



Die Bilder sind im Rahmen des Buchprojektes „Was geht...“ mit dem Fotografen Michael Uhlmann entstanden. www.uhlensee.de

Titelfoto: Tanja Lange

Was sonst noch läuft...

Fortbildungen in Zusammenarbeit mit dem Kreissportbund Minden-Lübbecke e.V.:

Qualifizierung Bewegung für und mit Menschen mit Demenz
• Grundstufe am 07 und 08. Februar (Nr. 3560)
• Zusatzbaustein I am 16. Februar (Nr. 2860)
• Zusatzbaustein II am 09. März (Nr. 2862)
Weitere Informationen: www.sportangebote-minden-luebbecke.de/qualifizierungen
Anmerkung: Bei „Angebotsuche“ die oben angegebene Kursnummer eingegeben.

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 07 und 08. Februar
Weitere Informationen: www.adfc-nrw.de/kreis-verbaende/kv-minden/radfahren-und-demenz

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

Info-Veranstaltungen zum Thema Demenz und zu Aktivitäten des Vereins:

Ansprechpartnerin:
Dr. phil. Harriet Heier
Tel. 0571-974 29 69
heier@leben-mit-demenz.info

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

Perspektiven fördern

Verein Leben mit Demenz
Sparkasse Minden-Lübbecke
IBAN: DE8249050101 0040 111866
BIC: WELADED1MIN
Stichwort „Aktiv leben“

Bundesmodellvorhaben



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

Gefördert von:

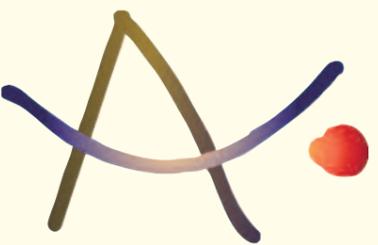


Robert Bosch Stiftung

ERICH UND LISELOTTE GRADMANN-STIFTUNG

Aktivitäts Programm

für Menschen mit (Früh-)Demenz und ihre Familien



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



Lust am Walken Neu!

Sich im Winter mit und ohne Stöcke an der frischen Luft bewegen
Kontakt: Frau Henne • 0571-48273

Angehörigen Stammtisch

Kontakte knüpfen und pflegen, Herzlichkeit und Wärme tanken, Mut bekommen...
Kontakt: Frau Kaase • 0571-9733731

Angehörigen Stammtisch FTD Neu!

Das Angebot richtet sich speziell an Angehörige, deren Partner/in und/oder deren Mutter/Vater an einer frontotemporalen Demenz erkrankt sind.
Kontakt: Frau Kaase • 0571-9733731

Angehörigen Ehemaligentreffen

Kontakt: Frau Sander • 05734-7442

Aktivitäten mit Terminen nach Absprache

Einzelradfahren

mit einer Begleitperson mit dem eigenen Rad oder Tandem/Dreiradtandem
Kontakt: Herr Maskus • 0571- 35191

Schwimmen

mit einer Begleitperson, in Mini-Gruppen Lübbecke
Kontakt: Frau Windhorst • 05741-600696
Minden
Kontakt: Herr Maskus • 0571-35191

Walking Neu!

mit einer Begleitperson
Kontakt: Frau Henne • 0571-48273

Treffpunkt Musik

Singen, in Musik-Erinnerungen schwelgen, Musiker als Gäste erleben, Konzerte besuchen, musizieren...
Kontakt: Frau Kaase • 0571-9733731

Geschichten am Kamin

Gemütlich zusammensitzen, Geschichten und Gedichte hören, lesen, erzählen...
Kontakt: Frau Kaase • 0571-9733731

Feierabendradtouren

Gemeinsam in einer großen Gruppe nach Feierabend unterwegs
Kontakt: Herr Schilling • 0571-6483546

Radgruppen

Radtouren in kleinen Gruppen (3-4 Pers.) mit zwei Begleitpersonen
Kontakt: Herr Weber • 0571-84460

Bad Oeynhausen Lübbecke & Minden

Kontakt: Herr Maskus • 0571- 35191

Mittwochspaddeln

In einer kleinen Gruppe auf der Weser
Kontakt: Herr Schilling • 0571-6483546

Aktiv-Reisen

Freizeiten mit Bewegungs-Programm
Kontakt: Herr Schilling • 0571-6483546

Wir sind dann mal weg!

Mehrtagesradtouren in kleiner Gruppe
Kontakt: Herr Weber • 0571-84460

Informationen zu den Aktivitäten

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 • 05741-600696

Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!

