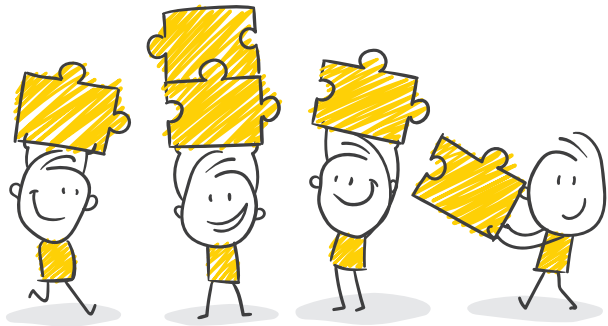


# PROJEKT GRIPS

„**BE**wegung fördern – begeistern,  
bewegen & begegnen“

## Um was geht es beim Projekt Grips?

- Regelmäßiges Angebot für Senioren in ihren Gemeinden, die durch ein gemeinsames Training aktiv bleiben möchten
- Geistige und körperliche Fähigkeiten werden angesprochen
- Merkfähigkeit, Konzentrations- und Gedächtnistraining, Geschicklichkeit und Gleichgewichtssinn werden trainiert



- Gegenseitiger Austausch, Freude, Abwechslung und Begegnung untereinander vor Ort wird gefördert

Das Konzept basiert auf den Inhalten des SimA®-Trainingsprogramm

Unterstützt aus den Mitteln der gesetzlichen Pflegeversicherung  
AOK Die Gesundheitskasse Ulm-Biberach

## Wir suchen Sie als Übungsleitung im Projekt **Grips**

### Sie erhalten:

- eine qualifizierte, mehrtägige Schulung (kostenfrei)
- eine Aufwandsentschädigung für ihr Engagement
- eine fachliche Begleitung beim Aufbau und der Durchführung des Angebotes
- einen regelmäßigen Austausch mit anderen Übungsleitungen
- Versicherungsschutz im Projekt
- Freude an einem sinnstiftenden, ehrenamtlichen Engagement :-)



### Fühlen Sie sich angesprochen?

Sie können die Gruppenstunden im Projekt **Grips** **alleine oder zu zweit im Tandem** in Ihrer Gemeinde/ Kommune anbieten.

### Rückmeldung und Fragen:

Netzwerk Demenz Alb-Donau-Kreis  
Ursula Schmid-Berghammer  
Schillerstr.30 • 89077 Ulm

Tel: 0731 185-4412  
[ursula.schmid-berghammer@alb-donau-kreis.de](mailto:ursula.schmid-berghammer@alb-donau-kreis.de)  
[www.adk-demenz.de](http://www.adk-demenz.de)

NETZWERK  
**DEMENTZ**  
im Alb-Donau-Kreis