



Foto: privat

Was sonst noch läuft...

Fotos:
Michael Uhlmann
www.uhlensee.de

Qualitätszirkel für Sportübungsleiter/innen und Sportbegleiter/innen für Bewegungsangebote für Menschen mit Demenz

In Zusammenarbeit mit dem Kreissportbund Minden-Lübbecke
Arbeitstreffen am 17. Mai

Planungstreffen Aktivitätsprogramm 2. Halbjahr 2019 am 12. April

Mitgliederversammlung des Vereins Leben mit Demenz am 17. Juni

Info-Veranstaltungen zum Thema Demenz und zu Aktivitäten des Vereins: Dr. phil. Harriet Heier • 0571-9742969 heier@leben-mit-demenz.info

Ansprechpartner Aktivitätsprogramm für Menschen mit (Früh-) Demenz und ihre Familien Hartmut Schilling • 0571-6483546 schilling@leben-mit-demenz.info

Wenn Sie unsere Arbeit fördern möchten

Verein Leben mit Demenz
Sparkasse Minden-Lübbecke
IBAN: DE82 4905 0101 0040 1118 66
BIC: WELADED1MIN
Stichwort „Aktiv leben“

Leben mit Demenz Alzheimergesellschaft Kreis Minden-Lübbecke e.V. Goethestr. 42, 32427 Minden Tel. 0571-9742967, Fax 0571-9742968 www.leben-mit-demenz.info post@leben-mit-demenz.info Dr. phil. Harriet Heier 1. Vorsitzende Christina Gerhardt 2. Vorsitzende Monika Sander 3. Vorsitzende

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Frühdemenz im Kreis Minden-Lübbecke Leben mit Demenz – Alzheimergesellschaft Kreis Minden-Lübbecke e. V. Kontakt: Hartmut Schilling Goethestr. 42, 32427 Minden Tel. 0571-9742969 schilling@leben-mit-demenz.info

10 Jahre

2009 beim Start...

des Programms waren zehn Menschen mit Frühdemenz dabei. Das Programm für das 1. Halbjahr umfasste sechs Tagesveranstaltungen:

- 28. Jan. Tagesausflug nach Paderborn (Bild)
- 25. Feb. Winterwanderung
- 25. März Musikvormittag & Sportnachmittag
- 29. April Bildhauerworkshop und Besuch eines Steinbruchs
- 27. Mai Tagesfahrradtour (53 km)
- 24. Juni Betriebsbesichtigung & Malworkshop

2014

feierte das Programm seinen fünften Geburtstag. Inzwischen waren schon vierzig Familien dabei und in dem Jahr fanden 185 Aktivitäten in Gruppen statt.

2019

Die Zahl der Aktivitäten und Teilnehmer ist weiter stetig gestiegen: In den letzten Jahren gab es z.B. jährlich mehr als 300 Aktivitäten in Gruppen und mehr als 90 Familien nahmen an den Aktivitäten teil. Auch die Zahl der Engagierten und Unterstützer ist erheblich gewachsen!



2019

1. Halbjahr

10 Jahre

Aktivitäts Programm

für Menschen mit (Früh-)Demenz und ihre Familien



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



Gefördert von:

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN





Zusammen sind wir weniger allein!

10 Jahre Aktivitätsprogramm

Im Januar 2009 startete das Programm unter dem Titel „Zusammen sind wir weniger allein“ als Pilotprojekt mit Teilnehmern aus zwei Mindener Gesprächskreisgruppen für Menschen mit Demenz im Frühstadium. Ziel war es, für Demenzerkrankte im Frühstadium Angebote zu schaffen, die erstens die vorhandenen Fähigkeiten und die sozialen Kontakte fördern und die Isolation und Vereinsamung verhindern und die zweitens die Angehörigen entlasten sollten.

Los ging es im ersten Jahr mit einer Tagesaktivität pro Monat. Zu dem Zeitpunkt haben wir vieles probiert, um herauszufinden, was geht. Die folgenden Jahre waren ein ständiges Lernen und Entdecken, was alles noch geht! Durch den Blick auf die Menschen, die an dem Programm teilnehmen, war (und ist) das Programm ständig im Fluss. Es entstanden neue Angebotsformen wie z.B. Halbtages- und Mehrtagesfahrten und neue Formate wie z.B. Aktivitäten in kleinen Gruppen und insbesondere auch die Einzelbegleitungen.

Schnell hat sich auch der Teilnehmerkreis erweitert. Schon früh äußerten Angehörige den Wunsch, ebenfalls an Aktivitäten teilnehmen zu können: „Wir wollen auch so schöne Sachen machen!“. Seitdem sind Aktivitäten mit Angehörigen und Gästen eine Selbstverständlichkeit. Noch relativ neu sind Angebote, die nur für Angehörige gedacht sind, z.B. die Stammtischtreffen.

