während dieselbe Person im Tageszentrum als ruhig und freundlich erlebt wird. Diese Situationen sind extrem belastend. Wir raten dazu, Grenzen zu setzen und professionelle Tagesstrukturen zu nutzen.

# „Gewalt im Alter ist kein medienfreundliches Thema“.

## Was zeigt Ihr in Eurer Wanderausstellung?

Die Ausstellung **„Gewalt und Alter: Halt, keine Gewalt“** tourt seit Ende 2023 durch Österreich – bis mindestens 2026. Sie macht sichtbar, wie viele Formen Gewalt im Alter annehmen kann: von subtiler Kontrolle bis zu offener Aggression. In interaktiven Stationen können Besucher\*innen erfahren, was es heißt, körperlich eingeschränkt zu sein, oder wie sich Entmündigung anfühlt. Die Ausstellung richtet sich an Fachpublikum, Schulen und Privatpersonen – und stößt vor allem bei Jugendlichen auf starke Reaktionen. Viele sagen: „So habe ich das noch nie gesehen.“

## Und die medikamentöse Versorgung?

Viele ältere Menschen nehmen sieben, acht oder mehr Medikamente gleichzeitig – oft ohne Abstimmung zwischen den verschreibenden Ärzt\*innen. Die Folge sind Schwindel, Müdigkeit, Mobilitätsverlust – und letztlich neue Abhängigkeiten. Es braucht dringend mehr Übersicht und Koordination.

## Was wünschst Du Dir für die Zukunft?

Ich wünsche mir, dass wir unsere Angst vor dem Alter, vor Gebrechlichkeit und Hilfsbedürftigkeit in echte Neugier verwandeln. Dass wir zuhören, ohne zu urteilen. Und dass wir als Gesellschaft nicht nur funktionieren, sondern füreinander Verantwortung übernehmen. Dann kann Gewalt gar nicht erst entstehen.

Danke für das Gespräch

**Mehr Informationen:**  
<https://prosenectute.at>

A close-up portrait of an elderly woman with short, wavy grey hair. She has a gentle, thoughtful expression, looking slightly to the right of the camera. Her hands are clasped together and rest under her chin. The background is a plain, light-colored wall. The overall tone is soft and intimate.

# GEWALTFREIE PFLEGE

# Gewaltfreie Pflege

**Demenz verstehen, Ursachen erkennen, Sicherheit schaffen**

Wichtig ist, dass Menschen wissen, dass sie nicht alleine sind und dass es Unterstützung gibt.



Die Volkshilfe Österreich hat die Broschüre „**Demenz verstehen**“ entwickelt, um zu zeigen, wie stark Demenz Verhalten, Bedürfnisse und Beziehungen beeinflusst. Im folgenden Auszug geht es darum, warum Betroffene besonders anfällig für Angst, Frustration und Aggression sind – etwa durch Vergesslichkeit, Orientierungslosigkeit oder Schlafstörungen. Die Broschüre benennt Risikofaktoren wie Isolation oder Sinneseinbußen und zeigt, wie Routinen, vertraute Strukturen und biografische Aktivierung helfen können, Konflikte zu entschärfen und Nähe zu bewahren.

**Gewalt in der Pflege hat viele Gesichter** Gewalt entsteht meist unbewusst aus Überforderung, Erschöpfung oder Unwissen, manchmal aber auch bewusst. Ungeklärte Konflikte in der Familie wie in der häuslichen Betreuung können eskalieren. Da das Thema Gleichstellung, Altersdiskriminierung und Menschenrechte berührt, muss man verstehen, wie übergriffiges Verhalten entsteht, welche Mechanismen dahinterstecken und welche Gegenmaßnahmen wirken.

**Was ist Gewalt in der Pflege?** Gewalt in der Pflege beginnt, wo körperlicher oder seelischer Schmerz zugefügt wird und dabei Macht oder Abhängigkeit ausgenutzt werden. Ob grobes Festhalten am Arm, entwürdigende Worte oder das bewusste Vorenthalten von Geld – all das verletzt die Würde der Betroffenen. Auch wenn manche Übergriffe unbewusst im Stress passieren, macht das den Schaden nicht weniger real.

### Formen und Ausdrucksweisen

Gewalt kann sich auf ganz unterschiedliche Weise zeigen: Schläge oder Zerren hinterlassen oft sichtbare Spuren, doch psychische Gewalt ist genauso zerstörerisch. Ein einziger verletzender Satz, der Zweifel an der eigenen Wahrnehmung sät, kann langfristige Ängste und Misstrauen auslösen. Sexualisierte Übergriffe brechen intime Grenzen und führen zu enormer Scham, während finanzielle Ausbeutung das Vertrauen in Familie und Betreuungseinrichtungen zerstört. Selbst digitale Eingriffe – das Sperren des Internetzugangs oder das Versenden bedrohlicher Nachrichten – zählen dazu, weil sie Abhängigkeit und Kontrolle manifestieren.

**Ursachen und Dynamiken** Überforderung, Erschöpfung und mangelnde Schulung sind die Nährböden für Gewalt, selbst wenn keine böse Absicht dahintersteckt. Wenn Pflegende im Zeitdruck sind oder Angehörige die emotionale Last allein tragen müssen, steigt die Wahrscheinlichkeit unkontrollierter Ausbrüche. In familiären Beziehungen können alte Konflikte und ungelöste Verletzungen auftauchen und die Pflegesituation zusätzlich eskalieren. Wer nicht lernt, Stress zu managen und Konflikte offen anzusprechen, begibt sich in eine Gefahrenspirale.

**Strukturelle Gewalt** Gewalt entsteht nicht nur zwischen Menschen, sondern auch durch starre Abläufe und unfaire Rahmenbedingungen. Wenn Pflegekräfte ständig unterbesetzt sind, Zeitvorgaben über Autonomie gestellt werden oder niedrige Löhne als unveränderlich gelten, wird systematisch Druck aufgebaut. Pflegebedürftige verlieren ihre Entscheidungsfreiheit, und Pflegende fühlen sich gleichermaßen entmündigt. Solange gesellschaftliche Strukturen notgedrungen Unterordnung erzwingen, bleibt Gewalt unausgesprochen und normalisiert.



