Im Browser öffnen

Des˙der˙a



Liebe Leserin, lieber Leser,

schon von Geburt an werden uns bestimmte Rollen zugeteilt – als Sohn, Tochter, Erstgeborene oder Einzelkind – und diese prägen unser Leben. Doch was passiert, wenn sich diese vertrauten Aufgaben plötzlich umkehren? Wenn der Elternteil, der uns einst schützte und prägte, selbst Unterstützung braucht? In diesen Momenten, in denen aus dem Kind ein pflegender Angehöriger wird, stehen wir vor einer besonderen Herausforderung.

Diese Rollenumkehr trifft uns oft unvorbereitet und bringt hohe Erwartungen mit sich – von außen und aus uns selbst heraus. Es ist ein Balanceakt, der uns auffordert, unsere eigenen Grenzen anzuerkennen und gleichzeitig die tiefe Verbundenheit zu bewahren. Die bewusste Reflexion über die eigenen Rollen kann dabei helfen, neue Wege zu finden, den Alltag zu meistern und dabei sowohl sich selbst als auch den Liebsten gerecht zu werden.

Ich lade Sie herzlich ein, mit uns diesen Weg zu erkunden und gemeinsam die Chancen einer neuen, wertschätzenden Beziehung zu entdecken.

Herzliche Grüße



Désirée von Bohlen und Halbach
Gründerin und 1. Vorständin



Desideria-Impulsworkshop

Rollenumkehr und neue Verantwortung: Impulsworkshop für Angehörige am 20. März

Unsere Eltern sind ein Anker. Sie geben uns Halt und Orientierung und stehen uns mit Rat und Tat zur Seite, oft weit über die eigene Kindheit und Jugend hinaus. Doch wenn ein Elternteil an Demenz erkrankt, verändern sich diese bewährten Verhältnisse. „Das ist für beide Seiten verstörend“, sagt Anja Kälin, Famliencoach und systemische Beraterin bei Desideria. „Da ist die Verunsicherung der Eltern, weil die Krankheit Lücken in die Normalität reißt und sie im Alltag zunehmend auf Hilfe angewiesen sind. Und da ist auch Verunsicherung auf Seiten der Kinder, die in eine neue und ungewohnte Verantwortung rutschen.“

Am **Donnerstag, 20.03.2025 von 19:00 bis 20:45 Uhr** findet ein Impulsworkshop für Angehörige mit Anja Kälin statt. Das Thema: **Wie sich die Rollen durch eine Demenz verändern und wie erwachsene Töchter und Söhne von der Verunsicherung in die Verantwortung gelangen**.

Im Impulsvortrag geht es darum,

- wie, sich die Rollen von Eltern und Kindern verändern?
- wieviel Verantwortung ich als Kind für die Eltern übernehmen muss?
- welchen Einfluss Konflikte und Themen der Vergangenheit haben?
- was ich tun kann, wenn Eltern Hilfe nicht annehmen möchten?

Im Anschluss an den Vortrag können die Teilnehmenden in kleinen Gruppen die eigene Situation reflektieren und sich mit anderen Angehörigen austauschen – und so von- und miteinander lernen.

Seien Sie beim Workshop dabei und nehmen Wissenswertes und Hilfreiches für Ihren Alltag mit!

Zum Workshop anmelden

Über die Impulsworkhops

Wissen. Austauschen. Vernetzen. Nach diesem Motto haben wir die Desideria Impulsworkshops für Angehörige und Zugehörige von Menschen mit Demenz ins Leben gerufen. Hier können sie Wissen vertiefen und Impulse für den Alltag mit Demenz mitnehmen.

Mehr Klarheit für die eigene Rolle: So hilft der Desideria-Leitfaden



Pflegen und sich um einen anderen Menschen kümmern, das ist mehr als nur eine Aufgabe. Diese Rolle nimmt so viel Aufmerksamkeit und Energie in Anspruch, dass sich pflegende Angehörige leicht darin verlieren oder sich zwischen all den verschiedenen Lebensrollen zerrissen fühlen. Es hilft, sich über die verschiedenen Rollen und die damit verbundenen Erwartungen klar zu werden. Das können Sie

beispielsweise tun, indem sie alle aufschreiben. In unserem Leitfaden **Denk auch an dich** finden Sie dazu eine Anleitung.

