

RUNDBRIEF

30

JAHRE


Alzheimer Gesellschaft
Hamburg e. V.
Selbsthilfe Demenz





Jubiläum 30 Jahre | Interview | 5. Norddeutscher Fachtag Demenz |
Kochbuch vom Tagestreff Wandsbek | Termine

Grußwort	01
30 Jahre Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.	02 - 03
Interview	04 - 05
Grußwort	06
5. Norddeutscher Fachtag Demenz	07
602 starke Stimmen: Die Mitglieder der Alzheimer Gesellschaft Hamburg im Fokus	08
Weitere Förderung in 2024 durch die Lothar Protzek Stiftung	08
Steckbrief von der neuen Projektleitung des Vergissmeinnicht Chores in Altona	09
Neu im Team: Lotta Tengelman	09
Unsere Kochrezepte: Tagestreff Wandsbek und Bergedorf	10
Der Tagestreff Wandsbek bringt ein eigenes Kochbuch heraus	11
Vortrag „Kommunikation mit Menschen mit Demenz	12
Weihnachtspost an die Angehörigengruppen Flottbek I & II, Lurup und Eidelstedt	13
Menschen mit Demenz in jüngeren Jahren –	14
Gesprächsgruppe für Jung Erkrankte gibt sich eigenen Namen: Trotz-Dem	
Stiftung Alzheimer Gesellschaft Hamburg	15
Vorstellung: Netzwerk Praxiskompetenz Demenz Wandsbek	16
Praktikumsbericht von Jana Juds	16 -17
Hochwasser im Tagestreff Bergedorf	17
Buchtipps: Demenz – Land des Vergessens	18
Alzheimer Telefon	19
Unterstützen Sie Demenz Betroffene in Hamburg mit Ihrer Spende	20 - 21
Spenden	21
Termine	22

Mitgliederbrief 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 Neuesten 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.



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:
30 Jahre Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V. | © AGH

Liebe Mitglieder der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.,

vor Ihnen liegt eine besondere Ausgabe des Rundbriefes, die Ausgabe zum 30 jährigen Jubiläum der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Mit einem Artikel und einem Interview mit ehemaligen und aktuellen Vorstandsmitgliedern blicken wir auf die Entwicklung des Vereins in den letzten 30 Jahren zurück, schauen aber auch in die Zukunft. Und natürlich wird das Jubiläum auch gefeiert. Alle Mitglieder haben in den letzten Wochen eine Einladung erhalten, um gemeinsam am Freitag, 26.04.2024, von 13.30 – 17.00 Uhr, in der Kulturküche am Alsterdorfer Markt mit uns zu feiern. Ein Artikel zum Programm finden Sie auf den nächsten Seiten.



Ann-Kathrin Blank, © AGH

Mein Name ist Ann-Kathrin Blank. Beruflich arbeite ich in einer Hamburger Klinik und dort schwerpunktmäßig in der neurologischen Komplexbehandlung. Persönlich bin ich mit der Alzheimer Gesellschaft Hamburg schon viele Jahre im Rahmen meiner beruflichen Tätigkeit als Ergotherapeutin verbunden, richtig eng wurde dann die Zusammenarbeit 2016 mit dem Eintritt in den Vorstand.

Zur Alzheimer Gesellschaft bin ich durch Gudrun Schaade gekommen, die sich als Ergotherapeutin und Mitglied der Alzheimer Gesellschaft viele Jahre engagiert dafür eingesetzt hat, innerhalb der Ergotherapie das Thema Demenz fachlich zu verbreiten. Bei der Teilnahme an einem Demenz-Gottesdienst der Alzheimer Gesellschaft, ist dann der Kontakt zu langjährigen Vorsitzenden, Tobias Götting, entstanden. Er hat mich dann auch gefragt, ob ich Interesse an einer Mitarbeit im Vorstand hätte.

Der Vorstand wurde im Oktober letzten Jahres neu gewählt und in der nachfolgenden konstituierenden Sitzung des Vorstandes wurde ich dann zur stellvertretenden Vorsitzenden gewählt. Es ist eine besondere Ehre für mich und ich möchte in die Arbeit des Vereins insbesondere meine ergotherapeutische Kompetenz einbringen. Gerne können Sie mich dafür

auch persönlich über die Geschäftsstelle der Alzheimer Gesellschaft kontaktieren.

In weiteren Beiträgen berichten wir in dem Rundbrief über den kommenden Fachtag der Norddeutschen Alzheimer Gesellschaften am 19.04.2024 in Lüneburg und geben schon mal mit einem Rezept der Gäste aus den Tagestreff in Wandsbek einen „Appetizer“ auf das im April erscheinende Kochbuch, welches Gäste, Ehrenamtliche und Mitarbeitende des Treffpunkts erstellt haben.

Ich freue mich Sie auf unserem Jubiläum zu sehen und wünsche Ihnen einen guten Start in den Frühling.



**Herzliche Grüße,
Ihre Ann-Kathrin Blank**

- stellvertretende Vorsitzende -
E-Mail: info@alzheimer-hamburg.de

30 Jahre Alzheimer Gesellschaft Hamburg

Ein Beispiel für die Wirkung und den unschätzbaren Wert der Selbsthilfe von Angehörigen und Menschen mit Demenz



Am 23. Februar 1994 wurde die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. formell gegründet und besteht damit in diesem Jahr seit 30 Jahren. Ins Leben gerufen wurde der Verein von Angehörigen und professionellen Fachpersonen.

Auch damals haben Angehörige von Menschen mit Demenz Beratung und Hilfe in ihrer Situation gesucht. Damals war weder das Wissen über die Erkrankung noch mögliche Angebote zur Unterstützung so ausgeprägt, wie dies heute der Fall ist. Aber es gab bei der heutigen HAMBURGISCHEN BRÜCKE bereits eine psychosoziale Beratungsstelle für ältere Menschen und ihre Angehörigen. Hier wurden auch erste Schulungen für pflegende Angehörige angeboten. Und wie es auch heute in den Kursen ist, haben die Angehörigen von dem Fachwissen profitiert, aber insbesondere die Erfahrung gemacht, wie entlastend es ist, sich mit Gleichbetroffenen auszutauschen, ohne große Erklärungen sich verstanden zu fühlen und nicht allein zu sein. Ohne es bewusst gesucht zu haben, haben sie erlebt, wie Selbsthilfe wirkt und einen tragen kann. Der Gedanke, dies auch nach der Schulung fortzusetzen war dann naheliegend, und so entstand die erste Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz in Barmbek. Und klar, die Gruppe musste für andere erreichbar sein. Es war also eine Telefonnummer nötig.

So entstand bald darauf das bis heute unter der Nummer 040 – 47 25 38 von Angehörigen und engagierten Ehrenamtlichen besetzte Alzheimer-Telefon. Auf die Beine gestellt wurde

dies von Seiten der damaligen Angehörigen, wesentlich von Marte Speetzen, die dann auch die erste Vorsitzende des Vereins wurde.

Diese ersten Schritte wären ohne Unterstützung durch professionelle Fachexpertise nicht so leicht möglich gewesen. Zu nennen sind hier insbesondere Prof. Dagmar Demme, die den in den USA damals schon weitverbreitenden „Spirit“ der Selbsthilfe einbrachte, aber auch die innovative Kompetenz von Dr. Jens Bruder und Dr. Jan Wojnar in der Beratung und der Begleitung von Menschen mit Demenz und Angehörigen.

Das Zusammenspiel von Angehörigen und beruflichen Fachpersonen hat dazu beigetragen, dass die Alzheimer Gesellschaft sich schnell in Hamburg als zentrale Anlaufstelle für Angehörige von Menschen mit Demenz etablieren hat. Wichtig für eine lebendige Selbsthilfe war dabei, dass tragend die Angehörigen die inhaltliche Entwicklung des Vereins bestimmt haben.



Tobias Götting (ehemaliger Vorsitzender), Dr. C. Wächter (ehemaliger Beisitzer), Ingrid Neugebauer (ehm. stellvertretende Vorsitzende) in den Anfängen der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V., © AGH

Bis Ende der 90er Jahre wurde die Arbeit ausschließlich von Angehörigen und Ehrenamtlichen übernommen. Mit einer ersten Zuwendungsförderung der Stadt Hamburg konnte dann eine erste Stelle für die Gewinnung und Begleitung von Ehrenamtlichen eingerichtet werden. Mit Aufnahme von geförderten Betreuungsangeboten für Menschen mit Demenz in die Pflegeversicherung



Ein Herz für die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. von den Gästen des Tagestreff Wandsbek, April 2024, © AGH

konnten im Jahr 2003 die Angebote weiter ausgebaut werden. Es entstanden parallele Betreuungsgruppen zu den Selbsthilfegruppen und der häusliche Besuchsdienst. Die Ausweitung der Angebote war verbunden mit der Einführung eines systematischen Kostenmanagement und Übernahme von Personalverantwortung. Ein Glücksfall in dieser Phase der Vereinsentwicklung war der Vorsitzende Heinz-Adolf Giese. Er brachte seine Managementkompetenzen aus seiner früheren Tätigkeit bei der Stiftung Alsterdorfein und verstand es gut die Balance zwischen Selbsthilfe und ehrenamtlichen Unterstützungsleistungen zu halten.

Nach den Betreuungsangeboten kam dann 2006 mit der Unterstützung der Selbstorganisation pflegender Angehöriger in Wohn-Pflege-Gemeinschaften ein weiteres Angebot hinzu. Dies ergänzte sich bald um das Angebot der Patinnen und Paten für alleinstehende Menschen mit Demenz in Wohn-Pflege-Angeboten. Und wieder konnte der Verein in dieser Phase mit dem Vorsitzenden Tobias Götting jemanden finden, der es einerseits mit Umsicht und Ruhe ermöglichte, dass der Verein stabil wachsen konnte und andererseits die Situation und Bedarfe von Menschen mit Demenz in der Öffentlichkeit ausgezeichnet vertreten konnte.

