

Des`der`a



Liebe Leserin, lieber Leser,

Wetterkapriolen zeichnen den Monat April aus. Ein ständiges Rauf und Runter der Temperaturen ist ganz normal. Mal scheint die Sonne, mal regnet es und auch Schnee ist möglich.

Vielleicht fühlt es sich für Angehörige von Menschen mit Demenz manchmal genauso an, wenn es darum geht, ein Elternteil oder einen Partner in einem Pflegeheim unterbringen zu müssen. Diese oft sehr emotional aufgeladene Phase zeichnet sich durch große Gefühlsschwankungen und wechselnde Gedanken aus. Ist es das Richtige? Darf ich als Kind Impulsgeber für eine Unterbringung sein? Was wenn es nicht funktioniert? All dies wird im Podcast ganz offen von Peggy und Anja besprochen. Lässt man sich auf diese innere Gedanken- und Gefühlsreise ein, geschehen Dinge und Situationen, die oftmals eine unerwartete und positive Wendung nehmen.

Sich auf verändernde Situationen einzulassen, ist eine lebensbejahende Einstellung. Hierbei sind Akzeptanz und Resilienz wichtige Komponenten. Peggy und Anja können aus ihren eigenen Erfahrungen viel Positives erzählen und nehmen dem Hörenden damit auch ein wenig die Angst vor der Unterbringung einer

nahestehenden Person in einer Pflegeeinrichtung. Sich dem Fluss des Lebens hinzugeben, ist eine Herausforderung, aber auch eine Chance. Es gibt Stromschnellen und Hindernisse aber auch ruhiges Fahrwasser, beides gehört zum Lebensfluss.

Viel Freude beim Lesen und Hören!

Herzliche Grüße



Désirée von Bohlen und Halbach
1. Vorstandin und Gründerin



Leben. Lieben. Pflegen.



Das Thema **Pflegeheim** kommt früher oder später auf die meisten Familien zu, wenn ein Angehöriger an einer Demenz erkrankt ist. Damit gehen etliche Herausforderungen und Veränderungen einher, für die Person mit Demenz und auch für die pflegenden Angehörigen. In dieser Folge von **Leben. Lieben. Pflegen. Der Desideria-Podcast zu Demenz und Familie** widmen sich Coach

Anja Kälin und Journalistin Peggy Elfmann dem Thema Pflegeheim – und zwar aus der Perspektive der Töchter und Söhne.

Jetzt anhören



Leichter zu einer Entscheidung kommen

Zum Leben mit Demenz gehören Situationen, in denen Familien schwierige Entscheidungen treffen müssen. Wie etwa die, ob das erkrankte Familienmitglied im Pflegeheim besser aufgehoben ist. Unser Entscheidungshelfer soll dabei unterstützen, einen Überblick über die verschiedenen Perspektiven zu bekommen und die diversen Möglichkeiten durchzugehen.

ENTSCHEIDUNGSHELFER

Zum Leben mit Demenz gehören auch Situationen, in denen Familien schwierige Entscheidungen treffen müssen. Sie fragen sich: Wie finden wir Lösungen, die gut für alle Beteiligten sind? Wie können wir die Bedürfnisse unseres Angehörigen mit Demenz berücksichtigen? Unser Entscheidungshelfer soll dabei unterstützen, einen Überblick über die verschiedenen Perspektiven zu bekommen: Du kannst damit verschiedene Möglichkeiten durchspielen und überlegen, wie diese die Beteiligten beeinflussen. Das kannst Du alleine machen, noch besser ist es, wenn Du einen Gesprächspartner dazuholst.



