

Inhaltsverzeichnis

I	Theorie	1	5.1.3	Aufwärmen und Lockern mit einem leichten Ballspiel	33
1	Grundlagen der MAKS-Therapie	3	5.1.4	Aufwärmen und Lockern mit Bewegungsliedern	34
2	Wirksamkeit der MAKS-Therapie und wissenschaftliche Weiterentwicklung.	5	5.1.5	Übungen mit Motto	35
3	Einordnung der MAKS-Therapie in das Gesamtkonzept pflegerischen Handelns	9	5.2	Übungen für den Hauptteil	38
4	Durchführung der MAKS-Therapie	13	5.2.1	Bunte Tücher oder Fitnessbänder ...	38
4.1	Leitziele der Module	13	5.2.2	Handtuchgymnastik	40
4.2	Planung von Gruppenaktivierungen	14	5.2.3	Gymnastikstab	42
4.2.1	Personelle Aspekte	14	5.2.4	Doppelklöppel	43
4.2.2	Räumliche Aspekte und Material ...	15	5.2.5	Ballspiele	45
4.2.3	Planung und Vorbereitung	15	5.2.6	Zielwerfen	47
4.2.4	Zeit-Management	18	5.2.7	Übungen mit Körnersäckchen	49
4.2.5	Umgang mit Demenzkranken und therapeutisches Konzept	20	5.2.8	Hanteltraining	50
4.3	Leitbild der Ganzheitlichkeit und kulturelle Aspekte	22	5.2.9	Gerätetransport (motorische Ketten)	52
4.3.1	Einsatz und Wirkung der MAKS-Farben	22	5.2.10	Schwimmnudel	54
4.3.2	Musik und Rhythmus	22	5.2.11	Schwungtuch	62
4.3.3	Implementierung und Erfahrungsbericht	23	5.2.12	Luftballon schnappen	64
4.3.4	Schulungen	24	5.2.13	Luftballon und Frisbee	65
II	Praktische Beispiele aus der MAKS-Therapie	27	5.2.14	Zauberschnur	66
5	Motorische Aktivierung	29	5.2.15	Bewegung würfeln	67
5.1	Aufwärmübungen	30	5.2.16	Becherstapeln	68
5.1.1	Aufwärmen und Lockern ohne Handgeräte	30	5.2.17	Hallenboccia	71
5.1.2	Aufwärmen und Lockern mit dem Igelball	31	5.2.18	Stockschießen und „Schlenzen“ ...	71
			5.2.19	Kegeln	74
			5.2.20	Tischkicker	75
			5.3	Tanz, Bewegungslieder, Rhythmusübungen	76
			5.3.1	Farbtanz für Paare	76
			5.3.2	Tanzen und Sitztanz	78
			5.3.3	Übungen mit Klanghölzern	79
			5.3.4	Bewegungslied „Luftballon und Frisbee“ (Variante 1)	81
			5.3.5	Bewegungslied mit der Zauberschnur (Variation 1)	83
			5.3.6	Bewegungsspiel „Erntearbeit“ ...	85
			5.4	Übungen im Garten	86
			5.4.1	Boccia oder Boule	86
			5.4.2	Krocket	87
			5.4.3	Wassergymnastik nach Kneipp ...	88
			5.4.4	Punkte schießen	90

5.4.5	Wikinger-Schach	90	6.2.7	Beetstecker Nistkasten basteln	135
5.4.6	Bierdeckelspiel in der Mannschaft ..	91	6.2.8	Salzsterne und Salzherzen	136
5.4.7	Federball	92	6.2.9	Perlensterne	137
6	Alltagspraktische Aktivierung ..	95	6.2.10	Dartspiel	139
6.1	Imbiss zubereiten	96	6.2.11	Übungen mit Nägeln	140
6.1.1	Belegte Sandwiches oder Brötchen ..	96	6.2.12	Vogelhaus	141
6.1.2	MAKS-Käse-Igel	97	6.2.13	Beetstecker Windrad	142
6.1.3	Kartoffelsalat	99	6.2.14	Teelicht Martinsgans	143
6.1.4	Pizza	100	6.2.15	Weben	144
6.1.5	Kartoffelsuppe	101	6.2.16	Ostereier färben	145
6.1.6	Schnittlauch-Schnitten oder -Brezeln	103	6.2.17	Kräuterstrauß zu Maria Himmelfahrt	146
6.1.7	Schweizer Wurstsalat	104	6.2.18	Türkranz aus Naturmaterialien	148
6.1.8	Mozzarellatomaten	105	6.2.19	Erntesymbole	149
6.1.9	Flammkuchen	105	6.2.20	Adventskalender	150
6.1.10	Spargelgericht klassisch	107	6.2.21	Christbaumschmuck	151
6.1.11	Griechischer Bauernsalat	108	6.2.22	Lebkuchenhaus	152
6.1.12	Eiskaffee	110	6.3	Alltagspraktische Spiele	154
6.1.13	Apfel- oder Zwetschgenkompott ...	110	6.3.1	Mensch ärgere Dich nicht	154
6.1.14	Schokoladenpudding und Vanillepudding	112	6.3.2	Riesen-Mikado	155
6.1.15	Obstsalat	113	6.3.3	Riesen-Scrabble	156
6.1.16	Vanilleeis mit heißen Himbeeren ...	114	6.3.4	Zündholz-Salat	157
6.1.17	Erdbeerkuchen	115	6.3.5	Obstfarben würfeln	158
6.1.18	Milchshake	116	6.3.6	Stapelspiele	159
6.1.19	Heiße Schokolade	117	6.3.7	Wandernde Alltagsgegenstände ...	161
6.1.20	Früchte-Bowle	119	6.3.8	Gruppenkunstwerk	161
6.1.21	Zwetschgenkuchen	120	6.3.9	Farbsignalspiel	162
6.1.22	Waffeln backen	121	6.3.10	Farbe rollt zur Farbe	164
6.1.23	Kaiserschmarrn	122	6.3.11	Schätzaufgabe (Kategorien)	164
6.1.24	Obstquark	124	6.3.12	Schätzaufgabe (Alltagsgegenstände)	166
6.1.25	Joghurteis zubereiten mit der Eismaschine	124	6.4	Wahrnehmungsübungen	167
6.1.26	Martinsgänse aus Quarköl-Teig ...	126	6.4.1	Prima-Übung „Riechen“	167
6.1.27	Weckmännchen backen	127	6.4.2	Prima-Übung „Hören“	168
6.1.28	Butterplätzchen backen	128	6.4.3	Prima-Übung „Tasten“	168
6.1.29	Osterbrot	129	6.4.4	Prima-Übung „Schmecken“	169
6.2	Handwerkliche Übungen	131	6.5	Feinmotorische Übungen mit alltagspraktischem Material (PC und Beamer)	170
6.2.1	Labyrinth	131	6.5.1	Legeaufgaben mit Riesenzündhölzern	170
6.2.2	Rollen und Legen auf einem Labyrinth	132	6.5.2	Bunte Wattebäusche und Wattestäbchen	171
6.2.3	Domino	132	6.5.3	Korken und Kronkorken	172
6.2.4	Domino spielen	133	6.5.4	Pinnen und Messen	173
6.2.5	Holzspiel „Punkte kugeln“	133			
6.2.6	Holzspiel „Punkte kugeln“ spielen ..	134			

