

Nachschatlag: Donnerstag, 05.10.2023  
16:30 - 18:00 Uhr

### „Jetzt bin ich mal dran!“

Einladung zu einem sch6nen und st4rkenden Nachmittag f6r pflegende Angeh6rige: Selbstsorge beinhaltet f6r jeden Menschen etwas Anderes und wird deshalb auf unterschiedlichem Wege erreicht. In entspannter Atmosph4re mit kleinem Imbiss besteht die Gelegenheit zum Austausch f6r Ideen, M6glichkeiten und Erfahrungen zur St4rkung des eigenen Wohlbefindens.

ORT: Kreishaus Paderborn, Aldegreverstr. 10-14, 33102 Paderborn, Geb4ude C, Erdgeschoss Raum C.00.16

#### ANMELDUNG UND INFO:

E-Mail: [Pflegeberatung@kreis-paderborn.de](mailto:Pflegeberatung@kreis-paderborn.de), Tel.: 05251 308-5077

Nachschatlag: Dienstag, 28.11.2023

### Du bist meine Mutter - Ein Theaterst6ck 6ber das Vergessen und Abschiednehmen in der Kulturwerkstatt

DAS Theater Bremen beleuchtet im Theaterst6ck „Du bist meine Mutter“ poetisch anr6hrend, unsentimental und kom6diantisch den Umgang erwachsener Kinder mit ihren an Demenz erkrankten Eltern und wirft ein ganz neues Licht auf die Chancen und Abgr6nde dieser Situation, der jeder von uns fr6her oder sp4ter begegnen kann.

#### R6CKFRAGEN:

E-Mail: [sozialteilhabe@paderborn.de](mailto:sozialteilhabe@paderborn.de)

Detailinformationen zur Uhrzeit und Anmeldung folgen zu einem sp4teren Zeitpunkt

## ALLE VERANSTALTUNGEN SIND KOSTENFREI!

Die Mitglieder der Arbeitsgruppe „Netzwerk Demenz im Kreis Paderborn“ der Kommunalen Konferenz Alter und Pflege setzen sich aus Vertreterinnen und Vertretern der medizinischen, psychosozialen und pflegerischen Versorgung von Menschen mit Demenz und ihren Angeh6rigen zusammen.

#### KONTAKT:

~~[beckerm@kreis-paderborn.de](mailto:beckerm@kreis-paderborn.de)~~

~~Telefon: 05251 308-5017~~



AG Netzwerk Demenz  
im Kreis Paderborn

#### IMPRESSUM:

Kreis Paderborn  
- Der Landrat -  
Sozialamt  
Aldegreverstr. 10-14  
33102 Paderborn  
Tel.: 05251 308-5000  
[www.kreis-paderborn.de](http://www.kreis-paderborn.de)  
X @KreisPaderborn  
@ kreis\_paderborn

Satz und Gestaltung:  
Amt f6r Presse- und 6ffentlichkeitsarbeit



Stand: August 2023

# AKTIONS WOCHE DEMENTZ

18. bis 24.09.23



## Demenz - die Welt steht Kopf



## Herzlich willkommen!

Anl4sslich des Welt-Alzheimertages findet vom 18. bis zum 24.09.2023 die diesj4hrige Aktionswoche Demenz im Kreis Paderborn statt. Sie richtet sich an Menschen mit und ohne Demenz und steht unter dem bundesweiten Motto „**Demenz – die Welt steht Kopf**“.

Viele lokale Akteure und Initiativen tragen dazu bei, dass die Wahrnehmung f6r das Thema „Demenz“ gesch4rft, mehr Verst4ndnis f6r Menschen mit Demenz erreicht und die Unterst6tzung f6r Angeh6rige verbessert werden kann.

F6r den Kreis Paderborn hat die Arbeitsgruppe „Netzwerk Demenz“ der Kommunalen Konferenz Alter und Pflege ~~unter Vorsitz von Landrat Christoph R6ther~~ auch in diesem Jahr viele Aktionen und zahlreiche Informationsveranstaltungen in der Demenz-Woche zusammengestellt.

