Unsere Netzwerkpartner

Politik: Kommunen / Bürgermeister*innen / Landkreis / Gesundheitsamt

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

Pflege: Pflege- und Sozialdienste / Pflegeberater*innen

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

Bewegung: Sportvereine / Reha

Soziales: Seniorenvertretungen

Umsetzung: Fachkräfte Sport / Geschulte Alltags-begleiter*innen / Engagierte Mitarbeiter*innen, Angehörige

Beratung: Beratungsstellen für pflegende Angehörige und Senior*innen / Wohnberatungs-stelle Landkreis MSP

Ein starkes Team

Rummelsberger Diakonie

Ambulante Gruppenangebote

- **Karlstadt**
  Wohnstift Andreas Bodenstein
- **Marktheidenfeld**
  Beratungs- und Kontaktstelle RuDiMachts!

Besuchen Sie unsere Internetseite

www.rummelsberger-diakonie.de/profil80+

Kontakt

Beratungs- und Kontakt-stelle „RuDiMachts!“
für Menschen mit Demenz, Angehörige, Senior*innen

Telefon: 093 91 98 64-113
rudimachts@rummelsberger.net

RuDi Machts!

Wohnstift Andreas Bodenstein

Telefon: 09353 97 69 300
karlstadt@rummelsberger.net

Menschen an Ihrer Seite.
Die Rummelsberger

rummelsberger-diakonie.de/profil80+

Impressum Herausgeber: Rummelsberger Dienste für Menschen im Alter gemeinnützige GmbH, Rummelsberg 20a, 90592 Schwarzenbruck | Redaktion: Friederike Bähr, Patric Nietzke | Gestaltung: Berufsbildungswerk Rummelsberg, Areal K3 | Bildnachweis: Alle nicht gekennzeichneten Fotos Rummelsberger Diakonie | 0325/6484/1

Rummelsberger Diakonie

Geistige Aktivierung und Sturzprävention.

Ambulantes Aktivierungs-programm ProfiL 80+ Landkreis Main-Spessart

ProfiL 80+ steht für **Pro**phylaxe **f**ührt **i**ns **L**eben 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

- Mobiltät und 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.

Sinnvoll sind regelmäßige und aufeinander folgende Trainingseinheiten.

Für einen gesunden Lebensabend

Mit zunehmendem Alter 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.

Die Sturzhäufigkeit nimmt zu, 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 ProfiL80+ Landkreis Main-Spessart 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

Unsere Filmangebote

- Üben zuhause leicht gemacht mit unseren eigenen Trainingsvideos