

Veranstaltungskalender für pflegende Angehörige

Juli bis September 2017

**Sie pflegen eine/n
Angehörige/n oder unterstützen einen nahestehenden
Menschen!!**

Die Pflege und Unterstützung eines Angehörigen erfordert viel Zeit und Kraft, deshalb ist es wichtig, dass sich pflegende Angehörige bestmöglich über Unterstützungsmöglichkeiten informieren können.

Diesen finden Sie auch im Internet unter der Adresse:

<http://www.veranstaltungen-netzwerke.de>

Herausgeber: Netzwerk pflegende Angehörige – ein freiwilliger Zusammenschluss von Fachleuten und pflegenden Angehörigen in Stuttgart, dem Netzwerk Demenz Stuttgart und dem Palliativ-Netz Stuttgart

Für weitere Informationen können Sie auch unsere Homepage besuchen:

<http://www.netz-fuer-pflegende.de>

**Informationen machen stark –
Stärken Sie sich!**

Urlaub für Trauernde im Pitztal (Tirol): Aufbrüche ins Leben

01. Juli 2017 - 08. Juli 2017

Gemeinsamer Urlaub mit Menschen, deren Partnerin/Partner gestorben ist.

Wanderungen, gutes Essen, abwechslungsreiches Programm, Cranio Sacral Therapie

Leitung: Dr. Angelika Daiker, Elena Gippert-Raff, Anton Huber, Sabine Novak

Kosten: ca. 980,- € (inkl. Busfahrt, Halbpension, Reiseleitung, Gesprächsangebote, Programmgestaltung)

Kontakt: Hospiz St. Martin, Tel 0711 65 29 07 0, www.hospiz-st-martin.de/freizeit-und-urlaub.html

Ort: Biohotel Stillebach, A-6481 St. Leonhard

Veranstalter: Hospiz St. Martin, Jahnstr. 44-46, Stuttgart

Kegeln, Gesang, Gedächtnis-Training, gesellige Spiele

Jeden Montag

14:00 - 16:30 Uhr

Bewegung und Spaß: Gerade, wenn man älter wird, ist Bewegung sehr wichtig, um gesund und fit zu bleiben. Mit unserer Gymnastikgruppe möchten wir Sie herzlich einladen, gemeinsam aktiv zu sein und Spaß zu haben.

Die interkulturellen Angebote sind kostenlos.

Ansprechpartner: Valerio Polimeni, Haus St. Ulrich, 70378 Stuttgart, Tel. 84908-1043, v.polimeni@caritas-stuttgart.de

Ort: Haus St. Ulrich – Begegnungsstätte, Steinbuttstr. 25, Stuttgart

Veranstalter: Caritasverband für Stuttgart e.V., Wagnerstr.45, Stuttgart

Cafe Vergissmeinnicht

Jeden Montag und Donnerstag

14:30 - 17:30 Uhr

Betreuungsangebot für Menschen mit Demenz

Kosten: 20 € pro Teilnahme

Anmeldung: erforderlich

Ort: Begegnungs- und Servicezentrum am Ostendplatz, Ostendstr. 83, Stuttgart-Ost

Veranstalter: AWO - Begegnungsstätte am Ostendplatz, Ostendstr. 83, Stuttgart-Ost

Treff Pfiffikus

Jeden Dienstag
10:00 - 13:30 Uhr

Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz

Leitung: Heike Gerlach und Kathrin Vu

Kosten: 20 €/Termin (inkl. Mittagessen und Getränke)

Anmeldung/Info: Tel. 0711/21069-36

Ort: Begegnungsstätte Bischof-Moser-Haus, Wagnerstr. 45, 70192 Stuttgart

Veranstalter: Caritasverband für Stuttgart e.V., Wagnerstr.45, Stuttgart

Qi Gong und Rückenschule

Jeden Dienstag
10:00 - 11:00 Uhr

Kosten: 5 € pro Teilnahme

Ort: Begegnungs- und Servicezentrum am Ostendplatz, Ostendstr. 83, Stuttgart-Ost

Veranstalter: AWO - Begegnungsstätte am Ostendplatz, Ostendstr. 83, Stuttgart-Ost

Qi Gong und Rückenschule

Jeden Dienstag
11:15 - 12:15 Uhr

Kosten: 5 € pro Teilnahme

Ort: Begegnungs- und Servicezentrum am Ostendplatz, Ostendstr. 83, Stuttgart-Ost

Veranstalter: AWO - Begegnungsstätte am Ostendplatz, Ostendstr. 83, Stuttgart-Ost

"Rollator-Walking" - unterwegs im Stadtteil

Jeden Dienstag
13:30 - 14:00 Uhr

Stadtteilspaziergang mit und ohne Rollator (bei jedem Wetter!)

