



Bundesministerium  
für Bildung, Familie, Senioren,  
Frauen und Jugend



# Das Leben gestalten – mit Demenz!

**Internetportal Wegweiser Demenz**

Informationen für Menschen mit Demenz  
und ihre Angehörigen – informieren,  
ermutigen, vernetzen



**Wegweiser**Demenz

# Gut informiert

Alzheimer und andere Formen von Demenz müssen kein Grund sein, sich aus der Gesellschaft zurückzuziehen. Aktuell leben fast zwei Millionen Menschen mit Demenz in Deutschland. Sie und ihre Angehörigen brauchen Akzeptanz, aber auch Hilfe- und Unterstützungsangebote im privaten, beruflichen und gesellschaftlichen Bereich.

Der Wegweiser Demenz führt ein breit gefächertes, stets aktuelles Angebot an Themen auf. Sie finden unter anderem Informationen zu den folgenden Bereichen:



**Alltagssituationen (Kommunikation, Körperpflege, Haushalt)**



**Beratungsmöglichkeiten**



**Pflege- und Hilfeangebote**



**Wohnen (zu Hause, Demenz-WG, Pflegeheim)**



**Lebensende (Sterbephase, Palliativ- und Hospizversorgung)**



**Gesetzliche Ansprüche, Vollmachten**



**Medizinisches Wissen**



**Aktuelle Veranstaltungstipps**

# Ins Gespräch kommen – Foren

Häufig ist es einfach nur schön, sich mit einer Person auszutauschen, die die gleichen Ängste, Sorgen und Probleme hat. Aber oft ist dafür nur wenig Zeit oder Sie haben keine Person in der Nähe, der Sie sich anvertrauen wollen. In den Foren können Sie sich anonym und kostenfrei mit anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmern ausführlich austauschen. Sie können über Ihre privaten Erfahrungen berichten, sich Rat einholen, wie andere Personen mit einer ähnlichen Situation umgehen oder welche Unterstützungsleistungen möglich sind.

Darüber hinaus beantworten Fachleute in den Foren „Alltag, Pflege und Betreuung“ und „Gesetzliche Leistungen“ Ihre demenzspezifischen Fragen.

Zusätzlich können Menschen mit Demenz, deren pflegende Angehörige oder Interessierte im Blog Tipps und Anregungen geben oder einfach über das schreiben, was sie bewegt. Der Blog soll dazu dienen, über spezielle Themen zu berichten und andere an den persönlichen Erfahrungen und dem eigenen Wissen teilhaben zu lassen.



# Alltagstipps

Der Alltag geht weiter – auch mit einer Demenz. Am besten lässt er sich gestalten, wenn man offen mit der Demenz umgeht, sich informiert und Hilfe in Anspruch nimmt. Das gilt gleichermaßen für Menschen mit Demenz wie für ihre Angehörigen.

Im Wegweiser Demenz werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie ein bestmöglicher Umgang mit den unterschiedlichen Herausforderungen des Alltags gelingen kann.

Es werden Tipps zum Umgang mit Vergesslichkeit, Laufenden, Aggressionen oder Schmerzen zur Verfügung gestellt. Ebenfalls erfahren Sie dort, an wen Sie sich bei den unterschiedlichen Fragestellungen wenden und wie Sie Hilfe- und Unterstützungsleistungen in Anspruch nehmen können und was bei der Pflege und Betreuung von Menschen mit Demenz zu beachten ist.



**Häufig ist es einfach  
nur schön, sich  
mit einer Person  
auszutauschen,  
die die gleichen  
Ängste, Sorgen  
und Probleme hat.**

# Nationale Demenzstrategie

Im Juli 2020 hat das Bundeskabinett die Nationale Demenzstrategie beschlossen. Gemeinsam mit vielen Partnerinnen und Partnern werden bis 2026 rund 160 Maßnahmen umgesetzt, um die Situation von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen in Deutschland zu verbessern. Eine Fortsetzung der Strategie über 2026 hinaus ist geplant.



## Lokale Allianzen

Die Lokalen Allianzen für Menschen mit Demenz sind Hilfenetzwerke vor Ort mit geeigneten Angeboten für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen.

Aber auch das Engagement von Einzelnen ist wichtig. Sie erhalten Informationen, in welchen unterschiedlichen Bereichen Sie sich einbringen und wohin Sie sich wenden können.

[www.wegweiser-demenz.de](http://www.wegweiser-demenz.de)



## Impressum

Dieser Flyer ist Teil der Öffentlichkeitsarbeit der Bundesregierung; er wird kostenlos abgegeben und ist nicht zum Verkauf bestimmt.

### Herausgeber:

Bundesministerium  
für Bildung, Familie, Senioren,  
Frauen und Jugend  
Referat Öffentlichkeitsarbeit  
11018 Berlin  
[www.bmbfsfj.bund.de](http://www.bmbfsfj.bund.de)



### Bezugsstelle:

Publikationsversand der Bundesregierung  
Postfach 50 10 54, 18155 Rostock  
Tel.: 030 18 272 2721  
Fax: 030 18 10 272 2721  
E-Mail: [publikationen@bundesregierung.de](mailto:publikationen@bundesregierung.de)  
[www.bmbfsfj.bund.de](http://www.bmbfsfj.bund.de)

Für weitere Fragen nutzen Sie unser  
Servicetelefon: 030 20 179 130  
Montag – Donnerstag: 9 – 18 Uhr  
Fax: 030 18 555-4400  
E-Mail: [info@bmbfsfjservice.bund.de](mailto:info@bmbfsfjservice.bund.de)

**Artikelnummer:** 3FL36

**Stand:** September 2026, 16. Auflage

**Gestaltung:** [www.zweiband.de](http://www.zweiband.de)

**Bildnachweis:** Titel © marchmeena29/iStockphoto.com;  
Innenseiten © PIKSEL/iStockphoto.com, © Bundesregierung/  
Philipp Arnoldt

**Druck:** MKL Wentker Druck GmbH