

SFB 1436 - Zentralprojekt Z03:

Erstellung und Untersuchung einer Biomarker-basierten Alterskohorte

Probanden-Rundbrief September 2025



Deutsche

Forschungsgemeinschaft



Deutsches Zentrum für
Neurodegenerative Erkrankungen
in der Helmholtz-Gemeinschaft



Von rechts: Prof. Dr. Emrah Düzel, Prof. Dr. Anne Maass, Hannah Baumeister, Panagiotis Iliopoulos, Niklas Behrenbruch, Dr. Sarah Polk, Dr. David Berron, Dr. Helena Gellersen, Svenja Schwarck, Larissa Fischer, Julia Gatzen, Jonas Marquardt



Von links: Niklas Behrenbruch, Jonas Marquardt, Svenja Schwarck, Prof. Dr. Anne Maass, Julia Gatzen, Panagiotis Iliopoulos



Vorwort

Liebe Probandinnen und Probanden,

Wir freuen uns sehr, Ihnen unseren neuen Probanden-Rundbrief zukommen lassen zu dürfen. Es ist uns weiterhin ein besonderes Anliegen, Sie über die aktuellen Entwicklungen im Zentralprojekt Z03 des

Sonderforschungsbereichs 1436 (“Neurale Ressourcen der Kognition”) zu informieren.

Der Z03-Rundbrief wird Ihnen ab sofort in regelmäßigen Abständen, etwa alle drei bis sechs Monate, per E-Mail zugesendet. Sollten Sie diesen nicht empfangen wollen, teilen Sie uns dies bitte kurz mit und wir entfernen Ihre Adresse selbstverständlich aus dem Mail-Verteiler.

In diesem Rundbrief informieren Sie über den derzeitigen Projektstand, berichten über unser Jahrestreffen des Sonderforschungsbereiches 1436, erzählen Ihnen über unsere jährliche Teilnahme an der internationalen Konferenz der Alzheimer's Association® und der Magdeburger Firmenstaffel. Außerdem präsentieren wir Ihnen stolz unsere erste Z03 Fachpublikation und stellen Ihnen den offenen Treff ‘Club 50’ vor. In der Rubrik “Von Probanden für Probanden” berichten wir außerdem über eine tolle Möglichkeit, Magdeburg neu zu entdecken.

Zum Schluss finden Sie, wie immer, eine Übersicht unseres Teams inklusive der Kontaktdaten aller Mitarbeiter, um Ihnen bei eventuellen Rückfragen die Kontaktaufnahme zu erleichtern.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen dieser Lektüre!

Prof. Dr. Anne Maass und das gesamte Team des Zentralprojekts “Z03”

Wir begrüßen unsere neuen Teammitglieder!



Anne Suckert arbeitet seit August 2024 als studentische Hilfskraft im Z03-Projekt. Sie führt die Fitness-Messungen durch und unterstützt uns zusätzlich auch bei der kognitiven Testung 1. Seit 2023 studiert sie im Bachelorstudiengang Psychologie in Magdeburg.

Wir verabschieden uns mit großem Dank von unserem ehemaligen Teammitglied:

Laurens Wagner war von Oktober 2023 bis April 2025 studentische Hilfskraft im Zentralprojekt und führte unter anderem die kognitiven Testungen 1 durch. Seit April 2025 lebt er in München und macht dort seine Ausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten bei der Deutschen Gesellschaft für Verhaltenstherapie. Aktuell arbeitet er als Psychotherapeut in Ausbildung im Bezirkskrankenhaus Landshut.

Stand der Rekrutierung

Bis zum jetzigen Zeitpunkt wurden in insgesamt drei Briefaktionen in Kooperation mit der Stadt Magdeburg 18.000 Bürgerinnen und Bürger per Brief angeschrieben und um Teilnahme an unserer Studie gebeten. 1.048 interessierte Personen (5,8%) haben sich gemeldet. Von den interviewten Personen erfüllten bisher 509 (48,6%) die Einschlusskriterien, um zur Studie eingeladen zu werden. 138 (27,1%) der eingeladenen Personen konnten nicht in die Studie aufgenommen werden oder mussten die Studie abbrechen, wobei die häufigsten Gründe kognitive Beeinträchtigungen oder fehlende Zeit/ Motivation zum Weitemachen waren. Derzeit sind 364 Probanden aktiv in der Studie oder haben diese bereits abgeschlossen. 103 (28,2%) der aktiven Teilnehmer sind im 80. Lebensjahr oder älter. 263 (72,2%) der Probanden haben zudem an mindestens einem der Teilprojekte aus dem Sonderforschungsbereich teilgenommen, die eigene Fragestellungen zum gesunden Altern untersuchen (z.B. den Effekt eines Gedächtnistrainings, Aufgaben zur Orientierung etc.)

