



# 1.2014

## 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 Oeynhaus**  
Kontakt: Herr Schilling  
Tel. 0571-6483546  
**Gruppe Minden**  
Kontakt: Frau Kaase  
Tel. 0571-9733731

### Sport am Vormittag

in Bad Oeynhaus  
Kontakt: Herr Schilling  
Tel. 0571-6483546

### Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!

Bewegungsangebot (in Minden-Meißen) zusammen mit Partnern, Kindern, Enkeln, guten Freunden...  
Kontakt: Herr Schilling  
Tel. 0571-6483546

*Was geht!*  
Sport, Bewegung und Demenz

### Steinbildhauerei und modellieren in Ton

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



### Treffpunkt Musik Neu!

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

### Feierabendradtouren

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



### Radgruppe Bad Oeynhaus Neu!

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 Minden Neu!

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

*Was geht!*  
Sport, Bewegung und Demenz

### Aktiv-Reisen

Rad- und Kanu-Freizeit | Kanu- und Wander-Freizeit  
Kontakt: Herr Schilling, Tel. 0571-6483546

*Was geht!*  
Sport, Bewegung und Demenz

### 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

#### Sonntagsausflugsfahrten mit den „Feinen Kerlen“ Neu!

In kleinen Gruppen, aber auch für Einzelpersonen und zu zweit mit Motorradgespannen unterwegs  
Kontakt: Frau Moser  
Tel. 0571-42504



#### Schwimmen Neu!

mit einer Begleitperson, in Mini-Gruppen sowie für kleine Gruppen

Lübbecke-Kontakt:  
Frau Windhorst, Tel. 05741-600696  
Minden-Kontakt:  
Herr Maskus, Tel. 0571- 35191

*Was geht!*  
Sport, Bewegung und Demenz

#### Mittwochspaddeln Neu!

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

*Was geht!*  
Sport, Bewegung und Demenz



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

*Was geht!*  
Sport, Bewegung und Demenz

### Vorschau auf Juli

Am Mittwoch 2. Juli gibt es die Feierabendradtour „Mercur“ lässt grüßen! – Besuch des Deutschen Automatenmuseums in Schloss Benkhausen und anschl. Grillen.

Am Wochenende von Sa. 19. bis So. 20 Juli findet die Kanu- und Wander-Freizeit statt. Mit Armen und Beinen unterwegs – Paddeln auf der Böhme und Wandern in der Heide (Vogelpark Walsrode).



### Januar

- Mi 8 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 9 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhaus  
• Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!  
• Sport und Talk Gruppe Minden
- Di 14 • Steinbildhauerei und modellieren in Ton
- Mi 15 • Angehörigen Stammtisch
- Do 16 • Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!  
• Sport und Talk Gruppe Bad Oeynhaus  
• Treffpunkt Musik
- Mi 22 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 23 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhaus  
• Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!  
• Sport und Talk Gruppe Minden
- Sa 25 • Gut ins neue Jahr Kleine Auszeit
- So 26 (wieder) in Petershagen
- Do 30 • Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!  
• (nur!) Sport und Talk Gruppe Bad Oeynhaus  
• Treffpunkt Musik

### Februar

- Mi 5 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 6 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhaus  
• Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!  
• Sport und Talk Gruppe Minden
- Di 11 • Steinbildhauerei und modellieren in Ton
- Mi 12 • Angehörigen Stammtisch
- Do 13 • Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!  
• Sport und Talk Gruppe Bad Oeynhaus  
• Treffpunkt Musik
- Mi 19 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 20 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhaus  
• Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!  
• Sport und Talk Gruppe Minden
- Mi 26 • Fünf Jahre Aktivitätsprogramm!  
Jubiläumsfahrt nach Paderborn
- Do 27 • Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!  
• Sport und Talk Gruppe Bad Oeynhaus  
• Treffpunkt Musik

### März

- Mi 5 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 6 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhaus  
• Gemeinsam bewegen wir uns lieber als allein!  
• Sport und Talk Gruppe Minden
- Di 11 • Steinbildhauerei und modellieren in Ton
- Mi 12 • Angehörigen Stammtisch
- Do 13 • Sport und Talk Gruppe Bad Oeynhaus  
• Treffpunkt Musik
- Mi 19 • „Pack die Badehose ein ...rein ins Vergnügen“  
(Sonderaktivität Sport & Talk Gruppe Lübbecke)
- Do 20 • Faszinierende Unterwasserwelt & Gartenkultur  
Besuch Sea Life und Berggarten Hannover  
(Sonderaktivität Sport & Talk Gruppe Minden)
- Sa 22 • Wir gehen ins (Stadt-)Theater  
Besuch des Schauspiels „Wie im Himmel“
- Mo 24 • Radgruppe Bad Oeynhaus
- Mi 26 • Süßes Bad Oeynhaus Fahrt zum Salz- und Zuckerland (Feierabendradtour)
- Do 27 • Sport und Talk Gruppe Bad Oeynhaus  
• Treffpunkt Musik
- Fr 28 • Radgruppe Minden

