

Fortlaufende Alzheimer-Angehörigengruppe in Mössingen, Rottenburg und Tübingen

Sprechen Sie mit anderen Angehörigen über Altersverwirrtheit und Demenzerkrankungen. Informieren sie sich über die Krankheit und tauschen Sie Erfahrungen aus. Alle Themen, die Sie einbringen, werden vertraulich behandelt.

monatlich

- ➊ Anmeldung erforderlich. Bei Interesse können Sie sich an die jeweiligen Gerontopsychiatrischen Beratungsstellen in Tübingen, Mössingen und Rottenburg wenden.

„NATUR TUT GUT in jeder Lebensphase – Gartenerlebnis mit allen Sinnen“

Wir laden Menschen mit und ohne Demenz zu einem sinnlichen Gartenerlebnis ein.

21. April, 19. Mai, 16. Juni, 23. Juli, 18. August, 15. September + 20. Oktober immer um 14 Uhr.

- 👤 Brigitte Baur, Demenzbotschafterin
- 📍 Botanischer Garten, Hartmeyerstraße, Tübingen
- 🏠 Kreissenorenrat Tübingen, Stadt Tübingen und Netzwerk Demenz
- ➊ kostenlos, Anmeldung erforderlich unter bbaur60s@gmail.com oder Telefon 074 57-51 08

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Austauschtreffen für Betroffene zur Unterstützung und Entlastung in der Pflege

jeweils der letzte Mittwoch im Monat (außer August und Dezember)

von 10 bis 11:30 Uhr
(Abweichungen möglich,
deshalb bitte unbedingt anmelden)

- 📍 Pausa Tonnenhalle, Löwensteinplatz 1, Mössingen
- 🏠 Pflegestützpunkt Landkreis Tübingen, Standort Mössingen
- ➊ kostenlos, Anmeldung erforderlich unter Telefon 070 71 - 207 63 41 (Sabine Behrmann)

Gerontopsychiatrische Beratungsstelle Mössingen

- ☎ 074 73-91 08 24
- ✉ gpb-moessingen@gmx.de

Gerontopsychiatrische Beratungsstelle Rottenburg

- ☎ 074 72 - 98 818-13
- ✉ gpb@sozialstation-rottenburg.de

Gerontopsychiatrische Beratungsstelle Tübingen

- ☎ 070 71- 22498
- ✉ info@altenberatung-tuebingen.de

Pflegestützpunkt Ammerbuch

- ☎ 0172 - 63 51 993
- ✉ a.seitz@kreis-tuebingen.de

Pflegestützpunkt Härten/Kirchentellinsfurt

- ☎ 0171- 56 93 151
- ✉ t.seitz@kreis-tuebingen.de

Pflegestützpunkt Standort Mössingen

- ☎ 070 71-207-6341
- ✉ psp-moessingen@kreis-tuebingen.de

Stadtseniorenrat Tübingen

- ☎ 070 71-49 37 7
- ✉ info@stadtseniorenrat-tuebingen.de

Geriatrisches Zentrum Tübingen

- ☎ 070 71-29-87517

Kreissenorenrat Tübingen e.V.

- ☎ 070 71-92 08 867
- ✉ info@kreissenorenrat-tuebingen.de

TüFA - Tübinger Familien- und Altershilfe

- ☎ 070 71-98 05 13
- ✉ info@tuefa-tuebingen.de

Das Netzwerk Demenz in Stadt und Landkreis Tübingen bietet konkrete Lebenshilfe an

Eine hohe Lebensqualität ist auch für Menschen mit Demenz möglich. Um dieses Ziel zu erreichen, bündelt das Netzwerk Demenz in Stadt und Landkreis Tübingen eine Vielzahl unterschiedlicher Angebote und Kompetenzen und bietet damit den Betroffenen und ihren Angehörigen konkrete Hilfe bei der Bewältigung ihres Alltags an.

Die einzelnen Netzwerkpartner bieten neben individueller Beratung für Angehörige von Menschen mit Demenz auch Vorträge und kulturelle Veranstaltungen an und nutzen das Internet zur Aufklärung.

So soll auch eine breite Öffentlichkeit für die Situation demen-ter Menschen sensibilisiert werden. Dabei verfolgt das Netzwerk vor allem das Ziel, Menschen mit Demenz besser zu verstehen und sie nicht nur auf ihre Defizite zu reduzieren.

Das Netzwerk Demenz wird vom Landkreis Tübingen koordiniert und von der Stadt Tübingen unterstützt.

Aktuelle Informationen zum Programm können Sie auf der Internetseite des Netzwerks DEMENZ abrufen:
www.netz-demenz.de



Demenz geht uns alle an! Deshalb freut sich das Netzwerk DEMENZ über neue Partner und Unterstützer.

