

78. Newsletter

Juli 2026

Als regelmäßiges Angebot informiert dieser Newsletter über:

- Neue Vorgaben und Richtlinien z.B. aus der Bay. Staatsregierung
- Fachtage, Messen regional und überregional
- Neue Projekte bzgl. Versorgung gerontopsychiatrisch erkrankter Menschen in der Region
- Sonstige interessante themenbezogene Informationen
- Aktivitäten der Gerontopsychiatrischen Vernetzung in der Region Main/Rhön

Inhalt

Aus unserer Arbeit	3
1. „Auszeit für Pflegende und ihre Angehörigen mit Demenz“	3
2. „Mut zum Altern“	3
Aus den Ministerien und anderen Gremien	4
3. RKI-Bericht: Pflegende Angehörige stärker entlasten	4
4. Gemeinsam „JA zum Alter“ sagen	4
Fachtage, Kongresse und Seminare	4
5. Mittelfranken: Fachtag Gerontopsychiatrie 2026	4
6. Abschied auf Raten: „Weiße Trauer“ und Demenz	5
7. Digitale Informationsveranstaltungen des Blindeninstituts WÜ	5
8. „Mit dabei statt dran vorbei! Methoden-Workshop zur Ansprache schwer erreichbarer Zielgruppen“	5
Förderprogramme und Praxishilfen	6
9. Bundesprogramm „Demokratie leben!": Förderaufrufe mit neuen Förderkriterien veröffentlicht	6
10. Aufruf zur Bewerbung: Deutscher Gemeinsamkeitspreis 2026 ...	6
11. Neue Suchseite für Präventionskurse	6
12. Neue Broschüre: "Umgang mit Sterbewünschen und assistiertem Suizid"	7

13.	Neu erschienen: BAGSO veröffentlicht Broschüre „Vorsorge und Früherkennung für ein gesundes Älterwerden“	7
14.	Leitfaden für Lernbegleiterinnen und -begleiter: Bedienhilfen am Smartphone bei körperlichen Beeinträchtigungen	7
15.	Wegweiser Quartier und Einsamkeit. Ein Praxisleitfaden	8
Neues für Seniorinnen und Senioren		8
16.	Für alle ab 68 Jahre: Studie "VISION-AGE" sucht Teilnehmende	8
17.	Einfach mal reden: Gespräche an der Silbernetz-Hotline können Einsamkeit nachweislich lindern	9
18.	Neue App soll Menschen aus Einsamkeit befreien	9
Pflegende Angehörige		10
19.	Desideria-Podcast macht Mut zum Reisen mit Demenz.....	10
20.	Was digitale Unterstützung für pflegende An- und Zugehörige leisten kann	10
Ambulante Versorgung		10
21.	Delir im Krankenhaus bei älteren Patient*innen	10
22.	Arbeitsmaterial: Beweglichkeit fördern in der Langzeitpflege	11
23.	Umfrage zum Thema Hitzeschutz in der häuslichen Pflege	11
Fachinformationen		11
24.	Frauengesundheit in Bayern – Verhaltensauffälligkeiten bei Demenz im häuslichen Umfeld	11
25.	Alzheimer-assoziierte Veränderungen immer früher nachweisbar 12	
26.	Gehirngesundheit kann in jeder Lebensphase nachhaltig gefördert werden	12
27.	Was passiert im Gehirn nach einem Kopfball?	12
28.	Pflanzliche Ernährung und Demenz: Auf die Qualität kommt es an 12	
29.	Auch als Wochenend-Sportler das Gehirn schützen?	13
30.	Was die Lebensqualität bei Demenz wirklich verbessert	13
31.	Was Jugendliche über Demenz wissen.....	13
Kurzweiliges		14
32.	Mit Taiso in den Tag – Kultur & Bewegung am Morgen	14
33.	Offenes Singen im August	14
34.	Sammeln, Schnipseln, Zusammentragen: Das Clippingbuch im Alltag und in der Kunst.....	15

Aus der Region	15
35. Landkreis Rhön-Grabfeld	15
36. Schweinfurt + Landkreis.....	16
37. Landkreis Haßberge	16
Unsere Dienstleistungen	17
38. Kompaktkurs Demenz.....	17

Aus unserer Arbeit

1. „Auszeit für Pflegende und ihre Angehörigen mit Demenz“

Die Termine für diese Auszeit sind mittlerweile so gut nachgefragt, dass eine frühzeitige Anmeldung für eine sichere Teilnahme zum Wunschtermin erforderlich ist:

6. – 12. September 2026

11. – 14. April 2027 und 19. – 25. September 2027

Benötigte Flyer bitte anfordern:

[Kontakt...](#)

2. „Mut zum Altern“

Gedacht ist diese Veranstaltung für alle, die sich mit einem guten „Altwerden“ und wie sich das individuell besser gestalten lässt auseinandersetzen wollen, dazu neue Bekanntschaften schließen wollen und zusammen Spaß haben wollen. Wir bieten im kommenden Jahr wieder einen Termin in Bad Kissingen an:

16. – 19. März 2027

Benötigte Flyer bitte anfordern:

[Kontakt...](#)

