

Newsletter der Alzheimer Gesellschaft RLP 2/25

Liebe Mitglieder,

in der neuesten **Alzheimer Info 2/2025** lesen Sie, wie Angehörige bei Demenz im fortgeschrittenen Stadium unterstützen können.

Das erwartet Sie in dieser Ausgabe:

- **Nachruf Edda Mertz**
- **[Projekte](#)**
 - „Demenz vorbeugen – Hilf jetzt!\": Was wir bewirken.
 - Unser Projekt Sport trotz(t) Demenz – wie es weiterging
- **[Wir werden immer weniger... Die Alzheimer Gesellschaft RLP sucht dringend ehrenamtliche Mitstreiter – wie es weiterging](#)**
- **[Kurz notiert](#)**
 - Antikörper Donanemab zur Behandlung der Alzheimer-Krankheit
 - Eine Gürtelrose-Impfung könnte Demenz-Risiko senken – neueste Erkenntnisse
 - Diphtherie: RKI warnt vor Ausbruch in Deutschland
 - Demenzpeers – kostenfreie Austauschplattform für Angehörige
 - Demenz verstehen
- **[Veranstaltungen und Vorträge](#)**
 - 34. ordentliche Mitgliederversammlung
 - 20 Jahre Vital-Zentrum in Ludwigshafen: Festakt und Impuls-Vortrag
 - Seniorentag in Mannheim und Rheinland-Pfalz Tag in Neustadt
 - Online- und Präsenz Demenz Partner-Kurse
 - Vorträge „Im Alter sicher mobil sein und bleiben – Autofahren mit und ohne Demenz“
- **[Themen aus der Praxis](#)**
 - Laufenden bei Demenz: Lebensgefahr für orientierungslose Menschen
- **[Demenz Podcast Folge 72: Gewalt in der Pflege – Teil 1](#)**
- **[Selbsthilfeangebote der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.](#)**

Nachruf Edda Mertz

Die Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz trauert um

Edda Mertz

*08. Februar 1946 †21. Juni 2025



Edda Mertz war ein ganz besonderer Mensch und ist im 80. Lebensjahr still und leise von uns gegangen. Sie hat unsere Gesellschaft in der Südwestpfalz seit 1994 mitgeprägt. Es war ihr stets ein Herzensanliegen, sich für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen einzusetzen. Dies zeigte sie insbesondere als Leiterin verschiedener Selbsthilfegruppen in ihrer Region und ganz besonders auch mit der Etablierung und Betreuung des Tanzcafés „Vergissmeinnicht“ im Caritas-Altenzentrum St. Anton in Pirmasens. Seit gut 20 Jahren hat sie sich als Vorstandsmitglied unserer Gesellschaft weit über ihre Region hinaus für die Anliegen der Betroffenen eingesetzt. Dies wurde auch von öffentlicher Seite gewürdigt – mit der Verdienstmedaille des Landes Rheinland-Pfalz 2016 und der Landgrafenmedaille 2023 der Stadt Pirmasens.

Mit Edda Mertz verlieren wir eine Kämpferin für unsere Sache, die sich stets für ihre Mitmenschen mit Herz und Verstand eingesetzt hat – sie hinterlässt viele Spuren ihrer Tätigkeit.

Unser Mitgefühl gilt ihrer Familie und allen, die ihr nahestanden. Wir werden Edda stets in bester Erinnerung behalten.

Vorstand und Mitarbeiter der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.,
Ludwigshafen



Bilder sagen mehr als tausend Worte: Edda Mertz' unermüdliches und ambitioniertes Wirken für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen.

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/ehrungen/>

Projekte der Alzheimer Gesellschaft RLP

„Demenz vorbeugen – hilf jetzt!“ – Was wir bewirken.

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

„Ich habe das Gefühl, dass mein Gedächtnis nachlässt. Mir fällt häufig morgens nicht mehr ein, was ich am vorigen Abend gelesen habe. Das beunruhigt mich sehr!“

Diese subjektiven Gedächtnisstörungen, also die Wahrnehmung eigener Gedächtnislücken begleitet von Sorgen, können frühe Zeichen für eine Demenzentwicklung sein. Dies ist noch keine Krankheit, die Betroffenen haben bei Gedächtnistests keine Auffälligkeiten und auch keine Alltagseinschränkungen. Das Demenzrisiko ist jedoch erhöht: Die Alzheimer Demenz entwickelt sich im Gehirn unbemerkt und symptomfrei über Jahrzehnte und subjektive Gedächtnisstörungen können Vorboten sein. In diesem Zeitraum sind präventive Maßnahmen besonders wichtig und wirksam und eine Demenz kann auf diese Weise noch verhindert oder zumindest für viele Jahre hinausgezögert werden. Kommt es hingegen zu ersten alltagsrelevanten Zeichen, weist das Gehirn bereits große Schäden auf. Präventionsmaßnahmen bleiben auch jetzt noch wirksam, aber das Fortschreiten der Demenzerkrankung kann nur noch ausgebremst, jedoch nicht mehr gestoppt werden.

Viele Teilnehmer unseres **Spendenprojekts zur personalisierten Vorbeugung einer Demenz (KogiFit@Aktiv, eine Kooperation mit dem ISPG Mannheim)** berichten von diesen subjektiven Gedächtnisstörungen und sind darüber sehr besorgt. Sie nehmen große Anstrengungen auf sich und ändern ihren Lebensstil, um auf diese Weise einer Demenzerkrankung entgegenzuwirken. Eine 63jährige Teilnehmerin hat z.B. ihre Ernährung umgestellt und will auch in der Zukunft weiter daran arbeiten, diese noch gesünder zu gestalten. Sie hat ihre Mitgliedschaft im Fitnessstudio erneuert und fährt täglich eine Stunde Fahrrad. Der Sport hilft ihr auch beim Stressabbau. Das sind alles Schutzfaktoren gegen Demenz und sie merkt bereits positive Veränderungen: Ihr körperliches und seelisches Wohlbefinden haben sich gesteigert, und auch ihre subjektiven Gedächtnisprobleme haben sich durch die beschriebenen Maßnahmen und das Gedächtnistraining verbessert. Deshalb möchte sie an allen Veränderungen, die durch die Anregungen aus dem Programm kamen, festhalten.