Schritt 1: Überlege, wer alles von der Entscheidung betroffen ist, zum Beispiel Du selber und Dein Angehöriger mit Demenz, aber auch Partner, Geschwister, Kinder etc.:

PERSON 1: ICH
PERSON 2: MEIN ANGEHÖRIGER MIT DEMENZ
PERSON 3:
PERSON 4:
PERSON 5:
PERSON 6:

Schritt 2: Schreibe die Möglichkeiten auf, zwischen denen ihr Euch entscheiden könnt:

MÖGLICHKEIT A:
MÖGLICHKEIT B:
MÖGLICHKEIT C:
MÖGLICHKEIT D:
MÖGLICHKEIT E:
MÖGLICHKEIT F:

Schritt 3: Überlege, welche Möglichkeit welche Folgen (im besten und im schlimmsten Fall) für die beteiligten Personen haben würde. Du kannst Dich dafür in die Rolle der anderen versetzen oder sie direkt beteiligen. Dafür kannst Du die Vorlage auf Seite 3 so oft wie nötig ausdrucken - je nachdem wie viele beteiligte Personen und Möglichkeiten es gibt.

Leben, Lieben, Pflegen - Der Podcast zu Demenz und Familie
www.lebenliebenpflegen.de
Autoren: Isabel Hartmann, Anja Kälin, Peggy Elfmann
Konzeption und Umsetzung Worksheets: Isabel Hartmann



Zur Checkliste

Eine Geschichte, die Mut macht



**Erst der offene Umgang mit dem
Thema Demenz, hat mir im Job
Freiheit verschafft.**



Ein straff getakteter Berufsalltag in einer Führungsposition und eine an Demenz erkrankte Mutter – das miteinander zu vereinbaren war über viele Jahre die Herausforderung für Stefanie Wagner-Fuhs. „Ich habe mich zerrissen gefühlt, wollte im Job perfekt liefern und für meine Mutter da sein“, erzählt die Münchnerin. Anfangs versuchte sie, das Thema Demenz aus dem Job herauszuhalten, doch es kam immer häufiger zu Situationen, in denen ihre Mutter sie sofort brauchte. „Die Bedürfnisse eines Menschen mit Demenz sind nicht planbar. Das passt nicht in unser Konzept vom Berufsleben“, sagt Stefanie. Ihr Weg: Sie ging offener mit ihrer Situation um und zog enge Kolleg*innen ins Vertrauen, an die sie im Notfall ad hoc delegieren konnte.

Wie sie es geschafft hat, sich trotz der beruflichen Anforderungen gut um ihre Mutter zu kümmern, erzählt Stefanie Wagner-Fuhs auch auf dem **Demenz Meet München** am 4. Mai 2024.

Die ganze
Mutmachgeschichte lesen

Begegnung, Austausch und Vernetzung: Das 2. Demenz Meet München steht vor der Tür



Nur noch 10 Tage bis zum 2. Demenz Meet in München. Wer noch kein Ticket für die Veranstaltung am Samstag, 4. Mai 2024, hat, sollte sich noch schnell einsichern. Essen und Getränke sind übrigens im Ticketpreis inbegriffen.

Das erwartet Sie

Wir haben ein abwechslungsreiches Programm vorbereitet: Auf der Bühne geben Menschen, darunter ein Betroffener, pflegende Angehörige und Menschen aus der professionellen Pflege mit ihren Mutmachgeschichten persönliche Einblicke, erzählen von AHA-Momenten und laden zum Perspektivwechsel ein. Außerdem ist Filmemacherin Astrid Menzel zu Gast und berichtet von der Kanutour mit ihrer Oma. Prof. Sabine Engel geht in dem Vortrag “Diagnose Demenz” auf die Fragen ein: “Was können wir jetzt tun? Was kann die Zukunft bringen?”. Musikalisch begleitet Musiker Ecco Meineke durch den Tag und rundet ihn mit einem Musik im Kopf Konzert zum Abschluss ab. In den Pausen finden die Teilnehmenden auf der Piazza Infostände von Münchner Demenzorganisationen, einen Demenz-Parcours, die Fotoausstellung Demenz neu sehen und vieles mehr. Und auch für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Es ist uns ein großes Anliegen, allen Interessierten die Teilhabe zu ermöglichen. Deshalb haben **Menschen mit Demenz freien Eintritt** beim Demenz Meet München. Bitte schicken Sie uns hierfür eine E-Mail an muc@demenzmeets.org

Jetzt Ticket sichern

Wie gelingt Pflege aus der Ferne? So war der Desideria Impulsworkshop mit Peggy Elfmann



Pflege aus der Ferne.

