

Newsletter der Alzheimer Gesellschaft RLP Q1/25

Liebe Mitglieder,

bestimmt ist Ihnen der fehlende Newsletter 4/24 aufgefallen. Schuld war meine längere Erkrankung und die schwierige Situation, dass wir für unsere Aktivitäten zu wenig Ehrenamtliche sind. Da kommen wir schnell an unser Limit und deshalb suchen wir dringend Unterstützung (**s. Beitrag, S. 2**).

Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft reduziert die Ausgaben ihrer Mitgliederzeitschrift „Alzheimer Info“ von 4 auf 2 pro Jahr. Auch wir werden unseren Newsletter auf zwei Ausgaben jährlich beschränken. Dafür bitten wir um Verständnis.

In der neuesten **Alzheimer Info 1/2025** lesen Sie, wie man einer Demenz vorbeugen kann und Sie finden dort auch einen **Beitrag über unser Projekt zur personalisierten Demenz-Prävention**. Wir freuen uns, dass wir dieses wichtige Projekt dort vorstellen durften.

Das erwartet Sie in dieser Ausgabe:

- [Wir werden immer weniger... Die Alzheimer Gesellschaft RLP sucht dringend ehrenamtliche Mitstreiter](#)
 - Wie wir uns für die Alzheimer Gesellschaft RLP engagieren
 - Ehrenamtliche Unterstützung für den Bereich Finanzen gesucht
 - Ehrenamtliche Unterstützung für das Büro in der Geschäftsstelle Ludwigshafen gesucht
- [Projekte](#)
 - „Demenz vorbeugen – Hilf jetzt!“
 - Unser Projekt Sport trotz(t) Demenz – wie es weiterging
- [Kurz notiert](#)
 - Spende des Vital-Zentrums Ludwigshafen
 - Spende der Aktion 72
 - Bundesweiter Klinikatlas ist online
 - Ansichten und Perspektiven zum Thema Demenz
- [Veranstaltungen und Vorträge](#)
 - Betreuertreffen der Selbsthilfegruppen
 - Vortrag „Diagnose Demenz – Was tun?“
 - Ein Koffer voller Töne
 - Online-Demenz Partner-Kurse
 - Vortrag „Demenz in der Familie – neue Wege gehen“
 - Seminare und Vorträge der Alzheimer Gesellschaft RLP
- [Themen aus der Praxis](#)
 - Körperliche Gewalt in der Pflege/Partnerschaft
- [Demenz Podcast Folge 72: Gewalt in der Pflege – Teil 1](#)
- [Selbsthilfeangebote der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.](#)

Wir werden immer weniger... Die Alzheimer Gesellschaft RLP sucht dringend ehrenamtliche Mitstreiter.

Wie wir uns für die Alzheimer Gesellschaft RLP engagieren.

Ein Beitrag von Claudia Hufnagel (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Heute möchten wir sie über unsere vielfältigen ehrenamtlichen Tätigkeiten bei der Vereinsarbeit informieren. Da die Aufgabenverteilung im Verein das Rückgrat einer funktionierenden Vereinsarbeit bildet, haben wir uns für eine klare Zuweisung von Aufgaben und Kompetenzen entschieden. Damit können wir Doppelarbeit und Missverständnisse vermeiden und uns alle effektiv einbringen.

Herr Professor Adler repräsentiert als Vorsitzender des Vorstands unsere Gesellschaft und hat unter anderem die gesamte Verantwortung für unseren Verein.

Frau Monika Bechtel ist den meisten von ihnen sicher bekannt. Vielleicht hatten sie bereits persönlichen Kontakt mit ihr und von ihrer Beratungskompetenz profitieren können. Weiterhin betreut sie unsere aktuell 32 Selbsthilfegruppen und leitet unter anderem auch die Selbsthilfegruppe in Ludwigshafen-Ruchheim.

Frau Claudia Hufnagel betreut an Montagen unsere Geschäftsstelle und erledigt alle dort anfallenden Aufgaben. Bestimmt haben sie auch schon einmal Post von ihr bekommen. Zudem ist sie verantwortlich für die Organisation und den anfallenden Schriftverkehr.

Frau Dr. Claudia Krack arbeitet bei der Weiterentwicklung der Schulungsinitiative sehr eng mit Frau Anette Krumhaar zusammen. Zudem koordiniert Frau Dr. Krack neben anderen Aufgaben das Projekt „Prävention und Früherkennung der Alzheimer Demenz“. Sie hat unseren Newsletter ins Leben gerufen und ist auch hauptsächlich für dessen Erstellung verantwortlich. Weiterhin betreut sie auch noch unsere Homepage und das online Forum.

Frau Anette Krumhaar ist unsere einzige Angestellte, die einen hervorragenden Job für uns macht.

Frau Edda Mertz hat in Pirmasens unter anderem das Tanzcafé für Menschen mit Demenzerkrankungen und ihre Angehörigen ins Leben gerufen.

