

# Des`der`a



## **Liebe Leserin, lieber Leser,**

Liebe gilt als Basis für eine gelungene Partnerschaft. Sie bildet ein Fundament, das stärkt, inspiriert und unser Leben prägt. Liebe kann Hingabe aber auch Abhängigkeit bedeuten. Sie kann Energie geben, aber auch nehmen.

Was passiert mit der Liebe, wenn die Sorge und die Pflege eines Partners, Elternteils oder nahestehenden Bekannten dieses Fundament ins Wanken bringt. Wie gehe ich mit der Situation und mit meinen Gefühlen um? Wie kann es in dieser belastenden und fordernden Situation gelingen, das Gefühl von Liebe aufrecht zu erhalten, vielleicht sogar zu intensivieren. Wie schafft man es, dass Liebe bleibt und nicht in Wut, Aggression und Zweifel umschlägt. Mit Sicherheit ist es ein Auf und Ab der Gefühle, die es immer wieder gilt zu sortieren und zu reflektieren, wo man genau steht. Vieles, was ausgesprochen wird, erleichtert und lässt die Energien wieder fließen. Sich hierbei Hilfe zu holen, kann ich nur empfehlen.

Sehr eindrücklich und offen beschreibt Robert Urban in seiner Mutmachgeschichte und in der unten vorgeschlagenen Desideria-Podcast Folge die Liebe zu seiner Frau. Er beschönigt nichts, sondern stellt sich seinen Emotionen, die ihn manchmal

ganz schön durchwirbeln. Es ist sehr bewegend, denn so menschlich, wenn man Robert zuhört. Nicht verpassen!

Herzliche Grüße



Désirée von Bohlen und Halbach  
1. Vorstandin und Gründerin



## Eine Geschichte, die Mut macht



***„Hoffnungslosigkeit ist wie Glück. Sie bleibt nicht ewig“***

Als Robert Urban erfuhr, dass seine Frau Claudia Alzheimer hat, war er dennoch auf eine sonderbare Weise erleichtert. Er kannte nun den Grund, warum es in den Monaten zuvor zu Kommunikations- und Beziehungsproblemen gekommen war. Mit der Zeit wurde dem Münchner allerdings bewusst, was diese Diagnose bedeutet und was die Krankheit mit sich bringt. „An guten Tagen bin ich voll Demut und freue mich, wenn Claudia glücklich ist. An schlechten Tagen bin ich verzweifelt“, sagt er. Hochgefühl und Traurigkeit bestimmen den Alltag. Zu groß

ist die Angst vor der Einsamkeit, denn er wird mit seiner Frau auch seinen besten Freund verlieren. Robert sagt: „**Mir macht der Gedanke Mut, dass auch Hoffnungslosigkeit vergänglich ist. Sie ist wie das Glück. Beides kann man nicht ewig fühlen. Aber wenn wir nicht glücklich sind, bedeutet das nicht, dass wir unglücklich sind.**“

Die ganze  
Mutmachgeschichte lesen

## Leben. Lieben. Pflegen.



Wenn der Partner oder die Partnerin eine Demenzdiagnose erhält, bringt das viele Veränderungen für die Beziehung mit sich. In dieser Folge von "**Leben, Lieben, Pflegen - Der Podcast zu Demenz und Familie**" unterhalten sich Familiencoach Anja Kälin und Bloggerin Peggy Elfmann mit ihrem Gast Robert Urban darüber, welche Auswirkungen die Alzheimererkrankung seiner Frau auf die Partnerschaft hat.

Jetzt anhören

## Save the date: Demenz Meet München am 4. Mai 2024



Unter dem Motto **Leichte Stunden zu einem schweren Thema** lädt der Verein Desideria Menschen mit Demenz, Angehörige und Fachleute zum 2. Demenz Meet München am Samstag, 4. Mai 2024, von 9 bis 17 Uhr ein. An diesem bunten Tag steht der Erfahrungsaustausch im Vordergrund. Neben Mutmachgeschichten von Betroffenen und Angehörigen sowie Vorträgen auf der Bühne, gibt es auf der Piazza Infostände von Beratungsstellen und Pflegeeinrichtungen aus München. In den Pausen können sich die Teilnehmenden mit Fachleuten zu Themen wie Diagnose, Wohnformen oder Rechtsfragen austauschen. In offenen und lebhaften Gesprächsrunden wird über ethische und gesellschaftliche Fragen diskutiert. Die Veranstaltung steht im Zeichen des gegenseitigen Mutmachens und

Voneinanderlernens und wird musikalisch von Ecco Meineke begleitet. Für Essen und Getränke ist gesorgt.

