In der Mitte des Lebens - und nun?

Impulse zum Umbruch / Aufbruch in die zweite Lebenshälfte
Tagesseminar zur Persönlichkeitsentwicklung

Häufig stellt sich in dieser Lebensphase die Frage: Wie wurden wir, was wir sind? Welche Entscheidungen, Menschen, Lebensumstände und auch Rückschläge haben mich geprägt? Wo stehe ich? Was habe ich von meinen Zielen und Träumen, beruflich und privat verwirklichen können? Wird die Sinngebung im Älterwerden eine andere? Der Blickwinkel verändert sich häufig.

Es geht mehr nach innen, weil im Außen vieles erreicht ist. Für welche Ziele, Visionen und Werte will ich mich zukünftig einsetzen? Welche Träume möchte ich noch verwirklichen? Habe ich den Mut und genügend Unterstützung für einen möglichen Neuanfang? Viele Fragen, auf die wir gemeinsam nach Antworten suchen werden.

Angelika Schilke | 1x 8 Ustd. | EUR 60,00
Sa 21.11.2015 | 10:00 - 17:00 Uhr | **Nr. 75050011** | Gerresheimer Str. 90

Hinweis:

Übergänge aktiv gestalten, biographische Ressourcen aktivieren

Anmeldung: EFL Beratungsstelle, Telefon: 0211 179337-0,
E-Mail: info@efl-duesseldorf.de

Gisela Göllner-Kesting, EFL-Beraterin, Supervisorin (DGSv), systemische Familientherapeutin (DGSF) | 4x 2 Ustd. | EUR 20,00
Di 08.09.2015 | 17:00 - 18:30 Uhr | **Nr. 64050025** | Klosterstr. 86

Die Sandwich-Generation - Leben zwischen Beruf, eigener Familie und alten Eltern

Die “Sandwich-Generation” der 40 bis 60jährigen ist immensen Belastungen ausgesetzt. Immer mehr Menschen der mittleren Generation müssen die Verantwortung für drei Generationen tragen: für sich selbst, ihre Kinder und ihre unterstützungsbedürftigen, alten Eltern. Sie reiben sich auf zwischen Liebe, Pflichtgefühl und Überforderung, um allen Anforderungen gerecht zu werden.

Dieses Seminar zeigt das Dilemma der „Sandwich-Generation“ auf, beschreibt deren komplexe Probleme anhand authentischer Fallbeispiele, aber auch, wie der Spagat zwischen Beruf, Familienleben, Selbstfürsorge und Elternfürsorge zu schaffen ist und informiert über Möglichkeiten der Entlastung.

Dorothee Döring | 1x 8 Ustd. | EUR 40,00
Sa 28.11.2015 | 10:00 - 16:00 Uhr | **Nr. 64050029** | Gerresheimer Str. 90

ASG-Bildungsforum

Arbeitsgemeinschaft
Sozialpädagogik und Gesellschaftsbildung e. V.
Gegründet 1954

Zur ASG als Trägerverein gehören das ASG-Bildungforum und die Familienbildungsstätte der ASG. Beide Einrichtungen sind vom Land NRW nach dem Weiterbildungsgesetz anerkannt und gemeinnützige Einrichtungen der Erwachsenenbildung. Gleichzeitig nimmt die ASG die Aufgaben der katholischen Erwachsenen- und Familienbildung für das Stadtdekanat Düsseldorf wahr.

Die Familienbildungsstätte der ASG ist zudem als Trägerin der freien Jugendhilfe anerkannt. Beide Einrichtungen werden von der Stadt Düsseldorf gefördert und sind zertifiziert nach Qualitätsnorm DIN EN ISO 9001:2008.
Die Veranstaltungen sind für alle offen.

