



ASAA EO
ODV
Alzheimer Südtirol Alto Adige

ASAA Alzheimer – Südtirol – Alto Adige – eo/odv

Casa Altmann-Haus / Grieser Platz 18 / Piazza Gries

39100 Bozen / Bolzano * Tel. +39 0471 051 951 * info@asaa.it

Pec: alzheimer-asaa@pec.it * www.alzheimer.bz.it

Vereinsnachrichten 2/2026

Die Pflegeeinstufung:

Was gibt es Neues bei der Pflegeeinstufung?

Das Pflegegeld ist eine finanzielle Leistung für pflegebedürftige Personen, um ein Leben in Würde führen zu können.

Die Leistung **wird monatlich, unabhängig von Einkommen und Vermögen** der pflegebedürftigen Person, ausbezahlt.

Die Höhe der Leistung ist an 4 Pflegestufen gekoppelt.

1. Stufe: Monatlicher Hilfebedarf:

> 60 – 120 Stunden

Pflegegeld pro Monat: 599,00 Euro

2. Stufe: Monatlicher Hilfebedarf:

> 120 – 180 Stunden

Pflegegeld pro Monat: 900,00 Euro

3. Stufe: Monatlicher Hilfebedarf:

> 180 – 240 Stunden

Pflegegeld pro Monat: 1.350,00 Euro

4. Stufe: Monatlicher Hilfebedarf:

> 240 Stunden

Pflegegeld pro Monat: 1.800,00 Euro

Was gilt nun für erstmalige Neuansuchen?

Die zuständige Memoryklinik im jeweiligen Gesundheitsbezirk stellt eine **Demenzdiagnose mit CDR-Wert** fest oder eine **Demenzdiagnose mit CDR-Wert liegt bereits vor** und wurde nach dem 1. Oktober 2025 ausgestellt.

Neu ist auch, dass die Antragstellung auf Pflegegeld auf der Grundlage der Demenzdiagnose beim Patronat oder Sozialsprengel erfolgt. Dazu ist kein ärztliches Zeugnis des Hausarztes notwendig.

- **Bearbeitung des Amtes für Pflegeeinstufung** innerhalb 60 Tagen und Zuweisung der Pflegestufe.

Die Bearbeitung des Amtes für Pflegeeinstufung muss dann innerhalb 60 Tagen mit Zuweisung der Pflegestufe erfolgen.

In dieser Ausgabe:

Neues bei der Pflegeeinstufung

Vorankündigung
Veranstaltungen
zum Welt-
Alzheimerstag

1. Selbsthilfegruppe
Bozen

2. Unterhaltungs-
nachmittag im
Grieserhof Bozen

3. Sente-Mente
Caffè + Sente-
Mente Laboratorio

4. In Brixen
„Gemeinsam,
statt allein“

5. Demenzfreund-
licher Vinschgau

6. Im Passeiertal

7. Im Pustertal

8. Persönliche
Gespräche und
Info-Material

9. Infoabende

Suchen Mitarbeiter

Mitgliedsbeitrag 26

Was gilt für bereits gestellte Ansuchen?

Das ist wichtig zu wissen für den Fall, dass der Antrag auf Pflegeeinstufung bereits eingereicht wurde, die Einstufung aber noch nicht erfolgt ist.

Das heißt nun im Weiteren Folgendes:

1. die Memoryklinik stellt die **Demenzdiagnose mit CDR-Wert** fest oder die Demenz-diagnose mit CDR-Wert liegt bereits vor und wurde nach dem 1. Oktober 2025 ausgestellt.
2. Die Antragstellung auf Pflegegeld auf Grundlage der Demenzdiagnose erfolgt bei Patronat oder Sozialsprengel; ein ärztliches Zeugnis des Hausarztes ist nicht notwendig.
3. Die Bearbeitung des Amtes für Pflegeeinstufung innerhalb 60 Tagen mit Zuweisung der Pflegestufe.
4. Die Auszahlung des Pflegegeldes erfolgt ab dem Monat, der auf die Antragstellung des ersten Gesuchs auf Pflegeeinstufung folgt.

Wichtig: Wir raten immer darauf zu bestehen, dass die Demenzdiagnose mit dem CDR-Wert ausgestellt wird, auch bei jenen Fällen, bei denen bereits bekannt sind, dass es sich um Demenz handelt. Der CDR-Wert soll und muss eingefordert werden.

