

Wann findet das Seminar statt?

Das Seminar findet an sechs Terminen statt. Die konkreten Termine teilen wir Ihnen bei Anfrage gerne mit.

1. Block

Themenbearbeitung

2. Block

Gemeinsamer Imbiss
Gemeinsame Themenerarbeitung

Wo findet das Seminar statt?

Stephensonstr. 24-26, 14482 Potsdam

Das Seminar findet aufgrund der Corona-Pandemie unter Einhaltung der in Brandenburg geltenden Vorgaben statt.

Wer begleitet das Seminar?

Die Gruppe wird von zwei erfahrenen Fachkräften geleitet.

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:

Antje Baselau
Alzheimer-Gesellschaft Brandenburg e.V.
Tel.: 0331 - 27 34 61 11
beratung@alzheimer-brandenburg.de

www.alzheimer-brandenburg.de

Das Seminarprogramm wurde vom Kompetenzzentrum Demenz für das Land Brandenburg und der Alzheimer-Gesellschaft Brandenburg e.V. entwickelt.

**Kompetenzzentrum
DEMENZ**
für das Land Brandenburg

 **Alzheimer-Gesellschaft
Brandenburg e.V.**
Selbsthilfe Demenz

Dieses Seminar wird von der Deutschen Fernsehlotterie gefördert.



Alzheimer-Gesellschaft Brandenburg e.V.
Selbsthilfe Demenz

MEIN LEBEN MIT DEMENZ STÄRKEN ERKENNEN, CHANCEN NUTZEN



Seminar für Menschen mit beginnender Demenz bis 65 Jahre

Warum ein Seminar?

„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 Seminar möchten wir Ihnen eine Möglichkeit bieten, über die Gefühle und Veränderungen zu sprechen, die die Diagnose Demenz mit sich bringt.

Das Programm baut auf Ihren Stärken und Interessen auf. Es soll dabei helfen, individuelle Strategien zur Bewältigung der neuen Lebenssituation zu entwickeln.

Ziel ist es, Sie zu ermutigen Ihr Leben auch weiterhin selbstbestimmt in die Hand zu nehmen und das zu tun, was Ihnen Freude macht.

Der Austausch mit anderen Menschen in einer ähnlichen Situation trägt erfahrungsgemäß dazu bei, Zuversicht zu gewinnen und sich gegenseitig für den Alltag zu stärken.

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

Was wird inhaltlich angeboten?

Das Seminarprogramm

Modul 1

Mein Leben mit Demenz – Stärken erkennen und Chancen wahrnehmen

Inhalte:

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

Modul 2

Selbstbestimmt Teilhaben – aktiv und einbezogen bleiben

Inhalte:

- Bedeutungsvolle Aktivitäten in den Alltag integrieren.
- Den Arbeitsplatz erhalten, anpassen oder rechtzeitig aussteigen.
- Was sind Meilensteine meiner Biografie?
- Was macht mich aus?

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

Beziehungen gestalten

Inhalte:

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

Modul 5

Für mich sorgen – Therapeutische Angebote wahrnehmen

Inhalte:

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

Modul 6

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?