



Wertschätzung. Teilhabe. Lebensfreude.

Die Beratungsstelle RuDiMachts! setzt sich ein für eine alters- und demenzfreundliche Stadt und Umgebung sowie für Lebensqualität im Alter für Menschen mit und ohne Demenz.

Alle Angebote richten sich an Menschen, die noch im häuslichen Umfeld leben und finden in den Räumlichkeiten von RuDiMachts! statt. Bei Vorhandensein eines Pflegegrades können die Angebote über die Pflegekasse finanziert werden. Unsere Preise finden Sie auf der Homepage der Beratungs- und Kontaktstelle RuDiMachts!.

Die Beratungsstelle erhält nur einen Teil der Kosten aus öffentlichen Geldern. Daher freuen wir uns über Spenden.

Rummelsberger Diakonie

IBAN DE47 5206 0410 0202 5010 15
Evangelische Bank Kassel

Verwendungszweck: RuDiMachts!; 450958

Kontakt

Beratungs- und Kontaktstelle „RuDiMachts!“

Lehmgrubener Str. 18 | 97828 Marktheidenfeld
Tel. 09391 9864-113 | Fax 09391 9864-100
rudimachts@rummelsberger.net

Ihre Ansprechpartnerinnen



Friederike Bähr
baehr.friederike@
rummelsberger.net



Beate Höflich
hoeflich.beate@
rummelsberger.net

Förderer



Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege



Betreuung. Entlastung. Kontakte.

Beratungs- und Kontaktstelle
für Menschen mit Demenz,
Angehörige und Senioren
in Marktheidenfeld und Umgebung



Menschen an Ihrer Seite.
Die Rummelsberger

rummelsberger-diakonie.de/altenhilfe



Wenn Sie Hilfe brauchen

- Ihr Familienmitglied hat Demenz oder ist pflegebedürftig?
- Sie haben Fragen zum Krankheitsbild Demenz oder zu anderen alterstypischen Erkrankungen?
- Sie kommen als pflegende Angehörige an Ihre Grenzen?
- Sie haben Fragen zu Leistungen der Pflegeversicherung?
- Sie wünschen sich für Ihr Familienmitglied Unterhaltung und Abwechslung?
- Sie wohnen alleine zu Hause und suchen Unterstützung oder Kontakt?
- Ihr Gedächtnis lässt merklich nach und das verunsichert Sie?
- Sie möchten Stürzen vorbeugen, weil Ihr Gleichgewichtssinn und Ihre Muskelkraft abbauen?

Unser Angebot

Häusliche Besuchs- und Begleitdienste

Entlastung, Betreuung, Unterhaltung, Aktivierung, angepasst an individuelle Bedürfnisse

Kostenlose (Demenz-)Beratung

Von Montag bis Freitag in der Beratungsstelle nach vorheriger Anmeldung und auch telefonisch

Demenztreff „After Work“

Jeden 3. Montag im Monat von 18 bis 19.30 Uhr Austausch und Info für Angehörige und Freund*innen von Menschen mit Demenz. Anmeldung erwünscht

Selbsthilfegruppe für Menschen mit beginnender Demenz

nach telefonischer Vereinbarung

Vorträge, Schulungen, Seminare

rund um das Thema Demenz

Jährlich stattfindende **Schulungen zu Alltagsbegleiter*innen nach §45 SGB XI** für alle, die sich aktiv für Senior*innen und Menschen mit Demenz engagieren wollen

Gruppenangebote

Montag, 9.45–10.45 Uhr und 11–12 Uhr
Sturzprävention Profil80+ (Prophylaxe führt ins **Leben 80+**) Kraft- und Balancetraining

Dienstag, 10–11 Uhr
„Sport und Bewegung trotz(t) Demenz“

Mittwoch, 10–13 Uhr
Aktivgruppe für Körper und Geist

Mittwoch, 14.30–16 Uhr
Das Gute-Laune-Singcafé
jeden 1. Mittwoch im Monat

Donnerstag, 9.30–11 Uhr
„Fit im Kopf“ – Gehirn- und Gedächtnistraining
(nach dem Bundesverband Gedächtnistraining e.V.)
Förderung motorischer, geistiger und alltagspraktischer Fähigkeiten

Freitag, 9.30–12.30 Uhr
„Dabei sein ist alles“ – Geselliger Freitagstreff
Plaudern, in Erinnerungen schwelgen, rätseln, singen und lachen