

Der Tiroler Demenztage 2019
wird Ihnen präsentiert von der

tiroler VERSICHERUNG

Mit freundlicher Unterstützung:



**INNS'
BRUCK**

ORF T

Präsentation von Hilfsangeboten



Verbund Außerstationärer
Gerontopsychiatrischer
Einrichtungen Tirols



Caritas
Diözese Innsbruck

Veranstalter:

licht.blicke – demenz.hilfe.tirol e.V.

6020 Innsbruck | Telefon 0 681 10450090

www.demenzhilfe-tirol.at | info@demenzhilfe-tirol.at

D
E
M
E
N
Z
T
A
G

EINLADUNG

12. Tiroler Demenztage

**WORKSHOPS – Prävention und Hilfe -
Fit & gesund älter werden**

VORTRAG

„Die Formel gegen Alzheimer“

Donnerstag, 25. April 2019
13.00 - 21.00

ORF Landesstudio Tirol
Rennweg 14, Innsbruck



Workshops

- 13.00 – 14.00 **Sprache und Demenz**
Wie spreche ich mit Menschen mit kognitiven Einschränkungen? Hilfreiches für Kommunikation und Beziehung
sowie
- 16.30 – 17.30 **Monika Kripp**, Demenzbetreuung tätig, Vizepräsidentin der Selbsthilfe-gruppe Alzheimer Austria, Validation® Teacher, ÖEBV Gedächtnistraining
ExpertInnenbeirat ASAA Alzheimer Südtirol/Alto Adige.
- 14.00 – 15.00 **„Sturzprophylaxe - sicher durch den Alltag mit besserem Gleichgewicht und guter Koordination“**
Mag. Monika Peer-Kratzer, Physiotherapeutin, Psychologin
Vorsitzende Physio Austria-Tirol
- 14.15 – 15.30 **Meine Mutter geht mir auf den Geist**
Herausforderung Verhalten von Menschen mit einer dementiellen Veränderung oder wie gehe ich damit um, wenn ich Wut, Zorn, Angst, Rückzug, Traurigkeit, ... begegne?
Dipl. Päd. Markus Moosbrugger, MHPE – Diplom Gesundheits- und Krankenpfleger, Lehrer für Gesundheitsberufe, Pflegedirektor der Heime der Stadt Hall
- 15.00 – 16.00 **Herz über Kopf** - aktiv unterwegs am Weg der Demenz, ein bewegter Rundgang mit Frischluft und Lächeln (im Freien - bitte an bequeme Schuhe denken)
Schlechtwetterprogramm für drinnen:
Das Ich in mir oder wer ist Georg? - eine interaktive Lesung mit Mehrwert
Tatjana Weiler, Demenz-Balance-Trainerin, Autorin
- 15.00 – 16.00 **Altersmedizin – entsprechende Behandlung für Senioren** & bei Demenz Innovative Maßnahmen in der Pflege und Betreuung bei Krankenhausaufenthalten. Welche Schritte sollte man beachten.
Verena Friedrich, DGKP, Memory Nurse

16.00 – 17.00 **Genussvolle Ernährung im Alter** – Genießen für jeden Geist & bei Demenz
Die Diätologin zeigt auf welche Auswirkungen wertvolles Essen auf Körper und Geist hat. Essen ist ein Bedürfnis – Genießen eine Kunst

Edburg Edlinger, BSc, Diätologin & Genießerin, Innsbruck

16.30 – 17.30 **Auf die eigene Kraft bauen** - Unterstützte Selbsthilfe bei Gedächtnisproblemen
In diesem Workshop möchten wir zeigen, dass selbst nach der Diagnose noch ein gutes und auch erfülltes Leben möglich ist, vor allem wenn man nicht das Gefühl hat allein in diesem Boot zu sitzen.

MMag.a Christina Pletzer,
Klin./Gesundheitspsychologin, Demenz-Servicezentrum

18.00

Vortrag im Studio 3

Die Formel gegen Alzheimer

Eine Gebrauchsanweisung für ein gesundes Leben. Ganz einfach vorbeugen und rechtzeitig heilen.

Das menschliche Gehirn besitzt die natürliche Fähigkeit, bis ins höchste Alter seine Leistungsfähigkeit zu erhalten und sogar stetig weiterzuentwickeln. Dies erlaubt es uns, einen immer größeren Erfahrungsschatz aufzubauen. Lebenserfahrung zu erwerben und weiterzugeben war über die längste Zeit der menschlichen Evolution der Schlüssel für die soziale Eroberung der Erde durch den Menschen. Infolge einer immer „artfremderen“ Lebensweise kommt es zu Funktionsstörungen des episodischen Gedächtnisses mit einem hohen Risiko, langfristig an Alzheimer zu erkranken. Um den krankhaften Verlust zu verhindern, müssen wir jedoch nicht in die Steinzeit zurück. Es genügt zu wissen, auf was es in welchen Lebensbereichen ankommt, um keine gehirnschädigenden Mängel bzw. Risikofaktoren aufkommen zu lassen. Mit der „Formel gegen Alzheimer“ sind diese Bereiche gut zu erkennen und Alzheimer wird dadurch leicht vermeidbar. Wie es sich zeigt, ist durch das Beheben der individuellen Risikofaktoren der Krankheitsprozess im Frühstadium sogar noch umkehrbar und Alzheimer damit sogar heilbar.

Dr. Michael Nehls, Arzt, Molekulargenetiker, ehem. Radrennfahrer & Autor

Eintritt frei. Spenden erbeten!

Für die Workshops ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich. Begrenzte TeilnehmerInnenzahl.

Per Telefon 0681/10 45 00 90 oder per E-Mail info@demenzhilfe-tirol.at