



Alzheimer Thurgau
Ihr erster Ansprech-
partner bei Demenz

Jahresprogramm 2024

Einleitung

Liebe Leserin, lieber Leser

Herzlichen Dank, dass Sie sich für unser vielfältiges Jahresprogramm interessieren. Das Programm wird durch unsere Mitarbeitenden, freiwilligen und ehrenamtlichen Mitarbeitenden sowie verschiedene finanzielle Zuwendungen ermöglicht. Wir sind finanziert durch Beiträge des Kantons Thurgau, Alzheimer Schweiz, des Bundesamts für Sozialversicherung, von Stiftungen und Unternehmen, finanzielle und Sach-Spenden und Ihrem Mitgliederbeitrag. Ob Sie bei uns mitarbeiten, uns finanziell oder in anderer Form unterstützen: Herzlichen Dank!

Das Angebot, das Sie möchten, gibt es in diesem Programm nicht? Dann rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine E-Mail. Wir machen (fast) alles möglich.

Für ergänzende Auskünfte stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung.

Herzliche Grüsse
Irene Heggli, Geschäftsleiterin

- 03 Für alle Angebote gilt
- 04 Information und Beratung
- 05 Memory Gruppe
- 06 Wandergruppe
- 07 Freizeitgruppe
- 08 Gesellschaftsspiele
- 09 Tanzcafé
- 10 Café Vergissmeinnicht
- 12 Ferienwoche am See
- 14 Gesprächsgruppe
- 16 Schulungsangebote
- 19 Grundkurs für Freiwillige
- 20 Mitarbeitende Kundenkontakt
- 23 Warnzeichen von Demenz erkennen
- 24 Demenzfreundliche Gemeinde Thurgau
- 28 Referate, Betriebsinterne Weiterbildungen
- 29 Unsere Sponsoren
- 30 Alzheimer Thurgau
- 31 Ihr Engagement

052 721 32 54
Montag bis Freitag
09.00–12.00 Uhr

Alzheimer Thurgau
Dunantstrasse 2 • 8570 Weinfelden
info.tg@alz.ch • www.alz.ch/tg

Für alle Angebote gilt

Unsere Angebote haben wir wie folgt gekennzeichnet:



Für Menschen mit Demenz



Für Bezugspersonen von Menschen mit Demenz



Für Menschen mit Demenz und ihre Bezugspersonen



Für die Gesamtbevölkerung

Anmeldungen

Melden Sie sich via Homepage, telefonisch oder via E-Mail an.

Terminänderungen, Änderungen der Angebote

Termin- und Angebotsänderungen sind vorbehalten. Wenn Sie an Angeboten regelmässig teilnehmen, werden Sie automatisch über Änderungen informiert. Wenn Sie sich neu für ein Angebot interessieren, orientieren Sie sich bitte via Homepage oder rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine E-Mail.

Kostenbeteiligung

Immer, wenn Sie auf den folgenden Seiten lesen «unentgeltlich», bedeutet dies, dass der Kanton Thurgau, Alzheimer Schweiz, das Bundesamt für Sozialversicherungen, Stiftungen oder andere Organisationen oder Unternehmen die Kosten tragen oder sie mit Ihrer Spende oder Ihrem Mitgliederbeitrag beglichen werden. Vielen Dank! Falls sich bisherige Geldgeber

nach dem Druck des Jahresprogramms zurückziehen, müssten wir von den Teilnehmenden Beiträge verlangen. Das würden wir Ihnen selbstverständlich im Voraus mitteilen.

Schnuppern

Bei den meisten Angeboten können wir Ihnen Schnuppertermine anbieten.

Versicherung

Die Versicherung ist immer Sache der Teilnehmenden.

Qualitätssicherung und Weiterentwicklung

Unsere Angebote richten sich an Sie. Haben Sie Wünsche? Anregungen? Was hat Ihnen gefallen? Was hat Ihnen nicht gefallen? Unsere Angebotsleitenden und die Geschäftsleitung sind an Ihren Rückmeldungen sehr interessiert. Zögern Sie nicht. Sie sind uns wichtig. Vielen Dank, dass Sie daran mitarbeiten, dass alle unsere Angebote attraktiv bleiben.

Information und Beratung für alle Menschen



Alzheimer Thurgau ist Ihr erster Ansprechpartner bei Fragen zu Demenz.

Sie haben eine demenzielle Erkrankung oder sind Bezugsperson eines Menschen mit Demenz

Wir schauen mit Ihnen gemeinsam, welche Unterstützungsmöglichkeiten in Ihrer Situation passend sein könnten. Wir hören Ihnen zu, wenn Sie erzählen möchten, wie es Ihnen geht. Wir hören Ihnen zu, wenn Sie nicht mehr weiterwissen.

Telefonisch oder auf unserer Geschäftsstelle in Weinfelden oder via E-Mail: Wir sind für Sie da.

Sie haben keinen direkten Bezug zu Demenz oder Menschen mit Demenz doch das Thema interessiert Sie und Sie haben Fragen

Ihr Interesse freut uns sehr. Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine E-Mail.

Sie möchten in Ihrem Unternehmen, im Verein, im Quartier etc. über Demenz informieren

Gerne organisieren wir zusammen mit Ihnen den passenden Anlass und vermitteln fachlich ausgewiesene Referierende oder Leitungen von Workshops und dergleichen.

Sie wollen eine Facharbeit oder einen Vortrag über Demenz verfassen

Wir unterstützen Schüler/-innen aller Schulstufen und Studierende gerne mit entsprechenden Informationen.

Sie sehen unser Logo an einem Anlass

Wir sind mit unseren Publikationen an verschiedenen Anlässen präsent und freuen uns, wenn Sie sich Zeit nehmen für ein Gespräch.

Sponsor

Hier könnte Ihr Name stehen.



