

Desideria



Demenz
neu sehen

Liebe Leserin, lieber Leser,

Denk auch an dich. Ein Satz, der so einfach klingt, aber so schwer umzusetzen ist. Besonders schwer für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz. Aber warum ist das so? Könnte es die fehlende Zeit sein, ein zu voller Tag, ein Job, die eigene Familie... Da kann es schon passieren, dass eigene Befindlichkeiten und das Wohlergehen auf der Strecke bleiben.

Dies sind die Gründe, warum wir von Desideria den **Leitfaden Denk auch an dich** geschrieben haben. Ein weiteres niederschwelliges Angebot für pflegende Angehörige.

Das Desideria Ökosystem unterschiedlichster Angebote und Unterstützung wächst. Der Leitfaden möchte betroffene Familien an die Hand nehmen, die Pflege gut zu bewältigen, sich selbst nicht zu vergessen und vor allem gesund zu bleiben. Er macht Mut, sich Hilfe zu holen und schenkt Zuversicht. Wertvolle Erkenntnisse aus unserer 7-jährigen Arbeit mit unseren Klienten und Wissen rund um das Thema Demenz sind hier eingeflossen. Der Leitfaden ist ein wichtiger Impulsgeber zur Selbstfürsorge. Wir wünschen uns, dass betroffene Familien verstehen lernen, wie schlau es ist, sich Hilfe zu holen und sie anzunehmen. Hilfe annehmen hat nichts mit versagen zu tun.

Ein wunderbares Geschenk zu Weihnachten! Entweder für sich selbst, für ein

nahestehendes Familienmitglied, oder für einen Menschen, der einem wichtig ist und dem es gut gehen soll.

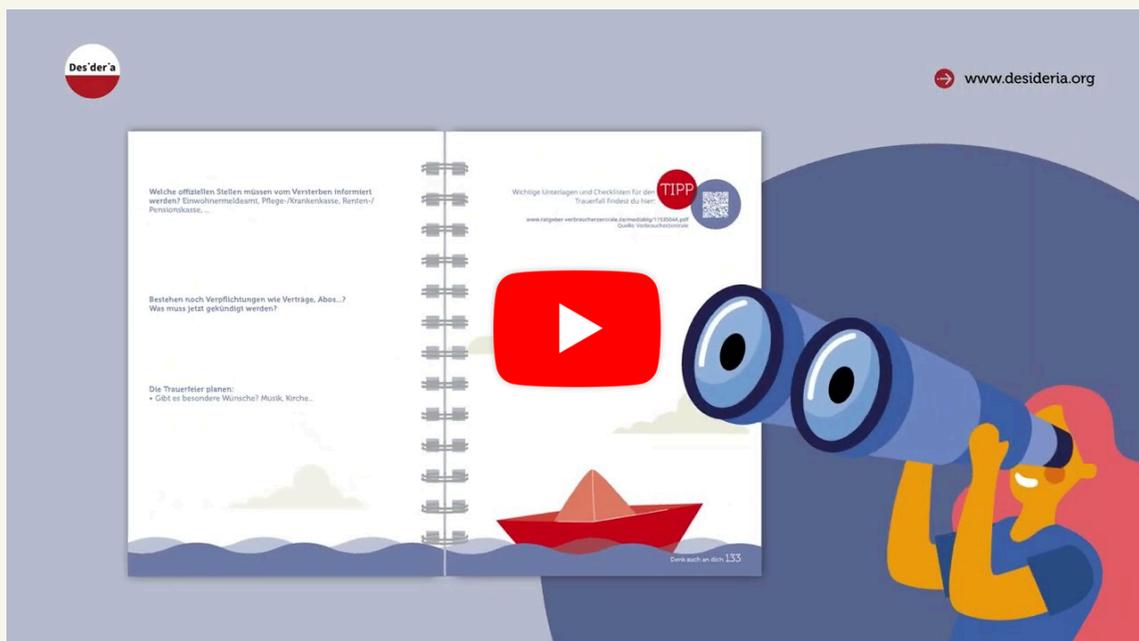
Herzliche Grüße



Désirée von Bohlen und Halbach
Gründerin und 1. Vorständin



Neues Buch: Leitfaden "Denk auch an dich" ab sofort erhältlich



Nur wer gut für sich selbst sorgt, kann auch für jemand anders da sein.

