



Liebe Leserinnen und Leser,

wir hoffen, Sie sind alle gut in das neue Jahr gekommen und wünschen Ihnen für 2019 Gesundheit, Glück und Frieden.

Wie im letzten Newsletter angekündigt, haben wir Fragen an die großen Bremer Parteien verschickt, um zu erfahren, was sie für Menschen mit Demenz, ihre Angehörigen und auch für diejenigen, die in der Pflege arbeiten, tun werden, wenn sie im Mai gewählt werden. Von einer Partei haben wir bereits eine Antwort erhalten, zwei Parteien baten um eine Fristverlängerung, daher werden wir erst im nächsten Newsletter im April die Antworten veröffentlichen.

Herzliche Grüße

Tanja Meier, Stefanie Arndt-Bosau und Tobias Opelt

Tanja Meier

Tel: 0421 / 14 62 94 44

Stefanie Arndt-Bosau

Tel: 0421 / 14 62 94 45

Tobias Opelt

Tel.: 0421 / 14 62 94 46

Bahnhofstr. 32
28195 Bremen

info@diks-bremen.de
www.diks-bremen.de

Aktuelles

In dieser Ausgabe

Neue Pflege- Wohngemein- schaft für Men- schen mit De- menz

Martinsclub Bremen e. V. gestaltet das Leben im „Blauhaus“ mit - Wegweisendes Wohnangebot für Menschen mit Demenz

Der Martinsclub hat in Bremens Überseestadt zwischen der Herzogin – Cecilie – Allee, der Ehrenfelsstraße sowie dem Kommodore – Johnsen – Boulevard eine großzügige Wohnung für acht Menschen mit Demenz geplant. Die Räumlichkeiten sind 320qm groß. Sie befinden sich im Erdgeschoss und haben einen direkten Zugang zu einer eigenen Terrasse sowie dem Innenhof mit Garten. In direkter Nachbarschaft befindet sich ein Kindergarten. Die Wohnung ist in das Wohnprojekt „Blauhaus“ integriert. Hier finden insgesamt 170 Menschen ein neues Zuhause. Dieses gemeinschaftliche Wohn- und Arbeitsvorhaben ist bislang einzigartig in der Bundesrepublik.

Experten für ambulantes Wohnen

Die Lebensgemeinschaft soll den Bewohnern mit Demenz langfristig eine vertraute Umgebung bieten. Ein Pflegedienst unterstützt im Alltag und bietet im Hintergrund eine 24 Stunden-Betreuung an. Eine professionelle Wohnleitung sorgt für einen geregelten Tagesablauf und kümmert sich um die Beziehungspflege nach innen und außen. In zahlreichen Bremer Wohnprojekten hat der Martinsclub bewiesen, dass er ein zuverlässiger Partner ist. Zudem ist der Träger der freien Wohlfahrtshilfe ein Vorreiter, wenn es um ambulante und inklusive Wohnformen geht. Bereits seit 45 Jahren setzt sich der Martinsclub für die Selbstbestimmung von Menschen mit Beeinträchtigung in Bremen ein.

Das Wohnkonzept entlastet die Angehörigen, verlangt aber auch von ihnen Verantwortung im Alltag zu übernehmen. Die Bewohner, Angehörigen oder Freunde bilden eine Auftraggeber Gemeinschaft. Sie bestimmen mit über neue Anschaffungen, Ausflüge, Speisepläne und die Bewohnerauswahl. Diese Alltagsregelungen werden in Zusammenarbeit mit dem Martinsclub schriftlich vereinbart.

Neue Wohngemeinschaft vom
Martinsclub (Seite 1)

Neue Wohngemeinschaft von der
Bremer Heimstiftung (Seite 2)

Kulturatelier der Fachstelle Alter
im Forum Kirche (Seite 2)

Kulturangebot in Marßel (Seite 3)

Digitaler Erinnerungscoach von
der DAK (Seite 3)

Der Buchtipps von Tobias Opelt
„Dement aber nicht bescheuert“
(Seite 4)

Neuigkeiten der Dt. Alzheimer
Gesellschaft (Seite 5)

Demenzcafés (Seite 6)

Sonstige regelmäßige stattfindende
Angebote (Seite 6)

Veranstaltungen von Mitte Januar
bis Mitte April (ab Seite 12)



montags – donnerstags
14.00 – 17.00 Uhr

NEU: Freitags

10.00 – 13.00 Uhr

Tel: 79 484 98

info@helpline-bremen.de



Auch zusätzliche in Anspruch genommene Dienstleistungen in den Bereichen der Pflege, Hauswirtschaft und Betreuung können hier festgehalten werden. Ab Januar 2019 ruft der Martinsclub eine Arbeitsgemeinschaft zur Initialisierung der Auftraggeber Gemeinschaft ins Leben, die sich einmal monatlich an einem Samstag trifft. Der genaue Termin und der Ort werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Eigene Zimmer, individuell gestaltet

Die individuelle Vertragsgestaltung bestimmt über die Versorgungsqualität und die Kosten von Betreuung und Pflege. Konkret bedeutet das: Alle zwei Jahre wird mit einer 2/3 Mehrheit entschieden, welcher Pflegedienst beauftragt wird. Der zusätzliche Mietvertrag für die Anmietung der Wohnräume wird unabhängig davon mit dem Martinsclub geschlossen.

Der Martinsclub organisiert die Grundausstattung des Wohnprojekts. Die barrierefreie Nutzung der Gemeinschaftsräume und Pflegebäder hat dabei höchste Priorität. Zudem geht die Licht- und Farbgestaltung der Räumlichkeiten auf die besonderen Bedürfnisse von Menschen mit Demenz ein. Jedes Wohnmitglied hat ein eigenes Zimmer, das individuell mit persönlichen Gegenständen eingerichtet wird. Während die Bewohner für die Miete von 327,09€ pro Person (zzgl. Nebenkosten) aufkommen müssen, werden die Kosten für Pflege- und Betreuungsleistungen durch die Ansprüche auf Leistungen nach dem SGB XI getragen.

Die Wohnanlage wird voraussichtlich im Herbst 2019 fertiggestellt. Bei Fragen und Interesse steht ihnen die zukünftige Wohnleitung Herr Cedric Kroll telefonisch unter 0421 53747 – 787 oder per E-Mail unter c.kroll@martinsclub.de zur Verfügung.

Noch eine neue Pflege-Wohngemeinschaft

Neueröffnung im Haus Stadtwerder

Familiäre Atmosphäre und Sicherheit, das bieten die Pflege-Wohngemeinschaften der Bremer Heimstiftung. In der neuen Pflege-Wohngemeinschaft im Haus Stadtwerder können Mieter ein eigenes Zimmer nach Ihren Wünschen einrichten. Dazu gehören ein eigenes Bad und eine Terrasse, denn auch Privatsphäre ist wichtig.

Doch im Vordergrund steht in einer Pflege-Wohngemeinschaft der gemeinsame Alltag. In der offenen Wohnküche können die Mieter bei der Zubereitung der Mahlzeiten aktiv mitwirken, wenn es Ihnen Spaß macht. Weil alles frisch auf den Teller kommt, kann jeder den Speiseplan nach seinem Geschmack mitgestalten. Wir fördern das Miteinander und sorgen für Abwechslung im Alltag mit einem Programm, das zum Mitmachen animiert. Familienangehörige und Freunde sind uns mit ihren Ideen und Engagement ebenfalls herzlich willkommen. Vielleicht feiern Sie mit Ihnen Geburtstag, wagen mit Ihnen und Ihren neuen "Nachbarn" ein Kartenspiel, planen einen Ausflug oder schauen einfach auf einen Kaffee vorbei?

Die Möglichkeit zwischen aktiver Teilhabe und Rückzug sorgen für Wohlbefinden. Wohnen und assistierende Tätigkeiten stehen gleichberechtigt nebeneinander und tragen den differenzierten Versorgungswünschen und dem individuellen Hilfebedarf Rechnung.

Ein Konzept, das sich insbesondere auch für Menschen mit einer Demenz eignet, denn diese Wohnform bietet den Betroffenen die nötige Stabilität vor allem durch räumliche Überschaubarkeit und eine enge persönliche Begleitung.

Kontakt:

Haus Stadtwerder - Birgit Riekens –Tanzwerder 20 – 28199 Bremen

Tel: (0421) 84741966

www.bhs-stadtwerder@bremer-heimstiftung.de

Neues Kulturangebot ab dem 7.2.2019

Kulturatelier – Freiraum für Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen

Wöchentlich treffen wir uns donnerstags von 9.00 – 12.00 Uhr, um gemeinsam kreativ zu sein, Kunst zu schaffen und so den Alltag hinter sich zu lassen. Wir bieten Projekte mit unterschiedlichen Themen an (Musik, Farben, Biografiearbeit etc.), wobei zwischendurch genug Zeit bleibt sich mit den anderen Teilnehmenden auszutauschen. Nach dem Abschluss eines Projekts (etwa 3-6 Monate) starten wir mit einem neuen Thema.



