

1.2012



Aktivitäts Programm

für Menschen mit einer Demenzerkrankung im Frühstadium

Veranstaltungen

14. – 15. Januar | Mehrere Tage

Gut ins neue Jahr – kleine Auszeit in Petershagen

Gemeinsame Wochenendfahrt mit Angehörigen:
Besuch „Büschings Mühle“, Besuch der Glashütte Gernheim mit Workshops „Glas machen“ und „Kreativ mit Glas“;
Konzert mit dem Vokalensemble „Con Voce“;
„Sich regen bringt Segen“ – Morgengymnastik;
„Stadtspaziergang“, Andacht „Vitamine für die Seele“

29. Februar | Tag

Wald und „Wilde“ Küche

Ein Wintertag im Bückeburger Wald – zu Gast im Forsthaus Halt
Gemeinsame Zubereitung eines „Wilden“-Mehrgängemenüs (mit zwei Küchenmeistern) Waldspaziergang mit dem Förster

31. März | Halber Tag

„Narzissus und die Tulipan, die ziehen sich viel schöner an als Salomonis Seide“

Fahrt zum „Narzissenfest“ auf Schloss Ippenburg (auch für Angehörige und Gäste) Mit einer kleinen Führung und Kaffeetrinken im „Cafe Feuerwehr“

05. Mai | Tag

Mit Oldtimern unterwegs

Überraschungsausflug mit dem Oldtimerstammtisch Schaumburg e.V.

30. Mai | Halber Tag

Das Weserbergland einmal anders sehen

Auf der Weser unterwegs mit Mannschaftscanadiern von Vlotho-Uffeln nach Minden
Gemeinsames Grillen mit dem Kanu-Klub Minden

30. Juni | Tag

Kreuzfahrtschiffe auf dem Lande?!

Fahrt zur südlichsten Seehafenstadt Deutschlands (auch für Angehörige und Gäste)
Zu Besuch bei den Ozeanriesen – Besichtigung der Meyer-Werft

Ausblick 2. Halbjahr 2012

25. August | Tag

Durch die Lüneburger Heide – mit und ohne Kanu!

Abenteuer für Kanufahrer und Nichtkanufahrer (auch für Angehörige)

Weitere Angebote

Wöchentlich

Wöchentliches Bewegungsangebot

Für die Teilnehmer der „Sport und Talk“-Gruppe in Bad Oeynhausen läuft das zusätzliche Sportangebot weiter. Die Termine sind so organisiert, dass für die Teilnehmer ein wöchentliches Regelsportangebot besteht.

Zehn Mal

Pilotprojekt Aktiv-Gruppe

Ehemalige Teilnehmer der „Sport und Talk“-Gruppen treffen sich vierzehntäglich zum Sport in Kombination mit einer weiteren Aktivität.
Kontakt: Frau Ochs, Tel. 0571-22380

Radtouren

21. März | Feierabend

Im Märzen die Radler das Radl einfahren

Auf geht's: nach Wiedensahl mit Kaffeetrinken bei der Ururgroßnichte von Wilhelm Busch

20. April | Feierabend

Süßes und Saures

Fahrt zum Salz- und Zuckerland in Bad Oeynhausen

04. Mai | Feierabend

Besuch bei Meister Adebar

Fahrt zum Storchenmuseum in Windheim

13. Mai | Tagestour

Muttertagstour – auch mit Mann und Maus

Ein Radausflug für die ganze Familie mit Freunden: 1 x Windheim und zurück (all inklusive 42 km)

08. – 10. Juni | Mehrtagestour

Wir sind dann mal weg!

Radtour von Minden via Hannover zum Steinhuder Meer und als „Highlight“:
Chinesische Feuerwerkskunst im barocken Großen Garten – zu Gast beim 22. Internationalen Feuerwerkswettbewerb
(Tagesstreckenlängen: 47km, 38 km und 35 km)

20. Juni | Feierabend

Die Rittersleut im Altkreis Lübbecke

Eine Radtour zu den herrschaftlichen Wohnsitzen im Altkreis Lübbecke mit anschließendem Grillen in Preußisch-Oldendorf

Feierabend Radtouren

Streckenlänge
ca. 25 – 35 km



Ausblick 2. Halbjahr 2012

04. Juli | Feierabend

Schauriges im Schaumburger Wald

Fahrt zu den im Wald versteckten Mausoleen; als Abschluss: Grillen im Grünen



Über unsere Radsport- und Bewegungsangebote informiert der Film „Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein“ (DVD) Mabuse-Verlag 2012
www.mabuse-verlag.de

Zusammen sind wir weniger allein!