Herr Christoph Prost betreut unter anderem die Selbsthilfe in der Südwestpfalz und arbeitet eng mit Frau Edda Mertz zusammen. Falls sie aus dieser Region stammen, haben sie ihn vielleicht bei einer Beratung, dem Tanzcafé oder einem Stammtischtreffen bereits kennengelernt.

Frau Maria Weingärtner ist in der Funktion des Finanzvorstandes für unsere Finanzverwaltung zuständig und hat unter anderem die verantwortungsvolle Aufgabe, die Ausgaben und die Verwaltung der Vermögenswerte in unserem Verein zu überwachen.

„Man sollte nie daran zweifeln, dass eine kleine Gruppe aufmerksamer, engagierter Bürger die Welt verändern kann. Das war stets der Fall und wird auch in Zukunft so bleiben.“ – Margaret Mead, amerikanische Kulturanthropologin

In unserem Verein kommt keine Langeweile auf und wir bewegen mit wenigen ehrenamtlichen Mitstreitern sehr viel.

Derzeit wird unsere „Gruppe der engagierten Bürger“ ständig kleiner, deshalb suchen wir neue ehrenamtliche Mitstreiter, die mit uns nicht gleich die Welt verändern sollen, aber die Welt der Menschen mit Demenz und ihrer Angehörigen ein wenig verbessern möchten.

Wir suchen Menschen aus ganz Rheinland-Pfalz, die gerne selbständig arbeiten und vielleicht gerne Infostände planen und betreuen, die Alzheimer Gesellschaft RLP gegenüber den staatlichen Institutionen vertreten, Selbsthilfegruppe aufbauen und leiten, sich in die Demenz-Netzwerkarbeit einbringen und dort unseren Verein vertreten und vieles mehr. Ihren Ideen sind (fast) keine Grenzen gesetzt.

Wir freuen uns auf ihre Kontaktaufnahme mit Frau Claudia Hufnagel, gerne per E-Mail unter:

info@alzheimer-gesellschaft-rhpf.de

Ganz aktuell suchen wir für 2 Positionen Nachfolger:

1. Ehrenamtliche Unterstützung für den Bereich Finanzen gesucht...

Ein Beitrag von Maria Weingärtner (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Die Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. besteht schon seit mehr als 30 Jahren und bestreitet die vielfältigen Aufgaben bis auf eine Ausnahme mit ehrenamtlichen Mitstreitern und Mitstreiterinnen.

Unser ehrenamtlicher Vorstand für Finanzen und Personal wird mit der Mitgliederversammlung 2026 in den wohlverdienten Ruhestand treten. Die Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. steht finanziell auf gesunden Säulen. Die Aufgaben sind vielfältig – können aber zum großen Teil von zu Hause am PC erledigt werden. Der Zeitaufwand ist ca. 7 Stunden pro Woche. Am Jahresanfang mit dem Jahresabschluss erhöht sich dieser Aufwand kurzfristig. Es wäre sehr gut, wenn die Einarbeitung bereits im Herbst 2025 starten könnte!

Haben **SIE** Interesse uns hier zu unterstützen und bringen **SIE** entsprechende kaufmännische und PC-Kenntnisse mit? Dann freuen wir uns auf ihre Kontaktaufnahme mit Frau Maria Weingärtner, gerne per E-Mail oder telefonisch unter:

maria.weingaertner@alzheimer-gesellschaft-rhpf.de

Mobil: 0160 92372305

2. Ehrenamtliche Unterstützung für das Büro in der Geschäftsstelle in Ludwigshafen gesucht.

Ein Beitrag von Maria Weingärtner (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Aber nicht nur die Finanzen müssen ordentlich verwaltet werden, auch unser Büroteam sucht ehrenamtliche Unterstützung. Hierzu wäre es ideal, an einem Tag in der Woche für ca. 3 Stunden in unserer Geschäftsstelle mitzuarbeiten. Das Aufgabenspektrum reicht vom Telefondienst bis zur Postbearbeitung und dem Abrufen von E-Mails. Hierzu gehören auch die Mitarbeit und Vorbereitung bei diversen Veranstaltungen. Auch ist die Buchhaltung vor Ort mitzubetreuen. Einsatzzeiten sind vorzugsweise an einem Freitag am Vor- oder Nachmittag oder Dienstag, Mittwoch oder Donnerstag am Nachmittag.

Haben **SIE** Interesse uns hier zu unterstützen? Dann freuen wir uns auf ihre Kontaktaufnahme mit Frau Claudia Hufnagel, gerne per E-Mail unter:

info@alzheimer-gesellschaft-rhpf.de

Außer für Vorstände können wir eine Ehrenamtspauschale in Höhe von 70 € pro Monat anbieten, z.B. für Fahrtkosten.

