



NEWSLETTER

Knotenpunkt Demenz

Ausgabe 02-2024

Liebe Leserinnen und Leser,

viele Menschen mit Demenz werden im häuslichen Umfeld von ihren Angehörigen betreut und gepflegt. Das verlangt den pflegenden Angehörigen oft einiges ab – Bereitschaft und Engagement auf der einen Seite und ein Verzicht auf Freizeit und Entfaltung auf der anderen Seite. Angehörige von Menschen mit Demenz stehen oft unter psychischem und sozialem, aber auch unter körperlichem Druck: Möglicherweise verschlechtert sich die eigene Gesundheit, Freunde und Verwandte reduzieren den Kontakt, Hobbies und berufliche Tätigkeiten werden reduziert oder gar aufgegeben.

Es ist wichtig zu wissen, dass niemand diese schweren Aufgaben alleine erfüllen kann und muss. Die eigenen Grenzen, sowohl körperliche als auch seelische, müssen akzeptiert und gewahrt werden. Im Rahmen der Pflegestärkungsgesetze haben pflegende Angehörige mehr Anspruch auf Unterstützungs- und Entlastungsmöglichkeiten wie zum Beispiel Beratungs- und Betreuungsangebote.

Neben Betreuungs- und Pflegeangeboten im ambulanten Bereich haben Angehörige außerdem die Möglichkeit, sich in Selbsthilfegruppen mit anderen pflegenden Angehörigen auszutauschen. So können sie von Erfahrungen anderer profitieren und schaffen sich zusätzlich ein bisschen Raum für sich selbst und ihre Bedürfnisse. Es gibt [Kuren für pflegende Angehörige](#) und auch die Möglichkeit mit [Unterstützung gemeinsam Urlaub](#) zu machen.

In diesem Newsletter finden Sie neben Terminen zu Veranstaltungen und Vorträgen auch die Termine für Angehörigengruppen im Kreis Mettmann und Düsseldorf.

Herzlichen Dank für Ihr Interesse an unserem Newsletter und freuen uns über Ihr Feedback zu unseren Inhalten.

Beratungszeiten im Kreis Mettmann

*(per Mail oder telefonisch,
persönliche Beratung nur nach Absprache bzw. Voranmeldung)*

Erkrath

Caritas Fachstelle Demenz - Demenz-Netzwerk-Erkrath

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstr. 7, 40699 Erkrath
Frau Wolpers, 0211 – 2495223 oder 0173 – 3951006, fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de

Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Erkrath

Frau Steller, 0211 – 24075024 susanne.steller@erkrath.de
Herr Friese, 0211 – 24075022 thomas.friese@erkrath.de

Haan

Demenz-Sprechstunde für Angehörige und Menschen mit Demenz

24.04. und 22.05.2024 (jeden 4. Mittwoch im Monat) von 15.00 – 17.00 Uhr
Veranstaltungsort: AWO Ortsverein Haan, Breidenhofer Str. 7, 42781 Haan
Kontakt: Frau Barz, 02129 – 2550, jutta.barz@awo-haan.de

Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Haan

Frau Sigel, 02129 – 911447, swantje.sigel@stadt-haan.de
Frau Schulte, 02129 – 911344, monika.schulte@stadt-haan.de

Heiligenhaus

Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Heiligenhaus

Frau Leser-te-Poel, 02056 – 13270, a.leser-tepoel@heiligenhaus.de
Frau Mahler, 02056 – 13278, s.mahler@heiligenhaus.de

Hilden

Beratung für Angehörige von Menschen mit Demenz des Demenz-Info-Center Hilden

Kontakt: 0173 – 5421481 oder 02103 987930

Demenzberatung Haus im Süden

17.04. und 15.05.2024 (jeden 3. Mittwoch im Monat) von 10.00 – 11.30 Uhr
Veranstaltungsort: Diakonie „Haus im Süden“, St. Konrad-Allee 76a, 40723 Hilden
Eine Voranmeldung ist erforderlich.
Frau Thöring, 02103 – 62154 oder Seniorenbüro, 02103 – 72549

Demenzberatung im Seniorenzentrum Hummelsterstraße

11.04.2024 (jeden 2. Donnerstag im Monat) von 11.00 – 12:00 Uhr
Veranstaltungsort: Seniorenzentrum Hummelsterstraße, Hummelsterstr. 1
Stellwerk Stadt Hilden, 02103 721595

Demenzsprechstunde und Beratung St. Marien

02.04. und 07.05.2024 (jeden 1. Dienstag im Monat) von 12:30 – 13:30 Uhr

Veranstaltungsort: Nachbarschaftszentrum St. Marien, Meide 2

Eine Voranmeldung ist erforderlich.

