



Lokale Allianz für Menschen mit **Demenz**

Veranstaltungen in Koblenz

01/2026
Januar bis Juli



Selbstständig bleiben.


Derzeitige Akteure der Koblenzer Allianz:

AWO Seniorenzentrum Laubach,
Caritasverband Koblenz e.V.,
DRK Kreisverband Koblenz e.V.,
Evangelische Kirchengemeinde Koblenz-Pfaffendorf,
Kath. Familienbildungsstätte Koblenz e.V.,
Koblenzer Bündnis für Familien,
KoblenzerBürgerStiftung,
Kommunale Pflegestrukturplanung der Stadt Koblenz,
Pastoraler Raum Koblenz,
Seniorenzentrum St. Barbara,
SkF Koblenz e.V.

Die Lokale Allianz Koblenz wurde von 2021 bis 2023 im Bundesprogramm
„Lokale Allianzen für Menschen mit Demenz“ gefördert.



Informationen zu den Veranstaltungen
unter **T. 0261 / 35 679** oder **schwandt@fbs-koblenz.de**



**Gemeinsam wollen wir auf das
Thema Demenz aufmerksam machen,
Angebote bündeln und neue Ideen
vorantreiben.**

Wir geben Orientierung bei der Suche
nach vorhandenen lokalen Angeboten,
bringen Akteure an einen Tisch,
stimmen ihre Angebote aufeinander ab
und entwickeln bei Bedarf neue Angebote.



Die Angehörigen-
gruppen treffen
sich **monatlich**,
um sich über
Erfahrungen
und Probleme
auszutauschen,
die einen im
Zusammenleben
mit Menschen
mit Demenz
bewegen.

ANGEHÖRIGEN TREFFEN 2026

Gruppe der AWO

mittwochs, **14.01. / 11.02. / 11.03. /
08.04. / 13.05. / 01.07.**

Beginn

18:00 bis 20:00 Uhr

Ort

AWO Tagespflege
Laubach 20-22,
56068 Koblenz

Weitere Informationen

Daniela Bodenbach-Noll,
T. 0261 / 3007 208
daniela.bodenbach@awo-rheinland.de

Treffen des DRK

mittwochs, **07.01. / 04.02. / 04.03. /
15.04 / 20.05. / 10.06. / 08.07. / 12.08.**

Beginn

15:00 bis 17:00 Uhr

Ort

DRK-Begegnungsstätte
An der Liebfrauenkirche 20
56068 Koblenz

Weitere Informationen

Marion Kramann, T. 0261 / 375 23
marion.kramann@drk-mittelrhein.de



Termine

dienstags,

27.01. / 10.03. /

21.04. / 02.06. /

25.08. / 29.09. /

03.11. / 08.12.

Beginn

19:00 bis 20:30 Uhr,
Familienbildungsstätte/
Mehrgenerationenhaus,
Thielenstraße 13,
56073 Koblenz

Anmeldung

Kursnummer Z30733
T. 0261 / 35 679
www.fbs-koblenz.de

DRUM CIRCLE – RHYTHMUS PUR

Wir bringen Menschen zusammen
für mehr Lebensfreude

Leitung: Sabine Süs, Musiktherapeutin

Tauche ein in die pulsierende Welt mit unserem Drum Circle: „Rhythmus pur“. Mit Leichtigkeit und Spaß geht es darum einen gemeinsamen Groove zu finden.

Unser Drum Circle kann außerdem helfen Stress abzubauen, Glückshormone zu erzeugen und im gemeinsamen Tun eine Verbundenheit zu schaffen.

**Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
Wir trommeln einfach los!**

**REGELMÄSSIGE
TREFFEN**



Termine

samstags,
17.01. / 14.03. /
25.04. / 04.07.

