



NEWSLETTER

Knotenpunkt Demenz

Ausgabe 01-2026

Liebe Leserinnen und Leser,

das Motto des diesjährigen Welt-Alzheimer-tages am 21. September wurde von der Deutschen Alzheimergesellschaft bereits bekannt gegeben:

Demenz – (k)eine Frage des Alters

„Demenz? Das bekommen doch nur sehr alte Menschen.“ Diese Annahme hält sich hartnäckig. Tatsächlich sind die meisten Menschen mit Demenz über 65 Jahre alt, doch Demenzerkrankungen können auch in jüngeren Jahren auftreten. Darüber hinaus sind durch Partnerinnen und Partner, Kinder, Enkelkinder, Nachbarn sowie Kolleginnen und Kollegen Menschen eingebunden, die wiederum ganz unterschiedlichen Generationen angehören. Demenz kennt keine Altersgrenze!“

<https://www.deutsche-alzheimer.de/ueber-uns/welt-alzheimer-tag>

So beginnt die Information der Deutschen Alzheimergesellschaft zum aktuellen Motto des Welt-Alzheimer-tages und der sich daran anknüpfenden „Woche der Demenz“ (21. – 27. September).

Demenz ist eine gesamtgesellschaftliche Herausforderung und Aufgabe, die unser aller Zusammenleben prägt. Auch die Akteur*innen im Demenznetz Kreis Mettmann und den städtischen Demenznetzen des Kreises setzen sich seit vielen Jahren für die Belange von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen und für eine Reduzierung des Stigmas Demenz in unserer Gesellschaft ein. Eine Übersicht der Beratungsstellen, Gesprächsgruppen, Angebote für Menschen mit Demenz sowie Veranstaltungen und Schulungen rund um das Thema Demenz finden Sie wieder in diesem Newsletter.

Beratungszeiten im Kreis Mettmann

*(per Mail oder telefonisch,
persönliche Beratung nur nach Absprache bzw. Voranmeldung)*

Erkrath

Caritas Fachstelle Demenz - Demenz-Netzwerk-Erkrath

jeden 3. Dienstag im Monat, 15:00 – 17:00 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstr. 7, 40699 Erkrath
Frau Wolpers, 0211 2495223, fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de

Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Erkrath

Frau Steller, 0211 24075024 susanne.steller@erkrath.de

Herr Friese, 0211 24075022 thomas.friese@erkrath.de

Haan

Demenz-Sprechstunde für Angehörige und Menschen mit Demenz

jeden 4. Mittwoch im Monat von 15.00 – 17.00 Uhr

Veranstaltungsort: AWO Ortsverein Haan, Breidenhofer Str. 7, 42781 Haan
Kontakt: 02129 2550, Ortsverband@awo-haan.de

Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Haan

Frau Bemm, 02129 911459, antje.bemm@stadt-haan.de

Herr Blasius, 02129 911344, helmuth.blasius@stadt-haan.de

Heiligenhaus

Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Heiligenhaus

Frau Leser-te-Poel, 02056 13270, a.leser-tepoel@heiligenhaus.de

Frau Lindner, 02056 13536, n.lindner@heiligenhaus.de

Hilden

Beratung für Angehörige von Menschen mit Demenz des Demenz-Info-Center Hilden

Kontakt: 0173 5421481 oder 02103 987930

Demenzberatung Haus im Süden

jeden 3. Mittwoch im Monat von 10.00 – 11.30 Uhr

Veranstaltungsort: Diakonie „Haus im Süden“, St. Konrad-Allee 76a, 40723 Hilden
Eine Voranmeldung ist erforderlich.

Frau Thöring, 02103 62154 oder Seniorenbüro, 02103 72549

Demenzberatung im Seniorenzentrum Hummelsterstraße

jeden 2. Donnerstag im Monat von 11.00 – 12:00 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorenzentrum Hummelsterstraße, Hummelsterstr. 1
Stellwerk Stadt Hilden, 02103 721595

Demenzsprechstunde und Beratung St. Marien

jeden 1. Dienstag im Monat von 12:30 – 13:30 Uhr

Veranstaltungsort: Nachbarschaftszentrum St. Marien, Meide 2

Eine Voranmeldung ist erforderlich.

Stellwerk Stadt Hilden, 02103 721595

Offenes Café für Fragen rund um das Thema „Vergesslichkeit und Demenz – Hilfe zur Selbsthilfe“

Montags 10:00 – 12:00 Uhr

Veranstaltungsort: AWO Robert-Gies-Haus, Clarenbachweg 7-9

Frau Cremerius: 02103 8107

Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Hilden

Frau Buhrmester, 02103 72549 sina.buhrmester@hilden.de

Frau Rhiem, 02103 72558 michaela.rhiem@hilden.de

Frau Weiduschadt, 02103 72573 andrea.weiduschadt@hilden.de

Langenfeld**Pflege- und Wohnberatung der Stadt Langenfeld**

Frau Korwes-Kny, 02173 7942110

Frau Scheel, 02173 7942111

Frau Schild-Sanojca, 02173 7942112

Mettmann**Alzheimer-Gesellschaft Kreis Mettmann e.V.**

02104 792300, info@alzheimer-kreis-mettmann.de

Beratung des Berger Sozialwerks

Herr Slibar, 02104 9208125

Wohnberatung/Pflegeberatung der Stadt Mettmann

Frau Yilmaz, 02104 980-486

Herr Pahl, 02104 980-466

demenzberatung@mettmann.de

Monheim**Demenzsprechstunde des Sozialen Dienstes der Stadt Monheim**

Frau Patten, 02173 951 508

jeden 3. Mittwoch im Monat, 10:00 – 12:00 Uhr

Begegnungsstätte im Gertrud-Borkott-Haus, Wiener-Neustädter Str. 176

02173 64496

jeden 4. Mittwoch im Monat, 10:00 – 12:00 Uhr

Begegnungsstätte im Louise-Schröder-Haus, Opladener Str. 86

02173 31411 (Telefonische Anmeldung ist notwendig)

Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Monheim

Frau Klauke, 02173 951506, hklauke@monheim.de

Frau Patten, 02173 951508, apatten@monheim.de

Herr Kolk, 02173 951542, mkolk@monheim.de

Ratingen**Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Ratingen**

Frau Baarspul, 02102 550 5065, elke.baarspul@ratingen.de

Frau Lücker, 02102 5505060, claudia.luecker@ratingen.de

Frau Thienel, 02102 5505051, lisa.thienel@ratingen.de

Frau Hähnert, 02102 5505062, viktoria.haehnert@ratingen.de

Offene Demenz-Sprechstunde der Stadt Ratingen – bitte anmelden!

jeden 3. Mittwoch im Monat von 15:30 – 17:00 Uhr

Forum Lotsenpunkt, Düsseldorfer Str. 38, 40878 Ratingen

Information und Anmeldung: 02102 5505066, astrid.kapels@ratingen.de

Familiäre Pflege, Fliedner Krankenhaus

Herr Völker, 02102 303286, burkhard.voelker@fliedner.de

Velbert**Demenzberatung des Begegnungszentrums Klippe2**

dienstags und donnerstags, 9:30 – 11.00 Uhr sowie nach telefonischer Vereinbarung

Frau Kothe-Matysik, 02052 2734, klippe2@ekgla.de

Wülfrath**Sozialer Dienst; Pflege- und Wohnberatung der Stadt Wülfrath**

Frau Caron, 02058 18377; p.caron@stadt.wuelfrath.de

Frau Jopek, 02058 18252; c.jopek@stadt.wuelfrath.de

Frau Seidel, 02058 18378; s.seidel@stadt.wuelfrath.de

Frau Heydemann, 020258 18365, i.heydemann@stadt.wuelfrath.de

Gesprächsgruppen:

Erkrath

jeden 1. Dienstag im Monat

Angehörigengruppe in Alt-Erkrath

14:00 – 15:30 Uhr

Kontakt und Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 – 2495223, fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de

jeden 1. Mittwoch im Monat

Angehörigengruppe in Hochdahl

14:00 – 15:30 Uhr

Kontakt und Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 – 2495223, fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de

Haan

jeden 1. Dienstag im Monat

Runder Tisch für Angehörige, Pflegende und Betreuende von Menschen mit Demenz

19:30 – 21:00 Uhr

Veranstaltungsort: AWO Treff Haan, Breidenhofer Str. 7. 42781 Haan

Kontakt und Anmeldung: 02129 – 2550, Ortsverband@awo-haan.de

jeden 1. Donnerstag im Monat

Runder Tisch für Angehörige, Pflegende und Betreuende von Menschen mit Demenz

10:00 – 11:30 Uhr

Veranstaltungsort: Supernah.Café, Thunbuschstraße 9, 42781 Haan-Gruiten

Kontakt und Anmeldung: 02129 – 2550, Ortsverband@awo-haan.de

jeden 2. Dienstag im Monat

Selbsthilfegruppe für Menschen mit demenziellen Veränderungen (bis 68 Jahre)

18:00 – 19:30 Uhr

Veranstaltungsort: AWO Treff Haan, Breidenhofer Str. 7. 42781 Haan

Kontakt und Anmeldung: 02129 – 2550, Ortsverband@awo-haan.de

Heiligenhaus

jeden 1. Montag im Monat

Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz

17:00 Uhr – 18:30 Uhr

Veranstaltungsort: Caritas Ludgerustreff, Ludgerusstr. 2a, 42579 Heiligenhaus bzw. AWO Begegnungsstätte Heiligenhaus, Schulstr. 8, 42579 Heiligenhaus (im Wechsel)

Kontakt: Frau Wagner, AWO Begegnungsstätte, 02056 - 69212

Kontakt: Frau Hungele, Caritas Ludgerustreff, 02056 – 21189

Hilden

jeden 1. Montag im Monat

Gesprächsrunde für Angehörige

10:00 – 12:00 Uhr

Veranstaltungsort: Gerresheimer Str. 20b, 40721 Hilden

Kontakt und Anmeldung: Frau Klausen (Demenz-Info-Center), 0173 5421481

jeden 3. Mittwoch im Monat

Angehörigen Gesprächskreis

10:00 – 12:00 Uhr

Veranstaltungsort: Nachbarschaftszentrum St. Marien, Meide 2, 40721 Hilden

Kontakt und Anmeldung: 02103 46543

Letzter Donnerstag im Monat

Gesprächsgruppe für Angehörige

10:00 – 11:30 Uhr

Veranstaltungsort: Dorotheenviertel Hilden, Café Linde im Haus Linde,, 40721 Hilden

Kontakt: Frau Czenia-Kunz, 0211 40554964, a.czenia-kunz@graf-recke-stiftung.de

Letzter Donnerstag im Monat

Gesprächsgruppe für Angehörige

17:30 – 19:00 Uhr

Veranstaltungsort: Dorotheenviertel Hilden, Café Linde im Haus Linde, 40721 Hilden

Kontakt: Frau Czenia-Kunz, 0211 40554964, a.czenia-kunz@graf-recke-stiftung.de

Langenfeld

jeden 2. Donnerstag im Monat

Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz

18:00 – 20:00 Uhr

Veranstaltungsort: "Villa Malta"/Soziale Dienste, Cafe Malta, Industriestr. 88, 40764 Langenfeld

Kontakt und Anmeldung: 02173 81188, demenz.langenfeld@malteser.org

jeden 4. Dienstag im Monat

Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz

18:00 – 19:30 Uhr

Veranstaltungsort: LVR Klinik Langenfeld, Lessingstr. 1a, 40764 Langenfeld

(Ein Betreuungsangebot für Personen mit Demenz während des Gruppenangebotes ist möglich.

bitte melden Sie sich dafür an bei Herr Hoyer, 02173-1652104, helmut.hoyer@gmx.de.)