Stellwerk Stadt Hilden, 02103 721595

Offenes Café für Fragen rund um das Thema „Vergesslichkeit und Demenz – Hilfe zur Selbsthilfe“

Montags 10:00 – 12:00 Uhr

Veranstaltungsort: AWO Robert-Gies-Haus, Clarenbachweg 7-9

Frau Cremerius: 02103 8107

Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Hilden

Frau Buhrmester, 02103 – 72549 sina.buhrmester@hilden.de

Frau Rhiem, 02103 – 72558 michaela.rhiem@hilden.de

Frau Weiduschadt, 02103 – 72573 andrea.weiduschadt@hilden.de

Langenfeld

Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Langenfeld

Frau Borghardt, 02173 – 9742110 susanne.borghardt@langenfeld.de

Frau Hosan, 02173 – 9742112 astrid.hosan@langenfeld.de

Mettmann

Alzheimer Gesellschaft Kreis Mettmann e.V. – Selbsthilfe Demenz

Offene Sprechstunde zum Thema Demenz des Seniorentreffs „Jute Stuw“

donnerstags, 13:00 – 16:00 Uhr und nach vorheriger Terminabsprache

Düsseldorfer Str. 20, 40822 Mettmann

Frau von Mausschwitz, Tel.: 02104 – 792300; seniorentreff-jutestuw-mettmann@web.de

Beratung des Berger Sozialwerks

Herr Slibar, 02104 – 9208125

Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Mettmann

Herr Pahl, 02104 – 980466 wohnberatung@mettmann.de

Frau Brinkmann-Schepke, 02104 – 980486 pflgeberatung@mettmann.de

Monheim

Demenzsprechstunde des Sozialen Dienstes der Stadt Monheim

Frau Patten, 02173 – 951 508

17.04. und 15.05.2024 (jeden 3. Mittwoch im Monat), 10:00 – 12:00 Uhr

Begegnungsstätte im Gertrud-Borkott-Haus, Wiener-Neustädter Str. 176

Tel. 02173 – 64496

24.04. und 22.05.2024 (jeden 4. Mittwoch im Monat), 10:00 – 12:00 Uhr

Begegnungsstätte im Luise-Schröder-Haus, Opladener Str. 86

Tel. 02173 – 31411 (Telefonische Anmeldung ist notwendig)

Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Monheim

Frau Klauke, 02173 – 951506, hklauke@monheim.de

Frau Patten, 02173 – 951508, apatten@monheim.de

Herr Kolk, 02173 – 951542, mkolk@monheim.de

Ratingen**Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Ratingen**

Frau Beckers, 02102 – 5505058, gesine.beckers@ratingen.de

Frau Lücker, 02102 - 5505060, claudia.luecker@ratingen.de

Frau Rasche, 02102 – 5505051, gisela.rasche@ratingen.de

Familiale Pflege, Fliedner Krankenhaus

Herr Görgen, 02102 – 303485, frank.goergen@fliedner.de

Velbert**Demenzberatung des Begegnungszentrums Klippe2**

dienstags und donnerstags, 9:00 – 11.00 Uhr sowie nach telefonischer Vereinbarung

Frau Kothe-Matysik, 02052 – 2734, klippe2@ekgla.de

Wülfrath**Sozialer Dienst; Pflege- und Wohnberatung der Stadt Wülfrath**

Frau Caron, 02058 – 18377; p.caron@stadt.wuelfrath.de

Frau Jopek, 02058 – 18252; c.jopek@stadt.wuelfrath.de

Frau Seidel, 02058 – 18378; s.seidel@stadt.wuelfrath.de

Gesprächsgruppen:

Erkrath

02.04. und 07.05.2024 (jeden 1. Dienstag im Monat)

Angehörigengruppe in Alt-Erkrath

14:00 – 15:30 Uhr

Kontakt und Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 – 2495223, fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de

03.04. und 08.05.2024 (jeden 1. Mittwoch im Monat)

Angehörigengruppe in Hochdahl

14:00 – 15:30 Uhr

Kontakt und Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 – 2495223, fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de

09.04. und 14.05.2024 (jeden 2. Dienstag im Monat)

Angehörigentreff

19:00 – 20:00 Uhr

Kontakt und Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 – 2495223, fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de

Haan

02.04. und 07.05.2024 (jeden 1. Dienstag im Monat)

Runder Tisch für Angehörige, Pflegende und Betreuende von Menschen mit Demenz

19:30 – 21:00 Uhr

Veranstaltungsort: AWO Ortsverein Haan, Breidenhofer Str. 7. 42781 Haan

Kontakt und Anmeldung: Frau Barz, 02129 – 2550, jutta.barz@awo-haan.de

04.04 und 09.05.2024 (jeden 1. Donnerstag im Monat)

Runder Tisch für Angehörige, Pflegende und Betreuende von Menschen mit Demenz

10:00 – 11:30 Uhr

Veranstaltungsort: Supernah.Café, Thunbuschstraße 9, 42781 Haan-Gruiten

Kontakt und Anmeldung: Frau Barz, 02129 – 2550, jutta.barz@awo-haan.de

Heiligenhaus

06.05.2024 (jeden 1. Montag im Monat)

Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz

17:00 Uhr – 18:30 Uhr

Veranstaltungsort: Caritas Ludgerustreff, Ludgerustr. 2a, 42579 Heiligenhaus bzw. AWO Begegnungsstätte Heiligenhaus, Schulstr. 8, 42579 Heiligenhaus (im Wechsel)

Kontakt: Frau Wagner, AWO Begegnungsstätte, 02056 - 69212

Kontakt: Frau Niering, Caritas Ludgerustreff, 02056 – 21189

Hilden

06.05.2024 (jeden 1. Montag im Monat)

Gesprächsrunde für Angehörige

10:00 – 12:00 Uhr

Veranstaltungsort: Gerresheimer Str. 20b, 40721 Hilden

Kontakt und Anmeldung: Frau Klausen (Demenz-Info-Center), 0173 – 5421481

17.04. und 15.05.2024 (jeden 3. Mittwoch im Monat)