Aus den Ministerien und anderen Gremien

3. RKI-Bericht: Pflegende Angehörige stärker entlasten

„Das Robert Koch-Institut (RKI) hat den Bericht "Pflegebedürftigkeit und (informelle) Pflege in Deutschland – Status Quo" veröffentlicht. Er bündelt aktuelle Erkenntnisse zu Pflegebedürftigkeit, funktionalen Einschränkungen und informeller Pflege in Deutschland. Demnach pflegen 13 Prozent der Frauen und rund 8 Prozent der Männer An- und Zugehörige; etwa ein Drittel der Pflegenden fühlt sich stark oder sehr stark belastet. Das ist auch für die Versorgung von Menschen mit Demenz relevant: Sie werden häufig über lange Zeit zu Hause begleitet, betreut und gepflegt – oft mit hohem organisatorischem, emotionalem und körperlichem Aufwand für Angehörige. Der Bericht unterstreicht, wie wichtig Prävention, Beratung, Entlastungsangebote und verlässliche Unterstützungsstrukturen für pflegende An- und Zugehörige sind.“

(Quelle Text: Nationale Demenzstrategie; Quelle Bild: Robert Koch-Institut)



[Mehr dazu...](#)

4. Gemeinsam „JA zum Alter“ sagen

„Zum Internationalen Tag der älteren Menschen am 1. Oktober ruft die BAGSO auch 2026 wieder zur Aktion "JA zum Alter" auf. Organisationen, Kommunen, Vereine, Initiativen und Einzelpersonen können mitmachen und ein positives Bild vom Älterwerden sichtbar machen. Bereits 2025 beteiligten sich unter anderem Seniorenvertretungen, Mehrgenerationenhäuser, Kirchengemeinden, Pflegeeinrichtungen und Einzelpersonen mit Social-Media-Beiträgen, Straßenkreide-Aktionen, Postkarten, Bannern und Wunszbäumen.“ (Quelle Text: Nationale Demenzstrategie; Quelle Bild: BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e. V.)



[Mehr dazu...](#)

Fachtage, Kongresse und Seminare

5. Mittelfranken: Fachtag Gerontopsychiatrie 2026

Mittwoch, 29. Juli 2026, Nürnberg

„Es erwarten Sie abwechslungsreiche Vorträge zu den Themen Künstliche Intelligenz in der Suchtberatung, Sexualität und Alter, Queer

im Alter, Psychose im Alter sowie Elektrokonvulsionstherapie in der Gerontopsychiatrie.“ (Quelle GeFa Mittelfranken)

[Mehr dazu...](#)

6. Abschied auf Raten: „Weiße Trauer“ und Demenz

8. September 2026, 15.30-17 Uhr, online, kostenfrei

„Angehörige von Menschen mit Demenz kennen das Phänomen: Der Partner, die Mutter oder Großmutter leiden an Demenz und man spürt über die Wochen und Monate hinweg, wie der geliebte Mensch langsam verschwindet. Das Gefühl, das man dabei empfindet, wird auch „Weiße Trauer“ genannt. Obwohl der Mensch mit Demenz noch lebt, spürt man eine Trauer, die der Empfindung nach dem Tod nahekommt. Dieses „Abschiednehmen mitten im Leben“ wird oft tabuisiert, man darf darüber nicht sprechen, weil der Angehörige ja noch „da“ ist.

Diese Veranstaltung will eingehend über das Konzept der „Weißen Trauer“ informieren und vermitteln, wie man Angehörigen in der Beratung und in Selbsthilfegruppen den Zugang zum „Abschied auf Raten“ ermöglicht.“ (Quelle: Landesamt für Soziales, Jugend und Versorgung Rheinland-Pfalz)

[Mehr dazu...](#)

7. Digitale Informationsveranstaltungen des Blindeninstituts WÜ

18. Sept., 13.00 – 14.00 Uhr und 28 Okt., 18.00 – 19.00 Uhr

Thema sind Infos vom Projekt „Sinnesbeeinträchtigung in der Pflege im sozialen Nahraum“ in zwei digitalen Veranstaltungen zum Thema „Zusammenhänge zwischen Sinnesbeeinträchtigung und Demenz“

[Infolyer im Anhang!](#)

8. „Mit dabei statt dran vorbei! Methoden-Workshop zur Ansprache schwer erreichbarer Zielgruppen“

Mittwoch, 23.09.2026, 09.30 – 15. 30 Uhr, kostenfrei, München

„Nicht jeder Mensch hat die gleichen Chancen auf ein gesundes Leben. Die Gründe dafür sind vielfältig – etwa ein geringes Einkommen, ein niedriger Bildungsstand oder belastende

Lebensumstände. Denn Gesundheit wird nicht nur

individuell gestaltet, sondern ist stark vom sozialen Umfeld und den

Lebensbedingungen geprägt. Viele Präventions- und

Gesundheitsförderungsangebote erreichen nach wie vor hauptsächlich Menschen mit höherem Bildungsniveau und Einkommen. Oft, wenn auch unbewusst, sind diese Angebote in ihrer Struktur, Sprache oder Zugänglichkeit nicht auf die Lebensrealität benachteiligter Menschen zugeschnitten.“

(Quelle Text und Bild: LZG – Landeszentrale für Gesundheit in Bayern e. V.)