Von vielen Teilnehmern hören wir ähnliche Motivationsgeschichten, ein toller Erfolg unseres Programms!

Noch ist die Teilnehmerzahl unseres spendenbasierten Projekts gering, trotzdem zeigt eine erste wissenschaftliche Auswertung der Untersuchungsergebnisse von 27 Personen, dass wir **bei den meisten Teilnehmern eine deutliche Absenkung des Demenzrisikos erzielen konnten**. Insbesondere hohe Cholesterin- und Homocysteinwerte, hoher Blutdruck, niedrige Vitamin-D-Spiegel und Prädiabetes konnten wirksam medikamentös und/oder über eine Ernährungsumstellung behandelt werden.

Schwieriger gestaltet sich oft eine Gewichtsabnahme und eine Verbesserung der körperlichen Fitness: Einige Teilnehmer haben weitere teils schwerwiegende gesundheitliche Probleme und die personalisierten Maßnahmen müssen so angepasst werden, dass die Übungen und die Ernährungsumstellung trotz dieser Vorerkrankungen machbar sind und toleriert werden. Bei diesen Teilnehmern dauert es oft länger, bis sich erste Erfolge zeigen und dadurch wird es schwieriger zu motivieren. Hier wird das Coaching durch die Ärzte und Psychologen des ISPG Mannheim wichtig, um langfristig „am Ball zu bleiben“.

Demenzprävention ist sehr wirksam: Bis zu 45 Prozent aller Demenzerkrankungen könnten durch einen gesunden Lebensstil verhindert werden [1].

Jeder kann viel dafür tun, um sein Risiko für eine Demenz wirksam zu senken!

Demenz-Prävention ist keine Leistung der gesetzlichen Krankenkassen. Personen, die z.B. wegen erster subjektiver Gedächtnisprobleme oder familiärer Demenzerkrankungen die Sorge haben selbst zu erkranken, haben keine Anlaufstellen im Gesundheitswesen. Mit unserem Spenden-Projekt möchten wir diesen Menschen eine kostenfreie Früherkennungs- und Gedächtnisvorsorgeuntersuchung ermöglichen und finanzielle Gründe sollen keine Hürde sein, das Angebot wahrzunehmen:

Flyer zur Gedächtnisvorsorge am ISPG Mannheim

Falls Sie nach einem guten Projekt suchen, das Sie mit einer Einzelspende oder Spendenaktion unterstützen möchten, ist das unsere eine gute Wahl: Jeder Euro bewegt sehr viel und kommt zu 100% an!

Unser Spendenkonto:

VR Bank Rhein-Neckar eG

IBAN: DE15 6709 0000 0002 4210 38

Kennwort „Präventionsprojekt“

Lesen Sie mehr zu den Projektneuigkeiten unter

www.Demenz-Spende.de

[1] Livingston, Gill et al. (2024): Dementia prevention, intervention, and care: 2024 report of the Lancet standing Commission, The Lancet, Volume 404, Issue 10452, 572 – 628

Unser Projekt Sport trotz(t) Demenz – wie es weiterging:

Reha-Sport Demenz und Neurologie bei der Turngemeinde 1846 Worms e. V.

Ein Beitrag von Christel Feierabend (Vereinsmanagerin Turngemeinde 1846 Worms e.V.)

Knapp ein Jahr ist vergangen, seit die Turngemeinde Worms (TGW) in Zusammenarbeit mit der Alzheimer-Gesellschaft Rheinland-Pfalz den Welt-Alzheimer-Tag unter dem Motto „Sport trotz(t) Demenz“ veranstaltet hat.

Diese war zugleich der Auftakt für die beiden neuen Reha-Sport-Angebote „Reha-Sport Demenz“ und „Reha-Sport Neurologie“ bei der TGW. Klaudia Gogolew und Matthias Engel, beide Sportlehrer bei der TGW, haben dafür die Ausbildung beim Behindertensport-Verband absolviert und sind nun auch in diesem Bereich zertifizierte Übungsleiter. Beide sind bereits in anderen Reha-Sport-Bereichen bei der TGW tätig. Das vielfältige Angebot des Vereins umfasst neben den beiden neuen Bereichen auch Herzsport, Lungensport, Orthopädischen Rehasport und Post-Covid-Rehasport.

Die Reha-Angebote sind nach § 44 SGB IX zertifiziert durch den Behinderten- und Rehabilitationssport-Verband des Landes Rheinland-Pfalz e. V.

Durch gezielte Bewegungs- und Sporttherapien wird krankheitsbedingten Folgeschäden vorgebeugt und einer Verschlimmerung aktiv entgegengewirkt. Daraus ergibt sich ein Plus an Lebensqualität und Leistungsfähigkeit.

Spaß, Freude und die soziale Komponente sollen ebenfalls nicht zu kurz kommen.

Eine soziale und psychische Stabilisierung ist ebenfalls Ziel dieser Angebote. Je nach Fortschritt der Krankheit kann der Verlauf verlangsamt und eine längere Teilhabe am Leben und an der Gesellschaft erreicht werden.

Die Teilnahme an allen Reha-Angeboten erfolgt auf ärztliche Verordnung. Die Kostenübernahme erfolgt durch die Krankenkassen. Aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl ist eine umfassende Betreuung der Betroffenen möglich.

Interessierte Betroffene erhalten in der Geschäftsstelle der TGW gerne weitere Auskünfte:

Turngemeinde 1846 Worms e. V., Philosophenstraße 12, 67547 Worms

Telefon: 0 62 41 – 2 57 17

Die Leiterin der Geschäftsstelle, Christel Feierabend, berät Sie gerne.

