

**KREISSPORTBUND GÜTERSLOH**

Mitglied im Landessportbund Nordrhein-Westfalen



Einladung zur Informationsveranstaltung

# Sport, Bewegung und Demenz

**Mittwoch, 11.05.2022, 19.00 - 21.00 Uhr**

Spexarder Bauernhaus Gütersloh | Lukasstraße 14, 33332 Gütersloh



# Demenz geht uns alle an

Etwa 1,7 Millionen demenziell erkrankte Menschen leben heute in Deutschland. Tendenz steigend. Familien, die mit der Diagnose Demenz konfrontiert sind, denken an alles, nur nicht an Sport, Spiel und Bewegung. Dabei sind gerade dies bedeutende Faktoren für die alltagsbezogene Bewältigung der Krankheit.

## Mitten drin bewegt - mobil bleiben und Lebensqualität erhalten

Studien zeigen, dass Sport und Bewegung gerade im frühen Stadium einer Demenz wichtige „Helfer“ zur Verbesserung der Lebensqualität sind. Gemeinsames Sporttreiben und regelmäßige Bewegungsaktivitäten in einer Gruppe können dazu beitragen, Krankheitsbelastungen zu kompensieren und Lebensfreude zu erfahren.

## Programm

- Die Arbeitsgemeinschaft „Sport und Demenz“
- Demenz - eine nicht leicht zu verstehende Krankheit
- Sport und Bewegung - Bedeutung in der Prävention sowie bei vorliegender Erkrankung

## Eingeladen sind

- von einer Demenz Betroffene und ihre Angehörigen
- Mitarbeitende aus Beratungsstellen sowie dem Sozial- und Gesundheitswesen
- Vertreter\*innen aus Sportvereinen
- Interessierte



### Anmeldung erbeten!

Kreissportbund Gütersloh  
Tel. 05241 851446  
ksb@gt-net.de

Alzheimer Gesellschaft  
Tel. 05241 35498  
info@alzheimer-guetersloh.de



Gegebenenfalls geltende  
Corona-Schutzauflagen  
werden beachtet.

- Veranstalter**
- Alzheimer Gesellschaft Kreis Gütersloh
  - Diakonie Gütersloh - Aktion „Atempause“
  - Wiedenbrücker Turnverein
  - Turnverein Werther
  - Gütersloher Turnverein
  - Sportverein Spexard
  - Turnverein Verl
  - SC Grün-Weiß Varenzell
  - Gesundheits- und Rehabilitationssportverein Gütersloh
  - Kreissportbund Gütersloh