

RUNDBRIEF


TIPP:
KLÖN- UND
TANZCAFÉ AM
02. MAI 2026
S. 24





Fachtag Demenz vor dem 65. Lebensjahr |
Green Care und der Pflegehof Zernien | Ehrenamt und Demokratie? |
Mitglieder Online-Forum | Klön- und Tanzcafé im Mai

Grußwort	03
FACHTAG Demenz vor dem 65. Lebensjahr Demenz in der Lebensmitte – einzigartig und selbstbestimmt	04 - 05
Green Care und der Pflegehof Zernien – Ein neues Pflegekonzept stellt sich vor	06
Die Trotz-Dem ☺-Gruppe im Klangraum der Medical School Hamburg	07
Neues Angebot in Altona	08 - 09
From the Insight Out – eine andere Sicht auf Demenz und seelisches Wohlbefinden	10 - 11
Ein Jahr Ruhestand – Zeit für einen besonderer Dank an Magret Parge	11
Was hat Ehrenamt mit Demokratie zu tun? Warum freiwilliges Engagement weit mehr ist ...	12 - 13
Neues Online-Mitglieder-Forum – Wir möchten mit Ihnen ins Gespräch kommen	13
Filmabend „remember me“ im Metropolis Kino Hamburg rund um das Thema Frontotemporale Demenz	14 - 15
Vorstellung von Pauline Felber, Leiterin des Tagestreffs Bergedorf	15
Vorstellung von Anna-Christina Hadzipiric, stellvertretende Leitung der Tagestreffs Wandsbek und Bergedorf	16
Vorstellung von Sarah Koch, Sekretariat / Verwaltung / Mitglieder / Betreute Urlaube / BIQ	16
Vorstellung von Lisbeth Salomon, Praktikantin	17
Gemeinsam Zeit schenken – Ehrenamt in unseren Tagestreffs	18 - 19
Eine neue Angehörigengruppe in Harburg-Heimfeld	20
Alzheimer Telefon	20
Stiftung Alzheimer Gesellschaft Hamburg	21
Die Vergissmeinnicht-Chöre 2025 – Ein Jahr voller Töne, Temperament und Teamgeist	22 - 23
Veranstaltungen im Frühjahr und Sommer 2026	23
Unsere Kochrezepte aus den Tagestreffs Wandsbek und Bergedorf	24
Tipp: Klön- und Tanzcafé im Mai	24
Betreute Urlaube für Menschen mit beginnender Demenz und Angehörige – Erholung und Kraft tanken in Rerik	25
BUCHTIPP: Eine ganz besondere Reise – Mut, Hoffnung und innere Stärke für Angehörige ...	26
Zaunwerbung – Wir suchen gut sichtbare Zäune!	26
Spendenaufruf Spendenübersicht	27
Termine	28


Rundbrief auch digital erhältlich!

 Sie haben die Möglichkeit, unseren Rundbrief als digitale Version im PDF-Format per E-Mail zu erhalten. Falls Sie dies wünschen, senden Sie uns dazu einfach eine E-Mail an **info@alzheimer-hamburg.de** und Sie erhalten die nächste Ausgabe in digitaler Form und nicht mehr per Post.

Soziale Medien

  Falls Sie immer auf dem neusten Stand sein wollen, kleine Anekdoten und Bilder genießen und über Fortbildungen und Informationsveranstaltungen informiert sein möchten, besuchen Sie uns auch gern auf unseren Seiten in den Sozialen Medien. Man kann uns auf Facebook und auch auf Instagram unter **alzheimergesellschafthamburg** und auch im Netzwerkzusammenschluss unter **angehoerigenhilfe** finden.

Newsletter

 **Aktuelle Infos:** Registrieren Sie sich auf unserer Website **www.alzheimer-hamburg.de/newsletter** und erhalten alle 2 Monate unseren Newsletter: **Gemeinsam stark – Neuigkeiten & Einblicke!** Hier bleiben Sie auf dem Laufenden und erhalten Neuigkeiten zu unseren Unterstützungsangeboten, Aktionen in der Öffentlichkeit und Veranstaltungen. Auch die **„Angehörigenhilfe Demenz für Hamburg“** veröffentlicht regelmäßig – quartalsweise – einen Newsletter. Melden Sie sich gern zusätzlich unter <https://angehoerigenhilfe.de/newsletter/> an.

Nächster Rundbrief: September 2026

Der Rundbrief und das Alzheimer-Info der Deutschen Alzheimer Gesellschaft erscheint zweimal im Jahr.

Impressum


Herausgeber:

Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.
Wandsbeker Allee 68 | 22041 Hamburg

Telefon: 040 88 14 177 0
Alzheimer-Telefon: 040 47 25 38
E-Mail: info@alzheimer-hamburg.de
Internet: www.alzheimer-hamburg.de

Vorschläge, Kritik, Anregungen und Beiträge sind uns jederzeit willkommen! Richten Sie diese bitte an: info@alzheimer-hamburg.de

Spendenkonto:

 Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.
IBAN: DE 03 2005 0550 1234 1226 36
BIC: HASPDEHHXXX
Bank: Hamburger Sparkasse

Titelbild: Fachtag 2026 | © Kirstin Hammerstein

Liebe Mitglieder der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.,

Sie haben gerade den ersten Rundbrief des Jahres 2026 vor sich, der wieder gespickt ist mit Aktionen, Informationen und Terminen für unsere Mitglieder und interessierte Menschen. In der Rubrik Aktuelles heissen wir unsere neuen Teammitglieder willkommen. Außerdem sprechen wir Margret Parge für ihre langjährige Tätigkeit unseren herzlichen Dank aus und wünschen ihr alles Gute für den Ruhestand!

Erstmalig bieten wir für Mitglieder ein **Online-Mitglieder-Forum** an, um Erfahrungen, Wünsche und Anregungen aufzunehmen. Der Vorstand lädt Sie am Mittwoch, **22.04.2026** herzlich zum Video-Dialog ein. Wir freuen uns auf Ihre Fragen und Anregungen und auf einen regen Austausch. (S. 13)

Gemeinsam mit den norddeutschen Alzheimer Gesellschaften aus Niedersachsen, Mecklenburg-Vorpommern und Schleswig-Holstein führen wir am **16./17.04.2026 den 6. Norddeutschen Fachtag Demenz** im Rathaus in Norderstedt durch. In Vorträgen wird dort u. a. über aktuelle medikamentöse Therapien, Entwicklungen der Diagnostik und innovativen Beispielen der Unterstützung und Begleitung von Menschen mit Demenz und Angehörige berichtet.

Und auch die **Aktionstage Demenz** werfen bereits ihren Schatten voraus. Unter dem Motto „Demenz – (k)eine Frage des Alters“ werden sie vom **18. - 27.09.2026** in den Bezirken stattfinden.

Auch in diesem Jahr bietet unsere Stiftung mit der Vorsitzenden und Rechtsanwältin Anne Woywod wieder zwei **Informationsveranstaltungen** zu den Themen **Rechtliche Vorsorge und Testament** an.

Sind Sie auch so dankbar über die ersten Sonnenstrahlen im Frühling? Da ist unser beliebter Mai-Tanz nicht fern. **Das Klön- und Tanzcafé** erwartet Sie am **2. Mai 2026 um 15:00 Uhr**, dieses Mal im Matthias Claudius Heim, Walther-Mahlau-Stieg 8. Um Anmeldung wird gebeten.

Sie finden viele Beispiele unserer täglichen Arbeit. Unter anderem einen Rückblick zum erfolgreichen **Fachtag: „Demenz vor dem 65. Lebensjahr“ am 20.03. im Bürgersaal Wandsbek**. Des Weiteren ein Special zum Thema Ehrenamt u. v. m.

Ohne den Einsatz der vielen **Ehrenamtlichen** wäre unsere Arbeit nicht möglich! Daher müssen wir alle immer weiter gemeinsam dafür werben, dass Menschen sich mit uns gemeinsam engagieren und für das gesellschaftliche Thema Demenz einsetzen!

Wenn Sie selber Interesse haben dann lassen Sie es uns doch gern wissen. Wir bieten hierzu regelmäßig Kurse an.

Wir danken allen **Spendern und Zeitspendern** sehr herzlich. Wir alle gemeinsam machen die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V. aus.

Beachten Sie bitte auch die **Termine** auf der Rückseite, damit Sie nichts verpassen.



Wir freuen uns auf eine gemeinsame Zeit und auf Sie!

Ihre Ute von Staegmann im Namen des gesamten Vorstands

Vorsitzende Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.
E-Mail: u.staegmann@alzheimer-hamburg.de



Rückblick auf den **FACHTAG** „Demenz vor dem 65. Lebensjahr“ am 20. März 2026



© Fotos: Kirstin Hammerstein



Unser Team begrüßte alle herzlich



Erste Gespräche beim Ankommen



Der Infostand war gut besucht

Am 20. März 2026 fand im Bürgersaal Wandsbek der Fachtag „Demenz vor dem 65. Lebensjahr – einzigartig und selbstbestimmt“ statt – eine Veranstaltung, die auf eindrucksvolle Weise sichtbar machte, wie viel Bedarf, Engagement und Innovationskraft in diesem Themenfeld steckt. Der Tag war geprägt von intensiven Gesprächen, persönlichen Einblicken, fachlichem Austausch und dem klaren gemeinsamen Wunsch, die Lebenssituation jüngerer Menschen mit Demenz in Hamburg nachhaltig zu verbessern.

EIN TAG IM ZEICHEN VON SICHTBARKEIT UND GEMEINSCHAFT

Bereits am Morgen wurde deutlich: Viele Menschen fühlen sich dem Thema verbunden – sei es beruflich, familiär oder persönlich. Nach dem Ankommen und einem ersten Austausch bei Kaffee eröffnete Jörn Wieking, stellv. Vorsitzender und Geschäftsführer der Alzheimer Gesellschaft Hamburg, den Fachtag und betonte die Bedeutung des Ankerpunkt-Projekts und der gemeinsamen Verantwortung, Versorgungslücken zu schließen.

Ein Grußwort des Staatsrats Tim Angerer aus der Gesundheitsbehörde unterstrich anschließend die politische Relevanz des Themas.

PERSPEKTIVEN VON BETROFFENEN UND ANGEHÖRIGEN

Besonders berührend waren die persönlichen Beiträge der Teilnehmenden der Trotz-Dem Austauschgruppe, die unter dem Motto „Wir sprechen für uns selbst“ offen aus ihrem Alltag berichteten. Sie beschrieben eindrücklich, was Selbstbestimmung bedeutet, welche Hürden zu bewältigen sind und wie wichtig Orte des Austauschs für sie geworden sind.

Im Anschluss gaben Angehörige Einblicke, in ihre Lebensrealität – ergänzt durch die Journalistin und Bestsellerautorin Katrin Seyfert, die mit großer Klarheit schilderte, was eine Demenzerkrankung in jungen Jahren mit einer Familie macht.

ANKERPUNKT JUNGE DEMENZ

Mit dem Projekt Ankerpunkt Junge Demenz stellte



Johanna Grünhagen begrüßte die Gäste



Jörn Wieking, Geschäftsführer AGH



Tim Angerer, Gesundheitsbehörde Hamburg



Stefanie Klinowski, Christine Berg



Gesprächsgruppe Trotz-Dem



Stefanie Klinowski, Marie-Luise Knabe, Birgit Mücke, Christine Berg

die Projektleiterin Stefanie Klinowski die Situation der betroffenen Familien und Unterstützungsmöglichkeiten vor. Sie gab einen tief bewegenden Einblick in die Lebensrealität der betroffenen Familien. Sie berichtete von über 420 Familien, die das Projekt bereits begleitet hat, und von mehr als 1.300 Gesprächen, in denen Sorgen, Erschöpfung und Mut geteilt wurden.