Kontakt

Anschrift:	ASG-Bildungsforum Gerresheimer Str. 90 40233 Düsseldorf (Flingern)
Mo - Do	08:30 - 17:15 Uhr
Fr	08:30 - 14:30 Uhr
Zentrale Telefonnummer:	0211 1740-0
Fax:	0211 1740-222
ASG im Internet:	www.asg-bildungsforum.de
E-Mail:	asg@asg-bildungsforum.de

Ansprechpartner

Verantwortlich für den Programmbereich:
Das Alter begleiten

Petra Budde, Dipl.-Soz.-Päd.
E-Mail: budde@asg-bildungsforum.de

Joachim Pfeiffer, Dipl.-Theol.
E-Mail: pfeiffer@asg-bildungsforum.de

ASG BILDUNGSFORUM

Das Alter begleiten

September bis November 2015

www.asg-bildungsforum.de

Das Alter begleiten

Menschen erreichen heute ein zunehmend hohes Lebensalter. Das Thema Altern geht jeden an, denn was bedeutet es, körperlich, geistig, sozial und emotional zu altern? Es sind besondere Anforderungen an jeden Einzelnen und an die Gemeinschaft gestellt, uns und die Gesellschaft auf ein langes Leben vorzubereiten.

Die folgenden Bildungsveranstaltungen bieten Information, Qualifikation und Unterstützung für alle Interessierten, insbesondere für Angehörige, ehrenamtliche und professionelle Helfer, die Menschen im Alter pflegen, betreuen und begleiten.

Kompetenztraining: Mit Pflegebedürftigen und Demenz-Erkrankten umgehen

In Zusammenarbeit mit:
Deutsche Gesellschaft für Entspannung,
Stress- und Konflikt-Bewältigung (DGEV) e. V.

Ehrenamtliche Begleiter und Angehörige von pflegebedürftig erkrankten Menschen erhalten in diesem Seminar grundlegende Kenntnisse aus Praxis und Forschung und praktische Fertigkeiten für einen einfühlsamen Umgang mit pflegebedürftig Erkrankten.

Themenfelder des Seminars sind u. a.: den Umgang mit dem Pflegebedürftigen und mit Profi-Pflegern stress- und konfliktarm gestalten; veränderte Bedürfnisse, Denkweisen und Gefühle wahrnehmen; Wissen um beruhigende Strategien; Schutzstrategien für sich selbst entwickeln; kreative und gesunde Zeitgestaltung finden; praktische Anregungen für Aktivitäten, Entspannung und Ruhe; Gesprächsführung; Vorlesetechniken

Hinweis:
Auf Anfrage übernimmt die Pflegekasse event. anteilig Gebühren.

Termine: 2x samstags 09:30 - 16:30 Uhr
4x mittwochs 17:00 - 20:00 Uhr

Sa 05.09. / Mi 09.09. / Mi 16.09. /
Sa 19.09. / Mi 23.09. / Mi 30.09.2015

Andrea und
Dr. Jürgen Naeher-Zeiffer | 32 Ustd. | EUR 180,00

Start:
Sa 05.09.2015 | 09:30 - 16:30 Uhr | **Nr. 59050001** | Gerresheimer Str. 90

Neue Erkenntnisse zu Schmerz, Angst und Depression

Was können wir tun, wenn Schmerzen unser Leben bestimmen?

In Zusammenarbeit mit: Bund Neu Deutschland / Gemeinschaft kath. Männer und Frauen

Wenn Schmerzen über Wochen und Monate anhalten, besteht die Gefahr, dass der Schmerz sich zu einer Krankheit verselbstständigt. Eine „Schmerzkrankheit“ kann entstehen, beruhend auf einer dauerhaften Veränderung der Aktivität von Nervenzellen des Rückenmarks oder des Gehirns.

Schmerzen, die über längere Zeit anhalten, bestimmen unsere Gedanken und beeinträchtigen die Lebensqualität. Solche Schmerzen schränken die Mobilität ein, verursachen Angst und depressive Verstimmungen und beherrschen schließlich das gesamte Leben.

Der Vortrag erläutert neuerer Therapie- und Lösungsansätze auf der Grundlage aktueller Forschungsergebnisse.

