

**Wo kann ich mich informieren:**

**„Carpe Diem“ München e.V.**

**Tel.: 089/2000 767-20**

**www.carpediem-muenchen.de**

**Ansprechpartner:**

Christine Nitsch-Zens, BA Sozialpädagogin (FH)

**Wir bitten um Anmeldung per Mail:**

**info@carpediem-muenchen.de**

gefördert durch  
Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege



**„Carpe Diem“ München e.V.**

**Sie erreichen uns telefonisch:  
089/2000 767-0 (AB)**

**oder per Mail:  
info@carpediem-muenchen.de**

**Sprechen Sie uns bitte eine  
Nachricht auf den Anrufbeantworter,  
wir rufen umgehend zurück.**

**Bitte unterstützen Sie unsere Arbeit  
durch eine finanzielle Spende.**

**Wir danken Ihnen herzlich.**

**Spendenkonto  
Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN:  
DE16 3702 0500 0009 8530 07  
BIC: BFSWDE33MUE**

**Mitglied des DPWV  
(Deutscher paritätischer  
Wohlfahrtsverband)**

**„carpe  
diem“**  
München e.V.

**Kleine Momente des Glücks**

**Vortragsreihe 2026**

**„Wissen hilft“**

**„Carpe Diem“ München e.V.**

**Candidplatz 13, 1. OG  
81543 München**

**Tel: 089/ 2000 767-20  
Fax: 089/ 2000 767-11**

**Hilfe bei Demenz und psychischen  
Problemen im Alter**

## THEMEN & TERMINE 2026

### Wohnen und Demenz – schon kleine Umgestaltungen können viel Bewirken Möglichkeiten der Wohnraumanpassung

**FREITAG, 10. APRIL 2026**  
**14.00 bis 17.00 UHR**

**Treffpunkt: 13.45 Uhr, Kompetenzzentrum  
Barrierefreies Wohnen, Konrad-Zuse-Str. 11,  
81829 München**

Im Alter sind Wohnraumanpassungen häufig eine große Unterstützung zur Bewältigung des Alltags. Gerade bei Menschen mit einer Demenzerkrankung ist es hilfreich deren Zuhause an ihre individuellen Bedürfnisse und Wünsche anzupassen, sodass sie länger in vertrauter Umgebung bleiben können. In diesem Vortrag mit anschließender Führung, werden einfache Möglichkeiten der Umsetzung erklärt und direkt erfahrbar gemacht. Diese gezielten Maßnahmen können das Wohlbefinden im eigenen Zuhause fördern sowie die Sicherheit und Orientierung von Menschen mit Demenz verbessern.

### Wer Bescheid weiß, ist besser geschützt

**FREITAG, 17. JULI 2026**  
**14.00 bis 16.00 UHR**

**Treffpunkt: 14.00 Uhr, „Carpe Diem“ München  
e.V. Candidplatz 13/1.OG, 81543 München**

Immer wieder versuchen Betrüger mit perfiden Maschen und raffinierten Geschichten vor allem ältere Menschen zu täuschen und um ihr Geld zu bringen. Ob angebliche Polizisten, falsche Bankmitarbeiter oder vermeintliche Gewinnversprechen – die Maschen sind vielfältig und oft erschreckend glaubwürdig. Die Kriminalpolizei klärt in einem Vortrag über die Tricks der Täter auf und zeigt, wie Sie die Betrugsmaschen erkennen und sich einfach

*Referentin: Peggy Winkler  
(Polizeioberinspektorin)*

### „Verlust und Trauer auf Raten“ Bei Angehörigen von Demenzerkrankten

**FREITAG, 02. OKTOBER 2026**  
**14.00 bis 16.00 UHR**

**Treffpunkt: 14.00 Uhr, „Carpe Diem“ München  
e.V. Candidplatz 13/1.OG, 81543 München**

Angehörige einer oder eines Demenzerkrankten erleben sowohl den körperlichen Abbau, die Einschränkung der Kommunikationsfähigkeit, geistige Störungen und psychische Veränderungen, aber auch Persönlichkeitsveränderungen, die mit der Krankheit einhergehen. Pflegende Angehörige werden täglich damit konfrontiert wie Alltagskompetenzen, die

Verständigung, aber auch vertraute Seiten der Person verloren gehen. Sie erleiden immer wieder Verluste.

Hier ist jemand, der mich und meine Situation sieht und versteht – und die Trauer auf Raten einfühlsam verständlich macht.

*Referentin: Christine Nitsch-Zens  
BA Sozialpädagogin (FH)*

### Demenz, Depression und andere psychische Probleme

**FREITAG, 04. DEZEMBER 2026**  
**14.00 bis 16.00 UHR**

**Treffpunkt: 14.00 Uhr, „Carpe Diem“ München  
e.V. Candidplatz 13/1.OG, 81543 München**

Psychische Erkrankungen im Alter, wie Depressionen oder andere psychische Störungen, treten häufig bei Menschen mit Demenz auf. Sie beeinflussen nicht nur die Stimmung und Lebensqualität, sondern erschweren auch den Alltag und das Zusammenleben. In diesem Vortrag werden die typischen Anzeichen, Ursachen und mögliche Unterstützungsangebote vorgestellt. Praktische Tipps helfen Angehörigen, angemessen zu reagieren, das Wohlbefinden zu fördern und die Kommunikation zu erleichtern.

*Referent: Dr. med. Erhard Bauer*