

Caritas

Entlastung bei Demenz

Bildungsangebote zum Thema Demenz



Demenz geht uns alle an.

Demenz ist vor allem eine Krankheit des Alters. Solange die Lebenserwartung in Österreich steigt, wird auch die Zahl der Demenzerkrankten steigen.

Für Betroffene bedeutet eine Demenzerkrankung oft Verunsicherung und eine völlige Umorientierung im Leben. Auch Angehörige werden vor neue Herausforderungen gestellt. Mangelndes Wissen über Demenz und den richtigen Umgang mit dem Menschen, der sich mit fortschreitendem Verlauf stark verändert, kann für Angehörige und Pflegekräfte schnell zu Überforderung und Überlastung führen. Aber auch die Gesellschaft als Ganzes ist gefordert, damit die Betroffenen so lange, so sicher und so geborgen wie möglich in ihrem unmittelbaren Umfeld wohnen und leben bleiben können.

Die Caritas hat es sich zur Aufgabe gemacht, Erkrankte, Angehörige und Menschen im Lebensumfeld von demenzerkrankten Personen dabei zu unterstützen, die Demenz nicht als Bedrohung zu sehen, sondern als einen integrierten Teil im Leben einer Gesellschaft, die kontinuierlich älter wird.

Aus der langjährigen Erfahrung unserer ExpertInnen in Begleitung, Betreuung, Beratung und Lehre ist ein vielfältiges Bildungsangebot entstanden, das für alle Interessierten offen ist. Wir hoffen, dass auch für Sie die eine oder andere Hilfestellung dabei ist und freuen uns auf Sie!

Unser Angebot für Sie.

INFORMATION ZUM THEMA DEMENZ	
Infoabend „Demenz, was ist das?“	S.4
Infonachmittag „Demenz, was ist das?“	S.4
WORKSHOPS ZUM UMGANG MIT DEMENZ IM ALLTAG	
Zuhause ein stabiles Umfeld schaffen	S.5
Wohnraumanpassung	S.5
Grundlagen der Kommunikation mit Demenzerkrankten	S.6
Validation als Kommunikationstechnik	S.6
Nonverbale Kommunikation mit Demenzerkrankten	S.7
Biografiearbeit	S.7
Verhaltenssymptome bei Demenzerkrankung	S.8
Kinästhetik und Demenz	S.8
Ernährung und Körperpflege	S.9
Aggression und Sexualität	S.9
Begleitung am Lebensende	S.10
Angehörige und Burnout	S.11
Der Glaube als Kraftquelle	S.11
Prävention von Demenz	S.11
SCHULUNGEN	
Seminarreihe für einzelne Berufsgruppen	S.12
Seminarreihe für Freiwillige im Besuchsdienst	S.13

1. Information

INFOABEND „Demenz – was ist das?“

Grundlagen zum Thema Demenz: In einem theoretischen Teil werden die drei Stadien der Demenz, Warnzeichen der Demenz, Therapie-möglichkeiten usw. erklärt. Der praktische Teil bietet die Möglichkeit, auf offene Fragen einzugehen und lässt Zeit für Diskussion.

Zielgruppe: Freiwillige MitarbeiterInnen; Frauen und Männer aller Altersgruppen; Menschen, die betreuende Angehörige entlasten wollen; Menschen, die sich mit der Lebenswelt von Demenzkranken auseinandersetzen wollen

Dauer: 2 Einheiten zu je 50 Minuten

INFONACHMITTAG „Demenz – was ist das?“

Grundlagen zum Thema Demenz mit vertiefenden Schwerpunkten ausgehend von den Fragen der TeilnehmerInnen: z.B. Umgang und Kommunikation mit Demenzkranken, drei Stadien der Demenz, Warnzeichen der Demenz, Tipps über präventive Maßnahmen, Validation, Achtsamkeit im Umgang im Alltag, Biografiearbeit, Unterstützungsmöglichkeiten, AnsprechpartnerInnen und Organisationen.

