

Aktivitäts Programm

für Menschen mit (Früh-)Demenz und ihre Familien | 1. Halbjahr

2017

Ausführliche Informationen zu den Angeboten und Kontakte finden Sie auf der Rückseite und im Internet: leben-mit-demenz.info

Januar



Mo	09	• Die Montagsfrauen
Di	10	• „Weihnachtsbaum Kehraus“ mit dem Ensemble „Shining Melody“ („Dienstags unterwegs“ Gruppen Bad Oeynhausen, Lübbecke und Minden)
Mi	11	• Lust am Wandern – Rittergut Rothenhoff
Do	12	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • Sport- und Klönggruppe Minden
Fr	13	• Radgruppe Minden
Mo	16	• Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh. • Steinbildhauern mit Peter Medzech • • Lust am Walken
Di	17	• D-Treff Minden • • Angehörigen-Stammtisch FTD
Mi	18	• Mittwochs-Treff Lübbecke • • „Farbe, Pinsel und Papier treffen sich“ – Kunst und Kreativ-Gruppe (KuK)
Do	19	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Mo	23	• Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh.
Mo-Mi	23.-25.	• „Gut ins neue Jahr – kleine Auszeit“ im Kloster Drübeck (Harz)
Do	26	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Mo	30	• Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh. • Radgruppe Lübbecke • • Lust am Walken • • Angehörigen-Stammtisch Lübbecke
Di	31	• Angehörigen-Stammtisch Minden

Februar



Mi	01	• Mittwochs-Treff Lübbecke
Do	02	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Mo	06	• Steinbildhauern mit Peter Medzech • • Die Montagsfrauen • Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh.
Di	07	• Die Kugel rollt – der Kegel fällt! – „Dienstags unterwegs“ Gruppe Minden
Mi	08	• „Farbe, Pinsel und Papier treffen sich“ – Kunst und Kreativ-Gruppe (KuK)
Do	09	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Fr	10	• Radgruppe Minden
Mo	13	• Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh. • Radgruppe Lübbecke • • Lust am Walken
Di	14	• D-Treff Minden • • Angehörigen-Stammtisch FTD
Mi	15	• Lust am Wandern – Wallanlage Babilonie
Do	16	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Mo	20	• Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh. • Steinbildhauern mit Peter Medzech: Gruppe 2
Di	21	• Besuch Heimatmuseum Löhne – „Dienstags unterwegs“ Gruppe Bad Oeynhausen • • Die Kugel rollt – der Kegel fällt! – „Dienstags unterwegs“ Gruppe Lübbecke
Do	23	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Mo	27	• Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh.
Mo	27	• Lust am Walken • • Angehörigen-Stammtisch Lübbecke
Di	28	• Angehörigen-Stammtisch Minden

März



Mi	01	• Mittwochs-Treff Lübbecke
Do	02	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Fr	03	• Radgruppe Bad Oeynhausen
Mo	06	• Steinbildhauern mit Peter Medzech • • Die Montagsfrauen • Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh.
Di	07	• „Wasahwasahwasahheeeee und ☺!“ „Dienstags unterwegs“ Gruppe Minden
Mi	08	• „Glas und Pizza – wie geht das?“ Kunst und Kreativ-Gruppe (KuK)
Do	09	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Fr	10	• Radgruppe Minden
Mo	13	• Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh. • Radgruppe Lübbecke • • Lust am Walken
Di	14	• Angehörigen-Stammtisch FTD • • D-Treff Minden
Mi	15	• Lust am Wandern – Märzenbecherblüte am Schweineberg
Do	16	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Fr	17	• Ukulele Orchestra of Great Britain – Besuch Jubiläumskonzert Stadttheater Minden
Mo	20	• Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh.
Di	21	• Besuch Schulmuseum Hiddenhausen – „Dienstags unterwegs“ Gruppe Bad Oeynhsn. • Oldtimerbus-Tour durch das Lübbecke Land – „Dienstags unterwegs“ Gruppe LÜB.
Do	23	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Mo	27	• Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh. • Lust am Walken • • Angehörigen-Stammtisch Lübbecke
Di	28	• Angehörigen-Stammtisch Minden
Do	30	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Fr	31	• „Auf dem Weg zum Sternekech“ – Männer-Kochgruppe für pflegende Angehörige

