

Des`der`a



Demenz
neu sehen

Liebe Leserin, lieber Leser,

der Moment, in dem man als Angehörige erkennen muss, dass ein Leben zu Hause nicht mehr möglich ist, ist einer der schwersten in der Begleitung eines geliebten Menschen mit Demenz. Die Entscheidung für den Umzug in ein Pflegeheim ist oft mit Ängsten, Zweifeln und Schuldgefühlen verbunden. Haben wir wirklich alles versucht? Ist das der richtige Zeitpunkt? Wird es meinem Angehörigen dort gut gehen?

Diese Gedanken sind verständlich – und sie sind belastend. Doch was wir oft vergessen: Ein Umzug kann auch eine Chance sein. Eine Chance auf neue Stabilität, auf eine professionelle Begleitung, die den Alltag erleichtert, auf mehr Zeit für die persönliche Verbindung, wenn die Pflege nicht mehr allein zu stemmen ist.

Bei Desideria begleiten wir Angehörige auf diesem schwierigen Weg. Wir wissen, dass diese Entscheidung nicht leichtfertig getroffen wird. Deshalb möchten wir Mut machen und Orientierung geben. In unseren Austauschformaten, Seminaren und Gesprächen bieten wir einen geschützten Raum, um Unsicherheiten anzusprechen und neue Perspektiven zu entdecken.

Lassen Sie uns gemeinsam nach Wegen suchen, die Entlastung bringen – für Sie und für Ihren geliebten Menschen.

Herzliche Grüße



Désirée von Bohlen und Halbach
Gründerin und 1. Vorständin



Umzugs-Checkliste: Praktische Unterstützung aus dem Leitfaden

Wenn ein Umzug in ein Pflegeheim oder eine Demenz-WG ansteht, gilt es jede Menge zu organisieren. Die Checkliste in unseren Leitfaden **Denk auch an dich** gibt Ihnen praktische Unterstützung und listet die wichtigsten To-dos auf. Das hilft

Ihnen nach einem Plan vorzugehen und in den emotionalen Momenten den Überblick zu behalten.

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



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 die Eltern oder der Partner ins Heim ziehen

Für viele Menschen ist es wohl eine der schwersten Entscheidungen: Wenn ein Angehöriger in ein Pflegeheim zieht. Im Podcast **Leben. Lieben. Pflegen. Der Desideria-Podcast zu Demenz und Familie** widmen sich Coach Anja Kälin und Journalistin Peggy Elfmann dem Thema.

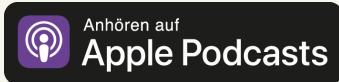
In der Folge **“Wenn Eltern ins Pflegeheim ziehen”** beleuchten sie den Umzug ins Heim aus der Perspektive der Töchter und Söhne. Anja Kälin erklärt, warum die Situation für die Kinder oft schwierig ist: "Sie geht mit einer Entwicklungsaufgabe einher, der sogenannten filialen Krise." In dieser Phase geht es darum, Verantwortung für die pflegebedürftigen Eltern zu übernehmen und Entscheidungen für sie zu fällen. Peggy berichtet, wie es ihr als Tochter ging und wie ihr die Erfahrungen und Ideen von anderen Angehörigen geholfen haben.

[Folge "Eltern im Heim" anhören](#)

Die Perspektive des Partners oder der Partnerin unterscheidet sich häufig von der Perspektive der Kinder. In der Folge **“Wenn der Partner ins Heim zieht”** sprechen Anja und Peggy mit ihrem Gast Heide Hällfritsch über den Umzug ihres Mannes in eine Pflegeeinrichtung. "Es ist wirklich wie eine Trennung", sagt Heide. Die Entscheidung sei ihr schwer gefallen, obwohl sie wusste, dass sie richtig war. Heide berichtet, was ihr geholfen hat. Es brauchte Zeit. Heute sagt sie:

"Ich habe das Gefühl, dass mein Mann entspannt ist und er dort eine liebevolle Betreuung hat – und das ist mir auch das Wichtigste. Ich sitze gerne in seinem Zimmer und mache ihm Musik an. Das ist ein schönes Gefühl, ihn neben mir zu haben."

