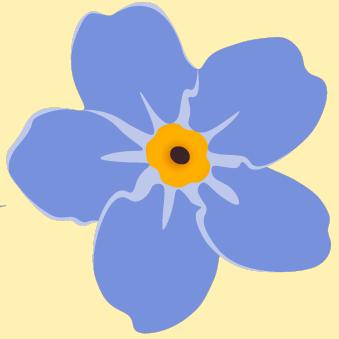


## NEWSLETTER

Dezember / décembre  
2025

# Vergiess MechNet

Zesummen ass Demenz méi liicht



Die Weihnachtszeit steht an, eine Zeit in der Liebe und Familie im Vordergrund stehen. Dazu gehört es natürlich auch, von Demenz betroffenen Familienmitgliedern mit Empathie und Geduld zu begegnen und sie in die Feierlichkeiten mit einzubeziehen.

**VergiessMechNet** freut sich auf diese letzte Ausgabe des Newsletters in 2025 mit tollen Beiträgen und wünscht Ihnen schöne Feiertage.

La période de Noël approche, un temps où l'amour et la famille sont au premier plan. Cela implique bien sûr d'accueillir avec respect et patience les membres de la famille atteints d'une démence et de les inclure dans les festivités.

**VergiessMechNet** se réjouit de cette dernière édition de la newsletter en 2025, avec de superbes contributions de votre part, et vous souhaite de joyeuses fêtes.



## Weihnachten mit Demenz 🎅🌟

Es kann sein, dass Menschen mit Demenz und deren Angehörige sich in der Weihnachtszeit überfordert fühlen, weil es häufig hektisch wird. Wenn Sie einige Dinge beachten, kann Weihnachten für alle zu einem gelungenen Fest werden.

### 5 Tipps zur Unterstützung von Menschen mit Demenz zu Weihnachten

#### 🎄 1. Schrittweise, einfach und vertraut

Führen Sie die weihnachtliche Stimmung langsam ein, um die gewohnte Umgebung des\*r Betroffenen nicht zu schnell zu verändern und achten Sie darauf, dass manche blinkende oder geräuschvolle Dekoration irritierend sein könnte.

Einfache Tagesaktivitäten und vertraute Routinen helfen, mögliche Verwirrung zu vermeiden und sich zu entspannen. Wenn Ihr\*e Angehörige\*r gerne die Angebote der Kirche nutzt, dies aber schwierig umzusetzen ist, können Online- oder Fernsehgottesdienste gute Alternativen darstellen.

#### 🎶 2. Beteiligen Sie alle

Das Abspielen und Singen von Lieblingsliedern, das gemeinsame (Unter-)Schreiben von Weihnachtspostkarten, das Aufhängen einer Weihnachtskugel bis zu einem kleinen Weihnachtseinkauf (sofern Sie kleinere Läden aussuchen und Stoßzeiten vermeiden) - es gibt viele Möglichkeiten, Menschen mit Demenz in der Weihnachtszeit mit einzubeziehen.

#### 🎅 3. Schaffen Sie einen ruhigen Bereich

Eine große Anzahl von Gästen kann Menschen mit Demenz überfordern. Bitten Sie daher Familie und Freunde, ihre Besuche über die Festtage zu verteilen. Außerdem sollten Sie einen Bereich in der Wohnung als « Ruhezone » einrichten, in der sich Ihr\* Angehörige\*r ohne Lärm entspannen kann.

#### 🍴 4. Achten Sie auf das Essen

Ein voller Teller kann überfordernd sein. Versuchen Sie, den Teller Ihres\*r Angehörigen nicht zu voll zu machen. Erschrecken Sie nicht, wenn die demenzbetroffene Person mit den Händen isst, weil die Koordination von Messer und Gabel schwierig ist. Bestenfalls bieten Sie einen Löffel an.

Alkoholische Getränke gehören oft zum Feste feiern dazu und ein Gläschen dürfte auch erlaubt sein, soweit es mit der Medikamenteneinnahme vereinbar ist.