Zusammenfassend:

Pflegebedürftige Personen mit einer Demenzdiagnose können einen Antrag stellen, der sich speziell auf die Demenzdiagnose bezieht. Aber sie können auch um das „Pflegegeld für pflegebedürftige Personen mit einer Demenzdiagnose“ ansuchen.

Bei Personen mit einer Demenzdiagnose wird keine Pflegeeinstufung durchgeführt, da die Zuweisung der Pflegestufe von Amts wegen erfolgt. Die zugewiesene Pflegestufe ist vom Schweregrad der Demenzerkrankung abhängig.

Wer kann den Dienst nutzen?

Anspruch auf das Pflegegeld haben Personen mit einer Demenzdiagnose, die von einer Memory Clinic des Südtiroler Sanitätsbetriebs gestellt wurde. Der Schweregrad der Demenz muss mit der Clinical Dementia Rating Scale (CDR-Skala) erfasst sein.

Voraussetzungen

Es gelten dieselben Zugangsvoraussetzungen bezüglich Ansässigkeit und ständiger Aufenthalt wie beim bisherigen Antrag auf Pflegegeld.

Benötigt wird eine Demenzdiagnose, die von einer Fachärztin oder von einem Facharzt einer Memory Clinic des Südtiroler Sanitätsbetriebs gestellt wurde.

Im ärztlichen Zeugnis, das nicht älter als 90 Tage alt sein darf, müssen folgende Informationen enthalten sein:

- die Diagnose einer Demenz;
- der Wert der Clinical Dementia Rating Scale (CDR-Skala), welcher den Schweregrad der Demenz erfasst;
- das eventuelle Vorliegen einer der folgenden Verhaltensstörungen: **Wandering, Unruhe, Aggressivität, Halluzinationen oder Wahnvorstellungen.**



Die Anlaufstellen Anlaufstellen hierfür in Südtirol sind:

- **Krankenhaus Bozen – Geriatrie**
- **Krankenhaus Meran – Geriatrie**
- **Krankenhaus Brixen – Neurologie**
- **Krankenhaus Bruneck - Neurologie**



2023-02-Antrag
Pflegegeld_de_besci

So wird der Antrag auf Pflegegeld gestellt:

Die Fachärztin oder der Facharzt einer Memory Clinic des Südtiroler Sanitätsbetriebs hat für Sie ein ärztliches Zeugnis mit der Diagnose Demenz ausgestellt.

Bereiten Sie das Formular vor und reichen Sie den Antrag über ein Patronat oder einen Sozialsprengel ein.

So geht es weiter:

Das Amt für Pflegeeinstufung nimmt den Antrag entgegen, prüft die Voraussetzungen und gewährt das Pflegegeld für pflegebedürftige Personen mit einer Demenzdiagnose. Das Ergebnis wird per Einschreiben zugesandt.

Zeiten und Fristen

Sie können jederzeit einen Erstantrag auf Pflegegeld für pflegebedürftige Personen mit einer Demenzdiagnose stellen;

Wenn bereits in der Vergangenheit eine Pflegeeinstufung durchgeführt wurde, können Sie einen Antrag auf Pflegegeld für pflegebedürftige Personen mit einer Demenzdiagnose **ab dem siebten Monat nach dem Monat der letzten Einstufung** oder nach dem Monat der letzten Zuweisung der Pflegestufe von Amts wegen stellen;

Wichtig:

Das Pflegegeld für Personen mit einer Demenzdiagnose wird für eine unbegrenzte Zeit ausbezahlt. Das Anrecht auf die Leistung besteht ab dem Folgemonat der Antragstellung.

Ein weiterer Antrag auf Pflegegeld für Personen mit einer Demenzdiagnose kann nur dann gestellt werden, wenn folgende Voraussetzungen erfüllt sind:

- Es sind mindestens sechs Monate seit dem Monat der letzten Zuweisung der Pflegestufe aufgrund einer Demenzdiagnose vergangen (ab dem siebten Monat);
- Aus dem neuen ärztlichen Zeugnis geht eine Verschlechterung der Demenzerkrankung hervor, d.h. der angegebene CDR-Wert ist höher als der vorherige oder der CDR-Wert ist gleichgeblieben, aber es ist zusätzlich eine der folgenden Verhaltensstörungen aufgetreten: Wandering, Unruhe, Aggressivität, Halluzinationen oder Wahnvorstellungen.

