

Newsletter der Alzheimer Gesellschaft RLP 1-2026

Liebe Mitglieder,

in der neuesten **Alzheimer Info 1/2026** „Demenz in der Gesellschaft“ geht es um das Thema Stigmatisierung, Ausgrenzung und gesellschaftliche Isolation. **Die Broschüre kann als Printprodukt und auch als Download erworben werden.**

Die Alzheimer Info ist für Mitglieder der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. kostenlos. An alle unter Ihnen, die bereits mit dem Gedanken gespielt haben Mitglied zu werden, es aber noch nicht umgesetzt haben: Der Jahresbeitrag beträgt nur 35 Euro 😊.

<https://www.DemenzinRLP.de/mitgliedschaft/>

Das erwartet Sie in dieser Ausgabe:

- **Projekte**
 - „Demenz vorbeugen – Hilf jetzt!“: Was wir bewirken.
 - Unser Projekt Sport trotz(t) Demenz – wie es weiterging
 - Ehrenamt: „Mach mit! – Mit Dir können wir mehr bewirken.“
- **Kurz notiert**
 - Sind Banken verpflichtet, eine Vorsorgevollmacht anzuerkennen?
 - Polizeiprävention: Video zu „Schockanrufe“
 - Neu: S3-Leitlinie „Delir im höheren Lebensalter“
 - Mit Demenz ins Krankenhaus und wie Angehörige unterstützen können
 - Demenz ist anders Onlinesymposium
- **Veranstaltungen und Vorträge**
 - **Save the Date: 35. ordentliche Mitgliederversammlung am 20.05.2026**
 - Aktiv und sozial in Lambrecht
 - Welt-Alzheimerstag 2025: „Demenz – Mensch sein und bleiben“
 - Einjähriges Bestehen des KliLu-Gesundheitscampus
 - Online-Vortrag „Grundlagen zu Demenz – von der Unsicherheit zur Diagnose“
 - Gründung einer Selbsthilfegruppe in Speyer
 - Vortrag „Im Alter sicher mobil sein und bleiben – Autofahren mit und ohne Demenz“
 - 20 Jahre Tanzcafé im Caritas-Altenzentrum St. Anton - Alzheimer Selbsthilfegruppe Pirmasens
 - Vortrag „Geistig fit bleiben – mit 10 Maßnahmen Demenz vorbeugen!“
- **Themen aus der Praxis**
 - Trauerbegleitung bei Menschen mit Demenz
- **Demenz Podcast Folge 80: Zukunft der Pflege in anderen Ländern**
- **Selbsthilfeangebote der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.**

Projekte der Alzheimer Gesellschaft RLP

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

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

Mit unserem Kooperationsprojekt mit dem ISPG Mannheim sind wir ganz nahe bei den Menschen, die sich Sorgen um ihr Gedächtnis machen, und wir haben schon viel bewirkt:

In den letzten 3 Jahren konnten ca. 300 Menschen eine kostenfreie Gedächtnisvorsorgeuntersuchung (Kogifit®Plus) am ISPG Mannheim wahrnehmen. Bei 15 % der Teilnehmer wurde eine beginnende Alzheimer Demenz festgestellt und weitergehende Untersuchungen sowie Behandlungen veranlasst. Früherkennung und ein früher Therapiebeginn sind bei Alzheimer Demenz entscheidend, um den Krankheitsverlauf günstig zu beeinflussen. Bei 71 % der Teilnehmer fanden sich keine oder nur eine leichte kognitive Beeinträchtigung und es wurden Beratungsgespräche zur Demenzprävention geführt. 14 % hatten Gedächtnisstörungen, die noch nicht das Ausmaß einer Demenz erreicht hatten. Vorbeugende Maßnahmen sind zu diesem Zeitpunkt besonders wichtig und die Personen wurden vorrangig in das zweijährige Projekt zur Demenzprävention aufgenommen. Insgesamt konnten wir 57 Menschen mit hohem Risiko für die Alzheimer Demenz die Teilnahme am gecoachten Programm zur personalisierten Vorbeugung einer Demenz (Kogifit®Aktiv) ermöglichen.

Diese Ergebnisse zeigen, wie wichtig Demenzvorsorge ist!

Demenzprävention ist keine Leistung der gesetzlichen Krankenversicherung, deshalb finanzieren wir dieses Programm über Spenden.

Bitte unterstützen Sie unser Engagement, damit wir die kostenfreie Demenzvorsorgeuntersuchung weiterhin anbieten können. Jede Spende zählt!

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:

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

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

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>

Ehrenamt: „Mach mit! – Mit Dir können wir mehr bewirken.“

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

Bei unserer ehrenamtlichen Arbeit erleben wir jeden Tag, wie wertvoll offene Ohren und kleine Impulse sind, die für Betroffene vieles verändern können.

Wir freuen uns sehr, dass wir Frau Gabriele Unser als Schriftführerin und Stellvertreterin für Frau Jutta Betsch (Finanzen) gewinnen konnten. Sowohl Frau Betsch als auch Frau Unser werden im Mai 2026 bei der Mitgliederversammlung offiziell ihre Ämter übernehmen.

