

**INDEMA**  
Institut für demenzsensible Aktivierung



*Fortbildungskalender 2024*

**Fortbildung – Coaching – Supervision**

# Inhaltsverzeichnis:

INDEMA	S. 3
Die Konzeptmacherinnen	S. 4
Unsere zusätzlichen Angebote	S. 5
Unser Fortbildungsangebot	S. 6
Demenzsensibles Arbeiten	S. 8
Bewegte Angebote	S. 10
Kognitive Angebote	S. 12
Gesunde Angebote für Mitarbeitende:	S. 14
Qualifizierungs- und Zertifizierungsangebote	S. 16



Das „Institut für Mobilität und Dialog im Alter“ IMUDA hat sich vor vielen Jahren der Fort- und Weiterbildung von Ergo- und Physio-Therapeuten verschrieben. Jetzt ist es an der Zeit, neue Schritte zu gehen.

Wir haben das Herzensanliegen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für die Seniorinnen und Senioren und speziell, für Menschen mit Demenz zu sensibilisieren und zu professionalisieren.

Wir möchten Ihr bestehendes Wissen nutzen, weiterentwickeln und optimieren. Wir möchten sie für Ihren Job stärken und Motivation wieder entflammen. Sie bekommen von zwei Konzeptmacherinnen, Stefanie Helsper und Kathrin Dietrich, die doppelte Power, das Engagement und die Expertise!

Wir veranstalten in unseren familiären Räumlichkeiten:

- Fortbildungen
- Coaching, Superversion und Führungskräfte-Training
- Angehörigenberatung
- Inspirations- und Ressourcentage
- Teamtage
- Workshops
- Präventivkurse

Ebenso bieten wir Inhouse- Schulungen deutschlandweit an. Die Teilnahme an den Fortbildungen kann vor Ort live oder hybrid und online via Zoom sein.

Wir haben uns zur Aufgabe gemacht, Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu qualifizieren. Dies ist im Anschluss an der Zertifizierung Ihres Hauses durch das INDEMA-Zertifikat zu erkennen. Folgende Zertifizierungen haben wir für Sie konzipiert:

- **DAS BEWEGTE HAUS**
- **DAS GESUNDE HAUS**
- **DAS DEMENZSENSIBLE HAUS**

Für den einzelnen Mitarbeitenden bieten wir eine Qualifizierung zur Weiterentwicklung und Professionalisierung an. Wir möchten Betreuungskräften nach §45b/§53b SGB XI zur **„Fachbetreuungskräfte für kognitive und/oder bewegte Angebote“** weiterbilden.

Weitere Informationen zu den Zertifikaten und zur Qualifizierung der Betreuungskräfte finden Sie auf den folgenden Seiten dieser Broschüre.

Durch professionelles Coaching wollen wir den einzelnen Mitarbeiter unterstützen und in der persönlichen und beruflichen Weiterentwicklung inspirieren.

Durch Supervision unterstützen wir ganze Teams bei ihrer Zusammenarbeit und professionalisieren Ihre Organisationsstrukturen. Wir bieten Workshops für Teambuilding, Konfliktmanagement, Changeprozesse, Führungskräfte-Training sowie Resilienz- und Achtsamkeitstraining an. Wir würden uns freuen, wenn wir Ihr Interesse geweckt haben!

Viele Grüße aus Bad Oeynhausen,

Ihr INDEMA-Team



# INDEMA

Institut für demenzsensible Aktivierung

## Die Konzeptmacherinnen

**Kathrin Dietrich** ist Physiotherapeutin, Fachtherapeutin für Demenz, Yogalehrerin, Bewegungstherapeutin für Senioren und in der Geriatrie, Vestibular- und Schwindeltherapeutin, Autorin und Dozentin im geriatrischen Kontext.



**Stefanie Helsper** ist Ergotherapeutin, Fachergotherapeutin für Demenz, Bewegungstherapeutin, Gedächtnistrainerin, Autorin, Coachin, Supervisorin und Dozentin im Kontext der Geriatrie.

Erweiternd arbeiten wir in einem interdisziplinären Team das sowohl aus Physio- und Ergotherapeutinnen, Yoga-Lehrerinnen, Bewegungstherapeutinnen und Ernährungscoachs, wie auch aus Coachs und Psychotherapeutinnen besteht.



## Unsere zusätzlichen Angebote:

### **Mitarbeitercoaching:**

Mitarbeitende in sozialen Einrichtungen müssen viel leisten. Wenn Sie sich ausgelaugt fühlen und das Gefühl haben, dass Sie nicht mehr weiterkommen, sind wir für Sie da! Wir möchten Ihnen helfen, wieder neuen Schwung und Motivation für Ihre Arbeit zu haben und Alternativen für Handlungsstrategien zu finden. Gerne unterstützen wir Sie in der persönlichen und beruflichen Weiterentwicklung und möchten mit Ihnen Erschöpfung oder einen Burnout vermeiden.