Ihre Worte machten spürbar, wie existenziell wichtig verlässliche Anlaufstellen für jüngere Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen sind – Orte, an denen sie verstanden werden, Orientierung finden und nicht allein bleiben. Gleichzeitig zeigte sie eindrucksvoll, welche Wirksamkeit das Projekt entfaltet: Jede Familie, jedes Gespräch, jede Begleitung ist ein Schritt hin zu mehr Halt, Selbstbestimmung und Sichtbarkeit.

ANSÄTZE, DIE MUT MACHEN: LEUCHTTURMPROJEKTE AUS DER PFLEGE

Der Nachmittag begann musikalisch: Barbara Weigelt, Chorleiterin des Vergissmeinnicht Chores Altona, stimmte gemeinsam mit dem Publikum ein und sorgte für eine wohltuende, verbindende Atmosphäre nach dem gemeinsamen Mittagessen. Danach standen innovative Pflegekonzepte im Mittelpunkt: „hoffmannsgarten“ aus Berlin – vorgestellt von Gründerin Sarah Hoffmann – zeigte, wie eine besondere Tagespflege Menschen mit Demenz neue Räume eröffnet. Dr. Katharina Rosteius präsentierte den Pflegehof Zernien, ein Beispiel dafür, wie „Green Care“ und neue Wege der Betreuung stimmige Alternativen zur klassischen Versorgung bieten. (Mehr auf S. 6)

Diese Beiträge machten deutlich: Mutige Ideen gibt es bereits – nun gilt es, sie fortzuführen und auf Hamburg zu übertragen.

WAS BRAUCHT HAMBURG IN ZUKUNFT? – DIE GROSSE DISKUSSIONSRUNDE

Den Abschluss bildete eine hochkarätig besetzte Podiumsrunde mit Vertreter*innen aus Angehörigenarbeit, Pflegeeinrichtungen, Verwaltung und Medizin. Unter anderem nahmen PD Dr. Axel Wollmer (Asklepios Klinik), Eckhard Cappell (Behörde für Gesundheit), Britta Büttner-Reichardt (ASB) sowie weitere Fachkräfte und Mitarbeitende der Alzheimer Gesellschaft Hamburg teil.

EIN STARKES SIGNAL FÜR EINE DEMENZFREUNDLICHE ZUKUNFT

Der Fachtag hat gezeigt, wie groß der Wunsch nach Austausch ist und wie viele engagierte Menschen in Hamburg daran arbeiten, die Situation jüngerer Menschen mit Demenz zu verbessern. Er hat deutlich gemacht: Eine demenzfreundliche Gesellschaft beginnt damit, niemanden zu übersehen.

DANKE bei allen Mitwirkenden, Ehrenamtlichen, Teilnehmenden und Kooperationspartnern. Ermöglicht wurde die Veranstaltung durch die Deutsche Fernsehlotterie, die Feldmann Stiftung Demenzhilfe, die Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e. V. sowie die Techniker Krankenkasse.

DRINGENDER HINWEIS: Die Finanzierung des Projekts Ankerpunkt Junge Demenz läuft aus. Am 21.03.2026 berichtete der NDR in DAS! – Das rote Sofa über unsere Arbeit. Bettina Tietjen rief dort zu Spenden auf, um die wichtige Arbeit fortzuführen. Zur Mediathek: www.shorturl.at/Md0oe



Journalistin, Bestsellerautorin Katrin Seyfert



Gespräche beim Mittagessen



Musikalischer Start in den Nachmittag



Sarah Hoffmann, „hoffmannsgarten“, Berlin



Dr. Katharina Rosteius, Pflegehof Zernien



Podiumsrunde



Danke für die gelungene Veranstaltung

Green Care und der Pflegehof Zernien – Ein neues Pflegekonzept stellt sich vor

Das Leben im Alter und mit Pflegebedarf stellt viele Menschen vor große Herausforderungen – Betroffene, Angehörige und Pflegekräfte gleichermaßen. Gleichzeitig wünschen sich die meisten, möglichst lange selbstbestimmt und in vertrauter Gemeinschaft zu leben. Ein Ansatz, der hierzu neue Perspektiven eröffnet, sind Green Care Farms, in Deutschland auch Pflegehöfe genannt. Die Initiative Pflegehof arbeitet daran, dieses Modell nach niederländischem Vorbild auch hierzulande zu etablieren.

DER PFLEGEHOF ZERNIEN – EIN MODELLPROJEKT FÜR DEUTSCHLAND

Beim diesjährigen Fachtag für Menschen mit Demenz in jüngeren Jahren stellte die Initiative Pflegehof ihr Konzept vor. Mit dem Pflegehof Zernien realisiert sie im Landkreis Lüchow-Dannenberg derzeit den ersten Pflegehof nach niederländischem Vorbild in Deutschland. Geplant sind auf einem rund zwei Hektar großen Gelände vier ambulant betreute Wohngemeinschaften mit jeweils zwölf Plätzen für ältere Menschen, insbesondere für Menschen mit Demenz. Ambulante Pflegedienste stellen eine Betreuung rund um die Uhr sicher. Im Mittelpunkt steht dabei das Ziel, den Alltag zwischen Natur und Tieren, und so normal, selbstbestimmt und gemeinschaftlich wie möglich zu gestalten. Die Initiative Pflegehof realisiert das Projekt als gemeinnützige Genossenschaft.

WAS PFLEGEHÖFE AUSZEICHNET

- Kleine Wohngemeinschaften statt großer Einrichtungen
- Alltag in Gemeinschaft: kochen, gärtnern, bewegen, draußen sein
- Einbettung in Natur und Tierkontakt
- Stärkung von Selbstbestimmung und Alltagskompetenzen
- Besonders geeignet für Menschen mit Demenz
- Studien zeigen: mehr Lebensqualität, weniger Unruhe, mehr soziale Interaktion



„Ich möchte unterstützen – das ist meine Motivation. Menschen zu helfen, die nicht mehr die klassische Betreuung wollen. Ein Zusammenleben von Gesunden und Erkrankten, vielleicht sogar mit jungen Familien, wäre für alle eine Bereicherung.“

Rainer Heydenreich

Besonders bewegend waren die Worte von Rainer Heydenreich, Teilnehmer unseres Tagestreffs, Mitglied im Beirat der Deutschen Alzheimer Gesellschaft – und selbst von einer Demenz betroffen. Seit Kurzem ist er im Aufsichtsrat der Genossenschaft des Pflegehofs Zernien tätig. Rainer berichtete, dass es ihm ein Anliegen ist, Menschen zu unterstützen, die sich eine alternative, selbstbestimmte Form der Betreuung wünschen. Gleichzeitig stellte er die Frage, wie ein Zusammenleben von Menschen mit und ohne Demenz gelingen kann. Für ihn liegt darin eine große Chance: ein Miteinander von älteren Menschen, Erkrankten, gesunden und jungen Familien – fast wie ein großes, lebendiges Dorf.

PROJEKTSTAND PFLEGEHOF ZERNIEN

- Baurechtsverfahren weit fortgeschritten
- Unterstützung durch lokale Akteur*innen und Stiftungen
- Mitgliederaufnahme in die Genossenschaft gestartet

Der Pflegehof Zernien soll ein Ort von Vielen für Viele sein – offen für Betroffene, Bürger*innen und Engagierte. Wer Mitglied werden oder den weiteren Projektverlauf verfolgen möchte, informiert sich gern unter: www.initiative-pflegehof.de

Reyhane Norouzi, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Die Trotz-Dem☺-Gruppe im Klangraum der Medical School Hamburg



Stefanie Klinowski und Christine Berg (AGH) mit Prof. Dr. Jan Sonntag



Klänge die auf den Körper wirken



Der Klangstuhl



Die Gruppe erfährt welche Instrumente sie zu Hause nutzen können



Die Vielzahl der Instrumente war beeindruckend



Medical School Hamburg



Klangliege

Am 23.02.2026 durften wir mit Menschen mit Demenz vor dem 65. Lebensjahr und auch ihren Angehörigen den Klangraum der Medical School Hamburg im Rahmen von Ankerpunkt Junge Demenz- Trotz-Dem☺ Aktiv besuchen.

Prof. Dr. Jan Sonntag hat uns erzählt, was Musiktherapie bedeutet und bewirkt. Danach durften alle Teilnehmer*innen Instrumente ausprobieren und am eigenen Körper spüren. „Das Vibrieren tut dem Körper gut“ sagte eine Teilnehmerin nach Erfahrungen im Klangstuhl.

Nachdem wir noch Instrumente für zu Hause kennengelernt haben, die keine Vorkenntnisse benötigen (Ocean Drum, Rainmaker, Harpi, Koshi, Sandula) kam das Highlight: Wir haben zusammen

musiziert und sind richtig in Fahrt und Bewegung gekommen. „Ich fand es schön, dass im Zusammenspiel eine Gemeinschaft entstanden ist“, sagte eine andere Teilnehmerin. Klingt nach einer Wiederholung, oder? Zum Abschluss haben wir noch gesungen und getanzt. Jan Sonntag hat uns noch mit auf den Weg gegeben, unser Leben zu musikalizieren und unseren Soundtrack des Lebens zu erstellen, denn die Gefühlsklänge des Lebens bleiben erhalten. Uns ist heute deutlich geworden, warum Musik als Königsweg zu Menschen mit Demenz gilt. Ein besonderes Erlebnis.

Herzlichen Dank an Jan Sonntag und seine Studenten!

Stefanie Klinowski, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Neues Angebot im Bezirk Altona: Beratung und Begleitung von Menschen mit Demenz und deren Angehörige

Mit dem Demenznetzwerk Altona entsteht nun im Hamburger Westen ein neues Beratungs- und Unterstützungsangebot. Das Netzwerk richtet sich an Menschen mit einer Demenzdiagnose, an pflegende Angehörige sowie an Fachkräfte und Interessierte aus dem Stadtteil.

Das Ziel: Betroffene und ihre Familien frühzeitig zu unterstützen, wohnortnahe Hilfen zu vermitteln und bestehende Angebote im Quartier besser sichtbar zu machen.

„Niemand soll mit seinen Fragen allein bleiben“

Im Gespräch erklärt Koordinatorin Marina Stein, worum es beim neuen Angebot geht:

Frau Stein, was ist die Idee hinter dem Demenznetzwerk Altona?

Eine Demenzdiagnose wirft oft viele Fragen auf – für Betroffene, für Angehörige und auch für Menschen im Umfeld. Wir möchten eine Anlaufstelle sein, die Orientierung gibt und dabei hilft, passende Unterstützung zu finden. Manchmal ist es ein Gespräch, manchmal braucht es aber mehr Begleitung über einen individuellen Zeitraum.

VERNETZUNG ALS ZENTRALER BAUSTEIN

Ein wesentlicher Schwerpunkt des Projekts liegt auf der Vernetzung im Bezirk. Zahlreiche Angebote für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen existieren bereits – etwa in der Pflege, Beratung, Gesundheitsversorgung oder im ehrenamtlichen Engagement. Diese Angebote sichtbar zu machen, miteinander zu verbinden und den Austausch zwischen den beteiligten Akteurinnen und Akteuren zu fördern, ist eine zentrale Aufgabe des Netzwerks.