April



Mo	03	• Steinbildhauern mit Peter Medzech • • Die Montagsfrauen • Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh.
Di	04	• D-Treff Minden • • Angehörigen-Stammtisch FTD
Mi	05	• Mittwochs-Treff Lübbecke • • „Schrottkollagen“ – Kunst und Kreativ-Gruppe (KuK)
Do	06	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Fr	07	• Radgruppe Bad Oeynhausen
Mo	10	• Radgruppe Lübbecke
Mo-Do	24.-27.	• „Auf Ottos Spuren!“ – Ostfriesische Küstentour („Dienstags unterwegs“ Gruppen Bad Oeynh., LÜB., MI., Angehörigen-Stammtische LÜB. und MI., Lust am Wandern)
Mo	24	• Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh.
Do	27	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Fr	28	• Radgruppe Minden

Mai



Mi	03	• „Betonkunst“ – Kunst und Kreativ-Gruppe (KuK) • • Mit Rückenwind und Sonnenantrieb – auf nach Hävern (Feierabendradtour)
Do	04	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Fr	05	• Radgruppe Bad Oeynhausen
Sa	06	• Mit den „Feinen Kerlen“ unterwegs zum Freilichtmuseum Detmold
Mo	08	• Steinbildhauern mit Peter Medzech • • Die Montagsfrauen • Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh.
Di	09	• D-Treff Minden • • Angehörigen-Stammtisch FTD
Mi	10	• Mittwochs-Treff Lübbecke • • Lust am Wandern – Glacis Minden m. Blick auf Mai-Messe
Do	11	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Fr	12	• Radgruppe Minden
Mo	15	• Gemeinsam bewegen ...! und Bewegen mit allen Sinnen Bad Oeynhausen
Di	16	• Tanzen im Mai („Dienstags unterwegs“ Gruppen Bad Oeynhausen, LÜB, MIN)
Do	18	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Mo-Do	22.-25.	• Radlerspaß im Ammerland – Auf dem Fahrrad durchs Blütenmeer
Mo	22	• Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh. • • Angehörigen-Stammtisch Lübbecke
Di	23	• Angehörigen-Stammtisch Minden
Sa	27	• Angehörigen Ehemaligentreffen
Mo	29	• Gemeinsam bewegen ...! und Bewegen mit allen Sinnen Bad Oeynhausen • Steinbildhauern mit Peter Medzech: Gruppe 2 • • Radgruppe Lübbecke

Juni



Do	01	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Fr	02	• Radgruppe Bad Oeynhausen
Di	06	• Angehörigen-Stammtisch FTD
Mi	07	• Mittwochs-Treff Lübbecke • • Zu Gast in Ovenstedt (Feierabendradtour)
Do	08	• Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Fr	09	• Radgruppe Minden
Mo	12	• Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh. • Steinbildhauern mit Peter Medzech • • Radgruppe Lübbecke
Mo	19	• Gemeinsam bewegen ...! und Bewegen mit allen Sinnen Bad Oeynhausen
Di	20	• Tiere hautnah erleben – Besuch Allwetterzoo Münster („Dienstags unterwegs“ Gruppen Bad Oeynhausen, Lübbecke und Minden)
Mi	21	• Lust am Wandern – Schaumburger Wald und Schloss Baum
Do	22	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden
Sa	24	• Floßfahrt mit Musik
Mo	26	• Die Montagsfrauen • • Angehörigen-Stammtisch Lübbecke • Steinbildhauern mit Peter Medzech: Gruppe 2 • Gemeinsam bewegen ...! Bad Oeynh. • • Bewegen mit allen Sinnen – Bad Oeynh.
Di	27	• D-Treff – Gruppe Minden • • Angehörigen-Stammtisch Minden
Mi	28	• Mittwochs paddeln • • Kreatives aus Holz mit und in der Natur (KuK)
Do	29	• Gemeinsam bewegen...! Lübbecke/Minden • • Sport- und Klönggruppe Minden