Für weitere Auskünfte steht das „**Pflegetelefon**“ unter der Nummer **848 800 277** zur Verfügung.



Welche Pflegestufe wird aufgrund der Demenzdiagnose zugewiesen?

Im ärztlichen Zeugnis der Memoryklinik ist der CDR-Wert ersichtlich, der den Schweregrad der Demenzerkrankung angibt. Ebenso werden eventuelle Verhaltensstörungen der Person, die infolge der Demenz aufgetreten sind, im ärztlichen Zeugnis angegeben.

Folgende **Verhaltensstörungen** können für die Zuweisung der Pflegestufe berücksichtigt werden: Wandering, Unruhe, Aggressivität, Halluzinationen oder Wahnvorstellungen.

Und das gilt bei der Einstufung:

CDR	Verhaltensstörung	Pflegestufe
1	Ja	1
2	Nein	1
2	Ja	2
3	Nein	2
3	Ja	3
4	Ja/Nein	3
5	Ja/Nein	3

Wer hingegen bereits seit Monaten auf die Behandlung eines Antrags um Verschlechterung angesucht hat, sollte **nach dem bisher gültigen Vorgehen warten und vorgehen**. Es ist zwar sehr bedauerlich, dass viele Personen seit Monaten auf die Pflegeeinstufung warten, dennoch ergibt sich gerade im Falle des Antrags auf Verschlechterung die Notwendigkeit, am besten mit dem Hausbesuch des Einstufungsteams die Situation mit all ihren Schwierigkeiten der Betreuung daheim vor Ort, zu veranschaulichen (Hygiene, architektonische Barrieren, fehlende Unterkünfte für Hilfskräfte, Einschränkungen der Caregivers, fehlendes Netzwerk an Hilfen).

Für nähere Auskünfte kontaktieren Sie uns unter der Grünen Nummer 800660561.

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

Vorankündigung Veranstaltungen zum Welt-Alzheimerntag 2026

Der **Welt-Alzheimer-Monat** ist eine globale Initiative, die jedes Jahr im September stattfindet, um das Bewusstsein für Demenz zu schärfen und das damit verbundene Stigma abzubauen. Dazu werden rund um den Globus Veranstaltungen und Aktivitäten organisiert. Der Alzheimerverein Südtirol möchte dieses Jahr mit der Begegnung mit zwei ausgewiesenen besonderen Expertinnen aufwarten.

Jahresthema: ohne Sie (sie) wären wir alle viel ärmer

Sophie Rosentreter am Freitag, den 18.09.2026 um 18 Uhr zu Gast in Südtirol

Mit Herzblut Demenz- & Pflege-Botschafterin

Sophie Rosentreter war früher als Model und Fernsehmoderatorin tätig. Heute ist sie Demenz-Aktivistin, die sich dafür einsetzt, über die Krankheit aufzuklären und ihre Erfahrungen mitzuteilen. Sie hat zahlreiche Auszeichnungen für Ihr Engagement wie bspw. den Health Award 2012 oder den Deutschen Pflegepreis "Freund-der Pflege-Preis 2018" erhalten.



Daneben gehören ihre Bücher über die Demenzerkrankung zu den erfolgreichsten der letzten Jahre. Sie gibt zu diesem sensiblen Thema neue Denkanstöße.

Ort:

Gärtnerei Schullian, Meraner Straße 75A in Bozen (Großer Parkplatz vorhanden)

Datum: Freitag, den 18.09.2026 um 18 Uhr

Die Veranstaltung findet in deutscher Sprache statt!

