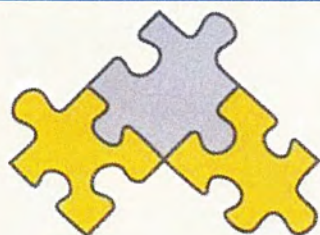


Vergiss dich selbst nicht

PERSONALISIERTES BEWEGUNGSPROGRAMM FÜR ANGEHÖRIGE VON ALZHEIMERPATIENTEN.



A.S.A.A.

Alzheimer · Südtirol · Alto Adige



UISP

sportpertutti

Comitato di Bolzano

Einen **Alzheimerkranken** zu versorgen, kann eine anspruchsvolle Aufgabe sein. Dabei vergessen wir oft uns selbst und unsere Gesundheit.

Deshalb haben UISP und ASAA an **Gymnastikprogramme** für kleine Gruppen gedacht, die personenbezogen und spezifisch für das Wohlbefinden der Angehörigen von Kranken entwickelt wurden.

Das Programm sieht 12 Einheiten vor. Außerdem wird zu Beginn die körperliche Verfassung der Teilnehmer getestet.

Die Teilnehmer werden von UISP-Mitarbeitern mit **universitärer Ausbildung in Sportwissenschaften** begleitet. Außerdem stehen ein Sportarzt und ein Facharzt für Geriatrie für eventuelle Fragen oder Anliegen zur Verfügung.

Für Anmeldungen oder weitere Informationen:

Alzheimer Südtirol-Alto Adige
Tel. 0471 051951 - 333 4563598

Dienstag von 9 bis 10 Uhr
von 10 bis 11 Uhr

Ort: Turnhalle im INAIL-Gebäude, Europaallee 31, Bozen

Donnerstag von 10 bis 11 Uhr

Ort: Turnhalle im UISP- Gebäude, Dolomitenstraße 14

Kosten: € 25 für 12 Einheiten