Anmeldung unbedingt notwendig: Herr Hoyer, 02173 - 1652104

Kontakt: Ärztinnen und das Pflegeteam der Ambulanz, 02173 – 913569

Mettmann

letzter Donnerstag im ungeraden Monat

Gesprächskreis für pflegende Angehörige im Rahmen der Familialen Pflege

09:30 – 11:45 Uhr

Veranstaltungsort: Evangelisches Krankenhaus Mettmann, Gartenstr. 4-8, 40822 Mettmann (Seminarraum 1)

Anmeldung: Frau Eierdanz, 02104 – 773 322, k.eierdanz@evk-mettmann.de

jeden 2. Dienstag im Monat

Selbsthilfegruppe Menschen mit Demenz

10:30 – 12:00 Uhr

Veranstaltungsort: LVR-Behandlungszentrum, Am Kolben 2a, 40822 Mettmann

Kontakt: Frau Bohr, 02104 -8170920

jeden 1. Donnerstag im Monat

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Frontotemporaler Demenz

18:00 – 19:30 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorentreff „Jute Stuw“, Düsseldorfer Str. 20, 40822 Mettmann

Kontakt: Frau Karin Weber, 02104 – 792444, selbsthilfe@alzheimer-kreis-mettmann.de

jeden letzten Dienstag im Monat

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige

18:00 – 20:00 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorentreff „Jute Stuw“, Düsseldorfer Str. 20, 40822 Mettmann

Fachliche Begleitung durch Dr. Hashemi

Kontakt: Frau Karin Weber, 02104 – 792444, selbsthilfe@alzheimer-kreis-mettmann.de

jeden letzten Donnerstag im Monat

Unterstützte Selbsthilfegruppe für Menschen Demenz

10:00 – 11:30 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorentreff „Jute Stuw“, Düsseldorfer Str. 20, 40822 Mettmann

Kontakt: Frau Karin Weber, 02104 – 792444, selbsthilfe@alzheimer-kreis-mettmann.de

jeden ersten Donnerstag im Monat

Selbsthilfegruppe für Angehörige von jungerkrankten Menschen mit Demenz

18:00 - 19:30 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorentreff „Jute Stuw“, Düsseldorfer Str. 20, 40822 Mettmann

Fachliche Begleitung durch Herr Jean Paul Michel

Kontakt: Frau Karin Weber, Tel: 02104 – 792444, selbsthilfe@alzheimer-kreis-mettmann.de

Monheim

jeden 1. Donnerstag im Monat

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

17:30 – 19:00 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte im Louise-Schröder-Haus, Opladener Str. 86

Kontakt: Tel. 02173 – 31411

Findet zurzeit nicht statt - Einzeltermine bitte per Mail vereinbaren

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Veranstaltungsort: Caritas Treffpunkt, Berliner Platz 12, 40789 Monheim

Kontakt: Frau Arenz, caritas-treffpunkt@caritas-mettmann.de

Ratingen

jeden 3. Dienstag im Monat

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige

18:30 – 20:00 Uhr

Veranstaltungsort: Theodor-Fliender-Klinik Tunesweg 58, 40885 Ratingen

Kontakt: Herr Völker, 02102 – 303286, burkhard.voelker@fliedner.de

jeden 4. Dienstag im Monat

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige

17:00 – 18:30 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorenbegegnungsstätte Ratingen-Mitte, Minoritenstr. 14, 40878 Ratingen

Kontakt: Frau Schönberg-Ziegler, 02102 5505070, ljubow.schoenberg-ziegler@ratingen.de

jeden 4. Dienstag im Monat

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige

13:00 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorenbegegnungsstätte Süd, Karl-Mücher-Weg 19 40878 Ratingen

Kontakt: Frau Schröder, 02102 5505085, ljubow.schoenberg-ziegler@ratingen.de

jeden letzten Donnerstag im Monat

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz

14:00 – 15:30 Uhr

Veranstaltungsort: AWO Begegnungsstätte „Weiße Villa“, Düsseldorfer Str. 141, 40878 Ratingen

Kontakt: Frau Steinjan, Frau Remberg, 02102 – 847241, info@aworatingen.de

jeden letzten Donnerstag im Monat

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige

10:00 – 12:00 Uhr

Veranstaltungsort: AWO Treff Breitscheider Weg 25, 40885 Ratingen - Lintorf

Kontakt: 02102 – 33698, info@aworatingen.de

jeden 1. Freitag im Monat**Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige**

14:00 – 15:30 Uhr

Veranstaltungsort: Mehrgenerationentreff Tiefenbroich, Sohlstättenstr.33.c, 40880 Ratingen*Kontakt:* Frau Buscher-Sander, 02102 5505095, barbara.buscher-sander@ratingen.de**Velbert****jeden 1. Mittwoch im Monat****Gesprächskreis für Angehörige**

10:00 – 11:30 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungszentrum Kostenberg, Am Hardenberger Hof 24-26, 42549 Velbert*Kontakt:* 02051 62400**jeden 3. Donnerstag im Monat****Gesprächskreis für pflegende Angehörige**

17:00 – 18:30 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungszentrum, Klippe 2, 42555 Velbert-Langenberg*Kontakt:* Frau Kothe-Matzysik, 02052 2734, klippe2@ekir.de**Wülfrath****jeden 1. Dienstag im Monat****Selbsthilfegruppe pflegende Angehörige von Demenz**

17.30 Uhr bis 19.30 Uhr

Veranstaltungsort: AWO Begegnungsstätte, Schulstr. 13, 42489 Wülfrath*Kontakt:* Frau Weimer, Tel. 02058-775509**jeden 1. Donnerstag im Monat****Selbsthilfegruppe pflegende Angehörige**

14.30 Uhr bis 16.30 Uhr

Veranstaltungsort: Café der Begegnung im Haus August von der Twer, Wiedenhofer Str. 16, 42489 Wülfrath*Kontakt:* Frau Weimer, Tel. 02058-775509

Anerkannte Unterstützungsangebote für Menschen mit demenziellen Veränderungen (Eine Anmeldung ist erforderlich.)

