



Die Tour Demenz



Eine Bewegung aus dem Bergischen Land



**Regionalbüros
Alter, Pflege und Demenz**

Eine gemeinsame Initiative zur Strukturentwicklung der
Landesregierung und der Träger der Pflegeversicherung NRW

REGIONALBÜRO BERGISCHES LAND

Gefördert von:

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN



INHALTSVERZEICHNIS

DIE TOUR DEMENZ-BROSCHÜRE 3

VORWORT – EIN HERZ FÜR MENSCHEN MIT LAUFDHRANG 4

LAUFDHRANG – BEWEGUNG ALS AUSDRUCK VON LEBENDIGKEIT 6

DIE GESCHICHTE DER TOUR DEMENZ – EIN ZEITSTRAHL 8

DIE URSPRÜNGE: ERSTE TOUR DURCH NRW & DIE DEMENZ BEWEGT-LÄUFE 10

TOUR DEMENZ 2018 – „2030 – BEWEGT IN DIE ZUKUNFT“ 12

TOUR DEMENZ 2021 – „BEWEGUNGSBEGLEITER“ 14

TOUR DEMENZ 2022 – „KULTOUR DEMENZ“ 16

TOUR DEMENZ 2023 – „DARF ICH BITTEN? TANZ MIT MIR!“ 18

TOUR DEMENZ 2024 – „FLASHMOBS DER ZUGEHÖRIGKEIT“ 20

TOUR DEMENZ 2025 – „FREIWILLIGES ENGAGEMENT STÄRKEN“ 22

TOUR DEMENZ TO GO – NACHAHMER GESUCHT! 24

AUSBLICK: TOUR DEMENZ 2026 – „DEMENTZRESILIENZ“ 26

DIE 7 SÄULEN DER DEMENZRESILIENZ 27

EINDRÜCKE TOUR DEMENZ 2025 28

NÜTZLICHES AM ENDE & LITERATURVERZEICHNIS 30

IMPRESSUM 31



DIE TOUR DEMENZ-BROSCHÜRE

Sie halten eine Broschüre in den Händen, die eine Geschichte erzählt – eine Geschichte von Bewegung, Begegnung und Engagement für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen.

Seit 2017 setzt die Tour Demenz jedes Jahr rund um den Welt-Alzheimerstag am 21. September **ein öffentliches Zeichen für Teilhabe, Solidarität und Sichtbarkeit von Menschen mit Demenz**. Was als Radtour quer durch Nordrhein-Westfalen begann, ist heute ein festes Format des Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land – mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten, wechselnden Teilnehmenden und immer neuen Begegnungen.

Diese Broschüre blickt zurück auf sieben Touren durch das Bergische Land, erinnert an die Ursprünge und wagt einen Ausblick. Sie richtet sich an alle, die die Tour Demenz kennenlernen möchten – und daran, sie vielleicht selbst weiterzuführen.

Wir wünschen eine inspirierende Lektüre – und hoffen, dass die Tour Demenz auch bei Ihnen Spuren hinterlässt.

Das Team des Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land



VORWORT

Ein Herz für Menschen mit Laufdrang

Seit meiner frühesten Kindheit bin ich ein ziemlich bewegungsaffiner Mensch – mein ganzes Leben bin ich eigentlich durch die Gegend gelaufen. Dieser natürliche „Laufdrang“ wird mich, da bin ich mit fast 60 Jahren inzwischen überzeugt, auch weiter begleiten. Ich definiere mich gerne als Lebensläufer: Laufen heißt für mich Leben – aktiv sein, gesund sein. Und wenn ich mal die Laufschuhe gegen Wanderschuhe und irgendwann gegen einen Gehstock tauschen muss, dann ist auch das vollkommen in Ordnung – Hauptsache ich darf mich weiterhin „frei“ bewegen.

Dass das aber gar nicht selbstverständlich ist, habe ich vor über 25 Jahren festgestellt, als ich die Leitung des Sozialen Dienstes eines gerontopsychiatrischen Pflegeheimes übernahm. Dort lebten in der vierten Etage – ohne selbstverständlichen Zugang zum Garten – Menschen mit Demenz in einer „behüteten“, nennen wir das Kind beim Namen: einer geschlossenen Station. Viele von ihnen hatten einen Laufdrang, eine Lauftendenz. Mich hat damals nur marginal interessiert, ob das eine Hin- oder Weglauftendenz war – diese Menschen wollten einfach laufen. Und ihre demenzbedingte Orientierungslosigkeit wurde ihnen dabei zum Verhängnis.

Das war letztendlich der Grund, warum ich mich beruflich dem Thema Demenz verschrieben habe. Ich hatte das Glück, eine der ersten Demenzfachberatungsstellen in NRW aufzubauen sowie den Bau und die Inbetriebnahme eines Pflegeheims mit Endloswegen und freiem Zugang zu Natur und Garten zu begleiten. Heute darf ich mich

mit dem Team des Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land um Strukturentwicklung in der Region kümmern – mit Impulsen für die Landesebene.

Gerade die Tour Demenz und die ihr vorangegangenen „Demenz bewegt“-Läufe fühlen sich Menschen mit Laufdrang besonders verpflichtet. Wir möchten, dass Menschen bis ins hohe Alter in Bewegung bleiben und frei gehen, wandern oder laufen können. Dazu braucht es das Engagement aller: einen gemeinsamen Blick, eine gemeinsame Verantwortung, ein gemeinsames Netzwerk – um Menschen mit Demenz und ihre pflegenden, betreuenden Angehörigen auffangen zu können.

In meinen Vorträgen erzähle ich immer das Beispiel aus einem kleinen Dorf irgendwo zwischen Bari und Neapel. In diesem Dorf schaut jeder auf jeden. Wenn eine alte Dame mit Demenz – nennen wir sie Maria – sich wie immer auf den Weg durchs Dorf macht, so wie sie es ihr ganzes Leben getan hat, dann kann man sicher sein: Am Ende des Dorfes wohnt ein Salvatore oder eine Anna, die sie sicher wieder zu ihrem Antonio bringt.

So ein Netz und so ein Selbstverständnis wünsche ich mir für Solingen, Remscheid, Wuppertal – für jede Stadt und Gemeinde im Rheinisch-Bergischen oder Oberbergischen Kreis, in NRW und in ganz Deutschland.

Mit der Tour Demenz wollen wir vernetzen und ein Zeichen setzen – jedes Jahr rund um den Welt-Alzheimerstag am 21. September. Vernetzung und Engagement für Menschen mit Demenz sichtbar machen. **Seien Sie dabei!**

Ich wünsche Ihnen nun viel Freude und vor allem gute Anregungen mit dieser Broschüre, die wir als Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land nach bereits sieben stattgefundenen Tour-Demenz-Erfahrungen erstellt haben – um genau Sie zu begeistern, sich zu engagieren und vielleicht sogar ein Netzwerk für Menschen mit Demenz aufzubauen.

