

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