## Podcast-Tipp: Zur Demenz Meet Idee

Was ist die Idee der Demenz Meets? Dominik Isler, Präsident des Vereins demenzworld, der die Demenz Meet Bewegung gestartet hat, erzählt im Podcast über die Idee und wie es der Veranstaltung gelingt, Menschen mit Demenz und ihre Angehörige zu stärken.

Jetzt anhören



---

## Hier gibt's die Antworten auf drängende Fragen

# Frag nach Demenz die Online- Demenzsprechstunde



Kann ich Demenz früh erkennen? Wie kann ich mit dem Betroffenen über die Erkrankung sprechen? Wie gehe ich mit aggressivem Verhalten um? Die Diagnose Demenz wirft viele Fragen auf. In der Online-Demenzsprechstunde **Frag nach Demenz** berät ein interdisziplinäres Experten-Team individuell per Mail- und Live-Chat: rund um die Uhr, kostenlos und anonym. Es gibt zwei Möglichkeiten zur Kontaktaufnahme:

**Mailberatung:** Hier können Ratsuchende ihr Anliegen schriftlich an das Experten-Team der Online-Demenzsprechstunde richten. Die Frage wird innerhalb von 48 Stunden beantwortet.

**Chatberatung:** Im Live-Chat können Ratsuchende ihre Fragen und Anliegen im direkten schriftlichen Austausch klären. Die Live-Chat-Termine werden bewusst am Abend und am Wochenende angeboten. Termine können dienstags und donnerstags zwischen 19 und 21 Uhr und samstags zwischen 10 und 12 Uhr gebucht werden.

[Hier mehr erfahren](#)

# Demenz verstehen - Die Erklärvideo-Reihe mit Dr. Sarah Straub



In einer 10-teiligen Kurzvideoreihe von Desideria klärt Dr. Sarah Straub über die Erkrankung Demenz auf, baut Tabus ab und vermittelt kurz und knackig Expertenwissen. Die einzelnen Folgen behandeln Fragen wie „Wie erkenne ich eine Demenz? Wie wird eine Diagnose gestellt? Welche Unterstützungsangebote gibt es für Angehörige?“ und viele mehr.

Zur kompletten  
Videoreihe

---

**Wir starten im März eine neue  
Veranstaltungsreihe: die  
Desideria Impulsworkshops**



Wissen. Austauschen. Vernetzen. Getreu nach unserem Motto starten wir die neue Veranstaltungsreihe Desideria Impulsworkshops für Angehörige von Menschen mit Demenz. Hier kann man Demenzwissen vertiefen und Impulse für den Alltag mit Demenz mitnehmen.

### **Was erwartet die Teilnehmer?**

- Impuls-Vortrag
- Diskussion und Erfahrungsaustausch mit anderen Angehörigen

Die Veranstaltung findet online per Zoom statt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Die ersten drei Termine im Überblick:

- **21. März 2024**, 19 bis 20.30 Uhr: Kleine und große Abschiede. Wo ist der Platz für meine Trauer?
- **18. April 2024**, 19 bis 20.30 Uhr: Pflege aus der Ferne. Herausforderungen und Lösungsansätze
- **15. Mai 2024**, 19 bis 20.30 Uhr: In guten wie in schlechten Zeiten? Demenz und Sexualität

Tickets sind in Kürze verfügbar. Wir halten Sie auf dem Laufenden.