Der Leitfaden wurde vom Desideria-Team entwickelt und beinhaltet wichtiges Demenz-Wissen für Angehörige: Demenz verstehen, Früherkennung, Diagnose, rechtliche und finanzielle Aspekte, Umgang und Alltag, Selbstfürsorge.

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

Leben. Lieben. Pflegen.



Wenn sich die Rollen in der Beziehung verändern

Eine Demenz beeinnflusst nicht nur die Eltern-Kind-Rolle, sondern häufig auch die Partnerschaft. Aus einer gleichberechtigten Paar- und Liebesbeziehung entwickelt sich eine Fürsorge- und Pflegebeziehung. Über diese Veränderung hat unser Gast Robert Urban im Podcast Leben. Lieben. Pflegen. Der Desideria-Podcast zu Demenz und Familie gesprochen.

In der Folge **“Partnerschafts-Spezial: Diagnose Demenz”** erzählt Robert den beiden Podcast-Hosts Anja Kälin und Peggy Elfmann von der Alzheimer-Diagnose seiner Frau Claudia und wie sich ihr gemeinsame Miteinander durch die Krankheit verändert hat. “Diese Begegnung auf Augenhöhe hat sich verschoben. Diese Liebe hat sich mehr zu Schützbedürftigkeit, zu Mitgefühl gewandelt”, berichtet Robert. Seine Frau nehme das so gar nicht so wahr – und das mache vieles extrem schwer im Alltag, so Robert.

Podcastfolge anhören

Anhören auf Apple Podcasts

Bei Google Podcasts anhören

Anhören auf Spotify

Lasst uns reden - Einladung zum Demenz Meet München am 29. März



Am **Samstag, 29. März 2025**, lädt Desideria zum 3. Demenz Meet München ein. Menschen mit Demenz, pflegende Angehörige und Fachleute werden auf der Bühne stehen und ihre Erfahrungen weitergeben. Ein Herzstück des Demenz Meet Münchens ist das Worldcafé. Beim Worldcafé kann sich jeder Teilnehmende einbringen und mit den Themen beschäftigen, die ihn interessieren und beschäftigen. Zehn verschiedene Fragen laden zum Reflektieren, Diskutieren und Austauschen ein – und Sie erhalten neue Perspektiven und Anregungen.

Weitere Highlights auf dem Demenz Meet:

- Musik von Liedermacherin Sarah Straub
- Erfahrungsberichte, die Mut machen
- Live-Zeichnen mit Demensch-Cartoonist Peter Gaymann
- Expertenwissen „Frag nach Demenz“
- Film und Gespräch "Sofia, ihr Vater und ihre Pflege-WG"
- Infostände der Münchner Demenzorganisationen, Demenz-Parcours und Foto-Ausstellung

Ort: Katholische Akademie in Bayern, Mandlstraße 23, 80802 München
Termin: 29. März 2025, von 9 bis 17 Uhr
Tickets: Ein Ticket kostet 69 Euro (inkl. Kaffee und Mittagessen). Mitglieder von Desideria erhalten 10 Euro Rabatt. Den Rabattcode finden Sie im Mitgliederbereich auf der Website.

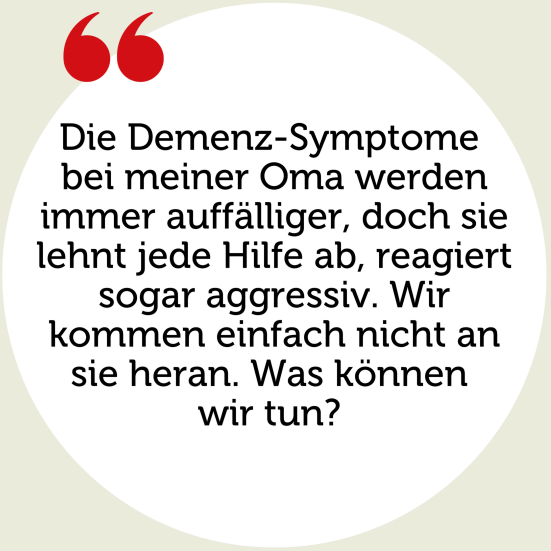
Es ist uns ein Anliegen, allen Interessierten die Teilhabe zu ermöglichen. Deshalb erhalten **Menschen mit Demenz freien Eintritt**. Bitte schicken Sie uns hierfür

eine E-Mail an muc@demenzmeets.org

Programm und Tickets

Aus der Demenzsprechstunde: Oma lehnt jede Hilfe ab. Was tun?