/ **Unterwegs für Menschen mit Demenz:**
Unterstützen Sie unsere Bestrebungen, indem Sie unsere Beiträge in den sozialen Medien liken, positiv kommentieren und teilen. Vielen Dank.





Memory Gruppe

Aktivierung der Hirnleistungen

Regelmässiges Training des Gehirns und Erfahrungsaustausch unterstützen und fördern die sprachlichen Fähigkeiten und den sozialen Austausch.

Inhalt

Mit abwechslungsreichen Methoden werden verschiedenste Hirnleistungen wie Konzentration, Aufmerksamkeit, Sprache, Gedächtnis, Altwissen, Erfahrungen oder Bildverständnis genutzt und aktiviert. Ein wichtiger Beitrag für eine ganzheitliche Förderung bilden Bewegungsübungen. Eingesetzt werden gezielte Atem-, Koordinations- und Gleichgewichtsübungen sowie spielerische Elemente.

Zielgruppe

Personen mit leichten Hirnleistungsstörungen (MCI) sowie Personen mit beginnender Demenz.

Daten und Zeit

Gruppe Mo: montags, 14.30–16.30 Uhr
Gruppe Fr: freitags, 09.30–11.30 Uhr

Ort

Katholisches Pfarreizentrum
Freiestrasse 13, 8570 Weinfelden

Kosten pro Treffen

unentgeltlich

Teilnehmerzahl

Ca. 10 Personen

Anmeldung

Melden Sie sich via Homepage, telefonisch oder via E-Mail an.

Sponsor

Hier könnte Ihr Name stehen.



Wandergruppe gemeinsam unterwegs



Gemeinsam in Bewegung bleiben und die Natur erleben; bei jedem Wetter.

Programm

Leichte Wanderungen/Spaziergänge in der Umgebung von Weinfeldern. Zur Wanderung gehört auch immer ein Restaurantbesuch oder Picknick.

Zielgruppe

Menschen mit Demenz, die gerne wandern. Bezugspersonen sind willkommen, dürfen die Zeit aber auch anderweitig nutzen.

Daten und Zeit

donnerstags, 13.45 bis maximal
17.00 Uhr

11.01. 08.02. 14.03. 11.04. 02.05.
06.06. 11.07. 08.08. 12.09. 10.10.
14.11. 12.12.

Treffpunkt

Kiosk Bahnhof, 8570 Weinfeldern

Kosten

Die Teilnahme ist unentgeltlich. Konsumationen und Transportkosten bezahlen die Teilnehmenden selbst.

Ausrüstung

Gutes Schuhwerk und der Witterung angepasste Kleidung. Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt.

Besondere Bestimmungen

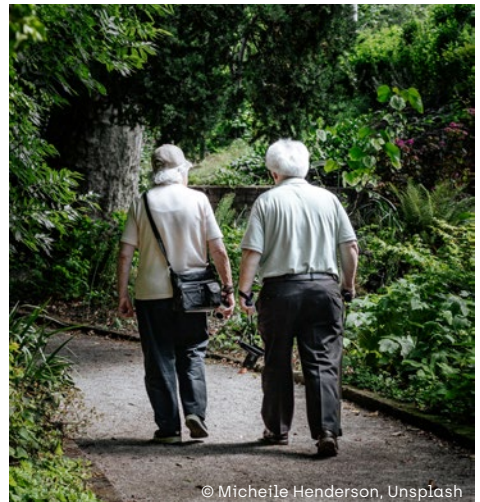
Es können auch nur einzelne Wanderungen absolviert werden.

Anmeldung

Melden Sie sich via Homepage, telefonisch oder via E-Mail an.

Sponsor

Hier könnte Ihr Name stehen.



© Michelle Henderson, Unsplash

Freizeitgruppe gemeinsam erleben



Erkunden Sie den Kanton Thurgau mit seinen vielen Attraktionen gemeinsam mit Gleichgesinnten.

Programm

Mit Bahn und Bus erreichen wir die Sehenswürdigkeiten des Kantons Thurgau. Lassen Sie sich überraschen.

Zielgruppe

Menschen mit Demenz, die gerne unterwegs sind. Bezugspersonen sind willkommen, dürfen die Zeit aber auch anderweitig nutzen.

Daten und Zeit

donnerstags, 13.45 Uhr
bis maximal 17.30 Uhr
27.06. 25.07. 26.09. 24.10.

Treffpunkt

Kiosk Bahnhof, 8570 Weinfelden

Kosten

Die Teilnahme ist unentgeltlich. Konsumationen, allfällige Eintritte und Transportkosten bezahlen die Teilnehmenden selbst.

Ausrüstung

Gutes Schuhwerk und der Witterung angepasste Kleidung. Der Ausflug findet bei jedem Wetter statt.

Besondere Bestimmungen

Es können auch nur einzelne Ausflüge absolviert werden.

Anmeldung

Melden Sie sich via Homepage, telefonisch oder via E-Mail an.

Sponsor

Hier könnte Ihr Name stehen.



Gesellschaftsspiele gemeinsam spielen



Um zu gewinnen, muss man mitmachen. Wagn Sie es!

Inhalt

Eine grosse Auswahl an Gesellschaftsspielen steht für Sie bereit! Spielen, lachen, zuschauen. Ein Höhepunkt ist immer auch die gemeinsame Kaffeepause, bei welcher feinsten Kuchen serviert wird.

Zielgruppe

Menschen mit Demenz, die gerne Gesellschaftsspiele spielen. Bezugspersonen sind willkommen, dürfen die Zeit aber auch anderweitig nutzen.

Daten und Zeit

Siehe Homepage.

Ort

Alterstagesklinik Weinfelden
Brauereistrasse 18, 8570 Weinfelden

Kosten

Teilnahme und Konsumationen
unentgeltlich

Anmeldung

Melden Sie sich via Homepage,
telefonisch oder via E-Mail an.