Dass die Selbsthilfe auch nach mittlerweile 15 Jahre im Verein gelebt wurde, zeigte sich dann 2008. Erstmals meldeten sich nun vermehrt auch Menschen, die im frühen Stadium einer Demenz erkrankt sind zu Wort, um eigene Angebote zu initiieren. Es entstanden zunächst eine begleitete Gesprächsgruppen und wenige Jahre danach der erste ganztägige Tagestreff und der erste Chor für Menschen im frühen Stadium einer mit Demenz in

Wandsbek. Heute umfasst die praktizierte Selbsthilfe damit auch den Personenkreis der Erkrankten selbst.

Schließlich kam mit den Angeboten für Menschen mit Demenz in jüngeren Lebensjahren (unter 65 Jahre) 2019 weitere Angebote hinzu, deren Impuls sich direkt aus dem Personenkreis ergab.

In den letzten 30 Jahren ist viel entstanden. Wer hätte das damals gedacht! Motor und Ressourcen zugleich, war dabei immer die Selbsthilfe. Es ist gerade die Kombination von Menschen mit Demenz, Angehörigen, Ehrenamt und fachlicher Expertise, die es ermöglicht Angebote aus der Situation von Menschen bedarfsgerecht und sinnstiftend für weitere Menschen zu entwickeln. Und gleich bedeutsam ist: Die Erfahrung von Unterstützung und Hilfe entsteht und erfolgt hier nicht „top down“, sondern wechselseitig in alle Richtungen. Mit Blick in die Zukunft- auf bereits spürbare und weiter zunehmende Herausforderungen für ein Leben mit Demenz – scheint die Arbeit des Vereins nach 30 Jahren in drei Punkten wieder ein wenig auf Anfang zu stehen.

WIE VOR 30 JAHREN ...

- sind Angehörige und Menschen mit Demenz wieder mehr gefordert sich zusammenzutun und für ihre eigenen Interessen das Wort zu ergreifen!
- braucht es Menschen, aus allen Bereichen, die Skepsis und Resignation mit Engagement, Kreativität und gegenseitiger Ermutigung begegnen!
- erfordert es Menschen, die dieses Engagement und diese Arbeit mit finanziellen Mitteln unterstützen und stärken!

Es sind insbesondere diese Punkte, die die Entwicklung der letzten 30 Jahre überhaupt möglich gemacht haben. Sie waren, sind und bleiben auch der Schlüssel für die nächsten 30 Jahre.

Jörn Wieking, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

„Eine beeindruckende Entwicklung!“ Ein Interview mit Ingrid Neubauer und Angelika Zurbrüggen zum 30 jährigen Jubiläum

Ingrid Neubauer ist seit über 20 Jahren mit der Alzheimer Gesellschaft verbunden und war viele Jahre im Vorstand aktiv. Angelika Zurbrüggen ist seit Oktober 2023 die Vorsitzende des Vereins und engagiert sich darüber hinaus am Alzheimer-Telefon. Beide blicken in dem Interview zurück und nach vorne.

Jörn Wieking (JW): Ingrid, Du warst von 2002 bis 2014 im Vorstand, davon 10 Jahre als stellvertretende Vorsitzende, aktiv. Wie bist Du damals zur Alzheimer Gesellschaft gekommen und was hat Dich als pflegende Angehörige bewogen, sich im Verein zu engagieren?

Ingrid Neubauer (IN): Meine Mutter hatte Verhaltensauffälligkeiten über mehrere Jahre, die von den Ärzten als altersbedingte senile Veränderungen abgetan wurden. Ich bekam keine Unterstützung und war ratlos. Als ein Alleinleben nicht mehr zu verantworten war, holte ich meine Mutter zu uns ins Haus. Die Balance zwischen der Pflege und den Bedürfnissen meiner Familie führten zu Konflikten. 1996 wurde ich auf die Angehörigen-Beratung bei der Hamburgischen Brücke aufmerksam gemacht. Dort fühlte ich mich zum ersten Mal ernst genommen und verstanden. Ich erhielt wichtige Informationen und Ratschläge und wurde auch auf die Alzheimer Gesellschaft hingewiesen, die neben dem Alzheimer Telefon einmal im Monat eine Gesprächsgruppe für Angehörige in Barmbek anbot. Es war die erste Angehörigen-Gruppe, aus der heraus dann auch die parallele Betreuung für die Erkrankten entstanden ist.

Es hat etwas gebraucht, bis ich mich zur regelmäßigen Teilnahme entschloss. Der zündende Funke sprang 1997 auf den Hamburger Alzheimer Tagen über, die damals alle 2 Jahre von der Hamburgischen Brücke und der Alzheimer Gesellschaft gemeinsam organisiert und durchgeführt wurden. Die große Runde der engagierten Menschen - Angehörige wie Professionelle - die Demenzerkrankungen zum Thema machten und sich für entsprechende Unterstützungsangebote und Schulungsangebote im medizinischen und in pflegerischen Bereichen einsetzten, war Pionierarbeit und beeindruckend. Gleichfalls das Angehörigen-Forum der Alzheimer-Tage: Sechs Angehörige saßen auf der Bühne und berichteten offen über ihre Erfahrungen im Zusammenleben mit den



Ingrid Neugebauer + Angelika Zurbrüggen (Vors. Alzh. Gesell.), © AGH

erkrankten Angehörigen. Das war sehr berührend und hat mich gefangen genommen.

Die Gruppenleitung in Barmbek hatten seinerzeit Marthe Speetzen, die erste Vorsitzende des Vereins, und ihre Stellvertreterin Dagmar Demme. Von beiden ging sehr viel Motivation aus, sich für den Angehörigen-Part im Verein einzubringen. So kam ich zur Vorstandsrunde und mit dem Rückzug des ersten Leitungsteams selbst zur Gruppenleitung, die ich bis 2012 zusammen mit Utah Engler übernommen habe. Mit Gründung der Stiftung Alzheimer Gesellschaft Hamburg habe ich dann auf Bitten des Stifters das Klöncafé mit Musik und Tanz initiiert.

JW: Angelika, wie war das bei Dir, wie bist Du zur Alzheimer Gesellschaft gekommen und was hat Dich bewogen sich als Angehörige zu engagieren?

Angelika Zurbrüggen (AZ): Nach der Diagnose Alzheimer meines Mannes, habe ich Rat gesucht und habe die persönliche Beratung in der Geschäftsstelle in Wandsbek aufgesucht. Da mir das Thema Demenz aus meiner persönlichen Situation sehr am Herzen lag und Angehörige und Ehrenamtliche für das Alzheimer-Telefon gesucht wurden, fühlte ich mich angesprochen.

Nach einer umfangreichen Schulung bin ich in das Team sehr herzlich aufgenommen worden. Ich bin immer noch am Beratungstelefon und ich freue mich, Menschen beraten zu dürfen. Später hat mich dann der damalige Vorsitzende, Tobias Götting, gefragt, ob ich mich im Vorstand engagieren möchte. Im ersten Jahr war ich kooptiertes Mitglied, danach zwei Jahre gewählte Beisitzerin und seit Oktober 2023 Vorsitzende des Vorstandes, da Tobias Götting aus gesundheitlichen Gründen leider den Vorsitz aufgeben musste.

JW: Eine Frage an Euch beide, wenn Ihr zurückblickt, welche Unterstützung des Vereins war für Euch damals als pflegende am wichtigsten?

IN: In meiner Erinnerung war für mich am wichtigsten das 'Nicht-Mehr-Allein-Sein', das 'Sich-Verstanden-Fühlen', Verzweiflung und Gefühle aussprechen zu können, die von Menschen in ähnlicher Situation verstanden wurden. Und auch mal gemeinsam lachen zu können über das, was bei aller Problematik, komisch war.

Es waren die verschiedenen Begegnungen auf Augenhöhe mit Menschen aus dem Bereich der Pflege und Medizin - in Erinnerung ist mir z.B. Dr. Wojnar mit seinem Engagement bei herausfordernden Krankheitssituationen.

AZ: Dies war bei mir ähnlich. Auf Grund der Beratung habe ich mich schnell bei der Angehörigengruppe in Wandsbek angemeldet. Der Austausch mit Gleichgesinnten hat mir all die Jahre sehr geholfen.

Ich habe an vielen Kurse und Schulungen, die der Verein angeboten hat, teilgenommen. Eine schöne Auszeit war der gemeinsame begleitete Urlaub mit meinem Mann im Jahre 2016 nach Baabe auf Rügen, die der Verein angeboten hat. Daraus ist ein Stammtisch in Hamburg erstanden. Wir treffen uns noch heute.

JW: Ingrid, wenn Du zurückschaust, wie beurteilst Du die Entwicklung der AGH bis heute? Was waren entscheidende Schritte und welche Herausforderungen für die Zukunft siehst Du?

Die Entwicklung ist für mich beeindruckend. Wenn ich mir das Spektrum der Angebote in der Alzheimer Gesellschaft ansehe, denke ich zunächst an einige, für mich markante Stufen in der Entwicklung. Da ist zunächst die Förderung des Projektes 'Soziales Ehrenamt' durch die Sozialbehörde. Die erarbeiteten Grundlagen stützen die gesamte damalige ehrenamtliche Arbeit des Vereins und bereiteten die Grundlage für den weiteren Ausbau. Es folgte das Projekt für die Ausweitung der Angehörigengruppen und darauf die Entwicklung der Angebote für die Menschen mit einer beginnenden Demenz.