#### 🌟 5. Flexibel sein und voraus planen

Es ist leicht, sich in Traditionen zu verlieren und an gewohnten Abläufen festzuhalten. Aber mit fortsetzender Demenz könnte die Weihnachtszeit für die ganze Familie anders aussehen. Es lohnt sich, einen «Plan B» zu haben und bereit zu sein, seine Pläne zu ändern. Wenn die demenzkranke Person in einem Pflegeheim lebt, kann es hilfreich sein, das Heim im Voraus nach den Plänen für die Weihnachtstage zu fragen. Es ist ebenfalls gut, im Voraus festzulegen, wer die von Demenz betroffene Person zurück nach Hause bzw. in ihr Pflegeheim begleitet, wenn diese es wünscht.

**Familienfeste bieten Raum für alle möglichen Gefühle – Menschen mit Demenz leiden häufig unter Stimmungsschwankungen, die zu Vorwürfen einladen. Unangemessenes Verhalten kann Teil der Krankheitssymptomatik sein und/oder Zeichen von Überforderung. Nehmen Sie Kommentare oder Anschuldigungen nicht persönlich und ziehen Sie sich gemeinsam mit der erkrankten Person an einen ruhigen, geschützten Ort zurück. Es geht darum, allen Angehörigen und Gästen soweit wie möglich eine gute Zeit zu ermöglichen.**

Bild: © Evy Raes - Expertisecentrum Dementie Vlaanderen ([www.dementie.be](http://www.dementie.be))

## Agenda



## Ma vie avec la démence

### « Je ne me sens pas seule. »

**Un diagnostic de démence ne signifie pas la fin de l'autonomie. Judite Flora en témoigne admirablement.**

Lors de notre entretien avec Judite Flora, elle nous a raconté comment elle gère son quotidien avec la démence. Ce qui l'aide le plus : passer du temps avec sa famille et ses amies. Grâce à eux, elle trouve la force de continuer à envisager l'avenir avec optimisme.

(en portugais, sous-titré en français)



Vous vivez avec la démence ? Participez à notre série « Mäi Liewe mat Demenz » (Ma vie avec la démence) et racontez-nous votre histoire : [info@demenz.lu](mailto:info@demenz.lu) | +352 26 47 00

Vous trouverez plus de témoignages du Info-Zenter Demenz sur YouTube: [@infozenterdemenz](https://www.youtube.com/@infozenterdemenz)

## Ihre Beiträge / Vos contributions

### Association Luxembourg Alzheimer (ALA):

#### Pferde schenken Lebensfreude

Jeden Montag macht sich eine Gruppe von sechs Bewohner\*innen des Wohn- und Pflegeheims „Beim Goldknapp“ auf den Weg nach Niederfeulen. Dort werden sie von Claudine und Freiwilligen des Rotary Clubs herzlich empfangen. Seit September 2023 bereichert dieses besondere Projekt den Alltag der Bewohner\*innen der ALA: **eine interaktive Förderung, ein Zusammenwirken zwischen Mensch und Pferd.**

Die Idee stammt von Claudine Speicher, der Besitzerin eines Pferdestalles und Dr. Fernand Grünig, Mitglied des Rotary Clubs Diekirch-Ettelbrück und zuständig für das Aktionskomitee. Ihr Anliegen war es, etwas Dauerhaftes zu schaffen, das echte Lebensfreude schenkt.

Es geht ans Striegeln, Pflegen, Füttern und Beobachten. Wer sich sicher fühlt, darf sogar auf einem Pferd reiten. „Ich kann selbst entscheiden, was ich tun möchte“, sagt eine Bewohnerin stolz. Eine andere erzählt: „Was ich verloren hatte, ist wiederhergestellt worden.“

Andere berichten: „Ich bin stolz auf

### Päiperléck:

#### Une parenthèse nature au Parc animalier de Sainte-Croix - Un séjour apaisant pour nos résidents de l'Unité Adaptée

Du 11 au 12 septembre, cinq résidents de la Résidence Seniors Päiperléck de Canach ont eu la chance de vivre une escapade hors du commun : **une nuit au cœur du Parc animalier de Sainte-Croix**, en France.

Visant à préserver l'autonomie et à promouvoir les compétences interpersonnelles, cette excursion pédagogique s'inscrivait dans la continuité du travail de notre Unité Adaptée. La petite taille du groupe a permis un accompagnement presque individuel, qui respectait le rythme de chacun et favorisait la détente.

