



Pressemitteilung

mit der Bitte um Veröffentlichung

Mehrgenerationenhaus & Familienzentrum Radebeul, Altkötzschenbroda 20, 01445 Radebeul
Ansprechpartnerin Presse: Edna Ressel
Telefon: 0351/83 973 – 32, Email: edna.ressel@familienzentrum-radebeul.de

Radebeul, 03. Juli 2018

Veranstaltungen im August 2018

Kunst-Pause. Ein kulturelles Betreuungsangebot für Menschen mit Vergesslichkeit und Demenz

Menschen mit Demenz sind direkt, emotional und oft für künstlerische Angebote besonders sensibel. Geplant sind Bildbetrachtungen, kleine Buchbesprechungen, musikalische Themen und hin und wieder Besuche von Ausstellungen. Dazu gibt es Kaffee, Kuchen und Zeit für gute Gespräche. Für die Angehörigen ist dieses Angebot die Möglichkeit, auch selbst einmal eine Pause zu machen. Ab Pflegegrad 1 können die Kosten von 25 Euro pro Veranstaltung von der Pflegekasse übernommen werden. Die Teilnahme ist nur nach Voranmeldung möglich.

Die nächsten Termine: **Mittwoch, 01. und 29. August, jeweils von 14.30 bis 17 Uhr**, Leitung: Eva Helms, Ort: Kötzitzer Str. 6, Anmeldung: 0351/ 83 973 -80

Café Aktiv - Betreuungsgruppe für Menschen ab Pflegegrad 1

Das neue Donnerstagsangebot des Familienzentrums richtet sich an Menschen mit Pflegegrad, die noch zu fit für die Angebote der Tagespflege sind, aber gern in Gesellschaft sein möchten. Nach dem gemeinsamen Kaffeetrinken gibt es kleine thematische Angebote von einfachem Gedächtnistraining über Bewegungsübungen bis hin zum gemeinsamen Waffelbacken. Für die pflegenden Angehörigen ist dies eine gute Gelegenheit, selbst eine Pause einzulegen. Die Kosten in Höhe von 25 € können von der Pflegekasse übernommen werden. Die Teilnahme ist nur nach Voranmeldung möglich.

Die nächsten Termine: **Donnerstag, 2., 9., 16., 23. und 30. August, jeweils 14.30 – 17 Uhr**, Leitung: Eva Helms, Ort: Kötzitzer Str. 6, Anmeldung: 0351/ 83 973 -80

Familienzentrum Radebeul / Altkötzschenbroda 20 / 01445 Radebeul
Telefon +49 351 83973-0 Fax +49 351 89373-25 E-Mail kontakt@familienzentrum-radebeul.de
www.familienzentrum-radebeul.de



Massage - Eine halbe Stunde nur für mich

Am **Montag, den 18. Juni ab 12.30 Uhr** bietet Uwe Wittig, Masseur und psychotherapeutischer Heilpraktiker, Massagen für Schultern und Rücken im Familienzentrum an. Dabei kann man sich wirksam vom Alltagsstress erholen und Verspannungen vorbeugen.

Anmeldung: 0172/3764646, Kosten: 17 EUR/30 Minuten

Beratungsangebot für Menschen mit Demenz und Angehörige

Mehr als 200 Radebeuler Bürgerinnen und Bürger erhalten jährlich die Diagnose Demenz. Zahlreiche Fragen treten im Verlauf der Erkrankung auf – von passenden Angeboten für die jeweilige Krankheitsphase über die Finanzierung des Pflegebedarfs bis hin zur Bewältigung problematischer Situationen. Demenzberaterin Eva Helms steht Ratsuchenden mit fachlichem Rat zur Seite. Bitte melden Sie sich telefonisch an.

Montag, 06. August, 15 bis 17 Uhr im Rathaus Coswig

Montag, 13. und 27. August 14 bis 16 Uhr im Infopunkt Demenz und Pflege, Kötitzer Str. 6 in Radebeul, Anmeldung unter 0351/ 83 973 -80

Kostenlose Rentenberatung

Am **Dienstag, den 7. August 2018** bietet Hannelore Hunold **von 13 bis 16 Uhr** die kostenlose Rentenberatung im Familienzentrum Radebeul an. Sie berät bei Fragen zur gesetzlichen Rente, nimmt Rentenansprüche entgegen und gibt Unterstützung beim Ausfüllen.

Anmeldung: 0151/ 11 64 63 40

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz

Am **Dienstag, den 7. August 2018 von 15 bis 16:30 Uhr** treffen sich wieder Angehörige von Menschen mit Demenz zum Erfahrungsaustausch und zur Information zu speziellen Fachthemen. Die Gruppe ist Mitglied der Alzheimer Gesellschaft Sachsen e. V und findet im Infopunkt auf der Kötitzer Straße 6 statt. Dieses Angebot ist kostenfrei.