Das Demenznetzwerk versteht sich daher auch als Plattform für Kooperation im Quartier. Durch regelmäßigen Austausch und gezielte Zusammen-

arbeit sollen Informationswege verbessert, Synergien genutzt und Zugänge zu Unterstützung für Betroffene erleichtert werden.

Wo findet das persönliche Beratungsangebot statt?

Langbargheide 7, 22547 Hamburg

BERATUNG IM QUARTIER:

DIE SERVICESTELLE LURUP SÜD-OST

Das Beratungsangebot des Demenznetzwerks Altona ist in der Servicestelle Lurup Süd-Ost angesiedelt. Die Servicestelle versteht sich als zentrale Anlaufstelle für Menschen im Quartier und bündelt unterschiedliche Beratungsangebote unter einem Dach.

Hier erhalten Ratsuchende Unterstützung bei vielfältigen Fragen des Alltags – unabhängig von Alter oder Lebenssituation – von Fragen rund um Familie, Bildung und Arbeit bis hin zu Themen wie Migration, Pflege oder sozialrechtliche Unterstützung. Durch die Zusammenarbeit verschiedener Einrichtungen entsteht eine niedrigschwellige Struktur, die Ratsuchenden kurze Wege ermöglicht und unterschiedliche fachliche Perspektiven zusammenführt.

Zu den regelmäßig angebotenen Beratungen gehören unter anderem:

- Elternlotsen-Beratung (u. a. türkischsprachig und afghanischsprachig)
- Finanzberatung
- Verbraucherberatung der Verbraucherzentrale
- Migrationssozialberatung des Integrationszentrums Altona (verikom)
- Interkulturelle Beratung sowie interkulturelle Paarberatung der Evangelischen Stiftung Alsterdorf
- Seniorenberatung der AWO
- Jobcoaching der Einfal! GmbH
- Beratung durch Unternehmer ohne Grenzen
- Beratung durch Für Soziales

Weitere Beratungsangebote sind in Planung



Die verschiedenen Beratungen finden zu unterschiedlichen Zeiten statt und richten sich an unterschiedliche Zielgruppen im Stadtteil. Mit dieser Vielfalt an Angeboten ist die Servicestelle Lurup Süd-Ost ein wichtiger Ort der Vernetzung im Quartier: Unterschiedliche Träger arbeiten hier eng zusammen, tauschen sich aus und ermöglichen Ratsuchenden einen niedrigschwelligen Zugang zu Unterstützung – auch über einzelne Themenfelder hinaus.

KULTUR- UND BILDUNGSZENTRUM LURUP Begegnung und Aktivitäten im Kultur- und Bildungszentrum Lurup

Direkt angrenzend an die Servicestelle Lurup Süd-Ost befindet sich das KuBi – Kultur- und Bildungszentrum Lurup, das mit einer Vielzahl von Begegnungs-, Bildungs- und Freizeitangeboten einen wichtigen Treffpunkt im Stadtteil bildet. Während in der Servicestelle unterschiedliche Beratungsangebote gebündelt sind, bietet das KuBi Raum für Austausch, gemeinsames Lernen und soziale Aktivitäten.

Zu den regelmäßigen Angeboten gehören unter anderem offene Begegnungsformate wie ein Frühstückscafé der Evangelischen Stiftung Alsterdorf, ein Elterncafé der Schulentoren sowie ein Seniorencafé in Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft und der AWO. Ergänzt werden diese Angebote durch gemeinsame Aktivitäten wie Spiel- und Singvormittage oder einen Sonntagsbrunch mit psychomotorischem Bewegungsangebot für Frauen und Kinder in der Sporthalle.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf Bildungs- und Integrationsangeboten. Dazu zählen mehrere Deutschkursangebote der Türkischen Gemeinde

sowie unterschiedliche interkulturelle Gruppenformate. Geplant ist beispielsweise eine afrodeutsche Frauengruppe („Adehyie Maa“), in den Themen wie Muttersein, Community, Freundschaft oder Partnerschaft aufgegriffen werden. Darüber hinaus finden im KuBi zahlreiche Freizeit- und Gesundheitsangebote statt, etwa Sportangebote für Mütter, Yoga für Frauen, ein Malkurs, ein Handarbeitskreis sowie ein Schachangebot des SV Lurup.

Durch die räumliche Nähe von Servicestelle und Kultur- und Bildungszentrum entsteht im Quartier ein lebendiger Ort, an dem Beratung, Begegnung und gemeinschaftliche Aktivitäten miteinander verbunden sind. Dies erleichtert den Zugang zu Unterstützung und stärkt gleichzeitig den sozialen Zusammenhalt im Stadtteil.

AUSTAUSCH IM STADTTEIL

Ein wichtiger Baustein des Netzwerks ist außerdem die Begegnung im Quartier. Beim offenen Seniorencafé, das regelmäßig mittwochs von 14:00 bis 16:00 Uhr stattfindet, können Interessierte ohne Anmeldung vorbeikommen. In entspannter Atmosphäre gibt es Raum für Gespräche, Begegnungen und Austausch.

GEMEINSAM MEHR UNTERSTÜTZUNG SCHAFFEN

Das Demenznetzwerk Altona versteht sich als Plattform für Zusammenarbeit. Akteurinnen und Akteure aus Pflege, Gesundheitswesen, Ehrenamt und Nachbarschaft sollen miteinander vernetzt werden, um die Versorgung und Teilhabe von Menschen mit Demenz im Stadtteil weiter zu verbessern. Im Mittelpunkt stehen niedrigschwellige Angebote, die Orientierung geben, den Alltag erleichtern und sozialer Isolation entgegenwirken.

KONTAKT

Bei Fragen, Beratungsanfragen oder Interesse an einer Mitwirkung im Netzwerk wenden Sie sich gerne an:

Marina Stein

m.stein@alzheimer-hamburg.de

Tel.: 040 - 88 14 17 72 81

Beratungstermine können außerdem vereinbart werden unter: 040 - 47 25 38

Marina Stein, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

From the Insight Out – eine andere Sicht auf Demenz und seelisches Wohlbefinden

Aus dem Inneren nach außen – so heißt das außergewöhnliche Projekt von Athilai Nduhira, professioneller Tänzer und Choreograph aus Uganda und Nina Hinrichsen, Krankenschwester, freiberufliche Demenzberaterin und Referentin bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V. Diese bemerkenswerte Verbindung zweier Welten, die auf den ersten Blick kaum unterschiedlicher sein könnten, eröffnet uns eine neue Perspektive auf Demenz und auf mentale Gesund- und Krankheit insgesamt.



Athilai Nduhira



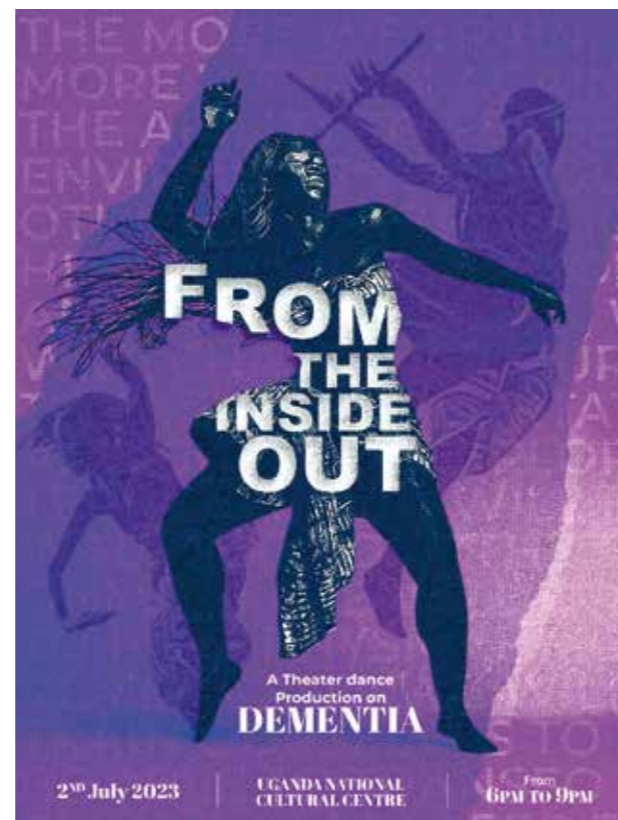
Nina Hinrichsen

Die Dokumentation „**From the Insight Out**“ verbindet künstlerische Ausdrucksformen wie Tanz, Musik und Storytelling mit fachlichem Austausch. In den Performances werden Demenz, der Verlust von Erinnerung, aber auch das Wesen anderer mentaler Erkrankungen aus der Perspektive der Betroffenen erfahrbar gemacht. Ergänzt werden diese künstlerischen Elemente durch moderierte Panelgespräche, in denen medizinische, psychologische und gesellschaftliche Einordnungen erfolgen.

Als ich die Dokumentation zum ersten Mal sah, fielen mir zwei Dinge besonders auf: Zum einen wird Demenz hier nicht als abgetrennte, isolierte Erkrankung älterer Menschen dargestellt, sondern als Teil eines größeren Zusammenhangs mentaler Belastungen und Erkrankungen von Menschen in Uganda. Diese integrative Sichtweise empfinde ich als bemerkenswert – und als typisch für sogenannte Kollektivkulturen, zu denen Uganda zählt. Der Fokus liegt auf der Gemeinschaft, auf dem

Miteinander. Genau deshalb ist auch der Ansatz der Performance ein solidarischer: Menschen mit Demenz werden nicht ausgeschlossen, sondern in Verbindung gebracht mit allen, die von mentalen Problemen betroffen sind. Für mich ist das ein sehr tröstlicher Gedanke – und ein Ansatz, von dem wir auch in Deutschland viel lernen könnten.

Der zweite Punkt, der mir im Gespräch mit den beiden Initiator*innen deutlich wurde, betrifft den Umgang mit Demenz im Gesundheitssystem. Dieser unterscheidet sich in Uganda und Deutschland naturgemäß stark. Uganda verfügt nicht über eine vergleichbare medizinische Infrastruktur, und auch der gesellschaftliche Wissensstand über fortschreitende Vergesslichkeit ist noch stark von Mythen und Vorurteilen geprägt. So werden Menschen, die demenziell bedingtes Verhalten zeigen, nicht selten als „von Geistern besessen oder verhext“ bezeichnet.



Auf meine Frage, welchen Unterschied Athilai zwischen Deutschland und Uganda im Umgang mit Demenz wahrnimmt, antwortete er, dass

Menschen in Deutschland ab dem Moment der Diagnose häufig in eine Art festgelegte Schiene geraten: Standardisierte Abläufe, wenig Raum für Individualität oder kreative Therapieansätze. In Uganda hingegen sei man aufgrund fehlender Strukturen gezwungen, ungewöhnliche Wege zu gehen – was manchmal zu anderen, möglicherweise auch menschlicheren Formen der Begleitung führe.

An dieser Stelle ist mir eines sehr wichtig: Der Umgang mit Demenz in ärmeren Ländern darf auf keinen Fall romantisiert werden. Das Leid, das durch mangelnde medizinische Versorgung entsteht, ist real und oft erschütternd. Gleichzeitig sollten wir unseren Blick aus dem globalen Norden nicht immer nur auf Defizite richten. Es lohnt sich ebenso zu fragen: Was können wir lernen?

Dass Singen, Musik und Bewegung Menschen mit Demenz aktivieren und Verbindung herstellen können, ist bekannt – und wird dennoch maßlos unterschätzt. Diese Formen des Ausdrucks, dieser direkte Zugang zur „Seele“, werden in dem Projekt „From the Insight Out“ auf eindrucksvolle Weise sichtbar. Die Performance wirkt nicht nur



erklärend, sondern berührend – und trifft direkt ins Herz.