Vielleicht haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, sich zu engagieren. Dann zögern Sie nicht länger und kommen Sie mit uns in Kontakt:

Wir suchen Menschen aus ganz Rheinland-Pfalz, die sich bereits als Fachkraft oder als Angehörige intensiv mit dem Thema Demenz auseinandergesetzt haben und sich in ihrer Region für unseren Verein ehrenamtlich engagieren möchten. 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 selbstständig arbeiten und im besten Fall vor Ort weitere Unterstützer gewinnen. Ihren Ideen sind (fast) keine Grenzen gesetzt. Damit wir trotz der teilweise 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.

Dürfen wir Ihnen mehr darüber erzählen? Dann freuen wir uns über eine kurze E-Mail oder einen Anruf:

info@alzheimer-gesellschaft-rhpf.de oder 0621 – 56 98 60

Kurz notiert

Sind Banken verpflichtet, eine Vorsorgevollmacht anzuerkennen?

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

Vorsorgevollmachten sind nicht nur bei einer Demenzerkrankung ein Muss zur rechtlichen Absicherung. Bevollmächtigte können auf diese Weise das Bankkonto des Vollmachtgebers verwalten, wenn dieser dazu z.B. durch eine fortschreitende Demenz nicht mehr selbst in der Lage ist. Leider erkennen viele Kreditinstitute eine Vorsorgevollmacht nicht an, oft lautet die unzulässige Begründung „die Geschäftsfähigkeit des Vollmachtgebers bei Unterschrift sei nicht bewiesen“ und aus Haftungsgründen würden nur notariell beurkundete oder hauseigene Formulare anerkannt.

Das ist rechtlich nicht zulässig. Im „Ratgeber in rechtlichen und finanziellen Fragen“ der Deutschen Alzheimer Gesellschaft findet sich dazu folgender Passus:

„Bei Vorliegen einer Vorsorgevollmacht, die sich über sämtliche Vermögensangelegenheiten des Vollmachtgebers erstreckt, ist eine gesonderte Bankvollmacht nicht erforderlich. Verlangt eine Bank diese gleichwohl, handelt es sich um eine unzulässige Bedingung und die Bank macht sich schadenersatzpflichtig.“

<https://shop.deutsche-alzheimer.de/broschueren/33/ratgeber-rechtlichen-und-finanziellen-fragen>

Was kann man tun, wenn die Bank die Anerkennung einer Vollmacht verweigert?

Hier reicht oft ein anwaltliches Schreiben oder die Ankündigung, die Bundesanstalt für Finanzaufsicht (BaFin) oder aber den Ombudsmann für Banken einzuschalten. In einem Rechtsstreit würde die Bank verlieren und müsste die Verfahrenskosten tragen und ggf. Schadenersatz zahlen. Aber so ein Verfahren dauert einige Zeit und kostet Nerven.

Es ist wichtig, dass die Vollmacht rechtssicher ist (z.B. das zum Zeitpunkt der Unterschrift die Geschäftsfähigkeit noch gegeben war) und auch die Bankangelegenheiten umfasst. Deshalb kann es sinnvoll sein, bei der Erstellung einen Notar hinzuzuziehen und/oder durch einen Facharzt für Neurologie oder Psychiatrie die Geschäftsfähigkeit bescheinigen zu lassen.

Polizeiliche Kriminalprävention: Video „Schockanrufe“

Ein Beitrag aus dem Bürger Newsletter der Polizeilichen Kriminalprävention

Der sogenannte Schockanruf ist eine der häufigsten Betrugsmaschen. Bei dieser Vorgehensweise täuschen Kriminelle ihren (oftmals älteren) Opfern unterschiedlichste Geschichten auf, die alle etwas gemeinsam haben: Sie machen Angst und setzen die Betroffenen nicht nur emotional, sondern auch zeitlich stark unter Druck.

Die Anrufer täuschen eine Notsituation vor. Sie behaupten, mit dem Opfer verwandt oder gut bekannt zu sein. Die erfundenen Geschichten werden dabei vielfältig angepasst und die Betrüger reagieren flexibel auf die Lebensbedingungen der Betroffenen. Es kann bei einem Anruf über das Handy vorkommen, dass die Betroffenen bis zur Geldübergabe in der Leitung gehalten werden. Dieses soll sicherstellen, dass sie keine Möglichkeit haben, mit jemandem außerhalb der Situation zu sprechen. Stattdessen sollen sie in der Schocksituation bleiben und nicht aus ihrem emotionalen Zustand herauskommen.

Man fragt sich „Wieso fallen Menschen darauf rein, wie kann das Geschehen?“

Folgendes nachgestellte Schockanruf-Video der Polizei zeigt, wie perfide die Betrüger vorgehen und welchen enormen Druck sie aufbauen:

<https://www.polizei-beratung.de/themen-und-tipps/betrug/schockanrufe/>

Alleinlebende Menschen mit Demenz sind besonders vulnerabel für betrügerische Anrufe und andere Betrugsmaschen an der Haustür. Als Angehörige können Sie hier vorbeugen, indem sie das Thema immer wieder ansprechen und am Telefon gut sichtbar die eigene Telefonnummer aufstellen, z.B. versehen mit dem Hinweis „Leg auf und ruf mich an!“

Ändern Sie den Telefonbucheintrag, indem Sie den Vornamen kürzen oder streichen lassen – oder löschen Sie den gesamten Eintrag. Zum Ändern eines Telefonbucheintrags können Sie sich an Ihren Telefonanbieter wenden.