Angehörigen Gesprächskreis

10:00 – 12:00 Uhr

Veranstaltungsort: Nachbarschaftszentrum St. Marien, Meide 2, 40721 Hilden

Kontakt und Anmeldung: 02103 - 46543

Langenfeld

05.04. und 03.05.2024 (jeden 1. Freitag im Monat)

Angehörigenfrühstück

09:30 – 11:15 Uhr

Besuchen Sie uns in der Villa Malta und genießen Sie ein gesundes, reichhaltiges Frühstück, gemeinsam mit weiteren Angehörigen demenziell veränderter Menschen. Das Frühstück dient dem ungezwungenen Austausch. Ihren Angehörigen können Sie gerne mitbringen (bei Neukunden nur nach vorheriger, einmaliger Vorstellung im Café Malta möglich). Er/Sie wird dann im Café Malta von ausgebildeten Demenzbegleiter/innen betreut. Diese Betreuung kostet EUR 12,50 pro Stunde und kann von der Pflegekasse übernommen werden. Für das Frühstück fallen EUR 5,- Kostenbeitrag pro Person an.

Um verbindliche Anmeldung wird gebeten bis zwei Tage vorher.

Veranstaltungsort: "Villa Malta"/Soziale Dienste, Cafe Malta, Industriestr. 88, 40764 Langenfeld

Kontakt und Anmeldung: 02173 81188, demenz.langenfeld@malteser.org

11.04.2024 (jeden 2. Donnerstag im Monat)

Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz

18:00 – 20:00 Uhr

Veranstaltungsort: "Villa Malta"/Soziale Dienste, Cafe Malta, Industriestr. 88, 40764 Langenfeld

Kontakt und Anmeldung: 02173 81188, demenz.langenfeld@malteser.org

23.04. und 28.05.2024 (jeden 4. Dienstag im Monat)

Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz

18:00 – 19:30 Uhr

Veranstaltungsort: LVR Klinik Langenfeld, Lessingstr. 1a, 40764 Langenfeld

(Ein Betreuungsangebot für Personen mit Demenz während des Gruppenangebotes ist möglich.)

Anmeldung unbedingt notwendig: Herr Hoyer, 02173 - 1652104

Kontakt: Ärzt:innen und das Pflorgeteam der Ambulanz, 02173 – 913569

Mettmann

23.05.2024

Gesprächskreis für pflegende Angehörige im Rahmen der Familialen Pflege

10:00 – 12:30 Uhr

Veranstaltungsort: Evangelisches Krankenhaus Mettmann, Gartenstr. 4-8, 40822 Mettmann (Seminarraum 3)

Anmeldung: Frau Eierdanz, 02104 – 773 322, k.eierdanz@evk-mettmann.de

04.04. und 02.05.2024 (jeden 1. Donnerstag im Monat)

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Frontotemporaler Demenz

17:30 – 19:30 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorentreff „Jute Stuw“, Düsseldorf Str. 20, 40822 Mettmann

Kontakt: Frau von Mauschwitz, 02104 – 792444, selbsthilfe@alzheimer-kreis-mettmann.de

30.04. und 28.05.2024 (jeden letzten Dienstag im Monat)

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige

18:00 – 20:00 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorentreff „Jute Stuw“, Düsseldorf Str. 20, 40822 Mettmann

Fachliche Begleitung durch Dr. Hashemi

Kontakt: Frau von Mauschwitz, 02104 – 792444, selbsthilfe@alzheimer-kreis-mettmann.de

25.04.2024 (jeden letzten Donnerstag im Monat)

Unterstützte Selbsthilfegruppe für Menschen mit Vergesslichkeit und Demenz unter 65 Jahre

10:00 – 11:30 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorentreff „Jute Stuw“, Düsseldorf Str. 20, 40822 Mettmann

Kontakt: Frau von Mauschwitz, 02104 – 792444, selbsthilfe@alzheimer-kreis-mettmann.de

Frau Wolpers, 0211 – 24 95 223, fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de

Monheim

04.04. und 02.05.2024 (jeden 1. Donnerstag im Monat)

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

17:30 – 19:00 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte im Luise-Schröder-Haus, Opladener Str. 86

Kontakt: Tel. 02173 – 31411

Findet zurzeit nicht statt - Einzeltermine bitte per Mail vereinbaren

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Veranstaltungsort: Caritas Treffpunkt, Berliner Platz 12, 40789 Monheim

Kontakt: Frau Arenz, caritas-treffpunkt@caritas-mettmann.de

Ratingen

16.04. und 21.05.2024 (jeden 3. Dienstag im Monat)

Angehörigengruppe

18:30 – 20:00 Uhr

16.04. Freier Austausch für Angehörige

21.05. Demenzarten und Umgang mit erkrankten Angehörigen

Veranstaltungsort: Tagesklinik, Fliedner Krankenhaus, Thunesweg 58, 40885 Ratingen

Kontakt: Herr Görgen, 02102 – 303485, frank.goergen@fliedner.de

30.04. und 28.05.2024 (jeden letzten Dienstag im Monat)

Cafè Oase – Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz

14:00 – 15:30 Uhr

Veranstaltungsort: Cafè Oase, Angerstr. 2, 40878 Ratingen

Kontakt: Seniorenzentrum Marienhof, Frau Krupp, 02102 – 8515279, a.krupp@sankt-marien-ratingen.de