Projekte der Alzheimer Gesellschaft RLP

„Demenz vorbeugen – Hilf jetzt!“

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

„Die Gedächtnisvorsorgeuntersuchung war ohne Befund, aber ich habe trotzdem das Gefühl, mit meinem Gedächtnis ist etwas nicht in Ordnung!“

So erging es einem Mann, der an unserem Angebot zur kostenfreien Gedächtnisvorsorge teilgenommen hatte. Die Ärzte am ISPG Mannheim konnten bei dieser Untersuchung zur Demenz-Früherkennung keine Auffälligkeit feststellen, nahmen aber sein schlechtes Gefühl ernst und führten weitere Diagnostik durch. Dabei ergab sich tatsächlich die Diagnose einer beginnenden Demenz. Das hat der Herr erleichtert aufgenommen. Endlich stehe er nicht mehr als Hypochonder da und könne seine Energie nun gezielt für den Erhalt einer guten Gedächtnisleistung verwenden und eventuell auch eine medikamentöse Behandlung beginnen.

Mit Hilfe von Spendengeldern konnten wir im letzten Jahr wieder ca. 200 Menschen die kostenfreie Teilnahme an der Früherkennungs- und Gedächtnisvorsorgeuntersuchung am ISPG Mannheim ermöglichen. 12 Menschen, bei denen im Rahmen dieser Untersuchungen ein besonders hohes Demenzrisiko festgestellt wurde, konnten wir in das zweijährige Programm zur personalisierten Demenz-Prävention aufnehmen. Seit Projektstart wurde 38 Betroffenen die Teilnahme finanziert, davon haben die ersten 4 Teilnehmer das Programm abgeschlossen.

Die Teilnehmer sind glücklich und dankbar. Für viele ist es die einzige Möglichkeit ihre Ängste anzusprechen, weil sie die Familie nicht zusätzlich verunsichern wollen (wenn z. B. ein Elternteil an Demenz erkrankt ist/war) und mit Freunden wollen sie sich mehr auf die fröhlichen Themen des Lebens konzentrieren.

Unser Projekt kann nicht allen Betroffenen die Angst vor der Erkrankung nehmen, jedoch können wir ihnen durch die enge ärztliche Betreuung anbieten, die Unsicherheit und Sorgen gemeinsam durchzustehen und sie auf ihrem weiteren Weg zur erfolgreichen Umstellung ihrer Lebensgewohnheiten zu begleiten.

Mit unserem Projekt zur personalisierten Demenz-Prävention nehmen wir bundesweit eine Vorreiterrolle ein und adressieren eine Lücke in unserem Gesundheitswesen, denn Demenzprävention wird weiterhin keine Leistung der gesetzlichen Kassen sein. Betroffene, die z.B. wegen erster subjektiver Gedächtnisprobleme oder familiärer Demenzerkrankungen besorgt sind selbst zu erkranken, haben keine Anlaufstellen im Gesundheitswesen.

Mit diesem kostenfreien Angebot bieten wir Menschen, die sich aus verschiedenen Gründen Sorgen um ihr Gedächtnis machen, eine niedrighschwellige Anlaufstelle. Finanzielle Gründe sollen keine Hürde sein, das Angebot einer Früherkennungs- und Gedächtnisvorsorgeuntersuchung wahrzunehmen.

Möchten Sie in diesem Jahr etwas spenden und suchen nach einer guten Aktion, die Sie unterstützen möchten? Dann entscheiden Sie sich für unser Projekt: Jeder Euro bewegt sehr viel und kommt zu 100% dem Projekt zugute!

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

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

Ein Beitrag von Maria Weingärtner (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

In enger Zusammenarbeit hatten die Wormser Turngemeinde 1846 e.V. und die Alzheimer Gesellschaft RLP e.V. das Projekt „Sport trotz(t) Demenz“ zum Welt-Alzheimerstag 2024 ins Leben gerufen. Nun gibt es erfreuliche Nachrichten: Seit Januar 2025 können sich Interessierte in zwei Reha-Gruppen für Demenz und Neurologie anmelden. Reha-Sport ist ein auf die individuellen Bedürfnisse der Patienten abgestimmtes Bewegungstraining. Durch gezielte Bewegungs- und Sporttherapien können krankheitsbedingte Symptome gelindert und der Krankheitsfortschritt aktiv verlangsamt werden. In jeder Gruppe befinden sich 15 Teilnehmer, einige Plätze sind noch frei. Ein großer Vorteil des Trainings für die Reha-Sportler ist neben der Förderung von Motorik und der positiven Auswirkung auf das Gedächtnis auch die emotionale Unterstützung, die sich aus dem Austausch Gleichbetroffener in der Gruppe ergibt.

Die Teilnahme an den Reha-Angeboten erfolgt auf ärztliche Verordnung, die Krankenkassen übernehmen auf Antrag die Kosten.

Weitere Informationen zu diesem Sportangebot der Turngemeinde 1846 Worms erhalten Sie von Christel Feierabend per E-Mail: info@tqworms.de oder telefonisch Di und Do von 14-18 Uhr unter 06241/25717.