Weitere Infos finden Sie auch unter <https://www.tgworms.de/behinderten-und-rehasport>

Wir werden immer weniger... Die Alzheimer Gesellschaft RLP sucht dringend ehrenamtliche Mitstreiter – wie es weiterging.

Ein Beitrag von Maria Weingärtner, Claudia Hufnagel, Dr. Claudia Krack (alle im Vorstand der Alzheimer Gesellschaft RLP)

Im Newsletter 1/2025 hatten wir geschildert, wie wir in unserem Verein mit wenigen ehrenamtlichen Mitstreitern sehr viel bewegen, aber auch, dass derzeit unsere „Gruppe der engagierten Bürger“ ständig kleiner wird und wir deshalb dringend neue ehrenamtliche Mitstreiter suchen.

Unsere verschiedenen Aufrufe zur ehrenamtlichen Mitarbeit waren erfolgreich:

Wir konnten Frau Jutta Betsch aus Ludwigshafen gewinnen, sich in die Nachfolge unseres Finanz-Vorstandes Maria Weingärtner einzuarbeiten. Frau Betsch wird im Mai 2026 bei der Mitgliederversammlung offiziell die Ämter von Frau Weingärtner übernehmen. Herzlichen Dank an Frau Betsch für ihre ehrenamtliche Mitarbeit!

Außerdem hat am 04.08.2025 Frau Eva Küssner bei uns als ehrenamtliche Mitarbeiterin begonnen. Sie wird uns künftig einmal in der Woche in der Geschäftsstelle unterstützen. Auch ihr ein herzliches Dankeschön!

Zudem hat sich noch eine weitere Dame gemeldet, die sich ebenfalls in der Geschäftsstelle engagieren möchte. Sie wird sich ab September bei uns umschaun und dann entscheiden, ob sie dauerhaft mitarbeiten möchte.

Dennoch benötigen wir weitere Mitstreiter bzw. Mitstreiterinnen aus ganz Rheinland-Pfalz: insbesondere für den Südwesten, Westen und Nordwesten. Aus Erfahrung können wir sagen, dass es eine Bereicherung ist, sich ehrenamtlich zu engagieren.

Vielleicht haben Sie sich bereits als Fachkraft oder als Angehörige intensiv mit dem Thema Demenz auseinandergesetzt und möchten sich in ihrer Region für unseren Verein ehrenamtlich engagieren. Wenn Sie gerne planen und sich vorstellen können, Infostände zu betreuen oder die Alzheimer Gesellschaft RLP gegenüber staatlichen Institutionen zu vertreten, Selbsthilfegruppen aufzubauen und zu leiten, sich in die Demenz-Netzwerkarbeit einzubringen und unseren Verein in vielfältiger Weise zu vertreten, dann wären wir begeistert, Sie in unserem Team begrüßen zu dürfen. Sie sollten gerne selbständig arbeiten und im besten Fall vor Ort weitere Unterstützer gewinnen. Ihren Ideen sind (fast) keine Grenzen gesetzt. Damit wir trotz der teils großen Entfernungen gut zusammenarbeiten und uns austauschen können, finden neben gelegentlichen persönlichen Treffen (z.B. in Ludwigshafen oder anderen Standorten) auch online-Meetings statt, um den Reiseaufwand möglichst gering zu halten.

Sie sind interessiert? Dann schreiben Sie Claudia Hufnagel eine E-Mail

info@alzheimer-gesellschaft-rhpf.de

oder rufen Sie uns an: 0621 – 56 98 60. Wir freuen uns auf Sie!

Kurz notiert

Antikörper Donanemab zur Behandlung der Alzheimer-Krankheit

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Die europäische Arzneimittelbehörde EMA hat nach einer erneuten Prüfung im Juli 2025 die Zulassung für den Antikörper Donanemab zur Behandlung der Alzheimer-Krankheit in der Frühphase empfohlen. Ob und wann Donanemab in der Europäischen Union verwendet werden darf, entscheidet nun die EU-Kommission in Brüssel. Donanemab ist ein Antikörper-Wirkstoff, der die Amyloid-Ablagerungen im Gehirn entfernen soll. Er kommt Schätzungen zufolge nur für etwa zehn Prozent der Alzheimer-Patientinnen und -Patienten infrage. Das Medikament kann Alzheimer weder stoppen noch heilen, sondern nur den Verlauf der Krankheit im Frühstadium etwas verlangsamen.

Eine Gürtelrose-Impfung könnte Demenz-Risiko senken – neueste Erkenntnisse

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die Impfung gegen Gürtelrose (Herpes Zoster) für alle Personen ab 60 Jahren als Standardimpfung. Jetzt haben [Wissenschaftler](#) bei der Auswertung von Gesundheitsdaten älterer Menschen in Wales festgestellt, dass für den Nachbetrachtungszeitraum von sieben Jahren bei Menschen, die eine Gürtelroseimpfung erhielten, die Wahrscheinlichkeit an Demenz zu erkranken um 20 % geringer ausfiel als bei Nichtgeimpften. Der Schutzeffekt scheint bei Frauen höher als bei Männern zu sein. Warum die Impfung auch das Demenz-Risiko senkt, ist noch unklar. Denkbar ist unter anderem, dass sie Infektionen und damit verbundenen Entzündungsprozessen vorbeugt, die dem Gehirn schaden können. Die Ergebnisse sind im April 2025 im Fachjournal Nature veröffentlicht worden[2].

Ob die Gürtelrose-Impfung tatsächlich einen Schutz vor Demenz bietet, ist bislang jedoch nicht gesichert. Zwar gibt es Hinweise auf mögliche Zusammenhänge, doch laut aktueller Studienlage reichen die Belege noch nicht aus, um einen kausalen Zusammenhang zu bestätigen.

