

## Rund um die Schulung

Die Schulungsreihe wird organisiert und durchgeführt von der Alzheimer Gesellschaft Thüringen e. V. Selbsthilfe Demenz. Die Inhalte der Schulung wurden durch die Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V. konzipiert und werden regelmäßig überarbeitet und aktualisiert.

Jährlich finden ca. 10 - 12 Schulungsreihen in verschiedenen Regionen des Freistaates Thüringen statt.

Die aktuellen Termine finden Sie auf der Internetseite der Alzheimer Gesellschaft Thüringen ([www.alzheimer-thueringen.de](http://www.alzheimer-thueringen.de)).

Damit Sie als Angehörige/r auch nach der Arbeit teilnehmen können, finden die Termine meistens wochentags von ca. 16.<sup>00</sup> - 18.<sup>00</sup> Uhr statt.

Sollten Sie zu diesem Zeitpunkt keine Betreuung für Ihren an Demenz erkrankten Angehörigen finden, können Sie gern zu zweit kommen.

Und: falls Sie im Anschluss an die Vortragsreihe einer Selbsthilfegruppe beitreten oder, falls in Ihrer Region noch nicht vorhanden, aus Eigeninitiative eine Selbsthilfe- bzw. Angehörigengruppe neu gründen wollen, unterstützen wir Sie gern.

Sprechen Sie uns an.

## Kosten

Die Teilnahme an der Schulung für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz wird durch Kooperationen mit der BARMER GEK, AOK Plus sowie der KKH Allianz nach § 45 SGB XI als Pflegekurs kostenfrei ermöglicht.

Versicherte anderer Krankenkassen können ebenfalls kostenfrei teilnehmen.



## Informationen und Beratung

**Alzheimer Gesellschaft Thüringen e.V.  
Selbsthilfe Demenz**

Postfach 800803

99034 Erfurt

☎ 0361 / 60 255 744

📠 0361 / 60 255 746

✉ [info@alzheimer-thueringen.de](mailto:info@alzheimer-thueringen.de)

🌐 [www.alzheimer-thueringen.de](http://www.alzheimer-thueringen.de)

Die Fachstelle Demenz ist ein wertfreier und trägerneutraler Ansprechpartner für Demenzerkrankte und ihre Angehörigen.

Wir sind Mitglied bei der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e. V.



„Hilfe  
beim Helfen“

**Schulungsreihe**

für Angehörige von  
Menschen mit Demenz

Schulungskurs nach § 45 SGB XI

## Die Angehörigenschulung

„Hilfe beim Helfen“ ist ein interaktives Seminarprogramm, das sich an pflegende Angehörige von Demenzkranken wendet.

Die Mehrzahl der Demenzkranken wird durch ihre Familie versorgt. Die Erkrankung stellt hohe Anforderungen an pflegende Angehörige. Sie sind häufig psychisch und physisch sehr belastet.

Information und Austausch mit Experten, aber auch anderen Betroffenen, vermindern die Pflegebelastung der Angehörigen und verbessern häufig die Lebensqualität der pflegenden Angehörigen und der Demenzkranken.

Das Seminarprogramm beinhaltet Themen, die pflegenden Angehörigen helfen, die Erkrankten besser zu verstehen. Dabei wird besonders Wert auf praktische Umsetzungsmöglichkeiten gelegt.

Das Programm möchte:

- dem Informationsbedürfnis der pflegenden Angehörigen nachkommen
- Zugänge zu Demenzkranken aufzeigen
- Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige vorstellen
- den Erfahrungsaustausch untereinander fördern
- die Bedeutung der Gesundheit der pflegenden Angehörigen als wichtigen Faktor in den Mittelpunkt stellen

## „Hilfe beim Helfen“

Die Seminarreihe besteht aus sieben aufeinander abgestimmten Modulen (jeweils 2 Stunden). Die Seminarreihe wird mit einer festen Gruppe von mindestens 6 bis ca. 16 Personen durchgeführt. Die Reihenfolge der Module kann abweichen.

Übersicht über die Module:

### 1. Wissenswertes über Demenzerkrankungen

- Überblick über das Programm der sieben Module
- Wissenswertes zu Demenzerkrankungen insbesondere im Hinblick auf Diagnose und Therapie
- Vertrauen zu schaffen und sich gegenseitig kennen zu lernen.

### 2. Demenz verstehen

- fördern des Verständnisses für die Erkrankung sowie für das Verhalten und die Reaktionen der Erkrankten
- Kennenlernen möglicher Wünsche von Demenzkranken und Strategien, die helfen, den Alltag entsprechend dieser Wünsche zu gestalten
- erstes Kennenlernen von rechtlichen Vorsorgemöglichkeiten für Demenzerkrankte

### 3. Informationen zu Recht

- Betreuungsrecht, Vorsorgevollmacht usw.
- Schwerbehindertenausweis
- Versicherungen
- Haftung

## Aufbau und Inhalte

### 4. Den Alltag leben

- die täglichen Leistungen der Angehörigen im Alltag mit Demenzerkrankten wertschätzen und anerkennen
- Kennenlernen von Strategien zur Kommunikation und zum Umgang mit Demenzerkrankten, die den Alltag erleichtern können
- den Blick richten auch auf die schönen Seiten im Alltag und Fördern von gemeinsamen Aktivitäten
- Sensibilisierung für die Selbstfürsorge der Angehörigen.

### 5. Informationen zur Pflegeversicherung

- wesentlichen Inhalte der Pflegeversicherung
- Entlastungsangebote

### 6. Herausfordernde Situationen und Pflege

- Unterstützung beim Umgang mit schwierigen Situationen und herausforderndem Verhalten
- fördern des Wissens um Hilfsmittel und technische Hilfen im Alltag und bei der Pflege
- erkennen von eigenen Grenzen

### 7. Entlastung für Angehörige

- fördern der Entlastung der Angehörigen
- Unterstützung bei der Vorbereitung auf einen möglichen Notfall