Professor Dr. Alfred Lehmenkühler | 1x 2 Ustd. | gebührenfrei
Do 24.09.2015 | 19:00 - 20:30 Uhr | **Nr. 75050010** | Maxhaus, Schulstr. 11

Betreuungsrecht und Patientenverfügungen

Grundlagen zum Betreuungsrecht; Voraussetzungen der Betreuung; Ablauf der Betreuung; Rechte und Pflichten von Betreuer und Betreuten; Ende der Betreuung; Grundlagen zur Patientenverfügung; Sinn und Zweck von Patientenverfügungen; Vor- und Nachteil; Inhalt und Gestaltungsmöglichkeiten; Rechte und Pflichten von Angehörigen und Ärzten.

Michael Grüßenmeyer,
Fachanwalt für Familienrecht | 1x 3 Ustd. | EUR 16,00
Do 01.10.2015 | 18:00 - 20:15 Uhr | **Nr. 66053405** | Friedrichstr. 26

Demenz bedeutet nicht nur Vergessen! Was ist Demenz?

In Zusammenarbeit mit: kfd St. Paulus und
Kath. Kirchengemeindeverband Flingern / Düsseltal

Demenz - was ist das eigentlich? Welche Formen gibt es? Welche Sichtweisen gibt es? Was sollten Angehörige und Pflegepersonen beachten? Welche Stufen der Entwicklung könnte der Mensch mit Demenz durchlaufen? Was bedeutet das für die Angehörigen und den Kontakt mit anderen Menschen?

Diese und weitere Fragen werden in diesem Vortrag mit anschließendem Austausch im Mittelpunkt stehen.

Michaela Herbertz-Floßdorf | 1x 2 Ustd. | gebührenfrei
Mi 04.11.2015 | 18:30 - 20:00 Uhr | **Nr. 75050009** | Paulusplatz 2 (Eingang Lindemannstr.)

Sterbebegleitung im eigenen Zuhause

In Zusammenarbeit mit:
Bürgerstiftung Gerricus, Ökumenische Hospizgruppe Gerresheim, Pfarrgemeinde St. Margareta

In Düsseldorf stehen für Menschen, die unter den Folgen und Symptomen schwerer Erkrankungen und/oder deren Therapien leiden, deren Krankheiten unheilbar und zum Tode führend sind, unterschiedliche Angebote palliativmedizinischer Behandlung und hospizlich-palliativer Versorgung (Palliative Care) zur Verfügung.

Oliver Blaurock, ärztlicher Leiter des PCT und Lars Gundtoft, Koordinator der Ökumenischen Hospizgruppe Gerresheim e. V., erläutern diese Angebote und Möglichkeiten und stehen als Gesprächspartner zur Verfügung.

Oliver Blaurock, Lars Gundtoft | 1x 2 Ustd. | gebührenfrei
Di 10.11.2015 | 20:00 - 21:30 Uhr | **Nr. 75050012** | Gericusstr. 12

Hinweis:

Mobile Kunstwerkstatt - Ehrenamtliche Mitarbeiter gesucht!

Wer hat Lust und Zeit, sich ein - bis dreimal im Monat zu engagieren?

„Lebensfreude trotz Demenz“ ist das Motto unserer Mobilen Kunstwerkstatt, einer Gruppe von Künstler/-innen und Hobbymaler/innen. Seit dem Jahr 2007 besuchen wir jeweils einmal im Monat Pflegeheime im Raum Düsseldorf, Meerbusch und Ratingen, um mit an Demenz erkrankten Bewohnern zu malen und so etwas Farbe, Abwechslung und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten in ihr Leben zu bringen.

Die Freude über ein fertiges Bild ist unsere schönste Belohnung und ein besonderes emotionales Erlebnis. Wir haben noch Anfragen von weiteren Heimen und möchten daher unser Team erweitern. Daher laden wir Sie herzlich ein, bei uns mitzumachen! Künstlerisches Talent ist nicht unbedingt erforderlich; dafür aber Empathie und der Mut, auf alte Menschen zuzugehen. Gern können Sie sich bei unseren Aktionen vor Ort einen ersten Eindruck verschaffen.

Kontaktaufnahme: Rosemarie McIntyre (für die MKII)
Telefon: 0170 4438603
E-Mail: r.mci@t-online.de