Haan

Gute Stube

Mittwochs, 09:00 – 12:00 Uhr

Veranstaltungsort: Haus im Park, Bismarckstr. 12a, 42781 Haan

Information und Anmeldung: Frau Reich, 02129-3743710, info@senioren-haus-am-park.de

Hilden

Sportgruppe NADiA

Dienstags, 10:30 – 11:30 Uhr

Freitags, 11:30 – 12:30 Uhr

Veranstaltungsort: Nachbarschaftszentrum St. Jacobus, Mittelstr. 8, 40721 Hilden

Information und Anmeldung: Frau Tharra, 02103 – 46543, Stefanie.Tharra@Erzbistum-Koeln.de

Betreuungsgruppe „Herbstzeitlose“

Mittwochs, 09:30 – 12:30 Uhr

Veranstaltungsort: Nachbarschaftszentrum St. Marien, Meide 2, 40721 Hilden

Information und Anmeldung: Frau Tharra, 02103 – 46543, Stefanie.Tharra@Erzbistum-Koeln.de

Betreuungsgruppe „VergissMeinNicht“

Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat, 14:00 – 17:00 Uhr

Veranstaltungsort: Nachbarschaftszentrum Haus im Süden, St. Konrad Allee 76a, 40723

Information und Anmeldung: Frau Thöring, 02103 – 68154, h.thoering@diakonie-kreis-mettmann.de

Langenfeld

CaféMalta

jeden Dienstag, Mittwoch und Donnerstag, 09:30 - 12:30 Uhr

jeden Dienstag, von 14:30 - 17:30 Uhr

Veranstaltungsort: "Villa Malta"/Soziale Dienste, Cafe Malta, Industriestr. 88, 40764 Langenfeld

Information und Anmeldung: Frau Westenburger, 02173 – 3991930, Johanna.westernburger@malteser.org und demenz.langenfeld@malteser.org

Mettmann

Angeleitete Gruppentreffen für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

Montag und Donnerstag 15:00 – 17:00 Uhr, Mittwoch 14:00 - 17.00 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorentreff „Jute Stuw“, Düsseldorfer Str. 20, 40822 Mettmann

Information und Anmeldung: 02104 – 792444,

seniorentreff-jutestuw-mettmann@web.de

Ratingen

Sportgruppe NADiA – Gemeinsam stark durchs Leben

Montags, 10:30 – 11:30 Uhr

Veranstaltungsort: ev. Gemeindezentrum, Belbergweg 78, 40885 Ratingen-Lintorf

Information und Anmeldung: Frau Borsch, 02102 – 31611, aktiv@treff60.de

„Lintorfer Stube“ – Café für Menschen mit Demenz

jeden 3. Dienstag im Monat, 14:30 – 17:00 Uhr

Veranstaltungsort: Aktivtreff 60plus, Kruppenweger Str. 1, 40885 Ratingen-Lintorf

Information und Anmeldung: Frau Borsch, 02102 – 31611, aktiv@treff60.de

Inklusive Freizeitangebote

(für Menschen mit und ohne Vergesslichkeit oder Demenz)

Erkrath

Sportgruppe fit für 100

Montags, 11:00 – 12:00 Uhr

Donnerstags, 11:30 – 12:30 Uhr

Donnerstags, 13:00 – 14:00 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstr. 7, 40699 Erkrath

Information und Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 – 2495223, bgst-gerberstrasse@caritas-mettmann.de

CaféKlatsch

Jeden 1. und 3. Dienstag, 15:00 – 17:00 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstr. 7, 40699 Erkrath

Information und Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 – 2495223, bgst-gerberstrasse@caritas-mettmann.de

Sonntagscafé

Jeden 1. Sonntag im Monat, 14:30 – 16:30 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Alt und Jung, Johanniter Haus Erkrath, Hildener Str. 19, 40699 Erkrath

Genießen Sie bei in der Begegnungsstätte bei Kaffee und Kuchen einen geselligen Nachmittag.

Kosten: 2 € für Kaffee und Kuchen

Information und Anmeldung: Frau Flader, Tel.: 02104 - 2160610

impromix – Stegreiftheater auch mit Vergesslichkeit

Montags, 15:00 – 16:00 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße, Gerberstr. 7, 40699 Erkrath

Wer glaubt, dass man für's Theater spielen immer einen Text auswendig lernen muss, der kennt noch nicht „impromix“. Aus dem Augenblick heraus kleine Inszenierungen entwickeln, mal mit Worten mal nur mit Gesten.

Information und Anmeldung: Frau Thöne, Tel.: 0176 29178625

Mittwochrunde

Mittwochs, 15:00 – 17:00 Uhr

Gemeinsames Erzählen bei Kaffee und Kuchen.

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstr. 7, 40699 Erkrath

Information und Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 – 253553, bgst-gerberstrasse@caritas-mettmann.de

Gymnastikgruppe

Mittwochs, 10:00 – 10:45 Uhr

Veranstaltungsort: AWO-Treff im Bürgerhaus, Sedentaler Str. 105, 40699 Erkrath

Bewegung vor und auf dem Stuhl – so wie es möglich ist. Sich gemeinsam mit anderen bewegen fällt in der Regel leichter als alleine zu Hause.