Kosten: keine

Anmeldung: nicht erforderlich

Treffpunkt: Begegnungs- und Servicezentrum Ostend vor dem Eingang (neben der Post)

Ort: Begegnungs- und Servicezentrum am Ostendplatz, Ostendstr. 83, Stuttgart-Ost

Veranstalter: AWO - Begegnungsstätte am Ostendplatz, Ostendstr. 83, Stuttgart-Ost

Interkulturelle Angebote mit und ohne Migrationshintergrund

Jeden Dienstag
14:00 - 16:30 Uhr

Interkulturelles Erzählcafé:

Das interkulturelle Erzählcafé ist ein offenes Angebot für ältere und jüngere Menschen mit und ohne Migrationshintergrund. Wir möchten Sie einladen zu unserer gemütlichen Runde mit Gesprächen und Aktivitäten.

Bewegung und Spaß: Gerade, wenn man älter wird, ist Bewegung sehr wichtig, um gesund und fit zu bleiben. Mit unserer Gymnastikgruppe möchten wir Sie herzlich einladen, gemeinsam aktiv zu sein und Spaß zu haben. Und viele andere Aktivitäten wie: Gesang, Gedächtnis-Training, Gesellschaftsspiele und Kochen

Leitung: Herr Polimeni und Herr Esposito.

Ansprechpartner: Herr Polimeni, Bischof-Moser-Haus, Wagnerstr. 45, 70182 Stuttgart, Tel. 0711 210-6945, v.polimeni@caritas-stuttgart.de

Ort: Begegnungsstätte Bischof-Moser-Haus, Wagnerstr. 45, 70192 Stuttgart

Veranstalter: Caritasverband für Stuttgart e.V., Wagnerstr.45, Stuttgart

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

04. Juli 2017
16:00 - 18:00 Uhr

Jeder der einen pflegebedürftigen Angehörigen hat, spürt bald die Bürde der Verantwortung. Ständige Anwesenheit, hohe körperliche und seelische Belastung und die damit verbundene eingeschränkte Teilnahme am gesellschaftlichen Leben führen nicht selten zur Erschöpfung. Ein Gesprächskreis für pflegende Angehörige kann einiges auffangen. Die Teilnehmer erfahren Solidarität und Ermutigung durch Andere, die ebenfalls in dieser Situation sind. Die Treffen bieten Gelegenheit über das Erlebte zu sprechen, Schwierigkeiten zu benennen und Hilfsangebote zu erhalten. Auch werden Hilfen, die den Alltag erleichtern, erläutert und aufgezeigt. Wenn Sie Betreuungsmöglichkeiten für Ihren Angehörigen während dieser Zeit benötigen, ist eine Betreuung in der Krankenwohnung Gablenberg oder durch Mitarbeiter der Diakoniestation Mitte/Ost möglich.

Gesprächsleitung: Frau Susanne Hermann, Pflegedienstleitung der Krankenwohnung Gablenberg

Informationen: Frau Hermann, Tel. 0176-15503827

Ort: Diakoniestation Mitte/Ost, Gablenberger Hauptstr. 77, Stuttgart

Veranstalter: Diakoniestation Mitte/Ost, Gablenberger Hauptstr. 77, Stuttgart

„Vergiss-Uns-Nicht“

Jeden Mittwoch
10:00 - 11:00 Uhr

Die Begegnungsstätte des Caritasverbandes im Haus St. Ulrich in Mönchfeld bietet einen bewegten Treff für betreuende Angehörige und Menschen mit Gedächtniseinschränkungen in Kooperation mit dem TV Cannstatt an. Bei der Gruppe „Vergiss-Uns-Nicht“ haben die Angehörigen Zeit, sich mit unserer Ergotherapeutin bei Bewegungs- und Entspannungsübungen für den Alltag zu stärken. Die betroffenen Menschen mit

Gedächtniseinschränkungen werden parallel von einer geschulten Übungsleiterin des TV Cannstatt betreut. Bei alltagsnahen Übungen werden Körper und Geist den Fähigkeiten entsprechend angeregt. Auch Freude und Spaß stehen im Mittelpunkt. Einzelpersonen sind auch herzlich willkommen.

Leitung: Sonja Paul (Ergotherapeutin), Maria Spitznagel (Übungsleiterin TV Cannstatt)

Anmeldung: 0711/84908-1122 bei Frau Paul

Kosten: keine

Ort: Begegnungsstätte vom Haus St. Ulrich, Steinbuttstr. 25, Stuttgart

Veranstalter: Caritasverband für Stuttgart e.V., Wagnerstr.45, Stuttgart

Treff Pfiffikus

Jeden Donnerstag

12:00 - 16:00 Uhr

Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz

Leitung: Heike Gerlach und Kathrin Vu

Kosten: 20 €/Termin (inkl. Mittagessen und Getränke)

Anmeldung/Info: Tel. 0711/21069-36

Ort: Begegnungsstätte Bischof-Moser-Haus, Wagnerstr. 45, 70192 Stuttgart

Veranstalter: Caritasverband für Stuttgart e.V., Wagnerstr.45, Stuttgart

Sport, Bewegung und Demenz beim TV Nellingen

07. Juli 2017

10:00 - 11:00 Uhr

Ein Bewegungsangebot für Menschen mit Gedächtnisproblemen und Demenz – alleine oder in Begleitung.