1.2012

Leben mit der Diagnose Demenz

Mit der Diagnose „Alzheimer“ oder „Demenz“ verändert sich das Leben: das der Betroffenen und das der Angehörigen. Es müssen viele, sehr individuelle und praktische Lösungen gefunden werden. Als besonders hilfreich und entlastend werden von den Kranken und von Angehörigen Angebote erlebt, die es ermöglichen:

- ◆ weiter aktiv am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen, soziale Kontakte zu pflegen, Gemeinschaft zu erleben,
- ◆ die vorhandenen Fähigkeiten zu fördern, sich selbst regelmäßig etwas Gutes zu tun und das große Bedürfnis nach Bewegung zu befriedigen.

Hier setzen unsere Angebote an.

Sport und Talk

für Menschen, bei denen eine Demenz im Frühstadium festgestellt wurde.

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.

Die Treffen finden regelmäßig 14tägig statt. Das Sportangebot ist – wenn möglich – den Gesprächskreistreffen zeitlich unmittelbar vorangestellt. Beide Veranstaltungen dauern jeweils 1,5 Stunden. Eine „Sport und Talk“ Gruppe besteht aus maximal sechs Teilnehmern. Die Sportveranstaltungen und die Gesprächskreistreffen werden von Fachkräften begleitet. Voraussetzung für die Teilnahme an einer Gruppe ist eine fachärztlich gestellte Diagnose Demenz und ein persönliches Vorgespräch gemeinsam mit dem nächsten Angehörigen. Weitere Informationen geben die Ansprechpartner.

Kontakt

Sport und Talk in Lübbecke:

Frau Windhorst
Tel. 05741-600696

Sport und Talk in Bad Oeynhausen und Minden:

Herr Schilling
Tel. 0571-6483546

Sport und Talk in Minden:

Frau Kaase
Tel. 0571-9733731



Förderer

Allgemeiner Deutscher Fahrradclub e.V. (ADFC)
ADFC Kreisverband Minden-Lübbecke e.V. –
Preis E.ON Weser Westfalen:
›Radtouren für Menschen mit Demenz‹ -
„Herausragendes Leuchtturmprojekt 2011 für
bürgerschaftliches Engagement“

Erich und Liselotte Gradmann-Stiftung
F. & G. Robering Stiftung
Hertie-Stiftung – Preis für Engagement
und Selbsthilfe 2010

Kreissportbund Minden-Lübbecke
NEF (Network of European Foundations) –
EFID Award 2012
(European Foundations Initiative on Dementia)
Robert Bosch Stiftung – Förderprogramm
Menschen mit Demenz in der Kommune (2011)

Unterstützer

Anna Luise Altendorf Stiftung
Johanniter-Ordenshäuser, Bad Oeynhausen
Kanu-Klub Minden
Stadt Lübbecke
Vereinigte IKK

dazu kommen

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

Kooperationspartner

Balance – Verein für Präventions-
und Rehabilitationssport e.V.
BSG Lübbecke
BSG Minden
Demenzfachdienste im Kreis Minden-Lübbecke
(HilDe – Hilfen bei Demenz/Vergissmeinnicht)
Demenz Support Stuttgart
Ev.-luth. St. Marienkirchengemeinde Minden
Niedergelassene Neurologen und Psychiater
im Kreisgebiet Minden-Lübbecke
Psychiatrische Institutsambulanz, Klinik für
Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik
des Krankenhaus Lübbecke



Leben mit Demenz

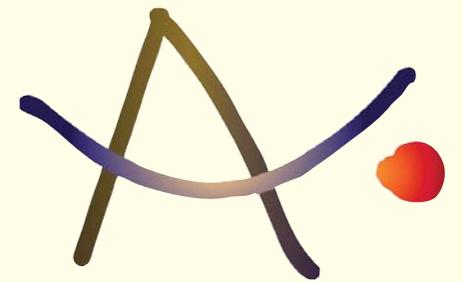
Alzheimergesellschaft
Kreis Minden-Lübbecke e.V.
Goethestr. 42, 32427 Minden
Tel. 0571 - 974 29 69
Fax 0571 - 974 29 68
www.leben-mit-demenz.info
post@leben-mit-demenz.info

Dr. phil. Harriet Heier 1. Vorsitzende
Christina Gerhardt 2. Vorsitzende
Dr. med. Alexander Hemmersbach 3. Vorsitzender



Aktivitäts Programm

für Menschen mit einer
Demenzerkrankung im Frühstadium



Leben mit Demenz

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