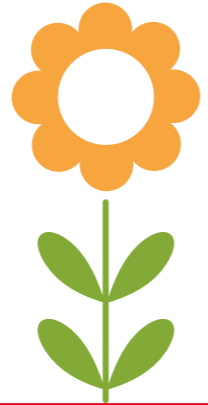




RUNDBRIEF




Grußwort	03
Veranstaltungen im Mai und Juni	04
Save the Date: Hamburger Aktionstage Demenz	04
Lust aufs Ehrenamt bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg	05
Interviews – Birgitt Sgonina und Beate Weber beantworten Fragen zu ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit	05 - 07
Ankerpunkt Junge Demenz gewinnt Hertie-Preis	08 - 09
Videodreh für das NDR Hamburg Journal	09
Was tun, wenn ein Elternteil an Demenz erkrankt? – Ankerboje – die Online-Angehörigengruppe für Jugendliche und junge Erwachsene	10
Neuer Kurs bei Ankerpunkt Junge Demenz: „EduKation demenz® Partnerschaft“ für jungerkrankte Paare	11
Netzwerk pflegende Angehörige Hamburg – Restart mit Workshop	12 - 13
Vorstellung der Angehörigengruppe Jenfeld	13
BiQ feiert 10-jähriges Jubiläum in Hamburg	14
Ein Hochbeet für den Tagestreff Wandsbek	14 - 15
Spaziergänge in Hamburgs Natur	15
Unsere Kochrezepte aus den Tagestreffs Wandsbek und Bergedorf	16
Neues Angebot für Menschen mit beginnender Demenz im Tagestreff Bergedorf	17
ROT-GELB-GRÜN: Gedächtnistraining in Rissen und für zu Hause	17
Tanzcafé im Mai	18
Die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. im Hamburger Wochenblatt	18
Stiftung Alzheimer Gesellschaft Hamburg	19
Wenn Du singst, singen andere mit – Vergissmeinnicht Chor Wandsbek	20 - 21
BUCHTIPP: Das Herz kennt keine Demenz von Jim Ayag und Anita Vetter	21
Kreativ sein und Gemeinschaft erleben im Treffpunkt Wandsbek	22
Spenden	23
Termine	24



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](https://www.alzheimergesellschafthamburg.de) finden.

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.



Newsletter

 Jetzt **NEU!** Registrieren Sie sich auf unserer Website www.alzheimer-hamburg.de/newsletter und erhalten monatlich unseren Newsletter: **Gemeinsam stark – Neuigkeiten & Einblicke!** Hier bleiben Sie auf dem Laufenden und erhalten Neuigkeiten zu unseren Unterstützungsangeboten, Aktionen in der Öffentlichkeit und Veranstaltungen.

Nächster Rundbrief: Ende August / Anfang September

Der Rundbrief wird ab diesem Jahr, wie das Alzheimer-Info der Deutschen Alzheimer Gesellschaft, nur noch zweimal jährlich erscheinen. Ergänzt wird der Rundbrief durch ein alle zwei Monate erscheinenden Newsletter. Sie erhalten so zeitnah alle aktuellen Informationen bei reduzierten Produktion und Versandkosten.



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:
Illustration, Tanzcafé im Mai | © AGH

Liebe Mitglieder der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.,

der Frühling naht und wie üblich erhalten Sie um diese Zeit den ersten Mitglieder-Rundbrief in diesem Jahr. Es ist immer wieder schön zu sehen, wie die Natur, unbeeindruckt von unserer persönlichen Situation und der jeweiligen Weltlage, in ihrer Farbenpracht erwacht und erblüht. Dieses Wunder gibt uns nicht nur Trost, sondern auch Kraft und Mut.



Jörn Wieking, © AGH

In Zeiten, in denen wir alle – sei es als pflegebedürftige Person, als Angehörige oder als beruflich in der Pflege tätige Person – immer stärker die Auswirkungen des bereits seit Jahren absehbaren Pflegenotstandes spüren, sind solche Momente des Trostes und der Kraft umso wertvoller. Der Druck auf das Pflege- und Unterstützungssystem nimmt beständig zu. Seit Monaten erreichen uns zahlreiche Anrufe von verzweifelten Menschen, die von der Suche nach einem Heimplatz berichten oder die mit eigenen gesundheitlichen Belastungen kämpfen, während sie die häusliche Pflege aufrechterhalten müssen. Diese Realität bringt die bestehende Versorgungsstruktur zunehmend ins Wanken und erfordert ein Umdenken, um Lösungen für eine nachhaltigere und zukunftsfähige Pflege zu entwickeln.

dieser Stelle einen besonderen Fokus auf diese engagierten Menschen legen. In einem Interview berichten heute zwei Ehrenamtliche aus ihren Erfahrungen: Eine von ihnen ist im Besuchsdienst tätig, die andere hilft am Alzheimer-Telefon. Ihre Geschichten und ihr Engagement sind berührend und zeigen eindrucksvoll, wie wertvoll ihre Arbeit ist – und welche Bereicherung sie persönlich erfahren haben.

Vielleicht wäre für Sie ein Ehrenamt auch in naher Zukunft denkbar?

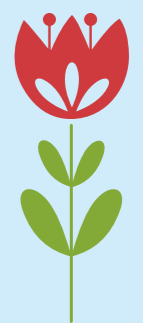
Besonders wichtig bleibt dabei die Rolle der Selbsthilfe, die oft unterschätzt wird, aber doch eine zentrale Rolle spielt. Unsere Arbeit als Alzheimer Gesellschaft zeigt, wie sehr Selbsthilfe Menschen bewegt und wie sehr sie Impulse für eine Verbesserung der Pflegestrukturen setzen kann. Ein Beispiel hierfür ist das Projekt Ankerpunkt Junge Demenz, das in den letzten zwei Jahren viele Menschen mit Demenz unter 65 Jahren und ihre Familien in Hamburg begleitet hat. Das Projekt hat in diesem Jahr zu Recht den Hertie-Preis gewonnen, der die innovative Arbeit würdigt. Aber auch viele weitere Beiträge in diesem Rundbrief belegen, wie wichtig das Engagement von Freiwilligen ist – sowohl für diejenigen, die Unterstützung erhalten, als auch für diejenigen, die sie geben.

Um das Potenzial der Selbsthilfe in schwierigen Lebenssituationen weiter zu heben, brauchen wir nicht nur persönliches Engagement, sondern auch finanzielle Unterstützung. Ich möchte daher im Namen des Vorstandes, des gesamten Teams und aller engagierten Freiwilligen herzlich für Ihre Mitgliedschaft und Spenden danken. Sie sind mehr denn je eine wichtige Stütze für unsere Angebote und unsere Arbeit – vielen Dank dafür!

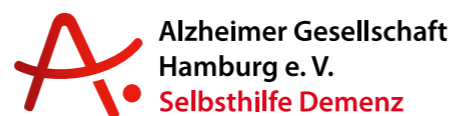
Mit dem Blick auf den Mai möchte ich Sie auch auf unsere geplanten Spaziergänge und das Tanzangebot im Mai hinweisen. Es wäre schön, Sie dabei zu sehen und gemeinsam neue Kraft und Freude zu finden.

Herzliche Grüße ihr Jörn Wieking

- Geschäftsführer, stellv. Vorsitzender -
E-Mail: j.wieking@alzheimer-hamburg.de



Veranstaltungen im Mai und Juni – Wir freuen uns auf Sie!



Im Mai und Juni gibt es einige interessante Infoveranstaltungen in der Geschäftsstelle der Alzheimer Gesellschaft, Wandsbeker Allee 68, 22041 Hamburg:

22.05.2025, 17:00 Uhr:

Betreuungsrecht und Vorsorgevollmacht:

Ganz herzlich begrüßen wir am Donnerstag, den 22. Mai um 17:00 Uhr Gabriele Warner vom Betreuungsverein Hamburg-Nord e.V., die, wie immer sehr kenntnisreich und informativ, die Möglichkeiten einer Vorsorgevollmacht und die rechtliche Betreuung vorstellen wird.

05.06.2025, 17:00 Uhr:

Wertschätzende Kommunikation mit Menschen mit Demenz:

Am Donnerstag den 05.06. zeigt Nina Hinrichsen Wege auf, um ein respektvolles, würdevolles Zusammensein mit Menschen mit fortschreitender Vergesslichkeit zu gestalten. Wie können wir

mit Menschen mit Demenz kommunizieren, ohne das ständig Missverständnisse und Konflikte auftreten? Wie können wir so kommunizieren, dass sich Menschen mit Demenz verstanden fühlen?

10.06.2025, 17:00 Uhr:

Leistungen der Pflegeversicherung:

Am Dienstag den 10.06. ab 17:00 Uhr wird unser Mitarbeiter Berend Schultz die Leistungen der Pflegeversicherung vorstellen. Von der Antragstellung, über die Begutachtung durch den Medizinischen Dienst bis zu den einzelnen Leistungen der Pflegeversicherung wird alles ausführlich erklärt. Für Fragen ist Zeit eingeplant.

Die Anmeldung für die Veranstaltung kann direkt online über die Webseite www.alzheimer-hamburg.de/termine oder telefonisch unter 040-472538 vorgenommen werden.