Beginn

14:00 bis 16:00 Uhr,
AWO Tagespflege,
Laubach 20-22,
56068 Koblenz

Anmeldung

T. 0261 / 3007 208
daniela.bodenbach@
awo-rheinland.de

MUSIKALISCHES DEMENZCAFÉ für Menschen mit demenziellen Erkrankungen und ihre Angehörigen

Leitung: Sabine Süs, Musiktherapeutin

Gemeinsames Singen und Musizieren in familiärer Atmosphäre! Mit Freude und Spaß altbekannte Lieder singen und mit Orff-Instrumenten begleiten. Jede*r macht mit, so wie er/sie kann und will. Liederwünsche sind willkommen und werden nach Möglichkeit auch gesungen. Beim gemeinsamen Kaffeetrinken und Gespräch lassen wir den Nachmittag gemütlich ausklingen.

**MONATLICHES
TREFFEN**

Kursbeginn mit je 4 Kurseinheiten

dienstags,
16:30 bis 17:30 Uhr,
Kursnummer 30731,
01 13.01. bis 03.02.
02 24.02. bis 10.03.
03 14.04. bis 05.05.
04 19.05. bis 16.06.

donnerstags,
17:00 bis 18:00 Uhr,
Kursnummer 30732,
01 15.01. bis 05.02.
02 19.02. bis 12.03.
03 16.04. bis 17.05.
04 21.05. bis 18.06.

Kosten pro Kurs

10,00 € für 4 Termine

Mitbringen

bequeme Kleidung,
Handtuch

Leitung

Astrid Blutke, Sportlehrerin

Ort

Familienbildungsstätte/
Mehrgenerationenhaus,
Thielenstraße 13,
56073 Koblenz

Anmeldung

T. 0261 / 35 679
www.fbs-koblenz.de



4 Kurseinheiten

PRÄVENTIVKURS

Gezieltes Training verringert
die Sturzgefahr

Kraft, Beweglichkeit und Reaktionsvermögen lassen mit zunehmendem Alter nach. Wer zudem schlecht hört oder sieht, wird zusätzlich unsicherer. Mangelnde Bewegung führt dazu, dass Muskeln an Kraft verlieren und Gleichgewichts- sowie Reaktionsvermögen geringer werden. Die gute Nachricht: Man kann vorbeugen!

Dieser Kurs bietet in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden Übungen an, mit denen Kraft, Beweglichkeit, Gleichgewicht und Reaktionsvermögen geschult werden können. Die Übungen sind speziell darauf ausgerichtet, den natürlichen Abbau dieser Fähigkeiten zu verlangsamen und die allgemeine Fitness zu verbessern.

Das Training in der Gruppe ist besonders effektiv, da es Motivation und Freude fördert. Der soziale Aspekt trägt ebenfalls zur Steigerung des Wohlbefindens bei. Insgesamt macht das Training in der Gruppe nicht nur mehr Spaß, sondern sorgt auch für langfristige Erfolge.

Der Kurs ist ein Präventivkurs und nicht geeignet für akut sturzgefährdete Menschen.

Es ist kein Ersatz für eine Physiotherapie.

Dienstag, 03.02.2026

Beginn

17:00 bis 18:30 Uhr,
Familienbildungsstätte/
Mehrgenerationenhaus,
Thielenstraße 13,
56073 Koblenz

Referentin

Dr. Mihaela Jardan,
FA für Neurologie

Anmeldung

Kursnummer Z30735,
T. 0261 / 35 679
www.fbs-koblenz.de

VORTRAG

Medikamentöse Behandlung bei Demenz: Chancen und Grenzen

Der Vortrag gibt einen verständlichen Überblick über die derzeit verfügbaren medikamentösen Behandlungsmöglichkeiten bei Demenz, erläutert deren Wirkungen und Grenzen und zeigt auf, für wen welche Therapien sinnvoll sein können. Zudem werden aktuelle Forschungs- und Studienergebnisse eingeordnet, sodass Teilnehmende besser erkennen können, welche Entwicklungen tatsächlich relevant sind und welche eher mit Vorsicht zu betrachten sind.

Die Veranstaltung richtet sich an Angehörige, Fachkräfte und alle Interessierten, die sich eine fundierte Orientierung wünschen. Im Anschluss besteht Gelegenheit für Fragen und Austausch.