Herausforderungen und mögliche Lösungsansätze

Pflege wird häufig mit Tätigkeiten vor Ort, also mit körpernaher Pflege assoziiert. Wohnen Angehörige weit weg, übernehmen sie oft andere Arten von Aufgaben, etwa die Organisation und Koordination von Terminen, halten Rücksprachen, holen Informationen ein, recherchieren. Demjenigen, der sich aus der Ferne kümmert, ist oftmals selbst nicht bewusst, wie viel Zeit, Energie und Aufwand er investiert. Vieles wird „so nebenbei“ zwischen Beruf und Familie erledigt. Permanenter Zeitmangel, Druck und Stress schleichen sich immer mehr ein. Und auch Schuldgefühle machen sich breit, dass man nicht mehr da sein, nicht mehr Aufgaben übernehmen kann und immer mehr das Gefühl hat, nicht richtig zu pflegen.

Pflege aus der Ferne bringt jede Menge Herausforderungen mit sich. Zwölf Jahre begleitete Peggy Elfmann ihre an Demenz erkrankte Mutter. Von ihren Erfahrungen sprach die Journalistin und Mutter von drei Kindern beim Desideria Impulsworkshop.

Tabuthema Sexualität beim Impulsworkshop mit Nan Mellinger

Die Verbindung zwischen Demenz und Sexualität ist ein komplexes und sensibles Thema, das oft nicht ausreichend angesprochen wird. Beim nächsten Desideria Impulsworkshop „**In guten wie in schlechten Zeiten? Demenz und Sexualität**“ am Donnerstag, 16.05.2024, mit Nan Mellinger hat dieses sensible Thema Platz. Die Sexual- und Familientherapeutin und Desideria Familien-Coach erklärt, wieso es wichtig ist, darüber zu sprechen, wie sie das im Impulsworkshop angeht und wieso es sogar leichter sein kann, das Thema in einem Online-Format zu besprechen.

[Zum Interview](#)

Über die Impulsworkhops

Wissen. Austauschen. Vernetzen. Getreu nach unserem Motto haben wir die neue Veranstaltungsreihe Desideria Impulsworkshops für Angehörige und Zugehörige von Menschen mit Demenz ins Leben gerufen. 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.

[Infos und Tickets](#)

Dotierung des Desideria Preis für Fotografie im weltweiten Vergleich



Wussten Sie, dass der Desideria Preis für Fotografie zu den weltweit höchst dotierten Fotowettbewerben zählt? Laut einer Untersuchung des Fotosoftwareanbieters [Skylum](#) rangiert er in der Kategorie „Profi“ mit einem Preisgeld von 5000 Euro im internationalen Vergleich unter den zehn bestdotierten Preisen. In der Kategorie „Nachwuchs“ liegt er auf dem 12. Platz. Am besten schneidet das Preisgeld im Bereich „Amateure“ ab: In dieser Kategorie ist er mit 2.000 Euro an 4. Stelle gelistet. Zu verdanken haben wir das dem Förderer des Desideria Preises, der [Josef und Luise Kraft-Stiftung](#) in München. Die Stiftung setzt sich für Interessen älterer Menschen ein und hilft in Notlagen.

Und falls Sie sich mit ihren Fotoarbeiten beim Desideria Preis bewerben wollen und dazu Fragen haben, melden Sie sich gerne bei uns. Zuvor können sie auch einen Blick in unsere [Fragen- und Antworten-Liste](#) werfen – vielleicht finden Sie da schon die Lösung!