[Mehr dazu...](#)



Förderprogramme und Praxishilfen

9. Bundesprogramm „Demokratie leben!“, Förderaufrufe mit neuen Förderkriterien veröffentlicht

„Das Bundesprogramm „Demokratie leben!“ ist 2025 in seine dritte Förderperiode bis 2032 gestartet. Jetzt hat das Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend neue Förderaufrufe für Projekte ab 2027 veröffentlicht. Interessenbekundungen können vom 3. August bis zum 4. September 2026 online eingereicht werden. Für Seniorenorganisationen bietet das Programm Chancen: Gefördert werden können unter anderem Projekte, die den Austausch zwischen den Generationen, die Stärkung der Digitalkompetenz oder Integration und Teilhabe fördern.“ (Quelle Text: BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e. V.)

[Mehr dazu...](#)

10. Aufruf zur Bewerbung: Deutscher Gemeinsamkeitspreis 2026

„Einsamkeit kann Menschen jeden Alters betreffen und Gesundheit, Wohlbefinden sowie den gesellschaftlichen Zusammenhalt beeinträchtigen. Gleichzeitig gibt es vielerorts engagierte Initiativen, Projekte und Organisationen, die Begegnungen schaffen, Gemeinschaft stärken und Menschen miteinander verbinden. Um dieses Engagement sichtbar zu machen, wurde auf der 5. KNE-Konferenz „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ (22.06.2026) der Deutsche Gemeinsamkeitspreis unter Schirmherrschaft von Bundesfamilienministerin Karin Prien ausgeschrieben. Ausgezeichnet werden Projekte und Initiativen, die mit kreativen und nachhaltigen Ansätzen Einsamkeit entgegenwirken und soziale Verbundenheit fördern. Bewerben können sich Kommunen, öffentliche Einrichtungen auf kommunaler Ebene, zivilgesellschaftliche Initiativen, Vereine, Verbände, Gewerkschaften sowie betriebliche Initiativen für Beschäftigte. Bewerbungen sind bis zum 16. August 2026 möglich.“

(Quelle Text und Bild: KNE – Kompetenznetz Einsamkeit)

[Mehr dazu...](#)



11. Neue Suchseite für Präventionskurse

„Die neue Website „Prävention direkt finden“ bietet eine strukturierte Übersicht aller von der GKV geförderten Präventionskurse. Sie richtet sich insbesondere an Ärztinnen und Ärzte, Psychotherapeutinnen und



Psychotherapeuten sowie Beratungsstellen. Deutschlandweit stehen über 120.000 zertifizierte Online- und Präsenzangebote in den Bereichen Bewegung, Ernährung, Stressmanagement und Suchtprävention zur Verfügung.“

(Quelle Text: BVPG – Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e. V.; Quelle Bild: Free-Photos on Pixabay)

[Mehr dazu...](#)

12. Neue Broschüre: "Umgang mit Sterbewünschen und assistiertem Suizid"

„Das Sterben und der Tod sind Themen, die für alte und hochbetagte Menschen oft naheliegend sind – das Ende des Lebens kann sogar eine wünschenswerte Perspektive sein. Doch sind Sterbewünsche mitunter auch Hilfeschreie, sind der Wunsch nach einfühlsamer Kommunikation und einer Verbesserung der Lebens- und Betreuungssituation.



Die Mitglieder im Netzwerk Palliative Geriatrie Berlin (NPG B) haben es sich – auch durch die Herausgabe dieser Broschüre – zum Ziel gesetzt, die Auseinandersetzung mit dem Thema Sterbewünsche zu fördern. Dabei geht es vor allem um eine grundsätzliche Haltung und darum, Möglichkeiten zum guten Umgang mit diesen existenziellen Fragen aufzeigen.“

(Quelle Text: KPG – Kompetenzzentrum Palliative Geriatrie; Quelle Bild: NPG – Netzwerk Palliative Geriatrie)

[Mehr dazu...](#)

13. Neu erschienen: BAGSO veröffentlicht Broschüre „Vorsorge und Früherkennung für ein gesundes Älterwerden“

„Ab 35 Jahren haben gesetzlich Versicherte in Deutschland alle drei Jahre Anspruch auf einen kostenlosen Gesundheits-Check. Das BAGSO-Projekt „Vorsorge und Früherkennung – Chancen für die Gesundheit“ will dazu beitragen, dass mehr Menschen diese Vorsorgeangebote nutzen. Neu erschienen ist eine Broschüre, die über Angebote informiert, Fachbegriffe erklärt und die Gesundheits-Check-ups im Detail beschreibt. Der kostenfreie Wegweiser kann als PDF auf der Webseite der BAGSO Service GmbH heruntergeladen oder als gedrucktes Heft bestellt werden.“



(Quelle Text: BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e. V.; Quelle Bild: BAGSO Service GmbH)

[Mehr dazu...](#)

14. Leitfaden für Lernbegleiterinnen und -begleiter: Bedienhilfen am Smartphone bei körperlichen Beeinträchtigungen

„Die Servicestelle digitaleSenior:innen in Wien hat einen Leitfaden veröffentlicht, der Trainerinnen und Trainer dabei unterstützt, ältere Menschen trotz körperlicher Einschränkungen kompetent in die digitale Welt zu begleiten. Der Leitfaden bietet praxisnahe Hilfestellungen, um