Und für unsere italienischsprachigen Interessierten findet am Montag, den 21.09.2026 um 19.00 Uhr folgendes Event statt:

Ein Abend in italienischer Sprache mit **Letizia Espanoli**, einer **nationalen Expertin** im Sozial- und Gesundheitswesen, die vor allem für die Entwicklung des **Sente-mente® Modells** bekannt ist. Dieses innovative Kultur- und Betreuungsmodell revolutioniert den Umgang mit Demenzerkrankungen wie Alzheimer. Das Wortspiel verbindet die Begriffe *sentire* (fühlen/spüren) und *mente* (Verstand). Es entstand aus der wissenschaftlichen Erkenntnis, dass Menschen mit Demenz trotz des Verlusts von Sprache und kognitiver Orientierung ihre **Fähigkeit, Emotionen zu empfinden und die Gefühle ihrer Mitmenschen wahrzunehmen, bis zuletzt behalten.**

- **Der Grundgedanke:** Das Leben endet nicht mit der Diagnose Demenz. Der Fokus verschiebt sich weg von den Defiziten (Schmerz, Verlust) hin zu den verbleibenden emotionalen Fähigkeiten und dem Wohlbefinden.

Ort:

Gärtnerei Schullian, Meraner Straße 75A in Bozen (Großer Parkplatz vorhanden)

Datum: Montag, den 21.09.2026 um 19.00 Uhr

Die Veranstaltung findet in italienischer Sprache statt.



*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

Weitere Informations-Programme im Herbst

1. Selbsthilfegruppe Bozen

In Bozen möchte man wieder mit einer fixen Selbsthilfegruppe durchstarten.

Geplant ist der Neustart im September 2026.

Die vor allem praktischen Themen werden von einer Fachperson eingeführt, erläutert und anschließend mit den Teilnehmern in der Runde besprochen.

Die „Informationstreffen für Angehörige von Menschen mit Demenzerkrankungen“ werden in deutscher u. italienischer Sprache fortgeführt.

Diese Treffen finden weiterhin jeden letzten Freitag im Monat in deutscher und italienischer Sprache am Sitz der ASAA von 15.00 bis 17.00 Uhr im Bürgerzentrum Gries, Haus Altmann, Grieser Platz 18, Bozen, statt
Der erste Termin ist der 25. September 2026 um 15. Uhr

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

2. Unterhaltungsnachmittage im Grieserhof Bozen

Der Verein ASAA organisiert in Zusammenarbeit mit dem Grieserhof **jeden 2. Dienstag im Monat einen Unterhaltungsnachmittag für Angehörige und ihre Lieben**. Die Treffen finden jeweils zwischen 15.00 Uhr und 17.00 Uhr im Foyer des Grieserhofs statt.

Der erste Termin nach der Sommerpause ist der **15. September 2025 um 15.00 Uhr**.

Bei Spielen, Basteleien, Musik und Bewegung sowie bei Kaffee und Kuchen sind Unterhaltung und Spaß garantiert. Das Programm wird jeweils kurz vorher mit Flyer und auf unserer Homepage veröffentlicht.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Telefonische Anmeldung unter Tel. info@asaa.it oder der Grünen Nummer **800 660 561** ist erwünscht.



3. Sente-Mente Caffè und Sentemente Laboratorio in Bozen

A) Die Treffen des **Sentemente Caffè** finden gratis in italienischer Sprache in Bozen während des Sommers jeweils mittwochs von 10.00 bis 11.30 Uhr in der Bar Pippo an der Wassermauerpromenade **am 05 + 26. August 2026** statt.

Genaue Informationen über Ort und Zeit erhalten Sie über die Grüne Nummer **800 660 561**, info@asaa.it oder bei **Gaburri Anna Tel. 349 6114166**.

B) Weiteres findet ein **Sente-Mente Laboratorio** im Kulturhaus in Gries 1. Stock in der Fagenstraße 45 (Bozen)* ab September statt. Die genaue Tageszeit wird voraussichtlich ab 18.00 bis 20.00 Uhr sein.

Die Termine sind montags ab:

28. September - 05. - 12. - 19. - 26. Oktober - 02. - 09. - 16. - 23. - 30. November
07. - 14. - 28. Dezember

Genaue Informationen über Ort und Zeit erhalten Sie wiederum über die Grüne Nummer **800 660 561**, info@asaa.it oder bei **Gaburri Anna Tel. 349 6114166**.

4. Brixen

„Gemeinsam, statt alleine“

In Brixen trifft sich weiterhin eine gemischte Gruppe **„Gemeinsam statt alleine“** jeden 3. Mittwoch im Monat von **19.30 bis 21.00 Uhr**.

