
ORT

Medizinisches Selbsthilfzentrum
der Stadt Wien, Clubraum (1. Stock)
Obere Augartenstraße 26-28
1020 Wien

TERMINE 2020

10. September
24. September
08. Oktober
29. Oktober
12. November
26. November
03. Dezember
17. Dezember

jeweils von 15-17 Uhr
7 € Teilnahmebeitrag

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

ANMELDUNG

Johanna Püringer
Tel: 0676 6362973
johanna.pueringer@gmail.com



www.alzheimer-selbsthilfe.at

ÜBER DEN BERG KOMMEN

Austausch und Information bei
dementieller Beeinträchtigung
in jüngeren Jahren

Das Angebot unterstützt Menschen,
die am Beginn einer demenziellen
Erkrankung stehen oder in jüngeren
Jahren mit einer Demenzdiagnose
konfrontiert sind durch:

Wissen

Information

Austausch

Gruppenaktivitäten



Der Austausch über die Einschränkungen und die Entwicklung von Strategien im Umgang damit, sowie fachliche Beratung durch ExpertInnen sollen Mut machen, stärken und ein selbstbestimmtes Leben mit Demenz ermöglichen.

Die UnterstützerInnen von Alzheimer Austria organisieren die Treffen und sorgen für eine geschützte Atmosphäre – es herrscht absolute Vertraulichkeit.

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

DIE TREFFEN FINDEN 2x IM MONAT STATT. TERMINE FINDEN SIE AUF DER RÜCKSEITE.

UNTERSTÜTZTE GRUPPENAKTIVITÄTEN

Ideen für weitere Themen und Aktivitäten aus der Gruppe sind willkommen!

- Stadt- und Grätzelführungen in Wien (Bibliotheken, Bahnhöfe, Museen ...)
- Bewegungsangebote wie begleitete Spaziergänge oder Nordic Walking
- Filmnachmittage
- Spiele zur Aktivierung des Gehirns

UNTERSTÜTZTE GRUPPENTREFFEN

Zu folgenden Themen gibt es Kurzvorträge in einfacher Sprache und die Möglichkeit, Fragen zu stellen:

- Erkrankung, Diagnose und Medikation 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.
- Selbstwertstärkung und Kommunikation: Wie kann ich über meine Einschränkung sprechen?
- Gesundheits- und Sozialsystem: Unterstützungsleistungen bei Demenz
- UN-Behindertenrechtskonvention und Demenz, Schutz vor Diskriminierung
- Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, etc.