Information: Frau Dietz, 02104 – 948698

Singen macht Spaß

jeden 4. Donnerstag, 15:00 – 16:00 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße, Gerberstr. 7, 40699 Erkrath

Alle, die Freude am Singen von alten und neuen Liedern haben, sind herzlich willkommen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – die Freude am gemeinsamen Singen steht im Vordergrund.

Information: Frau Wolpers, 0211 – 253553, hgst-gerberstrasse@caritas-mettmann.de

Singkreis

Donnerstags, 14:30 Uhr

Veranstaltungsort: AWO-Treff im Bürgerhaus, Sedentaler Str. 105, 40699 Erkrath

Gemeinsam in froher Runde werden bekannte Lieder gesungen.

Information: Frau Dietz, 02104 – 948698

Singen hält jung

Donnerstags (ungerade Kalenderwoche), 15:00 - 16:30 Uhr

Veranstaltungsort: Paul-Schneiderhaus, Schulstr. 2, 40699 Erkrath

Offenes Singen für die ältere Generation

Information: Frau Treiber, 02104 – 48403, Doris.Treiber@ekir.de

Heiligenhaus

FreitagsZeit

Freitags, 09:30 – 12:30 Uhr

Veranstaltungsort: Caritas Ludgerustreff, Ludgerustr. 2a, 42579 Heiligenhaus

Information und Anmeldung: Frau Hungele, 02056 – 21189, ludgerustreff@caritas-mettmann.de

Mettmann

Spielerunde

Mittwochs, 14:00 – 17:00 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorentreff „Jute Stuw“ im Park, Düsseldorfer Str. 20, 40822 Mettmann

Information/Anmeldung: 02104 – 792300, seniorentreff-jutestuw-mettmann@web.de

Strickrunde

1. Freitag im Monat, 10:00 – 11:30 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorentreff „Jute Stuw“ im Park, Düsseldorfer Str. 20, 40822 Mettmann

Information/Anmeldung: 02104 – 792300, seniorentreff-jutestuw-mettmann@web.de

Ratingen

Spielenachmittag (auch für Menschen mit beginnender Demenz)

Freitags, 13:30 – 17:00 Uhr

Veranstaltungsort: Aktivtreff 60plus, Krummenwegerstr. 1, 40885 Ratingen-Lintorf

Information/Anmeldung: Frau Borsch, 02102 – 31611, aktiv@treff60.de

Velbert

Bingo (auch für Menschen leichter Vergesslichkeit in Begleitung eines An- oder Zugehörigen)

Dienstags, 14:30 – 16:00 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungs- und Servicezentrum der Ev. Kirchengemeinde Langenberg, Klippe 2, 42555 Velbert-Langenberg

Information/Anmeldung: Frau Kothe-Matysik, 02052 – 2734

Das Tanzcafé

2. Mittwoch, 14:00 – 16:00 Uhr

Wechselnde Veranstaltungsorte:

Klippe 2 - Begegnungs- und Servicezentrum der Ev. Kirchengemeinde Langenberg, Klippe 2, 42555 Velbert-Langenberg (*Gerade Monate*)

AKTIV-Begegnungsstätte St. Michael. Froweinplatz 4, 42555 Velbert-Langenberg (*Ungerade Monate*)

Information: Frau Kothe-Matysik, 02052 – 2734

Musik und mehr

Letzter Mittwoch im Monat, 14:30 – 16:00 Uhr

Gemeinsames Singen bekannter Lieder - zur Stärkung gibt es vorneweg Kaffee und Kuchen.

Veranstaltungsort: Klippe 2 - Begegnungs- und Servicezentrum der Ev. Kirchengemeinde Langenberg, Klippe 2, 42555 Velbert-Langenberg

Information/Anmeldung: Frau Kothe-Matysik, 02052 – 2734

Sonntagstanz-Café

15:00 – 17:00 Uhr (jeden ersten Sonntag im Monat)

Veranstaltungsort: Offenes Bürgerhaus BiLo, Von-Humboldt-Str. 53, 42549 Velbert

Alle Menschen, die Freude an Musik haben, sind herzlich willkommen, die "gute alte Zeit" miteinander zu erleben. Es wird getanzt, geschunkelt und gesungen und bei einem leckeren Stück Kuchen und einem Getränk kann in gemütlicher Atmosphäre geplaudert werden. Geboten wird bekannte Tanz- und Unterhaltungsmusik aus mehreren Jahrzehnten, live gespielt.

Für Kaffee, Kuchen und Livemusik wird ein Unkostenbeitrag in Höhe von 5 € erhoben.

Um Voranmeldung wird gebeten.

Information und Anmeldung: MitarbeiterInnen der SKFM Stadtteilzentren, Tel.: 02051 – 2889316.

Veranstaltungen:

03. März 2026

Führung im Stadtmuseum für Menschen mit Demenz

Uhr

Veranstaltungsort: Stadtmuseum Langenfeld, Freiherr-vom-Stein-Haus

Anmeldung: über VHS Langenfeld: 02173/794-4555 oder vhs@langenfeld.de

Schulungen und Vorträge:

10. Februar 2026

Vortrag: Einstiegswissen Demenz

17:00 Uhr,

Veranstaltungsort: Mehrgenerationentreff Tiefenbroich, Sohlstättenstr.33c, Ratingen

Eine Veranstaltung des Demenznetzwerkes Ratingen in Kooperation mit dem Mehrgenerationentreff Tiefenbroich