Leitung: Elke Wegge, Anmeldung: 0351/ 83 973 -80 (AB), demenz@familienzentrum-radebeul.de, Ort: Kötitzer Str. 6



Altweiberwohnen – Vernissage zur Ausstellung

Am **Freitag, dem 10. August 2018 um 18.00 Uhr** kommen wir anlässlich der Ausstellungseröffnung „Altweiberwohnen“ mit Ihnen ins Gespräch zu diesem Thema. Was braucht es, damit Menschen im Alter weiter zu Hause wohnen können? Ist Alleinleben mit Demenz möglich? Was gibt Sicherheit und Lebensqualität? Wir laden Sie zu einer Lesung, Diskussion, Ausstellungsrundgang und einem Imbiss ein. Die Veranstaltung findet im Familienzentrum, Altkötzschenbroda 20 statt. Dieses Angebot ist kostenfrei.

Leitung: Eva Helms, Anmeldung: 0351/ 83 973 -80 (AB), demenz@familienzentrum-radebeul.de, Ort: Kötitzer Str. 6

Krisenberatung

Im Fokus der Krisenberatung - wieder am **Mittwoch, den 15. August von 19 bis 21 Uhr** - stehen oft Probleme, die sich aus einer bereits vollzogenen oder bevorstehenden Trennung bzw. Scheidung ergeben. Davon Betroffene, aber auch andere in Not geratene Personen, die juristischen Rat im Familienrecht benötigen, können diesen kostengünstigen Gesprächstermin zur in Anspruch nehmen. Bitte melden Sie sich an.

Leitung: Rechtsanwältin Andrea Florenz, Kosten: 20 €, Anmeldung: 0351/ 83 973-0

Radebeuler Tanzcafé für Senioren

Am **Mittwoch, dem 15. August 2018 von 15 bis 17 Uhr** findet in der Tanzschule Linhart ein Tanznachmittag für Senioren statt. Gemeinsam mit dem Familienzentrum und der Alzheimer Gesellschaft wird dieser gemütliche Nachmittag gestaltet. Der Rhythmus der alten Schlager lädt ein zum Tanzen oder mit den Füßen wippen. Stefan Linhart und seine Partnerin geben eine Kostprobe ihres Könnens. Im Eintrittspreis von 9 Euro sind ein Stück Kuchen und eine Tasse Kaffee enthalten.

Leitung: Stefan Linhart, Kosten: 9 Euro, Anmeldung: 0351/ 83 973 -80 (AB), Ort: Tanzschule Linhart, Zillerstr. 13a

Kursbeginn: Baby- und Kleinkindschwimmen

Beate Fuchs und Petra Lichtenfeld empfangen im Kurs **ab Donnerstag, den 16. August 2018** wieder Kinder im Alter zwischen 5 und 36 Monaten gemeinsam mit einem Elternteil im 30°C warmen Wasser. Neben der spielerischen Wassergewöhnung unterstützen die Übungen die Beweglichkeit, Gleichgewichtssinn, Sensorik und nicht zuletzt die Eltern-Kind-Beziehung. Die Zeit im Wasser beträgt 30 Minuten pro Termin. Die Bezuschussung des Kurses als Präventionsangebot ist möglich. Das Angebot findet in der Schwimmhalle Krokofit Radebeul, Richard-Wagner Str.5 statt.



Termin: 10x Do., ab 16.08.18, je 3 Kurse zw. 15 und 17 Uhr, Kosten: 96 € für 10 Termine (für AOK-Mitglieder kostenfrei), Anmeldung: Petra Lichtenfeld: 0351/ 830 70 51 (AB), Beate Fuchs: beate.fuchs@freenet.de

Kursbeginn: Babymassage-Kurs (von Geburt bis ca. fünf Monate)

Bei der Babymassage erlernen Eltern spezielle Massagetechniken, die ihrem Kind gut tun und die Bindung intensivieren. Miriam Stegemann zeigt im Kurs **ab Freitag, den 17. August 2018** zudem Techniken, die sich besonders zur natürlichen Hilfe bei Zahnungsschmerzen, Blähungen oder Koliken eignen. Bitte bringen Sie zwei Baumwollwindeln mit.

Termin: Fr., 5x ab 17.08.18, 10.30-11.30 Uhr, Leitung: Miriam Stegemann, Anmeldung: 0351/ 839 73-0, Kosten: 50 € pro Kurs, weitere Infos unter: www.stegemann-massagen.de

Kursbeginn: Rückbildungsübungen - Eine Geburt hat die Kraft, dich zu verwandeln

Die hebammengesichulte Mütterpflegerin und FamilienLotSinn® Ute Richter zeigt Ihnen im Kurs **ab Montag, den 27. August 2018** sanfte Bewegungen als Rückbildungsübungen zur Mobilisierung von Körper und Psyche, zur Stärkung und Kräftigung des Beckenbodens, der Rücken- und der Bauchmuskulatur. Eine ganzheitliche Rückfindung und Wahrnehmung Ihres, durch die Schwangerschaft, das Gebären und Tragen Ihres Babys beanspruchten Körpers dienen der Vorbeugung langfristiger Spätfolgen sowie der Verbesserung Ihrer Lebensqualität.

Termin: Mo., 6x ab 27.08.18, jeweils 10-11 Uhr, Kosten: 15 € pro Kurs, Leitung: Ute Richter, Anmeldung: 0152/ 09 408 413