Text: Arnd Bader, Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land



O-Ton: Christian Heerdt

Kuratorium Deutsche Altershilfe (KDA), NRW

„Die Touren Demenz durch das Bergische Land sind nicht nur wegen ihrer anspruchsvollen Strecken, Höhenmeter und Distanzen etwas Besonderes. Einzigartig sind vor allem die Menschen mit und ohne Demenz, die wir unterwegs kennenlernen und mit denen wir gemeinsam ein Zeichen für Teilhabe, Solidarität und Sichtbarkeit setzen können. Das Regionalbüro Bergisches Land schafft es jedes Jahr aufs Neue, mit kreativen Schwerpunkten wichtige Themen aufzugreifen und Aufmerksamkeit für das Leben mit Demenz zu schaffen. Dieses Engagement beeindruckt mich immer wieder – und deshalb fahre ich jedes Mal gerne mit.“

LAUFDRANG

Bewegung als Ausdruck von Lebendigkeit

Menschen mit einer demenziellen Erkrankung zeigen oft ein starkes Bedürfnis nach Bewegung, das im Alltag als „**Laufdrang**“ bezeichnet wird. Häufig wird dies als herausfordernd empfunden, doch fachlich betrachtet kann Bewegung vielmehr als Ausdruck innerer Bedürfnisse, biografischer Prägungen und verbliebener Ressourcen verstanden werden. Studien zeigen, dass Menschen mit Demenz ihr Unterwegssein häufig nicht als zielloses Umherlaufen erleben, sondern als sinnvolle und angenehme Aktivität, die das Wohlbefinden steigert (**Adekoya, A. A. & Guse, L. 2019: 30**)¹⁾. Bewegung kann Spannungen abbauen, Sicherheit vermitteln und dabei helfen, innere Unruhe oder Unsicherheit auszudrücken, insbesondere wenn die verbale Kommunikation eingeschränkt ist.

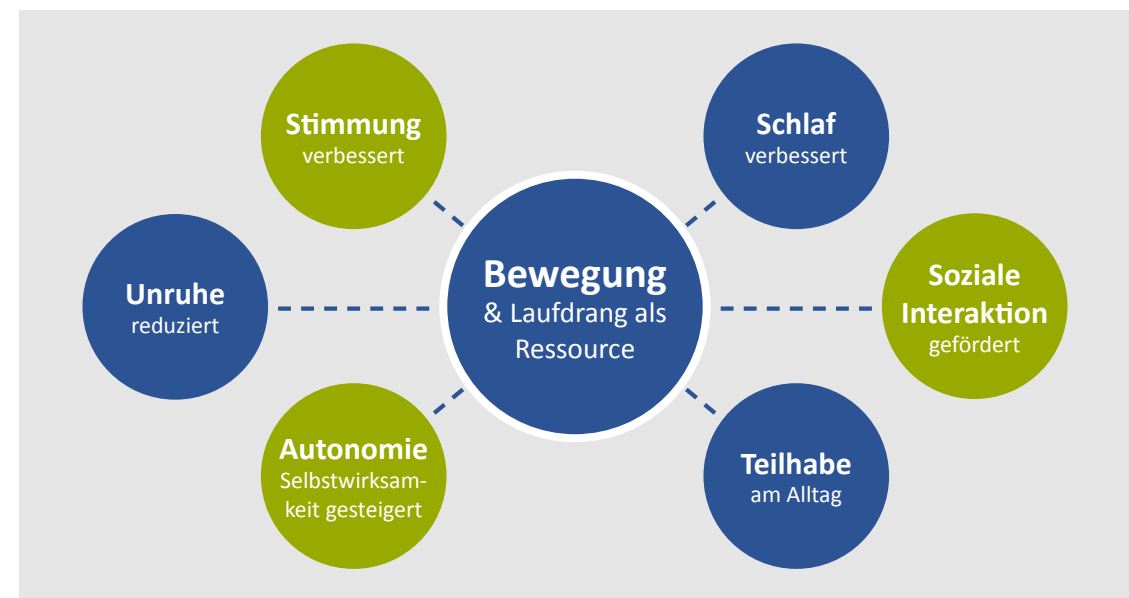
Das Unterwegssein knüpft oft an frühere Lebensgewohnheiten, Rollen oder Verantwortlichkeiten an. Wege zur Arbeit, das Erledigen von Aufgaben oder das Bedürfnis, für andere da zu sein, können sich auch im späteren Krankheitsverlauf in Bewegungsimpulsen ausdrücken. Die Forschung schlägt vor, Laufdrang weniger als Symptom zu verstehen, sondern als „wayfaring“ – ein Unterwegssein mit Sinn im Lebenskontext der Betroffenen (**Graham, M. E., 2015: 30**)¹⁾.

Regelmäßige Bewegung, insbesondere begleitete Spaziergänge im Freien, zeigt positive Effekte auf Stimmung, Ruhe, Schlaf und soziale Interaktion. Pflegekräfte berichten, dass solche Angebote das Wohlbefinden stärken, die Selbstwirksamkeit fördern und Teilhabe am Alltag ermöglichen (**Sjöholm, C. et al., 2025: 30**)¹⁾. Bewegung kann so dazu beitragen, dass Menschen mit Demenz ihre Mobilität erhalten und weiterhin aktiv am Leben teilhaben.



Bewegung bei Demenz – Wirkung & Nutzen

Begleitete Bewegungsangebote zeigen positive Effekte in mehreren Bereichen



Für die professionelle Begleitung bedeutet dies, Laufdrang nicht primär einzuschränken, sondern Bewegung sicher zu ermöglichen. Strukturelle Elemente wie übersichtliche Wege, Orientierungshilfen, klare Rituale und verlässliche Begleitung tragen dazu bei, Risiken zu reduzieren und gleichzeitig Autonomie zu erhalten. Freiheitsentziehende Maßnahmen sind keine geeignete Antwort auf Laufdrang, während personenzentrierte, alltagsintegrierte Ansätze als ethisch vertretbar gelten (**Adekoya, A. A. & Guse, L., 2019; Graham, M. E., 2015; Sjöholm, C. et al., 2025: 30**)¹⁾.

Bewegung eröffnet Menschen mit Demenz die Möglichkeit zur Teilhabe – auch im öffentlichen Raum. Aktionen wie die Tour Demenz machen sichtbar, dass Unterwegssein Ausdruck von Lebendigkeit, Identität und persönlicher Geschichte bleibt. Laufdrang wird so nicht als Defizit verstanden, sondern als wertvolles Zeichen von Autonomie und Würde.