Ende letzten Jahres haben wir unsere Verlaufsuntersuchungen begonnen. Hierzu werden die Probanden etwa 2 Jahre nach Ihrer ersten MRT-Messung nochmal bei uns eingeladen, um die im Zentralprojekt absolvierten Untersuchungen (Kognition, Blut, Fragebögen zu Lebensstil, Hirnbildgebung) erneut durchzuführen. Diese sogenannten "Follow-up Messungen" sind für uns sehr wichtig, da wir dadurch einen Einblick in mögliche Veränderungen seit der letzten Studienvisite gewinnen können. 95 Probanden haben Ihre Verlaufsuntersuchung bereits begonnen oder sogar schon erfolgreich abgeschlossen. **Vielen Dank, dass Sie uns auch weiterhin so tatkräftig unterstützen!**

Jahrestreffen des Sonderforschungsbereiches SFB 1436

Am 25. und 26. Juni 2025 fand das jährliche Meeting des Sonderforschungsbereichs 1436 „Neuronale Ressourcen der Kognition“ statt. Der SFB umfasst 20 Teilprojekte, die in *vier Produktbereichen* mit unterschiedlichen Schwerpunkten zusammenarbeiten. Alle 20 Teilprojekte trafen sich an den zwei Tagen im Konferenzraum des DZNE, um den aktuellen Stand ihrer Forschung vorzustellen. Weitere Informationen findet man auf der Internetseite des SFBs: <https://sfb1436.de/de/>.

Projektbereich A stellte ihre neuesten Erkenntnisse bezogen auf die molekularen und zellulären Faktoren in den Nervenzellen, in ihren synaptischen Verknüpfungen und kleinen Netzwerken vor. *Projektbereich B* präsentierte die neuesten Ergebnisse rund um die Konnektivität von Hirnarealen, d.h. die Art und Weise, wie verschiedene Bereiche des Gehirns miteinander verbunden sind und interagieren. *Projektbereich C* zeigte die neuesten Einsichten bezogen auf Aufgaben (Erinnerungen von persönlichen Erfahrungen oder motorischen Fähigkeiten), die Hirnarealen zugewiesen werden können. Die *Serviceprojekte (Z)* unterstützen alle Teilprojekte mit spezialisierter Methodik und Kenntnissen - von der mikroskopischen Sichtbarmachung aktiver Synapsen bis zum Tau-Imaging in „Super-Agern“. Auch die Z-Projekte (darunter auch Z03) stellten ihre eigenen Forschungsergebnisse vor.



Foto: OvGU/UMMD Sarah Rinka

Es gab angeregte Diskussionen nach den Präsentationen und auch Zeit für die Forscher, sich auszutauschen, neue Ansätze zu entwickeln und neue Kooperation zu bilden. Als besonderes Highlight durften wir den renommierten Forscher Prof. Bryan Strange aus Madrid mit einem Eröffnungsvortrag zum Thema "Super-Aging" begrüßen.



Foto: OvGU / UMMD Sarah Rinka

Z03-Team auf der AAIC 2025

Vom 27. Juli bis zum 31. Juli 2025 fand in Toronto (Kanada) der weltgrößte Alzheimer-Kongress “Alzheimer’s Association International Conference” (AAIC) statt. Fast 19.000 Teilnehmer, aus der Wissenschaft, Klinik, Industrie, aber auch von Demenz betroffene Menschen und Pflegende, aus aller Welt kamen zusammen, um sich über die neuesten Entwicklungen aus unterschiedlichen Bereichen der Demenzforschung zu informieren, Kontakte zu knüpfen und sich über Projektideen auszutauschen. Im Fokus standen dieses Jahr unter anderem die Ergebnisse von mehreren Lebensstil-Interventionsstudien, darunter eine Studie, die nahegelegt hatte, dass insbesondere Menschen mit erhöhtem genetischen Risiko für die Alzheimer-Krankheit von einem günstigen Lebensstil profitieren. Besonders wirksam stellte sich regelmäßiges zu Fuß gehen für mindestens 2 Jahre heraus, was die kognitiven Fähigkeiten noch bis zu 7 Jahre später günstig beeinflusste.

Anbei der Link zu einem Artikel der Deutschen Gesellschaft für Neurologie e.V., wie Lebensstil-Interventionen den kognitiven Abbau verlangsamen

<https://www.dgn.org/artikel/lebensstilinterventionen-verlangsamen-den-kognitiven-abbau>
u und einer englische Publikation:

<https://jamanetwork.com/journals/jama/article-abstract/2837046>



Auch unser Z03-Team war auf der AAIC vertreten und hatte sogar die Möglichkeit, die Ergebnisse unserer ersten Fachpublikation im Rahmen eines mündlichen Vortrags im “Alzheimer’s Imaging Consortium”, einer Vorkonferenz für Spezialisten der Bildgebung im Feld der Alzheimer-Forschung, vorzustellen.

Details zur Fachpublikation finden Sie im nächsten Abschnitt.