Und ich denke an die vielen Aktivitäten, das Thema Alzheimer und Demenz in die Öffentlichkeit zu tragen - dazu gehören die Gottesdienste, zunächst in Wandsbek und im Kirchenkreis Ost,

später dann abwechselnd in den Hauptkirchen und im Zuge „100 Jahre Alzheimer“ die Lesung mit Musik im Logensaal der Kammerspiele.

Mit der Einführung der Vergütung für Demenzkranke über die Pflegeversicherung wurde mehr Unterstützung über Pflegedienste und ähnliche Institutionen angeboten. Aus meiner Sicht sollte die Alzheimer Gesellschaft verstärkt das Selbsthilfepotential beachten und sich für die Bedürfnisse der Betroffenen einsetzen. Dort konsolidieren, wo es gut läuft, und ein- bzw. nachhaken, wo es nötig ist.

Vielleicht könnte man auch etwas Neues versuchen und eine Art Vereinsforum ins Leben rufen für interessierte Mitglieder, um gemeinsam gute Ideen zu sammeln einschließlich der Wege für die Umsetzbarkeit.

JW: Angelika, Du bist seit Oktober 2023, die Vorsitzende der AGH, welche Herausforderungen für die Zukunft siehst Du?

AZ: Da die Menschen immer älter werden, nimmt auch der Anteil der Menschen, die an einer Demenz erkranken zu. Wir haben einen Fachkräftemangel und gleichfalls erhebliche Steigerung von Eigenanteilen für die Pflege. All dies spüren Angehörigen in ihrem Alltag, sei es bei verfügbaren stationären Plätzen oder bei der Suche nach einem Kurzzeitpflegeplatz. Dies wird uns alle in den nächsten Jahren weiter begleiten. Deshalb müssen wir unsere Stimme noch mehr gegenüber der Politik und der Stadt Hamburg erheben und Bündnispartner für Anliegen suchen.

Was den Verein selbst betrifft, möchte ich dazu beitragen den Verein in Hamburg noch bekannter zu machen. Das heißt, jeder, der die Diagnose Demenz erhält, weiß, bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg erhält er eine umfassende Beratung und Unterstützung bei der Sicherstellung der weiteren Versorgung des erkrankten Angehörigen. Und eine andere Herausforderung besteht in der Finanzierung der Arbeit des Vereins für Angehörige und Menschen mit Demenz. Da unsere Arbeit nicht zu hundert Prozent durch die Stadt Hamburg finanziert ist, sind wir gefordert stetig mehr Drittmittel zu generieren. Dies kann kein Dauerzustand sein, hier müssen wir mit der Stadt und den Kassen zu einer gesicherten Grundabsicherung unserer Arbeit kommen.

Jörn Wieking, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Liebe Mitglieder,

wir freuen uns, Ihnen mitteilen zu können, dass die Alzheimer Gesellschaft Hamburg ihr 30-jähriges Jubiläum feiert! Die Feierlichkeiten finden am 26. April in der Kulturküche in Hamburg Alsterdorf statt und wir laden Sie herzlich dazu ein.

Datum: 26. April 2024
Ort: Kulturküche Hamburg Alsterdorf
Zeit: 13:30 - 17:00 Uhr



Die Moderation übernimmt Anne Woywod, die Vorsitzende der Stiftung Alzheimer Gesellschaft Hamburg. Sie wird durch das Programm führen und für einen reibungslosen Ablauf sorgen. Wir freuen uns, dass die Senatorin der Behörde für Arbeit, Gesundheit, Soziales, Familie und Integration der Sozialbehörde unser 30 jähriges Bestehen mit einem Grußwort würdigen wird.

PROGRAMMPUNKTE:

Melanie Schlotzhauer, Senatorin der Sozialbehörde, wird zu der Thematik Demenz sprechen.

Sandra Eisenberg, DFA Hamburg, pflegende Angehörige, wird über damalige und heutige Herausforderungen im Umgang mit Demenz berichten. Es besteht die Möglichkeit für Wortbeiträge und Statements der Gäste.

Natürlich wird auch für das leibliche Wohl gesorgt sein! Genießen Sie bei Kaffee, Kuchen und musikalischer Begleitung eine entspannte Atmosphäre und tauschen Sie sich mit anderen Mitgliedern aus.

Ein Highlight der Veranstaltung wird die Vorstellung des neuen **Kochbuchs des Tagestreffs Wandsbek** sein. Tauchen Sie ein in die Welt der kulinarischen Genüsse und entdecken Sie die Vielfalt, die unsere Mitglieder und Teilnehmer tagtäglich kreieren.



Das Kochbuch ist vor Ort zu erwerben!

Des Weiteren haben wir für Sie **Demenz-Buttons** mit zwei unterschiedlichen Statements vorbereitet: „Menschen mit Demenz gehören in unsere Mitte“ und „ich habe eine Demenz und bitte um Geduld“. Diese Buttons sollen dazu beitragen, das Bewusstsein für Demenz zu stärken und ein Zeichen der Solidarität zu setzen. Sie werden erstmalig auf der Feier an Betroffene und Angehörige kostenlos verteilt. Wir freuen uns über eine Spende.



Ausgabe der „Demenz-Buttons“ auf der Feier!

Wir freuen uns auf Ihr zahlreiches Erscheinen und auf eine gemeinsame Feier mit Musik und Spaß, mit Austausch und Netzwerken und einem Blick in die Zukunft.

Ihr Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

5. Norddeutscher Fachtag Demenz 2024 am 19.04.2024 in Lüneburg der Alzheimer Gesellschaften im Norden

Zum fünften Mal schließen sich die Alzheimer Gesellschaften Niedersachsen, Mecklenburg-Vorpommern, Hamburg und Schleswig-Holstein zusammen.

„Wohin des Weges?“ ist die zentrale Fragestellung, die im Mittelpunkt des vierten Norddeutschen Fachtags Demenz steht. Neben einem Blick auf die Prävention der Alzheimer Krankheit wird sich die Veranstaltung insbesondere dem Umgang mit aktuellen Herausforderungen widmen. Es werden Beispiele aus der Versorgungslandschaft vorgestellt, die aufzeigen, was für eine gute Versorgung wichtig ist und wie sie ermöglicht wird.

VERANSTALTUNGSDATUM

Freitag, 19.04.2024, ab 09:00 Uhr
Vorprogramm am 18.04.2024 um 19:00 Uhr
im Scala Kino Lüneburg, Apothekenstr. 17,
(Eintritt vor Ort 10 € oder mit Platzreservierung unter www.scala-kino.net)

VERANSTALTUNGORT

Kulturforum Lüneburg e.V.,
Gut Wienebüttel, 21339 Lüneburg

Anfahrtshinweis:

Das Kulturforum liegt am nordwestlichen Stadtrand auf halber Strecke zur Gemeinde Vögelsen (bitte Hinweisschilder „Gut Wienebüttel“ beachten). Parkplätze befinden sich direkt an der Einfahrt zum Gut. Öffentlicher Personennahverkehr (ÖPNV) innerhalb des HVV: Buslinie 5009 ab Bahnhof, Am Sande oder Rathaus in Richtung Vögelsen / Mechtersen. Haltestelle: Wienebüttel / Kulturforum

ZIELGRUPPE

Die Veranstaltung richtet sich an Haupt- und Ehrenamtliche in den Alzheimer Gesellschaften, Menschen mit Demenz sowie deren An- und Zugehörige, Fachpublikum und weitere Interessierte.

VERANSTALTUNGSKOSTEN

75,- € / 35,- € (ermäßigter Preis für Ehrenamtliche, Mitglieder Alzheimer Gesellschaften, Studenten und Schüler mit Nachweis) inkl. Imbiss und Getränke



„Wohin des Weges?“

ANMELDUNG

Anmeldungen bis zum 07.04.2024 unter www.gesundheit-nds-hb.de/veranstaltungen

Teilnahmegebühr:

75,- € / 35,- € (für Ehrenamtliche, Mitglieder, Studierende und Schülerinnen und Schüler)

Die Veranstaltung richtet sich an Haupt- und Ehrenamtliche in den Alzheimer Gesellschaften, Menschen mit Demenz sowie deren An- und Zugehörige, Fachpublikum und weitere Interessierte.

Reyhane Norouzi, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

602 starke Stimmen: Die Mitglieder der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V. im Fokus

Werden Sie Mitglied!

Demenz, eine Krankheit, die nicht nur die Betroffenen, sondern auch ihre Familien und Angehörigen vor immense Herausforderungen stellt. Inmitten dieser Herausforderungen leistet die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. einen entscheidenden Beitrag, um Unterstützung und Hilfe anzubieten.

Seit ihrer Gründung vor rund 30 Jahren hat die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. einen bedeutsamen Weg zurückgelegt. Mit derzeit 602 Mitgliedern setzen wir uns gemeinsam für die Verbesserung der Lebensqualität von Demenz-Betroffenen und ihren Familien ein. Unsere Gemeinschaft wächst stetig, und jedes neue Mitglied stärkt unsere Stimme im Kampf gegen diese tückische Krankheit. Ein wesentlicher Bestandteil unserer Arbeit sind die kostenfreien Vorträge und Informationsveranstaltungen, das Alzheimer-Telefon, die rund 25 Angehörigengruppen innerhalb Hamburgs sowie die beiden Tagestreffs in Wandsbek und Bergedorf, die für Entlastung für Betroffene und Angehörige sorgen. Schließlich setzen wir innovative Angebote, wie zuletzt das Case- und Care-Management für Menschen mit Demenz in jüngeren Jahren, um.