Der Austragungsort ist der **Pfarrsaal Don Bosco in Brixen, Mozartallee 32**.

Anmeldungen können über info@asaa.it oder Grüne Nr. 800 660 561 oder von **Kaiser Alexandra Tel. 347 6532303** entgegengenommen werden.

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

5. Demenzfreundlicher Vinschgau

Im Laufe des Jahres werden Informationsabende und Diskussionsrunden unter dem Namen Gedächtnisstübele mit verschiedenen Themen über Demenz organisiert wie:

Das Herbst Jahresprogramm 2026

finden Sie auch auf unserer Homepage (www.alzheimer.bz.it)

Die einzelnen Veranstaltungen werden auch noch jedes Mal rechtzeitig über die Medien angekündigt.

Samstag, 29.08.26	Die Vielfalt des Alterns: Verschiedene Dienste stellen sich vor	Großer Markt: „selber gmocht“	Schlanders Plawennplatz
Mittwoch, 23.09.26 18.00 - 19.30 Uhr	Vortrag: Ergotherapie bei Demenz- Tipps für Betroffene u. pflegende Angehörige	Manuela Mair Ergotherapeut in	Graun: Reifeisensaal Gemeindehaus
Donnerstag 25.10.26 19.00 - 20.30 Uhr	Gemeinsam handeln bei Demenz: Kreative Zugänge zu heraus= fordernden Verhalten aus professioneller- und angehörigen-Perspektive	Dr. Christian Wenter Arzt Helga Meister Kr.Pfl. Liselotte Parth Angehörige	Prad, Sozialsprengel, Seniorenclubraum, Silbergasse Nr. 21

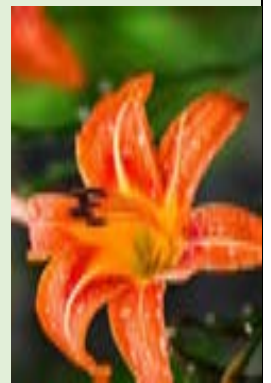
*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

6. Passeiertal

Im Passeiertal ist für Herbst ein Vortrag geplant: „Wenn Menschen sterben“

Ein Abend mit der Pädagogin Karin Angerer

Ort und Uhrzeit: Gemeindesaal St. Martin in Passeier am 09.10.2026 um 19.00 Uhr.



7. Pustertal

Auch im Pustertal hat sich eine Gruppe in Zusammenarbeit mit anderen öffentlichen Institutionen gebildet, die sich mit den Fragen der „Demenzkrankheiten“ auseinandersetzt und sich **Demenzfreundliches Hochpustertal** nennt.



Demenz wird immer öfter diagnostiziert und nicht selten fühlen sich Angehörige überfordert und alleingelassen; Menschen mit Demenz sind auch häufig isoliert. Den Initiatorinnen ist es daher ein wichtiges Anliegen, zum Thema „Demenz“ zu informieren. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, denn fast alle kennen Menschen mit Demenz bzw. niemand weiß, ob er/sie nicht selbst zum/r Betroffenen wird.

Nach den Vorträgen gibt es die Möglichkeit, individuelle Fragen zu stellen.

VORANKÜNDIGUNG

Im Herbst 2026 sind folgende Veranstaltungen geplant:

Alzheimer vorbeugen – geht das? Wie halte ich mein Gehirn gesund?

21.09.2026, 19.00 - 21.00 Uhr,

Rudolf-von-Kempter-Haus, Welsberg

Referent: Dr. Christian Wenter, ehemaliger Primar der Geriatrie im Krankenhaus Meran

Demenz am Lebensende. Herausforderung und Gewinn für das Leben

Montag, 16.11.2026, 19.00 - 21.00 Uhr,

Raiffeisen – Kulturhaus, Niederdorf

Referentin: Manuela Mair, Krankenpflegerin mit Ausbildung zur Trauerbegleiter

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

8. Persönliche Gespräche und Informationsmaterial

Wir bieten, wie gewohnt, auch weiterhin persönliche Gespräche **auf Anfrage an** unter Tel. 0471-051951 oder Grüne Nummer 800 660 561.

Ebenso stellen wir auf Anfrage verschiedenes **Informationsmaterial** für Angehörige zur Verfügung.