Nur wer Konflikte sichtbar macht, kann sie lösen und echte Wertschätzung herstellen – für Pflegende und Gepflegte gleichermaßen.

© istockphoto.com/grandriver

**Prävention und verantwortliches Handeln** Gewalt lässt sich nur verhindern, wenn man die verschiedenen Gesichter erkennt und nicht wegschiebt. Offene Kommunikation, regelmäßige Supervision und gezielte Fortbildungen sind kein Luxus, sondern eine Pflicht. Im Team und in Familien muss man Konflikte sofort ansprechen, statt sie unter dem Deckmantel guter Absichten ruhen zu lassen. Nur wer Konflikte sichtbar macht, kann sie lösen und echte Wertschätzung herstellen – für Pflegende und Gepflegte gleichermaßen.

**Gewalt vorbeugen** Der Kampf gegen Gewalt beginnt mit frühzeitigen Maßnahmen: Überlastung, Isolation oder ungünstig familiäre Dynamiken müssen erkannt und entkräftet werden, ehe sie eskalieren. Wenn es doch zu Übergriffen kommt, muss man sofort eingreifen, Betroffene unterstützen und dafür sorgen, dass Täter\*innen soziale Interventionen oder strafrechtliche Folgen zu spüren bekommen. In gut vernetzten Nachbarschaften sinkt Gewalt, weil Vertrauen und Zusammenhalt Konflikte schon im Ansatz glätten.





**Aktives Erkennen** Gewalt in der Pflege ist oft subtil und verborgen. Man kann sie nur aufspüren, wenn man nüchtern die Fakten prüft, seine Gefühle reflektiert, persönliche Normen hinterfragt und zurückliegende Vorfälle analysiert. Ein Tagebuch kann helfen, Stimmungslagen und Spannungen regelmäßig zu überprüfen. Mobile Pflegedienste müssen sensibilisiert werden, erste Warnsignale zu deuten und klare Handlungsschritte einzuleiten. Auch Ärzt\*innen im Vier-Augen-Prinzip beobachten Interaktionen – alleine und in Begleitung von Angehörigen – und veranlassen bei Auffälligkeiten Beratungen oder polizeiliche Schritte.

**Präventive Strategien** Man kann Beratung in Anspruch nehmen, um Stressmanagement, Selbstfürsorge und Kommunikationsmethoden zu erlernen. Auch regelmäßige Pausen, Atemübungen, Spaziergänge oder der Austausch mit anderen Pflegenden in Selbsthilfegruppen helfen dabei, die eigene Resilienz zu stärken. Wichtig ist außerdem, Verständnis für die Gefühlslage der gepflegten Person zu bewahren und Pflegehandlungen behutsam sowie mit Ich-Botschaften zu besprechen.

**Empathie und Fachkompetenz** Ein empathisches Umfeld, das Raum und Verständnis für Pflege bietet und den Gepflegten soziale Teilhabe ermöglicht, schafft Sicherheit und beugt Isolation vor. Regelmäßige Schulungen fördern die Selbstreflexion, deeskalierende Kommunikation und Resilienz. Mehr Personal in der Pflege, angemessene Finanzmittel und Supervisionsangebote bieten den nötigen Freiraum für individuelle Betreuung und kollegiale Unterstützung – so verhindert man Gewalt in der Pflege dauerhaft.

**Einführung in Demenz und Gewalt** Menschen mit Demenz geraten leicht in Situationen, in denen Überforderung bei Pflegenden zu ungedulden oder sogar aggressiven Reaktionen führt. Da man die Krankheit oft nur bruchstückhaft versteht, entstehen falsche Erwartungen und Missverständnisse, die das Risiko gewaltsamer Übergriffe erhöhen.

**Aggressionen als Symptom** Aggressives Verhalten bei Demenz zeigt sich nicht nur in körperlichen Attacken, sondern auch in Wutausbrüchen, verbalen Angriffen oder Rückzug. Orientierungslosigkeit, Gedächtnislücken und Störungen im Tag-Nacht-Rhythmus tragen dazu bei, dass Betroffene Ängste entwickeln und mit ungewohnter Aggression reagieren. Ohne ausreichendes Wissen über den Krankheitsverlauf drohen Pflegenden und Angehörige, diese Signale persönlich zu nehmen und unbeachtete Grenzen zu überschreiten.

**Verlauf und besondere Herausforderungen** Im Fortschreiten der Erkrankung verändert sich die Persönlichkeit: Aus liebevollen Menschen werden Gereizte, unkontrollierte Impulse können zu sexueller Enthemmung führen. Wenn man plötzlich fremdenfeindliche oder anzügliche Äußerungen erlebt, muss man verstehen, dass Demenz bestimmte Hirnregionen angreift. Nur Geduld und eine Haltung des Verstehens helfen einem, nicht selbst in einen gewalttätigen Konflikt zu geraten.

## „Für Menschen mit Demenz ist Vertrautheit überlebenswichtig.“

**Sichere Rahmen schaffen** Für Menschen mit Demenz ist Vertrautheit überlebenswichtig. Man sollte gewohnte Abläufe und vertraute Orte bewahren, um Orientierung zu erhalten. Es hilft, klar und ruhig zu sprechen und auf Korrekturen zu verzichten, wenn Erinnerungen fehlen. Eine beruhigende Umgebung – etwa mit gedämpftem Licht, Lieblingsmusik oder vertrauten Gegenständen – kann angespannte Situationen entschärfen und dabei helfen, wieder Sicherheit zu schaffen.

**Biografische Aktivierung** Man kann das nutzen, was im Langzeitgedächtnis erhalten ist – Musik aus der Jugend, alte Fotos oder vertraute Geschichten. Durch das gemeinsame Wecken bedeutungsvoller Erinnerungen lassen sich Selbstwert und Identität stärken. So entstehen Momente der Verbundenheit statt Frustration – und das wirkt vorbeugend gegen Gewalt.



### **Professionelle Unterstützung**

Sobald Konflikte zu riskant werden, sollte man sich fachliche Hilfe holen. Spezialisierte Beratungen, Demenzschulungen und Supervision für Angehörige bieten Werkzeuge, um aggressive Ausbrüche besser zu verstehen und gezielt zu deeskalieren. Nur so lässt sich langfristig eine respektvolle und gewaltfreie Begleitung sicherstellen.

