

**Tour Demenz 2026: Gemeinsam unterwegs für mehr DemenzResilienz –  
Sensibilisierung, Aufklärung und Vernetzung mit dem Fahrrad**

**Zwei Tage, rund 190 Kilometer und zwölf Stationen im Bergischen Land: Die Tour Demenz setzt auch 2026 ein sichtbares Zeichen für Bewegung, Begegnung und ein demenzsensibles Miteinander.**

Am 16. und 17. September 2026, rund um den Welt-Alzheimerstag, startet die jährliche Tour Demenz des Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land. Die zweitägige Rad- und Vernetzungstour führt über rund 190 Kilometer durch Remscheid, Solingen und Wuppertal sowie den Oberbergischen und Rheinisch-Bergischen Kreis.

Die Tour Demenz verbindet seit Jahren aktive Demenzprävention mit Begegnung, Vernetzung und Öffentlichkeitsarbeit. Sie macht das Thema Demenz ebenso sichtbar wie die zahlreichen Akteure, die sich im Bergischen Land für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen engagieren.

Im Mittelpunkt der diesjährigen Tour Demenz steht das Thema Resilienz: Krisen- als auch DemenzResilienz. Es geht darum, wie Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen auch in schwierigen und belastenden Zeiten Unterstützung und Kraft finden können. Gleichzeitig wird der Blick auf das gerichtet, was Menschen trotz einer Demenz stärkt: ihre persönlichen Fähigkeiten und Ressourcen, gute Beziehungen, Teilhabe und ein unterstützendes Umfeld. Auch Fachkräfte und Netzwerke spielen dabei eine wichtige Rolle, indem sie gemeinsam tragfähige und resilienzfördernde Strukturen schaffen.

Auf der Strecke werden insgesamt zwölf Standorte besucht, die auf unterschiedliche Weise in den Themenfeldern Alter, Pflege und Demenz tätig sind. Darunter sind stationäre Einrichtungen, Betreuungsdienste, kommunale Verwaltungen, Beratungsstellen, Demenznetzwerke und -projekte, Begegnungsorte oder auch eine Bildungsakademie. An den einzelnen Stationen stehen Informationsmöglichkeiten, Mitmachaktionen als auch Austausch und Begegnung im Mittelpunkt. Erfreulich ist zudem die Bereitschaft zahlreicher Bürgermeister:innen und Dezernent:innen die Aktion durch ihr Hinzukommen oder einer Teilstreckenbegleitung zu unterstützen. Denn nicht nur die Mitarbeitenden des Regionalbüros, auch langjährige Netzwerkpartner:innen und motivierte Unterstützer:innen der Tour Demenz begleiten die zweitägige Aktion per Fahrrad.

Mit der Tour Demenz 2026 setzt das Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land erneut ein wichtiges Zeichen für die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz und deren Angehörige. Die Aktion macht deutlich das „Demenz- und Krisenresilienz“ am besten durch Vernetzung und das Zusammenwirken unterschiedlicher Akteure erreicht werden kann.

Unterstützen auch Sie die Tour Demenz und kommen Sie zu einem Standort hinzu. Unter dem QR-Code finden Sie unsere Streckenplanung hinterlegt:



### **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 loteten 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 unter den aufgeführten „Highlights“ \(Kreise\)](#)

**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 unter den „Highlights“ \(Kreise\) einsehbar.](#)

**Im Jahr 2025** hat die Tour Demenz das Thema **Freiwilliges Engagement stärken** -

#FreiwilligMitAnderen aufgegriffen, welches bereits vielfältiges bestehendes Engagement in der Region abbilden konnte und gleichzeitig auch aufmerksam machte, dass ein Engagement für die Bereiche Alter, Pflege und Demenz schon jetzt, auch für die Gestaltung des eigenen Altwerdens, wertvoll sein kann. [Impressionen können sie über unseren Instagram-Kanal, oben in den „Highlights“ \(Kreisen\) einsehen.](#)

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.