Zielgruppe: Freiwillige MitarbeiterInnen; Frauen und Männer aller Altersgruppen; Menschen, die betreuende Angehörige entlasten wollen; Menschen, die sich mit der Lebenswelt von Demenzkranken auseinandersetzen wollen

Dauer: 4 Einheiten zu je 50 Minuten

2. Umgang im Alltag

Mein Zuhause ist mir wichtig

Demenzkranken ein sicheres und stabiles Umfeld schaffen

Es gibt vielfältige Möglichkeiten für Menschen mit einer Demenzerkrankung, im gewohnten Umfeld zu bleiben. In diesem Workshop erheben wir vorhandene Ressourcen und entwickeln ein Maßnahmenpaket für ein sicheres Zuhause. Sie erfahren über Hilfsangebote zur Entlastung schwieriger Alltagssituationen und bekommen Kommunikations- und Handlungskompetenzen vermittelt. Die Optimierung der Rahmenbedingungen trägt zur Entlastung bei und schafft Raum für die Befriedigung der Bedürfnisse von Betroffenen und Angehörigen.

Zielgruppe: Angehörige von demenzkranken Menschen, betreuende/pflegende Personen

Dauer: 2 oder 4 Einheiten zu je 50 Minuten

Wohnen? Am liebsten daheim!

Wohnraumanpassung bei Demenz

Die Anpassung der Wohnung an veränderte Bedürfnisse schafft Erleichterung sowohl für BewohnerInnen wie auch für betreuende Personen. Räumliche und zeitliche Orientierung sicherstellen, Sicherheit und Selbstbestimmung gewährleisten, Innen- und Sanitarräume anpassen, Nischen zum Ruhen schaffen... Sie bekommen in diesem Workshop Informationen zur Wohnraumanpassung mit einfachen Mitteln, über Möglichkeiten der Förderung, sowie über wichtige Ansprechpersonen.

Zielgruppe: Angehörige von demenzkranken Menschen, betreuende/pflegende Personen, Freiwillige MitarbeiterInnen

Dauer: 2 Einheiten zu je 50 Minuten

Wenn Sprache sich verändert

Grundlagen der Kommunikation mit Demenzerkrankten

Wir leben in der Gemeinschaft und wir tauschen uns aus. Über Sprache, Mimik, Gestik und Körperhaltung teilen wir uns anderen mit. Auch Menschen mit Demenz, die eine veränderte Sprachwahrnehmung haben, brauchen Kommunikation für ein erfülltes Miteinander. Sie treten insbesondere durch nonverbale Kommunikation und Bildsprache mit ihrer Umwelt in Beziehung und können sich auf diese Weise selbst als Teil der Gemeinschaft erleben. Mit den richtigen Kommunikationstechniken können Betreuende das Gehirn eines Demenzerkrankten anregen, schlummernde Erinnerungen aufleben lassen und kommunikative Brücken bauen.

Zielgruppe: Angehörige von demenzkranken Menschen, betreuende/pflegende Personen

Dauer: 2 Einheiten zu je 50 Minuten

In den Schuhen des anderen gehen

Validation® als hilfreiche Kommunikationstechnik

Validation® nach Naomi Feil ist eine Methode, um mit desorientierten Menschen zu kommunizieren und ermöglicht diesem Personenkreis, Würde und Selbstwert wieder zu erlangen. Validation® beruht auf einem empathischen Ansatz und einer ganzheitlichen Erfassung des Menschen. ValidationsanwenderInnen lernen, in die Welt der desorientierten Menschen vorzudringen und die Gründe für ihr manchmal seltsames Verhalten zu enträtseln. Mittels der Validations-Techniken bieten wir ihnen die Möglichkeit, sich verbal oder nonverbal auszudrücken.