### **Beratungstelefon Pro Senectute**

Unter **+43 699 11 20 00 99** erreicht man das kostenlose und vertrauliche Pro Senectute-Telefon, das auf Gewalt im Alter spezialisiert ist. Egal, ob man selbst Gewalt erlebt hat, unsicher ist, ob etwas als Gewalt gilt, Beobachtungen besprechen oder befürchtet, eigene Grenzen zu überschreiten – hier erhält man Rat und wird gegebenenfalls weitervermittelt.

**Frauenangebote** Die Frauenhelpline **(0800 222 555)** ist rund um die Uhr kostenfrei, mehrsprachig und unbürokratisch erreichbar. Sie informiert über Gewaltformen, entlastet psychisch und kann bei Bedarf polizeiliche Schutzmaßnahmen einleiten. Ergänzend steht der Helpchat unter [hilfe@maennernotruf.at](mailto:hilfe@maennernotruf.at) für schriftliche Beratung bereit.

**Männerangebote** Der Männernotruf **(0800 246 247)** und die Männerinfo **(0800 400 777)** bieten Männern vertrauliche Telefon-, Chat- und E-Mail-Beratung ([hilfe@maennernotruf.at](mailto:hilfe@maennernotruf.at)). Geschulte Berater\*innen unterstützen in Krisen, klären die Situation und vermitteln an weiterführende Einrichtungen.

### **Die vollständige Broschüre „Gewaltfreie Pflege“**

Hier finden Sie alle Infos & Broschüren zum Download: [www.demenz-hilfe.at](http://www.demenz-hilfe.at)



# WIR INFORMIEREN

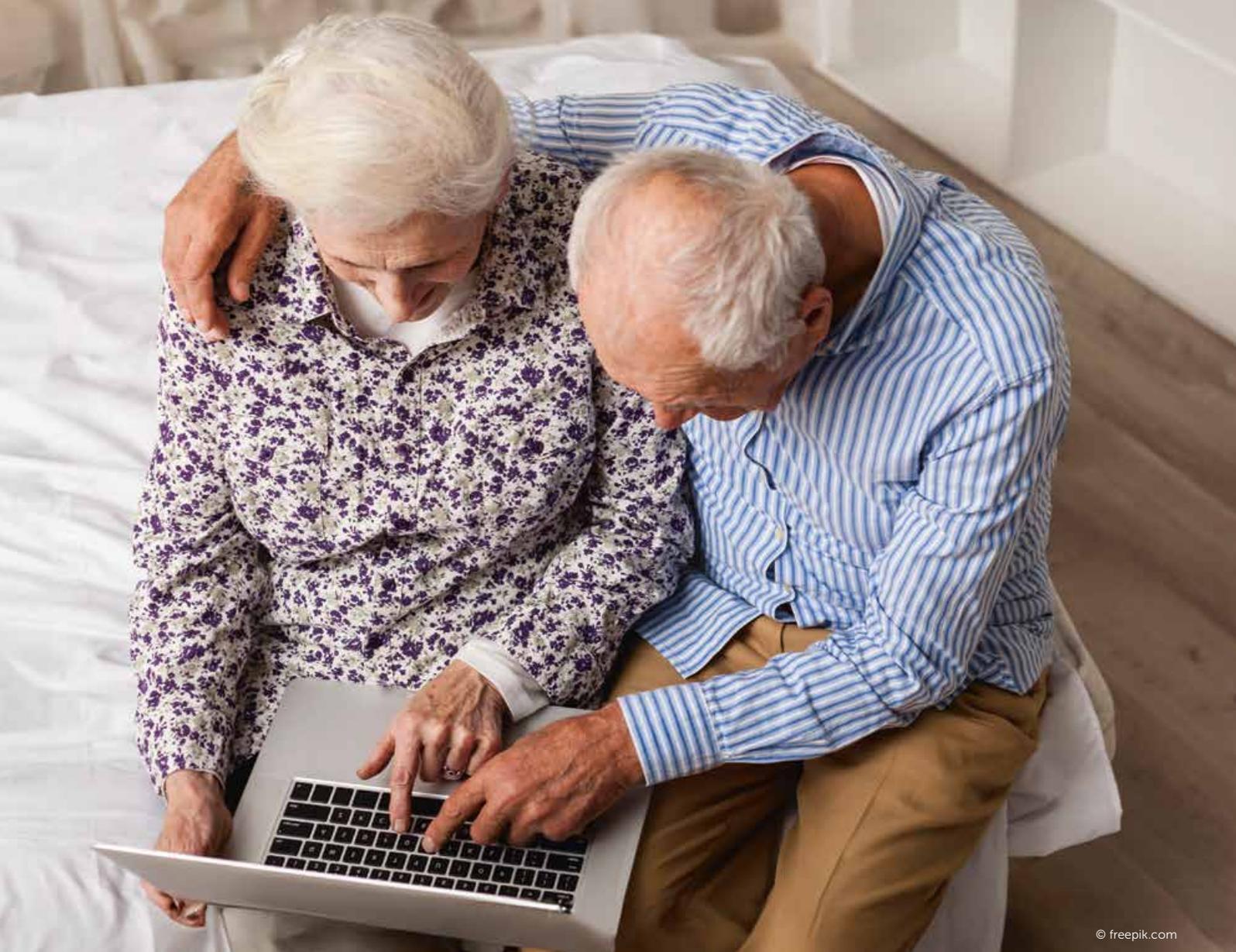
# Durch den Förderdschungel der Pflege

## Der Guide zu Förderangeboten

**Wenn man zum ersten Mal die Verantwortung für die Pflege eines nahestehenden Menschen übernimmt, kann einen das Gefühl überwältigen: Ärzt\*innen- und Gutachtertermine, pflegerische Anforderungen und bürokratische Hürden bestimmen plötzlich den Alltag, während emotionale Erschöpfung und finanzielle Engpässe drohen. In ihrem jüngsten Vortrag an der Hochschule Burgenland hat unsere Demenzexpertin Ann-Kathrin Ruf gezeigt, welche Hilfsangebote in Österreich zur Verfügung stehen und warum es sich lohnt, jede einzelne Fördermöglichkeit zu nutzen.**

Dipl.-Jur. Ann-Kathrin Ruf  
Projektmitarbeiterin der Demenzhilfe





© freepik.com

**Den ersten Schritt wagen: Pflegegeld beantragen** Ann-Kathrin betont gleich zu Beginn, wie entscheidend der Pflegegeld-Antrag ist. Sobald absehbar wird, dass die Betreuung dauerhaft nötig ist, sollte man ohne Verzögerung tätig werden: Nur ein positiver Bescheid öffnet einem den Zugang zu nahezu allen weiteren Förderungen. Man sollte frühzeitig dafür sorgen, Gutachten, Kostennachweise und eine übersichtliche Aufstellung der eigenen Einnahmen und Ausgaben bereitzuhalten – so schafft man sich Freiraum für das Wesentliche: die Pflege selbst.

