



## Das Erinnerungsalbum

Ein Erinnerungsalbum kann helfen, Türen zu Menschen mit Demenz zu öffnen.

Jeder von uns erinnert sich an bestimmte Schlüsselerlebnisse in seinem Leben – Geschichten, Bilder, Menschen oder Situationen. Jeder beschreibt sie als „sein Leben“, sie geben ihm Identität. Menschen mit Demenz bekommen früher oder später Probleme, abgespeicherte Erlebnisse oder Worte willkürlich abzurufen.

Gerade neue Informationen werden nicht mehr behalten, weitere Ereignisse können nach und nach verloren gehen. Es irritiert die Betroffenen, kann Angst machen und lässt sie verzweifeln. Das Erinnerungsalbum ist eine spezielle Form der Orientierung, eine Hilfestellung für eine visuelle Reise um so einen Teil der Lebensgeschichte zurück zu holen.

### Was ist ein Erinnerungsalbum?

Ein Fotoalbum der eigenen Lebensgeschichte mit Beschreibung.

### Wie kann ein Erinnerungsalbum gestaltet werden?

Ganz individuell, z.B.

- Mehrere Seiten, damit ausreichend Platz ist, um die Lebensgeschichte festzuhalten
- Ein chronologischer Aufbau ist hilfreich
- Lassen Sie bei jedem Bild Platz für Kommentare
- Das Schriftbild sollte klar und deutlich sein
- Verwenden Sie einfache Sätze
- Die Kommentare nicht in Kindersprache verfassen
- Fotos und Texte sollten so viele Informationen enthalten, dass sich evt. auch fremde Personen auskennen (wo, wer, wann)

### Was sollte ein Erinnerungsalbum enthalten?

- Grundlegende Informationen über die Person: Geburtsdatum, Geburtsort, Bilder (z.B. der erste Schultag, Geburtstage, Sportvereine, Hochzeit, Ereignisse an die sich der/die Betroffene gerne erinnert hat; Haustiere usw.) aber auch Zeitungsausschnitte mit wichtigen Orten und Ereignissen.
- Eine Serie von Fotos, die Personen in verschiedenen Altersstufen zeigt (Geschwister, Verwandte, Eltern)
- Fotos von verschiedenen Wohnorten (altes Haus, Wohnung, seit wann, wo,..) um das Erkennen des eigenen Zuhause zu erleichtern
- Am Ende gegenwärtige Ereignisse festhalten.
-



- Lassen Sie am Schluss Seiten frei, um sie nach und nach gemeinsam zu ergänzen (z.B. Geburt eines Enkelkindes)
- Veränderungen sollten mit aufgenommen werden (etwa der Umzug in ein Alten- oder Pflegeheim, Fotos von der Einrichtung, innen und außen, Mitbewohnern, Pflegepersonal)

### **Was bringt ein Erinnerungsalbum?**

- Es hilft Besuchern, Gesprächsstoff zu finden und den Menschen mit Demenz als Individuum zu sehen
- Hält Schlüsselerlebnisse wach
- Es gibt die Identität zurück und vermittelt so ein Gefühl von Sicherheit, Selbstvertrauen und Selbstachtung
- Es erinnert an die gute alte Zeit
- Zeigt auf was im Leben alles erreicht wurde

### **TIPP**

Das Album offen liegen zu lassen, ermuntert den Betroffenen, es immer wieder anzusehen.