Kulturangebot in Marßel

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

Ort: Begegnungszentrum St. Michaelis - St. Stephani, Doventorsteinweg 51, Bremen

Veranstalter: Fachstelle Alter im forum Kirche

Informationen und Anmeldung: Babette Ehlers 0160 / 97 70 14 29; Rica Poppe 0421 / 34 615-12

Kulturelle Auszeit für pflegende Angehörige

Jeden Freitag findet im Nachbarschaftshaus Marßel e.V individuelle Angebote für pflegende Angehörige statt, wie zum Beispiel: Bingo, Gymnastik, Klönen mit Kaffee trinken, Sitztanz, Yoga für Senioren und Angehörige, Film Nachmittage etc. Das Angebot richtet sich ganz nach Ihnen, Sie sollen sich wohlfühlen. Mit dem Angebot bietet das Nachbarschaftshaus Marßel ab sofort gesellschaftliche-kulturelle Angebote an, damit Sie sich regelmäßig und aktiv vom pflegerischen Alltag erholen können.

Menschen, die sich täglich liebevoll um die Pflege eines Angehörigen kümmern, sind oft emotional und körperlich hohen Belastungen ausgesetzt. Denn neben der Pflege eines lieben Angehörigen gilt es oft auch noch, sich um den Haushalt, den Einkauf und die Bedürfnisse anderer Familienmitglieder zu kümmern. Das alles bedeutet ein hohes Arbeitspensum und kann auf Dauer zu Stress führen, der zermüht, müde macht und die ursprüngliche Motivation untergräbt.

Wo bleibt die Zeit, sich auch um sich selbst zu kümmern?

So, wie sich eine Batterie bei ständigem Gebrauch langsam entleert und neu aufgeladen werden muss, so brauchen auch pflegende Angehörige regelmäßig neue Impulse und Energie, um ihren täglichen Aufgaben gewachsen zu sein. Im Nachbarschaftshaus Marßel e.V. werden Ihnen mit dem Projekt „Kulturelle Auszeit für pflegende Angehörige“ gesellschaftlich-kulturelle Angebote angeboten, damit Sie sich regelmäßig und aktiv vom pflegerischen Alltag erholen können. Sie haben die Möglichkeit, Anteil am sozialen Miteinander vor Ort zu haben, Austausch und Anregungen zu erfahren, körperlich fit zu bleiben, neue Energie zu tanken und auch mal die Gedanken in andere Richtungen zu lenken, um so einen kulturellen Ausgleich zu finden. Das Projekt „Kulturelle Auszeit für pflegende Angehörige“ wird gefördert durch die Bremer Senatorin für Soziales, Jugend, Frauen, Integration und Sport.

Sie können auch Ihre pflegebedürftigen Angehörigen mitbringen. Jeder, der etwas Gutes für sich tun möchte, ist herzlich willkommen. Das Angebot ist kostenlos!

Zielgruppe: Pflegende Angehörige und auch ihre Pflegebedürftigen

Ort: Nachbarschaftshaus Marßel e.V., Helsingborgerstraße 36, 28719 Bremen

Zeit: Jeden Freitag. Uhrzeiten und Termine nach Absprache

Bei Interesse melden Sie sich gerne bei Christine Mehrrens,

Montag bis Freitag von 7.00 - 15.00 Uhr

Telefon: 0421 / 636 06 98 E-Mail: nh-marssel@web.de

Digitaler Erinnerungcoach

Mit dem ALEXA –Skill der DAK das Gedächtnis aktivieren

Die Krankenkasse DAK hat einen „Erinnerungcoach“ für den digitalen Sprachassistenten ALEXA von Amazon entwickelt. Er soll bei Menschen mit leichter Demenz das Gedächtnis aktivieren, in dem Sprichwörter ergänzt, Märchen erraten oder Geräusche erkannt werden müssen. Jeder – also auch Personen, die nicht bei der DAK versichert sind, kann dieses Angebot nutzen, allerdings sollte man sich vorher unbedingt die Nutzungsbedingungen und Datenschutzerklärung durchlesen.

Hier finden Sie mehr Informationen dazu:

<https://www.dak.de/dak/leistungen/alexa-skill-dak-erinnerungs-coach-1990648.html>

Wir von der DIKS würden gerne wissen, ob das schon mal jemand ausprobiert hat und wenn ja, welche Erfahrungen er damit gemacht hat. Ist das zu empfehlen?

Wir würden uns über Rückmeldungen von Ihnen freuen.

**Buchtipp von
Tobias Opelt**

„Dement aber nicht bescheuert – Für einen neuen Umgang mit Demenzkranken“ –
von Michael Schmieder und Uschi Entenmann.

Michael Schmieder ist Ethiker und Pfleger. Er leitete 30 Jahre lang das Pflegeheim Sonnweid in der Schweiz und gilt als wichtiger Erneuerer der Betreuung und Pflege von Menschen mit Demenz. Außerdem ist er Redakteur der Demenz-Zeitschrift „Das Heft“. Uschi Entenmann ist Autorin bei Zeitenspiegel Reportagen in Weinstadt.

In dem 2015 erstmalig erschienenen Buch „Dement aber nicht bescheuert“ berichtet Schmieder zunächst aus der Zeit, als er das Heim Sonnweid in der Nähe von Zürich als neuer Leiter übernommen hatte und wie es dazu kam, dass er neue Wege in der Betreuung und Pflege von Menschen mit Demenz gehen wollte und mit welchen Hindernissen er dabei zu kämpfen hatte.

Der Grundsatz, der hinter den beschriebenen Veränderungen steht, ist es, individuell auf die Betroffenen einzugehen und nicht immer nach vorgegebenen Richtlinien zu handeln.

Wie er zu bestimmten (individuellen) Lösungsstrategien gekommen ist, wird anhand von Beispielen aus dem Heimalltag sehr anschaulich beschrieben. Die ursächliche Beobachtung, die ihn dazu brachte einen neuen Weg zu beschreiten, war seine Erfahrung, dass Menschen mit Demenz in Pflegeheimen unter gewaltigen Stress stehen und alle anderen Bewohner ebenfalls unter Stress setzen, weshalb er eine Unterbringung nach Art und Grund der Erkrankung in wohnlichen Gruppen innerhalb der Einrichtung etablierte. Andere Heime hatten zu diesem Zeitpunkt ebenfalls bereits angefangen spezielle Wohnbereiche für Menschen mit Demenz einzurichten. Diese Versuche waren ihm allerdings zu halbherzig, da zu wenig Wert auf Wohnlichkeit und Eigeninitiative der Bewohner gelegt wurde und die Unterschiede zwischen den Bewohnern zu groß waren. Er versuchte hingegen die Wohngruppen möglichst nah an familiären Strukturen auszurichten. Mit den Fallbeispielen aus dem Alltag wird außerdem versucht, Verständnis und Empathie für die betroffenen Personen hervorzubringen und aufzuzeigen, dass es sich bei den Bewohnern nicht nur um „wandelnde Hüllen“ oder „gewalttätige Kreaturen“ handelt.

Er kritisiert, dass dieses Bild durch die Medien immer weiter getragen wird, um Emotionen bei den Lesern zu wecken und Effekthascherei zu betreiben. Außer kollektiver Betroffenheit, die wiederum zu neuen Verordnungen für Heime führt, wird so allerdings nichts verändert. Schmieder würde sich eine Veränderung lieber dahingehend wünschen, dass den Betroffenen mehr Freundlichkeit und Respekt entgegenet wird, wozu es allerdings mehr als nur neuer Verordnungen bedarf.

Generell versteht sich dieses Buch als Plädoyer dafür, Menschen mit Demenz so anzunehmen wie sie sind, ihre Bedürfnisse ernst zu nehmen und sie mit Respekt zu behandeln, da es sich grundsätzlich um sensible und ehrliche, direkte Menschen handelt. Ihre Verwirrtheit gäbe ihnen die Möglichkeit, sich selbst ohne Hemmschwelle zu erleben und bisher ungesagtes zu sagen, ungeachtet von gesellschaftlichen Konventionen. Die Zwänge bestünden nur bei Außenstehenden, so dass Schmieder davon ausgeht, dass ab einem bestimmten Punkt, wenn die Verwirrtheit fortgeschritten ist, das Verhalten meist nur noch für die Mitmenschen ein Problem ist, nicht für die Betroffenen selbst.