Sponsor

/ Spital Thurgau AG



Tanzcafé

gemeinsam in Bewegung



Beim Tanzen gibt es keine Fehler, nur Variationen, sagt Flavio Alborino. Nehmen Sie teil und tanzen Sie Ihren Tanz.

Zielgruppe

Menschen mit Demenz und ihr Tanzpartner bzw. ihre Tanzpartnerin, die gerne tanzen. Alleinstehende Menschen mit Demenz ohne Tanzpartner/-in sind herzlich willkommen.

Daten

Sonntag, 11.02., 14.00–16.30 Uhr

Ort

Alterstagesklinik Weinfelden
Brauereistrasse 18, 8570 Weinfelden

Kosten

Teilnahme und Konsumationen unentgeltlich

Anmeldung

An den Tanznachmittagen dürfen Sie ohne Anmeldung teilnehmen.

Sponsor

/ Spital Thurgau AG



Café Vergissmeinnicht

gemütliches Beisammensein



Der Kaffee duftet verführerisch. Vom Tee steigt wärmender Dampf auf und die heiße Schokolade lässt entspannen.

Inhalt

Nach Lust und Laune wird miteinander geplaudert, gespielt, gesungen oder es werden andere Ideen umgesetzt. Auch Fragen zu Demenz haben immer Platz.

Zielgruppe

Menschen mit Demenz zusammen mit ihrer Bezugsperson. Menschen ohne direkten Bezug zu Demenz, die sich ungezwungen über Demenz und andere Themen mit Menschen mit Demenz und/oder ihren Bezugspersonen austauschen möchten.

Kosten


Die Teilnahme ist unentgeltlich. Konsumationen bezahlen die Teilnehmenden selbst.

Anmeldung

Bei den Café Vergissmeinnicht dürfen Sie ohne Anmeldung teilnehmen oder einfach zuschauen.

Sponsor Weinfeldern

/ Seniorenzentrum Region Sulgen

 / Es ist ganz wichtig, dass man aktiv bleibt und unter die Leute kommt. Mir hilft das psychisch sehr.
Betroffener



Durchführungsorte

Daten und Zeiten

Amriswil

Bistro Cartonage
Bahnhofstrasse 22
8580 Amriswil

bistro
cartonage

mittwochs, 14.30–16.30 Uhr
10.01. 14.02. 13.03. 10.04. 08.05.
12.06. 10.07. 14.08. 11.09. 09.10.
13.11. 11.12.

Arbon

Pflegeheim Sonnhalden
Rebenstrasse 57
9320 Arbon

Sonnhalden
Wohnen und Pflege im Alter



freitags, 14.30–16.30 Uhr
26.01. 23.02. 22.03. 26.04. 31.05.
28.06. 26.07. 30.08. 27.09. 25.10.
29.11.

Kreuzlingen

Restaurant Z., Genossenschaft
Alterszentrum Kreuzlingen
Bärenstrasse 27
8280 Kreuzlingen



Schreiben Sie uns eine E-Mail an
info.tg@alz.ch. Wir schicken
Ihnen gerne eine Einladung, wenn
wir wieder bereit sind.

Frauenfeld

Café Ergaten, Alterszentrum Park
Zürcherstrasse 84a
8500 Frauenfeld



dienstags, 14.30–16.30 Uhr
09.01. 13.02. 12.03. 09.04. 14.05.
11.06. 09.07. 13.08. 10.09. 08.10.
12.11. 10.12.

Weinfelden

Siemis Restaurant
Frauenfelderstrasse 3
8570 Weinfelden



freitags, 14.30–16.30 Uhr
19.01. 16.02. 15.03. 19.04. 24.05.
21.06. 23.08. 20.09. 25.10. 22.11.
13.12.

Ferienwoche am See gemeinsam erholen



Bei einer Demenzerkrankung dreht sich alles um die Bewältigung des Alltags – wer denkt da noch an Ferien? Wir tun es! Gönnen Sie sich wohlverdiente Erholung und schöpfen Sie neue Kraft in der wunderschönen Umgebung des Ägerisees.

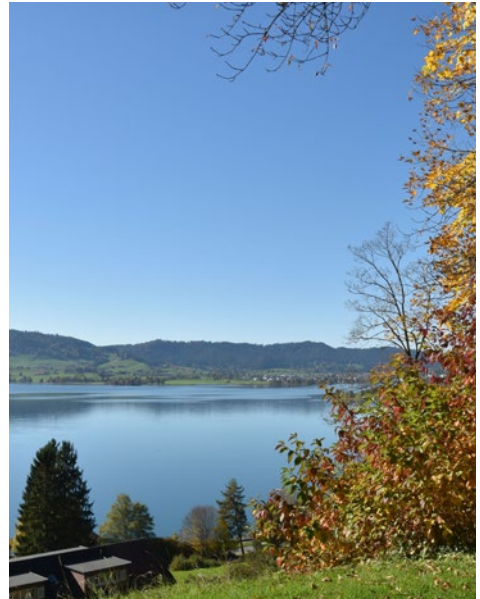
Programm

Ausruhen, auftanken, mitmachen, zuschauen, sich um nichts kümmern müssen... Für eine Woche dem Alltag entfliehen, bestens betreut, mit feinsten Kulinarik und einem kreativen und entspannenden Freizeitangebot. Für die Teilnehmenden mit Demenz bieten wir ein abwechslungsreiches Wochenprogramm an. Die Bezugspersonen können ihren Tagesablauf nach ihren Wünschen gestalten. Sie bestimmen, wie viel Betreuung Sie für Ihre Partnerin/Ihren Partner wünschen und ob Sie den Tag zusammen mit anderen Teilnehmenden oder lieber alleine verbringen möchten.

Menschen mit Demenz mit Pflegebedarf sind herzlich willkommen. Unsere Ferienleitung prüft vor der definitiven Zusage sorgfältig, ob wir die Pflege leisten können.

