

DIE QUALITÄT

Im Rahmen unseres Angebots kommen Kursleiter/innen zum Einsatz, die in den Bereichen Demenz und Bewegung qualifiziert wurden.

Diese sind kompetent in der Vermittlung von **sportpraktischen Inhalten** und im **kommunikativen Umgang** mit der Zielgruppe.



WESENTLICHE ZIELE UNSERES KURSES SIND:

- Erhalt oder Steigerung der motorischen Leistungsfähigkeit
- Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems
- Verminderung des Sturzrisikos durch Gleichgewichtstraining
- Einüben alltagspraktischer Bewegungsmuster
- Förderung der Selbstbestimmung
- Spaß und Freude am gemeinsamen Aktivsein
- Minderung von Stress und Isolation
- Steigerung des Wohlbefindens

IHRE ANSPRECHPARTNER

- ➔ Besuchen Sie uns unter www.alzheimer-bayern.de mit weiteren Downloadmöglichkeiten.
- ➔ Wünschen Sie weitere Informationen, dann richten Sie Ihre Anfrage an info@alzheimer-bayern.de

Bayernweites Projekt „Sport und Bewegung trotz(t) Demenz“

"Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege, sowie durch die Arbeitsgemeinschaft der Pflegekassenverbände in Bayern und durch die private Pflegeversicherung gefördert."

gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege



Festhalten,

was verbindet.
Bayerische Demenzstrategie



Deutsche Alzheimer Gesellschaft
Landesverband Bayern e.V.
Selbsthilfe Demenz

 **Neues Kursangebot
unseres Vereins!**

Sport & Bewegung trotz(t) Demenz



**TEILHABE
FREUDE AN DER BEWEGUNG
GEMEINSCHAFT
ZUVERSICHT**

DAS PROJEKT

Mit dem Projekt „**Sport & Bewegung trotz(t) Demenz**“ leistet die Deutsche Alzheimer Gesellschaft LV Bayern e. V. einen wichtigen Beitrag zur Teilhabe und Verbesserung der Lebenssituation von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen.

Finanziell unterstützt wird es vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege sowie von den Bayerischen Pflegekassen.

Durch die Zusammenarbeit von Verbänden und Organisationen aus dem Sport mit bestehenden Demenznetzwerken entstehen Bewegungsangebote für Betroffene und ihre Angehörigen.

Auch unser Verein beteiligt sich an diesem Projekt.

Nutzen Sie die Möglichkeit, gemeinsam mit anderen aktiv zu bleiben und etwas für Ihre Gesundheit zu tun!

WIR FÜR SIE

Menschen mit einer beginnenden Demenz bekommen **bei uns** die Möglichkeit, ihre bisherigen sportlichen Aktivitäten fortzuführen oder neu damit zu beginnen.

Wissenschaftliche Erkenntnisse bestätigen, dass ein regelmäßig besuchtes Bewegungsangebot dazu beiträgt, dem Abbau von **Gedächtnisleistungen** präventiv entgegenzuwirken und die **Alltagskompetenzen** zu stärken.

Motorische und geistige Fähigkeiten bleiben länger erhalten. Das Erleben von „**Ich-Kann-Noch-Etwas**“ und „**Ich-Gehöre-Zur-Gesellschaft**“ fördern das eigene Wohlbefinden.

Sowohl das gemeinsame Bewegen als auch der Austausch innerhalb der Gruppe steigern die **Lebensqualität** und führen zu einer **Entlastung der Angehörigen**.

IN UNSEREM KURS ...

... heißen wir Sie sehr herzlich willkommen.

... sind keine Vorkenntnisse nötig.

... brauchen Sie nur bequeme Kleidung und Schuhe.

... bewegen wir uns auf vielfältige Art und Weise.

... werden individuelle Beeinträchtigungen berücksichtigt.

... werden alle Sinne angesprochen.

👉 Nähere Informationen zum Kurs entnehmen Sie bitte dem Beiblatt.

