

Wie können Senioren geistig und körperlich gefördert werden?

Sa. 14.01.2012

Ref.: Gerti Aigner

Dipl. Gerontologin

- Fördermöglichkeiten - Hilfe zur geistigen Aktivierung (z.B. Gedächtnisspiele)
- Hilfe zur körperlichen Aktivierung (Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Koordination)
- Umgang mit Hilfsgeräten in Theorie und Praxis (Rollator, Rollstuhl, Aufstehen helfen)

„Fragen, die am Lebensende wichtig werden“ Sa. 28.01.2012

Ref.: Otto Schilling, Dipl. Theol

Oft tauchen am Lebensende ganz existentielle Fragen auf. Viele sind mit ihrem Leben nicht versöhnt oder trauern verpassten Chancen nach. Was macht mich aus?

- Lebensbilanz: Wie schaue ich auf mein Leben, wie bewerte ich es?
- Existenzielle Fragen am Lebensende
- Wie kann ich in Gesprächen damit umgehen?

„Leben in einer anderen Welt“ - Demenz und Altersdepression

Sa. 11.02.2012

Ref.: Renate Frischhut,

Dipl. Gerontologin (FH)

- Grundinformationen über Formen der Demenz
- Anregungen, mit dementen Menschen umzugehen
- Grundinformationen über Depression: Merkmale und Unterschiede zu Demenz

Selbst bestimmt leben im Alter!

Sa. 25.02.12

Ref:

- **Notar aus Dingolfing**
- **Helga Kaziur (Innenarchitektin)**
- **Heller Helmut (Sprecher Initiativkreis Seniorenleitbild im Landkreis)**
- **Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung**
 - Betreuungsrecht
 - Verfügungen: Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung

• Hilfsangebote, Soziales Netz

- Mein soziales Netz
- Grundinformationen: allgemeiner Überblick zum sozialen Netz
- Das soziale Netz von Senioren/ -innen: örtliche Hilfsangebote + Informationen

• Wohnen im Alter – Wie kann ich meine Wohnung entsprechend anpassen?

Mit Menschen ins Gespräch kommen - Grundpfeiler helfender Gespräche

Sa: 03.03.12

Ref.: Werner Ehlen,

Dipl. Religionspädagoge (FH)

- Voraussetzungen eines Menschen, damit sich ihm jemand anvertraut
- Verschiedene Arten und Formen helfender und nützlicher Gesprächsführung
- Grundpfeiler helfender Gespräche
- aktives Zuhören üben

**„Mit Senioren über ihr Leben
sprechen“**

Sa. 28.04.12

Ref.: Karl-Heinz Arndt
Dipl. Heilpädagoge

In dieser Fortbildung lernen sie, wie sie mit Senioren Gespräche führen können, die die Erlebnisse und die Biografie dieser Menschen aufgreifen. Gerade auch im Umgang mit Hochaltrigen, dementen oder verwirrten Menschen ist dies eine hilfreiche Methode!

Im Einzelnen geht es um Folgendes:

- Grundlagen des biografischen Arbeitens
- Einführung in eigene Biografiearbeit
- Was das Erzählen von Erinnerungen bei Hochaltrigen bewirken kann

Kursinformationen:

Dauer:

jeweils 9.00 – 16.00 Uhr

Ort:

Bürgerheim Dingolfing
(BGR - Josef-Zinnbauer-Str. 8, am neu gestalteten Spitalplatz)

Kosten:

10,00 Euro pro Tag, incl. Mittagessen!

Anmeldung unbedingt erforderlich:

Die Tage können einzeln belegt werden!

08731/ 7 46 20

Mit freundlicher Unterstützung von:

BürgerHeim ***
Betreuung und Pflege im Herzen Dingolfings

Wir laden Sie herzlich ein:



**Fortbildungsreihe für
Ehren- und Hauptamtliche
in der Seniorenarbeit**

**Veranstaltungen
2011/ 12**