

Aktivitäts Programm

für Menschen mit einer Demenzerkrankung im Frühstadium

Sport und Talk

Sport treiben – sich zum Sport treffen und die Freude an der Bewegung genießen
Talk halten – sich zum Gesprächskreis treffen und über das sprechen, worüber man gerne sprechen will.



Gruppe Lübbecke

Kontakt: Frau Windhorst
Tel. 05741-600696

Gruppe Bad Oeynhausen

Kontakt: Herr Schilling
Tel. 0571-6483546

Gruppe Minden

Kontakt: Frau Kaase
Tel. 0571-9733731

Sport am Vormittag

in Bad Oeynhausen

Kontakt: Herr Schilling, Tel. 0571-6483546

Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!

mit Partnern, Kindern, Enkeln, guten Freunden...

Was geht!
Sport, Bewegung und Demenz

- Wöchentliches Bewegungsangebot in Minden-Meißen
Kontakt: Herr Schilling, Tel. 0571-6483546
- Wöchentliches Bewegungsangebot in Bad Oeynhausen
Start voraussichtlich 31. Oktober
Kontakt: Frau Kaase 0571-9733731
- Wöchentliches Bewegungsangebot in Lübbecke in Zusammenarbeit mit BSG Lübbecke und KSB Minden-Lübbecke
Start voraussichtlich 30. Oktober
Kontakt: Barbara Quade, Tel. 05741-235830
Susanne Windhorst, Tel. 05741-600696

Steinbildhauerei und modellieren in Ton

mit dem Steinbildhauermeister Peter Medzech
Kontakt: Frau Moser,
Tel. 0571-42504



Treffpunkt Musik

Singen, in Musik-Erinnerungen schwelgen,
Musiker als Gast erleben, Konzerte besuchen, musizieren...

Kontakt: Frau Kaase, Tel. 0571-9733731

Geschichten am Kamin Neu!

Gemütlich zusammensitzen, Geschichten (oder auch Gedichte?) hören, lesen, erzählen...

Kontakt: Frau Kaase, Tel. 0571-9733731



Feierabendradtouren

Gemeinsam in einer großen Gruppe nach Feierabend unterwegs
Kontakt: Herr Schilling, Tel. 0571-6483546

Radgruppe Bad Oeynhausen

Radtouren in kleinen Gruppen mit zwei, max. drei Teilnehmern zusammen mit zwei Begleitpersonen
Kontakt: Herr Weber, Tel. 0571-84460

Was geht!
Sport, Bewegung und Demenz

Radgruppe Lübbecke Neu! und Minden

Radtouren in kleinen Gruppen mit drei, max. vier Teilnehmern zusammen mit zwei Begleitpersonen
Kontakt: Herr Maskus, Tel. 0571- 35191

Was geht!
Sport, Bewegung und Demenz

Mittwochspaddeln

In einer kleinen Gruppe auf der Weser unterwegs
Kontakt: Herr Schilling, Tel. 0571-6483546

Was geht!
Sport, Bewegung und Demenz

Aktiv-Reisen

Freizeiten mit bewegungsorientiertem Programm
Kontakt: Herr Schilling, Tel. 0571-6483546

Was geht!
Sport, Bewegung und Demenz

Wir sind dann mal weg! Neu!

Mehrtagesradtouren in einer kleinen Gruppe
Kontakt: Herr Weber 0571-84460

Angehörigen Stammtisch

Kontakte knüpfen und pflegen, Herzlichkeit und Wärme tanken, Mut bekommen, einfach mal nur klönen und gemeinsam schöne Dinge tun.

Kontakt: Frau Kaase, Tel. 0571-9733731

Aktivitäten mit Terminen nach Absprache

Einzelradfahren

Was geht!
Sport, Bewegung und Demenz

mit einer Begleitperson
(mit und ohne Tandem und mit Dreiradtandem)
Kontakt: Herr Maskus,
Tel. 0571- 35191

Schwimmen

Was geht!
Sport, Bewegung und Demenz

mit einer Begleitperson, in Mini-Gruppen sowie für kleine Gruppen
Lübbecke-Kontakt:
Frau Windhorst,
Tel. 05741-600696
Minden-Kontakt:
Herr Maskus, Tel. 0571- 35191



Fachtagung 2014

20. September 2014 in Minden

Der Verein Leben mit Demenz – Alzheimergesellschaft Kreis Minden-Lübbecke führt gemeinsam mit Betroffenen und ihren Angehörigen und mit vielen Netzwerkpartnern zu dem Projekt „Was geht! Sport, Bewegung und Demenz“ eine eintägige Fachtagung in Minden durch. Weitere Information: Faltblatt zur Tagung (PDF-Version) unter www.leben-mit-demenz.info