Berend Schultz, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Save the Date:

Hamburger Aktionstage Demenz vom 19. – 28.09.2025

Noch eine Weile hin, aber schon in der Vorbereitung, befinden sich die diesjährigen Hamburger Aktionstage Demenz. Die Hamburger Aktionstage Demenz finden in diesem Jahr vom 19. bis 28. September 2025 statt und bieten eine Vielzahl von Aktionen und Veranstaltungen für Angehörige, Menschen mit Demenz und alle Interessierten.

Ziel der Tage ist es, verteilt über die ganze Stadt zum Thema Demenz zu informieren, Unterstützung und Angebote für Betroffene und Angehörige aufzuzeigen, Gleichbetroffene in Kontakt zu bringen und nicht zuletzt das Bewusstsein für Demenz zu schärfen.

Das Programm wird voraussichtlich u.a. ein demenzsensibles Konzert des Ensemble Resonanz in der Elbphilharmonie, eine Matinee im St. Pauli Theater sowie Lesungen und Veranstaltungen mit

einer Vielzahl von Informationen und Praxistipps umfassen. Die Alzheimer Gesellschaft Hamburg unterstützt insbesondere die Aktionstage in Hamburg Mitte, im Bergedorf im KörberHaus und Volksdorf im Museumsdorf. Das endgültige Programm ist im August über die Alzheimer Gesellschaft Hamburg und stets aktualisiert auf der Website der Hamburger Fachstelle Demenz: www.hag-gesundheit.de erhältlich.

Jörn Wieking, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.



Lust auf ein Ehrenamt bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg? Wir suchen Sie!

Ehrenamtliches Engagement – Menschen mit Demenz und Angehörige brauchen Ihre Tatkraft und Kompetenz!

Fast alle unsere Unterstützungs- und Entlastungsangebote für Menschen mit Demenz und Angehörige werden mit ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern durchgeführt.

Wir sind stets auf der Suche nach ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen, zum Beispiel für die Betreuung von Menschen mit Demenz, für unsere Hauspflege-Gemeinschaften, am Alzheimer-Telefon, für WG's mit Demenz Betroffenen, als Patin*innen in einen unserer beiden Tagestreffs u.v.m. Bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg gibt es die unter-

schiedlichsten Möglichkeiten sich zu engagieren. Für jeden Interessenten findet sich eine geeignete, sinnstiftende Aufgabe.

Was bietet die Alzheimer Gesellschaft den Ehrenamtlichen?

Alle Ehrenamtlichen erhalten eine feste Ansprechperson, eine Schulung vorab, kontinuierliche fachliche Begleitung und eine Aufwandsentschädigung.

Wir freuen uns über Ihren Anruf und informieren Sie gerne über ein mögliches Ehrenamt. Ihre Ansprechpartnerin: Marisa Frank 040 – 88 14 177 - 285 m.frank@alzheimer-hamburg.de

Interview – Birgitt Sgonina und Beate Weber beantworten Fragen zu ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit

Kurze Vorstellung der Person:



Birgitt Sgonina, 73 Jahre, 12 Jahre Kontakt zur Alzheimer, 3 Jahre davon als Angehörige, 9 Jahre Wohnpatin.

Was hat Sie motiviert, sich bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. zu engagieren?

Als wir, d.h. 4 andere Angehörige und ich, vor 12 Jahren die WG in der Hospitalstrasse gründeten, hatten wir auch sofort Kontakt zur Alzheimer. Gleich zu Beginn lernten wir Sabine Wannags kennen, die uns als WG-Begleiterin mit Rat und Tat zur Seite stand. Als meine Mutter nach 3 Jahren starb habe ich gemerkt, dass mein Herz sehr an den Bewohnern und unserer WG hing und bin dann bis heute als Wohnpatin geblieben.

Können Sie uns von einer besonderen Begegnung oder einem bewegenden Moment in Ihrer Arbeit mit Menschen mit Demenz erzählen?

Es ist schwierig, nach so vielen Jahren ein Erlebnis zu finden, das besonders war, da es so viele davon gibt. Aber ich hatte tatsächlich erst vor kurzer Zeit eines, das mich tief beeindruckt hat. Der Ehemann (96 Jahre) einer unserer Damen kam sie noch viele Jahre besuchen. Wir haben seinen und ihren Geburtstag immer in der WG gefeiert. Dann starb der Mann nach kurzer Krankheit. Als ich zwei Tage später in die WG kam und mich zu ihr setzte, fing sie an bitterlich zu weinen. Ich versuchte herauszufinden, weshalb sie weint, was schwierig ist, da sie kaum noch sprechen kann. Aber sie konnte mir sagen „er kommt jetzt nie wieder“. Sie hatte es von niemanden gehört und ist eigentlich in ihrer kleinen Welt und trotzdem hat sie es gespürt und dann haben wir uns lange umarmt und beide geweint.

Welche Herausforderungen haben Sie als Ehrenamtliche im Umgang mit Betroffenen erlebt und wie gehen Sie damit um?

Die Frage, wie bewältige ich Herausforderungen, ist recht vielfältig, da diese ja auch sehr unterschiedlicher Natur sind. In den meisten Fällen löse ich sie, in dem ich aus der Situation herausgehe und dann ein paar Minuten später wieder hinein.

Oft müssen die Bewohner zum Spazieren gehen oder anderen Aktivitäten motiviert werden und da ist oft Geduld angesagt.

Was würden Sie Menschen raten, die ebenfalls ein Ehrenamt in diesem Bereich in Erwägung ziehen?

Ich mache dieses Ehrenamt und kann es auch jedem empfehlen, weil es ein ungemein gutes Gefühl ist, Menschen zu helfen und Freude zu bereiten.

Was sind für Sie die größten Erfolge oder positiven Momente, die Sie durch Ihr Ehrenamt erfahren haben?

Ist leicht zu beantworten: Wenn ich in die WG komme und ich Menschen sehe, die sich ganz doll freuen, dass ich da bin.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft für Menschen mit Demenz allgemein?

Ich wünsche mir für die Zukunft, dass es noch mehr Wohngemeinschaften für Demenzkranke geben wird, weil die Betreuung nur in diesem kleinen Kreis für mich Sinn macht. Hier sind sie geborgen und nie allein. Außerdem wünsche ich mir, dass es immer genug Pflegepersonal und auch Ehrenamtliche gibt, um diese Menschen zu unterstützen.

Welche Fähigkeiten sind für Ihre Arbeit als Ehrenamtliche*r besonders wichtig?

Man braucht einfach Geduld und ich sage immer, ich mag Menschen, das ist wichtig für diese Aufgabe.

Vielen Dank für das offene Gespräch, Birgitt Sgonina



In diesem Interview gewähren wir einen tiefen Einblick in die wertvolle ehrenamtliche Arbeit am Alzheimer-Telefon.

Beate Weber, Ehrenamtliche am Alzheimer-Telefon erzählt von ihren persönlichen Erfahrungen und Beweggründen, sich

für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen zu engagieren. Mit einer besonderen Perspektive auf die Herausforderungen und Emotionen, die mit der Betreuung von Demenz Betroffenen verbunden sind, vermittelt sie eindrucksvoll, wie wichtig Unterstützung und Mitgefühl in diesen schwierigen Lebenssituationen sind.

Wie ist es dazu gekommen, sich ehrenamtlich beim Alzheimer-Telefon zu engagieren?

Der Wendepunkt war die Diagnose meines Vaters: Vaskuläre Demenz. Die Beratung durch Berend Schultz von der Alzheimer Gesellschaft Hamburg bleibt mir noch immer in sehr guter Erinnerung. Zwar war die Angehörigengruppe eine Herausforderung für mich, aber mein Wunsch, alle relevanten Informationen für unsere persönliche Situation zu erhalten, war groß. Deshalb dachte ich mir, bei der Telefonberatung wäre ich immer auf dem neuesten Stand und könnte direkt helfen.

Welche persönlichen Erfahrungen oder Beweggründe haben Sie motiviert, Menschen mit Demenz und Angehörigen auf diesem Weg zu helfen?

Ich habe erkannt, wie sehr Angehörige oft in ihrer Rolle als pflegende Personen isoliert sind und wie sehr ihnen die nötigen Informationen fehlen. Diese Lücke zu schließen, war für mich der ausschlaggebende Punkt. Ich wollte selbst mehr wissen und nun anderen helfen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden.

Wie läuft ein typischer Tag am Alzheimer-Telefon ab?

Kein Tag ist wie der andere. An manchen Tagen nehme ich stundenlang keinen einzigen Anruf entgegen, an anderen wiederum führe ich mehrere Gespräche und bin danach regelrecht erschöpft. Besonders an den intensiven Tagen merke ich, wie viele Emotionen in so einem Gespräch stecken können.

Gibt es besonders häufige Fragen oder Sorgen, mit denen sich die Anrufenden an Sie wenden?

Ein sehr häufiges Thema ist das zwischenmenschliche Miteinander: Wie soll ich mit einem an Demenz erkrankten Menschen umgehen? Die Fragen drehen sich oft darum, wie man in bestimmten

Situationen reagieren soll, um den erkrankten Menschen nicht zu überfordern, aber gleichzeitig Verständnis zu zeigen.

Was sind die größten Herausforderungen in den Gesprächen?

Die größte Herausforderung besteht oft darin, den wahren Grund für den Anruf herauszufinden. Viele Menschen rufen an, weil sie sich hilflos fühlen, aber oft ist es schwierig, den Kern des Problems direkt anzusprechen.