In der Online-Demenzsprechstunde **Frag nach Demenz** erreichte uns kürzlich folgende Frage, die wir hier gerne teilen möchten:



Ratsuchende bei der Online-Demenzsprechstunde

Die Experten-Antwort:

Ich möchte Sie ermutigen, Ihre Großmutter weiterhin zu begleiten, auch wenn sie zunächst ablehnend reagiert. Ihre Großmutter ist durch ihre Erkrankung nicht mehr in der Lage, die Situation realistisch einzuschätzen – Sie als gesunde Angehörige hingegen schon. Sie wissen, dass sie Hilfe benötigt, und ich bin überzeugt, dass sie davon profitieren wird. Sobald sie die Erfahrung macht, dass nichts Schlimmes geschieht, sondern ihr Leben durch diese Unterstützung sogar verbessert wird, könnte sich ihre Haltung allmählich ändern. Es braucht Geduld und Beharrlichkeit, aber dieser Weg kann für sie und Ihre Familie langfristig eine große Entlastung bringen.

Ich möchte Sie zudem ermutigen, mit einer Demenzberatungsstelle in der Nähe Ihrer Oma Kontakt aufzunehmen. Lassen Sie sich dort die lokalen Unterstützungsmöglichkeiten aufzeigen, die Kollegen und Kolleginnen können individuell auf Sie eingehen und kennen Situationen wie die Ihrer Oma gut. Bitte sprechen Sie dort auch wegen langfristiger Lösungen. Wie möchten Sie damit umgehen, wenn es zuhause nicht mehr gut geht?

Auch ein ärztlicher Rat ist wichtig. Es kann sein, dass Ihre Großmutter medizinische Hilfe braucht, um sich besser zu entspannen. Das kann den Umgang miteinander erleichtern. Die Aggressivität kann ein Ausdruck von innerer Not und Überforderung sein. Dies ist Teil der Demenz und kann behandelt werden. Vereinbaren Sie einen Termin beim Arzt oder bei der Ärztin und kündigen ihn nicht lange vorher an. Bitten Sie den Hausarzt oder die Hausärztin um sanfte Unterstützung, auf sie einzuwirken, wenn sie einen guten Draht zu ihm hat.

Sie haben eine Frage zu Demenz? Nutzen Sie jederzeit die Online-Demenzsprechstunde. Es gibt zwei Möglichkeiten zur Kontaktaufnahme:

Mailberatung: Dem Experten-Team der Online-Demenzsprechstunde schreiben - innerhalb von 48 Stunden erhalten Sie eine Antwort.

Live-Chatberatung: Im Live-Chat können Sie Ihre Fragen und Anliegen im direkten schriftlichen Austausch klären. Die Live-Chat-Termine können Sie über die Website buchen. Folgende Termine sind möglich:

- Dienstags zwischen 19 und 21 Uhr
- Donnerstags zwischen 19 und 21 Uhr
- Samstags zwischen 10 und 12 Uhr

Frage stellen

Desideria-Angehörigenseminare und Demenz Buddies

Fühlen Sie sich manchmal allein gelassen? Vielen Angehörigen von Menschen mit Demenz geht es so. Eine Demenzerkrankung bringt viele Herausforderungen und Veränderungen mit sich, die das Umfeld oft gar nicht nachvollziehen kann. Sich mit anderen Angehörigen zu verbinden und auszutauschen empfinden viele Menschen als hilfreich. Einen geschützten Raum zum Austausch finden Sie in den **Desideria Angehörigenseminaren.** In zehn zweistündigen Online-Sitzungen erhalten Sie wertvolles Wissen zum Umgang mit Demenz und lernen Strategien für

Ihren Alltag. Das Miteinander mit anderen stärkt. Die Seminare werden von erfahrenen Therapeuten angeleitet. Das Angebot ist für Teilnehmende aus Deutschland kostenfrei. Die Teilnehmerzahl ist auf acht Personen pro Seminar begrenzt.

Für Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 16 und 25 Jahren gibt es eine besondere Angehörigengruppe: die **Demenz Buddies**. Sie trifft sich einmal im Monat. Die Teilnahme ist kostenfrei. Geleitet wird die Gruppe von den Familientherapeutinnen und Demenzexpertinnen Anja Kälin und Christine Schönemann.

Melden Sie sich an – für mehr Wissen, Austausch und Unterstützung!

