



AFi-KiDS wissen mehr

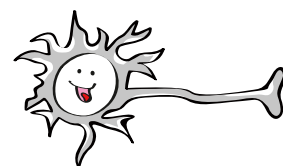
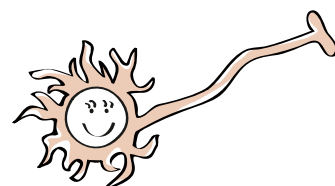
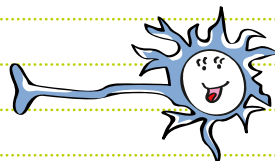
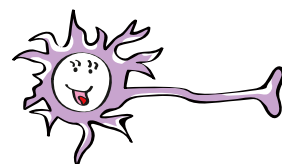
Für Kinder, ihre Eltern und wichtige Bezugspersonen



Alzheimer Forschung
Initiative e.V.

Inhalt

	Seite
1. Vorwort	3
Buchstabensalat	4
2. Das Gehirn	5
Comic: Wie funktioniert das Gehirn?	5
Rezept Powerballs	8
Schmeckst-du-schon-oder-siehst-du-noch?	9
Wühlmeister gesucht!	10
Comic: Wie verständigen sich die Teile des Gehirns?	11
Drin ist, was drauf steht. Praktische Türbeschriftung basteln	15
Ping und Pong packen die Koffer	17
3. Ein anderes Jahr mit Oma Gisela	19
Katjas siebter Geburtstag	19
Ferien zum ersten Mal mit Oma	21
Was ist mit Oma los?	22
Oma ist nicht nur vergesslich	23
Schulfeier für die ganze Familie	24
Das werde ich nie vergessen	24
4. MachMit!	26
Nichts vergessen? – Das Afi-KiDS-Quiz	26
„Alzheimer, wir kennen Dich!“	27
Alzheimer-Forscherinnen und -Forscher unterstützen	28



Impressum

Herausgeber:
Alzheimer Forschung Initiative e.V.

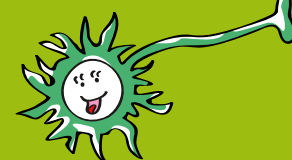
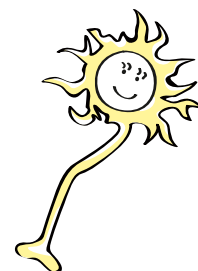
Redaktionsleitung:
Alin Boyaciyen, Alzheimer Forschung Initiative e.V., Düsseldorf

Copyright Illustrationen:
ColindaDesign, Düsseldorf

Fotos (von Okka Gundel):
Daniel Reinhardt

Gestaltung:
Liebchen+Liebchen GmbH,
Frankfurt am Main

Stand: Mai 2025



1. Vorwort



von Okka Gundel

AFI-Botschafterin!

Liebe Kinder,

sicher ist es für euch immer etwas ganz Besonderes, bei Oma und Opa zu Besuch zu sein. Wahrscheinlich dürft ihr dort viel mehr Süßigkeiten essen als zu Hause, ihr dürft länger aufbleiben als sonst, und dazu können Omas und Opas immer so tolle Geschichten von früher erzählen - auch davon, was eure Mamas und Papas für Quatsch gemacht haben, als sie so alt waren wie ihr. Aber wie genau funktioniert das eigentlich mit dem Gehirn und dem Erinnern an Sachen, die schon ganz viele Jahre her sind? Und vor allem: Was passiert im Kopf, wenn man sich plötzlich nicht mehr an Dinge erinnern kann oder wenn eure Großeltern an Alzheimer erkranken?

Wenn ihr dieses Buch lest, dann wisst ihr bald mehr darüber, denn die AFi-KiDS Katja und Max erklären es euch. Seit einiger Zeit ist ihre Oma Gisela nämlich irgendwie anders. Ständig vergisst sie etwas. Sie kennt den Weg in den Zoo nicht mehr und vergisst sogar, wo ihr eigenes Zimmer ist. „Aber das weiß doch jeder!“, meint ihr? Das denken Katja und Max auch. Erst stehen beide vor Aufregung Kopf, so sehr hat sich die Oma verändert. Aber dann fragen sie ihren Eltern Löcher in den Bauch.

Wenn es in euren Familien Omas und Opas gibt, die ganz vergesslich werden und an Alzheimer erkrankt sind, dann wisst ihr am Ende dieses Buchs, was da genau passiert. Viele Bastelideen, Spiele und spannende Geschichten gibt es auch. Ob ihr nun 5 oder 10 Jahre alt seid – wir hoffen, dass für jeden etwas dabei ist.

Viel Spaß wünscht euch eure

Okka Gundel



Bu

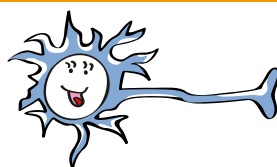
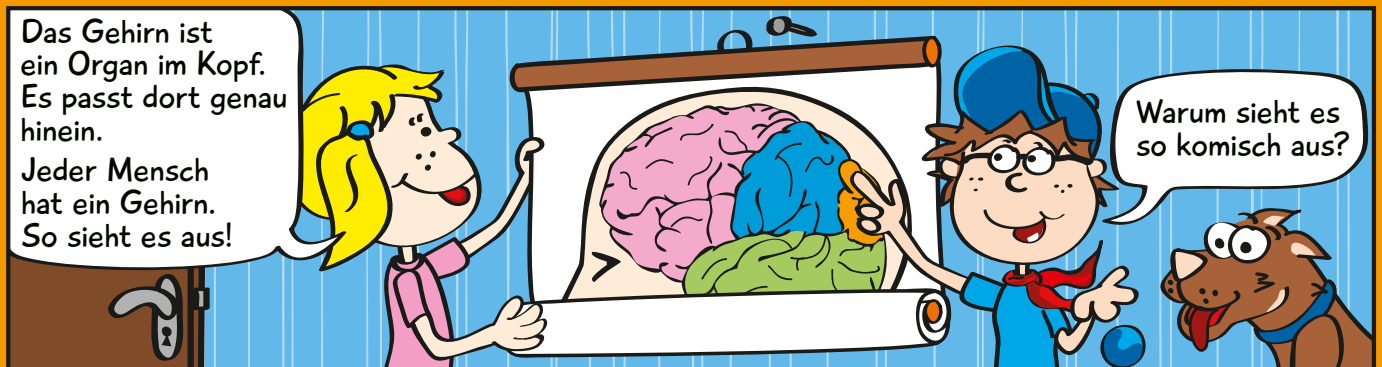


* Assoziieren bedeutet auch verknüpfen oder verbinden

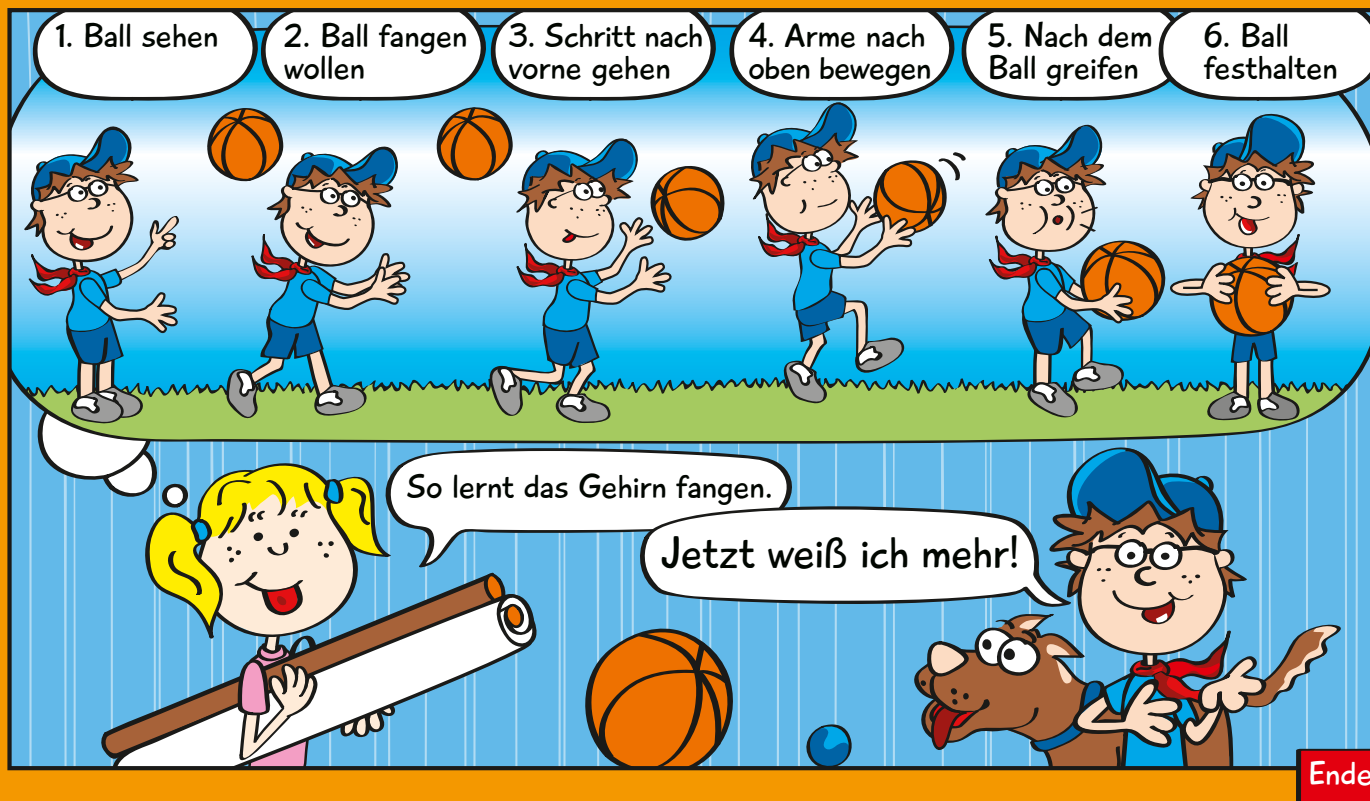
2. Das Gehirn

Wie funktioniert das Gehirn?





Wie funktioniert das Gehirn?





Rezept Powerballs



Rezept für ca. 12 Powerballs

Dafür benötigst du:

- 100g getrocknete und entsteinte Datteln
- 80g Haferflocken
- 50g Walnüsse
- 2 EL Agavendicksaft
- 1/2 EL Kokosöl
- 12 Mandeln
- Kokosraspeln
- Außerdem benötigst du eine Mixmaschine. ⚠️ **Verwende den Mixer nur unter der Aufsicht eines Erwachsenen!**



Zubereitung:

1. Gib alle Zutaten bis auf die Mandeln und die Kokosraspeln in einen großen Mixer.
2. Mixe die Zutaten durch bis sich eine klebrige Masse gebildet hat.
3. Nimm eine ganze Mandel und forme etwa einen Esslöffel der Masse um die Mandel zu einer Kugel.
4. Wälze anschließend den Powerball in den Kokosraspeln.

Guten Appetit wünscht dir
deine Okka Gundel



Okka Gundel
AFI-Botschafterin
& TV-Moderatorin

Powerballs – Kleine Kugeln, große Power!