Leistungen

- / 7 Übernachtungen im Doppelzimmer mit Dusche/WC
- / Vollpension
- / Begleitung der Teilnehmenden mit Demenz durch je eine Betreuungsperson, tagsüber
- / Abwechslungsreiche Tagesprogramme



Kompetente Begleitung

Die Ferienwoche wird von zwei Fachpersonen geleitet und von erfahrenen und ausgebildeten freiwilligen Mitarbeitenden begleitet. Das Team steht Ihnen während der ganzen Woche tagsüber entlastend zur Seite.

Zielgruppe

Menschen mit Demenz zusammen mit ihrer Bezugsperson (Ehepartnerin, Lebenspartner, Freundin, Kinder etc.)

Datum

Samstag, 31.08. bis Samstag, 07.09.

Ort

Hotel Zentrum Ländli
Im Ländli 16, 6315 Oberägeri
www.zentrum-laendli.ch

Kosten

CHF 920.– pro Person, für Mitglieder
CHF 1020.– pro Person, für Nichtmitglieder

Beziehen Sie Ergänzungsleistungen oder übersteigt der Preis aus anderen Gründen Ihr Ferienbudget? Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine E-Mail.

Teilnehmerzahl

Maximal 10 Gästepaare

Anmeldung

Melden Sie sich via Homepage, telefonisch oder via E-Mail an.

Sponsor

/ Ria & Arthur Dietschweiler Stiftung

Im Hotel Ländli lässt's sich gut entspannen ...





Gesprächsgruppen für Bezugspersonen

In unseren professionell geleiteten Gesprächsgruppen tauschen sich Bezugspersonen von Menschen mit Demenz über ihre Erfahrungen und Erlebnisse aus.

Inhalt

Erzählen, zuhören, sich gegenseitig unterstützen. Viele Bezugspersonen sind sehr zurückhaltend, wenn es darum geht, die veränderte, belastende Lebenssituation in ihrem Umfeld anzusprechen. Die Erfahrungen während den Treffen teilen zu können, ist entlastend und ermutigt, neue Lösungsansätze umzusetzen. Die Gesprächsgruppen finden in einer Atmosphäre der Solidarität, des gegenseitigen Respekts und der Diskretion statt.

Zielgruppe

Bezugspersonen/Angehörige von Menschen mit Demenz

Kosten

unentgeltlich

Anmeldung

Melden Sie sich via Homepage, telefonisch oder via E-Mail an.

Sponsoren

Die Vermieter der Räumlichkeiten für unsere Gesprächsgruppen stellen uns diese unentgeltlich zur Verfügung, vielen Dank.

Möchten Sie sich an den weiteren Kosten beteiligen, so dass Ihr Name hier auch aufgeführt wird?



/ Es lag mir nicht, meine Probleme vor fremden Menschen auszubreiten. Dank klarer Regeln in der Gruppe kann ich mich einmal aktiver und dann wieder passiver verhalten. Ich habe erfahren, dass ein gemeinsames Schicksal verbindet und die Offenheit eine gute Möglichkeit der Verarbeitung ist.

Angehöriger

Durchführungsorte und Sponsoren

Daten und Zeiten

Amriswil

Alters- und Pflegezentrum
Heimstrasse 15
8580 Amriswil

Alters- und Pflegezentrum
Amriswil



donnerstags, 17.00–18.30 Uhr
04.01. 01.02. 07.03. 04.04. 02.05.
06.06. 04.07. 08.08. 05.09. 10.10.
07.11. 05.12.

Arbon

Kursraum
Pro Senectute Thurgau
Kapellgasse 8
9320 Arbon



dienstags, 17.00–18.30 Uhr
16.01. 06.02. 05.03. 02.04. 07.05.
04.06. 02.07. 06.08. 03.09. 01.10.
05.11. 03.12.

Frauenfeld

Stadtgarten
Zentrum für Pflege und Betreuung
Stadtgartenweg 1
8500 Frauenfeld

dienstags, 14.00–16.00 Uhr
16.01. 20.02. 19.03. 16.04. 21.05.
18.06. 16.07. 20.08. 17.09. 15.10.
19.11. 17.12.

Kreuzlingen

Genossenschaft Alterszentrum
Kreuzlingen
Bärenstrasse 27
8280 Kreuzlingen



GENOSSENSCHAFT
ALTERSZENTRUM
KREUZLINGEN

donnerstags, 16.00–18.00 Uhr
18.01. 15.02. 21.03. 18.04. 23.05.
20.06. 18.07. 22.08. 19.09. 24.10.
21.11. 19.12.

Steckborn

Evang. Kirchgemeindehaus
Kirchgasse 29
8266 Steckborn



donnerstags, 16.00–18.00 Uhr
18.01. 22.02. 21.03. 18.04. 16.05.
20.06. 18.07. 15.08. 19.09. 17.10.
14.11. 19.12.



Schulungsangebote für Bezugspersonen

Den schleichenden Verlust an Fähigkeiten eines vertrauten Menschen mitzuerleben ist schmerzhaft und erfordert viel Kraft und Geduld. Eine Weiterbildung zu Demenz kann dazu beitragen, mit den vielfältigen Herausforderungen besser umgehen zu können.

Kosten

Unentgeltlich. Beim Angehörigen-seminar «kompakt-jung» sind zwei einfache gemeinsame Mittagessen inklusive Getränke vorgesehen. Wir freuen uns über einen Unkostenbeitrag von CHF 20.– pro Mahlzeit, zahlbar vor Ort.

Besondere Bestimmungen

Ein Besuch von einzelnen Terminen ist bei den Seminaren nicht möglich.

Anmeldung

Melden Sie sich via Homepage, telefonisch oder via E-Mail an.



Angehörigenseminar «EduKation»

Inhalt

EduKation ist ein wissenschaftlich überprüftes Schulungsprogramm für Bezugspersonen von Menschen mit Demenz.

