

Steinfurt, den 21.05.2026

Pressemitteilung

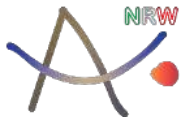
## **Ibbenbüren: „Geistig fit bleiben – Mit 10 Maßnahmen Demenz vorbeugen“ - Vortragsabend in der Tagespflege Bockraden vermittelt praxisnahe Tipps für pflegende Angehörige und Interessierte am 10.06.2026**

Durch einfache Maßnahmen können wir viel für die geistige Gesundheit im Alter bewirken. Wissenswertes hierzu bietet ein Vortragsabend in der Tagespflege Bockraden am 10.06.2026 um 18.30 Uhr. Veranstaltungsort ist die Tagespflege Bockraden, Rheinerstr. 10, 49477 Ibbenbüren. Die Referentin Dr. H. Elisabeth Philipp-Metzen erklärt 10 bewährte Strategien, um Demenz vorzubeugen. Der Vortrag zeigt auf, wertvolle Tipps anzuwenden und die geistige Fitness zu fördern. Im Anschluss beantwortet die Referentin gerne Fragen zum Thema.

Dr. H. Elisabeth Philipp-Metzen leitet das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Steinfurt und arbeitet für den Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW. Sie ist Autorin von Fachbüchern mit Forschungshintergrund zu den Themen Pflege und Demenz.

Die Teilnahme ist kostenlos. Interessierte können sich bis zum 02.06.2026 anmelden bei Sarah Schüttken unter Telefon (05451) 443268 oder per E-Mail: [s.schuettken@sander-pflege.de](mailto:s.schuettken@sander-pflege.de)

*Das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe wird gefördert vom Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen (MAGS), den Landesverbänden der Pflegekassen in NRW und dem Verband der Privaten Krankenversicherung.*



Selbsthilfe Demenz

Landesverband Alzheimer Gesellschaften NRW

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe

Annettenweg 18 \* 48366 Laer

Tel: 02554-91 76 11 \* Fax: 02554-91 76 13

Mobil: 0159 - 018 17 957

E-Mail: [h.e.philipp-metzen@alzheimer-nrw.de](mailto:h.e.philipp-metzen@alzheimer-nrw.de)

[www.alzheimer-nrw.de](http://www.alzheimer-nrw.de)

V.i.S.d.P. Dr. Peter Pick, Vorsitzender des Vorstands

Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V. Bergische Landstraße 2 \* 40629 Düsseldorf

Tel. 0211/240869 – 18 \* Fax. 0211/240869 - 11 | [info@alzheimer-nrw.de](mailto:info@alzheimer-nrw.de) \* [www.alzheimer-nrw.de](http://www.alzheimer-nrw.de)