¹⁾ Literaturnachweis auf Seite 30

Text: Laura Eble, Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz

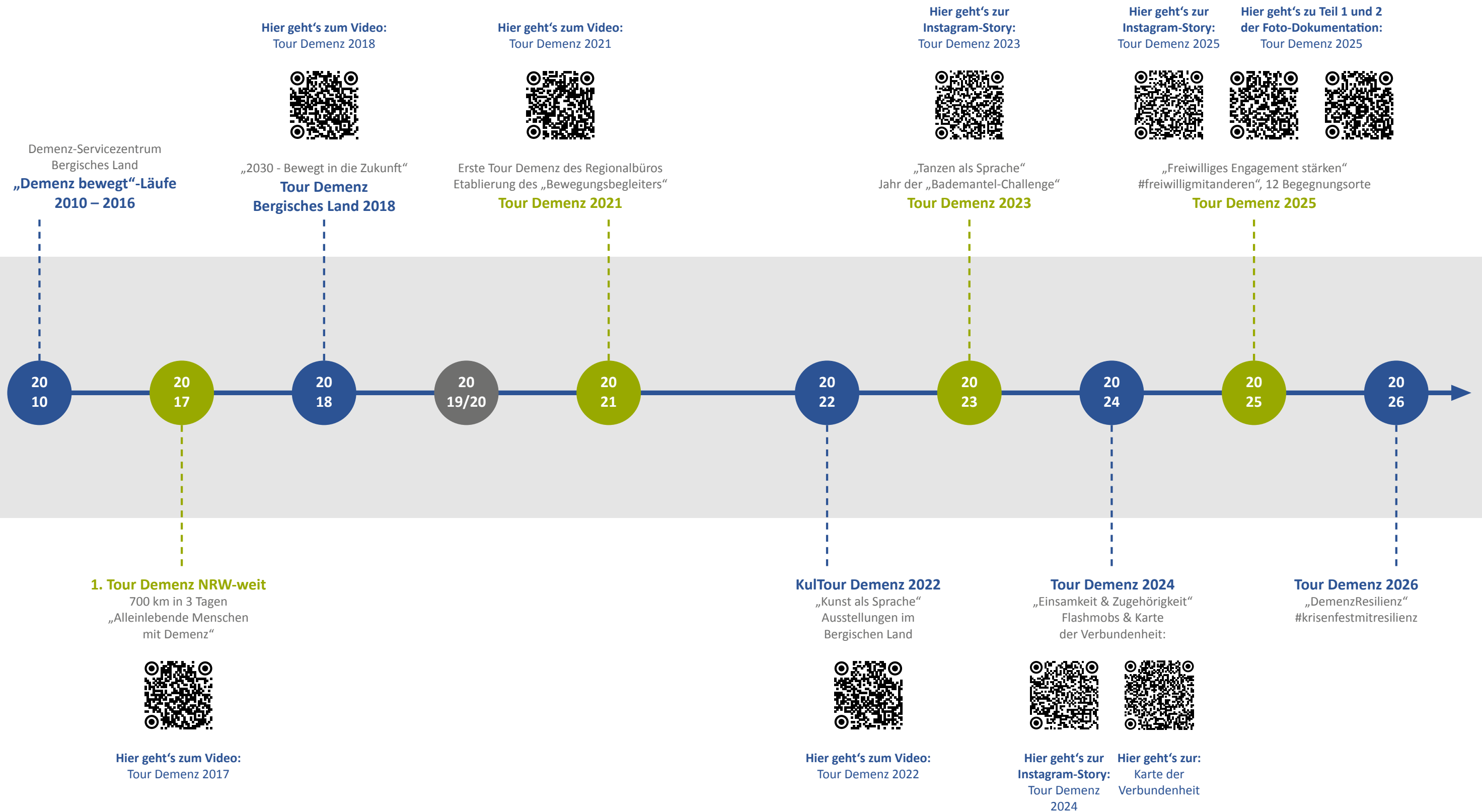


O-Ton: Christopher Winter

Solinger Sportbund

„Die Tour Demenz ist eine tolle Kampagne, die einen wichtigen Beitrag dazu leistet, Menschen mit Demenz in unserer Gesellschaft sichtbar zu machen und gemeinsam mit ihnen, Angehörigen, Mitarbeitenden in Pflegeeinrichtungen sowie weiteren Personengruppen in den Austausch - im Sinne eines verbalen Gespräches sowie einer nonverbalen bewegten Interaktion - zu gehen.“

Die Geschichte der Tour Demenz



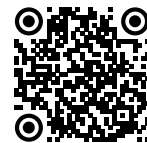
TOUR DEMENZ 2017

Wie alles begann – die NRW-Tour 2017

Die erste Tour Demenz ging tatsächlich nicht nur durch das Bergische Land, sondern durch ganz NRW. Wie kam es dazu? Im Jahr 2017 hatte die damalige Landesinitiative Demenz-Service NRW das Schwerpunktthema **„Allein lebende Menschen mit Demenz“**. Dieses Jahresthema sollte nicht nur mit Fachveranstaltungen und lokalen Aktionen begleitet werden, sondern auch mit einer öffentlich wirksamen landesweiten Aktion. Ausgehend von der Idee die **„Demenz bewegt“-Läufe*** landesweit zu veranstalten reifte in Christian Heerdt (Kuratorium Deutsche Altershilfe (KDA), Koordinierungsstelle) und Arnd Bader die „Alternative“ aufs Rad umzusteigen, um weitere Strecken an wenigen Tagen komprimiert zu absolvieren. Dabei sollte Arnd Bader symbolisch „Alleine“ in 3 Tagen 700 km durch NRW fahren und auf dem Weg alle regionalen Demenz-Servicezentren besuchen, die an den Tagen wiederum Aktionen zum Thema „Allein lebende Menschen mit Demenz“ umsetzen sollten, bei denen u.a. von Betroffenen, Angehörigen und Netzwerkpartner:innen Flaschenpost-Botschaften eingesammelt wurden, die ganz am Ende der Tour, den Vertreter:innen des Ministeriums und den Pflegekassen als Fördergeber der Landesinitiative übergeben wurden.

Vom 4. Juli bis zum 6. Juli fuhr Arnd Bader (als passionierter Ausdauersportler (Läufer, Triathlet) und damaliger Mitarbeiter des Demenz-Servicezentrums Bergisches Land) von der Städteregion Aachen, über Köln, Siegen, das Bergische Land nach Remscheid (Tag 1), weiter nach Bochum, Dortmund, durchs Münsterland nach Bielefeld und zur Stadt Münster (Tag 2) und abschließend über Gelsenkirchen, den Niederrhein hoch, weiter nach Duisburg und schließlich nach Düsseldorf. Begleitet wurde er dabei im Tourbus von Klaus Besselmann, Daniel Hoffmann und natürlich Christian Heerdt (alle drei von der Koordinierungsstelle im KDA) der Remscheider Physiotherapeutin Julia Horst und einem Filmteam des Medienzentrum Süd, das einen fantastischen Clip der Aktion gedreht hat, in dem die Stimmung besonders gut eingefangen werden konnte:

Christian Heerdt und Julia Horst begleiteten Arnd Bader während der Tour auf zahlreichen Teilabschnitten auf dem Rad, während Klaus Besselmann und Daniel Hoffmann den Bus steuerten und „Live“ Beiträge sendeten. Im Vorfeld der Aktion entstand sogar ein eigener Schriftzug bzw. ein eigenes Logo, welches mit weiteren Informations- und Sensibilisierungskampagnen verknüpft wurde, wie z.B. zur Prävention von Demenzerkrankungen und der besonderen Bedeutung von Bewegung in diesem Kontext.



Tour Demenz-Fakten 2017

- „Allein lebende Menschen mit Demenz“
- 3 Tage, 700 km
- 1 Fahrer + Teilstreckenfahrer
- Nordrhein-Westfalen



Ein ganz besonderer Aspekt der ersten Tour war, dass Arnd Bader im Vorfeld den aller größten Teil der Strecke gar nicht kannte, sozusagen auf fremde Hilfe bei der Orientierung angewiesen war, was eben auch die besondere Bedeutung, von „Orientierung“ und „Hilfestellung“ für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen herausstellen sollte. Diese Unterstützung bekam Arnd Bader während der Tour von zahlreichen Radsport-Clubs und Triathlon-Vereinen aus den Regionen, die ihn sicher und zuverlässig durch ihre Gegenden führten. Eine besondere, rundum gelungene Aktion, die viel Aufmerksamkeit erregte.

Text: Arnd Bader, Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land



*Ursprünge in den „Demenz bewegt“-Läufen 2010 – 2016

Die Tour Demenz hat eigentlich ihren Ursprung in den „Demenz bewegt“-Läufen des damaligen Demenz-Servicezentrum Bergisches Land und den damaligen Protagonist:innen, Monika Wilhelmi, Susanne Bäcker und Arnd Bader. Seit 2010 wurde dieses Format entwickelt, um laufend und in Bewegung auf die Vernetzung zum Thema Demenz aufmerksam zu machen und gemeinsam mit Kooperationspartner:innen ein Zeichen zu setzen für Menschen mit Demenz, ihre Angehörigen und auch die, die sie ehrenamtlich oder professionell begleiten.

Ein besonderes Novum war, dass bei den zum Teil 3 x 42 km-Läufen durch Remscheid, Wuppertal und Solingen, den Oberbergischen und Rheinisch-Bergischen Kreis auch Polizeibeamte mitgelaufen sind, die gerade durch das Thema "Laftendenz von Menschen mit Demenz" immer wieder Berührung mit dem Netzwerk hatten und über die Läufe tatsächlich auch Teil des übergreifenden Demenz-Netzwerks Bergisches Land wurden.

