



Newsletter 6/2011

Rückblick Vereinstreffen 23.9.2011

An einem herrlichen **Altweiberseptembernachmittag** trafen wir uns (nicht nur die „alten“ Weiber) in Moritzburg im Seniorenzentrum am Dardanellenweg. Über 20 Mitglieder und Freunde unseres Vereines waren der Einladung gefolgt und hatten auch diesen idyllischen Ort gefunden. Durch Familie Koch war der Veranstaltungsraum – mit Blick auf das Schloß! - wunderschön eingedeckt. Die Überraschungen sind immer die mitgebrachten selbstgebackenen Kuchen, oder dann später die Salate und Aufstriche. Es war von allem reichlich da. Deshalb von hier noch einmal ein Dankeschön an alle Beteiligten. Nach dem Kaffeetrinken ging es zu einem kleinen Spaziergang Richtung Leuchtturm und Fasanenschlösschen. Dabei kamen wir auch an den Dardanellen vorbei, einer nachgebauten Meeresstraße aus dem Altertum, als „Spielzeug“ für August dem Starken errichtet. Beim anschließenden Abendschmaus mit Gegrilltem und frischen Salaten war noch viel Zeit für anregende Gespräche. Einen schönen Abschluss fand unser Treffen mit gemeinsamen Gesang zur Gitarre. (Wer uns seine Fotos zur Verfügung stellen will, bitte an seniorenbegleitung@vodafone.de senden – Danke!)

Aktuelle Termine und Einladungen

Klärungs- und Starthilfen für Seniorenbegleiterinnen

An diesem Abend soll es u.a. um folgende Fragen gehen:

- Welche Möglichkeiten und Wege gibt es für mich als SeniorenbegleiterIn? (Ehrenamt, Existenzgründung, Minijob...)
- Was sind die Vor- und Nachteile dieser Wege?
- Welche Hilfen und Unterstützung brauche ich für meinen weiteren Weg in der Seniorenbegleitung?

Leitung: Dorothea Mendt / Wolfgang Bartel

Termin: **Mittwoch 12.10. 2011**

Zeit: 17:00 – 20:30 Uhr

Ort: Kontaktstelle Seniorenbegleitung Dresden

Kosten: **5 € als Spende für den Verein**

Anmeldung bis 15:00 Uhr über Tel. 0351 327 3309 oder seniorenbegleitung@vodafone.de

Am Donnerstag, den **13. Oktober** findet der Aktionstag „**Pflege braucht Pflege**“ von 14:00 bis 17:00 Uhr auf dem Platz vor dem Sächsischen Landtag statt.

Informationen dazu findet ihr unter www.pflege-braucht-pflege.de

Im Deutschen Hygiene-Museum Dresden findet am **27. und 28. Oktober** eine Tagung statt. Thema: „**Herausforderung Demenz – Für eine neue Kultur des Zusammenlebens**“.

Informationen dazu unter: www.aktion-demenz.de/dresden

Dabei wird u.a. am **27.10., 19:30 Uhr** der Film „**Small world**“ öffentlich aufgeführt. Nach dem Bestseller von Martin Suter, der die Kriminalgeschichte eines Mannes mit beginnender Demenz erzählt.

In Dresden findet in diesem Jahr **kein** neuer Grundkurs Weiterbildung statt.

Aus Mangel an Teilnehmern haben wir die Kurse Dresden und Pirna zusammen nach Pirna gelegt.

Der neue Grundkurs startete dort bereits am 7.10.2011.

Thematische Abende

„Gelebtes Leben feiern“

Geburtstage (nicht nur) in der zweiten Lebenshälfte individuell gestalten

Wer kennt sie nicht, die fröhlichen Kindergeburtstagsrunden, die leuchtenden Augen des Geburtstagskindes, die vielfältig gestalteten **Rituale**, die sich Familie und Freunde ausdenken, um diesen besonderen Tag mit einem gelungenen Fest zu feiern.

Wenn wir älter werden, entwickelt jeder eine ganz individuelle Beziehung zum jährlich wiederkehrenden Tag seiner Geburt und der Feier desselben, die sich sicher im Laufe eines Lebens immer wieder verändern wird.

Doch was in der Kindheit so selbstverständlich zu gelingen scheint, ist im Erwachsenenleben nicht unbedingt leicht umsetzbar. **Wünsche nach Veränderung stehen altbewährten (Familien) Traditionen gegenüber.** Vage Ideen einer persönlichen Gestaltung der Geburtstagsfeier scheitern an konkreten Umsetzungsmöglichkeiten. Oft ist es auch nur der Wunsch nach „etwas anderem“ und die entsprechenden Ideen müssen erst geweckt werden.

Ausgehend von einigem grundlegenden Wissenswerten zu **Ritualen** bilden Geburtstage und die sich damit bietenden Möglichkeiten, **gelebtes Leben zu feiern** den Schwerpunkt dieses Seminars. Wir schöpfen aus dem Reichtum des traditionell Bewährten und gewinnen neue Impulse und Ideen für eine individuelle Gestaltung besonders für und mit Senioren.

Iris Haubold, Dipl.-Sozialpädagogin, Ausbildung in Ritualgestaltung an der Fachschule für Rituale, Turgi, Schweiz


Leitung: Iris Haubold

Termin: **Mittwoch, 2.11.2011** **NEU**

Zeit: 17:00 – 20:30 Uhr

Ort: Kontaktstelle Seniorenbegleitung Dresden

Kosten: 15 € / Ermäßigung auf Anfrage möglich

 **Anmeldung** bis zum 25.10.2011 über Tel. 0351 327 3309 oder seniorenbegleitung@vodafone.de

Hier ein Angebot der Kontaktstelle in Pirna:!!