Gab es ein Gespräch, was sie besonders berührt hat im Umgang mit Betroffenen und Angehörigen?

Nicht am Telefon, sondern auf einer der home² Messen. Die Ehefrau eines Erkrankten erzählte mir von ihrer schwierigen Situation: Ihr Ehemann war demenzkrank, sie selbst befand sich im Scheidungsprozess, als die Diagnose kam. Ihre Kinder setzten sie unter Druck, den Mann nicht zu verlassen. Er ist Araber, sie Deutsche.

Zum Problem wurde irgendwann die persönliche Hygiene mit Inkontinenz. Er verstand nicht, weshalb er sich säubern sollte, und verweigerte sich. Sie wollte den Dreck nicht in der Wohnung haben und schloss ihn im Badezimmer ein, bis er bereit war zu kooperieren.

Das es ein strafbares Verhalten war wusste ich, aber die Not, aus der heraus Angehörige manchmal handeln, wurde mir SEHR deutlich. Es lag ja keine Bosheit, sondern Hilflosigkeit in dem Handeln, der man mit Mitgefühl begegnen sollte.

Welche Ratschläge geben Sie oft Angehörigen die sich mit der Diagnose Demenz konfrontiert sehen?

Ich sage immer: Eine Diagnose bedeutet nicht das Ende des Lebens. Es gibt auch weiterhin viele schöne Momente, die man miteinander teilen kann. Es ist wichtig, Erinnerungen zu schaffen und die guten Zeiten zu schätzen, die auch in der Zukunft noch möglich sind.

Wie kann man als Angehöriger mit belastenden Situationen umgehen? Gibt eine Botschaft, die Sie besonders wichtig finden?

Selbstsorge ist der Schlüssel. Nur wenn man auf sich selbst achtet, kann man die Kraft finden, für den Erkrankten da zu sein. Es ist entscheidend, sich auch selbst Pausen zu gönnen und sich Unterstützung zu holen, um nicht auszubrennen.

Welche Unterstützungsmöglichkeiten gibt es in Hamburg, von denen viele vielleicht noch nichts wissen?

Es gibt viele tolle Angebote, die nicht immer sofort ins Auge fallen. Zum Beispiel gibt es die Vergissmeinnicht-Chöre, kreative Malangebote und Möglichkeiten, gemeinsam spazieren zu gehen – alles Aktivitäten, die sowohl den von Demenz Betroffenen als auch den Angehörigen helfen können, den Alltag etwas leichter zu gestalten.

Persönliche Perspektive und Motivation – Was gibt Ihnen persönlich die Arbeit am Alzheimer-Telefon?

Es erfüllt mich mit Hoffnung, wenn ich den Menschen Mut machen kann und ihnen zeige, dass sie nicht allein sind. Oft denken sie, dass sie die einzigen sind, die diese schwierige Erfahrung machen müssen, aber durch die Gespräche wird klar, dass es viele gibt, die ähnliche Sorgen und Ängste haben.

Welche Erfahrungen aus Ihrem Ehrenamt haben Sie auch für Ihr eigenes Leben mitgenommen?

Einer der wichtigsten Lehren ist: Es gibt immer einen Ausweg, eine Lösung, auch wenn sie nicht sofort sichtbar ist. Ein Problem ist nicht das Ende, sondern nur ein neuer Anfang, eine neue Herausforderung.

Was würden Sie Menschen sagen, die überlegen, sich ehrenamtlich zu engagieren?

Ich würde sagen: Nichts ist erfüllender, als Teil einer positiven Veränderung zu sein und Menschen in einer schwierigen Lebensphase zu unterstützen. Besonders in einem starken Team wie der Alzheimer Gesellschaft Hamburg erlebt man, wie viel man gemeinsam erreichen kann. Es ist eine unheimlich bereichernde Erfahrung!

Vielen Dank für das offene Gespräch, Beate Weber.

Reyhane Norouzi, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Ankerpunkt Junge Demenz gewinnt Hertie - Preis

„Demenz ist leider keine Frage des Alters. In Deutschland sind ca. 114.000 Menschen an einer Demenzform vor dem 65. Lebensjahr erkrankt. Die häufigsten Demenzen in diesem Lebensalter sind eine Alzheimer Demenz oder eine Frontotemporale Demenz.“

Die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. berät und begleitet im Rahmen des Projektes Ankerpunkt Junge seit 2021 jungerkrankte Menschen mit einer Demenz und deren Angehörigen. Bisher sind wir mit über 270 Familien in über 900 Gesprächen (12/2024) begleitend von Beginn bis Ende der Erkrankung in Kontakt getreten. Menschen unter 65 Jahren, die mit Demenz leben, befinden sich häufig inmitten ihres Lebens: im Beruf, mit minderjährigen Kindern oder Kindern im Studium und finanziellen Verpflichtungen. Neben den Veränderungen durch die Erkrankung müssen sich Betroffene mit veränderten Rollen in Beziehungen, gesellschaftlichen Vorurteilen, Herausforderungen bei der Arbeit oder einer neuen, sinnvollen Gestaltung des Alltags auseinandersetzen.

„Was zählt, sind die Menschen, die die Anerkennung und Wertschätzung verdienen – die betroffenen Familien. „Ihr seid nicht allein – ihr seid viele. Gemeinsam sind wir stark und können noch viel bewegen“.

**Stefanie Klinowski
von Ankerpunkt Junge Demenz
in ihrer Dankesrede.**

Ankerpunkt Junge Demenz setzt hier an. Wir gehen individuell auf die Bedarfe der Erkrankten und Angehörigen ein, und unterstützen sie dabei, zuversichtlich und gestärkt mit der Erkrankung zu leben und umzugehen. Dafür schaffen wir Angebote in der Selbsthilfe, schulen und klären auf und schaffen ein Netzwerk, welches belastbar für die Zielgruppe eintritt und unterstützt.

Betroffene motivieren wir, relevante Themen zu diskutieren, selbstbestimmt zu leben und das Thema in die Öffentlichkeit zu bringen. Außerdem unterstützen wir Betroffene möglichst lange nach Wunsch im Job zu bleiben. Durch Aufklärung bei den Behörden & anderen Trägern schaffen wir neue Möglichkeiten der Teilhabe und Unterstützung der Familien. In Krisen erhalten Familien enge Begleitung.



Christine Berg, Stefanie Klinowski (AGH) und Dr. Eva Koch von der Hertie-Stiftung bei der Preisübergabe, © Michael Hagedorn

Ende Januar 2025 wurde das Projekt Ankerpunkt Junge Demenz, geleitet von Stefanie Klinowski und Christine Berg, mit dem Hertie-Preis für Selbsthilfe & Engagement 2024 ausgezeichnet. Dr. Eva Koch von der gemeinnützigen Hertie-Stiftung hat den Preis persönlich an die Projektleiterinnen verliehen.

WAS IST DER HERTIE-PREIS?

Der Hertie-Preis für Engagement und Selbsthilfe zeichnet vorbildliche Aktivitäten von Selbsthilfegruppen und engagierten Menschen im Bereich



Gute Gespräche bei geselligem Beisammensein, © Michael Hagedorn

der Multiplen Sklerose und der neurodegenerativen Erkrankungen aus. Von dem Preisgeld in Höhe von 25.000 € hat die Alzheimer Gesellschaft Hamburg 15.000 € erhalten. Derzeit wird das Projekt zu 80 % von der Deutsche Fernsehlotterie finanziert. Das Preisgeld hilft uns bei der Finanzierung von zusätzlichen 7,5 % des Projektes.



Jörn Wieking im Gespräch mit Teilnehmern der Online-Gruppe, © Michael Hagedorn



GET TOGETHER 2025 FÜR BETROFFENE UND ANGEHÖRIGE MIT ANKERPUNKT JUNGE DEMENZ

Die Preisverleihung haben wir zum Anlass genommen, um dies mit über 50 Menschen mit Demenz < 65 und ihren Angehörigen beim einem „Get together Ankerpunkt Junge Demenz 2025“ Ende Januar im Kesselhaus in Hamburg-Alsterdorf zu feiern.



Auch der Spaß kam nicht zu kurz, © Michael Hagedorn

Bei leckeren Drinks, Fingerfood, Speed-Dating, Musik, Tanz, Lachen und spannenden Gesprächen entstanden neue Verbindungen. Das Thema Demenz wurde an diesem Abend in den Hintergrund gerückt.

Stefanie Klinowski, Reyhane Norouzi, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Videodreh für das NDR Hamburg Journal

Am 20. Januar 2025 hatten wir anlässlich der Preisverleihung für den Hertie-Preis für Selbsthilfe & Engagement den NDR zu Besuch bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg.

Gedreht wurde für das Hamburg Journal mit Betroffenen, Angehörigen, unserer Trotz-Dem Gruppe und unseren Ankerpunkt Junge Demenz Mitarbeiterinnen Christine Berg und Stefanie Klinowski.

Der Sendetermin war im Hamburg Journal am 24.01.2025 um 19:30 Uhr. Hier kann man sich das Video nochmal in aller Ruhe anschauen:

<https://shorturl.at/eMTER>



Der Dreh für das Hamburg Journal war für alle sehr aufregend, © Michael Hagedorn

Was tun, wenn ein Elternteil an Demenz erkrankt? – Ankerboje – die Online-Angehörigengruppe für Jugendliche und junge Erwachsene trifft sich im Teehaus Pflanzen un Blumen



Wenn die Eltern vor dem 65. Lebensjahr an einer Demenz erkranken, kommen die Jugendlichen und jungen Erwachsenen in der Familie häufig in eine pflegende oder sorgende Rolle.

