

Unser Ziel ist es, Sie zu stärken!

.....

Ihr Arzt hat bei Ihnen eine Demenz festgestellt? Vielleicht haben Sie jetzt Fragen oder auch Sorgen, wie es in Zukunft für Sie weitergeht.

In unseren Gruppen haben Sie die Möglichkeit, sich unter fachlicher Leitung mit anderen Betroffenen austauschen. Zögern Sie nicht und lernen Sie unsere Gruppen kennen.

Wir freuen uns auf Sie!

Stimmen unserer Teilnehmer

„Ich komme gerne hierher, weil ich hier nette Menschen treffe. Es ist leichter mit anderen offen zu reden, wenn man weiß, dass alle ähnliche Schwierigkeiten haben. Hier brauche ich mich nicht zu verstellen.“

(Hannelore, 61 Jahre)

„Ich brauche die Begegnung mit unserer Gruppe, sie ist für mich sehr wertvoll. Wir können hier über die Vergangenheit reden, von der Zukunft träumen und versuchen, mit dem Heute zurechtzukommen.“

(Helga, 77 Jahre)

Ihre Ansprechpartnerin:

Maren Niebuhr-Rose

✉ m.niebuhr-rose@alzheimer-hamburg.de

☎ 040 – 88 14 177 – 16

Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

📍 Wandsbeker Allee 68
22041 Hamburg

✉ info@alzheimer-hamburg.de
🌐 www.alzheimer-hamburg.de

☎ 040 – 88 14 177 – 0
☎ 040 – 88 14 177 – 29



Alzheimer Telefon
040 - 47 25 38

Spenden & Mitgliedschaft

.....

Unterstützen Sie unseren Einsatz für Menschen mit Demenz und Angehörige durch Spenden, eine Mitgliedschaft, Stiftungsmittel, Testamentsbegünstigung oder persönlichen Einsatz.

Als gemeinnütziger Verein sind alle unsere Angebote und Initiativen für Menschen mit Demenz und Angehörige auf Engagement und Drittmittel angewiesen. Wir beraten Sie hierzu gerne!

Stärken Sie uns durch Ihre Spende!

Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.
IBAN: DE03 2005 0550 1234 1226 36
BIC: HASPDEHHXXX
Bank: Hamburger Sparkasse



Alzheimer Gesellschaft
Hamburg e.V.
Selbsthilfe Demenz

Angebote

Für Menschen mit beginnender
Demenz

Gesprächsgruppen Rissen & Wandsbek

In den Gesprächsgruppen können die Teilnehmer*innen ihre persönlichen Anliegen ansprechen und in einen Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen treten.

In entspannter Atmosphäre besteht Raum, sich mit der Krankheit und den damit verbundenen Einschränkungen auseinander zu setzen und sich gegenseitig Mut zu machen.

Ergänzt wird der Selbsterfahrungsaustausch durch spielerische Formen des Gedächtnistrainings. Es handelt sich um kurzweilige Übungen, die die Konzentration fördern sowie das Kurzzeit- und Langzeitgedächtnis anregen und auch viel Spaß machen. Die Übungen sind so angelegt, dass alle Teilnehmer*innen aktiv eingebunden werden und Erfolgserlebnisse erzielen können.

Die Gesprächsgruppen werden von zwei Fachkräften moderiert und unterstützt.

Gesprächsgruppe Rissen 10:00 – 12:00 Uhr
Erster und dritter Montag im Monat

Gesprächsgruppe I Wandsbek 15:00 – 17:00 Uhr
Zweiter und vierter Dienstag im Monat

Gesprächsgruppe II Wandsbek 15:00 – 17:00 Uhr
Zweiter, dritter und vierter Dienstag im Monat

Die Gesprächsgruppen werden von der G.u.L Po-walla Bunny's Stiftung gefördert. Die Teilnahme ist grundsätzlich kostenfrei, wir freuen uns aber immer über Spenden!



Ein Erinnerungsbuch – in unserer Erinnerungswerkstatt Wandsbek gestaltet



Ein Besuch unserer Gruppe auf dem Friedhof Ohlsdorf. Am Grab von Heinz Erhardt mit seinen Gedichten ...

Malgruppe Wandsbek

In der Malgruppe treffen sich Menschen mit beginnender Demenz einmal im Monat, um sich mit viel Freude kreativ zu beschäftigen. Bei den Treffen entstehen Bilder, die an Erinnerungen anknüpfen, die Alltagserfahrungen widerspiegeln, Gefühle ausdrücken oder einfach die Freude am Experimentieren mit Farben und Formen zeigen.

Die Malgruppe wird von zwei Mitarbeiter*innen kunsttherapeutisch begleitet.

Malgruppe Wandsbek 15:00 – 17:00 Uhr
Dritter und vierter Donnerstag im Monat

Erinnerungswerkstatt Wandsbek

Wie der Name bereits vermuten lässt, wird in der Erinnerungswerkstatt etwas hergestellt – bzw. wieder-hergestellt: So manch schöne und wichtige Erinnerung scheint längst in den Tiefen unseres Gedächtnisses verschwunden zu sein, doch es gibt Tricks und Hilfen, diese wieder zum Leben zu erwecken.

Wichtige Lebensstationen wie Kindheit, Beruf oder Familie bieten hierfür Orientierung. Wer Lust hat, kann in einem Erinnerungsbuch diese wertvollen Momente festhalten.

Unser Angebot ist gedacht für Menschen ab 55 Jahren, die leichte Gedächtnisprobleme an sich bemerken und Freude daran haben, in geselliger Runde mit anderen über die eigene Lebensgeschichte zu sprechen.

Erinnerungswerkstatt 15:00 – 17:00 Uhr
Erster und dritter Dienstag im Monat