9. ASAA bietet auch Infoabende zur Sensibilisierung der Bevölkerung an.

Oft finden **kurzfristig Vorträge** auf Anfrage in Zusammenarbeit mit den lokalen Organisationen statt. Bei rechtzeitiger Mitteilung werden diese auf unsere Homepage gestellt.



Um weitere Ideen zu verwirklichen, suchen wir ehrenamtliche Mitarbeiter/innen

Der Alzheimerverein startet wieder viele Veranstaltungen um den Angehörigen von demenzkranken Menschen zu helfen.

Um unsere Projekte durchzuführen, suchen wir ehrenamtliche Mitarbeiter/innen, eventuell auch Rentner/innen, die sich einbringen wollen.

Sollten Sie sich eine solche Zusammenarbeit vorstellen können, melden Sie sich bitte über info@asaa.it während unserer Bürozeiten, Montag und Mittwoch von 15.00–18.00 Uhr . Tel:0471 051951 oder unter der Grünen Nummer 800 660 561

Wir hoffen auf Ihre werte Zusage und danken herzlich!

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

Zur Erinnerung:

Mitgliedsbeitrag 2026

Wir bedanken uns herzlich für Ihre bisherige Unterstützung als Mitglied!

Jeder einzelne Beitrag ist für uns wertvoll! Sollten Sie allerdings Ihren Mitgliedsbeitrag noch nicht entrichtet haben, bitten wir Sie, demnächst dies zu erledigen. Helfen Sie uns auch in diesem Jahr, damit wir weiterhin Angehörige in ihrem Pflegeeinsatz unterstützen können.

Nachstehend nochmals die Bankdaten für Ihre Überweisung:

IBAN: IT 45 A080 8111 6010 0030 1005 201 – Raiffeisen Bozen Gen.

- € 30,00 Jahresbeitrag Einzelmitgliedschaft
- € 50,00 Jahresbeitrag Familienmitglied
- ab € 50,00 Fördermitgliedschaft

Sollten Sie nicht mehr an einer Mitgliedschaft interessiert sein, bitten wir um eine kurze Mitteilung, auch über E-Mail.

Die nächste Hitze-Welt ist unterwegs: Deswegen braucht es mehr Schutz für Menschen mit Demenz

Hitze nimmt zu und stellt eines der größten klimawandelbedingten Gesundheitsrisiken dar. Menschen im höheren Lebensalter sind besonders anfällig für gesundheitliche Probleme während hoher Temperaturen und Hitzewellen.

Obwohl vielen bewusst ist, dass Hitzewellen Gesundheitsrisiken bergen, werden Maßnahmen zur Vorbeugung oft nicht konsequent umgesetzt oder die Gefahr nicht realistisch eingeschätzt.

Menschen mit Demenz sind bei großer Hitze besonders gefährdet. Mit fortschreitender Krankheit ist das Temperaturempfinden häufig eingeschränkt. An Demenz erkrankte Menschen sind oft auch einfach nicht in der Lage, angemessen auf die Hitze zu reagieren, zum Beispiel warme Kleidungsstücke auszuziehen oder sich in kühle Räume zurückzuziehen. Hier ist es besonders wichtig, dass Angehörige oder Pflegende die Situation im Blick haben.

Aber dazu gehört auch, dass man gut über mögliche gesundheitliche Gefahren von Hitze und die Symptome von hitzebedingten Erkrankungen informiert ist.

Menschen mit Demenz bemerken Durst, Überhitzung oder körperliche Beschwerden häufig nicht oder können diese nicht mitteilen. Warnzeichen können unter anderem starke Müdigkeit, Schwindel, Kopfschmerzen oder trockene Haut sein. Darüber hinaus kann Hitze Desorientiertheit, Unruhe oder gesundheitliche Probleme verstärken.

Achten Sie auf Zeichen der Überhitzung und reagieren Sie frühzeitig auf mögliche Warnsignale.

Tipps für Betroffene und Angehörige:

- Regelmäßig kleine Mengen Wasser oder kühlen Tee trinken.
- Wasserreiche Nahrung zu sich nehmen, z.B. Gurken, Wassermelone oder Erdbeeren.
- Räume kühl halten und Vorhänge schließen.
- Leichte, helle Kleidung bevorzugen.
- Aktivität auf die kühleren Tageszeiten verlegen.