[2] Markus Eytting†, Min Xie†, Felix Michalik, Simon Heß, Seunghun Chung, Pascal Geldsetzer: „A natural experiment on the effect of herpes zoster vaccination on dementia“, Nature, DOI: <https://doi.org/10.1038/s41586-025-08800-x>

Diphtherie: RKI warnt vor Ausbruch in Deutschland

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Über die BAG-Selbsthilfe erreicht uns die Bitte zur Weitergabe der folgenden Information: Das Robert-Koch-Institut (RKI) stellt derzeit fest, dass es Hinweise auf einen deutschlandweiten Ausbruch von Diphtherie gibt. Momentan ist dieser zum

Glück noch klein. Betroffen sind insbesondere ungeimpfte Menschen, aber auch ältere, vorerkrankte Personen.

Vor diesem Hintergrund wird darauf hingewiesen, dass es gerade bei Menschen mit chronischen Erkrankungen und Behinderungen und ihren Angehörigen wichtig ist, den Impfschutz aktuell zu halten und ggf. den Arzt darauf anzusprechen. Weitere Informationen dazu finden Sie auf der [Seite des Robert Koch Institutes](#).

Demenzpeers – kostenfreie Austauschplattform für Angehörige

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorsitzende Alzheimer Gesellschaft RLP)

Demenzworld, ein Verein aus der Schweiz, hat das Ziel, Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen auf ihrem Weg zu unterstützen, sie mit dem nötigen Wissen auszustatten und in die Gesellschaft zu integrieren. Dafür finden sich unter diesem Link ein Chatbot, der Fragen zum Thema Demenz beantwortet, sowie verschiedene Plattformen wie z.B. ein e-Learning Modul mit Filmbeispielen:

<https://demenzworld.com/>

Demenzpeers ist eine neue kostenfreie Austauschplattform für Angehörige. Demenzworld vermittelt Kontakte mit Menschen, die in einer ähnlichen Situation sind wie Sie – sei es als Tochter, Sohn oder Angehörige. Menschen, die wissen wie es sich anfühlt, zwischen Betreuung, Alltag und Emotionen zu jonglieren.

Mit dieser Austauschplattform haben wir bislang nur wenig Erfahrung gesammelt und würden uns deshalb sehr über Ihre Rückmeldungen freuen, falls Sie das Tool ausprobieren sollten:

<https://demenzworld.com/demenzpeers/>

Fazit: Es lohnt sich, sich diese Plattform anzuschauen und vielleicht wissenswertes und nützliches für sich und den eigenen Alltag zu finden.

Demenz verstehen

Ein Beitrag von Monika Bechtel (Vorsitzende Alzheimer Gesellschaft RLP)

Stellen Sie sich einen Gang zur Toilette vor und bedenken Sie, dass evtl. bei fortschreitender Demenz nur drei Schritte geschafft werden:

1. Schritt Weg dahin
2. Schritt Tür öffnen
3. Schritt Licht anmachen
4. Schritt Deckel hoch
5. Schritt Hose runter
6. Schritt Abwischen
7. Schritt Hose rauf

8. Schritt spülen
9. Schritt Licht aus
10. Schritt Tür zu
11. Schritt Weg zurück

Ein gesunder Mensch kann sich entscheiden, Apfel oder Banane, Kaffee oder Tee.

Ein an Demenz erkrankter Mensch entscheidet sich nicht, er reagiert u.U. einfach.

Und bedenken Sie Demenzkranke leben ihre Biografie.

Unsere Aktivitäten: Veranstaltungen und Vorträge

34. ordentliche Mitgliederversammlung

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorsändin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Unsere diesjährige Mitgliederversammlung fand am 14.05.2025 im Hotel Residenz in Limburgerhof statt. Neben den Berichten der Vorstandmitglieder über die Mitgliedersituation, den Aktivitäten der Selbsthilfegruppen und der Schulungsinitiative sowie dem Finanzbericht war der Höhepunkt der Veranstaltung ein Vortrag von Prof. Dr. G. Adler zum Thema „Neue medikamentöse Behandlung“.

Jederzeit konnten Fragen gestellt oder gemeinsam über schwierige Entwicklungen und Problemlösungen diskutiert werden. Leider waren nur sehr wenige Mitglieder anwesend, das ist wirklich schade! Die Mitgliederversammlung bietet schließlich nicht nur die Gelegenheit etwas über unsere Arbeit zu erfahren, sondern man kann auch eigene Probleme ansprechen, Wünsche äußern und mit uns diskutieren... Wir würden uns sehr freuen, wenn bei der nächsten Mitgliederversammlung wieder eine größere Beteiligung wäre, damit mehr „Gemeinschaftsgefühl“ entstehen kann – schließlich haben wir alle ein gemeinsames Anliegen, das uns auf unterschiedliche Weise bewegt, beschäftigt und verbindet:

Wie kann man möglichst gut mit Demenz (zusammen)leben 🗨️



Foto: Vortrag Prof. Dr. Georg Adler „Neue medikamentöse Behandlung“ und ein aufmerksames, aber dünn besetztes Publikum.

20 Jahre Vital-Zentrum in Ludwigshafen: Festakt und Impuls-Vortrag

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

20 Jahre Vitalzentrum Ludwigshafen – am 30.06.2025 startete die Jubiläumswoche mit einem Festakt, Musik, Sektempfang und Infoständen von verschiedenen Selbsthilfeorganisationen. Staatsministerin Dörte Schall betonte in ihrer Laudatio die Bedeutung von Sport und Bewegung, um auch im Alter fit zu bleiben. Dieses Thema passte nicht nur gut zum Schwerpunkt des Vital Zentrums Oggersheim, nämlich Menschen in ihrem Bestreben nach aktiver und positiver Lebensgestaltung zu unterstützen und Ratsuchenden Orientierungshilfen für eine gesunde Lebensführung zu geben, sondern auch zu Beratungsangeboten der verschiedenen Selbsthilfeorganisationen, die an diesem Tag vor Ort vertreten waren.