Folge "Partner" anhören



Auszeit von der Pflege zu Hause

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

“
Die Pflege meiner Mutter laugt mich aus.
Was kann ich tun, damit es mir besser geht?

Ratsuchende bei der Online-Demenzsprechstunde

Die Experten-Antwort:

Familienmitglieder von Menschen mit Demenz sind häufig in Gefahr, sich zu überlasten und zu überfordern. Um gesund zu bleiben, sind Freiräume im Pflege- und Betreuungsalltag wichtig. Haben Sie schon einmal über Kurzzeitpflege nachgedacht oder sich auch mit dem Thema Pflegeheim auseinandergesetzt? Klar, das löst Ängste aus. Gleichzeitig berichten Angehörige, die diesen Schritt gehen, immer wieder, wie gut es doch klappt und dass sie überrascht sind, wie sowohl der Erkrankte die Zeit verkraftet und wie gut es auch ihnen getan hat, mal in den Urlaub zu fahren und für eine gewisse Zeit, die Verantwortung an eine Einrichtung zu delegieren. Solche demenzfreien Inseln zu schaffen und für einen Moment für

sich selbst zu sorgen, ist essenziell. Nur wer selbst stabil im Leben steht, kann für einen erkrankten Angehörigen da sein.

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

Hier Ihre Frage stellen

Angehörigenseminare und Demenz Buddies

Die Begleitung eines nahen Menschen mit Demenz ist fordernd – körperlich, emotional und macht oft auch einsam. Viele Angehörige fühlen sich mit ihrer Belastung allein, weil ihr Umfeld kaum nachvollziehen kann, was es bedeutet, täglich mit den Herausforderungen der Erkrankung zu leben.

Die **Desideria Angehörigenseminare** bieten Ihnen einen geschützten Raum zum Austausch mit Menschen, die Ähnliches erleben. 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 ein besonderes Angebot: die **Demenz Buddies**. Dies ist ebenfalls eine Online-Angehörigengruppe, die sich einmal im Monat trifft. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Die beiden Familientherapeutinnen und Demenzexpertinnen Anja Kälin und Christine Schönemann bieten mit den Demenz Buddies einen geschützten Raum für den persönlichen Austausch mit anderen Young Carern.

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

Die nächsten Online-Seminare starten am:



Mittwoch, 05.03.2025, 18:00 - 20:00 Uhr

Leitung: Nan Mellinger



Montag, 17.03.2025, 19:00 - 21:00 Uhr

Leitung: Karena Breitenbach



Dienstag, 25.03.2025, 19:00 - 21:00 Uhr

Leitung: Wolfgang Scharna



Demenz-Buddies

Mittwoch, 30.04.2025, 19:00 - 21:00 Uhr

Leitung: Anja Kälin und Christine Schönemann

[Infos & Anmeldung](#)

Desideria-Impulsworkshop

Umzug ins Pflegeheim? Impulsworkshop am 27. Februar

„Das geht schon noch.“ Kommt Ihnen dieser Gedanke bekannt vor? Häufig taucht er im Zusammenhang mit der Frage auf, ob die Pflege zuhause noch gut gelingt. Der Umzug in ein Pflegeheim macht vielen Menschen Sorge. Sich damit zu beschäftigen, fällt oft schwer – und häufig wird das Thema verdrängt, bis etwa ein Unfall keine andere Wahl mehr lässt.

Familien-Coach Karena Breitenbach kennt das Gefühlschaos sehr gut, das viele pflegende Angehörige beim Thema Pflegeheim erleben. „Da kommen häufig auch Schuldgefühle auf, weil man es sich doch anders versprochen hat“, sagt sie. „Ich dachte immer, keiner kennt meine Mutter so gut wie ich und kann sie so gut pflegen wie ich. Ich wollte es vermeiden, dass sie in ein Heim zieht.“ Doch die Erfahrung belehrte sie eines besseren. „Im Heim erlebte ich, dass andere Menschen einen anderen Zugang zu meiner Mutter fanden und sie so bestmöglich betreut und aktiviert wurde“, erzählt Karena Breitenbach.

