

Inhalt

- Vorwort zur Reihe** 9
- Einleitung** 11
- Nachweis der Evidenz** 13
 - Die Pilotstudie zum Programm an der HAWK Hildesheim/Holzminden/Göttingen 13
 - Stand der internationalen Studien zu den Vorläuferprogrammen 13
- Zielgruppe** 14
 - Lebenssituation der Zielgruppe 14
 - Eingrenzung der Zielgruppe 15
 - Teilnahmevoraussetzungen 15
 - Ausschlusskriterien 15
 - Veranstaltungsort. 16
- Ziel des Programms** 16
- Konzeptionelle Annahmen.** 17
 - Älter werden und Betätigung 17
 - Ergotherapie und Gesundheitsförderung 17
 - Salutogenese 18
 - Werte und Überzeugungen der Ergotherapie 19
 - Ergotherapeutische Modelle 19
- Inhalte des Programms – Module.** 22
 - Das Programm „TATKRAFT – Gesundheit im Alter durch Betätigung“ 22
 - Die Module 23
 - Aufbau der Module und Umgang mit den Modulen 24
 - Zielebene der Module 25
- Umsetzung und methodisches Vorgehen.** 26
 - Struktur-, Prozess- und Ergebnisqualität 26
 - Preiskalkulation 27
 - Möglichkeiten zur Senkung der Teilnehmerkosten 27
- Umfeldanalyse** 29
 - Standortpositionierung – Wie versteht sich das Programm? 29
 - Kernmerkmale des Programms (Alleinstellungsmerkmal) – Was macht das Programm einzigartig und besonders? 29
 - Zielgruppenanalyse unter regionalen Bedingungen. 30
 - Wer sind meine Mitbewerber? 31
 - Nutzen des Programms für verschiedene regionale Akteure. 31
- Einführung des Programms am Markt** 32
 - Zugang zur Zielgruppe 32
 - Wie erfahren die Teilnehmer vom Programm? 32
 - Aspekte, die bei der Bewerbung des Programms wichtig sind 32
 - Kommunikationskanäle 33
 - Kooperationspartner und mögliche Netzwerke 34
 - Wer unterstützt das Programm ideell und finanziell? 34
 - Grundsätze in der Partnergewinnung 34
 - Den Netzwerkgedanken fördern 34

Ergotherapeutische Kompetenzen zur Durchführung des Programms	36
Weitere Qualifikationen	37
Dokumentation/Evaluation	38
Evaluationsinstrumente	38
Programmunterlagen	39
Nachfolgetreffen	39
Vernetzung mit dem Deutschen Verband der Ergotherapeuten	39
Nutzen des Programms kommunizieren	39
Literaturverzeichnis	40
Modulhandbuch	43
Module und Vorbereitung durch die Teilnehmer	44
Liste der Anlagen	45
Hinweise für die Benutzung des Modulhandbuches	46
Vorbereitung auf die Module	46
Anlage 1: „Evaluationsbogen für die Teilnehmer“	47
Anlage 2: „Teilnehmerbefragung sechs Monate nach Programmende“	50
Anlage 3: Modulvorbereitung	51
Basismodul 1 – Der erste Schritt zur Gesundheitsförderung	53
Anlage 4: „Wie sind die Teilnehmer auf das Programm aufmerksam geworden?“	55
Anlage 5: „Modulüberblick und Wichtigkeit“	56
Basismodul 2 – Kontakt mit anderen	57
Empfohlene Literatur für Modul 2	60
Anlage 6: „Interessencheckliste“	61
Anlage 7: „Bedeutung von Freundschaft“	63
Anlage 8: „Besuche“	64
Basismodul 3 – Der Hände Werk	65
Empfohlene Literatur für Modul 3	68
Basismodul 4 – Carpe diem – Nutze den Tag	69
Empfohlene Literatur für Modul 4	71
Anlage 9: „Aktivitätstagebuch für einen Tag“	72
Anlage 10: „Aktivitätsanalyse“	73
Anlage 11: „Rollencheckliste“	74
Basismodul 5 – Gesundheit durch Betätigung	75
Empfohlene Literatur für Modul 5	78
Anlage 12: „Wortassoziationen“	79
Wahlmodul 6 – Sicher im Alltag	81
Empfohlene Literatur für Modul 6 – Hilfreiche Internetadressen	84
Anlage 13: „Optionaler Beobachtungsbögen für Aktivitäten“	85
Anlage 14: „Checkliste Wohnraumanpassung“	86
Anlage 15: „Änderungsbedarf“	89

Wahlmodul 7 – Ernährung und Betätigung	91
Empfohlene Literatur für Modul 7	93
Anlage 16: „Übung zum Genießen“	94
Wahlmodul 8 – Finanzen	95
Empfohlene Literatur für Modul 8	98
Anlage 17: „Geld kann ... Geld kann nicht ...“	99
Anlage 18: „Geld kann ... Geld kann nicht ...“	100
Anlage 19: „Wo kann ich sparen?“	101
Anlage 20: „Um Geld zu sichern ...“	102
Anlage 21: „Meine Kartenzahlungen“	103
Anlage 22: „Meine Zahlungen per Dauerauftrag, Lastschrift etc.“	104
Anlage 23: „Finanzielle Hilfestellungen“	105
Anlage 24: „Tarife und Verbrauch“	106
Anlage 25: „Reisen“	107
Anlage 26: „Reisecheckliste“	108
Wahlmodul 9 – Möglichkeiten der Unterstützung in der Umgebung	109
Anlage 27: „Nutzung der Angebote aus der Umgebung“	111
Anlage 28: „Wünsche für eine Unterstützung“	112
Wahlmodul 10 – Ehrenamt und seine Organisation	113
Empfohlene Literatur für Modul 10	115
Anlage 29: „Ehrenamt“	116
Wahlmodul 11 – Lebenslanges Lernen – Neue technische Medien	117
Empfohlene Literatur für Modul 11	121
Anlage 30: „Das wollte ich schon immer wissen und lernen“	122
Anlage 31: „Teilen von Fähigkeiten“	123
Basismodul 12 – Abschluss	125
Empfohlene Literatur für Modul 12	127
Anlage 32: „Fragen zum Abschluss“	128
Anlage 33: „Liste für die Abschlussfeier: Wer – Was?“	129
Anlage 34: „Reflexion einzelner Module TATKRAFT“	130
Anlage 35: „Modulvorbereitung: ausgefülltes Beispiel zu Modul 12“	131
Notwendige Vorbereitungen für ein Nachfolgetreffen	132

Zur besseren Lesbarkeit wird immer die männliche Form bei Personen benutzt. Eine Ausnahme wird bei „Moderatorin“ und „Ergotherapeutin“ gemacht. Selbstverständlich sind stets beide Geschlechter gemeint.