Kurz notiert

Spende des Vital-Zentrums Ludwigshafen

Ein Beitrag von Maria Weingärtner (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Am 30.01.2025 überreichten Beate Steeg, Sozialdezernentin der Stadt Ludwigshafen, und Frau Martina Gerber, Vitalzentrum Ludwigshafen-Oggersheim, einen Scheck in Höhe von 1.111,11 € an die Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V., Ludwigshafen. Für die Alzheimer Gesellschaft nahmen Anette Krumhaar, Projektmanagerin Schulungsinitiative, sowie Maria Weingärtner, Vorstand Finanzen, den Scheck mit Freude entgegen. Die Spende stammt aus den vorweihnachtlichen Verkäufen einer Gruppe hoch engagierter Mitstreiter und Mitstreiterinnen des Vitalzentrums Oggersheim. Ein toller Erfolg. Wir freuen uns sehr, diese Spende für unsere Schulungsprojekte gezielt einsetzen zu können. Herzlichen Dank an alle Beteiligten im Vitalzentrum Oggersheim und an Frau Steeg.



Foto von links: Marion Zech, die Leiterin der Cafeteria des Vital-Zentrums in Oggersheim, Maria Weingärtner, Vorstand Finanzen der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz, Martina Gerber, zuständige Sozialdienstmitarbeiterin der Fachstelle Älter werden, Clayton und Antonietta Mazzola, Hausverwaltung, Anette Krumhaar, Projektmanagerin Schulungsinitiative der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz und Sozialdezernentin Beate Steeg.

Spende der Aktion 72

Ein Beitrag von Maria Weingärtner (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Am 13.02.2025 erhielt die Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V., Ludwigshafen, eine großzügige Spende in Höhe von 1.400 € der Aktion 72, einer Initiative der Rheinpfalz-Zeitung und der Sparkasse Ludwigshafen. Jedes Jahr – seit 1972 – startet die Aktion 72 von Ende November bis Anfang Januar diese Spendenaktion. Gefördert werden Einrichtungen, die sich in Ludwigshafen und Umgebung für soziale Aufgaben engagieren und Menschen in Not unterstützen. Den

Scheck nahm für die Gesellschaft Frau Maria Weingärtner, Vorstand Finanzen, von Herrn Ulrich Alter, Vorsitzender der Aktion 72, dankbar entgegen.

Bundesweiter Klinikatlas ist online

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

In der Ausgabe 3/24 unseres Newsletters hatte ich den Klinikatlas vorgestellt und bemängelt, dass es keine Suchoption zur Feststellung gibt, ob es sich bei der Klinik um ein demenzsensibles Krankenhaus handelt.

Mit dem Klinikatlas kann man ein spezialisiertes Krankenhaus für bestimmte Operationen oder Erkrankungen suchen.

Vom Bundes-Klinik-Atlas-Team wurde mir nun mitgeteilt, dass es auch die (gut versteckte) Möglichkeit gibt herauszufinden, ob ein Krankenhaus besondere personelle Unterstützung für Menschen mit Demenz anbietet.

Der Bundes-Klinik-Atlas erlaubt es, Suchergebnisse entsprechend zu filtern:

Auf der rechten Seite wählen Sie "Ergebnisse filtern". Dort finden Sie unter der Rubrik "Barrierefreiheit" die Unterkategorie "Demenz oder geistige Behinderung" mit verschiedenen Auswählmöglichkeiten, insbesondere das Kriterium "Besondere personelle Unterstützung von Menschen mit Demenz oder geistiger Behinderung".

<https://bundes-klinik-atlas.de/>

Ansichten und Perspektiven zum Thema Demenz

Ein Beitrag von Monika Bechtel (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Liebe Angehörige,

in diesem Zusammenhang und in meiner langjährigen Arbeit mit Angehörigen und an Demenz erkrankten Menschen finde ich es wichtig, sich auch mit anderen Sichtweisen und Perspektiven zum Thema Demenz zu beschäftigen.

Demenz kennt keine Alter, Farbe oder Geschlecht.

Weltweit gehen Menschen unter Umständen sehr unterschiedlich mit dem Thema um.

Demenz ist kein Solo sondern ein Orchester, das bedeutet, die Angehörigen sind auch Co-Patienten und müssen auf Ihre eigene Gesundheit achten, um den MmD möglichst lange begleiten zu können.

Demenz ist auch eine Chance und Zumutung zugleich!

Chancen, noch schöne Momente zu kreieren, hier ist nicht nur die verbale Kommunikation wichtig, auch im späteren Verlauf die nonverbale Kommunikation ein Baustein für eine Chance im Umgang mit den MmD.

Am Ende und auf Distanz sagen Angehörige häufig, dass die Erkrankung nicht nur eine Zumutung war, sondern dass auch sie gelernt haben Verständnis, Empathie und Geduld zu entwickeln.

Aktivitäten / Ansichten aus anderen Ländern:

Wie gehen verschiedene Länder mit MmD um?

Der junge Altenpfleger Teun Toebe begab sich auf eine dreijährige Reise. Der Zuschauer erlebt, unter welchen unterschiedlichen Bedingungen Menschen mit Demenz leben. In Südafrika etwa stehen sie mancherorts im Verdacht, eine Hexe zu sein. In Osteuropa leben sie in psychiatrischen Einrichtungen oder sind auf die Kirche als einzigem Kümmerer angewiesen. (Die jungen Familienmitglieder sind ausgewandert, um arbeiten zu können). In Südkorea wird viel Wert auf Prävention gelegt.

