



Die Narrhalla verleiht Andreas Gabalier (M.) den Valentin-Orden – das sorgt für Kritik

Schwuler Ball feuert Narrhalla

Die Narrhalla ist um eine Faschingsveranstaltung ärmer. Grund: Der Schwule Rosenmontagsball hat die Faschingsgesellschaft ausgeladen, weil diese am Samstag den selbsternannten Vols-Rock'n'Roller Andreas Gabalier (34) mit dem Valentin-Orden auszeichnen will. Diese Entscheidung schlägt seit dem tz-Bericht vom Samstag hohe Wellen.

„Der Sänger hatte sich wiederholt homophob geäußert“, kritisiert das Münchner Schwulenzentrum sub, das den Rosenmontagsball unter anderem zusammen mit der Aids-Hilfe veranstaltet. Sub-Geschäftsführer Kai Kundrath schrieb der Narrhalla einen offenen Brief: „Wir hätten uns sehr gefreut, Eure Tanzgarde wieder auf unserem schwulen Rosenmontagsball zu sehen.“ Aber man sehe sich gezwungen, den Auftritt abzusagen, denn: „Immer wieder äußert sich Gabalier homophob und rassistisch.“ Diese Haltung dürfe nicht auch noch ausgezeichnet werden, da der Valentin-Orden „für Humor und Gesellschaftskritik stehe, keinesfalls aber für Ausgrenzung“. Und: „Auch ein Faschingsverein kann nicht Nähe zu einer solchen Person signalisieren und gleichzeitig auf dem schwulen Faschingsball auftreten.“

Wegen der Gabalier-Auszeichnung hatte es zuletzt viel Kritik an der Narrhalla gegeben, unter anderem von Alt-OB Christian Ude (71, SPD) und der Chefin des Valentin-Musäums. Dabei wurde der Vorwurf laut, Gabalier stehe einer rechten Gesinnung nahe (Hakenkreuz-Optik auf einem CD-Cover) – was dieser aber abstrikt.



Dichter Qualm strömte gestern aus einem Wohnblock in Freimann Foto: Feuerwehr

Hochhaus-Brand in Freimann

Die Bilder sehen dramatisch aus: Bei strahlend blauem Himmel dringen am gestrigen Donnerstag dicke, weiße Rauchwolken aus einem mehrstöckigen Wohnblock. In der Wohnung einer 77-Jährigen an der Lützelsteiner Straße in Freimann ist gegen 10.30 Uhr ein Feuer ausgebrochen.

Die Bewohnerin selbst alarmierte die Feuerwehr. Als die Einsatzkräfte an dem Hochhaus eintrafen, wurden sie bereits von der Seniorin erwartet. Sie versicherte den Rettern, dass sich keine weiteren Personen mehr in ihrer Wohnung aufhalten würden. Ein Stoßtrupp machte sich mit schwerem Atemschutz und C-Rohr an die Brandbekämpfung. Zeitgleich kontrollierte die Feuerwehr benachbarte Wohnungen, um auszuschließen, dass sich der Rauch auch dorthin ausgebreitet hat.

Wie die Branddirektion mitteilt, hatte die 77-jährige Bewohnerin anfangs noch versucht, die Flammen selbst zu löschen. Erst als sie erkannte, dass es für sie gefährlich wird, wählte sie den Notruf. Die Rentnerin wurde wegen einer Rauchvergiftung von einem Notarzt versorgt und kam anschließend zur Weiterbehandlung in ein Münchner Krankenhaus. Die Feuerwehr bekam den Brand relativ zügig unter Kontrolle. Nach dem Löschen wurden die betroffenen Stockwerke mit einem Hochleistungslüfter entrauchet.

Die komplette Wohnung ist vorübergehend nicht bewohnbar. Alle anderen Wohnungen wurden durch das Feuer und den Rauch nicht in Mitleidenschaft gezogen. Den genauen Sachschaden kann die Feuerwehr noch nicht beziffern. Wo und warum das Feuer ausgebrochen ist, wollen nun die Ermittler der Münchner Kriminalpolizei herausfinden.

J. HEININGER

Demenz: Wie der Alltag für Kranke und Angehörige leichter wird

Leben mit dem Vergessenen

Die schlimmsten Schrecken dieser Welt wohnen in unserer eigenen Seele, in unserem eigenen Kopf. Kaum etwas macht uns mehr Angst als dieses Wort: Demenz. Allein in München leiden rund 24 000 Menschen unter dem schleichenden Vergessen. Und hinter jedem Einzelnen stehen Angehörige, für die die Krankheit eine riesige Herausforderung ist. Die tz hat mit einem Münchner gesprochen, der seit Kurzem seine kranke Mutter pflegt. Außerdem stellen wir einen neuen Ratgeber vor, der das Leben mit der Demenz leichter machen soll.



Uwe Tomas (53, hier mit seinem Hund) pflegt seine Mama: „Das ist fast wie ein Vollzeitjob“

Er kündigt, um die Mutter zu pflegen

In der vergangenen Nacht hat Uwe Tomas' Mutter ihren Sohn drei Mal aus dem Schlaf geklingelt. „Sie hatte Angstzustände, hat mich beim Namen meines Vaters genannt und gefragt, warum ich nicht da bin“, erzählt er. Solche Momente nicht an sich heranzulassen, ist schwer. Auch für ihn, der beruflich gelernt hat, sich abzugrenzen.

Der 53-Jährige aus Solln hat 15 Jahre lang für den Verein Carpe

Diem Demenzkranke und Menschen mit psychischen Problemen betreut. Trotzdem fühlt er sich oft überfordert mit der Pflege seiner Mutter (82), die allein in Starnberg wohnt. „Auch mit meiner Erfahrung mache ich bestimmt 50 Prozent falsch“, sagt er.