Anmeldung: Frau Kappels, 02102 5505066, astrid.kapels@ratingen.de

26. Februar 2026

Kurs „Leben mit Demenz“ in Langenfeld

26.02., 05. + 12.03., 26.03.2026

Veranstaltungsort: VHS Langenfeld, Kultur Zentrum Raum 102

Das Leben mit Menschen mit Demenz ist oft schwierig. Um es ein wenig leichter zu gestalten und vor allem um die Veränderungen besser zu verstehen, hat der Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V. ein auf diese Belange zugeschnittenes Kurskonzept entwickelt. Die Veranstaltungen informieren umfassend zu folgenden Themen: Medizinische Aspekte der Demenz, Menschen mit Demenz verstehen, gelingender Umgang mit herausfordernden Verhaltensweisen, Krisenbewältigung für Pflegende, Entlastungsmöglichkeiten für Angehörige, rechtliche und finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten. Es wird zusätzlich ein Erfahrungsaustausch zum Thema „Demenz zuhause bewältigen“ stattfinden. Dabei stehen die Anliegen und Bedürfnisse der Teilnehmenden im Mittelpunkt.

Der Kurs umfasst 3 Veranstaltungstage mit insgesamt 16 Unterrichtsstunden. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Die Teilnahme an dem Kurs ist kostenfrei (Für Versicherte aller Krankenkassen).

Kurs Nummer: 261-1155

Anmeldung: über VHS Langenfeld: 02173 7944555 oder vhs@langenfeld.de

04. März 2026

Selbstfürsorge Training für pflegende Angehörige: Unter Belastung gesund bleiben

6 Termine

Veranstaltungsort: VHS Langenfeld, Kultur Zentrum Raum 111

Kurs Nummer: 261-1006

Anmeldung: über VHS Langenfeld: 02173 7944555 oder vhs@langenfeld.de

06. März 2026**Kurs „Leben mit Demenz“ in Ratingen**

06.03., 14:00 – 18:30 Uhr

07.03., 10:00 – 14:30 Uhr

20.03., 14.00 – 17.00 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorenbegegnungsstätte Ratingen-Mitte, Minoritenstr. 14, 40878 Ratingen

Das Leben mit Menschen mit Demenz ist oft schwierig. Um es ein wenig leichter zu gestalten und vor allem um die Veränderungen besser zu verstehen, hat der Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V. ein auf diese Belange zugeschnittenes Kurskonzept entwickelt. Die Veranstaltungen informieren umfassend zu folgenden Themen: Medizinische Aspekte der Demenz, Menschen mit Demenz verstehen, gelingender Umgang mit herausfordernden Verhaltensweisen, Krisenbewältigung für Pflegende, Entlastungsmöglichkeiten für Angehörige, rechtliche und finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten. Es wird zusätzlich ein Erfahrungsaustausch zum Thema „Demenz zuhause bewältigen“ stattfinden. Dabei stehen die Anliegen und Bedürfnisse der Teilnehmenden im Mittelpunkt.

Der Kurs umfasst 3 Veranstaltungstage mit insgesamt 16 Unterrichtsstunden. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Die Teilnahme an dem Kurs ist kostenfrei (Für Versicherte aller Krankenkassen).

Anmeldung: Frau Kappels, 02102 5505066, astrid.kapels@ratingen.de

11. März 2026**Kurs „Leben mit Demenz“ in Erkrath**

11., 18. + 25.03., 15.04.2026, 09:30 – 12:30 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstr. 7, 40699 Erkrath

Das Leben mit Menschen mit Demenz ist oft schwierig. Um es ein wenig leichter zu gestalten und vor allem um die Veränderungen besser zu verstehen, hat der Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V. ein auf diese Belange zugeschnittenes Kurskonzept entwickelt. Die Veranstaltungen informieren umfassend zu folgenden Themen: Medizinische Aspekte der Demenz, Menschen mit Demenz verstehen, gelingender Umgang mit herausfordernden Verhaltensweisen, Krisenbewältigung für Pflegende, Entlastungsmöglichkeiten für Angehörige, rechtliche und finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten. Es wird zusätzlich ein Erfahrungsaustausch zum Thema „Demenz zuhause bewältigen“ stattfinden. Dabei stehen die Anliegen und Bedürfnisse der Teilnehmenden im Mittelpunkt.

Der Kurs umfasst 4 Veranstaltungstage mit insgesamt 16 Unterrichtsstunden. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Die Teilnahme an dem Kurs ist kostenfrei (Für Versicherte aller Krankenkassen).

Information: Frau Wolpers, 0211-2495223; fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de

Anmeldung: <https://rh.aok-events.de/?logincode=BFUTUTH7C>

11. März 2026**Gelassen pflegen – Konfliktbewältigung und Selbstfürsorge bei Demenz***Veranstaltungsort:* VHS Langenfeld, Kultur Zentrum Raum 102

Kurs Nummer: 261-1157

Anmeldung: über VHS Langenfeld: 02173 7944555 oder vhs@langenfeld.de

12. März 2026**Vortrag: Betreuungsverfügungen und Vorsorgevollmachten**

17:00 Uhr,

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Ost, Carl-Zölligstr.55, Ratingen

Eine Veranstaltung des Demenznetzwerkes Ratingen in Kooperation mit der Begegnungsstätte Ost und den Betreuungsvereinen von Diakonie und SKF

Anmeldung: Frau Kappels, 02102 5505066, astrid.kapels@ratingen.de**18.03.2026****Basisqualifizierungskurs zur Begleitung von Menschen mit Pflegebedarf und / oder eingeschränkter Alltagskompetenz**

18.+ 25.03., 15.+29.04., 06.+13.05.2026 von 18:00 – 20:15 Uhr

22.04.2026 von 18:00 – 21:00 Uhr

28.03., 25.04., 09.05.2026 von 10:00 – 14:30 Uhr

Veranstaltungsort: VHS Velbert/Heiligenhaus (Raum 3.2.29),
Forum Velbert, Oststr. 20, 42551 Velbert

Immer mehr Menschen sind in Deutschland im Zuge der steigenden Lebenserwartung und der damit verbundenen Alterung der Gesellschaft von Pflegebedürftigkeit betroffen. Vier von fünf Pflegebedürftigen und Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz wurden in 2019 zu Hause versorgt. Meist erfolgt die Pflege durch Angehörige. Das bedeutet auch zukünftig mehr und mehr eine Herausforderung für die stetig wachsende Zahl versorgender Angehörige. Sie benötigen dringend Entlastung und Unterstützung im Alltag.

