



Wertschätzung. Teilhabe. Lebensfreude.

Die Beratungsstelle RuDiMachts! setzt sich ein für eine alters- und demenzfreundliche Stadt und Umgebung sowie für Lebensqualität im Alter für Menschen mit und ohne Demenz.

Alle Angebote richten sich an Menschen, die noch im häuslichen Umfeld leben und finden in den Räumlichkeiten von RuDiMachts! statt. Bei Vorhandensein eines Pflegegrades können die Angebote über die Pflegekasse finanziert werden. Unsere Preise finden Sie auf der Homepage der Beratungs- und Kontaktstelle RuDiMachts!.

Die Beratungsstelle erhält nur einen Teil der Kosten aus öffentlichen Geldern. Daher freuen wir uns über Spenden.

Rummelsberger Diakonie

IBAN DE47 5206 0410 0202 5010 15

Evangelische Bank Kassel

Verwendungszweck: RuDiMachts!; 450958



Rummelsberger
Diakonie

Kontakt

Beratungs- und Kontaktstelle „RuDiMachts!“

Lehmgrubener Str. 18 | 97828 Marktheidenfeld

Tel. 09391 9864-113 | Fax 09391 9864-100

rudimachts@rummelsberger.net

Ihre Ansprechpartnerinnen (von links)

Jennifer Ferstl

ferstl.jennifer@
rummelsberger.net

Friederike Bähr

baehr.friederike@
rummelsberger.net

Beate Höflich

hoeflich.beate@
rummelsberger.net



Förderer

Festhalten,



Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit, Pflege und Prävention



**Lokale Allianz für
Menschen mit Demenz**

Impressum Herausgeber: Rummelsberger Dienste für Menschen im Alter gemeinnützige GmbH, Rummelsberg 20a, 90592 Schwarzenbruck | Redaktion: Stefanie Dörr, Friederike Bähr | Gestaltung: Berufsbildungswerk Rummelsberg | Bildnachweis: Alle nicht gekennzeichneten Fotos Rummelsberger Diakonie | 1225/6946/1



Rummelsberger
Diakonie

Betreuung. Entlastung. Kontakte.

Beratungs- und Kontaktstelle
für Menschen mit Demenz,
Angehörige und Senioren
in Marktheidenfeld und Umgebung



Menschen an Ihrer Seite.
Die Rummelsberger

rummelsberger-diakonie.de/altenhilfe



Wenn Sie Hilfe brauchen

- Ihr Familienmitglied hat Demenz oder ist pflegebedürftig?
- Sie haben Fragen zum Krankheitsbild Demenz oder zu anderen alterstypischen Erkrankungen?
- Sie kommen als pflegende Angehörige an Ihre Grenzen?
- Sie haben Fragen zu Leistungen der Pflegeversicherung?
- Sie wünschen sich für Ihr Familienmitglied Unterhaltung und Abwechslung?
- Sie wohnen alleine zu Hause und suchen Unterstützung oder Kontakt?
- Ihr Gedächtnis lässt merklich nach und das verunsichert Sie?
- Sie möchten Stürzen vorbeugen, weil Ihr Gleichgewichtssinn und Ihre Muskelkraft abbauen?

Unser Angebot

Häusliche Besuchs- und Begleitdienste

Entlastung, Betreuung, Unterhaltung, Aktivierung, angepasst an individuelle Bedürfnisse

Kostenlose (Demenz-)Beratung

Von Montag bis Freitag in der Beratungsstelle nach vorheriger Anmeldung und auch telefonisch

Demenztreff „After Work“

Jeden 3. Montag im Monat von 18 bis 19.30 Uhr Austausch und Info für Angehörige und Freund*innen von Menschen mit Demenz. Anmeldung erwünscht

Selbsthilfegruppe für Menschen mit beginnender Demenz nach telefonischer Vereinbarung

Pflegeberatungen nach §37 Abs. 3 SGB XI im häuslichen Umfeld

Pflegekurse für pflegende Angehörige

Vorträge, Schulungen, Seminare

Jährlich stattfindende **Schulungen zu Alltagsbegleiter*innen nach §45 SGB XI** für alle, die sich aktiv für Senior*innen und Menschen mit Demenz engagieren wollen

Trainingsvideos zum Kraft-, Balance- und Gehirntaining für Senior*innen



Gruppenangebote

Montag, 9.45–10.45 Uhr und 11–12 Uhr
Sturzprävention ProfiL80+ (**Pro**phylaxe **f**ührt **i**ns **L**eben **80+**) Kraft- und Balancetraining

Dienstag, 9.30–10.30 Uhr und 10.45–11.45 Uhr
Sturzprävention ProfiL80+ in Karlstadt

Mittwoch, 10–13 Uhr
Aktivgruppe für Körper und Geist

Mittwoch, 14–15.30 Uhr
Das Gute-Laune-Singcafé
jeden 1. Mittwoch im Monat

Donnerstag, 9.30–11 Uhr
„Fit im Kopf“ – Gehirn- und Gedächtnistraining
(nach dem Bundesverband Gedächtnistraining e.V.)
Förderung motorischer, geistiger und alltagspraktischer Fähigkeiten

Freitag, 9.30–12.30 Uhr
„Dabei sein ist alles“ – Geselliger Freitagstreff
Plaudern, in Erinnerungen schwelgen, rätseln, singen und lachen