



**bedre liv
med demens**
alzheimerforeningen

NYHED – Netværksgruppe for mennesker med let demens

Har du lyst til at møde ligesindede i et fællesskab, hvor der er mulighed for at skabe netværk, nye relationer – og måske endda venskaber? Så er denne nyopstartede gruppe måske noget for dig.

Vi planlægger ugentlige gåture i det fri i København under overskriften: "**Frirum og fællesskab for mennesker med let demens.**" Tidspunktet er hver **onsdage, kl. 11.00–13.30.**

Gruppen er helt ny, og **første gåtur finder sted onsdag, den 23. juli 2025, kl. 11.00.** Vi mødes foran Café Vivaldi ved Nørreport Station og går en tur rundt om Peblinge Sø. Efterfølgende spiser vi vores medbragte mad sammen – under åben himmel, hvis vejret tillader det. Turen afsluttes ved Nørreport Station ca. kl. 13.30.

Du kan være med til at bestemme ruten for de kommende gåture. Konceptet er enkelt: Vi starter hver gang med en fælles gåtur, og bagefter spiser vi frokost sammen.

Ud over frisk luft og nye bekendtskaber vil der også være mulighed for at tale om din livssituation med let demens – naturligvis kun i det omfang, du selv ønsker det.

Målgruppen for netværket er mennesker i alle aldre, der har fået diagnosen let demens.

De bedste hilsner

Pia Johnsen Nielsen

Frivillig i Alzheimerforeningens lokalforening "København, Frederiksberg og omegnskommunerne".