Was geht!
Sport, Bewegung und Demenz

Ausblick auf 2015

Wochenendfahrt am 24. und 25. Januar 2015

„Gut ins neue Jahr – kleine Auszeit in Fischbeck“

JULI

- Mi 2 • „Merkur“ lässt grüßen! – neuerdings im Schloß Benkhausen. Besuch des Deutschen Automatenmuseums und anschl. Grillen (Feierabendradtour)
- Do 3 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhausen
• Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!
• Treffpunkt Musik – zu Gast: Uwe Pacewitsch
- Fr 4 • Radgruppe Minden
- Mo 7 • Radgruppe Bad Oeynhausen
- Di 8 • Steinbildhauerei und modellieren in Ton
- Mi 9 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 10 • Sport und Talk Gruppe Minden
• „Schaun mer mal!“ Sonderaktivität der Sport und Talk Gruppe Bad Oeynhausen
- Fr 11 • Ein Sommerabend mit der Vocalband MAYBEBOP, Freilichtbühne Porta
- Sa 19 • Sa. 19.07 – So. 20.07.: Mit Armen und Beinen unterwegs – Paddeln auf der Böhme...und Wandern in der Heide (Kanu- und Wander-Freizeit)
- Mi 23 • Angehörigen Stammtisch
- Do 24 • Affe, Erdmännchen und hausgemachte Reibekuchen
Besuch Tierpark Herford – Sonderaktivität der Sport und Talk Gruppe Minden
• „Schaun mer mal!“ Sonderaktivität der Sport und Talk Gruppe Bad Oeynhausen

AUGUST

- Fr 1 • Radgruppe Minden
- Mo 4 • Radgruppe Lübbecke
• Mo. 4.08. – Mi. 6.08.: Wir sind dann mal weg: „Auf nach Bremen!“ Mehrtagesradtour in kleiner Gruppe
- Mi 6 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 14 • Sport und Talk Gruppe Minden
- Fr 15 • Radgruppe Minden
- Mi 20 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke
• Mittwochspaddeln
- Do 21 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhausen
• Treffpunkt Musik
- Sa 23 • „Grüezi!“ Magisches Feuerwerk aus der Schweiz – Fahrt zum Internationalen Feuerwerks Wettbewerb (Herrenhäuser Gärten)
- Mi 27 • Spätsommer genießen – Fahrt zur Büschings Mühle (Feierabendradtour)
• Angehörigen Stammtisch
- Do 28 • Sport und Talk Gruppe – Minden & Bad Oeynhausen
- Fr 29 • Radgruppe Minden

SEPTEMBER

- Mo 1 • Radgruppe Lübbecke
- Mi 3 • Kunst und Handwerk bieten allerlei Überraschungen – Sonderaktivität der Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 4 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhausen
• Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!
• Treffpunkt Musik – zu Gast: Uli Treude
- Sa 6 • Weser-Floßfahrt mit Musik!
- Mo 8 • Radgruppe Bad Oeynhausen
- Di 9 • Steinbildhauerei und modellieren in Ton
- Do 11 • Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!
• Sport und Talk Gruppe – Minden & Bad Oeynhausen
- Mi 17 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke
• Mittwochspaddeln
- Do 18 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhausen
• Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!
• Überraschungsausflug – Sonderaktivität der Sport und Talk Gruppe Minden
- Fr 19 • „Verwöhhnachtsmittag“ für pflegende Angehörige Café Prinz Friedrich, Minden
- Sa 20 • Sportliche Perspektiven für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen – Fachtagung „Was geht! Sport, Bewegung und Demenz, Minden
- Mi 24 • Angehörigen Stammtisch
• „Eines Tages“ – Filmvorführung, BÜZ, Minden; in Zusammenarbeit mit Hospizkreis Minden e.V.
- Do 25 • Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!
• Sport und Talk Gruppe Bad Oeynhausen
- Mo 29 • Radgruppe Lübbecke

OKTOBER

- Mi 1 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 2 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhausen
• Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!
- Mo 6 • Radgruppe Bad Oeynhausen
• Geschichten am Kamin
- Do 9 • Sport und Talk Gruppe Minden
• „Schaun mer mal!“ Sonderaktivität der Sport und Talk Gruppe Bad Oeynhausen
- Di 14 • Steinbildhauerei und modellieren in Ton
- Do 16 • Treffpunkt Musik
- Mi 22 • Angehörigen Stammtisch
- Do 23 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhausen
• Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!
- Fr 24 • Sport, Bewegung, Teilhabe und Demenz – Symposium in Kooperation mit Demenz Support Stuttgart, 8. Kongress der DALzG in Gütersloh
- Mi 29 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 30 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhausen
• Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein! Minden

