

## Erfahrungsbericht vom Deutschen Alzheimer Kongress in Weimar

erstellt von einer jungen Frau, die vor 6 Wochen eine Demenz-Diagnose erhielt

Der Kongress in Weimar war großartig und sehr bereichernd!!!!

Ich habe viel gelernt und noch viel mehr für mich selbst mitgenommen, das ich auch für mich persönlich gut verwenden kann, umso mehr, **da ich ja vor sehr kurzer Zeit (also nur ein paar Wochen zuvor) gerade erst meine Diagnose „Demenz“ (mit gerade mal 50 Jahren) erhalten hatte!** Umso mehr war es mir wichtig, an dem Kongress teilzunehmen und zu erfahren, was alles möglich und machbar ist und wie andere Betroffene mit dem Thema umgehen, ebenso wie die Möglichkeiten zu erkundigen, was und wie lange man noch selbstbestimmt sein Leben führen kann.

Die dort vorgetragenen Themen waren sehr umfänglich, aber sie treffen den Nagel auf den Kopf. Der Input war so groß, dass ich noch immer dabei bin, das Erfahrene für mich anzunehmen und die vielen guten Ideen und Gedanken aufzuarbeiten. Dabei muss ich aber auch zugeben, dass ich als „Neuling in dem Thema“ mich schon etwas überfordert fühlte. Im Nachgang kann ich aber auch feststellen, dass es für mich das einzig richtige war, mich dem Thema zu stellen, um mich mit den vielen Einflüssen im Nachklang noch eine Weile zu beschäftigen.

Ganz besonders möchte ich hervorheben, wie offen und hilfsbereit alle Teilnehmer waren und welche gute Gespräche sich ergeben haben und welche wunderbaren Kontakte zustande gekommen sind. Einfach wunderbar! Was für mich, aus meiner Sicht ebenfalls so besonders war, ist die Offenheit und die Herzlichkeit, wie alle miteinander umgehen. Verständnis, Hilfsbereitschaft und Achtsamkeit miteinander ist ein wunderbares Merkmal der Atmosphäre gewesen. Über die Deutsche Alzheimer Gesellschaft erhielt ich den Kontakt zur Hamburger Alzheimer Gesellschaft! Die Hamburger haben mir angeboten, mich zu begleiten, und wenn es möglich ist, mich auch zu unterstützen, soweit Kapazitäten vorhanden sind.

**Ich möchte allen Betroffenen Mut machen!! Scheuen Sie sich nicht! Es gibt so viele Menschen, denen es genauso oder ähnlich ergeht wie Ihnen oder wie mir! Doch gerade die Alzheimer Gesellschaften, die die Erfahrung im Umgang mit Erkrankten und mit Demenz haben, werden Ihnen, wie auch mir und vielen anderen mit Rat und Tat zur Seite stehen!!! Sofern Sie das wollen!**

**Denken Sie immer daran, Sie sind nicht allein, von daher, trauen Sie sich!**

Mit freundlichen Grüßen aus Hamburg

J.W.