

Termine 2020

20. Feber
12. März
26. März
2. April
23. April
7. Mai
28. Mai
4. Juni
18. Juni
2. Juli
27. August

jeweils von **15:00 bis 17:00 Uhr**

Sie werden auf Wunsch an die Termine erinnert - durch Anruf, SMS oder Mail am Tag davor.

Anmeldung erforderlich:

Johanna Püringer

Tel: 0676 6362973

Mail: johanna.pueringer@gmail.com



www.alzheimer-selbsthilfe.at
alzheimeraustria@aon.at

“Über den Berg kommen”

Das Angebot bietet Menschen Unterstützung, die am Beginn einer demenziellen Erkrankung stehen oder in jüngeren Jahren mit einer Demenz-Diagnose konfrontiert sind - durch Wissen, Information, Austausch und Gruppenaktivitäten.

Die Treffen finden 2x im Monat statt,

Termine finden Sie auf der Rückseite.

Ort: Medizinischen Selbsthilfezentrum
der Stadt Wien,

**1020 Wien, Obere Augartenstraße 26-28,
Clubraum (1.Stock)**

7 € Teilnahmebeitrag



Unterstützte Gruppentreffen

Der Austausch über die Erkrankung und die Entwicklung von Strategien im Umgang damit, sowie fachliche Beratung durch Experten können stärken, Mut machen und ein gutes Leben mit Demenz ermöglichen. Zu folgenden Themen bieten wir Kurzvorträge bzw.

Fragestunden in einfacher Sprache an:

- Erkrankung, Diagnose und medikamentöse Therapien durch ein Facharztgespräch
- Unterstützende Maßnahmen wie Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie, Psychotherapie
- Kognitives Training - Möglichkeiten eines Ganzheitlichen Gedächtnistrainings
- Ernährung und Bewegung
- Musik- und Kunsttherapie
- Technische Assistenz durch Smartphone, GPS und Notfall-Uhren, Apps, Tablets etc.
- Kommunikationstraining: Wie sprechen über kognitive Einschränkungen?
- Gesundheits- und Sozialsystem: Unterstützungsleistungen bei Demenz
- Grundrechte, Menschenrechte, UN-Behindertenrechtskonvention und Demenz
- Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, etc.

Unterstützte Gruppenaktivitäten

- Stadt- und Grätzel - Führungen in Wien (Bibliotheken, Bahnhöfe, Museen...)
- Bewegungsangebote wie Nordic Walking, Ismakogie
- Filmnachmittage
- Spiele zur Aktivierung des Gehirns
- Ideen für weitere Themen und Aktivitäten aus der Gruppe sind willkommen!

Die Unterstützerinnen von Alzheimer Austria sorgen für die Organisation der Treffen und während der Treffen für eine geschützte Atmosphäre - es herrscht absolute Vertraulichkeit.

Voraussetzung zur Teilnahme sind Freiwilligkeit und die Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit der Erkrankung.