Haben Sie Lust, sich mit anderen Menschen zusammen zu bewegen, etwas für Körper und Geist zu tun? Womöglich sagen Sie: Ja, schon, aber das geht leider nicht. So fit wie früher bin ich nicht mehr – körperlich, aber auch geistig. Der Kopf funktioniert nicht mehr so gut. Vielleicht finden Sie sich nicht mehr so gut zurecht wie früher. Oder der Arzt hat Ihnen eine beginnende Demenz bescheinigt. Mag alles sein, aber: Ein schlechtes Gedächtnis, Orientierungsprobleme oder eine Demenz – das sind keine Hindernisse, wenn Sie bei uns mitmachen möchten. Wir haben ein Programm mit entsprechenden Übungen ausgearbeitet, das von allen Teilnehmern bewältigt werden kann, sofern eine grundlegende körperliche Mobilität vorhanden ist. Wir treffen uns wöchentlich, um gemeinsam in Bewegung zu kommen und trainieren dabei Koordination, Beweglichkeit, Balance und vieles mehr. Das kräftigt zudem den Körper und macht Spaß. Angeleitet wird das Ganze von erfahrenen Übungsleitern des TV Nellingen, die die entsprechende Qualifikation für dieses Programm mitbringen.

Anmeldung und Ansprechpartner: Tobias Schramek Tel. 0711/340153115, Mail: tobias.schramek@turnverein-nellingen.de In der Ferienzeit bitte die Termine anfragen!

Ort: Bürgertreff im Nachbarschaftshaus Scharnhäuser Park, Bonhoeffer Str. 4, Ostfildern

Veranstalter: Turnverein Nellingen, An der Akademie 4, Ostfildern

Bewegung zur Musik

Jeden Freitag
15:30 - 16:30 Uhr

Auch im Sitzen möglich.

Kosten: keine

Ort: Begegnungs- und Servicezentrum am Ostendplatz, Ostendstr. 83, Stuttgart-Ost

Veranstalter: AWO Begegnungs- und Servicezentrum Zuffenhausen, Lothringer Str. 13 a, Stuttgart-Zuffenhausen

Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige

10. Juli 2017
14:30 - 16:00 Uhr

Die Gesprächsgruppe bietet einen Treffpunkt und Ort für pflegende Angehörige, Erfahrungsaustausch mit Menschen in ähnlicher Lebenssituation und Gelegenheit zum Auftanken von Kräften für den Alltag. Information und Beratung zu Pflege Themen sowie Hilfen und Entlastungsmöglichkeiten sollen dabei nicht zu kurz kommen.

Leitung: Frau Linzer

Anmeldung: 0711/84908-1122 bei Frau Linzer

Kosten: keine

Ort: Begegnungsstätte vom Haus St. Ulrich, Steinbuttstr. 25, Stuttgart

Veranstalter: Caritasverband für Stuttgart e.V., Wagnerstr.45, Stuttgart

Mit Demenz leben

12. Juli 2017
18:00 - 20:00 Uhr

Hausärztliche Versorgung von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen

Referent: Dr. Stefan Dipper, Facharzt für Allgemein- und Palliativmedizin, Psychotherapie und Geriatrie, Stuttgart

Ort: treffpunkt 50plus, Rotebühlplatz 28, Stuttgart-Mitte

Veranstalter: Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg e.V. / Evangelische Gesellschaft, Friedrichstr. 10, Stuttgart-Mitte

Unterwegs am Hasenberg

13. Juli 2017
10:30 Uhr

Menschen, die sich beim Gehen alleine nicht ganz sicher fühlen und deshalb kaum nach draußen kommen, Menschen mit oder ohne Stock, Rollator, Rollstuhl möchte das Quartiersprojekt "Hasenberg im Blick" vom Frühjahr an zu kleinen Spaziergängen rund um das Haus Hasenberg, Klugestr. 2 A, einladen, natürlich mit kleinen Pausen, die Gelegenheit zum Hinsetzen geben. Ab und an soll auf dem Weg auch erzählt werden, was es Neues gibt

oder wie es früher dort war, etwa wer dort wohnte, welche Geschäfte es dort gab oder andere kleine Geschichten.

