

KONTAKT



Alzheimer Gesellschaft
Hamburg e. V.
Selbsthilfe Demenz

Die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Wandsbeker Allee 68
22041 Hamburg
info@alzheimer-hamburg.de
www.alzheimer-hamburg.de
Telefon 040 88 14 177 0



Alzheimer-Telefon
040 47 25 38



V.i.s.d.P., Jörn Wieking, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Spenden & Mitgliedschaft

IBAN: DE03 2005 0550 1234 1226 36

BIC: HASPDEHHXXX

Bank: Hamburger Sparkasse

Mehr dazu unter:

www.alzheimer-hamburg.de/spenden

info@alzheimer-hamburg.de

oder direkt zu PayPal.



**Wir freuen uns,
wenn Sie uns mit einer
Spende unterstützen.**

Wird gefördert durch die
AOK Rheinland/Hamburg



AOK Rheinland/Hamburg
Die Gesundheitskasse.

Gefördert durch den
Förder Penny



Foto: Thiel © Aleksandar Nikolic by iStock

Stand: 09/2026



Alzheimer Gesellschaft
Hamburg e. V.
Selbsthilfe Demenz



ANKERPUNKT JUNGE DEMENZ ANKERBOJE - ONLINE TREFFPUNKT

**Austausch für junge Erwachsene
von 16-27 Jahren**



Online-GESPRÄCHSGRUPPE – Ankerboje – Online-Angehörigengruppe für junge Erwachsene im Alter von 16-27 Jahren mit einem an Demenz erkrankten Elternteil

Eine Demenzdiagnose und die damit einhergehenden Veränderungen können verunsichern. Für alle Familienmitglieder bedeutet dies eine andere Lebenssituation sowie neue Rollen. Oftmals ist ein Austausch mit jungen Menschen in ähnlicher Situation hilfreich.

Unsere neue Gesprächsgruppe
Ankerboje – online Treffpunkt
ist ein Angebot im Rahmen des Projektes Ankerpunkt Junge Demenz

In unserer Gesprächsgruppe gibt es Austausch und Informationen. Ihr könnt von den Einsichten und Kenntnissen anderer profitieren und über eure Fragen und Herausforderungen sprechen. So könnt ihr euren eigenen Weg finden, mit der Erkrankung gut umzugehen.

Worüber sprechen wir?

DIE TEILNEHMER*INNEN BESTIMMEN DIE INHALTE, DIE Z.B. SEIN KÖNNTEN:

- Aktive Auseinandersetzung mit der veränderten Lebenssituation
- Familiäre Rollenveränderungen und Rollenkonflikte
- Balance zwischen Fürsorge und Abgrenzung
- Austausch von praktischen Tipps für den Alltag
- Wie gehen Familie/Freunde mit der Situation um?
- Strategien für den offenen Umgang mit den Besonderheiten
- Stärkung der Selbstfürsorge
- Einen guten Umgang mit der Erkrankung finden

Alle Inhalte sind streng vertraulich.

Für wen?

Für junge Erwachsene zwischen 16 und 27 Jahren, die von der Demenz eines Elternteils betroffen sind.

Du bringst die Bereitschaft für einen offenen Austausch zu deiner Situation mit.

Wann?

Jeden dritten Donnerstag von 18:00-20:00 Uhr
Halbjährlich zwei Präsenztreffen in Hamburg mit fachlichen Anteilen und viel Zeit für den persönlichen Austausch.

Wo?

**Online. Wir bitten um Anmeldung.
Die Teilnahme ist kostenfrei.**

Unterstützung für Dich

Du wünschst dir eine Unterstützung oder eine Beratung, aber momentan ist eine Gruppe nicht das Richtige für dich?

Nach der Diagnose Demenz gibt es viele Fragen und Gedanken. Diese nehmen wir sehr ernst. Wir bieten eine persönliche Begleitung, um einen individuellen Weg für den Umgang mit der neuen Situation zu finden. Kontaktiere uns gern per Telefon oder mail.

Du erreichst uns unter:



STEFANIE KLINOWSKI
Tel.: 040 88 14 177 283



CHRISTINE BERG
Tel.: 040 88 14 177 286

ankerpunkt-junge-demenz@alzheimer-hamburg.de