### **Ressourcenorientierte Supervision:**

Ihr Team benötigt Supervision zur Entlastung oder zur Qualitätssicherung?

Wir möchten Ihr Team befähigen sich weiterzuentwickeln, alternative Handlungsmöglichkeiten zu entdecken und bestehende Konflikte zu bewältigen. Wir möchten Ihr Team dabei unterstützen, gemeinsam in die gleiche Richtung zu blicken.

Gerne unterstützen wir Sie dabei. Melden Sie sich gerne bei uns, wir vereinbaren ein kostenloses und unverbindliches Erstgespräch.

### **Führungskräftetraining:**

Sie sind Führungskraft und kämpfen immer wieder gegen Windmühlen? Sie stehen mehr denn je unter Druck durch steigende Leistungsanforderungen und deutlicher Mitarbeitermangel?

Sorgen Sie für sich und lassen Sie sich in einem Führungskräftetraining inspirieren und neu motivieren. Sie lernen durch hilfreiche Soft Skills in schwierigen Situationen erfolgreich zu führen und erweitern Ihre Führungskompetenzen mit positivem Mindset.

Gerne arbeiten wir mit Ihnen und entwickeln für Sie ihr individuelles Führungskräftetraining!

### **Fallberatungen:**

Angehörigenberatung: Angehörige von zu Pflegenden leisten eine enorme Menge an Arbeit, manche sogar über ihre eigenen Grenzen und Kräfte hinaus. Wir unterstützen

Sie und können Ihnen fundierte Hilfen anbieten, das Krankheitsbild Demenz besser verstehen zu können. Wir liefern Ihnen Informationen über Ihre Rechte als pflegender Angehöriger, Begleitung und Beratung zu persönlichen Themen und Fragen.

### **Alle Fortbildungen finden in den Räumlichkeiten der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. in der Weserstraße 24, in 32545 Bad Oeynhausen statt.**

Tagesgebühren (MwSt. enthalten) verstehen sich pro Fortbildung/Tag und Teilnehmerinnen/Teilnehmer inkl. Verpflegung, Skript und Zertifikat.

### **Anmelden können Sie sich direkt im Buchungskalender auf der Homepage.**

Alle Fortbildungen können für Betreuungskräfte zur Rezertifizierung gemäß der Richtlinie §53b und §43b SGB XI genutzt werden. Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten können pro Fortbildung (8UE) 8 Fortbildungspunkte beziehen.

Sie wollen, dass das gesamte Team Ihrer Einrichtung geschult wird? Gerne bieten wir alle Fortbildung als Inhouse-Schulung deutschlandweit live und online an.

### **Unser Fortbildungsangebot 2024 INDEMA in Bad Oeynhausen:**

Die Fortbildungen werden von unserem INDEMA-Dozententeam durchgeführt.



## Demenzsensibles Arbeiten:

Datum	Thema	Seite
20.03.24	Demenzsensible Betreuung im letzten Stadium der Erkrankung	9
27.11.24	Demenzsensible Glücksmomente schaffen	9



## Bewegte Angebote:

Datum	Thema	Seite
17.04.24	TanzKunst (Sitztanz für Senioren)	10
11.06.24	KraKo (Kraft-Koordinationstraining im Sitzen für Senioren)	11
17.-18.09.24	STABS (Sturzprophylaxe im Alter mit Bewegung und Spaß)	11
01.10.2024	Pilates (Übungen im Sitzen für Senioren)	11



## Kognitive Angebote:

Datum	Thema	Seite
21.03.24	Biografische kognitive Angebote	13
18.04.24	Spielerische kognitive Angebote	13



## Gesunde Angebote:

Datum	Thema	Seite
<b>22.03.24</b>	Achtsamkeit im Kontext des gesunden Arbeitens	15
<b>26.11.24</b>	Motivationsworkshop für Mitarbeitende	15



## Beschreibungen der Fortbildungen zu dem Themenbereich: „Demenzsensibles Arbeiten“

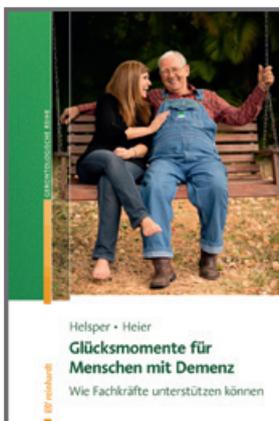
Wir wollen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus Altenpflegeeinrichtungen für Menschen mit Demenz sensibilisieren und professionalisieren und ihnen so einen bedürfnisorientierten Umgang näherbringen. Dazu wollen wir fachlich fundiertes Wissen vermitteln, dass spielend leicht in die Praxis umzusetzen ist.



