



NEWSLETTER

Pflege am Hof

AUSGABE 04 - JÄNNER 2026

Willkommen in 2026!

**Mit frischer Energie und Tatendrang freuen wir uns gemeinsam mit Ihnen
in das neue Jahr zu starten.**

Schön, dass Sie hier sind und uns auf diesem Weg begleiten!
Wir freuen uns, dass wir Sie mit Neuigkeiten, von Pflege am Hof,
auf dem Laufenden halten dürfen.

Was erwartet Sie?

- **Aktuelles** - Einladung zur Informationsveranstaltung von Pflege am Hof
- **Im Profil:** Interview Peggy Elfmann - Angehörige, Journalistin & Autorin
- **Rückblick 2025**
- **Wie können Sie uns aktuell unterstützen?**

Einladung zur Infoveranstaltung

Wir laden Sie herzlich zu unserer Informationsveranstaltung ein. Zusammen mit Expert*innen zum Thema Green Care (Jan Adams* und Dr. Katharina Rosteius*) informieren wir, im Rahmen, der Veranstaltung über Green Care, den aktuellen Entwicklungsstand von Pflege am Hof und gestalten gemeinsam mit Ihnen in einem interaktiven Workshop unseren Pflegehof. Dabei haben Sie die Möglichkeit uns persönlich kennenzulernen, sich mit uns und unseren Expert*innen sowie Unterstützer*innen auszutauschen, Fragen zu stellen und aktiv mitzugestalten, denn gemeinsam können wir Großes bewirken!

Wann: 27.März 2026

Uhrzeit: 17:30 bis ca. 20:30 Uhr

Wo: Hilton Garden Inn (Promenade 6, 2700 Wr. Neustadt)

Bitte um Voranmeldung & hier anmelden (Teilnahme ist kostenlos)

Bitte um Voranmeldung -> [hier anmelden](#) (Teilnahme ist kostenlos)

(für Rückfragen kontaktieren Sie uns gerne info@pflegeamhof.at oder unter 069917121146)

Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

* **Jan Adams** ist Geschäftsführer der Initiative Pflegehof GmbH und arbeitet mit seinem Team an der Gründung eines Pflegehofs als innovatives Wohn- und Versorgungsmodell für Menschen mit Demenz. Er ist mit Leib und Seele Betriebswirt für sozial- und impactorientierte Gründungsvorhaben und möchte so Zahlen und Vision zusammenbringen.

* **Dr. Katharina Rosteius** hat in den Niederlanden zu Bauernhöfen für Menschen mit Demenz geforscht, auf einem Hof gewohnt und mehrere im Aufbau begleitet. Sie ist Expertin für Green Care und erarbeitet gemeinwohlorientierte, innovative Versorgungsformen für Menschen mit Pflegebedarf, insbesondere demenziellen Veränderungen.

Im Profil: Peggy Elfmann - Angehörige, Journalistin & Autorin



Im Oktober beim Demenz Meet in Steyr durften wir Peggy kennenlernen. Sie führte als engagierte und warmherzige Moderatorin durch das Programm. Als Journalistin und Autorin schreibt sie über Gesundheit, Familie und Gesellschaft. Das Thema Demenz ist aber auch persönlich vertraut. Viele Jahre begleitete sie ihre Mutter, die an Alzheimer erkrankt war. In ihrem Blog "[Alzheimer und wir](#)" schreibt sie ehrlich und nahbar über ihre Erfahrungen, Herausforderungen, aber auch die schönen Momente, welche die Demenz für sie, ihre Mama und die Familie bereit hielten.

Liebe Peggy,

herzlichen Dank für deine Bereitschaft zum Interview. Wir freuen uns sehr, dich unseren Leser*innen vorstellen und von deinen Erfahrungen berichten zu dürfen.

Wann und wie hat deine Auseinandersetzung mit dem Thema Demenz und Alzheimer

begonnen?

Ja, das hat eigentlich begonnen als meine Mama im August 2011 die Diagnose Alzheimer Demenz bekommen hat. Das war sehr überraschend für uns alle. Es gab schon Symptome sich anbahnten. Aber meine Mama war relativ jung, 55 Jahre. Und wir wussten gar nicht das jetzt bedeutet. Ich hatte Schreckensbilder im Kopf ... von einer Person, die alles vergisst...