Velbert

18.04. und 22.05.2024 (jeden 3. Donnerstag im Monat)

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

17:00 – 18:30 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungszentrum, Klippe 2, 42555 Velbert-Langenberg

Kontakt: Frau Kothe-Matysik, 02052 – 2734

03.04. und 15.05.2024 (jeden 1. Mittwoch im Monat)

„Cafézeit“ Gesprächs- und Austauschangebot für pflegende Angehörige

10:00 – 11:30 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungszentrum Kostenberg, Am Hardenberger Hof 24-26, 42549 Velbert

Kontakt: 02051 62400

Wülfrath

02.04. und 07.05.2024 (jeden 1. Dienstag im Monat)

Selbsthilfegruppe pflegende Angehörige von Demenz

17.30 Uhr bis 19.30 Uhr

Veranstaltungsort: AWO Begegnungsstätte, Schulstr. 13, 42489 Wülfrath

Kontakt: Frau Weimer, Tel. 02058-775509

Anerkannte Unterstützungsangebote für Menschen mit demenziellen Veränderungen (Eine Anmeldung ist erforderlich.)

Erkrath

Sportgruppe NADiA

Montags, 11:00 – 12:00 Uhr

Donnerstags, 11:30 – 12:30 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstr. 7, 40699 Erkrath

Information und Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 – 2495223, fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de

CaféKlatsch

Dienstags, 14:00 – 17:00 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstr. 7, 40699 Erkrath

Information und Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 – 2495223, fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de

Kleine Marktmusik

Freitags, 10:00 – 11:30 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstr. 7, 40699 Erkrath

Information und Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 – 2495223, fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de

Haan

Gute Stube

Mittwochs, 09:00 – 12:00 Uhr

Veranstaltungsort: Haus im Park, Bismarckstr. 12a, 42781 Haan

Information und Anmeldung: Frau Reich, 02129-3743710, info@senioren-haus-am-park.de

Heiligenhaus

FreitagsZeit

Freitags, 09:30 – 12:30 Uhr

Veranstaltungsort: Caritas Ludgerustreff, Ludgerusstr. 2a, 42579 Heiligenhaus

Information und Anmeldung: Frau Niering, 02056 – 21189, ludgerustreff@caritas-mettmann.de

Hilden

Sportgruppe NADiA

Dienstags, 10:30 – 11:30 Uhr

Freitags, 11:30 – 12:30 Uhr

Veranstaltungsort: Nachbarschaftszentrum St. Jacobus, Mittelstr. 8, 40721 Hilden

Information und Anmeldung: Frau Tharra, 02103 – 46543, Stefanie.Tharra@Erzbistum-Koeln.de

Betreuungsgruppe „Herbstzeitlose“

Mittwochs, 09:30 – 12:30 Uhr

Veranstaltungsort: Nachbarschaftszentrum St. Marien, Meide 2, 40721 Hilden

Information und Anmeldung: Frau Tharra, 02103 – 46543, Stefanie.Tharra@Erzbistum-Koeln.de

Betreuungsgruppe „VergissMeinNicht

Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat, 14:00 – 17:00 Uhr

Veranstaltungsort: Nachbarschaftszentrum Haus im Süden, St. Konrad Allee 76a, 40723

Information und Anmeldung: Frau Thöring, 02103 – 68154, h.thoering@diakonie-kreis-mettmann.de

Langenfeld

Nachtcafé für Menschen mit Demenz

Letzten Samstag im Monat: 17:00 – 21:00 Uhr

Veranstaltungsort: "Villa Malta"/Soziale Dienste, Cafe Malta, Industriestr. 88, 40764 Langenfeld

Information und Anmeldung: Frau Keller, 02173 – 399 19 - 30, ines.keller@malteser.org

Mettmann

Angeleitete Gruppentreffen für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

Montag, Mittwoch und Freitag; 15:00 – 17:00 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorentreff „Jute Stuw“, Düsseldorfer Str. 20, 40822 Mettmann

Information und Anmeldung: Frau Kuhlen, 02104 – 792444,

seniorentreff-jutestuw-mettmann@web.de

Ratingen

Sportgruppe NADiA – Gemeinsam stark durchs Leben

Montags, 10:30 – 11:30 Uhr

Veranstaltungsort: ev. Gemeindezentrum, Belbergweg 78, 40885 Ratingen-Lintorf

Information und Anmeldung: Frau Borsch, 02102 – 31611, aktiv@treff60.de

„Lintorfer Stube“ – Café für Menschen mit Demenz

jeden 3. Dienstag im Monat,

Veranstaltungsort: Aktivtreff 60plus, Kruppenweger Str. 1, 40885 Ratingen-Lintorf

Information und Anmeldung: Frau Borsch, 02102 – 31611, aktiv@treff60.de

Café-Lebensfroh

jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, 09:00 – 12:00 Uhr

Veranstaltungsort: AWO "Weiße Villa", Düsseldorfer Straße 141, 40878 Ratingen

Information und Anmeldung: Frau Remberg/Frau Steinjan, 02102 – 847241, info@aworatingen.de

Inklusive Freizeitangebote

(für Menschen mit und ohne Vergesslichkeit oder Demenz)

Erkrath

Sonntagscafé

Jeden 1. Sonntag im Monat, 14:30 – 16:30 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Alt und Jung, Johanniter Haus Erkrath, Hildener Str. 19, 40699 Erkrath

Jeden 1. Sonntag im Monat können Sie bei uns in der Begegnungsstätte bei Kaffee und Kuchen einen geselligen Nachmittag genießen.

