

**Gütersloh, im Januar 2019**

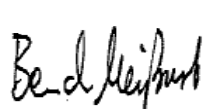
Sehr geehrte Damen und Herren,

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.

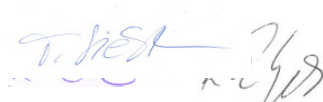
Warum sind Schlafstörungen bei psychischen Alterskrankheiten so häufig? Was hat ein ruhiger Schlaf mit Sonnenlicht, was mit ausreichender Tagesaktivität zu tun? Welche Umgebung fördert, welche verhindert Schlafstörungen? Wann und wie hilft eine Schlaftablette, wann nicht? Was kann man tun, um die „störende“ 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.



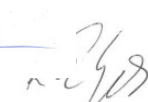
Bernd Meißnest  
Chefarzt der Klinik für  
Gerontopsychiatrie und  
Psychotherapie



Heinz-Peter Kuhlmann  
Facharzt der  
Gerontopsychiatrischen  
Ambulanz



Timo Siebert  
Kaufmännischer  
Direktor



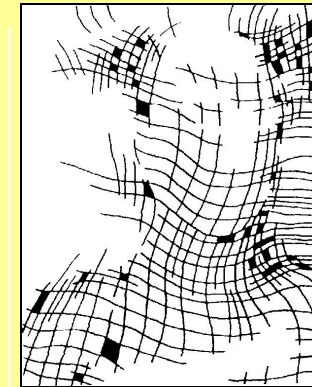
Rita Elpers  
Pflegedirektorin



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., Chefarztin, 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](http://www.lwl-klinik-guetersloh.de)**

**Fortbildungszertifizierung 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 Stehkaffee  
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