**Beratung als Kompass im Dschungel** Parallel zur Antragstellung empfiehlt Ann-Kathrin ein Beratungsgespräch in einer Volkshilfe-Beratungsstelle. Dort prüfen unsere Expert\*innen im Detail, welche mobilen Dienste einem helfen, welche regionalen Zuschüsse für Wohnraumanpassungen in Frage kommen oder welches technische Hilfsmittel gerade jetzt Sinn macht. Sie durchsuchen Bund und Länder nach passenden Förderprogrammen – damit man sich ganz auf die pflegerischen Aufgaben konzentrieren kann.

**Angehörigenbonus und Kurzzeitpflege** Im Rahmen des Angehörigenbonus erhält man monatlich 130,80 Euro – vorausgesetzt, man ist als pflegender Angehöriger in der Pensions- oder Krankenversicherung selbst- oder weiterversichert oder beantragt den Bonus nach einem Jahr häuslicher Pflege. So wird die oft unbezahlte Mehrarbeit zumindest symbolisch anerkannt.

Wenn Körper oder Psyche eine Pause brauchen, kann man Kurzzeitpflege in Anspruch nehmen: Ein mobiler Pflegedienst übernimmt vorübergehend. So kann man erholen und mit neuer Kraft in den Pflegealltag zurückkehren.

**„Jede Entlastung zählt.“**



### **Beruf und Pflege: Flexibilität auf mehreren Ebenen**

Dass Pflege und Beruf kein Widerspruch sein müssen, zeigt Österreich mit seinen flexiblen Regelungen. Die Pflegefreistellung erlaubt einem bis zu fünf bezahlte Arbeitstage pro Jahr, ohne dass das Anstellungsverhältnis in Gefahr gerät. Längerfristig kann man Pflegekarenz oder Pflegezeit in Anspruch nehmen.

Ab Pflegegeldstufe 3 – bei Demenzerkrankten und minderjährigen Pflegebedürftigen bereits ab Stufe 1 – kann man für bis zu drei Monate vollständig aus dem Beruf aussteigen oder die Wochenarbeitszeit deutlich reduzieren. Wichtig dabei: In dieser Zeit übernimmt der Staat weiterhin die Beiträge zur Pensions- und Krankenversicherung, sodass keine Renten- oder Versicherungslücke entsteht.

Im Burgenland geht Österreich sogar noch einen Schritt weiter: Hier kann man als pflegender Angehöriger offiziell angestellt werden. Ab Pflegegeldstufe 3 erhält man 20 Wochenstunden, ab Stufe 4 sind es 30, und ab Stufe 5 sogar bis zu 40 Stunden pro Woche zum burgenländischen Mindestlohn. Urlaubsanspruch und volle Sozialversicherung inklusive.

**Finanzielle Hebel: Steuervorteile und Fördermittelhilfe** Alle Pflegekosten – von Tagesbetreuung über technische Hilfsmittel bis hin zur Heimunterbringung – kann man als außergewöhnliche Belastung in seiner Steuererklärung anführen.

**Versicherung ohne Lücke: clever mitversichern** Während sich bei Pflegekarenz und Pflegezeit der Staat um die Pensions- und Krankenversicherung kümmert, muss man bei längerer Teilzeit oder beim Beenden der Erwerbstätigkeit eine Weiterversicherung beantragen, um Beitragslücken zu vermeiden. Oft lohnt sich eine Mitversicherung über die gepflegte Person, sofern diese mindestens Pflegegeldstufe 3 bezieht und man den Großteil seiner Zeit in die Betreuung investiert.



Ann-Kathrin Ruf während ihres Vortrags

**Rechtzeitig vorsorgen: Vollmachten und Erwachsenenschutz** Ein ebenso wichtiger Baustein ist die rechtliche Vorsorge. Ann-Kathrin mahnt: „Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung sind kein Luxus, sondern essentiell.“ So stellt man sicher, dass die eigenen Wünsche gelten, wenn man selbst nicht mehr entscheiden kann. Findet man keine geeignete Vertrauensperson, kann das Erwachsenenschutzgericht eine sachkundige Vertretung bestellen – und das ohne ein langwieriges Gerichtsverfahren.

**Profi-Fortbildung und psychologische Entlastung** Damit man fachlich und körperlich fit bleibt, fördert der Staat jährlich bis zu 200 Euro für Kurse in Hebetechniken, Erste Hilfe und Notfallmanagement. **„Wissen schützt Dich und Dein Gegenüber“**, unterstreicht Ann-Kathrin. Zudem stehen einem bis zu zehn Stunden kostenlose Angehörigen-Gespräche zur Verfügung, um Belastungsspitzen rechtzeitig abzufedern und einem Burnout vorzubeugen.

**Ersatzpflege, Gebührenbefreiungen und Tarifspecials** Man kann sich eine einwöchige Auszeit gönnen – etwa bei einer Reise oder einem Spitalsaufenthalt. In dieser Zeit übernimmt die Ersatzpflege. Und noch ein kleiner, aber hilfreicher Beitrag zur Entlastung: Auf Antrag kann man sich von Rezeptgebühren, dem ORF-Rundfunkbeitrag und kommunalen Entgelten befreien lassen oder vergünstigte Telefon- und Stromtarife nutzen – ein spürbarer Vorteil fürs Haushaltsbudget.

