

Unsere Netzwerkpartner

Politik: Kommunen / Bürgermeister*innen / Landkreis / Gesundheitsamt

Gesundheit: Physio-, Ergotherapeut*innen / Ärzt*innen / Hausärzt*innen / Internist*innen / Neurolog*innen / Geriater*innen / Gedächtnisambulanzen / Kliniken

Pflege: Pflege- und Sozialdienste / Pflegeberater*innen

Versorgung: Apotheken / VHS / Pflegekassen / Netzwerk Demenz und Pflege Landkreis MSP / Pflegestützpunkt

Bewegung: Sportvereine / Reha

Soziales: Seniorenvertretungen

Umsetzung: Geschulte Alltagsbegleiter*innen / Engagierte Mitarbeiter*innen, Angehörige

Beratung: Beratungsstellen für pflegende Angehörige und Senior*innen / Wohnberatungsstelle Landkreis MSP

Ein starkes Team



Geistige Aktivierung und Sturzprävention.

Ambulantes Aktivierungsprogramm Profil 80+



Auf unserer Internetseite können Sie weitere Informationen, Broschüren und Videos herunterladen.
www.rummelsberger-diakonie.de/profil80+

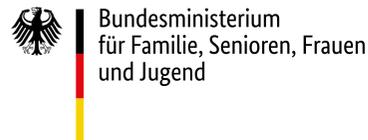
Kontakt

Beratungs- und Kontaktstelle „RuDiMachts!“

Programm Profil 80+
Lehmgrubenerstraße 18
97828 Marktheidenfeld
Telefon 09391 9864-113
rudimachts@rummelsberger.net



Gefördert vom



Menschen an Ihrer Seite.
Die Rummelsberger

rummelsberger-diakonie.de/profil80+

Profil 80+ steht für **Prophylaxe führt ins Leben** für Menschen im 4. Lebensalter mit und ohne Demenz, sowie für Menschen mit Demenz in jüngeren Jahren.

Menschen an Ihrer Seite.
Die Rummelsberger

rummelsberger-diakonie.de/profil80+

Profil 80+ richtet sich an

- Menschen im 4. Lebensalter (80+) mit/ohne Gedächtnisbeeinträchtigungen und Demenz
- Menschen mit Demenz in jüngeren Jahren

Profil 80+ beinhaltet für Sie

- Sturzprävention
- Kraft- und Balancetraining
- Gehirn- und Gedächtnistraining
- Information, Austausch und Beratung

Profil 80+ erhält und fördert

- Mobilität, motorische Fähigkeiten
- Selbstständigkeit im häuslichen Umfeld
- Geistige Fähigkeiten
- die Sinneswahrnehmung
- Re-Stabilisierung nach Klinikaufenthalt
- Psychosoziale Kontakte
- Teilhabe am öffentlichen Leben
- Lebensfreude

Profil 80+ sensibilisiert auch für Folgendes

- Barrierefreies Wohnumfeld
- (Sturz-) Risiken und Gefahren im häuslichen Umfeld
- Ernährung (z.B. Brainfood)

Profil 80+ kostet

Das Aktivierungspaket kann bei Vorhandensein eines Pflegegrades über die Pflegekassen refinanziert werden. Die Kosten variieren je nach Einzel- oder Gruppenbetreuung.

Für einen gesunden Lebensabend

Beweglichkeit, geistige Fitness und soziale Kontakte sind wesentliche Kriterien für eine Teilhabe am gesellschaftlichen Leben und für Lebensqualität.

Mit zunehmendem Alter jedoch lassen Muskelkraft, Gleichgewichts-, Reaktions- und Koordinationsvermögen wie auch die Sinneswahrnehmungen nach. Chronische Erkrankungen, ein geschwächter Allgemeinzustand und Klinikaufenthalte beeinträchtigen die körperliche, seelische und geistige Verfassung eines betagten Menschen außerordentlich und schwächen ihn zunehmend.

Dementsprechend nimmt die Sturzhäufigkeit exponentiell zu und das Demenzrisiko steigt. Einschränkungen, Verlust von Selbstständigkeit und alltagspraktischen Fähigkeiten, Rückzug und Einsamkeit sind die Folge.

**Stürze sind kein unabwendbares Schicksal.
Sie lassen sich im Alltag vermeiden!**

**Geistige Aktivierung und psychosoziale
Kontakte fördern die Lebensqualität!**

Sturzprävention und geistige Aktivierung

Damit es erst gar nicht so weit kommt, bietet das Projekt Profil80+ Marktheidenfeld und Umgebung ein Aktivierungsprogramm mit Schwerpunkt Sturzprävention und geistige Aktivierung an. So sollen Gefahren vermieden, körperliche und geistige Fähigkeiten gestärkt und zwischenmenschliche Kontakte gefördert werden.

Das Besondere

Unterstützung im eigenen Zuhause

- Keine Fahrten organisieren
- Feste, planbare Zeiten
- Kontakte
- Tipps und Tricks für Angehörige
- Individuelles Trainingsprogramm
- Keine Überforderung

Ambulante Sturzpräventionsgruppe

- Teilhabe am gesellschaftlichen Leben
- Kontakte knüpfen
- Fester Termin in der Woche

Wissen vermitteln

Unsere Alltagsbegleiter*innen kommen zu Ihnen nach Hause, sind in Demenz, Sturzprävention und geistige Aktivierung besonders geschult und geben dieses Wissen praktisch an Sie weiter.



**Sinnvoll sind mehrere, regelmäßige und
aufeinander folgende Aktivierungen.**