Dieses Seminar richtet sich an pflegende Angehörige, Fachpersonal, Ehrenamtliche und an alle, die Menschen mit erhöhtem Pflegebedarf solange wie möglich ein Leben im vertrauten Umfeld ermöglichen möchten. Der Kurs wird von Fachreferenten durchgeführt, hat eine ständige Kursbegleitung und informiert umfassend in Theorie und Praxis zum Thema Pflegebedürftigkeit und Betreuung. Insgesamt umfasst der Kurs 40 Unterrichtsstunden und entspricht somit den Vorgaben nach § 45a SGB XI und § 8, Qualifizierung der leistungserbringenden Personen nach der Anerkennungs- und Förderungsverordnung (AnFöVO) NRW. Nach erfolgreicher Teilnahme an der Basisqualifizierung haben die Teilnehmenden die Voraussetzung erfüllt in diesem Bereich tätig zu werden.

Kursgebühr: 180 Euro

Information: Heiligenhaus: Frau Leser-te Poel, 02056 13270, A.Leser-tePoel@heiligenhaus.de
Velbert: Frau Kothe-Matysik, 02052 2734, klippe2@ekgla.de*Anmeldung:* Heiligenhaus: Bürgerbüro im Rathaus

Velbert: VHS, Oststr. 20, Velbert, Tel.: 02051 94960

16., 23. + 30. April, 21. Mai 2026**Kurs „Leben mit Demenz“ in Ratingen**

16:00 – 19:00 Uhr

Veranstaltungsort: Mehrgenerationentreff Tiefenbroich, Sohlstättenstr.33.c

Das Leben mit Menschen mit Demenz ist oft schwierig. Um es ein wenig leichter zu gestalten und vor allem um die Veränderungen besser zu verstehen, hat der Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V. ein auf diese Belange zugeschnittenes Kurskonzept entwickelt. Die Veranstaltungen informieren umfassend zu folgenden Themen: Medizinische Aspekte der Demenz, Menschen mit Demenz verstehen, gelingender Umgang mit herausfordernden Verhaltensweisen, Krisenbewältigung für Pflegende, Entlastungsmöglichkeiten für Angehörige, rechtliche und finanzielle

Unterstützungsmöglichkeiten. Es wird zusätzlich ein Erfahrungsaustausch zum Thema „Demenz zuhause bewältigen“ stattfinden. Dabei stehen die Anliegen und Bedürfnisse der Teilnehmenden im Mittelpunkt.

Der Kurs umfasst 4 Veranstaltungstage mit insgesamt 16 Unterrichtsstunden. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Die Teilnahme an dem Kurs ist kostenfrei (Für Versicherte aller Krankenkassen).

Anmeldung: Frau Kappels, 02102 5505066, astrid.kapels@ratingen.de

16. April 2026

Gesunde Ernährung im Alter zur Vorbeugung von Demenz, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen

14:30 – 16:00 Uhr

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstr. 7, 40699 Erkrath
Erfahren Sie in kompakter Form, wie eine ausgewogene Ernährung im Alter dazu beitragen kann, das Risiko für Demenz, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes zu senken. Die Veranstaltung vermittelt leicht verständlich, welche Lebensmittel und Ernährungsgewohnheiten besonders schützend wirken – und wie gesunde Ernährung im Alltag einfach gelingt.

Die schulungsvertiefende Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Landesverband der Alzheimergesellschaften Nordrhein-Westfalen e.V. und der AOK Rheinland-Hamburg – Die Gesundheitskasse durchgeführt.

Information/Anmeldung: Frau Wolpers, 0211 249553, fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de

17. April 2026

Wenn Erinnerungen verblassen – Menschen mit Demenz verstehen und begleiten

Veranstaltungsort: VHS Langenfeld, Kultur Zentrum Raum 102

Kurs Nummer: 261-1154

Anmeldung: über VHS Langenfeld: 02173 7944555 oder vhs@langenfeld.de

21. April, 2026

„Was spielt das denn für ein Rolle?“

Die Rollen werden neu verteilt – wenn An- und Zugehörige sich demenziell verändern.

17:00 – 18:30 Uhr

Veranstaltungsort: VHS Wülfrath, Schulstr. 7 in Wülfrath

Im Alltag, vor allem auch im Familiensystem, spielen wir die verschiedensten Rollen. Diese verändern sich sehr stark, wenn An- und Zugehörige sich demenziell verändern. Wir finden Möglichkeiten zum leichteren Umgang mit demenziell veränderten Menschen.

Wer weiß am besten, was für meine Angehörige gut ist?

Angehörige zu sein und ein Hilfsnetz aufzubauen ist möglich, wenn es gelingt Fähigkeiten und Wünsche miteinander zu verbinden. Wir finden dazu Möglichkeiten, in deren Zentrum die zu begleitende Person steht.

Information: Frau Heydemann, Tel: 02058 18365

Weiteres aus der Region Düsseldorf

jeden 1. Donnerstag im Monat

Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz in Flingern

17:00 - 18:00 Uhr

Veranstaltungsort: Caritas Zentrum Plus Flingern (Netzwerkraum), Flurstr. 57a, 40235 Düsseldorf
Die Demenzerkrankung eines Angehörigen betrifft die ganze Familie und oft ist es schwer, sich mit Außenstehenden über die Krankheit und die damit einhergehenden Belastungen auszutauschen. Die Möglichkeit zu einem solchen Austausch gibt dieser Gesprächskreis.

