

Erschienen in der Zeitung Wochenende am 18.04.2018

- Anzeige -

4. Demenzwoche im Rhein-Erft-Kreis

Demenz und Kultur

Die Alloheim Senioren-Residenz „Frechen“ beteiligt sich in diesem Jahr mit 2 interessanten Veranstaltungen an der Demenzwoche des Rhein-Erft-Kreises.

Am **23.04.2018 um 16:00 Uhr** können Sie sich informieren über „Yoga für ältere Menschen“. In einer praktischen Einheit werden durch die Yogalehrerin Konstanze Rutkowski einfache Übungen zur positiven Körperwahrnehmung und Entspannung vermittelt, die in das tägliche Leben integriert werden können.

Am **24.04.2018 um 16:00 Uhr** geht es um sportliche Herausforderungen. „fit für 100“ ist ein Bewegungsprogramm für Ältere und Hochbetagte sowie auch für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen zur Verbesserung der Kraft- und Gleichgewichtsfähigkeiten und den Erhalt der Selbständigkeit.

Beide Veranstaltungen finden in der **Alloheim-Senioren-Residenz „Frechen“** in der Keimesstr. 4 statt.

Alle Interessierten sind eingeladen zu diesen kostenlosen Veranstaltungen. Eine Anmeldung bei Frau Lewe unter der Telefonnummer 02234/ 210424 erleichtert uns die Planung.