



	SPORT UND BEWEGUNG
TROTZ(T)	
	DEMENZ

Bayernweites Projekt „Sport und Bewegung trotz(t) Demenz“

"Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege, sowie durch die Arbeitsgemeinschaft der Pflegekassenverbände in Bayern und durch die private Pflegeversicherung gefördert."

gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege 

Festhalten, 
was verbindet.
Bayerische Demenzstrategie

Der Projektträger

Verantwortlich für das Projekt ist die Deutsche Alzheimer Gesellschaft Landesverband Bayern e.V., in der sich rund 30 regional tätige Alzheimer Gesellschaften Bayerns zusammengeschlossen haben. In unseren Grundsätzen stehen wir für Selbsthilfe, Unabhängigkeit und Kompetenz. Unsere Aufgabe sehen wir darin, die Interessen von Menschen mit Demenz und ihrer Angehörigen zu wahren und zu vertreten, und deren Situation zu verbessern.

Dies versuchen wir mit folgenden Aktivitäten zu erreichen:

- ❖ Beratung und Information betroffener Personen, Gruppen und Organisationen
- ❖ Aufbau und Unterstützung regionaler Alzheimer Gesellschaften, Initiativen und Netzwerke
- ❖ Öffentlichkeitsarbeit durch landesweite Informationsveranstaltungen und Fachtage
- ❖ Schulung von Angehörigen, Fachkräften und Ehrenamtlichen im ambulanten, teilstationären und stationären Bereich sowie in Kliniken
- ❖ Fortbildung von Schülern und Personen des öffentlichen Dienstes (Polizei, Bank, Geschäfte)
- ❖ Aufbau und Umsetzung von Hilfen für Menschen mit Demenz und deren Angehörige (Besuchsdienste, Betreuungsgruppen, Angehörigengruppen, begleiteter Urlaub)
- ❖ Initiierung, Planung und Durchführung bayernweiter Projekte wie z.B. Menschen mit Demenz im Krankenhaus und Leben mit Demenz in der Kommune
- ❖ Interessensvertretung in Gremien des Gesundheitswesens, Mitwirkung bei der Ausgestaltung von Verordnungen auf Landesebene durch fachliche und politische Stellungnahmen

Das Projekt Sport und Bewegung trotz(t) Demenz

Mit dem Projekt (Laufzeit von 05/15 bis 04/20) möchten wir einen Beitrag zu Verbesserung der Situation von Menschen mit Demenz in einer frühen Krankheitsphase leisten. Durch Aufrechterhaltung der sozialen Bezüge und die Teilnahme am öffentlichen Leben in vertrauten Bereichen, möchten wir die Lebensqualität trotz Erkrankung erhalten. Daneben wissen wir, dass Bewegung zur Prävention von Demenzerkrankungen beiträgt und den Krankheitsverlauf positiv beeinflusst. Deshalb möchten wir in Kooperation mit Vereinen, Verbänden und Organisationen Bayerns neue, geeignete Sport- und Bewegungsangebote initiieren, an denen Menschen mit Demenz und andere teilnehmen können. Gerade Sportvereine mit ihrer großen integrativen Kraft können einen wichtigen Beitrag leisten, dass erkrankte Menschen ihren Platz in „unserer Mitte“ behalten.



Mit folgenden Projektbausteinen möchten wir diese Ziele erreichen:

1. Schulung von Kursleitungen

- ❖ In Seminaren mit 40 Fortbildungseinheiten bereiten wir Übungsleiterinnen und Übungsleiter und Fachkräfte der sozialen Arbeit auf die Leitung von Bewegungs- und Sportgruppen vor.
- ❖ Die geschulten Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollen nach der Schulung Angebote aufbauen und leiten, die den Projektzielen entsprechen.

2. Unterstützung beim Aufbau von Angeboten

- ❖ Wir beraten potentielle Anbieter demenzspezifischer Angebote bei der Entscheidungsfindung, und informieren zum Thema Demenz.
- ❖ Wir unterstützen Anbieter bei der Gestaltung geeigneter Angebote und bei der Gewinnung von Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

3. Förderung neuer Angebote aus Projektmitteln

- ❖ Modellhafte Angebote, die Menschen mit Demenz beteiligen, können wir auf Antrag aus Projektmitteln fördern.

4. Öffentlichkeitsarbeit

- ❖ Das Projekt und entstehende Angebote stellen wir auf unserer Homepage dar.
- ❖ Wir unterstützen Anbieter und Kooperationspartner bei der Bekanntmachung der Angebote.
- ❖ Im Verlauf des Projektes werden wir in zwei öffentlichen Fachtagen dessen Verlauf und die Erfahrungen darstellen.