Kontakt:

Felix Buss, Landratsamt Tübingen
Telefon: 070 71 - 207-2064
E-Mail: f.buss@kreis-tuebingen.de
Titelbild: Heike Schäfer, Künstlerin der Lebenshilfe Tübingen
Stand: März 2026 - Alle Angaben ohne Gewähr

Gefördert durch die Landesverbände der Pflegekassen in Baden-Württemberg



DEMENZ

mitten unter uns

EIN STARKES NETZ

in Stadt und Landkreis Tübingen

Veranstaltungen
2026

„Das Herz wird nicht dement“

Validierender Umgang mit Menschen mit einer Demenz.

- Stephanie Maser, Validationstrainerin
- GPB Mössingen
- kostenlos, Anmeldung nicht erforderlich.

25. März 2026 von 18:30 bis 20:00 Uhr

Veranstaltungsraum Schloss, Schloßhof 1, Gomaringen

27. April 2026 von 18:30 bis 20:00 Uhr

Veranst.-Raum PausaTonnenhalle, Löwensteinpl. 1, Mössingen

Kinästhetik Kurs

Kurs für pflegende Angehörige, ehrenamtliche in der Pflege tätige Menschen und Interessierte.

15., 22., 29. April, 5. Mai + 10. Juni von 17:00 bis 21:00 Uhr

- Nonnenmacher Haus, Gartenstraße 28, Tübingen
- Pflegestützpunkt Landkreis Tübingen, Stadt Tübingen
- Eigenanteil 25 Euro, Anmeldung unter psp-tuebingen@kreis-tuebingen.de oder Telefon 07071-9646646

Workshop: Wertschätzende Kommunikation mit Menschen, die an Demenz erkrankt sind

Kurs (drei aufeinander aufbauende Module) richtet sich an An- und Zugehörige sowie an alle, die haupt- oder ehrenamtlich Menschen mit Demenz begleiten. (Kursbeschr. auf Anfrage.)

16. April, 30. April + 7. Mai 2026 von 17:00 bis 20:30 Uhr

- Seminarraum Haus Albblick Paul-Lechler-Str. 20, TÜ
- Tübinger Hospizdienste e.V.
- kostenlos, Anmeldung erforderlich unter info@tuebinge-hospizdienste.de oder Telefon 07071-760949

Vortrag: Validation – wertschätzender und empathischer Umgang mit Menschen mit Demenz

Inform. über Krankheitsverlauf, typische Verhaltensweisen der Betroffenen u. den Umgang mit veränderten Verhaltensweisen.

20. April von 18:30 bis 20:30 Uhr

- Stephani Maser, Akademie für Validation und Demenz
- Ev. Gemeindehaus Pfäffingen, Dorfstr. 20, Ammerbuch
- Gerontopsychiatrische Beratungsstelle Tübingen, Pflegestützpunkt Ammerbuch
- kostenlos, Anmeldung nicht erforderlich.

„Die weiße Trauer“

– Demenz und das Abschiednehmen mitten im Leben
Heilsame Gedanken rund um den Trauerprozess, der im Krankheitsbild Demenz oft weit vor dem Tod beginnt.

27. April 2026 um 19:00 Uhr

- Nonnenmacher Haus, Gartenstraße 28, Tübingen
- GPB Tübingen
- kostenlos, Anmeldung unter info@altenberatung-tuebingen.de, Telefon 07071-22498 oder online

Gartenerlebnis mit allen Sinnen – für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung

Leichter Spaziergang mit Aktivierung der Sinne.

6. Mai 2026 um 14:00 Uhr

- Brigitte Baur, Demenzbotschafterin
- Rottenburg Priesterseminar, Karmeliterstr. 7, Rottenburg
- Kreis Senioren Rat Tübingen e.V.
- kostenlos, Anmeldung erforderlich unter bbaur60s@gmail.com oder Telefon 07457-5108

Positive Kommunikation – Humor als Türöffner in der menschlichen Begegnung für MmD

Ludger Hoffkamp vermittelt Humor als eine Art Haltung und „Weltanschauung“ und kombiniert diese mit einem wertschätzenden Blick auf MmD.

11. Mai 2026 von 19:00 bis 20:30 Uhr

- Ludger Hoffkamp, kath. Seelsorger + Klinikclown der Stiftung „Humor hilft heilen“ (Eckart v. Hirschhausen)
- Hörsaal der UkPP, Calwerstr. 14; 72076 Tübingen
- Beratungsstelle für Ältere Menschen und deren Angehörige e.V., TüFa und das Geriatrie Zentrum
- kostenlos, Anmeldung nicht erforderlich.

