

Alzheimer gym



**Alleen bewegen, samen bewegen,
Goed voor je lijf, goed voor je geheugen**

Tijdens deze lessen staat bewegen op maat centraal. Er wordt gebruik gemaakt van muziek. Iedereen beweegt op zijn of haar eigen niveau, eventueel samen met een mantelzorger. Deelnemers zijn in staat om, met gebruik van hulpmiddelen, zelf te lopen. Door samen te bewegen wordt ontdekt wat mensen met een beginnende dementie nog wel kunnen. Door samen te bewegen blijft hoofd en lijf langer fit en heb je samen plezier.

Start: maandag 17 september om 11.00 uur

Locatie: Response Instituut, Jagerstraat 10 Roermond

Aan deze activiteit kunnen partners, kinderen of andere mantelzorgers gratis als begeleider deelnemen.

Info: Sportservice Roermond, Jerry Sahusilawane Tel: 0475- 359438
Susanne Drijsten >> 06-40799608 of drijsten@ziggo.nl