## 20.03.2024 Demenzsensible Betreuung im letzten Stadium der Erkrankung

Selbst Menschen im fortgeschrittenen Stadium der Demenz haben Fähigkeiten und Bedürfnisse. Diese Fortbildung soll Ihnen zeigen, wie Sie ihnen das geben können, was sie brauchen: Sinnesanregung, Körpererfahrung und Verständnis.

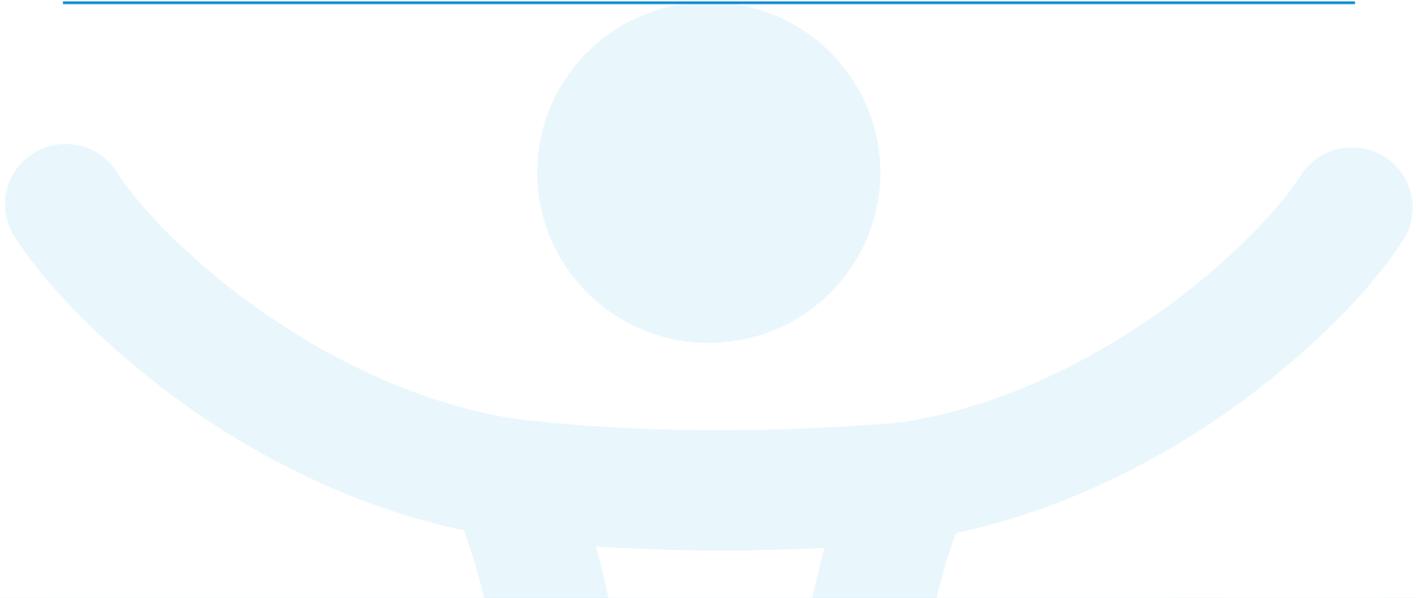
Datum: 20.03. - 8 UE - 9.00 - 16.30 Uhr  
Kosten: 125,- inkl. MwSt./Teilnehmer



## 03.12.2024 Demenzsensible Glücksmomente schaffen

Diese Fortbildung soll Sie dazu inspirieren, kreative Wege zu finden, um Menschen mit Demenz nachhaltige Glücksmomente zu ermöglichen. Sie erhalten wertvolle Tipps, wie es trotz der Erkrankung möglich ist, ein gutes und glückliches Leben zu führen.