Treffpunkt: Haus Hasenberg, Klugestr. 2 A

Anmeldung: nicht erforderlich

Informationen: Diakon Kollmar, Tel. 0711/638004

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

18. Juli 2017

16:00 - 18:00 Uhr

Jeder der einen pflegebedürftigen Angehörigen hat, spürt bald die Bürde der Verantwortung. Ständige Anwesenheit, hohe körperliche und seelische Belastung und die damit verbundene eingeschränkte Teilnahme am gesellschaftlichen Leben führen nicht selten zur Erschöpfung. Ein Gesprächskreis für pflegende Angehörige kann einiges auffangen. Die Teilnehmer erfahren Solidarität und Ermutigung durch Andere, die ebenfalls in dieser Situation sind. Die Treffen bieten Gelegenheit über das Erlebte zu sprechen, Schwierigkeiten zu benennen und Hilfsangebote zu erhalten. Auch werden Hilfen, die den Alltag erleichtern, erläutert und aufgezeigt. Wenn Sie Betreuungsmöglichkeiten für Ihren Angehörigen während dieser Zeit benötigen, ist eine Betreuung in der Krankenwohnung Gablenberg oder durch Mitarbeiter der Diakoniestation Mitte/Ost möglich.

Gesprächsleitung: Frau Susanne Hermann, Pflegedienstleitung der Krankenwohnung Gablenberg

Informationen: Frau Hermann, Tel. 0176-15503827

Ort: Diakoniestation Mitte/Ost, Gablenberger Hauptstr. 77, Stuttgart

Veranstalter: Diakoniestation Mitte/Ost, Gablenberger Hauptstr. 77, Stuttgart

Lust am Wandern

20. Juli 2017

10:00 - 15:30 Uhr (Einkehr)

Wir unternehmen regelmäßig Touren mit Menschen, die Freude am Wandern haben.

Die Touren sind gut zu bewältigen und überschaubar – keine anstrengenden Riesentouren, die eher etwas für körperlich sehr fitte und junge Menschen sind. Das Wandern soll Spaß machen, ohne zu überfordern. Unsere Teilnehmenden sind oft älter, aber es gibt keine Altersfestlegung. Manche kommen allein, andere mit Begleitung des Partners oder einer anderen Person. Voraussetzung ist, dass Sie mobil sind und – allein oder mit Unterstützung Strecken von sechs bis acht Kilometern bewältigen können. Körperliche oder andere Handicaps, wie sie (nicht nur) im Alter auftreten können – von Sehbeeinträchtigungen bis zu Gedächtnisproblemen oder Demenz – sind kein Hinderungsgrund. Menschen mit solchen Handicaps sind sogar ausdrücklich zur Teilnahme eingeladen. Die Wanderführer des Schwäbischen Albvereins sind entsprechend qualifiziert. Eine Wanderung ist in der Regel zwischen sechs und acht Kilometer lang. Diese Strecke können wir in aller Ruhe und mit so viel Pausen, wie wir möchten, zurücklegen. Niemand treibt uns. Durchschnittlich wandern wir – die Pausen mitgezählt – drei bis vier Stunden. Die Touren sind so angelegt, dass sie gut zu bewältigen und keine großen Steigungen und Hindernisse zu überwinden sind. Jede Wandertour klingt mit einer Einkehr in einer Gaststätte aus, bevor es wieder nach Hause geht.

Die Teilnahme an den Wanderungen ist jederzeit möglich. Man kann regelmäßig oder auch nur gelegentlich mitmachen. Es gibt keine Teilnahmeverpflichtung und es wird kein Teilnehmerbeitrag erhoben.

Die Kosten für Getränke oder Essen bei der Einkehr in einer Gaststätte sowie evtl. Fahrtkosten (U-Bahn, Bus) trägt jeder Teilnehmer selbst. Kosten können auch entstehen, wenn jemand eine spezielle Begleitperson wünscht, die ihn abholt und nach der Wanderung wieder nach Hause bringt. Über diese Möglichkeit informieren wir Sie bei Interesse gerne in einem persönlichen Gespräch.

Treffpunkt: Hauptbahnhof Stuttgart bei Polizeidienststelle (Auf/Abgang zur S-Bahn) Wer keine regulär gültige Fahrkarte (z.B. für den Fahrbereich gültige Monatskarte) hat, möge sich etwas früher einfinden, evtl. lassen sich Mehrfahrkarten organisieren/lösen.

Wir bitten um Anmeldung bei: Gabriele Kreuzner (g.kreuzner@demenz-support.de),
Tel. 0711/9978712

Veranstalter: Demenz Support Stuttgart gGmbH - Zentrum für Informationstransfer,
Hölderlinstr. 4, Stuttgart

August 2017

[Gesprächskreis für pflegende Angehörige](#)

01. August 2017
16:00 - 18:00 Uhr

Jeder der einen pflegebedürftigen Angehörigen hat, spürt bald die Bürde der Verantwortung. Ständige Anwesenheit, hohe körperliche und seelische Belastung und die damit verbundene eingeschränkte Teilnahme am gesellschaftlichen Leben führen nicht selten zur Erschöpfung. Ein Gesprächskreis für pflegende Angehörige kann einiges auffangen. Die Teilnehmer erfahren Solidarität und Ermutigung durch Andere, die ebenfalls in dieser Situation sind. Die Treffen bieten Gelegenheit über das Erlebte zu sprechen, Schwierigkeiten zu benennen und Hilfsangebote zu erhalten. Auch werden Hilfen, die den Alltag erleichtern, erläutert und aufgezeigt. Wenn Sie Betreuungsmöglichkeiten für Ihren Angehörigen während dieser Zeit benötigen, ist eine Betreuung in der Krankenwohnung Gablenberg oder durch Mitarbeiter der Diakoniestation Mitte/Ost möglich.