Kosten: 2 € für Kaffee und Kuchen

Information und Anmeldung: Frau Flader, Tel.: 02104 - 2160610

impromix – Stegreiftheater auch mit Vergesslichkeit

Montags, 15:00 – 16:00 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße, Gerberstr. 7, 40699 Erkrath

Wer glaubt, dass man für's Theater spielen immer einen Text auswendig lernen muss, der kennt noch nicht „impromix“. Aus dem Augenblick heraus kleine Inszenierungen entwickeln, mal mit Worten mal nur mit Gesten.

Information und Anmeldung: Frau Thöne, Tel.: 0176 29178625

Komm, geh mit uns!

Mittwochs, 15:00 – 16:00 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstr. 7, 40699 Erkrath

Gemeinsam mit anderen begeisterten Spaziergängerinnen und Spaziergängern eine Runde durch Alt-Erkrath laufen. Gemeinsam spazieren gehen, macht Spaß! Sie lernen neue Menschen kennen und fördern mit jedem Schritt ihre Gesundheit.

Einschränkungen jeglicher Art stellen kein Hindernis dar - ob Rollator, Rollstuhl, Seheinschränkungen, Orientierungs - oder Gedächtnisstörungen. Spaziergangspatinnen und Spaziergangspaten unterstützen dort, wo Unterstützung gebraucht wird. Komm, geh mit ...

Information: Frau Wolpers, 0211 – 243553

Gymnastikgruppe

Mittwochs, 10:00 – 10:45 Uhr

Veranstaltungsort: AWO-Treff im Bürgerhaus, Sedentaler Str. 105, 40699 Erkrath

Bewegung vor und auf dem Stuhl – so wie es möglich ist. Sich gemeinsam mit anderen bewegen fällt in der Regel leichter als alleine zu Hause.

Information: Frau Dietz, 02104 – 948698

Singkreis

Donnerstags, 14:30 Uhr

Veranstaltungsort: AWO-Treff im Bürgerhaus, Sedentaler Str. 105, 40699 Erkrath

Gemeinsam in froher Runde werden bekannte Lieder gesungen.

Information: Frau Dietz, 02104 – 948698

Singen hält jung

Donnerstags (ungerade Kalenderwoche), 15:00 - 16:30 Uhr

18.01., 01.02., 15.02., 29.02., 14.03., 28.03.2024

Veranstaltungsort: Evangelisches Gemeindehaus Sandheide, Hans-Sachs-Weg 1, 40699 Erkrath

Offenes Singen für die ältere Generation

Information: Frau Treiber, 02104 - 48403,

Mettmann

Boule-Nachmittag

Dienstags, 15:00 – 17:00 Uhr (Mai - September)

Veranstaltungsort: Seniorentreff „Jute Stuw“ im Park, Düsseldorfer Str. 20, 40822 Mettmann

Information und Anmeldung: Frau von Mauschwitz, 02104 – 792300,

seniorentreff-jutestuw-mettmann@web.de

Wir machen Musik – mehr als Singen!

Jeden 2. Mittwoch, 16:00 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorentreff „Jute Stuw“ im Park, Düsseldorfer Str. 20, 40822 Mettmann

Haben Sie Freude an der Musik und möchten entdecken, was in einer geschützten Gruppe musikalisch alles möglich ist? Es handelt sich um ein inklusives Gruppenangebot für musikbegeisterte Menschen mit und ohne Vergesslichkeit, ihre Angehörige und Freunde.

„Musik steckt in jedem, sie zeigt sich in ganz unterschiedlichen Fähigkeiten und Darstellungsmöglichkeiten – oft versteckt und unvermutet. Bringen Sie sich einfach mit dem, was Sie haben ein und zusammen machen wir – MUSIK – daraus“.

Information und Anmeldung: Frau Kuhlen, 02104 – 792444,

seniorentreff-jutestuw-mettmann@web.de

Ratingen

Spielenachmittag (auch für Menschen mit beginnender Demenz)

freitags, 13:30 – 17:00 Uhr

Veranstaltungsort: Aktiftreff 60plus, Kruppenwegerstr. 1, 40885 Ratingen-Lintorf

Information/Anmeldung: Frau Borsch, 02102 – 31611, aktiv@treff60.de

Velbert

Seniorenkegeln (auch für Menschen leichter Vergesslichkeit in Begleitung eines An- oder Zugehörigen)

1. + 3. Donnerstag, 14:30 – 16:00 Uhr

Veranstaltungsort: Klippe 2 - Begegnungs- und Servicezentrum der Ev. Kirchengemeinde Langenberg, Klippe 2, 42555 Velbert-Langenberg

Information/Anmeldung: Frau Kothe-Matysik, 02052 – 2734

Bingo (auch für Menschen leichter Vergesslichkeit in Begleitung eines An- oder Zugehörigen)

Dienstags, 14:30 – 16:00 Uhr

Veranstaltungsort: Klippe 2 - Begegnungs- und Servicezentrum der Ev. Kirchengemeinde Langenberg, Klippe 2, 42555 Velbert-Langenberg

Information/Anmeldung: Frau Kothe-Matysik, 02052 – 2734

Sonntagstanz-Café

15:00 – 17:00 Uhr (jeden ersten Sonntag im Monat)

Veranstaltungsort: Offenes Bürgerhaus BiLo, Von-Humboldt-Str. 53, 42549 Velbert

Alle Menschen, die Freude an Musik haben, sind herzlich willkommen, die "gute alte Zeit" miteinander zu erleben. Es wird getanzt, geschunkelt und gesungen und bei einem leckeren Stück Kuchen und einem Getränk kann in gemütlicher Atmosphäre geplaudert werden. Geboten wird bekannte Tanz- und Unterhaltungsmusik aus mehreren Jahrzehnten, live gespielt.