Seh-, Hör- oder Mobilitätseinschränkungen mithilfe von technischen Geräteeinstellungen auszugleichen und den Alltag zu erleichtern. Außerdem enthält er Informationen und didaktische Tipps zum Thema Barrierefreiheit sowie Anleitungen zum Erstellen barrierefreier Lernunterlagen. Der Leitfaden kann kostenlos heruntergeladen werden.“

(Quelle Text: BAGSO Servicestelle Digitalisierung und Bildung)

[Zu Leitfaden...](#)

15. Wegweiser Quartier und Einsamkeit. Ein Praxisleitfaden

„Einsamkeit gehört zu den großen gesellschaftlichen Herausforderungen unserer Zeit. Sie betrifft Menschen aller Altersgruppen und Lebenslagen – in Großstädten ebenso wie in kleinen Gemeinden. Die Gestaltung unserer Wohnquartiere, Nachbarschaften und Alltagsorte beeinflusst, ob Menschen sich einsam fühlen.



Doch was können Kommunen, Wohnungsunternehmen, soziale Träger, Vereine und Initiativen konkret tun, um Einsamkeit vorzubeugen? Was sind soziale, räumliche, institutionelle, stadtplanerische und kulturelle Ansätze?

Der Wegweiser Quartier und Einsamkeit zeigt, wie Quartiere so gestaltet und belebt werden können, dass Begegnung, Zugehörigkeit und Gemeinschaft im Alltag leichter entstehen und so einem Einsamkeitsgefühl entgegengewirkt wird.

Anhand zahlreicher Praxisbeispiele, Leitfragen, Checklisten und Handlungsempfehlungen verbindet die Publikation Erkenntnisse aus Forschung und Praxis zu einem Werkzeug für die konkrete Umsetzung vor Ort.

Der Wegweiser kann auf der Seite der Wüstenrot Stiftung kostenlos heruntergeladen oder als Druckausgabe bestellt werden.“

(Quelle Text: Koordinationsstelle Wohnen im Alter; Quelle Bild: Wüstenrot Stiftung)

[Mehr dazu...](#)

Neues für Seniorinnen und Senioren

16. Für alle ab 68 Jahre: Studie "VISION-AGE" sucht Teilnehmende

„Ältere Menschen sind in der psychotherapeutischen Versorgung stark unterrepräsentiert. Analysen zeigen, dass im Jahr 2016 weniger als 5% der depressiv diagnostizierten Personen über 65 Jahren eine ambulante Psychotherapie erhielten, bei den über 85-Jährigen sogar weniger als 1%. Dies steht im starken Kontrast zu den 25% bei jungen Erwachsenen. Dieses Projekt zielt darauf ab, diese erhebliche Unterversorgung zu adressieren.

Mit dieser Studie soll ein passendes Therapieangebot für ältere Menschen gestaltet werden, dass an die Lebensrealität und Bedürfnisse dieser Lebensphase angepasst ist. Im Rahmen der wissenschaftlichen Studie werden den Teilnehmenden hilfreichen Strategien zur Reduktion von depressiven und ängstlichen Symptomen sowie zur Verbesserung ihrer Lebensqualität vermittelt.

Nach Abschluss dieser Wirksamkeitsstudie soll der Therapieansatz als neuer Baustein zur Verbesserung der psychotherapeutischen Versorgung im höheren Lebensalter dienen. Durch die Bereitstellung eines nachweislich wirksamen transdiagnostischen Therapiemanuals im digitalen Gruppenformat soll ein nachhaltiger Beitrag zur Verbesserung der Versorgungsrealität älterer Menschen mit psychischen Erkrankungen geleistet werden.

[Mehr dazu...](#)

17. Einfach mal reden: Gespräche an der Silbernetz-Hotline können Einsamkeit nachweislich lindern

„Eine Evaluation des Deutschen Zentrums für Altersfragen (DZA) zeigt: Die Silbernetz-Hotline hilft älteren Menschen, die sich einsam fühlen. Die Ergebnisse auf Basis von 208 Anrufern im Alter von 50 bis 93 zeigen unter anderem: Menschen, die erstmals bei Silbernetz anrufen, sind im Schnitt einsamer als die meisten anderen Menschen im gleichen Alter. Und schon ein einziges Gespräch von 20 Minuten kann dazu beitragen, dass die Anrufer sich besser fühlen. Die Hotline des Silbernetz e.V. ist täglich von 8 bis 22 Uhr erreichbar, ältere Menschen können anonym dort anrufen. Das DZA hatte das Angebot im Auftrag des Bundesseniorenministeriums evaluiert.“ (Quelle Text: Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e. V.; Quelle Bild: DZA – Deutsches Zentrum für Altersfragen)



[Mehr dazu...](#)

18. Neue App soll Menschen aus Einsamkeit befreien

„Das Berliner Start-up Platonique hat eine App entwickelt, die einsamen Menschen zu mehr sozialen Kontakten verhelfen soll. Nutzer können sich einen Teil der Kosten von den gesetzlichen Krankenkassen erstatten lassen. Die Idee hinter Platonique: Einsame Menschen mittels kognitiver Verhaltenstherapie aus einem Teufelskreis zu befreien. Dies könnte auch für ältere, pflegebedürftigen Menschen eine Möglichkeit sein, Einsamkeit vorzubeugen.“ (Quelle Text: Care vor9; Quelle Bild: sabinevanerp auf Pixabay)



