

## Demenzfreundliche Stadt Winnenden



Die Berichtsserie zur Sensibilisierung der Öffentlichkeit zum Thema „Demenz“ ist vor einiger Zeit im „Blickpunkt“ gestartet. Wie angekündigt wird sie unter der Rubrik „Demenzfreundliche Stadt Winnenden“ mit weiteren Berichten und Informationen fortgesetzt. Dieser Berichtsreihe vorangestellt war ein entsprechender Aufruf von Oberbürgermeister Hartmut Holzwarth in der **Blickpunktausgabe am 14. März 2019**.

Die Bürgerschaft über die Generationen hinweg zu Demenz zu sensibilisieren, um über die Krankheit und auch was den Umgang mit den davon betroffenen Menschen angeht zu informieren, ist wichtig. Genauso wichtig ist, dass **ein das Projekt begleitendes Programm mit verschiedenen Angeboten und auch Veranstaltungen entsteht**. So wäre es eine gewinnbringende und lohnende Sache, wenn **mit Aktionen und Angeboten zum Thema Demenz „ein offenes Begegnen“ möglich** würde, passend zu „**Miteinander.leben**“, dem Hauptmotto für das Heimattagejahr 2019 in Winnenden. Mit einem Blick voraus auf die diesjährige Welt-Alzheimerwoche von Montag, 16. September bis **Samstag, 21. September 2019** -dem **Welt-Alzheimertag**- könnte mit Unterstützung Dritter und auch seitens der Bevölkerung hierzu ein Aktionsprogramm entstehen.

### Programmangebote für Menschen mit und ohne Demenz

Die Teilnahme von Menschen mit Demenz und ihrer Angehöriger an Freizeitangeboten gestaltet sich häufig schwierig, da die betroffenen Personen einer starken seelischen und oft auch körperlichen Belastung ausgesetzt sind. Die Sorge für das eigene Wohlergehen kommt in einer Pflege- und Betreuungssituation häufig zu kurz. Die sozialen Kontakte sind oft eingeschränkt.

So können zusätzliche **niedrigschwellige Angebote gemeinsam für Menschen mit und ohne Demenz** die Teilhabe am sozialen Miteinander ermöglichen und verbessern.

**Zusätzlich zu allen schon seit langem in Winnenden im Bereich Demenz bestehenden, etablierten und gewachsenen Angeboten** der verschiedensten Einrichtungen und Organisationen, **konnten nun** mit Unterstützung von Frau Waltraud Kischel als ehrenamtlich Engagierter folgende Aktivitäten und Angebote organisiert werden. Die sollen ab sofort regelmäßig stattfinden.

**Stammtisch-Café für Menschen mit und ohne Demenz: Erzählen - Erinnern - Gemeinschaft erfahren**  
**Wann:** monatlich, am letzten Montag eines Monats von 09:30 bis 10:45 Uhr,  
**Wo:** Café Reimann, Ecke Markt-/Wagnerstraße, Winnenden  
**Ansprechpartnerin:** Waltraud Kischel

**Näheres zu diesem Angebot:**

Die Idee des Stammtisch-Erzähl-Cafés soll Menschen zusammenführen, die auf ein ereignis- und erfahrungsreiches Leben zurückblicken können und dabei die Möglichkeit erhalten, sich auszutauschen. In angenehmer und zwangloser Atmosphäre werden Alltagsgeschichten lebendig. Eigene Erzählungen, Erinnerungen und Erfahrungen fördern und stärken. Miteinander reden, unterstützt durch Bilder, Fotos oder Gegenstände, sollen zu einem wohltuenden Gemeinschaftserlebnis beitragen und ein solches bewirken.