Als Mitglied erhalten Sie nicht nur wichtige Informationen über den Umgang mit Alzheimer, sondern können auch von dem Expertenwissen

unserer Referenten profitieren. Doch nicht nur Wissen, sondern auch Gemeinschaft steht im Mittelpunkt unserer Aktivitäten. Unsere Mitglieder haben die Möglichkeit, sich bei verschiedenen Angeboten zu vergünstigten Konditionen zu engagieren und so ein Teil unserer unterstützenden Community zu werden. Darüber hinaus bieten wir regelmäßig Veranstaltungen an, bei denen sich Mitglieder austauschen und voneinander lernen können.

Eine Mitgliedschaft bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. bedeutet aber auch, aktiv etwas gegen Alzheimer zu unternehmen. Mit einem Jahresbeitrag von lediglich 75,- € unterstützen unsere Mitglieder unsere wichtige Arbeit und tragen dazu bei, den Betroffenen Hoffnung und Unterstützung zu bieten und können sich aktiv mit Ihrem Stimmrecht an der Arbeit der Alzheimer Gesellschaft Hamburg beteiligen.

Gemeinsam machen wir den Unterschied! Wir danken Ihnen für das Vertrauen in uns und freuen uns, wenn Sie auch andere von unserer Arbeit erzählen – gemeinsam für eine bessere Zukunft für Demenz Betroffene und ihren Angehörigen.

Reyhane Norouzi, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Weitere Förderung in 2024 der Lothar Protzek Stiftung

Die Familie Lothar Protzek Stiftung fördert unser Angebot der „Aufsuchenden Beratung“ (zwei Beratungseinsätze in der Woche).

Hierdurch ist es möglich, dass wir Angehörige und Menschen mit Demenz zu Hause besuchen und beraten können. Die Beratung wird oft gemeinsam von Angehörigen und Menschen, die im frühen Stadium einer Demenz erkrankt sind, genutzt. In dem Treffen wurden die Beratungen des letzten Jahres und die Förderung für 2024 besprochen. Das Angebot wird gut nachgefragt und könnte mit weiterer Unterstützung noch ausgebaut werden.

Jörn Wieking, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.



v.l.n.R.: Ute von Staegmann (Beisitzerin, Alz. Gesell.), Marion Muschollik (Vorstand, Familie Lothar Protzek Stiftung), Jörn Wieking (GF, Alz. Gesell.) und Angelika Zurbrüggen (Vorsitzende Alzh. Gesell.), © AGH

Steckbrief von der neuen Projektleitung der Vergissmeinnicht Chöre Wandsbek, Volksdorf und Altona



Alexandra Bischoff, © AGH

NAME: Kristina Alexandra Bischoff

WOHNT IN: Hamburg

BERUF: Passionierte Chorleiterin, Sängerin und Radiomusikjournalistin

WARUM ICH DIE AUFGABE ÜBERNEHME:

Weil es ein Geschenk ist, dabei zu sein, wenn beim gemeinsamen Singen kleine Wunder entstehen. (Und auch, weil es ganz viel Spaß macht!)

LEBT NACH DEM MOTTO:

Es gibt nichts Gutes, außer man tut es.

MAG DIESES ZITAT ÜBER DIE MUSIK:

„Musik ist das, was beim einen aus dem Kopf raus – und beim nächsten ins Herz reingeht.“

(Dieter Thomas Heck)

WÜNSCHE FÜR DIE ZUKUNFT:

Dass die Vergissmeinnicht-Chöre möglichst vielen Personen Freude und Lebensqualität schenken. (Und dabei hoffentlich noch Zeit für einen Hund bleibt. :-))

Kristina Bischoff, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

NEU im Team: Vorstellung Lotta Tengelmann

Mein Name ist Lotta Tengelmann und ich arbeite seit dem 15. Januar als Nachfolgerin von Anna Hassel bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg. Nach einem sehr herzlichen Willkommen im Team und meiner Einarbeitung bin ich nun zuständig für die Koordination der ehrenamtlichen Begleitung von Wohn-Pflege-Gemeinschaften im Projekt BiQ.

Nach meiner Ausbildung zur Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin und einer kurzen Berufstätigkeit in einer logopädischen Praxis in Lübeck hat es mich zum Studium nach Köln gezogen. Dort habe ich zunächst Sonderpädagogik im Bachelor und anschließend Rehabilitationswissenschaften und Gerontologie im Master studiert. Neben dem Studium und verschiedenen Nebenjobs im sozialen und kulturellen Bereich habe ich immer mit großer Begeisterung Musik gemacht und in verschiedenen Chören gesungen.

Nun bin ich wieder zurück im Norden und freue mich auf alles, was ich hier bei der Alzheimer



Lotta Tengelmann, © AGH

Gesellschaft Hamburg e.V. lernen darf. Und vor allem freue ich mich auf Sie – auf all die Menschen, die ich kennenlernen und mit denen ich zusammenarbeiten darf!

Lotta Tengelmann, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.



Unsere Kochrezepte aus den Tagestreffs Wandsbek und Bergedorf

Der April ist der erste volle Frühlingsmonat. Das merkt man auch auf dem Wochenmarkt. Mit frischen Kräutern, Möhren oder Lauchzwiebeln können wir uns von der kalten Jahreszeit verabschieden. Eine leckere Linsensuppe wärmt von innen und schmeckt mit oder ohne Würstchen einfach köstlich. Mit diesem raffinierten Linseneintopf mit Spätzeln sagen wir langsam aber sicher dem Winter auf Wiedersehen. Wir wünschen viel Spaß beim Nachkochen!

Linseneintopf mit Spätzle



10 Min, einfach immer mal probieren, so dass die Linsen nicht zu sehr verkochen. Die gekochten Linsen zunächst nicht abgießen, sondern beiseite stellen.

Die Zwiebeln, den Sellerie und die Hälfte der Möhren in kleine Würfel schneiden (etwa 0,5cm). Die Kartoffeln und die restlichen Möhren in mundgerechte Stücke schneiden, die Lauch gut waschen und in Halbringe schneiden.

Etwas Butter und/oder Öl in einem weiten Topf erhitzen und das Gemüse nach und nach anbraten. Zunächst die Zwiebeln, dann Sellerie und Möhren, anschließend den weißen Teil des Lauchs. Wenn alles etwas Farbe angenommen hat, grobe Möhren und Kartoffelstücke und ein bis zwei Lorbeerblätter zugeben und mit etwa einem halben Liter Gemüsebrühe aufgießen, im geschlossenen Topf etwa 15 Min köcheln lassen, Senf unterrühren. Wenn das Gemüse gar ist, die Linsen zugeben und mit dem Kochwasser auffüllen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Mit Senf, Gemüsebrühe, Salz und Pfeffer abschmecken.

Während der Zubereitung des Eintopfs, Spätzle nach Packungsanweisung garkochen, abgießen und mit einem kleinen bisschen Butter im Topf schwenken. So verhindert man, dass sie zusammenkleben.

Wer mag, wärmt parallel ein paar Wiener Würstchen zum Eintopf auf.

Zum Servieren mit etwas gehackter Petersilie bestreuen. Nach Gusto kann mit Essig und Senf am Tisch abgeschmeckt werden.

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

- 1 EL Butter
- 2 Zwiebeln
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Möhren
- ca. ¼ Sellerieknolle
- 2 Lorbeerblätter
- 300 g Linsen
- 3-4 mittelgroße Kartoffeln
- Gemüsebrühe
- 500 g Spätzle
- 1 TL Salz
- 1/2 TL Pfeffer
- 8 Wiener Würstchen

ZUBEREITUNG:

Die Linsen nach Möglichkeit rechtzeitig einweichen, mindestens ein paar Stunden, besser über Nacht. Das Einweichwasser weg schütten, Linsen spülen und mit frischem Wasser und etwas Gemüsebrühe kochen. Achtung: Je nach Einweichzeit verkürzt sich die Kochzeit deutlich auf bis zu

Der Tagestreff Wandsbek bringt eigenes Kochbuch heraus – Unsere Lieblingsrezepte



Pünktlich im 30. Jubiläumsjahr wird zur Jubiläumsfeier am 26.04.2024 unser Kochbuch „Probier mal! – Der Tagestreff Wandsbek kocht“ erscheinen.

Dieses liebevoll gestaltete Kochbuch ist ein Sammelsurium unserer Lieblingsrezepte, die wir täglich mit den Gästen im Tagestreff Wandsbek kochen und gemeinsam einnehmen. Die Ideen zu den Rezepten kommen von den beiden Kolleginnen der beiden Tagestreffs Wandsbek und Bergedorf sowie von den Gästen selbst. Dies kann das persönliche Lieblingsgericht sein, Gerichte für besondere Anlässe oder Gerichte, die „Mutter“ damals für einen als Kind gekocht hat.

Der Tagestreff Wandsbek besteht nun seit fast 15 Jahren und in dieser Zeit wurden wahrlich viele Gerichte gekocht. Bei zwei Trefftagen in der Woche dürften dies mittlerweile gut 1.400 Gerichte sein. Da war es eigentlich nur eine Frage der Zeit, bis

einem Gast der Gedanke kam. „Ich finde wir kochen so toll, es macht so viel Spaß, nur warum sollten wir die Rezepte eigentlich für uns behalten? Diese gehören in die Welt.“

Und da war sie dann geboren, die Idee des Kochbuches! Neben kleinen Berichten und Fotos zu den Rezepten, wird es individuelle Zeichnungen der Tagesgäste von den Mahlzeiten geben. Diese können sich sehen lassen.

Das Kochbuch erscheint als Ringbuch mit 60 Seiten und ist auf der Jubiläumsfeier erhältlich. Wir freuen uns über einen Spende!

