MS Regional-Treffpunkt für Betroffene

Info der Regionalgruppe Bewegung & Sport Aargau

Bewegung & Sport
Aargau seit 2013

damit es besser wird

MS Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft

Unsere Vision und unsere Ziele

Wir stehen für die Verbesserung der Lebensqualität von MS-Betroffenen aller Altersgruppen.

Entdecke unser Bewegungs- und Sportprogramm

In unseren regelmässigen Bewegungs- und Sportstunden bieten wir Übungen aus den Bereichen Sensomotorik, Stabilität, Koordination, Kraft und Ausdauer an. Diese Aktivitäten helfen dir, mehr Sicherheit im Alltag zu erlangen. Unsere Stunden sind eine optimale Ergänzung zu deiner Physio- oder Ergotherapie.

Was erwartet dich

Gemeinschaftserlebnis: Unsere Bewegungsstunden leben vom Miteinander. Gemeinsam macht Bewegung einfach mehr Spass.

Soziale Kontakte: Neben dem körperlichen Training profitierst du auch von den sozialen Kontakten und dem Austausch mit anderen MS-Betroffenen. Vertrauen und gegenseitige Unterstützung stehen bei uns im Vordergrund.

Anpassung an deine Bedürfnisse: Unsere Stunden sind speziell auf MS-Betroffene abgestimmt. Egal, welche Altersgruppe oder welches Leistungsniveau – jeder macht nach seinen Möglichkeiten mit. Unser Motto lautet: „Jede und jeder wie er oder sie kann."

Wir treffen uns

Unter der Leitung einer Fachperson treffen wir uns jeden Mittwoch in der Turnhalle der Schule Ennetbaden von 18:30 bis 19:45 Uhr.

Voraussetzungen

Das Angebot richtet sich an MS Betroffene, die sicher und möglichst ohne Hilfsmittel selbstständig gehen können. Sitzpausen sind natürlich möglich. Zudem sollten die Teilnehmenden in der Lage sein, sich ohne/mit Unterstützung auf den Boden zu legen und wieder aufzustehen.

Ansprechperson

Wir freuen uns auf deine Kontaktaufnahme und sind bei Fragen zu unserer Regionalgruppe gerne für dich da.

Markus Eisele
Kontaktperson
M 079 220 16 26
bs.aargau@regionalgrupppen.ch

Wir gehören zur Schweizerischen Multiple Sklerose Gesellschaft. Sie unterstützt uns aktiv in unserer Arbeit zugunsten der MS-Betroffenen in der Region Aargau.

Spendenkonto

Die Finanzierung der Aktivitäten der Regionalgruppe erfolgt soweit möglich durch direkte Spenden.

Spendenkonto der Regionalgruppe Bewegung & Sport Aargau:

IBAN: CH42 0900 0000 8753 4009 7

Unsere Fachpersonen beraten Sie kompetent und kostenlos zu allen Fragen rund um MS.

MS-Infoline 0844 674 636
Mo. - Fr. 9.00 - 13.00 Uhr

Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft
Brandrietstrasse 31, 8307 Effretikon, T 043 444 43 43
info@multiplesklerose.ch, www.multiplesklerose.ch
IBAN CH04 0900 0000 8000 8274 9