Das Buch versteht sich selbst auch als „Handreichung für Angehörige, die nach Hilfe suchen“ und kann Angehörigen dabei behilflich sein, Menschen mit Demenz besser zu verstehen und einen besseren Zugang zu ihnen zu finden. Er geht nicht davon aus, dass dies immer leicht sei und zeigt auch auf, dass die Betroffenen in vielen Momenten auch so ehrlich und direkt sein können, dass es schockieren kann und es nicht leicht fällt, das immer auszuhalten und dabei Haltung zu bewahren, sondern dass es unter Umständen auch eine gewissen Entschlossenheit braucht, um Konflikte nicht ausufern zu lassen. Neben Angehörigen von Menschen von Demenz ist dieses Buch für alle geeignet, die sich mit dem Thema Demenz beschäftigen.

Das Buch hat 224 Seiten und ist 2015 im Ullstein-Buchverlag erschienen. 2018 wurde es zudem als Taschenbuch herausgebracht. Gegliedert ist es in 11 Kapitel und durchweg in einer einfachen Sprache gehalten, wodurch es auch für Laien, die sich mit der Thematik bisher nicht auseinandergesetzt haben, gut verständlich und lesbar ist.



Neuigkeiten von der Deutschen Alzheimer Gesellschaft

(Quelle: Newsletter der Deutschen Alzheimer Gesellschaft 7/2018 vom 18.12.2018)
www.deutsche-alzheimer.de

Aktualisierte Infoblätter

Mit den Informationsblättern informiert die Deutsche Alzheimer Gesellschaft in kurzer und übersichtlicher Form über wichtige Themen, die im Zusammenhang mit Demenz eine Rolle spielen. Drei der Infoblätter wurden in den letzten Wochen überarbeitet und stehen nun in aktueller Fassung zur Verfügung:

Die Diagnose der Alzheimer-Krankheit und anderer Demenzerkrankungen: im Infoblatt wird erklärt, welche Schritte zu einer Diagnostik gehören, wie sich die häufigsten Demenzerkrankungen unterscheiden und warum eine genaue Diagnose wichtig ist. Das Infoblatt wurde von PD Dr. Martin Haupt überarbeitet.

Das Infoblatt **Klinische Forschung:** erläutert die verschiedenen Fragestellungen der medizinischen Forschung im Zusammenhang mit Demenzerkrankungen. Es gibt Hinweise darauf, woran man seriöse Forschung erkennt und worauf man achten sollte, wenn man an Forschungsstudien teilnehmen möchte. Dieses Infoblatt haben Prof. Dr. Alexander Kurz und Dr. Timo Grimmer aktualisiert.

Die Lewy-Körperchen-Demenz: - ebenfalls von PD Dr. Martin Haupt auf den neuesten Stand gebracht. Das Infoblatt informiert über Symptome, Verlauf und Behandlung dieser seltenen Demenzerkrankung, die ungefähr 5 Prozent aller Demenzen verursacht.

Alle Infoblätter stehen kostenlos zum Herunterladen bereit auf der Homepage der Deutschen Alzheimer Gesellschaft.

Zeitschrift Alzheimer Info 4/2018

Seit Ende des 20. Jahrhunderts befinden wir uns im Zeitalter der "Digitalen Revolution". Manche Menschen gehen mit den neuen Möglichkeiten ganz unbefangen um, andere haben Vorbehalte und Ängste. Werden Roboter in Zukunft die Betreuung und Pflege von Menschen mit Demenz übernehmen? Welche Möglichkeiten bietet die "smarte" Technik? Und welche ethischen Fragen stellen sich bei ihrer Nutzung? Um diese und weitere Fragen geht es in der aktuellen Ausgabe der Mitgliederzeitschrift der Deutschen Alzheimer Gesellschaft.

Viele Angehörige sind unsicher, welche Rechte ihnen als Bevollmächtigte oder rechtliche Betreuer bzw. Betreuerinnen eines Menschen mit Demenz zustehen. Zu diesem Thema informiert ein Beitrag der Juristin Bärbel Schönhof. Außerdem erfahren Sie Neues aus der Arbeit der Alzheimer-Gesellschaften, erhalten Hinweise auf lesenswerte Bücher und Vieles mehr.

Das Alzheimer Info kostet bei Einzelbestellung 3 Euro, im Jahresabo 12 Euro.

Auszeichnung für pflegende Angehörige und Ehrenamtliche

2019 verleiht compass private pflegeberatung zum 5. Mal einen Preis an pflegende Angehörige und ehrenamtlich Tätige. Mit der Auszeichnung will compass zu einer gesamtgesellschaftlichen Anerkennungskultur beitragen, die hervorhebt, wie essentiell pflegende Angehörige für die Gesellschaft sind. Bis zum 28. Februar 2019 können Personen für die Auszeichnung vorgeschlagen werden, die ehrenamtlich oder im persönlichen Umfeld sich in besonders aufopferungsvoller Weise um pflegebedürftige Menschen kümmern. compass kooperiert 2019 zum zweiten Mal mit der Woche der pflegenden Angehörigen aus Berlin, die einen berlinweiten Pflegepreis verleiht, den Berliner Pflegebär.

Ausführliche Informationen sowie das Bewerbungsformular finden Sie unter www.compass-pflegeberatung.de/pflegecompass



Demenz Cafés

Demenzcafés sind offene Angebote, die zum Ziel haben, pflegende Angehörige stundenweise zu entlasten und Menschen mit Demenz in Gesellschaft zu bringen. In der Zeit, in der das demenzkranke Familienmitglied betreut wird, haben Angehörige die Möglichkeit, eine kleine „Auszeit“ zu nehmen. Neben Kaffee, Kuchen und Klönschnack gibt es in den Demenzcafés verschiedene Angebote (z.B. Musik, Spiel, Basteln, Singen, Bewegung,...). In der Regel werden lediglich Kosten für Kaffee und Kuchen berechnet.

Weitere Angebote, wie z.B. Tagesbetreuungsgruppen (auch Wochenendangebote), die als niedrigschwellige Angebote anerkannt sind, finden Sie unter <http://www.diks-bremen.de/adressen>

Huchting

Jeden Donnerstag
14.30 – 17.30 Uhr
Kosten: siehe
rechts

Öffentliches Betreuungscafé

Miteinander reden, lachen oder basteln für Menschen mit Demenz. Offenes Angebot mit dem Ziel, pflegende Angehörige stundenweise zu entlasten und Menschen mit Demenz in Gesellschaft zu bringen. Mit Anmeldung!

Zielgruppe: Menschen mit Demenz
Ort: Haus Am Sodenmatt II, Zwischen Dorpen 1
Kosten: 5,00 € für Kaffee und Kuchen
Veranstalter: Senioren Wohnpark Weser GmbH, Haus Am Sodenmatt II
Anmeldung: Tel. 57 95 36

Vahr

Jeden letzten
Samstag im Monat
15.00 – 17.00 Uhr
Kosten: siehe
rechts

Café Haltestelle

Neben Kaffee, Kuchen und Klönschnack gibt es wechselnd immer ein zusätzliches Angebot (Musik, Spiel, Basteln, Singen, Bewegung,...)

Zielgruppe: Menschen mit Demenz, Angehörige, Freunde und Interessierte
Ort: Familien- und Quartierszentrum Neue Vahr Nord, August-Bebel-Allee 284
Kosten: Kaffee/Tee = 0,50 €, Kuchen = 1,00 €, Musik = umsonst
Veranstalter: Familien- und Quartierszentrum Neue Vahr Nord e.V.
Ansprechpartnerinnen: Frau Michaelis oder Frau Kusen, Tel. 67 32 84 31

Sonstige regelmäßig stattfindende Angebote & Kurse

Neustadt

Am 3. Montag
im Monat
16.00 Uhr
Kosten: keine

Gottesdienst für Menschen mit Demenz

Halbstündiger katholischer Wortgottesdienst (ohne Eucharistie)

Zielgruppe: Menschen mit und ohne Demenz
Ort: Kapelle Herz Jesu, Kornstraße 371
Veranstalter: Katholischer Gemeindeverband in Bremen/Pfarrbüro im
Altenzentrum St. Michael
Information: Diakon Lübbe, Tel. 80 95 62 40

Gröpelingen

Montags 14-tägig
15.00 – 16.30 Uhr
Kosten: keine

Wie es früher war und heute ist – Moderierte Erzählwerkstatt

Jeden 2. Montag wird mit netten Menschen über damals geschnackt. Gleichzeitig wird geschaut, wie es heute so ist. Da gibt es so manche neuen Sachen zu entdecken, die einst undenkbar gewesen wären. Das verspricht spannende und anregende Nachmittage!