### **Rund-um-Betreuung und Barrierefreiheit**

Die klassische 24-Stunden-Betreuung wird vom Bund mit bis zu 800 Euro gefördert. Hausbesuche diplomierter Pflegefachkräfte sichern zusätzlich die Betreuungsqualität. Und mit dem Behindertenpass erhält man weitere Zuschüsse für barrierefreie Umbauten – vom Treppenlift bis zur Badsanierung – sowie Vergünstigungen beim Autokauf auf dem Land.

## **„Angehörige leisten Unbezahlbares.“**

### **Fairness jetzt: Ausgleich für unbezahlte Arbeit**

Im abschließenden Diskurs stellt Ann-Kathrin unmissverständlich klar: Pflegende Angehörige sparen dem Sozialstaat Millionen, indem sie unbezahlte Arbeit leisten. „Wer gleicht Deinen Einkommensverlust aus?“, fragt sie pointiert. Zwar werden Versicherungsbeiträge fortgeschrieben, doch häufig bleibt nur das Pflegegeld als Einkommen. Eine echte Ausgleichszahlung wäre nicht nur gerecht, sondern würde dem Sozialstaat langfristig zugutekommen – wenn nur der politische Wille da wäre.

**Man sieht:** Es gibt kaum eine Option, die man nicht nutzen kann. Für eine persönliche Beratung und detaillierte Informationen zu weiteren Förderangeboten kann man sich an die jeweilige Landesorganisation der Volkshilfe wenden oder uns online besuchen unter

**[www.demenz-hilfe.at](http://www.demenz-hilfe.at)**

# Erinnern à la carte

**Zu Gast im Demenz-Restaurant  
„Zum Augenblick“**



### Ein Pop-up-Restaurant gegen das Vergessen

Durch eine unscheinbare Flurtür im Haus Döbling betritt man einen Raum, der sofort Atmosphäre schafft: warmes Licht, dezente Grünpflanzen, liebevoll gedeckte Tische. Kein klinisches Umfeld, sondern echtes Restaurantgefühl. Willkommen im Pop-up-Demenzrestaurant „Zum Augenblick“ – ein Herzensprojekt der „Häuser zum Leben“ der Stadt Wien. Für einen Abend holt es Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen aus dem Pflegealltag und macht sie zu Gästen.

## „Das ist mein Tisch – ich bin gemeint“

Man setzt sich an einen Tisch, vor sich ein kleines Namensschild. „Das ist mein Platz, ich bin gemeint“, erklärt Projektleiterin Tamara Nemetz. Und tatsächlich spürt man, dass sich etwas verändert. Die Idee entstand in einer hausinternen Ideenwerkstatt, als Pflegekräfte, Köch\*innen, Diätolog\*innen, Sozialbetreuer\*innen und Gastronom\*innen gemeinsam brainstormten. „Ich habe selbst Angehörige mit Demenz erlebt, da war mir sofort klar: Das ist etwas, das ich unterstützen möchte“, sagt Küchenchef und Mitinitiator Günter Hymer. Statt eines betreuten Settings sollte ein echter Restaurantbetrieb entstehen: mit Atmosphäre, Gastlichkeit und authentischem Genuss.

Christian Schweitzer, der das Pop-up leitet, führt die Gäste an einen Tisch, auf dem neben dem Namensschild Symbolobjekte liegen – ein alter Puppenkopf, eine hölzerne Ente, ein antikes Kaffeetässchen. „Wir wollten Reizüberflutung vermeiden – damit unsere Gäste sich wohlfühlen, nicht überfordert sind, sondern einfach sein können“, erläutert Schweitzer. Die ausgewählten Erinnerungsanker laden zu Erzählungen ein und schenken Orientierung, wenn Worte versagen.

Dann erscheint der erste Schauteller: zartes Wienerschnitzel mit Petersilerdäpfel, liebevoll arrangiert, damit jede\*r visuell entscheiden kann, worauf er oder sie Appetit hat. Für Menschen mit Demenz ist diese Präsentation ein Schlüssel, denn Bilder sprechen oft klarer als Beschreibungen. Michael Obrea von der Pflegedienstleitung beobachtet: „Das war keine Mahlzeit – das war ein Erlebnis. Man hat gesehen, wie sich Verhalten und Ausdruck ändern, wenn Menschen mit Demenz sich wieder als Gäste fühlen dürfen.“ Jeder Bissen weckt Erinnerungen an frühere Sonntagsessen, weckt ein Lächeln und schafft ein Stück Normalität.

Auch als Angehörige\*r profitiert man von dieser Auszeit: Man kann die Pflegerolle ablegen, plauderst leichtfüßig mit anderen Gästen und genießt das Ambiente. Frau Polzer, deren Mutter im Haus Döbling lebt, berichtet: „Ich war so überrascht, wie viel Freude da möglich ist. Ich kann nur sagen: Tut es euch an – es ist es wirklich wert.“ Schweitzer ergänzt: „Wir merken, wie viel Gastlichkeit bewirken kann – auch in einem Pflegekontext.“

Kein High-End-Equipment, keine teuren Umbauten – nur ein kreatives Team und der Mut, vorhandene Ressourcen neu zu denken. „Man kann sofort loslegen – mit dem, was da ist“, betont Susanne Bayer, Diätologin im Haus Döbling. Das gemeinsame Ziel ist klar: einen sicheren, würdevollen Raum schaffen, in dem Essen nicht Pflege ist, sondern Begegnung.

### Weitere Informationen

unter [www.haeuserzumleben.at](http://www.haeuserzumleben.at) und [www.demenz-hilfe.at](http://www.demenz-hilfe.at) sowie in der Podcastfolge „TROTZ DEMENZ, Staffel 4“ auf [www.volkshilfe.at/podcasts/trotz-demenz-der-podcast/](http://www.volkshilfe.at/podcasts/trotz-demenz-der-podcast/)

## „Einen würdevollen Raum schaffen, in dem Essen nicht Pflege ist, sondern Begegnung.“

# Soziale Themen hörbar machen

## Die Podcasts der Volkshilfe

Seit einiger Zeit nutzt die Volkshilfe Podcast-Formate, um ihre Kernthemen auch hörbar zugänglich zu machen. Mit eigenen Audioformaten möchte die Volkshilfe dazu beitragen, Menschen aufzuklären, zu unterstützen und sich gemeinsam gesellschaftlich relevanten Fragen zu stellen.