Die „Demenz bewegt“-Läufe entwickelten sich schnell zu einem Markenzeichen und wurden in ihrer Bekanntheit auch durch den Umstand begünstigt, dass das laufende Team-Mitglied des Demenz-Servicezentrum Bergisches Land Arnd Bader seit Jahrzehnten zu einem der bekanntesten Ausdauersportlern im Bergischen Land zählt. Dadurch liefen auch weitere bekannte Bergische Läufer- und Triathlet:innen mit durch die Region und auf Teilabschnitten wurde man nicht nur läuferisch, von Polizist:innen, sondern auch zahlreichen anderen Netzwerkpartner:innen unterstützt. Monika Wilhelmi und Susanne Bäcker begleiteten die Aktion nicht nur mit einem „Demenzbus“ (voll mit Informationen zum Thema), sondern in der Regel auch immer mit einer Sonderaktion oder einem Spezialthema.

So wurde an den einzelnen angelaufenen Standorten gemeinsam mit den Netzwerkpartner:innen, den Bewohner:innen von Einrichtungen, den Gästen von Tagepflegen oder ambulant versorgten Menschen mit Demenz auch singend, tanzend oder anderweitig kreativ ein Zeichen gesetzt und die Vernetzung im Bergischen Land im wahrsten Sinne gemeinsam auch gefeiert.

Text: Arnd Bader, Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land

Fakten der „Demenz bewegt“-Läufe 2010 – 2016

- „Vernetzung zum Thema Demenz“
- Bis zu 3 x 42 km-Läufe
- Teilnahme der Polizei, Thema „Laftendenz von Menschen mit Demenz“
- Bergisches Land

TOUR DEMENZ 2018

2030 – Bewegt in die Zukunft

Inspiziert von dem besonderen Erfolg der NRW-Tour Demenz, ging es im Mai 2018 auch für das damalige **Demenz-Servicezentrum Bergisches Land** mit dem Rad und nicht in Laufschuhen durch die Region. Drei Fahrer rund um Arnd Bader absolvierten an diesem Tag **150 km durchs Bergische Land** (Christian Heerdt von der Koordinierungsstelle der Demenz-Servicezentren in NRW und Christopher Winter vom Solinger Sportbund), zum Teil begleitet von weiteren Fahrer:innen wie Heinz-Gert Moritz von der Hasensprungmühle in Leichlingen, einer Einrichtung, die bereits 2010 zu einem der zentralen Mitbegründer eines der ersten Demenz-Netzwerke im Bergischen Land wurde.

Vernetzung stand bei dieser Tour genauso im Fokus, wie das Thema Prävention, welches das Team des Demenz-Servicezentrum Bergisches Land (Monika Wilhelmi, Susanne Bäcker & Arnd Bader) in seiner ganzen Wirkungszeit innerhalb der Landesinitiative Demenz-Service NRW ganz besonders geprägt hat. Dazu passte auch das Motto der Tour „**2030 – Bewegt in die Zukunft**“. Auch diese Tour wurde „filmisch“ in einer kleinen Dokumentation festgehalten:



Text: Arnd Bader, Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land

O-Ton: Stanislaus Stegemann

Einrichtungsleitung Ev. Altenzentrum Hasensprungmühle, Leichlingen

„Ich bin schon vom ersten Tag der Tour Demenz mit dabei. Es ist ein belebendes Gefühl an die vielen Orte zu kommen, wo sich Ehren- und Hauptamtliche Mitarbeiter:innen um Menschen in besonderen Lebenssituationen kümmern. Eine echte Bereicherung – nicht nur für mich, sondern auch für die Menschen, die wir besuchen.“



Tour Demenz-Fakten 2018

- „2030 – Bewegt in die Zukunft“
- 1 Tag, 150 km
- 3 Fahrer + Teilstreckenfahrer
- Bergisches Land



TOUR DEMENZ 2021

Die erste Tour als Regionalbüro mit Etablierung des „Bewegungsbegleiters“

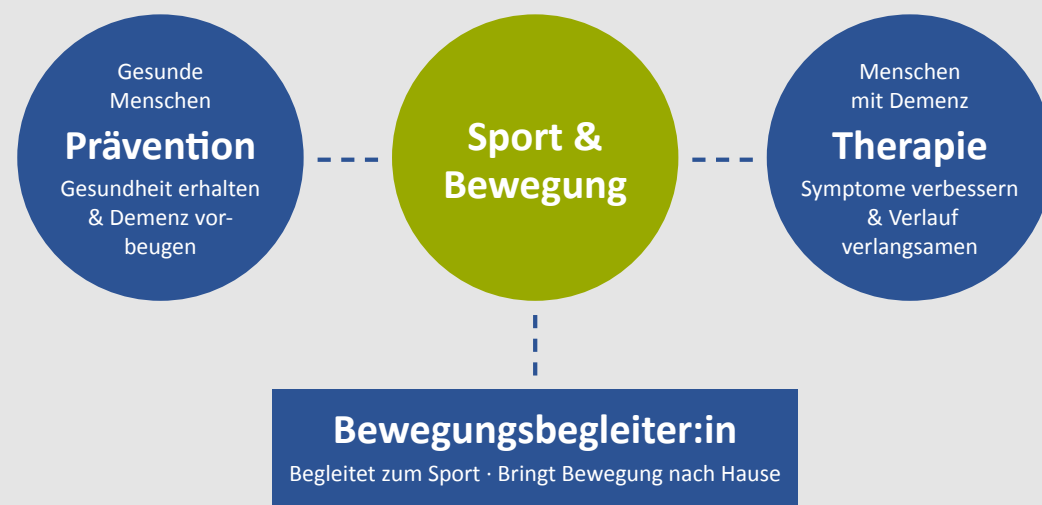
Im Jahr 2021 haben wir als **Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land** den Entschluss getroffen, dass die **Tour Demenz** zu einer festen Größe in der Aktionsplanung des Regionalbüros wird und regelmäßig **im September in zeitlicher Nähe zum Welt-Alzheimerstag stattfindet**.

Kernthema jeder Tour Demenz ist - wie schon aus den Ursprüngen begründet - die Botschaft über die positive Bedeutung von Sport und Bewegung in jeder Lebensphase, ob alt, ob jung, ob krank oder gesund. Prävention und vor allem Demenzprävention sind hier zentrale Begriffe, die entscheidend sind und die wir (per Fahrrad) transportieren. Körperliche Aktivität fördert sowohl präventiv den Erhalt der eigenen Gesundheit und stellt damit gleichzeitig auch eine zentrale Demenzprävention dar. Hinzu kommt, dass Sport und Bewegung sich auch positiv auf bestehende Erkrankungen auswirken können. So können zum Teil Beschwerden (Symptome) gelindert werden und in einigen Fällen kann sogar der Krankheitsverlauf verlangsamt werden, beispielsweise bei einer Demenz – insbesondere, wenn sie frühzeitig erkannt wird.

Menschen mit Demenz haben daher genauso Anspruch auf Sport- und Bewegungsangebote wie andere. Auf die Notwendigkeit gezielter Bewegungs- und Sportangebote für Menschen mit Demenz aber auch für ältere, gesunde Menschen im Sinne der Demenzprävention weisen wir im Rahmen der Tour Demenz hin, zeigen positive Beispiele von Sportangeboten für die Zielgruppe Ältere auf und bringen das Thema Demenzprävention in den Fokus.