Zielgruppe: Menschen mit und ohne Demenz
Ort: Tagespflege im Stiftungsdorf Gröpelingen Gröpelinger Heerstraße 228
Veranstalter: Stiftungsdorf Gröpelingen in Kooperation mit dem Gesundheitstreffpunkt



West und der Stadtbibliothek West im Rahmen der Initiative „Heimathafen Bremer Westen für Menschen mit und ohne Demenz“

Hemelingen
Jeden Dienstag
15.00 – 17.00 Uhr
Kosten: keine

Seniorencafé mit Spiel und Spaß im Familienzentrum MOBILE

Bewegungseingeschränkte Besucher/innen können vom ASB-Fahrdienst abgeholt werden können. Anmeldung erbeten!

Zielgruppe: Menschen mit beginnender Demenz und Angehörige

Ort: Familienzentrum MOBILE, Hinter den Ellern 1a

Veranstalter: Aufsuchende Altenarbeit Hemelingen in Kooperation mit der „Alten Vielfalt für Menschen mit Demenz“

Information/Anmeldung: Frau Dönselmann, Tel. 361 - 1 66 06

Mitte
Am 2. Mittwoch
im Monat
10.00 – 11.30 Uhr
Kosten: keine

Anti-Dementi: Selbsthilfegruppe für Menschen mit beginnender Demenz

Gedankenaustausch in lockerer, angenehmer Atmosphäre. Es geht um Fragen wie: Was bedeutet die Diagnose für mich? Was kann ich selbst tun? Wie geht der Partner damit um? Wie gehen die Kinder, Freunde und Nachbarn damit um? Was brauchen wir? Was fordern wir?

Die Teilnehmer können anonym bleiben. Wenn Sie Interesse an den Gruppentreffen haben, melden Sie sich bitte vorher über die Help-Line an. Zeitgleich können sich die Angehörigen in einem Nebenraum austauschen.

Zielgruppe: Menschen mit beginnender Demenz und Angehörige

Ort: DIKS, Bahnhofstr. 32, DIKS, Bahnhofstr. 32/Eingang über den Philosophenweg

Anmeldung: Help-Line, Tel. 79 484 98 von 14.00 – 17.00 Uhr

Sebaldsbrück
14tägig immer
mittwochs
14.00 -15.00 Uhr
Kosten: keine

Bewegung: "Tanzen im Sitzen"

Mit Ingrid Strodthoff. Anmeldung erforderlich!

Zielgruppe: Menschen mit beginnender Demenz und Angehörige

Treffpunkt: Sebaldsbrücker Heerstr. 52

Veranstalter: Ev. Luth. Kirchengemeinde Hemelingen in Kooperation mit der „Alten Vielfalt für Menschen mit Demenz“

Information/Anmeldung: Frau Schüdde, Tel. 45 11 16

Hemelingen
am 1. Mittwoch
eines Monats
15.30 – 17.00 Uhr
Kosten: keine

Sprechstunde für pflegende Angehörige

PflegepatInnen des Netzwerks Selbsthilfe und DemenzbotschafterInnen sind für Sie da!
Zielgruppe: pflegende Angehörige

Ort: Familienzentrum MOBILE, Hinter den Ellern 1a

Veranstalter: Netzwerk Selbsthilfe und Aufsuchende Altenarbeit Hemelingen in Kooperation mit der „Alten Vielfalt für Menschen mit Demenz“

Information: Frau Dönselmann, Tel. 361 - 1 66 06

Hemelingen
am 3. Mittwoch
eines Monats
17.30 – 19.30 Uhr
Kosten: keine

Austauschtreffen: DemenzbotschafterInnen

Zielgruppe: DemenzbotschafterInnen

Treffpunkt: Begegnungsstätte der Ev. Luth. Kirchengemeinde Hemelingen, Christernstr. 6

Veranstalter: Ev. Luth. Kirchengemeinde Hemelingen in Kooperation mit der „Alten Vielfalt für Menschen mit Demenz“

Information/Anmeldung: Frau Schüdde, Tel. 45 11 16

Gröpelingen
Am 1. Freitag im
Monat
9.30 Uhr

Frühstückstreff

In geselliger Runde mit netten Menschen frühstücken und den Tag beginnen. Kosten: 4,00 €, Anmeldung unter Tel. 6914580.



Kosten: 4,00 €

Zielgruppe: Menschen mit und ohne Demenz

Ort: Nachbarschaftshaus na' Helene-Kaisen, Beim Ohlenhof 10

Veranstalter: Nachbarschaftshaus na' Helene-Kaisen im Rahmen der Initiative „Heimat-hafen Bremer Westen für Menschen mit und ohne Demenz“

Anmeldung: Frau Kruse, Tel. 691 45 80

Marßel

Jeden Freitag

Kosten: keine

Jeden Freitag findet im Nachbarschaftshaus Marßel e.V individuelle Angebote für pflegen-de Angehörige statt, wie zum Beispiel: Bingo, Gymnastik, Klönen mit Kaffee trinken, Sitz-tanz, Yoga für Senioren und Angehörige, Film Nachmittage etc. Das Angebot richtet sich ganz nach Ihnen, Sie sollen sich wohlfühlen. Mit dem Angebot bietet das Nachbar-schaftshaus Marßel ab sofort gesellschaftliche-kulturelle Angebote an, damit Sie sich regelmäßig und aktiv vom pflegerischen Alltag erholen können.

Zielgruppe: Pflegende Angehörige und auch ihre Pflegebedürftigen

Ort: Nachbarschaftshaus Marßel e.V., Helsingborgerstraße 36, 28719 Bremen

Zeit: Jeden Freitag. Uhrzeiten und Termine nach Absprache

Bei Interesse melden Sie sich gerne bei Christine Mehrrens,

Montag bis Freitag von 7.00 - 15.00 Uhr

Telefon: 0421 / 636 06 98 E-Mail: nh-marssel@web.de

Hemelingen

Jeden 2. und 4.

Freitag im Monat

09.30 – 11.00 Uhr

Kosten: siehe

rechts

Frühstück für pflegende Angehörige und ihre Lieben im Familienzentrum Mobile

Zielgruppe: Pflegende Angehörige und Menschen mit und ohne Demenz

Ort: Aufsuchende Altenarbeit/Quartiersmanagement Hemelingen im Familienzentrum

MOBILE, Hinter den Ellern 1 A

Kosten: Kosten für das Frühstück

Veranstalter: Aufsuchende Altenarbeit/Netzwerk Pflegebegleitung

Information: Frau Dönselmann, Tel. 36 11 66 06, Herr Donk, Tel. 70 45 81

Horn

ab 07.01.2019

(10 Termine)

immer montags

16.00 – 17.00 Uhr

Kosten: 5,00 € pro

Tandem und Ter-

min

Kurs: Musik und Bewegung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

„Wo man singt, da lass dich ruhig nieder.....“. Musik begleitet uns durch das ganze Leben und gehört zu unserem Alltag. Besonders ältere Menschen können auf einen reichen Erfahrungsschatz an Liedern zurückgreifen. Die musikalischen Erfahrungen aus Kindheit und Jugend erweisen sich als „resistent“ gegen das Vergessen. Musik spricht unmittelbar die Emotionen an und weckt Erinnerungen. Sie ermuntert zu Bewegung und Tanz. Dieser Kurs lädt Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen zum gemeinsamen Singen, Musizieren und Bewegen ein. Mit Amelie Krüger (Diplomsozialpädagogin). Anmeldung erbeten!

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und Angehörige

Ort: Stiftungsdorf Hollergrund, Im Hollergrund 61

Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“

Anmeldung: Frau Müller, Tel. 27 85 -111

Horn

ab 09.01.2019

vierzehntägig

(10 Termine)

immer mittwochs

15.00 – 16.00 Uhr

Kosten: 5,00 € pro

Tandem und Ter-

min

Kurs: Musik und Bewegung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

„Wo man singt, da lass dich ruhig nieder.....“. Musik begleitet uns durch das ganze Leben und gehört zu unserem Alltag. Besonders ältere Menschen können auf einen reichen Erfahrungsschatz an Liedern zurückgreifen. Die musikalischen Erfahrungen aus Kindheit und Jugend erweisen sich als „resistent“ gegen das Vergessen. Musik spricht unmittelbar die Emotionen an und weckt Erinnerungen. Sie ermuntert zu Bewegung und Tanz. Dieser Kurs lädt Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen zum gemeinsamen Singen, Musizieren und Bewegen ein. Mit Amelie Krüger (Diplomsozialpädagogin). Anmeldung erbeten! Weitere Termine: 23.01., 6. & 20.02., 6. & 20.03., 3. & 17.04., 8. & 22.05.2019.



Zielgruppe: Menschen mit Demenz und Angehörige
Ort: Stiftungsresidenz Luisental, Brucknerstr. 15
Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“
Anmeldung: Frau Breden, Tel. 23 82 -140

Arbergen

ab 14.01.2019
(10 Termine)
10.30 – 11.30 Uhr
Kosten: 5,00 € pro
Termin und Person

Kurs: Yoga

Übungen des Yoga können die Beweglichkeit erhalten oder verbessern. Entspannung und Wohlbefinden stellen sich oft in der Folge ein. Aufbauend auf bekannten Bewegungen werden wir Yoga-Haltungen einnehmen. Es werden die persönlichen Möglichkeiten und vorhandene Ressourcen genutzt und integriert. Menschen mit Demenz aus dem Stadtteil und ihre Begleiter sind in diesem Kurs willkommen. Mit Ines Stelzer (Krankenschwester und Yogalehrerin). Anmeldung erbeten!

