

Wann findet der Kurs statt?

Samstag, den 09.03.2019
Samstag, den 16.03.2019
Samstag, den 23.03.2019
Samstag, den 30.03.2019
Samstag, den 06.04.2019
Samstag, den 13.04.2019

jeweils von 10.00 bis 15.00 Uhr

1. Block

von 10:00 bis 13:00 Uhr (mit Pausen)
Themenbearbeitung

2. Block

von 13:00 bis 15.00 Uhr
Gemeinsame Freizeitgestaltung
(Mittagessen, Museumsbesuch u.v.a.m.)
(auf Wunsch mit Angehörigen)

Wo gibt es nähere Informationen?

Wenn Sie Interesse an einer Teilnahme haben, nehmen Sie bitte Kontakt zu uns auf.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und eine verbindliche Anmeldung ist notwendig. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

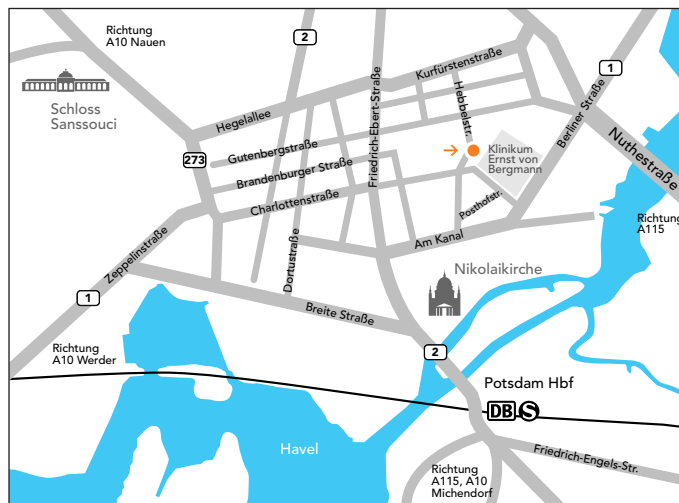
Ansprechpartnerin:

Birgitta Neumann
Alzheimer-Gesellschaft Brandenburg e.V.
Tel.: 0331 704 37 47 oder – 48
neumann@alzheimer-brandenburg.de

www.alzheimer-brandenburg.de

Wo findet der Kurs statt?

In dem Seminarraum der Potsdamer
Wohnungsgenossenschaft 1956 eG
Hebbelstraße 1, 14467 Potsdam,
nahe dem Klinikum Ernst von Bergmann



Vom Potsdamer Hauptbahnhof mit der
Straßenbahn 91, 92, 98 93 bis Platz der
Einheit oder mit der 93 bis Burgstr./Klinikum

Wie wird der Kurs finanziert?

Der Kurs wird von der AOK Nordost – die
Gesundheitskasse gefördert.

Das Kursprogramm wurde vom
Kompetenzzentrum Demenz für das Land
Brandenburg entwickelt.



Alzheimer-Gesellschaft Brandenburg e.V.
Selbsthilfe Demenz

MEIN LEBEN MIT DEMENZ STÄRKEN ERKENNEN, CHANCEN NUTZEN



Kursprogramm für frühbetroffene, jüngere Menschen mit Demenz

09.03.2019 bis 13.04.2019

von 10.00 bis 15.00 Uhr
in Potsdam

Warum ein Kursprogramm?

„Ich habe das Gefühl, dass Freunde und Verwandte von mir Abstand nehmen. Vielleicht wissen sie selbst nicht, wie sie mit der Situation umgehen sollen? Die Kontakte werden jedenfalls weniger und es bedrückt mich, dass nicht nur ich, sondern auch mein Partner und meine Familie davon betroffen ist.“

Mit diesem besonderen Kursprogramm wollen wir Sie unterstützen, trotz der Diagnose Demenz, wertvolle Kontakte und Beziehungen leben zu können. Das Programm baut auf Ihren Stärken, Interessen und Potentialen auf und soll dabei helfen, individuelle Strategien zur Bewältigung der neuen Lebenssituation zu entwickeln.

Unser Ziel ist es, Sie zu ermutigen an Aktivitäten teilzuhaben und die Planung des weiteren Lebenswegs selbstbestimmt in die Hand zu nehmen.

Der Austausch mit anderen jüngeren Menschen mit Demenz trägt zudem entscheidend dazu bei, Zuversicht im Alltag zu gewinnen.

Das Kursprogramm besteht aus **sechs Modulen**. Als Teilnehmer/in bestimmen Sie Ihre Schwerpunktthemen. Die Module werden auf Ihren Bedarf hin angepasst.

Was wird inhaltlich angeboten?

Das Kursprogramm

Modul 1

Mein Leben mit Demenz – Stärken erkennen und Chancen wahrnehmen

Inhalte:

- Was brauche und wünsche mir ich aktuell?
- Welche Ressourcen bietet mein soziales Umfeld?

Modul 2

Beziehungen gestalten

Inhalte:

- Wie offen gehe ich mit meiner Diagnose um?
- Wie gehen wir miteinander um?

Modul 3

Selbstbestimmt zu Hause leben

Inhalte:

- Erhalt der Selbstständigkeit in den eigenen 4 Wänden.
- Welche Leistungen finanziert die Krankenkasse und Pflegekasse und wie kann ich sie beantragen?

Modul 4

Selbstbestimmt Teilhaben – aktiv und einbezogen bleiben

Inhalte:

- Bedeutungsvolle Aktivitäten in den Alltag integrieren.
- Den Arbeitsplatz erhalten und anpassen, nicht zu früh und nicht zu spät aussteigen.
- Was sind Meilensteine meiner Biografie?
- Was macht mich aus?

Modul 5

Selbstbestimmt Zukunft planen

Inhalte:

- Was sollten andere über mich und meine Gewohnheiten wissen?
- Welche Angebote kann ich mir wann vorstellen wahrzunehmen?
- Wer soll mich vertreten, wenn ich nicht mehr entscheiden kann?

Modul 6

Für mich sorgen – Therapeutische Angebote wahrnehmen

Inhalte:

- Fragen, die ich schon immer einem Arzt stellen wollte.
- Therapieangebote, die mir guttun.

Wer begleitet den Kurs?

Die Gruppe wird von zwei erfahrenen Fachkräften geleitet:

Birgitta Neumann
Dipl.-Sozialarbeiterin

Claudia Steinberg
Dipl. Pfliegewirtin
PGD Training in Dementia Care