Die Erkrankung hat Tomas lange nicht bemerkt. Dass seine Mutter sich immer weiter zurückzog und Gründe vorbrachte, warum sie das Haus



nicht verlassen könne, hat er auf das Alter geschoben. „Sie war schon immer eher ängstlich. Ich habe gedacht, dass sich das jetzt einfach verstärkt“, sagt der Betreuer. Erst als ihn im vergangenen Jahr Ärzte auf das Verhalten seiner Mutter ansprechen, dämmert es ihm langsam. Im August stellt ein Neurologe fest: Al-

heimer im fortgeschrittenen Stadium. Tomas möchte sich mehr um seine Mutter kümmern, beantragt sechs Monate Pflegezeit. Sein Arbeitgeber zeigt zwar Verständnis, aber wenig Flexibilität, will, dass er erst im Januar pausiert und dann auch nur für drei Monate. Tomas – zwischen nächtlichen Anrufen

seiner Mutter, täglichen Telefonaten und Terminen der Arbeit – zieht die Reißleine und kündigt. „Ich bin vier Tage und sechs Stunden in der Woche bei meiner Mutter – das ist fast wie ein Vollzeitjob.“ Tomas versucht, die Situation mit Humor zu nehmen. „Es geht nicht anders“, sagt er. Wann seine Grenze erreicht

ist, weiß er nicht. „Früher habe ich immer gefragt, warum die Angehörigen das alles auf sich nehmen. Jetzt habe auch ich keine Antwort darauf.“ Nur eines weiß er sicher: „Wenn meine Mutter sich selbst in Gefahr bringt, muss sie professionell betreut werden.“ S. MERCIER

Experten-Tipps für weniger Stress

Der Internist Cornelius Weiß hat einen neuen Ratgeber herausgebracht: *Ein gutes Leben mit Demenz* (Schmidt Römhild Verlag, 24,80 Euro). Er sagt: „Der Titel widerspricht sich nicht. Die Frage ist immer: Wie gehe ich mit den Widrigkeiten des Lebens um? Je besser man die Krankheit versteht, desto weniger Stress und Angst haben Angehörige.“



Experte Cornelius Weiß

Sein Buch vermittelt den Forschungsstand leicht und verständlich – mithilfe einer Fallgeschichte und lebensnahen, praktischen Ratschlägen. In der tz zeigt Weiß wichtige Tipps für Angehörige. So wird das Leben mit Demenzkranken für beide Seiten leichter: NINA BAUTZ

Frühzeitig Hilfe holen



Eine frühe Diagnose ist wichtig für eine erfolgreiche Therapie. Meist lehnt der Betroffene aber einen Arztbesuch ab. Daher rät Experte Cornelius Weiß: „Beraten Sie mit Ihrem Hausarzt eine Strategie. Eine Möglichkeit wäre zum Beispiel, den Betroffenen erst einmal zu einem allgemeinen Check-up einzuladen.“



Zusätzliche Therapien

Gerade nicht medikamentöse Therapien können viel bewirken, etwa Psychotherapie, Ergotherapie oder Musiktherapie. Sehr hilfreich kann auch Biografiearbeit sein. Dabei begibt sich der Betroffene zusammen mit den Angehörigen und



Fachkräften ganz individuell in die Vergangenheit, etwa mithilfe von Fotos oder Gegenständen, die ihn an früher erinnern. „Das gibt dem Betroffenen ein gutes Gefühl, es stärkt das Gedächtnis und das Selbstbewusstsein“, sagt der Autor. Physiotherapie beispielsweise kann helfen, die Stand- und Gangsicherheit so lange wie möglich zu erhalten.



Umbauten

„Kleben Sie auf die Badtür zum Beispiel ein Bild von einer Toilette, nicht das Wort ‚Bad‘. Wörter sind schwieriger zu verarbeiten“, sagt Weiß. Setzen Sie außerdem Türen, Lichtschalter und Stolperquellen wie Treppen oder Teppiche farblich ab – das ist für das Gehirn leichter zu erkennen.

Einfaches Besteck



Viele Demenzerkrankte haben Schluckprobleme, zudem schwindet der Geschmackssinn. Der Experte rät: „Verwenden Sie leicht zu handhabendes Besteck. Denken Sie an ausreichend Kontraste bei Teller und Besteck. Gestalten Sie die Nahrung interessant. Kochen Sie etwas, was der Betroffene auch früher gerne gegessen hat.“

Kommunikation

„Wichtig ist der würdevolle Umgang“, sagt Internist Weiß. „Sprechen Sie mit den Betroffenen nicht wie mit Kindern!“ Er hat die Kowalano-Methode der Kommunikation erfunden. „Ko“ steht dabei für Kooperativ: Sagen Sie etwa „Wollen wir



das zusammen aufräumen?“ „We“ steht für Wertschätzung: Stellen Sie den Demenzkranken nicht bloß, loben Sie auch! „La“ steht für langsames Tempo: Sprechen Sie langsam und deutlich! „No“ steht für nonverbale Kommunikation: Signalisieren Sie Freundschaft und Geborgenheit!

Achten Sie auch auf Ihre eigene Seele



Versuchen Sie, sich kein schlechtes Gewissen zu machen, wenn Sie mal sauer oder genervt sind! Geben Sie nicht auf, wenn eine Strategie nicht funktioniert – am nächsten Tag kann sie eventuell funktionieren. Das liegt in der Natur der Erkrankung. Versuchen Sie, mit dem Betroffenen zu lachen – und lernen Sie, im Moment zu leben, den Tag zu genießen und nicht ständig an das Fortschreiten der Krankheit zu denken.