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und Angehörige
Ort: Stiftungsdorf Arberger Mühle, Pflege-Wohngemeinschaft, Vor dem Esch 7
Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“
Anmeldung: Frau Bonjer, Tel. 69 69 59 99

Arbergen

ab 16.01.2019
immer mittwochs
(10 Termine)
16.00 – 17.00 Uhr
Kosten: 5,00 € pro
Tandem und Termin

Kurs: Musik und Bewegung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

Musik kann manchmal besser helfen als eine Schmerztablette. Sie fördert das Wohlbefinden und ist eine gute Möglichkeit, sich ohne Worte auszudrücken. Musik verbindet Menschen auf unkomplizierte Art und Weise. Mit Liedern, Klängen, Tönen, Stimme, Takt und Bewegung knüpft dieser Kurs an alt Bekanntes an und bietet die Möglichkeit Neues auszuprobieren. Frei von Erfolgsdruck können Sie hier mitsingen, Begleitmusik machen oder einfach nur zuhören. Mit Matti Langner (Musikpädagogin). Anmeldung erbeten!

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und Angehörige
Ort: Stiftungsdorf Arber Mühle, Pflegewohngemeinschaft, Vor dem Esch 7
Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“
Anmeldung: Frau Bonjer, Tel. 269 69 59 99

St. Magnus

ab 17.01.2019
(10 Termine)
immer donnerstags
10.30 – 11.30 Uhr
Kosten: 5,00 € pro
Tandem und Termin

Kurs: Musik und Bewegung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

In dieser Musikstunde stehen Freude und Spaß an der Aktion in der Gruppe im Vordergrund: Das Singen bekannter und auch neuer Lieder, das Hören von Musik und die Erinnerung an fast vergessene Stars aus früheren Zeiten. Dazu aktivieren Sitztänze den Körper, erleben Sie Rhythmus durch Klatschen und Stampfen oder einfach durch das Schunkeln im Kreis zur Musik. Materialien wie Tücher und verschiedene elementare Instrumente wie Triangel, Rassel oder Trommel unterstützen das gemeinsame Tun. Jeder Teilnehmende kann sich damit ausprobieren. Natürlich ist auch Zeit für Gespräche und Erinnerungen, die durch die Musik angeregt werden. Mit Daniel Mütze (Diplommusikpädagoge). Anmeldung erbeten!

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und Angehörige
Ort: Stiftungsdorf Blumenkamp, Billungstr. 21
Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“
Anmeldung: Frau Pitzschler, Tel. 62 68 -140

Horn

ab 23.01.2019
(10 Termine)
17.00 – 18.00 Uhr
Kosten: 5,00 € pro
Tandem und

Kurs: Yoga auf dem Stuhl

Yoga im Sitzen ist für alle Menschen möglich! Einfache, sanfte Bewegungen auf dem Stuhl sind ideal für Späteinsteiger. Die Übungen verbessern Balance, Beweglichkeit und Kraft. Meditationen und Tiefenentspannung lassen innere Ruhe, Gelassenheit und Freude am Leben wachsen. Birgitta Looden (Diplom-Biologin, jetzt auch: Lehrerin für Senioren-Yoga). Anmeldung erbeten!



<p>Termin</p>	<p>Zielgruppe: Menschen mit Demenz und Angehörige Ort: Stiftungsresidenz Riensberg, Café am Markt, Riekestr. 2 Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“ Anmeldung: Frau Ballé, Tel. 23 86 -148</p>
<p>Huchting ab 06.02.2019 immer mittwochs (10 Termine) 16.45 – 17.45 Uhr Kosten: 5,00 € pro Termin und Person</p>	<p>Kurs: Qigong für Menschen mit Demenzerkrankungen und ihre Angehörigen Qigong dient der Pflege der Gesundheit sowie der Verbesserung des Wohlbefindens; sanfte Körperübungen verbessern die Lebensenergie. Qigong ist Bestandteil der traditionellen Chinesischen Medizin, findet zunehmend Anwendung in der heutigen Schulmedizin und Psychologie und kann in jedem Alter, auch von Menschen mit Demenz, erlernt werden. In angenehmer Atmosphäre werden leichte Körperübungen, im Wechsel zwischen Entspannung und Anspannung, erfahrbar. Sie wirken kräftigend und belebend sowie ausgleichend und harmonisierend auf Körper, Geist und Seele. Kommen Sie bitte in bequemer Kleidung! Mit Angelika Indenklef (Qigong-Kursleiterin und examinierte Krankenschwester). Anmeldung erbeten!</p> <p>Zielgruppe: Menschen mit Demenz und Angehörige Ort: Stadteilhaus Huchting, Tegeler Plate 23 Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“ Anmeldung: Frau Pagenkämper/Frau Göhring, Tel. 5722 -111</p>
<p>Doventor ab 07.02.2019 9.00 – 12.00 Uhr Kosten: keine</p>	<p>Kurs: Kulturatelier - Freiraum für Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen Wir treffen uns donnerstags von 9:00 - 12:00 Uhr in dem Begegnungszentrum St. Michaelis - St. Stephani, Doventorsteinweg 51. Die Zeit beinhaltet jeweils eine halbe Stunde für das Ankommen und das Verabschieden. Unser kulturelles Angebot lädt zum gemeinsamen kreativ werden ein und ermöglicht Ihnen den Alltag hinter sich zu lassen. Verschiedene Projekte mit unterschiedlichen Themen (Musik, Farben, Biografiearbeit etc.) sprechen all Ihre Sinne an. Zwischendurch haben Sie zudem Zeit sich mit den anderen Teilnehmenden auszutauschen. Geleitet wird das Angebot von Babette Ehlers (Dipl. Kirchenmusikerin, Kulturgeragogin) und Rica Poppe (Gerontologin BA). Um Anmeldung wird gebeten!</p> <p>Zielgruppe: Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen Ort: Begegnungszentrum St. Michaelis - St. Stephani, Doventorsteinweg 51 Veranstalter: Fachstelle Alter im forum Kirche Informationen/Anmeldung: Babette Ehlers, Tel. 0160 / 97 70 14 29; Rica Poppe, Tel. 34 615-12</p>
<p>Neustadt ab 14.02.2019 immer donnerstags (8 Termine) 15.00 – 16.30 Uhr Kosten: keine</p>	<p>Kurs: Tanz I Bewegung I Ausdruck - für Damen und Herren 60+ bis 100 Die Freude an der Bewegung wiederentdecken, sich wahrnehmen, ungewöhnliches ausprobieren, neugierig werden, Erlebtes zum Ausdruck bringen, mit anderen in Kontakt kommen, Spaß, Entspannung ... all das und mehr kann Tanz bedeuten. Das Kursangebot richtet sich an ältere Menschen. Es können alle mitmachen und ihren Ausdruck finden, unabhängig von ihren individuellen Möglichkeiten - mit und ohne Tanzerfahrung. Menschen mit Demenz oder anderen Beeinträchtigungen nehmen zusammen mit ihren BegleiterInnen/TandempartnerInnen am Kurs teil. Kurs mit 8 Terminen. Kursleiterinnen: Anne Loschky und Barbara Baum (tanzwerk bremen). Einführung für BegleiterInnen/TandempartnerInnen am 7. Februar (s.u.), 15 Uhr, Theatersaal Gemeindezentrum Zion. Die Teilnahme ist kostenlos.</p> <p>Zielgruppe: Damen und Herren 60+ bis 100 mit und ohne Demenz Ort: Gemeindezentrum Zion, Theatersaal, Erdgeschoß mit barrierefreiem Zugang, Kornstraße 31</p>



Veranstalter: tanzwerk bremen in Kooperation mit der Bremer Heimstiftung/Haus in der Neustadt und dem Gemeindezentrum Zion

Information/Anmeldung: Frau Bischoff (Haus in der Neustadt), Tel. 24 45 0 oder tanzwerk bremen, Tel. 7 62 28

Horn

ab 22.02.2019
immer freitags
(10 Termine)
10.30 – 11.30 Uhr
Kosten: 5,00 € pro
Tandem und Ter-
min

Kurs: Musik und Bewegung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

Musik kann manchmal besser helfen als eine Schmerztablette. Sie fördert das Wohlbefinden und ist eine gute Möglichkeit, sich ohne Worte auszudrücken. Musik verbindet Menschen auf unkomplizierte Art und Weise. Mit Liedern, Klängen, Tönen, Stimme, Takt und Bewegung knüpft dieser Kurs an alt Bekanntes an und bietet die Möglichkeit Neues auszuprobieren. Frei von Erfolgsdruck können Sie hier mitsingen, Begleitmusik machen oder einfach nur zuhören. Mit Matti Langner (Musikpädagoge). Anmeldung erbeten!