Ich habe dann viel dazu recherchiert. Nach und nach hat sich viel verändert.... in der Kommunikation, im Umgang. Es sind Themen aufgetaucht die einen als Angehörigen aus völlig überfordern.

Mir hat es dann gut geholfen, von anderen Angehörigen zu hören und zu lesen, mich austauschen können und auch mein Wissen zu teilen. Mit dem Wunsch, dass Angehörige untereinander auch austauschen können. Vielleicht nicht unbedingt fachlich – eher was den Alltag und die persönlichen Erfahrungen betrifft. Man ist da eher alleingelassen.

Fachpersonen wissen darüber oft gar nicht so Bescheid. Und ich habe mir gedacht, ich will meine Erfahrungen und mein Wissen teilen, eine Möglichkeit für Angehörige schaffen sie auszutauschen - authentisch und echt. Es gibt auch sehr viele schöne Erfahrungen und Momente - „Mut-Mach-Momente“. Dann dachte ich: “Wie wärs, wenn du auch darüber schreibst!“ So habe ich meinen Blog gestartet. Und dann habe ich eine andere Angehörige Anja Kälin vom Verein Desideria - kennengelernt und sie interviewt. Wir haben uns so g verstanden, dass die Idee entstanden ist einen Podcast zu starten, in dem wir aus der Perspektive der Angehörigen berichten und über Herausforderungen und schöne Momente sprechen.

Was waren oder sind für dich die größten Herausforderungen bei der Begleitung eines Familienmitglieds mit Demenz?

Es ist schwer zu planen. Man nicht weiß was kommt. Ja, natürlich ist nichts im Leben sicher. Aber es stehen dann Entscheidungen an und man weiß nicht was richtig ist. Aber die muss man irgendwann treffen. Ist zum Beispiel ein Umzug in eine Pflegeeinrichtung geplant - wie fühlt sich die Person wohl? Wo ist er/sie gut behütet und gut versorgt? Was ist denn wirklich das Richtige? Das sind ja Entscheidungen für jemanden anders und nicht für mich selbst und die betroffene Person kann an der Entscheidungsfindung nicht so teilnehmen.

Und die Situation, dass man ganze Zeit Abschied nimmt. Man begleitet diese Person. Sie ist zwar noch da, aber verschwindet doch irgendwie. Das finde ich schwer anzunehmen. Zum Beispiel, dass man sich früher gut austauschen konnte und die Beziehung miteinander verändert sich. Da ist dann auch das Gefühl von Einsamkeit. ... das finde ich so schwierig zu akzeptieren. Mit dem Verlust und der Trauer umzugehen. Und es dann zu schaffen, dass die Person nicht im Mittelpunkt steht. Weil es gibt ja die schönen Momente und die Person ist ja physisch da.

Was möchtest du Angehörigen und Betroffenen mitgeben, um ein gutes Miteinander zu schaffen?

Was ich durch meine Arbeit und eigene Erfahrung mitgeben kann und möchte, ist auf jeden Fall Raum für Austausch zu schaffen, die eigene Erfahrung zu teilen mit Lesungen, Podcasts, Vorträgen,... in denen ich von mir erzähle und lese und danach die Möglichkeit gebe Fragen zu stellen und Themen loszuwerden. Wo allen der Austausch ermöglicht wird. Das ist mir wichtig.

Und unbedingt mitgeben möchte ich Zuversicht! Oft wird einem das Gefühl vermittelt - zum Beispiel bei der Begleitung zum Arzt - "da kann man nichts machen...so ist die Krankheit". Aber ich weiß, dass noch sehr viel machbar ist und, dass es viele Möglichkeiten gibt, damit der betroffenen Person und mir als Angehörige besser geht.

Es ist anstrengend und es ist herausfordernd, aber es ist so wichtig sich auszutauschen und auch auf sich selbst zu achten. Man muss damit nicht alleine sein. Hilfe holen und annehmen. Nicht das Gefühl bekommen als Angehöriger „es liegt an mir“. Nicht denken, ich muss das jetzt alles alleine schaffen. Es wird oft so suggeriert, dass die Angehörigen das schon machen. Da gibt es Vieles, damit das zumindest leichter wird. Es ist ja auch ein sehr emotionales Thema. Das wird oft ausgeklammert. Darüber wird wenig gesprochen.

