

Eine Veranstaltung des **VdK** OV Kelkheim

## Entspannen mit Nadel und Faden

### Handarbeits-/Basteltreff

#### Nähmaschinen-Workshop

**Stricken und Nähen fördern die Gesundheit.** Die Nadeln klappern, die Nähmaschine summt: Wiederkehrende Bewegungen und sanfte Geräusche beruhigen den Geist und schaffen Abstand zum Alltag. Wer etwas mit seinen Händen anfertigt, denkt nicht über andere Probleme nach. Masche für Masche, Stich für Stich entsteht etwas Neues. Während man sich auf den Stoff oder das Strickmuster konzentriert, erlebt man einen Zustand vollkommener Vertiefung im Augenblick – fast schon wie Meditation. Wissenschaftler vermuten, das Handarbeiten auch vor einer Demenzerkrankung schützen können. Hierzu liegen jedoch noch keine Studien vor. (Quelle: Auszug aus VdK Zeitung Oktober 2025)

Der VdK Ortsverband Kelkheim lädt alle Interessierten am **am Mittwoch, 02.09.2026, ab 10:30 h im Rathaus Kelkheim (Gartensaal) zum Nähmaschinen-Workshop**

zum Handarbeitstreffen ein. Wir möchten diesmal den Schwerpunkt auf genähte Nesteldecken setzen. Das bedeutet, Sie haben die Möglichkeit zu lernen, Patchwork-Decken anzufertigen.

Stricken oder Häkeln Sie lieber? Auch auf Sie freuen wir uns. Gemeinsam stellen wir für Menschen mit Demenz Nesteldecken und anderes her. Männer, die uns beim Zuschneiden und Bügeln helfen wollen, sind ebenfalls herzlich willkommen.



Menschen mit Demenz sind oft unruhig. Vielen hilft es, ein buntes Stück Stoff oder Wollstück in den Händen zu halten und damit zu spielen. Solche Nesteldecken lassen sich einfach selbst herstellen. Mit kleinem Aufwand kann man die Decke interessanter machen. Zum Beispiel mit Schleifen, Bändern, Gurten, Reißverschlüssen, Knopflöchern, BH-Verschlüssen und vielem mehr.

Wenn Sie an dem Nähmaschinen-Workshop interessiert sind, bringen Sie bitte unbedingt Ihre eigene Nähmaschine und ein Verlängerungskabel mit. Wir freuen uns auch über bunte Baumwollstoffe und Accessoires, die zur Gestaltung genutzt werden können.

**Sie sind noch kein Mitglied im VdK?** Kein Problem, wir erläutern Ihnen gerne die Vorteile einer Mitgliedschaft. Informationen über unsere Verbandsarbeit vor Ort finden Sie im Internet unter: <https://hessen-thueringen.vdk.de/vor-ort/ov-kelkheim/>. Dort werden auch regelmäßig Hinweise auf unsere geplanten Veranstaltungen veröffentlicht. Sehen Sie sich einmal dort um und entdecken Sie, was der VdK in Kelkheim Ihnen Interessantes zu bieten hat.