

Wie ist die Situation vieler Menschen mit beginnender Demenzerkrankung und ihrer Partnerinnen und Partner?

Sie erleben ....

... dass sie sich allein fühlen in der neuen Situation mit der Diagnose Demenz

... dass es schwerer wird, im gemeinsamen Paaralltag Konflikte zu vermeiden

... dass ihnen Wissen fehlt für einen besseren Umgang mit der Erkrankung

... dass der Kontakt zu Familie und Freundeskreis anstrengender wird

**EduKation<sup>®</sup> Demenz und Partnerschaft wurde entwickelt, um Sie in dieser Situation als Paar zu unterstützen.**

Wenn Sie als Paar gemeinsam an einer Schulung teilnehmen möchten, melden Sie sich bei **Ankerpunkt Junge Demenz, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. an.**

ALZHEIMER GESELLSCHAFT HAMBURG  
BERATUNG & BEGLEITUNG

**ANKERPUNKT JUNGE DEMENZ** 

Sie sind:

- Persönlich betroffen oder
- An- und Zugehöriger von Erkrankten

mit einer Frontotemporalen Demenz oder einer Alzheimer-Demenz mit frühem Beginn.

Dann lassen Sie uns miteinander sprechen. Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme und Ihr Vertrauen.

Sie erreichen uns unter:



STEFANIE KLINOWSKI  
Tel.: 040 88 14 177 283



CHRISTINE BERG  
Tel.: 040 88 14 177 286

[ankerpunkt-junge-demenz@alzheimer-hamburg.de](mailto:ankerpunkt-junge-demenz@alzheimer-hamburg.de)



**Für Menschen mit beginnender Demenz und ihre LebenspartnerInnen**

## Was ist „EduKation Demenz und Partnerschaft“?

„EduKation Demenz und Partnerschaft“ ist ein Schulungsprogramm für maximal sechs Paare, von denen ein Partner an einer beginnenden Demenz erkrankt ist.

Das Gruppenprogramm wird von zwei erfahrenen Fachkräften geleitet. Es umfasst einen Seminartag (5 h) und 9 aufeinander aufbauende Sitzungen (à 120 Minuten).

In jeder gemeinsamen Sitzung wird zunächst das Thema in der Gruppe eingeführt. Anschließend arbeiten die Menschen mit beginnender Demenz und ihre PartnerInnen getrennt, so dass beide die Möglichkeit erhalten, sich im geschützten Rahmen auszutauschen.

Jede Sitzung endet mit einer gemeinsamen Abschlussrunde der Paare. So besteht die Möglichkeit, die jeweils andere Perspektive kennenzulernen und in den Paaralltag zu integrieren.

*„Für mich war das Seminar eine sehr große Hilfe. Wir verstehen uns wieder besser und wir haben noch viele Pläne zusammen!“ (Herr M., Partner)*

*„Ich finde gut, dass wir das Seminar zusammen gemacht haben. Sonst hätte mein Mann niemals verstehen können, was jetzt anders für mich ist mit meiner Demenz.“ (Frau S., an Demenz erkrankt)*

*„Ich habe weniger Angst vor der Zukunft.“ (Frau K., an Demenz erkrankt)*

*„Wir haben uns vorher nicht getraut, so offen bei unseren Freunden darüber zu reden. Sie nehmen viel Rücksicht.“ (Frau S., Partnerin)*

*„Wir haben sehr nette Paare hier kennengelernt. Wir treffen uns immer noch.“ (Frau K., Partnerin)*

*„Der Alltag ist nicht mehr so anstrengend. Das tut so gut.“ (Frau L., demenzerkrankt)*

## Zwei ausgebildete, erfahrene Kursleitungen helfen Ihnen

- die Krankheit „Demenz“ zu verstehen – mit ihren ganz persönlichen Auswirkungen auf Ihr alltägliches Leben – als Person und als Paar
- ein neues Verständnis für Ihre PartnerInnen zu entwickeln
- eigene Gefühle von Trauer und Abschied zu erkennen und zu akzeptieren
- Ihre veränderten Rollen in Ihrer Partnerschaft zu verstehen und annehmen zu lernen
- verschiedene Möglichkeiten der Stressbewältigung und Selbstpflege kennenzulernen
- Lebensqualität und soziale Beziehungen zu erhalten