Denk auch an dich heißt darum der neue Leitfaden, den Desideria für Angehörige von Menschen mit Demenz entwickelt hat. Er ist ab sofort erhältlich. „Er richtet sich an all jene, die oft im Hintergrund Großes leisten – die pflegenden Angehörigen. Mit ‚Denk auch an dich‘ möchten wir ein umfassendes und leicht zugängliches Handbuch anbieten, das sowohl die sachlichen als auch emotionalen Herausforderungen bei der Begleitung von Menschen mit Demenz berücksichtigt,“ so Désirée von Bohlen und Halbach, Vorständin von Desideria Care e.V.

Der Leitfaden enthält Checklisten, Praxistipps zur Alltagsgestaltung, Reflexionsübungen, Informationen zu rechtlichen und finanziellen Themen sowie Hinweise zu Unterstützungsangeboten und Netzwerken, die den Weg im Umgang mit Demenz erleichtern.

Denk auch an dich

Demenzwissen. Orientierung. Selbstfürsorge.
Der Leitfaden für Angehörige.

Desider'a



Umfang: Ringbuch, Format A5, 148 Seiten

Extras: Checklisten, QR-Codes zum Vertiefen von Themen, Übungen zur Selbstreflexion, Notizseiten für persönliche Gedanken

Preis: 26,90 Euro zzgl. Versandkosten

Rabatt: 15 % Rabatt für Mitglieder der Desideria Angehörigen-Community. Den Rabattcode finden Sie im Mitgliederbereich unter www.desideria.org/angehoerigen-community-mitgliederbereich

Hier bestellen

Übrigens: Weihnachten steht vor der Tür. Der Leitfaden eignet sich auch als Geschenk 🎁. Für Sie selbst oder eine lieben Menschen in Ihrem Umfeld.

Leben. Lieben. Pflegen.



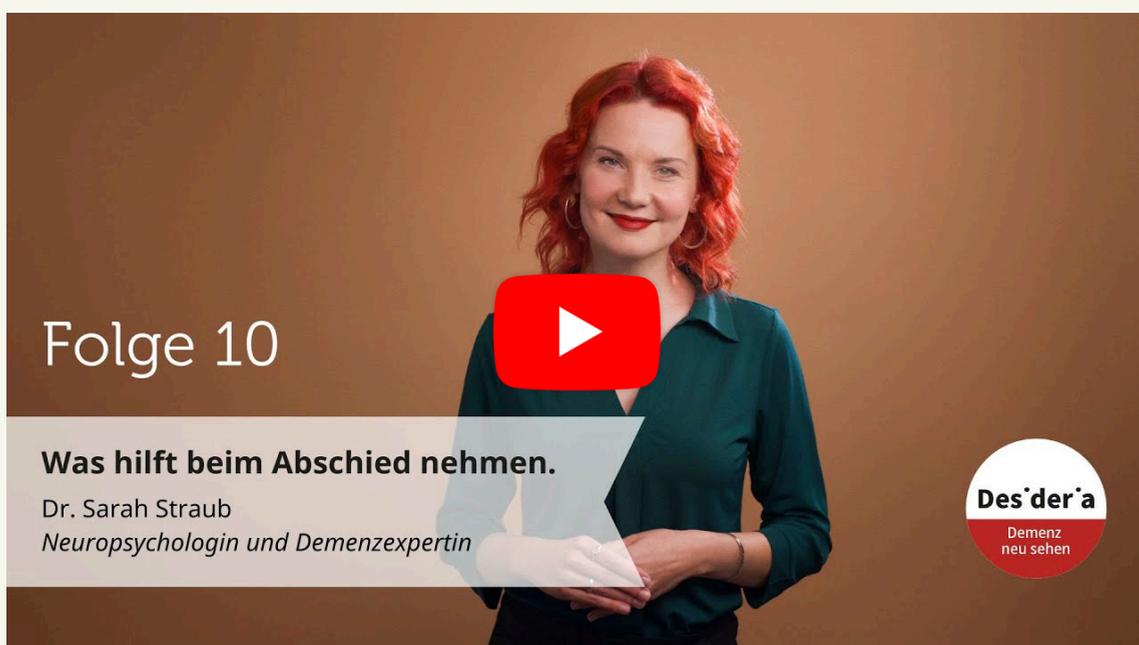
Diagnose Demenz - mit Dr. Sarah Straub

Nur vergesslich oder steckt da mehr dahinter? Die Symptome von Demenzerkrankungen sind häufig nicht leicht zu erkennen. Betroffenen und Angehörigen fällt es oft schwer, sie wahrzunehmen oder richtig zu deuten. Wann sollte man sich an einen Arzt oder eine Ärztin wenden? Wer ist der richtige Ansprechpartner? In dieser Folge von **Leben. Lieben. Pflegen.** dreht sich alles um das Thema Diagnose. Familiencoach Anja Kälin und Bloggerin Peggy Elfmann sprechen dazu mit der Neuropsychologin Dr. Sarah Straub. Ihr Rat: **"Der Punkt zum Arzt zu gehen ist dann erreicht, wenn der Alltag nicht mehr klappt, wenn auch eigentlich routinierte Dinge nicht mehr funktionieren. Dann muss man aufhören."**

