

Neues Angebot für Menschen mit Gedächtnisproblemen sucht Teilnehmer

# In Bewegung bleiben

Ein Kooperationsprojekt von Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg, Sportvereinigung Feuerbach und Uni Stuttgart



Gemeinsam aktiv sein  
macht Freude und hält fit!



**Bewegungsprogramme  
für Menschen mit einer beginnenden  
kognitiven Einschränkung**

**Was erwartet Sie  
als Teilnehmer  
bzw. Teilnehmerin?**

(sk/lw) Unter diesem zunächst sehr nüchternen Titel haben wir gern die Trägerschaft für ein neues dreijähriges Kooperationsprojekt mit der Sportvereinigung Feuerbach 1883 e. V. übernommen. Das Stuttgarter Institut für Sport- und Bewegungswissenschaft der Uni Stuttgart wird parallel untersuchen, welchen Einfluss die einzelnen Trainingsformen Kraft, Ausdauer und Koordination auf das Denken und das Gedächtnis haben.

Das Projekt wird durch das Sozialministerium und die Pflegekassen unterstützt.

Mit dem neuen Bewegungsprojekt sollen ganz gezielt Menschen angesprochen werden, die erste Einschränkungen im Denken und im Gedächtnis wahrnehmen oder bereits eine Demenzdiagnose im frühen Stadium haben. Und in erster Linie soll das Projekt den Teilnehmern Spaß machen und für mehr Kraft und Freude im Alltag sorgen!

Ab Januar 2013 durchlaufen die Teilnehmenden einmal in der Woche ein einstündiges Bewegungsprogramm im Fitness- und Gesundheitszentrum Vitadrom Sportvg Feuerbach.

Im Anschluss an das »Training« trifft man sich dann zum lockeren Austausch im dortigen Bistro.

Ergänzend hierzu findet in den ersten sechs Monaten einmal in der Woche ein Hausbesuch statt. Die Teilnehmer und ggf. auch die Angehörigen lernen, die Übungen in den eigenen vier Wänden umzusetzen und in ihren Tagesablauf zu integrieren.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann melden Sie sich doch gern bei

- Kerstin Zentgraf, Sportvereinigung Feuerbach 1883 e. V., Fitness- und Gesundheitszentrum Vitadrom, Telefon 07 11 / 890 89 - 33  
k.zentgraf@sportvg-feuerbach.de