

ANMELDUNG

bis zum 25.07.2022 zur Veranstaltung: „Zwischen Fürsorge und Selbstsorge“ (begrenzte Teilnehmerzahl!)

Name _____ Vorname _____
Adresse _____
Telefonnummer _____ E-Mail _____
Ort, Datum _____ Unterschrift _____

Ich bin An- oder Zugehörige Ehrenamtlich Tätige
 Interessierte*r Bürger*in Professionell Tätige

Ich nehme am Mittagessen teil ja nein

Es erfolgt keine Anmeldebestätigung. Falls die Veranstaltung ausgebucht sein sollte, werden Sie benachrichtigt. Die Anmeldung kann unter Angabe aller Informationen auch per Email oder Telefon erfolgen.

ZWISCHEN FÜRSORGE UND SELBSTSORGE

Tag für Angehörige und Interessierte

am 16. August 2022
Anmeldung bis zum 25.07.2022

Gerontopsychiatrische Beratung
Josefstraße 4
48151 Münster

Bei Fragen: Tel.: (0251) 5202-27671

Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eintreffens berücksichtigt.

BETREUUNG IHRES ERKRANKTEN FAMILIENMITGLIEDS

Damit Sie an diesem Tag teilnehmen können, hoffen wir, dass Ihr erkranktes Familienmitglied in dieser Zeit von anderen betreut werden kann. Wenn Sie bei der Organisation der häuslichen Betreuung Unterstützung benötigen, rufen Sie uns gerne an.

TAGUNGSORT:

Franz-Hitze-Haus

Kardinal-von-Galen-Ring 50 /// 48149 Münster

Tel.: (0251) 98180



VERANSTALTER



Gerontopsychiatrische Beratung der Alexianer
im Clemens-Wallrath-Haus
Josefstraße 4 /// 48151 Münster
www.alexianer-muenster.de

30 Jahre

GERONTOPSYCHIATRISCHE BERATUNG IN MÜNSTER

an Ihrer Seite



ZWISCHEN FÜRSORGE UND SELBSTSORGE

Wie finde ich als Angehöriger Entlastung?



- /// Ein Tag für Angehörige und Zugehörige von psychisch erkrankten älteren Menschen
- /// zum 30-jährigen Bestehen der Gerontopsychiatrischen Beratung der Alexianer Münster
- /// **16. August 2022**

Liebe Angehörige und Zugehörige, liebe Interessierte,

die Gerontopsychiatrische Beratung der Alexianer wird 30 Jahre alt! Aus diesem Anlass möchten wir Sie gerne zu einem Informations- und Begegnungstag einladen. Wir freuen uns, diesen Tag ganz bewusst mit Ihnen zu verbringen, die Sie tagein, tagaus so viel leisten.

Wer einen nahstehenden Menschen mit einer Demenz oder Depression betreut, weiß: Das ist eine Rund-um-die-Uhr-Aufgabe. Für den Erkrankten ist meist gut gesorgt, doch die Wahrnehmung der eigenen Bedürfnisse bleibt dabei auf der Strecke. „Kümmerer“ fühlen sich häufig wie in einem Hamsterrad und sehen kaum Möglichkeiten, der Belastung zu entkommen.

Münster hat ein umfangreiches Netzwerk an Hilfsangeboten und doch fällt es Angehörigen nicht immer leicht, Hilfen anzunehmen. „**Es geht ja noch**“ oder „**Mein Mann wird das alles ablehnen**“ können innere Hürden der Pflegenden sein, die einer notwendigen Entlastung im Wege stehen. Wer pflegt, benötigt Freiräume zur Regeneration. Abstand und Entspannung sind Voraussetzungen, dass die eigene psychische Widerstandskraft (Resilienz) gestärkt wird.

