

Inhalt

| | |
|--|-----|
| Einleitung | 7 |
| Kapitel 1 Demenz | 9 |
| 1.1 Formen der Demenz | 9 |
| 1.2 Handlungsfelder | 10 |
| 1.3 Studien und Alltagsbezug | 10 |
| 1.3.1 Bewegung – Demenz | 11 |
| 1.3.2 Taktilität – Demenz | 13 |
| 1.3.3 Propriozeption – Demenz | 14 |
| 1.3.4 Gleichgewicht – Demenz | 15 |
| 1.3.5 Kognition – Demenz | 17 |
| 1.3.6 Multidimensionale Ansätze zur Prävention und Intervention bei Demenz | 18 |
| Kapitel 2 Bewegung – Balance – Demenz | 23 |
| 2.1 Information zum Konzept „Bewegung und Balance bei Demenz“ (Intervention und Prävention) | 23 |
| 2.2 Besonderheiten des Konzepts und seiner Programme (K1, K2, K3) | 25 |
| 2.3 Zusatzmöglichkeiten | 26 |
| 2.3.1 Konzeptinterne Vernetzungsmöglichkeiten | 26 |
| 2.3.2 Vernetzung mit anderen Programmen | 26 |
| 2.4 Schritte zur praktischen Umsetzung | 27 |
| 2.5 Methodisch-didaktische Grundlagen der Programme | 28 |
| Kapitel 3 Programm K1 – Übungen für Bettlägerige | 31 |
| 3.1 Aktiv ausgeführte Gleichgewichtsübungen | 33 |
| 3.2 Passiv durchgeführte Gleichgewichtsübungen | 36 |
| 3.3 Gehirntraining | 41 |
| 3.4 Gehirntraining mit Material | 46 |
| 3.5 Massagen | 50 |
| 3.6 Gesundheitspflege der Fach- und Betreuungskräfte | 53 |
| Kapitel 4 Programm K2 – Interventionskurs für Demenzbetroffene | 57 |
| 4.1 Bewegungsspiele K2 | 64 |
| 4.2 Gleichgewichtsübungen K2 | 71 |
| 4.3 Intermodales Wahrnehmungstraining K2 | 80 |
| 4.4 Körperwahrnehmung – Entspannung – seelische Pflege K2 | 86 |
| 4.5 Trainingsaufgaben für zu Hause K2 | 96 |
| 4.6 Gesundheitspflege der Begleiterinnen/K2 | 101 |

| | | |
|---|---|------------|
| Kapitel 5 | Programm K3 – Präventions-Gesundheitskurs | 105 |
| 5.1 | Bewegungsspiele K3 | 112 |
| 5.2 | Gleichgewichtsübungen K3 | 125 |
| 5.3 | Intermodales Wahrnehmungstraining K3 | 141 |
| 5.4 | Körperwahrnehmung – Entspannung – seelische Pflege K3 | 152 |
| 5.5 | Information – Wissenserwerb K3 | 162 |
| 5.6 | Trainingsplan/Hausaufgaben | 171 |
| 5.7 | Gesundheitspflege der Kursleiterinnen und Betreuungskräfte K3 | 174 |
| Literatur, Adressen, Seminare | | 179 |
| | Internetadressen | 179 |
| | Artikel in Fachzeitschriften | 180 |
| | Weiterführende Literatur | 181 |
| | Adressen | 183 |
| | Materialien, Seminare, Fortbildungen | 183 |
| | Weiterbildung | 183 |
| | Kontakt zur Autorin | 183 |
| Übersicht über das Online-Material | | 184 |
| Weiterbildung mit Abschluss/Zertifikat | | 184 |