Prof. Dr. Anne Maass und **Larissa Fischer** waren in Toronto Teil einer besonderen Veranstaltung zur Alzheimer-Forschung. In einer Podiumsdiskussion ging es um die Frage, wie sich die Aktivität und die Zusammenarbeit von Nervenzellen im Gehirn bei der Krankheit verändern. In sechs kurzen Vorträgen stellten Forschende neue Ergebnisse vor. Sie zeigten zum Beispiel, dass bestimmte Bereiche des Gehirns bei Alzheimer-Patienten übermäßig aktiv sind und dass sich ganze Netzwerke im Gehirn verändern. Solche Veränderungen könnten den Verlauf der Krankheit beschleunigen. Außerdem wurden erste mögliche Behandlungen vorgestellt, die diese "Hyper-Aktivität" vermindern sollen – zum Beispiel Trainings mit Hilfe von funktioneller Magnetresonanztomographie (fMRT) oder neue antiepileptische Medikamente.

Larissa Fischer stellte eigene Ergebnisse aus ihren Studien vor, in denen die Konnektivität (Verschaltung) von verschiedenen Hirnarealen mit funktioneller MRT gemessen wurde. Dabei geht es um frühe Veränderungen in Gedächtnisbereichen des Gehirns, die je nach genetischer Veranlagung mit Alzheimer-Risiken und Gedächtnisleistung zusammenhängen. Besonders wichtig: Diese Veränderungen lassen sich schon bei älteren Menschen beobachten, die noch keinerlei Gedächtnisprobleme haben. Außerdem zeigen die Daten, dass es Unterschiede gibt, je nachdem ob man das Gehirn in Ruhe oder während einer Aufgabe untersucht, und dass die Entwicklung über die Zeit entscheidend ist. Die Ergebnisse machen deutlich, wie wichtig langfristige Studien sind, die verschiedene Messmethoden kombinieren. Nur so können frühe Anzeichen der Krankheit erkannt und mögliche Behandlungen rechtzeitig entwickelt werden. In ihren Analysen nutzen sie vor allem Längsschnittdaten aus einer kanadischen Studie.

Julia Gatzen und **Larissa Fischer** untersuchten weiterhin in der Z03 Kohorte, wie sich die Verschaltung (Konnektivität) bestimmter Gehirnregionen im Alter verändert und welchen Zusammenhang dies mit Alzheimer-assoziierten Proteinen/Eiweißen

(Amyloid-Beta und phospho-Tau) haben könnte. Erhöhte Level dieser Proteine im Blut stehen mit einem höheren Risiko für die Alzheimer-Erkrankung in Verbindung, wobei es Jahrzehnte dauern kann, bis sich kognitiver Abbau zeigt und in vielen Fällen die Kognition stabil bleibt. Dies kann mit Reserve-Mechanismen des Gehirns zusammenhängen, die wir auch in unserer Studie erforschen. Dabei konzentrierte sich Julia Gatzen auf Regionen, die besonders wichtig für das Gedächtnis sind und in denen sich Alzheimer-assoziierte Proteine früh ablagern können. In ihren Analysen schaute sie, wie stark verschiedene Regionen des Gehirns in Ruhe miteinander verbunden sind – sozusagen wie gut die „Telefonleitungen“ zwischen Gedächtnisregionen und anderen Bereichen funktionieren. Dazu wertete sie funktionelle MRT-Daten (Ruhemessung) von fast 190 älteren Versuchspersonen aus der Z03-Kohorte aus. Ihre Ergebnisse zeigen: Wenn im Blut schon mehr Anzeichen für Alzheimer-assoziierte Proteine zu finden sind, sind bestimmte Verbindungen zwischen Regionen schwächer – besonders zwischen dem Hippocampus (wichtig fürs Erinnern) und einer Region im präfrontalen Cortex (vorderer Hirnbereich, wichtig für Gefühle und Entscheidungen). Überraschenderweise fand sie aber keinen Zusammenhang zwischen diesen Veränderungen und der eigentlichen Gedächtnisleistung der Teilnehmenden.

Svenja Schwarck untersuchte, wie körperliche Fitness das Gehirn im Alter schützen und das Gedächtnis stärken könnte. Für die Studie wurden 167 ältere Menschen aus der Z03-Kohorte untersucht. Dabei wurden Gedächtnisleistung, Ausdauer und Muskelkraft gemessen. Außerdem wurden Blutwerte untersucht, die auf die Plastizität des Gehirns hinweisen (die Fähigkeit des Gehirns, sich anzupassen und neue Verbindungen zu bilden). Mit Gehirnscans wurde die Größe (genauer gesagt das Volumen) des Hippocampus (ein kleiner Bereich im mediale Temporallappen (MTL) des Gehirns, der wichtig für das Erinnern und entscheidend für neues Lernen ist) und perivaskuläre Räume (Flüssigkeitsräume im Gehirn) untersucht. Perivaskuläre Räume (auch **Virchow-Robin-Räume** genannt) sind kleine, flüssigkeitsgefüllte Räume, die die Blutgefäße im Gehirn auf ihrem Weg durch das Hirngewebe umgeben. Man kann sie

sich wie winzige „Hüllen“ oder „Kanäle“ vorstellen, die die Gefäße begleiten. Sie enthalten Liquor (Gehirn-Rückenmarks-Flüssigkeit) und spielen eine Rolle bei der Drainage, beim Abtransport von Stoffwechselprodukten und auch von Alzheimer-assoziierten Proteinen. Wenn der Abtransport von Flüssigkeit oder Abbauprodukten gestört ist, können die Räume größer erscheinen. Die Ergebnisse aus unserer Studie zeigten: Wer eine bessere Ausdauer und bessere Muskelkraft hatte, hatte kleinere perivaskuläre Räume in bestimmten Regionen (Basalganglien, wichtig für Bewegung und Denken) und eine bessere Gedächtnisleistung. Die Studie deutet darauf hin, dass Ausdauer- und Krafttraining helfen kann, das Gehirn gesund zu halten und altersbedingten Gedächtnisverlust zu verlangsamen.