Neu: S3-Leitlinie „Delir im höheren Lebensalter“

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

Delir, ein plötzlich auftretender Verwirrtheitszustand, ist eine häufige Komplikation im höheren Lebensalter, vor allem bei stationären Krankenhausaufenthalten. Menschen mit Demenz sind dabei besonders gefährdet, ein Delir zu erleiden.

Im Januar 2026 wurde erstmals eine S3-Leitlinie veröffentlicht, die das Thema konsequent über alle Versorgungsbereiche hinweg verknüpft: von der Notaufnahme über die Akutstation bis in die Langzeitpflege und die Nachsorge. Auf diese Weise soll das Delir-Risiko eines Patienten früher erfasst werden. Ziel ist es, durch präventive Maßnahmen eine Delir-Situation zu verhindern bzw. frühzeitig leitliniengerecht zu therapieren.

Ein Delir ist ernst, aber in den meisten Fällen vorübergehend und behandelbar. Bei älteren Menschen kann es sich jedoch über Wochen hinziehen und auch zu bleibenden kognitiven Einschränkungen führen. Ein früher Therapiebeginn und eine gute Weiterversorgung (Pflege, Reha, häusliche Unterstützung) sind entscheidend.

<https://demenz-im-krankenhaus.de/2026/01/10/s3-leitlinie-delir-im-hoeheren-lebensalter-was-ist-neu/>

Mit Demenz ins Krankenhaus und wie Angehörige unterstützen können

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

Die Krankenhäuser in Rheinland-Pfalz sind laut der Barmer Krankenkasse nicht gut genug auf den zu erwartenden Anstieg an Demenzpatienten vorbereitet. Nach einer Analyse der Barmer wird die Zahl der Krankenhausfälle mit Demenz bis 2040 um 35% steigen, das sei hauptsächlich wegen der Altersstruktur in RLP der größte anteilige Zuwachs unter allen Bundesländern. Die Barmer fordert, dass die Krankenhäuser in RLP so bald wie möglich Demenzkonzepte entwickeln sollten, denn bislang hätte nur eine Klinik in RLP – die geriatrische Fachklinik Rheinhessen-Nahe in Bad Kreuznach - ein Demenzkonzept. Von dieser Analyse alarmiert kam Frau Mühlkamp von SWR Aktuell RLP auf mich zu, um weitere Informationen zum Thema zu erhalten. Im Gespräch konnte ich erläutern, dass sich inzwischen viele Krankenhäuser „demenzsensibel“ nennen, also ein interdisziplinäres Demenzteam haben, wie z.B. das Klinikum Ludwigshafen. Aus diesem Gespräch und einem Interview mit der SWR-Moderatorin Daniela Schick entstand ein Beitrag für SWR Aktuell, der ab Sendeminute 7:20 min in der Mediathek zu finden ist. Dort gibt es auch Tipps für Angehörige, wie sie unterstützen können.

<https://www.ardmediathek.de/video/swr-aktuell-rheinland-pfalz/sendung-19-30-vom-21-1-2026/swr-rp/Y3JpZDovL3N3ci5kZS9hZXgvbzlyOTQ3NTg>

Trotz dieser positiven Entwicklung fehlt es jedoch an einer „Leitlinie demenzsensibles Krankenhaus“, also ein einheitliches Konzept mit Zertifikat und verbindlichem Standard für die Krankenhäuser.

Demenz ist anders Onlinesymposium

Das 5. DEMENZ IST ANDERS Onlinesymposium wird vom 9. bis 19. April 2026 online stattfinden und ist kostenlos verfügbar.

Mit 33 ganz neuen professionellen Interviews mit Menschen mit Demenz, pflegenden Angehörigen sowie einem weiten Spektrum an Expertinnen und Experten.

Es beschäftigt sich mit der wichtigen Frage, wie ein gutes Leben mit Demenz gestaltet werden und gelingen kann. Diese Interviews sind kostbare Schätze voller berührender Geschichten, praktischer Anleitungen und lebendiger Visionen einer schöneren und I(i)ebenswerteren Welt in achtsamer Gemeinschaft.

Komm´ mit auf eine Reise zu einem neuen Verständnis von Demenz! Fühl´ Dich eingeladen zu einem Perspektivwechsel, der Dein Leben verändern kann!

<https://events.michaelhagedorn.de/>

Unsere Aktivitäten: Veranstaltungen und Vorträge

Save the Date: 35. ordentlichen Mitgliederversammlung am 20.05.2026

Die 35. Ordentliche Mitgliederversammlung findet in diesem Jahr in der Katholischen Familienbildungsstätte in Pirmasens statt und wird von 16:00 bis ca.18:00 Uhr dauern. Für Speis und Trank ist gesorgt.

