

„Liebe Mama, sei doch nicht traurig“

Die Bedürfnisse (nicht) erkennen

Lücken in der Orientierung

Ganz normale Großeltern?

Eine neue Beziehung entsteht

*Infoteil: Kommunikationsfehler – und wie es besser geht*

5 Deine Welt, meine Welt

„Liebe Mama, ich bin mir unsicher“

Fest im Alltag

Kleine und große Kinder

Und wo bleibe ich?

*Infoteil: Fünf häufige Kinderfragen zur Demenz – und wie ich sie angemessen beantworte*

6 Alles ist anders

„Liebe Mama, ich hatte Angst vor dir“

Wut und Hilflosigkeit

Der Aggression auf den Grund gehen

Weniger negative und mehr schöne Gefühle

„Die Oma ist doof“ – Über kindliche

Aggressionen

*Infoteil: Gemeinsam Zeit verbringen – Ideen,*

*wie Menschen mit Demenz und Kinder*

*spielend zusammenkommen können*

7 Du fehlst mir

„Liebe Mama, ich bin so kaputt“

Meine Traurigkeit und ich

Müthersorgen

Ein großes Fest für Mama

*Infoteil: Sich im eigenen Zuhause besser*

*zurechtfinden*

8 Neue Welten betreten

„Liebe Mama, ich mache mir Sorgen um

dich“

Hilfe holen fällt schwer

In guten wie in schlechten Zeiten

Der lange Weg zur Tagespflege

Warten auf die Tagespflege

Zwischen Loslassen und Festhalten

*Infoteil: Tagespflege – was ist das?*

9 Neu kommunizieren lernen

„Liebe Mama, ich würde gerne mit dir sprechen“

Wo sind die Wörter?

Ohne Worte miteinander sprechen?!

Das Sprechen anregen – kinderleicht

*Infoteil: Die Biografie richtig nutzen*

10 Viel Bewegung und große Unruhe

„Liebe Mama, wo wolltest du hingehen?“

Vom Weglaufen, Hinlaufen und Verirren

Immer in Bewegung

Ich wünsche mir eine andere Oma

*Infoteil: Hinlaufen und Verirren – Tipps für Schutz und Sicherheit*

11 So fern und so einsam

„Liebe Mama, ich möchte für dich da sein“

Wenn kleine Dinge zu großen Problemen werden

Mein dauernd schlechtes Gewissen

Darf ich traurig sein?

Ein Helfernetzwerk aufbauen

Lernen durch die Pflege in der Familie

Neue, eigene Wege gehen

*Infoteil: Kleine Lösungen für*

*Herausforderungen im Alltag*

12 Im Krisenmodus

„Liebe Mama, wann werden wir uns

wiedersehen?“

Von Angst und Sorgen

Nähe trotz Abstand?

Pflegen in Coronazeiten

Lernen in und aus der Krise

*Infoteil: Ideen, wie man (aus der Ferne)*

*Gutes tun kann*

13 Heute ein Lächeln

„Liebe Mama, du fehlst mir, selbst wenn ich  
neben dir sitze“

Immer wieder Lösungen finden

Gemeinsam schaffen wir das

Kleine Dinge mit einer großen Wirkung

Alzheimer vorbeugen – geht das?

*Infoteil: Selbstfürsorge für pflegende*

*Angehörige*

**Epilog**