Für Kaffee, Kuchen und Livemusik wird ein Unkostenbeitrag in Höhe von 5 € erhoben.

Um Voranmeldung wird gebeten.

Information und Anmeldung: MitarbeiterInnen der SKFM Stadtteilzentren, Tel.:02051 – 2889316.

Schulungen und Vorträge:

03.04.2024

Kurs „Leben mit Demenz“ in Monheim

03.04., 10.04., 17.04. und 15.05.2024 von 16:30 – 19:30 Uhr

Veranstaltungsort: CBT-Wohnhaus Peter Hofer, Peter-Hofer-Str. 2—6, 40789 Monheim

Das Leben mit Menschen mit Demenz ist oft schwierig. Um es ein wenig leichter zu gestalten und vor allem um die Veränderungen besser zu verstehen, hat der Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V. ein auf diese Belange zugeschnittenes Kurskonzept entwickelt. Die Veranstaltungen informieren umfassend zu folgenden Themen: Medizinische Aspekte der Demenz, Menschen mit Demenz verstehen, gelingender Umgang mit herausfordernden Verhaltensweisen, Krisenbewältigung für Pflegende, Entlastungsmöglichkeiten für Angehörige, rechtliche und finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten. Es wird zusätzlich ein Erfahrungsaustausch zum Thema „Demenz zuhause bewältigen“ stattfinden. Dabei stehen die Anliegen und Bedürfnisse der Teilnehmenden im Mittelpunkt.

Der Kurs umfasst 4 Veranstaltungstage mit insgesamt 16 Unterrichtsstunden. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Information/Anmeldung: Herr Bilcan, 02173 6810, U.Bilcan@cbt-gmbh.de

16.04.2024

Praxisseminar „Lebensfreude durch Tanzen“

10:00 – 17:00 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstraße 7, 40699 Erkrath
Seminar für Fachkräfte in Pflege und Betreuung, Alltagsbegleiter, ehrenamtlich Tätige in der Begleitung von Menschen mit Demenz und alle, die sich für deren Unterstützung, Begleitung Sicherheit und Entlastung interessieren.

Tanzen ist eine ganzheitliche Sportart, die Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer, Koordination und Kondition fördert und die Lebensfreude steigern kann. Gerade bei Personen mit Demenz werden häufig während des Tanzes verloren geglaubte Fähigkeiten wieder aktiviert. Vor allem ist bei dieser Sportart eine Anpassung an die jeweiligen körperlichen als auch kognitiven Fähigkeiten der Teilnehmenden gut möglich, so dass vorhandene Ressourcen sehr gut genutzt und aktiviert werden können.

Information/Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 2495223, fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de

16.04.2024

Selbstfürsorge für Angehörige von Menschen mit Demenz

14:30 – 16:00 Uhr

Es werden verschiedene Möglichkeiten aufgezeigt, wie der Umgang mit einer Demenz gelingen kann, ohne dass pflegende Angehörige sich komplett aufopfern und ihre eigenen Bedürfnisse vergessen.

Schulungsvertiefende Veranstaltung in Kooperation mit dem Projekt „Leben mit Demenz“ des Landesverbands der Alzheimer Gesellschaften Nordrhein-Westfalen.

Eine Anmeldung wird erbeten.

Veranstaltungsort: AWO Begegnungsstätte Luise-Schröder-Haus, Opladener Str. 86, 40789 Monheim

Information/Anmeldung: Frau Rhom, 02173 – 31411, schroederhaus@awo-monheim.de

16.04.2024**Was habe ich falsch gemacht? – Schuldgefühle im Umgang mit An- und Zugehörigen behandeln**

17:00 – 18:30 Uhr

Schulungsvertiefende Veranstaltung in Kooperation mit dem Projekt „Leben mit Demenz“ des Landesverbands der Alzheimer Gesellschaften Nordrhein-Westfalen.

Eine Anmeldung ist erforderlich! VHS Kurs-Nr.: K6124

Veranstaltungsort: VHS Wülfrath; Schulstr. 7, 42489 Wülfrath

Information: Frau Heydemann, 02058 – 18365

Anmeldung: VHS Mettmann-Wülfrath, 02104 – 1392-0, info@vhs-mettmann.de

17.04.2024**Mit ein wenig Hilfe von Nebenan –****Was bedeutet Nachbarschaftshilfe im Zusammenhang mit Pflegebedürftigkeit?**

17:00 – 18:30 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstraße 7, 40699 Erkrath

Nachbarschaftshelfer*innen unterstützen ehrenamtlich Menschen mit Hilfebedarf z.B. bei Arztbesuchen, bei der Haushaltsführung sowie Freizeitgestaltung oder der Aufrechterhaltung sozialer Kontakte. In dieser Veranstaltung erhalten Interessierte Informationen, wie sie sich nachbarschaftlich engagieren können und was die Pflegekasse voraussetzt, damit die Aufwandsentschädigung über den Entlastungsbetrag (125 €) abgerechnet werden können.

