

### Wann findet das Seminar statt?

Montag	04.06.2018	
Montag	11.06.2018	
Montag	18.06.2018	
Montag	02.07.2018	jeweils
Montag	09.07.2018	18.00–20.00
Montag	16.07.2018	Uhr
Montag	23.07.2018	
Montag	30.07.2018	

Es fallen Materialkosten in Höhe von 25,-€ pro Person an, diese beinhalten u.a. einen Informationsordner am Ende des Seminars.

### Wo gibt es nähere Informationen?

Wenn Sie **Fragen** zum Seminar oder **Interesse an einer Teilnahme** haben, nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf.

In einem Vorgespräch finden wir gemeinsam heraus, ob das Seminar für Sie eine Unterstützung sein kann oder ob es andere Angebote gibt, die geeigneter für Sie sind.

Wegen der begrenzten Teilnehmerzahl ist eine **verbindliche Anmeldung** notwendig. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Ansprechpartner:

*Tobias Bartschinski*

Alzheimer Gesellschaft München e.V.

Telefon: 089 – 97 89 30 97

tobias.bartschinski@agm-online.de

### Wo findet das Seminar statt?

Alzheimer Gesellschaft München e.V.  
Josephsburgstraße 92, 81673 München

U2 Haltestelle Kreillerstraße  
Tram 19 Haltestelle Mutschellestraße  
oder Kreillerstraße



### Wie wird das Seminar finanziert?

Die Durchführung dieses Seminars wird gefördert von:



Landeshauptstadt  
München  
Sozialreferat

Alzheimer Gesellschaft  
München e.V.  
Josephsburgstraße 92  
D-81673 München

Telefon 0 89/47 51 85  
Telefax 0 89/4 70 29 79  
info@agm-online.de  
www.agm-online.de

Stand: Dezember 2017



Alzheimer  
Gesellschaft  
München

## TrotzDemenz ©

Seminar für  
Menschen im frühen  
Stadium einer  
Demenzkrankung  
und  
deren Angehörige

## 2018

„Man kann lernen, damit  
zurecht zu kommen.“  
Zitat einer Betroffenen

Mitglied der Deutschen Alzheimer  
Gesellschaft – Selbsthilfe Demenz



DER PARITÄTISCHE  
UNSER SPITZENVERBAND

Mit neuer  
Zuversicht!

## **Diagnose Demenz – was dann?**

Aufgrund des medizinischen Fortschritts werden Demenzerkrankungen heute oft bereits in einem sehr frühen Stadium diagnostiziert. Nach der Diagnose fragen sich viele Betroffene und ihre Angehörigen, was das für ihr weiteres Leben bedeutet und wie man am besten damit leben kann.

**„Ich wollte Bescheid wissen, nicht die Augen zumachen.“**

Das speziell entwickelte Seminarprogramm ‚TrotzDemenz ©‘ bietet Erkrankten und Angehörigen die Möglichkeit, sich in einem geschützten Rahmen mit Gleichbetroffenen über den Umgang mit der Erkrankung zu informieren und auszutauschen. Gemeinsam mit anderen werden in der Gruppe Symptome, Therapien, Bewältigungsstrategien und rechtliche Vorsorgemöglichkeiten besprochen. Gleichzeitig können sich die Teilnehmer/innen gegenseitig Mut und Zuversicht schenken. Ein sinnvolles und ausgefülltes Leben mit einer Demenzerkrankung ist möglich:

**„Man kann lernen, damit zurecht zu kommen“**

**„Es ist so, dass man den Alzheimer einfach mit sich nimmt, immer, wohin man geht. Und dann muss ich irgendwann kapieren, dass es meiner ist. Und dass das den Rest meines Lebens da sein wird. Also muss ich schauen, dass ich mit dem so friedlich wie möglich umgehe.“**

Zitate von Betroffenen

## **An wen richtet sich das Seminar?**

Das Seminar wendet sich an:

- Menschen im frühen Stadium einer Demenzerkrankung, die ihre Diagnose kennen und sich gemeinsam mit anderen aktiv mit ihrer Erkrankung auseinandersetzen möchten
- sowie an deren Angehörige (z.B. Partner, Kinder, Freunde)

Grundsätzlich ist es sinnvoll, wenn Betroffene gemeinsam mit einer Person ihres Vertrauens an den Treffen teilnehmen, Erkrankte können aber auch gerne alleine teilnehmen.

## **Was sind die Inhalte des Seminars?**

Betroffene und Angehörige tauschen sich in parallelen Seminargruppen (von jeweils etwa acht Teilnehmer/innen) über die Erkrankung und deren Folgen aus.

Die Themen der 8 Treffen sind u.a.:

- Informationen über die Erkrankung und Therapiemöglichkeiten
- Umgang mit Gedächtnisschwierigkeiten und Strategien der Krankheitsbewältigung
- rechtliche Regelungen (z.B. Vorsorgevollmacht, Betreuungsrecht, Patientenverfügung, Autofahren)
- Auswirkungen auf familiäre Beziehungen
- Zukunftsplanung und Unterstützungsmöglichkeiten

## **Wer leitet das Seminar?**

Die Gruppen für Betroffene und Angehörige werden von erfahrenen Fachkräften geleitet:

*Tobias Bartschinski*  
Dipl.-Sozialpädagoge

*Hildegard Burzinski*  
Gerontopsychiatrische Fachkraft

## **Welche Erfahrungen gibt es bisher?**

Dieses Seminarangebot ist in Deutschland relativ neu. In den USA werden solche Gruppen („Early Stage Support Groups“) bereits seit vielen Jahren erfolgreich durchgeführt. Die Erfahrungen zeigen, dass der Austausch mit anderen Betroffenen beim Umgang mit der eigenen Erkrankung eine große Unterstützung sein kann. Außerdem zeigen sich positive Auswirkungen auf das Wohlbefinden und die Lebensqualität von Betroffenen und Angehörigen. Die von der Alzheimer Gesellschaft München e.V. bereits mehrfach durchgeführten Seminare bestätigen dies:

**„Es ist wichtig, dass wir hier sein dürfen, um uns austauschen zu können. Sonst würde man sich total zurückziehen.“**

**„Ich dachte, ich bin die einzige, die so was hat.“**

**„Ich wollte es erst keinem sagen, aber das lerne ich hier.“**

Zitate von Betroffenen