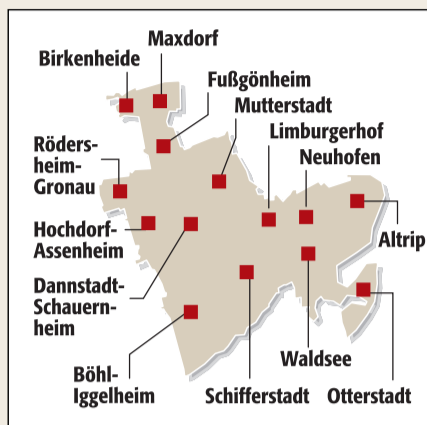


Marktplatz regional

NEUES AUS IHRER REGION



TIER DER WOCHE



Hübsches Kerlchen: Der kleine Schecke Hias würde sich über ein wenig weibliche Gesellschaft freuen. FOTO: ULN

Hias heißt das kastrierte männliche Kaninchen, das als Fundtier ins Ludwigshafener Tierheim kam. Sein Alter wird auf ein oder zwei Jahre geschätzt. „Hias hat ein freundliches Wesen und würde sich über weibliche Gesellschaft freuen“, weiß Tierpflegerin Barbara Matz. Da der Winter naht, kann Hias zurzeit nicht mehr im Außengehege gehalten werden. „Ab dem Frühjahr ist das aber wieder möglich“, versichert Matz. |uln

Möchten Sie Hias ein neues Zuhause geben? Dann melden Sie sich unter Telefon 0621/553000 im Tierheim. Vermittlungszeiten: freitags und samstags, 14 bis 17 Uhr.

IN DIESER AUSGABE

Gibt es das noch?

Wer Kontrolle über seine Einnahmen und Ausgaben behalten möchte, führt ein Haushaltsbuch. Aber gibt es das noch in Zeiten von Kartenzahlung und Internetbanking? SEITE 2

Ein Herz für Herrenlose

Seit 30 Jahren kümmert sich der Verein Tierschutz Maxdorf um herrenlose, wildlebend und vermiste Tiere. In der Serie „Verein(t) in der Region“ wird er vorgestellt. SEITE 4

Picknick auf dem Waldsofa

Barbara Vogel von der Rucksackschule des Forstamtes Pfälzer Rheinauen hat Familien mit Kinder, die das Down-Syndrom haben, zu einem Waldtag eingeladen. SEITE 5

VERANSTALTUNGSTIPP

Gemeinsames Konzert von Cantiamo und The Chambers

SCHIFFERSTADT. Eine besondere Ehre wird dem gemischten Pop-Chor Cantiamo des MGVC Concordia Schifferstadt zu Teil. Er tritt gemeinsam mit dem Ensemble The Chambers auf. Die Solisten des bekannten Sinfonieorchesters „Junge Philharmonie Köln“ sind seit 2013 die Stimmführer des Orchesters. Sie treten europaweit auch als Kammermusikensemble auf und haben sich international einen Namen gemacht, informiert der Veranstalter. The Chambers verfügten demnach über ein ausgesprochen weitgefächertes Repertoire klassischer und populärer Musik, es reiche „von virtuos vorgetragenen Soli über Werke für Kammerorchester bis hin zu beliebten Evergreens der Popmusik“. Das Gemeinschaftskonzert mit dem Chor Cantiamo ist am Samstag, 18. November, 19.30 Uhr, in der Kirche St. Jakobus. Einlass ist ab 18.30 Uhr. Karten gibt es für 20 Euro im Vorverkauf unter anderem in Schifferstadt bei Tanjas Marktlädli, Lillengasse 129, in der Bäckerei Weißenmayer, Sommerstraße 25; in Limburgerhof in der Linden-Apotheke, Bruchweg 2, oder unter www.reservix.de sowie www.eventim.de. An der Abendkasse kostet die Karte 25 Euro. |do

SO ERREICHEN SIE UNS



Redaktion:
Doreen Reber
Telefon: 0621 5902-853
Fax: 0621 5902-856
E-Mail: marktld@rheinpfalz.de

Unser „Marktplatz regional“-Lesertelefon erreichen Sie rund um die Uhr an sieben Tagen der Woche unter 0621 5902-789.