Gesprächsleitung: Frau Susanne Hermann, Pflegedienstleitung der Krankenwohnung Gablenberg

Informationen: Frau Hermann, Tel. 0176-15503827

Ort: Diakoniestation Mitte/Ost, Gablenberger Hauptstr. 77, Stuttgart

Veranstalter: Diakoniestation Mitte/Ost, Gablenberger Hauptstr. 77, Stuttgart

[Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige](#)

14. August 2017
14:30 - 16:00 Uhr

Die Gesprächsgruppe bietet einen Treffpunkt und Ort für pflegende Angehörige, Erfahrungsaustausch mit Menschen in ähnlicher Lebenssituation und Gelegenheit zum Auftanken von Kräften für den Alltag. Information und Beratung zu Pflegeethemen sowie Hilfen und Entlastungsmöglichkeiten sollen dabei nicht zu kurz kommen.

Leitung: Frau Linzer

Anmeldung: 0711/84908-1122 bei Frau Linzer

Kosten: keine

Ort: Begegnungsstätte vom Haus St. Ulrich, Steinbuttstr. 25, Stuttgart

Veranstalter: Caritasverband für Stuttgart e.V., Wagnerstr.45, Stuttgart

Unterwegs am Hasenberg

24. August 2017

10:30 Uhr

Menschen, die sich beim Gehen alleine nicht ganz sicher fühlen und deshalb kaum nach draußen kommen, Menschen mit oder ohne Stock, Rollator, Rollstuhl möchte das Quartiersprojekt "Hasenberg im Blick" vom Frühjahr an zu kleinen Spaziergängen rund um das Haus Hasenberg, Klugestr. 2 A, einladen, natürlich mit kleinen Pausen, die Gelegenheit zum Hinsetzen geben. Ab und an soll auf dem Weg auch erzählt werden, was es Neues gibt oder wie es früher dort war, etwa wer dort wohnte, welche Geschäfte es dort gab oder andere kleine Geschichten.

Treffpunkt: Haus Hasenberg, Klugestr. 2 A

Anmeldung: nicht erforderlich

Informationen: Diakon Kollmar, Tel. 0711/638004

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

29. August 2017

16:00 - 18:00 Uhr

Jeder der einen pflegebedürftigen Angehörigen hat, spürt bald die Bürde der Verantwortung. Ständige Anwesenheit, hohe körperliche und seelische Belastung und die damit verbundene eingeschränkte Teilnahme am gesellschaftlichen Leben führen nicht selten zur Erschöpfung. Ein Gesprächskreis für pflegende Angehörige kann einiges auffangen. Die Teilnehmer erfahren Solidarität und Ermutigung durch Andere, die ebenfalls in dieser Situation sind. Die Treffen bieten Gelegenheit über das Erlebte zu sprechen, Schwierigkeiten zu benennen und Hilfsangebote zu erhalten. Auch werden Hilfen, die den Alltag erleichtern, erläutert und aufgezeigt. Wenn Sie Betreuungsmöglichkeiten für Ihren Angehörigen während dieser Zeit benötigen, ist eine Betreuung in der Krankenwohnung Gablenberg oder durch Mitarbeiter der Diakoniestation Mitte/Ost möglich.

Gesprächsleitung: Frau Susanne Hermann, Pflegedienstleitung der Krankenwohnung Gablenberg

Informationen: Frau Hermann, Tel. 0176-15503827

Ort: Diakoniestation Mitte/Ost, Gablenberger Hauptstr. 77, Stuttgart

Veranstalter: Diakoniestation Mitte/Ost, Gablenberger Hauptstr. 77, Stuttgart

September 2017

Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige

11. September 2017

14:30 - 16:00 Uhr

Die Gesprächsgruppe bietet einen Treffpunkt und Ort für pflegende Angehörige, Erfahrungsaustausch mit Menschen in ähnlicher Lebenssituation und Gelegenheit zum

Auftanken von Kräften für den Alltag. Information und Beratung zu Pflege Themen sowie Hilfen und Entlastungsmöglichkeiten sollen dabei nicht zu kurz kommen.

