

NRW Selbsthilfe-Tour 2021

Wieso? Weshalb? Warum?

Die bundesweit einmalige Zusammenarbeit wirbt für Selbsthilfe: Krankenkassen und Selbsthilfe touren durch NRW.

Unter dem Motto „Nimm dein Leben in die Hand!“ findet von August bis Oktober die NRW Selbsthilfe-Tour 2021 statt. In vielen Städten Nordrhein-Westfalens gehen in diesem Zeitraum die Selbsthilfe-Kontaktstellen und Landesorganisationen der Selbsthilfe mit einem Truck und einer mobilen Bühne in die Fußgängerzonen.

Auf der Internetseite sind weitere Informationen zur Selbsthilfe-Tour und alle Tourstops zu sehen. Ab April werden dann Fotos und Berichte der stattgefundenen Veranstaltungen veröffentlicht.

Auf der Tour wird mit einem vielfältigen Programm für das Thema Selbsthilfe geworben. Auf der Bühne werden sich Selbsthilfegruppen vorstellen, es wird Talkrunden mit interessanten Gästen geben und für Musik und Unterhaltung ist ebenfalls gesorgt.

Selbsthilfe bewegt etwas!

„In der Selbsthilfegruppe konnte ich mich aktiv mit meiner Krankheit auseinandersetzen. Jetzt fühle ich mich meinem Schicksal nicht mehr ausgeliefert und helfe mir selbst.“

Christina

„Selbsthilfe bewegt in NRW“ ist ein Projekt von:

- FAS – Fachausschuss Sucht
- LAG Selbsthilfe NRW
- KOSKON – Koordination für Selbsthilfe in NRW

Gefördert wird die NRW Selbsthilfe-Tour 2021 durch die Krankenkassen/-verbände in NRW.

www.nrw-selbsthilfe-tour.de



#SelbsthilfeBewegt

NRW Selbsthilfe TOUR

TOURSTOP IN DÜSSELDORF

21. September 2021, 09:45 – 14:30 Uhr
Schadowplatz



Alzheimer NRW

Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V.

Im Auftrag
Bergische Landstraße 2
40629 Düsseldorf

Tel.: 0211/240869 -10
Fax: 0211/240869 -11

info@alzheimer-nrw.de
www.alzheimer-nrw.de

Ein Projekt von:



Gefördert durch:

SELBSTHILFEFÖRDERUNG



www.nrw-selbsthilfe-tour.de



#SelbsthilfeBewegt

www.nrw-selbsthilfe-tour.de



#SelbsthilfeBewegt



Programm Düsseldorf

21. September 2021, 09:45 – 14:30 Uhr

09:45 Uhr Begrüßung

durch die Moderatorin Cornelia Benninghoven & dem Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW e. V. sowie der Alzheimergesellschaft Düsseldorf e. V. – Selbsthilfe Demenz

10:00 Uhr Musik zum Mitmachen

durch BenTai Trawinski

11:15 Uhr Yoga zum Mitmachen

durch Bodywork Mettmann

12:15 Uhr Vortrag „Demenz genau hinsehen“

Dr. Timm Strotmann-Tack, Chefarzt Gerontopsychiatrie LVR-Klinik Viersen

13:00 Uhr Pause

13:15 Uhr Quiz und Vorstellung

des Landesverbands der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V.

14:00 Uhr Vorstellung der Alzheimer-gesellschaft Düsseldorf e.V. – Selbsthilfe Demenz

14:15 Uhr Beweglicher Ausklang

Außerdem von 10:00 – 12:00 Uhr:
Kunst-Mitmachaktion von Raum-D

Infos zur Veranstaltung

Weltweit sind mehr als 50 Millionen Menschen von Demenzerkrankungen betroffen, zwei Drittel davon in Entwicklungsländern. Bis 2050 wird die Zahl voraussichtlich auf 152 Millionen steigen, besonders dramatisch in China, Indien, Südamerika und den afrikanischen Ländern südlich der Sahara. Seit 1994 finden am 21. September in aller Welt vielfältige Aktivitäten statt, um die Öffentlichkeit auf die Situation von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen aufmerksam zu machen.

Wird die Diagnose Demenz gestellt, sehen wir manchmal statt des Menschen nur noch die Krankheit. Doch Menschen mit Demenz verfügen über Fähigkeiten, wollen selbstbestimmt leben, wollen mit einbezogen werden, wollen sich aktiv einbringen. Damit Menschen mit Demenz teilhaben können, heißt es genau hinsehen: Langsamer reden, den Blickkontakt suchen, einfache Worte wählen, geduldig sein. Und es heißt aufmerksam sein, ob jemand im Supermarkt, im Bus, auf der Straße oder anderswo unsere Unterstützung benötigt.

Wenn Angehörige oder Freunde feststellen, dass sich jemand verändert, Verabredungen vergisst, anderen Familienmitgliedern oder Bekannten plötzlich unberechnigte Vorwürfe macht oder sich aus Hobbys und Aktivitäten zurückzieht, dann sollten auch sie genau hinsehen, behutsam mit den Betroffenen darüber reden und eine ärztliche Untersuchung anregen. Es gibt viele Formen der Unterstützung und Entlastung – sie helfen Menschen, so lange wie möglich gut mit einer Demenzerkrankung zu leben und im Alltag teilhaben zu können.

Deshalb fordert das Motto für den Welt-Alzheimerntag (WAT) am 21. September und die Woche der Demenz 2021, die zwischen dem 20. bis 26. September stattfindet, dazu auf: „Demenz – genau hinsehen!“

Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen sollen erleben, dass sie trotz der Erkrankung akzeptiert werden und dazugehören. Deshalb informieren Alzheimer-Gesellschaften und andere Engagierte am WAT und in der Woche der Demenz über die Erkrankung und ihre Folgen für Betroffene und Angehörige.

Vorstellung des Veranstalters

Der Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW setzt sich für eine bessere Versorgung der rund 350.000 an Demenz erkrankten Menschen in Nordrhein-Westfalen ein. Wir machen uns auf Landesebene stark, um bessere Rahmenbedingungen für Menschen mit Demenz und ihre Familien zu schaffen. Wir informieren und suchen den Dialog zu Politik und Fachverbänden. Wir unterstützen und begleiten den Aufbau regionaler Selbsthilfegruppen. Wir schulen pflegende Angehörige im Umgang mit Demenzerkrankten und zeigen Wege auf, den Alltag zu bewältigen. Damit Menschen mit Demenz in Würde leben können.

Die Alzheimergesellschaft Düsseldorf e.V. – Selbsthilfe Demenz ist eine Selbsthilfeorganisation, die sich mit ihrem Angebot an alle Menschen, die von der Alzheimer-Krankheit oder anderen Demenzerkrankungen betroffen sind, wendet.

Unabhängige Beratung rund um das Thema Demenz, lokale Unterstützungs- oder Betreuungsmöglichkeiten sowie Besuchsdienste und Gesprächsgruppen bieten Entlastung für Menschen mit Demenz und pflegende Angehörige. Neben verschiedenen Angeboten zur Freizeitgestaltung und Aktivierung ist auch die Aufklärung über das Krankheitsbild durch Vorträge und Schulungen Teil unserer Aufgaben.