[Mehr dazu...](#)

Pflegende Angehörige

19. Desideria-Podcast macht Mut zum Reisen mit Demenz

„In der Kompaktfolge "Urlaub und Reisen mit Demenz – Erfahrungen von Angehörigen" aus dem Podcast "Leben. Lieben. Pflegen." geht Desideria der Frage nach, ob Reisen auch mit Demenz möglich ist. Host Peggy Elfmann lässt fünf Angehörige zu Wort kommen, die von sehr unterschiedlichen Erfahrungen berichten – von Reisen mit der an Alzheimer erkrankten Mutter über eine Reise nach Nordfinnland mit dem Vater bis hin zu Urlauben mit dem an frontotemporaler Demenz erkrankten Ehemann. Die Folge zeigt, dass Urlaub mit Demenz gelingen kann, wenn Bedürfnisse, Belastungsgrenzen, Vertrautheit und Teilhabe zusammengedacht werden.“ (Quelle Text: Nationale Demenzstrategie)



[Mehr dazu...](#)

20. Was digitale Unterstützung für pflegende An- und Zugehörige leisten kann

„Wer einen Menschen mit Demenz zu Hause begleitet, trägt eine enorme Last. Eine aktuelle Übersichtsarbeit aus China hat 16 weltweit durchgeführte Studien mit insgesamt 750 pflegenden An- und Zugehörigen ausgewertet und untersucht, ob digitale psychologische Angebote diese Belastung spürbar verringern können.“



(Quelle Text: digiDEM Bayern; Quelle Bild: geralt auf Pixabay)

[Mehr dazu...](#)

Ambulante Versorgung

21. Delir im Krankenhaus bei älteren Patient*innen

„In der Folge "Delir bei älteren Patienten: 10 wichtige Fakten für die Klinik" sprechen PD Dr. Christine Thomas und Prof. Dr. Christine von Arnim über Prävention, Erkennung und Behandlung von Delir bei älteren Patient*innen. Thematisiert werden Formen und Ursachen des Delirs, Risikofaktoren, Screening, Aktivierung, sensorische Unterstützung sowie medikamentöse und nicht-medikamentöse Behandlungsmaßnahmen. Für die Versorgung von Menschen mit Demenz ist das Thema besonders relevant, weil ein Delir bestehende kognitive Einschränkungen verschlechtern, Angehörige stark belasten und die weitere Versorgung beeinflussen kann. Veröffentlicht wurde die 51-

minütige Kooperationsfolge mit der Deutschen Gesellschaft für Geriatrie (DGG) im "Klinisch Relevant Podcast".“ (Quelle Text: Nationale Demenzstrategie

[Zum Podcast...](#)

22. Arbeitsmaterial: Beweglichkeit fördern in der Langzeitpflege

„Von der Fachstiftung Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) veröffentlicht sind Übungsanleitungen für Mitarbeitende in der Langzeitpflege, mit denen sie die Beweglichkeit der Menschen fördern können, die sie pflegen. Das PDF bietet kompakte Informationen und praktische Hinweise zu 30 wissenschaftlich erprobten Interventionen. Sie sind geeignet für hochaltrige, multimorbide Menschen mit Unterstützungs-/Pflegebedarf und können in der ambulanten und stationären Langzeitpflege durchgeführt werden.“ (Quelle Text: BAGSO –

Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e. V.; Quelle Bild: Alexas_Fotos auf Pixabay)

[Zum Arbeitsmaterial...](#)



23. Umfrage zum Thema Hitzeschutz in der häuslichen Pflege

„Das BARMER Institut für Gesundheitssystemforschung führt aktuell eine mehrsprachige Umfrage durch. Ziel dieser Umfrage ist es, besser zu verstehen, wie pflegende Angehörige mit Hitze und hitzebedingten Belastungen im häuslichen Umfeld umgehen und welche hitzebedingten Herausforderungen im Pflegealltag auftreten können. Die Ergebnisse sollen dazu beitragen, Unterstützungsbedarfe zu identifizieren und Angebote sowie Maßnahmen für den Hitzeschutz im häuslichen Pflegekontext zu verbessern.“ (Quelle: Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V. Selbsthilfe Demenz)

[Zur Umfrage...](#)

Fachinformationen

24. Frauengesundheit in Bayern – Verhaltensauffälligkeiten bei Demenz im häuslichen Umfeld

„Unruhe, Teilnahmslosigkeit, Schlafstörungen oder Gereiztheit: Verhaltens- und psychische Symptome der Demenz zählen zu den belastendsten Aspekten der Erkrankung – für Betroffene und pflegende An- und Zugehörige gleichermaßen. Eine neue Studie des Digitalen Demenzregisters Bayern an der FAU Erlangen-Nürnberg hat erstmals untersucht, ob sich diese Symptome zwischen Männern und Frauen, die zu Hause leben, unterscheiden.“

(Quelle Text: digiDEM Bayern Quelle Bild: KI-generiert)

[Mehr dazu...](#)