Ausblick auf Juli und August

Sa. 08. Juli: Sommerfest
Fr. 04. – So 06. Aug.
Mit dem Kanu-Klub und den Feinen Kerlen in der Lüneburger Heide



Aktivitäts Programm

für Menschen mit (Früh-)Demenz und ihre Familien



Leben mit Demenz
Alzheimergesellschaft
Kreis Minden-Lübbecke e.V.
www.leben-mit-demenz.info



Jetzt ist es wahr geworden:
Das lang geplante Buch von Petra und Michael Uhlmann ist da!
„Was geht... Aktivitäten und Potenziale von Menschen mit Demenz“
Bestellungen unter
www.edition.uhlensee.de oder im
Buchhandel: ISBN: 978-3-00-054088-2

Leben mit Demenz
Alzheimergesellschaft
Kreis Minden-Lübbecke e.V.
Goethestr. 42, 32427 Minden
Tel. 0571-9742967
Fax 0571-9742968
www.leben-mit-demenz.info
post@leben-mit-demenz.info
Dr. phil. Harriet Heier 1. Vorsitzende
Christina Gerhardt 2. Vorsitzende
Monika Sander 3. Vorsitzende

Ansprechpartner
• Aktivitätsprogramm
Hartmut Schilling • 0571-6483546
schilling@leben-mit-demenz.info
• Info-Veranstaltungen zum Thema
Demenz und zu Aktivitäten des Vereins:
Dr. phil. Harriet Heier • 0571-9742967
heier@leben-mit-demenz.info

Wenn Sie unsere Arbeit fördern möchten
Verein Leben mit Demenz
Sparkasse Minden-Lübbecke
IBAN: DE82 4905 0101 0040 1118 66
BIC: WELADED1MIN
Stichwort „Aktiv leben“

Alle Fotos:
Michael Uhlmann
www.uhlensee.de

Was sonst noch läuft...

Fortbildungen in Zusammenarbeit mit dem ADFC – Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club Kreisverband Minden-Lübbecke e.V.:
Qualifizierung Radfahren für und mit Menschen mit Demenz
• Grundstufe am 25. und 26. Februar
Weitere Informationen:
www.adfc-nrw.de/kreisverbaende/kv-minden/radfahren-und-demenz

Fortbildungen in Zusammenarbeit mit dem Kreissportbund Minden-Lübbecke e.V.:
Qualifizierung Bewegung für und mit Menschen mit Demenz
• Grundstufe am 13. und 14. Mai
Weitere Informationen:
www.sportangebote-minden-luebbecke.de/qualifizierungen

Qualitätszirkel:
für Sportübungsleiter/innen und Sportbegleiter/innen für Bewegungsangebote für Menschen mit Demenz
Arbeitstreffen am 31.03.2017

Info-Veranstaltungen zum Thema Sport, Bewegung und Demenz:
Ansprechpartner:
Koordinationsstelle Sport und Demenz
Kreissportbund Minden-Lübbecke e.V.
Olaf Wittkamp, Tel. 0571-829075-0
o.wittkamp@ksb-ml.de

Mitgliederversammlung
am 12. Juni 2017
Wir laden Sie herzlich dazu ein.



Steinbildhauerei & modellieren in Ton
mit Steinbildhauermeister Peter Medzech
Ulla Moser • 0571-40515682

Kunst und Kreativ-Gruppe (KuK) Neu!
Ute Rodenberg • 0571-9424525

D-Treff Minden
Ein Treff für Menschen, bei denen eine Demenz im Frühstadium festgestellt wurde
Doris Kaase • 0571-9733731

Mittwochs-Treff Lübbecke Neu!
Ein Treff für Menschen, bei denen eine Demenz im Frühstadium festgestellt wurde
Susanne Windhorst • 05741-600696

Lust am Wandern
„Nach dem Essen sollst du ruhen oder 1000 Schritte tun!“
Ute Rodenberg • 0571-9424525

Radgruppen
Lübbecke: K.-H. Hülsmann • 05742-2559
Minden: Eberhard Maskus • 0571-35191

Angehörigen Stammtisch(e)
Kontakte knüpfen und pflegen, Herzlichkeit und Wärme tanken, Mut bekommen...
Gruppen Minden & Lübbecke Neu!
Doris Kaase • 0571-9733731