Die Ankerboje ist eine Online-Angehörigengruppe, die sich zweimal jährlich zusätzlich in Präsenz trifft. Erstmals begegneten sich die jungen Menschen, die seit einem halben Jahr einmal im Monat online miteinander sprechen, nun persönlich.

Am Sonntag, dem 26.01.2025 begann der Tag im Teehaus von Pflanzen un Blumen mit einer Einführung in die Methode LEGO® Serious Play®. Angeleitet wurde dies von Christiane Höpping, der Projektkoordinatorin von Kraft-Copilot (kraft-copilot.de) der Sächsischen Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V. Bei diesem spielerischen Erfahrungsprozess bauen die Teilnehmer*innen ihre Vision zu verschiedenen Fragestellungen. Durch die Reflexion, den Austausch und das Gespräch bilden sich ganz nebenbei neue, oftmals innovative Lösungsansätze. Nachdem alle ihren „perfekten Tag“ gebaut hatten, starteten wir mit dem Fokus auf der Selbstfürsorge. Wenn es darum geht, die „Kraftspender“ und „Kraftzähler“ des Alltags baulich darzustellen, ist Kreativität gefragt.

Im Austausch über die Ergebnisse konnte neue Handlungskompetenz zu manchen Herausforderungen entwickelt werden. Der Umgang untereinander war ungezwungen und trotz der wichtigen und ernsten Fragen wurde viel gelacht. Gerade für die jungen Menschen trifft die Erkrankung eines Elternteils auf biographische Entwicklungsfragen wie Berufswahl, Partnerschaft, Ablösung vom Elternhaus, Auslandsjahr und vielem mehr. Oft entsteht dann die Frage, wie die richtige Balance zwischen der Selbstfürsorge und der Begleitung eines Elternteils hergestellt werden kann. Darf ich eigentlich ganz „egoistisch“ meinen Interessen und Entwicklungsaufgaben folgen?

Das Projekt **Ankerpunkt Junge Demenz** der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. unterstützt dabei, dass jeder seinen ganz eigenen Weg finden kann, mit der Demenzerkrankung eines Elternteils gut umzugehen.

Nach der Auseinandersetzung mit den eigenen Werten über den Bau der eigenen Leitprinzipien rundete gemeinsames Schlittschuhlaufen den Tag ab.

Christine Berg, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Neuer Kurs bei Ankerpunkt Junge Demenz: „EduKation demenz® Partnerschaft“ für jungerkrankte Paare



Am 16.01.2025 haben wir mit 5 Paaren, bei denen ein*e Partner*in eine Demenz vor dem 65. Lebensjahr hat, unser neues Angebot „EduKation demenz® Partnerschaft“ gestartet.

Das Schulungskonzept wurde von Prof. Dr. Sabine Engel und Veronika Stein entwickelt und Christine Berg und Stefanie Klinowski von Ankerpunkt Junge Demenz wurden hierzu als Trainer*innen ausgebildet.

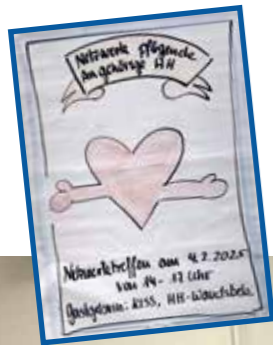
Gemeinsam haben wir uns bereits an 10 Terminen bis April getroffen. Begonnen haben wir mit einem 6-stündigen Workshop zum Kennenlernen und sehen uns jetzt alle 1-2 Wochen zu 2-stündigen Terminen mit einem Leitthema. Es gibt jeweils einen gemeinsamen Teil mit den Paaren zu Beginn und am Ende. Für eine Stunde werden die Teilnehmer*innen in 2 Gruppen (Partner*innen von Stefanie Klinowski und Betroffene von Christine Berg geleitet) aufgeteilt und bearbeiten das gleiche Thema mit unterschiedlichen Schwerpunkten.

Wir sind jetzt schon begeistert von dem Austausch, den Erkenntnissen der Gruppe und der Einzelnen und der tollen Gemeinschaft, die entsteht.

Ziel des Kurses ist es

- Die Krankheit „Demenz“ besser zu verstehen – mit ihren Auswirkungen auf ihr alltägliches Leben als Person und als Paar
- Ein neues Verständnis für ihre Partner*innen zu entwickeln
- Eigene Gefühle von Trauer und Abschied zu erkennen und zu akzeptieren
- Ihre veränderten Rollen als Kommunikations- und Lebenspartner*innen zu verstehen und annehmen zu lernen
- Verschiedene Möglichkeiten der Stressbewältigung und Selbstfürsorge kennenzulernen
- Trost und Verständnis aus der Gruppe zu erfahren
- Lebensqualität und soziale Beziehungen zu erhalten

Stefanie Klinowski, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.



Netzwerk pflegende Angehörige Hamburg – Restart mit Workshop



Die Mitglieder des Netzwerks – Der Workshop wurde von Andrea Werner moderiert, © Andrea Werner

Das Netzwerk pflegende Angehörige wurde von dem Verein Allipa e.V. und deren Vorsitzende Dr. Hanneli Döhner ins Leben gerufen und bis Ende letzten Jahres hauptverantwortlich organisiert.

Zu Beginn des Jahres hat der Verein die Verantwortung des Netzwerks an eine Steuerungsgruppe aus den Mitgliedern des Netzwerks übergeben. Zum Auftakt fand mit Mitgliedern des Netzwerks ein Workshop statt, der von Andrea Warner, Coaching, Moderation, Training, moderiert wurde. Im Zentrum des Workshops stand u. a. eine Vereinbarung der Zielsetzung des Netzwerks und zentraler Arbeitsaktivitäten des Netzwerks 2025.

STEUERUNGSGRUPPE NETZWERK PFLEGENDE ANGEHÖRIGE HAMBURG:

- Christa Herrmann, KISS Hamburg, Paritätischer Hamburg
- Jana Wittkugel, Fairplay – Vereinbarkeit von Care-Arbeit und Beruf
- Heike Clauss, Barrierefrei Leben e.V.
- Julia-Christin Gaum, QPlus Alter, Ev. Stiftung Alsterdorf
- Jörn Wieking, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

ZENTRALE ZIELE DES NETZWERKS SIND:

- Verbesserung der Wahrnehmung von und Aufmerksamkeit für pflegende Angehörige als große Gruppe und tragende Stütze der pflegerischen Versorgung in der Öffentlichkeit und gegenüber Politik und Verwaltung
- Herstellung von Transparenz über Unterschiede und Gemeinsamkeiten unterschiedlicher Gruppen pflegender Angehöriger in Hamburg
- Förderung der Zusammenarbeit von Trägern, die pflegende Angehörige in ihrer Situation begleiten und unterstützen
- Erfassung bestehender Angebote für pflegende Angehörige, dort wo sinnvoll, Öffnung und ggf. Entwicklung von übergreifenden Angeboten für pflegende Angehörige
- Organisation und Durchführung des „Tages der pflegenden Angehörigen“ bzw. von Veranstaltungen zum Thema pflegende Angehörige für Angehörige, berufliche Fachgruppen und allgemein Interessierte

- Schaffung nachhaltiger operativer Strukturen zur übergreifenden Einbringung und Berücksichtigung der Bedarfslage pflegenden Angehörigen in Hamburg

MITGLIEDER DES NETZWERKS KÖNNEN SEIN:

- Organisationen bzw. Träger, die Gruppen pflegender Angehöriger mit spezifischen Angeboten professionell begleiten und unterstützen
- Kommerzielle Anbieter von Pflegeleistungen, wenn diese ausgeprägte und nicht kommerzielle Angebote für pflegende Angehörige umsetzen
- Pflegende Angehörige, wenn diese mit Organisationen bzw. Trägern verbunden sind, die spezifische Angebote für pflegende Angehörige unterhalten

- Wenn die Mitglieder der Steuerungsgruppe einer Mitgliedschaft im Netzwerk zustimmen

Machen Sie mit und gestalten Sie die Zukunft für pflegende Angehörige in Hamburg!

Kontakt zum Netzwerk pflegende Angehörige Hamburg:

Der PARITÄTISCHE Wohlfahrtsverband Hamburg e.V.
KISS Hamburg
Christa Herrmann
Schloßstraße 12
(Eingang Claudiusstraße)
22041 Hamburg-Wandsbek
E-Mail: netzwerkpflegendeangehoerige@paritaet-hamburg.de

Jörn Wieking, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Vorstellung der Angehörigengruppe Jenfeld

Ich bin Patricia Bruger und begleite seit nun zwei Jahren die Angehörigengruppe in Jenfeld. Wir treffen uns einmal im Monat, für zwei Stunden, um uns über die verschiedenen Aspekte der Demenzerkrankung auszutauschen und uns gemeinsam zu beraten.