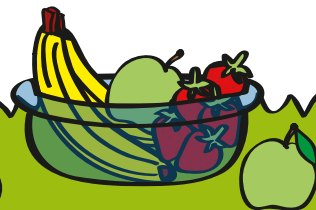
Habt ihr manchmal Lust auf etwas Süßes, das nicht nur lecker, sondern auch richtig gut für euch ist? Dann probiert doch mal unsere Powerballs! Diese kleinen Kugeln stecken voller Energie und sind blitzschnell gemacht – ganz ohne Backen. Mit Walnüssen, Datteln und Mandeln schmecken sie super und geben euch und eurem Gehirn extra Power!

Am meisten Spaß macht es, die Powerballs gemeinsam mit Oma und Opa zu rollen. Vielleicht haben sie ja sogar noch ein paar Geheimtipps für euch! Schnappt euch eine Schüssel und los geht's!

Schmeckst-du-schon-oder-siehst-du-noch?

Irgendwie hängt alles zusammen im Gehirn. Denn Fähigkeiten wie das Sehen, Riechen oder Schmecken sind durch verschiedene Bereiche des Gehirns möglich. Musst du sehen was du schmeckst? Und wer schmeckt was am besten?

Bei „Schmeckst-du-schon-oder-siehst-du-noch?“ gewinnt, wer den besten Geschmackssinn beweist. Bei diesem Spiel kann jeder mitmachen. Deine Eltern, Freunde, Großeltern, Nachbarn ... Nur Hund Bruno nicht, denn dem ist es Wurst, wie's schmeckt. Hauptsache, es gibt reichlich!



1.

Bitte deine Eltern, mit dir zusammen Schnitze aus fünf unterschiedlichen Obst- und Gemüsesorten vorzubereiten. Aber pass' auf! Sie sollten etwa gleich groß sein, damit kein Unterschied zu sehen ist.

2.

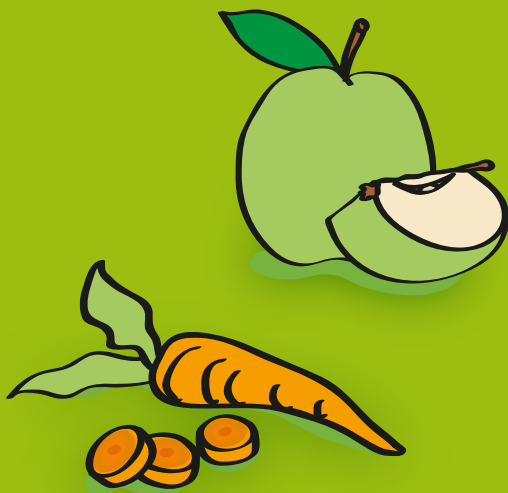
Dann verteilst du die Stücke pro Sorte auf Tellern und stellst sie auf einen Tisch. Jetzt brauchst du noch einen Spielleiter – am besten Mama oder Papa – und schon kann der Spaß losgehen!

3.

Der erste Spieler bekommt die Augen verbunden und vom Spielleiter nacheinander die Gemüse- und Obstsnitze in den Mund gesteckt. Bei jedem Stück muss er schmecken, was sich dahinter verbirgt. Vorsicht: Spicken ist hier nicht erlaubt!

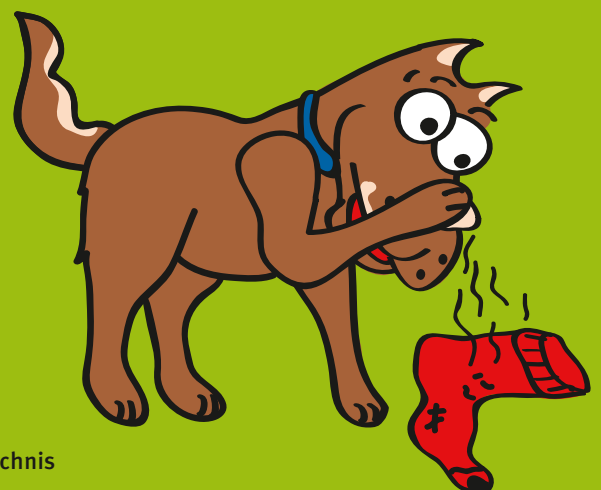
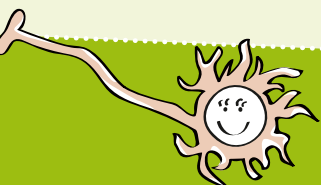
4.

Die anderen Spieler schreiben auf, wie viele Obst- und Gemüsesorten der Spieler richtig geschmeckt hat. Der Spieler mit den meisten richtigen Antworten gewinnt. Aber freu' dich nicht zu früh. Bald wirst du merken, dass es gar nicht so einfach ist, wie es aussieht.



Und?

Hast du ein paar der Schnitze herausgeschmeckt? Wenn du deinem Geschmackssinn vertraust, dann geht es jetzt weiter mit Gefühl.



Wühlmeister gesucht!

Weißt du, wie gut dein Tastsinn ist? Nur durch tasten und fühlen, also ohne zu sehen, kannst du erraten, was du in den Händen hältst. Wieso du das kannst? Dinge, die du mit verbundenen Augen erfühlst, senden Hinweise an dein Gehirn. Wenn du schon mal ein Päckchen Taschentücher in den Händen hattest, weiß dein Gehirn anhand der Größe der Packung und des Gewichts, was du gerade in den Händen hältst. Du fühlst also nicht nur über die Hände, Finger und die Haut. Sondern dein Gehirn erhält im selben Moment wichtige Informationen. Glaubst du nicht?

Bist du der Wühlmeister?

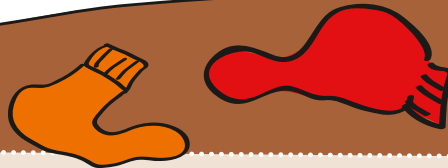
Nimm 10 Socken aus eurem Schrank. Wichtig: Alle sollten möglichst gleich aussehen! Suche nun 10 verschiedene Gegenstände. Das kann ein Schlüsselbund sein, ein Federball oder ein Bauklotz. Die Gegenstände verteilst du dann auf die Socken. Jetzt benötigst du noch 10 Bindfäden, mit denen du die Socken verschließen kannst.

Und schon kann es losgehen. Gib die 10 Socken durchgewühlt auf einen Haufen. Verbinde dir die Augen. Ziehe das erste Sockenrätsel, befühle den Inhalt und versuche, den Gegenstand zu erraten. Wenn du dir sicher bist, siehe nach, ob du richtig geraten hast. Gemeinsam mit Familie und Freunden macht das Wühlen gleich viel mehr Spaß.



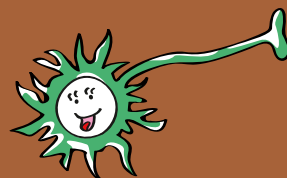
Tasten

Fühlen

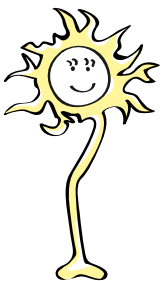
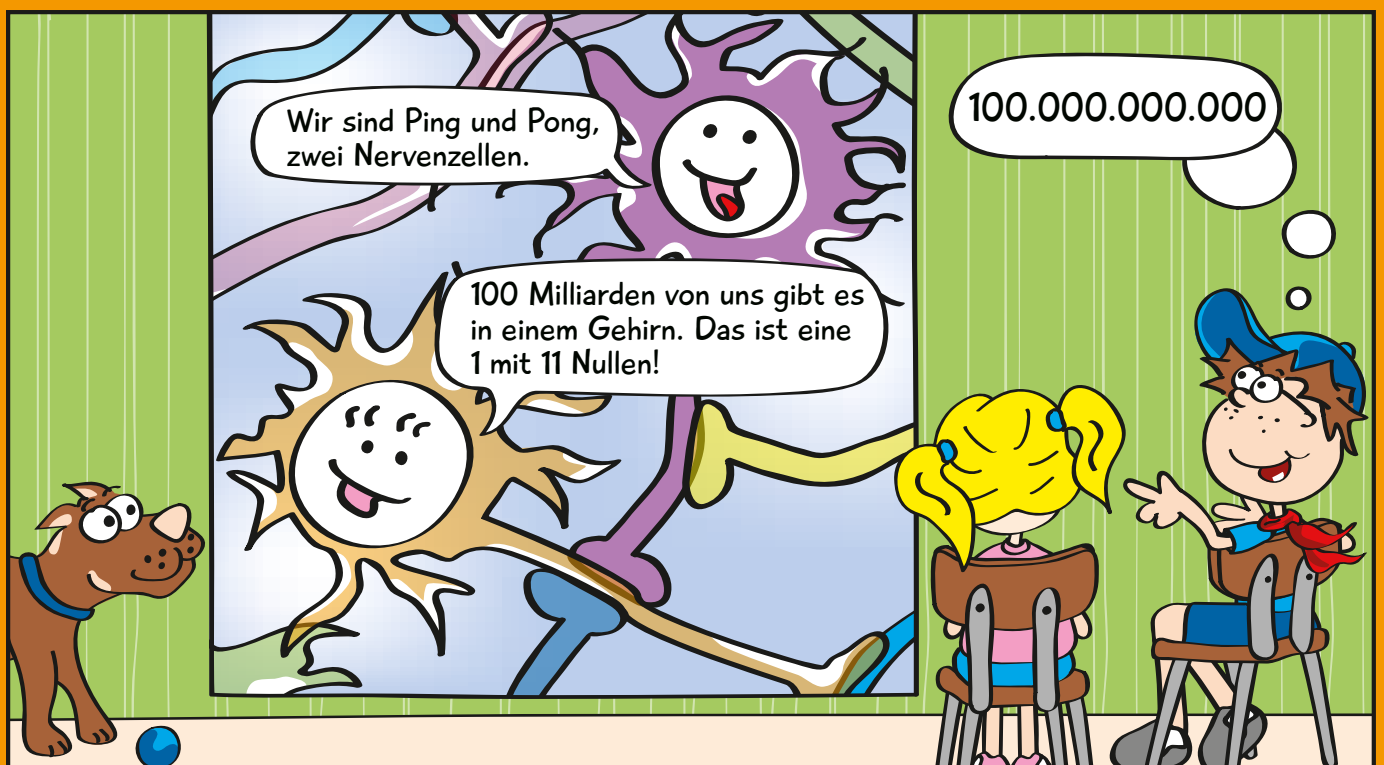
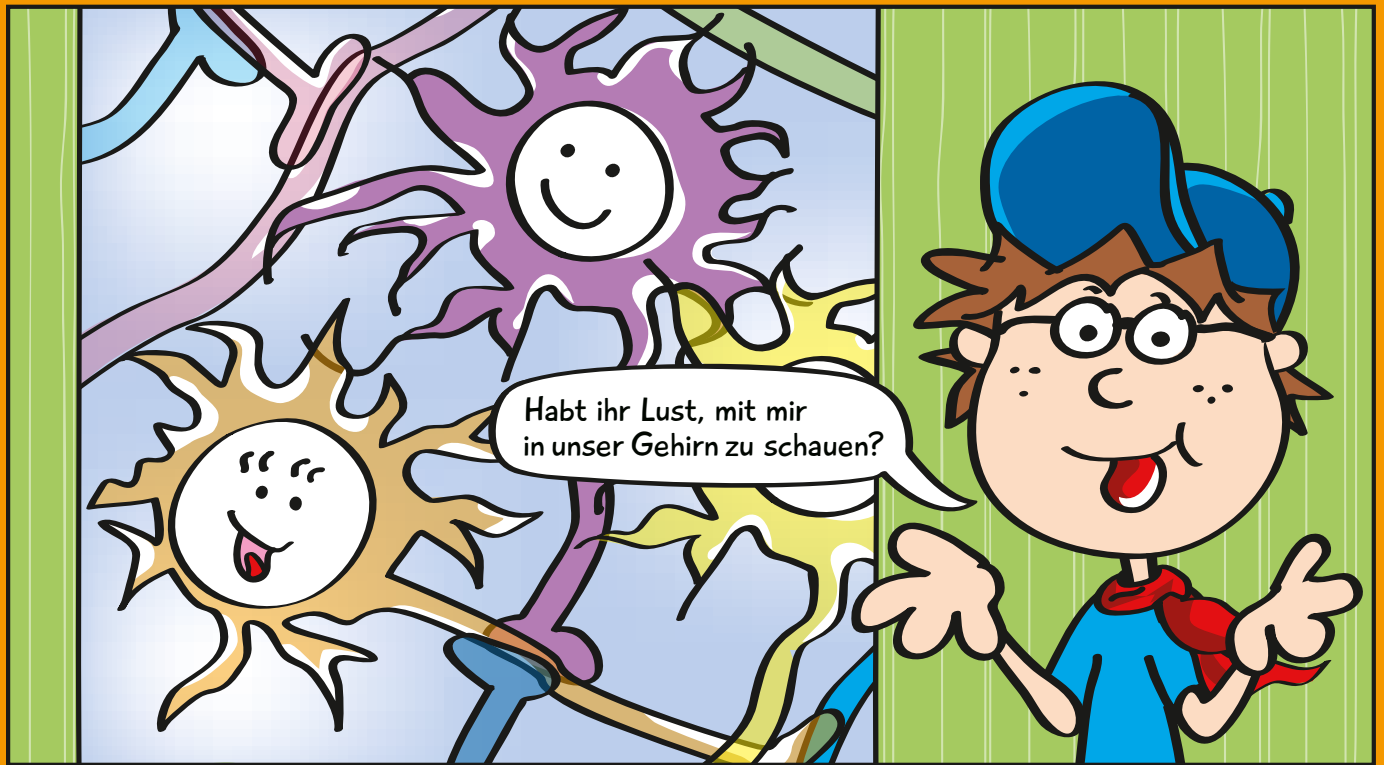


