



Einladung zum 2. Praxistag

Demenz – den Alltag meistern

Austausch und Informationen für Betroffene, Angehörige und Interessierte

25. November 2023, 09.00 bis 15.30 Uhr

Medicubus St. Johann, Brauweg 13, 6380 St. Johann in Tirol

Wie können Menschen mit Demenz im Alltag gut begleitet werden?

Bei der Veranstaltung „Praxistag Demenz – den Alltag meistern“ erhalten Betroffene, Angehörige und Interessierte wertvolle Informationen zum Thema Demenz. Nutzen Sie die Möglichkeit, mit Expertinnen und Experten in Kontakt zu treten und sich mit anderen Teilnehmenden auszutauschen. Besuchen Sie zwei der inspirierenden Workshops und erkunden Sie die informative Gedächtnisstraße, um wertvolles Wissen zu gewinnen.

Wir bitten um **rechtzeitige Anmeldung bis spätestens 17. November 2023.**

Die Teilnahme ist kostenlos. Für Verpflegung ist gesorgt.

Mehr zum Thema Demenz finden Sie unter **www.demenz-tirol.at.**

Eine gemeinsame Veranstaltung von

Wählen Sie zwei der angebotenen Workshops aus!

10:15

Impulsvortrag: Ein Leben mit Demenz – Herausforderungen meistern & Chancen nutzen

**11:30 –
13:00**

1 **Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg** (Kranebitter)

2 **Selbstbestimmung – Unterstützung – Vertretung** (Daurer)

13:00

Mittagspause und Besuch der Informationsstände

**14:00 –
15:30**

4 **Gedächtnisstörungen und Demenz** (Djamshidian-Tehrani)

5 **Das Demenz Balance-Modell®** (Nasrouei-Schmidt)

1 **Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg**

Durch die 4 Schritte der Wert-orientierten Kommunikation erfährt man eine authentische Ebene der Gesprächsführung im Umgang mit zu Pflegenden, den Familien und Institutionen und lernt dabei auf die eigene Selbstfürsorge zu achten.

2 **Selbstbestimmung – Unterstützung – Vertretung**

Ein Überblick über das Erwachsenenschutzgesetz. Ziel des Workshops ist es, über rechtliche Unterstützungsmöglichkeiten zu informieren, konkrete Fragen und Anliegen aus dem Alltag zu beantworten und einen Austausch zu ermöglichen. Im Workshop wird auf die geltenden Regelungen im Erwachsenenschutzgesetz eingegangen und Ihre Fragen, Anliegen sowie Probleme in der alltäglichen Umsetzung thematisiert.

3 **Pause dem schlechten Gewissen – Eigene Ressourcen stärken und Kraftquellen nutzen**

Demenzen werden häufig als Familienkrankheiten, gar als Krankheiten der Angehörigen beschrieben. Während die Krankheit Betroffene vor allerhand Herausforderungen stellen

kann ist das Leben mit Demenz schließlich vor allem für Angehörige vielfach kräfteraubend und erschöpfend. Nicht zuletzt aufgrund des vielfach zitierten schlechten Gewissens, das vor allem pflegende Angehörige häufig begleitet. Doch während es noch „irgendwie gelingt“ Aufgaben zu stemmen und Herausforderungen zu meistern schwinden die eigenen Kräfte meist ebenso schleichend, wie die Demenz voranschreitet. Neben dringend notwendiger Unterstützung für Betroffene benötigen daher auch Angehörige ihre ganz persönlichen Kraftquellen. Ziel des Workshops ist es, diese wiederzuentdecken, neu zu finden um sie in das alltägliche Leben mit Demenz nachhaltig integrieren zu können.

4 **Gedächtnisstörungen und Demenz – was kann man da tun? Ein Überblick über die Therapiemöglichkeiten**

Gedächtnisstörungen nehmen aufgrund der Überalterung der Gesellschaft zu, wir wissen aber dass Betroffene und deren Angehörige den Verlauf der Erkrankung beeinflussen können. In diesem Workshop wird auf die Wichtigkeit der verschiedenen Therapiemöglichkeiten bei Menschen mit Gedächtnisstörungen hingewiesen und was man tun kann damit man nicht an Demenz erkrankt.

ancen nutzen (Johanna Constantini)

3 Pause dem schlechten Gewissen –
Eigene Ressourcen stärken und
Kraftquellen nutzen (Constantini)

6 „Warum bin ich so fröhlich –
warum bin ich so traurig“
(Schmidt-Neubauer)

5 Das Demenz Balance-Modell®

Das Demenz Balance-Modell® ist eine Methode, die es möglich macht, die Auswirkungen einer Demenzerkrankung auf das eigene Leben zu erfahren. Über die Identifikation soll die Empathie für die Bedürfnisse und das Verhalten von Menschen mit einer Demenzerkrankung erweitert werden. Ziel: Entwicklung von Verständnis für die Gefühlswelt und die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz – die Bereitschaft zur Selbsterfahrung ist Voraussetzung für ein gelingendes Seminar.

