

**Gütersloh, im Januar 2019**

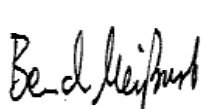
Sehr geehrte Damen und Herren,

etwa ein Drittel seiner Lebenszeit verbringt der Mensch im Schlaf. Da ist es eigentlich erstaunlich, dass den Fragen, wie Schlafen und Wachen gesteuert wird, wann, warum und mit welchen Folgen der Schlaf gestört sein kann, lange Zeit so wenig Aufmerksamkeit entgegen gebracht wurde. Erst seit den 70er Jahren gibt es überhaupt eine Schlafforschung, in den 80ern wurde die „innere Uhr“ entdeckt, dafür erhielten Forscher 2017 den Nobelpreis. Zusammenhänge mit Tageslicht, Hormonen, Lokalisation der Schlafzentren des Gehirns und ihre Störungen werden seither untersucht.

Die Nacht ist ein Spiegelbild des Tages. Ein aktiver und erfüllter Tag ist eine Eintrittskarte für einen geruhsamen Schlaf. Und davon haben alle etwas: Betroffene, Angehörige und helfende Berufe.

Der alte Mensch braucht meist weniger Schlaf, sein Schlaf ist leichter aus dem Rhythmus zu bringen. Noch einmal störanfälliger ist der Schlaf bei Menschen mit Demenz. Diese schlafen oft tagsüber immer wieder kurz ein, haben dafür nachts lange Wachphasen, in denen sie „einkaufen“ oder „zur Arbeit gehen“ wollen. Für die Betroffenen ist das meist nicht weiter schlimm – für die Angehörigen, die den Betroffenen den Tag über pflegen und beaufsichtigen mussten, dagegen oft eine Katastrophe, insbesondere dann, wenn sie berufstätig sind. Den Nachtwachen im Altenheim machen nächtliche Verwirrheitszustände einiger Bewohner das Leben schwer.

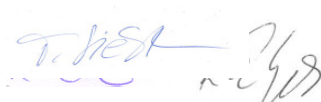
Warum sind Schlafstörungen bei psychischen Alterskrankheiten so häufig? Was hat ein ruhiger Schlaf mit Sonnenlicht, was mit ausreichender Tagesaktivität zu tun? Welche Umgebung fördert, welche verhindert Schlafstörungen? Wann und wie hilft eine Schlaftablette, wann nicht? Was kann man tun, um die „störende“ Nachtigall zur Ruhe zu bekommen? Das 24. Gütersloher Gerontopsychiatrische Symposium soll Ihnen mit Hilfe von Expertinnen und Experten in Vorträgen und Workshops solche Fragen beantworten und Anregungen für die praktische Arbeit geben.



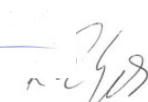
Bernd Meißnest  
Chefarzt der Klinik für  
Gerontopsychiatrie und  
Psychotherapie