Zielgruppe: Angehörige von demenzkranken Menschen, betreuende/pflegende Personen, Freiwillige MitarbeiterInnen

Dauer: 2 Einheiten bzw. 4 Einheiten zu je 50 Minuten

Kommunikation braucht keine Worte

Basale Stimulation bei Demenz

Die Wahrnehmung vieler von Demenz Betroffener ist oftmals durch Hör- oder Sehbeeinträchtigungen zusätzlich eingeschränkt. Basale Stimulation verbindet durch Berührung, aktiviert unterschiedliche Wahrnehmungsfiler, belebt die Wahrnehmung und fördert so die Kommunikation von demenzkranken Menschen und deren Umgebung. Im Workshop erfahren Sie, wie Sie mithilfe der Basalen Stimulation mit Betroffenen auch im fortgeschrittenen Stadium der Demenz eine positive Beziehung aufbauen können.

Zielgruppe: Angehörige von demenzkranken Menschen, betreuende/pflegende Personen

Dauer: 2 Einheiten zu je 50 Minuten

Das Leben ist Geschichte

Biografiearbeit

Die Biografie hat Einfluss auf Verhalten, Gewohnheiten, Vorlieben und Abneigungen eines Menschen. Eine einsetzende Demenz verstärkt oftmals diese individuellen Eigenheiten. Die Sammlung biografischer Daten aus dem Lebensumfeld wird somit zur Voraussetzung für das zielgerichtete Eingehen auf die individuellen Bedürfnisse der Betroffenen. Der Workshop stellt Methoden der Biografiesammlung vor und zeigt, wie Sie mithilfe biografischen Wissens Verhaltensweisen der Betroffenen besser verstehen können.

Zielgruppe: Angehörige von demenzkranken Menschen, betreuende/pflegende Personen, Freiwillige MitarbeiterInnen

Dauer: 2 oder 4 Einheiten zu je 50 Minuten

Verhaltenssymptome der Demenz

Erfahrungsaustausch

Demenz erkrankte Menschen zeigen eine Vielfalt besonderer Verhaltensweisen, die Betreuung und Pflege zu einer Herausforderung machen können. Angehörige werden durch den Betreuungsalltag zu ExpertInnen im Umgang mit diesen Verhaltensweisen. Der Workshop dient als Erfahrungsaustausch und bietet gleichzeitig Tipps von Fachkräften zum Umgang mit Misstrauen, lautem Rufen, Feindseligkeiten, Unruhe, Apathie, Depression, Sundowning, Ängsten, Schlafstörungen, Essstörungen, Umherwandern/Weglaufen, Anklammern/Nachlaufen, soziale und sexuelle Enthemmung, Euphorie, Stimmungsschwankungen, Halluzinationen etc.

Zielgruppe: Angehörige von demenzkranken Menschen, betreuende/pflegende Personen

Dauer: 2 oder 4 Einheiten zu je 50 Minuten

Ich bewege mich, also bin ich

Kinästhetik und Demenz

Durch die Bewegung der Muskeln spüren wir Spannung, und durch die Änderung der Muskelspannung können Menschen sich selbst spüren. Jeder Mensch hat ein individuelles, in der Kindheit erlerntes Bewegungsmuster.

In der Begleitung von dementen Menschen sind diese Muster besonders wichtig: Schon wenn man beim Ankleiden einer Hose mit dem „falschen“ Bein beginnt, kann das die demenzkranke Person aus dem Konzept bringen. Der Workshop bietet eine Einführung in die Grundgedanken der Kinästhetik, gleichzeitig wird die praktische Umsetzung geübt.

Zielgruppe: Angehörige von demenzkranken Menschen, betreuende/pflegende Personen

Dauer: 2 oder 4 Einheiten zu je 50 Minuten

Der Körper in der Demenz

Essen und Trinken

Mit fortschreitender Demenz erschweren verschiedene Beeinträchtigungen oftmals die selbstständige Nahrungsaufnahme und schmälern die Freude an den Mahlzeiten. Im Workshop erhalten Sie Informationen zu altersbedingten Veränderungen des Ernährungszustandes und der Ernährungssituation, sowie zu häufigen Ernährungsproblemen bei Demenz.