In diesem Jahr haben wir etwas Besonderes für sie vorgesehen:

- Im Flur der Familienbildungsstätte findet die Ausstellung „DEMENSCH“ von Peter Gaymann (Deutscher Cartoonist) statt.
- Der Vortrag von Herrn Professor Adler zeigt Möglichkeiten auf geistig und körperlich fit zu bleiben – um dadurch Demenz vorzubeugen.

Dieses Jahr werden der Vorstand und der Vorstandsvorsitzende sowie die KassenprüferInnen gewählt. Wir bitten daher um zahlreiches Erscheinen. Falls sie sich selbst gerne zur Wahl stellen möchten, können sie sich vorab in unserer Geschäftsstelle oder direkt am Tag der Mitgliederversammlung beim Vorstand melden.

Aktiv und sozial im Lambrecht

Ein Beitrag von Monika Bechtel (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Auf großes Interesse stieß die Informationsveranstaltung „Aktiv und Sozial“, zu der der Pflegestützpunkt Lambrecht gemeinsam mit der Gemeindegemeinschaft plus ins Gemeinschaftshaus in Lambrecht am 27.03.2026 eingeladen hatten. Zahlreiche Besucherinnen und Besucher nutzten die Gelegenheit, sich umfassend über Themen rund um das Älterwerden und die eigene Lebensgestaltung zu informieren. Im Informationsstand der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. konnten sich Interessierte zum Thema Demenz beraten lassen.



Foto (vlnr): Monika Bechtel und Gabriele Unser am Infostand

Welt-Alzheimerstag 2025: „Demenz – Mensch sein und bleiben“

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

Jedes Jahr veranstaltet die Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. mit wechselnden Kooperationspartnern den Welt-Alzheimerstag. Am 20.09.2025 hatten wir dieses Mal zusammen mit dem KliLu-Gesundheitscampus ein buntes Programm unter dem Motto „Demenz – Mensch sein und bleiben“ geboten: Die Schirmherrschaft hatte Frau Jutta Steinruck, Oberbürgermeisterin von Ludwigshafen (2017-2025) übernommen. Christoph Prost (Demenz in der Familie – Warum gibt es die Alzheimer-Gesellschaft RLP), Prof. Dr. Adler (Demenz-Prävention), Dr. Markus Moser (Demenzdiagnostik im klinischen Alltag – wann ist eine Demenz wahrscheinlich) und Prof. Dr. Simon Nagel (Demenz und Delir im Krankenhaus) informierten mit spannenden Vorträgen.

Die Alzheimer Gesellschaft RLP und Kooperationspartner waren mit Infoständen vertreten, darunter die Pflegestützpunkte Ludwigshafen, das SAPV Team Hospiz Elias, der Demenzverbund Lu, das Klinikum Lu, das ISPG Mannheim, der Betreuungsverein Lu. Bei einem Imbiss konnten sich die Besucher an den Infoständen informieren, diskutieren und austauschen.

Die Veranstaltung war leider nur dünn besucht. Es wäre schön gewesen, wenn wir mehr Interessierte erreicht hätten. Dennoch war es ein anregendes Event und die Interessierten konnten viele neue Impulse für ihren Alltag mitnehmen.



Fotos: Begrüßungsrede von Frau Steinruck, Vorträge von Christoph Prost und Dr. Markus Moser im leider dünn besuchten Hörsaal

Einjähriges Bestehen des KliLu-Gesundheitscampus

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

Im Sommer 2025 sind wir eine Kooperation mit dem KliLu-Gesundheitscampus eingegangen mit dem Ziel, eine Brücke zwischen Diagnostik, medizinischer Versorgung und Selbsthilfe zu bauen. Diese Vernetzung ermöglicht, dass Betroffene schon direkt nach der Diagnose im Klinikum Ludwigshafen von unseren Selbsthilfeangeboten erfahren und über unsere Schulungsangebote oder eine persönliche Beratung konkrete Hilfen und neue Impulse für die nächsten Schritte und den Alltag erhalten können.

Am 21.01.2026 wurde das einjährige Bestehen des KliLu-Gesundheitscampus mit einem Festakt gefeiert. Neben den Vorträgen im Casino war die Ausstellung der Kooperationspartner mit Informationen rund um die Pflege im Foyer des Klinikums ein besonderes Highlight. Verschiedene Anbieter und Selbsthilfeorganisationen waren mit Infoständen vor Ort.



Foto vlnr: Die Alzheimer Gesellschaft RLP (Eva Küssner (ehrenamtliche Unterstützerin) und Monika Bechtel (Vorständin)) waren mit einem Infostand vertreten.

Online-Vortrag „Grundlagen zu Demenz – von der Unsicherheit zur Diagnose“

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

Die katholische Akademie Freiburg hatte mich eingeladen, am 24.02.2026 einen online-Vortrag zum Thema „Grundlagen zu Demenz – von der Unsicherheit zur

Diagnose“ zu halten. Viele Menschen erleben bei Personen im eigenen Umfeld erste Anzeichen von Vergesslichkeit oder Verhaltensänderungen – und fragen sich: »Ist das schon Demenz?« Unsicherheit, Sorgen und offene Fragen begleiten diese ersten Beobachtungen. Dieser Abend bot grundlegende Informationen über Demenz, typische erste Anzeichen und den Weg von der Unsicherheit zur ärztlichen Diagnose sowie Anregungen, wie man die Diagnose bewältigen und wieder eine neue Balance finden kann.