Sarah Straub arbeitet in der Gedächtnissprechstunde am Universitätsklinikum Ulm. Sie kennt die Erkrankung aber auch aus der Sicht als Angehörige, denn ihre Oma hatte Demenz. "Da waren viele Anzeichen, aber wir wollten sie nicht wahrhaben", erzählt sie. "Bei meiner Oma lief Vieles nicht gut. Das war auch ein Grund, weshalb ich in diesen Beruf gegangen bin. Ich wollte, dass es anderen Angehörigen besser geht."

Jetzt anhören

Was hilft beim Abschied nehmen? Dr. Sarah Straub spricht über Trauer



Als Angehöriger eines Menschen mit Demenz beginnt der Abschied meist lange vor dem Tod. In diesem kurzen Erklärvideo erklärt die Neuropsychologin Dr. Sarah Straub unter anderem, wie es gelingt, diese Situation anzunehmen, wo es Unterstützung gibt und auch welche Hilfen es für Menschen mit Demenz in ihrer letzten Lebensphase gibt.

[Zur kompletten Videoreihe](#)

Bei Fragen: Die Online-Demenzsprechstunde ist auch

**abends und am Wochenende
erreichbar**

**Dein Angehöriger
zeigt neue
Symptome und du
brauchst Rat?**

www.frag-nach-demenz.de

Vergesslichkeit, Wahnvorstellungen, Unsicherheiten im Alltag, Medikamente - die Erkrankung Demenz wirft im Alltag viele Fragen auf. Immer wieder tauchen Phasen der Unsicherheiten auf. Nicht nur rund um die Diagnose, sondern z. B. auch in der mittelschweren Demenz, wenn ganz neue oder unerwartete Symptome hinzukommen.

Ist die Situation akut, dauert es manchmal einfach zu lange bis zum Arzttermin. Hier ist die Online-Demenzsprechstunde für Sie da. Sie ist **abends, an Wochenenden oder Feiertagen** erreichbar und Sie bekommen zeitnah eine Antwort.

Sie haben eine konkrete Frage zu Demenz? Nutzen Sie die Online-Demenzsprechstunde.

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.

Frage stellen

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.

Eine Geschichte, die Mut macht



**Jemanden zu suchen und bei
uns wohnen zu lassen, hat
mich Überwindung gekostet.
Aber dadurch habe ich
Unterstützung gefunden.**



Als ihr Mann Walter an Demenz erkrankte, war Christel Bucksch noch nicht klar, wie herausfordernd die Krankheit im Alltag werden würde. Doch die Diskussionen, die Betreuung, die Verantwortung, all das wurde im Laufe der Demenz immer anstrengender. „Ich war zunehmend damit beschäftigt, ihn zu beschäftigen und das kostete Kraft“, sagt Christel Bucksch.

Seit vielen Jahren war dienstags ihr Bridge-Nachmittag, diese Auszeit hatte ihr immer Kraft gegeben. Nun aber hatte sie kaum mehr Zeit dafür. Nach der Idee von „Wohnen gegen Hilfe“ hat die 79-jährige sich Hilfe organisiert. „Jemanden zu suchen und bei uns wohnen zu lassen, hat mich Überwindung gekostet. Aber dadurch habe ich Unterstützung gefunden und wieder mehr Zeit für mich und kann auftanken“, erzählt Christel Bucksch. Seit einem Jahr wohnt eine mexikanische Studentin bei Familie Bucksch. Fernanda tue ihnen gut, weil sie Fröhlichkeit und Herzenswärme mit sich bringe. Aber sie sorge auch für Stabilität und Verlässlichkeit. Christel Bucksch wünscht sich mehr Offenheit und Mut, dass auch Kommunen solche Lösungen anbieten oder unterstützen.

