

Angebote für
Demenz Erkrankte und
deren Angehörigen finden
Sie in der
Veranstaltungsübersicht
Mai – September 2017
der Fachstelle für pflegende
Angehörige und
Demenz Erkrankte

Veranstaltungen Mai – Sept. 2017

Treffpunkt Gesundheitsbildung in der zweiten Lebenshälfte

✿ **Chor „Singen tut gut!“ für Menschen mit Demenz, Depression, und alle, die schon immer mal in Gemeinschaft singen wollten, und sich nie trauten...**

Termine: jeweils Donnerstag, 17:00 – 18:00 Uhr am 18.05., 22.06., 06.07., 20.07., 14.09., 28.09.2017
Leitung: Anette Mahlberg, Dipl. Musiktherapeutin
Kosten: 3,00 € pro Termin
Anmeldung: jeweils bis 1 Tag vor dem Termin unter 09131/90768-00



**Workshop „Wie Ihr Gehirn tickt und was wichtig ist, wenn wir älter werden“
3teiliger Workshop für ältere Menschen**

Termine: jeweils Montag, 08:45 – 12:15 Uhr am 12.06., 19.06., 26.06.2017
Leitung: Irene Oppel, Fachtherapeutin BVGT e.V., SimA-Trainerin
Kosten: 60,00 € für 3 Kurseinheiten
Anmeldung: bis 01.06.2017 unter 09131/90768-00

Vortrag „Kriegskinder – Kriegsenkel: Wie Kriegserlebnisse an die Kindergeneration weiter gegeben werden“

Termin: Dienstag, 20.06.2017, 19:00 – 21:00 Uhr
Leitung: Prof. Dr. Sabine Engel, Psychogerontologin
Kosten: kostenfrei! Wir bitten um eine Spende
Anmeldung: keine erforderlich!

✿ **Kunstführung für Menschen mit Demenz, Depression und ihre Angehörigen und Freunde:**

„Sol Calero und Vladimir Houdek“

Termin: Mittwoch, 28.06.2017, 17:30 – 18:30 Uhr
Treffpunkt: Kunstpalais Erlangen, Marktplatz 1
Leitung: Laura Capalbo, Kunstvermittlung Kunstpalais
Kosten: 6,00 € / 4,00 € SeniorInnen
Anmeldung: bis 26.06.2017 unter 09131/90768-00



Offener Treff: Geistige Fitness lernen

Termine: i. d. R. jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat, 18:00 – 19:30 Uhr
(Tagespresse beachten!)
Kosten: 1,50 € pro Termin
Anmeldung: keine erforderlich!

Malkurs: Die Leichtigkeit des Aquarells

Termine: jeweils Montag, 15:15 – 17:15 Uhr
Kosten: 11,00 € pro Einheit
Anmeldung: Klemens Wuttke, Tel.: 0911/374127

Flötengruppe

Termine: jeweils Montag, 10:00 – 11:00 Uhr
Kosten: 6,00 € pro Termin
Anmeldung: : Margarete Wittenberg, Tel.: 09131/502387

ERKLÄRUNG

Alle Veranstaltungen mit einem ✿ wenden sich an Menschen mit Depression, beginnender Demenz, Angehörige und andere Interessierte.

BITTE WENDEN →



Regelmäßige Bewegung

**KOSTENLOSE
SCHNUPPERSTUNDE!**

Von Montag bis Freitag bieten wir Ihnen ein umfangreiches Bewegungsprogramm mit

- **Wirbelsäulengymnastik (WSG)**
- **Schongymnastik (Schon)**
- **Gymnastik für Bein, Hüfte und Knie speziell bei Beschwerden in diesen Bereichen (B-H-K)**
- **Sturzprophylaxe (Sturz)**
- **Bewegungstraining speziell für Männer (Männer)**
- **Tanzen**
- **Fit ins Wochenende – Bewegung für Menschen, die an einer leichten bis mittelschweren Demenz leiden (Fit)**

Rufen Sie uns an (09131/90768-00) und fragen Sie nach, in welchem Kurs noch Plätze frei sind und die weiteren Konditionen. In der Regel ist bei freien Plätzen Quereinstieg möglich.

Unsere Kurse im Bereich **Yoga und Tiefenentspannung** oder **Qigong** sind momentan leider alle ausgebucht. Finden sich aber genügend TeilnehmerInnen, dann beginnen wir gerne neue Kurse – bitte melden Sie sich bei Interesse!