Über 300 Interessierte nahmen an diesem Vortrag teil, der mit Dolmetschung in Gebärdensprache (DGS) angeboten wurde. Besonders berührt hat mich die Wortmeldung einer gehörlosen Frau. Dank der DGS-Simultandolmetschung war eine barrierefreie Kommunikation möglich und es kam heraus, dass bei ihrer Mutter der Verdacht auf Alzheimer Demenz besteht und die Mutter sich gerade mitten in dieser Zeit der Unsicherheit befindet. Die gehörlose Tochter hat durch den Vortrag zum ersten Mal verstanden, was das für ihre Mutter emotional bedeutet, wie die Diagnostik abläuft und wie sie ihre Mutter unterstützen kann.

Dieses Angebot hat mir vor Augen geführt, wie wichtig solche barrierefreien Angebote sind.

Gründung einer Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz in Speyer

Ein Beitrag von Monika Bechtel (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Am 19. März 2026 eröffneten die Malteser in der Diözesangeschäftsstelle in Speyer die Ausstellung „Wie aus Wolken Spiegeleier werden“.

Es wurden Werke des bekannten Werbegraphikers Carolus Horn (1921–1992), die eindrucksvoll dokumentieren, wie seine zunehmende Demenz den Blick auf die Welt und seine künstlerische Ausdrucksweise verändert hat.

Die Malteser setzen sich mit vielfältigen Angeboten für Menschen mit Demenz und deren Familien ein – von Entlastungsdiensten über Begegnungsangebote bis hin zu individueller Begleitung.

Die Ausstellung war ein Beitrag, um mehr Verständnis und Aufmerksamkeit für Demenz herzustellen.

Bei dieser Gelegenheit konnten wir in Gesprächen mit Frau Knerr-Müller (Referentin „Demenz und Leben im Alter“ Region Hessen/Rheinland Pfalz/Saarland) die beginnende Zusammenarbeit und die Gründung einer weiteren Selbsthilfegruppe in Speyer anschieben.

Die Selbsthilfegruppe findet ab April beim Malteser Hilfsdienst e.V., Diözesangeschäftsstelle, Alter Postweg 1, 67346 Speyer statt.

(Genaue Termine und Ansprechpartner geben wir zu einem späteren Zeitpunkt auf unserer Homepage bekannt.)

Wir freuen uns auf eine konstruktive Zusammenarbeit in der Arbeit um das Thema Demenz.

Vortrag „Im Alter sicher mobil sein und bleiben – Autofahren mit und ohne Demenz“

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

Auto-Mobilität im Alter hat eine große Bedeutung für soziale Teilhabe. Diese Vortragsveranstaltung gibt einen Überblick über die medizinischen und gesetzlichen Rahmenbedingungen für das Autofahren im Alter mit und ohne Demenz, Tipps zur Ressourcenaktivierung, Demenz-Prävention, Praxisbeispiele und die Möglichkeit zur Diskussion für Betroffene und Angehörige. Die Veranstaltung am 07.10.2025 in Wörrstadt war mit 45 Interessierten gut besucht, dieses Thema ist einfach wichtig und bewegt viele Senioren und Angehörige von Menschen mit Demenz. Die Veranstaltung wurde durch die Ausführungen eines Fahrlehrers abgerundet, der aufzeigte, dass viele Fahrschulen inzwischen auch spezialisierte Unterstützung anbieten, um die Fahrkompetenz von Senioren im Straßenverkehr zu erhalten.

Ein Zuhörer hat mich besonders berührt: Im Anschluss kam dieser Herr auf mich zu und erst nach und nach kam heraus, dass er sich große Sorgen um sein Gedächtnis macht und nicht weiß, was er tun soll. Seine Angst vor einer Demenz stand so stark im Raum, dass das Gefühl jetzt noch für mich präsent ist. Ich konnte ihm zureden, unsere Gedächtnisvorsorgeuntersuchung am ISPG Mannheim wahrzunehmen. Die Kosten für diese umfassende Untersuchung mit Gedächtnistests, Labordiagnostik, Besprechung der Ergebnisse, personalisierten Empfehlungen zur Demenz-Prävention und Nachsorge finanzieren wir über Spenden.

In solchen Momenten bin ich besonders froh, dass wir dieses Projekt haben und Hilfe anbieten können!

Es wurden 80 Euro gespendet.