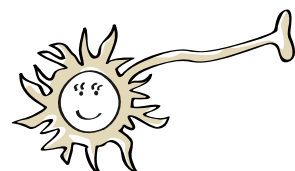
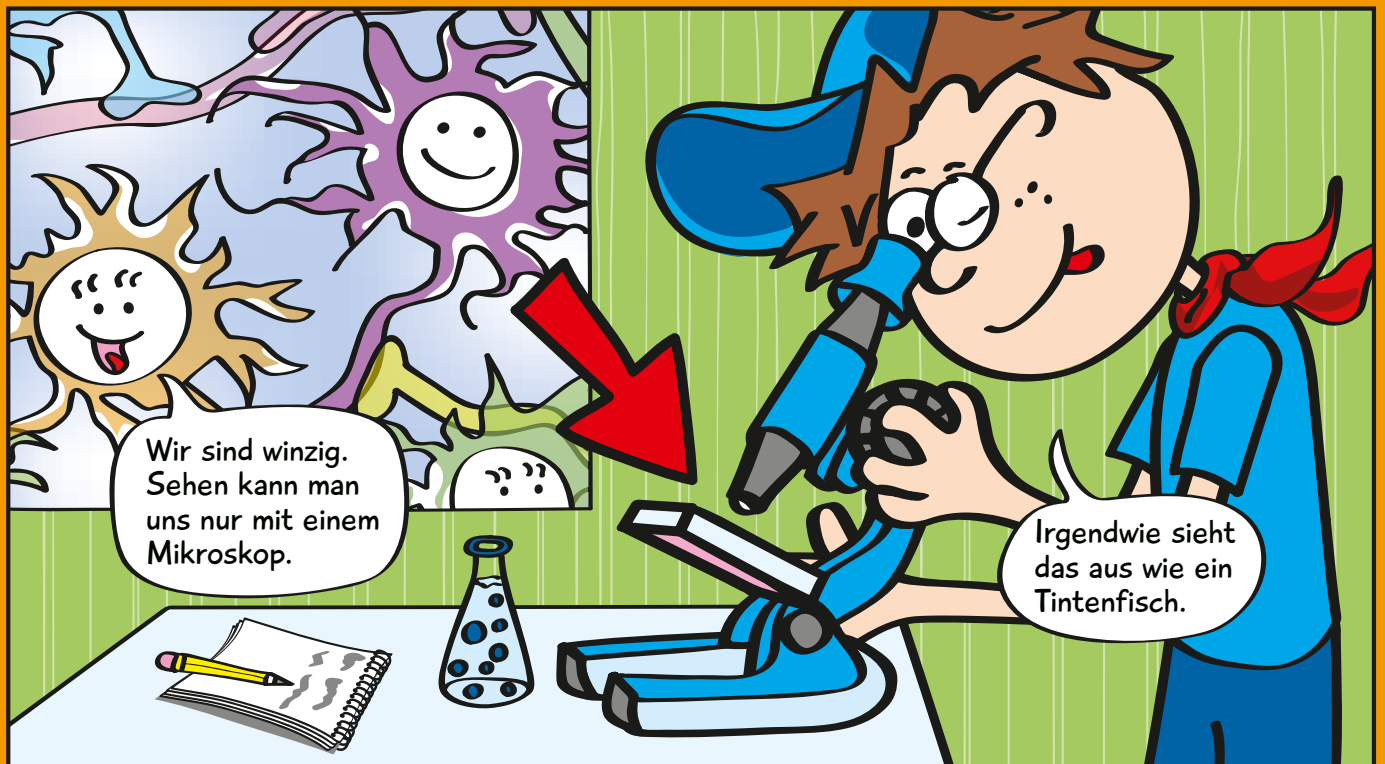
Übung macht den Wühlmeister!

Im nächsten Comic erfährst du, wie sich die verschiedenen Bereiche im Gehirn miteinander verständigen. Tauche in die Welt der Nervenzellen ein!

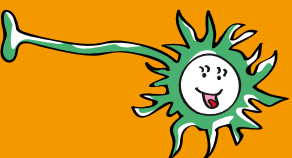
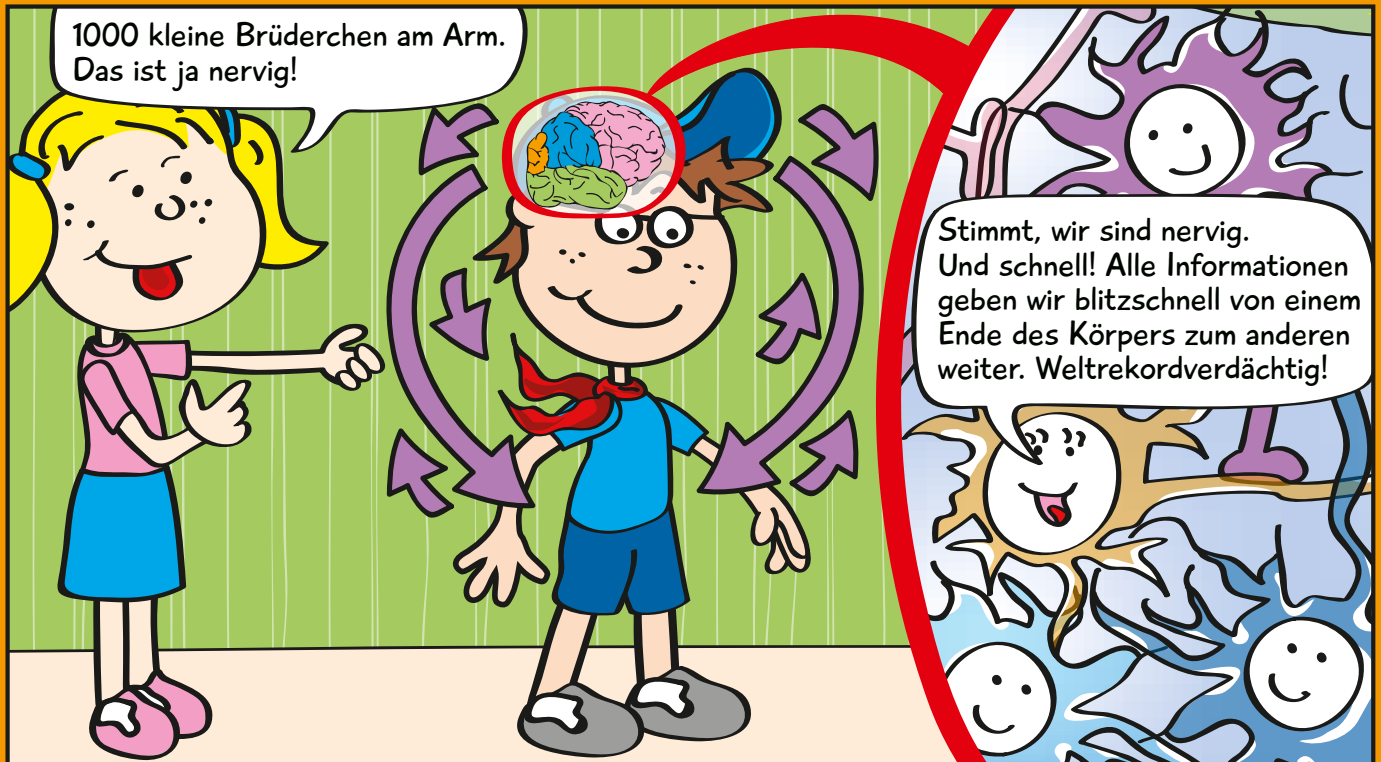