Die Volkshilfe hat sich für diesen Kommunikationskanal entschieden, um mit Hilfe von Expert\*innen, Betroffenen, Angehörigen und engagierten Stimmen aus der Gesellschaft über wichtige soziale Themen zu sprechen – und zugleich auch über die konkreten Hilfs- und Unterstützungsangebote der Volkshilfe aufzuklären.

**Wir laden Sie herzlich ein, reinzuhören!**



### TROTZ DEMENZ – Der Podcast der Demenzhilfe der Volkshilfe

Was bedeutet die Diagnose Demenz? Welche Herausforderungen stellen sich im Alltag, für Betroffene ebenso wie für pflegende Angehörige? Und welche Perspektiven gibt es? Mit dem Podcast-Format "TROTZ DEMENZ" hat sich die Volkshilfe das Ziel gesetzt, eine Krankheit, die oft verschwiegen und ins Abseits gedrängt wird, selbstverständlich und selbstbewusst zum Thema zu machen.

Im Mittelpunkt stehen Gespräche mit Menschen mit Demenz, ihren Angehörigen sowie Fachkräften aus Pflege, Beratung und Wissenschaft. Der Podcast möchte nicht nur aufklären, sondern auch Orientierung geben – mit alltagstauglichem Wissen, verständlich aufbereiteten Informationen und Erfahrungsberichten, die Mut machen.

TROTZ DEMENZ informiert auch über konkrete Hilfs- und Unterstützungsangebote der Volkshilfe.

### FENNINGER TRIFFT... - Der gesellschaftspolitische Podcast der Volkshilfe

Was können wir gegen soziale Ungleichheit tun? Wie sieht eine faire Asylpolitik aus? Wie steht es um Gleichberechtigung und Demokratie? FENNINGER TRIFFT... ist ein Podcast für alle, die soziale Realitäten verstehen und gesellschaftliche Entwicklungen besser einordnen wollen.

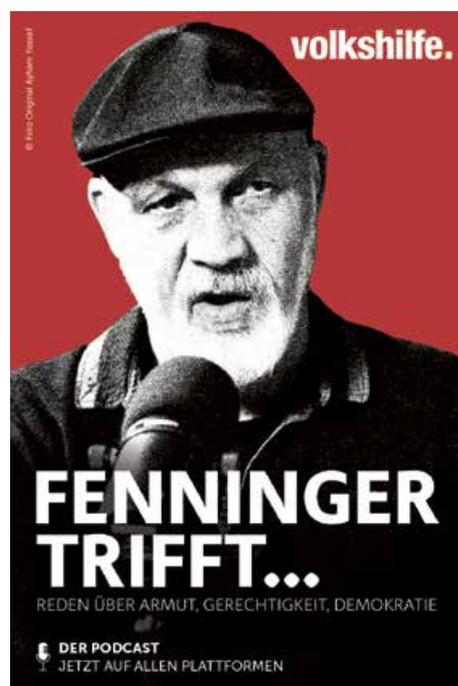
In jeder Folge trifft Volkshilfe-Direktor Erich Fenninger auf spannende Gesprächspartner\*innen – darunter Künstler\*innen, Expert\*innen, Aktivist\*innen und Influencer\*innen und gemeinsam sprechen sie über Themen wie Armut, Gerechtigkeit, Vielfalt, politische Teilhabe oder Bildung.

Ergänzt durch O-Töne aus Straßenumfragen sowie Meinungen und Kommentaren aus den sozialen Medien, wird gesellschaftlicher Diskurs beleuchtet und diskutiert – faktenbasiert, empathisch und mit klarer Haltung.

**Alle Folgen unserer Podcast-Formate sind kostenlos auf allen gängigen Podcast-Plattformen zu hören.**

**Alle Informationen unter:**

[www.volkshilfe.at/podcasts](http://www.volkshilfe.at/podcasts)





**WIR  
EMPFEHLEN**

# Autofahren im Alter

**Wie bleibt man im Alter sicher mobil – und wann ist es Zeit, Unterstützung beim Autofahren zu holen? Verkehrspsychologin Mag. Marion Seidenberger vom ÖAMTC spricht über Warnsignale, emotionale Hürden und warum Fahr-Fitness-Checks ein wichtiger Schritt sein können.**

Wie beeinflussen altersbedingte kognitive und körperliche Veränderungen die Fahrsicherheit?

Am sichtbarsten sind altersbedingte Veränderungen bei den sensorischen Fähigkeiten – vor allem Sehen und Hören. Wer plötzlich Dinge übersieht oder zu spät wahrnimmt, sollte umgehend einen Augenarzt aufsuchen und die Brille prüfen lassen – und am besten gleich einen Hörtest machen. Erst das Zusammenspiel von Sehen und Hören liefert ein vollständiges Bild und sichert damit die Fahrsicherheit. Ein zentrales Thema ist die Selbsteinschätzung und das damit verbundene Erschrecken, wenn man merkt, vertraute Wege nicht mehr zu finden oder bei Baustellen und Umleitungen schnell durcheinanderzukommen – das kann jedem passieren, nicht nur älteren Menschen. Solche Warnsignale sollten dazu führen, sich Unterstützung zu holen: zunächst vielleicht ein Kind, eine Tochter, ein Sohn, ein Freund oder eine Bekannte als Beifahrer, langfristig aber am besten die Begleitung durch einen Fahrlehrer.

Verkehrspsychologin Mag. Marion Seidenberger setzt sich für mehr Sicherheit und Selbstständigkeit älterer Autofahrer\*innen ein

Fällt es den Betroffenen und ihren Angehörigen schwer, solche Veränderungen offen anzusprechen und anzuerkennen?

Kurz gesagt: Jeder reagiert anfangs mit Abwehr, wenn man auf Fehler hingewiesen wird – einige werden selbstkritisch, andere verdrängen alles und fühlen sich in ihrer Kraft bestätigt. Deshalb muss man einen guten Moment wählen und in einem einfühlenden, nicht vorwurfsvollen Gespräch auf die Probleme hinweisen. Sichtbare Spuren wie Kratzer oder Dellen am Auto bieten einen konkreten Anlass: Erst freundlich oder mit einem Scherz nachfragen und die Reparatur anbieten; wenn sich Kratzer und Dellen häufen, liegt Gefahr im Verzug – dann muss man konsequent eingreifen, bevor es zu einem ernststen Unfall, etwa mit einem Radfahrer oder Kind, kommt.