Anregend war auch das Gespräch über Demenz-Prävention mit Herrn Prof. Dr. Armin Grau, Mitglied des Deutschen Bundestags am Infostand der Alzheimer Gesellschaft RLP. Als Neurologe ist er nicht nur mit dem Thema Demenz bestens vertraut, sondern war auch an unserem Projekt zur Demenz-Prävention interessiert. Wichtig war ihm, ob wir mit unserem Projekt in der Selbsthilfe vernetzt sind, denn viele der Risikofaktoren für Demenz sind ja identisch mit denen von Diabetes und/oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Tatsächlich sind wir das, und wir überlegen z.B., ob wir zusammen mit der Adipositas- und Diabetes-Selbsthilfe sowie der Deutschen Herzstiftung einen gemeinsamen Tag der Prävention organisieren können. Aber wie so oft wiegt schwer, ob wir dafür die nötigen (Zeit-) Ressourcen aufbringen und Räumlichkeiten finden können. Häufig haben Menschen mit Demenz auch weitere Erkrankungen wie z.B. Parkinson, auch hier haben wir Kontakte, um Angehörigen neue Impulse mitzugeben.

Die ganze Woche wurde ein buntes Programm mit spannenden Vorträgen und Mitmachaktionen geboten – leider war es auch die Woche mit der größten Hitze und bei knapp 40 °C war dann verständlicherweise die Besucherzahl nicht sehr groß. Die sportlichen Mitmachaktionen mussten verschoben werden, dafür war es einfach zu heiß.

Am 2. Juli 2025, dem Tag der geistigen Fitness, hielt ich den Impulsvortrag „(Demenz-)Prävention und das Gewohnheitstier in mir“! Vor allem zum Thema „Mediterrane Ernährung“ gab es viele interessierte Fragen und Diskussionen und es würde mich freuen, wenn ich einigen der Anwesenden kleine Impulse für zu Hause mitgeben konnte.



Fotos: Eröffnungstag mit Laudation von Staatsministerin Dörte Schall, Beratung am Stand der Alzheimer Gesellschaft RLP zum Thema mediterrane Ernährung, Prof. Dr. Armin Grau im Gespräch mit Dr. Claudia Krack, im Vortrag ging es auch um das Gewohnheitstier in uns und wie wir es überlisten können 😊 .

Seniorentag in Mannheim und Rheinland-Pfalz Tag in Neustadt

Ein Beitrag von Claudia Hufnagel (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Bereits im November 2024 erreichte uns eine Anfrage der Deutschen Alzheimer Gesellschaft, ob wir uns aktiv am „**Deutschen Seniorentag**“, der vom 02. Bis 04. April in Mannheim stattfand, beteiligen wollten.

Gerne haben sich Herr Prof. Adler und ich bereit erklärt, den Stand der Deutschen Alzheimer Gesellschaft mitzubetreuen. Hier konnten wir auch Werbung für die

Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz machen und die ein oder andere Frage von interessierten Besuchern beantworten. Zudem hatte ich persönlich auch noch die Gelegenheit zu einem kurzen Gespräch mit Herrn Müntefering, der die Schirmherrschaft des Deutschen Seniorentages innehatte.

Vom 23. bis 25. Mai 2025 fand dann der „**Rheinland-Pfalz Tag**“ in Neustadt an der Weinstraße statt. Hier hatten wir als Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz einen eigenen Informationsstand. Unterstützt wurde ich an den drei Tagen von Herrn Christoph Prost, Frau Susanne Lorenz, Frau Nicole Labbé und Frau Ulrike Gottron-Johannides. Auch hier konnten wir uns interessierten Besuchern vorstellen, Fragen beantworten und sogar die ein oder andere Beratung durchführen. Freitags hatten Herr Prost und ich zudem Gelegenheit unseren Ministerpräsidenten, Herrn Joachim Schweitzer sowie den Neustadter Oberbürgermeister, Herrn Marc Weigel kennen zu lernen und etwas über die wichtige Arbeit unserer Gesellschaft zu erzählen.

Sie sehen, wir sind nicht untätig und versuchen weiterhin unsere Alzheimer Gesellschaft in der Öffentlichkeit bekannt zu machen.

Vielleicht haben sie ja auch Interesse, uns ab und zu bei einem Infostand zu unterstützen. Melden sie sich gerne bei mir.





Fotos: Claudia Hufnagel und Ulrike Gottron-Johannides (Betreuungsangebot MainZuhause und Mitglied) am Infostand, Ministerpräsident RLP Joachim Schweitzer im Gespräch mit Claudia Hufnagel und Christoph Prost.

Online- und Präsenz Demenz Partner-Kurse

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

„Platz ist auch in der kleinsten Hütte“ – so könnte man die Demenz Partner-Veranstaltung am 29.07.25 im Seniorentreff Ruchheim, organisiert von der Fachstelle „Älter werden“ der Stadt Ludwigshafen am Rhein, beschreiben: Neben den Senioren, die regelmäßig zu Kaffee und Kuchen dorthin kommen, kamen so viele weitere Interessierte, dass die Stühle und der Platz für die ca. 35 Personen kaum ausreichten. Ein wenig chaotisch war es schon, bis endlich der Beamer und der Laptop ihren Platz gefunden hatten und ich „mittendrin“ im Publikum mit dem Vortrag beginnen konnte. Demenz Partner-Kurse sind eigentlich für „jedermann“ gedacht und sollen über das Krankheitsbild informieren und wie man Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen begegnen und im Alltag unterstützen kann. Auch diesmal waren wieder viele Menschen mit beginnender Demenz sowie Angehörige dabei, entsprechend vielseitig waren die Fragen, Sorgen und Nöte, auf die ich immer gerne eingehe. Nur hatte ich nicht mit diesem Andrang gerechnet und meine Flyer waren Ruck Zuck vergriffen. Es bestand die Möglichkeit für unser Präventions-Projekt zu Spenden und dabei kamen 50 Euro zusammen. Vielen lieben Dank an alle Spender!