Sport & Bewegung als zentrale Botschaft der Tour Demenz

Begleitete Bewegungsangebote zeigen positive Effekte in mehreren Bereichen



Zu diesem Zweck haben wir mit dem **Sportbildungswerk NRW** eine eigene Schulung für sogenannte **Bewegungsbegleiter:innen*** entwickelt. Diese Schulung haben wir 2021 erstmalig in Solingen etabliert und auch über ein Format wie die Tour Demenz transportiert. Ganz im Sinne des Kerngedankens der Tour Demenz möchten wir Bewegung jedem Menschen zukommen lassen. Manchmal braucht es dafür aber andere Menschen, die unterstützen, motivieren oder begleiten können – hier kommen die sogenannten Bewegungsbegleiter:innen ins Spiel:

- * **Bewegungsbegleiter:innen** können zum Sportangebot oder zum Sportverein begleiten, können aber auch versuchen über biografische Zugänge Bewegung zu reaktivieren und das Bewegungsinteresse wieder anzuregen.
- * **Bewegungsbegleiter:innen** können die Bewegung auch in Form kleiner Übungseinheiten direkt ganz gezielt in die Häuslichkeit bringen und damit einen angeleiteten Zugang zur Bewegung ermöglichen und im Bestfall dafür sorgen, dass Bewegung in den Tagesablauf integriert wird.

Text: Lisa Kosler, Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land

Tour Demenz-Fakten 2021

- „Bewegungsbegleitung“
- 1 Tag, 126 km & 1442 Höhenmeter
- 5 Fahrer
- 7 Stationen im Bergischen Land
- Erste Durchführung des Seminars „Bewegungsbegleiter:in“ Ende 2021

Video zur
Tour Demenz
2021:



TOUR DEMENZ 2022

Die „KulTOUR Demenz“ durchs Bergische Land

Angeregt durch die Ausstellung „Ich habe keine Sprache mehr“ (eine Ausstellung zu Sätzen eines an Demenz erkrankten Mannes; Künstlerinnen: Frau Eutin und Frau Wand) im November 2021 entstand die Idee, Menschen mit Demenz eine „kreative“ Stimme zu geben. Denn kreativer Ausdruck ist Mittel zur Kommunikation und des Ausdrucks – auch da, wo Sprache vielleicht nicht mehr gelingt. Wir wollten die „Stimme“ der Menschen in stationären und teilstationären Einrichtungen hören und sichtbar machen. **Kunst bietet emotionale Ausdrucksmöglichkeiten, wenn Sprache versagt.** Sie fördert das Wohlbefinden, weckt Erinnerungen, steigert das Selbstwertgefühl durch kreatives Schaffen und aktiviert motorische Fähigkeiten. Zudem ermöglicht Kunst soziale Teilhabe, reduziert Unruhe und verbessert die Lebensqualität.



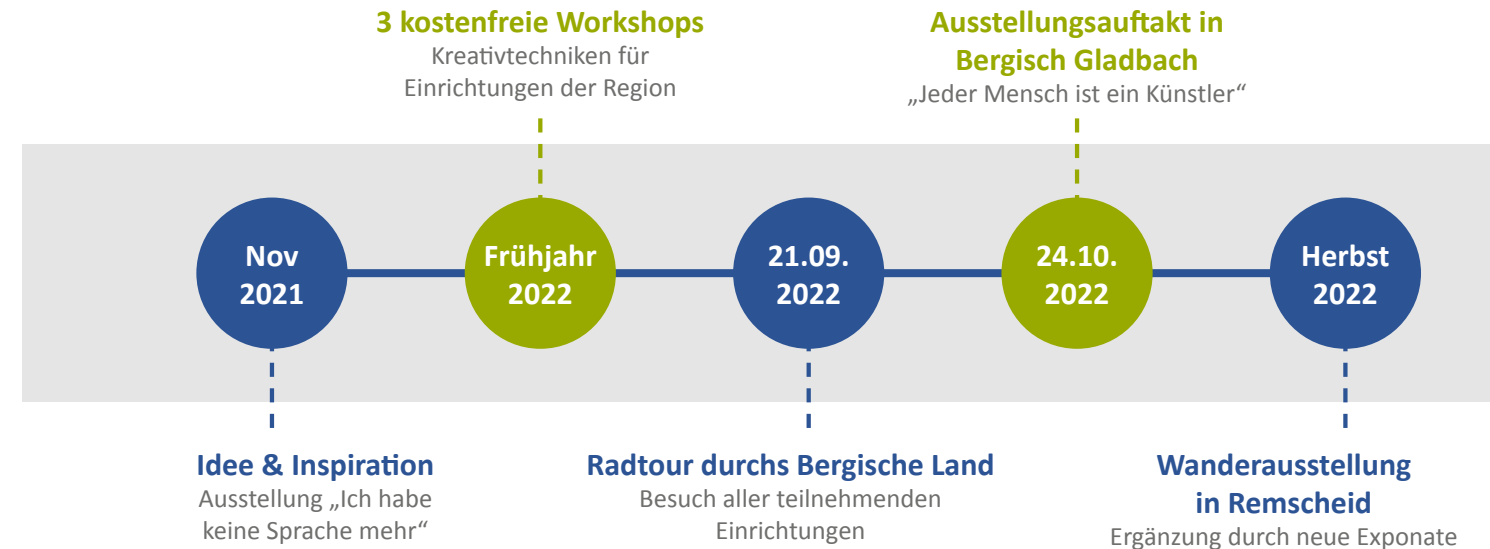
Deshalb haben wir alle interessierten Einrichtungen in der gesamten Region dazu eingeladen, Teil der ersten KulTOUR im Bergischen Land zu werden. Dazu boten wir insgesamt drei verschiedene kostenfreie Workshops an: Bodypercussion, Tongestaltung und Linedance. Professionelle Referent:innen haben in dreistündigen Online-Workshops jeweils eine kreative Technik sowie deren Umsetzungsmöglichkeiten dargestellt. Jede der teilnehmenden Einrichtung entschied für sich, welche Form der künstlerischen Gestaltung sie mit ihren Bewohnern bzw. Gästen umsetzen konnte und wollte.



O-Ton: Elisabeth Strack

Tagespflegeleitung, Diakoniezentrum Hohenhagen

„Demenz ist in meiner Arbeit als Tagespflegeleitung täglich präsent – und nach wie vor ein stark tabuisiertes Thema. Die Tour Demenz schafft Aufmerksamkeit, bringt Menschen zusammen und zeigt: Mit Kunst, Bewegung, Tanz und Musik lässt sich so viel bewirken. Die Radfahrer zu empfangen, Netzwerke zu knüpfen und neue Impulse mitzunehmen – immer wieder gerne.“



Am 21.09.2022, zum Welt-Alzheimerstag fuhr ein Rad-Team bestehend aus Mitarbeiter:innen des Regionalbüros, des Kuratorium Deutsche Altershilfe, dem Solinger Sportbund und einigen sportlich Engagierten im Rahmen der Tour Demenz, bzw. in diesem Jahr „KulTOUR Demenz“ die teilnehmenden Einrichtungen an und transportierte erste Eindrücke und Ausschnitte des Projekts durch das Bergische Land.

Den krönenden Abschluss fand die „KulTOUR Demenz“ dann am 24.10.2022 im Bergischen Löwen in Bergisch Gladbach. Unter dem Motto „**Jeder Mensch ist ein Künstler**“, sagt Joseph Beuys – „...auch ein Mensch mit Demenz!“, sagen wir, wurden die zahlreichen Exponate ausgestellt und der Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Natürlich machten sich viele der Künstler und Künstlerinnen in Begleitung von Familien und Betreuungskräften auf den Weg und konnten so die Begeisterung und Wertschätzung der zahlreichen Besucher und Besucherinnen erleben.

Nach dem Auftakt in Bergisch Gladbach wanderten die Kunstwerke weiter durchs Bergische Land zur nächsten Ausstellung in der evangelischen Kirchengemeinde in Remscheid. Hinzugekommen sind Exponate, die durch die erste Ausstellung in Bergisch Gladbach inspiriert wurden.