Datum: 03.12.2024 - 8 UE - 9.00 - 16.30 Uhr  
Kosten: 125,- inkl. MwSt./Teilnehmer



## Beschreibungen der Fortbildungen zu dem Themenbereich: „Bewegte Angebote“

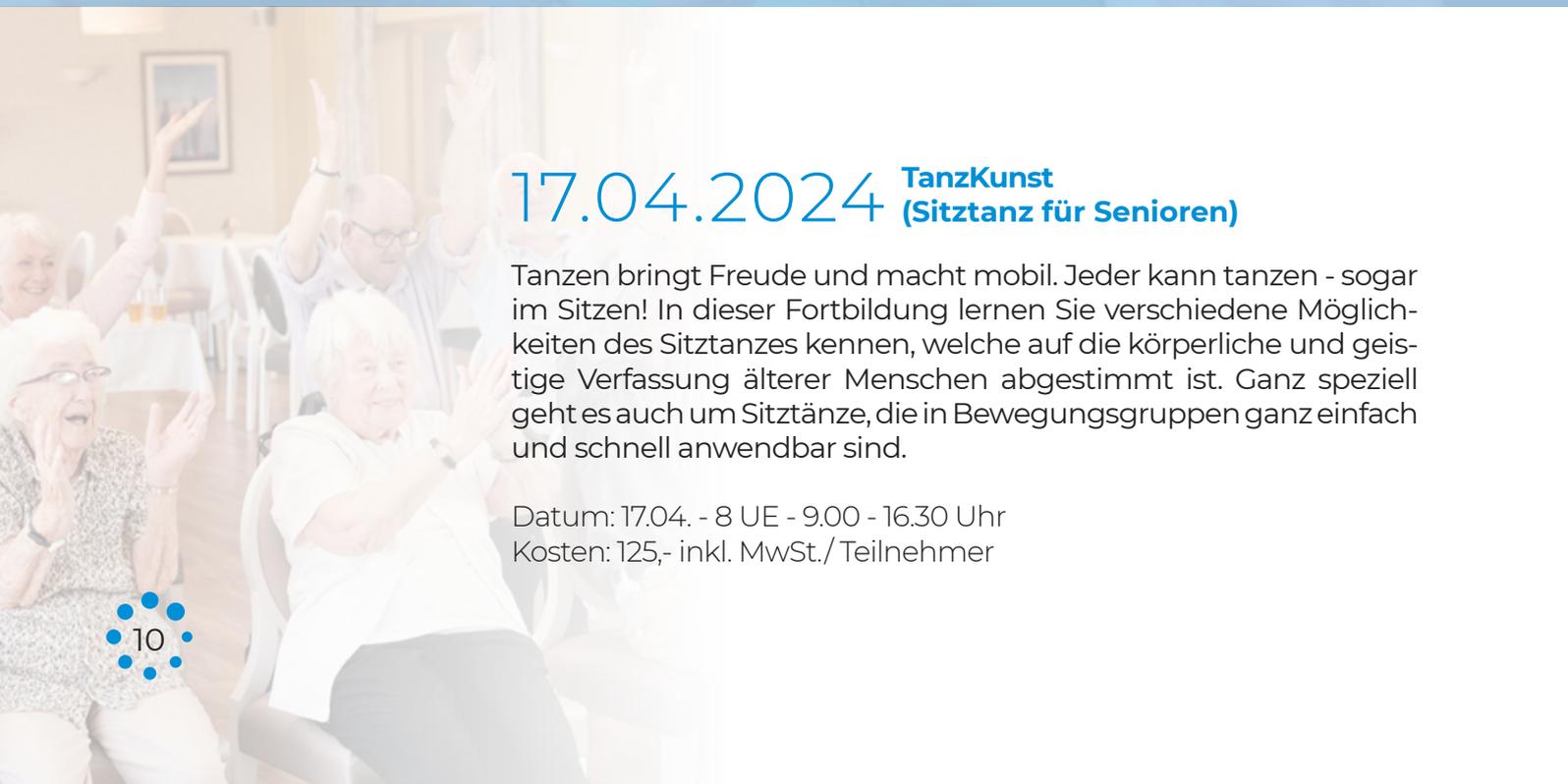


Wer rastet, der rostet! Wir sind uns bewusst, wie wichtig Bewegung für Seniorinnen und Senioren ist. Sie ermöglicht Autonomie, Mobilität und Wohlbefinden. Daher ist es entscheidend, dass Bewegungsübungen von qualifizierten Mitarbeitenden effektiv angeleitet werden, mit Freude, Motivation und Expertise. Genau das möchten wir in unseren Fortbildungen vermitteln.

### 17.04.2024 **TanzKunst** (Sitzanz für Senioren)

Tanzen bringt Freude und macht mobil. Jeder kann tanzen - sogar im Sitzen! In dieser Fortbildung lernen Sie verschiedene Möglichkeiten des Sitztanzes kennen, welche auf die körperliche und geistige Verfassung älterer Menschen abgestimmt ist. Ganz speziell geht es auch um Sitztänze, die in Bewegungsgruppen ganz einfach und schnell anwendbar sind.