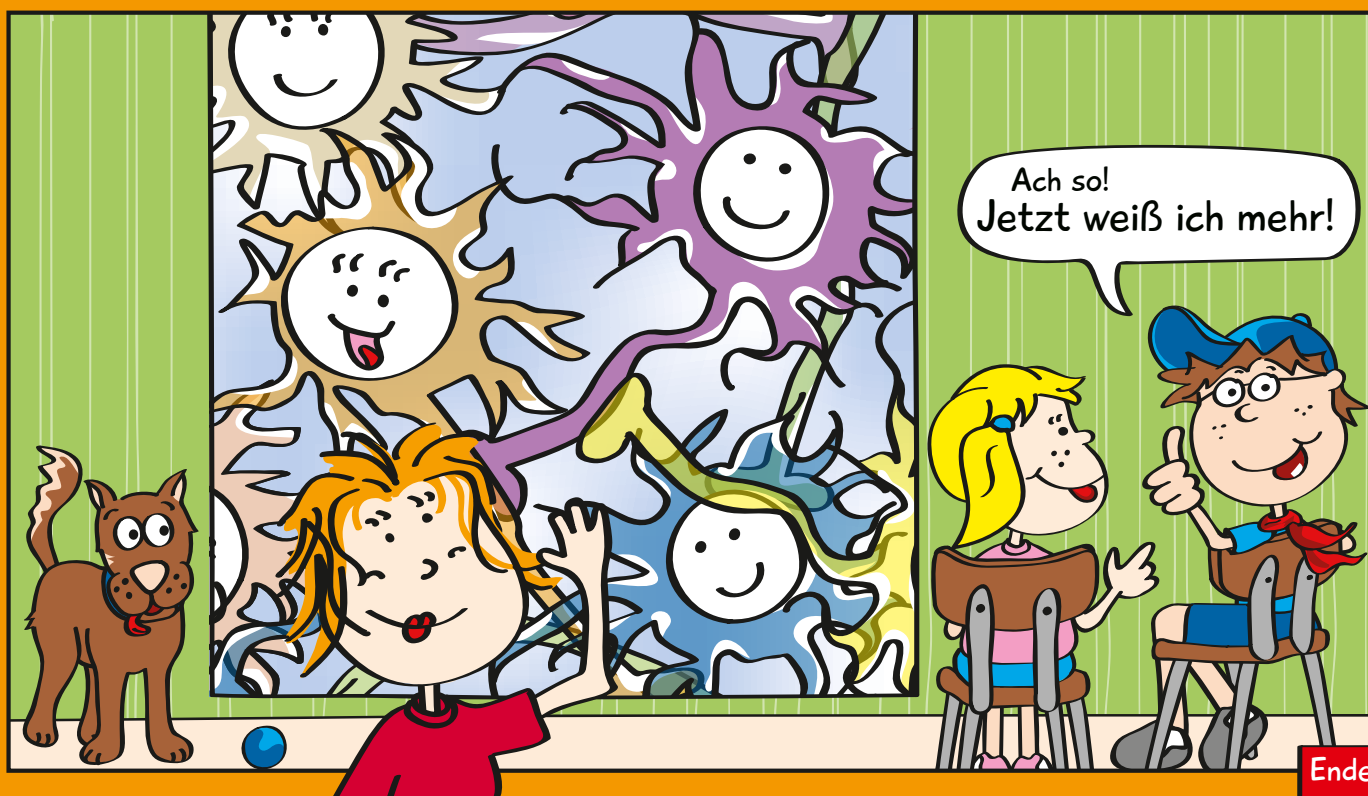
Wie verständigen sich die Teile des Gehirns?





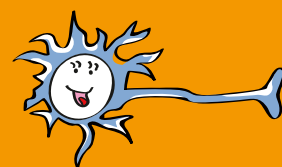
Wie verständigen sich die Teile des Gehirns?





Wie hat dir der Ausflug ins Gehirn gefallen?
Willst du noch weiter reisen?

Dann kannst du nun Beschriftungen für Türen basteln, eine Runde Kofferpacken mit Ping und Pong spielen oder blättere weiter auf Seite 27 zu „Alzheimer, wir kennen Dich!“

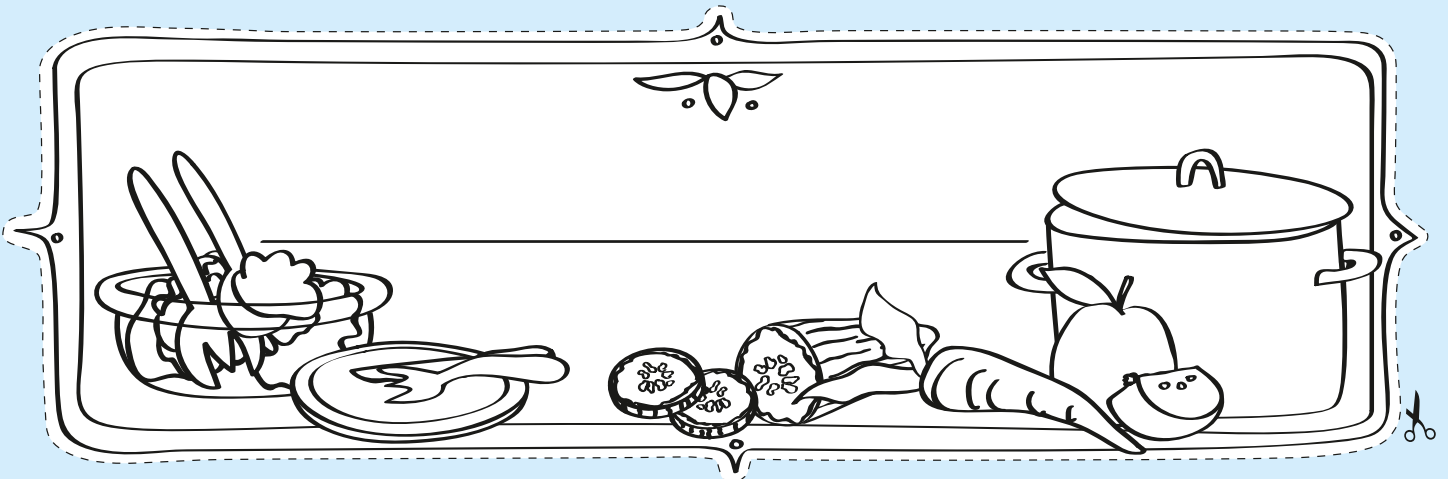
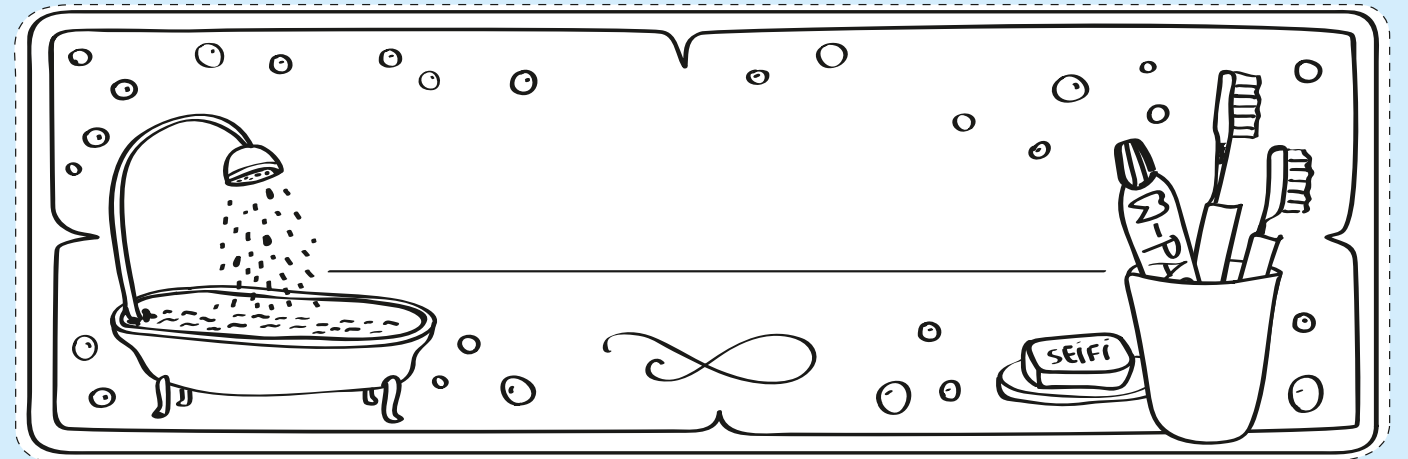
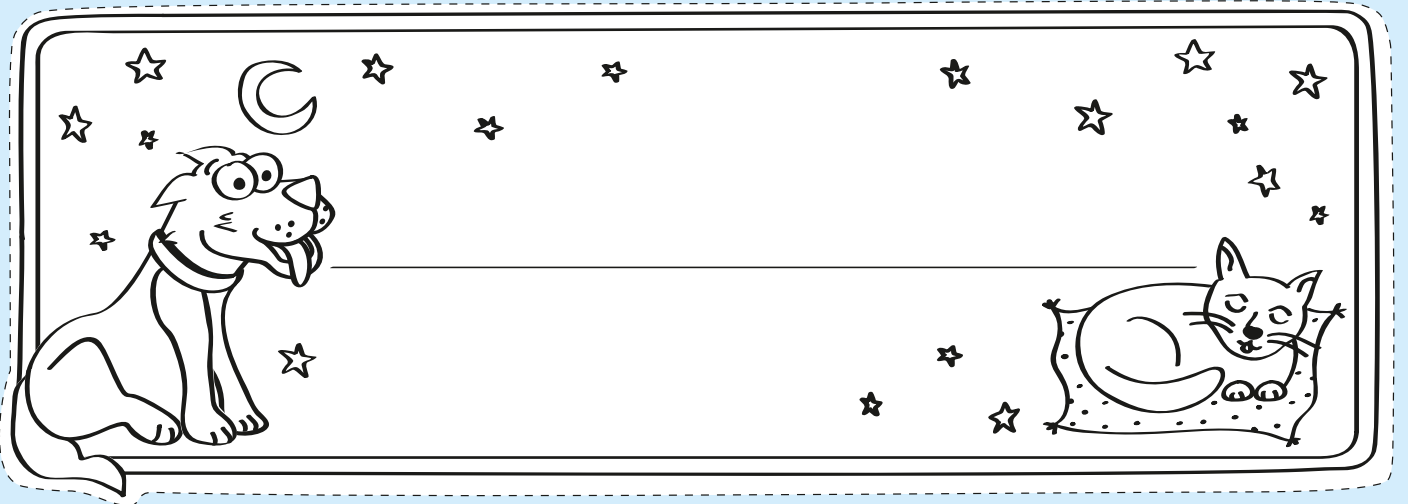
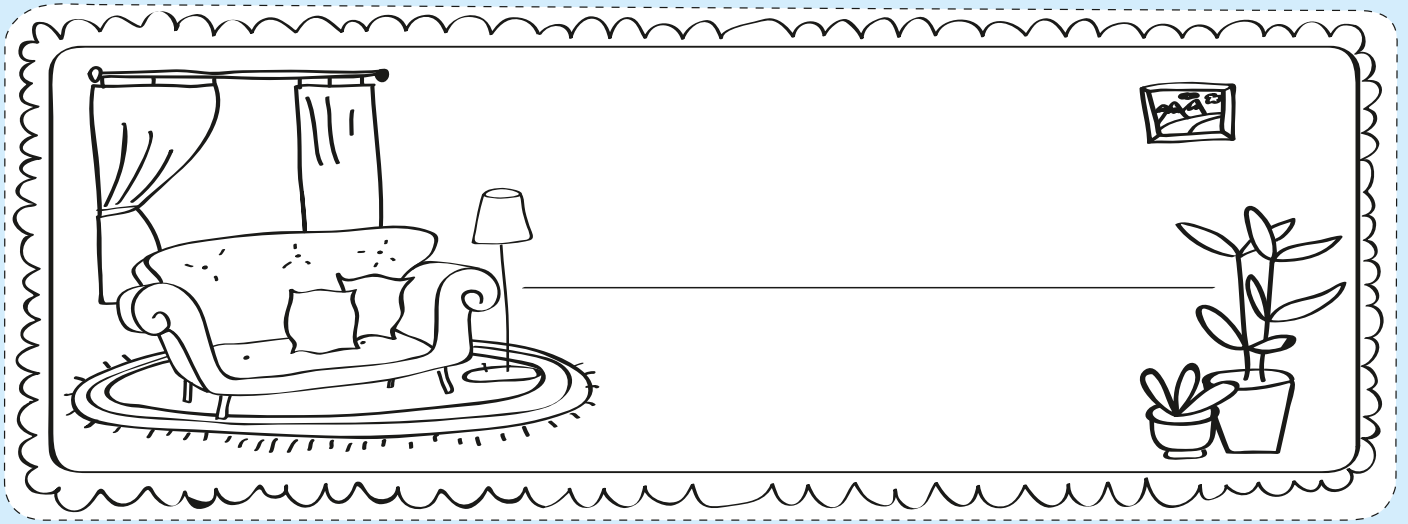


Drin ist, was drauf steht!