Anmeldung/Information: Herr Lindemann, 0211 – 16021760, Klaus.Lindemann@caritas-duesseldorf.de

jeden 1. Dienstag im Monat

Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit frontotemporaler Demenz

14:30 - 16:30 Uhr

Veranstaltungsort: Caritas Zentrum Plus Bilk, Suitbertusplatz 1a, 40223 Düsseldorf

Anmeldung/Information: Herr Lindemann, 0211-16021760, Klaus.Lindemann@caritas-duesseldorf.de

jeden 2. Dienstag im Monat im Monat

„Op Jück“ – Wandertreff für Menschen mit frontotemporaler Demenz und Angehörige

Ab 10:00 Uhr

Treffpunkt: am Wanderparkplatz Kissberg (Anmeldung erforderlich)

Wandern schafft Gemeinschaft und schenkt Ruhe – einmal im Monat treffen sich Interessierte zu einer organisierten und begleiteten Wanderung. In Absprache besteht die Möglichkeit zum Abschluss der Wanderung zu einer Mahlzeit einzukehren.

Anmeldung/Information: Herr Lindemann, 0211-16021760, Klaus.Lindemann@caritas-duesseldorf.de

jeden 3. Dienstag im Monat

Online-Gesprächskreis FTD (Frontotemporale Demenz)

14:30 - 16:30 Uhr

Anmeldung/Information: Herr Lindemann, 0211-16021760, Klaus.Lindemann@caritas-duesseldorf.de

Online-Angebote

02.03. – 12.03.2026

Leben mit Demenz Digital – Online Schulungskurse

In 9 Einheiten à 90 Minuten wird die Möglichkeit gegeben, sich in Videokonferenzen über die Erkrankung Demenz, Verhaltensformen, den Umgang mit Menschen mit Demenz sowie rechtliche und finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten und Entlastungsangebote für Angehörige zu informieren und auszutauschen.

02.03., Modul 1 „Medizinische Aspekte der Demenz“

03.03., Modul 2 „Menschen mit Demenz verstehen“

04.03., Modul 3 „Bewältigungsstrategien für Pflegende“

05.03., Modul 9 „Bewegt durch den Tag - Positive Faktoren von Sport und Bewegung im Alter und bei Demenz“

09.03., Modul 4 „Krisenbewältigung für Pflegende“

10.03., Modul 5 „Entlastungsmöglichkeiten für Pflegende“

11.03., Modul 6 „Rechtliche und finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten“

12.03., Modul 7/8 „Demenz zuhause bewältigen“

Ein Zertifikat über die Kursteilnahme erhalten Sie, wenn Sie die Einheiten 1 – 6 durchgeführt haben. Damit sind Sie für Einsätze in der Nachbarschaftshilfe NRW qualifiziert.

Information/Anmeldung: Frau Blum, 0211 - 24086917, Frau Zajac, 0211 24086915,

lebenmitdemenz@alzheimer-nrw.de

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Down-Syndrom und Demenz.

Es handelt sich um Treffen der Online-Selbsthilfegruppe. Das Angebot ist kostenfrei und der Zugangslink wird nach der Anmeldung verschickt.

Ihre Anmeldung und Fragen zum Angebot richten Sie an:

Christina Kuhn, Tel.: 0711/ 99 787-13, E-Mail: c.kuhn@demenz-support.de

19.03.2026, 14:00 – 17:00 Uhr

Worträume – Schreiben mit Menschen mit Demenz und anderen kognitiven Einschränkungen

Der Workshop öffnet neue Wege zum kreativen Schreiben, bei dem es nicht um „richtig“ oder „falsch“ geht. Dabei werden spielerische Techniken vorgestellt, die die sprachlichen Ausdrucksmöglichkeiten wecken. Mit Praxisbeispielen liefert der Kurs Anregungen für gemeinsames Dichten und Schreiben und schafft gleichzeitig Raum, eigene Ideen auszuprobieren.

Link-Tipps

Studie zur Demenzprävention

Die Ergebnisse einer neuen Untersuchung vom Deutschen Zentrum für Neurodegenerative Erkrankungen (DZNE) zusammen mit der Harvard Medical School zeigt, dass rund ein Drittel aller Demenzerkrankungen durch 14 veränderbare Risikofaktoren beeinflussbar sind.

<https://www.dzne.de/aktuelles/pressemitteilungen/presse/mehr-als-ein-drittel-der-demenzfaelle-in-deutschland-waere-vermeidbar/>

Podcast-Tipps

Demenz-Podcast

In der Reihe des Demenz-Podcasts befasst sich in der Folge 79 mit **der „Zukunft der Pflege in Deutschland I“**, einem Thema, das nicht nur im Bereich von Demenz von Interesse ist. Auch die vorhergehenden Folgen befassen sich mit interessanten Themen und im [Folgenarchiv](#) hinterlegt. Das Reinhören lohnt sich. Alternativ kann man sich den Demenz-Podcast auch abonnieren.

<https://demenz-podcast.de/>

„Leben. Lieben. Pflegen – Der Desideria Podcast zu Demenz und Familie“

„**Kompaktfolge: Wie gelingt Selbstfürsorge?**“ lautet der Titel der aktuellen Podcastfolge.

Die früheren Episoden mit interessanten Themen z.B. „Wie kann Musik bei Demenz helfen?“, „Demenz vorbeugen – Was können wir tun? Mit Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer“ sind auf der Internetseite ebenfalls zu finden.

Auch diesen Podcast kann man abonnieren.

<https://www.desideria.org/medien/demenz-podcast>