„From the Insight Out“ lädt uns ein, Demenz neu zu denken: Weniger defizitorientiert, mehr gemeinschaftlich, kreativer und menschlicher. Eine Einladung, die weit über Länder- und Kulturgrenzen hinauswirkt. Der Wunsch von Athilai und Nina ist, andere Blickwinkel zu eröffnen, die gegenseitig bereichern und Brücken bauen.

Für mehr Informationen und den Link zur Dokumentation schreiben Sie gerne an die beiden Initiator*innen unter n.hinrichsen@alzheimer-hamburg.de

Nina Hinrichsen, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Ein Jahr Ruhestand – Zeit für einen besonderen Dank an Margret Parge

Seit 2018 war Margret Parge ein fester und verlässlicher Bestandteil der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Mit Bekanntgabe ihrer Nachfolge durch Sarah Koch und nach nun einem Jahr ihres Ruhestandes möchten wir diesen Rundbrief zum Anlass nehmen, uns noch einmal herzlich von ihr zu verabschieden. In der Allgemeinen Verwaltung war Margret für viele von uns die erste Anlaufstelle: Am Empfang oder Telefon, bei organisatorischen Fragen rund um Urlaube sowie durch ihre Mitarbeit im Bereich BIQ. Auch die Abrechnung der Aufwandsentschädigungen und die Assistenz bei der Abrechnung von Fördergeldern lagen in ihren sorgfältigen Händen. Mit ihrer strukturierten, liebevollen und hilfsbereiten Art hat sie wesentlich dazu beigetragen, dass im Hintergrund alles reibungslos funktionierte. Ihr Engagement, ihre Sorgfalt und ihr warmherziger



Umgang haben unser Team bereichert und den Arbeitsalltag leichter gemacht. Dafür möchten wir uns bei ihr bedanken.

Für ihren neuen Lebensabschnitt wünschen wir ihr von Herzen alles Gute: viel Freude, inspirierende Reisen, erholsame Zeit – und viele wunderbare Momente mit ihren Enkelkindern.

Alles Gute, liebe Margret!

Was hat Ehrenamt mit Demokratie zu tun? Warum freiwilliges Engagement weit mehr ist als Mensch ärger Dich nicht mit Senior*innen



Ganz ehrlich: Wenn wir über Ehrenamt sprechen, schwingt in vielen Köpfen noch immer ein altes Klischee mit:

Ein paar freundliche Menschen, die Zeit haben, mit älteren Damen ein Brettspiel spielen, hier und da „die Oma betüddeln“ oder ein bisschen Kuchen beim Sommerfest schneiden.

Nette Gesten – aber gesellschaftlich nicht unbedingt „relevant“. Doch dieses Bild greift nicht nur zu kurz. Es ist, ehrlich gesagt, eine grobe Unterschätzung dessen, wie wichtig Ehrenamt tatsächlich für unsere Demokratie ist.

Denn wer genau hinschaut, erkennt: Ohne Ehrenamt fehlt unserer Gesellschaft die Stimme derjenigen, die sonst kaum gehört werden.

Demokratie lebt von Teilhabe – und Ehrenamt macht Teilhabe möglich.

Demokratie bedeutet mehr als Wählen alle vier Jahre.

DEMOKRATIE BEDEUTET:

- Mitreden
- Mitgestalten
- Mitbestimmen

Besonders Menschen, die in ihrem Alltag mit Barrieren, Einschränkungen oder sozialer Isolation zu kämpfen haben – vulnerable Gruppen wie ältere Menschen, Menschen mit Behinderung, Menschen mit geringem Einkommen oder ohne familiäres Netz – brauchen Räume, in denen sie ihre Interessen und Ideen äußern und einbringen können.

Genau diese Räume schaffen wir mit unseren Ehrenamtlichen bei BiQ.

Ehrenamtliche hören zu.
Sie geben weiter, was Betroffene brauchen.
Und sie helfen ihnen, selbst sichtbar zu werden.

Ob es um Wohnformen im Quartier geht, um Mobilität, Freizeit, Pflege oder Nachbarschaft – ehrenamtlich Engagierte sind demokratische Brückenbauer.

Ich muss immer an einen Satz denken, der mich sehr geprägt hat:

„Eine Gesellschaft ist nur so gut, wie sie ihre schwächsten Mitglieder behandelt.“

Und genau hier zeigt sich die demokratische Kraft des Ehrenamts. Denn freiwillig Engagierte setzen sich dafür ein, dass niemand „durchs Raster fällt“. Sie schaffen soziale Nähe in einer Zeit, in der viele Menschen Einsamkeit erleben. Sie verhindern, dass Menschen stumm bleiben. Und sie machen sichtbar, was im Alltag nicht gesehen wird.

Ehrenamt ist gelebte Demokratie – im direkten Kontakt, im Zuhören, im Kümmern, im Einmischen.

Bei BiQ übernehmen Ehrenamtliche nicht einfach nur „nette Aufgaben“.

SIE ÜBERNEHMEN VERANTWORTUNG:

- Sie geben Bewohner*innen eine Stimme.
- Sie fördern Mitsprache und Mitbestimmung in Wohnformen des Quartiers.
- Sie setzen sich dafür ein, dass Menschen selbstbestimmt leben – unabhängig von Alter, Gesundheitszustand oder sozialer Lage.
- Sie wirken bei Entscheidungsprozessen mit und tragen Anliegen in die Politik, Verwaltung und Nachbarschaft.

Damit sind sie nicht nur Unterstützer. Sie sind Gestalter einer lebenswerten, demokratischen Gesellschaft. Ehrenamt ist kein Zeitvertreib. Es ist keine Nebensache.

Und es geht weit über „ein bisschen helfen“ hinaus.

EHRENAMT IST:

- Soziale Gerechtigkeit
- Demokratische Teilhabe
- Stärkung von Gemeinschaft und Menschenwürde

Und gerade deshalb sollten wir anfangen, freiwilliges Engagement als das zu sehen, was es wirklich ist:

GELEBTE STÄRKUNG UNSERER DEMOKRATIE.



Johanna Grünhagen (BiQ Koordinatorin)
Birgitt Sgonina (Wohnpatin in einer Demenz WG in Altona)
Martina Kuhn (BiQ Koordinatorin)

Johanna Grünhagen, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Neues Online-Mitglieder-Forum – Wir möchten mit Ihnen ins Gespräch kommen



Der persönliche Austausch mit unseren Mitgliedern ist ein zentraler Bestandteil unserer Arbeit als Selbsthilfeorganisation. Viele von Ihnen erleben in ihrem Alltag mit Angehörigen, die an Demenz erkrankt sind, Herausforderungen, Fragen und auch wertvolle Erfahrungen. Diese Perspektiven sind für uns nicht nur wichtig, um unsere Angebote weiterzuentwickeln, sondern auch, um Bedarfe in politischen und fachlichen Gremien sichtbar zu machen.

Um diesen Austausch noch besser zu ermöglichen, richtet die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V. ab 2026 ein neues Format ein: **DAS ONLINE-MITGLIEDER-FORUM.**



Hier haben Mitglieder die Gelegenheit, direkt mit dem Vorstand ins Gespräch zu kommen, Themen einzubringen oder Fragen zu stellen. Ob Anregungen zur Vereinsarbeit, Hinweise aus der Praxis oder Wünsche zu unseren Unterstützungsangeboten – Ihre Rückmeldungen bereichern unsere Arbeit maßgeblich.

ERSTES ONLINE-FORUM IM APRIL 2026

Das erste Treffen findet statt am:

**Mittwoch, 22. April 2026
17:00 – 19:00 Uhr**

Online über einen digitalen Zugangslink

Das Forum wird vom Vorstand moderiert und bietet Raum für Austausch, Information und gemeinsames Weiterdenken. Sie können aktiv teilnehmen oder einfach zuhören – beides ist herzlich willkommen.

ANMELDUNG

Bitte melden Sie sich mit Vor- und Nachnamen per E-Mail an: info@alzheimer-hamburg.de
Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie den Zugangslink per Mail.

Gerne können Sie uns auch im Vorfeld schon Themen oder Fragen schicken, die Ihnen wichtig sind. Wir freuen uns sehr auf den Dialog mit Ihnen!

Ihre Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Filmabend „remember me“ im Metropolis Kino Hamburg rund um das Thema Frontotemporale Demenz



Nach dem Film gab es Gelegenheit für Fragen und Austausch, © Hauke Dressler



Infostand der AGH, © AGH



Durch den Filmabend führte Stefanie Klinowski – hier mit Regisseur Lukas Olszewski, © Hauke Dressler



Dankeschön: Foto rechts unten v. l.: Reyhane Norouzi (AHG); Jan Adams und Dr. Katharina Rosteius (Green Care Initiative Pflegehof); Jörn Wieking (AHG); Hauke Dressler (Fotograf); Johanna Grünhagen (AHG), Lukas Olszewski (Regisseur u. Schauspieler), Stefanie Klinowski (AHG/ Ankerpunkt Junge Demenz), © AGH



Am 12. Februar 2026 lud die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V. mit Ankerpunkt Junge Demenz zu einem besonderen Filmabend ins Metropolis Kino Hamburg ein. Rund 100 Besucher*innen folgten der Einladung und erlebten einen bewegenden Abend rund um das Thema Frontotemporale Demenz (FTD).

Der 40-minütige Spielfilm „remember me“ von Lukas Olszewski wurde gezeigt. Darin erzählt er die Geschichte seiner jungen Familie, die mit den Frühsymptomen einer Frontotemporalen Demenz konfrontiert ist. Der Film veranschaulicht eindrücklich, wie tiefgreifend sich diese besondere Form der Demenz auf Partnerschaft, Elternschaft und das gesamte Familienleben auswirkt. Viele Gäste zeigten sich sichtlich berührt von der Offenheit und Authentizität, mit der Lukas Olszewski seine persönlichen Erfahrungen teilt.

Im Anschluss an die Vorführung sprach Stefanie Klinowski, Leiterin des Projekts Ankerpunkt Junge Demenz der Alzheimer Gesellschaft Hamburg, mit dem Regisseur über die Entstehung des Films, seine Motivation und das internationale Aufklärungsprojekt remember me project 2025 (<https://rememberproject2025.com>), mit dem er weltweit auf Tour geht, um gesellschaftliche und politische Aufmerksamkeit für FTD zu schaffen. Auch konkrete Unterstützungsangebote für junge Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen in Hamburg wurden vorgestellt. Das Publikum nutzte die Gelegenheit für Fragen und einen intensiven Austausch.

Vor und nach dem Film war die Alzheimer Gesellschaft Hamburg mit einem Informationsstand im Foyer vertreten. Zahlreiche Besucher*innen informierten sich über Beratungsangebote, Selbst-

hilfegruppen und Unterstützungsmöglichkeiten für Betroffene und Angehörige. Die Gespräche zeigten deutlich, wie groß der Bedarf an Information und Vernetzung – insbesondere im Bereich der jungen Demenzen – ist.

Gefördert wurde der Abend von der HAG – Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e. V., die damit ein wichtiges Zeichen für Aufklärung und Sensibilisierung setzte.

Ein herzlicher Dank gilt dem Fotografen Hauke Dressler für die einfühlsame fotografische Begleitung des Abends und die ausdrucksstarken Bilder. Ebenso danken wir allen Mitwirkenden und Gästen für diesen gelungenen Abend, der nicht nur bewegte, sondern auch Mut machte, das Thema Frontotemporale Demenz weiter in die Öffentlichkeit zu tragen.

