

Motion – Sind – Samvær

Et tilbud til hjemmeboende borgere med en demenssygdom og deres pårørende

- Træning på hold med max. seks personer tilbydes i Nordborg, Gråsten og Sønderborg.
- Tilbuddet er til såvel dig med en demenssygdom som dine pårørende.
- Forløbet indeholder moderat til hård træning, som øger dine fysiske og psykiske ressourcer, forebygger livsstilssygdomme og social isolation.
- Træningen tilrettelægges med plads til socialt samvær og hygge med de andre deltagere.
- Træningen varetages af en fysioterapeut.
- Træningen er gratis.
- Du skal selv sørge for transport.

Der er indledende tests i uge 12 og holdstart lige efter påske (uge 14).



Ring eller skriv til

fysioterapeut, demenskoordinator
Tine Kjeldsen,
tlf. 27 90 59 33
eller mail: tkje@sonderborg.dk