Die offenen Gespräche und das gegenseitige Verständnis in der Gruppe sind sehr wertvoll, denn bei uns können alle Sorgen, Ängste und Fragen offen angesprochen werden. Unsere Angehörigengruppe wird überwiegend von Ehepartner*innen besucht, deren Angehörige größtenteils bereits in einer Pflegeeinrichtung untergebracht sind. Wir sprechen regelmäßig über die Gefühle der Einsamkeit, hinterlassen in der einst gemeinsamen Wohnung zu wohnen oder auch die Schuldgefühle, seiner vermeintlichen Pflicht als Ehepartnerin oder Ehepartner nicht nachzugehen.

Der Austausch in der Gruppe kann helfen, sich weniger isoliert zu fühlen und das Gefühl zu haben, nicht allein mit den Herausforderungen zu sein. Für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die ihre Angehörigen zu Hause pflegen, bietet dies jedoch keinen Nachteil. Im Gegenteil: Die unterschiedlichen Pflegesituationen führen zu einem bereichern-

den Austausch. Die Vielfalt der Erfahrungen und Perspektiven trägt dazu bei, neue Erkenntnisse zu gewinnen und sich gegenseitig zu unterstützen. Ein zentrales Ziel unserer Treffen ist es, den Teilnehmer*innen



Patricia Bruger, © AGH

einen Raum zu bieten, in dem sie sich verstanden fühlen und gleichzeitig wertvolle Tipps und Hilfestellungen für den Alltag erhalten.

Informationen und Anmeldung:

Die Angehörigengruppe Jenfeld trifft sich immer am dritten Dienstag im Monat von 16:30 – 18:30 Uhr im Jenfeld-Haus, in der Charlottenburger Straße 1. Neue Mitglieder sind nach Absprache herzlich willkommen.

Die Anmeldung erfolgt über das Beratungstelefon 040 47 25 38 oder direkt über die Koordinatorin Lina Sommer, 040 88 14 177 18, l.sommer@alzheimer-hamburg.de

Patricia Bruger, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

BiQ feiert 10-jähriges Jubiläum in Hamburg

Wir gratulieren herzlich

Im Mai 2025 feiert BiQ (Bürgerengagement für Wohn-Pflegeformen im Quartier) Jubiläum.

Seit einem Jahrzehnt setzt sich BiQ für die Förderung von Gemeinschaft und Solidarität in Wohn-Pflegeformen ein. Mit einem breiten Netzwerk von Ehrenamtlichen, darunter Vertrauenspersonen, WG-Begleiter*innen, Wohn-Pat*innen und Begleiter*innen von Haus-Pflege-Gemeinschaften, trägt BiQ maßgeblich zur Verbesserung der Lebensqualität vieler Hamburger Bürger*innen bei.

Die Jubiläumsfeier wird ein besonderes Highlight im Veranstaltungskalender der Kooperation zwischen der STATTBAU Hamburg gGmbH und der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. sein. Geplant sind verschiedene kreative Beiträge und Vorträge, die die Arbeit von BiQ und die Bedeutung des Ehrenamts in den Vordergrund stellen.

BiQ hat es sich zur Aufgabe gemacht, Brücken zu bauen und Barrieren abzubauen. Durch die Unterstützung von Menschen in Wohneinrichtungen und die Förderung von Selbstorganisation in ambulanten Wohnsettings trägt BiQ zu einer gerechteren und inklusiveren Gesellschaft bei.



© Canva, Mascha Stubenvoll

Das Jubiläum bietet eine hervorragende Gelegenheit, BiQ kennenzulernen, die Erfolge der letzten zehn Jahre zu feiern und einen Blick in die Zukunft zu werfen, in der ehrenamtliches Engagement für assistenz- und pflegebedürftige Hamburger*innen weiterhin eine tragende Rolle spielen wird.

**Herzlichen Glückwunsch, BiQ,
zu diesem bedeutenden Meilenstein!**

Marisa Frank, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Ein Hochbeet für den Tagestreff Wandsbek –

Wir freuen uns über eine Spende

Seit einigen Jahren haben wir auf unserer unmittelbar angrenzenden Terrasse des Tagestreffs in Wandsbek kleine Blumentöpfe und Mauerkübel mit Kräutern und Tomaten bepflanzt.

Die Kräuterauswahl ist gering, da die Töpfe nicht genügend Platz bieten. Oft müssen wir auf dem Markt oder im Supermarkt Kräuter für unser Mittagessen dazu kaufen. Unsere Kräuter haben nicht nur uns gut geschmeckt, sondern auch den Schnecken in unserem Garten. Dadurch, dass die Kübel und Töpfe auf dem Boden stehen, ist das für die Schnecken auch keine Kunst das Hindernis zu überwinden, um an die Leckerbissen zu gelangen. Auch die Staunässe hat in so mancher Jahreszeit



den Kräutern zu schaffen gemacht. Ab diesem Jahr werden die Schnecken aber leer ausgehen müssen, denn wir bekommen voraussichtlich Ende April ein Kräuterhochbeet.

Ein Hochbeet bietet viele Vorteile. Nicht nur, dass durch einen entsprechenden Schutz die Schnecken keine Chance haben, an den Kräutern zu knabbern, oder dass wir eine viel größere Auswahl an Kräutern für unser Mittagessen haben werden, sondern es bietet unseren Tagesgästen ein rückenfreundliches Gärtner im Stehen. So kann jeder Tagesgast, der Lust und Laune hat mit uns gemeinsam, das Beet pflegen und bewirtschaften.

Wir freuen uns über eine Spende zur Finanzierung des Kräuter-Hochbeets. Der Kostenvoranschlag beläuft sich auf 1.700 Euro. Vielen Dank auch an die HASPA, die bereits 1.000 Euro der Kosten übernehmen möchte. Nun trennen uns noch 700,- Euro von der Realisierung des Hochbeets.

Unser Spendenkonto:

Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

IBAN: DE03 2005 0550 1234 1226 36

BIC: HASPDEHHXXX

Bank: Hamburger Sparkasse

Mehr dazu unter:

www.alzheimer-hamburg.de/spenden

und noch einfacher geht es per PayPal:

info@alzheimer-hamburg.de

oder direkt zu PayPal unter



Beatrix Faig, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Spaziergänge in Hamburgs Natur Gemeinsam Hamburg entdecken

TIPP!

Wir haben Glück mit Hamburgs Natur: Parks und Gärten laden ein zur Blüte, zu heimischen und seltenen Bäumen und wir entdecken kleinere sehenswerte Orte.

Der Natur nahe zu sein, sie zu spüren, belebt unsere Sinne. Farben sehen, Düfte wahrnehmen und die Vielfalt der Pflanzen erfühlen – all das erleben wir auf unseren Spaziergängen. Miteinander ins Gespräch kommen. Und im Austausch bleiben, verbindet. Die ersten Spaziergänge für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen sind in diesem Jahr bereits erfolgreich gestartet.



Gemeinsam Hamburg entdecken, © AGH

Vorbereitet und begleitet werden die Spaziergänge von einer Mitarbeiterin und ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. Die Spaziergänge sind so gestaltet, dass Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

problemlos teilnehmen können. Die Startpunkte sind bequem mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar, und es gibt ausreichend Sitzgelegenheiten sowie Möglichkeiten für Toilettengänge. Wir sind etwa zwei Stunden unterwegs.

Melden Sie sich gerne für unseren nächsten Spaziergang im wunderschönen Botanischen Garten Flottbek an!

KONTAKT:

Sabine Bruhnke,
Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

040-8814177-0

info@alzheimer-hamburg.de

oder über die Online-Anmeldung:

<https://eveeno.com/222183766>

WANN? 04.05.2025, 15:00 - 17:00 Uhr

TREFFPUNKT: Eingang zum Botanischen Garten
Botanischer Garten Klein Flottbek
Ein-Ausgang Ohnhorststraße, 22609 Hamburg

Weitere Termine für Spaziergänge finden Sie auf der Terminübersicht auf der letzten Seite in diesem Rundbrief.

Reyhane Norouzi, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.



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

Ofenkartoffeln mit gebackenen Feta und Kräuterquark

Guten Appetit!

FÜR 4 PERSONEN



FÜR DEN GEBACKENEN FETA:

- 1 Paket Feta aus Schafs- und/oder Ziegenmilch
- 150 g Tomaten
- Je 3 Zweige frischer Thymian und Rosmarin
- 3-5 EL Olivenöl

Den Stielansatz der Tomaten entfernen, Tomaten grob würfeln und mit dem Öl in eine kleine Auflaufform geben. Die Kräuter waschen, von den Stielen streifen und hacken, zusammen mit dem zerbröselten Feta zu den Tomaten geben. Für 20 - 30 Min. zu den Kartoffeln in den Ofen geben.

FÜR DIE OFENKARTOFFELN:

- 1,2-1,5 kg Kartoffeln
- 1 EL frischer Rosmarin, gehackt
- 3 EL Olivenöl

ZUBEREITUNG

Die Kartoffeln je nach Geschmack schälen oder gut waschen und längs achteln. In einer großen Schüssel Olivenöl, Salz, Pfeffer und den Rosmarin mischen, die geschnittenen Kartoffeln zugeben und alles gut vermengen.

Ein Blech mit Backpapier auslegen und die Kartoffeln in einer Lage darauf geben. Bei etwa 200 Grad im vorgeheizten Ofen etwa 30-40 Min. backen.

