

## Balance im Leben – Veränderungen durch das Alter und Die Demenz

Nach der Diagnose Demenz gehen viele Menschen davon aus, dass das Gehirn sich ab diesem Zeitpunkt nur noch schlecht oder gar nicht weiterentwickeln kann. In diesem Workshop soll gezeigt werden, dass dies sehr wohl möglich ist. Es ist dafür unbedingt notwendig Vertrauen zu schaffen und Sinnhaftigkeit zu erhalten. Die Gestaltung des eigenen Lebens steht hierbei im Vordergrund. An diesem Tag sollen mit Übungen aus der Bewegungslehre genau solche Prozesse ermöglicht werden. Sie können neue Schaltungen und Synapsen im Gehirn aktivieren und so Veränderungen hervorrufen.

**Termin:** 02.06.2020  
17:00 - 18:30 Uhr  
**Ort:** Caritas-Begegnungsstätte, Gerberstraße 7  
40699 Erkrath  
**Referentin:** Monika Thöne  
(Leitung der Caritas Begegnungsstätte)

## Wege weg vom Stress – Auch Sie schaffen das!

Teilnehmende bekommen an diesem Abend hilfreiche Tipps zur Stressreduzierung. Praktische Beispiele können zum Teil direkt ausprobiert werden. Ziel des Workshops ist es, pflegenden Angehörigen zu zeigen, wie sie durch kleine Veränderungen merkliche Verbesserungen in ihrem Alltag schaffen können. Sie sollen lernen, mehr an sich zu denken ohne dabei ein schlechtes Gewissen zu haben.

Die Inhalte des Workshops liegen dem Ratgeber „Wege weg vom Stress“ zu Grunde.

**Termin:** 25.06.2020  
17:00 – 20:30 Uhr  
**Ort:** Caritas-Begegnungsstätte, Gerberstraße 7  
40699 Erkrath  
**Referent:** Daniel De Paola (Autor, psychologischer Berater, Demenzbegleiter und –Berater)

## Patientenverfügung, Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht

Mit einer Demenz gehen für Betroffene und für Angehörige viele Veränderungen einher. Es gilt, sich an neue Gegebenheiten und Strukturen im alltäglichen Leben anzupassen. Auch rechtlich ergeben sich zahlreiche Veränderungen. Kann ich noch eine Vorsorgevollmacht erstellen, wenn ich an Demenz erkrankt bin? Was gilt bei einer Patientenverfügung? Muss ich die Patientenverfügung regelmäßig durch meine Unterschrift aktualisieren? Antworten auf diese und andere Fragen erhalten Sie bei diesem Vortrag. Angehörige von Menschen mit Demenz haben die Chance, sich umfassend zur Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung zu informieren.

**Termin:** 19.08.2020  
17:30 - 19:00 Uhr  
**Ort:** Caritas-Begegnungsstätte, Gerberstraße 7  
40699 Erkrath  
**Referentin:** Brigitte Albers  
(Kanzlei für Patienten und Senioren)

## Pflegescouts - Wer wir sind

Wer Leistungen aus der Pflege-Versicherung beantragt, erhält Besuch vom Gutachter des MDK (Medizinischer Dienst der Krankenversicherungen). Von diesem Besuch hängt es ab, ob und welche Leistungen gewährt werden. Ehrenamtliche PFLEGE-SCOUTS unterstützen jeden Antragsteller (der es möchte) bei der Vorbereitung auf diesen Besuch.

In unserer Veranstaltung informieren die Erkrather PFLEGE-SCOUTS über ihre Arbeitsweise und stellen sich persönlich vor.

**Termin:** 03.09.2020  
17:00 - 18:30 Uhr  
**Ort:** Caritas-Begegnungsstätte, Gerberstraße 7  
40699 Erkrath  
**Referenten:** Erwin Knebel, Harald Hetman  
(aktive Pflegescouts)

## Was machen wir denn heute? Alltagsgestaltung mit Menschen mit Demenz

Das Leben steckt voller Aufgaben und Aktivitäten, die wir oftmals unbewusst und routiniert ausführen. Wir suchen uns Dinge, die uns Spaß machen, gehen einem Hobby nach oder suchen nach Entspannung. All das scheint selbstverständlich. Für Menschen mit Demenz ist es jedoch zunehmend schwieriger, sich selbst zu beschäftigen und ihren Alltag eigenständig zu bestreiten.

Wenn man eine Person mit Demenz begleitet, fragt man sich vielleicht häufiger „Was können wir denn gemeinsam machen?“. Hierbei geht es nicht um die perfekte Ausführung einer Aktivität, sondern vor allem um die Sinnhaftigkeit, um das sich nützlich fühlen währenddessen.

Es gibt kein Patentrezept für die gemeinsame Alltagsgestaltung, außer: Alles ist erlaubt, was Freude macht!

