

**Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club  
Kreisverband Minden-Lübbecke e.V.**  
Vinckestr.1/Gr. Domhof

32423 Minden

Bitte abtrennen, ausfüllen und in einem Briefumschlag abschicken oder abgeben!

# Aufbaustufe: Für Teilnehmer/innen, die die Grundstufe absolviert haben:

In der Aufbaustufe der Qualifizierung haben die Teilnehmer der Qualifizierung die Möglichkeit an unterschiedlichen Radtourangeboten teilzunehmen. Es geht darum, das Radfahren mit Menschen mit Demenz (mit und ohne Angehörige) zu erleben und Praxis-Erfahrungen zu sammeln. Zum Beispiel: Radfahren in kleinen und größeren Gruppen/mit Paaren sowie Einzelpersonen; Radtouren von unterschiedlicher Länge und Dauer mit leichter und schwierigerer Streckenführung/das Erleben von verschiedenen Rollen und Aufgaben im Rahmen einer Radtour. Die Teilnehmer können für die Hospitation selber entscheiden, an welchen Radtouren sie teilnehmen möchten. Die Dauer der Hospitation beträgt jedoch mindestens einen Seminartag. (Man könnte also z.B. an zwei Halbtagesradtouren teilnehmen.) Zum Abschluss der Hospitationsphase findet ein Erfahrungsaustauschtreffen statt.

## Inhalte

- Teilnahme z.B. an einer Feierabendradtour, Feld-, Wald- und Wiesen-Tour und/oder Tagesradtour
- Teilnahme an begleiteten Einzelradtouren mit und ohne Tandem
- Austausch über Praxiserfahrungen und Reflexion

## Ziele

Die Teilnehmer:

- sammeln Praxiserfahrungen
- erwerben Handlungssicherheit
- gewinnen Rollenklarheit
- erhalten Tipps und Hilfen für die eigene Praxis

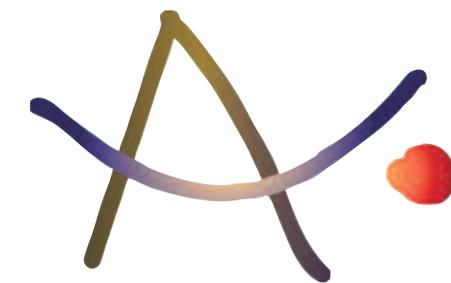
<b>Kurs</b>	<b>Radfahren für und mit Menschen mit Demenz</b>
<b>Kurstufe</b>	Aufbaustufe
<b>Abschluss</b>	Qualifizierte Bescheinigung Zertifikat
<b>Datum Zeit   Ort</b>	Hospitationsphase: März – Sept. 2016 Erfahrungsaustauschtreffen: <b>29.10.2016</b> MTV-Vereinsheim, Minden
<b>Gebühren</b>	109,- Euro 99,- Euro (ADFC-Mitglied)
<b>Leitung</b>	H. Schilling, W. Weber
<b>Anmeldung</b>	Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club Kreisverband Minden-Lübbecke e.V. Vinckestr.1/Gr. Domhof 32423 Minden
<b>Ansprechpartner</b>	Wolfgang Weber Tel. 0571-84460 wolfgang.weber@adfc-minden.de www.adfc-minden.de



# Radfahren



für und mit Menschen mit Demenz



## Leben mit Demenz

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

# Radfahren für und mit Menschen mit Demenz

Qualifizierung für Menschen, die sich als Radtourleiter/innen oder als Radtourbegleiter/innen in dem Feld Radfahren und Demenz neu engagieren (wollen) bzw. die sich bereits engagieren



„Radfahren tun wir wahnsinnig gern!“ Der Verein ›Leben mit Demenz‹ hat gemeinsam mit dem ADFC Minden-Lübbecke bewiesen: Auch Menschen mit Demenz können Fahrrad fahren. Beide Vereine haben in den letzten Jahren ein Radtourprogramm entwickelt, das aus vielfältigen Angeboten besteht. Dazu zählen „Feierabend-Radtouren“, Tages- und Mehrtagestouren, Feld-, Wald- und Wiesentouren und Radtouren nur für Angehörige. Immer wieder werden neue Ideen bzw. Angebotsformate ausprobiert. Die Erfahrungen und Erkenntnisse aus der Praxis bilden die Basis der Qualifizierung, die sich in eine Grund- und Aufbaustufe gliedert.

## Grundstufe: Radfahren für und mit Menschen mit Demenz

In der Grundstufe der Qualifizierung wird notwendiges theoretisches Wissen vermittelt und praktisches Wissen für das Radfahren mit Betroffenen vorgestellt.

### Inhalte

- Aufbau der Qualifizierung
- Grundlagen der Krankheit Demenz
- Sichtweisen, Umgang, Miteinander
- Menschen mit Demenz fahren Rad und wir fahren mit
- Voraussetzungen für das gute Gelingen von Radtouren
- Entwicklung von personen-/gruppenspezifischen Angeboten
- Erfolgsfaktor Team(-work): Zusammenspiel von Leitung und Begleitung
- Das kleine 1x1 der praktischen Organisation

### Ziele

Die Teilnehmer kennen:

- wesentliche Aspekte im Umgang und Miteinander mit Menschen mit Demenz
- Grundlagen des Krankheitsbilds Demenz
- Besonderheiten, Unterschiede zu herkömmlichen Radtouren
- Möglichkeiten, Radfahrangebote zu gestalten
- die Grundlagen der Planung und Organisation von Radtouren

**Kurs** Radfahren für und mit Menschen mit Demenz

**Kurstufe** Grundstufe

**Abschluss** Bescheinigung

**Datum  
Zeit | Ort** 13.02.2016 | 09.00 – 16.00 Uhr  
Minden

14.02.2016 | 09.00 – 15.00 Uhr  
Minden

**Gebühren** 109,- Euro  
99,- Euro (ADFC-Mitglied)

**Leitung** D. Kaase, H. Schilling, W. Weber

**Anmeldung** Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club  
Kreisverband Minden-Lübbecke e.V.  
Vinckestr.1/Gr. Domhof  
32423 Minden

**Ansprechpartner** Wolfgang Weber  
Tel. 0571-84460  
wolfgang.weber@adfc-minden.de

## Anmeldung:

**Qualifizierung:**

**Radfahren für und mit Menschen mit Demenz**

Grundstufe  Aufbaustufe

Kursnr. ....

Name .....

Vorname .....

Straße/Hausnr. ....

PLZ/Ort .....

Geb.-Datum .....

Tel. privat .....

Tel. geschäftl. ....

E-Mail .....

**Ich habe**

109,- Euro für die Grundstufe

99,- Euro für die Grundstufe (ADFC Mitglied)

109,- Euro für die Aufbaustufe

99,- Euro für die Aufbaustufe (ADFC Mitglied)

**auf folgendes Konto überwiesen:**

ADFC

Kreissparkasse Minden-Lübbecke

IBAN: DE23 4905 0101 0040 1261 20

BIC: WELADED1MIN

Stichwort: Qualifizierung Radfahren mit Demenz

Datum/Unterschrift .....