Wir sind jetzt schon gespannt, wie es Ihnen gefallen wird.

Jörn Wieking, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Vortrag „Kommunikation mit Menschen mit Demenz“ von Melanie Feige am 27. Oktober 2023 im Gemeindesaal der Christuskirche Eimsbüttel



*„Woran erkenne ich,
ob jemand nur vergesslich
ist oder vielleicht eine
Demenz hat?“*

Melanie Feige, © AGH

Diese Frage aus dem Publikum sprach vielen der rund 45 Zuhörenden aus dem Herzen. Die kurz zusammen gefasste Antwort von Frau Feige lautete: „Wenn jemand vergisst, dass er etwas vergessen hat.“

Der Vortrag war gespickt mit praktischen Beispielen und vielen Tipps – angereichert mit Hintergrundinformationen.

„Menschen mit Demenz brauchen eine Bindungsperson, um sich psychisch zusammenhalten zu können.“ Das ist in den meisten Fällen ein Familienmitglied bzw. der Partner oder die Partnerin. Es ist hilfreich, wenn Angehörige verstehen, dass die Demenz eine Reise ist. Eine Reise vom Verstehen ins Nicht-Verstehen, vom Wissen ins Nichtwissen, vom Schwierigen ins Einfache und vom Schnellen ins Langsame. Und auch eine Reise vom Denken ins Fühlen.

Wie schön ist da die Metapher „In der Liebe sprechen Hände und Augen meist lauter als der Mund“, denn Berührungen und Blicke tun

Demenzkranken besonders gut. Ein besonderer Hinweis war, die eigene „Erklärkrankheit“ auch mal zurückzustellen, also die Erkrankten weniger zu korrigieren, denn es ist doch egal, ob heute Montag oder Donnerstag ist. Das nimmt die Spannung aus Gespräch und tut allen Beteiligten spürbar gut. Weitere Tipps waren z. B., kurze einfache Sätze zu verwenden, langsam und deutlich zu sprechen, sich Zeit für Antworten zu lassen, Mimik und Gesten in der Unterhaltung einzusetzen und auf Warum-Fragen zu verzichten, um die Verständigung zu verbessern. Der Vortrag endete mit den für alle motivierenden Worten „Es ist okay, weniger zu schaffen, wenn du von vielem geschafft bist“ – ein Trost bei all den Anforderungen, die Angehörige zu bewältigen haben.

Die vielen Fragen und der Applaus am Ende der Veranstaltung sprachen Bände. Auch in den Gesprächen im Anschluss gab es viele positive Rückmeldungen für den Vortrag. Ein Zeichen für uns, den Vortrag in diesem Jahr nochmals anzubieten.

Birgit Battke, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Weihnachtspost an die Angehörigengruppen Flottbek I & II, Lurup und Eidelstedt

Diese mutmachenden Zeilen von unseren ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen Brigitte Samson und Gabriele Cardinal erreichte die von ihnen betreuten vier Angehörigengruppen (Flottbek I & II, Lurup und Eidelstedt) kurz vor Weihnachten.

Die weihnachtliche Post soll als kleiner Mutmacher zu verstehen sein, denn wie wir alle wissen, erfordert das Begleiten von Demenz Erkrankten oft viel Kraft, Durchhaltevermögen und immer wieder neue Ideen um miteinander im Kontakt zu bleiben.

Reyhane Norouzi, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.



Liebe Lesende, liebe Angehörige,

bei den letzten Gruppentreffen hörten wir immer wieder, ich kann mich gar nicht mehr mit meiner Frau, meinem Mann unterhalten. Sie spricht kaum noch, er antwortet nur wirres Zeug. Dabei wollen wir weiterhin im Gespräch bleiben, uns austauschen. Vielleicht müssen wir uns davon verabschieden, Wissen oder aktuelle Nachrichten miteinander zu teilen. Wichtiger ist es, Nähe zu spüren, immer wieder auf individuelle Weise das In-Beziehung-treten zu erleben. Es ist die Spiritualität, die uns bei der Wahrnehmung des Augenblicks mehr Tiefe im Du und Ich erfahren lässt.

**Der Dialog ist ein Abenteuer!
Denn nichts ist bereichernder,
aber auch aufregender,
als die Begegnung mit anderen
Menschen und ihren Gedanken.**

(Kardinal Dr. Franz König (1905-2004))

Sich auf den Gedankenaustausch mit Menschen mit Demenz einzulassen, ist wie eine Schatzsuche. Wir wissen, es gibt viele Schätze, die im Verborgenen ruhen. Wenn wir diese Schätze heben wollen, gilt es, die Ressourcen zu stärken, die noch vorhanden sind. Schaffen Sie eine Atmosphäre, in der sich alle Beteiligten wohl fühlen. Es ist unbestritten, das kostet Zeit, aber die Mühe lohnt sich, lohnt sich für jeden harmonischen Moment. Lassen Sie sich darauf ein. Richtig und Falsch gibt es nicht mehr. Es sind die unsichtbaren Fäden, die Sie zusammenführen müssen, damit das gemeinsame Band nicht zerreißt.

Kinder von dementen Hochaltrigen klagen darüber, dass ihre Väter und Mütter nicht über Geschehnisse in der Kindheit, der Jugend und dem Erwachsensein

sprachen. Sie hüten Geheimnisse. Wir können versuchen, diesen Geheimnissen auf die Spur zu kommen, indem wir alte Fotos oder Videofilme anschauen. Geben Sie nicht auf, auch wenn diese Bilder aus der Vergangenheit nicht mehr beachtet werden. Hüten wir uns davor, aus der gemeinsamen Betrachtung ein Frage- und Antwortspiel zu machen. Wenn die Reaktion nicht so wie erwartet ausfällt, haben wir vielleicht die falschen Fragen gestellt. Schauen Sie die Erinnerungsfotos miteinander an, und fragen Sie einmal nicht „Wer ist das? Kennst du den da?“

Sprechen Sie über das Bild, wie über ein Gemälde. Unterhalten Sie sich über das Bild: „Schau mal, was ist denn hier los!? Da sind aber viele Leute zu sehen. Wollen wir ihnen Namen geben? Gehören die alle zusammen? Diese Berge im Hintergrund sind aber hoch. Riechst du den Wald? Das Meer ist aber sehr blau. Ob das Wasser wohl warm ist? Und der Wind? Hörst du den Wind? Bist du auch auf dem Bild? Was passierte dann? Hast du dir etwas gewünscht? Ich kann mir das nicht erklären. Sag du es mir!“

Das alles sind nur Ansätze zu einem Dialog. Vielleicht ist der eine oder andere Schlüssel für Sie dabei. Das Wort Seelsorge ist allgemein dem Wortschatz der Kirche zugeordnet. Warum eigentlich? Sie alle sorgen sich um das Wohlergehen, um Herzensstärke und eine gesunde Seele Ihrer Angehörigen. Sie sind also Seelsorger im besten Sinn. Genießen Sie ein Lächeln, freuen Sie sich über einen Händedruck, es sind Geschenke, die das Herz wärmen.

**Wir wünschen Ihnen eine gute Advents- und Weihnachtszeit!
Ihre Brigitte Samson und
Gabriele Cardinal**



Menschen mit Demenz in jüngeren Jahren – Gesprächsgruppe für Jung Erkrankte gibt sich eigenen Namen:

GESPRÄCHSGRUPPE Trotz-Dem 😊

Im Rahmen des Projekts Ankerpunkt Junge Demenz bestehen unterschiedliche Angebote für Menschen, die vor dem 65 Lebensjahr an einer Demenz erkrankt sind. Seit längerem gehört hierzu auch eine Gesprächsgruppe für Jung Erkrankte.

Menschen, die in jüngeren Jahren an einer Demenz erkranken, trifft die Demenz mitten im Leben. Sie stehen im Beruf, sorgen sich um mögliche Kinder, die dabei sind, ihren Lebensweg zu finden, sind gefordert partnerschaftliche und berufliche Lebenspläne zu ändern und sehen sich nicht zuletzt aufgrund einer drohenden Erwerbsunfähigkeit einer erhöhten finanziellen Unsicherheit gegenüber.

Der bisherige Name „Stammtisch“ war den Teilnehmern nicht treffend genug. So haben sie in mehreren Gruppentreffen über einen neuen Namen sinniert. Es war sehr besonders, wie die neun Mitglieder der Gruppe gemeinsam an der Namensfindung arbeiteten. Jeder brachte seine Kompetenz ein und so moderierte auch ein Mitglied in souveräner und selbstverständlicher Weise den Abstimmungsprozess. Nun heißt unser Angebot

GESPRÄCHSGRUPPE Trotz-Dem 😊

Der Name „Trotz-Dem“ drückt das eigene Verständnis aus, nämlich sich der Erkrankung zu stellen ohne sich „das Heft“ aus der Hand nehmen zu lassen.

Bei allen Mitgliedern besteht der dringende Wunsch, weiterhin am Leben teilzuhaben, in der vertrauten Umgebung, sicher und selbständig sowie selbstbestimmt zu leben. Auch möchten die Betroffenen Anerkennung erhalten und sinnvoll wirken können. „In unserer Gesprächsgruppe können wir uns austauschen und müssen uns nicht verstellen“, merkt Constanze an. „Gemeinsam fassen wir neuen Mut und können Kraft tanken“.



Während es Jens als hilfreich erlebt, „dass man mit seiner Erkrankung in der Gruppe nicht allein ist“. Es wird gelacht, aber auch geweint; über das eigene Erleben der Erkrankung oder auch die Frage wie Familie und Freunde damit umgehen gesprochen. Und bedeutsam ist, wie Sylke es in einem Treffen sagte: „Hier kann man mit jemandem reden, der weiß, worum es geht.“

Für wen?