Machen Sie mit und werden auch Sie Demenz Partner (auch als online-Seminar):

www.DemenzinRLP.de/schulungen/#DP

Vorträge „Im Alter sicher mobil sein und bleiben – Autofahren mit und ohne Demenz“ in Herrstein, Simmern und Oppenheim

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Das Thema Automobilität bewegt viele Senioren, denn mit dem Älterwerden kommt es zu körperlichen und geistigen Einschränkungen, die die Fahrtüchtigkeit beeinträchtigen können. Aber jeder kann viel tun, um möglichst lange fit für das Autofahren zu bleiben. Neben Anpassungen von Fahrstil und der Nutzung von Techniken wie z.B. Fahrassistenzsystemen spielt auch die Demenzprävention eine große Rolle, denn körperliche und geistige Aktivität sind sowohl Schutzfaktoren gegen Demenz als auch wichtige Ressourcen, um die Fahrtüchtigkeit zu erhalten.

Angehörige von Menschen mit Demenz haben häufig schwierige Situationen zu meistern, vor allem wenn die Erkrankten uneinsichtig sind und weiter Autofahren möchten, obwohl zunehmend Unsicherheiten und Fahrfehler auftreten. Angehörige sind dann nicht nur in großer Sorge um die Sicherheit der erkrankten Person, sondern auch der anderen Verkehrsteilnehmer. Die Ansprache des Themas Fahrsicherheit wird oft aus Sorge vor Konflikten lange vermieden. Im Vortrag geht es auch darum, wie Angehörige behutsam dieses schwierige Gespräch beginnen können und was man tun kann, wenn alle Maßnahmen nicht wirksam sind.

Organisiert wurde die Veranstaltung am 08. April 2025 von Seniorenamt & Pflegestrukturplanung der Kreisverwaltung Birkenfeld in Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. Ungefähr 40 Interessierte kamen an diesem Abend zum Vortrag in Herrstein.

Dieser Vortrag wurde am 05. Juni 2025 auch in Simmern zusammen mit dem Pflegestützpunkt Simmern und am 03. Juli 2025 in Oppenheim in Kooperation mit dem Kompetenzzentrum Nieder-Olm gehalten. Zu diesen beiden Veranstaltungen kamen leider nur ca. 20/12 Interessierte, aber gerade durch die kleine Gruppengröße war ein sehr guter Austausch möglich. Und es war sogar eine Teilnehmerin aus Heidelberg dabei!

Die Bewerbung unserer Veranstaltungen über diverse Medien bleibt schwierig und es ist spannend, welche Wege Zeitungsinserate und Facebook-Posts oder auch Mundpropaganda manchmal nehmen, um Interessierte zu erreichen. Manchmal bleibt der Erfolg einfach aus und wir wissen dann nicht, woran es liegt. Haben Sie Ideen für uns, welche Kanäle wir zusätzlich möglichst kostenfrei nutzen können, um unsere Veranstaltungen zu bewerben?

Es bestand bei allen drei Veranstaltungen die Möglichkeit, unser Präventionsprojekt zu fördern und es wurden 65,40 und 56 Euro gespendet.

Vielen herzlichen Dank an alle Spender ❤️



Der schöne Wappensaal in Herrstein bot ein tolles Ambiente für die Veranstaltung.



Die Veranstaltung in Simmern wurde vom Pflegestützpunkt Simmern mit dem Netzwerk Demenz im Rhein-Hunsrück-Kreis und der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. organisiert, vlnr: Frau Justus (PSP Simmern), Dr. Claudia Krack, Frau Piwinger (PSP Koblenz-Süd), Frau Wagner (Bücherei im Neuen Schloss Simmern)

Seminare und Vorträge der Alzheimer Gesellschaft RLP

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Wir bieten sowohl in Eigenregie (Präsenz/online) als auch zusammen mit Kooperationspartnern in ganz Rheinland-Pfalz die 7(8) -teilige „Hilfe-beim-Helfen-Seminarreihe“ für pflegende Angehörige an.

Weiterhin haben wir eine ganze Reihe spannender Vorträge im Repertoire:

- „Mein Heute ist Euer Gestern! Ein Leben mit Demenz“
- „Demenz Partner – Basiswissen Demenz“
- „Diagnose Demenz – was tun?“
- „Im Alter sicher mobil sein und bleiben – Autofahren mit und ohne Demenz“
- „Demenz in der Familie – neue Wege gehen“
- „Geistig fit bleiben, Demenz vorbeugen!“
- Impulsvortrag „(Demenz-)Prävention und das Gewohnheitstier in uns“.

Diese finden i.d.R. als Präsenz-Veranstaltung statt, aber auch online-Veranstaltungen sind möglich, um z.B. ländliche Gebiete zu erreichen oder wenn die Entfernungen für die Referenten zu groß werden.

Vielleicht sind einige unserer kostenfreien Vorträge und Seminare auch für Sie interessant? Sie finden diese auf unserer Homepage unter

www.DemenzinRLP.de/schulungen/

www.DemenzinRLP.de/termine-der-alzheimer-gesellschaft/

Sie sind als **Kursanbieter** an unseren Seminaren und Vorträgen interessiert? Dann nehmen Sie mit Anette Krumhaar (Projektmanagerin Schulungsinitiative) Kontakt auf: anette.krumhaar@alzheimer-gesellschaft-rhpf.de

Themen aus der Praxis

Laftendenzen bei Demenz: Lebensgefahr für orientierungslose Menschen

Im Mai 25 verließ eine Seniorin mit Demenz unbemerkt von den Pflegekräften ein Pflegeheim in Dannstadt-Schauernheim. Trotz groß angelegter Suche mit Suchhunden, einem Helikopter und einer Drohne mit Infrarotkamera konnte die Frau erst nach 24 Stunden tot aufgefunden werden. Die 82jährige Frau war in einen Kellerschacht gestürzt.