Waschen und Ankleiden

Hilfe bei der Körperpflege und Hygiene ist für erwachsene Menschen ein empfindliches Thema. Die möglichst lange Erhaltung der Selbstständigkeit ist besonders wichtig.

Zielgruppe: Angehörige von demenzkranken Menschen, betreuende/pflegende Personen

Dauer: 2 oder 4 Einheiten zu je 50 Minuten

Kraftvolle Energien in der Demenz

Aggression, Sexualität

Im Verlauf der Demenzerkrankung haben Betroffene oft nicht mehr die Möglichkeit, ihre Grundbedürfnisse adäquat zu äußern. Durch die kognitiven Beeinträchtigungen zeigen sich häufig Auffälligkeiten im Sozialverhalten. Da jedoch die Fähigkeit zu sinnlicher Kommunikation auch bei fortschreitendem Krankheitsverlauf lange erhalten bleibt, bleiben Zärtlichkeit, Körperkontakt und Berührungen für die Betroffenen ebenso wichtig wie das elementare Bedürfnis des körperlichen Lustempfindens.

Der Workshop bietet Tipps für einen leichteren Umgang mit Situationen, die manchmal überfordern, erschrecken oder irritieren.

Zielgruppe: Angehörige von demenzkranken Menschen, betreuende/pflegende Personen, Freiwillige MitarbeiterInnen

Dauer: 2 oder 4 Einheiten zu je 50 Minuten

Den Weg gemeinsam gehen

Begleitung von Demenzkranken am Lebensende

Die Sterbebegleitung von demenzerkrankten Menschen birgt besondere Herausforderungen. So können zum Beispiel Bedürfnisse und Schmerzen oft nicht mehr direkt geäußert werden. Betreuende müssen dann aus ihren Beobachtungen auf Bedürfnisse schließen und auf indirekte Schmerzzeichen achten. Für eine bestmögliche Begleitung am Lebensende ist daher die Aufrechterhaltung der nonverbalen Kommunikation besonders wichtig. Aber auch die Vorbereitung auf die Begleitung der letzten Lebensphase im Sinne des Vorsorgedialogs ist hilfreich. Der Workshop soll helfen, einen Zugang zu den Bedürfnissen am Lebensende der erkrankten Person zu finden.

Zielgruppe: Angehörige von demenzkranken Menschen, betreuende/pflegende Personen

Dauer: 2 Einheiten zu je 50 Minuten



Zwischen Hingabe und Selbsterhaltung Pflegerische Angehörige und Burnout

Pflegerische Angehörige sind einer starken psychischen, physischen und sozialen Belastung ausgesetzt, was oftmals zur Vernachlässigung eigener Bedürfnisse und Interessen führt. Der Workshop soll Ihnen dabei helfen, mögliche Formen von seelischer Überlastung und Erschöpfung früh genug zu erkennen und unterstützt Sie dabei, Ihre eigenen Ressourcen zu erkennen und einen Weg der Achtsamkeit gegenüber sich selbst zu finden.

Zielgruppe: Angehörige und pflegerische Angehörige

Dauer: 2 oder 4 Einheiten zu je 50 Minuten

Der Glaube als Kraftquelle

Den Lebensweg mit der Demenz bis hin zum Tod annehmen können – das verlangt von Angehörigen und BegleiterInnen viel Kraft. Für viele ist dabei die Spiritualität eine besonders wichtige Kraftquelle. Im Workshop geht es um das Auftanken in der Gemeinschaft mit anderen.

Zielgruppe: Angehörige von demenzerkrankten Menschen

Dauer: 2 Einheiten zu je 50 Minuten

Der Demenz vorbeugen Möglichkeiten der Prävention

Durch die steigende Lebenserwartung erhöht sich in den nächsten Jahren die Anzahl der Hochaltrigen und damit auch das Risiko einer Demenzerkrankung. Die Möglichkeiten der Prävention und der Frühdiagnose werden daher immer wichtiger. Durch bewusste und achtsame Lebensführung sowie durch Vorbeugungsmaßnahmen lässt sich das Risiko einer Demenzerkrankung minimieren. Unser Ziel ist es, einem selbstbestimmten und erfüllten Lebensabend entgegenblicken zu können.