Wie spricht man Angehörige in ruhiger, vorwurfsfreier Atmosphäre am besten auf Fahrsicherheiten an, und welche konkreten Tipps haben Sie?

Am besten startet man über gemeinsame Erinnerungen: ‚Erzähl mal, wie waren eure Ausflüge früher, wohin seid ihr gefahren?‘ Dann kann man eine persönliche Anekdote einwerfen – zum Beispiel: ‚Stell dir vor, ich hab neulich so schlecht eingeparkt, dass ich den Stoßfänger touchiert habe und zahlen musste.‘ Wenn das Eis gebrochen ist, lad sie zu einer gemeinsamen Probefahrt ein, achte dabei auf typische Unsicherheiten (zögerliches Anfahren, fehlenden Blinker, Stoppschild übersehen) und gebe während der Fahrt behutsame Hinweise – aber niemals laut werden oder ins Lenkrad greifen. Lieber anhalten, kurz besprechen und respektvoll weiterfahren.

Welche konkreten Tipps helfen älteren Fahrer\*innen, sich in ihrer vertrauten Umgebung zu orientieren und dabei Gefahrenstellen wie enge Kurven, Baustellen oder fehlende Landmarken rechtzeitig zu erkennen?

Autofahren ist für viele Ältere ein zentraler Baustein von Selbstständigkeit und Teilhabe – es zeigt Leistungsfähigkeit und ermöglicht Einkäufe, Arztbesuche und soziale Kontakte, gerade dort, wo Öffis kaum verfügbar sind. Viele kompensieren geschickt, indem sie sich auf kurze Wege im nahen Umfeld beschränken und großzügige Parkplätze nutzen, sodass sie ihre Mobilität noch lange erhalten können.

Was hilft, wenn ältere Menschen nicht mehr selbst Auto fahren können?

Frühzeitig Alternativen wie Begleitsdienste oder geteilte Fahrten organisieren und klare Absprachen treffen – so bleiben Mobilität, Selbstwert und Teilhabe erhalten.

Würden Sie aus Ihrer Erfahrung sagen, dass es einen Unterschied gibt zwischen betroffenen Männern und Frauen?

Frauen reagieren meist gelassener: Sie geben den Führerschein oft früh ab, ohne große Verlustängste, und kompensieren die Mobilität über andere Wege. Männer sehen den Verlust dagegen als tiefen Einschnitt und Kränkung – Autofahren ist für viele ihr letzter Akt von Unabhängigkeit und Stolz. Darum ist es besonders wichtig, ihnen weiter kleine Fahrgelegenheiten zu ermöglichen und begleitete Fahrten anzubieten, um ihre Selbstständigkeit so lange wie möglich zu erhalten, ohne die Sicherheit aus den Augen zu verlieren.

## „Autofahren ist für viele Ältere ein zentraler Baustein von Selbstständigkeit und Teilhabe“

Wie läuft der ÖAMTC-Fahr-Fitness-Check in Kooperation mit Fahrschulen ab und was genau wird dabei geprüft?

Der Fahr-Fitness-Check ist eine reine Observationsfahrt im realen Straßenverkehr: Man sitzt mit einem Fahrlehrer allein im Auto, er prüft, wie man sieht, hört, die Verkehrsregeln beherrscht, sich in Alltagssituationen verhält. Im Gegensatz zu Computer- oder Papier-Tests liefert die direkte Fahrbeobachtung aussagekräftigere Ergebnisse. Die Ergebnisse des Fahr-Fitness-Checks bleiben vertraulich und werden nicht an Dritte, wie Behörden oder Angehörige, weitergegeben. So erhält man eine neutrale, unvoreingenommene Einschätzung der Fahr-Fitness.

Wer kommt zum Fahr-Fitness-Check und aus welchen Gründen lassen sich die Teilnehmenden testen?

Meist Seniorinnen und Senioren – sie kommen entweder aus eigenem Antrieb, weil sie erste Unsicherheiten spüren, oder auf Wunsch ihrer Familie. Dabei bringen sie unterschiedliche Erwartungshaltungen, Vorbehalte und Ängste mit, die im Vorgespräch geklärt werden.

# Fahrsicherheit im Praxistest

## So erleben Fahrschulen den Fahr-Fitness-Check

**Auch aus Sicht der Fahrschulen zeigt sich, wie unterschiedlich ältere Menschen mit dem Thema umgehen. Ing. Alexander Seger von der Fahrschule Fürböck berichtet, wer zum Fahr-Fitness-Check kommt, warum er wichtig ist – und worauf es dabei besonders ankommt.**

### Wie läuft ein Fahr-Fitness-Check ab?

Zunächst erfolgt ein Vorgespräch, in dem Erwartungen geklärt und deutlich gemacht wird, dass der Check eine externe Momentaufnahme ist – kein behördliches Gutachten. Dann wählen Fahrlehrer\*innen und Teilnehmende gemeinsam typische Alltagsstrecken im nahen Umfeld aus (Einkaufen, Enkelbesuch, Restaurant etc.), wobei stressige Fahrten wie Autobahn, Berufsverkehr oder Dunkelheit auf Wunsch vermieden werden. Anschließend folgt die etwa 90-minütige Beobachtungsfahrt, bei der Fahrlehrer\*innen Notizen zu Fahrverhalten, Abständen, Geschwindigkeit und Blicktechnik machen. Abschließend werden die Ergebnisse im Auto vertraulich besprochen, inklusive konkreter Verbesserungstipps. Alles bleibt zwischen Fahrperson und Fahrtrainer\*in.