„Es war ein Abschied auf Raten“

INTERVIEW: Autorin Monika Bechtel verarbeitet in ihrem Buch die Demenz ihrer Mutter – Lesung in der Mutterstadter Bibliothek

MUTTERSTADT/LUDWIGSHAFEN. Demenz ist immer noch ein Tabuthema. Keine weiß das besser als die Autorin Monika Bechtel vom Netzwerk Demenz Limburgerhof/Mutterstadt. Die Ludwigshafenerin hat ihre Eltern mit der Krankheit begleitet. Morgen, 19 Uhr, liest sie aus ihrem Buch „Mein Heute ist Euer Gestern – Leben mit Demenz“ und informiert über die Krankheit in der Gemeindebibliothek Mutterstadt. Im Gespräch erzählt Monika Bechtel unter anderem, wie viel Kraft die Krankheit von den Angehörigen abverlangt.

Frau Bechtel, wie würden Sie Demenz in einem Satz beschreiben?
Der Verlust kognitiver Fähigkeiten und der Identität am Ende sowie Rückentwicklung zum Anfang.

Was waren Ihre ersten Gedanken, als Sie erfuhren, dass Ihre Mutter an Demenz leidet?

Einen ersten Gedanken gab es eigentlich nicht, denn es war ein schleichender Prozess. Im ersten Moment steht man alleine da, weiß nichts damit anzufangen. Trotzdem musste ich aktiv werden, habe mich im Internet informiert und war beim Hausarzt meiner Mutter.

Hat sich in der Zeit das Verhältnis zu Ihrer Mutter geändert?

Ich habe sie nicht als Mutter gesehen, sondern als eigenständigen, hilflosen Menschen. Auf der Ebene ist es mir gelungen, dass nicht die Mutter im Vordergrund stand, sondern der Mensch. Das hat mir geholfen, bestimmte Entscheidungen treffen zu können.

Hätten Sie sich einen anderen Abschied von Ihren Eltern gewünscht?

Nein, ich habe das akzeptiert. Es war ein Abschied auf Raten. Wir gehen dahin, wo wir hergekommen sind.

Warum haben Sie ein Buch über das Erlebte geschrieben?

Das war 2013. Die Idee wurde aus der Erinnerung an meine Hilfslosigkeit heraus geboren. Ich hätte mir damals gewünscht, solch ein Buch an der Hand zu haben. Mein Ziel war es, Angehörigen Erfahrungen und Informationen zu vermitteln, und das auch mit Vorträgen und Lesungen. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass die Leser sich wiedererkennen können. Das Buch ermutigt, die Krankheit anzunehmen und zu erkennen, dass ich den Erkrankten nicht ändern kann. Demenzkranke spüren Ehrlichkeit.

Sie haben nicht nur ein Buch darüber geschrieben, Sie informieren auch über die Krankheit in Gruppen und Vereinen. Ist es um die Information über Demenz so schlecht bestellt?

Nein, die Beratungsangebote sind gut, Demenz ist auch bekannt, trotzdem ist es ein Tabuthema. Es gibt eine Hemmschwelle, Angebote anzunehmen. Die Angehörigen kommen oft erst, wenn sie überfordert sind.

Fakten gegen Parolen

Ernst-Johann-Literaturpreis-Träger Wilhelm von Sternburg spricht in Schifferstadt über die Bedrohung der Demokratie

SCHIFFERSTADT. Warum ist der nationalistische Populismus in Europa wieder auf den Vormarsch? Und was kann jeder Einzelne dagegen tun? Diesen Fragen ist der Publizist und Träger des Ernst-Johann-Literaturpreises, Wilhelm von Sternburg, in seinem Vortrag auf den Grund gegangen. Anschließend wurde im Alten Rathaus diskutiert.