Zehn Jahre Aktivitätsprogramm – eine Erfolgsgeschichte, die zeigt, was alles geht: Auch mit Demenz ist ein aktives Leben weiter möglich! Es ist gelungen, für Menschen mit Frühdemenz und ihre Familien Perspektiven zu schaffen und ein neues Bild von Demenz zu zeigen: Es gibt noch die guten Dinge des Lebens – trotz Demenz! Zu diesem Erfolg haben viele Menschen und Institutionen, zahlreiche lokale und regionale Netzwerkpartner beigetragen. Sie haben uns in vielfältiger Weise unterstützt und dafür bedanken wir uns sehr herzlich! Gemeinsam ist es gelungen, vielfältige Angebote zu schaffen, die der besonderen Lebenssituation der Menschen mit Frühdemenz und ihren Familien entsprechen.

Wir wünschen uns, dass unsere gemeinsame Geschichte gut weitergeht!

Informationen zu Aktivitäten und Gruppen

Dieses Faltblatt stellt in kompakter Form das Aktivitätsprogramm für Menschen mit (Früh-)Demenz und ihre Familien im ersten Halbjahr 2019 vor. Es gibt einen Überblick über die Aktivitäten und dient als Orientierungshilfe.

Zu diesem Faltblatt gehört ein „Tandem-Partner“: das Faltblatt „AktivitätsKalender“, das in klassischer Form alle Aktivitäten auf-führt, die im 1. Halbjahr stattfinden und das der konkreten Planung dient.

Ausführliche Informationen zu den Angeboten finden Sie im Internet: leben-mit-demenz.info

Aktivitäten mit einer Begleitperson, in Minigruppen (z.B.)

- Einzelradfahren (mit einer Begleitperson mit dem eigenen Rad oder mit dem Tandem)
- Schwimmen
- Walking

Aktivitäten/Veranstaltungen für Teilnehmer der Gruppen

- Einzel-, Sonder- und Traditionsveranstaltungen (z.B.)
- Mehrtagesradtouren in kleiner Gruppe
- Aktiv-Reisen
- Schätze eines Jahres

Kontakt:
Hartmut Schilling • 0571-6483546



Gruppen, die sich saisonal, quartalsweise oder jährlich treffen

Lust am Walken („Hase“-Gruppe)

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

Feierabendradtouren

In Kooperation mit dem ADFC Kreisverband Minden-Lübbecke
Wolfgang Weber • 0571-84460

Radtouren in kleiner Gruppe

Bad Oeynhausen
Wolfgang Weber • 0571-84460

Lübbecke

Karl-Heinz Hülsmann • 05742-2559

Minden

Eberhard Maskus • 0571- 35191

Mit dem Kanu unterwegs

In einer kleinen Gruppe auf der Weser
In Koop. mit dem Kanu Klub Minden
Hartmut Schilling • 0571-6483546

Männer-Kochgruppe für pflegende Angehörige

In Zusammenarbeit mit den Landfrauen Lübbecke
Ulla Moser • 0571-40515682

Angehörigen Ehemaligentreffen

Monika Sander • 05734-7442



Gruppen, die sich monatlich bzw. wöchentlich treffen

Gemeinsam bewegen wir uns lieber...!

Wöchentliches Bewegungsangebot gemeinsam mit Angehörigen

Bad Oeynhausen

Kathrin Dietrich • 05732-740644

Minden

Hartmut Schilling • 0571-6483546

Lust am Walken („Igel“-Gruppe)

Sich mit und ohne Stöcke an der frischen Luft bewegen

Marianne Henne • 0571-48273

Lust am Wandern

„Nach dem Essen sollst du ruhen oder 1000 Schritte tun!“

Ute Rodenberg • 0571-9424525

Dienstags unterwegs

„Runter vom Sofa, hinein ins Leben!“

Bad Oeynhausen

Marianne Krebs • 05731-1864184

Lübbecke

Susanne Windhorst • 05741-600696

Minden

Doris Kaase • 0571-9733731

Steinbildhauerei & modellieren in Ton

mit Steinbildhauermeister Peter Medzech
Ulla Moser • 0571-40515682



Singen macht Spaß!

Ein Treff für alle, die Freude daran haben, gemeinsam zu singen.

Doris Kaase • 0571-9733731

Die Montagsfrauen

Ein Treff für Frauen, bei denen eine Demenz im Frühstadium festgestellt wurde

Doris Kaase • 0571-9733731

D-Treff Minden

Ein Treff für Menschen, bei denen eine Demenz im Frühstadium festgestellt wurde

Doris Kaase • 0571-9733731

Mindener Kaffeekränzchen

Für Angehörige & Menschen mit Demenz
Ulla Moser • 0571-40515682

Angehörigen Stammtisch(e)

Kontakte knüpfen und pflegen, Herzlichkeit und Wärme tanken, Mut bekommen...

Gruppen Bad Oeynhausen, Lübbecke und Minden

Doris Kaase • 0571-9733731

Angehörigen Stammtisch FTD

Ein Treff für Angehörige, deren Partner/in und/oder deren Mutter/Vater an einer frontotemporalen Demenz erkrankt ist.

Doris Kaase • 0571-9733731