Text: Susanne Bäcker, Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land

Tour Demenz-Fakten 2022

- „KulTOUR Demenz“ – Kunst als Sprache
- 1 Tag, 108 km & 1558 Höhenmeter
- 9 Fahrer
- 10 Stationen im Bergischen Land
- Festliche Vernissage Ende 2022

Video zur
Tour Demenz
2022:



TOUR DEMENZ 2023

„Darf ich bitten? Tanz mit mir!“

Das war und ist meine ganz persönliche Lieblingstour, denn ich behaupte: **„Wo Musik erklingt, beginnt Leben.“** Es braucht oft nur die ersten Töne. Ein vertrautes Lied. Ein leiser Rhythmus. Und plötzlich beginnt ein Fuß zu wippen, eine Hand bewegt sich im Takt, ein Lächeln huscht über ein Gesicht.

Musik erreicht uns dort, wo Worte manchmal nicht mehr hinkommen. Sie berührt unser Innerstes und unser Körper antwortet ganz von selbst. Denn Tanzen ist keine erlernte Höchstleistung. Es ist etwas Ursprüngliches. Etwas, das tief in uns angelegt ist. Sobald unser Gehirn einen Rhythmus erkennt, sendet es Impulse in den Körper. Bewegung entsteht. Ganz selbstverständlich. Ganz menschlich.

Tanzen bedeutet nicht Perfektion. Es bedeutet Lebendigkeit.

Wenn Bewegung Verbindung schafft

Ein gemeinsamer Rhythmus kann mehr bewirken als viele Gespräche. Er schafft Nähe. Er verbindet Menschen, ohne dass sie etwas erklären müssen. Beim Tanzen begegnen wir uns – mit einem Blick, einer Geste, einem Lachen.

Musik hebt die Stimmung, lässt Stress leiser werden und schenkt uns Momente echter Freude. Endorphine werden ausgeschüttet, das Herz schlägt im Takt, der Körper fühlt sich lebendig an. Tanzen stärkt nicht nur Muskeln und Gleichgewicht – es stärkt auch das Gefühl: **Ich bin da. Ich gehöre dazu.**



Erinnerungen, die im Herzen wohnen

Gerade für ältere Menschen – und besonders für Menschen mit Demenz – liegt im Tanz eine große Kraft. Wenn Worte schwerfallen und Erinnerungen verschwimmen, bleibt Musik oft erstaunlich klar. Eine vertraute Melodie kann Türen öffnen, die lange verschlossen schienen. Plötzlich ist da wieder ein Sommer. Ein Fest. Ein geliebter Mensch. Ein Lied wird zur Brücke zwischen Vergangenheit und Gegenwart.



Auch kleine Bewegungen zählen. Ein sanftes Mitwippen im Sitzen. Ein Händedruck im Takt. Ein gemeinsames Schunkeln. Es geht nicht um Schritte – es geht um Gefühl. Um Teilhabe. Um Würde.

Tanzen schenkt Lebensfreude – in jedem Alter

Wissenschaftliche Erkenntnisse bestätigen, was wir intuitiv spüren: Tanzen tut gut. Es fördert Aufmerksamkeit und Gedächtnis, aktiviert viele Bereiche des Gehirns gleichzeitig und unterstützt dessen Fähigkeit, neue Verbindungen zu knüpfen. Es kann Unruhe mindern, depressive Symptome lindern und die Lebensqualität steigern.

Doch vor allem schenkt es etwas, das sich nicht messen lässt: Freude. Gemeinschaft. Berührung. Menschen haben zu aller Zeit getanzt: für ein friedliches und gesundes Leben, für eine starke Verbindung innerhalb einer Gruppe und zum Ausdruck von Trauer, Liebe oder Dankbarkeit!

Unsere Einladung

Lassen wir Musik wieder öfter erklingen. Schaffen wir Räume, in denen niemand „richtig“ tanzen muss – sondern einfach darf. Denn Tanzen ist keine Frage des Könnens. Es ist eine Frage des Fühlens. Wo Musik erklingt, beginnt Bewegung. Und wo Bewegung beginnt, beginnt Leben.

Text: Christine Ullerich, Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Remscheid, Solingen, Wuppertal

Tour Demenz-Fakten 2023

- „Darf ich bitten? Tanz mit mir!“
- 2 Tage, 170 km & 2100 Höhenmeter
- 9 Fahrer
- 13 Stationen im Bergischen Land
- #bademantelchallenge
- Feierlicher Abschlussball Ende 2023

Instagram-
Story zur Tour
Demenz 2023:



TOUR DEMENZ 2024

„Flashmobs der Zugehörigkeit“ waren ein voller Erfolg

Im Jahr 2024 stand das Jahresthema der Regionalbüros in NRW auf der Agenda der Tour Demenz: „**Einsamkeit begegnen – Zugehörigkeit stärken.**“

Auch Menschen mit Demenz und ihre pflegenden Angehörigen sind in erhöhtem Maße vom Thema „Einsamkeit“ betroffen. Nicht selten ziehen sich sogar langjährige Freunde und auch Familienangehörige zurück, weil sie mit den durch die Demenz bedingten Veränderungen nicht umgehen können.

Ziel der Tour im Jahr 2024 war es im Sinne von **Netzwerk-Flashmobs** möglichst vielen Netzwerk- und Kooperationspartnern, Betroffenen und ihren Angehörigen, aber auch interessierten Bürgern zu begegnen, um gemeinsam ein Zeichen für Menschen mit Demenz und ihre pflegenden Angehörigen zu setzen. Zu zeigen, dass man nicht allein ist, sondern in seiner Stadt engagierte Projekte findet, die „**Einsamkeit vermeiden und Zugehörigkeit stärken**“ wollen.

Über die „**Flashmobs der Zugehörigkeit**“ hinaus wurde auch die „**Karte der Verbundenheit**“* initiiert, um auch nach den „Tourtagen“ Orte und Angebote sichtbar zu machen, die ohne Anmeldung oder Mitgliedschaft lokal wahrgenommen werden können. Dafür haben sieben Radfahrende gerne etwa 200 Kilometer und über 2.000 Höhenmeter auf sich genommen. Darunter war sogar mit Thomas Neuhaus (Remscheid) erstmalig ein Sozialdezernent aus der Region als aktiver Radfahrer und Unterstützer der Aktion mit dabei.



Tour Demenz-Fakten 2024

- „Flashmobs der Zugehörigkeit“
- 2 Tage, ca. 200 km & 2000 Höhenmeter
- 7 Fahrer + viele Teilstreckenfahrer
- 9 Stationen im Bergischen Land
- Initiierung der „Karte der Verbundenheit“

Instagram-
Story zur **Tour
Demenz 2024:**



Die vielen guten Begegnungen, Gespräche und Angebote machen bis heute deutlich, dass Zugehörigkeit, Gemeinschaft und Miteinander an vielen Orten im Bergischen Land ganz aktiv gelebt wird, jeder willkommen ist und teilhaben kann. Manchmal braucht es nur ein wenig Verbundenheit, um auf andere zuzugehen und Zugehörigkeit zu erleben. Z.B. einen Nachbarn oder Weggefährten, der aufmerksam ist und Kontakt aufnimmt oder Mut macht, selbst Angebote zu gestalten oder wahrzunehmen.

Text: Lisa Kosler, Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land

*Hier geht es zur „Karte der Verbundenheit“:



Es handelt sich um eine interaktive Karte, auf der Angebote eingetragen oder gezielt nach Angeboten gesucht werden kann. Verwendet haben wir dafür die frei zugängliche Anwendung „Padlet“. Für die Aktualität der Eintragungen sind die Eintragenden selbst verantwortlich.

