

Kostenfrei!

# Entlastungsseminar für Angehörige und Betreuer von Menschen mit Demenz

Die „andere“ verwirrte Welt verstehen und für sich selbst sorgen



**Am:** Freitag, den **22.03.2024** von 15.00 – 17:30 Uhr  
Samstag, den **23.04.2024** von 09:30 – 16:00 Uhr  
**Ort:** LAB – Gemeinschaft Wiesbaden, Karlstr. 27  
(Buslinie 1, Haltestelle Schiersteiner Straße)  
oder ONLINE via Zoom  
**Anmeldung:** E-Mail: [info@angelikawust.de](mailto:info@angelikawust.de)  
Telefon: 0611-1840300

**Veranstalter:** Angelika Wust in Kooperation mit der LAB Wiesbaden e.V. und dem Forum Demenz Wiesbaden  
**Leitung:** Angelika Wust, Dipl.-Sozialpäd., Gesundheits- und Krankenpflegerin, Coach (FH)

Zugänge zu Menschen mit Demenz können wir überwiegend auf den Ebenen der Emotion, des Körpers und kreativer und sozialer Handlungen finden.

Durch mehr Wissen über die Erkrankung Demenz, ihre Auswirkungen im Alltag, die Möglichkeiten des Umgangs mit den Betroffenen sowie Formen der Entlastung zu Hause, kann die Betreuungs- und Pflegesituation für beide Seiten verbessert werden: Hin zu mehr Zufriedenheit und Gelassenheit.

Das Seminar gibt Ihnen die Möglichkeit, im Austausch mit anderen Angehörigen und Betreuern neue Wege in der Begegnung mit den erkrankten Personen zu gehen. Sie lernen sich in die Menschen mit Demenz hineinzusetzen und durch achtsames Wahrnehmen ihre Situation besser verstehen. So können Sie adäquat reagieren und bleiben auch in ungewöhnlichen Situationen handlungsfähig. Es wird deutlich, wie wertvoll diese "Ich-Du Beziehung" ist. Auch die zentrale Wichtigkeit der Selbstpflege sowie regelmäßige Erholungsphasen von der Betreuungstätigkeit werden offensichtlich.

An diesen 2 Tagen finden Sie Raum,

- ✓ Schwierigkeiten im Alltag zu benennen,
- ✓ Mehr über den Umgang mit Menschen mit Demenz zu erfahren,
- ✓ Ihre eigenen Bedürfnisse ernst zu nehmen,
- ✓ Stresspunkte und Belastungen aufzuspüren und ihnen entgegenzuwirken,
- ✓ Erfahrungen miteinander auszutauschen,
- ✓ Sich verstanden zu fühlen,
- ✓ Ihr Wissen zu erweitern.

Ich unterstütze Sie dabei. Gemeinsam finden wir Lösungen für ihren Pflege- und Betreuungsalltag zuhause.

Ein Nachtreffen findet ca. vier Wochen später statt und wird in der Gruppe vereinbart.