Jonas Marquardt untersuchte, wie sich ein Navigations-Training mit dem Smartphone auf die Orientierungsfähigkeit älterer Menschen auswirkt und ob sich dabei auch frühe Anzeichen von Demenz erkennen lassen. Dafür nahmen 58 ältere Erwachsene ohne Gedächtnisprobleme an einer Trainingsstudie mit insgesamt acht Terminen teil. Eine Gruppe nutzte unsere eigens entwickelte App „Explore“, mit der sie auf dem Uni-Campus verschiedene Orte finden mussten, eine andere Gruppe machte Spaziergänge ohne Orientierungsaufgabe. Vor und nach dem Training wurden Gedächtnis- und Orientierungsaufgaben am Computer und mit Stift und Papier durchgeführt und das Gehirn mit modernen bildgebenden Verfahren untersucht (z. B. MRT und PET, die Bilder von Gehirnstruktur und Eiweißablagerungen wie Tau machen). Die Ergebnisse zeigten: Wer mit der App trainierte, verbesserte seine Orientierungsfähigkeit in der echten Welt und schnitt auch in einigen kognitiven Tests besser ab. Besonders spannend: Lernkurven aus den GPS-Daten über alle Trainingseinheiten hinweg standen in Zusammenhang mit frühen Veränderungen im Gehirn, die bei Alzheimer oder bei vaskulärer Demenz eine Rolle spielen könnten. Das Training könnte also nicht nur helfen, die Orientierung zu stärken, sondern auch Hinweise auf frühe Risikofaktoren für Demenz liefern. Hierfür sind jedoch größere

längsschnittliche Studien nötig, die auch Patienten mit frühen kognitiven Beeinträchtigungen untersuchen.

Ergebnisse der ersten Z03-Fachpublikation

Wer letztes Jahr bei der Weihnachtsfeier dabei war, hat bereits einen ersten Einblick in die damals noch vorläufigen Studienergebnisse bekommen. Diese wurden kürzlich in dem Fachjournal "GeroScience" veröffentlicht. Wir wollten herausfinden, inwiefern Lebensstilfaktoren mit Alterungsprozessen der Hirnstruktur und kognitiven Fähigkeiten zusammenhängen. Dazu schätzten wir mit Hilfe der Daten aus Blutuntersuchung und MRT-Untersuchung ein individuelles Gehirnalter sowie aus den Daten der neuropsychologischen Testungen ein kognitives Alter. Das geschätzte Hirn- oder kognitive Alter kann sowohl junger als auch älter als das tatsächliche chronologische Alter sein. Hierbei flossen die Daten der gesamten Z03 Kohorte ein. Für die Schätzung des individuellen Gehirnalters wurden z.B. Schädigungen der weißen Substanz oder Abbau der grauen Substanz im Gehirn sowie die Menge an Alzheimer-Proteinen (gemessen im Blut) einbezogen. Ein Gehirn mit weniger altersbedingten Veränderungen als erwartet hat dabei ein jüngeres Gehirnalter (als erwartet). Nach dem gleichen Prinzip wurde auch ein kognitives Alter geschätzt, wobei ein jüngeres kognitives Alter bedeutet, dass die kognitive Leistung besser ist als erwartet. Danach identifizierten wir mit den umfangreichen Daten zu Lebensstil und Gesundheit Profile der Lebensstil-Führung und der gesundheitlichen Situation, die besonders prominent waren. So zeigte sich z.B. ein "positives" Lebensstil-Profil, das durch hohe geistige und physische Aktivität und Fitness und ein niedriges kardiovaskuläres Risiko (niedriger BMI, wenig geraucht in der Vergangenheit, niedriger Blutzucker) ausgezeichnet war. Es stellte sich heraus, dass ein jüngeres Gehirnalter und ein jüngeres kognitives Alter (als erwartet) insbesondere mit diesem allgemein gesunden Lebensstil-Profil verbunden waren. Dabei zeigte vor allem eine geistig aktive Lebensstil-Gestaltung einen starken Zusammenhang mit besserem kognitiven Alter als erwartet.



Die Publikation im englischen Original finden Sie kostenlos und frei zugänglich hier:

<https://link.springer.com/article/10.1007/s11357-025-01764-w>

Wir danken Ihnen, dass Sie mit Ihrer Studienteilnahme zu diesen Erkenntnissen beigetragen haben!

