



NEWSLETTER

Knotenpunkt Demenz

Ausgabe 03-2025

Liebe Leserinnen und Leser,

das Jahr neigt sich dem Ende und ein neues Jahr steht vor der Tür. Es kommt die Advents- und Weihnachtszeit mit ihren altbekannten und vertrauten Düften, Speisen, Liedern und Traditionen – eine Zeit, die einlädt, in Erinnerungen zu schwelgen.



Image by [congerdesign](#) from [Pixabay](#)

Der Duft von Zimt, Orangen, Früchtepunsch oder frischgebackenen Plätzchen, der Geruch der Tanne, gemeinsam gesungene Weihnachtslieder, die vielen Lichter in der dunklen Jahreszeit, das gemeinsame Betrachten der Krippe – all diese sind Beispiele, die viele Erinnerungen wachrufen können. Für Menschen mit Demenz sind die Eindrücke aus der Vergangenheit präsenter als neue Erfahrungen.

Hektik und Stress möchte jeder von uns vermeiden und besonders für Menschen mit Demenz ist es gut, wenn es gelingt, möglichst ruhig und langsam durch die Adventszeit zu gehen. Zelebrieren Sie gemeinsame Rituale und lassen Sie alte Traditionen aufleben. Dies kann ein Geschenk für alle Beteiligten sein.

Orientieren Sie sich bei der Weihnachtsfeier an den Bedürfnissen der Menschen mit Demenz. Kleine, vertraute Runden sind weniger anstrengend für sie und man kommt leichter in Kontakt. Mit einander Zeit zu verbringen, ist eines der schönsten Geschenke – für die schenkende und die beschenkte Person.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien von Herzen ein frohmachendes, friedvolles Weihnachtsfest und einen guten Start in das neue Jahr.



Image by [Gundula Vogel](#) from [Pixabay](#)

Herausgeber:

Caritasverband für den Kreis Mettmann e.V. ■ Johannes-Flintrop-Straße 19 ■ 40822 Mettmann ■ Tel: 02104 / 92 62 – 0

Vorstand: Hans-Werner Wolff; Ralph Baumgarten ■ Vorsitzender des Caritasrates: Kreisdechant Pfarrer Daniel Schilling ■ Redaktion: Gabriela Wolpers

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, helmut.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 – 794 2110

Frau Scheel, 02173 – 794 2111

Frau Schild-Sanojca, 02173 – 794 2112

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

T02173 – 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

Offene Demenz-Sprechstunde der Stadt Ratingen

jeden 3. Mittwoch im Monat von 15:30 – 17:00 Uhr
 Forum Lotsenpunkt, Düsseldorfer Str. 38, 40878 Ratingen
 Information: 02102 5505066, astrid.kapels@ratingen.de

Familiale 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 Niering (bis 31.12.2025), Frau Hungele (ab 1.01.2026), 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.)

Anmeldung unbedingt notwendig: Herr Hoyer, 02173 - 1652104

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

Mettmann

letzter Donnerstag im geraden Monat

Gesprächskreis für pflegende Angehörige im Rahmen der Familialen Pflege

10:00 – 12:30 Uhr

Veranstaltungsort: Evangelisches Krankenhaus Mettmann, Gartenstr. 4-8, 40822 Mettmann

(Seminarraum 3)

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 mit Vergesslichkeit und Demenz unter 65 Jahre

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 Völkner, 02102 303485, burkhard.voelkner@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

17:00 – 18:30 Uhr

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

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

jeden letzten Mittwoch im Monat

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige

10:00 – 11:30 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorenbegegnungsstätte Ost, Carl-Zöllig-Str. 55 40882 Ratingen

Kontakt: Frau Splittstößer, 02102 5505075

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 2. Donnerstag im Monat

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige

14:00 – 15:30 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorenbegegnungsstätte West, Erfurter Str. 33, 40880 Ratingen

Kontakt: Frau Schilling, 02102 5505080, cornelia.schillig@ratingen.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

Heiligenhaus

FreitagsZeit

Freitags, 09:30 – 12:30 Uhr

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

Information und Anmeldung: Frau Niering/Frau Hungele, 02056 – 21189, ludgerustreff@caritas-mettmann.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 Montag, Dienstag und Mittwoch, 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.westenburger@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, Krummenweger 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

Mittwochs runde

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 – 2495223, bgst-gerberstrasse@caritas-mettmann.de

Komm, geh mit uns!

Mittwochs, 14:00 – 15:00 Uhr

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

Gemeinsam mit anderen begeisterten Spaziergängerinnen und Spaziergängern eine Runde durch Alt-Erkrath laufen.

Einschränkungen jeglicher Art stellen kein Hindernis dar - ob Rollator, Rollstuhl, Seh einschränkungen, Orientierungs - oder Gedächtnisstörungen. Spaziergangspatinen und Spaziergangspaten unterstützen dort, wo Unterstützung gebraucht wird. Komm, geh mit ...