Diesmal finden die Aktionen ~~rund um das Thema~~ Demenzpr4vention statt. Unter anderem sind Vortr4ge und Lesungen rund um die Themen Demenz, Vorsorge und Biografie-Arbeit geplant. Dar6ber hinaus werden Bewegungsangebote, ein Demenzparcours zur Selbsterfahrung, Austauschtreffen und heilsames Singen f6r pflegende Angeh6rige, Beratung zu Betreuung sowie ein Theaterst6ck an unterschiedlichen Orten angeboten.

**Herzlich willkommen!**

Montag, 18.09.2023 - 09:00 bis 11:00 Uhr  
Donnerstag, 21.09.2023 - 15.00 bis 18.00 Uhr

### Kognitives Training am Skillcourt - „Geistig Fit bleiben - Mobil im Alter“

Die Vitality Lounge, ein Fitness- und Wellnessanbieter, bietet einen Einblick in ein spezielles Viko-motorik Training (Vikomotorik = Visuell, Kognitiv, Motorisch) an, welches Bewegung und visuelle Wahrnehmung unter dem Motto „Geistig Fit bleiben“ und „Mobil im Alter“ kombiniert. Zudem können Sie ein Krafttraining an Geräten kennen lernen, die sich anhand eines personalisierten Arm-bandes auf den Trainierenden einstellen. Dieses Training ist für jeden geeignet.

ORT: Vitality Lounge, Dubelohstr. 260, 33104 Paderborn-Schloß Neuhaus

ANMELDUNG:  
Frau Jürgens, Tel.: 05254 – 9362602

Dienstag, 20.09.2023 - 17:00 bis 19:00 Uhr

### Bewusstsein stärken - Demenz-prävention für jeden Monat im Jahr

Was viele nicht wissen: Man kann Gehirngesundheit schützen und fördern! Die Forschung der letzten 10 Jahre hat gezeigt, dass der Abbau der geistigen Leistungsfähigkeit und das Auftreten einer Demenz im Alter in großen Teilen davon abhängt, wie gut wir auf uns achten. Die Referentin gibt 12 Tipps – für jeden Monat einen – zur Prävention von Demenzerkrankungen.

ORT: ZOOM-Meeting

Referentin: Helga Reinisch, Leiterin des Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz Region OWL

ANMELDUNG bis zum 11.09.2023:  
E-Mail: owl@rb-apd.de

Sie erhalten kurz vor der Veranstaltung den Ein-ladungslink.

Dienstag, 19.09.2023 - 17:30 bis 20:30 Uhr

### Informationen zum Krankheitsbild Demenz und Demenzparcours

Eine Selbsterfahrung für den Umgang mit Menschen mit Demenz – Wie fühlt es sich an, wenn alltägliche Handlungen nicht mehr so gelingen wie einst? Der Demenzparcours ist ein interaktiver Weg, um Demenz zu begreifen und so das eigene Verständnis für die Erkrankung zu fördern. Dem Durchlaufen des Parcours geht eine grundlegende Information zu den möglichen Symptomen einer Demenz und vor allem dem veränderten Erleben der Betroffenen voran.

ORT: Haus St. Antonius, Grünebaumstr. 1, 33098 Paderborn

Referentin: Sabine Dziallas-Loick

ANMELDUNG UND INFO:  
E-Mail: sabine.dziallas-loick@caritas-pb.de,  
Tel.: 05251 16195-7340

Dienstag, 19.09.2023 - 19:00 bis 20:30 Uhr

### „Meine Welt steht Kopf! Demenz? Unsere Welt steht Kopf!“

Vortrag der Geriatrie St. Vincenz-Kliniken Salzkotten + Paderborn

ORT: Cafeteria St. Vincenz-Krankenhaus Paderborn, Am Busdorf 2, 33098 Paderborn

Referentinnen: Sr. Johanna Harke, Oberärztin Geriatrie, Silke Schalkowski, Teamleitung Geriatrie

ANMELDUNG UND INFO:  
E-Mail: fragen-sie-vincenz@vincenz.de,  
Tel.: 05251 86-1317

Mittwoch, 20.09.2023 – 15:00 bis 16:00 Uhr

### Heilsames Singen für pflegende Angehörige

Heilsames - lauschendes - Singen gehört zu den ursprünglichen Ausdrucksformen des Menschen. Heilsames Singen lässt die Menschen für einen Moment aufatmen und neue Kraft schöpfen. Eine Teilnahme ist auch ohne Gesangs- und Chorerfahrung möglich.