Mit dem „Bündnis gegen Rechts und für Toleranz“ lud die Stadt Schifferstadt zur Veranstaltung ein. Wilhelm von Sternburg bekam 2015 den von der Stadt alle drei Jahre ausgelobten Literaturpreis verliehen. Er arbeitete viele Jahre als Journalist für Printmedien, Rundfunk und Fernsehen. Von 1989 bis 1993 war er Chefredakteur des Hessischen Rundfunks, dann als freier Schriftsteller tätig. In seinem publizistischen Schaffen hat er sich stets dem Humanismus und der Demokratie verpflichtet. So auch mit seinem Vortrag am 9. November. Das Datum wird gerne als Schick-



Mit der Demenz ändert sich auch das Verhältnis zwischen Betroffenen und Angehörigen.

ARCHIVFOTO: DPA

Und auch dann ist es noch schwierig, die Hilfe anzunehmen und umzusetzen. Es ist eine emotionale Sache, weil sich oftmals das Rollenverhältnis zwischen Eltern und Kind oder den Partnern ändert.

Welche Gefahr besteht, wenn sich Angehörige nicht helfen lassen?

Je nach Krankheitsstadium erfordert die häusliche Betreuung ein Maximum an Kraft und Nerveinsatz, sodass es zu Überlastung und Überforderung kommt. Daraus resultieren Erkrankungen der pflegenden Angehörigen, die dann die Pflege nicht mehr leisten können und auf der Strecke bleiben. Hierfür bietet die Alzheimer-Gesellschaft Rheinland-Pfalz Schulungen an.

Sie haben ein Pilotprojekt „Demenz-Sprechstunde“ gestartet.

Ja, es wird von der Alzheimer-Gesellschaft Rheinland-Pfalz zusammen mit Lunomed und Hausarztpraxen angeboten. Es geht um den ersten Schritt, bei einer solchen Veränderung mit dem Hausarzt darüber zu sprechen. In der Sprechstunde soll aufgeklärt und beraten, aber auch die Möglichkeit gegeben werden, das Erlebte zu verarbeiten. Ebenso sollen die Ärzte für die Belastung der Angehörigen sensibilisiert werden – auch mit Blick auf den demografischen Wandel. Jährlich kommen 80.000 Neuerkrankungen in Deutschland dazu. Das Projekt ist für ein Jahr geplant und soll Bestandteil der Hilfen für Angehörige werden. Ziel ist, die Hausarztpraxen in Rheinland-Pfalz zu erreichen. Wir beginnen damit in Ludwigshafen.

Was hat sich medizinisch bei der Behandlung getan? Und kann man vor-

beugen?

Es ist sicher sinnvoll, die empfohlenen Präventionsmaßnahmen zu beachten, wie gesunde Ernährung, ausreichend Bewegung, nicht zu rauchen, seinen Cholesterinspiegel im Auge zu behalten, damit es keine Arterienverkalkung gibt und den Blutdruck unten zu halten. Der Forschung ist bei der Behandlung von Demenz noch kein Durchbruch gelungen, aber es gibt Medikamente, die die Krankheit verzögern. Wichtig ist, bei den ersten Symptomen den Hausarzt zu konsultieren.

Was erwartet die Zuhörer bei der Veranstaltung?

Ich halte einen Vortrag über die Verlaufsformen einer Demenz mit emotionalen Bildern des Fotografen Michael Hagedorn sowie über den Umgang mit an Demenz erkrankten Menschen. Parallel dazu lese ich aus meinem Buch. Und es wird das Netzwerk Demenz Limburgerhof/Mutterstadt vorgestellt.

Gab es bei einer Ihrer Lesungen mal ein besonderes Erlebnis?