FÜR DEN KRÄUTERQUARK:

- ca. 3 EL verschiedene TK-Kräuter (z.B. 8-Kräuter-Mischung, italienische Kräuter, Basilikum etc.)
- 250 g Magerquark
- 250 g Speisequark 20%
- 250 g Speisequark 40%
- 1-2 EL Olivenöl
- evtl. etwas Milch
- Salz, Pfeffer

Quark und Öl in eine Schüssel geben, Kräuter zugeben und gut verrühren. Etwas Milch zugeben, falls die Mischung zu fest erscheint, mit Salz und Pfeffer abschmecken und gut durchziehen lassen.

Neues Angebot für Menschen mit beginnender Demenz im Tagestreff Bergedorf: Gedächtnis trainieren – Erinnerung wecken

In der Gruppe für Menschen mit beginnender Demenz werden durch gezielte Übungen und mit viel Spaß die kognitiven Fähigkeiten der Teilnehmer*innen gefördert.

Das Gedächtnis zu trainieren kann nicht nur die Merkfähigkeit verbessern, sondern hilft auch dabei, länger Vergessenes wieder ins Gedächtnis zu rufen. Die passenden Übungen bringen nicht nur Spaß, sondern fördern auch die Alltagskompetenz.

Gemeinsam nach Lösungen zu suchen und der Austausch untereinander schaffen wichtige soziale Kontakte, stärken die Selbstwirksamkeit und den Zusammenhalt.

Die Gruppe trifft sich jeden zweiten und vierten Mittwoch im Monat von 10 bis 12 Uhr im Tagestreff Bergedorf, in der Holtenklinker Straße 44.



Eine vorherige Anmeldung ist telefonisch unter 040 – 88 14 177 - 0 oder per Mail an info@alzheimer-hamburg.de erforderlich.

Clarissa Rago, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

ROT-GELB-GRÜN:

Gedächtnistraining in Rissen und für zu Hause

Unsere „Ampel“-Übung ist nicht politisch und mit dem Straßenverkehr hat sie auch nicht viel am Hut.



Es ist eine Übung, mit der wir gezielt unsere Konzentration stärken können. Das Training eignet sich gut für Gruppen, kann aber auch zu Hause zu zweit durchgeführt werden. Hilfreich ist es, eine Ampel mit den Farben rot, gelb und grün auf einem DIN A4 Zettel oder auf der Flipchart vorzubereiten.

Jetzt sollen die Teilnehmer*innen in der Abfolge einer Ampelschaltung abwechselnd Gegenstände nennen, die zunächst rot, dann gelb und dann grün sind. Beispiel: Der/die erste Teilnehmer*in nennt

einen roten Gegenstand, z. B. Tomate. Der/die Zweite ist nun an der Reihe einen gelben Gegenstand zu finden. Der oder die Dritte überlegt sich einen grünen Gegenstand und so weiter. Bei dieser Übung müssen die bereits genannten Gegenstände nicht wiederholt werden. Die Herausforderung besteht darin sich zu merken, welche Farbe war dran und zu welcher Farbe muss der oder die jeweilige Teilnehmer*in einen Gegenstand finden. Diese Rot-Gelb-Grün-Übung haben wir bereits einige Male in unserer Erinnerungswerkstatt in Rissen mit viel Freude erprobt.

Aktuell sind in unserer Gruppe für Menschen mit beginnender Demenz in Rissen zwei Plätze frei. Wir treffen uns zweimal monatlich mittwochs vormittags beim ASB in der Rissener Dorfstraße.

Weitere Infos unter 881417716
Maren Niebuhr-Rose

Maren Niebuhr-Rose, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.



Tanzcafé im Mai

WIR FREUEN UNS AUF SIE!



Ein geselliger Nachmittag bei Kaffee, Kuchen und Live-Musik für Menschen mit Demenz und An- und Zugehörige

Samstag, 17. Mai 2025
15:00 – 17:00 Uhr

Gemeindehaus der Ev. Luth. Kirchengemeinde Wandsbek
Kedenburgstraße 14
22047 Hamburg

Information und Anmeldung
Tel.: 040 – 88 14 177 0
info@alzheimer-hamburg.de
Wandsbeker Allee 68
22041 Hamburg
www.alzheimer-hamburg.de

WIR FREUEN UNS ÜBER EINE SPENDE!

Stiftung Alzheimer Gesellschaft Hamburg



Die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. im Hamburger Wochenblatt

Ausgabe Wandsbek vom 08.02.2025, Seite 8

Wir freuen uns, dass das Hamburger Wochenblatt über unsere Angebote für Demenz Betroffene und Angehörige berichtet wie das Alzheimer-Telefon, den Malgruppen, den Spaziergängen und den Chören Vergissmeinnicht u.v.m.



Mitarbeiter der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.: Maria Frank, Maria Stein, Clarissa Foga und Jens Weibung (v.l.).

Kreative Hilfe für Betroffene

ALZHEIMER GESELLSCHAFT Ehrenamtliche und Spender gesucht

WANDSBEK „Mit vom Geist“: „ohne Geist“ oder auch das „Fehlen des Verstandes“ – so kann der Begriff „Demenz“ aus dem Lateinischen übersetzt werden. Das ist wenig charmant und es stimmt auch nicht. Wer an Alzheimer (die bekannteste Form von Demenz) leidet, hat keineswegs seinen Verstand verloren. Der Vorstand hat sich eine Vision gesetzt.

MARINA JENSEN

Als „Demenz“ bezeichnet Medizin einen fortschreitenden Verlust der geistigen Leistungsfähigkeit. Es kann zu Sprachstörungen und großer Vergesslichkeit kommen. Für viele Erkrankte und ihre Angehörigen ist das kaum zu ertragen. Andererseits werden bei Menschen, die an Demenz erkranken, neue Talente und Vorlieben sichtbar. Die daraus entstehende Kreativität zu entdecken und neue Lebensstile zu entwickeln, dabei hilft die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. mit Hilfe der Wandsbeker Allee 68. Der Verein hat über 600 Mitglieder und etwa 120 ehrenamtliche Helfer.

„Diagnose Demenz? – Wir helfen Ihnen!“ So heißt einer von vielen Plakaten, mit denen der Verein seine Hilfsangebote umsetzt. Erste Anlaufstelle ist die „Alzheimer Telefon“: Alle Anliegen von Menschen mit beginnender Demenz können dort von Betroffenen oder ihren Angehörigen in aller Ruhe besprochen werden.

„Das sind nicht immer einfache Gespräche“, erklärt Marina Stein, Leiterin der telefonischen Beratungsdienste. „Es beruht auf viel Erfahrungswissen und viel Geduld. Aber wir nehmen uns die Zeit, ausführlich mit den Anrufern zu sprechen. Die Betroffenen dürfen auch gerne ein zweites oder ein drittes Mal anrufen.“

Die Telefon-Berater sind gut geschult. Über das Telefon lassen sich auch Hausbesuche vereinbaren. Die sind im ganzen Hamburger Stadtgebiet möglich. Für Angehörige von Betroffenen, die sich von der Pflegeinstitution überlastet fühlen, bietet der Verein eine psychosoziale Beratung an.

Das Alzheimer Telefon (040 – 472336) ist von Montag bis Freitag von 10-13 Uhr sowie Montag, Dienstag und Donnerstag zusätzlich von 13-16 Uhr erreichbar. Umgeblich umfangreich das Mitarbeiterbüro des Vereins für Menschen mit Demenzerkrankung in den verschiedenen Einrichtungen. So gibt es Tagestreffs in Wandsbek und Bergedorf. Dort gibt es Mittagessen und bei schönem Wetter auch Kaffee und Kuchen im Kräutergarten.

Kreative Schaffen wird in verschiedenen Malgruppen angeboten. Die Teilnehmer erlernen z. B. die Fertigkeiten des Zeichnen in der Maltechnik. Aber wir nehmen uns die Zeit, ausführlich mit dem Namen „Vergissmeinnicht“ gibt es in Altona, Wandsbek und Volkendorf. Menschen mit Demenz, die gehörige und weitere Menschen, sitzen dort miteinander. Es gibt Gruppen, die sich mit Lektoren befassen. Ausflüge und Spaziergänge werden organisiert. Für Menschen mit beginnender Demenz werden „Ferien-Angebote“ im Oktober/Ende März organisiert.

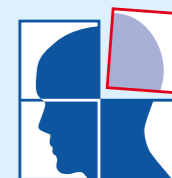
Es sind viele Angebote, aber sicherlich nicht genug. In Deutschland sind etwa 1,6 Millionen Menschen von einer Demenzerkrankung betroffen. In Hamburg sind es rund 34.000 Menschen. Schätzungen zufolge wird sich die Anzahl bis 2050 nahezu verdoppeln. Grund genug, Alarm zu schlagen. Der Verein Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. sucht Spender: neue Mitglieder und ehrenamtliche Mitarbeiter.

www.alzheimer-hamburg.de

Hier geht es zum Artikel:
<https://emag.hamburger-wochenblatt.de/titles/hamburgerwochenblatt/14380/publications/5207/pages/8>



Stiftung Alzheimer Gesellschaft Hamburg



Die Stiftung Alzheimer Gesellschaft Hamburg wurde 2010 gegründet. Alleiniger Stiftungszweck ist die Bereitstellung von Fördermitteln für Angebote der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. Ziel ist es, die Angebote und Arbeit des Vereins für Menschen mit Demenz und Angehörige unabhängig von befristeten Zuschüssen der öffentlichen Hand und anderer Förderungen aus Erträgen des Stiftungskapitals abzusichern.