Solche Nachrichten sind bestürzend und unendlich traurig und man fragt sich was man tun kann, um seine an Demenz erkrankten Angehörigen davor zu schützen.

Manche Menschen mit Demenz entwickeln mit der Zeit eine Lafttendenz. In der Regel haben die Betroffenen ein Ziel vor Augen, deshalb spricht man von „Hinlauf-Tendenz“. Aber manchmal kann der Grund durchaus auch ein „Weg“ sein, also eine Flucht vor der Situation vor Ort. Auf jeden Fall haben die Betroffenen Gründe für das Verlassen ihrer Wohnung.

Hier stehen Angehörige und Pflegeheime vor einem großen Problem begleitet von Ängsten und Sorgen, denn orientierungslose Menschen können schnell in Lebensgefahr geraten, wenn sie das Haus oder Pflegeheim verlassen und den Weg nicht mehr finden. Meine Mutter mit fortgeschrittener Demenz wohnte in einer Pflegewohngemeinschaft (WG). Nie hätten wir gedacht, dass meine Mutter eine Lafttendenz entwickeln könnte, denn zeitlebens war sie eher vorsichtig und krankheitsbedingt konnte sie sich auch in den Räumlichkeiten der WG nicht mehr sicher orientieren und wäre deshalb nicht auf die Idee gekommen, allein die Einrichtung zu verlassen. Aber dann traten plötzlich Halluzinationen auf, und meine Mutter versuchte, den „Gestalten“, die nur sie sehen konnte und die sie peinigten, zu entkommen. Das Pflegepersonal berichtete meiner Schwester und mir, dass unsere Mutter mit viel zu dünner Kleidung die Einrichtung verlassen wollte und gerade noch aufgehalten werden konnte. Wir wurden dann auch direkt vom Einrichtungsleiter damit konfrontiert, dass Menschen mit Lafttendenz nicht in der WG bleiben können, da es zu wenig Personal gibt, um ihre Sicherheit zu gewährleisten. Welch ein Schreck und wie geht man damit um!?

Viele Angehörige stehen vor diesem Problem, einen guten und sicheren Umgang mit Lafttendenzen bei Demenz zu finden, das gilt für die Häuslichkeit und auch für stationäre Einrichtungen.

Was können Angehörige tun und welche Lösungsansätze gibt es?

Hilfreich ist es, Kleidungsstücke mit Namen und Kontakt-Telefonnummer zu kennzeichnen, Nachbarn zu sensibilisieren und einen Steckbrief mit aktuellem Foto für die Polizei für den Fall der Fälle parat zu haben.

Um Lauffähigkeiten zu mildern ist es gut Aktivitäten anzubieten, damit die Erkrankten sich eingebunden und nützlich fühlen und keine Langeweile aufkommt. Tagesstruktur, Bewegungsangebote, Routinen und eine Förderung der Orientierung (z.B. durch eine übersichtliche Einrichtung, vertraute Möbel, Beschriftungen, Demenzuhr...) helfen, sich wohl und sicher zu fühlen.

Es gibt eine Vielzahl von Möglichkeiten wie z.B. das Verhängen der Haustür, Alarmtrittmatten, (Trick-)Schlösser oder GPS- bzw RFID-Systeme, um Personen mit Demenz am Verlassen der Wohnung zu hindern oder über eine Personenortung jederzeit zu wissen, wo sich die Person befindet. Eine sehr gute Übersicht gibt die Broschüre der Deutschen Alzheimer Gesellschaft „[Tablets, Sensoren & Co.](#)“ (auch als [gedruckte Version](#) erhältlich).

Hierbei ist zu beachten, dass

- die Würde und Autonomie der betreffenden Person erhalten bleibt (Verhängte Türen oder Trickschlösser können das Gefühl erzeugen, eingesperrt zu sein. Meiner Mutter ist es während einer Kurzzeitpflege so ergangen. Sie konnte die Türen dort nicht öffnen und reagierte mit Panik und Verzweiflung.),
- die Freiheit ohne Einwilligung nicht eingeschränkt werden darf (GPS-Systeme dürfen z.B. nicht ohne Einwilligung verwendet werden),
- bei der Verwendung Kosten entstehen können (z.B. bei manchen GPS-Systemen),
- viele technische Produkte eine Infrastruktur und Wartung (WLAN, Akkulaufzeit etc.) benötigen,
- die geeignete Lösung das Gleichgewicht zwischen Freiheit und Schutz wahrt und sowohl für die Erkrankten als auch für die Betreuenden das Leben erleichtert.

Man sollte mit seinen erkrankten Angehörigen frühzeitig (die Betroffenen müssen einwilligungsfähig sein) darüber sprechen, ob z.B. GPS-Ortungsgeräte verwendet werden dürfen, um im Falle von Orientierungslosigkeit für maximale Bewegungsfreiheit und Sicherheit sorgen zu können. Die Einwilligung sollte schriftlich festgehalten werden, man kann einen entsprechenden Passus in der Vorsorgevollmacht einfügen.

Bei der Suche nach einer geeigneten Pflegeeinrichtung lautet häufig die erste Frage „Hat ihr Angehöriger eine Lauffähigkeit? In diesem Fall können wir ihn/sie nicht aufnehmen!“. Tatsächlich haben viele Pflegeheime nicht die personellen Möglichkeiten, um den Eingangsbereich der Einrichtung lückenlos zu überwachen und sagen auch, dass ein Pflegeheim kein Gefängnis, sondern ein Lebensraum für ältere Menschen ist, wo jeder Bewohner seine individuelle Freiheit behält. Bei der Auswahl der Einrichtung sollten Angehörige deshalb darauf achten wie hoch der Personalschlüssel ist, ob ausreichend Aktivitäten angeboten werden und der Alltag strukturiert ist, ob der Umgangston wertschätzend ist, ob es einen großen Garten mit Rundwegen gibt. Manchmal kann eine Demenzgruppe mit intensiver Betreuung oder eine Unterbringung in einem geschützten Bereich die richtige Wahl sein. Einige

Pflegeheime setzen GPS- oder RFID-Systeme mit Einwilligung der Bewohner ein, um für mehr Sicherheit zu sorgen.