Magdeburger Firmenstaffel 2025

- Schneller als Ihr denkt -

Am 26.06.2025 fand die diesjährige Firmenstaffel in Magdeburg statt, an der auch unser SFB 1436 beteiligt war. Wie sportlich unser SFB ist, stellten (v.l) Niklas Behrenbruch, Konstantin Schlaaff, Michèle Maller, Prof. Dr. Anne Maass und Joseph Höpker Fernandes eindrucksvoll unter Beweis.



Das Team „**OVGU Speedy Synapses – Faster than you think**“ erreichte mit einer Zeit von 59:56 Minuten den 3. Platz in der Kategorie „Mixed“. Insgesamt gingen fast 580 Mixed-Teams an den Start. Damit war unser Team das Beste der OVGU.



Offener Treff 'Club 50' in Magdeburg

Der Offene Treff 'Club 50' in den Räumen der Arbeiterwohlfahrt (AWO) in der Magdeburger Max-Otten-Straße 10 ist seit 32 Jahren ein Anlaufpunkt für Senioren. Sie erleben dort Gemeinschaft und helfen sich gegenseitig.

Frau Marietta Nitzsche (90), die ehrenamtliche Gründerin des 'Club 50', erzählte uns, wie es zur Gründung kam. Nach der Wende wurden viele Menschen, die kurz vor der Rente standen, in den Vorruststand geschickt oder verloren ihre Arbeit. Der damalige Treff bot einen Anlaufpunkt, um sich in dieser Umbruchzeit zu orientieren und Gleichgesinnte zu finden. Es gab Veranstaltungen zu Themen wie Arbeitslosengeld, Wohngeld, Kindergeld, Arbeitssuche und wo auch immer die Menschen Unterstützung benötigten. 67 Menschen, im Alter um die 60 Jahre aus ganz Magdeburg, waren interessiert an regelmäßigen Treffen und so wurde der 'Club 50' ins Leben gerufen. Die ersten Jahre

haben sie verschiedene Projekte tatkräftig unterstützt, wie beispielsweise die Tafelkinder. Sie organisierten Spielzeugspenden, Weihnachtsfeiern und übernahmen die Feriengestaltung. Außerdem haben sie zusammen Europa erkundet, aktiv Sport betrieben und Veranstaltungen durchgeführt.

Marietta Nitzsche (Club 50) und
Dr. Tina Sehm (DZNE, Z03-Projekt)



Seit der Gründung 1993 treffen sich die Älteren jeden Dienstag 14 Uhr zu Kaffee und Kuchen, welcher von der AWO gestellt wird, zu einem offenen Plausch mit anschließendem einstündigen Vortrag ab 14.30 Uhr. Frau Nitzsche organisiert die Themen in Absprache mit den anderen Senioren, welche auch selbst Beiträge gestalten können. Es werden Vortragende eingeladen, die über Gesundheitsthemen sprechen, wie beispielsweise die digitale Versicherungskarte und Pflegegeld. Es geht aber mittlerweile auch vor allem darum, wie man im Alter fit und gesund bleibt, mit Vorträgen u.a. zur Gedächtnisschulung. Um die Wochen abwechslungsreich zu gestalten, gibt es auch Themen wie Lieder aus der Jugendzeit, Weltreligionen und Historisches. Es sei nicht immer einfach, jeden Dienstag ein Programm zu finden, erzählt Frau Nitzsche, aber am Ende schafft sie es immer. Ca. 1500 Vorträge hat sie bereits organisiert in den 32 Jahren.



Gemeinsame Unternehmungen gibt es auch immer noch, wenn man Lust und Zeit hat. Von Theaterbesuchen über Musikveranstaltungen bis hin zu Tagesfahrten werden angeboten.



„Club 50“

im Offenen Treff der
Arbeiterwohlfahrt
Max-Otten-Straße 10
39104 Magdeburg

Spruch des Monats

Glück ist das Zusammentreffen

von Phantasie und Wirklichkeit.

Leo Tolstoi



Herzliche Gratulation

an alle Clubmitglieder, die im
September

Geburtstag haben, einen
besonderen Gruß erhalten die
Geburtstagskinder, die einen
runden Geburtstag feiern.

Programm für September 2025

Dienstag, 02.09.2025

- 14.00 Kommunikation
14.30 „Magdeburg schön und schaurig“ mit Sylvie Braesi

Dienstag, 09.09.2025

- 14.00 Kommunikation
14.30 „Der Shantychor singt Seemannslieder“

Dienstag, 16.09.2025

- 14.00 Kommunikation
14.30 „Friseurgeschichten“ mit Frau Krüger, Fürstenberg

Hinweis

23.09.2025

Keine Clubveranstaltung!!!
„Musik am Nachmittag“ im AMO

Dienstag, 23.09.2025

- 14.00 „Musik am Nachmittag“ im AMO (mit Kaffeetrinken)

Dienstag, 30.09.2025

- 14.00 Kommunikation
14.30 „Das Seniorentheater hält uns den Spiegel vor das Gesicht“

Die Gemeinschaft bietet vor allem eine Möglichkeit, der Einsamkeit zu entkommen, neue Bekanntschaften zu schließen und in der Kommunikation zu bleiben. Die Vorträge regen zu Unterhaltungen an, die Senioren lernen Neues dazu und so bleiben sie geistig flexibel und aktiv. Sie bleiben auch körperlich fit durch die Treffen und die Besuche der Veranstaltungen. Außerdem sind sie für einander da. Keiner bleibt allein, das ist Frau Nitzsche und den anderen sehr wichtig. Sie wollen so lange wie nur möglich zu Hause allein leben können. Wenn jemand Hilfe benötigt, wird im Rahmen der eigenen körperlichen/gesundheitlichen Möglichkeiten geholfen, beispielsweise durch Besuche im Krankenhaus oder Telefonate, um den Kontakt zu halten. Sie denken aneinander.