Dienstag, 10.02.2026

Beginn

15:30 bis 17:00 Uhr,
Besprechungsraum
1. Etage,
Kurfürstenstr. 87,
56068 Koblenz

Anmeldung

Tanja Ritter-Holzhausen,
T. 0261 / 30424-40
tr@skf-koblenz.de

VORTRAG

Vorsorgende Verfügungen

Frühzeitig Entscheidungen treffen, solange man dazu noch in der Lage ist – das ist besonders für Menschen mit beginnender Demenz von großer Bedeutung.

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung helfen, die eigene Selbstbestimmung zu sichern und rechtlich abzusichern. Praktische Hinweise unterstützen Sie dabei, die Vorsorge im Alltag umzusetzen.



Donnerstag, 05.03.2026

Beginn

15:00 Uhr,
Kath. Maria-Hilf-Kapelle,
Mayener Straße 82,
56070 Koblenz – Lützel

Rückfragen

T. 0261 / 3007 208
daniela.bodenbach@
awo-rheinland.de

Anmeldung

T. 0261 / 81 384
im Kath. Pfarrbüro

GOTTESDIENST für Menschen mit demenziellen Erkrankungen und ihren Angehörigen

Dieser ca. 45-minütige Gottesdienst für Menschen mit demenziellen Erkrankungen und ihre Angehörigen wird in Kooperation mit der Katholischen Pfarrei St. Petrus und St. Martinus gestaltet. Der Gottesdienst enthält Gebete, Gesänge und Gedanken und ist in einfacher Sprache gehalten.

Die Kapelle verfügt über barrierefreie Zugänge und Toiletten.

Donnerstag, 19.03.2026

Freitag, 20.03.2026

DEMENZPARCOURS im Bürgerzentrum Lützel

Beginn

13:00 bis 17:00 Uhr
Bitte planen Sie für das
Durchlaufen des Par-
cours 60 Minuten ein.

Bürgerzentrum Lützel,
Brenderweg 17-21,
56070 Koblenz

Informationen

Keine Anmeldung
erforderlich.
T. 0261 / 35 679
www.fbs-koblenz.de

Fast 1,8 Millionen an Demenz erkrankte Menschen leben in Deutschland, davon sind etwa 25.000 Menschen unter 65 Jahren alt. Die Dunkelziffer in dieser Altersgruppe ist womöglich höher. Sie haben Schwierigkeiten, sich zu erinnern, Wege zu finden und den Alltag zu organisieren. An verschiedenen Stationen des Demenzparcours kann man selbst erleben, wie sich die Symptome einer Demenz anfühlen, ob beim Anziehen, Essen, Einkauf, im Straßenverkehr oder bei der Hausarbeit.

Der Parcours ist kein Demenztest und nicht für Menschen mit demenziellen Erkrankungen geeignet.

Beginn

15:30 bis 17:30 Uhr
Familienbildungsstätte/
Mehrgenerationenhaus,
Thielenstraße 13,
56073 Koblenz

Anmeldung

Kursnummer Z30734-01
T. 0261 / 35 679 oder
www.fbs-koblenz.de



Dienstag, 24.03.2026

HERR MEYER ERZÄHLT
für Menschen mit demenziellen
Erkrankungen, deren Angehörige
und Interessierte

**Veronica, der Lenz ist da –
Geschichten und Lieder zum
Frühlingserwachen**

Bei Kaffee und Keksen eröffnet Herr Meyer in geselliger Runde sein unterhaltsames Programm: Mit Liedern, Geschichten, kleinen Rätseln und viel Charme schafft er eine lebendige Atmosphäre, die Erinnerungen weckt, zum Schmunzeln einlädt und miteinander ins Gespräch bringt.

Die Nachmittage richten sich an alle Interessierten – ganz gleich ob mit oder ohne demenzielle Beeinträchtigung. Im Mittelpunkt stehen gemeinsame Erlebnisse, Freude am Austausch und Begegnung auf Augenhöhe. Das Thema Demenz wird dabei nicht thematisiert, aber Teilhabe und soziale Aktivität werden auf angenehme Weise gefördert.