## Reminder: Demenz-Buddies starten im März. Noch wenige Plätze frei



Mit anderen jungen Menschen sprechen, die ähnliche Situationen erleben und mit gleichen Gefühlen kämpfen: Diese Möglichkeit zum Austauschen und Vernetzen bietet die Online-Gruppe „Demenz-Buddies“. Das bundesweite und kostenfreie Online-Angebot richtet sich an die Zielgruppe der sogenannten Young Carers – also junge pflegende Angehörige zwischen 16 und 25 Jahren, die im direkten familiären Umfeld von Demenz betroffen sind. Für die nächste Gruppe, die im März 2023 startet, sind noch Plätze frei.

Weitere Infos und  
Anmeldung

# Desideria Preis für Fotografie 2024

Des' der'a



## Einsendeschluss Fotowettbewerb

Profis, Nachwuchsfotografen und Amateure haben noch bis zum 15. Juni Zeit, ungewöhnliche, heitere, leidenschaftliche Momente aus dem Leben mit einem Demenzerkrankten mit ihrer Kamera festzuhalten. „Demenz neu sehen“ heißt, auf das Leben mit Demenz einen ungewohnten Blick zu werfen. Der Fotowettbewerb will Mut machen, der Krankheit mit der Kamera aktiv zu begegnen.

Den Siegern der jeweiligen Kategorie winken insgesamt 10.000 Euro Preisgelder.

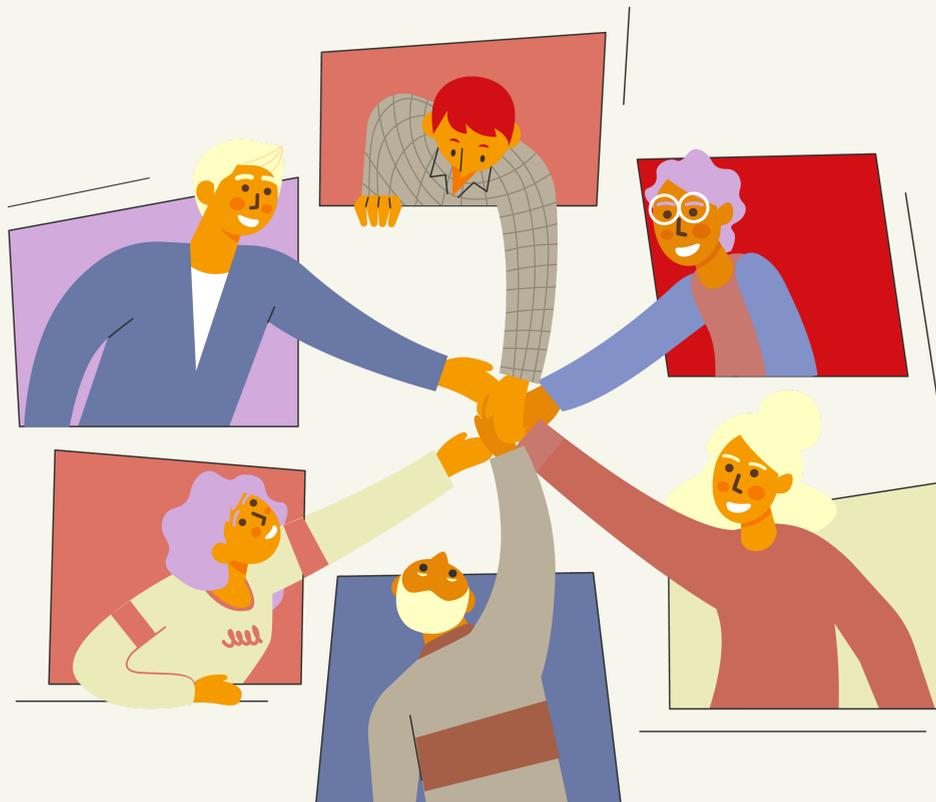
[Mehr erfahren](#)

**Denkwerkstatt "Fotografieren und  
Demenz" am 14. März 2024**

Für die meisten von uns ist nicht selbstverständlich, Menschen mit einer demenziellen Veränderung zu fotografieren. Es kann der Zugang fehlen, Scheu und innere Widerstände wollen überwunden sein. Der Bremer Fotograf und offizielle Botschafter des Fotowettbewerbs, Hauke Dressler, berichtet bei dem Gedankenaustausch in der Denkwerkstatt von seinen Erfahrungen und gibt wertvolle Impulse. Die Veranstaltung am 14. März 2024 findet von 19 bis 20.30 Uhr online statt und ist kostenfrei.