Informationen über Demenz, Menschen mit Demenz und sich selbst besser kennenlernen und verstehen, gemeinsam mit anderen Bezugspersonen demenzkranker Menschen Wissen erwerben und Erfahrungen austauschen, Kommunikation, herausforderndes Verhalten gut meistern, eigene Bedürfnisse erkennen und sich selbst entlasten, praktische Übungen.

Zielgruppe

Bezugspersonen, die Menschen mit Demenz zu Hause betreuen

Daten und Zeit

mittwochs, 09.30–11.30 Uhr
10.01. 17.01. 24.01. 07.02. 14.02.
21.02. 28.02. 06.03. 13.03. 27.03.

Ort

Katholisches Kirchgemeindehaus
Freiestrasse 13, 8570 Weinfelden

Anzahl Teilnehmende

Maximal 10 Personen

Sponsor

Hier könnte Ihr Name stehen.

Angehörigenseminar «kompakt»

Inhalt

Grundsätzlich wie Angehörigenseminar «EduKation», jedoch in kürzerer Zeit

Zielgruppe

Bezugspersonen, die Menschen mit Demenz zu Hause betreuen

Daten und Zeit 1. Durchführung

mittwochs, 18.00–20.30 Uhr
20.03. 27.03. 10.04. 17.04. 24.04.

Daten und Zeit 2. Durchführung

mittwochs, 18.00–20.30 Uhr
23.10. 30.10. 06.11. 13.11. 20.11.

Ort

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Thurgau, Bildungszentrum
Dunantstrasse 2 8570 Weinfelden
www.srk-thurgau.ch

Anzahl Teilnehmende

Maximal 10 Personen

Sponsor

Hier könnte Ihr Name stehen.

Angehörigenseminar «kompakt-jung»

Inhalt

Grundsätzlich wie Angehörigenseminar «EduKation», jedoch in kürzerer Zeit und speziell ausgerichtet auf die Herausforderungen, die sich Bezugspersonen stellen, die Menschen mit Demenz begleiten, welche vor dem 65. Altersjahr erkrankt sind

Zielgruppe

Bezugspersonen von jung an Demenz erkrankten Menschen. Als jung gelten Menschen mit Demenz unter 65 Jahren.

Daten und Zeit

Samstags, 08.30–16.15 Uhr
13.04. 27.04.

Ort

Alterstagesklinik Weinfelden
Brauereistrasse 18, 8570 Weinfelden

Anzahl Teilnehmende

Maximal 10 Personen

Sponsor

/ Spital Thurgau AG

Impulsabend für Töchter, Söhne, Schwieger- und Grosskinder

Inhalt

Auswirkungen der Krankheit, Veränderung der Eltern-Kind-Beziehung, Unterstützungsmöglichkeiten, Vernetzung mit anderen Betroffenen, eigene Ressourcen im Blick behalten

Zielgruppe

Töchter, Söhne, Schwieger- und Grosskinder ab ca. 16 Jahren von Menschen mit Demenz

Datum und Zeit 1. Durchführung

Montag, 26.02., 18.30–20.30 Uhr

Ort

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Thurgau, Bildungszentrum
Dunantstrasse 2, 8570 Weinfelden

Datum und Zeit 2. Durchführung

Montag, 07.10., 19.00–21.00 Uhr

Ort

Regionales Pflegeheim Romanshorn
Seeblickstrasse 3, 8590 Romanshorn

Anzahl Teilnehmende

Maximal 10 Personen

Sponsoren

/ Thurgauer Kantonalbank
/ Regionales Pflegeheim Romanshorn
/ Schweizerisches Rotes Kreuz TG



Grundkurs für Freiwillige

Menschen mit Demenz begleiten

Den Teilnehmenden werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie durch ihre freiwillige Begleitung die Lebensqualität der direkt und indirekt Betroffenen erhalten und gefördert werden kann.

Inhalt

Der Kurs besteht aus vier auf die praktische Arbeit ausgerichteten Modulen.

- / Grundlagen zur Begleitung von Menschen mit Demenz
- / Achtsame Kommunikation mit Menschen mit Demenz
- / Mitarbeitende im interprofessionellen Begleitteam und Einblick in eine Wohngruppe für Menschen mit Demenz
- / Palliative Care und Spiritual Care

Zielgruppe

Freiwillig Mitarbeitende, die im Rahmen eines Besuchsdienstes Menschen mit Demenz zu Hause oder in Institutionen begleiten oder sich auf eine solche Aufgabe vorbereiten möchten.

Daten und Zeit 1. Durchführung

Samstags, 09.00–12.30 Uhr
06.04. 13.04. 20.04. 27.04.

Ort

Seniorenzentrum Region Sulgen,
Poststrasse 2a, 8583 Sulgen

Daten und Zeit 2. Durchführung

Donnerstags, 13.45–17.15 Uhr
10.10. 17.10. 31.10. 07.11.

Ort

Regionales Pflegeheim Romanshorn,
Seeblickstrasse 3, 8590 Romanshorn

Kosten

unentgeltlich
Freiwillige, die bereits in einer Organisation tätig sind, können diese um eine Kostenbeteiligung/-übernahme der Reisespesen anfragen.

Teilnehmerzahl

Maximal 12 Personen

Anmeldung

Melden Sie sich via Homepage, telefonisch oder via E-Mail an.

Trägerorganisationen

- / Alzheimer Thurgau
- / Evangelische Landeskirche des Kanton Thurgau
- / Katholische Landeskirche Thurgau
- / Amt für Gesundheit Kanton Thurgau
- / Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Thurgau

Sponsoren

- / Seniorenzentrum Region Sulgen
- / Regionales Pflegeheim Romanshorn

Schulungen für Mitarbeitende im Kontakt mit älteren Menschen und Menschen mit Demenz



Kurskosten
werden vom Kanton
übernommen!