Montag, 20.04.2026
Beginn

17:00 bis ca. 18:00 Uhr,
Bürgerzentrum Lützel,
Brenderweg 17-21,
56070 Koblenz

Referentin

Daniela Bodenbach-Noll

Anmeldung

Kursnummer Z30738,
T. 0261 / 35 679
www.fbs-koblenz.de

VORTRAG

Menschen mit Demenz aktivieren und beschäftigen

Eine gezielte Aktivierung kann die Lebensqualität von Menschen mit Demenz erheblich verbessern. In ihrem Vortrag erläutert Daniela Bodenbach-Noll, wie wir im Alltag Betroffene unterstützen können, um kognitive und körperliche Fähigkeiten zu fördern und zu stärken. Zudem zeigt sie auf, wie vorhandene Ressourcen bestmöglich ausgeschöpft werden können.

Montag, 27.04.2026
Beginn

14:00 bis 18:00 Uhr,
Bürgerzentrum Lützel,
Brenderweg 17-21,
56070 Koblenz

Leitung

Christof Wölk, zertifizierter Gedächtnistrainer

Informationen

Keine Anmeldung erforderlich.
T. 0261 / 35 679
www.fbs-koblenz.de

DENKPARCOURS

Gemeinsam aktiv für die geistige Fitness!

Freuen Sie sich auf einen Nachmittag voller spannender Rätsel und kniffliger Herausforderungen für alle Generationen. Über 30 interaktive Stationen laden ein, Konzentration und Wahrnehmung spielerisch zu schärfen – ob selbstständig oder mit Anleitung. Ein inspirierender Mitmachvortrag zu Beginn der Veranstaltung bietet spannende Einblicke in die Welt des Gedächtnisses.

Wer geistig fit bleiben möchte, sollte aktiv werden. Machen Sie mit!



Samstag, 09.05.2026

Beginn

09:30 bis 16:30 Uhr,
Evangelische
Versöhnungskirche
Arenberg,
Im Flürchen 16,
56077 Koblenz

Anmeldung

T. 0261 / 3007 208
daniela.bodenbach@
awo-rheinland.de

T. 0261 / 942 301 88
christof.woelk@
drk-mittelrhein.de

AUSZEITTAG
für pflegende Angehörige

Für pflegende Angehörige steht jeden Tag aufs Neue der zu Pflegende im Vordergrund. Die eigenen Bedürfnisse stehen weit hinten an.

Am Auszeittag stellen wir die pflegenden Angehörigen in den Mittelpunkt. Bei einem abwechslungsreichen Programm gibt es Raum zum Austausch, inneren Druck abzubauen, mal durchzuatmen, vom Pflegealltag etwas Abstand zu bekommen und dadurch neue Perspektiven für die Zukunft zu entwickeln.

Der Tag beginnt mit einem reichhaltigen Frühstück, gefolgt von unterschiedlichen Aktivitätsangeboten. Mittags stärken wir uns mit einem gemeinsamen Mittagessen und am Nachmittag klingt der Tag mit Kaffee und Kuchen aus.

Beginn

15:30 bis 17:30 Uhr
 Familienbildungsstätte/
 Mehrgenerationenhaus,
 Thielenstraße 13,
 56073 Koblenz

Anmeldung

Kursnummer Z30734-02
 T. 0261 / 35 679 oder
www.fbs-koblenz.de

Dienstag, 19.05.2026

HERR MEYER ERZÄHLT für Menschen mit demenziellen Erkrankungen, deren Angehörige und Interessierte

Gaumenschmaus & Ohrgenuss – Geschichten und Lieder über Speis und Trank

Bei Kaffee und Keksen eröffnet Herr Meyer in geselliger Runde sein unterhaltsames Programm: Mit Liedern, Geschichten, kleinen Rätseln und viel Charme schafft er eine lebendige Atmosphäre, die Erinnerungen weckt, zum Schmunzeln einlädt und miteinander ins Gespräch bringt.