Auf der nächsten Seite findest du Türschilder zum Ausmalen und Beschriften. Katja und Max haben auch schon die Türen in ihrem Zuhause beschriftet. Warum sie das tun? Das erfährst du erst, wenn du ihre Geschichte gelesen hast. Wenn du alles ausgemalt, ausgeschnitten und beschriftet hast, kannst du die Schilder anschließend in ein Kopiergeschäft bringen. Dort kannst du sie in Folie einschweißen (laminieren) lassen, damit sie möglichst lange so hübsch aussehen. **Viel Spaß!**

Übrigens: Unter www.afi-kids.de findest du in der Rubrik Aktionen viele weitere Bastelanregungen.



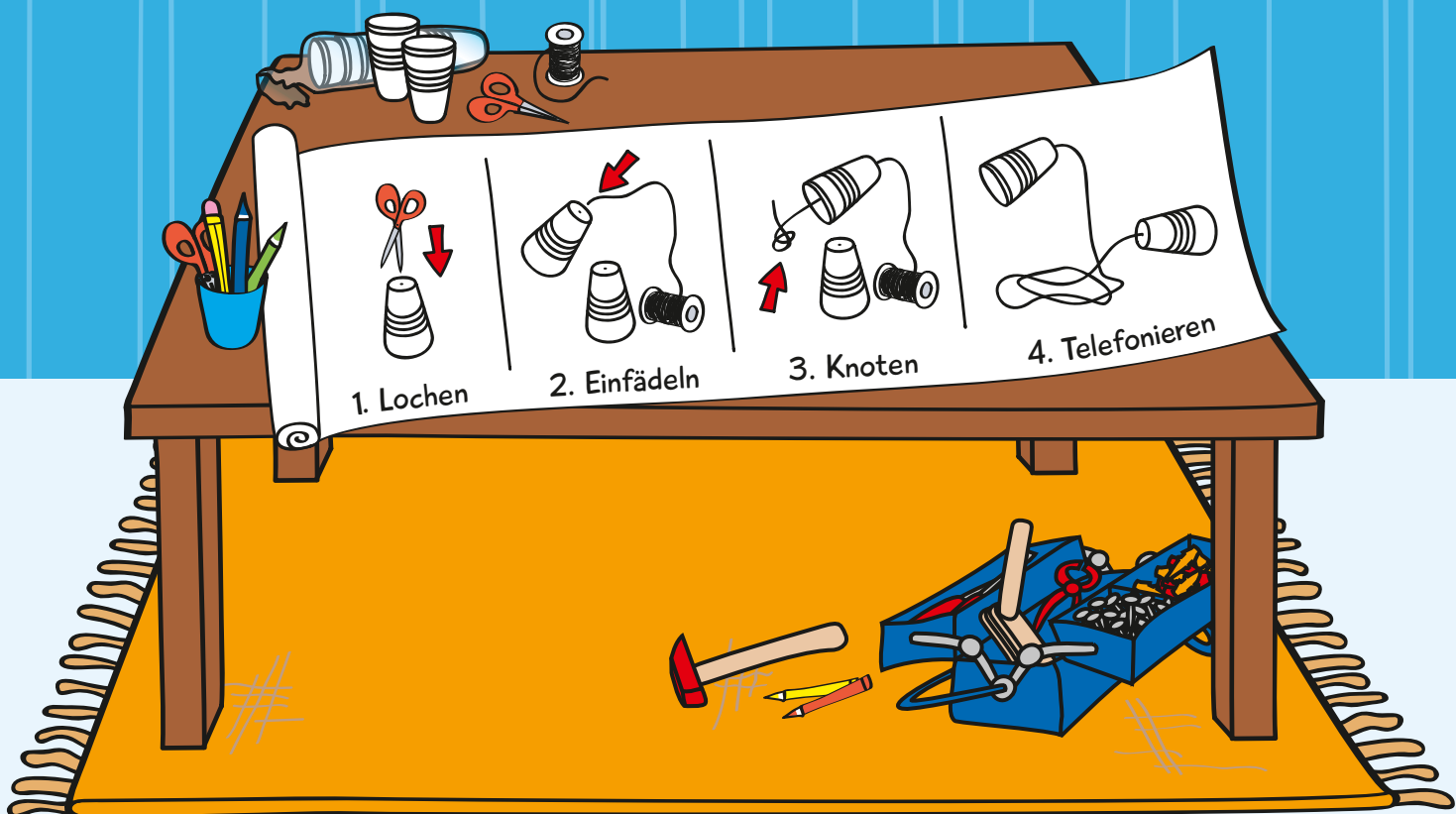
Ping und Pong packen die Koffer

Wie du im Kapitel „Die Reise ins Gehirn“ gesehen hast, funktionieren die Nervenzellen wie eine Telefonkette. Ping und Pong erklären, dass jede von ihnen mit 1.000 anderen Nervenzellen verbunden ist. Bei ungefähr 100 Milliarden Nervenzellen sind das ziemlich viele „Telefonanschlüsse“. Sie sorgen dafür, dass du dir ganz viele Dinge merken kannst und dich auch daran erinnerst.

Ping und Pong haben übrigens nie Langeweile. Ständig geben sie Informationen hin und her. Und damit du einen Eindruck von ihrem Alltag bekommst, haben sie sich ein Spiel für dich ausgedacht. Möchtest du mit einem Freund oder einer Freundin ein Nervenzellen-Paar spielen? Also, das geht so:

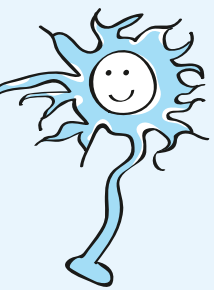
Du brauchst:

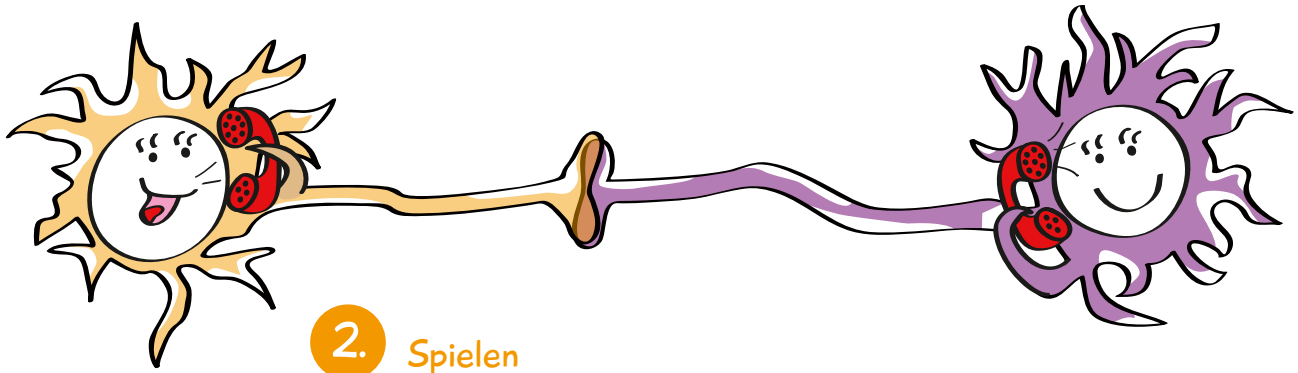
1. Papp-/Plastikbecher
2. Schere
3. Dickes Garn oder Wäscheleine



1. Basteln

Zuerst solltest du ein Schnurtelefon herstellen. Dazu brauchst du zwei Papp- oder Plastikbecher und eine Schnur. In die Böden der Becher bohrst du jeweils ein Loch. Danach fädelst du je ein Schnurende durch je einen Becherboden. Jedes Schnurende wird im Becherboden festgeknotet. Wenn die Schnur zwischen beiden Bechern gespannt ist und der erste Spieler in einen Becher spricht, kann der zweite Spieler aus dem zweiten Becher hören, was gesagt wird. Das liegt an den Schwingungen, die über den Becherboden entlang der Schnur an das andere Ende übertragen werden.





2. Spielen

Im nächsten Schritt kannst du das Merkspiel „Ich packe meinen Koffer und nehme mit ...“ spielen. Du kennst das Spiel schon? Hast du es schon einmal mit einem Schnurtelefon gespielt? Dann aufgepasst: Du musst besonders gut hinhören, die Schnur gespannt halten und dir natürlich die Begriffe merken, die in den Koffer gepackt werden. Die Gegenstände, die gepackt werden, denkt sich jeder selber aus.

Hier ein Beispiel für alle, die das Spiel noch nicht kennen:

Der erste Spieler sagt:

»Ich packe meinen Koffer und nehme einen Tennisschläger mit.«

Der erste Spieler sagt:

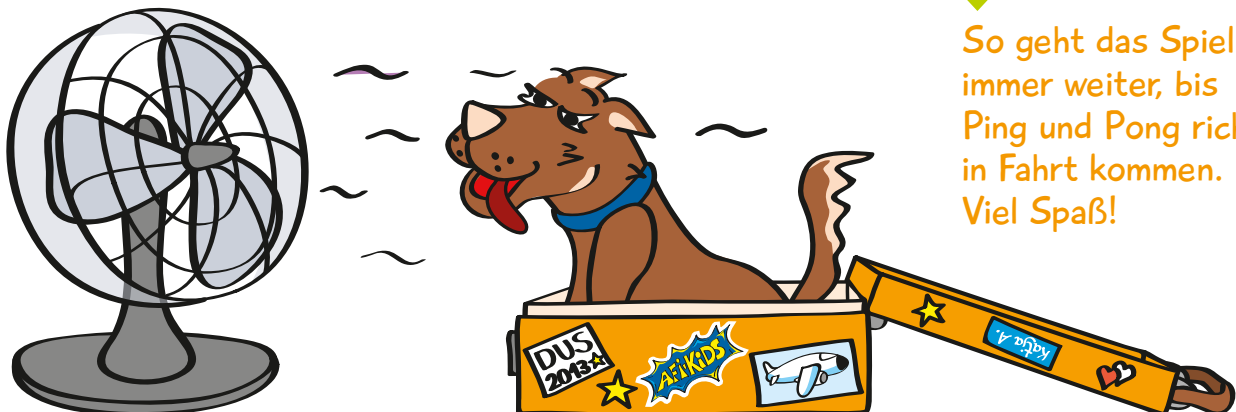
»Ich packe meinen Koffer und nehme einen Tennisschläger, einen Hund und einen Gummibaum mit.«

Der zweite Spieler sagt:

»Ich packe meinen Koffer und nehme einen Tennisschläger und einen Hund mit.«

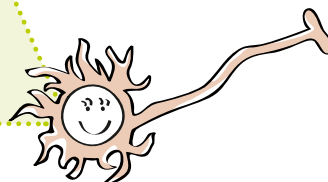
Der zweite Spieler sagt:

»Ich packe meinen Koffer und nehme mit: Einen Tennisschläger, einen Hund, einen Gummibaum und eine Schraube.«



So geht das Spiel immer weiter, bis Ping und Pong richtig in Fahrt kommen. Viel Spaß!