Heinz-Peter Kuhlmann  
Facharzt der  
Gerontopsychiatrischen  
Ambulanz



Timo Siebert  
Kaufmännischer  
Direktor



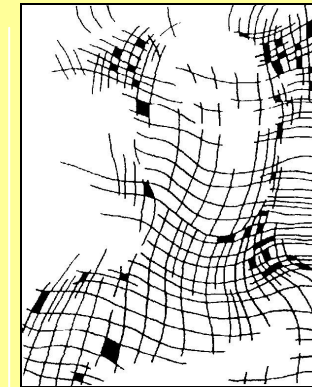
Rita Elpers  
Pflegedirektorin



Prof. Dr. med. K.-T. Kronmüller  
Ärztlicher Direktor

**Referentenliste**

- |                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>Bischoff, Nicole</b>      | Altenpflegerin,<br>Katharina von Bora Haus, Versmold                     |
| <b>Driever, Jürgen</b>       | Regenerations-Kompetenz-Training-<br>Trainer und Ausbilder, Kerken       |
| <b>Friese, Heinz-Gerhard</b> | Dr. phil., Schriftsteller und Dozent,<br>Hannover                        |
| <b>Gerks, Maria</b>          | Ergotherapeutin Demenz,<br>Daheim e. V., Gütersloh                       |
| <b>Gust, Jochen</b>          | Altenpfleger und Demenzbeauftragter,<br>St. Elisabeth Krankenhaus, Eutin |
| <b>Häussermann, Peter</b>    | PD.Dr. med., Chefarzt Gerontopsy-<br>chiatry, LVR Klinik, Köln           |
| <b>Happe, Svenja</b>         | Prof. Dr., Chefärztin, Neurologie,<br>Klinik Maria Frieden, Telgte       |
| <b>Herbst, Marie-Claire</b>  | Ergotherapeutin Demenz, Comunita<br>Seniorenhaus Vinzenz, Dortmund       |
| <b>Holzke, Martin</b>        | Pflegedirektor, ZiP Süd-Württemberg<br>Ravensburg                        |
| <b>Kammermann, Maria</b>     | Ergotherapeutin,<br>Daheim e. V. Gütersloh                               |
| <b>Klingberg, Ulrike</b>     | Chinesologin,<br>Jever   |
| <b>Kramer, Chris</b>         | Musiker,<br>Dortmund   |
| <b>Krobisch, Sebastian</b>   | Altenpfleger, Katharina von Bora Haus,<br>Versmold                       |
| <b>Kuhlmann, Heinz-Peter</b> | Arzt, Gerontopsychiatrische Ambulanz,<br>LWL-Klinikum Gütersloh          |
| <b>Meißnest, Bernd</b>       | Chefarzt Gerontopsychiatrie,<br>LWL-Klinikum Gütersloh                   |
| <b>Plock, Katja</b>          | Gesundheits- und Krankenpflegerin,<br>Demenz-Coach, Klinikum Gütersloh   |
| <b>Wilms, Heike</b>          | Ergotherapeutin,<br>LWL-Klinikum Gütersloh                               |



**24. Gütersloher  
Geronto-  
psychiatrisches  
Symposium**

**„Wenn die Nachtigall  
stört“**

**Schlaf und Aktivität im  
Alter**

**10. April 2019**  
**Stadthalle Gütersloh**  
**Kleiner Saal**



**Termin:** Mittwoch, 10.04.2019

**Zeit:** 09.00 Uhr - 17.00 Uhr

**Veranstalter:** Klinik für Gerontopsychiatrie und Psychotherapie des LWL-Klinikums Gütersloh  
33334 Gütersloh

**Tagungsort:** Stadthalle Gütersloh  
Friedrichstraße 10  
33330 Gütersloh

**Tagungsbeitrag:** 85,- € bis 05.04.2019  
(incl. Mittagessen und Kaffee)  
Schüler, Studenten und Auszubildende: 45,- €  
An der Tageskasse: 95,- €  
Kostenlose Stornierung bis zum 05.04.2018

**Anmeldung:** Die Überweisung des Tagungsbeitrages auf das u. g. Konto gilt als verbindliche Anmeldung.  
**Überweisungsbeleg gilt als Eintrittskarte.**

Sparkasse Gütersloh  
IBAN: DE03 4785 0065 0001 001700  
SWIFT-BIC: WELADED1GTL  
Verwendungszweck:  
**Geronto-Symposium 2019**  
- bitte **unbedingt** den **Namen** des Teilnehmers angeben -

**Eine Anmeldung ist auch online möglich unter:**  
**www.lwl-klinik-guetersloh.de**

**Fortbildungszertifikation der ÄKWL (8 Punkte)**  
**Fortbildungspunkte für Pflegeberufe (6 Punkte)**

**Auskünfte:** Sabine Hribar-Nordmann  
Tel. (05241) 502 - 2360  
Fax: (05241) 502 - 2498  
Sabine.Hribar-Nordmann@lwl.org