5. Fachaustausch

- ❖ Während der Projektlaufzeit ist ein regelmäßiger Fachaustausch aller Projektbeteiligten, der Anbieter, der Kursleitungen sowie der Alzheimer Gesellschaften eingerichtet.
- ❖ Aufgabe dieses Fachaustausches ist eine Weiterentwicklung der Angebote und die Entwicklung eines Handlungsleitfadens und Handreichungen für Kursleitungen und Anbieter.

Die Seminare Kursleitung „Sport und Bewegung trotz(t) Demenz“

Im Verlauf des Projektes qualifizieren wir Kursleitungen, die in den Regierungsbezirken Bayerns Angebote für Menschen mit Demenz in einer frühen Krankheitsphase ins Leben rufen sollen.

Zielgruppe

Als Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Seminare kommen Personen in Frage, die geeignete Qualifikationen mitbringen und motiviert sind, nach Absolvierung des Seminars mit ihren Vereinen bzw. Organisationen passende Sport und Bewegungsangebote zu organisieren:

- ❖ Übungsleiterinnen und Übungsleiter von Sportvereinen und vergleichbare Ausbildungen
- ❖ Fachkräfte der Pflege oder Sozialpädagogik, mit Erfahrung im Arbeitsfeld Demenz

Inhalte des Seminars

- ❖ Demenz verstehen (Erkrankungen, Krankheitsstadien, Symptomatik und Kompetenzen)
- ❖ Menschen mit Demenz verstehen (wie reagieren Menschen auf die spürbare Veränderung, was sind ihre Wünsche und Bedürfnisse)
- ❖ Menschen mit Demenz begegnen (Umgang mit den Menschen unter Berücksichtigung ihrer speziellen Situation, Kommunikation)
- ❖ Gestaltung der Angebote unter Berücksichtigung kognitiver Veränderungen
- ❖ Angebote initiieren, vernetzte Zusammenarbeit in der Region, Rahmenbedingungen
- ❖ Rechtliche Grundlagen und Finanzierung von Angeboten
- ❖ Motorische, kognitive, motivationale, emotionale und soziale Ziele des Angebotes
- ❖ Praktische Übungen zu Ausdauer, Kraft, Koordination, Beweglichkeit
- ❖ Praktische Übungen zur Körper- und Sinneswahrnehmung, Tänze nach Musik im Sitzen und in der Bewegung.



Methoden

Vortrag und Erfahrungsaustausch, Gruppendiskussion, Veranschaulichung mit Filmen, praktische Übungen

Seminar Kursleitung „Sport und Bewegung trotz(t) Demenz“ KL 04-19 in Germering, Oberbayern

Ort: Pfarrsaal, Pfarrei St. Martin, Germering, Marquartweg 4, 82110 Germering

Termine: Di 22.10./ Mi 23.10./ Do 24.10./ Fr 25.10.2019, insgesamt 40 Einheiten á 45 Min

Kurszeiten: Dienstag von 9.30-18.30 Uhr, Mittwoch - Freitag von 09.00-18.00 Uhr.

Kursleiter

- ❖ Silke Grotkasten, Staatl. geprüfte Gymnastiklehrerin, Diplom-Sportlehrerin, Kursleiterin Freizeit- und Gesundheitssport
- ❖ Gerd Miebling, Diplom-Sportlehrer, Diplom-Psychogerontologe
- ❖ Dr. Winfried Teschauer, Diplom-Biologe, Gerontologe M. Sc., Referent Landesverband

Seminarbeitrag: 50,00 € Kursgebühr mit dem Vermerk *Teilnahmebeitrag KL-Schulung 04-19* sind als getrennte Summen mit der schriftlichen Anmeldung auf das Konto des Landesverbandes zu überweisen. Für eine Gemeinschaftsverpflegung ist durch unseren Kooperationspartner – das Brucker Forum – gesorgt.

Die Kosten für Übernachtungen müssen von dem Teilnehmerinnen und Teilnehmern selbst übernommen werden.

Anmeldung:

- Schriftlich mit dem Anmeldeformular (dieses finden Sie auf unserer Homepage)
- Übernachtungen bitten wir Sie selbst zu planen und zu buchen.

Weitere Informationen zum Projekt finden Sie unter:

<https://www.alzheimer-bayern.de/index.php/wir-fuer-sie/projekte/sport-und-bewegung-trotz-t-demenz>

Bei Fragen zum Projekt oder bei Interesse an einer Zusammenarbeit, können Sie gerne mit mir Kontakt aufnehmen.

Dr. Winfried Teschauer, Projektleitung
Deutsche Alzheimer Gesellschaft Landesverband Bayern e.V.
Frauentorgraben 73, 90443 Nürnberg
Tel. 0911-44 66 784, Fax. 0911-27 23 501
teschauer@alzheimer-bayern.de
www.alzheimer-bayern.de

in Kooperation mit dem



**Brucker
Forum** e.V.
Kath. Erwachsenenbildung