Puuuh! Da bekommt man ja glühende Ohren vor Anstrengung!
Zum Glück geben Ping und Pong meistens alleine alle Informationen weiter. Und was kommt jetzt? Wir haben Wörter erkannt, Obst geschmeckt und uns viele Begriffe gemerkt. Hast du Lust auf eine Geschichte über Katjas Geburtstag und ihre Oma Gisela?



3. Ein anderes Jahr mit Oma Gisela

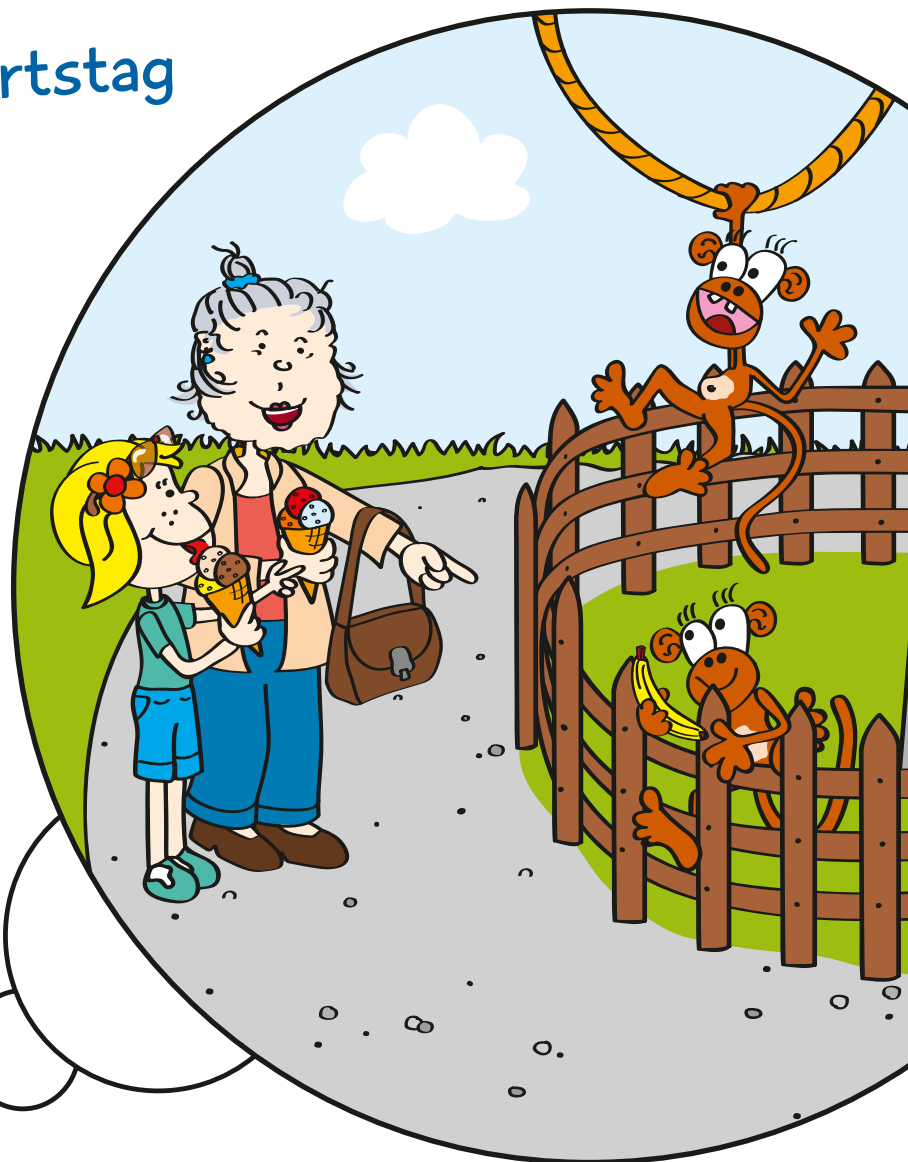
Katjas siebter Geburtstag

Alles beginnt mit Katjas siebtem Geburtstag. Ein besonderer Tag, den sie jedes Jahr mit ihrer Oma verbringt. Doch dieses Jahr ist etwas anders.

Geburtstage sind ganz toll, findet Katja:

„Juhu, ich habe Geburtstag!“

Katja freut sich jedes Jahr auf diesen Tag. Und heute feiert sie ihren siebten Geburtstag. Sie ist schon ganz aufgeregt. Geschenke und Kuchen sind fast das Beste daran. Aber ganz besonders freut sie sich darauf, diesen Tag mit ihrer Oma zu verbringen. Denn Katjas Geburtstag verbringen sie jedes Jahr gemeinsam.



„Oma, was machen wir heute? Gehen wir in den Zoo und danach ins Kino? Und gehen wir nach dem Film noch ein Eis essen?“ „Katja, wir können ja den Vormittag im Zoo verbringen“, sagt Oma Gisela. „Wenn es mir nicht zu viel wird, können wir danach auch ein Eis essen. Ich bin heute nämlich ein bisschen müde.“ In diesem Moment kommt Katjas Mama Johanna dazu.

„Wie geht es dir heute, Mutter? Sollte ich nicht besser mitkommen?“, fragt Katjas Mama. „Mir geht es gut“, sagt Oma Gisela, „wieso fragst du?“ Ja, denkt Katja, wieso fragt Mama, ob sie mitkommen soll? Dieser Tag gehört doch nur ihr und ihrer Oma. Ob Mama wirklich mitkommen will?, überlegt Katja.



Etwas später, als Katja und ihre Oma losgegangen sind, bleibt Oma Gisela plötzlich stehen. „Ich glaube, wir müssen hier entlang.“ Eigentlich liegt der Zoo ganz in der Nähe. Sie waren schon oft dort. Komisch, denkt Katja für einen kurzen Moment, wieso kennt Oma den Weg zum Zoo nicht mehr? Der Zoo liegt in der anderen Richtung, da ist sich Katja ganz sicher. Zuerst denkt sie, dass es ihrer Oma heute nicht so gut geht. Aber dann fällt ihr ein, dass sie oft Witze macht. Katja lacht, nimmt ihre Oma bei der Hand und führt sie zum Zoo.

Nach vielen Gehegen und noch mehr Tieren ist Oma Gisela erschöpft und müde. Deshalb verlassen beide den Zoo schon am Mittag. Katja ist ein bisschen enttäuscht. Aber am Ausgang überredet sie ihre Oma, eine Postkarte aus dem Zoo zu kaufen.

Auf dem Rückweg nach Hause lädt Oma Gisela Katja auf das versprochene Eis ein. „Du darfst dir heute drei Kugeln aussuchen. Schließlich bist du jetzt schon zehn.“ Katja muss grinsen: „Ha, Oma. Genau – ich bin zehn minus drei. Du bist so lustig.“

Bevor Katja an diesem Abend ins Bett geht, will sie ihrer Oma noch mal die Postkarte aus dem Zoo zeigen. Aber als sie in ihr Zimmer kommt, schläft ihre Oma schon. Wahrscheinlich ist sie müde von unserem Ausflug, denkt Katja und schließt ganz leise wieder die Tür.



Ferien zum ersten Mal mit Oma



Dieses Jahr fahren alle gemeinsam in den Urlaub, was Katja und Max sehr freut, aber auch wundert. Oma Gisela ist zum ersten Mal mit dabei.

Ein paar Wochen nach Katjas Geburtstag fangen die Sommerferien an. Sobald die Schule vorbei ist, fahren Katja und ihr Bruder Max mit ihren Eltern Johanna und Tom für zwei Wochen ans Meer. Ihren Hund Bruno nehmen sie auch mit. Oma bleibt immer zu Hause. Sie mag so viel Sonne einfach nicht. „In Wirklichkeit“, meint Katjas Mutter, „bleibt sie zu Hause, um die Ruhe und den Frieden zu genießen, während wir weg sind.“

Dieses Jahr aber beschließen Johanna und Tom, dass Oma Gisela mitkommt. Katja und Max sind begeistert! „Ich werde ihr erzählen, was wir alles Tolles zusammen machen können“, sagt Max zufrieden. Aber als Max mit Hund Bruno zu Oma geht, dreht sie sich um, ohne ein Wort zu sagen. „Warum fährt Oma mit ans Meer, wenn sie eigentlich gar nicht möchte?“, fragt Max seine Mama.

„Papa und ich wollen nicht, dass Oma allein zu Hause bleibt“, sagt Mama. „Ihr Gedächtnis ist nicht mehr so gut wie früher.“ Katja ist das auch schon aufgefallen. Sie erzählt ihrer Mama, dass Oma an ihrem Geburtstag einige komische Sachen gesagt hat. Mama sagt nichts, aber sie sieht irgendwie traurig aus, finden Katja und Max.



Was ist mit Oma los?

Nach dem Urlaub beginnen die Eltern Tom und Johanna zu Hause alle Räume, Schränke und Schubladen für Oma zu beschriften. Die Kinder lernen, dass für Oma Gisela die Wohnung sicherer werden muss.

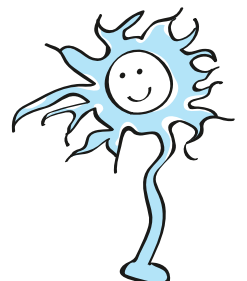
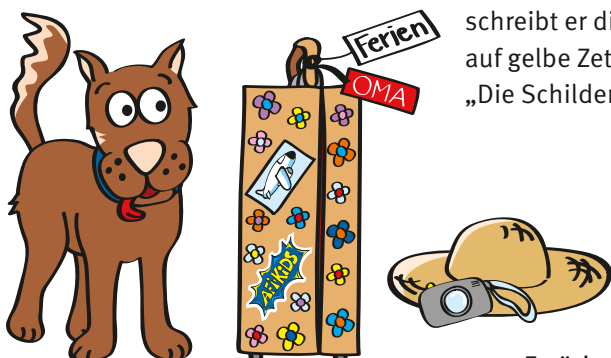


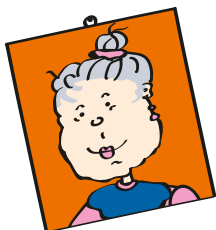
Der Urlaub ist vorbei und die Familie ist wieder zu Hause. „Nach dem Urlaub ist vor dem Urlaub“ sagt Tom zu Johanna. „Stimmt“, sagt Johanna, „ich bin reif für die Insel.“ Katja und Max gucken sich an und packen ihre Koffer weiter aus. Sie hatten viel Spaß am Strand. Sie merkten aber auch, dass ihre Eltern im Urlaub oft traurig waren. Und zwar immer dann, wenn irgendetwas mit Oma war. Zum Bei-

spiel, als sie jeden Morgen wie zu Hause ihre Zeitung am Kiosk um die Ecke holen wollte. Doch den Kiosk gab es am Urlaubsort ja gar nicht! Trotzdem fragte sie jeden Tag wieder danach. Tom und Johanna waren an manchen Tagen sehr verzweifelt.