Le Parc de Sainte-Croix offre une immersion totale dans un univers propice à **éveiller des souvenirs d'enfance et à stimuler la mémoire affective**. Entre les loups, les cerfs et la riche faune européenne, les habitants pouvaient découvrir la nature dans toute sa diversité.

En favorisant la communication non

ich fühl mich wohl und habe das Gefühl, gebraucht zu werden.“

Diese Aussagen verdeutlichen, dass es hier nicht nur um den Kontakt zu Tieren geht, sondern um **Selbstbestimmung, Würde und Verbundenheit**.

Für viele Teilnehmende ist der Ausflug ein **wöchentlicher Höhepunkt**, der noch lange nachwirkt – in Gedanken, Gesprächen und Herzen.



Bild: ©Association Luxembourg Alzheimer

verbale et l'expression émotionnelle, les

interactions ont atteint une nouvelle

dimension : les résidents ont ri, échangé et partagé leurs impressions.

Ce séjour restera dans les mémoires comme une belle aventure, faite de nature et de moments partagés.



Image: ©Päiperleck

### *Info-Zenter Demenz :*

#### **Konferenz "Green Dementia Care - wie Menschen aufblühen" auf YouTube**

**Ab sofort können Sie sich die Konferenz in kurzer oder voller Version auf Youtube anschauen.**

**Am 22. September 2025** um 18h30 organisierte das Info-Zenter Demenz in der Abtei Neimënster eine Konferenz für Professionelle und Angehörige von Menschen mit Demenz zum Thema „**Green Dementia Care – wie Menschen aufblühen**“.

Der Abend zeigte, welche Rolle Natur (Green Care) sowohl für Menschen mit

### *Zitha:*

#### **Demenz im Alltag**

Im September fand im ZithaCareZenter Luxembourg ein Informationsabend für Angehörige zum Thema „Demenz im Alltag“ statt. Nach der Begrüßung durch Direktorin Frau Heike Schmitt gab Herr Stefan Emmerich einen Überblick über die verschiedenen Formen der Demenz und betonte die Bedeutung von Empathie, Geduld und Wertschätzung im Umgang mit Betroffenen.

Ein Schwerpunkt war die Methode der Integrativen Validation, die auf die Gefühlswelt der Erkrankten eingeht und Vertrauen schafft. Auch die Rolle einer

auch für ihre Angehörigen und Betreuer\*innen spielt und warum der Aufenthalt in der Natur so wichtig ist. Der Abend startete mit einem Vortrag von Frau Ulrike Kreuer (Gartentherapeutin und Gartenbauingenieurin) und endete mit einem Rundtischgespräch mit Angehörigen und Professionellen und anschließendem Umtrunk.

Vielen Dank an Ulrike Kreuer, Marianne Schwenk, Anita Scholer-Kortink, Sylvie Mores, Familienminister Max Hahn und Moderator Jean Claude Majerus (Radio 100,7).



klaren Tagesstruktur und die Bedeutung der Einbindung der Angehörigen wurden hervorgehoben.

**Besonders bewegend** war das Interview mit einer Familienangehörigen, die offen über die Erfahrungen mit ihrem an Alzheimer erkrankten Vater sprach – von familiären Veränderungen bis hin zu bürokratischen Herausforderungen. In der abschließenden Diskussion wurde deutlich: Demenz betrifft nicht nur medizinische Aspekte, sondern verlangt vor allem **menschliches Verständnis und gegenseitige Unterstützung**.



Bild: ©Zitha

## Info-Zenter Demenz und Alzheimer Europe: Fotograf Wouter van Wessel beim Anti-Stigma-Award 2025

Vor einigen Monaten wurde das Info-Zenter Demenz auf das aussagekräftige Fotoprojekt **“A Calm Gaze”** des in Luxembourg lebenden Fotografen **Wouter van Wessel** aufmerksam und hatte dieses für den [Anti-Stigma-Award 2025](#) von Alzheimer Europe nominiert.

Die ganze Fotoreihe finden Sie hier: <https://woutervanwessel.com/a-calm-gaze>

Wouter van Wessel kam in die engere Auswahl und wurde zur Preisverleihung am 3. Dezember in Brüssel (Belgien) eingeladen. Fotograf Alex Kornhuber wurde mit seinem Projekt „Keepsake Chronicles“ zum Gewinner gekürt, der zweite und dritte Preis gingen an Desideria Care e.V. mit "Seeing Dementia in a New Light" und an Fotograf Bálint Szakai mit "In Sickness and in Health". Wouter van Wessel bekam an diesem Abend eine Honourable Mention. Wir gratulieren allen Teilnehmer\*innen!