Der Zuschauer erlebt einen interessierten und empathischen Autor, dem immer die Beziehung zu den Demenzerkrankten und ihren An- und Zugehörigen wichtig ist. Man sieht auch die unterschiedlichen Schwerpunkte und Ansätze, von denen man manches gut lernen kann, etwa bei der Prävention durch die 5-Finger-Methode: Körperliche Betätigung – geistige Anregung – gesunde Ernährung – soziale Kontakte – Behandlung bzw. Vorbeugung bei kardiovaskulären Erkrankungen.

Den Film kann man in der Mediathek sehen unter folgendem Link:

<https://www.arte.tv/de/videos/119021-000-A/demenz-mensch-sein-mensch-bleiben/>

Demenz eine Daueraufgabe für die Gesellschaft – Freiheit durch Fürsorge.

Trotzdem ist Demenz nicht das Ende eines sozialen und reichen Lebens.

Achten Sie auf sich und holen Sie sich Hilfe und Unterstützung, vielleicht auch in einer unserer Selbsthilfegruppen oder in Ihrer direkten Umgebung.

Unsere Aktivitäten: Veranstaltungen und Vorträge

Betreuertreffen der Selbsthilfegruppen der Alzheimer Gesellschaft RLP im Hieronymus-Hofer-Haus in Frankenthal

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

Für das diesjährige Betreuertreffen der Selbsthilfegruppen (SHG) am 22.02.2025 war Fr. Nicola Hagemann (Einrichtungsleiterin Hieronymus-Hofer-Haus in Frankenthal) unsere Gastgeberin.

Die 32 Selbsthilfegruppen der AlzGesRLP sind über ganz RLP verteilt und die oft sehr großen Entfernungen zum Veranstaltungsort führen dazu, dass immer nur ein kleiner Teil der Betreuer zu den jährlichen Treffen kommen kann. Das ist sehr schade, denn die Berichte aus den Gruppen führen zu vielen fruchtbaren Diskussionen. Dabei geht es vor allem um die sich verändernde „Landschaft“ der SHG (die Situationen der pflegenden Angehörigen sind vielfältiger geworden), der Haus- und Fachärzte (die immer weniger werden) und von teil- und vollstationären Angeboten für Menschen mit Demenz (die Mangelsituation wird vor allem im ländlichen Raum immer offensichtlicher) sowie um spezielle Fragestellungen wie z.B. den Umgang mit der Trauer vieler Angehöriger, die Menschen mit Demenz begleiten und mit dem schrittweisen Abschied aus dem Leben konfrontiert sind.

Ein weiteres wichtiges Thema sind die Finanzierungsmöglichkeiten der SHG, denn die dazu benötigten Anträge werden immer umfangreicher und aufwändiger. Hierzu gab es einen Vortrag von Fr. Weingärtner (Vorstand Finanzen).

Zwei weitere Vorträge von Fr. Hagemann über die Gruppenvalidation in der Betreuung von Menschen mit Demenz und von mir über „Selbsthilfe (Demenz-) Prävention“ sowie eine Besichtigung der Tagespflege im Hieronymus-Hofer-Haus rundeten das gelungene Treffen ab.



Foto: Spannende und angeregte Diskussion der Teilnehmer des Betreuertreffens – vlnr: Fr. Lutz (SHG Germersheim), Fr. Labbé und Fr. Lorenz (SHG Landau/Ilbesheim), Fr. Weingärtner (Vorstand), Fr. Hufnagel (Vorstand), Hr. Prost (Vorstand und SHG Primasens/Rodalben), Hr. Wendel (SHG Kaiserslautern), Fr. Hagemann (SHG Frankenthal), Prof. Dr. Adler (Vorstandsvorsitz und online-SHG FTD), Fr. Gottron-Johannides (SHG Mainz)

Vortrag „Diagnose Demenz – Was tun?“ im Gemeindezentrum Mannheim-Vogelstang

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

Der Pflegedienst 1A PflegeMAX 24h GmbH hat in Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft RLP am 19.02.2025 Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen zum Vortrag „Diagnose Demenz – Was tun?“ ins Gemeindezentrum Mannheim-Vogelstang eingeladen. Eigentlich war Monika Bechtel (Vorstand Alzheimer Gesellschaft RLP) als Referentin geplant, aber in Zeiten der Grippe muss man notgedrungen flexibel sein: Da Fr. Bechtel durch eine starke Erkältung ausgebremst war, habe ich spontan den Vortrag übernommen. Das war gut so, denn der Saal war bis auf den letzten Platz gefüllt. Die vielen Fragen der Angehörigen zeigten immer wieder deutlich, welcher Druck auf vielen Angehörigen lastet, um die oft schwierigen Alltagssituationen zu meistern. Wie gut tut da ein Austausch, auch wenn er nur kurz ist. Berührt hat mich auch ein Herr, dessen Ehefrau an Alzheimer Demenz erkrankt ist. Aus seinen Fragen war zu entnehmen, dass er sich von der häuslichen Situation überfordert fühlt und dass es ihm sehr schwer fällt, sich auf die veränderten Verhaltensweisen seiner Ehefrau einzulassen.