### Fit am Morgen-Gymnastik mit Musik:

**-Körper, Geist und Seele in Schwung bringen mit Hockergymnastik und Sitz-Tanz,**  
**-Laufen und Bewegungsübungen**  
**jeweils für Menschen mit und ohne Demenz**

**Wann:** wöchentlich, dienstags von 11:00 bis 12:00 Uhr  
**Wo:** im Pflegezentrum „Haus im Schelmenholz“, großer Saal, Forststraße 45, Winnenden und im Sportzentrum Winnenden - Generationenparcours (beim Spielplatz vor dem Karl-Krämer-Haus),

**Ansprechpartner:** Waltraud Kischel, Renate Knaus-Wiedmann, Petra Kaiser

### Näheres zu den beiden Angeboten:

Hockergymnastik und Sitz-Tanz sind mögliche aktivierende Wege für den Erhalt von Beweglichkeit und Fitness im Alter. Bewegung und Natur erleben sind wichtige Elemente der Gesundheitsförderung und der Selbstbestimmung im Alter für Menschen mit und ohne Demenz. Sich gemeinsam in der Gruppe bewegen regt alle Sinne an und schafft soziale Teilhabe.

Gehen, Laufen, Wandern, überhaupt Bewegung ist alles als Gesundheitssport lange anerkannt und wichtig. Wissenschaftlich belegt sind die positiven Effekte auf Körper, Geist und Seele. Die Bewegungsgeräte des Generationenparcours tragen dazu auch bei. Sie sind gut, auch für in der Mobilität eingeschränkte Personen, zu bedienen. Die mit den Geräten möglichen Übungen sind durch Infotafeln erklärt.

### Malen für Menschen mit und ohne Demenz

**Wann:** wöchentlich, donnerstags 14:30 bis 15:30 Uhr  
**Wo:** im Albrecht-Bengel-Haus, Beate-Paulus-Raum, Bengelstraße 22, Winnenden  
**Ansprechpartnerin:** Waltraud Kaiser, Kunsttherapeutin; **vorherige Anmeldung erwünscht** unter Telefon: 07195/179713

### Näheres zu diesem Angebot:

Die Teilnehmerzahl ist auf maximal 8 Personen begrenzt, weshalb eine vorherige Anmeldung erforderlich ist. Ziel ist durch das Malen mit Aquarellfarben auf Papier zu entspannen und Kraft zu schöpfen sowie durch diese musisch-künstlerische Betätigung eine positive Selbsterfahrung zu bekommen.

### Weitere Angebote sollen hinzukommen und das Programm bereichern

So ist zum Beispiel ein regelmäßiges **Wanderangebot** vorstellbar, denn das Erleben der Natur eröffnet zusätzlich zum gesundheitssportlichen Aspekt auch schöne Blicke auf die biologische Vielfalt in und um Winnenden. Wandern ist als besonders niedrigschwellig einzustufen, da die Möglichkeit besteht, den Grad der Anstrengung und Belastung individuell jedem Niveau anzupassen. **Besonders Menschen mit und ohne Demenz, die bisher noch nicht „in Bewegung gekommen“ sind, werden**

**motiviert.** Wandern ist ein nachhaltiges Angebot, das Personen mit Demenz und deren Angehörige nach einer begleiteten Wanderung jederzeit eigenständig weiter fortführen können.

Um in dieser Richtung etwas anbieten zu können, freuen sich alle in der Lokalen Allianz für Demenz, Winnenden mitwirkenden Akteure auf ein adäquates Angebot.

### **Individuelle Veranstaltungen, Aktionen und Aktivitäten sollen hinzukommen**

Auch zur Planung einzelner Veranstaltungen wie zum Beispiel Vorträgen durch Referenten oder ähnliches, bestehen Überlegungen. Dazu werden auch die Partner des Projekts „Demenzfreundliche Stadt Winnenden“ als Lokale Allianz für Demenz ihre Beiträge im Rahmen der Möglichkeiten leisten.

**Die Einrichtungen, Gruppierungen und Organisationen in Winnenden sind sehr gerne aufgerufen mit weiteren Ideen die Angebotsmöglichkeiten zu bereichern und auszubauen, um weiter zur Sensibilisierung und zur Vermittlung von Kenntnissen und Wissen im Umgang mit Demenz beizutragen.**

### **Anregungen und Vorschläge nimmt entgegen:**

Stadtverwaltung Winnenden, Beauftragter für Bürgerengagement und Senioren, Rainer Woitke, Telefon: 07195/13154, E-Mail: [rainer.woitke@winnenden.de](mailto:rainer.woitke@winnenden.de)