
Bestehende Gruppen (Stand 03/2015)

Niederrad

TV Niederrad e. V. mit Caritasverband Ffm. e. V.

Kontakt: Anke Schück 069 2982-407
Hanne Gienger 069 80101359

Gruppe: dienstags von 13:30 - 14:30 Uhr

Betroffenengruppe im Altenzentrum St. Josef,
Goldsteinstraße 14, 60528 Frankfurt am Main

Angehörigengruppe beim TV Niederrad,
Schwarzwaldstraße 11b, 60528 Frankfurt am Main

Seckbach

**TV Seckbach e. V. mit Evangelischem Verein
für Innere Mission - Hufeland-Haus -**

Wilhelmshöher Str. 34, 60389 Frankfurt am Main

Kontakt: Simone Diry 069 4704-271
Renate Sämman 069 474939

Gruppe: donnerstags von 10:30 – 11:30 Uhr

Sindlingen

TV 1875 Sindlingen e. V. mit VdK und Caritas

Sporthalle des TV Sindlingen, Mehrzweckraum
Mockstädter Straße 12, 65931 Frankfurt am Main

Kontakt: Prof. Dr. Hans Brunnhöfer 06190 2303

Gruppe: donnerstags von 11:00 – 12:00 Uhr

Westend

Bürgerinstitut e. V.

Oberlindau 20, 60323 Frankfurt am Main

Kontakt: Angelika Welscher 069 972017-41

Gruppe: donnerstags von 11:00 - 12:00 Uhr

SPORTAMT
FRANKFURT AM MAIN



Gesundheitsamt
Frankfurt am Main



HUFELAND-HAUS

Diakonisches Netzwerk
sozialer Dienste



INNERE MISSION
FRANKFURT AM MAIN

Das Hufeland-Haus ist eine Einrichtung des Evangelischen
Vereins für Innere Mission, Frankfurt am Main

SOZIALVERBAND
VdK
HESSEN-THÜRINGEN



BÜRGERINSTITUT
SOZIALES ENGAGEMENT IN FRANKFURT

**Kontakt Bewegungsgruppen
für Menschen mit Demenz**

Tel. 069 23812281

Mobil 0163 3442368

e-mail aktiv-bis-100-MmD@turngau-frankfurt.de

Projektkoordination

Frankfurter Netzwerk Aktiv-bis-100

Turngau Frankfurt am Main e. V.

Geschäftsstelle

Finthener Weg 1

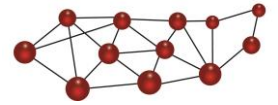
65936 Frankfurt am Main

Tel. 069 34826672

Fax 069 346256

e-mail aktiv-bis-100@turngau-frankfurt.de

**Frankfurter Netzwerk
Aktiv-bis-100**



www.frankfurt.de/aktiv-bis-100

Bewegungsgruppen für Menschen mit Demenz



(auch die Übungsleiterin hat sichtlich Spaß in der Gruppe!)

**Parallel hierzu:
Bewegungsgruppe für Angehörige**

Was erwartet Sie in der Bewegungsgruppe für Menschen mit Demenz?

- Liebevolle Begleitung und Anleitung



- Übungen für die Beine und Gleichgewichtstraining zur Verbesserung der Standfestigkeit und zur Reduzierung des Sturzrisikos
- Bewegung zum Erhalt von Alltagsfunktionen und Selbstständigkeit
- Bewegung, die dazu beitragen kann, zu mehr Ruhe und Entspannung zu finden und besser schlafen zu können



- schwungvolle Musik
- Freude an der Bewegung spüren und Gemeinschaft erfahren

... und in der Angehörigengruppe?

- Hier können Sie sich einmal ganz auf sich selbst konzentrieren: Wohltuende Bewegungen verbessern Körperwahrnehmung und Körpergefühl
- Gezielte Übungen können Beweglichkeit und Haltung verbessern
- Lockerung des verspannten Nacken- und Schulterbereichs



- Sie kräftigen Ihre Muskulatur und stärken Ihren Rücken
- Durch die Bewegung können Sie mehr Ruhe, Entspannung und einen besseren Schlaf gewinnen
- Zu schwungvoller Musik Freude an der Bewegung und Lebenslust spüren und Gemeinschaft mit anderen Angehörigen erfahren