O-Ton: Cosima Mai & Ute Scharf

Seniorenberatung Burscheid



„Die Tour Demenz symbolisiert in der Öffentlichkeit eindrucksvoll die Vernetzung von Menschen und Institutionen. Diese Vernetzung ist unverzichtbar für alle Menschen, vor allem aber für Menschen mit Demenz in unserer Gesellschaft.“

„Proaktive Beteiligung und die „Bewegung“ aufeinander zu sind notwendig für eine erfolgreiche Vernetzung – dafür steht die Tour Demenz ganz offensichtlich. Deshalb haben wir, Ute Scharf und Cosima Mai der Seniorenberatung der Stadt Burscheid, so gerne in den letzten Jahren aktiv mitgemacht, mitgestaltet und andere für ihre Teilnahme motiviert.“

TOUR DEMENZ 2025

Freiwilliges Engagement stärken & „Human Forever“

Im Jahr 2025 standen wir vor der Herausforderung, das Jahresthema der Regionalbüros „Freiwilliges Engagement stärken“ (#freiwilligmitanderen) mit der Tour Demenz zu verbinden. Wir wurden auf den Film „Human Forever“ aufmerksam, der auf besondere Weise zeigt, wie man Menschen mit Demenz auf Augenhöhe und eben „dauerhaft menschlich“ begegnen kann. Teun Toebes, der Initiator und Hauptprotagonist, zeigt in diesem Dokumentarfilm auf eindrucksvolle Weise, wie jeder Einzelne ganz niedrigschwellig etwas beisteuern kann, um das Leben von Menschen mit Demenz zu bereichern, sich zu engagieren und Gemeinsamkeit zu schaffen.

So wurde die **Tour Demenz 2025** im Vorfeld mit mehreren Kino-Tagen an drei unterschiedlichen Orten im Bergischen Land eingeläutet. Damit jeder Einzelne auch nach dem Film noch gedanklich verbunden bleibt, wurde eine Postkarten-Aktion initiiert. Ziel war es, sich mit den eigenen Wünschen für das Alter(n) auseinanderzusetzen und gleichzeitig zu überlegen, was man persönlich einbringen kann, um jetzt schon anderen Menschen positive Erlebnisse und schöne Momente zu ermöglichen.



Diese während der Filme und im ganzen Vorfeld der Tour verteilten Postkarten wurden später während der Tour Demenz an den einzelnen Standorten wieder eingesammelt.

Als Ziel-Orte der Tour Demenz wurden bewusst besondere **Orte der Begegnung**, der

Vernetzung und des freiwilligen Engagements gewählt. Vom Ort der Begegnung im Quartier über den Bildungsträger im Gesundheitswesen, teil- und vollstationäre Pflege, die thematischen Abteilungen der Stadtverwaltungen bis hin zu einer gemeinnützigen Stiftung wurden insgesamt zwölf Begegnungsorte im Bergischen Land besucht. Uns wurde jeweils ein toller Empfang bereitet.

Tour Demenz-Fakten 2025

- „Freiwilliges Engagement stärken“
- Filmvorführungen „Human Forever“ als Auftakt der Tour
- 2 Tage, ca. 190 km & 2400 Höhenmeter
- 9 Fahrer + viele Teilstreckenfahrer
- 12 Stationen im Bergischen Land
- Veröffentlichung der Broschüre „Bewegt durch den Tag“



Die Fahrten zwischen den einzelnen Orten waren ebenfalls von einem tollen Miteinander und vielen „bewegten Gesprächen“ der Radler:innen untereinander geprägt. Das Regionalbüro-Team hatte wieder verschiedene sportlich engagierte Begleiter:innen dabei – u.a. Ralf Schmallenbach, der Sozial- und Gesundheitsdezernent des Oberbergischen Kreises –, die sich tage- oder etappenweise angeschlossen haben.

So wurde auch während des Radelns immer wieder an „Human Forever“ gedacht – wenn der x-te Anstieg einem gar nicht mehr „human“, dafür aber scheinbar „forever“ vorkam. Diese Mühen waren jedoch sofort vergessen, wenn man bei den einzelnen Ankünften in die strahlenden Gesichter der vielen engagierten Menschen schaute.

Text: Dietmar Fischer, Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land

Hier geht's zu Teil 1 und 2 der Foto-Dokumentation: Tour Demenz 2025



Hier geht's zur Instagram-Story: Tour Demenz 2025



O-Ton: Jürgen Moll

Begleit-Fotograf, Tour Demenz 2025



„Die Tour Demenz ist für mich eine Herzensangelegenheit. Bei allen Zielen der zweitägigen Tour wurden wir mit so viel Liebe und Wärme empfangen – ein unfassbares Gefühl. Das Leuchten in den Augen und das Lächeln in den Gesichtern der Bewohnerinnen und Bewohner ist unbezahlbar. Ich bin stolz und dankbar, diese Emotionen live miterlebt zu haben.“

TOUR DEMENZ TO GO

Die Tour geht auf Tournee – Nachahmer gesucht!

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Möchten Sie Ihre individuelle **Tour Demenz** starten? Dann sollen Ihnen unsere Tipps und Anregungen weiterhelfen.

In sechs Schritten zur individuellen Tour Demenz:



Konzept entwickeln

- **Thema Demenz und Betroffene in den Mittelpunkt stellen:**
Welche Botschaft soll die Tour transportieren?
- **Laufen, Rad fahren oder Walken?**
Einweg oder Rundkurs? (Rundkurs = kein Rücktransport nötig)



Strecke & Team planen

- **Gleich starke Akteure ins Team holen**
Leistungsfähigkeit aller Teilnehmenden berücksichtigen.
- **Rücktransport einplanen**
Bei Einwegstrecke frühzeitig organisieren.
- **Rundkurs oder Sternformat wählen**
Vorteil: immer zum Ausgangspunkt zurück.
- **Strecke detailliert planen**
Ausreichend Zeit und Pausen einrechnen.



Netzwerk & Stationen

- **Mitstreiter und Stationen gewinnen**
Einrichtungen als aktive Station oder als Empfangspunkt mit Erfrischung und Imbiss einbinden.
- **Stationen zu eigenen Aktionen animieren**
Die Botschaft der Tour soll weitergetragen werden.



Logistik organisieren

- **Tourbus einplanen**
Für Verpflegung, Wechselkleidung, Verbandsmaterial und Sitzplätze für erschöpfte Akteure.



Genehmigungen klären

- **Öffentlichen Raum beachten**
Größere Gruppen können genehmigungspflichtig sein.
- **Sondergenehmigungen einholen**
Bei Anfahrt öffentlicher Plätze ggf. notwendig.
- **Behörden frühzeitig ansprechen**
Vertreter:innen einladen – stärkt Sichtbarkeit.



Öffentlichkeitsarbeit

- **Presse einladen**
Pressevertreter:innen zu Standorten einladen – vielleicht begleiten sie die Tour ein Stück weit.
- **Dokumentation einplanen**
Foto und Film inkl. Einverständniserklärungen von aufgenommenen Personen.

Sollten Sie die benannten Punkte berücksichtigt haben, sollte einer gelungenen Tour Demenz nichts im Wege stehen. Viel Erfolg!

Text: Susanne Bäcker, Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land

DEMENZRESILIENZ

Ausblick auf die Tour Demenz 2026

Die Tour Demenz 2026 steht wieder unter dem Jahresthema der Regionalbüros in NRW, das sich mit **#krisenfestmitresilienz** gut fassen lässt. **Denn die Themen Demenz und Resilienz wirken auf ganz unterschiedlichen Ebenen.**

Angesichts der demographischen Entwicklung müssen wir gesamtgesellschaftlich das Thema Demenzprävention ganz besonders in den Fokus nehmen – ein Thema, für das die Tour in all ihren Jahren immer ganz besonders gestanden hat. Wir wissen heute sehr genau, dass wir mit einer präventionsorientierten Gesundheitspolitik, die die Erkenntnisse der sogenannten **Lancet-Kommission (Livingston G, Huntley J, Liu KY, et al, 2024: 30)**²⁾ in geeigneten Strategien und Maßnahmen umsetzt, einen großen Teil der Demenzerkrankungen verhindern oder zumindest verzögern können.