Deshalb fängt Katjas Vater zu Hause an, die Tür von Omas Schlafzimmer, das Badezimmer, die Küche und das Wohnzimmer zu beschriften. Dazu schreibt er die Namen der Zimmer auf gelbe Zettel und klebt sie fest. „Die Schilder sollen Oma helfen, die

Zimmer wiederzufinden“, erklärt er. Johanna beschriftet die Schubladen und Schränke. Sie nimmt die Knöpfe vom Herd ab. Auch den kleinen Tisch aus dem Wohnzimmer und den Teppich aus dem Flur räumt sie weg. „Mama, machst du das alles nur wegen Oma?“, fragt Katja. „Sie sagt, ihr behandelt sie wie ein Baby. Deshalb wollte sie auch nicht mit ans Meer fahren.“ „Katja, ich mache das Haus sicher, damit Oma sich nicht verletzt“, antwortet Mama. „Wir machen das alles, weil wir Oma lieb haben.“





Oma ist nicht nur vergesslich

Oma Gisela schimpft ohne Grund. Katjas Schreck sitzt tief, Tränen fließen und die Familie nennt Omas Krankheit beim Namen.

Am nächsten Tag spielen Katja und ihr Freund Paolo in ihrem Zimmer. Sie legen am Fußboden gerade ein Memory-Spiel aus, als Oma Gisela zur Tür hereinkommt: „Was macht ihr denn da für eine Unordnung?“, schimpft sie. „Räumt das sofort wieder auf!“

Oma Gisela geht aus dem Raum, Paolo will nach Hause und Katja läuft weinend zu Tom, ihrem Vater. Sie kann Omas Aufregung überhaupt nicht verstehen. Sie spielt ja ganz oft am Fußboden, weil dort viel mehr Platz ist. „Warum schimpft Oma mit mir?“, schluchzt Katja. „Ich habe doch gar nichts Schlimmes getan. Außerdem räume ich immer auf, wenn ich fertig gespielt habe.“ Katja kann gar nicht mehr aufhören zu weinen. Ihre Mama tröstet sie und drückt Katja ganz fest. „Ist schon gut, Katja“, sagt sie, „du hast nichts falsch gemacht.“ Katja ist ganz durcheinander. Ihre Oma ist zum ersten Mal richtig böse auf sie und sie kann den Grund wirklich nicht verstehen.

An diesem Abend setzen sich Mama und Papa zu Katja und Max ans Bett. Ihr Hund Bruno kriecht ans Fußende und wedelt mit dem Schwanz. „Oma war gemein zu mir. Sie hat ohne Grund geschimpft“, sagt Katja. „Warum hat sie das gemacht?“ „Oma ist sehr krank. Sie hat die Alzheimer-Krankheit“, antworten ihre Eltern.

Tom erklärt, dass die Alzheimer-Krankheit eine Krankheit im Gehirn ist. „Deshalb sieht Oma Gisela aus wie immer, sie benimmt sich bloß anders. Durch diese Krankheit wird sie sehr vergesslich und

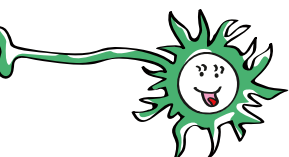
sagt komische Dinge.“ Er erzählt auch, dass Oma Gisela deshalb ohne besonderen Grund sauer wird. „Ich will aber nicht, dass Oma krank ist“, sagt Max. „Wird sie wieder gesund?“ „Nein“, sagt Tom, „die Alzheimer-Krankheit ist nicht wie eine Grippe. Eure Oma wird nicht wieder gesund.“ „Wie hat Oma denn diese Krankheit bekommen?“, fragt Katja. „Können wir uns anstecken, wenn wir Oma umarmen oder küssen?“, möchte Max wissen.

So viele Fragen gehen den beiden durch den Kopf.

„Die Alzheimer-Krankheit bekommen eigentlich nur alte Menschen wie Oma“, antwortet ihr Papa. „Und ihr braucht keine Angst zu haben, man kann sich nicht mit der Alzheimer-Krankheit anstecken.“ Johanna erklärt

den beiden, dass die Krankheit nicht heilbar ist, und dass Oma immer mehr vergessen wird. „Eines Tages vergisst sie vielleicht sogar unsere Namen“, befürchtet Max. „Aber Oma hat an meinem Geburtstag gesagt, dass sie mich nie vergessen wird und dass sie mich immer lieb hat“, sagt Katja. „Katja, auch wenn Oma unsere Namen vergisst, heißt das noch lange nicht, dass sie uns nicht mehr lieb hat“, sagt Mama. „Oma will ja nicht krank sein, aber sie kann nichts dagegen tun. Das Beste ist, wenn ihr eurer Oma zeigt, wie lieb ihr sie habt und dass sie etwas Besonderes für euch ist“, rät Papa.

Katja und Max sind sich einig. Sie werden ihrer Oma ab jetzt ganz oft ein Bild malen oder mit ihr in den Garten gehen oder ihr einen Kuchen backen. Sie haben schon so viele Ideen, dass sie gar nicht wissen, womit sie beginnen sollen.



Schulfeier für die ganze Familie

Katja ist hin- und hergerissen, ob Omas Besuch des Schulfests eine gute Idee ist.

In Katjas Schule findet nächste Woche ein Schulfest statt. Eingeladen sind die Schüler, ihre Eltern und natürlich auch die Großeltern. Katja erzählt ihrer Mama von dem Schulfest. Sie ist sich nicht sicher, ob sie Oma Gisela mitbringen möchte. „Ist Oma zu krank, um mit mir zum Schulfest zu gehen?“, fragt sie. „Ich weiß nicht“, antwortet Johanna, „morgen werde ich deine Lehrerin anrufen.“ Johanna erzählt der Lehrerin, dass Katjas Oma die Alzheimer-Krankheit hat. Die Lehrerin sagt, dass sie gerne zum Schulfest kommen kann, wenn ihr Arzt nichts dagegen hat.

Am Tag vor dem Schulfest erklärt sie dann der ganzen Klasse, was die Alzheimer-Krankheit ist. „Bei Menschen, die die Alzheimer-Krankheit haben, passiert etwas mit dem Gehirn. Sie vergessen Sachen und benehmen sich deshalb manchmal anders als alle anderen Erwachsenen“, sagt sie. Es ist ganz still in der Klasse. Katja merkt, dass alle ein wenig verwirrt sind. Kein Wunder, denkt sie. Als Katja das erste Mal von der Alzheimer-Krankheit hörte, verstand sie auch nicht, wieso Erwachsene Dinge verlernen können.

Als Papa Katja und Max am Abend ins Bett bringt, fragt er: „Bist du froh, Katja, dass du Oma mit in die Schule nimmst? Sie ist nämlich schon ganz aufgeregt und redet seit Tagen von nichts anderem mehr.“ „Ich weiß nicht“, sagt Katja. „Machen sich die anderen Kinder auch nicht

lustig über Oma?“ „Mach dir keine Sorgen. Wenn du den anderen zeigst, wie lieb du deine Oma hast, werden die anderen Kinder sie auch mögen“, beruhigt Tom sie.

Am Tag des Schulfestes nimmt Katja Oma Gisela in den Arm und flüstert ihr ins Ohr: „Irgendwie bin ich heute so gespannt, wie an meinem Geburtstag.“ Katja lächelt und gibt ihrer Oma einen Kuss. Als sie in der Schule ankommen, geht Katja mit ihrer Oma und ihrer Mama in das Klassenzimmer. „Guck mal, Oma“, sagt sie, „wir haben deinen Stuhl geschmückt.“ Katjas Klasse hat auch ein Schild mit Omas Namen an den Stuhl geklebt, damit sie weiß, wo sie sitzen kann. Oma Gisela versteht zwar nicht, warum so viel Aufregung um sie herum ist. Katja und Max merken aber, dass ihr das Schulfest viel Freude macht.

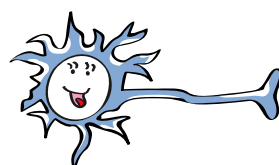


Das werde ich nie vergessen

Ein Jahr später: Katja hat Geburtstag und zum ersten Mal soll sie ihren Geburtstag ohne ihre Oma feiern?

In vier Wochen ist Katjas achter Geburtstag. Aber in diesem Jahr freut sie sich nicht so darauf wie sonst. Es hat sich so viel geändert. „Dieses Mal kann Oma nicht mit dir in den Zoo gehen“, sagt ihre Mutter. Katja ist auch aufgefallen, dass ihre Oma die meiste Zeit im Schaukelstuhl verbringt und alte Fotoalben anschaut. „Schade“, findet Katja, „die Geburtstage mit Oma haben immer so viel Spaß gemacht.“

Ein paar Tage vor Katjas Geburtstag hat ihr Vater eine Überraschung: „Katja, zum Geburtstag schenken wir dir einen Nachmittag im Zirkus und du darfst drei Freunde einladen.“ Katja freut sich im ersten Moment. Dann denkt sie aber kurz nach und sagt etwas, worüber sie selbst überrascht ist: „Leider habe ich schon etwas anderes vor.“





gekauft hat. „Guck mal, Oma“, sagt Katja, „das Bärenkind und die Bärenmutter sitzen genau wie wir auf einer Gartenbank.“ Oma Gisela sieht erst die Postkarte an und dann Katja und lächelt. Auch wenn ihr Katjas Name nicht mehr einfällt, glaubt Katja, dass sie sich an diesen Tag vor einem Jahr noch erinnern kann. Katja ist sehr froh, dass sie ihren Geburtstag mit ihrer Großmutter verbringt, auch wenn es nicht mehr so ist wie früher.

An diesem Abend geht Katja zu ihrer Oma, um ihr einen Gutenachtkuss zu geben. „Gute Nacht, Oma“, sagt Katja und drückt ihr einen Kuss auf die Wange, „ich habe dich sehr lieb.“

Für die Eltern:

Die Geschichte von Katja und ihrer Oma soll Kindern helfen, ihre eigenen Erfahrungen mit einem Alzheimer-Patienten zu verarbeiten. Um in ein Gespräch mit ihrem Kind über die Alzheimer-Krankheit einzusteigen, können Sie sich an diesen Fragen orientieren:

- Was hat dir an der Geschichte am besten gefallen?
- Was ist an Katjas 7. Geburtstag passiert?
- Worüber hat sich Katja bei ihrer Oma gewundert?
- Worüber hat sich Katja geärgert?
- Was hat Katja über die Alzheimer-Krankheit gelernt?
- Wie hat Katja sich um ihre Oma gekümmert? Was haben beide zusammen erlebt?
- Worüber würden sich deine Großeltern freuen?
- Was kannst du für deine Großeltern tun?

info

An Katjas Geburtstag ist Johanna bereits früh im Garten, um einen Tisch und Stühle aufzustellen. Tom brät Würstchen auf dem Grill, während Katja ihrer Oma hinaus in den Garten hilft. Nach dem Essen setzen sich Katja und ihre Oma auf die Gartenbank und schauen sich ein Fotoalbum an. In diesem Fotoalbum kleben alle Fotos und Erinnerungen von Geburtstagen, die Katja mit ihrer Oma bisher gefeiert hat. Katjas Blick fällt auf die Postkarte, die sie an ihrem siebten Geburtstag im Zoo

Katja und Max denken, dass ihre Oma glücklich ist, auch wenn sie die Alzheimer-Krankheit hat. Manchmal gehen sie in ihr Zimmer und singen mit ihr oder malen ein Bild. An anderen Tagen hat Oma Gisela keine Lust zu spielen. Dann sitzt sie im Garten auf der Bank oder in der Küche und sieht Papa beim Kochen zu. Die Kinder stellen sich vor, dass sich ihre Oma dann an etwas Schönes erinnert. „Sie sieht dann ganz friedlich aus“, sagt Katja. „Ja, genau“, sagt Max stolz wie Oskar, „sie weiß, dass wir sie lieb haben.“

Liebe Eltern,
lesen Sie
auch unseren
Leitfaden!