Angehörigen Stammtisch FTD
Ein Treff für Angehörige, deren Partner/in und/oder deren Mutter/Vater an einer frontotemporalen Demenz erkrankt ist.
Doris Kaase • 0571-9733731

Gruppen, die sich monatlich bzw. wöchentlich treffen

Gemeinsam bewegen wir uns lieber...!
Wöchentliches Bewegungsangebot gemeinsam mit Angehörigen
Bad Oeynhausen
Doris Kaase • 0571-9733731

Lübbecke
In Zusammenarbeit mit BSG Lübbecke
Barbara Quade 05741 • 235830
Susanne Windhorst • 05741-600696

Minden
Hartmut Schilling • 0571-6483546

Sport- und Klöngruppe Minden Neu!
Wöchentliches Bewegungs- & Klönangebot für Menschen mit Demenz und Angehörige
Ulla Moser • 0571-40515682

Mit allen Sinnen in Bewegung
Wöchentliches Bewegungsangebot in kleiner Gruppe in Bad Oeynhausen
Doris Kaase • 0571-9733731

Die Montagsfrauen Neu!
Ein Treff für Frauen, bei denen eine Demenz im Frühstadium festgestellt wurde
Doris Kaase • 0571-9733731

Dienstags unterwegs
Frei nach dem Motto
„Runter vom Sofa, hinein ins Leben!“
Bad Oeynhausen Neu!
Marianne Krebs • 05731-1864184
Lübbecke: S. Windhorst • 05741-600696
Minden: Doris Kaase • 0571-9733731



Gruppen, die sich saisonal, quartalsweise oder jährlich treffen

Lust am Walken
Sich im Winter mit und ohne Stöcke an der frischen Luft bewegen
Marianne Henne • 0571-48273

Feierabendradtouren
Gemeinsam in einer großen Gruppe nach Feierabend unterwegs
In Kooperation mit dem ADFC
Kreisverband Minden-Lübbecke
Wolfgang Weber • 0571-84460

Radgruppe Bad Oeynhausen
Radtouren in kleiner Gruppe
Wolfgang Weber • 0571-84460

Mittwochspaddeln
In einer kleinen Gruppe auf der Weser
In Kooperation mit dem
Kanu Klub Minden
Hartmut Schilling • 0571-6483546

Männer-Kochgruppe für pflegende Angehörige
In Zusammenarbeit mit den Landfrauen Lübbecke
Ulla Moser • 0571-40515682

Angehörigen Ehemaligentreffen
Monika Sander • 05734-7442

Informationen zu den Aktivitäten Auf ein Neues!

Das neue Programm weist viele Veränderungen und Neuerungen auf. Es gibt vier neue Gruppen: „Sport- und Klönggruppe“ und „Kunst und Kreativ-Gruppe“ (= KuK) – beides Gruppen für Betroffene und Angehörige; „Die Montagsfrauen“ (nur für Betroffene) und einen weiteren Angehörigen-Stammtisch in Lübbecke. Mehrere Angebote sind neu organisiert, z.B. gibt es „Dienstags unterwegs“ jetzt an drei Standorten im Kreisgebiet und die Radgruppen Lübbecke und Minden treffen sich ganzjährig. Das Programm startet mit 19 Gruppen, die sich regelmäßig mindestens 1x im Monat treffen. Außerdem gibt es weitere Gruppen, die sich z.B. saisonal treffen. Und dann gibt es noch eine Reihe von Aktivitäten für die Teilnehmer der Gruppen... Aber schauen Sie selbst und lassen Sie sich überraschen!

Aktivitäten mit einer Begleitperson, in Minigruppen (z.B.)
• Einzelradfahren (mit einer Begleitperson mit dem eigenen Rad oder mit dem Tandem)
• Schwimmen
• Walking
Hartmut Schilling • 0571-6483546

Aktivitäten/Veranstaltungen für Teilnehmer der Gruppen
Einzel-, Sonder- und Traditionsveranstaltungen (z.B.)
• Schätze eines Jahres
• Guter Start ins neue Jahr
• Aktiv-Reisen
Hartmut Schilling • 0571-6483546