**Tagungsbüro:** am 10.04.2019, ab 8.00 Uhr in der Stadthalle  
Tel. (05241) 502 - 2360

## Programm

- 8.00 Uhr Stehkafee
- 9.00 Uhr **Moderation und Einführung**  
Bernd Meißnest, Chefarzt der Klinik für Gerontopsychiatrie und Psychotherapie
- Ansprache**  
Prof. Dr. Meinolf Noeker,  
LWL-Krankenhausdezernent
- Grußworte**  
Henning Matthes, Beigeordneter für den Geschäftsbereich Familie, Jugend, Schule, Soziales und Sport der Stadt Gütersloh  
Judith Schmitz, Abteilungsleiterin  
Abt. Soziales des Kreises Gütersloh
- 9.30 Uhr **Möge die Nacht mit dir sein**  
Fluch und Segen ihrer Macht  
Heinz-Gerhard Friese
- 10.00 Uhr **Wenn die Nacht nicht mehr zum Schlafen da ist**  
Schlafstörungen bei Alterskrankheiten  
Svenja Happe
- 10.30 Uhr Pause
- 11.00 Uhr **Workshops I**
- 12.00 Uhr Mittagspause
- 13.00 Uhr **Workshops II**
- 14.00 Uhr Pause
- 14.15 Uhr **Ruhe sanft!**  
Konzepte für friedliche Nächte bei Demenz  
Jochen Gust
- 14.45 Uhr **Erfüllte Tage = Ruhige Nächte**  
Was Ergotherapie und Tagesstruktur erreichen können  
Marie-Claire Herbst
- 15:15 Uhr Pause
- 15:30 Uhr **Sport und Bewegung als Supertherapeuticum**  
Peter Häussermann
- 16:00 Uhr **Belastung gesund gestalten**  
Wie Pflegekräfte und Angehörige den Burnout verhindern können  
Jürgen Driever
- 16.30 Uhr Ende der Tagung

## Workshops I

- W1 **Ein Platz für Nachtteulen**  
Nachtcafé in einem Krankenhaus  
Katja Plock
- W2 **Engel der Nacht**  
Als Nachtwache in einem Altenheim  
Sebastian Krobisch, Nicole Bischoff
- W3 **Beschäftigung heißt wichtig sein**  
Ergotherapie für Demenzkranke in der Praxis  
Maria Kammermann, Maria Gerks
- W4 **Die Pille für die Nachtruhe**  
Wann helfen oder schaden Schlafmedikamente  
Heinz-Peter Kuhlmann
- W5 **Tees, Kräuter und Düfte**  
Der sanfte Weg zum Schlaf  
Ulrike Klingberg
- W6 **Sparkonzept oder Alternative**  
Stationsäquivalente Behandlung in der Gerontopsychiatrie  
Martin Holzke
- W7 **Kannst du atmen, kannst du spielen**  
Mundharmonika-Crashkurs für die Altenpflege  
Chris Kramer
- W8 **Regeneration ist eine Kompetenz**  
Belastung gesund gestalten für Mitarbeiterinnen  
Jürgen Driever, Heike Wilms

## Workshops II

- W9 **Ein Platz für Nachtteulen**  
Nachtcafé in einem Krankenhaus  
Katja Plock
- W10 **Engel der Nacht**  
Als Nachtwache in einem Altenheim  
Sebastian Krobisch, Nicole Bischoff
- W11 **Beschäftigung heißt wichtig sein**  
Ergotherapie für Demenzkranke in der Praxis  
Maria Kammermann, Maria Gerks
- W12 **Die Pille für die Nachtruhe**  
Wann helfen oder schaden Schlafmedikamente  
Heinz-Peter Kuhlmann
- W13 **Tees, Kräuter und Düfte**  
Der sanfte Weg zum Schlaf  
Ulrike Klingberg
- W14 **Sparkonzept oder Alternative**  
Stationsäquivalente Behandlung in der Gerontopsychiatrie  
Martin Holzke
- W15 **Kannst du atmen, kannst du spielen**  
Mundharmonika-Crashkurs für die Altenpflege  
Chris Kramer
- W16 **Regeneration ist eine Kompetenz**  
Belastung gesund gestalten für Mitarbeiterinnen  
Jürgen Driever, Heike Wilms