

# Workshop Demenz: Auch Betreuende brauchen Pflege – Selbstfürsorge stärkt

**Referat** Angehörige und ehrenamtlich Tätige brauchen für die Betreuung von Menschen mit Demenz viel Kraft und psychomentele Stabilität, denn die Aufmerksamkeit und Fürsorge für hilfsbedürftige Menschen ist «energieintensiv» und teilweise emotional sehr belastend.

Im Workshop erfahren die Teilnehmenden, wie man mit einfachen Techniken und Interventionen für gute Gefühle bei Menschen mit Demenz sorgen und dadurch Angst und Unruhe lindern kann. Aber auch die eigene psychische Robustheit und das eigene Wohlbefinden werden gestärkt. Die Teilnehmenden erhalten für ihr wertvolles Engagement Rückenstärkung und Motivation. Der Workshop vermittelt u. a. eine Einführung in das EMDR (Augenbewegungs-Desensibilisierung), Grundlagen



Referentin Claudia Croos-Müller  
Bild: pd

Positiver Psychologie und dervon der Referentin Claudia Croos-Müller entwickelten Body2Brain-Methode, ein Resilienz-Training, Ideen für Minipausen zur Regeneration, für Körpertherapie und gute Sinnesreize. Für ein gutes Verständnis wird auch auf die Lebenswelten von Menschen mit

Demenz ausdrücklich eingegangen. Theorie, Übungen und Fallbeispiele bilden den Mix, bei dem eigene – vertraulich gehaltene – Fallvorstellungen sehr erwünscht sind. Es soll ein Weiterbildungstag mit Lernerfolg und Erholungsfaktor werden.

Angesprochen sind Angehörige von Menschen mit Demenz und ehrenamtlich engagierte Laien aus den Bereichen Altenbetreuung, Hospizarbeit sowie Palliativbegleitung.

Kursleiterin ist Dr. Claudia Croos-Müller, Ärztin für Neurologie, Nervenheilkunde und Psychotherapie, EMDR-Therapeutin, Autorin zahlreicher Bücher, u. a. «Kopfhoch – das kleine Überlebensbuch», Supervisorin in Palliativ-Abteilungen, Gründungsmitglied und ehemalige 1. Vorsitzende des Jakobus-Hospizverein e. V. Rosenheim. (pd)

---

## Factbox

**Workshop:** Auch Betreuende brauchen Pflege – Selbstfürsorge stärkt (ganztags)

**Wann:** Mittwoch, 7. Juni, 9 bis 17 Uhr

**Ort:** Seminarzentrum Stein Eggenstein, In der Steinegerta 26, 91054 Schaan

**Anmeldung und Infos über Kosten:** info@steinegerta.li 09323 48 22 (Kurs 329)

**Weitere Infos:** www.demenz.li