Datum: 17.04. - 8 UE - 9.00 - 16.30 Uhr  
Kosten: 125,- inkl. MwSt./Teilnehmer



## 11.06.2024 **KraKo** (Kraft- Koordinationstraining im Sitzen für Senioren)

Mit Kraft und einer guten Koordination können Seniorinnen und Senioren lange die Selbstständigkeit erhalten. In dieser Fortbildung erlernen Sie Übungen, die Sie spielend leicht in einer Gruppe oder als Einzelangebot umsetzen können. Sie erlernen Übungsformen, die nicht nur Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination, sondern auch Standsicherheit und Selbstvertrauen fördern.

Datum: 11.06. - 8 UE - 9.00 - 16.30 Uhr  
Kosten: 125,- inkl. MwSt./Teilnehmer

## 17.-18.09.24 **STABS** (Sturzprophylaxe im Alter mit Bewegung und Spaß)

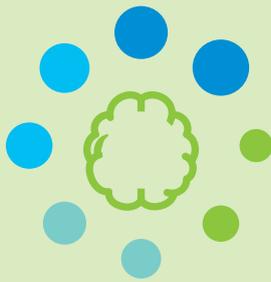
Stürze zählen zu den häufigsten Ursachen für die Pflegebedürftigkeit älterer Menschen. Wer einmal gestürzt ist, hat Angst, dass es wieder passiert und meidet häufig daher Bewegung. Doch damit steigt das Risiko für weitere Stürze – ein Teufelskreis! STABS möchte dem entgegenwirken und zeigt mit effektiven Bewegungsspielen und viel Spaß wie man in Pflegeeinrichtungen eine Gruppe in Bewegung bringt und so den Teufelskreis unterbricht.

Datum: 17.-18.09. - 8 UE - 9.00 - 16.30 Uhr  
Kosten: 275,- inkl. MwSt./Teilnehmer

## 01.10.2024 **Pilates** (Übungen im Sitzen für Senioren)

Pilates sind Bewegungsübungen, die sich hervorragend für Seniorinnen und Senioren eignen. Die Übungen trainieren Konzentration, Atmung und Bauch- und Rückenmuskulatur. Das sind wesentliche Punkte um mobil zu bleiben. In dieser Fortbildung erlernen Sie, wie sie die Pilatesübungen in einer Bewegungsgruppe und im Einzelangebot umsetzen können.

Datum: 01.10. - 8 UE - 9.00 - 16.30 Uhr  
Kosten: 125,- inkl. MwSt./Teilnehmer



## **Beschreibungen der Fortbildungen zu dem Themenbereich: „Kognitive Angebote“**

Indem man sein Gehirn auch im fortgeschrittenen Alter herausfordert, kann man den natürlichen Abbau kognitiver Fähigkeiten verlangsamen. Unser Ziel ist es, Mitarbeitende dazu zu befähigen, Seniorinnen und Senioren ganzheitlich, nachhaltig und effektiv kognitiv zu fördern, um ihre geistigen Fähigkeiten und ihr Wohlbefinden zu erhalten. Dafür ist Fachwissen und der Einsatz effektiver Tools erforderlich, die die Mitarbeitenden in unseren Fortbildungen für kognitive Angebote erhalten.

## 21.03.2024 **Biografische kognitive Angebote**

Diese Fortbildung lädt Sie ein, sich mit dem Leben der Seniorinnen und Senioren kreativ und nachhaltig zu befassen. Die Fortbildung zeigt Wege auf, Menschen mit ihrem persönlichen Hintergrund besser kennen zu lernen und vermittelt viele geeignete Tools, wie Biografiearbeit als kognitive Förderung eingesetzt werden kann. So können die Senioren, „den Jahren Leben geben“ und diese für kommende Zeiten nutzen, denn Erinnerung macht unsere Persönlichkeit aus.