Die nächsten Online-Seminare starten am:

Montag, 17.03.2025, 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Karena Breitenbach

Dienstag, 25.03.2025, 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Wolfgang Scharna

Mittwoch, 09.04.2024, 18:30 -20:30 Uhr
Leitung: Marion Rockenmaier

Demenz-Buddies
Mittwoch, 30.04.2025, 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Anja Kälin und Christine Schönemann

Nachgefragt: Wie hilft Familien-Mediation, Martin Schönacher?

Wenn ein Familienmitglied an einer Demenz erkrankt und Pflege benötigt, stehen große Entscheidungen an. Doch oft sind sich Angehörige uneinig und es kommt zu Diskussionen und Streit. "Statt sich über das Thema auszutauschen und zu einer gemeinsamen Entscheidung zu kommen, bleibt man in einem Wollknäuel der Emotionen und Vorwürfe stecken", sagt Martin Schönacher, Desideria Familien-Coach und Mediator.



Um wieder gemeinsam ins Gespräch zu kommen, eignet sich Familien-Mediation. "Ich unterstütze dabei, Verständnis füreinander zu entwickeln und Emotionen zu besprechen", erklärt Martin. "Wenn sie uns bewusst sind, können wir besser damit umgehen. Es gelingt besser, auf der Sachebene zu bleiben und eine Entscheidung zu treffen."

Martin Schönacher bietet für Desideria Mediation in Präsenz sowie online an. "Der konkrete Ablauf ist immer individuell", sagt er. "Häufig geben zwei oder drei Sitzungen schon wichtige Impulse. Dann ist sicher noch nicht alles gelöst, aber die Teilnehmenden sind in einer anderen Energie und können selbstständig gut weiter sprechen."

Warum eskalieren auch gut gemeinte Gespräch häufig? Wie läuft Familien-Mediation ab? Wann ist der richtige Zeitpunkt dafür? Was tun, wenn nicht alle reden wollen? Das erklärt Martin m Interview.

Ganzes Interview lesen

Community-Abend mit Vortrag zur Rechts-Fürsorge am 19. März

Wie wäre das eigentlich, wenn Sie krank und pflegebedürftig sind und einen Vertrag nicht mehr unterschreiben können? Haben Sie recthlich festgelegt, wer Sie

vertreten darf? Zugegeben, das ist ein Thema, über das es schwer fällt zu reden. „Viele Menschen versäumen es, den eigenen Wille aufzuschreiben und kundzutun. Pflegende Angehörige können dann in eine Situation kommen, in der sie einen erkrankten Menschen rechtlich vertreten müssen, das aber zum Beispiel gegenüber dem Vermieter, der Ärztin oder der Bank nicht dürfen“, sagt Dr. Bertil Sander. Er arbeitet als Anwalt in Berlin und ist Experte für rechtliche und organisatorische Aspekte der Betreuung von pflegebedürftigen Menschen. Bertil Sander rät: „Jeder Mensch sollte rechtzeitig für sich selbst Vorsorge treffen.“

Desideria lädt alle Mitglieder der Community am **19. März von 18:00 bis 20:00 Uhr zu einem exklusiven Digitalen Community-Abend** ein. Im Mittelpunkt steht ein Fachvortrag von Dr. Bertil Sander.
Der Experte stellt unterschiedliche Möglichkeiten der Rechts-Fürsorge vor und informiert über Patientenverfügung, Betreuungsverfügung und Betreuungsauftrag mit Vorsorgevollmacht. Sie erhalten wertvolle Orientierung für wichtige Entscheidungen.

Gleich anmelden

Desideria Buch-Tipp: "Alte Bande" von Cornelia Kazis und Bettina Ugolini

Die Menschen leben immer länger und werden immer älter. Klingt erstmal wunderbar. Aber diese Entwicklung bringt Herausforderungen mit sich, für die Gesellschaft im Ganzen und für die einzelnen Familien. „Noch nie zuvor im reichen Westen dauerte das Miteinander von Kindern und ihren Eltern so viele Jahre wie heute“, schreiben die Cornelia Kazis und Bettina Ugolini in ihrem Buch „Alte Bande“.