XII Inhaltsverzeichnis

6.5.5	Steckübungen mit Nadeln oder Reißnägeln	174	7.4	Prototypen PC-Übungen mit Touchscreen oder als Einzelförderung . . .	215
6.5.6	Lege- und Steckübungen mit Büroklammern	175	7.4.1	Fotopuzzle ohne Animation	215
6.5.7	Dehnen und Stecken mit Gummiringen	175	7.4.2	Abtippen (vom Bild zum Wort)	216
6.5.8	Steckübungen mit Länderfahnen . . .	177	8	Spirituelle Aktivierung	219
6.6	Sonstige Aktivitäten	178	8.1	Danken	225
6.6.1	Nutzgarten und Tiere	178	8.1.1	Mein Name	225
6.6.2	Feiern	179	8.1.2	Die Sinne – Das Sehen – Die Blumen	230
6.6.3	Tagesausflüge	182	8.1.3	Die Sinne – Das Hören – Klänge und Töne	233
7	Kognitive Aktivierung	185	8.1.4	Die Sinne – Das Riechen – Obst . . .	236
7.1	Kognitive Einstiegsübungen	189	8.1.5	Die Sinne – Das Schmecken – Obst und Gemüse	239
7.1.1	Bleistiftgymnastik	189	8.1.6	Die Sinne – Das Fühlen – Weiches Kissen	242
7.1.2	Fingergymnastik	191	8.2	Leben und Lebensfreude	245
7.1.3	Schere, Stein, Papier	193	8.2.1	Die Hände	247
7.2	Prototypen Papier- und Bleistiftübungen	194	8.2.2	Die Füße	250
7.2.1	Würfelspiel	195	8.2.3	Von den Vögeln Sorglosigkeit lernen	253
7.2.2	Was passt nicht dazu? Thema Kleidung	196	8.3	Freundschaft	255
7.2.3	Bilder einprägen und wieder erkennen	197	8.3.1	Wunschlos glücklich	255
7.2.4	Fotopuzzle zum Ausschneiden	198	8.3.2	Beste Freunde	258
7.2.5	Kalender	198	8.3.3	Liebe wachsen lassen	261
7.2.6	ABC-Übungen	199	8.4	Kirchlicher Jahreskreis	263
7.2.7	Sätze und Wörter verbinden	200	8.4.1	Farben und Symbole des Advents – Die vier Kerzen – stufenweiser Aufstieg	263
7.2.8	Zahlenpaare anstreichen	201	8.4.2	Symbole des Weihnachtsfestes – Christstollen, eine „in Windeln gewickelte“ Köstlichkeit	265
7.2.9	„Lachende Gesichter“	202	8.4.3	Aschermittwoch	268
7.2.10	Symbolpaare zählen (bunt)	203	8.4.4	Passions-/Fastenzeit – Erfahrung mit Kreuz und Leid	272
7.2.11	Zählübungen	204	8.4.5	Osterwoche mit Ostersymbolen – Osterspisen und Osterglocke	276
7.2.12	Linien abzeichnen	205	8.4.6	Pfingsten – Der heilige Geist und die Vollendung des Menschen	279
7.2.13	Bunte Muster übertragen	206	8.5	Persönliche Segnung zum Wochenschluss	282
7.3	Prototypen PC-Übungen mit Beamer	207		Anhang Kopiervorlagen	289
7.3.1	Was passt nicht dazu? Thema Werkzeuge (Schweregrad 1)	208		Register	311
7.3.2	Kalender (Monate)	209			
7.3.3	Gegenstände benennen: Thema Haushalt	210			
7.3.4	Clickfix	211			
7.3.5	Symbolpaare erkennen	212			
7.3.6	Zählübungen mit Fotos (2–3 Schweregrade)	213			
7.3.7	Kognitiv und alltagspraktisch	214			