Um meiner Mutter den Verbleib in der WG zu ermöglichen und gleichzeitig für ihre Sicherheit zu sorgen, hätten wir privat eine geeignete GPS-Lösung für meine Mutter umgesetzt, denn die WG hatte dafür nicht die notwendigen Ressourcen. Meine Mutter wäre damit einverstanden gewesen. Allerdings kam es nicht so weit, denn durch die medikamentöse Behandlung der Halluzinationen verschwanden nicht nur die Sinnestäuschungen, sondern auch die Lauftendenz.

Man kann viel tun, um seinen Angehörigen mit Lauftendenz möglichst viel Freiheit und Autonomie einerseits und möglichst viel Sicherheit andererseits zu ermöglichen.

Allerdings ist das Leben manchmal unvorhersehbar und einen lückenlosen Schutz gibt es nicht, denn es kann trotz aller Für- und Vorsorge immer diesen einen Moment geben, an dem niemand hinguckt oder das GPS-Armband abgestreift wird, weil es den Träger stört oder weil nicht verstanden wird, wofür es da ist.

Tipp: Eine Suchmöglichkeit nach stationären Einrichtungen mit Filterfunktion für eine spezielle Betreuung bei Demenz ist über den [Pflegelotsen](#) möglich.

Der neue Demenz-Podcast ist da, Folge 76: „Einsamkeit und Demenz“

Einsamkeit ist ein großes Thema unserer Zeit. Sie kann krank machen, kann aber auch gleichzeitig Folge einer Demenz sein. Gerade Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen brauchen daher ein gut funktionierendes und empathisches Umfeld. Leider ist es manchmal der Fall, dass sich Freunde und Freundinnen zurückziehen.

Was hilft pflegenden An- und Zugehörigen, nicht zu vereinsamen? Und was kann eine Kommune gegen Einsamkeit unternehmen?

<https://www.demenz-podcast.de/>

Selbsthilfeangebote der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz

Sehr gerne können Sie unsere kostenfreien Selbsthilfeangebote nutzen oder anderen Betroffenen davon erzählen:

a) Demenzsprechstunde:

www.DemenzinRLP.de/demenzsprechstunde/

Die Demenzsprechstunde findet auf Anfrage mit Terminvereinbarung in der Geschäftsstelle in Ludwigshafen, aber auch telefonisch oder per Video-Chat statt. Das Beratungsangebot umfasst z.B. Fragen zu Diagnose, den Umgang mit schwierigen Verhaltensweisen und bietet auch die Möglichkeit, über persönliche Dinge zu sprechen.

b) Demenzsprechstunde Region Südwestpfalz:

www.DemenzinRLP.de/demenzsprechstunde-region-suedwestpfalz/

c) Schulungsangebote:

www.DemenzinRLP.de/schulungen/

d) Selbsthilfegruppen:

www.DemenzinRLP.de/selbsthilfegruppen

Der Austausch mit Gleichbetroffenen tut gut. Eine Selbsthilfegruppe (SHG) ist eine Möglichkeit ins Gespräch mit anderen Angehörigen eines Menschen mit einer Demenz zu kommen. Zurzeit gehören 32 SHGs zur Alzheimer Gesellschaft RLP, vielleicht ist eine in Ihrer Nähe (oder sie finden andere SHGs über die Suchoption über o.g. Internetlink).

e) Tanzcafés und Stammtische (diese Veranstaltungen sind für die Erkrankten und ihre Angehörigen gedacht):

www.DemenzinRLP.de/tanzcafesundstammtische/

f) Kommen Sie mit Ihren Fragen oder zum Stöbern zu verschiedenen Themen auch gerne in unser

„online-Forum Selbsthilfe Demenz“ der Alzheimer Gesellschaft RLP:

www.DemenzinRLP.de/internet-forum/

a) Lernvideos zum Thema Demenz und Pflege

www.DemenzinRLP.de/lernvideos-zum-thema-demenz-und-pflege/

Mit Videos kann man sehr gut Theorie und Praxis verbinden, dieses „Lernen am Modell“ ist besonders effizient und man erhält zu einzelnen Themen sehr schnell einen Überblick. Das gilt auch für Lernvideos zum Thema Demenz, wodurch diese zu einer wertvollen Ergänzung zu Schulungskursen werden. In der Linksammlung haben wir für Sie eine Vorauswahl von sehenswerten Lernvideos zusammengestellt.

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen in Kontakt zu kommen:

Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.

Mundenheimer Straße 239

67061 Ludwigshafen

Tel.: 0621 – 56 98 60

E-Mail: info@alzheimer-gesellschaft-rhpf.de

Web: www.DemenzinRLP.de

Facebook: <https://www.facebook.com/AlzGesRLP/>

Sie erreichen uns persönlich zu folgenden Zeiten:

Montags von 13:00 bis 16:00 Uhr (Frau Hufnagel)

Dienstags von 09:00 bis 13:00 Uhr (Frau Krumhaar)

Mittwochs von 09:00 bis 13:00 Uhr (Frau Krumhaar)

Donnerstags von 09:00 bis 13:00 Uhr (Frau Krumhaar)

Außerhalb dieser Zeiten ist der Anrufbeantworter geschaltet. Wir freuen uns auf Sie!

Herzliche Grüße

Claudia Krack

Vorstandsmitglied Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz

PS: Falls Sie diesen Newsletter nicht länger erhalten möchten, senden Sie mir bitte eine kurze E-Mail.