Leitung: Frau Linzer

Anmeldung: 0711/84908-1122 bei Frau Linzer

Kosten: keine

Ort: Begegnungsstätte vom Haus St. Ulrich, Steinbuttstr. 25, Stuttgart

Veranstalter: Caritasverband für Stuttgart e.V. Wagnerstr.45, Stuttgart

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

12. September 2017

16:00 - 18:00 Uhr

Jeder der einen pflegebedürftigen Angehörigen hat, spürt bald die Bürde der Verantwortung. Ständige Anwesenheit, hohe körperliche und seelische Belastung und die damit verbundene eingeschränkte Teilnahme am gesellschaftlichen Leben führen nicht selten zur Erschöpfung. Ein Gesprächskreis für pflegende Angehörige kann einiges auffangen. Die Teilnehmer erfahren Solidarität und Ermutigung durch Andere, die ebenfalls in dieser Situation sind. Die Treffen bieten Gelegenheit über das Erlebte zu sprechen, Schwierigkeiten zu benennen und Hilfsangebote zu erhalten. Auch werden Hilfen, die den Alltag erleichtern, erläutert und aufgezeigt. Wenn Sie Betreuungsmöglichkeiten für Ihren Angehörigen während dieser Zeit benötigen, ist eine Betreuung in der Krankenwohnung Gablenberg oder durch Mitarbeiter der Diakoniestation Mitte/Ost möglich.

Gesprächsleitung: Frau Susanne Hermann, Pflegedienstleitung der Krankenwohnung Gablenberg

Informationen: Frau Hermann, Tel. 0176-15503827

Ort: Diakoniestation Mitte/Ost, Gablenberger Hauptstr. 77, Stuttgart

Veranstalter: Diakoniestation Mitte/Ost, Gablenberger Hauptstr. 77, Stuttgart

Eduktion-Demenz Schulungsprogramm

14. September 2017

19:00 - 20:00 Uhr

Schulungsprogramm für Angehörige von Menschen mit Demenz

Infoabend: 14.09.2017

Kursbeginn: Mittwoch 27.09.2017 vormittags von 10.00 bis 12.00 Uhr oder abends von 19.00 bis 21.00 Uhr, 10 Termine in Folge

Kosten: keine

Leitung und Anmeldung: Dipl.-Psych. Susanne Nienaber, Tel. 0711-90745869 oder mail@nienaber-coaching.de

An den 10 wöchentlichen Terminen haben pflegende Angehörige Gelegenheit sich nach einer kurzen fachlichen Einführung mit anderen Betroffenen über die individuellen Erfahrungen auszutauschen. Neben dem Erwerb von Wissen über die Demenzerkrankung ihres Angehörigen erfahren die Teilnehmer, welche Erfahrungen andere machen und wie man mit den Belastungen besser umgehen kann.

Folgende Inhalte werden bearbeitet:

- Demenz - Einführung ins Thema: Was ist Demenz? Welche Formen gibt es?
- Auswirkungen der Demenz: Symptome - Behandlung – Verlauf
- Das subjektive Krankheitserleben der Betroffenen
- Einfühlsame Kommunikation
- Den Alltag erleben
- Krisen bewältigen
- Belastungssituation der Angehörigen
- Veränderungen in der Beziehung - Veränderung der Rollen
- Bewältigung von psychischem Druck: Was tun, um nicht auszubrennen?
- Entlastungen für pflegende Angehörige

Ort: Susanne Nienaber Coaching, Schönbuchstr. 5, Stuttgart

Veranstalter: Barmer GEK, Torstr. 15, 70173 Stuttgart

Work-Life-Balance - den eigenen Lebensrhythmus finden

14. September 2017

08:45 - 17:00 Uhr

Fachtag der Evangelischen Diakonissenanstalt

Jeder dritte Berufstätige erlebt sich ständig gestresst und kann nicht wirklich abschalten. Die Sehnsucht nach Ruhe, nach Entschleunigung ist sehr groß. Ist aber tatsächlich die Arbeit die entscheidende Ursache dafür, dass es uns schwerfällt, einen guten eigenen Lebensrhythmus zu entwickeln? Wir können lernen, unsere eigene Kraft so einzuteilen, dass wir nicht in ein Ungleichgewicht geraten.

Referent: Hans Wiedenmann, Dipl. Sozialarbeiter (FH) Sozialtherapeut, Heilpraktiker für Psychotherapie, IFT-Stresskursleiter, Leiter vom "Zentrum für Erneuerung - Maranata"

Kursgebühr: 100,- € (inkl. Tagesverpflegung), 75,- € bei Anmeldung für Mitglieder der Schwesternschaft, Frühbucher 90,- €

Teilnehmende: 60 - 80 Personen

Information und Anmeldung: Frau Göckelmann, Tel. 0711/991-4119, E-Mail: goeckelmann@diak-stuttgart.de

Ort: Mutterhaus - Evang. Diakonissenanstalt Stuttgart, Rosenbergstr. 40, Stuttgart West

Veranstalter: Hospiz Stuttgart, Relenbergstr. 90, Stuttgart-Mitte

Selbstbestimmung durch Vorsorge

14. September 2017

15:00 - 16:30 Uhr

Informationen zur christlichen Patientenverfügung und rechtlichen Betreuung

Wir alle wünschen uns bis ins hohe Alter gesund, aktiv und geistig rege unser Leben gestalten zu können. Krankheit, Unfall oder zunehmendes Alter kann jeden Menschen in eine Situation bringen, in der er nicht mehr in der Lage ist, für sich selbst zu entscheiden, Wünsche zu äußern oder selbständig zu handeln.