Diese Erkenntnisse haben aber auch eine individuelle Dimension: Vor dem Hintergrund der derzeit bekannten **14 Risikofaktoren** muss sich jeder Einzelne fragen, was er für sich tun kann, um gesund und resilient zu altern. Bewegung spielt dabei eine besondere Rolle – nicht nur körperliche, sondern auch das geistige In-Bewegung-Bleiben und das soziale Aktiv-sein.

DemenzResilienz steht darüber hinaus für eine zeitgemäße und wissenschaftlich fundierte Begleitung von Menschen mit Demenz und ihren pflegenden und betreuenden Angehörigen, damit sie so lange wie möglich selbstbestimmt und mit einem möglichst hohen Maß an Wohlbefinden leben können.

DemenzResilienz basiert damit auf 7 Säulen, die es gilt in Vorträgen und Fortbildungsveranstaltungen für unterschiedliche Zielgruppen zu vermitteln.

Die Tour Demenz im Bergischen Land hat sich zur Aufgabe gesetzt, genau auf diese Dimensionen aufmerksam zu machen und gemeinsam mit anderen jedes Jahr aufs Neue ein Zeichen zu setzen für Menschen mit Demenz und die, die sie pflegen, betreuen und begleiten.

²⁾ Literaturnachweis auf Seite 30

Text: Arnd Bader, Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Bergisches Land

O-Ton: Nicole Meyer

Akademie-Leitung, Akademie Gesundheitswirtschaft und Senioren (AGewiS)



„Die Tour Demenz bietet den Auszubildenden in den Pflegeausbildungen jedes Mal eine neue Perspektive, einen neuen Fokus auf das Thema DEMENZ – sie fördert die Reflexionsfähigkeit und gibt Raum auch über sich nachzudenken, eine Haltung zu entwickeln oder einen anderen Ansatz zu finden. Es entstehen immer wunderbare und wertvolle Austauschsituationen.“

Die 7 Säulen der DemenzResilienz:

1

Eine **salutogenetische Grundhaltung** im Sinne von Aaron Antonovsky

2

Das **evidenzbasierte Wissen** über Demenz, inklusive dem Kenntnisstand über Diagnostik und Therapie, welches in der **S3-Leitlinie** jährlich aktualisiert wird

3

Das **handlungs- und maßnahmenorientierte Wissen** zur Demenzprävention

4

Kenntnisse des **Selbsterhaltungstrainings** und der **Selbsterhaltungstherapie** im Sinne von Erwin Böhm und Barbara Romero

5

Reflexion des **personenzentrierten Ansatzes und Denkens** von Tom Kitwood

6

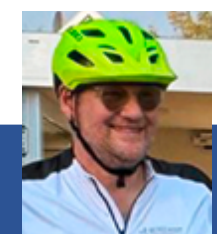
Konsequente Umsetzung des Expertenstandard **„Beziehungsgestaltung für Menschen mit Demenz“** im Bereich Pflege und Betreuung

7

Flächendeckendes Resilienztraining für Menschen mit Demenz und ihre pflegenden/ betreuenden Angehörigen, etwa durch Natur, Bewegung und Kreativität.

O-Ton: Thomas Voss
Betriebsleiter Lebensbaum

„Als Lebensbaum sind wir dem Thema Demenz sehr verbunden und halten es für enorm wichtig, dass wir in unserer Gesellschaft offen darüber sprechen. Nicht nur, weil wir Demenz-Wohngemeinschaften betreiben, sondern weil Demenz uns auch in unseren Tagespflegen und in der ambulanten Pflege täglich begegnet – und letztlich jede Familie früher oder später Berührungspunkte damit hat.“



O-Ton: Thomas Neuhaus
Sozialdezernent Stadt Remscheid

„Die Tour Demenz ist eine effektive Möglichkeit, Leuchtturmprojekte im Bergischen Land sichtbar zu machen – und dabei echte Gespräche zu führen: mit Bewohnerinnen und Bewohnern, mit Trägern, mit all denen, die diese Angebote am Laufen halten. Besonders in Erinnerung bleibt mir die gemeinsame Fahrt mit der Rikscha. Mir geht es um Wertschätzung – für die Menschen, die diese Arbeit tun, und für die, die sie brauchen.“

NÜTZLICHES AM ENDE

In der Mediathek der Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz finden Sie dieses und weitere Dokumente in digitaler Form zum Herunterladen. Zur Mediathek gelangen Sie über diesen Link: www.alter-pflege-demenz-nrw.de/produkt/ oder über den folgenden QR-Code, in dem sie diesen mit Ihrem Smartphone einscannen:



LITERATURVERZEICHNIS

1) Seite 6 – 7: Artikel „Laufdrang“
Adekoya, A. A. & Guse, L. (2019). Wandering Behavior From the Perspectives of Older Adults With Mild to Moderate Dementia in Long-Term Care. *Research in Gerontological Nursing*, 12(5), 239–247.
[www.doi.org/10.3928/19404921-20190522-01](https://doi.org/10.3928/19404921-20190522-01)

Graham, M. E. (2015). From wandering to wayfaring: Reconsidering movement in people with dementia in long-term care. *Dementia*, 16(6), 732–749.
[www.doi.org/10.1177/1471301215614572](https://doi.org/10.1177/1471301215614572)

Sjöholm, C., Roaldsen, K. S., Gardiner, P. A. & Dohrn, I. (2025). Finding the way - nursing staff's perceptions and experiences of outdoor walks with residents in dementia care homes: a qualitative study. *BMC Nursing*, 24(1), 1141.
[www.doi.org/10.1186/s12912-025-03771-w](https://doi.org/10.1186/s12912-025-03771-w)

2) Seite 26: Artikel „DemenzResilienz“
Livingston G, Huntley J, Liu KY, et al. Dementia prevention, intervention, and care: 2024 report of the Lancet standing Commission. *The Lancet* 2024; published online July 31.
[www.doi.org/10.1016/S0140-6736\(24\)01296-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(24)01296-0)



Impressum

Herausgeber

Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz NRW
Das Regionalbüro Bergisches Land
Eine gemeinsame Initiative zur
Strukturentwicklung der Landesregierung
und der Träger der Pflegeversicherung NRW

In Trägerschaft des
Hauspflegeverein Solingen e.V.
c/o Friedrichstr. 1 – 3
42655 Solingen

Kontakt

Arnd Bader
Tel. 0173 1929994
E-Mail: a.bader@rb-apd.de

Website:
www.alter-pflege-demenz-nrw.de
Instagram:
www.instagram.com/alterpflegedemenz
YouTube:
www.youtube.com/@alterpflegedemenznrw

© 2026

Verantwortlich für die Inhalte

Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz NRW
Das Regionalbüro Bergisches Land

Weitere Informationen

Weitere Informationen zu
Ansprechpartner:innen finden Sie unter:

[www.alter-pflege-demenz-nrw.de/
regionalbueros/regionalbuero-bergisches-land](http://www.alter-pflege-demenz-nrw.de/regionalbueros/regionalbuero-bergisches-land)

Informieren Sie sich weiter

Mehr Informationen zur gemeinsamen Initiative sowie den Kontakt zu den jeweiligen *Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz* und zur *Fach- und Koordinierungsstelle* finden Sie unter **www.alter-pflege-demenz-nrw.de**



Gefördert von:

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN

