

## „Tour Demenz 17.09. und 18.09.2025“

### 190 km mit dem Fahrrad durch das Bergische Land für das Thema Demenz

Das Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land setzt sich rund um den Welt-Alzheimerstag wieder sportlich engagiert für das Thema Demenz im Bergischen Land ein und wird dabei von zahlreichen Akteuren unterstützt.

Jährlich seit 2021 – nun also zum fünften Mal in Folge, startet das Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land die „Tour Demenz“ – eine sportive Radtour durch das Bergische Land für ein selbstbestimmtes Leben von Menschen mit Demenz. Von Beginn an steht dabei die Überzeugung im Fokus, sich für die immer größer werdende Personengruppe einzusetzen, über das Krankheitsbild aufzuklären und Sorgen und Hemmungen im Umgang mit Betroffenen zu nehmen.

„Human Forever“ wie es der junge Filmemacher Teun Toebe ausdrückt oder „Demenz – Mensch sein und bleiben“ (Motto des Welt-Alzheimerstag 2025) sind die prägenden Leitgedanken der Tour Demenz. Hinzukommt in 2025 ein anknüpfendes Thema: „Freiwilliges Engagement stärken“. Mit dem verdeutlicht werden soll, dass eine Unterstützung - ein Engagement für die Bereiche Alter, Pflege und Demenz schon jetzt für die Gestaltung des eigenen Altwerdens wertvoll sein kann.

Die Tour findet an zwei aufeinanderfolgenden Tagen statt: am 17. September und 18. September. Es werden insgesamt zwölf Ziele sowohl im Bergischen Städtedreieck, dem Rheinisch-Bergischen Kreis als auch dem Oberbergischen Kreis angesteuert: Von Pflegeeinrichtungen über Seniorenbüros, Beratungsstellen, Begegnungsorte, Demenz-Initiativen, zu einer Bildungsakademie und einer Stiftung. An allen zwölf Standorten werden durch die Mitwirkung zahlreicher lokaler Akteure, wie der Pflegeselbsthilfe (KoPS), Pflegeberater:innen, Ärzten, Demenz-Netzwerken, Freiwilligen- und Ehrenamtsagenturen, vielfältige Aktionen geboten: Von Beratungs- und Informationsangeboten über Mitmachaktionen und gemeinsamen Festen. Außerdem wird es Möglichkeiten des Austauschs und der Vernetzung bereits Engagierter sowie jener, die es noch werden möchten geben.

Besonders erfreulich ist auch die Bereitschaft vieler Bürgermeister:innen die Aktion zu unterstützen und zu einem Standort hinzuzukommen. Die Sozialdezernenten aus Remscheid und dem Oberbergischen Kreis haben zudem ihre Mitfahrt per Fahrrad auf den Rund 190 km angekündigt.

Sowohl die Öffentlichkeit für das Thema Demenz als auch für das Thema Freiwilliges Engagement zu schaffen, ist uns mit der Tour Demenz wichtig, um dazu anzuregen sich frühzeitig mit seinen Vorstellungen und Wünschen für das eigene Alter zu beschäftigen und auch schon jetzt Weichen zu stellen und als Vorbild voranzugehen, mit engagierten Taten, die einem selbst im Alter, ob mit oder ohne Erkrankung, wichtig sind.

Kommen sie gerne zu einem Standort der Tour Demenz und setzen Sie gemeinsam ein Zeichen mit uns: „Human Forever – Dafür engagiere ich mich“.

### **Wir über uns:**

Am 01. April 2020 hat das Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land in Trägerschaft des Hauspflegeverein Solingen e.V. in Solingen seinen Betrieb aufgenommen. Es ist Teil der gemeinsamen Landesinitiative zu der 12 Regionalbüros in verschiedener Trägerschaft und eine Fach- und Koordinierungsstelle im Kuratorium Deutsche Altershilfe (KDA) gehören. Die Förderung der Regionalbüros erfolgt durch die Landesregierung und die Träger der Pflegeversicherung NRW. Zum Einzugsgebiet des Regionalbüros Bergisches Land gehören neben den Städten Solingen, Remscheid, Wuppertal, der Oberbergische Kreis sowie der Rheinisch-Bergische Kreis. Auf unserer Homepage finden Sie alle aktuellen Projekte, Aktionen und Veranstaltungen: <https://alter-pflege-demenz-nrw.de/regionalbueros/region-bergisches-land/>