In dem nächsten **Impulsworkshop am Donnerstag, 27.02.2025 von 19:00 bis 20:45 Uhr** lädt Karena Breitenbach Angehörige ein, sich dem Thema Pflegeheim zu nähern. Die Veranstaltung findet online per Zoom statt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Die Expertin wird einen Impulsvortrag geben, zu folgenden Themen:

- Wie rede ich mit meinem Angehörigen über das Thema?
- Wann ist der richtige Zeitpunkt für den Umzug in ein Heim?
- Was hilft, um mit dem schlechten Gewissen umzugehen?

Im Anschluss findet ein Austausch im Workshop-Format unter den Teilnehmenden statt.

[Zum Workshop anmelden](#)

Über die Impulsworkshops

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.

Community-Abend mit Vortrag zu rechtlichen Fragen am 19. März

Alle Mitglieder der Desideria-Community laden wir am **19. März 2025 von 18:00 bis 20:00 Uhr** zu einem exklusiven Digitalen Community-Abend ein. Im

Mittelpunkt steht ein Vortrag zu rechtlichen und organisatorischen Aspekten der Betreuung von Angehörigen.

Freuen Sie sich auf einen Fachvortrag von Dr. Bertil Sander, Experte für rechtliche und organisatorische Aspekte der Betreuung von Menschen mit Demenz. Themen unter anderem:

- Gesetzliche Betreuung vs. Vorsorgevollmacht
- Wichtige Regelungen für fortschreitende Erkrankung
- Tipps für bestmögliche Unterstützung

Erhalten Sie wertvolle Orientierung für wichtige Entscheidungen – wir freuen uns auf den Austausch mit Ihnen!

Infos und Anmelde­möglichkeit

Film­vorführung und Gespräch auf dem Demenz Meet München am 29. März - mit Sofia Jüngling-Badia



Sofia, ihr Vater und ihre Pflege-WG

Am **Samstag, 29. März 2025**, lädt Desideria zum 3. Demenz Meet München ein. Menschen mit Demenz, Angehörige und Fachleute werden auf der Bühne stehen und ihre Erfahrungen weitergeben.

Eine der Speakerinnen ist Sofia Jüngling-Badia. Sie lebt mit ihrem Vater Herwig, den sie liebevoll Paps nennt, in einer inklusiven Pflege-WG. Was als vorübergehende Lösung in Corona-Zeiten begann, entwickelte sich zu einer guten Lösung für beide: Der Vater wohnt im vertrauten Zuhause, Sofia hat Unterstützung bei der Betreuung ihres Vaters. Die Filmemacherin Susanne Fiedler hat für den Bayerischen Rundfunk eine sehenswerte Dokumentation über diese Pflege-WG gedreht.

Auf dem Demenz Meet zeigen wir einen Ausschnitt des Films und Sofia und Susanne berichten von den Dreharbeiten. “Durch Sofia und Herwig habe ich einen Zugang zum Thema Demenz bekommen. Das hat auch Ängste abgebaut, die ich bis dahin hatte”, sagt die Filmemacherin. Die ganze Dokumentation finden Sie in der ARD Mediathek.

Weitere Highlights auf dem Demenz Meet:

- Musik von Liedermacherin Sarah Straub
- Live-Zeichnen mit Demensch-Cartoonist Peter Gaymann
- Expertenwissen „Frag nach Demenz“
- Mitmach-Aktionen wie das Worldcafé
- Infostände der Münchner Demenzorganisationen

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: www.desideria.org/angehoerigen-community-mitgliederbereich

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

Einladung zum Konzert: Eine Reise durch die Welt der Musik

„Ein Paukenschlag für Musik im Kopf“ - Unter diesem Motto findet am **16. März ein Konzert** von Desideria Care e.V. und der Josef und Luise Kraft Stiftung statt. Berthold Schick & seine Allgäu 6 präsentieren ein abwechslungsreiches Repertoire, das von Volksmusik bis hin zu Schlagern reicht. Die Moderatoren Sarah Straub und Dominik Glöbl begleiten durch den Nachmittag und singen gemeinsam mit dem Publikum die Lieder der Band mit. Seien Sie dabei bei diesem einzigartigen Musikerlebnis.

