



Selbsthilfegruppe für **Aphasiker Münster - AMS**
verbunden mit dem Landesverband für **Aphasiker in Nordrhein-Westfalen e.V. - ANW**
und dem **Bundesverband für die Rehabilitation der Aphasiker e.V. - BRA**

AMS-Burkhard Leydag
Coesfeldweg 40
48161 Münster

Tel./Fax 0251-862186

Handy 0170-7190340

E-mail ams@muenster.org

Internet www.muenster.org/ams

AMS-Burkhard Leydag-Coesfeldweg 40-48161 Münster

Münster, 29.09.2016

Liebes Mitglied der AMS,

am 01.09.2016 von 15.30 – 17.00 Uhr fand das Treffen der AMS im Saal des Club 68 statt. Zunächst machten wir eine Kaffeestunde und berichteten über Urlaube und schöne Ereignisse. Ich muss erwähnen, dass der Horst uns verschiedene Kuchensorten aus der naheliegenden Bäckerei mitgebracht und gesponsert hat – vielen Dank! Die Annemarie kam zum ersten Mal zu uns und fühlte sich wohl. Dann spielten wir gemeinsam das Spiel Rummikup. Der Harald erreichte als Erster das Ziel, weil er mathematisch und logisch begabt ist. Das Spiel Münster-Memory fiel diesmal aus. Am 28.09.2016 von 10.00 – 20.00 Uhr fuhr der Reisebus vom Parkplatz Ecke Theißingstrasse / Friedrich-Ebert-Platz zum Parkplatz P2 am Eingang der Düsseldorfer Messe-Nord und zurück. Die Mitfahrer/innen (viele Mitglieder des Club 68 und zwei Mitglieder der AMS) waren von der RehaCare in Düsseldorf sehr begeistert.

Ich lade Dich/Euch

am Donnerstag, den 06. Oktober 2016, von 15.30 – 17.00 Uhr

in den Saal des **Club 68 e.V., Theißingstr. 21, 48153 Münster**, (ebenerdig und barrierefrei) zu den **Lach- und Yogaübungen** herzlich ein. Auch Interessenten sind willkommen!

Busverbindung: Linie 5, Haltestelle „Friedrich-Ebert-Platz“.

Autoparkplätze: gebührenfrei: Lidl, Friedrich-Ebert-Str. 21 (60 Min. Parkscheibe einstellen);
gebührenfrei: 2 Stellplätze für Rollstuhlfahrer, Friedrich-Ebert-Platz 2.

An erster Stelle werden wir Kaffee/Tee trinken und Kuchen essen. Ich würde mich freuen, wenn jemand selbstgebackene Kuchen mitbringen würde. Bitte gebe mir ein paar Tage vor dem AMS-Treffen telefonisch oder per E-mail Bescheid.

Anschließend wird der **Reinhard** die **Lach- und Yogaübungen** leiten. Er wird eine Einführung machen und eine CD mitbringen. Wir werden uns im Kreis aufstellen oder uns im Saal bewegen. Wir werden leichte körperliche Übungen mit den Armen und Beinen, den Händen und Füßen sowie dem Kopf und Hals machen und gleichzeitig unsere Lachmuskeln trainieren. Das richtige Atmen durch die Nase und den Mund wird geübt. Das Lachen trägt zum Wohlbefinden bei! Erinnert Ihr Euch, dass er uns am Ende des AMS-Treffens am 04.02.2016 eine Anfangsphase der o. g. Übungen präsentiert hat? Viel Spaß!

Viele Grüße

Burkhard Leydag

Beiträge und Spenden sind steuerlich begünstigt!

ANW e.V., Kennzeichen: AMS

Pax-Bank Essen, IBAN: DE80 3706 0193 2005 1850 10, BIC: GENODED1PAX