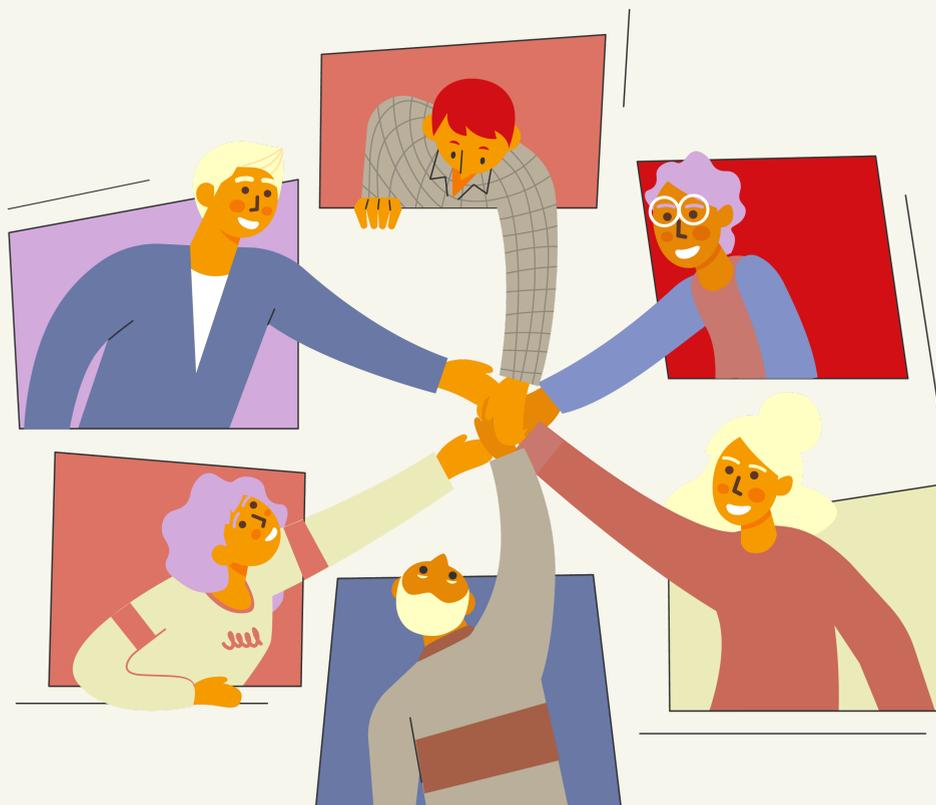
Bewerbungsschluss ist Samstag, 15. Juni 2024, 23.59 Uhr. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

[Hier geht's zur Bewerbung](#)

Desideria schreibt 2024 zum zweiten Mal den mit 10.000 Euro dotierten **Desideria Preis für Fotografie – Demenz neu sehen** aus. Die Idee des Fotowettbewerbs ist, das Leben mit Demenz aus einer neuen Perspektive wahrzunehmen. Profi-Fotografinnen und Fotografen, Nachwuchstalente und Amateure aus Deutschland und Österreich sind aufgerufen, mit ihrer Kamera besondere und ungewöhnliche Augenblicke aus dem Alltag mit Demenz einzufangen. **Die Ausschreibung läuft bis zum 15. Juni 2024.**

Mehr über den Fotopreis erfahren

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.

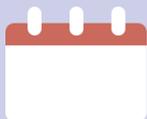
Die nächsten Online-Seminare



- **Dienstag, 07.05.2024, abends 18:00 - 20:00 Uhr,**
zehn Termine in Folge (außer 11.06.)
Leitung: Nan Mellinger



- **Dienstag, 28.05.2024, vormittags 10:00 - 11:00 Uhr,**
zehn Termine in Folge (außer 11.06., 16.07.)
Leitung: Martin Schönacher



- **Dienstag, 28.05.2024, abends 17:00 - 19:00 Uhr,**
zehn Termine in Folge (außer 11.06., 16.07.)
Leitung: Martin Schönacher

Das nächste Präsenz-Seminar in Wuppertal



- **Samstag, 04.05.2024, 10:00 – 12:00 Uhr**
zehn Termine in Folge
Ort: Auferstehungskirche, Bergischer Ring 31,
Wuppertal 42113
Leitung: Anja Schmidt-Ott

[Infos & Anmeldung](#)

Fragen zu Demenz? Hier gibt's auch am Wochenende und an Feiertagen Hilfe und Beratung



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.

[Mehr erfahren](#)

Die Online-Demenzsprechstunde ist ein Modellprojekt, das aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit, Pflege und Prävention sowie durch die Arbeitsgemeinschaft der Pflegekassenverbände in Bayern (soziale Pflegekassen) und durch die private Pflegepflichtversicherung gefördert wird.