Ort: Isarphilharmonie (Gasteig HP8), Hans-Preißinger-Straße 8
81379 München

Termin: 16. März, 16:00 Uhr (Einlass ab 15:30 Uhr)

Tickets: Die Karten sind kostenfrei, das Kontingent allerdings begrenzt. Bitte über das Buchungssystem anmelden. Die Tickets werden am Infostand von Desideria im Foyer auf Ihren Namen hinterlegt und können vor dem Konzert dort abgeholt werden.

[Zum Konzert anmelden](#)

Willkommen im Desideria-Team!

Peggy Elfmann ist Journalistin und pflegende Angehörige. Sie schreibt und spricht viel über Pflege und Demenz. In ihrem neuen Buch "Meine Eltern werden alt" macht sie Mut, sich frühzeitig mit dem Thema Pflege zu beschäftigen und zeigt, wie Familien dies tun können. Sie hostet für Desideria den Podcast "Leben. Lieben. Pflegen" und unterstützt das Desideria Team ab sofort redaktionell.



[Zum Interview mit Peggy](#)

Unser Buch-Tipp: "Entscheidung Pflegeheim" von Michaela Küpper

Michaela Küpper arbeitet seit mehr als drei Jahrzehnten in Pflegeheimen. In all den Jahren hat sie viele Menschen beim Einzug in ein Pflegeheim begleitet und kennt die Herausforderungen. Mit ihrem Ratgeber möchte sie Angehörige auf diesem Weg unterstützen.

Zu Beginn des Buches wird eine Familie vorgestellt, in der sich sicher viele Angehörige wiederfinden können. Willi Kluge hat Demenz, seine Frau Lieselotte pflegt ihn. Nach einem Sturz wird klar, dass die 80-Jährige die Pflege zu Hause nicht mehr stemmen kann. Nun kommen all die Themen auf, die Familien dann klären müssen: Wie beantragen wir einen Pflegegrad? Wie finden wir ein gutes Heim? Es wird deutlich, welche emotionale Herausforderungen jedes Familienmitglied erlebt.

Im zweiten Teil des Buches finden sich Informationen und praktische Tipps zur Pflegeheim-Suche, zum Einzug ins Heim und zum Alltag. Die Pflegeheim-Expertin klärt auch über besondere Situationen wie Freiheitsentziehende Maßnahmen und Palliative Pflege auf. Im letzten Kapitel des Buches geht es um die Erkrankung Demenz und die Bedeutung für ein Leben im Pflegeheim.

Darum ist das Buch lesenswert:

Dieses Buch beinhaltet alles, was Angehörige zum Thema Pflegeheim wissen müssen: praktische Informationen, konkrete Fragen zur Pflegeheim-Suche und Hintergrundwissen. Als Angehörige fühlt man sich verstanden und erfährt Lösungsmöglichkeiten. Das macht Mut. Gut zu wissen, was wichtig ist beim Umzug und Alltag in einem Heim!



**Entscheidung Pflegeheim.
Praktischer Begleiter in einer
herausfordernden Lebenssituation.**

Preis: 19,90 Euro
ISBN: 978 3000 7627 58

Tanzend Erinnerungen wecken

Die Malteser laden am **1. März von 14:00 bis 17:00 Uhr zum Tanz-Tee ein**. Verbringen Sie einen entspannten Nachmittag mit Tee, Kaffee, Kuchen und Live-Musik. Das Angebot ist kostenfrei und richtet sich an Seniorinnen und Senioren mit und ohne Demenz sowie deren Angehörige.



Anmeldung: Birgit.Schuster@malteser.org oder
Telefon: 0172/84 23 995, Ort: Streitfeldstraße 1, 81673 München

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

Desideria



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.