Der Vortrag war als Auftaktveranstaltung für die 7-teilige Hilfe-beim-Helfen-Schulungsreihe gedacht, die wir ebenfalls in Kooperation mit dem Pflegedienst anbieten. Viele Teilnehmer haben sich direkt nach Vortragsende in die ausliegende Anmeldeliste eingetragen und die Schulungsreihe war auf diese Weise schnell ausgebucht! Die große Resonanz zeigt, wie wertvoll dieses Informationsangebot mit Möglichkeit zum Austausch für Angehörige von Menschen von Demenz ist.

Hier finden Sie unsere Seminarangebote: www.DemenzInRLP/schulungen/



Foto: Pflegeleitung 1A PflegeMAX 24h GmbH (r/l), Dr. Claudia Krack (m)

Ein Koffer voller Töne: Abwechslung für Menschen mit Demenz in der Region Pirmasens, Südwestpfalz und Zweibrücken

Ein Beitrag von Christoph Prost (Vorstand Alzheimer Gesellschaft RLP)

Seit September 2024 findet monatlich bei der **Katholischen Familienbildungsstätte (KFBS)** in Pirmasens der musikalische Nachmittag „**Ein Koffer voller Töne**“ statt. Entwickelt hat sich das Engagement der KFBS aus der ersten „Woche der Demenz“ 2023, die in Kooperation mit der Alzheimer-Gesellschaft-Rheinlandpfalz, der lokalen Allianz Südwestpfalz und dem Netzwerk Demenz bei der KFBS durchgeführt wurde.

In den Alzheimer Selbsthilfegruppen Pirmasens und Rodalben hat die Mitarbeiterin der KFBS Frau Dausend-Thomas das Konzept vorgestellt und alle zur Teilnahme eingeladen.

Einige Mitglieder unserer Selbsthilfegruppen nahmen die „Einladung zu einer musikalischen Reise durch das Jahr“ in den Räumen der KFBS gerne an. Auch andere pflegende Menschen und ihre von Demenz betroffenen Angehörigen ergriffen die Gelegenheit.

„Kommen Sie mit auf eine musikalische Reise durch das Jahr. Wir reisen mit leichtem Gepäck, denn alles, was wir brauchen, tragen wir bei uns: Unsere Stimme, unsere Lieder, unsere Erinnerungen. Beschwingt und freudig geht es los. Unser Begleiter ist der Koffer voller Töne. Mit ihm werden wir auf unserer musikalischen Reise altbekanntes aufleben lassen und Neues entdecken.

Dabei wollen wir miteinander singen, mit Rhythmusinstrumenten musizieren und auch das Tanzbein schwingen. Unsere Erlebnisse halten wir in einem Reisetagebuch fest.

Kommen Sie mit, gemeinsam bringen wir unsere Lebensfreude zum Klingen!“

2024 begann die Reise inspiriert von der Fußball Europameisterschaft. Der Koffer war dann gefüllt mit den „Orff’schen Instrumenten“ und „Fanartikeln“. Die vorgesehene Zeit von 1 Stunde war mit Erzählungen, gemeinsamen Liedern, Stadiongetöse und Fankleidung schnell vorbei.

Anschließend folgt dann nach jeder Reise das gemeinsame kurzweilige Kaffeetrinken.



Weitere Reisen behandelten z.B. Italien und die Vorweihnachtszeit. Reiseziele können durch Teilnehmer auch vorausgewählt werden. Anmelden muss man sich natürlich, schon wegen den Kaffeepreparierungen. Das Netzwerk Demenz unserer Region übernimmt bisher dankenswerterweise alle Kosten.

Abschließend kann man sagen, dass „Ein Koffer voller Töne“ bei den Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen gut ankommt, weil es ein lustiger, musikalischer, aktiver und abwechslungsreicher Nachmittag ist und auch neue Bekanntschaften entstehen können.

Halbjährlich finden bei der Katholischen Familienbildungsstätte seit letztem Jahr **Wortgottesdienste** für Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen statt. Auch hier sind TeilnehmerInnen der Alzheimer-Selbsthilfegruppen Pirmasens und Rodalben gerne dabei. Der Teilnehmerkreis ist kleiner als bei dem „Koffer voller Töne“ aber die Veranstaltung mit individueller Einbeziehung aller Anwesenden wirkt gerade dadurch familiär. Im Advent wurde unterbrochen von Musik und singen und vorlesen einer Geschichte ein Adventskranz mittels Tannenzweigen, Kerzen, Tannenzapfen und Äpfeln zusammengelegt. Alle Anwesenden waren dabei aktiv und es war eine ruhige entspannte und motivierende Atmosphäre. Ein vergleichbares wertschätzendes Angebot für Menschen mit Demenz gibt es in der gesamten Region nicht.