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



In diesem vierten von zehn Erklärvideos spricht Dr. Sarah Straub über therapeutische Möglichkeiten bei Demenz. Auch wenn die Erkrankung nicht heilbar ist und die verfügbaren Medikamente begrenzte Wirkmöglichkeiten haben, gibt es Therapiewege, vorhandene Ressourcen zu fördern und zu stärken.

Zur kompletten
Videoreihe

Der Desideria-Lesetipp

 Buchtipp



Bis es wieder hell ist

von J. Bernlef

"Bis es wieder hell ist" von Bernlef ist ein bewegender Roman, der den Leser auf eine emotionale Achterbahnfahrt mitnimmt. Er hat als einer der Ersten gewagt, die Alzheimer-Erkrankung aus der Innensicht zu beschreiben.

Die Geschichte von Maarten und Vera, einem Ehepaar, dessen Bindung durch Maartens fortschreitende Alzheimer-Erkrankung auf die Probe gestellt wird, ist zutiefst ergreifend. Mit einfühlsamer und gleichzeitig schonungsloser Darstellung schildert Bernlef den schleichenden Verlust von Maartens Persönlichkeit durch das Schwinden seiner Erinnerungen. Die Realität der beiden Partner driftet immer weiter auseinander, während Maarten langsam seine Sprache und seinen Bezug zur Welt verliert.

Was dieses Buch so außergewöhnlich macht, ist die Art und Weise, wie der Autor die zunehmende Verwirrung und die Gedächtnislücken der Hauptfigur einfängt. Die Erzählweise spiegelt auf faszinierende Weise die fortschreitende Desorientierung wider und lässt den Leser tief in Maartens zunehmend zerfallende Welt eintauchen.

Besonders berührend ist die Darstellung der sich verändernden Beziehung zwischen Maarten und Vera. Bernlef beschreibt auf einfühlsame Weise die

schmerzliche Entfremdung, die zwischen ihnen entsteht, während die Krankheit fortschreitet und die einst so vertraute Verbindung langsam verblässen lässt.

"Bis es wieder hell ist" ist nicht nur ein Buch über Alzheimer, sondern auch über Liebe, Verlust und die menschliche Seele. Es ist ein Buch, das einen tief berührt und noch lange nach dem Lesen nachhallt. Das Buch regt an, über das Wesen der Erinnerung, der Identität und der Liebe nachzudenken.

Weitere
Medienempfehlungen

Gleich in den Kalender eintragen: Musik im Kopf-Konzert am 16. Juni

Mitsingen und Mitschwingen: Am Sonntag, 16. Juni 2024, um 16 Uhr lädt Desideria zu einem Musik im Kopf-Konzert in die Remise Schloß Fußberg in Gauting ein. Mit ihrem Programm „Von Berlin bis Broadway“ nimmt die deutsche Jazzsängerin, Komponistin und Songtexterin Jasmin Bayer die Besucher mit auf eine unterhaltsame musikalische Reise.

Jetzt Tickets
reservieren



Golfen für den guten Zweck beim Golfturnier Desideria Care & Play



SAVE
the
DATE

12. OKTOBER 2024



3. CHARITY-GOLFTURNIER DESIDERIA CARE & PLAY

 TEGERNSEER GOLF-CLUB BAD WIESSEE

Am Samstag, 12. Oktober 2024, heißt es zum dritten Mal: Golfen für den guten Zweck im Tegernseer Golf-Club Bad Wiessee beim **Charity-Golfturnier Desideria Care & Play**. Wir freuen uns schon jetzt auf einen wunderschönen Herbsttag auf dem Grün am schönen Tegernsee.

Mit dem Erlös der Benefizveranstaltung werden die vielfältigen Angebote des Vereins zur seelischen Unterstützung und Entlastung von Angehörigen von Menschen mit Demenz ausgebaut und weiterentwickelt. Mit der Teilnahme am Turnier und ihren Spenden machen es die Golfer*innen möglich, dass Desideria von Demenz betroffene Familien bundesweit unterstützen kann und die große Leistung der Angehörigen mehr ins Bewusstsein der Gesellschaft rückt.

[Mehr erfahren](#)

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
www.desideria.org

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