



„Training gegen das Vergessen“

„Bewegung und Training als Therapie bei dementen Menschen – was bringt das?“

Neueste Studien gehen davon aus, dass mittlerweile fast 1,5 Millionen demenzkranke Menschen in Deutschland leben. Im Moment kommen jährlich rund 300.000 Neuerkrankungen dazu und die Prognose ist steigend. Trotz häufiger körperlicher Rüstigkeit sind die Betroffenen in ihrer geistigen Leistungsfähigkeit geschwächt. Dies geht meist einher mit Einschränkungen von Gedächtnis, Urteilsvermögen, Orientierung und Sprache.

Um Verhaltenssymptome zu reduzieren, ist Bewegung ein wichtiges, anerkanntes Mittel, gleichgestellt zu beispielsweise Ergotherapie, Physio-, Psycho- oder Musiktherapie als Ergänzung zur medikamentösen Behandlung.

Der AC 1892 Weinheim e.V. bietet ein spezielles Programm für Menschen mit **leichter und mittlerer Demenz** an.

Trainingstermin immer mittwochs um **11¹⁵ -12⁰⁰** Uhr im Gym 1 des AC-Sportparks in der Waidallee 8, Weinheim-Weststadt.

Vorinformationen gibt es unter der Nummer der AC-Geschäftsstelle 06201/259050.