

## SEMINAR:

### „Das Gestern ist das Heute von Morgen...und die Weisheit der Demenz“

Termin: Di. 30.04.2024, 9:00 – 17:00

Ort: St. VIRGIL, Ernst Greinstraße 14, 5026 Salzburg, Raum 2; Tel.: +43 662 65901-0

Für die Lebensqualität von Menschen mit und ohne Demenz ist es wichtig, die eigene Biografie zu kennen und auch die Zusammenhänge für die eigene Gehirngesundheit zu verstehen. *Hinter jedem Verhalten ist eine Ursache und Situationen* im Hier und Jetzt können Verluste aus der Vergangenheit wecken

Dieses Seminar führt behutsam mit zahlreichen Übungen in die Vergangenheit, wo eigentlich alles begann, und zeigt Möglichkeit für unser eigenes Altern und wie wir unser Altern positiv gestalten können. **Selbstreflexion** und **Wahrnehmung** sind die Schlüssel zur persönlichen Entwicklung. Selbstreflexion ermöglicht uns ein bewusstes Nachdenkens über unsere Gedanken, Gefühle, Handlungen und Erfahrungen. Verschiedene Wahrnehmungsübungen helfen uns auch unser Gegenüber bewusster zu erleben. Gleichzeitig erzählt Hildegard Nachum aus ihrer unmittelbaren Erfahrung wahre, berührende, tragische und komische Geschichten aus der Welt der Demenz und bietet Hilfestellung im Umgang mit herausfordernden Verhalten von Betroffenen.

#### Referentin:

Hildegard Nachum: Sie ist studierte Politik- und Kommunikationswissenschaftlerin, Validationsmasterin, zertifizierte Validationslehrerin, Referentin in der Ausbildung von geriatrischen Pflegekräften und Autorin, lebte 20 Jahre in Israel und sie verbindet in diesem Seminar Ihre eigene jahrzehntelange Erfahrung mit der Lesung aus dem Buch „Die Weisheit der Demenz“.



#### Die Veranstaltung richtet sich an:

Pflegende Angehörige, Menschen 50 +, ehrenamtlich Betreuende in Seniorenwohnhäusern, Menschen in Sozialberufen, Sportler:innen, Trainer:innen

#### Die Veranstaltung richtet sich an:

Pflegende Angehörige, Menschen 50 Plus in Salzburg, Sportler:innen, Trainer:innen, Interessierte Personen

Begrenzte Teilnehmer:innenzahl

Bitte Anmeldung: **ASVÖ LV Salzburg**

**Mag.<sup>a</sup> Birgit Riener**, Projektleitung

Itzlinger Hauptstraße 20, 5020 Salzburg

e-mail.: [birgit.riener@asvoe.at](mailto:birgit.riener@asvoe.at), [www.asvoe-salzburg.at](http://www.asvoe-salzburg.at),

Tel.: +43 660 62 97 900

Teilnahme an Veranstaltung ist kostenfrei, Verpflegung ist vor Ort persönlich zu entrichten.

Projekt wird gefördert durch



## BE – GEISTERUNG

### ANGEBOTE FÜR MENSCHEN 50+



Mit dem Projekt richtet sich der ASVÖ Salzburg an Menschen 50+! Unterschiedlichste Seminare, Kurse, Workshops laden Menschen 50+ ein, sich Informationen für eigene Gehirngesundheit, Bewegung und Präventionsmöglichkeiten bezüglich Demenz zu holen, sich auszutauschen und natürlich selbst aktiv zu werden und zu bleiben!

**Aktuelle Infos zu den Veranstaltungen unter:**  
[www.asvoe-sbg.at/projekte/be\\_geisterung](http://www.asvoe-sbg.at/projekte/be_geisterung)

Jeder Mensch, jede Bewegung, jeder Gedanke etc. benötigt eine Verbindung, einen sogenannten “Stecker”. Dieser Stecker ist besonders beim Älterwerden wichtig, um den “Anschluss” in vielerlei Hinsicht nicht zu verlieren.  
Das Herz verbindet und es wird nie dement.