25. Alzheimer-assoziierte Veränderungen immer früher nachweisbar

„Neue Bluttests und Tracer für die Hirnbildgebung machen Alzheimer- assoziierte Veränderungen immer früher sichtbar. Zwei Studien in Lancet zeigen, dass sich solche Biomarker bereits im mittleren Lebensalter nachweisen lassen. Gleichzeitig bleibt offen, welche Menschen später tatsächlich eine Demenz entwickeln.“ (Quelle Text: Deutsches Ärzteblatt; Quelle Bild: ElisaRiva auf Pixabay)



[Mehr dazu...](#)

26. Gehirngesundheit kann in jeder Lebensphase nachhaltig gefördert werden

„In einem Thesenpapier stellt eine Kommission der American Heart Association (AHA) die wichtigsten Faktoren zusammen, die in unterschiedlichen Lebensphasen die Gehirngesundheit beeinflussen. Dabei geht es um die Resilienz gegenüber Gehirnerkrankungen wie Demenz, Parkinsonkrankheit oder Schlaganfall.“

(Quelle Text: Deutsches Ärzteblatt; Quelle Bild: geralt auf Pixabay)



[Mehr dazu...](#)

27. Was passiert im Gehirn nach einem Kopfball?

„Fußball gehört weltweit zu den beliebtesten Sportarten. Doch eine aktuelle Studie aus den Niederlanden zeigt: Schon das Köpfen beim Amateurfußball kann vorübergehende Auswirkungen auf biologische Marker haben, die mit Hirnschäden und der Entstehung von Alzheimer in Verbindung gebracht werden.“

(Quelle Text: digiDEM Bayern; Quelle Bild: GodsFavoriteArts auf Pixabay)



[Mehr dazu...](#)

28. Pflanzliche Ernährung und Demenz: Auf die Qualität kommt es an

„Wer viel Obst, Gemüse, Hülsenfrüchte und Vollkornprodukte isst, könnte damit auch seinem Gehirn etwas Gutes tun. Aber lässt sich das auch pauschal auf eine vegetarische Ernährungsweise übertragen? Eine aktuelle Übersichtsarbeit aus Taiwan hat sieben Langzeitstudien mit insgesamt über 220.000 Teilnehmenden ausgewertet und kommt zu einem differenzierten Ergebnis: Nicht jede pflanzliche Ernährung schützt vor Demenz.“

(Quelle Text: digiDEM Bayern; Quelle Bild: silviarita auf Pixabay)



[Mehr dazu...](#)

29. Auch als Wochenend-Sportler das Gehirn schützen?

„Wer unter der Woche kaum Zeit für Sport hat und die empfohlene Bewegung auf ein oder zwei Tage zusammenpresst, gilt als sogenannter „Weekend Warrior“ (Wochenend-Krieger). Eine aktuelle Übersichtsarbeit aus China hat 13 Studien mit insgesamt über 100.000 Erwachsenen ausgewertet und untersucht, ob dieses Bewegungsmuster ähnliche Vorteile für Gehirn und psychische Gesundheit bringen kann wie regelmäßiger Sport.“ (Quelle Text: digiDEM Bayern; Quelle Bild: Surprising_media auf Pixabay)



[Mehr dazu...](#)

30. Was die Lebensqualität bei Demenz wirklich verbessert

„Wie lässt sich die Lebensqualität von Menschen mit Demenz verbessern? Eine aktuelle Übersichtsarbeit aus Großbritannien hat 324 Studien zu dieser Frage ausgewertet und kommt zu einem klaren Ergebnis: Nicht Medikamente, sondern gemeinsame Aktivitäten und gezielte Unterstützung machen den größten Unterschied.“

(Quelle Text: digiDEM Bayern; Quelle Bild: pyou93 auf Pixabay)



[Mehr dazu...](#)

31. Was Jugendliche über Demenz wissen

„Jugendliche kommen heute früher mit dem Thema Demenz in Berührung als frühere Generationen. Eine aktuelle Studie aus England hat untersucht, wie gut 11- bis 18-Jährige über die Erkrankung informiert sind, und kommt zu einem ernüchternden Ergebnis: Das Wissen ist lückenhaft, und weit verbreitete Missverständnisse bleiben bestehen.“

(Quelle Text: digiDEM Bayern; Quelle Bild: BettyVerheij auf Pixabay)



[Mehr dazu...](#)

Kurzweiliges

32. Mit Taiso in den Tag – Kultur & Bewegung am Morgen

Montag, 20. Juli 2026, 8:00 - Freitag, 28. August 2026, 8:15 Uhr, online, kostenfrei

„FRÜHSPORT | BELEBEND | GESUNDHEIT—Auf Grund der großen Nachfrage nehmen wir unseren Frühsport wieder auf. Taiso ist eine traditionsreiche Gymnastikform aus Japan. Die rhythmischen Bewegungen können im Stehen oder Sitzen ausgeführt werden, bringen Schwung in den Tag, verbessern Mobilität, Gleichgewicht und Wohlbefinden. Die Einheit wird angeleitet von Natalie Peine, Fitness- und Pilatestrainerin aus Wiesbaden und die Teilnahme ist ohne Vorkenntnisse möglich.