Datum: 21.03. - 8 UE - 9.00 - 16.30 Uhr

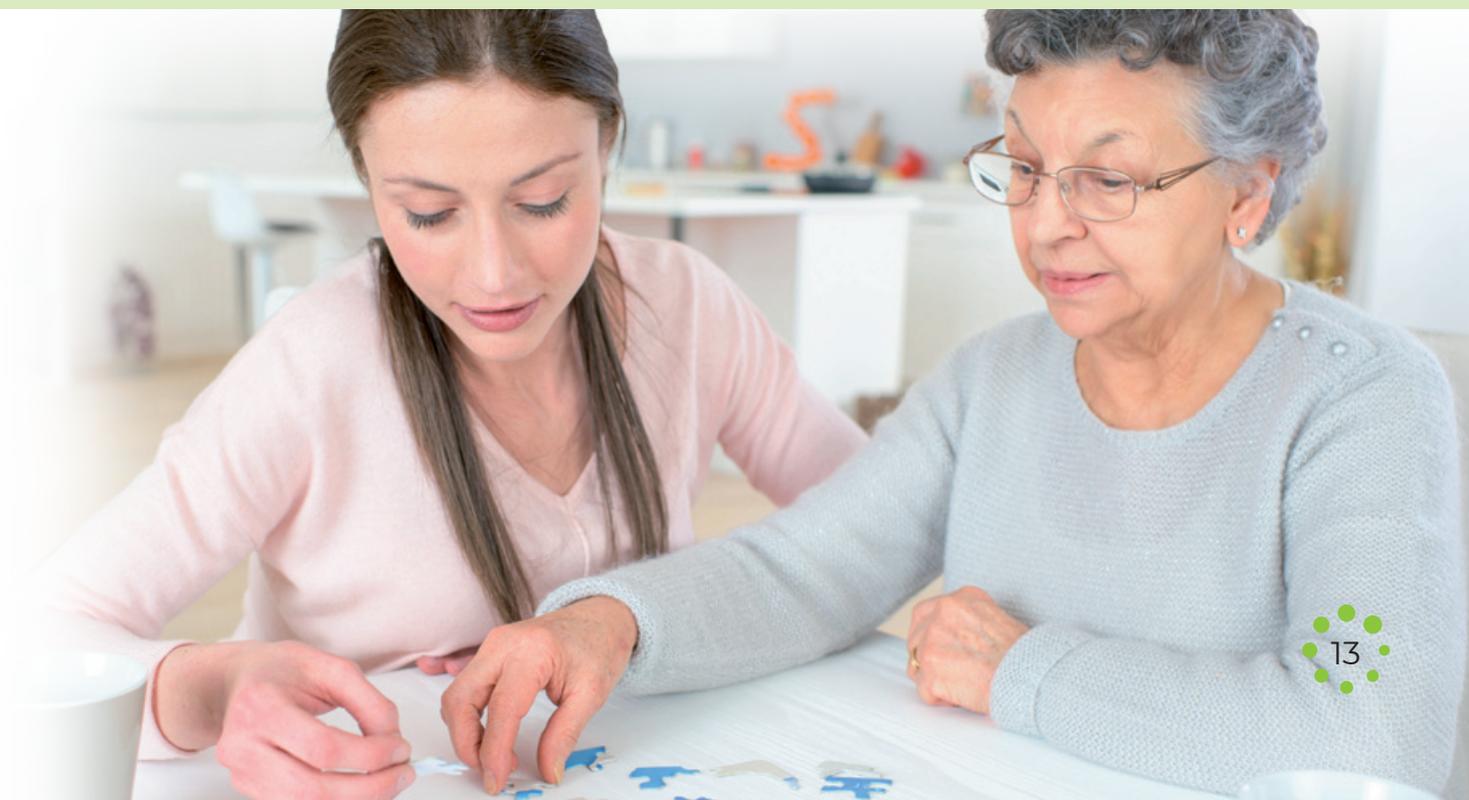
Kosten: 125,- inkl. MwSt./Teilnehmer

## 23.05.2024 **Spielerische kognitive Angebote**

Spiele ist eine Kunst, die nur gut gelingen kann, wenn das Handling passt. In dieser Fortbildung lernen Sie, wie Spiele als effektive und nachhaltige Beschäftigungsmaßnahme als kognitives Angebot gestaltet werden kann, so dass die Durchführung mit Leichtigkeit und Spaß gelingt.

Datum: 23.05. - 8 UE - 9.00 - 16.30 Uhr

Kosten: 125,- inkl. MwSt./Teilnehmer





## **Beschreibungen der Fortbildungen zu dem Themenbereich: „Gesunde Angebote“**

Wir sind uns bewusst, wie anspruchsvoll der Job in Altenpflegeeinrichtungen sein kann. Daher möchten wir Mitarbeitende mit unseren Fortbildungen stärken und dazu motivieren, einen gesunden und nachhaltigen Lebensstil zu führen. Denn gesunde Mitarbeitende sind zufriedener, ausgeglichener und leistungsfähiger. Ein gesundes Arbeitsklima trägt zur Identifikation mit der Einrichtung bei und reduziert die Fluktuation. Davon profitieren nicht nur die Mitarbeitenden und die Einrichtung selbst, sondern auch die Seniorinnen und Senioren.

## 22.03.2024 **Achtsamkeit im Kontext des gesunden Arbeitens**

Achtsamkeit bedeutet, im „Hier und Jetzt“ zu leben, mit sich selbst und der Umgebung. Im herausfordernden Berufsalltag ist Achtsamkeit nicht immer leicht zu praktizieren. Achtsamkeit darf geübt werden, da unser Gehirn darauf trainiert ist, alles was passiert, zu bewerten. Lassen Sie sich in dieser Fortbildung durch viele praktische Tools inspirieren, achtsam die Arbeitswelt zu bewältigen.