Auch bei den Wortgottesfeiern wird anschließend zum gemeinsamen Kaffee eingeladen, der auch wiederum vom Netzwerk Demenz unserer Region finanziert wird.

Beide Angebote sind eine wirkliche Bereicherung in unserer Region für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen. Bei Interesse können wir gerne Gespräche mit weiteren Informationen vermitteln.

Online-Demenz Partner-Kurse

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

In diesem Jahr hatte uns der Paritätische Landesverband Rheinland-Pfalz/Saarland gefragt, ob wir Demenz Partner-Kurse auch online veranstalten würden. Das war Neuland für mich. Obwohl ich die Hilfe-beim-Helfen-Seminare im kleinen Kreis bis maximal 20 Teilnehmer als online-Format anbiete, ist der Demenz Partner-Kurs mit häufig deutlich mehr Teilnehmern eine andere Klasse. Ich finde diese Kurse immer spannend, vor allem wenn - wie beim Freiwilligendienst - junge Menschen zuhören und mitmachen. Junge Menschen mit dem schwierigen Thema Demenz in Kontakt zu bringen, finde ich eine wichtige und zukunftsweisende Aufgabe. Aber würde das auch online funktionieren ohne den direkten Blickkontakt und der Möglichkeit nonverbaler Interaktion? Auch hatte mich der Gedanken umgetrieben „Was ist, wenn ich nur auf dunkle Kacheln schaue, weil alle ihre Kameras aushaben?“. Aber es kam ganz anders: Jeweils ca. 35 engagierte Freiwillige waren bei den zwei online-Kursen im virtuellen Raum und hatten „Kamerapflicht“. Eine Grundvoraussetzung für eine gute Kommunikation! Auf diese Weise kamen richtig gute Gespräche auf: Einige Teilnehmer hatten von selbsterlebten Begegnungen mit Menschen mit Demenz im Alltag oder im Rahmen der Freiwilligenarbeit in einem Pflegeheim zu berichten und dabei war auch viel Emotionalität im Raum. Es war ein gelungenes Experiment, das wir gerne wiederholen werden.

Machen Sie mit und werden auch Sie Demenz Partner:

www.DemenzinRLP.de/schulungen/#DP

Vortrag „Demenz in der Familie – neue Wege gehen“ im Pfarrzentrum St. Jakobus Schifferstadt

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

Organisiert wurde diese Veranstaltung von den Pflegestützpunkten Böhl-Iggelheim, VG Dannstadt-Schauernheim und Schifferstadt in Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. Ungefähr 100 Interessierte kamen an diesem Abend zum Vortrag, das war überwältigend! Zum drittenmal begleite ich gerade eine nahestehende Angehörige mit Demenz und erlebe, dass eine Demenzerkrankung die ganze Familie betrifft. Mein Vortrag soll Mut machen, das Leben mit Demenz anzunehmen und Veränderungen, wie z.B. schon frühzeitig Hilfe zu akzeptieren,



zuzulassen. Bei meiner Mutter ist die Erkrankung mittlerweile weit fortgeschritten. Trotzdem sind immer noch diese berührenden Momente möglich, in denen wir zusammen lachen und auch weinen können und sie mir Einblicke in „ihre“ Welt ermöglicht. Diese Perspektivenwechsel führen zu mehr Verständnis für die veränderten Verhaltensweisen und Bedürfnisse der

Erkrankten und schwierige Alltagssituationen lassen sich dadurch reduzieren. Im Anschluss an den Vortrag gab es einen regen Austausch an den Infoständen. Weiterhin bestand die Möglichkeit, unser Präventionsprojekt zu fördern und es wurden großartige 360,45 Euro gespendet! Vielen herzlichen Dank an alle Spender



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 wie z.B. „Mein Heute ist Euer Gestern! Ein Leben mit Demenz“, „Demenz Partner“, „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!“

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

Gewalt in der Pflege

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

Gewalt in der Pflege ist ein Tabuthema mit vielen Gesichtern und kann sowohl von den pflegebedürftigen Menschen als auch von den pflegenden Angehörigen ausgehen, kann verbal oder körperlich, einseitig oder wechselseitig, bewusst oder unbewusst sein. Die Ursachen sind vielfältig, die Überschreitung der eigenen Belastungsgrenze und Verzweiflung spielen dabei häufig eine große Rolle.

Gewalt erzeugt viel Leid, deshalb: **Gib der Gewalt keine Chance!**

<https://www.pflege-in-not.de/>

Der folgende Beitrag der Polizeilichen Kriminalprävention zeigt Wege aus der Gewalt auf und informiert über Hilfsangebote:

Körperliche Gewalt in der Partnerschaft

Ein Beitrag aus dem BÜRGER-NEWSLETTER der Polizeilichen Kriminalprävention der Länder und des Bundes

Der soziale Nahraum ist ein geschützter Bereich, in dem jeder Mensch Sicherheit, Geborgenheit und Vertrauen erwartet. Dorthin kann sich jeder zurückziehen und Kraft schöpfen. Wird dieser Lebensraum verletzt, kann dies für die Betroffenen schwerwiegende psychische und physische Folgen haben.

