



PRAKTISCHE HILFEN
für den Alltag

Miteinander aktiv

Alltagsgestaltung und Beschäftigungen
für Menschen mit Demenz



Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V.
Selbsthilfe Demenz

Inhalt

	Vorwort	5
1	Miteinander aktiv	
	<i>Gemeinsam einen neuen Rhythmus finden</i>	7
2	Beschäftigungen für Menschen mit Demenz	
2.1	Das alltägliche Miteinander <i>Aktivitäten rund um den Haushalt</i>	19
2.2	Auf Erinnerungsreise gehen <i>Biografische Anregungen</i>	32
2.3	Frische Luft um die Nase wehen lassen <i>Draußen in der Natur</i>	40
2.4	Ein Fest für jede Jahreszeit <i>Feiern – mit der Familie oder Freunden</i>	47
2.5	Körper und Geist nehmen die Klänge auf <i>Mit Kultur fördern und anregen</i>	52

2.6	Körper, Geist und Seele in Bewegung bringen <i>Sportliche Aktivitäten</i>	58
2.7	Malen, Werken, Sammeln – gut für Kopf und Hände <i>Hobbys machen Freude</i>	63
2.8	Lust auf ein Spielchen? <i>Raten, Würfeln, Suchen halten fit</i>	70
2.9	Miteinander auf große Fahrt <i>Gemeinsam Neues entdecken</i>	76
2.10	Inneren Frieden finden <i>Religion und Spiritualität</i>	80
2.11	Auch mal nichts tun	84

3 Zum Weiterlesen

Literaturhinweise	86
-------------------	----

4 Anhang

Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.	89
Veröffentlichungen der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V.	91
Die regionalen Mitgliedsgesellschaften	92