Information: Frau Wolpers, 0211 – 243553, 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

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

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:

Montag, 08. Dezember 2025

Alle Jahre wieder – Weihnachtssingen im Club

16:00 – 18:00 Uhr

Veranstaltungsort: Der Club, Hülsbeckerstr. 16, 42579 Heiligenhaus

Das Demenznetz Heiligenhaus lädt alle Interessierten ein zum Weihnachtssingen mit Lutz Strenger und Lothar Meunier. Bei gemütlicher Stimmung und mit Bewirtung von Glühwein und alkoholfreien Punsch gibt es einen musikalischen Adventsnachmittag.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Um Anmeldung wird gebeten.

Kontakt/Anmeldung: Frau Niering, 02056 21189, ludgerustreff@caritas-mettmann.de oder

Frau Leser-Te Poel, 02056 13270, A.Leser-tePoel@heiligenhaus.de

Schulungen und Vorträge:

26. November 2025

Die Rollen werden neu verteilt – Wenn sich die Eltern demenziell verändern

18:00 Uhr – 19:30 Uhr

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

Schulungsvertiefende Veranstaltung in Kooperation mit dem Projekt „Leben mit Demenz“ des Landesverbands der Alzheimer Gesellschaften Nordrhein-Westfalen.

Die eigenen Eltern alt werden zu sehen ist nicht leicht und stellt einen oftmals vor große Herausforderungen besonders, wenn sich die Eltern demenziell verändern. Die Eltern bedürfen Unterstützung, meist kommt es zu einem Rollentausch. In dieser Situation empfinden erwachsene Kinder häufig ein Chaos aus widersprüchlichen Gefühlen.

Anmeldung: Frau Wolpers: Tel: 0211-24 95 223; fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de

16. Januar 2026

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

16:00 – 17:00 Uhr

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

Anmeldung: Frau Hungele: Tel. 02056 21189; Ludgerustreff@caritas-mettmann.de

23. Januar 2026

Kurs „Leben mit Demenz“ in Mettmann

23.01., 14:00-18:30 Uhr,

24.01., 10:00-14:30 Uhr,

20.02., 14:00-17:00 Uhr,

Veranstaltungsort: Seniorenbegegnungsstätte "Jute Stuw", Düsseldorfer Str. 20, 40822 Mettmann

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 Weber, Tel.: 02104 792444, E-Mail: selbsthilfe@alzheimer-kreis-mettmann.de

22. Januar 2026

Kurs „Leben mit Demenz“ in Ratingen

16:30 – 19:30 Uhr

Veranstaltungsort: Seniorenbegegnungsstätte Ratingen-West, Erfurter Str. 33, 40880 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 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

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

Herausgeber:

Caritasverband für den Kreis Mettmann e.V. ■ Johannes-Flintrop-Straße 19 ■ 40822 Mettmann ■ Tel: 02104 / 92 62 – 0

Vorstand: Hans-Werner Wolff; Ralph Baumgarten ■ Vorsitzender des Caritasrates: Kreisdechant Pfarrer Daniel Schilling ■ Redaktion: Gabriela Wolpers

09. März 2026

Kurs „Leben mit Demenz“ in Heiligenhaus

17:30 – 20:30 Uhr

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

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 Hungele, 02056 21189, ludgerustreff@caritas-mettmann.de

10., 17.+ 24. März und 15. April 2026

Kurs „Leben mit Demenz“ in Erkrath

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).

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

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 Veran-

staltungen 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

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](mailto>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](mailto>Klaus.Lindemann@caritas-duesseldorf.de)

jeden 2. Dienstag im Monat im Monat

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

Ab10:00 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](mailto>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](mailto>Klaus.Lindemann@caritas-duesseldorf.de)

Online-Angebote

01.12. – 11.12.2025

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.

01.12., Modul 1 „Medizinische Aspekte der Demenz“

02.12., Modul 2 „Menschen mit Demenz verstehen“

03.12., Modul 3 „Bewältigungsstrategien für Pflegende“

04.12., Modul 9 „Schuldgefühle“

08.12., Modul 4 „Krisenbewältigung für Pflegende“

09.12., Modul 5 „Entlastungsmöglichkeiten für Pflegende“

10.12., Modul 6 „Rechtliche und finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten“

11.12., 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

Podcast-Tipps

Demenz-Podcast

In der Reihe des Demenz-Podcasts befasst sich in der Folge 76 mit **Einsamkeit und Demenz**, in Folge 77 geht es um **Neue Medikamente gegen Alzheimer** und Folge 78 informiert über **Alltagstipps und Alltagswunder**. 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“

„Wann ist der richtige Zeitpunkt fürs Pflegeheim“ – das ist der Titel der aktuellen Folge.

Die früheren Episoden mit interessanten Themen sind auf der Internetseite ebenfalls zu finden.

Auch diesen Podcast kann man abonnieren.

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