Zielgruppe: Frauen und Männer aller Altersgruppen

Dauer: 2 Einheiten zu je 50 Minuten

3. Schulungen

A) Für Berufsgruppen, die in ihrem Arbeitsumfeld Demenzkranken begegnen

Diese Seminarreihe wird auf den Bedarf der jeweiligen Berufsgruppe (z.B.. ApothekerInnen, Bankangestellte, PolizistInnen, VerkäuferInnen, etc.) zugeschnitten.

Workshop 1: Grundlagen

Im Workshop werden Fakten zur Demenzerkrankung vermittelt (drei Stadien der Demenz, Warnzeichen, Therapiemöglichkeiten etc.) und offene Fragen besprochen. Auch Zeit für Diskussion ist gegeben.

Dauer: 2 Einheiten zu je 50 Minuten

Workshops 2 und 3: Umgang in der Praxis

Durch praktische Beispiele, Erfahrungsberichte und -austausch zum Umgang mit an Demenz erkrankten Menschen soll den TeilnehmerInnen der zukünftige Umgang mit dieser Zielgruppe erleichtert werden. Themen sind unter anderem die richtige Kommunikation bei Demenz, Achtsamkeit im Umgang im Alltag, Tipps für präventive Maßnahmen, Erfahrungen bei der Einnahme von Medikamenten, AnsprechpartnerInnen und Organisationen.

Dauer: je 2 Einheiten zu je 50 Minuten

B) Für Freiwillige

Die Schulung soll Frauen und Männer aller Altersgruppen, Menschen, die betreuende Angehörige entlasten wollen, oder Menschen, die sich mit der Lebenswelt von Demenzerkrankten auseinandersetzen wollen, bestmöglich auf die Besuche bei demenzerkrankten Personen vorbereiten.

Workshop 1: Grundlagen

Im Workshop werden Fakten zur Demenzerkrankung vermittelt (drei Stadien der Demenz, Früherkennung, Verlauf, Formen der Demenz, Diagnose, Therapiemöglichkeiten) und offene Fragen besprochen. Auch Zeit für Diskussion ist gegeben.

Dauer: 2 Einheiten zu je 50 Minuten

Workshop 2 und 3: Umgang in der Praxis

In der praktischen Vorbereitung werden die wichtigsten Themen für einen gelingenden Besuch bei demenzerkrankten Menschen behandelt: Möglichkeiten sehen, spüren und vermitteln bei Demenz; Validation und basale Stimulation als wichtige Hilfsmittel in der nonverbalen Kommunikation.

Dauer: je 2 Einheiten zu je 50 Minuten

ReferentInnen

Gerhild Hirzberger, MA
(Gerontologie)



SeniorInnen- und Angehörigenberatung der Caritas Steiermark: Beratung, Entlastungsgespräche, Vorträge und Öffentlichkeitsarbeit;

Beauftragte für Hospiz und Palliative Care im Pflegeheim; Schulung der Senioren- und Pflegewohnhäuser der Caritas Steiermark.

Angela Lackner



Regionale Koordinatorin im Projekt Entlastung bei Demenz für den Bezirk Weiz, Vitaltrainerin, Dipl. Sozialbetreuerin, Pflegehelferin;

Aus- und Weiterbildung: Vitalassistentin, Freiwilligenkoordination, Validation, Montessori für SeniorInnen und Demenzkranke.

DGKP Rosa Maria Kouba, MBA



Mitarbeiterin im Projekt Entlastung bei Demenz, Kinaesthetics Peertutorin, gerichtlich zertifizierte Sachverständige für Gesundheits- und Krankenpflege,

Gesundheitszirkelmoderatorin; Aus- und Weiterbildung: Basale Stimulation, Validation, ÖVQ-Qualitätsmanagement, Eden-Alternative, Gesundheitsbildung.