Thurgau 



Profitieren Sie jetzt von unserem unentgeltlichen Kursangebot für Sie und Ihre Mitarbeitenden. Seniorinnen und Senioren und Menschen mit Demenz sind wichtige Kunden – wissen Sie und Ihre Mitarbeitenden, worauf im Umgang mit ihnen zu achten ist? Nach dem Besuch unseres Kursangebots auf jeden Fall.

Mit seinem Konzept «Schulungen Kompetenz in Geriatrie und Demenz» will der Kanton Thurgau unter anderem die Kompetenz von Mitarbeitenden mit Kundenkontakt im Umgang mit Menschen ab dem dritten Lebensalter und Menschen mit Demenz fördern.

Unser Kursangebot ist ideal für alle Beschäftigten in folgenden Bereichen:

Öffentliche Ämter, Detailhandel, persönliche Dienstleistungen wie Coiffure oder Pedicure, Gastronomie/Hotellerie, Bank- und Versicherungswesen, Reparaturservice, Handwerk – und überall sonst, wo Kundenkontakt mit Seniorinnen und Senioren oder Menschen mit Demenz besteht.

Einzelpersonen

Arbeiten Sie im Kanton Thurgau und haben Sie direkten Kundenkontakt? Die Daten der branchenübergreifenden Schulungen sind via QR-Code ersichtlich.



Schulungen: Gerne auch bei Ihnen, gerne modular und individuell!

Die Schulungen können bei Ihnen im Geschäft oder im SRK Bildungszentrum in Weinfelden durchgeführt werden – was für Sie praktischer ist. Gerne stellen wir ein auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittenes individuelles und modulares Schulungsangebot zusammen. Der Kurs ist für Ihr Unternehmen und für alle Teilnehmenden unentgeltlich.

Jetzt gleich informieren

Erfahren Sie mehr über Ihr individuelles Kursangebot im Umgang mit älteren Menschen und Menschen mit Demenz.

Wir beraten Sie gerne!
SRK Thurgau
Telefon 071 626 50 85
bildung@srk-thurgau.ch

Alzheimer Thurgau
Telefon 052 721 32 54
info.tg@alz.ch



Kursziele

- / Kennen altersspezifischer Veränderungen (z.B. Immobilität, Instabilität, Inkontinenz, Einschränkungen der Sinnesorgane und der Kognition) und der damit verbundenen Schwierigkeiten für die betroffenen Personen und deren soziales Umfeld
- / Kennen der Anzeichen einer möglichen Demenz
- / Wissen um die Wichtigkeit von Geduld, Langsamkeit und Ruhe im Umgang und in der Kommunikation
- / Kennen von Anlaufstellen und Unterstützungsangeboten
- / Kennen von Anzeichen von Belastung und Überforderung
- / Wissen um die Wichtigkeit von Selbstbestimmung und Wertschätzung

Bei Ihnen, bei uns – oder digital

-  Bei Ihnen im Geschäft
-  SRK-Bildungszentrum
-  Digitale Durchführung
-  Dauer: 4h oder nach Wunsch
-  Unentgeltlich für Sie
-  **Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Thurgau**
Bildungszentrum
Dunantstrasse 2
8570 Weinfelden
Telefon 071 626 50 85

bildung@srk-thurgau.ch
www.srk-thurgau.ch/gud



Warnzeichen von Demenz erkennen

Eine beginnende Demenz macht sich leise bemerkbar. Folgende Funktionsstörungen des Gehirns können auf eine Demenzerkrankung hinweisen:

Gedächtnisstörungen

Das Kurzzeitgedächtnis ist als erstes betroffen, die Person verpasst Termine, vergisst Namen und Informationen, wichtige persönliche Ereignisse.

Mühe mit der Sprache

Der Person fällt öfters das passende Wort nicht mehr ein. Sie versucht das Wort zu umschreiben, beendet Sätze nicht oder weicht Gesprächen aus.

Orientierungsschwierigkeiten

Der Person fällt es zunehmend schwer, den Weg zu einem bekannten Ort zu finden. Die zeitliche Orientierung kann auch betroffen sein. Die Person weiss nicht mehr, welcher Wochentag gerade ist, ob es Morgen oder Abend ist oder welche Jahreszeit wir haben.

Schwierigkeiten bei Routinearbeiten

Die Person hat Mühe, alltägliche Aufgaben zu erledigen, beispielsweise Zahlungen zu machen oder Einkäufe zu planen.

Ungewohntes Verhalten

Manchmal werden Betroffene plötzlich misstrauisch, ängstlich, apathisch oder reizbar, was dazu führen kann, dass sich die Person sozial zurückzieht. [Alzheimer Schweiz, online: «Zehn häufige Fragen zu Demenz»]

Und dann?

Vereinbaren Sie einen Termin mit Ihrer Hausärztin/Ihrem Hausarzt. Lassen Sie abklären, ob es sich tatsächlich um Demenz handelt.

Wie es sein kann

Im Jahr 2023 durfte Alzheimer Thurgau mit einem Ehepaar ein Gespräch führen, dessen Ehemann an Demenz erkrankt ist. «Leben mit angezogener Handbremse».



Sie finden das Video auf www.alz.ch/tg
Publikationen & Produkte
oder via QR-Code.

Demenzfreundliche Gemeinde Thurgau



Rund 60 Prozent der Menschen mit Demenz leben zu Hause. Daher kann die Gemeinde, in welcher die erkrankte Person und deren Bezugspersonen leben, massgeblich zu einer besseren Lebensqualität und einer stärkeren sozialen Teilhabe von Demenzbetroffenen beitragen.

