

Herr Grün und Frau Magenta

Lesestoff Mit 69 Jahren bringt Dalia Teplitz-Gutermann ihr erstes Buch «Demenz hat viele Farben» heraus. Ihr Anliegen: Dem Begriff «Demenz» eine bessere, optimistischere Sichtweise zu geben. **Von Kati Moser**

Dalia Teplitz-Gutermann lebt mit ihrem Mann in Wollishofen. Vom Balkon geht der Blick ins Grüne und auf den kraftspendenden Uetliberg, in der Wohnung herrschen bunte Farben, Werke der Mutter und Zeichnungen der Enkelinnen hängen an den Wänden. «Ich liebe Farben seit eh und je», gesteht die pensionierte Pflegeassistentin. «Mit Farben kann man Menschen erreichen, ob mit oder ohne Demenz.»

Umweg zum Traumjob

Dalia Teplitz-Gutermann weiss schon früh, was sie werden will: Krankenschwester. Doch mit 15 kann sie ihre Ausbildung noch nicht beginnen, so meldet sie sich auf Anraten der Eltern bei einem Berufsberater. Hochbauzeichnerin – ein Beruf, den sie zuvor nicht kannte – würde zu ihr passen. Gesagt, getan. Vier Jahre später schliesst die junge Frau ihre Ausbildung ab, geht ein Jahr ins Ausland, um Neues zu entdecken. Zurück in der Limmatstadt, heiratet sie ihren Jugendfreund, gründet eine Familie und arbeitet während 30 Jahren im Job. Und dann, völlig unerwartet, kommt für sie und zwei weitere Kollegen die Kündigung. «Plötzlich spürte ich eine grosse Lust, diese Situation als Chance für einen Neubeginn anzunehmen.»

Etwa zur gleichen Zeit zieht ihre Schwiegermutter wegen fortschreitender Demenz in ein Zürcher Seniorenzentrum. Dalia Teplitz-Gutermann meldet sich beim Direktor des Heimes, wo sie bald als Pflegehilfe beginnen kann. Ein halbes Jahr später drückt sie als 50-Jährige und zweifache Grossmutter nochmals die Schulbank und wird Pflegeassistentin. «Statt des Computers war jetzt der Mensch mein Gegenüber. Emotionen und Gefühle anstelle von Technik.»



Ort der Ruhe: Dalia Teplitz-Gutermann auf ihrem Balkon, mit Wiesen und Uetliberg im Hintergrund.

Bild: Kati Moser

Die Tätigkeit im Seniorenzentrum gefällt Dalia Teplitz-Gutermann, Langeweile kommt keine auf. Zuerst arbeitet die nun ausgebildete Pflegeassistentin in der Tagesstätte, später wechselt sie in die geschützte Demenzabteilung. «Die Gefühle und das Herz sind nicht dement», sagt die Zürcherin aus Erfahrung und Überzeugung. Ein Lächeln huscht ihr über das Gesicht, ihr ganzes Wesen strahlt Ruhe aus. «Die Dankbarkeit, die demente Menschen einem entgegenbringen, ist eine einmalige Bereicherung.»

Fast 14 Jahre, das heisst bis zur Pensionierung, arbeitet Dalia Teplitz-Gutermann im Seniorenzentrum. Mit der Zeit wächst in ihr das Bedürfnis, all die lustigen, traurigen, berührenden Momente ihres Arbeitsalltags festzuhalten. Vier Monate nach der Pensionierung, auf dem Flug in die Ferien, beginnt sie ihre Erfahrungen mit dementen Bewohnerinnen und Bewohnern im Seniorenzentrum in ihr Notizbuch aufzuschreiben. Später, im Prolog ihres Buches «Demenz hat viele Farben», werden sich diese Sätze praktisch unverändert wiederfinden. Insgesamt wurden zwei mittelgrosse Notizbücher voll beschrieben. «Ich musste später natürlich alles in den Computer eingeben, doch ich schreibe viel lieber

auf Papier, die Gedanken fliessen besser.»

Mit 69 das erste Buch

«Warum schreibe ich ein Buch? Warum über Demenz?», fragt sich Dalia Teplitz-Gutermann im Prolog ihres im September 2022 erschienenen Buches «Demenz hat viele Farben». «Ich weiss nicht, ob ich Talent habe. Jedoch weiss ich, dass ich ein grosses Bedürfnis verspüre, über meine langjährige Arbeit mit dementen Menschen zu schreiben und dadurch dem Begriff «Demenz» eine optimistische, aufmunternde Optik zu geben.» Zudem kenne sie kein Erfahrungsbuch, das aus der Sicht einer Pflegenden geschrieben wurde. Ziel des Buches sei auch, «die Angehörigen zu ermuntern, Pflegende zu loben und an die Menschen, die ich pflegen durfte, eine ewige Erinnerung zu hinterlassen».

Dalia Teplitz-Gutermann weist jedem dementen Menschen, den sie in ihrem Buch erwähnt, eine Farbe zu. «Jede Farbe spricht ihre eigene Sprache, jeder Mensch lebt seine eigene Geschichte», so Herr Grün, Frau Magenta, Herr Oliv, Frau Aqua. Vierzehn Farben, mit denen die Autorin die Identität des Einzelnen schützt. Vierzehn zauberhafte Aquarelle, die jedes Kapitel einleiten. Eingeschoben zwischen den Kapiteln

drei kleine theoretische Blöcke: «Bewegung und Aktivierung», «Religiöse Ressourcen», «Essen und Trinken». Hier gibt die Pflegeassistentin ihre Erfahrungen mit dementen Patienten weiter, Tipps zur Förderung ihres Wohlbefindens und zum Umgang mit ihnen.

«Es war sehr emotional, mit 69 das erste Exemplar von «Demenz hat viele Farben» in den Händen zu halten. Ein Traum war wahr geworden.» Dies auch dank des Rex-Verlags Luzern – ein Glücksfall nach der langwierigen Suche nach einem Verlag – und den Sponsoren, die die Publikation unterstützten.

«Demenz hat viele Farben», erschienen September 2022 im Rex-Verlag Luzern, ISBN 978-3-7252-1093-0

Gut zu wissen

Die pensionierte Pflegeassistentin Dalia Teplitz-Gutermann erzählt von ihrem Alltag in der geschützten Demenzabteilung eines Zürcher Seniorenzentrums. Einfühlsam und mit grösstem Respekt lässt sie uns am Leben von vierzehn Bewohnern teilhaben und zeigt auf, dass «der demente Mensch ein Individuum eigener Prägung bleibt».



Bücher zu gewinnen

Das «Tagblatt» verlost **3 Exemplare des Buches «Demenz hat viele Farben» von Dalia Teplitz.**

Schreiben Sie uns eine E-Mail mit Namen, Adresse, Telefon und dem Betreff **Teplitz** an: gewinn@tagblattzuerich.ch