

Inhalt

Vorwort zur Reihe	7
Vorwort der Übersetzer	11
Wie hängen Demenz und Teilhabe an Aktivität zusammen?	13
Definition Demenz	13
Biologische Erklärungen	15
Hirnstruktur	15
Neurophysiologische Veränderungen	17
Der Einfluss von Medikamenten auf die Aktivität	18
Psychologische Erklärungen	18
Soziale Erklärungen	21
Stigma	22
Wie Aktivität helfen kann, Demenzrisiko und Symptome zu reduzieren	22
Literatur	25

Anhang

AB*1	Bin ich ausreichend körperlich aktiv?	30
AB2	Bewältigungsstrategien zur Akzeptanz von Veränderungen	31
AB3	Tipps und Bewältigungsstrategien für tägliche Aktivitäten	32
AB4	Mein Tagesablauf und meine tägliche Struktur	34
AB5	Protokoll der Aktivitätsexperimente	38
IB**1	Einige Ideen für „schnelle Aktivitätsänderungen“	39

* AB = Arbeitsblatt

**IB = Informationsblatt