An diesem Tag können die Teilnehmenden durch praktische Anleitung wertvolle Tipps bekommen, wie sie gemeinsam mit Menschen mit Demenz den Alltag mit Spiel und Spaß gestalten können.

**Termin:** 26.09.2020  
10:00 – 13:00 Uhr  
**Ort:** Caritas-Begegnungsstätte, Gerberstraße 7  
40699 Erkrath  
**Referentin:** Karin Brüster  
(Senioren- und Demenzbegleitung)



## Das habe ich vergessen... Was ist normal, was ist eine Demenz und was ist etwas anderes?“

Abnehmendes Erinnerungsvermögen im Alter kann ein erstes Anzeichen für eine Demenzerkrankung sein. Allerdings nimmt die Vergesslichkeit in der Regel grundsätzlich im Alter zu.

Deshalb ist es wichtig, so früh wie möglich abzuklären, ob es sich bei den auftretenden Symptomen tatsächlich um Demenz handelt, um dann die vielfältigen Angebote für Betroffene und Angehörige zu nutzen, die Beschwerden zu lindern und den Verlauf zu begünstigen.

**Termin:** 05.10.2020  
17:30 – 19:00 Uhr  
**Ort:** AWO Treff Hochdahl, Sedentaler Str. 105,  
40699 Erkrath  
**Referent:** Guido Garlip (Chefarzt der Abteilung Gerontopsychiatrie und Neurologie der LVR-Klinik Langenfeld)

## Hilfe auf Knopfdruck – Der Hausnotruf der Johanniter

Zu Hause in vertrauter Umgebung leben, den Alltag meistern und das gute Gefühl haben, dass im Notfall schnelle Hilfe kommt. Der Johanniter-Hausnotruf ist rund um die Uhr erreichbar, ein Knopfdruck genügt und Sie werden sofort mit qualifizierten Mitarbeitern der Johanniter Leitstelle verbunden, die 24 h für Sie da sind und schnelle Hilfe schicken.

In dieser Veranstaltung können Teilnehmer sich über die Leistungen und den Umfang des Hausnotrufs informieren und mit anderen in Austausch gehen.

**Termin:** 18.11.2020  
17:00 – 18:30 Uhr  
**Ort:** Caritas-Begegnungsstätte, Gerberstraße 7  
40699 Erkrath  
**Referentin:** Birgitt Sauer (Hausnotruf Abteilung Johanniter Unfall-Hilfe e.V.)



# Angebote für Angehörige, Ehrenamtliche und Interessierte



**Caritas**  
**Demenz-Netzwerk-  
Erkrath**

## Betreuungskräfte aus Osteuropa - Chancen und Grenzen

Daniel De Paola betreibt seit über 8 Jahren eine Vermittlungsagentur in Erkrath. In dieser Zeit hat er zahlreiche Familien beraten und die Einsätze der sogenannten 24 Stundenkräfte koordiniert. Im Laufe der Jahre hat sich die Angebotslage stark verändert, gesetzliche Vorgaben sind zu beachten.

Die Teilnehmenden erfahren, welche Förderungen sie erwarten können, wo es Grenzen gibt und worauf sie achten sollten, damit es am Ende zu einer runden Sache werden kann.

**Termin:** 06.02.2020  
17:00 - 18:30 Uhr  
**Ort:** Caritas-Begegnungsstätte, Gerberstraße 7  
40699 Erkrath  
**Referent:** Daniel De Paola (Leitung einer Vermittlungsagentur für 24h-Pflege)

## Tagespflege - Was machen wir?

Seniorentagespflegen richten ihr Angebot an daheim lebende Senioren und ihre pflegenden Angehörigen. Sie bieten den Teilnehmern wohlthuende Gemeinschaft, wirken einer Vereinsamung entgegen und die Angehörigen erfahren deutliche Entlastung in ihrem Pflegealltag.

Der Vortrag informiert über die Inhalte der Betreuungsarbeit und gibt wertvolle Hilfe für die Finanzierung der Teilnahme.

**Termin:** 11.02.2020, 17:00 – 18:30 Uhr  
**Ort:** Begegnungsstätte Alt und Jung der Johanniter Unfall-Hilfe e.V., Hildener Str. 19,  
40699 Erkrath  
**Referentinnen:** Cäcilia Haverkamp und Uli Hagen  
(Geschäftsführung SenTa Seniorentagespflege)



Informationen und Angebote auch auf:  
[www.caritas-mettmann.de](http://www.caritas-mettmann.de)

## Betreutes Wohnen – Was bedeutet das?

Wie möchten wir wohnen? Diese Frage hat sich sicherlich jeder schon einmal gestellt. Im Laufe des Lebens verändern sich jedoch diese Wünsche, man hat neue Anforderungen an den Wohnraum und andere Bedarfe zur Unterstützung im Alltag.

