

## Was ist Parkinson?

Die Diagnose trifft die meisten Menschen völlig unvorbereitet. Parkinson wird meist im Zusammenhang mit älteren Menschen genannt. Dies ist jedoch nicht so. Es betrifft jährlich mehr Menschen ab 40 Jahren und Jüngere.

Das Ziel der Selbsthilfe-Gruppe Parkinson Langenau ist

- Beratung durch erfahrene Betroffene und Angehörige
- Krankheit akzeptieren
- Informieren, Aktivieren
- Austausch und Stärkung Betroffener
- Freizeiten, Programme und Übungen zur Stressbewältigung

## Gut, dass wir einander haben...

Die Parkinson Selbsthilfe-Gruppe Langenau ist eine Kontaktgruppe für Betroffene, Angehörige und Freunde, die sich **jeden 2. Dienstag im Monat** bei „Dazugelernt“ Langenau (Kuftenstraße 1, 89129 Langenau) zu einem bunten Programm zum Kennenlernen, Zuhören, Ansehen, Erleben, Mitmachen und Ausprobieren trifft.

Außerdem findet **jeden letzten Mittwoch im Monat ab 15 Uhr** die **Spezialgymnastik** im Sitzen bei **Bewegungsstörungen** im Saal der Christuskirche Langenau Karlstraße 12 EG-Saal mit Therapeutin statt.

### **Anmeldung nötig**

Organisation Conny Lorz

Rufen Sie an: 07345 / 21164

Wir freuen uns auf Jung und Alt !

Termine auch auf [www.dazugelernt.de](http://www.dazugelernt.de)

# Parkinson

Selbsthilfe-Gruppe  
Langenau / Ulm



*Gemeinsam gegen einsam*

**Jeden 2. Dienstag**

**15 Uhr bis 17:30 Uhr**

bei „Dazugelernt“ Langenau  
Kuftenstraße 1, 89129 Langenau

+ jeden **letzten Mittwoch**

im Monat **15 Uhr bis 16 Uhr**

mit **Spezialgymnastik** bei **Parkinson**  
und bei neurologischen Bewegungsstörungen  
in der Christuskirche Langenau Karlstraße 12

## Über die Selbsthilfe-Gruppe

- Uns gibt es seit Juli 2019
- Wir sind in der Deutschen Parkinsonvereinigung e.V.
- Wir geben einsamen und körperlich eingeschränkten Personen in der Gruppe ein Miteinander
- Wir laden altersunabhängig zu aktuellen Informationen ein
- Wir bieten bei Kaffee/Tee
  - gemeinschaftliche Gymnastik
  - kreative Feinmotorik
  - Sing-, Sprech- und Kauübungen
- Wir nehmen Anteil am Einzelnen und begleiten Betroffene und Angehörige



- Wir sind dabei -

## Das Besondere

- ☑ Zusammenarbeit mit Neurologen, Hausärzten und Rehaeinrichtungen
- ☑ Netzwerk mit Krankengymnasten Ergotherapeuten, Logopäden
- ☑ Aktuelle Behandlungsmöglichkeiten aus Parkinsonkliniken / Rehazentren
- ☑ Balance für den Alltag
- ☑ Auf Teilnehmer zugeschnittene Programme und Übungen
- ☑ Gesichtsmuskulaturstärkung
- ☑ Bewegungstraining für Beine, Arme, Hände, Finger
- ☑ Barrierefreie Räumlichkeiten + WC

### Rollstuhltransport

zu den Veranstaltungen nach  
Vor Anmeldung möglich

07345 / 21164

Conny Lorz, Pflegesachverständigenbüro

## Gemeinsam gegen einsam

Beim gemütlichen Zusammensein wird geredet und es gibt Nachdenkenswertes mit monatlichem Austausch über Erlebnisse und Herausforderungen.

Neues aus der Literatur und Biographieberichte von Betroffenen, die mit der Krankheit leben.

Medizinische Forschung und Entwicklung über Veränderung der körperlichen, geistigen und psychischen Auswirkung der Krankheit Parkinson.



- Termine auch auf [www.dazugelernt.de](http://www.dazugelernt.de) -