Für alle, die vor dem 65. Lebensjahr von Vergesslichkeit und Orientierungsproblemen betroffen sind oder eine beginnende Demenz haben. Sie bringen die Bereitschaft für einen offenen Austausch zu Ihrer Situation mit.

Wann?

Jeden dritten Montag von 16:30 – 18:00 Uhr
Wir bitten um Anmeldung!

Wo?

Alzheimer Gesellschaft Hamburg
Wandsbeker Allee 68, 22041 Hamburg

Sie erreichen uns unter:



STEFANIE KLINOWSKI
Tel.: 040 88 14 177 283

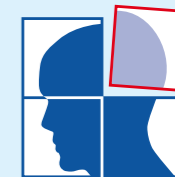


CHRISTINE BERG
Tel.: 040 88 14 177 286

ankerpunkt@junge-demenz.de
Eine weitere Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz in jüngeren Jahren wurde in Volksdorf eingerichtet.

Christine Berg, Stefanie Klinowski, AGH

Stiftung Alzheimer Gesellschaft Hamburg



DIE STIFTUNG AGH GRATULIERT!

Mit 30 ist man im Leben angekommen. Kindheit, Pubertät, Ausbildung liegen hinter einem, die ersten Berufserfahrungen machen Herausforderungen unaufgeregter und man ist tragende Säule der Gesellschaft.



Dass die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. jetzt dieses Alter erreicht hat, ist Grund zu Freude und Dankbarkeit. Denn es ist alles andere als selbstverständlich, dass aus einer ersten Idee von wenigen Menschen ein nicht mehr wegzudenkender Pfeiler für von Demenz betroffene Menschen in unserer Stadt geworden ist. Es sind die engagierten Menschen, die den Verein ins Leben gerufen haben und ihn ausmachen – bis heute.

**HERZLICHEN
GLÜCKWUNSCH!**

IBAN DE29 2007 0024 0197 7719 00

**Verwendungszweck:
„Jubiläum 2024“**

Um den Verein zu stärken und langfristig finanziell zu stützen, hat einer dieser engagierten Menschen, der noch dazu sehr weitblickend war, 2001 die Stiftung Alzheimer Gesellschaft Hamburg durch eine großzügige Spende ermöglicht. Der gemeinnützige Verein selbst darf kein Kapital ansammeln, die Stiftung hingegen schon. Ziel ist es, das Stiftungskapital so zu mehren, dass die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. eines Tages unabhängiger wird von den befristeten Zuschüssen der öffentlichen Hand und die Unterstützungsangebote dann aus den Erträgen des Stiftungskapitals finanzieren kann.

Aus den Erträgen des Stiftungskapital wird seitdem verlässlich und langfristig die Arbeit des Vereins unterstützt, was alleiniger Stiftungszweck ist - zum Wohle der Erkrankten und der Angehörigen.

Die Stiftung als erst 23-jährige „kleine Schwester“ gratuliert herzlich zum Jubiläum!

Die Stiftung im Überblick:

Geförderte Projekte der AGH in den letzten Jahren:

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

Einzelspenden in 2023: 2.270,00 €
Zustiftungen in 2023: 4.725,00 €

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

Vorstellung: Netzwerk Praxiskompetenz Demenz Wandsbek

Das Netzwerk Praxiskompetenz Demenz Wandsbek ist in das neue Jahr mit einer Vielzahl neuer Veranstaltungen gestartet. Mit besonderem Augenmerk auf professionell Pflegende sollen inhouse Fortbildungen unter dem Titel „Wir haben eine Beziehung! Arbeiten und leben mit Menschen mit Demenz all diejenigen erreichen, die in ihrem Umgang mit Menschen mit Demenz teil-/stationär und ambulant ihre Beziehungsgestaltung in ihrer Einrichtung verbessern möchten. Es handelt sich um ein von den Pflegekassen gefördertes Gemeinschaftsprojekt der AGFW Hamburg, der KISS Hamburg, dem DFA und der Alzheimer Gesellschaft Hamburg.

Zum gemeinsamen Nachdenken und Evaluieren herausfordernder Situationen laden Fallbesprechungen ein. Diese werden sowohl als inhouse Veranstaltungen, als auch als outhouse Veranstaltung angeboten. Inhouse besucht Melanie Feige, Diplompädagogin, Gesundheits- und Krankenpflegerin, aus der Diakonischen Fort- und Weiterbildungsakademie die Fachkräfte einer Einrichtung, um die Besprechung des „Falls“ lösungsorientiert zu moderieren und das Kollegium zum Finden von individuellen Strategien zu ermuntern.

Ein besonderes Format bieten die sogenannten outhouse Fallbesprechungen, die vom Netzwerk initiiert werden: nicht innerhalb eines Kollegiums werden sich Gedanken zu herausfordernden Situationen gemacht, sondern institutionsübergreifend. Voneinander lernen, über den Tellerrand blicken und sich von anderen Pflegenden inspirieren lassen ist hier die Devise. Im besten Falle gehen die Teilnehmenden nicht nur mit neuem Input und einer oder mehreren möglichen Lösungen für ihre Schwierigkeiten im Arbeitsalltag nach Hause,

sondern haben wertvolle neue Verbindungen zu Kolleg*innen aus anderen Einrichtungen und Bereichen geknüpft.

Eine kompetente Begleitung von Menschen mit Demenz hängt aber nicht nur von der Demenzkompetenz der einzelnen Mitarbeitenden ab, sondern ist immer auch eine Frage des gesamten Teams. Ausgehend von den Rahmenbedingungen und Anforderungen der täglichen Arbeitspraxis werden zentrale Ansatzpunkte zur Stärkung der Demenzkompetenz in einem Team bzw. Einrichtung in zwei Coachingterminen vorgestellt und anhand der Arbeitsbedingungen in der eigenen Einrichtung miteinander erörtert. Hierfür konnte das Netzwerk Johannes van Dijk, Fachreferent für Gerontopsychiatrie und Trainer für Dementia Care Mapping (DCM), von der Frank Wagner Holding GmbH gewinnen. Für alle privat Pflegenden, An- und Zugehörige gelten häufig andere Rahmenbedingungen. Besonders kurz nach der Diagnose stehen viele Fragen im Raum, die bei den regelmäßigen online Veranstaltungen „Menschen mit Demenz-verstehen und begleiten“ gestellt werden können. Jörn Wieking gibt hier auf Basis der Demenz Partner Schulung zentrale Informationen über Demenz, was sie objektiv und subjektiv mit sich bringt und was bei der Begleitung von Menschen mit Demenz hilfreich sein kann. Ziel ist es hier, das Umfeld von an Demenz erkrankten und zu zukünftig erkrankenden Personen zu informieren und zu stärken.

Alle Termine und weitere Informationen:
www.demenznetz-wandsbek.de
Marisa Frank: Tel.: 040 88 177 14 285
m.frank@alzheimer-hamburg.de

Marisa Frank, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Erinnerungs- und Gefühlswerkstatt – mein Praxissemester bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Gar nicht so einfach, die vielen Eindrücke und Erfahrungen zusammenzufassen, die ich als Studentin der Sozialen Arbeit während meines Praxissemesters (Sep. 2023 – März 2024) bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg sammeln konnte.

Was das Krankheitsbild Demenz bedeutet und mit sich bringt, sowohl für die Betroffenen als auch Angehörigen sowie Fachkräfte, durfte ich in einer großen Bandbreite/Vielfalt erfahren. Neben den herausfordernden Seiten/Aspekten, habe ich



viele schöne und berührende Momente im Kopf. Den Großteil meiner Praktikumszeit durfte ich das Betreuungsangebot in den Tagestreffs Bergedorf und Wandsbek begleiten. Dabei konnte ich viele Gespräche führen, an Lebensgeschichten und schönen sowie schweren Erinnerungen teilhaben und viel lachen. Mich hat beeindruckt, wie viel Humor, Freude, Empathie und Dankbarkeit von den Betroffenen zu spüren war. Ganz im Moment sein, sich austauschen und eine gute, möglichst unbeschwerte, Zeit miteinander haben – das war das Tagesprogramm. Nach einem Praktikumstag ging ich meistens etwas erschöpft, aber erfüllt und mit einem Lächeln nach Hause. Der Umgang mit einer Demenz-Erkrankung verdient aus meiner Sicht größten Respekt. Wie ein Betroffener es



so treffend formuliert hat: „Demenz ist nichts für Feiglinge!“. Die Krankheit erfordert viel von Betroffenen und ihr Umfeld – an Akzeptanz, Kraft und Mut. Schön, dass es mit der Alzheimer Gesellschaft Hamburg eine Anlaufstelle und viele Beratungs-, Betreuungs- und Kreativangebote gibt. Singen, Malen oder Klönschnacken und in Erinnerungen schwelgen – das tut Menschen gut, mit oder ohne Demenz.

In der Begegnung mit Menschen mit Demenz habe ich nicht nur fachlich viel gelernt, sondern auch für mein Leben. Es war eine berührende, lehrreiche und spannende Zeit.

Danke! Jana J.

Hochwasser im Tagestreff Bergedorf



Der Teppich und viele Möbel mussten entsorgt werden, © AGH

Stühle aus dem Keller holen und standen plötzlich mitten im Wasser.

Vom Siel war die Pumpe defekt und das Wasser kam aus dem Siel hoch. In der Zwischenzeit hatte sich bereits der Teppich mit Wasser vollgesaugt. Bis das gesamte Wasser abgepumpt wurde, hat es insgesamt 2 Wochen gedauert. Anschließend mussten wir den Teppich rausreißen und der Kleber des Teppichs mit dem der Teppich mit dem Boden verklebt wurde, musste wieder trocknen. Zwei Aktenschränke mit wichtigen Unterlagen mussten sogar komplett von uns entsorgt werden.