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
Vormittag	WSG	WSG	WSG	WSG	WSG
		WSG	WSG	WSG	Schon
		Sturz		BHK	Fit
				Männer	
Nachmittag	Qigong Basis		Yoga		
	Qigong Fort		Tanzen		

Selbsthilfe

Selbsthilfegruppe Macula-Degeneration

Termine: in der Regel vierteljährig

Kontakt: Enno Diercks, Telefon: 09131/9704

oder Gudrun Weydanz, Telefon: 09131/57515

Selbsthilfegruppe Tinnitus

Termine: jeden 3. Mittwoch im Monat, 18:00 – 19:30 Uhr

Kontakt: Sabine Schoen, Telefon: 09131/41243

Selbsthilfegruppen zum Thema Depression:

1. Gruppe: in der Regel 14 tägig, Dienstag, 19:00 – 20:30 Uhr

2. Gruppe: in der Regel 14 tägig, Mittwoch, 17:30 – 19:00 Uhr

Kontakt: Sekretariat Dreycedern, Telefon: 09131/90768-00



Beratungsstelle DiA – Depression im Alter

■ Information ■ Beratung ■ Selbsthilfe für Betroffene und Angehörige

Telefonische Sprechzeiten:

Mo – Do: 9:30 – 11:30 Uhr

Mi: 14:00 – 16:00 Uhr

Alle Beratungen sind kostenfrei!

Wir freuen uns über eine Spende

Weitere Veranstaltungen für SeniorInnen finden Sie in der [Veranstaltungsübersicht Mai – September 2017](#) [des Treffpunkts für Gesundheitsbildung in der zweiten Lebenshälfte](#)

Veranstaltungen Mai – Sep. 2017

Fachstelle für pflegende Angehörige und Demenzerkrankte



- **Angehörigenschulung: Entlastung durch Förderung der Kommunikation "EduKation" - Schulung für Angehörige von Demenzerkrankten**
Termine: jeweils Mittwoch, 16:00 – 18:00 Uhr, ab 03.05.2017 (10 Termine)
Leitung: Claudia Lottes, Fachberaterin
Kosten: 95,00 € für 10 Termine zzgl. Begleitbuch 25,00 €
Anmeldung: bis 21.04.2017 unter 09131/90768-00

Vernissage unserer Ausstellung „Geist und Seele in Bildern“

Menschen mit Demenz malen und gestalten.

- Termin:** Freitag, 12.05.2017, 16:00 – 18:00 Uhr
- Kosten:** kostenfrei, wir bitten um eine Spende
- Anmeldung:** nicht erforderlich

✿ Chor „Singen tut gut!“ für Menschen mit Demenz, Depression, und alle, die schon immer mal in Gemeinschaft singen wollten und sich nie trauten...

- Termine:** jeweils Donnerstag, 17:00 – 18:00 Uhr am 18.05., 22.06., 06.07., 20.07., 14.09., 28.09.2017
- Leitung:** Anette Mahlberg, Dipl. Musiktherapeutin
- Kosten:** 3,00 € pro Termin
- Anmeldung:** jeweils bis 1 Tag vor dem Termin unter 09131/90768-00

Offene Sprechstunde: „Ich habe eine Frage zum Thema Demenz!“

Antworten von Frau Prof. Dr. Sabine Engel, Psychogerontologin

- Termine:** jeweils 16:00 – 18:00 Uhr am 29.05., 26.06., 27.07., 28.08., 15.09.2017
- Leitung:** Prof. Dr. Sabine Engel, Psychogerontologin
- Kosten:** kostenfrei, wir bitten um eine Spende
- Anmeldung:** nicht erforderlich



✿ Kunstführung für Menschen mit Demenz, Depression und ihre Angehörigen und Freunde:

„Sol Calero und Vladimir Houdek“

- Termin:** Mittwoch, 28.06.2017, 17:30 – 18:30 Uhr
- Treffpunkt:** Kunstpalais Erlangen, Marktplatz 1
- Leitung:** Laura Capalbo, Kunstvermittlung Kunstpalais
- Kosten:** 6,00 € / 4,00 € SeniorInnen
- Anmeldung:** bis 26.06.2017 unter 09131/90768-00

Vortrag zum Weltalzheimertag „Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen- warum wir noch weit entfernt sind von einer demenzfreundlichen Gesellschaft.“ von Prof. Dr. Sabine Engel, Psychogerontologin

- Termin:** Donnerstag, 21.09.2017, 19:00 – 21:00 Uhr
- Referentin:** Prof. Dr. Sabine Engel, Psychogerontologin
- Kosten:** kostenfrei, wir bitten um eine Spende
- Anmeldung:** nicht erforderlich



Öffentliche Informationstage "Leben mit Demenz in Stadt und Land"

Gemeinsame Veranstaltung von Stadt und Landkreis in Kooperation mit der Gesundheitsregion Plus

- Freitag, den 29.09.2017, Heinrich-Lades-Halle Erlangen von 13:00 – 18:30 Uhr
- Samstag, den 30.09.2017 Bustour zu verschiedenen Erlanger Seniorenheimen
- Nähere Informationen entnehmen Sie bitte unserer Homepage www.dreycedern.de oder der Tagespresse.