Wöchentliches Bewegungsangebot zusammen mit Partnern, Kindern, Enkeln, guten Freunden...
Bad Oeynhausen Neu!

Kontakt: Frau Kaase • 0571-9733731

Lübbecke in Zusammenarbeit mit BSG

Lübbecke und KSB Minden-Lübbecke
Kontakt: Barbara Quade • 05741-235830
Susanne Windhorst • Tel. 05741-600696

Minden Meißen

Kontakt: Herr Schilling • 0571-6483546

Dienstags unterwegs Neu!

„Runter vom Sofa, hinein ins Leben!“
Sich umschaun und schöne und interessante Orte besuchen. Die Ziele werden von zu Termin zu Termin geplant.
Kontakt: Frau Kaase 0571-9733731

Steinbildhauerei und modellieren in Ton

mit Steinbildhauermeister Peter Medzech
Kontakt: Frau Moser • 0571-42504

Zum neuen Programm



Unser Faltblatt hat ein neues Gesicht: Auf dieser Seite erhalten Sie die Informationen zu den Angeboten, die Rückseite gibt Ihnen einen Überblick über die Aktivitäten.

Veränderungen, Neu- und Weiterentwicklungen gehören zum Aktivitätsprogramm dazu. Von manchem müssen wir uns verabschieden – wie von den Sport und Talk Gruppen Bad Oeynhausen und Minden. Vieles geht weiter. Manches ist neu. Das Bewegungsangebot „Gemeinsam bewegen wir uns lieber ...“ findet nun an drei Standorten im Kreisgebiet statt. Neu hinzugekommen sind die Angebote „Dienstags unterwegs“ und „Lust am Walken“. Damit ist die Zahl der Angebote, die sich an Menschen mit (Früh-)Demenz und ihre Angehörigen richten, weiter gestiegen. Gleichzeitig gibt es mehr Angebote, die sich nur an Angehörige wenden – wie der zusätzliche bzw. neue Angehörigen-Stammtisch FTD und das Angehörigen-Ehemaligentreffen. Das Programm bietet auch zunehmend Angebote, die für Menschen mit einer weiter fortgeschrittenen Demenz geeignet sind, wie z.B. das Einzelradfahren, das Schwimmen oder das Walken mit einer Begleitperson. Einige Aktivitäten probieren wir in abgewandelter Form aus. Dazu gehören eine bewegungsorientierte Freizeit auf der Insel Langeoog – zum ersten Mal viertägig – und Ausflüge mit den Feinen Kerlen – jetzt in kleinen Gruppen. **Schau'n wir mal, was so alles geht!**

Was geht! Sport, Bewegung und Demenz

Ausführliche
Informationen zu
den Angeboten
und Kontakte finden
Sie auf der Rückseite.

1.2015

Aktivitäts Programm

für Menschen mit (Früh)-Demenz und ihre Familien

Januar



| | |
|---------|--|
| Mo 5 | • Angehörigen Stammtisch FTD (FrontoTemporale Demenz) |
| Di 6 | • Geschichten am Kamin |
| Mo 12 | • Steinbildhauerei und modellieren in Ton |
| Do 15 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Lübbecke Minden |
| Mo 19 | • Lust am Walken |
| Di 20 | • Vom Tante Emma Laden zum Supermarkt Besuch Sonderausstellung im Mindener Museum („Dienstags unterwegs“) |
| Mi 21 | • Sport und Talk Gruppe Lübbecke |
| Do 22 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Lübbecke Minden |
| Sa 24 – | • Gut ins neue Jahr – |
| So 25 | Kleine Auszeit (wieder) in Petershagen |
| Mi 28 | • Angehörigen Stammtisch |
| Do 29 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Lübbecke Minden |

Februar



| | |
|-------|---|
| Mo 2 | • Lust am Walken • Angehörigen Stammtisch FTD |
| Di 3 | • Geschichten am Kamin |
| Mi 4 | • Sport und Talk Gruppe Lübbecke |
| Do 5 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Lübbecke Minden |
| Mo 9 | • Steinbildhauerei und modellieren in Ton |
| Do 12 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Lübbecke Minden |
| Mo 16 | • Lust am Walken |
| Di 17 | • „Dienstags unterwegs“ |
| Mi 18 | • Kunst und Handwerk – Sonderaktivität der Sport und Talk Gruppe Lübbecke |
| Do 19 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Lübbecke Minden • „Schau'n wir mal!“ – Ausflug der ehemaligen Sport & Talk Gruppe Bad Oeynhausen |
| Mi 25 | • Angehörigen Stammtisch |
| Do 26 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Lübbecke Minden |

