Pressestelle Landratsamt Günzburg
Pressesprecherin: Angela Brenner
pressestelle@landkreis-guenzburg.de
Tel.: 08221/95-246
Mobil: 0172/2619983

Pressemitteilung, 20. März 2024

Gesprächskreis für pflegende Angehörige in Günzburg

Die Fachstelle für pflegende Angehörige am Landratsamt Günzburg sowie der Raphael Hospizverein Günzburg e.V. laden zu regelmäßigen Gesprächskreisen unter dem Motto „Demenz im Gespräch“ in Günzburg ein.

„In einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist“. Diese alte römische Weisheit hat heute nach wie vor Gültigkeit. Denn körperliche Aktivität ist ein wichtiger Baustein zum gesunden Altern - nicht nur für unseren Körper, sondern auch für unser Gehirn.

Zahlreiche Untersuchungen zeigen, dass Menschen, die sich regelmäßig bewegen, seltener an Demenzen wie Alzheimer erkranken. Selbst bei Menschen, die bereits erkrankt sind, können sportliche Aktivitäten die Gedächtnisleistungen stärken.

Frau Andrea Reisinger, Übungsleiterin in der Gesundheitsgymnastik, erklärt in ihrem Vortrag, warum Bewegung einen so positiven Einfluss auf unsere Hirngesundheit hat und gibt wertvolle Tipps zu gesundem Sport und Sturzprophylaxe im Alltag.

Der Gesprächskreis bietet Informationen rund um das Thema Demenz und Pflege und ermöglicht einen Erfahrungsaustausch mit anderen Menschen, die in einer ähnlichen Lebenssituation stehen. In den Treffen werden neue Anregungen und Ideen vermittelt. Verständnis und Ermutigung tragen zur Entlastung der eigenen Psyche bei.

Der Gesprächskreis trifft sich am Mittwoch, 10. April 2024 um 14 Uhr im Glashaus Dr.-Simnacher-Stiftung in Günzburg (Lindenallee 19).

Wo Heimat verbindet & Zukunft vereint.

Nähere Informationen erteilt die Fachstelle für pflegende Angehörige Landkreis Günzburg, Alexandra Führer unter der Telefonnummer 08221/95-210 oder per E-Mail an angehoerigenfachstelle@landkreis-guenzburg.de.