### April

- Mi 2 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 3 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhaus  
• Sport und Talk Gruppe Minden
- Di 8 • Steinbildhauerei und modellieren in Ton
- Mi 9 • Feurige Rösser Besuch der Hofreitschule in Bückeburg (Feierabendradtour)  
• Angehörigen Stammtisch
- Do 10 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhaus
- Fr 11 • Radgruppe Minden
- Mo 14 • Radgruppe Bad Oeynhaus
- Mi 16 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 24 • Schau'n wir mal! Überraschungsausflug  
• Sonderaktivität Sport und Talk Gruppe Bad Oeynhaus.
- Sa 26 • Mit „Feinen Kerlen“ unterwegs – Fahrt mit Motorradgespannen und Cabrios nach Bodenwerder

### Mai

- Fr 2 • Radgruppe Minden
- Di 6 • Teilnahme an Radsternfahrt durch das Widukindland gemeinsam mit Henning Scherf  
(Sondertermin Radgruppe Bad Oeynhaus)
- Do 8 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhaus
- Fr 9 • Märchenhaftes Weserbergland
- Sa 10 (Rad- und Kanu-Freizeit mit Henning Scherf)
- Di 13 • Steinbildhauerei und modellieren in Ton  
• Mitgliederversammlung des Vereins
- Mi 14 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke  
• Angehörigen Stammtisch
- Do 15 • Sport und Talk Gruppe Minden  
• Sport und Talk Gruppe Bad Oeynhaus
- Fr 16 • Radgruppe Minden
- Mi 21 • Kaffee und Kuchen auf dem Bauernhof – Zu Gast bei Familie Holthöfer in Hävern (Feierabendradtour)
- Do 22 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhaus
- Mo 26 • Radgruppe Bad Oeynhaus
- Fr 30 • Radgruppe Minden

### Juni

- Di 3 • Steinbildhauerei und modellieren in Ton
- Mi 4 • Von der Kohle zur Steckdose Besuch des Kraftwerks Lahde (Feierabendradtour)
- Do 5 • Sport und Talk Gruppe Bad Oeynhaus
- Mi 11 • Sport und Talk Gruppe Lübbecke
- Do 12 • Sport am Vormittag in Bad Oeynhaus
- Mo 16 • Radgruppe Bad Oeynhaus
- So 22 • Musik im Schloss-Park (Stadthagen):  
Chöre, Instrumentalmusik & mehr mit Alt und Jung im Rahmen der Fête de la Musique – Eine Veranstaltung der „Initiative Demenz und Kultur“
- Mi 25 • Gemeinsam kochen und genießen  
(Sonderaktivität Sport und Talk Gruppe Lübbecke)
- Do 26 • Sport und Talk Gruppe Minden  
• Sport und Talk Gruppe Bad Oeynhaus

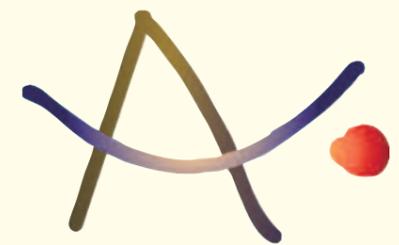


Zusammen sind wir weniger allein!



# Aktivitäts Programm

für Menschen mit einer Demenzerkrankung im Frühstadium



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

## 5 Jahre Aktivitätsprogramm

**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 Polizeie 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

**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

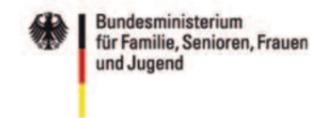
**Projektpartner vor Ort:**  
Kreissportbund Minden-Lübbecke  
ADFC Minden-Lübbecke  
Kanu-Klub Minden

**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



Gefördert von:



Robert Bosch Stiftung

ERICH UND LISELOTTE  
GRADMANN-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 Kanu-Fotos, Fotos vom Steinbildhauern und mit Motorradgespannen von privat. Die anderen Bilder sind im Rahmen des Buchprojektes „Was geht...“ mit dem Fotografen Michael Uhlmann entstanden, welches im Frühjahr 2014 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 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 Polizeie e.V./ Mehrgenerationenhaus Schaumburg
- Kreissparkasse Minden-Lübbecke
- Kreissportbund Minden-Lübbecke e.V.
- Landfrauen Ortsverband Lübbecke
- Mehrgenerationenhaus Schaumburg im Kulturzentrum Alte Polizeie (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
- Stadt Lübbecke
- Vereinigte IKK

## dazu kommen

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