Die beiden **Vorträge am Vormittag** beschäftigen sich mit der oftmals schwierigen Balance zwischen Fürsorge und Selbstsorge sowie den Wegen zur Annahme von Hilfe. In den **Workshops am Nachmittag** bieten die vier Mitarbeiterinnen der Gerontopsychiatrischen Beratung An- und Zugehörigen die Gelegenheit, sich mit einzelnen Fragestellungen intensiver auseinanderzusetzen.

Wir freuen uns, Sie zu dieser Veranstaltung begrüßen zu dürfen und hoffen, dass Sie am Ende des Tages gestärkt und um die eine oder andere Anregung bereichert nach Hause gehen.



Stephan Dransfeld
Geschäftsführer Alexianer
Münster GmbH

Univ.-Prof. Dr. Judith Alferink
Chefärztin der Klinik für Psychiatrie und
Psychotherapie, Alexianer Münster GmbH

PROGRAMM AM VORMITTAG

- 9:00 Uhr **Anreise und Stehkafee**
9:30 Uhr **Begrüßung**
Grußwort Angela Stähler
Bürgermeisterin der Stadt Münster
Ansprache Dr. Tillmann Ruland
Ltd. Oberarzt Damian Klinik,
Stellvertreter der Chefärztin
- 10:15 Uhr **„Soll ich etwa wieder zu meiner Mutter ziehen? Ich mach doch schon so viel!“**
Wenn die Mutter verloren geht
Annette Vaut, pflegende Angehörige
- 10:30 Uhr **„Es geht ja noch...“**
Stresserleben und Resilienz bei pflegenden Angehörigen
Dr. Dipl. Psych. Alexandra Wuttke-Linnemann
Zentrum für psychische Gesundheit im Alter,
Mainz
- 11:15 Uhr **Pause**
- 11:45 Uhr **„...ja, aber mein Mann wird das alles ablehnen.“**
Psychosoziale Angehörigenberatung
in der Praxis
Wilma Dirksen, Soziotherapeutin
Gerontopsychiatrische Beratung der
Alexianer Münster
- 12:30 Uhr **Mittagessen**
Infostände
- 13.15 Uhr **Entspannungsangebot**
Christiane Heymer, Yogalehrerin BDY/EYU
Gerontopsychiatrische Beratung der
Alexianer Münster

30 Jahre
GERONTOPSYCHIATRISCHE BERATUNG IN MÜNSTER
an Ihrer Seite

PROGRAMM AM NACHMITTAG

- 13:45 Uhr **Workshop 1**
„Er fragt 100 Mal dasselbe, wie soll ich bloß reagieren?“
Verstehende Kommunikation bei Demenz –
für beide ein Gewinn
Dr. PH Birgit Leonhard, Theologin,
Pflegefachkraft, Validationslehrerin
- Workshop 2**
„Sie ist doch meine Mutter! Aber wo bleibe ich?“
Töchter und Söhne zwischen Verantwortung
und Ablösung
Suzanne Reidick, Dipl. Sozialarbeiterin
Casemanagerin (DGCC)
- Workshop 3**
„In guten wie in schlechten Tagen ...“
Herausforderung und Neuorientierung
bei Demenz in der Partnerschaft
Wilma Dirksen, Soziotherapeutin
- Workshop 4**
„Was ich auch vorschlage – ich kann ihr nicht helfen...“
Die Balance zwischen Bemühen und
Loslassen bei Depression
Christiane Heymer, Dipl. Sozialarbeiterin,
Dipl. Sozialwirtin
- 15:15 Uhr **Kaffee und Kuchen**
15:45 Uhr **Ausblick: Gestärkt den Weg weitergehen**
16:00 Uhr **Musikalischer Ausklang**
Annette Walaschewski, Sängerin,
Dipl. Musikpädagogin, Münster
- 16:15 Uhr **Ende der Veranstaltung**

Moderation: Stefan Werding, Journalist



Empfänger:
**Gerontopsychiatrische Beratung
der Alexianer Münster GmbH**
Josefstraße 4

48151 Münster

