

Inhalt

Einleitung	9
------------------	---

Grundlagen

<i>Der alte Mensch im Ruhestand</i>	13
Lebenswertes Altern.....	14
Altenheime/Altenpflegeheime und ihre Bewohner	19
Beschäftigungstherapie in der Altenpflege	23
Gruppenarbeit und Räumlichkeiten.....	25
Materialien	28
Handgeräte für die Gymnastik	31

Anwendung

<i>Wahrnehmen</i>	35
Spiele in der Altengruppe.....	35
Kontaktspiele.....	37
Kim- und Konzentrationsspiele.....	40
Schreibspiele	48
Buchstaben-Kartenspiele	49
Wortspielereien	51
Gesang und Tanz.....	54
Sprichwörter und Rätsel	57
<i>Gestalten</i>	64
Frühling – Gedichte, Blumen, Osterschmuck, Wandbehänge, Kartengrüße, Stoffdruck und anderes mehr.....	65
Sommer – Gedichte, Collagen, Briefbeschwerer, Steinmännchen, Fensterschmuck und Wandbilder	83
Herbst – Gedichte, Geschichten, Jahreszeitenkalender, Türschmuck und Tischlaternen	97
Winter – Gedichte, Geschenke herstellen, Broschen, Tischdekorationen, Weihnachtsschmuck und Lieder zum Jahreswechsel.....	110
<i>Kleine Aktionen</i>	127
Handpuppenspiel mit Senioren	127
Wir gestalten eine Heimzeitung	132
<i>Bewegen</i>	140
Altengymnastik	140
Lockerungsübungen.....	141
Streck- und Dehnübungen.....	143

Haltungsübungen	144
Kräftigungsübungen.....	145
Übungen mit dem Stuhl	146
Gymnastik mit Handgeräten.....	147
Bewegungsspiele	150
 Literatur.....	 155
Quellennachweis	156