6 „Warum bin ich so fröhlich –
warum bin ich so traurig“

Angehörige von Menschen mit Demenz haben viele verschiedene Aufgaben und Herausforderungen zu meistern. Neben organisatorischen Belastungen kommen noch unterschiedliche Meinungen im Familienverband, Vorwürfe und eigene Schuldgefühle mit dazu. Dies führt oft zu einem regelrechten Gefühlskarussell.

Gemeinsam wollen wir in diesem Workshop hinter die Gefühlsfassade blicken. Warum kommt es zu Gefühlen wie Schuld, Versagensängsten oder Trauer? Und wie lerne ich diese zu erkennen und zu reflektieren, damit sie mich nicht hindern, selbst Hilfe anzunehmen.

**Impulsvortrag: Ein Leben mit
Demenz – Herausforderungen
meistern & Chancen nutzen**

*„Verstehen kann man das Leben oft nur rückwärts,
doch leben muss man es vorwärts.“*

Søren Kierkegaard

Dies gilt umso mehr für das Leben mit Demenz, indem es mitunter schwerfallen kann, alle Herausforderungen und Aufgaben stets einzuordnen. Vieles stellt sowohl Betroffene als auch Angehörige vor scheinbar unlösbare Aufgaben. Um dabei vorwärtsblicken und das Leben mit all jenen Aufgaben annehmen zu können, braucht es sowohl professionelle Unterstützungsangebote als auch persönliche Strategien. Damit kann es gelingen, die Herausforderungen zu meistern und die Chancen im Leben mit Demenz zu erkennen und zu leben. In dem Impulsvortrag liefert die Klinische Psychologin und Angehörige Johanna Constantini Einblicke in jene professionellen Hilfestellungen, als auch in ganz persönliche Herangehensweisen, um das Leben mit Demenz zu einem guten Leben zu machen.

**Gedächtnisstraße:
Informationsstände und Beratung**

Die informative Gedächtnisstraße bietet Stationen für Betroffene und Interessierte, um Fragen zu stellen und sich auszutauschen. Gewinnen Sie wertvolle Einblicke in die Bereiche mobile Pflege, Betreuung und Hilfsmittelversorgung. Sie erhalten praktische Tipps zur Gestaltung des Alltags sowie Informationen über finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten. Darüber hinaus ermöglicht Ihnen die Selbsterfahrungsmethode "Hands-on Dementia" ein unmittelbares Erleben der Demenzsymptome in typischen Alltagssituationen wie dem Anziehen oder dem Abendessen.

Programm

ab 9:00 Uhr	Registrierung und Besuch der Gedächtnisstraße
10:00 Uhr	Begrüßung
10:15 Uhr	Impulsvortrag: Ein Leben mit Demenz – Herausforderungen meistern & Chancen nutzen
11:30 Uhr	Workshops in den Seminarräumen, je nach gewähltem Thema
13:00 Uhr	Mittagspause und Besuch der Gedächtnisstraße
14:00 Uhr	Workshops in den Seminarräumen, je nach gewähltem Thema
15:30 Uhr	Abschluss im Workshop
09:00 – 14:00 Uhr	Gedächtnisstraße: Information und Beratung durch Expertinnen und Experten

Anmeldeschluss

17. November 2023

Anmeldung

über das BKH St. Johann

☎ Telefonisch +43 5352 606 83 73

✉ Per E-Mail an: praxistagdemenz@khsj.at

Die Teilnahme ist kostenlos. Für Verpflegung ist gesorgt.

Die Teilnehmer:innenzahl in den einzelnen Workshops ist begrenzt.

Wir bitten um rechtzeitige Anmeldung für die Workshops.

Es entscheidet die Reihenfolge der Anmeldung.

Mehr zum Thema Demenz finden Sie unter www.demenz-tirol.at.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Mit freundlicher Unterstützung von