



Was ist AUSZEIT?

AUSZEIT ist ein liebevoll gestalteter Nachmittag für Menschen mit Demenz. Hier dürfen die Teilnehmenden zur Ruhe kommen, in ihrem eigenen Tempo aktiv sein und gemeinsam schöne Momente erleben. Gleichzeitig bietet das Angebot den Angehörigen die Möglichkeit, sich eine wohltuende Pause vom Alltag zu gönnen.

- ✓ **Ein geschützter Raum** für Menschen mit Demenz, in dem Wohlbefinden und Freude im Zentrum stehen.
- ✓ **Ein abwechslungsreicher Nachmittag** mit kreativen, bewegten und kognitiv anregenden Aktivitäten.
- ✓ **Eine Entlastung für Angehörige**, die währenddessen Zeit zum Durchatmen gewinnen.

Kontakt & Anmeldung

Sekretariat Bühli
055 645 34 60
info.buehli@cug.ch

cura unita glarus
Alterszentrum Bühli
Bühli 30
8755 Ennenda

Bitte beachten: Die Plätze sind begrenzt – eine Anmeldung ist notwendig.



AUSZEIT

Nachmittagsbetreuung für Menschen
mit Demenz

Zeit für Angehörige zum Durchatmen



Was ist das Ziel des Projekts?

Eine demenzsensible Begleitung lebt von Zeit, Aufmerksamkeit und Herz. Mit der AUSZEIT schaffen wir einen Ort, an dem Menschen mit Demenz einfach sie selbst sein dürfen – mit Raum für:

- ✓ **Eigenes Tempo** – teilnehmen, wie es gut tut
- ✓ **Geborgenheit** – sich angenommen und verstanden fühlen
- ✓ **Aktivierung** – spielerisch in Bewegung kommen
- ✓ **Lebensfreude** – Leichtigkeit und Nähe erleben

Wer darf teilnehmen?

Menschen mit Demenz, die Freude an Begegnungen, sanften Aktivitäten und einer wohltuenden Atmosphäre haben – unabhängig vom Alter oder Stadium.

Worum geht es?

Wir gestalten Nachmittage, die:

- ✓ **Kognitiv anregen** – mit spielerischen Übungen und Erinnerungsimpulsen
- ✓ **Sanft bewegen** – damit Körper und Seele in Schwung bleiben
- ✓ **Kreativität wecken** – durch Malen, Basteln, Musizieren und mehr
- ✓ **Alltagskompetenzen stärken** – mit Tätigkeiten, die Selbstvertrauen geben

Zeit und Ort

Regelmässig am Nachmittag im Alterszentrum Bühli in Ennenda.
Die aktuellen Daten sind auf dem Beiblatt zu finden.

Vor der ersten Teilnahme

Wir nehmen uns Zeit für ein kurzes persönliches Kennenlernen – damit wir Bedürfnisse, Wünsche und Besonderheiten verstehen und einen guten Start ermöglichen.

Kosten

Der Kostenbeitrag beträgt **CHF 30.–** pro Nachmittag

Darin enthalten sind:

- ✓ eine **liebevolle** und **fachkundige Betreuung**
- ✓ **Getränke** und eine **kleine Verpflegung**
- ✓ **sämtliches Material** für die Angebote