Angehörigenseminare



Sie haben als Angehöriger mit den Herausforderungen der Demenzerkrankung ihres geliebten Familienmitglieds zu kämpfen, 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, 26.11.2024, abends 18:00 - 20:00 Uhr,
zehn Termine in Folge (außer 24.12., 31.12., 04.02.2025)
Leitung: Birgit Adamosky



Montag, 02.12.2024, abends 17:30 - 19:30 Uhr,
zehn Termine in Folge (außer 23.12., 30.12., 06.01.2025,)
Leitung: Nan Mellinger



Mittwoch, 04.12.2024, abends 19:00 - 21:00 Uhr,
zehn Termine in Folge (außer 25.12., 01.01.2025)
Leitung: Karena Breitenbach

Infos & Anmeldung

Impulsworkshop

Biografiearbeit - Die Vergangenheit (wieder) lebendig werden lassen. Zuhören und Verstehen

In der Begleitung eines Menschen mit Demenz ist es wichtig und wertvoll, sich mit anderen in der gleichen Situation auszutauschen und zu vernetzen. Hierfür bietet Desideria eine digitale Veranstaltungsreihe, die Impulsworkshops, an.

Im nächsten Desideria Impulsworkshop am Donnerstag, 05.12.2024, 19:00 bis 20:45 Uhr, geht es um das Thema **Biografiearbeit - Die Vergangenheit (wieder) lebendig werden lassen. Zuhören und Verstehen.**

Wenn die Erinnerungen an das gelebte Leben verblassen, kommt häufig eine große Angst hinzu – die Angst vor dem Verlust der eigenen Persönlichkeit. Es kann für Menschen mit Demenz sehr tröstlich sein, Vergangenes wieder aufleben zu lassen und sich so der eigenen Lebensgeschichte immer wieder zu vergewissern.

Im Impulsworkshop bekommen Sie einen Einblick in die positive Wirkung von

Biografiearbeit. Ihr erhaltet Anregungen für kreative Methoden, um positive Erinnerungen zu wecken und dadurch die Identität eures Angehörigen mit Demenz zu stärken. Entdeckt neue Wege der ganzheitlichen Betreuung für Menschen mit Demenz.

Bestenfalls bleiben so die „ewig alten Kamellen“ auch für euch unterhaltsam und spannend!

Jetzt gleich anmelden

Über die Impulsworkhops

Wissen. Austauschen. Vernetzen. Getreu nach unserem Motto haben wir die 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.

Zusammenwachsen und zusammen wachsen: Desideria Coach-Treffen in München



Das Desideria Coaching Netzwerk wächst. 3 neue Familien-Coaches begrüßte das Desideria-Team beim gemeinsamen Treffen in München im November. Die Desideria Familien-Coaches bieten bundesweit Begleitung für Angehörige von Menschen mit Demenz an. Alle mit einem Ziel: Angehörige zu stärken und dabei zu unterstützen, die herausfordernde Lebensphase mit Demenz gut zu gestalten und selbst gesund zu bleiben.

Aus allen Ecken Deutschlands reisten die Coaches an. Miteinander im Dialog zu sein und Erfahrungen auszutauschen, stand auf dem Programm. Genauso wie zusammenwachsen, um zusammen mit Desideria zu wachsen.

"Es war so schön zu sehen, was für eine tolle Truppe an Menschen wir an unserer Seite haben. Motiviert, mit viel Leidenschaft fürs Thema und sehr umsetzungsorientiert trägt jeder einzelne dazu bei, unsere Mission zu verbreiten und Angehörigen in ihrer Pflegesituation eine Stütze zu sein", sagt Desideria-Vorständin Anja Kälin.

Komm an Board: Bildungsreferent*in für die Angehörigenarbeit (m/w/d) gesucht

Lust auf einen sinnstiftenden Job in einem innovativen Wirkungsfeld? Perfekt! Desideria stellt ein. Für den 1. März 2025 suchen wir eine*n Bildungsreferent*in (m/w/d), die uns bei unserer Arbeit für und mit Angehörigen tatkräftig unterstützt. Es wartet eine abwechslungsreiche und vielseitige Teilzeit-Tätigkeit mit Sinn und vielseitigen Entwicklungsperspektiven.