Die Nachmittage richten sich an alle Interessierten – ganz gleich ob mit oder ohne demenzielle Beeinträchtigung. Im Mittelpunkt stehen gemeinsame Erlebnisse, Freude am Austausch und Begegnung auf Augenhöhe. Das Thema Demenz wird dabei nicht thematisiert, aber Teilhabe und soziale Aktivität werden auf angenehme Weise gefördert.





Freitag, 22.05.2026

Beginn

14:30 bis 17:45 Uhr

Treffpunkt

AWO Tagespflege,
Laubach 20-22,
56068 Koblenz

Information

Alternativtermin bei
Regen: 29.05.2026

Anmeldung

Kursnummer Z30741,
T. 0261 / 35 679
www.fbs-koblenz.de

ESELWANDERUNG – UNTERWEGS MIT ZWEI LANGOHRN

für Angehörige, die Menschen mit
Demenz begleiten oder pflegen

Zwei Esel begleiten uns bei einem achtsamen Spaziergang durch die Natur rund um Ochtendung. Dabei geht es nicht nur ums Gehen, sondern auch ums Führen und Geführtwerden: Wer bestimmt das Tempo – der Esel oder ich? Wie kann ich lenken, wie kommuniziere ich, wenn Worte fehlen?

Diese Erfahrungen lassen sich auf zentrale Aspekte im Umgang mit demenzkranken Menschen übertragen: Die Fähigkeit, wahrzunehmen, was das Gegenüber braucht, die Bereitschaft zur Flexibilität – und die Bedeutung eines guten Miteinanders im eigenen Tempo. Ein kleines Picknick unterwegs bietet Raum für Austausch und Gespräch in angenehmer Atmosphäre.

Achtung: Bei Regen sind die Esel nicht zum Spaziergang zu bewegen. Sollte das Wetter ungünstig sein, weichen wir auf diesen Alternativtermin aus: 29.05.2026

Dienstag, 30.06.2026

Beginn

18:00 bis ca. 19:30 Uhr,
AWO Tagespflege,
Laubach 20-22,
56068 Koblenz

Referentin

Daniela Bodenbach-Noll

Anmeldung

Kursnummer Z30748,
T. 0261 / 35 679
www.fbs-koblenz.de

VORTRAG

Demenz – die Erkrankung verstehen

Was bedeutet es, wenn jemand immer häufiger Dinge vergisst – ist das schon Demenz? In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie typische Anzeichen wie Gedächtnisverlust und Orientierungsschwierigkeiten erkannt und von altersbedingtem Vergessen unterschieden werden können. Zudem erhalten Sie wertvolle Informationen zur Diagnose, hilfreiche Tipps zu Unterstützungsangeboten und praktische Ansätze für den einfühlsamen Umgang mit Betroffenen.

Es bleibt ausreichend Zeit, um Ihre persönlichen Fragen zu stellen.

Dienstag, 11.08.2026

Beginn

18:00 Uhr, Hauptkasse
Zoo Neuwied,
Dauer ca. 1,5 bis 2
Stunden.

Anmeldung

T. 0261 / 3007 208
daniela.bodenbach@awo-rheinland.de

**ABENDFÜHRUNG IM ZOO
für Menschen mit demenziellen
Erkrankungen und ihren Angehörigen**

Verbringen Sie gemeinsam eine Auszeit vom Alltag und erleben den Zoo Neuwied im Rahmen einer Abendführung in einer ganz besonderen Atmosphäre. Die individuellen Bedürfnisse der Menschen mit Demenz werden berücksichtigt.

Teilnahme ist kostenfrei!

Mitfahrgelegenheit nach Absprache.

Förderung durch die Pflegekassen

Die Lokale Allianz für Menschen mit Demenz Koblenz wird durch die Landesverbände der Pflegekassen des Landes Rheinland-Pfalz gefördert.



Katholische Familienbildungsstätte Koblenz e.V.

Mehrgenerationenhaus, Haus der Familie

Thielenstraße 13, 56073 Koblenz

T. 0261 35679, info@fbs-koblenz.de

Stand 01/2026

Weitere Angebote entnehmen Sie bitte unserer Homepage [**www.fbs-koblenz.de**](http://www.fbs-koblenz.de)