Mit deinem Blog Alzheimer und wir, aber auch mit dem Podcast Leben. Lieben. Pflegen von Desideria, erreichst du sehr viele Menschen in der Öffentlichkeit.

Wie empfindest du den Umgang der Gesellschaft mit dem Thema Demenz?

Gibt es noch wie vor Tabus? Wie ist die Entwicklung?

Ich habe das Gefühl, dass es viel mehr zum Thema geworden ist. Aber es geht noch wie vor. Es geht sehr viel mit Angst einher, ist mit Scham behaftet. Auch Betroffenen fällt das schwer, die eigene Hilflosigkeit. Speziell in der Anfangsphase – da wird wenig gesprochen. Diese Gefühle von Wut und Trauer. Wem will man das sagen? Wie soll man damit umgehen? Da ist man so allein gelassen. Man muss sich die Informationen selber zusammensuchen.

Ich denke auch viele Menschen wissen nicht so viel darüber...und dann ist da die Angst und es besteht die Scheu darüber zu sprechen. Aber es ist nicht so, dass sich Menschen mit Demenz sofort drastisch verändern. Vieles geht noch sehr lange. Aufgrund von Angst und Unsicherheit, ziehen sich die Personen und auch das Umfeld zurück.

Und wenn mehr Leute mehr darüber wüssten... dann würden wir besser damit umgehen. Dann wäre die Gesellschaft offener und dann wäre es auch für den Einzelnen leichter sich dahingehend zu öffnen, denke ich.

Wenn es ein positiveres Bild in der Gesellschaft gäbe, dann wäre es leichter sich zu zeigen. Von der Wichtigkeit Fähigkeiten, Ressourcen und Stärken zu erkennen, darüber sollten wir mehr sprechen, schreiben und diese im Alltag von Menschen mit Demenz integrieren.

Wie können wir als Gesellschaft über das Thema Demenz sprechen? Was können wir lernen und verbessern?

Was wir machen können, ist Hinhören, Zuhören und Nachfragen. „Wie geht es dir?“ und NICHTS sagen. Offen bleiben. Menschen mit Demenz einbeziehen und Normalität aufrechterhalten. Ein soziales Umfeld aufrechterhalten...dann ist der Verlauf auch langsamer und die Lebensqualität wird gefördert. Das gilt für die Menschen mit Demenz aber auch für die Angehörigen.

Wie können wir dich und deine Arbeit unterstützen?

Gerne, das, was ich schreibe und den Podcast teilen. Oder auch an mich wenden, für Ideen Anregungen bzw. Themen, welche ich in die Welt bringen kann. Ich bin sehr offen für Themenvorschläge. Und ja, ihr unterstützt mich auch, indem ihr meine Bücher kauft.

Genau! Kommen wir noch zu deinem neuen Buch „Meine Eltern werden alt. 50 Ideen ein gutes Miteinander“. Worum geht es im Buch?

Es gibt Ideen und Anregungen, wie man sich als Familie gemeinsam den Themen Altern und Pflege annähern kann. Wir schieben das Thema ja immer weg. Aber wir könnten ja selber Demenz bekommen. Das ist auch oft in der Familie ein Thema...und bleibt meist im familiären Setting. Ich wollte da Ideen und Anregungen bündeln. Welche Fragen können wir stellen und wie können wir darüber reden. Wie kann ich mich meinen Eltern nähern außer dass diese Person nur Mutter oder Vater ist. Wer ist diese Person noch wenn z.B. eine Demenz da ist.

Und wie können wir gemeinsam gute Momente haben. Für die Kinder aber auch für die Eltern. Es geht auch um die Rolle der Angehörigen, da hinzuschauen und darauf zu achten wo sind die eigenen Grenzen. Es ist keine Anleitung, sondern ein Plädoyer dafür, dass jeder seinen eigenen Weg finden muss, aber diese Ideen helfen hoffentlich auf diesem Weg.

Wem empfiehlst du das Buch?