Bekanntlich hatte über die Feiertage das Hochwasser in einigen Regionen deutschlandweit für viel Chaos gesorgt ... Am 28.12.2023 feierten wir den letzten Tag von unserer Tagestreffleitung Gundula Pietsch.

Aufgrund der Trocknungsarbeiten musste sogar einen Tag der Tagestreff geschlossen bleiben.

Zu der Verabschiedung kamen die Teilnehmer*innen und die Angehörigen, Ehrenamtliche sowie unser Geschäftsführer Jörn Wieking um „Gundula“ Lebewohl zu sagen. In freudiger Stimmung über die zahlreichen Gäste, wollten wir gerade ein paar

Den Schimmel haben wir beseitigt und nun ist wieder, sehr zur Freude aller Gäste, alles frisch und sauber.

Beatrix Faig und Reyhane Norouzi, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

BUCHTIPP: Demenz – Land des Vergessens

Ein literarischer Erfahrungsbericht von Rita Lamm

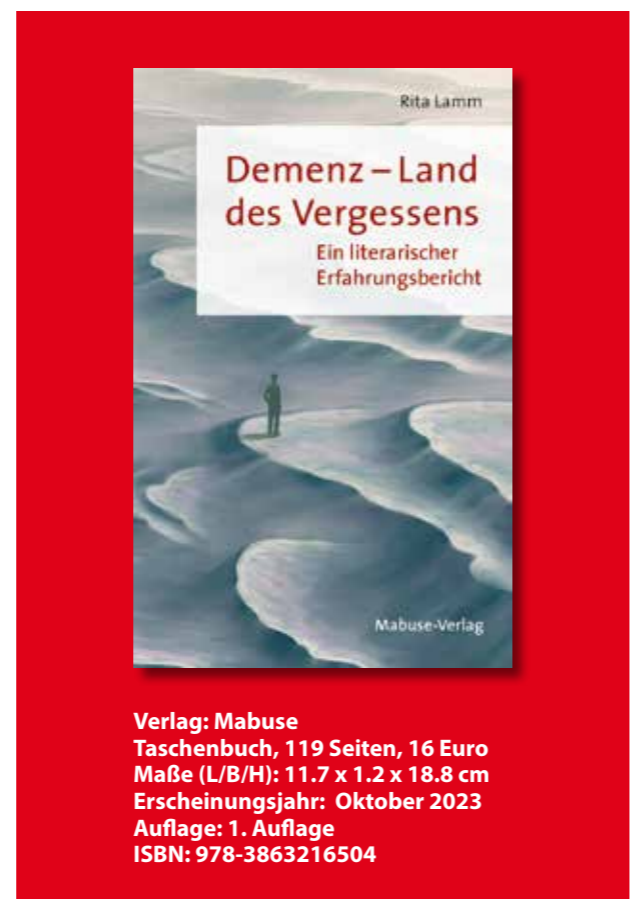
Es ist nur ein kleines Bändchen, aber es ist eine einfühlsame Anregung, sich mit dem Thema Demenz zu beschäftigen. Sehr offen berichtet die erfahrene Krankenschwester, Mediatorin und Tochter eines Vaters, der an Demenz erkrankt ist, über ihre Erlebnisse. Sie wendet sich vor allem an Menschen, die das erste Mal mit dem Thema in Berührung kommen und sehr unsicher sind, wie sie sich verhalten sollen. Und irgendwann wird jeder es einmal mit dem Thema zu tun bekommen bei den 1,7 Millionen Demenzkranken in Deutschland, auch wenn man das Thema gerne bei Seite schiebt.

Aber die Autorin macht es einem leicht, sich der Problematik zu nähern, erzählt sie doch auch von den intensiven und schönen Erlebnissen und den bereichernden Erfahrungen, die auch bei einer Demenz möglich sind.

Auf erfrischende Art sammelt sie Gedanken und Geschichten aus ihrem reichen Erfahrungsschatz aus der häuslichen Pflege, der Arbeit in einer Wohngruppe für Menschen mit Demenz, aus dem Umgang mit dem eigenen Vater. Sie beschreibt, welche Zumutung und Herausforderung Demenz ist in unserer Zeit, in der alles planbar und verlässlich sein soll. Demenz fordert uns heraus, weil alle Normen nicht mehr gelten.

Rita Lamm schreibt keinen systematischen Ratgeber, keinen medizinischen Leitfaden. Sie schreibt Geschichten und fördert damit Empathie und „ein offenes Herz“. Sie nimmt die Perspektive der Erkrankten ein und versucht zu erklären, was im Kopf vor sich gehen könnte: Erinnerungen, die sich vermischen, ungefilterte Gefühle, die aufbrechen. Rituale können Sicherheit geben wie auch Musik, die geprägt hat. So beschreibt sie, wie man sich auf den Demenzkranken einlassen kann mit viel Geduld und Ruhe, wie man im Hier-und-Jetzt bleibt. Auch gemeinsames Schweigen kann bereichernd sein.

Sie spricht auch viele Situationen des Pflegepersonals an. Wie verhält man sich professionell? Die professionelle Haltung erfordert ihrer Meinung nach Distanz, deshalb wendet sich sie gegen das



Verlag: Mabuse
Taschenbuch, 119 Seiten, 16 Euro
Maße (L/B/H): 11.7 x 1.2 x 18.8 cm
Erscheinungsjahr: Oktober 2023
Auflage: 1. Auflage
ISBN: 978-3863216504

Duzen in der Pflege. Auch um sich selbst zu schützen vor einem Mitleiden, das niemandem hilft. Darüber lässt sich sicherlich streiten.

Ein weiteres Kapitel widmet sich den Gefühlen, Sorgen, Ängsten der Angehörigen, den Kindern, die sich an die wechselnden Rollen gewöhnen müssen, den Geschwistern, bei denen alte Konflikte wieder auftauchen. Die Trauer über ein verlorenes „normales“ Leben der Eheleute. Hier gibt es kurze Hinweise auf Unterstützungsmöglichkeiten. Alles ist nur kurz angerissen, wie vieles in diesem Buch.

Aber auch die kurzen Sätze, die unkommentiert die Erschöpfung und Frustration der Angehörigen abbilden, sind sehr gut nachvollziehbar.

Der kleine, gut lesbare Band ermutigt, die große Herausforderung anzunehmen und einen Perspektivwandel zu versuchen.

Hanna Kappus, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Das Team vom Alzheimer-Telefon hilft

Inkontinenz-Nicht zurückhalten

Herr M. meldet sich. „ich pflege meine Frau seit eineinhalb Jahren, sie hat Pflegegrad II. In letzter Zeit nässt sie ein. Vielleicht ist es so, wie es ist, aber wissen Sie vielleicht doch, ob ich etwas tun kann? Gibt es Möglichkeiten, sie zu unterstützen oder Rat, wie ich sie versorgen kann? Die Drogerieprodukte sind in der Masse so teuer, außerdem kenne mich mit den Produkten nicht aus, ich habe schon einiges gekauft, was soll ich sagen, das hat nicht wirklich geholfen, und um ehrlich zu sein, ist es mir auch etwas unangenehm, das Personal im Drogeriefachhandel danach zu fragen.



Foto: iStock © shironosov

Wie reagierte das Team des Alzheimer Telefons?

Als erstes sollte untersucht werden, welche Gründe die auftretende Inkontinenz hat. Bei Ihrem Hausarzt können Sie das Problem ausführlich schildern. Neben einer funktionellen Inkontinenz, die im Zusammenhang mit der Alzheimer Erkrankung steht, sollten andere mögliche Erkrankungen ausgeschlossen werden. Je nach Art der Inkontinenz kann die Ärztin oder der Arzt dann ein Rezept für Inkontinenzprodukte ausstellen, aber nicht bei allen Arten. Falls Sie ein Rezept bekommen, wenden Sie sich an Ihre Krankenkasse, die Ihnen Auskunft über mögliche Vertragspartner / mögliche Lieferanten geben kann.

Unabhängig davon werden Ihnen Pflegehilfsmittel/ Verbrauchsprodukte bis zu 40 Euro pro Monat von der Pflegekasse erstattet. So können Sie sich beispielsweise Bettvorlagen nach Hause liefern lassen. Welches Hilfsmittel für Ihre Frau das

Beste ist, hängt von der Verlustmenge und anderen Dingen ab. In jedem Falle müssen sie sich dazu nicht in der Drogerie beraten lassen. Es gibt z. B. Kontinenzsprechstunden persönlich und digital, in denen Urotherapeut*innen rund um das Thema beraten. Es geht bei der neuen Situation zuhause nicht nur um Hilfsmittel, sondern auch um Hygienefragen wie z. B. Hautreizungen und Infektionen zu vermeiden sind. Auch Anpassungen im Bad können hilfreich sein. Wir geben Ihnen für alle Themen gerne die passenden Ansprechpartner*innen. Bei allen Hilfsmitteln gilt: So lange Menschen mit Demenz entscheiden können, entscheiden sie sich selbst für oder gegen den Gebrauch eines Hilfsmittels. Sind sie dazu nicht mehr in der Lage, gilt es sorgfältig abzuwägen, ob das Hilfsmittel, die Lebensqualität und die Autonomie des Betroffenen wirklich verbessert.