## Zusammen für mehr Sichtbarkeit

Es freut uns sehr zu sehen, dass immer mehr Menschen auf VergiessMechNet und unsere Sticker-Kampagne aufmerksam werden. Wir haben tolle Fotos von ihnen enthalten!



Yves Rocher

## Ensemble pour plus de visibilité

Nous sommes ravis de constater que VergiessMechNet et notre campagne d'autocollants font de plus en plus parler d'eux. Nous avons reçu de superbes photos de leur part !



Merlino Fleurs



La Boutique du Coiffeur



Jeff de Bruges



Mister Minit



Pharmacie du Cygne

## Werden Sie Teil unserer Kampagne

Sie sind eine Institution oder Privatperson und möchten auf Ihre Veranstaltung in Luxemburg oder ein anderes Thema rund um

## Participez à notre campagne

Vous êtes une institution ou un particulier et vous souhaitez informer sur votre manifestation au Luxembourg ou sur un autre

[Subscribe](#)

[Past Issues](#)

Sie ihren Beitrag [hier](#) um. Wir freuen uns auf

Ihre Einsendungen!

Gerne können Sie uns auch Feedback zu unserer Kampagne via [info@demenz.lu](mailto:info@demenz.lu) schicken.

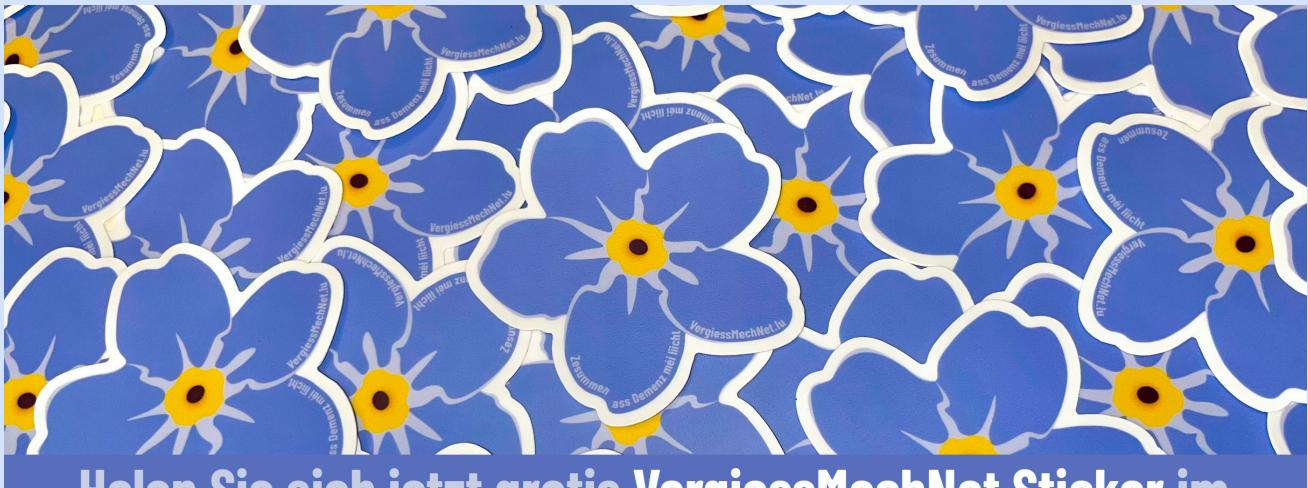
thème lié à la démence ? Alors soumettez

votre contribution [ici](#). Nous nous réjouissons

de vos envois !

N'hésitez pas à nous envoyer un feedback sur notre campagne via [info@demenz.lu](mailto:info@demenz.lu).

[Transla](#)



**Holen Sie sich jetzt gratis VergiessMechNet Sticker im Info-Zenter Demenz ab.**



[View email in browser](#)

[vergiessmechnet.lu](http://vergiessmechnet.lu)

Published and sent by Info-Zenter Demenz © 2025 All rights reserved

email: [info@demenz.lu](mailto:info@demenz.lu)

[update your preferences](#) or [unsubscribe](#)