Es ist für alle, die sich mit den Themen Altern beschäftigen. Schon eher für Töchter und Söhne, aber ich merke auch, dass es ältere Menschen sind, die dadurch angeregt werden, damit auseinanderzusetzen – wie können sie an die Kinder kommunizieren, was sie sich einmal wünschen. Wie können Eltern und Kinder miteinander ins Gespräch kommen und besten Fall vorab über die Themen sprechen, die eines Tages auf sie zukommen werden.

*Liebe Peggy,
vielen Dank für deine Zeit, für das Teilen deiner Erfahrungen und für deinen unermüdeten Einsatz für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen.*

Podcast: Leben-Lieben-Pflegen

Blog: Alzheimer und wir



In ihrem neuesten Buch „Meine Eltern werden alt. 50 Ideen für ein gutes Miteinander“ ([hanserblau](#)) gibt Peggy Ideen und Anstöße, wie sich erwachsene Kinder mit ihren alternden Eltern den Themen Pflege und Betreuung nähern können. Mit praktischen Anregungen und viel Herz ermutigt sie zu Kommunikation und einem achtsamen Miteinander rund um das Thema Älterwerden, Pflege und Betreuung.

Hier gehts zum Buch 

Rückblick 2025

1 Jahr - 12 Monate - unzählige Momente

Jänner

Supervision mit Mathias Wagner



Februar

Gedanken und Ideen zu Papier bringen und sortieren



März

Teamreise in die Niederlande zu Best Practice Pflegebauernhöfen für Menschen mit Demen



April

Teilnahme am Kongress der

Mai

Teilnahme an den

Juni

Zeit fürs Team bei

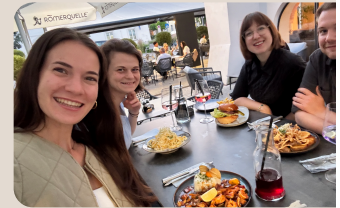
Osterreichischen Gesellschaft für Geriatrie und Gerontologie (ÖGGG) in Salzburg



Impact Days im Wiener Rathaus



einem gemeinsamen Abendessen



Juli

1. Newsletter wird
verschickt!



August

Besuch bei
Dagmarsminde in
Dänemark



September

Team Co-Working



Oktober

Teilnahme am Demenz
Meet Steyr



November

Teilnahme am
Pflegekongress Wien



Dezember

Projektvorstellung
beim Land NÖ



Wie können Sie uns zur Zeit unterstützen?

Wir freuen uns, wenn wir uns am 27. März bei unserer Informationsveranstaltung persönlich treffen. **(Bitte um Voranmeldung)**. Informieren Sie dazu auch gerne ihre Freunde, Familie und weitere Interessierte.

[Anmeldung hier!](#)

Wir drücken die Daumen, dass wir 2026 die ersten Gäste in unserer Tagesbetreuung begrüßen dürfen. 🏡 Wir werden Sie dazu in unseren Newsletter sowie auf der Homepage und unseren Social Media Kanälen auf dem Laufenden halten. ❤️

👉 In der Zwischenzeit haben wir auf unserer Homepage die Möglichkeit zur Voranmeldung für unsere Angebote eingerichtet.

👉 unverbindlich vormerken

Teilen Sie gerne unseren Newsletter und unsere Social Media Kanäle mit Freunden, Familie und Interessierten.

Schön, dass Sie bis zum Schluss bei uns geblieben sind. Wir freuen uns schon bald wieder Neuigkeiten von Pflege am Hof mit Ihnen zu teilen. Bis dahin wünschen einen entspannten Jahresauftakt und angenehme Wintertage.

**Bis zum nächsten Mal,
Eva-Maria, Anna, Alex & Elli (Team Pflege am Hof)**



Copyright (C) 2026Pflegeamhof. Alle Rechte vorbehalten.
Sie erhalten diesen Newsletter, weil Sie sich auf unserer Webseite oder über unsere Umfrage dafür angemeldet haben.

Unsere Postanschrift lautet:
Pflegeamhof Niederösterreich Niederösterreich xxxx Austria

Möchtest du diese E-Mails auf andere Art und Weise erhalten?
Du kannst [deine Präferenzen aktualisieren](#) oder [Abonnement kündigen](#)