Ziel des betreuten Wohnens ist es, die Selbstständigkeit im Alter und das selbstbestimmte Leben in der eigenen Wohnung zu unterstützen. Dafür sind neben den baulichen Voraussetzungen das soziale Umfeld, der Erhalt familiärer Bindungen, eine zentrale Lage und die Vermittlung von Angeboten zur bedarfsgerechten Versorgung und Betreuung von Bedeutung.

Teilnehmende haben an diesem Tag die Möglichkeit, sich über die Wohnanlage des Johanniter-Hauses in Erkrath zu informieren. Im Austausch mit der Leitung haben sie die Möglichkeit Fragen zu stellen und ins Gespräch zu kommen.

**Termin:** 03.03.2020  
17:30 - 18:30 Uhr  
**Ort:** Caritas-Begegnungsstätte, Gerberstraße 7  
40699 Erkrath  
**Referentin:** Gabriele Gründker (Koordination Betreutes Wohnen im Johanniter Haus)

## Pflegeheim - Das wollte ich nie...

Welche Fragen bewegen uns, wenn wir erkennen, dass eine Pflege zu Hause nicht mehr zu bewältigen ist.

Wie finden wir eine Einrichtung der wir vertrauen?

Haben die Medien Recht, die oft kein gutes Wort über stationäre Pflege verlieren?

Oder ist es der Beginn eines wertvollen, erfüllten und entspannten Lebensabschnitts.

**Termin:** 18.03.2020  
17:30 – 19:00 Uhr  
**Ort:** Caritas-Begegnungsstätte, Gerberstraße 7  
40699 Erkrath  
**Referentin:** Ilka Marschaleck  
(Einrichtungsleitung Caritas Altenstift)

## Möglichst lange Zuhause in den eigenen vier Wänden leben – Wie kann das gehen?

Ein Vortrag über die Möglichkeiten, die ein Betreuungsdienst oder ambulanter Pflegedienst erbringen kann. Herr Heinrich, Geschäftsführer der Home Instead Seniorenbetreuung, erläutert, welche Budgets zur Verfügung stehen und mit welchen Einschränkungen man trotzdem noch problemlos in den eigenen vier Wänden wohnen bleiben kann?

**Termin:** 21.04.2020  
17:00 – 18:30 Uhr  
**Ort:** AWO Treff Hochdahl, Sedentaler Str. 105,  
40699 Erkrath  
**Referent:** Peter Heinrich  
(Geschäftsführung HomeInstead)

## Pflegegrad – Was nun?

Wenn ein Mensch pflegebedürftig wird, stellen sich viele Fragen. Sowohl Betroffene als auch Angehörige werden mit neuen Herausforderungen konfrontiert. Der Anspruch auf die vielfältigen Leistungsarten sowie die Finanzierung dieser Leistungen können für Angehörige undurchsichtig sein.

Während dieses Vortrages haben Angehörige von Menschen mit Pflegebedarf die Möglichkeit, sich über Angebote in den Bereichen Pflegeberatung und Pflegeversicherung zu informieren. Hierbei werden nicht nur Hilfen für Betroffene, sondern auch für Angehörige thematisiert und vorgestellt.

**Termin:** 28.04.2020  
17:00 – 18:30 Uhr  
**Ort:** AWO Treff Hochdahl, Sedentaler Str. 105,  
40699 Erkrath  
**Referenten:** Susanne Steller, Thomas Friese  
(Pflege- und Wohnberatung der Stadt Erkrath)

## Was kann ich für mich selber tun? - Mit einer Demenz leben lernen

Das gesellschaftliche Bild von Menschen mit Demenz (z.B. verwirrt, pflegebedürftig) trifft auf Personen im frühen Stadium der Demenz nicht zu. Es erschwert den Betroffenen die Einordnung der eigenen Symptome und manchmal auch die Auseinandersetzung mit der Erkrankung.

An diesem Tag haben Teilnehmende die Gelegenheit Fragen zu stellen hinsichtlich Frühsymptomen einer Demenz und der Diagnostik aber auch zu Herausforderungen im Alltag und möglichen Unterstützungsmöglichkeiten.

**Termin:** 05.05.2020  
17:00 – 18:30 Uhr  
**Ort:** Caritas-Begegnungsstätte, Gerberstraße 7  
40699 Erkrath  
**Referentin:** Gabriela Wolpers  
(Leitung Caritas Fachstelle Demenz)



## Information und Anmeldung

**Alle Informationsveranstaltungen sind kostenlos. Eine Anmeldung ist erforderlich.**

**Weitere Informationen sowie die Möglichkeit sich anzumelden erhalten Sie bei der**

**Demenz-Netzwerk-Erkrath:**

**Tel: 02 11 - 24 95 223**

**[demenz-netzwerk@caritas-mettmann.de](mailto:demenz-netzwerk@caritas-mettmann.de)**



**Träger:**  
**Caritasverband für den Kreis Mettmann e.V.**  
**Johannes-Flintrop-Str. 19**  
**40822 Mettmann**  
**[www.caritas-mettmann.de](http://www.caritas-mettmann.de)**