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und Angehörige

Ort: Stiftungsresidenz Marcusallee, Gartenzimmer, Marcusallee 39

Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“

Anmeldung: Frau Munck, Tel. 23 85 -640

Rönnebeck

ab 01.03.2019
(10 Termine mit 3
Wochen Osterpau-
se)
immer freitags
10.00 – 11.00 Uhr
Kosten: 5,00 € pro
Tandem und Ter-
min

Kurs: Musik und Bewegung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

In dieser Musikstunde stehen Freude und Spaß an der Aktion in der Gruppe im Vordergrund: Das Singen bekannter und auch neuer Lieder, das Hören von Musik und die Erinnerung an fast vergessene Stars aus früheren Zeiten. Dazu aktivieren Sitztänze den Körper, erleben Sie Rhythmus durch Klatschen und Stampfen oder einfach durch das Schunkeln im Kreis zur Musik. Materialien wie Tücher und verschiedene elementare Instrumente wie Triangel, Rassel oder Trommel unterstützen das gemeinsame Tun. Jeder Teilnehmende kann sich damit ausprobieren. Natürlich ist auch Zeit für Gespräche und Erinnerungen, die durch die Musik angeregt werden. Mit Daniel Mütze (Diplommusikpädagoge). Anmeldung erbeten!

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und Angehörige

Ort: Stiftungsdorf Rönnebeck, Dillener Str. 69 - 71

Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“

Anmeldung: Frau Blanquett, Tel. 60 94 -140

Rablinghausen

ab 09.04.2019
(10 Termine)
immer dienstags
16.00 – 17.00 Uhr
Kosten: 5,00 € pro
Tandem und Ter-
min

Kurs: Musik und Bewegung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

„Wo man singt, da lass dich ruhig nieder.....“. Musik begleitet uns durch das ganze Leben und gehört zu unserem Alltag. Besonders ältere Menschen können auf einen reichen Erfahrungsschatz an Liedern zurückgreifen. Die musikalischen Erfahrungen aus Kindheit und Jugend erweisen sich als „resistent“ gegen das Vergessen. Musik spricht unmittelbar die Emotionen an und weckt Erinnerungen. Sie ermuntert zu Bewegung und Tanz. Dieser Kurs lädt Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen zum gemeinsamen Singen, Musizieren und Bewegen ein. Mit Amelie Krüger (Diplomsozialpädagogin). Anmeldung erbeten!

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und Angehörige

Ort: Stiftungsdorf Rablinghausen, Rablinghauser Landstr. 51e

Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“

Anmeldung: Frau Tsentner, Tel. 52 07 -111



Veranstaltungen von Mitte Januar bis Mitte April 2019

Mitte

16.01.2019
15.00 – 16.30 Uhr
Kosten: 6,00 € pro
Tandem und Ter-
min

Kunsterlebnis: Mach mit! Kreativwerkstatt in der Bremer Volkshochschule

Kreativ sein, den eigenen Ausdruck finden, sich beim Malen und Werken entspannen – das ist das Ziel dieser Kreativwerkstatt für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen. Das Angebot richtet sich an Menschen mit leichter bis mittelgradiger Demenz. Zusammen mit einem Angehörigen oder einer anderen Begleitperson bilden sie ein Tandem. Die Teilnehmenden können sich von Vorlagen anregen lassen oder den eigenen Impulsen folgen. Die Kursleiterinnen zeigen erste Schritte und unterstützen. Die Gruppengröße kann fünf bis sechs Paare umfassen. Mit Ulrike Schulte (Künstlerin) und Ute Duwensee (Kulturvermittlerin). Material wird zur Verfügung gestellt! Anmeldung erbeten! Ehrenamtliche Kulturbegleitung vermittelt durch die Bremer Heimstiftung ist möglich (Tel. 24 34 - 149, Frau Scholz/Bremer Heimstiftung)!

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und ihre Begleiter

Ort: VHS im Bamberger Haus, Faulenstraße 69, Raum 310

Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“

Anmeldung: Frau Scholz, Tel. 24 34-149

Altstadt

23.01.2019
16.00 – 17.30 Uhr
Kosten: keine

Tandempartner*in gesucht! Einladung für Freiwillige Begleiter*innen „Aktiv mit Demenz“, Angehörige und Betroffene.

Sie suchen Begleitung für Ihren Angehörigen zu einer Veranstaltung aus diesem Programm? Sie möchten sich freiwillig für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen engagieren und Tandempartner*in werden? Bei diesem Treffen können Sie Gleichgesinnte treffen, das Programm „Aktiv mit Demenz“ kennen lernen, erfahren, wie Sie Tandempartner*in werden können und wie Sie eine Tandempartner*in finden. Freiwillige sollten Zeit, Verständnis und die Bereitschaft zur Vorbereitung auf diese Aufgabe mitbringen. Mit Petra Scholz (Koordination „Aktiv mit Demenz“).

Zielgruppe: alle, die sich freiwillig für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen engagieren möchten

Ort: VHS im Bamberger Haus, Faulenstraße 69, Raum 701

Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“

Information: Frau Scholz, Tel. 24 34-149

Schwachhausen

23.01.2019
17.00 – 19.00 Uhr
Kosten: keine

Vortrag: „Kuschelroboter, Patientenverfügungen und Komfortfüttern: Ethische Überlegungen zum Umgang mit schwerst Demenzen“

Referentin ist Prof. Dr. Bettina Schöne-Seifert, Münster. Die Veranstaltung findet zusammen mit der Philosophischen Gesellschaft Bremen statt. Bettina Schöne-Seifert, Studium der Humanmedizin und Philosophie / Bioethik in Freiburg, Göttingen, Wien, Los Angeles und Washington DC; ärztliche Approbation und Promotion, Habilitation (Philosophie); Professur für Medizinethik an der Medizinischen Fakultät der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster; früheres Mitglied des Nationalen / Deutschen Ethikrats.

Zielgruppe: Angehörige von Menschen mit Demenz und Interessierte

Ort: St. Joseph-Stift Bremen, Schwachhauser Heerstraße 54

Veranstalter: Klinisches Ethik-Komitee St. Joseph-Stift Bremen in Kooperation mit der Philosophischen Gesellschaft Bremen

Information: Reinhard Gilster Pastor i.R., Tel. 347 1003 oder rgilster@sjs-bremen.de



Altstadt

30.01.2019
16.30 – 17.30 Uhr
Kosten: 6,00 € pro
Tandem und Ter-
min

Kunsterlebnis: Guck mal! Museumsbesuch in der Böttcherstraße

Nach wissenschaftlichen Erkenntnissen wirken sich Kunsterlebnisse positiv auf das Wohlbefinden aus, regen den Geist an und verbessern die Beziehung zwischen Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen. Das Angebot richtet sich an Menschen mit leichter bis mittelgradiger Demenz. Zusammen mit einem Angehörigen oder einer anderen Begleitperson bilden sie ein Tandem. Die Besuchergruppe besteht aus maximal sechs Paaren. Christine Holzner Rabe (Kunstvermittlerin) stimmt die Teilnehmenden auf ein ausgewähltes Bild oder eine Skulptur ein. Mit Requisiten ermöglicht sie zusätzliche Eindrücke. Das Werk wird sinnlich erfahrbar, das Gespräch wird belebt. Bitte rechtzeitig anmelden! Ehrenamtliche Kulturbegleitung vermittelt durch die Bremer Heimstiftung ist möglich (Tel. 24 34 -149, Frau Scholz/Bremer Heimstiftung)!

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und ihre Begleiter

Ort: Kunstsammlungen Böttcherstraße, Paula Modersohn-Becker Museum, Böttcherstraße 6

Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“

Anmeldung: Paula Modersohn-Becker Museum, Tel. 33 88 222

Neustadt

07.02.2019
15.00 Uhr
Kosten: keine

Einführung für Begleiter/innen und Tandempartner/innen zum Kurs Tanz I Bewegung I Ausdruck - für Damen und Herren 60+ bis 100

Zielgruppe: Begleiter/innen und Tandempartner/innen zum Kurs ab 14.02.2019:

Tanz I Bewegung I Ausdruck

Ort: Gemeindezentrum Zion, Theatersaal, Kornstraße 31

Veranstalter: tanzwerk bremen in Kooperation mit der Bremer Heimstiftung/Haus in der Neustadt und dem Gemeindezentrum Zion

Information/Anmeldung: Frau Bischoff (Haus in der Neustadt), Tel. 24 45 0 oder tanzwerk bremen, Tel. 7 62 28

Schönebeck

11.02.2019
10.00 – 11.30 Uhr
Kosten: 5,00 € pro
Tandem und Ter-
min

Tiergestützte Begegnung: Mensch und Tier

Die Tiere vom Begegnungshof der Stiftung „Bündnis Mensch & Tier“ sind von klein auf im Umgang mit Menschen geübt, lassen sich gern kraulen und verwöhnen. Die achtsamen Begegnungen von Mensch und Tier, die Cornelia Drees herbeiführt, machen Spaß und das Wissen um die Ausdrucksmöglichkeiten der Tiere bildet die Grundlage für eine erfolgreiche Kommunikation. Tiere fragen nicht nach Aussehen, Alter oder Können. Dafür wirken sie wohltuend und stärkend, sie regen an und geben ihre Zuwendung bedingungslos und gerne. Mit Cornelia Drees (Diplombiologin)? Anmeldung erbeten!

