

## Auf einen Blick

Alle Angebote sind kostenfrei –  
um Anmeldung wird gebeten.

### Vorträge

Mittwoch, 21.2.2024, 18 Uhr  
**Mehr als Worte – gelingende Kommunikation mit Menschen mit Demenz**

Mittwoch, 10.4.2024, 18 Uhr  
**Demenz im Straßenverkehr**

Mittwoch, 19.6.2024, 18 Uhr  
**Achtsamkeit für pflegende Angehörige**

### Kulturelle Angebote

Donnerstag, 14.3.2024, 11.30 Uhr  
**Oper für Jung und Alt, Romeo und Julia**  
Kinderoper Köln im Staatenhaus

Dienstag, 14.5.2024, 13.30 Uhr  
**Chanson-Konzert**  
SBK-Festsaal Riehl

### Symposium

Montag, 23.09.2024, 15-18 Uhr,  
**18. Symposium des Alzheimer Forums**  
SBK-Festsaal Riehl

### Beratung

Persönliche Beratungsgespräche für  
Betroffene und Angehörige.  
Bitte vereinbaren Sie einen Termin unter  
alzheimer-forum@sbk-koeln.de oder  
0221 7775-5105.

## Kontakt

**Kölner Alzheimer Forum**  
Sozial-Betriebe-Köln  
gemeinnützige GmbH  
Boltensternstraße 16  
50735 Köln-Riehl  
  
0221 7775-5105  
alzheimer-forum@sbk-koeln.de



## Gefördert von



Dr. Erika Fritsch  
Stiftung (Köln)



[www.sbk-koeln.de](http://www.sbk-koeln.de)



[facebook.com/SozialBetriebeKoeln](https://facebook.com/SozialBetriebeKoeln)



@sozial\_betriebe\_koeln  
@kommpflege



## KVB-Haltestellen

Linie 13, 18: Slabystraße (nicht barrierefrei)  
Linie 18: Boltensternstraße  
Linie 140: Seniorenzentrum Riehl



Sozial-Betriebe-Köln  
gemeinnützige GmbH

*Gepflegt wohnen  
- und mehr*



## Kölner Alzheimer Forum

Programm Januar - Juni 2024

## Kölner Alzheimer Forum

Neben der Beratung von Betroffenen und Angehörigen bietet das Ende 1996 auf Initiative der Sozial-Betriebe-Köln gegründete Kölner Alzheimer Forum Vorträge, kulturelle Veranstaltungen und ein jährliches Fachsymposium zum Thema Demenz an.

Die Angebote richten sich an Betroffene, Angehörige und Interessierte. Die Vorträge finden im **Riehler Treff** (Boltensternstraße 16, 50735 Köln) statt.

Die Teilnahme ist kostenlos. Weitere Informationen erhalten Sie unter 0221 7775-5105.

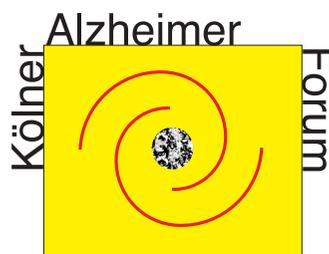
### Vorträge und kulturelle Veranstaltungen Januar - Juni 2024

#### **Mittwoch, 21.2.2024, 18 Uhr** **Mehr als Worte – gelingende Kommunikation mit Menschen mit Demenz**

Mit dem fortschreitenden Verlauf einer Demenzerkrankung wird die Kommunikation zunehmend erschwert. Dies führt häufig zu Missverständnissen und Frust bei allen Beteiligten. Auch das Verhalten wird durch die Erkrankung beeinflusst. Viele Verhaltensweisen lassen die Angehörigen an ihre Grenzen kommen. In dem Vortrag werden zum einen Ursachen für Kommunikationsschwierigkeiten und herausforderndes Verhalten vorgestellt. Zum anderen werden

Strategien besprochen, wie man am besten mit den zuvor dargestellten Herausforderungen umgehen kann.

Referentin: Katharina Regenbrecht (Kordinatorin eines häuslichen Unterstützungsdienstes, systemische Beraterin, Resilienztrainerin)



#### **Donnerstag, 14.3.2024, 11.30 Uhr** **Oper für Jung und Alt** **„Romeo und Julia“**

Besuch der Kölner Kinderoper im Staatenshaus zu einer circa 75-minütigen Opernvorstellung.

Die Veranstaltung richtet sich an Menschen mit Demenz und deren Angehörige. Die Teilnahme ist kostenlos, Anmeldung erforderlich, die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

#### **Mittwoch, 10.4.2024, 18 Uhr** **Demenz im Straßenverkehr**

Die Verkehrssicherheitsberaterinnen des Kölner Polizeipräsidiums informieren und beraten zu rechtlichen Aspekten im Hinblick auf die Fahrerlaubnis und bieten praktische Hilfestellungen bezüglich der Mobilität und Selbständigkeit der Betroffenen.

Am Ende des Vortrags steht ausreichend Zeit für Ihre Fragen zur Verfügung. Referentinnen: Marjana Henne, Nicole Sutschet (Polizeihauptkommissarinnen)

#### **Dienstag, 14.5.2024, 15 Uhr**

#### **Chanson-Konzert**

Eine musikalische Reise in die Welt der Schlager und Chansons mit der Sängerin Susanne Hoffmann und der Konzertpianistin Evgenia Nekrasova erwartet Sie im Festsaal der SBK in Riehl.

Die Teilnahme ist kostenlos, Anmeldung erforderlich.

#### **Mittwoch, 19.6.2024, 18 Uhr**

#### **Die Kraft der Achtsamkeit für pflegende Angehörige**

An diesem Abend stehen Angehörige von Menschen mit Demenz im Mittelpunkt. Sie haben die herausfordernde Aufgabe übernommen, Ihren Angehörigen zu pflegen und fühlen sich oft ausgebrannt und kraftlos? Zeiten für sich selber sind selten und oft mit Schuldgefühlen behaftet? Gelebte Selbstfürsorge kann entlasten und wieder mehr Kraft bringen für den oft stressigen Alltag. An diesem Abend erfahren Sie mehr über Achtsamkeit und Möglichkeiten der Selbstfürsorge – wir werden außerdem einige einfache, alltagstaugliche Übungen direkt ausprobieren. Denn Ihr gesundheitliches Wohlbefinden hat maßgeblich Auswirkungen auf das Ihres Angehörigen. Sorgen Sie gut für sich!

Referentin: Ariane Bischoff-Glowania (Sozialpädagogin, Achtsamkeits-Trainerin)