Foto: Interessiertes Publikum im schönen Vortragssaal der Verbandsgemeinde

20 Jahre Tanzcafé im Caritas-Altenzentrum St. Anton - Alzheimer Selbsthilfegruppe Pirmasens

Ein Beitrag von Andrea Daum (Reporterin Rheinpfalz Zeitung) für den Caritasverband für die Diözese Speyer

Vor 20 Jahren hatten Edda Mertz und Christoph Prost von der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. eine großartige Idee und haben gemeinsam das Tanzcafé Vergissmeinnicht gegründet:

Der erste Donnerstag im Monat ist im Caritas-Altenzentrum St. Anton reserviert. Für mindestens einen Tanz. Dazu gibt es Kaffee, Kuchen, Live-Musik und gut gelaunte Menschen. Diese Zutaten braucht es, um eine Erfolgsgeschichte zu schreiben. Die Erfolgsgeschichte des Tanzcafés Vergissmeinnicht. Seit 20 Jahren können Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen im Tanzcafé einen entspannten Nachmittag verbringen.

Es duftet nach Kaffee. Auf Servierwagen wird ein großes Kuchenbuffet in den Saal im Altenzentrum St. Anton in Pirmasens gerollt. Dort warten schon Bewohner, Besucher und Angehörige und begrüßen sich. Etliche kennen sich seit vielen Jahren. Einige wissen nicht mehr, dass sie sich schon seit vielen Jahren kennen. Sie vergessen es immer wieder. Weil sie an Demenz erkrankt sind. Aber was immer da ist, was bleibt, das ist das gute Gefühl. Jeder im Raum spürt, dass er von netten Menschen umgeben ist, jeder hat zwei Stunden lang eine gute Zeit.

Es werden Erinnerungen geweckt, die längst verschüttet schienen. An die eigene Jugend, an den ersten Kerwetanz, den Hochzeitstanz, an das Lieblingslied, das in schönen Momenten oft eine wichtige Rolle spielte. Musik und Bewegung sprechen Emotionen an. Bei an Demenz erkrankten Menschen kann so das Wohlbefinden gesteigert werden, können depressive Phasen gelindert werden. Nicht nur für Menschen mit Demenz ist das Tanzcafé wichtig. Es ist auch ein Treffpunkt für Angehörige, die die Krankheit mittragen, die erleben, dass sich ein geliebter Mensch verändert, in seine eigene Welt verschwindet. Der Austausch in entspannter Tanzcafé-Atmosphäre mit anderen, die dieses Schicksal teilen, ist auch für sie eine willkommene und wertvolle Abwechslung.

Roland Mandler steht hinter seinem Instrument. Gleich wird er deutschen Schlager und alte Filmmusik erklingen lassen. Wissend, dass schnell mitgesungen, mitgeschunkelt und getanzt wird. „Heute ist kein normales Tanzcafé“, sagt Sebastian Wagner, der Leiter von St. Anton. Deshalb muss die Musik noch ein paar Minuten warten. Vor 20 Jahren, im Jahre 2005, so erinnert er, fand das erste Tanzcafé Vergissmeinnicht im Seniorenheim statt. Der Einrichtungsleiter hieß damals noch Christoph Prost. Der ist dem Tanzcafé, das er mitinitiiert hat, bis heute treu geblieben. Die zweite Initiatorin hat das Jubiläum nicht mehr erleben dürfen. „Ihr Geist schwebt aber hier“, ist sich Wagner sicher. Edda Mertz, die im Sommer verstarb, war beim Jubiläums-Tanzcafé dennoch präsent. In Wort und Bild via Videoaufnahme und in den Gedanken vieler. Mertz sei zu Christoph Prost gekommen und habe ihn gefragt: „Wann starten wir“, erinnerte Wagner. Die Idee, die sie mit dem Tanzcafé verband, sei gewesen, dass Tanz den Körper und die Seele bewegt. An dieser Idee habe sich seit dem Start nichts geändert, verwies Wagner auf den ersten Informationsflyer, in dem es bereits hieß: „Durch die alten Melodien und den beschützenden Rahmen angeregt, können unsere dementen Gäste

schlummernde Fähigkeiten reaktivieren, was auch zur Stärkung des Selbstbewusstseins beiträgt“.

Getragen wird das Tanzcafé vom Caritas-Altenzentrum St. Anton und der Pirmasenser Selbsthilfegruppe der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz. Finanziell wird es unterstützt durch die Werner-Lehr-Seniorenstiftung. Ohne hauptamtliche und ehrenamtliche Mitarbeitende wäre es aber nicht zu stemmen. Ehrenamtliche wie Regine Paulsen aus Gersbach. 78 Jahre ist sie jung. In der Zeitung habe sie mal den Aufruf gelesen, dass ehrenamtliche Helfer gesucht wurden. „Das ist was für mich, habe ich gedacht. Ich mache etwas Sinnvolles und ich tanze gerne, das habe ich im Blut“, verrät sie lachend. Außerdem fühle sie sich beim Tanzen jünger. Die Tanzcafé-Besucher haben in ihr eine versierte und begeisterte Tanzpartnerin. Sie fordert auf, sie wird aufgefordert. Tanzen trägt dazu bei, die Beweglichkeit und die Koordination aufrecht zu erhalten und zu verbessern. „Vor allem aber macht es Spaß“, sagt Regine Paulsen.