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und Angehörige

Ort: Stiftungsdorf Fichtenhof, Schönebecker Kirchweg 33

Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“

Anmeldung: Frau Ballé, Tel. 23 86 -148

Altstadt

13.02.2019
16.30 – 17.30 Uhr
Kosten: 6,00 € pro
Tandem und Ter-
min

Kunsterlebnis: Guck mal! Museumsbesuch in der Böttcherstraße

Beschreibung: siehe 30.01.

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und ihre Begleiter

Ort: Kunstsammlungen Böttcherstraße, Paula Modersohn-Becker Museum, Böttcherstraße 6

Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“

Anmeldung: Paula Modersohn-Becker Museum, Tel. 33 88 222

**Mitte**

20.02.2019
09.00 – 16.30 Uhr
Kosten: 120,00 €

Fortbildung: Demenz „10 Minuten gegen das Vergessen“

Der Umgang mit Menschen mit Demenz gehört zum Alltag in Altenpflegeheimen oder anderen Einrichtungen für Menschen mit Demenz. Das Leiden der Betroffenen und die Schwierigkeiten für die MitarbeiterInnen werden oft thematisiert und analysiert. Selten finden die MitarbeiterInnen konstruktive Hilfen und Tipps für die Gestaltung des Miteinanders oder der Beschäftigung für Menschen mit Demenz. Hier setzt die Kurzzeit-Aktivierung an, eine Form der Aktivierung, die mit einer einmaligen gründlichen Vorbereitung, dann aber auch überschaubaren Vor- und Nacharbeiten von engagierten Mitarbeiter/innen täglich angewendet werden kann. Diese besondere Art der Aktivierung verhilft selbst Menschen mit einer weit fortgeschrittenen Demenz zu Freude und Glücksgefühlen. Dabei sind eine behutsame Gesprächsführung sowie Gegenstände aus der Vergangenheit, etwa Handwerkszeug oder Küchengerät, äußerst wichtig. Die Gegenstände übernehmen die Aufgabe von Schlüsseln in die damals noch bewusst erlebte Vergangenheit der Betroffenen. „Greifen – um zu Begreifen“ heißt hier die Devise. In diesem Tagesseminar lernen Sie die Kurzzeit-Aktivierung in Theorie und Praxis kennen. Anhand von eigenen Übungen erhalten Sie zahlreiche Anregungen für die unterschiedlichsten Kurzzeit-Aktivierungen. Dieses Seminar ist besonders für Betreuungskräfte geeignet! Leitung: Beate Brokmann.

Zielgruppe: Beruflich Pflegende und Betreuende
Ort: Bildungszentrum der Bremer Heimstiftung, Fedelhöfen 78
Veranstalter: Erwin-Stauss-Institut, Fedelhöfen 78
Information/Anmeldung: Tel. 3387923 oder info@esi-bremen.de

Mitte

20.02.2019
15.00 – 16.30 Uhr
Kosten: 6,00 € pro
Tandem und Ter-
min

Kunsterlebnis: Mach mit! Kreativwerkstatt in der Bremer Volkshochschule

Kreativ sein, den eigenen Ausdruck finden, sich beim Malen und Werken entspannen – das ist das Ziel dieser Kreativwerkstatt für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen. Das Angebot richtet sich an Menschen mit leichter bis mittelgradiger Demenz. Zusammen mit einem Angehörigen oder einer anderen Begleitperson bilden sie ein Tandem. Die Teilnehmenden können sich von Vorlagen anregen lassen oder den eigenen Impulsen folgen. Die Kursleiterinnen zeigen erste Schritte und unterstützen. Die Gruppengröße kann fünf bis sechs Paare umfassen. Mit Ulrike Schulte (Künstlerin) und Ute Duwensee (Kulturvermittlerin). Material wird zur Verfügung gestellt! Anmeldung erbeten! Ehrenamtliche Kulturbegleitung vermittelt durch die Bremer Heimstiftung ist möglich (Tel. 24 34 - 149, Frau Scholz/Bremer Heimstiftung)!

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und ihre Begleiter
Ort: VHS im Bamberger Haus, Faulenstraße 69, Raum 310
Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“
Anmeldung: Frau Scholz, Tel. 24 34-149

Altstadt

20.02.2019
18.30 – 20.00 Uhr
Kosten: keine

Vortrag: Mit der Diagnose Demenz ändert sich das ganze Leben

Menschen mit Demenz betonen, dass sie trotz aller Einschränkungen immer noch über vielfältige Kompetenzen verfügen und etwas zum Leben in der Gemeinschaft beitragen wollen. Das sei ihnen aber nur möglich, wenn sie die nötige Unterstützung erhielten und ihnen die Gesellschaft mit mehr Offenheit begegne. (€ pean Working Group of People with Dementia 2017) Außenstehende und die Familien wissen meist nicht was ein Mensch mit Demenz erlebt und wie sie sich ihm gegenüber verhalten sollen. Für Menschen mit Demenz sind familiäre und soziale Beziehungen und die Möglichkeit, aktiv sein zu können, aber von zentraler Bedeutung. In diesem Vortrag erfahren Sie, welche Auswirkungen Demenz auf die meisten Erkrankten und ihre Familien hat. Was hilft gegen die Scham und die Verzweiflung? Was gibt Sicherheit und Orientierung trotz vorhandener Beeinträchtigungen für ein gutes Leben mit Demenz? Mit Petra Scholz (Diplompädagogin, Projektleitung der Initiative „Aktiv mit Demenz“).



Zielgruppe: Angehörige von Menschen mit Demenz und Interessierte
Ort: VHS im Bamberger Haus, Faulenstraße 69, Raum 701
Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“
Information: Frau Scholz, Tel. 24 34-149

Schwachhausen

20.02.2019
17.00 Uhr
Kosten: keine

Informationsabend zum Thema „Demenz“

Krankheitsbild, Verlauf und Therapieansätze werden von Mitarbeitern der Geriatrie vorgestellt. Verschiedene Schwerpunktthemen ergänzen die Basisinformationen.

Zielgruppe: Menschen mit Demenz, Angehörige und Interessierte
Ort: Krankenhaus St. Joseph Stift Bremen, Schwachhauser Heerstraße 54
Veranstalter: Krankenhaus St. Joseph Stift Bremen, Zentrum für Geriatrie und Frührehabilitation
Info & Anmeldung: Anmeldung erbeten bei Frau Birgit Schröder, Tel. 347 16 66

Arbergen

28.02.2019
16.00 – 17.30 Uhr
Kosten: keine

Vortrag: Mit der Diagnose Demenz ändert sich das ganze Leben

Beschreibung: siehe 20.02.

Zielgruppe: Angehörige von Menschen mit Demenz und Interessierte
Ort: Stiftungsdorf Arberger Mühle, Vor dem Esch 7
Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“
Information: Frau Scholz, Tel. 24 34-149

Altstadt

06.03.2019
16.30 – 17.30 Uhr
Kosten: 6,00 € pro Tandem und Termin

Kunsterlebnis: Guck mal! Museumsbesuch in der Böttcherstraße

Beschreibung: siehe 30.01.

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und ihre Begleiter
Ort: Kunstsammlungen Böttcherstraße, Paula Modersohn-Becker Museum, Böttcherstraße 6
Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“
Anmeldung: Paula Modersohn-Becker Museum, Tel. 33 88 222

Mitte

13.03.2019
15.00 – 16.30 Uhr
Kosten: 6,00 € pro Tandem und Termin

Kunsterlebnis: Mach mit! Kreativwerkstatt in der Bremer Volkshochschule

Beschreibung: siehe 20.02.