NOVEMBER

- Do 6 • Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein! Minden
• Sport und Talk Gruppe – Minden & Bad Oeynhausen
- Di 11 • Steinbildhauerei und modellieren in Ton
- Mi 12 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 13 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhausen
• Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein! Minden
• Treffpunkt Musik
- Mo 17 • Geschichten am Kamin
- Mi 19 • „Pack die Badehose ein“ – ein Nachmittag im Erlebnis- und Freizeitbad Atoll – Sonderaktivität der Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 20 • Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein! Minden
• Sport und Talk Gruppe – Minden & Bad Oeynhausen
- Mi 26 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 27 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhausen
• Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein! Minden
- Mi 28 • Schätze eines Jahres

DEZEMBER

- Do 4 • Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein! Minden
• Sport und Talk Gruppe – Minden & Bad Oeynhausen
- Sa 6 • „Süßer die Flaschen nie klingen“ Weihnachtsspecial mit dem GlasBlasSing-Quintett, Stadttheater Herford
- Mi 10 • In der Weihnachtsbäckerei ...
Sonderaktivität der Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 11 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhausen
• Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein! Minden
- Mi 17 • Besuch des Weihnachtskonzertes „Der „Schaumburger Märchensänger“ in der Stadtkirche Bückeberg
- Do 18 • Sport und Talk Gruppe Bad Oeynhausen



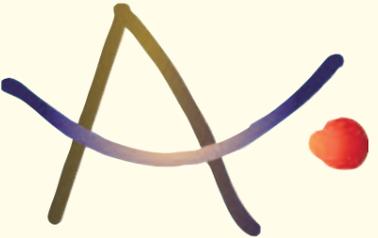
**Zusammen
sind wir weniger allein!**

5 Jahre Aktivitätsprogramm



Aktivitäts Programm

für Menschen mit einer Demenzerkrankung im Frühstadium



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

Perspektiven finden
In enger Zusammenarbeit mit den Betroffenen und Angehörigen und gemeinsam mit zahlreichen lokalen und regionalen Netzwerkpartnern haben wir in den letzten Jahren vielfältige Angebote geschaffen, die der besonderen Lebenssituation der Menschen mit Frühdemenz entsprechen.

Perspektiven fördern
Verein Leben mit Demenz
Sparkasse Minden-Lübbecke
BLZ 49050101
Konto 40111866
IBAN: DE82490501010040111866
BIC: WELADED1MIN
Stichwort „Aktiv leben“



Ansprechpartner Aktivitätsprogramm
Hartmut Schilling
Tel. 0571-6483546
schilling@leben-mit-demenz.info

Initiative Demenz und Kultur

Das Mehrgenerationenhaus Schaumburg im Kulturzentrum Alte Polizei in Stadthagen (als Projektträger) und der Generationen-Treff mit dem Senioren-Experten-Team in Enger und der Verein „Leben mit Demenz“ (beide als Projektpartner) nehmen an der dritten Auflage des Programms „Menschen mit Demenz in der Kommune“ teil, das von der Robert Bosch Stiftung gefördert und mit Unterstützung der Aktion Demenz e.V. realisiert wird. Im Mittelpunkt des Kooperationsvorhabens stehen zwei Praxisbausteine:

das „Forum Demenz und Kultur“
die Schaffung eines Internetportals für Information und Austausch zum Thema Demenz und Kultur (siehe: www.demenz-und-kultur.de)

der „Impuls Demenz und Musik“
der Ausbau von musikalischen Angeboten für von Demenz betroffene Familien und alle, die Lust haben mitzumachen.

Weitere Informationen:
www.aktion-demenz.de

**Bundesmodellvorhaben
„Was geht!
Sport, Bewegung und Demenz“**

Im Brennpunkt des Vorhabens steht die Absicht, Sport und Bewegung als Möglichkeiten der sozialen Teilhabe und Quelle von Lebensfreude für Menschen mit Demenz zu erschließen.

