

Wandern

für Menschen
mit und ohne Demenz



„Soweit die Füße tragen“

www.alzheimer-aschaffenburg.de
www.touristen-damm.de

Gemeinsame Aktivitäten

– wie das Wandern – sind willkommene Abwechslungen im Alltag. Wandern ist Bewegung, Gemeinschaft und Lebensfreude. Es bedeutet, unter Menschen zu sein, neue Kontakte zu knüpfen, sich auszutauschen und sich gegenseitig Mut zu machen.

Neben der Lust und Freude am Wandern wird allerdings eine gewisse Mobilität vorausgesetzt. Gutes Schuhwerk, bequeme Kleidung und eine persönliche Betreuung durch Angehörige oder Freunde gehören dazu.

Informationen erhalten Sie bei:

**Friederike Platzek 1. Vorsitzende
Alzheimer Gesellschaft Aschaffenburg e.V.
06021 7713177
f-platzek@t-online.de**

**Norbert Kolb 1. Vorsitzender
Wanderverein Touristengesellschaft 08 e.V.
06021 94562
norbert.kolb@t-online.de**

