

Inhaltsverzeichnis

I	Theorie	1	5.1.4	Aufwärmen und Lockern mit Bewegungsliedern	34
1	Grundlagen der MAKS-Therapie	3	5.1.5	Übungen mit Motto	35
2	Wirksamkeit der MAKS-Therapie	5	5.2	Übungen für den Hauptteil	38
3	Einordnung der MAKS-Therapie in das Gesamtkonzept pflegerischen Handelns ...	9	5.2.1	Bunte Tücher oder Fitnessbänder ...	38
			5.2.2	Handtuchgymnastik	40
			5.2.3	Gymnastikstab	42
			5.2.4	Doppelklöppel	43
			5.2.5	Ballspiele	45
			5.2.6	Zielwerfen	47
			5.2.7	Übungen mit Körnersäckchen	49
			5.2.8	Hanteltraining	50
			5.2.9	Gerätetransport (motorische Ketten)	52
4.1	Leitziele der Module	13	5.2.10	Schwimmnudel	54
4.2	Planung von Gruppenaktivierungen	14	5.2.11	Schwungtuch	62
4.2.1	Personelle Aspekte	14	5.2.12	Luftballon schnappen	64
4.2.2	Räumliche Aspekte und Material ...	15	5.2.13	Luftballon und Frisbee	65
4.2.3	Planung und Vorbereitung	15	5.2.14	Zauberschnur	66
4.2.4	Zeit-Management	18	5.2.15	Bewegung würfeln	67
4.2.5	Umgang mit Demenzkranken und therapeutisches Konzept	20	5.2.16	Becherstapeln	68
4.3	Leitbild der Ganzheitlichkeit und kulturelle Aspekte	22	5.2.17	Hallenboccia	71
4.3.1	Einsatz und Wirkung der MAKS-Farben	22	5.2.18	Stockschießen und „Schlenzen“ ...	71
4.3.2	Musik und Rhythmus	22	5.2.19	Kegeln	74
4.3.3	Modelle der Implementierung	23	5.2.20	Tischkicker	75
4.3.4	Schulungen	24	5.3	Tanz, Bewegungslieder, Rhythmusübungen	76
II	Praktische Beispiele aus der MAKS-Therapie	27	5.3.1	Farbtanz für Paare	76
5	Motorische Aktivierung	29	5.3.2	Tanzen und Sitztanz	78
5.1	Aufwärmübungen	30	5.3.3	Übungen mit Klanghölzern	79
5.1.1	Aufwärmen und Lockern ohne Handgeräte	30	5.3.4	Bewegungslied „Luftballon und Frisbee“ (Variante 1)	81
5.1.2	Aufwärmen und Lockern mit dem Igelball	31	5.3.5	Bewegungslied mit der Zauberschnur (Variation 1)	83
5.1.3	Aufwärmen und Lockern mit einem leichten Ballspiel	33	5.3.6	Bewegungsspiel „Erntearbeit“	85
			5.4	Übungen im Garten	86
			5.4.1	Boccia	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
			5.4.6	Bierdeckelspiel in der Mannschaft	91