Information/Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 2495223, demenz-netzwerk@caritas-mettmann.de

25.04.2024**Gruppenpflegekurs im Rahmen der Familialen Pflege**

10:00 – 12:30 Uhr

Veranstaltungsort: evangelisches Krankenhaus Mettmann, Gartenstr. 4-8, 40822 Mettmann, Seminarraum 3

Lagerung, Mobilisation und Umgang mit Hilfsmitteln

Information/Anmeldung: Frau Eierdanz, 02104 – 773 322, k.eierdanz@evk-mettmann.de

26.04.2024**Praxisseminar „Musik ist Begegnung – Musik als Medium zur Steigerung der Lebensqualität älterer Menschen“**

09:30 – 16:30 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstraße 7, 40699 Erkrath
Seminar für Fachkräfte in Pflege und Betreuung, Alltagsbegleiter, ehrenamtlich Tätige in der Begleitung von Menschen mit Demenz und alle, die sich für deren Unterstützung, Begleitung Sicherheit und Entlastung interessieren.

Für fast alle Menschen hat Musik sehr viel mit Lebensfreude und Lebensqualität zu tun. Lieder und Klänge drücken das aus, wofür manchmal kaum Worte gefunden werden können.

Musik verfehlt nie ihre Wirkung. Jeder Mensch reagiert in irgendeiner Weise auf Klänge, Rhythmen und Melodien. Und jeder Mensch hat ein bestimmtes Musikstück mit einer sehr persönlichen emotionalen Bindung. Wenn dieses Stück gehört wird, werden Erinnerungen an die jeweilige Situation geweckt. Man erinnert wieder ein Stück seines Lebens, was zur Orientierung und zur Identitätsfindung beiträgt.

Die Teilnehmenden werden durch viele Praxiselemente aufgefordert, die Wirkung von Musik selbst zu erfahren, sich mit der eigenen musikalischen Biographie auseinander-zusetzen, Hemmschwellen zu überwinden, eigene Ressourcen zu entdecken und Kompetenzen zu erweitern. Die Praxisfortbildung bietet Raum für Erfahrungsaustausch und Reflexion.

Information/Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 2495223, fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de

30.04.2024

Lass das, ich kann das – Assistenz statt Hilfe?

17:00 – 18:30 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstraße 7, 40699 Erkrath
Die nachlassenden Fähigkeiten bei einer Demenz stellen Betroffene und Begleitende vor eine Herausforderung. Unterstützung kann sehr unterschiedlich aussehen.

„Du brauchst meine Hilfe!“ oder „Ich assistiere dir bei dem, was du brauchst.“ Bei Assistenz ist es notwendig gemeinsam zu klären und entwickeln, was Unterstützung und Sicherheit für beide Seiten bedeuten.

Diese pflegekursvertiefende Veranstaltung findet in Kooperation statt mit dem Landesverband der Alzheimergesellschaften NRW, „Leben mit Demenz“.

Information/Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 2495223, demenz-netzwerk@caritas-mettmann.de

03.05.2024

Kurs „Leben mit Demenz“ in Wülfrath

03.05. von 15:00 – 19:30 Uhr

04.05. von 10:00 – 14:30 Uhr

07.06. von 15:00 – 18:00 Uhr

Veranstaltungsort: AWO-Treff Wülfrath, Schulstr. 13, 42489 Wülfrath

Das Leben mit Menschen mit Demenz ist oft schwierig. Um es ein wenig leichter zu gestalten und vor allem um die Veränderungen besser zu verstehen, hat der Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V. ein auf diese Belange zugeschnittenes Kurskonzept entwickelt. Die Veranstaltungen informieren umfassend zu folgenden Themen: Medizinische Aspekte der Demenz, Menschen mit Demenz verstehen, gelingender Umgang mit herausfordernden Verhaltensweisen, Krisenbewältigung für Pflegende, Entlastungsmöglichkeiten für Angehörige, rechtliche und finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten. Es wird zusätzlich ein Erfahrungsaustausch zum Thema „Demenz zuhause bewältigen“ stattfinden. Dabei stehen die Anliegen und Bedürfnisse der Teilnehmenden im Mittelpunkt.

Der Kurs umfasst 3 Veranstaltungstage mit insgesamt 16 Unterrichtsstunden. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist erforderlich mit Angabe der Kursnummer K6112.

Information: Frau Heydemann, 02058 – 18365

Anmeldung: VHS Mettmann-Wülfrath, 02058 - 910024

22.05.2024**Tagespflege – wie funktioniert das? – Entlastung und Finanzierung**

17:30 – 19:00 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstraße 7, 40699 Erkrath
Seniorentagespflegen richten ihr Angebot an daheim lebende Seniorinnen und Senioren und ihre pflegenden Angehörigen. Sie bieten den Teilnehmerinnen und Teilnehmern wohltuende Gemeinschaft, wirken einer Vereinsamung entgegen und die Angehörigen erfahren deutliche Entlastung in ihrem Pflegealltag.