Wir informieren Sie über:

- Die Voraussetzungen und Grundzüge der rechtlichen Betreuung

- Wie Sie Personen ihres Vertrauens beauftragen können, wunschentsprechend zu handeln
- Die rechtliche Wirkung von Patientenverfügung und Betreuungsverfügung
- Die Möglichkeiten der christlichen Patientenvorsorge
- Das Angebot von Orientierungsgesprächen im Rahmen des "LebensFadens"

Anmeldung: möglichst direkt über das Kath. Bildungswerk Stuttgart unter Tel. 0711/7050600, Email: info@kbw-stuttgart.de oder www.kbw-stuttgart.de

Referent: Roland Rieker, Sozialdienst kath. Frauen, Mitarbeiter Betreuungsverein, Koordinator "LebensFaden" Die Veranstaltungen zum Thema Vorsorge werden von der Landesregierung unterstützt. LebensFaden Gesprächsangebot zur christlichen Patientenvorsorge - nach Terminabsprache - beim Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Diözese Rottenburg-Stuttgart (SkF) erhalten Ratsuchende individuelle Antworten auf ihre Fragen zur christlichen Patientenvorsorge. Für dieses neue Angebot stehen speziell geschulte Ehrenamtliche bereit und informieren Ratsuchende bei ihren Fragen zu Patientenverfügung, (Vorsorge-)Vollmacht und Betreuungsverfügung. Solche Verfügungen oder Vollmachten werden wichtig, wenn Menschen sich aufgrund eines Unfalls oder einer Krankheit nicht mehr über ihre Vorstellungen zur Versorgung und Begleitung im Krankheitsfall und Sterben äußern können. Als Grundlage für die Gespräche dient die Broschüre "Christliche Patientenvorsorge", die von der Deutschen Bischofskonferenz und dem Rat der Evang. Kirche in Deutschland herausgegeben wurde und über die Kontaktstelle beim SkF bezogen werden kann. Sie ist eine Art Anleitung, eine Patientenverfügung auf dem Hintergrund christlicher Vorstellungen und Werte zu reflektieren. Die Kontaktstelle beim Sozialdienst katholischer Frauen e.V. zur Vermittlung eines Orientierungsgesprächs erreichen Sie telefonisch unter 0711/92562-0 oder per Mail unter: patientenvorsorge@skf-drs.de

Koordinator für Stuttgart ist Roland Rieker

Ort: Haus der Kath. Kirche, Königstr. 7, Stuttgart

Veranstalter: Sozialdienst katholischer Frauen – Betreuungsverein, Stöckachstraße 55, Stuttgart-Ost

Mit Demenz leben

20. September 2017

18:00 - 20:00 Uhr

demenz balance-Modell - Demenz: erleben, verstehen und Handeln

Referentin: Ulrike Traub, Dipl. Sozialpädagogin, Singen, Vorstandsmitglied der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg e.V.

Ort: treffpunkt 50plus, Rotebühlplatz 28, Stuttgart-Mitte

Veranstalter: Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg e.V. / Evangelische Gesellschaft, Friedrichstr. 10, Stuttgart-Mitte

Lust am Wandern

21. September 2017

10:00 - 10:30 Uhr

Wir unternehmen regelmäßig Touren mit Menschen, die Freude am Wandern haben.

Die Touren sind gut zu bewältigen und überschaubar – keine anstrengenden Riesentouren, die eher etwas für körperlich sehr fitte und junge Menschen sind. Das Wandern soll Spaß machen, ohne zu überfordern. Unsere Teilnehmenden sind oft älter, aber es gibt keine

Altersfestlegung. Manche kommen allein, andere mit Begleitung des Partners oder einer anderen Person. Voraussetzung ist, dass Sie mobil sind und – allein oder mit Unterstützung Strecken von sechs bis acht Kilometern bewältigen können. Körperliche oder andere Handicaps, wie sie (nicht nur) im Alter auftreten können – von Sehbeeinträchtigungen bis zu Gedächtnisproblemen oder Demenz – sind kein Hinderungsgrund. Menschen mit solchen Handicaps sind sogar ausdrücklich zur Teilnahme eingeladen. Die Wanderführer des Schwäbischen Albvereins sind entsprechend qualifiziert. Eine Wanderung ist in der Regel zwischen sechs und acht Kilometer lang. Diese Strecke können wir in aller Ruhe und mit so viel Pausen, wie wir möchten, zurücklegen. Niemand treibt uns. Durchschnittlich wandern wir – die Pausen mitgezählt – drei bis vier Stunden. Die Touren sind so angelegt, dass sie gut zu bewältigen und keine großen Steigungen und Hindernisse zu überwinden sind. Jede Wandertour klingt mit einer Einkehr in einer Gaststätte aus, bevor es wieder nach Hause geht.