In einer demenzfreundlichen Gemeinde

- / werden Stigmen aufgelöst, indem die Einwohner/-innen über Demenz Bescheid wissen und Verständnis haben;
- / werden die Menschen mit Demenz verstanden, respektiert, unterstützt, sind Teil des gesellschaftlichen Lebens, fühlen sich miteinbezogen und integriert und haben die Wahl und die Kontrolle über ihr tägliches Leben;
- / wird darüber hinaus den verstärkten körperlichen und psychosozialen Nöten von Betroffenen und Bezugspersonen vorgebeugt.

Ihr Beitrag

Setzen Sie sich dafür ein, dass Ihre Gemeinde demenzfreundlicher wird, um den Betroffenen und ihren Angehörigen eine gute Lebensqualität in ihrem gewohnten Umfeld und die soziale Teilhabe zu erhalten.

Erfahrung

Jedes Jahr eine Aktivität zu Demenz ist langfristig wirkungsvoller, als einmal im Jahrzehnt ein kurzes, lautes, kostenintensives Projekt.

Unser Angebot

Alzheimer Thurgau unterstützt die Verantwortlichen der Gemeinde bei der Umsetzung und zeigt geeignete Ansätze auf.

Die entsprechenden Module sind auf den Folgeseiten kurz beschrieben.

Weitere Informationen erhalten Sie von der Geschäftsstelle.





Modul 1: Gemeindeverwaltung, Alterskommission

Zielgruppe

Mitarbeitende mit Einwohnerkontakt, Mitglieder der Alterskommission, Gemeinderat

Inhalt

Grundlagenschulung, Workshop (Was heisst Demenz für uns? Was brauchen wir?), Faktenblätter, Angebotslisten, Angebotsdatenbanken

Umsetzungsidee

Schulung für Mitarbeitende mit Einwohnerkontakt organisieren



Modul 2a: Gesellschaft und Bevölkerung

Zielgruppe

Einwohnerinnen und Einwohner der Gemeinde aller Generationen

Inhalt

Impulsartikel in Einwohnerzeitung, Veranstaltungen, Podiumsdiskussion

Modul 2b: Schulen und Jugend

Zielgruppe

Lehrpersonen, Schülerinnen und Schüler, Jugendgruppen

Inhalt

Gruppenaktivitäten, Integration in Lehrplan

Umsetzungsidee

Projekt «Alter und Demenz» initiieren



Modul 3: Betreuende und pflegende Angehörige

Zielgruppe

Personen im engen Umfeld von Menschen mit Demenz

Inhalt

Veranstaltungen, Kurse, Freiwilligenpool, Entlastungsangebote



Modul 4a: Kirchen

Zielgruppe

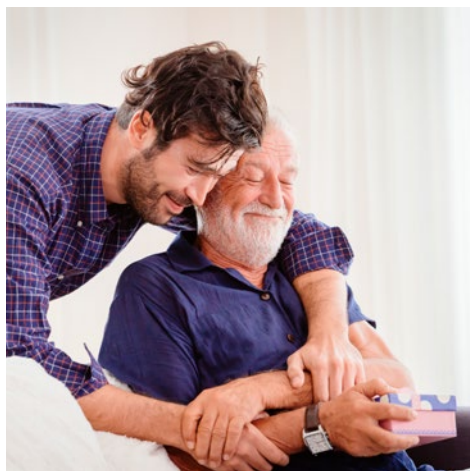
Kirchenverwaltungen

Inhalt

Konzepte, Ideenpool, Veranstaltungen mit Fachreferat, Kommunikationsideen, Best Practice

Umsetzungsidee

Grundkurs zu Demenz für Freiwillige ermöglichen



Modul 4b: Vereine

Zielgruppe

Vereinsvorstände, Freiwilligenorganisationen

Inhalt

Konzepte, Ideenpool, Veranstaltungen mit Fachreferat, Kommunikationsideen, Best Practice

Umsetzungsidee

Grundkurs zu Demenz für Freiwillige ermöglichen



Modul 5: Dienstleister Soziales und Gesundheit

Zielgruppe

Spitexorganisationen, Ärzte, MPAs, Entlastungsdienste, Tagesangebote

Inhalt

Netzwerkkonzept, Ideenpool, Best Practice



Modul 6: Unternehmen mit Kundenkontakt

Zielgruppe

Detaillisten, Poststellen, Banken, Agenturen, öffentlicher Verkehr, Handwerksbetriebe

Inhalt

Kommunikationskonzept zu Betrieben, Broschüren, Schulungskonzept, Teilhabe

Umsetzungsidee

Schulung für Mitarbeitende mit Kundenkontakt organisieren



Modul 7: Öffentlicher Raum

Zielgruppe

Städteplaner, Hochbau- und Tiefbauamt, Architekten

Inhalt

Tipps für Raumgestaltung



Referate, Betriebsinterne Weiterbildungen

Die Situation am Arbeitsplatz ist eines der zentralen Themen jüngerer Menschen mit Demenz. Als Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer stehen sie und ihre Vorgesetzten vor ganz besonderen Herausforderungen.

Jüngere Menschen mit Demenz

Häufig treten erste Symptome vor einer Diagnose auf. Weil noch wenig bekannt ist, dass Demenz auch jüngere Menschen treffen kann, ist die Diagnosestellung meist schwierig und langwierig. Fehldiagnosen wie Depression oder Burnout sind häufig. Betroffene durchlaufen einen schwierigen und oft schmerzhaften Prozess, bis sie endlich Klarheit darüber haben, was mit ihnen los ist. Dabei werden Auffälligkeiten schon früh von Arbeitskolleginnen und -kollegen oder von den Vorgesetzten bemerkt. Aber diesen gelingt es oft ebenso wenig wie den Menschen mit Demenz, ihre Beobachtungen richtig einzuordnen. Dies führt zu Unsicherheiten auf beiden Seiten und erhöht die Wahrscheinlichkeit von unangemessenen Reaktionen (Alzheimer Schweiz: Demenz und Arbeitsleben).

Für jede Interessengruppe das passende Angebot bezüglich Demenz – Alzheimer Thurgau hat das.