Jetzt anmelden

## Angehörigenseminare



Sie haben als Angehöriger mit den Herausforderungen der Demenzerkrankung ihres geliebten Familienmitglieds zu kämpfen, es brennen Ihnen Fragen auf der Seele und manchmal wissen Sie nicht weiter? Sie möchten sich austauschen oder brauchen einfach mal etwas Zuspruch? Die kostenfreien Desideria Angehörigenseminare sind offen für alle Angehörigen von Menschen mit Demenz. Sie umfassen zehn zweistündige Sitzungen und finden sowohl im Onlineformat als auch in Präsenz statt. Die Teilnehmerzahl ist pro Seminar auf acht Personen begrenzt.

## Die nächsten Online-Seminare



- **Dienstag, 05.03.2024, abends 18 - 20 Uhr,**  
zehn Termine in Folge  
Leitung: Maja Günther



- **Dienstag, 19.03.2024, vormittags 10 - 12 Uhr,**  
zehn Termine in Folge  
Leitung: Nan Mellinger



- **Dienstag, 19.03.2024, abends 18:30 - 20:30 Uhr,**  
zehn Termine in Folge  
Leitung: Nan Mellinger



- **Mittwoch, 27.03.2024, abends 19 - 21 Uhr,**  
zehn Termine in Folge  
Leitung: Karena Breitenbach

## Das nächste Präsenz-Seminar in München



- **Dienstag, 5. März 2024, 17 – 19 Uhr**  
zehn Termine in Folge (Ausnahme 26. März 2024)  
Ort: diakonia, Seidlstraße 4, 80335 München  
Leitung: Heidi Pachmann

[Infos & Anmeldung](#)

---

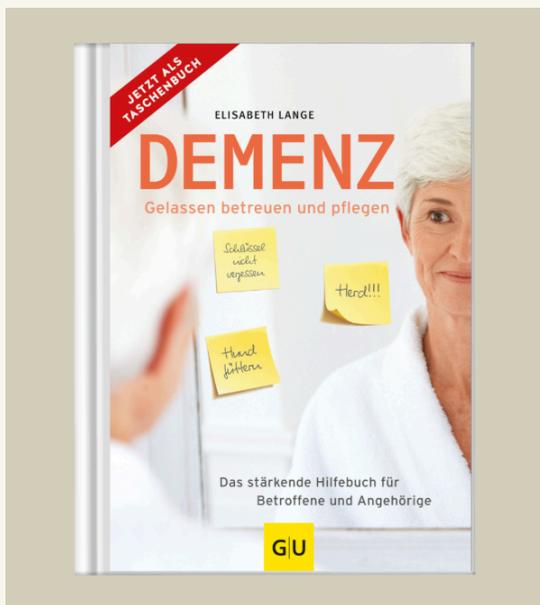
# Buchtipp: “Demenz gelassen betreuen und pflegen”

In ihrem stärkenden Hilfebuch “**Demenz gelassen betreuen und pflegen**” richtet sich Elisabeth Lange an Angehörige und Betroffene, um sie bei der Herausforderung einer Demenzerkrankung zu unterstützen. Mit vielen praktischen Beispielen und interessanten Anleitungen verhilft sie ihren Leserinnen und Lesern zu einem liebevollen und würdevollen Umgang mit dem Betroffenen. Neben medizinischen Hintergründen und Tricks für den Umgang mit auffälligem Verhalten, hält ein Infokapitel alle wichtigen Adressen für finanzielle und personelle Unterstützung bereit.