Senioren/Menschen mit Demenz begleiten

- methodische Anregungen für die Einzelbegleitung

In der Begleitung älterer Menschen ist es manchmal gar nicht so leicht eingeschliffene Gleise zu verlassen und neue Zugänge zu finden. Die Begleiter wünschen sich Ideen und Anregungen, mit deren Hilfe sich neue Türen öffnen lassen

In diesem Kurs sollen Anregungen für die Begleitung von älteren Menschen und Menschen mit Demenz vermittelt werden. Mit welchen Methoden, Gegenständen und Materialien kann ich ein

Erinnern und ein Gespräch anregen und vertiefen. Wie kann ich Erinnerungen wecken und austauschen und auf diesem Wege bedeutsame Inhalte aus dem Leben dieses Menschen reaktivieren.

Dieser Kurs ist besonders für die Einzelbegleitung gedacht, die Ideen können in den meisten Fällen auch für Gruppenangebote genutzt werden

Weiterführende Literatur wird im Kurs vorgestellt

Leitung: Dorothea Mendt

Termin: **Donnerstag, 3. November 2011**

Zeit: 9 - 16 Uhr

Ort: Kontaktstelle Seniorenbegleitung **Pirna**

Kurskosten: € 20 (Ermäßigung auf Anfrage möglich)

📌 Anmeldung bis zum 27. Oktober 2011 in Pirna

Kontaktstelle Seniorenbegleitung

Di-Do 9.00-16.00 Uhr

Lange Str.21

01796 Pirna

Tel.: 03501 790583

Fax.: 03501 790397

email: zbbb.seniorenbegleitung@gmx.de

📌 PS: Diese Veranstaltung findet auch in Dresden statt, aber erst am **13. und 14. Januar 2012**, Anmeldungen dafür bitte bis zum 5.1.2012 an die KontaktstelleSeniorenbegleitung über Tel. 0351 327 3309 oder seniorenbegleitung@vodafone.de

Rhythmische Einreibungen nach Wegman / Hauschka

Bei rhythmischen Einreibungen wird mit einer warmen, ruhigen und atmenden Berührung gearbeitet, die ohne Druck auskommt. Sie werden je nach Bedarf als Teil- oder Ganzeinreibungen angewendet. Dabei werden heilsame Öle oder Salben auf die Haut aufgetragen.

Die Einreibung stärkt die Lebenskräfte, lässt Grenzen erkennen und unterstützt die Selbstheilung. Sie eignet sich dort, wo eine Massage zu kräftig wäre.

Die Einreibung kann:

- entspannen – beleben – durchwärmen – die Atmung vertiefen – Schmerzen lindern
- wach machen – den Schlaf unterstützen – den Stoffwechsel ausgleichen – innerlich aufrichten

Diese Art der Einreibung ist auch besonders für Menschen mit Demenz, für bettlägrige und schwerkranke Menschen, sowie Sterbende geeignet.

Leitung: Michaela Schnur / Gesundheits- und Krankenpflegerin

Termin: **Donnerstag, 10. November 2011**

Zeit: 17.00 – 20.30 Uhr

Ort: Rudolf-Steiner-Haus Angelikastr. 4 / Nähe Waldschlösschenbrücke

Kosten: 15 €

📌 Anmeldung bis 2.11. über Tel. 0351 327 3309 oder seniorenbegleitung@vodafone.de

Praxisberatungen

Wir wollen die Praxisberatung auch in diesem Jahr fortführen. In einer kleineren Gruppe geht es um den Erfahrungsaustausch und die Beratung zu Fallbeispielen aus der Praxis. Es gibt eine Gruppe in Dresden und zwei in Pirna. Es können gerne noch Interessierte dazu kommen.

Nächste Termine

Treffen der Gruppe Dresden:

Ort: Kontaktstelle Seniorenbegleitung, Kreischaer Str. 3, 01219 Dresden

Zeit: 18 Uhr

Do. 21.10. / 18.11. / 16.12. / 2011

Treffen der Gruppen Pirna:

Ort: ZBBB, Lange Straße 21, 01796 Pirna

Praxisberatung Gruppe 1: 26. Oktober, 30. November, jeweils 17.00 Uhr

Praxisberatung Gruppe 2: 19. Oktober, 23. November, jeweils 16.45 Uhr

Am 14.12. um 17.00 Uhr findet die gemeinsame **Weihnachtsfeier** der Gruppe 1 und 2 statt.

Wer es bis hier hin geschafft hat, soll mit etwas zum Schmunzeln belohnt werden:

Drei Männer treffen sich zur Vorbereitung des 25jährigen Klassentreffen. Wichtige Frage: „Wo gehen wir hin? In den 'Goldenen Löwen' – da gibt es die schönsten Kellnerinnen!“

Die Vorbereitung zum 30jährigen Klassentreffen. Wieder die Frage: „Wo gehen wir hin? In den 'Goldenen Löwen'- da gibt es die größten Essenportionen!“

Das 40jährige Klassentreffen: „Wo gehen wir hin? In den 'Goldenen Löwen' – da kommen wir ebenerdig (behindertengerecht) rein!“

Nun das 50jährige Klassentreffen: Wichtige Frage zuerst: „Wo gehen wir hin? In den 'Goldenen Löwen' – da waren wir noch nie!!“

Für Anregungen und Hinweise für den nächsten Newsletter bin ich dankbar!

Herzliche Grüße

Margit Harz

Redakteurin