Reyhane Norouzi, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Vorstellung von Pauline Felber, Leiterin des Tagestreffs Bergedorf

Mein Name ist Pauline Felber und dem seit 01. November 2025 bin ich bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V. als Vertretung von Clarissa Rago tätig, die Ende letzten Jahres in den Mutterschutz gegangen ist.

Nach einem sehr herzlichen Empfang durch das Team leite ich nun den Tagestreff Bergedorf und koordiniere den Häuslichen Besuchsdienst. Im Tagestreff ist es mir besonders wichtig, einen lebendigen, offenen und wertschätzenden Ort zu gestalten – einen Ort, an dem sich unsere Gäste ebenso wie ihre Angehörigen willkommen, gesehen und gut aufgehoben fühlen. In meiner Rolle als Koordinatorin des Besuchsdienstes liegt mir der vertrauensvolle Austausch mit unseren Ehrenamtlichen sehr am Herzen. Gleichzeitig möchte ich dazu beitragen, das Interesse am Ehrenamt weiter zu stärken und neue Menschen für dieses wertvolle Engagement zu gewinnen.

Während meines Studiums der Kognitionswissenschaft an der Universität Tübingen war ich als wissenschaftliche Hilfskraft im klinisch-geriatrischen Bereich tätig u. a. in der Forschung zur Früherkennung von Demenz und Parkinson. Außerdem habe ich Tabletgestütztes Gedächtnistraining für Menschen mit psychischen Erkrankungen mitentwickelt und durchgeführt. Im anschließenden Studium der Gerontologie an der Universität Erlangen-Nürnberg, das ich derzeit mit meiner Masterarbeit abschließe, arbeitete ich für das Erlanger Schlaganfallregister sowie in einer



Pauline Felber, © Severin Frank Fotografie

Beratungsstelle für gesundes Altern. Dort durfte ich Menschen mit ihren Fragen und Sorgen rund um das Älterwerden begleiten und unterstützen.

Bereits im vergangenen Sommer hatte ich im Rahmen eines Praktikums die Gelegenheit, die Alzheimer Gesellschaft Hamburg und insbesondere die beiden Tagestreffs kennenzulernen. Die wertschätzende Atmosphäre und die vielen herzlichen Begegnungen haben mich schon damals begeistert.

Und nun hat es mich ganz in den Norden verschlagen. Als Leitung des Tagestreffs Bergedorf sowie als Koordinatorin des häuslichen Besuchsdienstes freue ich mich auf meine neuen Aufgaben bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Pauline Felber, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Vorstellung von Anna-Christina Hadzipiric, stellvertretende Leitung der Tagestreffs Wandsbek und Bergedorf

Hallo liebe Mitglieder, mein Name ist Anna-Christina Hadzipiric. Ich möchte mich gerne bei Ihnen als neue Mitarbeiterin aus den beiden Tagestreffs für Menschen mit beginnender Demenz vorstellen: Ich habe 11 Jahre als Pflegefachkraft mit gerontopsychiatrischer Weiterbildung in der Pflege gearbeitet und durfte Menschen mit Demenz in ganz unterschiedlichen Lebensphasen begleiten. Heute bin ich stellvertretende Leitung der Tagestreffs Wandsbek und Bergedorf.

Es erfüllt mich mit tiefer Freude, einen so besonderen Ort wie den Tagestreff begleiten zu dürfen. Hier finden Menschen Raum für Begegnung, Schutz und Gemeinschaft und sie nehmen diesen Raum dankbar an. Eine Demenzdiagnose verändert nicht nur den Alltag, sie erschüttert oft das ganze Selbstbild. Jedes Lächeln, das hier entsteht, jede Träne, die hier vergossen wird, erinnert mich daran, warum diese Arbeit so wertvoll ist.

Im Tagestreff erleben wir Begegnung, Austausch und Normalität. Hier dürfen alle lachen, weinen,



Anna-Christina Hadzipiric

Erfolge feiern, gesehen werden und sich zeigen, wie sie sind. Liebe heilt nicht, aber sie trägt. Und genau das geschieht im Tagestreff. Wir bleiben bei den Menschen, wenn ihre Welt ins Wanken gerät, und gehen diesen Weg ein Stück gemeinsam. Ich verstehe meine Arbeit als ein Dableiben auch in dunklen Stunden. Dafür erlebe ich tiefe, wahrhaftige Begegnungen.

*Anna-Christina Hadzipiric,
Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.*

Vorstellung von Sarah Koch, Sekretariat / Verwaltung / Mitglieder / Betreute Urlaube / BIQ



Sarah Koch

Mein Name ist Sarah Koch, ich arbeite seit September 2025 bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg in der Verwaltung und wurde herzlich von allen Seiten aufgenommen.

Meine Aufgaben sind unter anderem die Organisation der Betreuten Urlaube, telefonische Erstannahme und Weiterleitung und übliche büroorganisatorische Aufgaben. Die Arbeit macht mir großen Spaß und ich engagiere mich gern.

Für Anliegen habe ich ein offenes Ohr und versuche zu helfen, so gut ich kann. Nach erledigter Arbeit gehe ich gern schwimmen oder entspanne mich beim Zeichnen oder Videospiele spielen.

Sarah Koch, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Vorstellung von Lisbeth Salomon, Praktikantin bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Hallo, mein Name ist Lisbeth Salomon! Im Oktober 2025 habe ich mein sechsmonatiges Praktikum bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V. begonnen.

Ich studiere Soziale Arbeit im fünften Semester an der HAW Hamburg und habe mich für die Praxisphase für den Schwerpunkt „Generationenübergreifende Soziale Arbeit mit älteren Menschen“ entschieden. Auf der Suche nach einer passenden Praktikumsstelle erinnerte ich mich an die Alzheimer Gesellschaft Hamburg, die ich bereits im ersten Semester im Rahmen eines Seminarbesuchs kennengelernt hatte. Zudem erschien mir diese Einrichtung aufgrund meiner vorherigen beruflichen Erfahrungen als Gesundheits- und Krankenpflegerin passend. Hinzu kam mein persönliches Interesse an dem Thema Leben mit Demenz, das auch durch meine eigenen Erlebnisse als pflegende Angehörige geprägt wurde.

Nun neigt sich mein Praktikum dem Ende zu, und ich konnte in dieser Zeit viele neue und wertvolle Erfahrungen sammeln. Regelmäßig war ich bei den Tagestreffs in Bergedorf und Wandsbek dabei. In den jeweils sechs gemeinsamen Stunden ging es zwar auch um die Schwierigkeiten und Verluste, die mit einer Demenz einhergehen, vor allem jedoch um das Miteinander, sich gegenseitig zu stärken und darum, gemeinsam eine gute Zeit zu haben.

Durch meine Teilnahme an Gesprächsgruppen konnte ich die Bedarfe, Gefühle und Perspektiven von Angehörigen sowie von Menschen mit Demenz besser verstehen und viel aus ihrem Erfahrungswissen lernen. Darüber hinaus nahm ich an Beratungen teil, erhielt Einblicke in die Netzwerkarbeit sowie in die Koordination und Schulung von Ehrenamtlichen. Während der Überarbeitung des „Wegweisers“, einer Broschüre für den Bezirk Wandsbek, in der wichtige Anlaufstellen für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen aufgeführt sind, wurde mir bewusst, wie zeitintensiv solche Projekte sind, zugleich erhielt ich einen umfassenden Überblick über bestehende Unterstützungsangebote. Zudem lernte ich kulturelle



Lisbeth Salomon

Angebote für Menschen mit und ohne Demenz kennen, indem ich zwei der Vergissmeinnicht-Chöre sowie eine Malgruppe besuchte.

Das Wichtigste jedoch, was ich während meines Praktikums gelernt habe, möchte ich mit den Worten von Tom Kitwood ausdrücken, dessen Konzept der personenzentrierten Pflege für Menschen mit Demenz ich hier kennengelernt habe: Es geht um den MENSCHEN-mit-Demenz, nicht um den Menschen-mit-DEMENZ. Die Persönlichkeit sollte also stets im Blick behalten werden und der Fokus nicht ausschließlich auf der medizinischen Diagnose liegen. Ein Zitat aus einer Tagestreff-Gruppe beschreibt dies eindrücklich: „Sobald die Menschen wissen, dass du eine Demenz hast, wirst du anders angeguckt. Aber ich bin doch noch ich, immer noch dieselbe Person.“

Abschließend möchte ich mich herzlich bei allen bedanken, die mir diese Erfahrungen ermöglicht haben – bei den Menschen, die die Angebote der Alzheimer Gesellschaft wahrnehmen sowie bei den ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeitenden.

*Lisbeth Salomon, Praktikantin,
Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.*

Gemeinsam Zeit schenken – Ehrenamt in unseren Tagestreffs

Ehrenamtliche sind das Herz unserer Tagestreffs in Wandsbek und Bergedorf. Sie schenken Zeit, Aufmerksamkeit und Wärme – und erleben selbst, wie bereichernd die Begegnungen mit Menschen mit Demenz sein können. Vier von ihnen erzählen, warum sie sich engagieren und was ihnen dieses Miteinander bedeutet.

„Seit über fünf Jahren bin ich Teil der Freitagsgruppe in Wandsbek. Eigentlich wollte ich etwas zurückgeben – doch ich bekomme selbst so viel mehr: spannende Lebensgeschichten, ein Austausch auf Augenhöhe, viel Wärme und Humor. Für all diese Erfahrungen bin ich sehr dankbar und freue mich auf die gemeinsame Zeit am Freitag.“

Max Thoholte – Ehrenamtlicher im Tagestreff Wandsbek



„Ich bin 78 Jahre alt und gelernte Krankenschwester. Menschen lagen mir schon immer am Herzen. Durch die Begleitung eines an Demenz erkrankten Freundes habe ich viel über die Erkrankung gelernt. Seit zwei Jahren engagiere ich mich nun im Tagestreff. Die liebevolle und respektvolle Atmosphäre berührt mich jedes Mal. Die gemeinsamen Aktivitäten – Singen, Gedächtnistraining, Spaziergänge oder Kaffee im Garten – bereichern meinen Alltag. Ich gehe immer erfüllt nach Hause und hoffe, dieses Ehrenamt noch lange ausüben zu können.“

Ingrid Kranz – Ehrenamtliche im Tagestreff Wandsbek



„Montags und donnerstags habe ich etwas vor – dann unterstütze ich ehrenamtlich den Tagestreff Bergedorf. Schon bei meinem ersten Besuch hat mich die Freude beeindruckt, mit der die Teilnehmer*innen den Tag miteinander gestalten. Dieses Miteinander gibt mir jedes Mal ein gutes Gefühl. Ich bin dankbar, Teil dieses großartigen Teams zu sein.“

Kay Sachse – Ehrenamtlicher im Tagestreff Bergedorf



„Ich bin seit einigen Jahren ehrenamtlicher Mitarbeiter im Tagestreff der Alzheimer Gesellschaft Hamburg. Durch die Erkrankung meiner Mutter begleitet mich das Thema Demenz schon lange. Zweimal im Monat unterstütze ich das Team für vier Stunden. Gemeinsam mit einer hauptamtlichen Kollegin betreuen wir bis zu neun Teilnehmer*innen. Wir essen zusammen, machen Gedächtnistraining, spielen, lachen, gehen spazieren und singen. Die Atmosphäre ist entspannt und tut allen gut – den Teilnehmenden wie auch uns Ehrenamtlichen. Es ist schön zu sehen, wie die Gemeinschaft trägt und wie dankbar auch die Angehörigen für diese Auszeit sind. Ich freue mich jedes Mal, dabei zu sein.“

Kurt Napientek – Ehrenamtlicher im Tagestreff Wandsbek



Leiterin Lina Sommer Tagestreff Wandsbek



Leiterin Pauline Felber Tagestreff Bergedorf



Möchten Sie sich ehrenamtlich engagieren? Dann melden Sie sich gerne telefonisch unter 040 88 14 17 70. Wir freuen uns auf Sie!