Für Frau Nitzsche ist der 'Club 50' eine Herzensangelegenheit, das spüren wir im Gespräch mit ihr sehr deutlich, und sie würde sich wünschen, dass andere Senioren dazustoßen, die tolle Gemeinschaft erweitern, verjüngen und auch davon profitieren. In den letzten Jahren sind immer wieder neue Menschen dazugekommen. Die 30 Senioren sind aktuell zwischen 76 und 103 Jahre alt. Der Club ist offen für Senioren jeden Alters!

Frau Nitzsche sucht außerdem eine Nachfolgerin oder einen Nachfolger. Frischer Wind und Veränderung sind gern gesehene Gäste im 'Club 50', sagt sie mir.

Vielleicht haben Sie Lust, beim 'Club 50' vorbeizuschauen und zu sehen, ob das was für Sie ist! Schnuppern Sie erstmal ganz unverbindlich rein, die Senioren des 'Club 50' freuen sich auf Sie.

Wir hatten auch die Möglichkeit mit Frau Bescherer von der AWO zu sprechen und auch sie lädt Sie recht herzlich zu Veranstaltungen der AWO ein.



Kreisverband
Magdeburg e.V.



Offener Treff

Max-Otten-Straße

Veranstaltungsplan September 2025

Max-Otten-Straße 10
39104 Magdeburg
Telefon: 0391/54 31 666
ot-max-otten@awo-kv-magdeburg.de

Unsere Öffnungszeiten:
Mo. - Do.: 09.00 - 17.00 Uhr
Fr.: 09.00 - 14.00 Uhr

Zu allen Veranstaltungen sind Sie herzlich eingeladen.



Gefördert durch die
Landeshauptstadt Magdeburg

Mittagessen allein macht keinen Spaß! Von **Montag** bis **Freitag** bietet der Offene Treff von **12.00 Uhr bis 13.00 Uhr** einen **Mittagstisch** an.
Bei Interesse melden Sie sich bei uns.

Unser Team

Steffi Bescherer
Bärbel Bronewski
Gabriele Jahn
Rene Oberheu
Petra Swigulski (BFD)

Wir danken unseren ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen für den geleisteten Einsatz.

Aufruf:

Sie haben ein schönes Hobby oder Talent? Sie wollen es Anderen gern zeigen oder beibringen und dabei Gleichgesinnte finden?

Hier haben Sie die Möglichkeit und werden mit offenen Armen empfangen. Sie sind herzlich auf einen Kaffee eingeladen. Melden Sie sich bei uns.

1. Woche

Montag, 01.09.2025

10.00 Uhr Sport für Senioren
13.00 Uhr Skat u. Rommé
14.00 Uhr BV Handarbeiten

Dienstag, 02.09.2025

10.00 Uhr Yoga auf dem Stuhl
14.00 Uhr Club 50 mit Programm
14.00 Uhr Handarbeiten

Mittwoch, 03.09.2025

14.00 Uhr Treffen der Senioren A!
14.00 Uhr Erzählnachmittag A!

Donnerstag, 04.09.2025

09.30 Uhr Englischkurs
10.00 Uhr Schachgruppe
14.00 Uhr Kaffeennachmittag VS OG237

Freitag, 05.09.2025

10.00 Uhr Sport für Senioren

A! Anmeldung
TN! Teilnehmergebühr
BV! Blindenverband
VS! Volkssolidarität

Anfahrt:

Sie erreichen uns mit diversen Straßenbahnlinien. Haltestelle „Am Katharinenturm“.