### Wie gelingt konstruktives, aber kritisches Feedback nach der Testfahrt?

Nach der Fahrt besprechen Fahrtrainer\*innen und Fahrer\*innen anhand eines strukturierten Fragebogens zentrale Eckpunkte wie Geschwindigkeitswahl, Kontroll- und Sicherungsblicke, Abstandsverhalten und die generelle Übersicht im Verkehr. Dabei wird das eigene Fahrverhalten mit den Beobachtungen der Fahrtrainer\*in abgeglichen. Da alles im eigenen Auto und im vertrauten Umfeld stattfindet, entfallen Ausreden wie „Das Auto war mir fremd“. Wichtig ist die Haltung: Es handelt sich nicht um eine Prüfung, sondern um eine Hilfestellung zur Weiterentwicklung. Angehörige erfahren nur die Informationen, die der Teilnehmer\*innen selbst weitergibt; gegenüber Familienmitgliedern und Behörden herrscht strikte Verschwiegenheit.

### Was würden Sie älteren Menschen sagen, die unsicher sind, ob sie noch selbst fahren sollen oder nicht?

Wer Zweifel hat, sollte auf Angehörige hören – wenn Kinder nicht mehr mitfahren wollen, ist das ein Warnsignal. Der ÖAMTC-Fahr-Fitness-Check bietet eine neutrale Einschätzung.

### Kommen die Teilnehmer\*innen eher freiwillig oder auf Anregung von Angehörigen?

Beides kommt vor. Viele Senior\*innen wollen selbst Gewissheit – etwa für sichere Fahrten mit den Enkelkindern – andere werden von Kindern oder Angehörigen motiviert, eine neutrale Einschätzung einzuholen. Üblicherweise sind diejenigen, die aus eigenem Antrieb kommen, bereits sicherer unterwegs. Termine werden gemeinsam mit Betroffenen und deren Familienmitgliedern vereinbart.

### Wie zeigen sich während des Fahr-Fitness-Checks typische Fahrfehler und Unsicherheiten?

Während der Testfahrt fällt auf, dass sehr erfahrene Fahrer\*innen deutlich ruhiger reagieren, großzügige Abstände einhalten und auch in überraschenden Situationen – zum Beispiel wenn plötzlich E-Scooter oder Radfahrende auftauchen – noch rasch und sicher agieren. Weniger geübte Fahrer\*innen dagegen wirken hastig und unsicher. Sie fahren oft mit unpassender Geschwindigkeit – mal zu langsam im fließenden Verkehr, mal zu schnell, weil sie Gefahren nicht rechtzeitig erkennen – und wählen Abstände sowohl nach vorne als auch zur Seite häufig zu knapp. Hinzu kommt eine schwache Blicktechnik: Schulter- und Kontrollblicke fehlen, wodurch querende Fußgänger\*innen oder Radfahrende häufig zu spät wahrgenommen werden.

Welchen Rat geben Sie Menschen, die vor diesen Herausforderungen stehen?

Unbedingt so lange wie möglich mobil sein und mobil bleiben: Aktiv am Straßenverkehr teilnehmen – zu Fuß, per Rad, mit den Öffis oder zur Not auch mit dem Auto. Wenn Sie erste Einschränkungen spüren, hören Sie auf Ihr Umfeld und nehmen dessen Beobachtungen ernst. Suchen Sie sich Profihilfe, sei es beim ÖAMTC oder anderswo. Bleiben Sie selbstkritisch und betreiben Sie Eigenvorsorge: Regelmäßige Augen- und Ohrenchecks, körperliche Beweglichkeit trainieren für saubere Schulter- und Kontrollblicke. Üben Sie Schwächen gezielt – Kreisverkehrbefahrungen, Einparken im Parkhaus – am besten mit einer vertrauten Begleitung oder einem Profi, um Sicherheit und Routine zurückzugewinnen.

Sehr guter Tipp.  
Danke für das Gespräch.

**„Es handelt sich nicht um eine Prüfung, sondern um eine Hilfestellung zur Weiterentwicklung.“**







**SIE FINDEN UNS**

## **VOLKSHILFE BUNDESVERBAND**

Auerspergstraße 4  
1010 Wien  
+43 1 402 62 09  
office@volkshilfe.at  
**www.volkshilfe.at**

## **VOLKSHILFE OBERÖSTERREICH**

Glimpfingerstraße 48  
4020 Linz  
+43 732 34 05 0  
office@volkshilfe-ooe.at  
**www.volkshilfe-ooe.at**

## **VOLKSHILFE VORARLBERG**

Anton-Schneider-Straße 19  
6900 Bregenz  
+43 557 48 853  
office@volkshilfe-vlbg.at  
**www.volkshilfe-vlbg.at**

## **VOLKSHILFE TIROL**

Südtiroler Platz 10-12 6. Stock  
6020 Innsbruck  
+43 50 890 1000  
tiroler@volkshilfe.net  
**www.volkshilfe.tirol**

## **VOLKSHILFE SALZBURG**

Innsbrucker Bundesstraße 37  
5020 Salzburg  
+43 662 42 39 39  
office@volkshilfe-salzburg.at  
**www.volkshilfe-salzburg.at**



## VOLKSHILFE NIEDERÖSTERREICH

Grazer Straße 49-51  
2700 Wiener Neustadt  
+43 262 282 200-0  
center@noe-volkshilfe.at  
[www.noe-volkshilfe.at](http://www.noe-volkshilfe.at)

## VOLKSHILFE WIEN

Weinberggasse 77  
1190 Wien  
+43 1 360 64 0  
volkshilfe@volkshilfe-wien.at  
[www.volkshilfe-wien.at](http://www.volkshilfe-wien.at)

## VOLKSHILFE BURGENLAND

Johann-Permayr-Straße 2  
7000 Eisenstadt  
+43 2682 61569  
center@volkshilfe-bgld.at  
[www.volkshilfe-bgld.at](http://www.volkshilfe-bgld.at)

## VOLKSHILFE STEIERMARK

Sackstrasse 20/1  
8010 Graz  
+43 316 8960 - 0  
office@stmk.volkshilfe.at  
[stmk.volkshilfe.at](http://stmk.volkshilfe.at)

## VOLKSHILFE KÄRNTEN

Platzgasse 18  
9020 Klagenfurt am Wörthersee  
+43 0 463 32495  
office@vhktn.at  
[www.vhktn.at](http://www.vhktn.at)

Österreichische Post AG / P.b.b, MZ 23Z043881 M  
Erscheinungsort, Verlagspostamt 4800 Attnang-Puchheim  
Titel: Volkshilfe - Retouren an Postfach 555, 1008 Wien