Eine neue Angehörigengruppe in Harburg-Heimfeld

Schon seit vielen Jahren besteht die Angehörigengruppe in Harburg-Wilstorf, die die rege Nachfrage gar nicht abdecken kann, was natürlich für einen so großen Raum wie die „Hamburger Süderelbe“ gar nicht möglich ist.

Die neue Gruppe Heimfeld ist aus einem Kursprogramm zum Thema „Demenz“ Versorgung von Menschen mit Demenz entstanden. Die sehr offene Gemeinde St. Petrus in Heimfeld gab und gibt uns die Möglichkeit in der Bibliothek zu tagen – danke Pastor Borger!

Wir hatten uns nach 7 abendlichen Terminen so gut kennengelernt, dass dann von einem Abschiedsrede keine Rede sein konnte und fast alle Teilnehmer*innen sich weiterhin treffen wollten, nun sehen wir uns regelmäßig als Angehörigengruppe.

Sehr hilfreich war es, dass wir schon im Vorwege Kontakte zur Alzheimer Gesellschaft (Lina Sommer) geknüpft hatten und gründeten so mit toller Unterstützung – mit Anregungen und indem wir unter ihre „Fittiche“ schlüpfen durften – die Angehörigengruppe Heimfeld.

Wir sind 2 Gruppenleiterinnen und haben viel Erfahrung mit der Betreuung von Menschen mit Demenz im pflegerischen und medizinischen Bereich, aber auch umfassend im sozialen Bereich.

Gemeindezentrum
St. Petrus,
Bibliotheksraum,
Haakestraße 100c,
21075 Heimfeld
Jeden 3. Donnerstag
im Monat
17:00 – 19:00 Uhr



Anke Menke (l.) und
Gabriele Probandt

Das Thema begleitet(e) unser Arbeitsleben und ist uns ein besonderes Anliegen. Es machte uns immer schon viel Freude Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen zu begleiten und zu unterstützen.

Die Gruppe ist eine tolle Zusammensetzung, sicherlich ähnlich den anderen Gruppen, aus Eheleuten, erwachsenen Kindern und Menschen, die nachbarschaftliche Kontakte haben und schnell Vertrauen zueinander fasste. Es wird sich intensiv ausgetauscht, Erfahrungen werden weitergegeben und Probleme, die angesprochen sind, intensiv diskutiert und Wege gesucht. Das bleibt durchaus nicht nur beim Thema Demenz. Eine kleine Pause lässt uns verschnaufen und ein bisschen was fürs leibliche Wohl tun, Kaffee, Tee und kalte Getränke stehen bereit – und auch immer „a little something“ für den Magen, selbstgemacht ... „mmh“.

Wir freuen uns sehr über neue (weitere) Teilnehmer*innen – wir haben noch Platz!!
Anmeldung: Alzheimer Telefon 040 47 25 38

Gabriele Probandt und Anke Menke,
Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.



Engagieren Sie sich ehrenamtlich beim Alzheimer-Telefon!

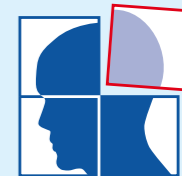
Menschen mit Demenz und Angehörige brauchen Ihre Tatkraft und Kompetenz!

Das Alzheimer-Telefon berät Menschen im frühen Stadium einer Demenz und ihre Angehörigen sowie alle Interessierten zu Fragen rund um das Thema Demenz.

Sie arbeiten in einem netten und flexiblen Team und haben flexible Einsätze für jeweils 1-2 mal im Monat à drei Stunden. Das Team macht regelmäßige Austauschtreffen und erhält laufende Fortbildungsmöglichkeiten.

Ihre Ansprechpartnerin: Marina Stein: 040 88 14 177-281, m.stein@alzheimer-hamburg.de

Stiftung Alzheimer Gesellschaft Hamburg



In letzter Zeit hat es einige Änderungen im Stiftungsvorstand gegeben: Ingrid Neubauer, Gründungsvorsitzende, ist in den wohlverdienten „Stiftungsruhestand“ getreten, Angelika Zurbrüggen wurde als kooptierendes Vorstandsmitglied berufen.

Seit Gründungszeiten bestand der Stiftungsvorstand auch aus aktiven Vereinsmitgliedern und behielt dadurch verschiedene Bereiche des Vereins im Blick. Zugunsten von Fachexpertise, etwa durch die Berufung von Kurt Pustal in den Vorstand, ist bei den vergangenen Neuberufungen eine „Vorerfahrung“ im Verein nicht priorisiert worden. Darum freut sich der Vorstand der Stiftung, mit **Angelika Zurbrüggen** ein „Vereins-Urgestein“ in seinen Reihen zu wissen, die große Erfahrung und hervorragende vereinsweite Vernetzung in die Stiftungsarbeit einbringen kann.



Angelika Zurbrüggen

Dies ist ein wesentlicher Schritt zurück zu einer engeren Verzahnung von Vereins- und Stiftungsaktivitäten. Aber wir haben noch einen großen Wunsch:

Erfahrungen aus der unmittelbaren Arbeit mit Betroffenen noch stärker in die Stiftungsarbeit einzubeziehen!

Immer wieder stellen wir fest – sei es bei der Beurteilung von Förderanträgen oder Entwicklung neuer Ideen – dass uns die Perspektive der Ehrenamtlichen fehlt, die Projekte und Angebote umsetzen, im direkten Kontakt mit Angehörigen und Betroffenen stehen und vielleicht konkrete Ideen haben, wie die Arbeit der Ehrenamtlichen noch besser gefördert werden kann.

Der Stifter hatte bei Bereitstellung des Stiftungsvermögens vor allem die Ehrenamtlichen im Blick. Diesem Fokus wollen wir Rechnung tragen und einen der nächsten Vorstandsposten daher mit einer aktiven ehrenamtlich tätigen Person besetzen. Es geht nicht um Übernahme von administrativen Aufgaben, sondern tatsächlich vor allem um das Einbringen Ihrer Erfahrungen und Sichtweisen als ehrenamtlich tätige Person.

Haben wir Ihr Interesse wecken können? Dann melden Sie sich gern unverbindlich bei uns! Sie erreichen uns unter info@stiftung-alzheimer.de – Wir freuen uns auf Ihre E-Mail!

Infoveranstaltungen der Stiftung

Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung & Co
Mittwoch, 10.06.2026

Mein letzter Wille - richtig vererben!
Mittwoch, 17.06.2026

jeweils: 17.00 - 19.00 Uhr

Ort: Alzheimer Gesellschaft Hamburg,
Wandsbeker Allee 68, 22041 Hamburg

Für Mitglieder der Alzheimer Gesellschaft Hamburg kostenfrei, für Nicht-Mitglieder 15 €

Die Stiftung im Überblick:

Geförderte Projekte der AGH in den letzten Jahren:

- Tanzcafé für Menschen mit Demenz
- Spaziergänge für Menschen mit Demenz
- Gedächtnistraining für Menschen mit beginnender Demenz
- Gemeinschaftsaktivitäten für jüngere Menschen mit Demenz
- Edukation Demenz

Einzelspenden in 2024: 5.220 €

Zustiftungen in 2024: 2.450 €

Vorstandsmitglieder aktuell: Anne Woywod (Vorsitzende)
Dr. Bettina Mutschler (stellv. Vorsitzende)
Angelika Zurbrüggen, Kurt Pustal

Die Vergissmeinnicht-Chöre 2025 – Ein Jahr voller Töne, Temperament und Teamgeist



Der Vergissmeinnicht Chor Altona bei der Veranstaltung „Lichter im Advent“ in Aktion

Was für ein klingendes Jahr liegt hinter uns! Die Vergissmeinnicht-Chöre der Alzheimer Gesellschaft in Hamburg haben 2025 einmal mehr bewiesen, dass Musik verbindet – über Stadtteile, Altersgrenzen und Alltagsorgen hinweg. Und dazu gezeigt, dass Menschen mit Demenz in unsere Mitte gehören.

WENN 250 PFLEGESCHÜLER*INNEN „MITGROOVEN“...

Ein besonderes Highlight setzte im Juni der gemeinsame Auftritt der Chöre aus Volksdorf und Wandsbek. Vor beeindruckenden **250 Pflegeschüler*innen der Schule Burgstraße** wurde nicht nur gesungen – es wurde gefeiert! Der Saal tobte, das Publikum machte begeistert die präsentierten Bewegungsabläufe mit, und am Ende hatte man das Gefühl: Hier haben zwei Generationen gleichzeitig voneinander profitiert.

ALTONA LEUCHTET: ZWISCHEN „TAMPENTREKKERN“ UND ADVENTSKERZEN

Auch der Altonaer Chor zeigte sich 2025 gleich zweimal in der Öffentlichkeit. Im September begeisterte er mit einem „Heimspiel“ in seinem Proberaum, beim **Aktionstag Demenz** im Bürgertreff Nord. Und sechs Wochen später brachte er im Dezember mit der eigenen Benefizveranstaltung **„Lichter im Advent“** die St. Trinitatiskirche zum Strahlen. Gemeinsam mit dem „Klingklang-Kinderchor“ aus Wilhelmsburg und den „Tampentrekern“ entstand ein Abend, der die Besucher*innen tief berührte. Besonders die warmen Stimmen des Altonaer Chores sorgten zwischen Lichterglanz und Shanty-Musik für Gänsehautmomente.



Klingklang-Kinderchor

FRISCHER WIND IM SÜDEN – DANK SPENDENPARLAMENT

Ein echtes Zukunftsversprechen ist der neue Vergissmeinnicht-Chor Harburg im Hamburger Süden, ermöglicht durch die Anschubförderung des Hamburger Spendenparlaments.



Barbara Weigelt, Kristina Bischoff und Reyhane Norouzi freuen sich über die Anschubfinanzierung vom Hamburger Spendenparlament

Das Ensemble ist innerhalb kürzester Zeit kräftig gewachsen und plant bereits seinen ersten großen Auftritt: die Aktionstage Demenz im September 2026. Ein wunderschönes Zeichen für die Bedeutung und Attraktivität des Angebots! Einzig der Wandsbeker Ursprungschor ist etwas kleiner geworden, erhält aber weiterhin regelmäßig neue Anfragen.

VIER CHÖRE – ZWEI STARKE GEMEINSCHAFTEN

Die Chöre Volksdorf & Wandsbek sowie Altona & Harburg haben sich jeweils zu echten Gemeinschaften entwickelt: unterstützend, verlässlich und musikalisch sind sie eng miteinander verbunden. Einige von ihnen haben sogar schon **erste Auftrittstermine für 2026** absolviert – voller Energie und Vorfreude auf die kommenden Monate.

„Musik is
the only thing,
that when it hits you,
you feel no pain.“
(B. Marley)

BLICK NACH VORN – HERAUSFORDERUNGEN AB 2027

So klangvoll das Jahr war: Eine große Herausforderung wirft ihren Schatten voraus. **Ab 2027 entfällt die bisherige Förderung der Chöre.** Im vergangenen Jahr wurden bereits einzelne potenzielle Stiftungen angesprochen – bisher jedoch leider ohne Erfolg. Damit gilt für die kommende Zeit: weiter singen, weiter wachsen, weiter wirken – und gleichzeitig neue kreative Wege finden, um die Zukunft der Chöre zu sichern. Damit (singende) Menschen mit Demenz auch weiterhin ihren Platz in der Mitte einnehmen.