Ja, bei einer Lesung kam ein Mann zu Beginn zu mir und beklagte sich, wie schlimm seine Mutter geworden sei und dass sie nicht mehr alle Tassen im Schrank habe. Ich bin darauf nicht eingegangen und habe ihn gebeten, sich doch Lesung und Vortrag anzuhören. Im Anschluss kam er wieder zu mir und umarmte mich. Er habe alles verstanden. Er gehe jetzt nach Hause zu seiner Mutter und würde versuchen, liebevoller mit ihr umzugehen und ihr zu sagen, wie viel Respekt er vor ihrem Leben hat. Inzwischen geht er auch in eine Selbsthilfegruppe.

|INTERVIEW: MECHTHILD MÖBUS

ZUR PERSON

Monika Bechtel

Monika Bechtel erlebte Demenz in der eigenen Familie: 1996 und 2009 waren ihre Eltern nach einem Schlaganfall und nachfolgender Demenz verstorben. Ab 2009 engagiert sie sich ehrenamtlich für die Betreuung und Begleitung von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen. So hat sie das Betreuungsangebot Nachcafé initiiert und ist Leiterin der Ruchheimer Selbsthilfegruppe. Die 57-Jährige ist unter anderem Vorstandsmitglied der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz und Gründungsmitglied des Demenz-Netzwerks Rheinland-Pfalz Süd.



M. Bechtel

FOTO:MMO

2013 kam ihr Buch mit dem Titel „Mein Heute ist Euer Gestern“ heraus, in dem sie ihre Erfahrungen niederschrieb. 2014 wurde Bechtel mit dem Selbsthilfepreis Rheinland-Pfalz ausgezeichnet. |mmo

Zur Sache: Hilfen für Demenzkranke und Angehörige

Im mittleren Rhein-Pfalz-Kreis gibt es vier **Pflegestützpunkte**, die jeweils bei den Sozialstationen in Limburgerhof, Böhl-Iggelheim, Schifferstadt und Lamsheim sitzen, aber trägerneutral beraten, erläutert Pflegeberaterin Desiree Urban vom Schifferstadter Pflegestützpunkt. Demenzkranke, die gesetzlich versichert sind, und Angehörige können sich telefonisch, im Stützpunkt oder bei sich zu Hause zu Pflegeangeboten, über Anträge bei den Kassen, Seminaren und vieles mehr beraten lassen. Die Stützpunkte sind unter folgenden Telefonnummern erreichbar: in Limburgerhof unter 06236/61543; in Schifferstadt unter 06235/4587565; Böhl-Iggelheim mit Sitz in Hochdorf-Assenheim unter 06231/9394-741 und in Lamsheim unter 06233/5790551.

Auch die **Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz** mit Sitz in Ludwigshafen berät kostenlos zur Demenz-Erkrankung unter Telefon 0621/569860. Sie koordiniert auch Selbsthilfegruppen, eine Gruppe trifft sich zum Beispiel in den Räumen der Alzheimergesellschaft, weitere in Ruchheim, Maxdorf, Bad Dürkheim oder Speyer. Infos unter Telefon 0621/569860.

Ebenso werden in umliegenden Krankenhäusern **Demenz-Sprechstunden** angeboten, etwa im Ludwigshafener Klinikum, Infos unter Telefon 0621/5034246. Im St. Marien- und St. Annastifts Krankenhaus trifft sich am zweiten und vierten Mittwoch im Monat von 14 bis 15

Uhr die Angehörigengruppe Demenz in der Geriatriischen Klinik im 4. Stock, Telefon 0621/55012177. Das Altenhilfezentrum in Frankenthal bietet im Hieronymus-Hofer-Haus (Foltzring 12) am ersten Samstag im Monat, 8 bis 11 Uhr, eine Demenzsprechstunde an, Infos unter der Telefon 06233/322-421.