Quelle: Google Maps

2. Woche	3. Woche	4. Woche	5. Woche
Montag, 08.09.2025	Montag, 15.09.2025	Montag, 22.09.2025	Montag, 29.09.2025
10.00 Uhr Sport für Senioren 13.00 Uhr Skat u. Rommé	10.00 Uhr Sport für Senioren 13.00 Uhr Skat u. Rommé	10.00 Uhr Sport für Senioren 13.00 Uhr Skat u. Rommé	10.00 Uhr Sport für Senioren 13.00 Uhr Skat u. Rommé
Dienstag, 09.09.2025	Dienstag, 16.09.2025	Dienstag, 23.09.2025	Dienstag 30.09.2025
10.00 Uhr Yoga auf dem Stuhl 14.00 Uhr Club 50 mit Programm 15.00 Uhr Treffen für pflegende Angehörige	10.00 Uhr Yoga auf dem Stuhl 14.00 Uhr Club 50 mit Programm 14.00 Uhr Handarbeiten	10.00 Uhr Yoga auf dem Stuhl 14.00 Uhr Club 50 mit Programm	10.00 Uhr Yoga auf dem Stuhl 14.00 Uhr Club 50 mit Programm
Mittwoch, 10.09.2025	Mittwoch, 17.09.2025	Mittwoch, 24.09.2025	Mittwoch , 24.09.2025
10.00 Uhr Seniorentag auf den alten Markt 17.00 Uhr Briefmarken (Globus e.V.)	11.00 Uhr BV SÜNO 14.00 Uhr Treffen der Senioren A!	10.00 Uhr BV Leitungssitzung 14.00 Uhr Kaffeennachmittag A! 17.00 Uhr Briefmarken (Globus e.V.)	10.00 Uhr BV Leitungssitzung 14.00 Uhr Kaffeennachmittag A!
Donnerstag, 11.09.2025	Donnerstag, 18.09.2025	Donnerstag, 25.09.2025	Spruch des Monats
09.30 Uhr Englischkurs 14.00 Uhr Spieldenachmittag	09.30 Uhr Englischkurs 10.00 Uhr Schachgruppe 14.00 Uhr Spaziergang mit Senioren A!	09.30 Uhr Englischkurs 10.00 Uhr Schachgruppe 14.00 Uhr Spieldenachmittag	Das Glück ist ein Mosaikbild, das aus lauter unscheinbaren kleinen Freuden zusammengesetzt ist.
Freitag, 12.09.2025	Freitag, 19.09.2025	Freitag, 26.09.2025	Daniel Spitzer
10.00 Uhr Sport für Senioren	10.00 Uhr Sport für Senioren	10.00 Uhr Sport für Senioren	
Samstag, 13.09.2025	Sonntag, 20.09.2025		
14.00 Uhr Münzverein	15.00 Uhr Erlebnistanz		

Von Probanden für Probanden

Frau Stendel ist Gästeführerin der Stadt Magdeburg und ehrenamtlich auch als Dom- und Turmführerin tätig.

Sie möchte Ihnen gerne diese tolle Möglichkeit, die eigene Stadt neu zu entdecken, näherbringen. Wenn Sie aus der Umgebung kommen ist es eine schöne Gelegenheit einen Ausflug nach Magdeburg zu planen und die Stadt aus einer neuen Perspektive kennenzulernen. Es lohnt sich auf jeden Fall!

Themen der Sonderführungen



- ◆ Der Dom und die Reformation
- ◆ Der Dom als Grablege und Erinnerungsort
- ◆ „Eine gute Figur machen“ – Skulpturen und ihre Geschichten im Dom
- ◆ Das Magdeburger Chorgestühl
- ◆ Frauen im Dom
- ◆ Kinder- und Familienführungen:
 - Tiere und Pflanzen im Dom
 - Heldeninnen und Helden im Dom (Heilige/Märtyrer)
 - Mit allen Sinnen den Dom erfahren
 - Der sagenhafte Dom

Kontakt / Informationen auf Anfrage:

Dombüro Tel.: 0391 / 541 04 36 (10-14 Uhr)

E-Mail: info@magdeburgerdom.de

Internet: www.magdeburgerdom.de

Fotos: © G. Demmel | Layout: © www.mueck-design.de

Der Magdeburger Dom

DOMFÜHRUNGEN

Öffentliche Führungen: Mo.–Sa. um 14 Uhr,
Apr.–Okt.: Mo.–Sa. zusätzlich 16 Uhr,
So.: nach dem Gottesdienst um 11:30 Uhr,
So.: Okt.–Apr. zusätzlich um 14 Uhr.



www.magdeburgerdom.de

Erste gotische Kathedrale Deutschlands

Grablege des Deutschen Kaisers Otto I. und seiner ersten, aus dem englischen Königshaus stammenden Frau Editha.



Sonderführungen (Themen s. Rückseite)
April – Oktober samstags 11 Uhr.
Sollte der Dom nicht genutzt werden können, finden Außenführungen statt, die je nach Verfügbarkeit auch den Remter, den Kreuzgang und den Domgarten einbeziehen.

Kinder- und Familienführungen
April – Oktober jeden 2. Samstag im Monat um 15:30 Uhr.

Alle Domführungen für Gruppen
ab 10 Pers. sind während der Dom-Öffnungszeiten ganzjährig möglich. Anmeldung im Dombüro.

Nachführungen von Sept.– Apr.:
Alle 14 Tage freitags um 22 Uhr.
Aktuelle Terminübersicht und Tickets am Verkaufstisch im Dom.

Warm anziehen und Taschenlampe mitbringen!

Turmführungen von Mai – Okt.:
Fr. 16 Uhr, Sa. 15 Uhr u. So. 12 Uhr.
Achtung: 433 Stufen, auf eigene Gefahr!

Tickets
gibt es am Verkaufstisch im Dom während der Domöffnungszeiten.