Den Spaß hat auch Christa Kästner, die ebenfalls ehrenamtlich im Tanzcafé aktiv ist. Die 82-jährige Lembergerin hat sich bereits vor dem Tanzcafé im Seniorenheim ehrenamtlich engagiert. „Es bereitet mir Freude, hier dabei zu sein. Es ist schon ein monatlicher Höhepunkt“, sagt sie, während sie zunächst hilft, Kuchen zu verteilen. Schon der Anblick der süßen Versuchungen – die Kalorien werden beim Tanzen wieder abtrainiert – sorgt für ein Lächeln in vielen Gesichtern. Diese glücklichen Gesichter zu sehen, das ist für Christa Kästner immer eine tolle Sache. Das gebe ihr immer wieder Kraft, verrät sie und es halte sie fit und jung.

Kaffee, Kuchen, kleine Gespräche. Dann ist es so weit. Roland Mandler spielt und singt Hits aus früheren Zeiten. Bei Liedern wie griechischer Wein, die kleine Kneipe oder roten Lippen, die man küssen soll, hält es nur noch wenige auf ihrem Platz. Die Tanzfläche in der Saalmitte füllt sich schnell. Wer sitzen bleibt, schunkelt und singt mit. Zum Jubiläum gibt es Luftballontiere und -herzen. Und das, was seit 20 Jahren das Tanzcafé Vergissmeinnicht auszeichnet: Glückliche Menschen und strahlende Gesichter.

<https://www.caritas-speyer.de/20-jahre-tanzcafe-vergissmeinnicht-im-caritas-altenzentrum-st-anton>



Fotos (Andrea Daum): Tanzen und singen gegen depressive Phasen: Mal ein gemütlicher Walzer, mal ein schneller Fox – musikalisch ist die Abwechslung groß im Tanzcafé Vergissmeinnicht. Schlager, die jeder kennt, werden gespielt. Zum Mittanzen, Mitsingen, Mitfeiern und Mitlachen. Die Musik berührt alle Gäste.



Foto: Einrichtungsleiter Sebastian Wagner lässt es sich nicht nehmen, das Tanzbein zu schwingen



Aus dem Archiv: Fotos zum einjährigen Bestehen des Tanzcafés (2006), Mitbegründerin Edda Mertz (links)

Vortrag „Geistig fit bleiben – mit 10 Maßnahmen Demenz vorbeugen!“

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

In Kooperation mit der Kreisverwaltung Birkenfeld und der Gemeindegeschwester Plus hielt ich am 25.11.2025 im Wappensaal der Nationalparkverbandsgemeinde Herrstein-Rhaunen einen Vortrag zum Thema Demenz-Prävention. Dieses Thema ist mir sehr wichtig, möglichst viele Menschen sollten davon erfahren, dass bis zu 45 % aller Demenzerkrankungen vermieden werden könnten. Der Vortrag wurde 2024 von der Deutschen Alzheimer Gesellschaft und dem Bundesinstitut für öffentliche Gesundheit unter Mitwirkung verschiedener externer Berater erarbeitet. Als Teil des Expertenteams hatte ich an der Ausarbeitung mitgewirkt. Der Vortrag wird nun deutschlandweit angeboten, um das Wissen breit in der Bevölkerung zu streuen. Jeder kann mit Kenntnis der zehn Maßnahmen viel dafür tun, sein persönliches Demenz-Risiko wirksam zu senken. Der Vortrag vermittelt Wissen über die Funktionsweise des Gehirns und die beeinflussbaren Risikofaktoren für Demenz.

Dieses Thema berührt viele Menschen: laut einer aktuelle Forsa-Umfrage haben 54% der Deutschen Angst vor einer Demenz. So verwundert es nicht, dass das Vortragsangebot sehr gut angenommen wurde, der Wappensaal war mit 55 Interessierten gut gefüllt. Durch die interaktiven Elemente wie Quiz oder Gedächtnisspiele im Vortrag waren die Teilnehmer eingebunden und dadurch angeregt. Dies äußerte sich durch viele Fragen, insbesondere zu den Themen mediterrane Ernährung und Sport. Ich hoffe, dass ich dazu viele Impulse für zu Hause mitgeben und zu einem aktiven und gesunden Lebensstil motivieren konnte.

Es bestand die Gelegenheit, für unser Demenz-Präventionsprojekt zu spenden und in der Spendenbox waren 150 Euro – vielen Dank an alle Spender!



Foto: Der Wappensaal war bis auf den letzten Platz gefüllt.

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?“
- „Demenz: Von der Unsicherheit zur Diagnose – und was danach hilft“
- „Im Alter sicher mobil sein und bleiben – Autofahren mit und ohne Demenz“
- „Demenz in der Familie – neue Wege gehen“
- Menschen mit Demenz im Krankenhaus – verstehen, begleiten, entlasten
- „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

Trauerbegleitung bei Menschen mit Demenz

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

„Meine Mutti ist 97 Jahre alt und hat eine Demenz. Nach einem Krankenhausaufenthalt ist auch noch ein Delir hinzugekommen, dadurch wurde eine Heimunterbringung notwendig. Jetzt ist mein Schwiegervater verstorben, wie sage ich das meiner Mutti? Wir haben immer viel Zeit zusammen verbracht und stehen uns sehr nahe. Im Pflegeheim wurde mir geraten, dieses Thema nicht anzusprechen, aber dies ist doch keine Lösung. Spätestens an Weihnachten fehlt eine Person am Tisch!...und dies merkt auch meine Mutter.“

Mit dieser Frage wandte sich die Tochter in der Demenzsprechstunde an Monika Bechtel.