Mag. Maximilian Tödtling



Hausleiter des Senioren- und Pflegewohnhauses in Lannach, Studium der Katholischen Fachtheologie und der selbständigen Religionspädagogik.

Lehrtätigkeit für den Hospizverein Oberes Murtal, Anpassung und Neuentwicklung von Fortbildungen zum Thema Spiritualität und Begleitung Sterbender und ihrer Angehörigen.

Vor seiner Tätigkeit als Hausleiter bei der Caritas war er als Dechant des Dekanates Leoben und Pfarrer des Pfarrverbandes Leoben West tätig.

ReferentInnen

DPGKP Manuela Rutyna



Leiterin des Demenz-Tageszentrums Elisa, Dipl. Lebens- u. Sozialberaterin, systemische Familientherapie u. Gerontologie; Case und Care-

Management, Validationsanwenderin, Trainerin, Coaching u. Beratertätigkeit im Sozialbereich und in der Erwachsenenbildung;

Aus- und Weiterbildung: Dipl. Feng Shui Beraterin, Radiästhesie, Energie- u. Körperarbeit, Heilmasseurin, Dorn Breuss Massage, Akupressur u. Akupunktur Massage, Shiatsu u. Nuad Thay Yoga, NADA Ohrakupunktur.

DGKP Veronika Reuscher, B.Ed.



Koordinatorin der 24 h Betreuung der Caritas Steiermark, pastorale Mitarbeiterin in einer Pfarre der Diözese Graz-Seckau (Sakramentenwege, Kinder

und Jugendarbeit, Generation 60+); Aus- und Weiterbildung: Sonderausbildung nach §64 des GuKG, Studium der Religionspädagogik; basale Stimulation, Validation, Kinästhetics, Böhm.

Gabriele Weitgasser, MA



Leiterin des Projekts Wohnraumanpassung der Caritas Steiermark; Studium Soziale Arbeit und Sozialmanagement; Berufserfahrung:

Wohnraumanpassung München, Jugendamt, Bewährungshilfe, AIDS-Hilfe, berufliche Integration von Menschen mit Behinderung, Leiterin eines SeniorInnenwohnheimes

Mag^a Lucija Krizanc



Klinische und Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin i. A. – Transaktionsanalyse, ganzheitliche Stressbewältigung, Psychologische

Beratung und Betreuung im Pflegewohnhaus; Regionale Koordinatorin im Projekt Entlastung bei Demenz für den Bezirk Leibnitz; Fachaufsicht und Begleitung im postgradualen Lehrgang zur/zum Klinischen- und GesundheitspsychologIn für Magistras/Magister der Psychologie.

Organisatorisches

Wie kommt ein Workshop zu Ihnen?

Die angebotenen Workshops sind als Rufseminare organisiert.

Melden Sie sich einfach bei uns, wenn Sie

- Interesse an einem oder mehreren Themen haben und
- andere Interessierte kennen.

Wir beraten Sie gerne und stellen für Sie auch individuelle Angebote nach Ihren Wünschen zusammen.

Termin, Dauer, Uhrzeit: nach Vereinbarung

Veranstaltungsort: bei Ihnen vor Ort oder in einem Haus der Caritas

Kosten: Die Kosten sind abhängig von Dauer, Veranstaltungsort und Anzahl der ReferentInnen.

Information und Buchung:

Caritas der Diözese Graz-Seckau

Bereich Betreuung und Pflege/ Entlastung bei Demenz

Mag^a Simone Grassauer

E-Mail: demenz@caritas-steiermark.at

Telefon: 0316/8015 417

Caritas-Akademie der Diözese Graz-Seckau

Julia Reiter

E-Mail: akademie@caritas-steiermark.at

Telefon: 0316/8015 282

Mobil: 0676/88015660

Web: www.caritasakademie.at