Gottesdienst: So. 10 Uhr im Dom (im Winter im Dom-Remter)
Dom-Öffnungszeiten: 10 – 16 Uhr ganzjährig, April und Oktober 10 – 17 Uhr, Mai bis September 10 – 18 Uhr.
Mittagsgebet im Dom: Mo. – Do.: 12 – 12:15 Uhr
Friedensgebet freitags: 12 – 12:15 Uhr

Vielleicht ist für Sie bei den zahlreichen Angeboten etwas dabei gewesen. Falls nicht, weitere Angebote der Stadt finden Sie unter www.magdeburg-tourist.de

Frau Stendel möchte auch sehr gerne auf die individuellen Angebote für Familienfeiern, Klassentreffen oder Ähnliches hinweisen. Im Winter gibt es auch Führungen durch die Lichterwelt.

Frau Stendel würde sich freuen, den ein oder anderen Probanden bei Ihren Führungen begrüßen zu dürfen. Sie selbst sagt, die Führungen halten sie körperlich und mental fit. Sich immer wieder neu auf die Bedürfnisse ihrer Gäste einzustellen, hält sie geistig flexibel und die 433 Stufen auf den Nordturm des Doms sind ihr zusätzliches Fitnessprogramm.

Frau Stendel und das Z03 Team wünscht Ihnen viel Freude beim Entdecken!

Weiterhin möchten wir mit dieser Rubrik den Austausch zwischen unseren Probanden verstärken. Wenn Sie etwas mit anderen Probanden teilen möchten, beispielsweise tolle Angebote in Magdeburg, die Ihnen gefallen oder eine Reise, die sie unternommen haben, dann schreiben Sie bitte eine E-Mail an Frau Sehm und wir nehmen Ihre Empfehlung in unserem nächsten Rundbrief mit auf: tina.sehm@dzne.de.

Wir würden uns sehr über Ihre aktive Teilnahme freuen!

Z03-Team im Überblick

Name	Aufgabenbereiche	Kontaktdaten
Prof. Dr. Maass, Anne (Gruppenleiterin)	Projektleitung	anne.maass@dzne.de
Prof. Dr. Düzel, Emrah	Projektleitung, Institutsleitung	
Prof. Dr. Kreißl, Michael	Projektleitung, Leitung Nuklearmedizin	
Behrenbruch, Niklas (Wiss. Mitarbeiter)	Kognitive Testung 1 & 2	niklas.behrenbruch@ dzne.de Tel. 0391/67-24560
Büchel, Anna-Therese (Wiss. Mitarbeiterin)	Kognitive Testung 1 und 2, Testauswertungen und Datenaufbereitung	anna-therese.buechel@ dzne.de
Dr. Butryn, Michaela (Studienärztin)	Medizinische Abklärung, Blut- und MRT-Befunde	
Dr. Garcia-Garcia, Berta (Nuklearmedizinerin)	Durchführung der PET-Messungen	
Dr. Glanz, Wenzel (Studienarzt)	Medizinische Abklärung, Blut- und MRT-Befunde	
Lampe, Eric (stud. Hilfskraft)	Assistenz Blutabnahme, Digitalisierung der Fragebögen	eric.lampe@st.ovgu.de
Maller, Michele (stud. Hilfskraft)	Assistenz Blutabnahme, Digitalisierung der Fragebögen	michele.maller@st.ovgu.de
Mann, Iris (MTA)	Telefonscreenings, Abklärung Studentauglichkeit, MRT- und PET-Termine	iris.mann@med.ovgu.de

Pankratz, Ulrike (MTA)	Telefonscreenings, Abklärung Studentauglichkeit, Termine Kognitive Testungen und Blutabnahme	ulrike.pankratz@med.ovgu. de Tel. 0391/67-25071
Schaeper, Clara (stud. Hilfskraft)	Kognitive Testung 1, Digitalisierung Fragebögen	clara.schaeper@st.ovgu.de
Dr. Schumann-Werner, Beate (Wiss. Mitarbeiterin)	Koordination, Kognitive Testung 1 und 2, Probandenbriefe, Teilprojekte	beate.schumann-werner@ med.ovgu.de Tel. 0391/67-25065
Schwarck, Svenja (Wiss. Mitarbeiterin)	Fitness-Assessment, Datenmanagement	svenja.schwarck@ med.ovgu.de
Dr. Sehm, Tina (Wiss. Mitarbeiterin)	Telefonscreenings, Kognitive Testung 1, Kognitive Testung 2	tina.sehm@dzne.de Tel. 0391/67-24560
Sommerfeld, Vivica (MTA)	Telefonscreenings, Abklärung Studentauglichkeit, Kognitive Testung 1, Teilprojekte, Probandenbriefe, PET- Termine	vivica.sommerfeld@med.ov gu.de Tel. 0391/67-25076
Suckert, Anne (stud. Hilfskraft)	Kognitive Testung 1	anne.suckert@st.ovgu.de

Zudem werden wir bei den Blutabnahmen, kardiologischen Untersuchungen sowie den MRT- und PET-Messungen von weiteren kompetenten ärztlichen und medizinisch-technischen Kolleginnen und Kollegen aus der Uniklinik Magdeburg und dem DZNE unterstützt. Hierfür sind wir sehr dankbar!