Ergänzt wird das Programm durch einen kurzen Kulturimpuls im „Espressoformat“ – poetisch, humorvoll oder nachdenklich. Diese stammen von Charlotta Bjelfvenstam (Schauspielerinnen und künstlerische Leitung von Die Gute Stunde) oder Felix Römer (Autor und Comedian).

[Mehr dazu...](#)

33. Offenes Singen im August

Montag, 03. August 2026, 19:00 - 20:00 Uhr, online kostenfrei

„Jeden ersten Montag im Monat lädt die Musikakademie Sachsen-Anhalt herzlich zum Offenen Singen ein.

Musikbegeisterte kommen zusammen, um die Freude am gemeinsamen Singen zu erleben. Denn gemeinsam musizieren verbindet – und macht einfach glücklich. Auch online!



Auf dem Programm steht ein abwechslungsreicher Mix aus europäischen Volksliedern und beliebten Popsongs. Ob traditionelle Melodien aus verschiedenen Ländern oder bekannte Klassiker wie „Mit 66 Jahren“ oder „Über sieben Brücken“ – die Lieder laden zum Mitsingen ein und wecken Erinnerungen. Dabei geht es nicht um Perfektion, sondern um den Spaß an der Musik.

Vorkenntnisse oder Notenlesen sind nicht erforderlich. Nach einem kurzen Aufwärmen und Einsingen finden alle schnell ihre Stimme. Ganz gleich, ob Sie regelmäßig singen oder es einfach einmal ausprobieren möchten – hier sind Sie willkommen. Die lockere und offene Atmosphäre macht es leicht, die eigene Freude am Singen neu zu entdecken.

Lassen Sie den Alltag hinter sich, atmen Sie tief durch und stimmen Sie mit ein, wenn es wieder heißt: Einfach mal zusammen singen!“

(Quelle Text: Die Gute Stunde; Quelle Bild: © Peter Grunwald)

[Mehr dazu...](#)

34. Sammeln, Schnipseln, Zusammentragen: Das Clippingbuch im Alltag und in der Kunst

Mittwoch, 19. August 2026, 15:00 - 16:30 Uhr, online, kostenfrei

„Tauchen Sie durch die persönliche und ausdrucksstarke Praxis des Schnipsel- oder Clippingbuchs (auch als Scrapbook bekannt) in die Welt der modernen und zeitgenössischen Kunst ein! In diesem praktischen Workshop sind Sie eingeladen, zu entdecken, wie Künstler des 20. und 21. Jahrhunderts Collagen, Assemblagen und Fundstücke genutzt haben, um Geschichten zu erzählen – ganz ähnlich wie in einem „Scrapbook“.



Anhand von angeleiteten Experimenten mit Fotografien, Drucksachen und persönlichen Erinnerungsstücken können sich die Teilnehmer:innen damit auseinandersetzen, wie Anordnung, Gegenüberstellung und Materialwahl Bedeutung prägen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Teilnehmer:innen sind jedoch ganz herzlich dazu eingeladen, Bilder oder Erinnerungsstücke bereitzulegen, um persönliche Geschichten während des Workshops gemeinsam in durchdachte Werke zu verwandeln, die eine Brücke zwischen Erinnerung und künstlerischem Schaffen schlagen.“

(Quelle Text: Die Gute Stunde; Quelle Bild: Meine Haussprüche, 1922; Nachlass Hannah Höch, Berlinische Galerie, Berlin)

[Mehr dazu...](#)

Aus der Region

35. Landkreis Rhön-Grabfeld

- Außensprechstunden des Pflegestützpunkt

„Die monatlichen Außensprechstunden des Pflegestützpunktes in Bad Königshofen, Bischofsheim und Mellrichstadt werden von den Ratsuchenden sehr gut angenommen. In einer „Cloud“ finden sie neben einer allgemeinen Anzeige auch für jeden Ort der Außensprechstunde eine gesonderte Anzeige, sowie für jeden Bereich die Jahrestermine mit weiteren Angaben zu Örtlichkeiten und den Beraterinnen.“

(Quelle: Landratsamt Rhön-Grabfeld)

[Hier geht es zu den Terminen...](#)

- Vortrag „Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf“

Mittwoch, 22. Juli 2026, 16:00 – 18.00 Uhr, Landratsamt Rhön-Grabfeld, Großer Sitzungssaal, Bad Neustadt a.d. Saale, kostenfrei

„Welche Leistungen der Pflegeversicherung stehen mir als Arbeitnehmerin bzw. Arbeitnehmer zu, wenn ich berufstätig bin und einen pflegebedürftigen Menschen versorge? Welche Unterstützungsangebote kann ich nutzen, um die Pflegeaufgaben und

die beruflichen Anforderungen miteinander zu vereinbaren? Wie verliere ich auch mich nicht aus den Augen?“ (Quelle: Pflegestützpunkt Rhön-Grabfeld)

Mehr dazu...