Nachbarschaft, Vereinsleben

Im Quartier oder im Verein hat es Menschen mit Demenz. Wie verhalte ich mich richtig, damit sie Teil der Gemeinschaft bleiben?

Familien und Bekannte

Sie sind zehn oder mehr Personen, die sich für das Thema Demenz interessieren und möchten als diese Gruppe eine individuelle Schulung?

Unser Angebot

Gerne organisieren wir zusammen mit Ihnen den passenden Anlass und vermitteln fachlich ausgewiesene Referentinnen und Referenten sowie Leiterinnen und Leiter von Workshops und dergleichen. Aufgrund Ihrer Bedürfnisse und Wünsche erarbeiten wir die entsprechende Offerte.

Sponsor

Möchten Sie Vorträge verschenken? Dann steht künftig Ihr Name hier.

Sponsoren

Vielen Dank für die Unterstützung

Alters- und Pflegezentrum
Amriswil



Evangelische Landeskirche
des Kantons Thurgau



GENOSSENSCHAFT
ALTERSZENTRUM
KREUZLINGEN

HAFENSTADT  **ROMANSHORN**
REGIONALES PFLEGEHEIM

Katholische Landeskirche  Thurgau

**Ria & Arthur
Dietschweiler
Stiftung**

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Thurgau



 **Seniorenzentrum
Region Sulgen**

 **Spital Thurgau**

**PRO
SENECTUTE**
| Thurgau

 **Thurgauer
Kantonalbank**
FÜRS GANZE LEBEN

Thurgauer Tagblatt AG Weinfelden



 **wmp senn**
werbeagentur

Alzheimer Thurgau

Ihr Ansprechpartner bei allen Formen von Demenz

Demenz

Demenz umfasst bestimmte Symptome, die meist als Folge einer Gehirnerkrankung auftreten. Demenz ist keine normale Alterserscheinung. Die Hirnleistungen lassen deutlich nach und die Symptome beeinflussen den Alltag. Es gibt über 100 verschiedene Demenz-Erkrankungen. Die Alzheimer-Krankheit ist die häufigste Demenzform.

Rund 5 % aller Menschen mit Demenz erkranken vor dem 65. Lebensjahr. Eine Erkrankung betrifft immer alle Altersgruppen: Partnerin oder Partner, Töchter, Söhne, Schwiegerkinder, Grosskinder, manchmal sogar Eltern sowie weitere enge Bezugspersonen.

Im Kanton Thurgau leben derzeit rund 4600 Menschen mit einer demenziellen Erkrankung.

Was wir tun

- / Alzheimer Thurgau informiert und sensibilisiert die Bevölkerung des Kantons Thurgau zum Thema Demenz.
- / Wir engagieren uns für die Verbesserung der Lebenssituation von Menschen mit Demenz und ihren Bezugspersonen.
- / Wir bieten Betroffenen und ihren Bezugspersonen während des gesamten Krankheitsverlaufs einfachen Zugang zu umfassenden Informationen sowie individueller Beratung.
- / Wir fördern die Vernetzung mit anderen Organisationen, die sich bezüglich demenzieller Erkrankungen engagieren, damit Betroffene und ihre Bezugspersonen bestmögliche Unterstützung erhalten.

Wir sind für Sie da.

052 721 32 54

Montag bis Freitag

09.00–12.00 Uhr

Alzheimer Thurgau

Dunantstrasse 2 • 8570 Weinfelden

info.tg@alz.ch • www.alz.ch/tg

Ihr Engagement

Solidarität, die bewegt

Die Gesellschaft muss so gestaltet sein, dass niemand aus gesellschaftlichen Gründen Angst vor einer Demenzdiagnose haben muss, fordert Prof. Martina Schmidhuber, Health Care Ethics, Universität Graz. Es braucht uns alle.

Mit Ihrer Mitgliedschaft, einer Spende oder einem Legat unterstützen Sie Menschen mit Demenz und ihre Bezugspersonen.

Als Mitglied sind Sie an der jährlichen Mitgliederversammlung stimmberechtigt und stärken den Verein. Zweimal jährlich erhalten Sie das Magazin «auguste» von Alzheimer Schweiz.

Bei vielen unserer Angebote für Menschen mit Demenz arbeiten freiwillige Mitarbeitende mit. Möchten Sie sich freiwillig engagieren?

Impressum

Redaktion

Alzheimer Thurgau,
Dunantstrasse 2, 8570 Weinfelden

Layout und Umsetzung

wmp senn gmbh, Weinfelden

Druck

Thurgauer Tagblatt AG
Druck und Digitale Medien
8570 Weinfelden

Fotos

Alzheimer Schweiz
Titelseite: Paul Green, Unsplash
Rückseite: Joshua Gaunt, Unsplash

Rufen Sie uns an, schreiben Sie uns eine E-Mail oder informieren Sie sich auf alz.ch/tg oder alz.ch. Für Ihr Interesse und Ihr Engagement danken wir Ihnen herzlich.

Mitgliedschaft

Einzelmitgliedschaft

CHF 50.– pro Jahr

Partner-/Familienmitgliedschaft

CHF 80.– pro Jahr

Kollektivmitgliedschaft

CHF 200.– pro Jahr

Anmeldung Mitgliedschaft



www.alz.ch/tg
Register «Helfen Sie»
oder via QR-Code

Spendenkonto

Alzheimer Thurgau
Dunantstrasse 2 • 8570 Weinfelden
IBAN: CH67 0078 4296 8536 8200 1

Twint





Fragen zu Demenz? Wir sind für Sie da.

Alzheimer Thurgau

Dunantstrasse 2 • 8570 Weinfelden
info.tg@alz.ch • www.alz.ch/tg



052 721 32 54

Montag bis Freitag
09.00–12.00 Uhr

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung.

Twint



Spendenkonto

IBAN: CH67 0078 4296 8536 8200 1