Angehörige, die Beratung für den Umgang mit den Demenzerkrankten benötigen, können sich ans Validationszentrum Wachenheim wenden, das dem Landesverein der Inneren Mission der Pfalz angehört. Es werden **Angehörigen-Seminare**, aber auch individuelle Beratung am Telefon oder vor Ort angeboten. Erreichbar ist das Zentrum unter Telefon 06322/9423-734. Auch die Malteser in Speyer bieten Kurse zum Thema Demenz an, Infos unter Telefon 06232/677814.

Wer noch keine konkrete **Diagnose** über eine Demenzerkrankung hat, kann sich testen lassen. Das ist möglich beim Zentralinstitut für seelische Gesundheit in Mannheim, Infos unter Telefon 0621/10732850, in der Gedächtnisambulanz des Universitätsklinikums Heidelberg unter Telefon 06221/564446 oder in der Psychiatrischen Gedächtnisambulanz des Ludwigshafener Krankenhauses „Zum Guten Hirten“ unter Telefon 0621/68190.

Die meisten der hier genannten Einrichtungen sind auch Teil des **Netzwerkes Demenz Limburgerhof/Mutterstadt**, das aber noch weiter greift. Infos unter Telefon 06236/4290251. |do



Wilhelm von Sternburg erhielt 2015 den Literaturpreis von Schifferstadt, auch für seine Verdienste um Humanismus und Demokratie. FOTO: LENZ

salstag für Deutschland bezeichnet. Darum werden auch immer wieder Stimmen laut, den 9. November als Gedenktag zu etablieren. Gründe dafür bietet vor allen die jüngere

deutsche Geschichte. Am 9. November 1989 fiel die Mauer, das Datum wird mehr mit der Einheit verbunden als der Tag des Einigungsvertrages am 3. Oktober 1990. Ein ebenso

wichtiges Ereignis für die Demokratie war die Ausrufung der Republik am 9. November 1918. Und dann gab es auch zwei finstere, antidemokratische Ereignisse: Am 9. November 1923 versuchten Hitler und Ludendorff von München aus, die Weimarer Demokratie zu Fall zu bringen, und am 9. November 1938 brannten in ganz Nazi-Deutschland die Synagogen.

Ausgehend von diesen Ereignissen schlug Wilhelm von Sternburg in seinem Vortrag den Bogen zu aktuellen Entwicklungen in Europa und Amerika und der damit einhergehenden Bedrohung der Demokratie. Wie kann es sein, dass nach über 200 Jahren politischer Aufklärung und Kämpfen für Demokratie und Menschenrechte die Staaten wieder Opfer eines nationalistischen Populismus werden? Trump in den USA, Orban in Ungarn, Le Pen in Frankreich, Polens Konservative um Kaczynski, der Erfolg der ausländerfeindlichen Parteien in Dänemark oder Holland, die Brexit-Befürworter in Großbritannien. Im-

mer mehr Wähler in den westlichen Republiken und in den Staaten in Mittel- und Osteuropas erlagen zunehmend den Lockrufen von Populisten, führt von Sternburg aus. Ihre Programme setzten auf Fremdenfeindlichkeit, autoritäre Regierungen und isolierenden Wirtschaftsideen. Grundpfeiler der Demokratie wie Gewaltenteilung, Koalitionsfreiheit, Toleranz oder Menschenrechte werden untergraben, unabhängige Justiz oder freie Medien abgeschafft. Die Gesellschaft drohe, sich selbst aufzugeben, meint der Publizist. Das eigentlich erschütternde sei aber, dass dies nicht durch einen Staatsstreich passiere, sondern in freien Wahlen.

Die anschließende Diskussion im Alten Rathaus in Schifferstadt drehte sich dann auch überwiegend um diesen Punkt: Wie kann der Einzelne ganz konkret tätig werden? Von Sternburgs Antwort war simpel und einleuchtend: Durch klare Haltung, in Gesprächen und Diskussionen, bei der Arbeit und in der Freizeit. Fakten gegen Parolen stellen. |cpl