BITTE WENDEN →

Fortlaufende Angebote:

Speziell für Demenzerkrankte – Bewegungskurs „Fit ins Wochenende“

Termine: jeweils Freitag, 10:45 – 11:45 Uhr; anschließendes betreutes Mittagessen möglich (Kosten exklusive)
Leitung: Sigrid Killisch, Physiotherapeutin und eine Fachberaterin
Kosten: 60,00 € (6 Einheiten), nur wahrgenommene Termine werden bezahlt, Schnuppertermin möglich
Anmeldung: erforderlich unter 09131/90768-00

Malkurse für Menschen mit Demenzerkrankung

Termine: Dienstag, 15:30 – 17:30 Uhr ODER Mittwoch, 15:00 – 17:00 Uhr
Leitung: Maria Lourdes Mercado de Kram, Künstlerin und Betreuungspatin, sowie eine Fachberaterin
Kosten: 60,00 € für 6 Einheiten + 15,00 € Material, nur wahrgenommene Termine werden bezahlt, Schnuppertermin möglich
Anmeldung: erforderlich unter 09131/90768-00

Monatliche Angebote:

● Frühstückstreff für Menschen mit beginnender Demenz und ihre Angehörigen

Termine: jeweils Dienstag, 10:00 – 12:30 Uhr am 02.05., 13.06., 04.07., 01.08., 05.09.2017
Leitung: Claudia Lottes, Ildigo Rajk, Fachstelle, Unterstützung durch ehrenamtliche Betreuungspatinnen
Kosten: 3,00 € pro Termin
Anmeldung: jeweils bis 1 Tag vor dem Termin unter 09131/90768-00

● Offener Treff am Nachmittag: „ANKER werfen!“ – für Menschen mit fortschreitender Demenz

Termine: jeweils Dienstag, 16:00 – 18:00 Uhr am 02.05., 13.06., 04.07., 15.08., 19.09.2017
Leitung: Brigitte Andraschko, Fachstelle; Unterstützung durch ehrenamtliche Betreuungspatinnen
Kosten: 12,50 € pro Termin
Anmeldung: jeweils bis 1 Tag vor dem Termin unter 09131/90768-00

Café „Pause!“ für Angehörige und Freunde von Menschen mit Demenz – jetzt mit offener Sprechstunde

Termine: jeweils Mittwoch, Gäste jederzeit willkommen zwischen 15:00 – 17:00 Uhr, am 24.05., 28.06., 26.07., 30.08., 27.09.2017
Leitung: Beraterinnen der Fachstelle; Unterstützung durch ehrenamtliche Betreuungspatinnen
Kosten: kostenfrei, wir bitten um eine Spende!
Anmeldung: nicht erforderlich





Gesprächskreise für Kinder, bzw. PartnerInnen von Demenzerkrankten

Termine: verschiedene Gruppen, dienstags je einmal im Monat
Leitung: Fachberaterin der Fachstelle
Kosten: 3,00 € pro Termin
Anmeldung: erforderlich unter 09131/90768-00

Gesprächskreise für Angehörige von Menschen in der Frühphase einer Demenz

Termine: einmal im Monat, Dienstag, 10:30 – 12:30 Uhr
Leitung: Fachberaterin der Fachstelle
Kosten: 3,00 € pro Termin
Anmeldung: erforderlich unter 09131/90768-00

ERKLÄRUNG:

Alle Veranstaltungen mit einem  wenden sich an Menschen mit Depression, beginnender Demenz, Angehörige und andere Interessierte. Alle Veranstaltungen die mit einem  versehen sind, werden u. U. von den Kranken-/ Pflegekassen gefördert

Sie möchten sich ehrenamtlich für Menschen mit Demenz und Ihre Familien engagieren?

Im Winter/Frühjahr 2018 findet wieder eine Betreuungspatinnenschulung bei uns statt.

Sie übernehmen stundenweise die Begleitung von Menschen mit Demenz zur Unterstützung für deren Angehörige. Sie besuchen die Familien oder alleine lebende Menschen mit Demenz zu Hause oder lassen sich gemeinsam mit anderen in einer unserer Betreuungsgruppen einsetzen. Wir bieten Ihnen Schulung, Anleitung und regelmäßige Supervisionstreffen.

Melden Sie sich bei uns an zu einem ersten Kontaktgespräch. Wir freuen uns über Ihr Engagement!



ANKER – Regionales Online-Netzwerk Demenz

www.anker-netzwerk.de

Besuchen Sie unser Regionales Online-Netzwerk Demenz und tragen Sie zu einem lebendigen Austausch bei! Treten Sie in Kontakt, teilen Sie Ihr Wissen und Ihre Erfahrungen mit der Krankheit Demenz, als Angehörige/r, als von Demenz Betroffene/r oder als Interessierte/r. Die Registrierung nimmt nur ca. 5 Minuten in Anspruch. Wir freuen uns auf Sie! Das Projekt ANKER wurde initiiert und unterstützt durch:



Fachstelle für pflegende Angehörige und Demenzerkrankte, Altstädter Kirchenplatz 6, 91054 Erlangen
Tel. 09131/90768-00, Fax: 09131/90768-99, E-Mail: demenz@dreycedern.de, www.dreycedern.de