Die Teilnahme an den Wanderungen ist jederzeit möglich. Man kann regelmäßig oder auch nur gelegentlich mitmachen. Es gibt keine Teilnahmeverpflichtung und es wird kein Teilnehmerbeitrag erhoben.

Die Kosten für Getränke oder Essen bei der Einkehr in einer Gaststätte sowie evtl. Fahrtkosten (U-Bahn, Bus) trägt jeder Teilnehmer selbst. Kosten können auch entstehen, wenn jemand eine spezielle Begleitperson wünscht, die ihn abholt und nach der Wanderung wieder nach Hause bringt. Über diese Möglichkeit informieren wir Sie bei Interesse gerne in einem persönlichen Gespräch.

Treffpunkt: Hauptbahnhof Stuttgart bei Polizeidienststelle (Auf/Abgang zur S-Bahn) Wer keine regulär gültige Fahrkarte (z.B. für den Fahrbereich gültige Monatskarte) hat, möge sich etwas früher einfinden, evtl. lassen sich Mehrfahrkarten organisieren/lösen.

Wir bitten um Anmeldung bei: Gabriele Kreuzner (g.kreuzner@demenz-support.de), Tel. 0711/9978712

Veranstalter: Demenz Support Stuttgart gGmbH - Zentrum für Informationstransfer, Hölderlinstr. 4, Stuttgart

Seminar: Mensch, mach doch nicht so ein Theater! Oder doch...!

25. September 2017

09:00 - 17:00 Uhr

Inhalte

- Wahrnehmung schulen
- Lernen wie man auf unerwartete Situationen reagiert
- Die Körpersprache studieren

Zielgruppe: Personen, die beruflich, ehrenamtlich oder privat ältere und Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen begleiten.

Methoden

- Praktisches arbeiten
- verschiedene Schauspieltechniken erlernen
- Interaktion mit dem Partner
- Bitte bequeme Kleidung mitbringen

Lernbegleiterin: Sofia Lomtadze, Schauspielerin und Theaterpädagogin

Kosten: 135 € incl. Seminarverpflegung

Die Pflege und Begleitung von älteren und von demenziell veränderten Menschen kann manchmal schon ganz schön herausfordernd sein. Wie oft möchte man da ausrufen: Mensch, mach doch nicht so ein Theater! Aber vielleicht kann man vom Theaterspielen auch Anregungen und Hilfen für den Alltag von Pflege und Begleitung gewinnen. Dazu muss man nicht Schauspieler werden. Aber man kann lernen spontaner und lockerer mit herausfordernden Situationen umzugehen und oft sogar bereichernde Interaktionen zu erzeugen. In dem Theaterworkshop haben Sie die Möglichkeit, neue Seiten an sich zu entdecken. Das Spielen hilft Ihnen dabei, Ihre Stärken zu erkennen und gewonnene Fertigkeiten richtig zu nutzen. Anhand von Übungen wie Improvisationen sowie das Entwickeln und Spielen kleiner Szenen lernen Sie Ihr Selbstvertrauen zu stärken und auf unerwartete Situationen spontan zu reagieren. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Nur Interesse an Neuem und Lust am Spiel sind erforderlich.

Bitte auch bequeme Kleidung mitbringen.

Ort: Seniorenzentrum Martha-Maria, Tiergartenweg 3, Stuttgart

Veranstalter: Demenz Support Stuttgart gGmbH - Zentrum für Informationstransfer, Hölderlinstr. 4, Stuttgart

[Gesprächskreis für pflegende Angehörige](#)

26. September 2017

16:00 - 18:00 Uhr

Jeder der einen pflegebedürftigen Angehörigen hat, spürt bald die Bürde der Verantwortung. Ständige Anwesenheit, hohe körperliche und seelische Belastung und die damit verbundene eingeschränkte Teilnahme am gesellschaftlichen Leben führen nicht selten zur Erschöpfung. Ein Gesprächskreis für pflegende Angehörige kann einiges auffangen. Die Teilnehmer erfahren Solidarität und Ermutigung durch Andere, die ebenfalls in dieser Situation sind. Die Treffen bieten Gelegenheit über das Erlebte zu sprechen, Schwierigkeiten zu benennen und Hilfsangebote zu erhalten. Auch werden Hilfen, die den Alltag erleichtern, erläutert und aufgezeigt. Wenn Sie Betreuungsmöglichkeiten für Ihren Angehörigen während dieser Zeit benötigen, ist eine Betreuung in der Krankenwohnung Gablenberg oder durch Mitarbeiter der Diakoniestation Mitte/Ost möglich.

Gesprächsleitung: Frau Susanne Hermann, Pflegedienstleitung der Krankenwohnung Gablenberg

Informationen: Frau Hermann, Tel. 0176-15503827

Ort: Diakoniestation Mitte/Ost, Gablenberger Hauptstr. 77, Stuttgart

Veranstalter: Diakoniestation Mitte/Ost, Gablenberger Hauptstr. 77, Stuttgart