Rund ein Drittel aller Frauen wurden schon einmal Opfer von Beziehungsgewalt. Aber auch Männer sind in Beziehungen Gewalt ausgesetzt. Dies kommt in allen Einkommens-, Bildungs- und Altersschichten vor. Viele Betroffene suchen die Schuld bei sich selbst oder sehen keine Möglichkeit, die Beziehung zu beenden. Mitunter sind auch Kinder von der Gewalt zwischen den Eltern betroffen. Häusliche Gewalt und Straftaten im sozialen Nahbereich bleiben häufig unerkannt. Opfer schweigen aus Scham, Hilflosigkeit, Schuldgefühlen. Oft werden Übergriffe vom Opfer heruntergespielt oder verschwiegen aus Angst vor weiteren Gewalttaten.

Gewalt im sozialen Nahbereich darf als Problem weder verschwiegen noch bagatellisiert werden, denn auch die Privatsphäre ist kein rechtsfreier Raum. Die Menschenwürde bleibt auch in Ehe und Familie oder anderen Wohn- und Lebensgemeinschaften, in Pflege- oder Heimen das wichtigste Grundrecht einer Person.

Dabei ist es unerheblich, wie alt die Menschen sind und in welcher Beziehung sie zueinanderstehen. Das Recht auf körperliche Unversehrtheit gilt auch hinter der Wohnungstür. Deshalb ist es für Opfer besonders wichtig, Beratungsangebote in Anspruch zu nehmen.

[Videopodcast](#)-Reihe: Aufklärung über Gewalt in der Partnerschaft

<https://www.youtube.com/watch?v=UI6t0Ik9E3U&list=PLgRmN1y2qM13YMyrdPV4921Z9GwHxrL4X&index=7>

Eine Videopodcast-Reihe der Polizei klärt auf YouTube über verschiedene Formen von Gewalt in der Partnerschaft - psychische, körperliche, sexualisierte und digitale Gewalt - auf. Zielgruppe sind insbesondere junge Menschen vor bzw. in ihrer ersten Partnerschaft.

Im Videopodcast zu körperlicher Gewalt in der Beziehung und Auswege aus ihr spricht Moderatorin Walerija mit Marc, einem Betroffenen von Partnerschaftsgewalt und Andrea, die als Beauftragte für Kriminalitätsoper beim Polizeipräsidium München Betroffene von Partnerschaftsgewalt berät. Gemeinsam zeigen sie Betroffenen und deren Umfeld Wege aus gewaltbelasteten Beziehungen auf.

Hilfsangebote nutzen

Wer von Gewalt in der Partnerschaft betroffen ist, sollte sich unbedingt Hilfe holen, denn: Gewalt in der Partnerschaft entwickelt sich häufig schleichend und kann sich immer weiter steigern. Betroffene geraten in eine psychische Abhängigkeit, aus der sie ohne Hilfe nur schwer wieder herauskommen.

Es gibt eine Vielzahl von Hilfsangeboten, die auch für Angehörige oder Freundinnen bzw. Freunde von Betroffenen ein offenes Ohr haben:

- **Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen":** <https://www.hilfetelefon.de/>
Tel. 116 016

- **Hilfetelefon „Gewalt an Männern“:**
<https://www.maennerhilfetelefon.de/> **Tel. 0800 1239900**

- **Nummer gegen Kummer:** <https://www.nummergegenkummer.de/>
Tel. 116 111

In vielen Landkreisen und Bundesländern gibt es Interventions- und Koordinierungsstellen gegen Partnerschaftsgewalt/häusliche Gewalt. Betroffenen können sich unter einer zentralen Nummer des Hilfetelefons an die für sie zuständige Stelle vermitteln lassen.

Alle Hilfsangebote bieten auch eine Beratung via Chat an!

<https://www.polizei-beratung.de/themen-und-tipps/gewalt/gewalt-im-sozialen-nahbereich/>

Der neue Demenz-Podcast ist da, Folge 72: „Gewalt in der Pflege – Teil 1“

Über Gewalt in der Pflege wird selten gesprochen, dabei ist es ein ernstzunehmendes Problem, das sowohl Menschen mit Demenz als auch Pflegepersonal und Angehörige betreffen kann. Um auf dieses Tabuthema aufmerksam zu machen, wurden zwei Podcast-Folgen produziert. In der ersten geht es um Definitionen und Formen von Gewalt. Außerdem werden drei Projekte zur Prävention vorgestellt: „Pflege in Bayern – gesund + gewaltfrei – Gesundheitsförderung und Gewaltprävention in Pflegeheimen“, „Partizipative Entwicklung eines Konzeptes zur Gewaltprävention (PEKo)“ und „ReduFix“, dass Pflegeeinrichtungen bei der Vermeidung von Fixierung und der Reduzierung von freiheitsentziehenden Maßnahmen unterstützt.

<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.