### **Pressekontakt:**

Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz – Bergisches Land  
c/o Hauspflegeverein Solingen e.V.  
Arnd Bader  
Mobil: 0173 19 29 994  
E-Mail: [a.bader@rb-apd.de](mailto:a.bader@rb-apd.de)

## Hintergrund Tour Demenz:

Die Ursprünge der „Tour Demenz“ stammen aus Zeiten der Landesinitiative Demenz-Service NRW. **2017** startete die erste große **NRW-Tour**, um auf die Situation von „Allein lebenden Menschen mit Demenz“ aufmerksam zu machen. Damals war die Tour inspiriert durch die öffentlich sehr wirksamen **„Demenz bewegt“- Läufe des Demenz-Servicezentrum (DSZ) Bergisches Land**, in dessen Rahmen, jeweils unter einem demenzspezifischen Spezialthema, Einrichtungen und Dienste für Menschen mit Demenz angelaufen wurden. Um für die NRW-weite Aktion größere Strecken (700 km in drei Tagen) zurücklegen zu können, tauschte ein Mitarbeiter der Landesinitiative die Laufschuhe mit dem Fahrradsattel und machte sich symbolisch gesehen „allein und orientierungslos“ auf den Weg alle DSZs in NRW anzufahren und „Flaschenpost-Botschaften mit Wünschen von Menschen mit Demenz und den Personen, die sie ver- bzw. um sie sorgen“ abzuholen und diese am Ende der „Tour“ Vertreter:innen des Ministeriums und der Pflegekassen zu übergeben. Ganz so alleine war der Radfahrer damals natürlich nicht, er wurde gut „begleitet“ und „unterstützt“. Ein Begleiteteam der Koordinierungsstelle und ein Filmteam begleiteten die 700 km und lokale Triathlon- und Radsportvereine lotsten durch die jeweiligen Regionen in NRW von DSZ zu DSZ, wo tolle Aktionen zum Thema stattfanden: [Das war die Tour Demenz 2017](#)

Als **Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz für das Bergische Land** haben wir die Idee und das Konzept der „Tour Demenz“ übernommen und widmen uns in jedem Jahr einem anderem demenzspezifischen Spezialthema und machen dabei aber auch immer auf die überragende Bedeutung von „Bewegung“ im Rahmen der Demenzprävention aufmerksam.

**Im Jahr 2021** ging es um das Thema **„Bewegungsbegleitung für Menschen mit Demenz“**:  
<https://youtu.be/Bgl4Msdrkly>

Und **im Jahr 2022** wurde aus der „Tour“ eine **„KulTour Demenz“**, um auf die kulturelle Teilhabe und die künstlerische Ausdrucksfähigkeit von Menschen mit Demenz aufmerksam zu machen:  
[https://youtu.be/Msmk\\_BSTPZo](https://youtu.be/Msmk_BSTPZo)

**Im Jahr 2023** haben wir das Augenmerk auf das **Thema Tanzen** gelegt. Tanzen zählt zu einer der besonders wirksamen Maßnahmen zur Demenzprävention und ist gleichzeitig eine wunderbare Teilhabemöglichkeit für Menschen mit Demenz, sofern es Personen gibt, die beispielsweise als, wie von uns benannte und qualifizierte, „Tanzbegleiter:innen“ fungieren.

[Impressionen zur Tour Demenz 2023 finden sie auf unserem Instagram-Kanal, ganz oben als drittes „Highlight“](#)

**Im Jahr 2024** stand das Thema **„Einsamkeit begegnen - Zugehörigkeit stärken“** im Fokus mit einer ins Leben gerufenen **„Karte der Verbundenheit“** und zahlreichen Begegnungsorten. [Auch diese Impressionen sind über unseren Instagram-Kanal, ganz oben links das erste „Highlight“ \(Kreis\) einsehbar.](#) Seitdem macht sich das Team des Regionalbüros Bergisches Land, immer **rund um den Welt-Alzheimerstag am 21. September**, gemeinsam mit Kooperationspartnern und engagierten, ehrenamtlichen Radfahrern auf, um Orte und Einrichtungen zu besuchen, die gemeinsam mit uns für ein selbstbestimmtes Leben von Menschen mit Demenz stehen.