36. Schweinfurt + Landkreis

- Neu in der Stadt Schweinfurt: Beratungsstelle Wohnen und Perspektive

Die beiden Mitarbeiterinnen leisten

- Hilfe bei persönlichen Problemen/Krisenintervention
- Hilfe und Unterstützung zur Überwindung sozialer Schwierigkeiten
- Hilfe bei der Vermittlung in weitere Hilfsangebote
- Aufbau eines sozialen Hilfsnetzwerks
- Hilfe bei der Suche nach einer geeigneten Wohnung
- Vermittlung und Begleitung beim Probewohnen
- Begleitung/Unterstützung bei Bedarf (aufsuchende Hilfe)

- Angehörigenforum im KPPPM Schloss Werneck

Information, Hilfe und Erfahrungsaustausch mit folgender Vortragsreihe jeweils von 16.30 – 18.00 Uhr:

- **24.09.2026** „Belastung sichtbar machen – Austausch und Entlastung im Rahmen der Kunsttherapie“
- **22.10.2026** „Gezeichnete Grenzen – Ein kunsttherapeutischer Workshop zur Selbstfürsorge“
- **19.11.2026** „In den eigenen Rhythmus finden – Körpertherapeutische Stressregulation für Angehörige“
- **03.12.2026** „ApK Bayern – Hilfsangebote für Angehörige“

Infolyer im Anhang!

- Vortrag „Alte Hausmittel - neu entdeckt“

Mittwoch, 29. Juli 2026, 18.00 Uhr, Bürgerhaus Schwebheim, kostenfrei
Eine Veranstaltung des VdK Schwebheim in Kooperation mit dem Mehrgenerationenhaus Schwebheim:

„Erfahren Sie mehr oder frischen Sie Ihr Wissen über die „alten“ Hausmittel auf. Was leisten sie? Wo können sie die klassische Medizin unterstützen?“ (Quelle Text: MGH Schwebheim)

Infolyer im Anhang!

37. Landkreis Haßberge

Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe „Isolierte Großeltern“ im Raum Ebern–Hofheim

Gründungstreffen am Dienstag, 11. August 2026, 10:00 12:00 Uhr in den Räumlichkeiten des Landratsamtes Haßberge

„Großeltern spielen in vielen Familien eine wichtige Rolle. Umso belastender kann es sein, wenn der Kontakt zu den eigenen Kindern

oder Enkeln nur eingeschränkt oder gar nicht mehr besteht. Die Gründe hierfür sind vielfältig: familiäre Konflikte, Trennungen, große räumliche Entfernungen oder andere Veränderungen im familiären Umfeld können dazu führen, dass sich Großeltern ausgeschlossen, nicht mehr eingebunden oder sogar dauerhaft entfremdet fühlen.“

(Quelle: Landratsamt Haßberge)

Infolyer im Anhang!

Unsere Dienstleistungen

38. Kompaktkurs Demenz

Auf Nachfrage führen wir in Kooperation mit der Initiative Demenz-Partner der Deutschen Alzheimer Gesellschaft bei Bedarf eine ca. 90-minütige Schulung für Interessierte durch, gerne auch für spezielle Berufsgruppen insbesondere – ganz neu im Programm – für Rettungskräfte. Die Schulung vermittelt Basiswissen über die Krankheit und den Umgang mit der erkrankten Person. Für nähere Informationen sprechen Sie uns an oder schreiben uns eine Nachricht

[Kontakt...](#)

Aktuell verfügbare Vorträge und Workshops der Gerontopsychiatrischen Vernetzung in der Region Main/Rhön

Wir bieten verschiedene Vorträge zu den Themen

- Demenz und andere kognitive Beeinträchtigungen im Alter
- Kommunikation und Umgang bei herausforderndem Verhalten etc.
- Einsamkeit/Depression im Alter
- Substanzmissbrauch im Alter (Sucht)
- Betreuungsrecht – Vorsorgevollmacht – Patientenverfügung
- seelische Gesundheit im Alter
- Mental gesund bleiben im Alter
- Etc.

Wir gestalten Workshops für ambulante, teilstationäre und stationäre Einrichtungen für Ältere, z. B. zu den Themen:

- Umgang mit Depression im Alter
- Kognitive Beeinträchtigungen im Alter und Umgang mit herausforderndem Verhalten Älterer

In Absprache mit Ihnen gestalten wir die Vorträge und Workshops nach Ihren individuellen Bedürfnissen. Wir sind flexibel bei Termingestaltung, zeitlicher Länge und Methodik, sprechen Sie uns einfach an.

Beste Grüße

Gerontopsychiatrische Vernetzung in der Region Main/Rhön

Sollten Sie in Zukunft kein Interesse mehr an unserem Newsletter haben, dann schicken Sie uns eine kurze Nachricht an folgende Mailadresse:

Vernetzung-mainrhoen@diakonie-schweinfurt.de

Der Newsletter ist auch jederzeit nachzulesen auf unserer Homepage:

www.vernetzung-mainrhoen.de

Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

Impressum:

"Gerontopsychiatrische Vernetzung in der Region Main-Rhön"

Gymnasiumstraße 14

97421 Schweinfurt

Tel.: 09721 2087-220

Für die Inhalte im Sinne des Telemediengesetzes Abschnitt 1 - 5 (seit dem 01.März 2007, früher § 6 Satz 1 TDG) ist Carsten Bräumer verantwortlich.

Herausgeber: Diakonisches Werk Schweinfurt e. V.

Sitz: Schweinfurt / Amtsgericht, Vereinsregister-Nr. VR 248

Finanzamt Schweinfurt, StNr.: 249/110/71114

Vorstand: Carsten Bräumer