4. MachMit!

Nichts vergessen? – Das AFi-KiDS-Quiz

Und...? Hast du alles behalten? Dann teste jetzt dein Wissen mit unserem AFi-KiDS-Quiz. Nur eine der Antwortmöglichkeiten ist richtig. Für jede richtige Antwort gibt es einen Punkt. Die Auflösung findest du unten auf dieser Seite.

1. Welche Krankheit hat Katjas Oma?

- A Erkältung
- B Windpocken
- C Alzheimer

2. Wer hat die Alzheimer-Krankheit entdeckt?

- A Prof. Dr. Edgar Eiweiß
- B Dr. Alois Alzheimer
- C Prof. Fred Vergissmichnicht

3. Welcher Körperteil ist bei der Alzheimer-Krankheit betroffen?

- A Der Kopf
- B Der Bauch
- C Die Füße

4. Wie fällt Katja und ihren Eltern die Krankheit auf?

- A Katjas Oma isst den ganzen Tag.
- B Katjas Oma vergisst wichtige Dinge und verläuft sich.
- C Katjas Oma kann nichts mehr sehen.

5. Was passiert bei Alzheimer im Gehirn?

- A Eiweiß lagert sich ab und stört die Nervenzellen.
- B Das Gehirn wird immer größer.
- C Alles bleibt gleich.

6. Wie viele Nervenzellen gibt es im Gehirn?

- A 100 Billionen – eine 1 mit 14 Nullen
- B 100 Millionen – eine 1 mit 8 Nullen
- C 100 Milliarden – eine 1 mit 11 Nullen

7. Ist die Krankheit von Oma Gisela ansteckend?

- A Ja, Alzheimer ist ansteckend.
- B Nein, Alzheimer ist nicht ansteckend.

8. Warum hängen Katjas Eltern überall Schilder auf?

- A Damit Katjas Oma Lesen lernt.
- B Damit sich Katjas Oma besser zurechtfindet.
- C Damit Katjas Oma die Schilder einsammelt.

9. Und für ganz kluge Köpfe: Weißt du noch, wie unsere Nervenzellen aus dem zweiten Kapitel heißen?

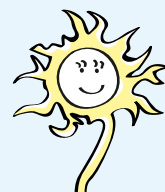
- A Ping und Pong
- B Kling und Klong
- C Bing und Bong

10. Zusatzfrage: Was kannst du für deine Großeltern tun?

- A Mit ihnen Zeit verbringen.
- B Ihnen etwas malen oder basteln.
- C Ihnen im Haushalt helfen.

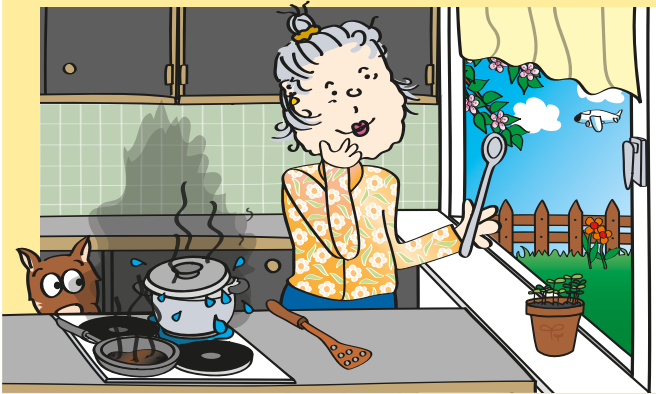


Auflösung: 1. Frage: C | 2. Frage: B | 3. Frage: A | 4. Frage: B | 5. Frage: A | 6. Frage: C | 7. Frage: B | 8. Frage: B | 9. Frage: A | 10. Frage: Reingelegt! Alle drei Antwortmöglichkeiten sind richtig.
Ergebnis:
0-4 richtige Antworten: Nicht schlimm. Schau dir doch noch einmal Kapitel 2 und 3 an.
5-8 richtige Antworten: Super Sache! Du hast echt Ahnung.
9-12 richtige Antworten: Total toll! Du solltest Forscher werden.



„Alzheimer, wir kennen Dich!“

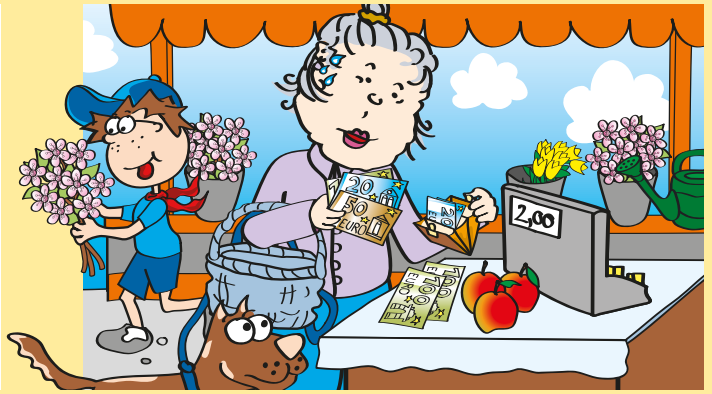
Gedächtnislücken



Oma Gisela vergisst oft das Essen auf dem Herd. Deshalb kochen manchmal die Eltern von Katja und Max für sie. An manchen Tagen gibt es Essen auf Rädern. Außerdem ist in ihrer Küche ein Brandmelder angebracht, damit die Familie, Freunde oder Nachbarn schnell helfen können, wenn der Brandmelder piept.



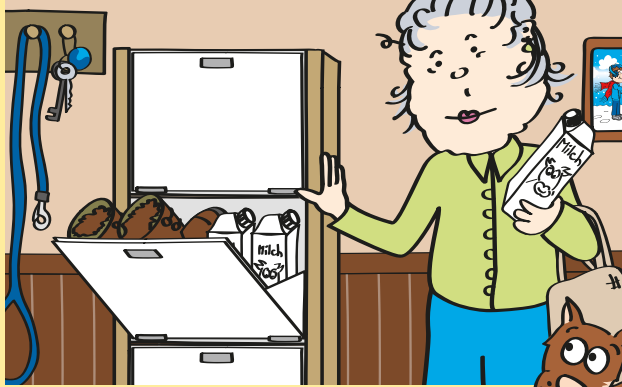
Rechnen und Geld zählen



Oma Gisela fällt es schwer, Geld zu zählen, Einkäufe zu bezahlen und zu rechnen. Katja und Max können schon ganz gut rechnen. Beide helfen ihr beim Bezahlen, wenn sie gemeinsam einkaufen oder den Zoo besuchen. Die Eltern der Afi-KiDS haben außerdem die Marktleute über Omas Krankheit informiert. So können sie ihr auch mal aus der Patsche helfen, wenn sie alleine auf den Markt geht.



Verlegen von Gegenständen



Manchmal finden Katja und Max Gegenstände an Orten, wo sie eigentlich nicht hingehören. Dann wissen sie gleich, dass Oma Gisela etwas ordentlich verstaut hat, aber eben nicht am richtigen Platz. Meistens ist es egal. Damit sie ihr aber helfen können, kennzeichnen sie Schubladen, Schränke und Türen mit Namen und Symbolen.



Zeitgefühl und orientieren



Katja und Max wissen von ihren Eltern, dass ihre Oma manchmal nachts aufsteht, sich anzieht und aus dem Haus läuft. Das ist schon mal passiert und dabei hat sich ihre Oma verlaufen. Zum Glück haben die Eltern der Afi-KiDS Oma Gisela wiedergefunden und es ist nichts passiert. Aber seitdem liegt vor der Tür eine magische Matte. Die löst einen Signalton aus, falls Oma Gisela in der Nacht das Haus verlässt.



Richtige Worte finden



Manchmal singen Katja und Max mit ihrer Oma oder sie lesen ihr bekannte Märchen vor. Viele Reime oder Liedstrophen erkennt ihre Oma sofort. Fast alles kann sie mitsingen oder aufsagen. Nur an wenigen Stellen sagt oder singt sie wegen der Alzheimer-Krankheit andere Worte oder gerät ins Stocken. Dann sprechen oder singen Katja und Max einfach etwas lauter mit.

27

Zurück zum Inhaltsverzeichnis



Wir erklären dir, wie das Gehirn funktioniert und was Alzheimer ist.

Besuche uns unter: www.afi-kids.de



Alzheimer-Forscher unterstützen?

Spendenaufruf der AFI-KiDS

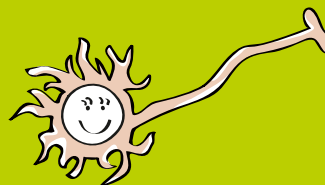


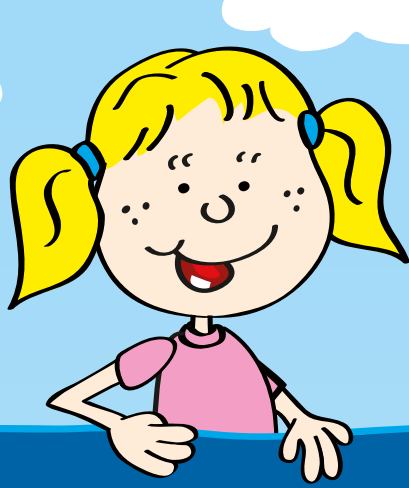
Die Alzheimer Forschung Initiative e.V. (AFI) braucht Unterstützung. Du kannst mit deiner Klasse oder auf dem Schulfest die selbstgemachten Powerballs verkaufen oder vielleicht beim Weihnachtsbasar für die AFI sammeln. Egal was du dir ausdenkst, Max und Katja freuen sich über deine Spende. Schreib' einfach an alin@afi-kids.de, wenn du eine Benefizaktion starten möchtest.

Spendenkonto:



Alzheimer Forschung Initiative e.V.
Konto: 8063400 | BLZ: 370 205 00
SozialBank, Köln
IBAN: DE19370205000008063400
BIC: BFSWDE33XXX





Die AFI-KiDS werden angeboten von der Alzheimer Forschung Initiative e.V. (AFI)

Viel Spaß wünschen wir dir, deinen Eltern und Großeltern beim gemeinsamen Lesen, Spielen, Rätseln und Backen. Es erwarten dich Comics und andere spannende Geschichten mit Katja und Max, den AFI-KiDS. Mit Basteltipps und Rätselspaß wirst du viel über die Funktionen des Gehirns erfahren und herausfinden, was die Alzheimer-Krankheit ist. Gerne kannst du uns schreiben, wie dir dieses Buch gefallen hat.

Alzheimer Forschung Initiative e.V.
Kreuzstraße 34
40210 Düsseldorf
Tel.: 0211-86 20 66 0 oder 0800-200 400 1 (gebührenfrei)
E-Mail: info@alzheimer-forschung.de

Du findest uns auch im Internet:

www.afi-kids.de

Für alle Erwachsenen:

Besuchen Sie uns bald im Internet unter:
www.alzheimer-forschung.de
www.instagram.com/alzheimerforschunginitiative/
www.facebook.com/zukunft.mitgestalten

Unterstützen Sie unsere Vision mit Ihrer Spende

Spendenkonto:

Alzheimer Forschung Initiative e.V.
Konto: 8063400
BLZ: 370 205 00
SozialBank, Köln
IBAN: DE19370205000008063400
BIC: BFSWDE33XXX

