



Die UnterstützerInnen von Alzheimer Austria organisieren die Selbsthilfetreffen und sorgen für eine geschützte Atmosphäre – es herrscht absolute Vertraulichkeit.

Voraussetzung zur Teilnahme sind Freiwilligkeit und die Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit der Erkrankung.

Die Treffen finden
2x im Monat statt.
Termine finden Sie
auf der Rückseite. →



ORT

Medizinisches Selbsthilfezentrum der
Stadt Wien, Clubraum (1. Stock)
Obere Augartenstraße 26–28, 1020 Wien

TERMINE 2026

Jeweils von 15–17 Uhr
7 € Teilnahmebeitrag

Mittwoch 07. Jänner	Donnerstag 09. Juli
Mittwoch 28. Jänner	Donnerstag 23. Juli
Mittwoch 04. Februar	Donnerstag 06. August
Donnerstag 19. Februar	Donnerstag 27. August
Mittwoch 04. März	Donnerstag 17. September
Donnerstag 19. März	Donnerstag 24. September
Donnerstag 02. April	Donnerstag 01. Oktober
Mittwoch 15. April	Donnerstag 15. Oktober
Donnerstag 30. April	Donnerstag 22. Oktober
Freitag 22. Mai	Mittwoch 04. November
Donnerstag 28. Mai	Donnerstag 19. November
Donnerstag 11. Juni	Donnerstag 03. Dezember
Donnerstag 25. Juni	Mittwoch 16. Dezember

ANMELDUNG UNBEDINGT ERFORDERLICH!

Johanna Püringer
Tel: 0676 6362973
johanna.pueringer@gmail.com

ÜBER DEN
BERG KOMMEN

www.alzheimer-selbsthilfe.at

 **alzheimer
austria**
Unterstützung für
Angehörige und Betroffene

 **ÜBER DEN
BERG KOMMEN**
2026

**Austausch und Information bei
Vergesslichkeit und demenzieller
Beeinträchtigung in jüngeren Jahren**



Austausch bei Gruppentreffen

Information

Gemeinsame Aktivitäten

Empowerment & Selbstwertstärkung

ÜBER DEN BERG KOMMEN

unterstützt Menschen, die am Beginn einer demenziellen Erkrankung stehen oder in jüngeren Jahren mit einer Demenzdiagnose konfrontiert sind.

Der Austausch über die Einschränkungen und die Entwicklung von Strategien im Umgang damit, sowie fachliche Beratung durch ExpertInnen machen Mut, stärken und ermöglichen ein selbstbestimmtes Leben mit demenziellen Veränderungen.



UNTERSTÜTZTE GRUPPENAKTIVITÄTEN

In den vergangenen Jahren standen beispielsweise Kino- oder Theaterbesuche, eine Führung durch das Österreichische Parlament, die Erkundung eines neuen Wiener Stadtteils, geführte Museumstouren sowie gemeinsame Besuche von Veranstaltungen auf dem Programm.

Ihre Vorschläge und Ideen sind willkommen!



UNTERSTÜTZTE GRUPPENTREFFEN

Durch den Austausch in der Gruppe werden Sie feststellen: Sie sind nicht alleine mit Ihren Fragen und Sorgen – das tut gut, stärkt und hilft dabei, Lösungen zu finden!

Sie finden Verständnis und ein offenes Ohr, wenn Sie über die persönliche Betroffenheit und die eigenen Bedürfnisse sprechen. Ein ehrlicher Umgang mit Symptomen und der eigenen Befindlichkeit fördert das Verständnis in der Familie, unter Freunden und in der Öffentlichkeit.



FACHVORTRÄGE

Um Veränderungen und Einschränkungen besser bewältigen zu können, sind Wissen und Information besonders wichtig! Deshalb bieten wir regelmäßig Vorträge in einfacher Sprache durch Expert:innen aus Bereichen der Medizin, verschiedenen therapeutischen Richtungen, aus dem Sozial- und Gesundheitswesen, über Lebensstilfaktoren, rechtliche Belange u.v.m. an. Die Interessen der Teilnehmer:innen stehen dabei im Vordergrund.