Datum: 22.03. - 8 UE - 9.00 - 16.30 Uhr  
Kosten: 125,- inkl. MwSt./Teilnehmer

## 26.11.2024 **Motivationsworkshop für Mitarbeitende**

Im täglichen Berufsalltag gibt es unzählige Herausforderungen die zu meistern sind, dabei sollen Mitarbeitende immer stets motiviert bleiben. Doch was tun, wenn die Motivation auf der Strecke bleibt? Lassen Sie sich in dieser Fortbildung inspirieren und gewinnen Sie Ihre Motivation wieder zurück, so dass Sie wieder neu und kraftvoll durchstarten können.

Datum: 26.11. - 8 UE - 9.00 - 16.30 Uhr  
Kosten: 125,- inkl. MwSt./Teilnehmer



## Unsere Zertifizierungsangebote für Einrichtungen mit Erhalt eines Zertifikats: Das „bewegte Haus“



Wünschen Sie sich qualifizierte Mitarbeitende in Ihrer Einrichtung? Die mit Spaß, Freude und Hintergrundwissen Aktivierungen für Seniorinnen und Senioren durchführen? Möchten Sie ein Alleinstellungsmerkmal Ihrer Einrichtung unter den Wettbewerbern haben? Dann lassen Sie Ihr Betreuungsteam wissenschaftlich fundiert und dennoch praxisnah weiterbilden und erhalten innerhalb von 24 Monaten:

- das Zertifikat: Das „bewegte Haus“ nach INDEMA
- drei fundierte Fortbildungstage aus dem Programm „Bewegte und Kognitive Angebote“ (auch zur Rezertifizierung nach §45b / §53b SGB XI)
- Skripte zu den Fortbildungen
- 4 UE´s ein fachliches Coaching
- 2 UE´s Videocall zur Evaluierung
- regelmäßige Rezertifizierung werden zusätzlich angeboten



- 8 UE aus dem Fortbildungsangebot bewegte oder kognitive Angebote
- 8 UE aus dem Fortbildungsangebot bewegte oder kognitive Angebote

- 8 UE aus dem Fortbildungsangebot bewegte oder kognitive Angebote
- 4UE ein fachliches Coaching
- zwei UE´s Videocall zur Evaluierung
- Erhalt des Zertifikates



- 8 UE Rezertifizierung aus dem Fortbildungsangebot bewegte oder kognitive Angebote



## Unsere Zertifizierungsangebote für Einrichtungen mit Erhalt eines Zertifikats: Das „gesunde Haus“



Liegt Ihnen die körperliche und psychische Gesundheit Ihrer gesamten Mitarbeitenden am Herzen? Dann wählen Sie einen effektiven und einfachen Weg, indem Sie unser Angebot das „gesunde Haus“ zur beruflichen Gesundheitsförderung nutzen. Unser Team hat es sich zur Aufgabe gemacht Mitarbeitende aus Altenpflegeeinrichtungen zum gesunden und nachhaltigen Lebensstil zu motivieren.

Gesunde Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind zufriedener, ausgeglichener und leistungsstärker. Das gesunde Arbeitsklima wirkt positiv auf die Identifikation mit der Einrichtung und vermindert Fluktuation. Dabei ist nicht nur den Mitarbeitenden und der gesamten Einrichtung gedient, sondern auch den Seniorinnen und Senioren Sie erhalten nach 12 UE Fortbildung innerhalb von 12 Monaten:

- das Zertifikat: Das „gesunde Haus“ nach INDEMA
- fundierte Fortbildungen zum Thema: Resilienz, Achtsamkeit, Stress- und Zeitmanagement, Abgrenzung, Umgang mit Frust und Kommunikationstools für das interdisziplinäre Team Ihres Hauses (auch zur Rezertifizierung nach §45b / §53b SGB XI)
- Skripte zu den Fortbildungen
- zwei UE´s Videocall zur Evaluierung
- jährliche Re-Zertifizierung über 6UE zum Thema Resilienz, Achtsamkeit, Stress- und Zeitmanagement & Kommunikations tools für das interdisziplinäre Team Ihres Hauses.



- 6 UE aus dem Fortbildungsangebot gesunde Angebote
- 6 UE aus dem Fortbildungsangebot gesunde Angebote
- 2UE Videocall zur Evaluierung Erhalt des Zertifikat



- 6 UE Rezertifizierung aus dem Fortbildungsangebot gesunde Angebote



Die Fortbildungen dazu können Sie aus dem Themenpool: „Gesunde Angebote“ gewählt werden.