Unterstützen Sie die wertvollen Beratungsangebote der Alzheimer Gesellschaft Hamburg

Die Stiftung Alzheimer Gesellschaft Hamburg engagiert sich tatkräftig für die Unterstützung von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen. Wir fördern die zahlreichen Beratungsangebote, die in den letzten Jahren von der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. aufgebaut wurden, um den Betroffenen und ihren Familien bestmöglich zur Seite zu stehen.

Das Beratungsangebot ist vielfältig: Es reicht von einer ersten allgemeinen Beratung bis hin zu spezielleren Angeboten für Menschen im frühen Stadium der Demenz oder für jüngere Betroffene. Auch erhalten Sie umfassende Informationen zu technischen Hilfsmitteln, die den Alltag von Betroffenen erleichtern können.

Diese Beratungsdienste finden nicht nur in der Hauptgeschäftsstelle statt, sondern auch in den regionalen Treffpunkten in Wandsbek und Bergedorf. Darüber hinaus bietet die Alzheimer Gesellschaft Hamburg aufsuchende Beratungen direkt bei den Betroffenen und ihren Angehörigen zu Hause an. So wird sichergestellt, dass Hilfe und Unterstützung dort ankommen, wo sie am dringendsten benötigt werden – flexibel, direkt und in der Nähe.

Leider erhält die Alzheimer Gesellschaft Hamburg für diese wichtigen Beratungsangebote keine gesetzliche Förderung. Daher ist die Organisation

auf private Spenden und Drittmittel angewiesen, um diese wertvollen Angebote weiterhin anbieten und ausbauen zu können. Jede Spende, sei sie auch noch so klein, trägt dazu bei, die Beratungsdienste aufrechtzuerhalten und langfristig zu sichern.

Wenn Sie die Arbeit der Alzheimer Gesellschaft Hamburg unterstützen möchten, freuen wir uns über Ihre Spende mit dem Verwendungszweck „Beratungsangebote“. Der Vorstand der Stiftung bedankt sich herzlich für Ihr Engagement!

BERATUNGSANGEBOTE

STIFTUNG
ALZHEIMER GESELLSCHAFT HAMBURG

IBAN DE29 2007 0024 0197 7719 00
Verwendungszweck:
„Beratungsangebote“

Die Stiftung im Überblick:

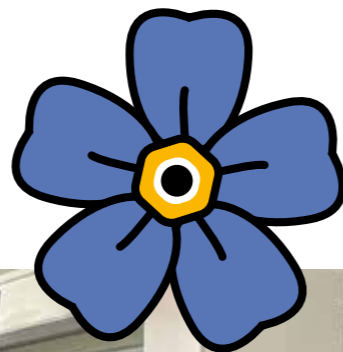
Geförderte Projekte der AGH in den letzten Jahren:

- Spaziergänge in der Natur
- Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Frontotemporaler Demenz
- Tagestreffs
- Malgruppen
- Aktualisierung der Website

Einzelspenden in 2024: 5.220 €
Zustiftungen in 2024: 2.450 €

Vorstandsmitglieder aktuell:
Anne Woywod (Vorsitzende)
Dr. Bettina Mutschler (stellv. Vorsitzende)
Ingrid Neubauer
Kurt Pustal

Wenn Du singst, singen andere mit – 22 angehende Pfleger*innen besuchen den Vergissmeinnicht Chor Wandsbek



HAMBURG-WANDBEK AM 4. MÄRZ 2025

„Was ist denn hier los?“, staunt Helga, die als erstes Stamm-Mitglied des Vergissmeinnicht Chores Wandsbek an diesem Dienstag den Proberaum betritt.

Denn anstatt, dass ihre vertrauten Mitsänger*innen den Halbkreis bevölkern, haben 22 fremde Personen im Alter von 19- bis Mitte 30 Jahren schon ganz viel Raum im Kulturschloss Wandsbek eingenommen. Die Frauen und Männer machen sonst ihre Ausbildung an der Pflegeschule BS12 in Hamburg-Borgfelde. Heute aber haben sie das Klassenzimmer gegen eine Chorprobe eingetauscht. Noch wissen sie nicht, dass viele von ihnen zwei Stunden später singend und angeregt den Nachhauseweg antreten werden. Deshalb lautet die Antwort auf Helgas Frage erst einmal: „Wir besuchen Euch heute“!

FIT UND BEWEGT

Aber für die Chorleiterin Monika Röttger bedeutet der Besuch nicht, dass die Pflegschüler*innen ausschließlich als Zaungäste beobachten, wie demenzsensibel gesungen wird. Sie möchte die Auszubildenden voll ins Geschehen einbeziehen und gibt vor dem Start noch ein kurzes Briefing mit:

„Einige Körperübungen, die wir hier machen, mögen merkwürdig wirken oder klingen, und sie können Euch belustigen“, merkt Frau Röttger an. „Aber all das ist wichtig und wird aus dem Grund gemacht, das Gehirn und die Atmung anzuregen oder die Koordination zu verbessern.“

Und dann geht es auch schon los. Das anfängliche, stellenweise Gekicher wird im Laufe der ersten Stunde zum herzlichen Lachen. Über sich

selbst; wenn die Gäste feststellen, dass sie an ihrer „Hand-Sicht-Körperkoordination“ noch zu arbeiten haben, während die Sänger*innen des Chores ganz routiniert Text, Melodie und Bewegung zusammenbringen. Da haben die vermeintlich älteren Chor- Sänger*innen die Nase vorne!

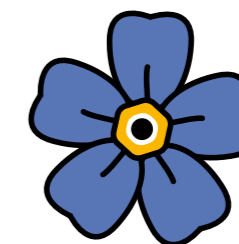
KAFFEEPAUSE UND EIN ZWEITES DATE

Nach den vielen Liedern aus Norddeutschland, Afrika, Kuba oder Neuseeland wird es Zeit für eine Pause. Eine Stunde nach Probebeginn tauschen sich erste Grüppchen von Chor und Pflegschüler*innen bei Kaffee und Keksen aus. Die Stimmung ist freundlich. „Hätte ich nicht gedacht, dass das so viel Spaß macht“, sagt eine junge Pflegschülerin, die in den Bewegungsgliedern ausgelassen mitgetanzt hat. Die Chormitglieder nicken und freuen sich über das Kompliment.

Sie nehmen diese Freude in die zweite Halbzeit mit. Zum Schluss wird ein Lied von Robert Metcalf

gesungen: „Wenn Du singst, singen andere mit“. Miteinander tanzt, lacht, singt und winkt ein Megachor aus über 40 Menschen, die sich zwei Stunden vorher zum ersten Mal begegnet waren und sich bald wieder treffen werden.

Denn die Gegeneinladung folgt auf dem Fuße: „Möchtet Ihr zu uns in die Schule kommen und dort auftreten?“ fragt die Ausbilderin Frau Müller. Ehe der Chor zusagen kann, mischt sich noch ein Auszubildender ein: „Aber nur, wenn wir auch ein-zwei Stücke mitsingen dürfen, okay?“



Der Vergissmeinnicht Chor Wandsbek tritt am 13.05.2025 in der BS12 und am 04.07.2025 im Kulturschloss Wandsbek auf. Weitere Infos auf der Webseite.

Kristina Bischoff, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

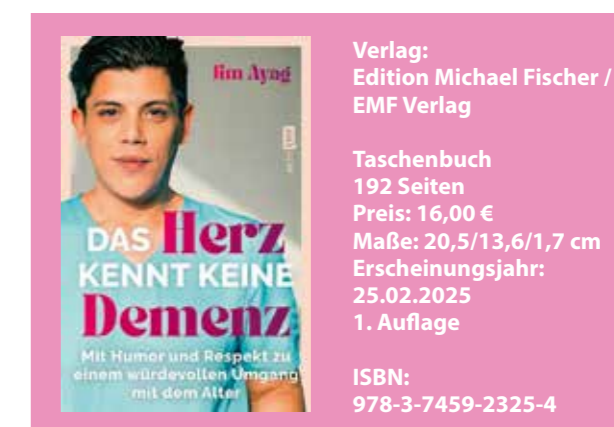
BUCHTIPP: Das Herz kennt keine Demenz von Jim Ayag

In „Das Herz kennt keine Demenz“ teilt der erfahrene Altenpfleger und Pflege-Influencer Jim Ayag (derjim_official) seine Erlebnisse und Gedanken zum Umgang mit Demenz Betroffenen.

Das Buch richtet sich sowohl an Angehörige als auch an professionelle Pflegekräfte und vermittelt auf einfühlsame Weise, wie man Menschen mit Demenz mit Würde, Respekt und Humor begegnen kann.

Besonders eindrucksvoll sind die authentischen Geschichten aus dem Pflegealltag, die zeigen, dass Demenz nicht nur eine Herausforderung, sondern auch eine Chance für neue Formen der Begegnung sein kann. Ayag plädiert für mehr Empathie in der Pflege und zeigt, wie kleine Gesten und ein liebevoller Umgang das Leben von Betroffenen und Pflegenden gleichermaßen bereichern.