Projektträger
Demenz Support Stuttgart gGmbH
in Kooperation mit dem Verein
Leben mit Demenz – Alzheimergesellschaft
Kreis Minden-Lübbecke

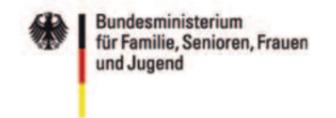
Projektpartner vor Ort:
Kreissportbund Minden-Lübbecke
ADFC Minden-Lübbecke
Kanu-Klub Minden

Projektpaten: (u.a.)
Dr. Henning Scherf,
Bürgermeister a.D. der Hansestadt Bremen
Franz-Peter Walkowski,
Ehrenpräsident des Kanu-Verbandes NRW
Imke Oelerich, Triathletin,
70.3 Ironman-Europameisterin (AK 18-24)
Sebastian Zeller, Dipl. Sportwissenschaftler,
Wissenschaftlicher Mitarbeiter
der Deutschen Sporthochschule Köln

Weitere Informationen:
www.sport-bewegung-demenz.de

Was geht!
Sport, Bewegung und Demenz

Gefördert von:



Robert Bosch Stiftung

**ERICH UND LISELOTTE
GRADMAN-STIFTUNG**

Auszeichnungen

- Der Deutsche Olympische Sportbund und die Volksbanken Raiffeisenbanken würdigen unseren Kooperationspartner Kanu-Klub Minden e.V. bei dem Wettbewerb „Sterne des Sports“ im Jahr 2013 mit einem Stern in Bronze für das beispielhafte gesellschaftliche Engagement im Rahmen von „Kanutouren für Menschen mit Demenz“
- NEF (Network of European Foundations) – EFID Award 2012 Auszeichnung der European Foundations’ Initiative on Dementia für beispielhafte Vorgehensweisen, die Menschen mit Demenz und ihren Familien dabei helfen, gut zu leben und aktiv an ihrer lokalen Gemeinschaft teilzuhaben
- E.ON Weser Westfalen – »Radtouren für Menschen mit Demenz« „Herausragendes Leuchtturmprojekt 2011 für bürgerschaftliches Engagement“ (Preis für unseren Kooperationspartner ADFC Kreisverband Minden-Lübbecke e.V.)
- Hertie-Stiftung – Preis für Engagement und Selbsthilfe 2010

Die Bilder sind im Rahmen des Buchprojektes „Was geht...“ mit dem Fotografen Michael Uhlmann entstanden, welches im Frühjahr 2015 im Verlag Hans Huber erscheinen wird. www.uhlensee.de

Leben mit Demenz

Alzheimergesellschaft Kreis Minden-Lübbecke e.V.
Goethestr. 42, 32427 Minden
Tel. 0571 - 974 29 69 | Fax 0571 - 974 29 68
www.leben-mit-demenz.info
post@leben-mit-demenz.info
Dr. phil. Harriet Heier 1. Vorsitzende
Christina Gerhardt 2. Vorsitzende

Ansprechpartner

Aktivitätsprogramm | Hartmut Schilling
Tel. 0571-6483546 | schilling@leben-mit-demenz.info

Unterstützer und Kooperationspartner

- Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club Kreisverband Minden-Lübbecke e.V. (ADFC)
- Anna Luise Altendorf Stiftung
- Balance – Verein für Präventions- und Rehabilitationssport e.V.
- BSG Lübbecke
- BSG Minden
- DCM-Verbund
- Demenzfachdienst im Kreis Minden-Lübbecke
- Demenz Support Stuttgart
- Diakonie Stiftung Salem
- E.ON Weser Westfalen
- Ev.-luth. St. Marienkirchengemeinde Minden
- Feine Kerle
- Generationen-Treff mit dem Senioren-Experten-Team, Enger
- Johanniter-Ordenshäuser, Bad Oeynhausen
- Kanu-Klub Minden
- Kommunikationszentrum Alte Polizei e.V./ Mehrgenerationenhaus Schaumburg
- Kreissportbund Minden-Lübbecke e.V.
- Landfrauen Ortsverband Lübbecke
- Mehrgenerationenhaus Schaumburg im Kulturzentrum Alte Polizei (Arbeitskreis „Leben mit Demenz“)
- Niedergelassene Neurologen und Psychiater im Kreisgebiet Minden-Lübbecke
- Pro Meißen e.V.
- Psychiatrische Institutsambulanz, Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik des Krankenhaus Lübbecke
- Reha- und Gesundheitssportverein am Wiehen e.V.
- Rotary-Club Bückeberg
- Sparkasse Minden-Lübbecke
- Stadt Lübbecke
- Vereinigte IKK

dazu kommen
...viele ehrenamtlich Engagierte, die die Projekte auf vielfältige Art unterstützen