

## **Januar**

### **Neujahrsempfang**

Freitag, 24.01.2025 15:30 - 17:30 Uhr

Ort: Alzheimer Gesellschaft München e.V.

Wir möchten als AGM Danke sagen für die vielen Stunden, die Ihr im vergangenen Jahr mit Menschen mit Demenz verbracht habt. Beschwingt starten wir ins neue Jahr! Lasst Euch von unserem Buffet überraschen und bringt Zeit zur Begegnung mit.

## **März**

### **Teilnahme an der Münchner Ehrenamtsmesse**

Sonntag, 16.03.2025, 10:00 - 17:00 Uhr

Ort: Altes und Neues Rathaus

Wir wollen uns als Alzheimer Gesellschaft München e.V. als attraktives Betätigungsfeld für Ehrenamtliche präsentieren.

### **Fortbildung: Nur ein Spaziergang- oder doch viel mehr?**

Montag, 31.03.2025 Ort: Alzheimer Gesellschaft München e.V.

Referentin: Martina Bibinger, Ergotherapeutin, Sturzprophylaxetrainerin und Kinesiologie

Spaziergänge sind Beschäftigungen, für die ehrenamtliche Hilfe häufiger angefragt wird. Meist ist das für alle Beteiligten eine gute Erfahrung. Warum ist das so? Was steckt dahinter? Was ist dabei zu beachten? Die Ergotherapeutin Frau Bibinger vermittelt uns das notwendige Hintergrundwissen. In den Workshop fließen auch die Themen „Überforderung oder Ablehnung von Spaziergängen“ und „Veränderungen von Bewegungsabläufen durch Demenz“ ein.

## **April**

### **Fortbildung in Kooperation mit dem Münchner Bildungswerk: Umgang mit traumatischen Erlebnissen bei Demenz**

Freitag, 11.04.2025, 09:30 – 17:00 Uhr

Ort: Münchner Bildungswerk, Anmeldung über Münchner Bildungswerk

Referentin: Natalie Stenzel

In der Welt von Menschen mit Demenz spiegeln sich traumatische Erfahrungen auf unterschiedliche Weise in der Betreuung und Pflege wieder. Der zweite Weltkrieg hinterließ schwerste seelische Verletzungen, die mehrheitlich unbearbeitet in die Nachkriegsjahre geschleppt wurden. Eine Sensibilisierung für das Verhalten von

Menschen mit Demenz, die ein Trauma erlebt haben, ermöglicht, sie besser zu verstehen.

## **Mai**

### **Helferausflug zur Alzheimer Villa in Weßling**

Montag, 26.05.2025, 14:30 – 17:30 Uhr

Ort: Treffpunkt Weßling Bahnhof

Dieses Jahr wollen wir unseren Helferausflug mit einem Spaziergang zur Alzheimer Villa am Weßlinger See verbinden. Der Psychiater und Neuropathologe hatte in der Alzheimer Villa am Weßlinger See während seiner Münchner Zeit seinen Rückzugsort gefunden. Vielleicht finden wir ihn auch...

## **August**

### **Zoobesuch im Rahmen des AGMaktiv Sommerfestes**

Montag 04.08.2025 10:00 – ca.16:00 Uhr

Möglichkeit zum Zoobesuch im Rahmen des AGMaktiv Sommerfestes als Begleiter oder Begleiterin für Menschen mit Demenz

## **September**

### **Biergartenbesuch**

Montag, 01.09.2025, ab 16:00 Uhr

Ort: Biergarten Michaelgarten, Feichtstraße 10, 81735 München

Letztes Jahr hatten wir echtes Traumwetter im Biergarten. Vielleicht gelingt das ja noch einmal. Auf ein Neues....und dann ein Prosit!

## **Oktober**

### **Exkursion zum Institut für Demenz und Schlaganfalldiagnostik in Kooperation mit dem Münchner Bildungswerk**

Donnerstag, 09.10. 2025, 14:00 -16:00 Uhr, Anmeldung über Münchner Bildungswerk

Ort: Feodor-Lynen-Str. 17, 81377 München am Eingang (E) für Patienten

Probleme mit dem Gedächtnis...ist das noch normal? Wie unterscheiden Fachleute Gedächtnisstörungen von Erkrankungen? Die Gedächtnissprechstunde des ISD hilft dabei einen Verdacht abzuklären. Frau Handfest wird die Arbeitsweise des Instituts vorstellen, Fragen beantworten und auch Interessantes rund um die verschiedenen Demenzerkrankungen und zu Gedächtnisveränderungen im Alter erzählen.

## **November: Fortbildung: Kleines Fitnesslexikon Von A bis Sport**

Montag, 10.11.2025, 15:00 - 17:00 Uhr

Ort: Alzheimer Gesellschaft München

Referentin: Gabriele Hurle, Seniorenfitnesstrainerin, Demenzhelferin

Unser Jahresthema „Bewegung“ setzt Frau Gabriele Hurle durch praktische Übungen mit uns fort. Was kann man machen, wenn die Spaziergänge ausfallen? Welche Übungen lassen sich auch zu Hause ausprobieren? Welche Übungen sollte man mit Menschen mit Demenz vermeiden. Im Vordergrund steht es, Spaß an Bewegung zu vermitteln. Denn körperliche Bewegung wirkt sich direkt auf das Denken aus. Und wenn dann noch Freude dazu kommt, gelingt der Besuch bei Menschen mit Demenz.

**Anmeldungen für sämtliche Termine erleichtern mir die  
Planung**

### **Meine Kontaktdaten**

Monika Gelderblom

Tel. 089/97893097

[monika.gelderblom@agm-online.de](mailto:monika.gelderblom@agm-online.de)



**Jahresprogramm 2025  
des Helferkreises  
der ehrenamtlichen  
Demenzhelferinnen und Demenzhelfer**

**Alzheimer Gesellschaft München e.V.**