Für mehr Information zum Thema Inkontinenz

LITERATUR

„Inkontinenz in der häuslichen Versorgung Demenzkranker“ der Deutschen Alzheimer Gesellschaft Inhalt: Tabuthema Inkontinenz, Ursachen und Formen der Inkontinenz, Essen, Trinken, Medikamente, Toilettentraining, Hilfsmittel und deren Finanzierung

HILFREICHES IM INTERNET

[www.bundesgesundheitsministerium.de/leistungen-der-pflege/pflegehilfsmittel/Beratungsangebote-Barrierfrei-Leben-e.V., Beratungsmöglichkeit zur Wohnraum-anpassung – z. B. farbige WCs, Intimpflege auf der Toilette etc.](http://www.bundesgesundheitsministerium.de/leistungen-der-pflege/pflegehilfsmittel/Beratungsangebote-Barrierfrei-Leben-e.V.,Beratungsmöglichkeit-zur-Wohnraum-anpassung-z.-B.-farbige-WCs,-Intimpflege-auf-der-Toilette-etc.)

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich an das

 **Alzheimer Telefon**
040 47 25 38

Marina Stein, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Unterstützen Sie unsere Arbeit und Angebote mit Ihrer Spende

Die Arbeit der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. ist ohne regelmäßige Spenden von Privatpersonen und Unternehmen gar nicht möglich. Wenn auch Sie helfen möchten, dass wir unsere Angebote für Menschen mit Demenz aufrechterhalten und weiter ausbauen können, dann freuen wir uns über Ihre Unterstützung.

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

ANLASS-SPENDE: ETWAS GUTES TUN UND SPENDEN STATT GESCHENKE?

Die unterschiedlichsten Anlässe eignen sich dazu, um gemeinsam mit Freunden, Verwandten und Bekannten Spenden für Menschen mit einer Demenz zu sammeln. Das kann zum Beispiel eine Hochzeit, ein Jubiläum, ein Geburtstag oder aber auch ein trauriger Anlass, wie eine Beerdigung sein.

Geben Sie auf der Einladungskarte oder Trauerkarte unser Spendenkonto und ein Stichwort an, das Sie vorab mit uns vereinbaren. Bei Traueranzeigen können wir uns direkt mit dem Bestatter in Verbindung setzen. Sie müssen sich um nichts kümmern.

Eine Zuwendungsbestätigung erhalten alle Spender*innen, sofern auf dem Überweisungsträger die postalische Adresse angegeben ist. Sie können auch ihre Angehörigen direkt um Spenden bitten, die Sie dann gesammelt an die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. überweisen. So erhalten Sie eine Zuwendungsbescheinigung von uns.

Noch ein paar Tipps:

1. Informieren Sie am besten schon vor der Einladung, dass Spenden statt Geschenke gewünscht sind. Wir unterstützen die Feier gerne mit kostenlosen Informationsmaterialien wie Flyer oder Plakate oder einer Spendendose. Natürlich ist es auch möglich eine Spendenbescheinigung zu erhalten.



2. Die Gäste überweisen die Spenden selbst per Überweisungsträger. Mehr dazu unter: www.alzheimer-hamburg.de/spenden und noch einfacher geht es per Paypal: info@alzheimer-hamburg.de oder direkt zu Paypal unter



TESTAMENT-SPENDE: MIT DEM ERBE ETWAS GUTES TUN ...

Sie können sich der dankbaren Erinnerung der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. und all derer, die durch sie Unterstützung und Hilfe erfahren, gewiss sein, wenn Sie die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. in Ihrem Testament bedenken. Sie unterstützen auf diese Weise auch nach Ihrem Tode noch eine gute Sache.

Was können Sie tun?

Sie können die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. mit einem Vermächtnis bedenken. Das heißt, Sie bestimmen in Ihrem Testament, dass die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. nach Ihrem Tod eine bestimmte Summe Geld oder bestimmte andere Vermögenswerte (Wertpapieranteile, Wohnungen etc.) erhält.

Wenn Sie keine nahen Verwandten oder andere Menschen haben, die Sie als Erben in Ihrem Testament einsetzen wollen, können Sie die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. auch als Erbin einsetzen. Das heißt, dass Ihr gesamtes Erbe zum Wohle der Arbeit der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. eingesetzt wird.

Wenn Sie Fragen zum Aufsetzen oder Ändern Ihres Testamentes haben, oder zu unserer Arbeit haben, stehen wir Ihnen gerne für weitere Information und Unterstützung zur Verfügung.

Zuwendungen sind steuerbegünstigt. Um eine Spende steuerlich absetzen zu können, genügt bei einem Betrag bis 300,- Euro ein Bareinzahlungsbeleg oder eine Buchungsbestätigung Ihrer Bank. Auf Wunsch bestätigen wir Ihnen auch gern geringere Spendenbeiträge.

Gern können Sie sich telefonisch mit uns in Verbindung setzen: Tel. 040-472538.

Reyhane Norouzi, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

WIR DANKEN ALLEN UNSEREN SPENDER*INNEN UND ERBLASSER*INNEN FÜR DIE VERTRAUENS- UND WERTVOLLE UNTERSTÜTZUNG

WIR FREUEN UNS ÜBER JEDE SPENDE!

GESPENDET VON	BETRAG	VERWENDUNGSZWECK
C. HANSEN	300 €	Förderung unserer Angebote
W. LUETH	300 €	Förderung unserer Angebote
L. PRESTELE	300 €	Förderung unserer Angebote
U. KOCK	400 €	Förderung unserer Angebote
R. HEIDORN & K. HEIDORN	500 €	Förderung unserer Angebote
U. ALBERT	500 €	Förderung unserer Angebote
K. WEBER	500 €	Förderung unserer Angebote
DR. M. KIEHN	500 €	Förderung unserer Angebote
DR. S. TIEDE	1.000 €	Förderung unserer Angebote
I. VON GOELER	1.000 €	Förderung unserer Angebote
B. STOKE-BORCHERT & K. BORCHERT	1.500 €	Förderung unserer Angebote
R. U. H. SCHERPEL STIFTUNG c/o Axel Schneider Immobilien	15.000 €	Förderung unserer Angebote
BILTON HOLDING AG	20.000 €	Förderung unserer Angebote

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!

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

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

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

Wir freuen uns
über neue
Sänger:innen!

Kurse für Angehörige

Wochenendkurse für Angehörige „Wenn die vertraute Welt im Vergessen versinkt ...“

Freitag, 05.04.2024 | 16:00 – 19:30 Uhr Samstag, 06.04.2024 | 10:00 – 16:30 Uhr

Freitag, 03.05.2024 | 16:00 – 19:30 Uhr Samstag, 04.05.2024 | 10:00 – 16:30 Uhr

Freitag, 24.05.2024 | 16:00 – 19:30 Uhr Samstag, 25.05.2024 | 10:00 – 16:30 Uhr

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

Präsenz-Veranstaltungen

Freiräume ermöglichen – Sicherheit durch Ortung?

Eine Veranstaltung von Barrierefrei Leben e. V. mit div. Referenten | Dienstag, 16.04.2024 | 14:30 - 17:30 Uhr

Ort: Barrierefrei Leben, Haus für Barrierefreiheit | Alsterdorfer Markt 7 | 22297 Hamburg

Bitte anmelden unter: empfang@barrierefrei-leben.de

Gespräch und Diskussion: Demenz ist nichts für Feiglinge ..., aber kein Grund aufzugeben.

Manfred H. und Rainer H. berichten, wie sie mit ihrer Erkrankung leben | Mittwoch, 17.04.2024 |

17:00 – 19:00 Uhr | Ort: HASPA Filiale Wandsbek-Markt | Schloßstraße 4 | 22041 Hamburg

30 jährige Jubiläumsfeier | Freitag, 26.04.2024 | 13:30 -17:00 Uhr,

Ort: Kulturküche Alsterdorf | Alsterdorfer Markt 18 | 22297 Hamburg

Rechtliche Betreuung und Vorsorgevollmacht | Montag, 27.04.2024 | 17:00 – 19:00 Uhr

Autofahren und Demenz, Referentin: Antje Holst, Kompetenzzentrum Demenz |

Mittwoch, 27.05.2024 | 17:00 – 19:00 Uhr

Leistungen der Pflegeversicherung für Menschen mit Demenz |

Donnerstag, 06.06.2024 | 17:00 – 19:00 Uhr

Alle Veranstaltungen | Ort: Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V. | Wandsbeker Allee 68 | 22041 Hamburg

Spaziergänge für Menschen mit Demenz und Angehörige

Sonntag, 21.04.2024 | 15:00 – ca. 17:00 Uhr

Treffpunkt: Pflanzen un Blumen, U1-Ausgang Stephansplatz vor der Statue und Bronzeplastik „Liegende“

Weitere Termine: Sonntag, 26.05.2024 Ohlsdorfer Friedhof | Samstag, 22.06.2024 Botanischer Garten | Samstag,

17.08.2024 Pflanzen un Blumen | Sonntag, 22.09.2024 Dahliengarten | Sonntag, 03.11.2024 Ohlsdorfer Parkfriedhof

Online-Veranstaltungen

Online-Treffpunkt für Angehörige

Immer am zweiten Donnerstag im Monat | 16:00 – 18:00 Uhr

Online-Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit einer Demenz in jüngeren Jahren

Immer am dritten Dienstag im Monat | 18:00 – 20:00 Uhr

Online-Schulung: Menschen mit Demenz – verstehen und begleiten | 2 Stunden, mehrere Termine im Jahr

Bitte Anmeldung unter E-Mail: info@alzheimer-hamburg.de oder Tel.: 040 88 14 177 0

Betreute Urlaube für Menschen mit beginnender Demenz und Angehörige

Im Mai findet ein betreuter Urlaub statt. Die Plätze sind bereits vergeben. Interessierte können noch auf die Warteliste gesetzt werden. Infos: 040 8814177-25