Sie wollen für den Chor spenden?
www.alzheimer-hamburg.de/spenden
Weitere Infos zu den Chören
hat **Kristina Bischoff**
k.bischoff@alzheimer-hamburg.de

Kristina Bischoff, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Wir
freuen uns
auf Euch!

Veranstaltungen im Frühjahr und Sommer 2026

Im nächsten halben Jahr gibt es wieder viele spannende und, wie wir hoffen für Sie interessante Veranstaltungen. Alle Termine finden Sie am Ende dieses Rundbriefes. Aber besonders möchten wir auf folgende Veranstaltungen hinweisen:

6. NORDDEUTSCHER FACHTAG DEMENZ:

Am **16. + 17.04.2026** findet der 6. Norddeutsche Fachtag Demenz in Norderstedt statt. Am 16.04. wird als Vorabendprogramm der Film „Human forever“ mit anschließender Diskussion im Spektrum-Kino in Norderstedt gezeigt. Der 17.04. findet dann im Rathaus Norderstedt statt und steht unter dem Motto „Aktuell und relevant: Demenzversorgung im Spiegel neuer Entwicklungen“.

Themen sind unter anderem:

- Aktuelle Entwicklungen in Medizin und Diagnostik
- Hilfesystem für Menschen mit Demenz
- Nationale Demenzstrategie
- Vorzeigebispiele aus den Bundesländern

Die Anmeldung für den Fachtag findet über die Webseite des Kompetenzzentrums Demenz Schleswig-Holsteins statt:

www.demenz-sh.de/online-anmeldung-norddeutscher-fachtag/

AKTIONSWOCHE DEMENZ 2026:

Unter dem Motto „Demenz – (k)eine Frage des Alters“ findet die Aktionswoche Demenz in diesem Jahr rund um den Welt-Alzheimer-Tag vom **18.-27.09.2026** statt. Wie schon in den letzten

Jahren gibt es in allen Bezirken jeweils eigene Veranstaltungen und Mitmachaktionen.

Die offizielle Eröffnungsveranstaltung wird am **Sa, 19.09.2026** in der Zentralbibliothek stattfinden. Mit unseren Netzwerkpartnern führen wir für folgende Veranstaltungen durch:

- Bezirk Wandsbek am **Freitag, 18.09.2026** im Jenfeld-Haus
- Bezirk Bergedorf am **Donnerstag, 24.09.2026** im Körberhaus
- Bezirk Altona am **Donnerstag, 24.09.2026** im Bürgerhaus Bornheide

Das gesamte Programm finden Sie ab August auf unserer Website oder auf der Website der Fachstelle Demenz: www.hag-gesundheit.de. Melden Sie sich gerne auch für unseren Newsletter unter: info@alzheimer-hamburg.de an.

SPAZIERGÄNGE:

Auch in diesem Jahr gibt es wieder die beliebten Spaziergänge durch die schönen Parks in Hamburg:

- **Sonntag, 10. Mai, 14 Uhr,** Ohlsdorfer Parkfriedhof
- **Samstag, 13. Juni, 14 Uhr,** An der Wandse – botanischen Sondergarten“
- **Samstag, 11. Juli, 14 Uhr,** Botanischer Garten Loki Schmidt
- **Samstag, 08. August, 14 Uhr,** Volksdorfer Teichwiesen, 4,2 km „gut zu Fuß“
- **Donnerstag, 20. August, 11 Uhr,** „Gehn’ wir mal zu Hagenbeck“
- **Sonntag 20. September, 14 Uhr,** Dahliengarten



Unsere Kochrezepte aus den Tagestreffs Wandsbek und Bergedorf



Dieses Rezept wie auch andere leckere Rezepte finden Sie in unserem erschienenen Kochbuch:
www.alzheimer-hamburg.de/freizeitkultur/kochbuch

Bauerfrühstück wie von Oma

FÜR 4 PERSONEN

- 800 g festkochende Kartoffeln
- 2 Zwiebeln
- 125 g Speck
- 3 EL Butterschmalz
- 1/4 l Milch
- eine Prise Pfeffer und Salz
- 4 Eier
- 5 mittelgroße Gewürzgurken
- 1 Bund Schnittlauch

Guten
Appetit!



ZUBEREITUNG

Kartoffeln kochen und abkühlen lassen, Kartoffeln pellen und in dicke Scheiben schneiden. Dann die Zwiebel in Streifen schneiden und das Backblech mit Papier auslegen und Kartoffeln, Zwiebeln und Speck auf das Backblech legen. Ca. 30 Min. im Backofen auf 200 Grad garen. Dann die Eier und die Milch mit dem Pfeffer und Salz verquirlen, über die Kartoffeln geben und stocken lassen. Zum Ende der Garzeit mit Schnittlauch servieren und je nach Geschmack mit Gewürzgurken reichen.

Betreute Urlaube für Menschen mit beginnender Demenz und Angehörige – Erholung und Kraft tanken in Rerik



Rerik im Frühling

Sich im Urlaub zu erholen und den Alltag hinter sich zu lassen, ist für den Erhalt von Gesundheit und Tatkraft für den Alltag von großer Bedeutung. Dies gilt auch für pflegende Angehörige und Menschen mit einer Demenz.

Allerdings wird es gerade im Verlauf einer Demenzerkrankung immer schwieriger gemeinsam Urlaub machen zu können. Deshalb bieten wir in Kooperation mit verschiedenen Partnern seit über 10 Jahren besondere betreute Urlaube für Menschen mit beginnender Demenz und ihre Angehörigen an. Es ist eine gemeinsame Auszeit, in der beide Partner sich erholen und Kraft tanken können.

Die nächsten betreute Urlaube sind im Ostseebad Rerik im Frühjahr und Sommer 2026 geplant.

UNTERKUNFT, MAHLZEITEN UND BEGLEITENDE FREIZEITANGEBOTE

Die Urlaube im Ostseebad Rerik werden in Zusammenarbeit mit der AWOSANO gGmbH durchgeführt. Für die Gäste stehen dort zehn Appartements mit Vollpension zur Verfügung in Nähe zum Salzhaff und kurzen Weg zur Ostsee. Während des Urlaubs werden für die Gäste Ausflüge angeboten und auch ein Schwimmbad steht zur Verfügung.

Die erkrankten Gäste werden in der Zeit zwischen 09:00 – 13:00 Uhr und 15:00 – 18:00 Uhr in einer Kleingruppe von einer Fachkraft und Betreuungskräften betreut.



Koordinationsgruppe Rerik

Wir
freuen uns
auf Euch!

TERMINE DER AUSZEIT

26.05. – 04.06.2026
04.10. – 13.10.2026

AN WEN RICHTET SICH DIE AUSZEIT?

Beide Auszeiten richten sich ausschließlich an Menschen im frühen Stadium einer Demenz und deren Angehörige.

**Bei Fragen rund um eine Auszeit,
wenden Sie sich gern an:**

Sarah Koch

Informationen und Koordination

Tel.: 040 88 14 177 0

E-Mail: s.koch@alzheimer-hamburg.de

Klön- und Tanzcafé im Mai

Ein geselliger
Nachmittag bei Kaffee,
Kuchen und Live-Musik

FÜR MENSCHEN
MIT DEMENZ
UND IHRE
ANGEHÖRIGEN

Samstag, 02. Mai 2026
15:00 – 17:00 Uhr

Veranstaltungsort:
Matthias Claudius Heim
Walther-Mahlau-Stieg 8
22041 Hamburg



A. Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.
Selbsthilfe Demenz



Anmeldung erbeten!

Tel.: 040 – 88 14 177 0
info@alzheimer-hamburg.de
<https://eveeno.com/312517351>



Matthias-Claudius-Heim
Diakoniestiftung Alt-Hamburg

**Wandsbeker
NETZWERK DEMENZ** Stiftung Alzheimer Gesellschaft Hamburg



BUCHTIPP: Opa Bär und die Schuhe im Kühlschrank im Kühlschrank



Was machen Schuhe im Kühlschrank? Genau das fragt sich der kleine Bärenjunge Benny, wenn er seinen Opa nach der Schule besucht.

Und wenn Benny ihn darauf anspricht, wird Opa sauer oder ganz traurig. Aber Benny versteht inzwischen, was los ist: Opa Bär hat eine Krankheit, bei der er vieles vergisst. Doch auch wenn es manchmal nicht leicht ist, schaffen die beiden es immer wieder, gemeinsam zu lachen.

Das liebevoll illustrierte Bilderbuch erzählt warmherzig und mit viel Humor von Bennys Besuchen bei Opa und davon, wie sich ihre Beziehung verändert, als Opa an „der Menz“ – wie er selbst seine Demenz nennt – erkrankt. Trotz des ernsten Themas steht vor allem die besondere Verbindung zwischen Enkel und Großvater, die von Freundschaft, Geduld und viel Zuneigung geprägt ist im Mittelpunkt.

Ein wertvoller Begleiter für Kinder, Eltern und Erwachsene im Umgang mit Demenz in der Familie, der dazu ermutigt, das Thema aus einer etwas anderen Perspektive zu betrachten. Mit Leichtigkeit, Empathie und vielen kleinen Entdeckungen zeigt das Buch, dass auch in schwierigen Situationen Wärme, Nähe und gemeinsame Momente möglich sind – und lädt dazu ein, Opa Bär und Benny auf ihrer besonderen Entdeckungsreise zu begleiten.

Pauline Felber, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

HELFEN SIE UNS: Zaunwerbung – Wir suchen gut sichtbare Zäune!

Vielleicht sind Ihnen unsere bunten Banner schon mal in Flottbek an der Kirchengemeinde aufgefallen: dort hängt ein Schild der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V., das auf unser Beratungs- und Unterstützungsangebote aufmerksam macht. Ein Beispiel sehen Sie auf den Foto – gut sichtbar im Straßenraum und leicht verständlich für alle, die vorbeigehen oder vorbeifahren.

Diese Form der Öffentlichkeitsarbeit ist **einfach, wirksam und niedrigschwellig**. Viele Angehörige erfahren erst durch einen zufälligen Blickkontakt mit einem solchen Schild, dass es Unterstützungsmöglichkeiten gibt. Ein kurzer Hinweis kann genau im richtigen Moment Mut machen, sich Hilfe zu holen. **Das Problem: Wir haben Schilder – aber uns fehlen die Zäune.**



Unsere Banner sind wetterfest, leicht zu befestigen und werden von uns vollständig gestellt. Was wir dringend benötigen, sind sichtbare Zaunflächen:

- an Vorgärten entlang belebter Straßen
 - an Grundstücken in der Nähe von Bushaltestellen und Gehwegen
 - an Vereins- oder Firmengeländen
 - überall dort, wo viele Menschen vorbeikommen
- Die Anbringung erfolgt schonend und nur mit Einverständnis der Eigentümer*innen.

SO KÖNNEN SIE UNS UNTERSTÜTZEN
Wenn Sie selbst einen gut sichtbaren Zaun besitzen – oder jemanden kennen, der einen Platz für ein Banner zur Verfügung stellen könnte – freuen wir uns sehr über Ihre Rückmeldung.