5.4.7	Federball	92	6.2.9	Perlensterne	137
			6.2.10	Dartspiel	138
6	Alltagspraktische Aktivierung ..	95	6.2.11	Übungen mit Nägeln	140
6.1	Imbiss zubereiten	96	6.2.12	Vogelhaus	141
6.1.1	Belegte Sandwiches oder Brötchen ..	96	6.2.13	Beetstecker Windrad	142
6.1.2	MAKS-Käse-Igel	97	6.2.14	Teelicht Martinsgans	143
6.1.3	Kartoffelsalat	99	6.2.15	Weben	144
6.1.4	Pizza	100	6.2.16	Ostereier färben	145
6.1.5	Kartoffelsuppe	101	6.2.17	Kräuterstrauß zu Maria Himmelfahrt	146
6.1.6	Schnittlauch-Schnitten oder -Brezeln	103	6.2.18	Türkranz aus Naturmaterialien	148
6.1.7	Schweizer Wurstsalat	104	6.2.19	Erntesymbole	149
6.1.8	Mozzarellatomaten	105	6.2.20	Adventskalender	150
6.1.9	Flammkuchen	105	6.2.21	Christbaumschmuck	151
6.1.10	Spargelgericht klassisch	107	6.2.22	Lebkuchenhaus	152
6.1.11	Griechischer Bauernsalat	108	6.3	Alltagspraktische Spiele ..	154
6.1.12	Eiskaffee	110	6.3.1	Mensch ärgere Dich nicht	154
6.1.13	Apfel- oder Zwetschgenkompott ..	110	6.3.2	Riesen-Mikado	155
6.1.14	Schokoladenpudding und Vanillepudding	112	6.3.3	Riesen-Scrabble	156
6.1.15	Obstsalat	113	6.3.4	Zündholz-Salat	157
6.1.16	Vanilleeis mit heißen Himbeeren ..	114	6.3.5	Obstfarben würfeln	158
6.1.17	Erdbeerkekuchen	115	6.3.6	Stapelspiele	159
6.1.18	Milchshake	116	6.3.7	Wandernde Alltagsgegenstände ..	161
6.1.19	Heiße Schokolade	117	6.3.8	Gruppenkunstwerk	161
6.1.20	Früchte-Bowle	119	6.3.9	Farbsignalspiel	162
6.1.21	Zwetschgenkuchen	120	6.3.10	Farbe rollt zur Farbe	164
6.1.22	Waffeln backen	121	6.3.11	Schätzaufgabe (Kategorien)	164
6.1.23	Kaiserschmarrn	122	6.3.12	Schätzaufgabe (Alltagsgegenstände)	166
6.1.24	Obstquark	124	6.4	Wahrnehmungsübungen ..	167
6.1.25	Joghurteis zubereiten mit der Eismaschine	124	6.4.1	Prima-Übung „Riechen“	167
6.1.26	Martinsgänse aus Quarköl-Teig ..	126	6.4.2	Prima-Übung „Hören“	168
6.1.27	Weckmännchen backen	127	6.4.3	Prima-Übung „Tasten“	168
6.1.28	Butterplätzchen backen	128	6.4.4	Prima-Übung „Schmecken“	169
6.1.29	Osterbrot	129	6.5	Feinmotorische Übungen mit alltagspraktischem Material	
6.2	Handwerkliche Übungen ..	131		(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	6.5.5	Steckübungen mit Nadeln oder Reißnägeln	174
6.2.6	Holzspiel „Punkte kugeln“ spielen ..	134			
6.2.7	Beetstecker Nistkasten basteln ..	135			
6.2.8	Salzsterne und Salzherzen	136			

XII Inhaltsverzeichnis

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 Einstimmung	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 –	
6.6.3	Tagesausflüge	182	8.1.3	Die Blumen	230
				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 –	
7.1.1	Bleistiftgymnastik	189		Obst und Gemüse	239
7.1.2	Fingergymnastik	191	8.1.6	Die Sinne – Das Fühlen –	
7.1.3	Schere, Stein, Papier	193		Weiches Kissen	242
7.2	Prototypen Papier- und Bleistiftübungen	194	8.2	Leben und Lebensfreude	245
7.2.1	Würfelspiel	195	8.2.1	Die Hände	247
7.2.2	Was passt nicht dazu?		8.2.2	Die Füße	250
	Thema Kleidung	196	8.2.3	Von den Vögeln	
7.2.3	Bilder einprägen und wieder erkennen	197	8.3	Sorglosigkeit lernen	253
7.2.4	Fotopuzzle zum Ausschneiden	198	8.3.1	Freundschaft	255
7.2.5	Kalender	198	8.3.2	Wunschlos glücklich	255
7.2.6	ABC-Übungen	199	8.3.3	Beste Freunde	258
7.2.7	Sätze und Wörter verbinden	200	8.4	Liebe wachsen lassen	261
7.2.8	Zahlenpaare anstreichen	201	8.4.1	Kirchlicher Jahreskreis	263
7.2.9	„Lachende Gesichter“	202		Farben und Symbole des Advents –	
7.2.10	Symbolpaare zählen (bunt)	203	8.4.2	Die vier Kerzen – stufenweiser	
7.2.11	Zählübungen	204		Aufstieg	263
7.2.12	Linien abzeichnen	205		Symbolle des Weihnachtsfestes –	
7.2.13	Bunte Muster übertragen	206	8.4.3	Christstollen, eine „in Windeln	
				gewickelte“ Köstlichkeit	265
7.3	Prototypen PC-Übungen mit Beamer	207	8.4.4	Aschermittwoch	268
7.3.1	Was passt nicht dazu? Thema Werkzeuge (Schweregrad 1)	208		Passions-/Fastenzeit –	
7.3.2	Kalender (Monate)	209	8.4.5	Erfahrung mit Kreuz und Leid	272
7.3.3	Gegenstände benennen:			Osterwoche mit Ostersymbolen –	
	Thema Haushalt	210	8.4.6	Osterspeisen und Osterglocke	276
7.3.4	Clickfix	211		Pfingsten – Der heilige Geist und	
7.3.5	Symbolpaare erkennen	212		die Vollendung des Menschen	279
7.3.6	Zählübungen mit Fotos (2–3 Schwergrade)	213	8.5	Persönliche Segnung zum	
7.3.7	Kognitiv und alltagspraktisch	214		Wochenschluss	282
7.4	Prototypen PC-Übungen mit Touchscreen oder als Einzelförderung ...	215		Anhang Kopiervorlagen	289
				Register	311