## Unsere Zertifizierungsangebote für Einrichtungen mit Erhalt eines Zertifikats: Das „demenzsensible Haus“



Sie wünschen sich Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die für Menschen mit Demenz sensibilisiert und professionalisiert sind und einen bedürfnisorientierten Umgang mit den Betroffenen pflegen? Wir wollen Ihr Team fachlich fundiertes Wissen vermitteln, dass spielend leicht in die Praxis umzusetzen ist. Da uns nachhaltige Qualität wichtig ist, möchten wir Mitarbeitende begleiten und ihr Wissen erweitern, zum Wohle der Seniorinnen und Senioren.

Sie erhalten nach 24 UE Fortbildung innerhalb von 24 Monaten:

- Das Zertifikat: Das „demenzsensible Haus“ nach INDEMA
- fundierte Fortbildungen zum Thema: Demenzsensibles Arbeiten für das interdisziplinäre Team Ihres Hauses (auch zur Rezertifizierung nach §45b / §53b SGB XI)
- Skripte zu den Fortbildungen
- zwei UE´s Videocall zur Evaluierung
- jährliche Re-Zertifizierung über 8UE



- 8 UE aus dem Fortbildungsangebot demenzsensible Angebote
- 8 UE aus dem Fortbildungsangebot bewegte oder kognitive Angebote

- 8 UE aus dem Fortbildungsangebot demenzsensible Angebote
- 4UE ein fachliches Coaching
- zwei UE´s Videocall zur Evaluierung
- Erhalt des Zertifikates

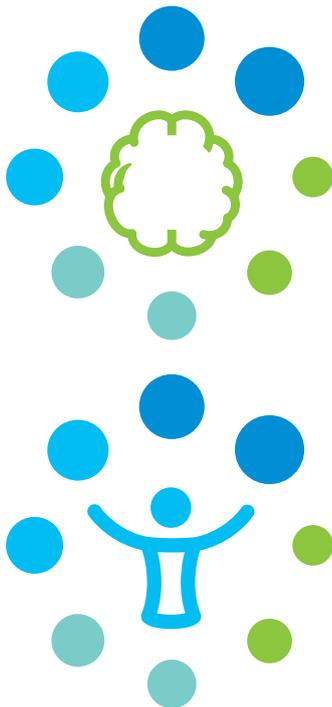


- 8 UE Rezertifizierung aus dem Fortbildungsangebot bewegte oder kognitive Angebote



Die Fortbildungen dazu können Sie aus dem Themenpool: „Demenzsensibles Arbeiten“ gewählt werden.





## Unsere Qualifizierungsangebote für Betreuungskräfte §45b/§53b SGB XI zur „Fachbetreuungskraft kognitive und/oder bewegte Angebote“:

Sie sind Betreuungskraft nach §45b/§53b SGB XI und wollen sich abheben von der breiten Masse und ein Alleinstellungsmerkmal in Ihrem Job haben?

Dann bilden Sie sich zur „Fachbetreuungskraft kognitive und/oder bewegte Angebote“ nach INDEMA weiter.

- Erhalt des Qualifizierungszertifikat innerhalb 24 Monaten aus dem Programm: Bewegte oder kognitive Angebote (zur Rezertifizierung nach §45b/§53b SGB XI geeignet)
- 32 UE aus INDEMA-Fortbildungsprogramm bewegte oder kognitive Angebote
- Rezertifizierung: alle 2 Jahre / 8UE ´s von INDEMA



- 8 UE aus dem Fortbildungsangebot bewegte oder kognitive Angebote
- 8 UE aus dem Fortbildungsangebot bewegte oder kognitive Angebote



- 8 UE aus dem Fortbildungsangebot bewegte oder kognitive Angebote
- 8 UE aus dem Fortbildungsangebot bewegte oder kognitive Angebote
- Erhalt des Zertifikates



- 8 UE aus dem Fortbildungsangebot bewegte oder kognitive Angebote



Die Fortbildungen dazu können Sie aus dem Themenpool: „Bewegte oder Kognitive Angebote“ gewählt werden.





# INDEMA

Institut für demenzsensible Aktivierung



Veranstaltungsort:  
Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.  
Weserstraße 24  
32545 Bad Oeynhausen



Tel.: 0171 / 40 40 150  
Fax: 05732 / 6 83 22 98



[www.indema-fortbildung.de](http://www.indema-fortbildung.de)  
[kathrin.dietrich@indema-fortbildung.de](mailto:kathrin.dietrich@indema-fortbildung.de)