Zeitpunkt: ab 1.03.2025

Umfang: Teilzeitstelle 15-20 Wochenstunden

Arbeitsort: Lessingstraße 5, 80336 München

[Zur Stellenausschreibung](#)

**Save the date: Demenz Meet
München am 29. März 2025**



Die Vorbereitungen für das Demenz Meet München 2025 laufen. Wir freuen uns schon auf ein Wiedersehen am 29. März 2025. Am besten den Termin jetzt schon in den Terminkalender eintragen. Wir geben Bescheid, sobald der Ticketverkauf startet

Bitte beachten: Das Demenz Meet München findet nächstes Jahr an einem neuen Veranstaltungsort statt:

**Katholische Akademie in Bayern
Mandlstraße 23
80802 München**

Save the date: Demenz Meet München im Jahr 2025



Montag, 29. März 2025, 10:00 - 17:00 Uhr

Katholische Akademie in Bayern, Mandlstraße 23
80802 München

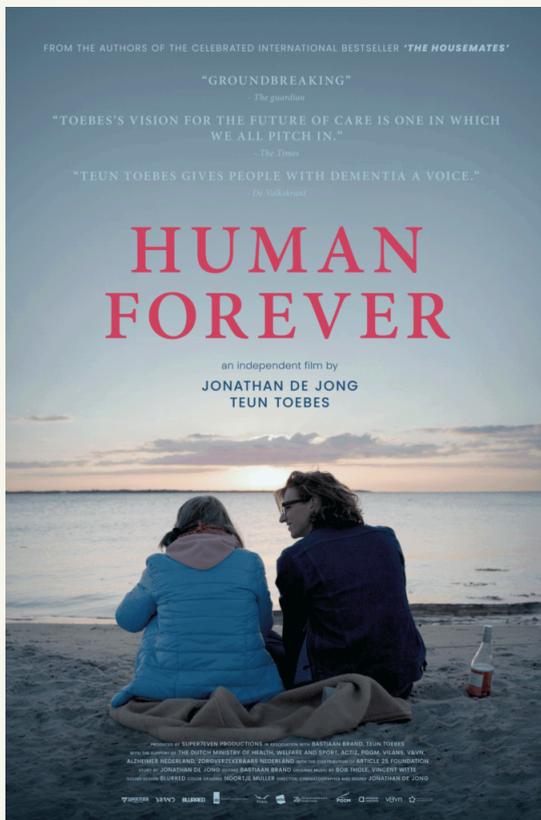
Desideria unterwegs

Kennen wir uns? Désirée von Bohlen und Hahlbach bei Filmvorstellung und Podiumsdiskussion

Unter dem Motto Demenz stand der Besuch von Désirée von Bohlen und Hahlbach in St. Gilgen im Salzburger Land. Es war die Premiere des Kurzfilms von Natalie Dutzler mit dem Titel „Kennen wir uns“. Sehr eindrucksvoll sah man hier Claudia Herz-Kestranek in der Hauptrolle der Großmutter. Der Film greift die Gedankensprünge von der Gegenwart in die Vergangenheit immer wieder auf und versucht sich sehr einfühlsam in Lage der Großmutter zu versetzen. Dabei können die Zuschauer erahnen, wie es den pflegenden Angehörigen geht.

Im Anschluss war die Vereinsvorständin Teil einer lebhaften Podiumsdiskussion. Dabei kamen viele wichtige Aspekte bis hin zu politischen Aussagen zur Sprache. "Die Themen rund um die pflegenden Angehörigen sind in Deutschland wie auch in Österreich identisch. Daher ist es so wichtig, dass wir uns weiter dazu austauschen", so Désirée von Bohlen und Hahlbach. Das große Interesse in St. Gilgen beweist es: Der Saal im Mozarthaus war bis auf den letzten Platz gefüllt.

Desideria Film-Tipp Demenz: Mensch sein, Mensch bleiben



Auch diesen Film können wir sehr empfehlen: **Demenz: Mensch sein, Mensch bleiben.** Der junge Niederländer Teun Toebes, gelernter Altenpfleger, beschließt, in die geschlossene Abteilung eines Altenheims zu ziehen. Das verändert seinen Blick auf die Welt drinnen und draußen: Er begibt sich auf Spurensuche, wie weltweit mit dem Thema Demenz umgegangen wird. Wie lässt sich angesichts der rasant steigenden Zahlen von Menschen mit Demenz ein lebenswertes Leben führen?

Der Film zeigt das Leben von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen aus einer zutiefst menschlichen Perspektive. Die Dokumentation porträtiert die Betroffenen als Individuen mit eigenen Wünschen und Erinnerungen und betont die Wichtigkeit eines würdevollen Umgangs. Ohne zu dramatisieren, schafft der Film einfühlsam Verständnis für die Herausforderungen, denen sich auch Angehörige und Pflegepersonal stellen müssen.

Ein sehenswertes Werk für alle, die einen berührenden und ehrlichen Einblick in den Alltag mit Demenz suchen.

Der 80-minutige Film ist noch bis 20.12.2024 auf Arte verfügbar.

[Zum Film](#)

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



Startbild Fotocredit: Desideria Preis für Fotografie 2024/Marlies Pahlenberg

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.