

**Auf den Punkt gebracht:**

**„Beweglicher Körper - Beweglicher Geist - Beweglicher Alltag!**

**Aber wie umsetzen?“**

**Montag, 22. Juli 2024, von 17 bis 18 Uhr**



**Online-Informationsveranstaltung für Menschen mit Demenz  
und ihre Angehörigen sowie Interessierte**

Auch bei Demenz ist Bewegung eine gesunde und nicht nur präventive Maßnahme. Körperliche Betätigung wirkt sich positiv auf die Gehirnstrukturen und -funktionen und damit auch auf die Funktionalität des Körpers aus. Sie trägt dazu bei, die Selbstständigkeit möglichst lange zu erhalten. Durch gezielte Bewegung können Menschen mit Demenz den Verlauf ihrer Erkrankung aktiv positiv beeinflussen sowie Schwindel und Stürze verhindern.

- Wie wirkt sich Bewegung auf die Entwicklung von Demenz aus?
- Welche Bewegungsarten bieten sich an?
- Wie kann ich andere zu gesunder Bewegung motivieren?

Antworten auf diese und andere Fragen geben wir am **Montag, 22. Juli 2024, von 17 bis 18 Uhr.**

Neben einem fachlichen Input von **Simone Zeisberg-Meiser, Körper- und Entspannungstherapeutin, Schmerzspezialistin nach Liebscher & Bracht und Lerntherapeutin**, freuen wir uns, wenn Sie uns schon Fragen zusenden, können auf die wir im Verlauf der Veranstaltung eingehen können.

**Anmeldungen bis zum 19.07.2024**

**bitte online oder per Mail an [anmeldung@alzheimer-brandenburg.de](mailto:anmeldung@alzheimer-brandenburg.de)**

Mit Ihrer Anmeldung willigen Sie ein, dass Ihr Name und Ihre Mailadresse von der Alzheimer-Gesellschaft Brandenburg e.V. Selbsthilfe Demenz zu Dokumentations- und Informationszwecken aufbewahrt werden. Sie können dies jederzeit widerrufen. Die Zugangsdaten zur Veranstaltung, die wir als Zoom-Meeting anbieten, senden wir Ihnen kurz vor der Veranstaltung per Mail zu.



**Alzheimer-Gesellschaft Brandenburg e.V.**  
**Selbsthilfe Demenz**

Stephensonstraße 24–26  
14482 Potsdam

Tel. (0331) 740 90 08  
[anmeldung@alzheimer-brandenburg.de](mailto:anmeldung@alzheimer-brandenburg.de)  
[www.alzheimer-brandenburg.de](http://www.alzheimer-brandenburg.de)