

# Prävention mit MAKS®

## MAKS® - Demenz aufhalten ohne Medikamente

**Motorisch (M), Alltagspraktisch (A), Kognitiv (K), Sozial (S)** - durch die Kombination dieser vier Komponenten von MAKS® lässt sich das Fortschreiten von Demenz nachweislich aufhalten - ohne Medikamente. MAKS® ist eine psychosoziale Gruppentherapie für Menschen mit leichter kognitiver Beeinträchtigung bis leichter - mittelschwerer Demenz. Mit seiner ganzheitlichen Ausrichtung bedient es gleich drei der fünf Handlungsfelder der Prävention - Körperliche Aktivität, Stärkung kognitiver Ressourcen und Psychosoziale Gesundheit.

Die Wirksamkeit von MAKS® wurde in zwei methodisch hochwertigen Verlaufsstudien der psychiatrischen Universitätsklinik Erlangen (gefördert durch den GKV Spitzenverband und das Bundesministerium für Gesundheit) nachgewiesen. MAKS® führt zum Erhalt kognitiver und alltagspraktischer Fähigkeiten, verbessert emotionale und verhaltensbezogene Symptome und wirkt auch schon bei leichter kognitiver Beeinträchtigung. MAKS® steht für den Aufbau nachhaltiger Strukturen, von denen nicht nur die Betroffenen selbst, sondern auch die Pflegekräfte und Einrichtungen profitieren.

## Unkomplizierte Umsetzung - große Wirkung

### Vielfältige Wirksamkeit

MAKS® wirkt bereits bei 1 - 2 Mal Therapie-Einheiten pro Woche und stabilisiert alltagspraktische und kognitive Fähigkeiten (Primärprävention). Dazu werden Verhaltenssymptome der Demenz durch die Strukturierung des Tagesablaufs sowie den Aufbau eines sozialen Zusammenhalts im Rahmen von MAKS® reduziert und damit die Lebensumwelt von Menschen mit Demenz verbessert (Verhältnisprävention). Durch körperliche Aktivität, die Stärkung kognitiver Ressourcen sowie den sozialen Austausch während der Therapie-Einheiten beinhaltet MAKS® zudem verschiedene Maßnahmen der Verhaltensprävention.

### Unkomplizierte Umsetzung

Die Durchführung der 2-stündigen Therapie-Einheit wird durch ein umfangreiches **digitales Handbuch** mit mehr als 250 ausgearbeiteten Tagesplänen und etlichen Übungen erleichtert (erhältlich unter [www.world-of-genesis.org](http://www.world-of-genesis.org)). Eine klassische Umsetzung mit *Papier und Bleistift* ist ebenfalls möglich. Auf [www.clarcert.com](http://www.clarcert.com) finden Sie Hinweise und umfassendes Infomaterial zur Umsetzung von MAKS® in Ihrer Einrichtung.

### Voraussetzungen

*Räumliche und materielle Voraussetzungen:* Digitales Handbuch, Laptop und Beamer / Fernseher, Handgeräte & Spiele (Igelbälle, Schwungtuch usw.) sowie ein abgrenzbarer Therapieraum  
*Empfohlene Gruppengröße:* 10-12 Teilnehmer

*Personalanforderung:* Pro Haus sollten mindestens 2 zertifizierte MAKS®-Therapeuten vorgehalten werden. Pro Therapie-Einheit wird ein zertifizierter MAKS®-Therapeut und eine Hilfskraft benötigt.

### Kompetenzsteigerung durch MAKS®

MAKS®-Therapeuten werden dazu befähigt, Therapie-Stunden eigenständig zu planen und durchzuführen, den Alltag von Demenzerkrankten sinnvoll zu strukturieren und einen Beitrag zum Erhalt der noch vorhandenen Kompetenzen zu leisten. Die eigene Haltung soll reflektiert, Routinen hinterfragt, sowie Basiswissen über das Krankheitsbild der Demenz und den daraus resultierenden Umgang mit den Betroffenen vermittelt werden. Dazu werden Pflege- und Betreuungskräfte durch Rollenspiele und Diskussionen auf eine reibungslose Implementierung von MAKS® vorbereitet.

## MAKS® wirkt - auch in der Öffentlichkeit

Um MAKS® der Öffentlichkeit leichter zugänglich zu machen, können sich zertifizierte MAKS® Therapeuten auf [www.clarmap.com](http://www.clarmap.com) mit der Angabe des Arbeitgebers veröffentlichen lassen und dort über eine Umkreissuche von Betroffenen und Angehörigen gefunden werden. Als nächster Schritt kann auch die Einrichtung selbst zur **MAKS® Einrichtung** zertifiziert und veröffentlicht werden. Für weitere Informationen zur Einrichtungszertifizierung besuchen Sie unsere Homepage [www.clarcert.com](http://www.clarcert.com)!

**Helfen auch Sie mit, die pflegerische Betreuungsqualität in Deutschland mit MAKS® dauerhaft zu stärken!**