

## FACHTAGUNGEN

Kurs 13-2409-02

### Heute schon an morgen denken -

*Prävention und Bewältigungsstrategien im frühen Stadium einer Demenz*



*Designed by freepik ([www.freepik.com](http://www.freepik.com))*

Meine Eltern waren dement. Was kann ich tun, um gesund zu bleiben? Welche Risikofaktoren kann ich ausschließen? Und, wenn ich dement bin, wer begleitet und kümmert sich dann gegebenenfalls vertrauensvoll um mich? All das sind Fragen, die in Beratungen gestellt werden; die belasten. Wir sorgen an unserem Fachtag für Entlastung. Wir informieren über Risikofaktoren, über die ausreichende Portion Schlaf und über die Prise Humor im Leben, mit der einiges leichter fällt.

Der Arbeiter-Samariter-Bund Region Düsseldorf und die Diakonie Düsseldorf laden ein zum kostenfreien Fachtag, mit Schwerpunktthema Prävention und Bewältigungsstrategien im frühen Stadium einer Demenz. Die Vorträge richten sich an Menschen, die ein Ehrenamt und Hauptamt mit Menschen mit Demenz ausüben sowie an begleitende Angehörige und natürlich an Personen mit Demenz im frühen Stadium.

Sind Sie interessiert, dann gerne anmelden. Wir freuen uns auf Sie ☺

## Moderation

**Britta Keil**, Diakonie Düsseldorf e.V., Leitung Kompetenzzentrum Demenz/Demenzkoordination

**Nina Becker**, Arbeiter-Samariter-Bund Region Düsseldorf e.V., Koordinierung Demenzarbeit/zentrum *plus* Holthausen

## Referent\*innen

**Dr Michael Lorrain**, Facharzt für Nervenheilkunde

**Dr. Sabrina Han**, Sportwissenschaftlerin, zertifizierte Schlafcoachin, Speaker

**Corinna Bernshaus**, Dipl. Produkt/-Objektdesign, Gründerin Raum-D (Atelier für Menschen mit Demenz)

**Gisela Dombrowsky**, zertifizierte Lachyoga Master-Trainerin

## Programm

- 10:00 Uhr Ankommen
- 10:15 Uhr – **Begrüßung**
- 10:20 Uhr – **Vortrag 1:** „Gesundheitliche Risikofaktoren erkennen und bewerten“ |  
Dr. Michael Lorraine
- 10:50 Uhr – **Vortrag 2:** Schlaf gut! | Dr. Sabrina Han
- 11:20 Uhr – **Vortrag 3:** Unterwegs sein, Klönen und körperliche Betätigung – Beispiele im Umgang  
mit der Diagnose im frühen Stadium „Pausentreff“ | Nina Becker
- 12:00 Uhr - Mittagspause
- 12:45 Uhr – **Vorstellung und Beginn der Workshops**
- 14:00 Uhr - **Resümee und Stimmen aus den Workshops**
- 14:30 Uhr - **Abschluss und Ausklang**
- 15:00 Uhr - Ende

## Workshops

- 1.) Lach-Yoga - Mit Lachen zum Erfolg ☺, Gisela Dombrowsky
- 2.) Die eigene Geschichte in Taschenformat – Biografiearbeit mal anders, Corinna Bernshaus

## Catering

Als Teilnehmer\*in erhalten Sie kalte und warme Getränke und Snacks. Ganztägige Veranstaltungen beinhalten zusätzlich unsere Mittagsverpflegung.

**Termin:** 19.09.2024

**Uhrzeit:** 10:00 – 15:00 Uhr

**Ort:** Diakonie-Institut für berufliche Bildung

**Zielgruppe:** Hauptamtlich und ehrenamtlich Mitarbeitende, begleitende Angehörige, Menschen mit einer beginnenden Demenz sowie thematisch Interessierte

**Teilnehmendenzahl:** max. 45

**Teilnahmegebühren für Mitarbeitende der Diakonie Düsseldorf und externe Teilnehmende:** kostenfrei

Anmeldung über: <https://www.diakonie-bildung.de/fachtagungen>

Oder per Mail an: [anmeldung-fortbildung@diakonie-duesseldorf.de](mailto:anmeldung-fortbildung@diakonie-duesseldorf.de) mit der Angabe von Vor- und Nachname, Telefonnummer und E-Mail-Adresse unter der Sie zu erreichen sind.