

KONTAKT

Kontaktdaten

Memory Zentrum
Steinhausstraße 40
41462 Neuss
T 02131 529 600

info@st-augustinus-memory-zentrum.de
st-augustinus-memory-zentrum.de

So erreichen Sie uns mit öffentlichen
Verkehrsmitteln:

Bushaltestelle Kolpingstraße
Linien: 841, 843, 844, 851, 852

Bushaltestelle Engelbertstraße
Linie: 848



SPORT FÜR MENSCHEN MIT DEMENTZ UND ANGEHÖRIGE



Fit durch den Alltag mit Demenz

BLEIBEN SIE FIT!

Das Bewegungsangebot ist speziell für Menschen mit Gedächtnisproblemen und Demenz – alleine oder in Begleitung eines Angehörigen. Die regelmäßige Bewegung hilft nicht nur, die geistige Leistung effektiv zu verbessern, sondern auch Mobilität und Lebensqualität zu erhalten.

Speziell Paaren bietet das Angebot die wertvolle Gelegenheit, auch wieder gemeinsam aktiv zu sein, sich Ziele zu setzen und zu erreichen. Um die Menschen mit Demenz nicht zu über- oder unterfordern finden die Sportkurse unter Leitung statt. Nach den eigenen Fähigkeiten soll jeder Teilnehmende Spaß an Bewegung gewinnen.

Das Sportprogramm beinhaltet:

- Gymnastik
- Übungen zur Koordination und Sturzprophylaxe
- Herz-Kreislauf-Training
- Muskelaufbau-Training
- Gruppenaktivitäten
- Schwimmen



LERNEN SIE UNS KENNEN!

Haben Sie Lust, sich mit anderen zusammen zu bewegen, Spaß zu haben und etwas für Körper und Geist zu tun? Sprechen Sie uns an! Wir freuen uns auf Sie!

Ansprechpartner



Manfred Steiner

Leitender Diplom Sozialpädagoge
T 02131 529 65296
m.steiner@ak-neuss.de

Die Kosten für 10 Einheiten betragen 60 Euro, die Sie vorab bequem im Memory Zentrum einzahlen. Melden Sie sich einfach am Empfang.

Der Kurs findet fortlaufend einmal die Woche statt. Sollten Sie einmal verhindert sein, schließen Sie die Einheit einfach dann an, wenn Sie Zeit haben!

In Kooperation mit TG Neuss und Sport für Menschen mit Demenz



wegweisend. menschlich. stark.