Das Buch überzeugt durch eine leicht verständliche Sprache, persönliche Anekdoten und praxisnahe Tipps, die direkt im Pflegealltag angewendet



Verlag:
Edition Michael Fischer /
EMF Verlag

Taschenbuch
192 Seiten
Preis: 16,00 €
Maße: 20,5/13,6/1,7 cm
Erscheinungsjahr:
25.02.2025
1. Auflage

ISBN:
978-3-7459-2325-4

werden können. Besonders wertvoll ist Ayags Perspektive als jemand, der täglich mit Demenzkranken arbeitet und deren Bedürfnisse hautnah erlebt.

Fazit: Ein bewegendes und praxisnahes Buch, das Mut macht und Denkanstöße liefert. Ideal für alle, die sich mit dem Thema Demenz auseinandersetzen – sei es beruflich oder privat.

Reyhane Norouzi, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Kreativ sein und Gemeinschaft erleben im Treffpunkt Wandsbek

Zweimal im Monat verwandelt sich der Treffpunkt für Menschen mit beginnender Demenz in ein Atelier.

Farben, Pinsel, Stifte, Stempel, Kreiden und verschiedene andere Malutensilien bestimmen das Bild und laden zum Malen und Experimentieren ein.

Dies geschieht in einer vertrauensvollen Atmosphäre und in einem achtsamen und respektvollen Umgang miteinander.

Kunsttherapeutinnen begleiten die Malgruppe, regen an und stehen für Fragen und Gespräche zur Verfügung.

Einige Teilnehmende kommen mit einer festen Idee im Kopf, andere entdecken ihre künstlerischen Potentiale und Ausdrucksmöglichkeiten.



Das spielerische, wertfreie Umgehen und freie Experimentieren mit Farben und Formen wirkt sich positiv auf das Selbstvertrauen aus und ermöglicht den Ausbau und Erwerb von vorhandenen oder neuen Fähigkeiten.

„Ich habe nicht gewusst, dass ich so etwas kann. Ist ja ein richtiges Kunstwerk!“ So äußert sich begeistert eine Teilnehmerin der Malgruppe. Zudem kann man oft eher in Bildern ausdrücken, was einen bewegt. Dies gilt umso mehr, wenn andere Formen der Mitteilung wie Sprechen oder Schreiben im Verlauf der Krankheit immer weniger möglich sind.



Alle Bilder aus der Malgruppe Treffpunkt Wandsbek, © AGH

Falls Sie Lust haben, die Malgruppe kennenzulernen vereinbaren Sie einen Schnuppertermin.

WANN: Der Termin ist jeden 2. und 3. Montag im Monat | 15:00 -17:00 Uhr

WO: Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V., „Treffpunkt Wandsbek“, Litzowstraße 20, 22041 Hamburg-Wandsbek

KONTAKT: Bei Interesse, schreiben Sie gern eine E-Mail an: info@alzheimer-hamburg.de

Beate Fuchs, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.



Suchen Sie noch nach einem besonderen Ostergeschenk? Das Kochbuch vom Tagestreff Wandsbek

Unser Tagestreff Wandsbek hat ein einzigartiges Kochbuch mit dem Titel „Probier mal!“ herausgebracht. Wie Rainer Heydenreich, Teilnehmer des Tagestreffs Wandsbek, treffend sagte: „Wir haben ein Kochbuch gemacht, das etwas ganz Besonderes ist, und wir möchten, dass Sie es auch ausprobieren ... sonst bringt es nicht viel mit dem Kochbuch.“



eignet sich perfekt als Geschenk zu Ostern oder anderen Anlässen – für Sie, Ihre Angehörigen und zur Unterstützung unserer Arbeit.

Bei Interesse freuen wir uns über Ihre Anfrage. Rufen Sie uns einfach an oder senden Sie eine E-Mail! Telefon: 040 – 88 14 177 21 E-Mail: r.norouzi@alzheimer-hamburg.de

Wie können Sie das Kochbuch bekommen? Das Kochbuch ist für 19,- Euro erhältlich, aber auch gerne für eine höhere Spende. Auf Wunsch stellen wir Ihnen eine Spendenquittung aus. Es

WIR DANKEN ALLEN UNSEREN SPENDER*INNEN FÜR DIE VERTRAUENS- UND WERTVOLLE UNTERSTÜTZUNG. SPENDEN SEIT DEM 28.11.2024:

GESPENDET VON	BETRAG
Björn K.	300 €
Charlotte B.	300 €
Christiane H.	300 €
Cornelia H.	300 €
Wild E. U. M	300 €
Lydia P.	350 €
Thomas A.	500 €
Jutta G.	500 €
Vossloh Rail Services GmbH	625 €
Stiftung für Engagement in Hamburg-Bergedorf	690 €
Peter D.	1.000 €
Gerhard und Gertrud Schmieder Stiftung	1.000 €
Bettina und Klaas S.-B.	1.000 €
Spiegel-Verlag	1.000 €
Ulrich und Regine R.	1.000 €
Claus und Hanne H.	1.000 €
Peter Alfred v. d. P.	1.200 €
Space Party Crew Against Aids e.V.	1.500 €
Fraju-Stiftung	1.800 €
Lange Rode Stiftung	2.000 €
Katja N.	2.000 €

AUFRUF: DEMENZ-BUTTON
 Unterstützen Sie uns mit einer Spende!
www.betterplace.org/de/projects/134636?utm_

Ich habe eine Demenz & bitte um Geduld.
 Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. Selbsthilfe Demenz

FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ!

FÜR ALLE DIE SICH SOLIDARISCH ERKLÄREN!

Menschen mit Demenz gehören in unsere Mitte.
 Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. Selbsthilfe Demenz

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

Jeden Dienstag wird gesungen!

Wir freuen uns
über neue
Sänger*innen!

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

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

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

Kurse für Angehörige

Wochenendkurse für Angehörige

„Wenn die vertraute Welt im Vergessen versinkt ...“

Freitag, 16.05.2025 | 16:00 – 19:30 Uhr

Samstag, 17.05.2025 | 10:00 – 16:30 Uhr

Freitag, 06.06.2025 | 16:00 – 19:30 Uhr

Samstag, 07.06.2025 | 10:00 – 16:30 Uhr

„Hart an der Grenze“

1. Teil: Samstag, 26.04.2025 | 10:00 – 16:00 Uhr

2. Teil: Samstag, 10.05.2025 | 10:00 – 16:00 Uhr

„Frontotemporale Demenz“

1. Teil: Freitag, 13.06.2025 | 16:00 – 19:30 Uhr

2. Teil: Samstag, 14.06.2025 | 10:00 – 16:30 Uhr

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

Präsenz-Veranstaltungen

Schulungsreihe für Freiwillige – Menschen mit Demenz
und Angehörige in der Häuslichkeit besuchen und begleiten.

Nächster Termin:

Donnerstag, 10.04.2025 | 16:00 – 19:00 Uhr |

Schulung Aktivierung von Menschen mit Demenz

Weitere Termine der Schulungsreihe entnehmen

Sie bitte unserer Website

Infoveranstaltung: Wertschätzende Kommunikation
mit Menschen mit Demenz

Donnerstag, 05.06.2025 | 17:00 – 19:00 Uhr

Tanzcafé im Mai

Donnerstag, 17.05.2025 | 15:00 – 17:00 Uhr | Ein geselliger
Nachmittag bei Kaffee, Kuchen und Live-Musik für
Menschen mit Demenz und An- und Zugehörige

Ort: Gemeindehaus der

Ev. Luth. Kirchengemeinde Wandsbek | Kedenburgstraße 14 |
22047 Hamburg

Betreuungsrecht und Vorsorgevollmacht

Donnerstag, 22.05.2025 | 17:00 – 19:00 Uhr

Ankerpunkt Junge Demenz Hamburg mal ANDERS
Bewegung entdecken: Improvisation und Kreativität im Tanz
Samstag, 24.05.2025 | 11:00 – 13:00 Uhr | Bewegung
entdecken: Improvisation und Kreativität im Tanz

Infoveranstaltung: Wertschätzende Kommunikation
mit Menschen mit Demenz

Donnerstag, 05.06.2025 | 17:00 – 19:00 Uhr

Leistungen der Pflegeversicherung

Dienstag, 10.06.2025 | 17:00 – 19:00 Uhr

Alle Veranstaltungen bis auf Tanzcafé

Ort: Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V. |

Wandsbeker Allee 68 | 22041 Hamburg

Spaziergänge für Menschen mit Demenz und Angehörige

Botanischer Garten, Sonntag, 04.05.2025 | 15:00 – 17:00 Uhr
Treffpunkt: Eingang zum Botanischen Garten

Ohlsdorfer Parkfriedhof, Sonntag, 22.06.2025 | 15:00 – 17:00 Uhr
Treffpunkt: Eingang Infohaus, Bushaltestelle

„Entlang an der Wandse“, Sonntag, 19.07.2025 | 15:00 – 17:00 Uhr
Treffpunkt: Eingang Infohaus, Bushaltestelle

Online-Veranstaltungen

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

Kostenfreie Online – Schulung

Menschen mit Demenz – verstehen und begleiten

Kurzschulung auf Basis der Demenz Partner Schulung

Donnerstag, 24.04.2025 | 14:00 – 16:00 Uhr

Mittwoch, 28.05.2025 | 16:00 – 18:00 Uhr

Mittwoch, 25.06.2025 | 14:00 – 16:00 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

Kostenfreie Schulungen zur ehrenamtlichen Tätigkeit
in unserem Helferkreis:

Menschen mit Demenz besuchen und betreuen

Ort: Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V. |

Wandsbeker Allee 68 | 22041 Hamburg