**KONTAKT: Reyhane Norouzi, Öffentlichkeitsarbeit, 040 – 88 14 177 21
r.norouzi@alzheimer-hamburg.de**

SPENDENAUFBRUF:

Liebe Freundinnen und Freunde unserer Arbeit, liebe Unterstützerinnen und Unterstützer, jüngere Menschen mit Demenz und ihre Familien brauchen verlässliche Orte, an denen sie verstanden werden, Orientierung finden und nicht allein bleiben. Mit dem Projekt **Ankerpunkt Junge Demenz** bieten wir genau diese Unterstützung – und begleiten bereits über 420 Familien in besonders herausfordernden Lebenssituationen. Da die Förderung des Projekts in **04/2026 ausläuft**, sind wir dringend auf Ihre Hilfe angewiesen, um diese wichtige Arbeit fortzuführen.

Unsere **Erinnerungswerkstätten** (Gesprächgruppen) für Menschen mit beginnender Demenz in Wandsbek und Rissen sind seit vielen Jahren wichtige Anlaufstellen für Austausch, Information und erste Unterstützung. Die fachlichen Leitungen nehmen sich Zeit für Gespräche, ermutigen zu Aktivität und fördern vorhandene Fähigkeiten durch spielerisches **Gedächtnistraining**. Die Nachfrage ist hoch, oft können wir neue Interessierte nicht sofort aufnehmen. Da die bisherige Förderung Ende 2026 ausläuft, benötigen die Gruppen ab 2027 eine neue finanzielle Basis.

Ebenso liegen uns unsere **vier Vergissmeinnicht-Chöre in Wandsbek, Volksdorf, Altona und Harburg** sehr am Herzen, in denen Menschen mit Demenz gemeinsam mit ihren Angehörigen singen. Musik schafft, was Worte manchmal nicht mehr können: Verbindungen, Erinnerungen und das Gefühl von Zugehörigkeit. Die Chöre sind zu geschützten Räumen geworden, in denen Belastendes für einen Moment in den Hintergrund tritt und Freude die Oberhand gewinnt. Damit Proben, musikalische Begleitung und kleine Veranstaltungen weiterhin möglich bleiben, sind wir auch auf Ihre Unterstützung angewiesen.

Schon mit 50 Euro unterstützen Sie unsere Arbeit für Menschen mit Demenz und ihre Familien wirkungsvoll. Ein Gruppentreffen für Menschen mit beginnender Demenz wird möglich durch **250 €**, eine Chorprobe für Menschen mit Demenz und Angehörige durch **350 €**. **Jede Spende hilft und trägt dazu bei, Menschen mit Demenz und ihren Familien Begegnung, Entlastung und Lebensfreude zu ermöglichen. Denn Menschen mit Demenz gehören in unsere Mitte!**

SPENDENKONTO:
Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.
IBAN: DE03 2005 0550 1234 1226 36
BIC: HASPDEHHXXX
Hamburger Sparkasse oder Per PayPal an:
info@alzheimer-hamburg.de
Betreff: Ankerpunkt Junge Demenz/
Erinnerungswerkstätten/Vergissmeinnicht-Chöre

Vielen Dank für Ihre Unterstützung und Ihr Vertrauen in unsere Arbeit!

WIR DANKEN ALLEN unseren Spender*innen und Erblasser*innen für die Vertrauens- und wertvolle Unterstützung. Spenden bis 13.03.2026:

GESPENDET VON	BETRAG	DATUM
Regine R.	1.000 €	01.12.25
Cds Wohnbau Hamburg GmbH	1.500 €	03.12.25
Bernd H.	900 €	03.12.25
Cornelia H.	400 €	04.12.25
Tobias G.	500 €	10.12.25
Charlotte B.	500 €	11.12.25
Kathrin W.	500 €	11.12.25
Rudolph und Hedwig S.	5.000 €	10.12.25
Albert Pasvahl (GmbH+Co.)	5.000 €	12.12.25
Björn K.	400 €	15.12.25
Volker K. & Ingrid H.	300 €	16.12.25
Daniela Alcamo	1.000 €	16.12.25
Familie Lothar Protzek-Stiftung	9.500 €	19.12.25
EASTEK SYSTEMS GMBH	1.000 €	19.12.25
Thomas A.	500 €	22.12.25
Feldmann-Stiftung	5.000 €	22.12.25
Christiane H.	300 €	23.12.25
Katrin N.	1.000 €	23.12.25
Dr. Susanne T.	1.000 €	29.12.25
Markus L.	500 €	29.12.25
Andrea H.	300 €	29.12.25
Bettina und Klaas S.-B.	1.000 €	30.12.25
Friedrich Hering GmbH	500 €	30.12.25
Kollekten der Nordkirche	2.994,75 €	2025
Elisabeth P.	300 €	02.01.26
Ralf K.	350 €	13.01.26
Heike K.	300 €	03.02.26
Dr. Jürgen Köster Stiftung	10.000 €	25.02.26

WICHTIGER HINWEIS ZU UNSEREN VERANSTALTUNGEN UND TERMINEN

Wir bitten Sie, sich zu den Veranstaltungen *grundsätzlich anzumelden*. So können wir Sie bei Änderungen, Verschiebungen oder Ausfall der Veranstaltung immer rechtzeitig informieren.
Geschäftsstelle Wandsbek | Tel.: 040 88 14 177 0 | E-Mail: info@alzheimer-hamburg.de

Chöre Vergissmeinnicht

**Chor Altona |
Bürger-Treff Altona-Nord**
Gefionstraße 3, 22769 Hamburg
Proben: 2. und 4. Dienstag im Monat von 10:00 – 12:00 Uhr

**Chor Harburg |
Gemeindesaal St. Johannis,**
Bremer Str. 9, 21073 Hamburg
Proben: 2. und 4. Dienstag im Monat von 15:00 – 17:00 Uhr

**Chor Volksdorf |
Alte Räucherkafe Volksdorf**
Klaus-Ferck-Straße 43, 22359 Hamburg
Proben: 1. und 3. Dienstag im Monat von 14:00 – 16:00 Uhr

**Chor Wandsbek |
Kulturschloss Wandsbek**
Königsreihe 4, 22041 Hamburg
Proben: 1. und 3. Dienstag im Monat von 10:00 – 12:00 Uhr



Wochenendkurse für Angehörige

**Wenn die vertraute Welt im Vergessen versinkt ...
Teil 1 und 2 mit Lina Sommer**
Freitag, 08.05.2026 | 16:00 – 19:30 Uhr
Samstag, 09.05.2026 | 10:00 – 16:30 Uhr

**Wenn die vertraute Welt im Vergessen versinkt ...
Teil 1 und 2 mit Silke Steinke**
Freitag, 24.04.2026 | 16:00 – 19:30 Uhr
Samstag, 25.04.2026 | 10:00 – 16:30 Uhr

Freitag, 29.05.2026 | 16:00 – 19:30 Uhr
Samstag, 30.05.2026 | 10:00 – 16:30 Uhr

Frontotemporale Demenz
Freitag, 05.06.2026 | 16:00 – 19:30 Uhr
Samstag, 06.06.2026 | 10:00 – 16:30 Uhr

Hart an der Grenze, Teil 1 und 2 mit Silke Steinke
Freitag, 11.07.2026 | 10:00 – 16:00 Uhr
Samstag, 25.07.2026 | 10:00 – 16:00 Uhr

*Ort für alle Kurse: Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V. |
Wandsbeker Allee 68 | 22041 Hamburg*

Präsenz-Veranstaltungen

„Demenz ist nichts für Feiglinge, aber ...“ in der Zentralbibliothek
Donnerstag, 16.04.2026 | 15:00 – 17:00 Uhr
Zentralbibliothek | Hühnerposten 1 | 20097 Hamburg

**6. Norddeutscher Fachtag Demenz
Aktuell & relevant: Demenzversorgung im Spiegel
neuer Entwicklungen**
Freitag, 17.04.2026 | 09:00 – 15:45 Uhr
Rathaus Norderstedt | Rathausallee 50 | 22846 Norderstedt

Klön- und Tanzcafé im Mai
Samstag, 02.05.2026 | 15:00 – 17:00 Uhr
Ein geselliger Nachmittag bei Kaffee, Kuchen und Live-Musik
für Menschen mit Demenz und An- und Zugehörige
Mathias-Claudius-Heim | Walther-Mahlau-Stieg 8 | 22041 Hamburg

Infoveranstaltung: Mittwoch der seelischen Gesundheit
Mittwoch, 06.05.2026 | 12:00 – 16:00 Uhr
EKZ Mercado | Ottenser Hauptstr. 10 | 22765 Hamburg

Infoveranstaltung: Seniorenaktivtag Harburg
Freitag, 08.05.2026 | 09:30 – 12:00 Uhr
EKZ Rehrstieg Galleria | 21147 Hamburg

**Infoveranstaltung: Körperwahrnehmung stärken –
Ergotherapie bei Demenz**
Donnerstag, 28.05.2026 | 17:00 – 19:00 Uhr
*Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V. |
Wandsbeker Allee 68 | 22041 Hamburg*

Infoveranstaltung: Seniorenaktivtag Wandsbek
Mittwoch, 03.06.2026 | 10:00 – 16:00 Uhr
Jenfeld-Haus | Charlottenburger Str. 1 | 22045 Hamburg

Infoveranstaltung: Seniorenaktivtag Nord
Samstag, 04.07.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Barmbek Basch | Wohldorfer Str. 30 | 22081 Hamburg

Hamburger Aktionstage Demenz 2026

**Veranstaltungen in den Bezirken vom 18.-27.09.2026
Gesamtes Programm ab August unter:
www.hag-gesundheit.de**

Aktionstag Demenz Wandsbek
Freitag, 18.09.2026, 14:00 – 19:00 Uhr
Jenfeld-Haus | Charlottenburger Str. 2 | 22045 Hamburg

Aktionstag Demenz Altona
Donnerstag, 24.09.2026, Beginn 13:00 Uhr, Ende vrsl. 18:00 Uhr
Bürgerhaus Bornheide | Rotes Haus | Bornheide 76, 22549 Hamburg

Aktionstag Demenz Bergedorf
Donnerstag, 24.09.2026, 14:00 – 19:00 Uhr
KörberHaus | Holzhide 1 | 21029 Hamburg

Spaziergänge für Menschen mit Demenz und Angehörige
Sonntag, 10.05.2026 | 14:15 – 16:15 Uhr
Treffpunkt: Bushaltestelle 170 am Info-Haus am Ohlsdorfer Friedhof
um 14:15 Uhr, Abfahrt um 14:40 Uhr
Ohlsdorfer Parkfriedhof | Fuhlsbüttler Straße 756 | 22337 Hamburg

Online-Veranstaltungen

**NEU! Online-Forum für Mitglieder
der Alzheimer Gesellschaft Hamburg**
Mittwoch, 22.04.2026 | 17:00 – 19:00 Uhr

**Kostenfreie Online-Schulung
Menschen mit Demenz – verstehen und begleiten**
Kurzschulung auf Basis der Demenz Partner Schulung
Donnerstag, 23.04.2026 | 16:00 – 18:00 Uhr
Donnerstag, 21.05.2026 | 16:00 – 18:00 Uhr
Donnerstag, 16.06.2026 | 16:00 – 18:00 Uhr

Anmeldung unter: Tel.: 040 47 25 38 – info@alzheimer-hamburg.de
Der Zugang zur Online-Schulung wird Ihnen eine Woche vor der
Veranstaltung zugeschickt

**Online-Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen
mit einer Demenz in jüngeren Jahren (Junge III)**
Immer am dritten Dienstag im Monat | 18:00 – 20:00 Uhr

Online-Angehörigengruppe
Immer am vierten Dienstag im Monat | 17:00 – 19:00 Uhr

Online-Treffpunkt für Angehörige
Immer am zweiten Donnerstag im Monat | 16:00 – 18:00 Uhr