

Inhaltsverzeichnis

1	Bedeutung von Aktivität und Beschäftigung	1
1.1	Aktivität und Ruhe als menschliche Bedürfnisse	3
1.2	Lernen und persönliche Entwicklung	8
1.3	Nutzen von Aktivität und Beschäftigung	16
1.4	Beteiligte Berufsgruppen und Bezugspersonen	25
2	Planung von Beschäftigungsangeboten	31
2.1	Schritte der Planung	31
2.2	Motivation zu Aktivitäten	37
3	Beschäftigungsangebote	39
3.1	Ausflüge	39
3.2	Bewegung	45
3.3	Biografiearbeit	87
3.4	Feste	95
3.5	Filme und Fotos	108
3.6	Gehirntraining	110
3.7	Generationenübergreifende Kontakte	122
3.8	Hausarbeit	124
3.9	Internet und Computer	130
3.10	Kreativität und Handwerk	131
3.11	Lesen und Schreiben	157
3.12	Musik	163
3.13	Spiele	167
3.14	Theater	177
3.15	Vorträge und Informationsveranstaltungen	180
	Register	183