



**Alzheimer Gesellschaft**  
Baden-Württemberg e.V.  
*Selbsthilfe Demenz*

## **Weiterführende Informationen und Anleitungen zum Thema Bewegung und Demenz:**

[Mobilität](#) | Informationen, Links, Arbeitsmaterialien zur Bewegungsförderung und mehr rund um das Themen Bewegung, Bewegungsmangel und Sturzprävention | Zentrum für Qualität in der Pflege.

[Sport und Bewegung trotz\(t\) Demenz](#) | Handbuch zum Aufbau von Bewegungsangeboten | Deutsche Alzheimer Gesellschaft Landesverband Bayern e.V.

„Ich glaube ein Mitglied meiner Sportgruppe hat Demenz ... was nun?“ | [Sport bewegt Menschen mit Demenz](#) | Broschüren mit Informationen für Verantwortliche in Vereinen und Handlungsleitfaden für Übungsleitende | Deutscher Olympischer Sportbund/Deutsche Alzheimer Gesellschaft

Bewegungsförderung im Pflegeheim | [Praxisleitfaden](#) und [Digitale Anleitungen für Bewegungsangebote](#) | Institut für Sportwissenschaft Universität Tübingen u.a.

## **Praxisbeispiele aus Baden-Württemberg (Auswahl):**

[Lust am Wandern](#) | Demenz Support Stuttgart

[Zeit zu zweit in Bewegung](#) | Gymnastik, Bewegungsspiele und Sturzprävention für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen | MTV Ludwigsburg

[Demenz & Bewegung](#) | Ausdauer- und Krafttraining, Koordinations- und Gleichgewichtsübungen sowie Bewegungs- und Denkaufgaben | Friedrichshaller Sportverein und Stadt Bad Friedrichshall