Referentin: Helena Smolorz Musikerin, Singleiterin für Gesundheitseinrichtungen i.A., Dipl. Sozialarb. (DBSH)

ANMELDUNG, Ort UND INFO: :  
E-Mail: pflegeselbsthilfe-paderborn@paritaet-nrw.org, Tel.: 05251 39 02 201. Der Veranstaltungsort wird bei der Anmeldung bekanntgegeben.

Mittwoch, 20.09.2023 - 17:30 Uhr

### Vortrag und Austausch zum Thema Demenz

Wie kann ich meinen demenzkranken Angehörigen unterstützen? Wie erkenne ich eine Demenz? Hier erhalten Sie Informationen, Hilfsangebote und Interventionen zum Thema Demenz.

ORT: Clemens August von Galen Haus, von-Galen-Str. 5, 33129 Delbrück

Referentinnen: Ursula Fischer, Martina Baumhoff

ANMELDUNG: Tel.: ~~05250 9388400~~

Mittwoch, 20.09.2023 - 18:00 Uhr

### Lesung: ~~Student~~-Autoren lesen aus dem Erinnerungsbuch

Wenn ganz junge Menschen die Erinnerungen alter und auch dementer Menschen bewahren, entsteht ein Generationenprojekt, von dem alle profitieren.

ORT: Dietrich Bonhoeffer-Haus, Eingang Reumontstraße 34, 33102 Paderborn

ANMELDUNG UND INFO:  
E-Mail: info@johannisstift.de

Donnerstag, 21.09.2023 - 14:00 bis 16:00 Uhr

### Pflege-Café - offener Treff für pflegende Angehörige

Das Pflege-Café bietet Angehörigen ein Forum zum gegenseitigen Austausch. Sich einmal auszusprechen kann sehr entlastend wirken. Die Erfahrungen anderer in ähnlichen Situationen sind meist sehr hilfreich. Schauen Sie einfach mal vorbei!

ORT: Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe, Bleichstr. 39a, 33102 Paderborn

ANMELDUNG UND INFO: Ute Mertens, E-Mail: pflegeselbsthilfe-paderborn@paritaet-nrw.org  
Tel.: 05251 3902201

Donnerstag, 21.09.2023 - 14:00 bis 18:00 Uhr

### „Wer klug ist, sorgt vorn!“

Ist rechtlich alles geregelt, damit Sie für Ihre Angehörigen handeln können? Die Beratungsstelle informiert im Rahmen einer individuellen Beratung zum Betreuungsrecht sowie zu den Themen Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung.

ORT: Kreishaus Paderborn, Aldegrevestr. 10-14,33102 Paderborn, ~~Gebäude C, Erdgeschoss-Raum C.00.16~~

~~ANMELDUNG UND INFO: Pflegeberatung@kreis-paderborn.de, Tel.: 05251 308 5077~~

~~Donnerstag, 21.09.2023 - 14:00 bis 18:00 Uhr~~

### ~~„Wer klug ist, sorgt vorn!“~~

~~Ist rechtlich alles geregelt, damit Sie für Ihre Angehörigen handeln können? Die Beratungsstelle informiert im Rahmen einer individuellen Beratung zum Betreuungsrecht sowie zu den Themen Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung.~~

~~ORT: Kreishaus Paderborn, Aldegrevestr. 10-14,33102 Paderborn, Gebäude C, Erdgeschoss-Raum C.00.16~~

~~ANMELDUNG UND INFO: E-Mail: Pflegeberatung@kreis-paderborn.de, Tel.: 05251 308 5077~~