März



| | |
|-------|---|
| Mo 2 | • Lust am Walken • Angehörigen Stammtisch FTD |
| Di 3 | • Geschichten (am Kamin) und Lieder zum Frühling |
| Mi 4 | • Sport und Talk Gruppe Lübbecke |
| Do 5 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Minden |
| Mo 9 | • Steinbildhauerei und modellieren in Ton |
| Do 12 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Lübbecke Minden |
| Di 17 | • „Dienstags unterwegs“ |
| Mi 18 | • Zu Holthöfer's in Hävern (Feierabendradtour) |
| Do 19 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Lübbecke Minden |
| Di 24 | • Radgruppe Bad Oeynhausen • Radgruppe Minden |
| Mi 25 | • Angehörigen Stammtisch |
| Do 26 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Lübbecke Minden |
| Mo 30 | • Radgruppe Lübbecke |

April



| | |
|---------|---|
| Mi 08 | • Sport und Talk Gruppe Lübbecke |
| Fr 10 | • Radgruppe Minden |
| Mo 13 | • Steinbildhauerei und modellieren in Ton • Radgruppe Lübbecke |
| Di 14 | • „Dienstags unterwegs“ |
| Do 16 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Lübbecke Minden |
| Mo 20 – | • Nordsee pur! |
| Do 23 | Eine bewegungsorientierte Freizeit auf der Insel Langerooog |
| Mo 27 | • Radgruppe Lübbecke |
| Di 28 | • Radgruppe Minden |
| Mi 29 | • Angehörigen Stammtisch |
| Do 30 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Lübbecke Minden |

Mai



| | |
|-------|---|
| Mo 4 | • Angehörigen Stammtisch FTD |
| Di 5 | • Treffpunkt Musik: Tanz in den Mai |
| Mi 6 | • Sport und Talk Gruppe Lübbecke |
| Do 7 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Lübbecke Minden |
| Mo 11 | • Steinbildhauerei und modellieren in Ton • Radgruppe Lübbecke |
| Di 12 | • Radgruppe Minden |
| Di 19 | • Radgruppe Bad Oeynhausen • „Dienstags unterwegs“ |
| Mi 20 | • Sport und Talk Gruppe Lübbecke • Mittwochspaddeln |
| Do 21 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Lübbecke Minden |
| Mi 27 | • Per Rad und Bahn im Uchter Moor unterwegs (Feierabendradtour) |
| Do 28 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Lübbecke Minden |
| Sa 30 | • Angehörige-Ehemaligentreffen |

Juni



| | |
|---------|---|
| Mo 1 | • Radgruppe Lübbecke |
| Di 2 | • Jahreshauptversammlung Leben mit Demenz |
| Mi 3 | • Sport und Talk Gruppe Lübbecke |
| Fr 5 | • Radgruppe Minden |
| Sa 6 | • Mit „Feinen Kerlen“ unterwegs – Fahrt (in kleiner Gruppe!) mit Motorradgespannen zum Automuseum Melle |
| Mo 8 | • Steinbildhauerei und modellieren in Ton • Angehörigen Stammtisch FTD |
| Di 9 | • Treffpunkt Musik: Drehorgel-Konzertnachmittag Büschings Mühle |
| Do 11 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Lübbecke Minden |
| Fr 12 – | • Versailles liegt doch im Münsterland! – Mit dem Rad zu Burgen und Schlössern des Münsterlandes (Mehrtagesradtour in kleiner Gruppe) |
| So 14 | |
| Di 16 | • „Dienstags unterwegs“ |
| Mi 17 | • Mittwochspaddeln |
| Do 18 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! Bad Oeynhausen Lübbecke Minden • „Schau'n wir mal!“ – Ausflug der ehemaligen Sport & Talk Gruppe Bad Oeynhausen |
| Mo 22 | • Radgruppe Lübbecke |
| Di 23 | • Radgruppe Bad Oeynhausen • Radgruppe Minden |
| Mi 24 | • Mit 2 PS durchs Lübbecke Land – Aktivität der Sport und Talk Gruppe Lübbecke • Angehörigen Stammtisch |
| Do 25 | • Gemeinsam bewegen wir uns lieber...! - in Bad Oeynhausen und Minden |
| Sa 27 | • Mit „Feinen Kerlen“ unterwegs – Fahrt (in kleiner Gruppe!) mit Motorradgespannen nach Eschershausen – Besuch Motorrad-Auto-Nostalgie-Museum Gutshof Wickensen |