Vortrag: „Autofahren im Alter – Risiken und Gefahren auch bei Demenz“

20. Mai 2026 von 17:00 bis 18:30 Uhr

- Erich Klett von der Kreisverkehrswacht Tübingen e.V.
- Rittersaal (EG), Schlosshof 9, Kirchentellinsfurt
- PSP Härten/Kirchentellinsfurt, GPB Tübingen
- kostenlos, Anmeldung nicht erforderlich.

„Schlechtes Gewissen ade“

Umgang mit Schuldgefühlen in der Begleitung von Menschen mit Hilfebedarf und bei einer Demenzerkrankung.

20. Mai 2026 von 18:30 bis 20:00 Uhr

- Sigrid Wächter, Dipl. Sozialarbeiterin an der LVR-Gerontopsychiatrischen Beratungsstelle Köln
- Veranstaltungsraum PausaTonnenhalle, Löwensteinplatz 1, Mössingen
- GPB Mössingen
- kostenlos, Anmeldung nicht erforderlich.

21. Mai 2026 von 18:30 bis 20:00 Uhr

- Sigrid Wächter, Dipl. Sozialarbeiterin an der LVR-Gerontopsychiatrischen Beratungsstelle Köln
- Veranstaltungsraum Schloss, Schloßhof 1, Gomaringen
- GPB Mössingen
- kostenlos, Anmeldung nicht erforderlich.

Kinaesthetics – sich entlasten und wirksam helfen

Der Kinaesthetics-Vertiefungsabend lädt dazu ein, bereits erlernte Kompetenzen aus dem Grundkurs wieder aufzufrischen, zu festigen und um neue Erfahrungen zu ergänzen. Voraussetzung: Teilnahme am Grundkurs.

11. Juni 2026 von 17:15 bis 19:45 Uhr

- Theresa Seitz
- Altes Schulhaus, Hindenburgstraße 5, Kusterdingen
- Pflegestützpunkt Härten/Kirchentellinsfurt
- kostenlos, Anmeldung erforderlich unter t.seitz@kreis-tuebingen.de oder Telefon 0171-5693151

Vortrag: Leistungen der Pflegeversicherung

Finanzielle Mittel und Entlastungsmöglichkeiten in der Pflege.

16. Juni 2026 von 18:30 bis 20:00 Uhr

- Sabine Behrmann
- Veranstaltungsraum Pausa Tonnenhalle, Löwensteinplatz 1, Mössingen
- GPB Mössingen
- kostenlos, Anmeldung nicht erforderlich.

Vortrag: Leistungen der Pflegeversicherung

Finanzielle Mittel und Entlastungsmögl. in der Pflege.

24. Juni 2026 von 18:30 bis 20:00 Uhr

- Theresa Seitz
- Veranstaltungsraum Schloss, Schloßhof 1, Gomaringen
- GPB Mössingen
- kostenlos, Anmeldung nicht erforderlich.

Vortrag: Begleitung – Belastung – Sinnfindung – Ressourcen. Pflegende Angehörige im Blick.

Es geht um die Belange der pfleg. Angehörigen, um Belastungen und Resilienzfaktoren.

29. Juni 2026 von 18:30 bis 20:00 Uhr

- Prof. B. Hadinger
- Beratungsstelle für Ältere Menschen und deren Angehörige e.V., TüFa
- kostenlos, Anmeldung unter info@altenberatung-tuebingen.de oder Telefon 07071-22498

Workshop mit dem Demenz-Parcours

Selbsterfahrung mit Vortrag zum Thema Demenz für An- und Zugehörige von MmD und bürgerschaftl. Engagierte.

25. September 2026 von 9:00 bis 12:00 Uhr

- Marie-Anne Ruby, Diplompsychologin
- Nonnenmacher-Haus, Gartenstraße 28, Tübingen
- Beratungsstelle für Ältere Menschen und deren Angehörige e.V.,
- kostenlos, Anmeldung unter info@altenberatung-tuebingen.de oder Telefon 07071-22498

Dialogtheater: „Ich will hier nicht mehr bleiben“

Konflikte zwischen Wunsch und Wirklichkeit – das Leben mit einer dementiellen Erkrankung im eigenen zu Hause und die Suche nach guten Alternativen.

21. Oktober 2026 von 18:30 bis 20:30 Uhr

- Bürgersaal, Im Schloß 1, Gomaringen
- Gut leben im Alter in Gomaringen in Kooperation mit GPB Mössingen und Pflegestützpunkt Mössingen
- kostenlos, Anmeldung nicht erforderlich.