Der Vortrag informiert über die Inhalte der Betreuungsarbeit und gibt wertvolle Hilfe für die Finanzierung der Teilnahme.

Information/Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 2495223, demenz-netzwerk@caritas-mettmann.de

27.05.2024**Unterstützung durch Familiäre Pflege**

16:30 – 18:00 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstraße 7, 40699 Erkrath
Die „Familiäre Pflege“ unterstützt Angehörige, sich auf die Übernahme der häuslichen Pflegesituation im Anschluss an einen Krankenhausaufenthalt vorzubereiten. Erfahren Sie, wie eine konkrete Unterstützung aussehen könnte, um den Alltag im Umgang und in der Pflege des Angehörigen bestmöglich zu gestalten.

Information/Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 2495223, demenz-netzwerk@caritas-mettmann.de

Weiteres aus der Region Düsseldorf**04.04. und 02.05.2024 (jeden 1. Donnerstag im Monat)****Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz in Flingern**

17:00 - 18:00 Uhr

Veranstaltungsort: Caritas Zentrum Plus Flingern (Netzwerkraum), Flurstr. 57a, 40235 Düsseldorf
Die Demenzerkrankung eines Angehörigen betrifft die ganze Familie und oft ist es schwer, sich mit Außenstehenden über die Krankheit und die damit einhergehenden Belastungen auszutauschen. Die Möglichkeit zu einem solchen Austausch gibt dieser Gesprächskreis.

Anmeldung/Information: Herr Lindemann, 0211 – 16021760, Klaus.Lindemann@caritas-duesseldorf.de

02.04. und 07.05.2024 (jeden 1. Dienstag im Monat)**Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit frontotemporaler Demenz**

14:30 - 16:30 Uhr

Veranstaltungsort: Caritas Zentrum Plus Bilk, Suitbertusplatz 1a, 40223 Düsseldorf

Anmeldung/Information: Herr Lindemann, 0211-16021760, Klaus.Lindemann@caritas-duesseldorf.de

09.04. und 14.05.2024 (jeden 2. Dienstag im Monat im Monat)**„Op Jück“ – Wandertreff für Menschen mit frontotemporaler Demenz und Angehörige**

Ab 10:00 Uhr

Treffpunkt: am Wanderparkplatz Kissberg (Anmeldung erforderlich)

Wandern schafft Gemeinschaft und schenkt Ruhe – einmal im Monat treffen sich Interessierte zu einer organisierten und begleiteten Wanderung. In Absprache besteht die Möglichkeit zum Abschluss der Wanderung zu einer Mahlzeit einzukehren.

Anmeldung/Information: Herr Lindemann, 0211-16021760, Klaus.Lindemann@caritas-duesseldorf.de

16.04. und 21.04.2024 (jeden 3. Dienstag im Monat)**Online-Gesprächskreis FTD (Frontotemporale Demenz)**

14:30 - 16:30 Uhr

Anmeldung/Information: Herr Lindemann, 0211-16021760, Klaus.Lindemann@caritas-duesseldorf.de

Online-Angebote**Leben mit Demenz Digital – Online Schulungskurse**

In 9 Einheiten à 90 Minuten wird die Möglichkeit gegeben, sich in Videokonferenzen über die Erkrankung Demenz, Verhaltensformen, den Umgang mit Menschen mit Demenz sowie rechtliche und finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten und Entlastungsangebote für Angehörige zu informieren und auszutauschen.

Es findet jeweils Montag bis Donnerstag nachmittags von 15:00 – 16:30 Uhr eine Einheit statt. Bitte melden Sie sich spätestens jeweils freitags bis 12:00 Uhr für gewünschte Einheiten ab der Folgeweche verbindlich an.

Ein Zertifikat über die Kursteilnahme erhalten Sie, wenn Sie die Einheiten 1 – 6 durchgeführt haben. Damit sind Sie für Einsätze in der Nachbarschaftshilfe NRW qualifiziert.

Anmeldung: Lebenmitdemenz@alzheimer-nrw.de

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Down-Syndrom und Demenz.**Mo., 22.04.2024 von 18:00 Uhr - 19:30 Uhr**

Es handelt sich um das erste Treffen der Online-Selbsthilfegruppe. Das Angebot ist kostenfrei und der Zugangslink wird nach der Anmeldung verschickt.

Ihre Anmeldung und Fragen zum Angebot richten Sie an:

Christina Kuhn, Tel.: 0711/ 99 787-13, E-Mail: c.kuhn@demenz-support.de

Link-Tipps

Demenz-Podcast

In der Reihe des Demenz-Podcasts geht es in der Folge 59 um **Queere Menschen mit Demenz**, in Folge 60 um **Depression und Demenz** und die Folge 61 befasst sich mit dem Thema **Beziehungsgestaltung**. Auch die vorhergehenden Folgen befassen sich mit interessanten Themen und im [Folgenarchiv](#) hinterlegt. Das Reinhören lohnt sich. Alternativ kann man sich den Demenz-Podcast auch abonnieren.

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

Hirn & Heinrich - Der Wissenspodcast des DZNE

In einer der aktuellen Episoden berichtet Liselotte Klotz (Demenz-Aktivistin) „Wie ich Dank KI mein Leben mit Demenz gestalte“

<https://www.dzne.de/aktuelles/podcast/>