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und ihre Begleiter
Ort: VHS im Bamberger Haus, Faulenstraße 69, Raum 310
Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“
Anmeldung: Frau Scholz, Tel. 24 34-149

Mitte

20.03.2019
09.00 – 16.30 Uhr
Kosten: 120,00 €

Fortbildung: Demenz „Erinnern heißt leben!“

Wie ein Mensch sein bisheriges Leben erfahren hat, mit welchen Aufgaben und Lebensereignissen er sich im Laufe seiner Kindheit, seiner Jugend und seines Erwachsenseins auseinandergesetzt hat, wie er gelernt hat mit Lebensereignissen umzugehen und Krisen zu meistern, übt Einfluss darauf aus, wie er im Alter mit neuen Lebensaufgaben umgehen wird. Oder wie sich ein Mensch mit Demenz in seiner Desorientiertheit verhalten wird. Die Identität oder Persönlichkeit eines Menschen besteht aus der äußeren und der inneren Lebensgeschichte. Innere Aspekte einer Lebensgeschichte sind das, was dem Menschen über sich selbst bewusst ist, sein Wissen über die eigene Person, sein Selbstwertgefühl, sein Selbstbild, seine Gefühle und Befindlichkeit, seine individuelle Wahrnehmung und Bewertung von Menschen und Dingen, seine ganz persönliche Wertorientierung. Desorientierte Menschen erfahren auch eine Desorientiertheit im eigenen



Leben. Sie haben Mühe, reflektierend Ordnung zu schaffen und Lebensereignisse sinnvoll zu sammeln und zu ordnen. Deshalb benötigen besonders Menschen mit Demenz eine erinnerungsspiegelnde Umwelt, denn Erinnern heißt leben!

In diesem Tagesseminar wird die Theorie von Biographiearbeit erläutert. Anhand von Beispielen werden gemeinsam Ideen entwickelt, wie sich Biographiearbeit gut in den Pflege- und Betreuungsalltag einbauen lässt. Die unterschiedlichen Methoden der Biographiearbeit werden ebenfalls Bestandteile des Tagesseminars sein. „Biographiearbeit ist die Einbeziehung der Vergangenheit in die augenblickliche Gegenwart und die mögliche Zukunft!“. Leitung: Beate Brokmann.

Zielgruppe: Beruflich Pflegende und Betreuende

Ort: Bildungszentrum der Bremer Heimstiftung, Fedelhöfen 78

Veranstalter: Erwin-Stauss-Institut, Fedelhöfen 78

Information/Anmeldung: Tel. 3387923 oder info@esi-bremen.de

Mitte

26.03.2019

09.00 – 16.30 Uhr

Kosten: 120,00 €

Fortbildung: Demenz „Licht im Meer des Vergessens“

Demenz ist eine der großen Herausforderungen unserer Zeit – und dies insbesondere für Angehörige und alle in der Betreuung und Pflege Tätigen. Musik ist ein wundervolles und zudem das einzige Mittel, mit dem auch schwer an Demenz erkrankte Menschen noch erreicht werden. Um dieses große Potenzial nutzen zu können, benötigt der Begleitende Kompetenzen, die ihm den Zugang zu den Kranken ermöglichen. Durch den gezielten Einsatz von Musik lässt sich manche festgefahrene Situation im Pflegealltag entschärfen, aber auch ganz beiläufig zaubert Musik ein Lächeln in ein zuvor verschlossenes Gesicht. Der Workshop vermittelt die notwendigen Grundlagen für eine wirksame musikalische Arbeit mit Demenzkranken auf der Grundlage praxisbewährter Methodiken. Inhalte:

- Reflexion der eigenen Tätigkeit
- Warum eignet sich Musik besonders gut für Menschen mit Demenz?
- Musik als Schlüssel zur Seele des Menschen
- Die Bedeutung des Gehörs
- Die musikalische Biografiearbeit: Wie Sie herausfinden, welche Musik sich für welchen Menschen eignet
- Der kleinste "Chor" der Welt: mein Gegenüber und ich – die musikalische Kontaktaufnahme
- Ein anderer Weg der Kommunikation: das musikalische Miteinander
- Die Bedeutung von Rhythmus und Körperkontakt
- Die Bedeutung der inneren Haltung
- Einblicke in konkrete Arbeitsprozesse anhand von Audio- und Videoaufzeichnungen
- unter Reflexion des Erlernten
- Was tun, wenn Sie nicht singen können oder mögen? – Hilfsmittel für die musikalische Begleitung
- Mut zum Ausprobieren! Sie können nur gewinnen!
- Entwickeln und Ausprobieren verschiedener Einsatzmöglichkeiten von Musik für den praktischen Arbeitsalltag
- Training der neugewonnenen Kenntnisse und Fertigkeiten
- Planung der ersten eigenen Schritten zur Integration von Musik in die Arbeit

In diesem Seminar erhalten Sie – auch als musikalischer Laie – musikalisches "Handwerkszeug" für die Begleitung demenziell erkrankter und pflegebedürftiger Menschen. Sie lernen, wie Sie Musik im Arbeits- und Pflegealltag gezielt zur Freude und Entspannung der Kranken einsetzen können und sich selbst damit die Arbeit erleichtern. Falls Sie ein Instrument spielen, bringen Sie es gerne mit (z. B. Mundharmonika, Gitarre ...)! Ihr wichtigstes Instrument haben Sie alle dabei: Ihre Stimme. Musikalische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Leitung: Anke Feierabend.



Zielgruppe: Beruflich Pflegende und Betreuende
Ort: Bildungszentrum der Bremer Heimstiftung, Fedelhören 78
Veranstalter: Erwin-Stauss-Institut, Fedelhören 78
Information/Anmeldung: Tel. 3387923 oder info@esi-bremen.de

Horn

09.04.2019
15.45 – 17.00 Uhr
Kosten: 5,00 € pro
Tandem und Ter-
min

Tiergestützte Begegnung: Mensch und Tier

Die Tiere vom Begegnungshof der Stiftung „Bündnis Mensch & Tier“ sind von klein auf im Umgang mit Menschen geübt, lassen sich gern kraulen und verwöhnen. Die achtsamen Begegnungen von Mensch und Tier, die Cornelia Drees herbeiführt, machen Spaß und das Wissen um die Ausdrucksmöglichkeiten der Tiere bildet die Grundlage für eine erfolgreiche Kommunikation. Tiere fragen nicht nach Aussehen, Alter oder Können. Dafür wirken sie wohltuend und stärkend, sie regen an und geben ihre Zuwendung bedingungslos und gerne. Mit Cornelia Drees (Diplombiologin)? Anmeldung erbeten!

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und Angehörige
Ort: Stiftungsresidenz Riensberg, Café am Markt, Riekestr. 2
Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“
Anmeldung: Frau Ballé, Tel. 23 86 -148

Altstadt

10.04.2019
16.30 – 17.30 Uhr
Kosten: 6,00 € pro
Tandem und Ter-
min

Kunsterlebnis: Guck mal! Museumsbesuch in der Böttcherstraße

Beschreibung: siehe 30.01.

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und ihre Begleiter
Ort: Kunstsammlungen Böttcherstraße, Paula Modersohn-Becker Museum, Böttcherstraße 6
Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“
Anmeldung: Paula Modersohn-Becker Museum, Tel. 33 88 222

Mitte

17.04.2019
15.00 – 16.30 Uhr
Kosten: 6,00 € pro
Tandem und Ter-
min

Kunsterlebnis: Mach mit! Kreativwerkstatt in der Bremer Volkshochschule

Beschreibung: siehe 20.02.

Zielgruppe: Menschen mit Demenz und ihre Begleiter
Ort: VHS im Bamberger Haus, Faulenstraße 69, Raum 310
Veranstalter: Bremer Heimstiftung und Stiftung Bremer-Sparer Dank (Stiftung der Sparkasse Bremen) im Rahmen der Initiative „Aktiv mit Demenz“
Anmeldung: Frau Scholz, Tel. 24 34-149

Wer sein spezielles Angebot für Menschen mit Demenz oder deren Angehörige hier vorstellen möchte, kann seine Beschreibung an die Demenz Informations- und Koordinationsstelle schicken. Auch nehmen wir gerne Hinweise zu Veranstaltungen oder Fortbildungen auf. Der nächste Newsletter wird im April 2019 verschickt, **Annahmeschluss** für Beiträge ist der **15.03.2019**.

Dieser Newsletter wurde mit größtmöglicher Sorgfalt erstellt und geprüft. Die Redaktion übernimmt keine Haftung für Fehler und falsche Angaben. Bei den über die externen Links erreichbaren Internetadressen handelt es sich um fremde Inhalte, für die die Redaktion keine Verantwortung übernimmt.

Kontakt: DIKS e.V., Bahnhofstr. 32 in 28195 Bremen info@diks-bremen.de, <http://www.diks-bremen.de>

Impressum: DIKS – Demenz Informations- und Koordinationsstelle. Bahnhofstr. 32, 28195 Bremen, Tel.: 0421 / 14 62 94 44.
Vorstandsvorsitzender: Thomas Morgenstern