Diese Frage beschäftigt viele Angehörige: Soll bzw. darf man seinem Angehörigen mit Demenz vom Tod einer nahestehenden Person erzählen oder können Menschen mit Demenz den Verlust von Angehörigen gar nicht verstehen?

Menschen mit Demenz sollte die Möglichkeit gegeben werden, um einen geliebten Menschen zu trauern. Ob die Erkrankten die Situation verstehen und wie ihre Reaktionen auf die traurige Nachricht ausfallen, lässt sich nicht vorhersagen. Vielleicht wird die Tragweite der Nachricht nicht verstanden oder es dauert länger, bis eine Reaktion kommt. Eventuell wird wegen der Einschränkungen des Kurzzeitgedächtnisses wiederholt gefragt, und der Verlust muss immer wieder erklärt werden. Oder die Nachricht vom Tod eines Angehörigen führt zu einer kurzzeitigen Trauerreaktion, wird dann aber schnell vergessen.

Es ist jedoch genauso möglich, dass die Erkrankten die Nachricht richtig einordnen und auf ihre eigene Weise die Trauer leben und fühlen. Es kann sich dadurch die Chance ergeben, gemeinsam als Familie um den Verlust des geliebten Menschen zu trauern.

Auch die Möglichkeit der Teilnahme an der Beerdigung sollte erwogen werden. Wenn ein Familienmitglied den erkrankten Angehörigen begleitet, kann ggf. situativ reagiert werden, falls Anzeichen von Unruhe oder Überforderung auftreten. Kommen später Fragen zum verstorbenen Angehörigen, kann es für die Erkrankten sehr beruhigend sein, wenn sie hören, dass sie dabei waren und der verstorbenen Person die letzte Ehre erwiesen haben: „Wir waren gemeinsam auf der Beerdigung. Du hast Mama verabschiedet. Es war eine schöne Feier.“

Trauer hat viele Facetten und kann sich sehr unterschiedlich in veränderten Verhaltensweisen äußern. Man kann dann fragen „Bist du traurig?“ „Was vermisst du?“ Wenn man auf die Gefühlslage eingeht, zeigt man „Ich verstehe dich und ich bin dir nahe!“. Manchmal tröstet eine Umarmung in dieser Situation besser als Worte.

Verständlich ist die Unsicherheit von Angehörigen, wenn der an Demenz erkrankte Angehörige immer wieder nach der verstorbenen Person fragt. Man muss dann nicht immer wieder vom Tod berichten, sondern man kann auf die Gefühlslage ausweichen und z.B. antworten „Ich bin auch traurig“ oder „Du fragst nach Mama, du vermisst sie sehr. Ich vermisse sie auch!“. Das schafft Nähe. Wenn der an Demenz erkrankte Angehörige in der Trauer gefangen scheint, hilft oft ein Ritual, z.B. ein Bild mit Trauerschleife. Wenn die Erkrankten das Bild sehen und nach der verstorbenen Person fragen, kann man eine vage und positiv formulierte Antwort geben, z.B. „Es geht es ihr jetzt gut, sie hat es geschafft.“

Bei der Trauerbegleitung darf man kreativ werden. Trauerarbeit umfasst weit mehr als nur das Gefühl der Traurigkeit, auch das Wachhalten an gemeinsame Erlebnisse gehört dazu. Zusammen mit seinem Angehörigen kann man sich mit schönen (auch gerne humorvollen) Geschichten an die verstorbene Person erinnern. Geteilte Erinnerungen nehmen das Schwere aus der Situation und erzeugen eine innige, tröstende Verbindung.

Trauer braucht bei Menschen mit und ohne Demenz Zeit und eine einfühlsame Begleitung durch vertraute Menschen.

Der neue Demenz-Podcast ist da, Folge 80: „Zukunft der Pflege in anderen Ländern“

Was können wir von anderen Ländern lernen, wenn es um die Zukunft der Pflege geht? In der neuen Folge des Demenz-Podcast werden vier besondere Ideen und die Frauen dahinter vorgestellt: In den Niederlanden werden Veränderungsprozesse in der Pflege mithilfe von Playback Theater begleitet, in Dänemark gibt es mit Dagmarsminde ein Pflegeheim mit dem Konzept Mitgefühl und im österreichischen Burgenland können sich betreuende Angehörige sozialversicherungspflichtig anstellen lassen. Marie-Christin Petrasch ist eine von wenigen Community Health Nurses in Deutschland und stellt die Aufgaben von Community Health Nurses vor, die in angloamerikanischen und skandinavischen Ländern selbstverständlicher und geschätzter Teil des Pflegesystems sind:

<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. Über den Link finden Sie SHGs in Ihrer Nähe.

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 15:00 Uhr (Frau Küßner)

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)

Freitags von 13:00 bis 15:00 Uhr (Frau Küßner)

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.