In "Alte Bande" widmen sich die Autorinnen den familiären Herausforderungen. Kazis und Ugolini erläutern verschiedene Konfliktfelder, die in späteren Lebensjahren oft auftreten. Dazu nutzen sie Beispielfälle. Da ist die 48-jährige Tochter, die die zunehmende Hilflosigkeit und Anhänglichkeit der Eltern beobachtet und sich Sorgen macht. Oder die 88-Jährige, die im Alltag nicht mehr gut zurecht kommt, aber die Unterstützung der Kinder als Einmischung abwehrt.

Es sind diese authentischen und ehrlichen Situationen, die sicher vielen Lesenden bekannt vorkommen. Die Autorinnen ergreifen dabei jedoch keine Partei, sondern laden dazu ein, das Geschilderte aus beiden Perspektiven zu verstehen – für mehr Verständnis füreinander.

Darum ist das Buch lesenswert:

Das Buch ist ein umfassender Ratgeber rund um Themen, die Kinder und Eltern in späteren Jahren beschäftigen wie Autofahren oder Einzug in ein Heim. Auch Tabu behaftete Themen wie Ekel, Enthemmung oder Todeswunsch stellen Kazis und Ugolini dar. Die Autorinnen laden zum Perspektivwechsel ein, der eine neue Sicht der Dinge ermöglicht. Beim Lesen wird deutlich, dass im Miteinander in dieser Lebensphase etliche Hürden stehen – und dass es auch eine Chance sein kann. Wie das gehen kann, dazu geben die Expertinnen gute Anregungen.



"Alte Bande"
von Cornelia Kazis und Bettina Ugolini
Preis: 34,80 Euro
Xanthippe Verlag, 2023. 19,90 Euro
ISBN: 978 3 905795745

Konzert-Tipp: „Ein Paukenschlag für Musik im Kopf“ am 16. März in München



„Ein Paukenschlag für Musik im Kopf“ - Unter diesem Motto findet am **16. März um 16:00 Uhr ein Konzert** von Desideria Care e.V. und der Josef und Luise Kraft Stiftung statt. Berthold Schick & seine Allgäu 6 präsentieren ein buntes Repertoire, von Volksmusik bis Schlager. Die Moderatoren Sarah Straub und Dominik Glöbl begleiten durch den Nachmittag. Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen sowie Seniorinnen und Senioren sind besonders willkommen.

Ort: Isarphilharmonie (Gasteig HP8), Hans-Preißinger-Straße 8
81379 München
Tickets: Die Karten sind kostenfrei. Bitte über das Buchungssystem anmelden. Die Tickets werden am Infostand von Desideria im Foyer auf Ihren Namen hinterlegt. Der Stand ist ab 15:00 Uhr besetzt.

Hier ein kostenfreies Ticket sichern

Desideria unterwegs

Desideria Vorstand Désirée von Bohlen und Halbach war, begleitet von Gabriele Greenlee, Mitglied des Fachlichen Beirats, als Ehrengast des 30. Dortmunder Naturheilkundetags in einem Podiumsgespräch zu Gast. Gemeinsam mit dem Heilpraktiker Roland Tennie aus Essen sprach sie darüber, wie pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz ganzheitlich unterstützt werden können – von heilpraktischer Betreuung bis hin zu psychosozialen Angeboten.



“Es ist eben wichtig und sinnvoll den medizinischen Aspekt aber auch die psychosoziale Komponente einer Pflegeverantwortung zu verdeutlichen“, so Désirée von Bohlen und Halbach. Ihr besonderer Dank geht an den Bund Deutscher Heilpraktiker, der das Thema pflegende Angehörige bei Demenz aufgegriffen hat und Desideria Sichtbarkeit mit seinen Angeboten bekommen hat.

Digitale Fotoausstellung "Demenz neu sehen" in Ebersberg

Menschen mit Demenz aus einer neuen Perspektive zeigen und in all der Vielfalt, die das Leben mit der Erkrankung bringt. Dafür setzt sich Desideria ein – und tourt mit der Fotoausstellung "Demenz neu sehen" durch verschiedene Ort.

Seit dem 6. März ist die Digitale Ausstellung im Foyer des Landratsamts in Ebersberg zu besichtigen. Noch bis zum 25. März können Sie die Bilder dort anschauen – und Demenz neu sehen.

Wo? Foyer des Landratsamts Ebersberg, Eichthalstraße 5, 85560 Ebersberg

Unterstützen Sie unsere Idee



Désirée von Bohlen und Halbach

Gründerin von Desideria

Inspiriert 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

Startbild Fotocredit: Desideria Preis für Fotografie 2024/Christine Maria Rembeck

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.