Die Autorin ermutigt mit warmen Worten und hilfreichen Tipps dazu, im eigenen Umfeld um Hilfe zu bitten und die Pflege gemeinsam zu organisieren. Pflegende Angehörige sind nicht allein, in ihrem Buch lädt Lange zu einem offenen Gespräch über die Herausforderungen der Krankheit ein und nimmt zugleich die Angst vor ihr. Besonders schön finde ich ihren Fokus auf die Empathie und die Bedeutung von Mitmenschlichkeit. Nur wer der erkrankten Person tiefes Verständnis entgegenbringt, kann sie gut pflegen.

*“Immer neu erinnern: bei allen Defiziten bleibt der an Demenz erkrankte ein Mensch mit einem gelebten Leben und liebenswerten Eigenschaften.”*

Ich kann das Buch jedem ans Herz legen, der einen an Demenz erkrankten Menschen begleitet.



**Demenz gelassen betreuen und pflegen**  
**Elisabeth Lange**  
**176 Seiten**  
**Gräfe und Unzer**

Falls Sie auf der Suche nach Büchern und Filmen zum Thema Demenz sind, dann stöbern Sie doch im Bereich “Lesen. Hören. Schauen” auf unserer Website. Dort finden Sie alle Rezensionen, die Riccarda bisher für unsere Newsletter-Kolumne “Riccarda liest...” verfasst hat.

[Weitere Rezensionen lesen](#)

---

## **Studieren mit Schwerpunkt "Leben mit Demenz"**

An der katho Paderborn startet zum Wintersemester 2024 im Rahmen des Masterstudienganges „Gesundheitsbezogene Soziale Arbeit“ die zertifizierte Schwerpunktqualifikation „Leben mit Demenz“.

Neben einem vertieften Wissen über Demenz als Krankheit und Erkrankung, werden Rahmenbedingungen der Versorgung in unterschiedlichen Settings und wirksame Beratungs-, Schulungs- und Versorgungskonzepte für Menschen mit Demenz und ihre An- und Zugehörigen vermittelt.

Durch ihre besondere Professionalität spielt Gesundheitsbezogene Soziale Arbeit eine entscheidende Rolle bei der Bewältigung der Krankheitsfolgen bei Demenz.

Mehr erfahren

---

## Gleich in den Kalender eintragen: Spannende Termine in 2024



Am Sonntag, 16. Juni 2024, laden wir zu einem beschwingten „**Musik im Kopf**“ Konzert in der Remise Schloß Fußberg in Gauting ein.



Golfen für den guten Zweck lautet das Motto beim **3. Charity Golfturnier Desideria Care & Play** am 29. Juni 2024 im Tegernseer Golf-Club Bad Wiessee.

---

## Unterstützen Sie unsere Idee



## **Désirée von Bohlen und Halbach**

### **Gründerin von Desideria**

Inspiziert vom Engagement meiner Tante, der Schwedischen Königin, für Menschen mit Demenz habe ich 2017 in München den gemeinnützigen Verein Desideria Care e.V. gegründet. Ziel des Vereins ist, ein Umdenken in unserer Gesellschaft zum Thema Demenz zu bewirken und mehr Lebensqualität für betroffene Familien zu schaffen. Desideria unterstützt und stärkt bundesweit Angehörige von Menschen mit Demenz mit psychosozialen Angeboten, damit sie diese herausfordernde Lebensphase gut meistern und dabei selbst gesund bleiben. Wir müssen offen über Demenz sprechen. Und wir müssen die Leistung der Angehörigen anerkennen und wertschätzen. Demenz darf kein Stigma und Tabu mehr sein!

**Als Gründerin von Desideria Care e.V. bitte ich Sie herzlichst, unsere Projekte mit Ihrer Spende zu unterstützen. Nur gemeinsam gelingt es, auch zukünftig für von Demenz betroffene Familien da zu sein.**

Jetzt spenden

**Des'der'a**



---

Desideria Care e.V.  
Lessingstraße 5  
80336 München  
Deutschland

+49 89 59 99 74 33  
[info@desideria.org](mailto:info@desideria.org)  
[www.desideria.org](http://www.desideria.org)

Wenn Sie diese E-Mail (an: [unknown@noemail.com](mailto:unknown@noemail.com)) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese hier kostenlos abbestellen.