



PRAKTISCHE HILFEN

für den Alltag

Miteinander aktiv

Alltagsgestaltung und Beschäftigungen
für Menschen mit Demenz



Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.
Selbsthilfe Demenz

Mit freundlicher Unterstützung der
Fondation ROGER DE SPOELBERCH



© 5. Auflage 2018

Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V., Berlin (verantwortlich für den Inhalt)

Texte: Rosemarie Mieder und Gislinde Schwarz

Gestaltung: Ulrike Künnecke

Druck: Meta Druck, Thomas Didier

Gedruckt auf Recyclingpapier aus 100% Altstoff,
ausgezeichnet mit dem Umweltzeichen Der Blaue Engel.

Alle Rechte vorbehalten

ISSN 2263-4790

Inhalt

	Vorwort	5
1	Miteinander aktiv <i>Gemeinsam einen neuen Rhythmus finden</i>	7
2	Beschäftigungen für Menschen mit Demenz	
2.1	Das alltägliche Miteinander <i>Aktivitäten rund um den Haushalt</i>	19
2.2	Auf Erinnerungsreise gehen <i>Biografische Anregungen</i>	32
2.3	Frische Luft um die Nase wehen lassen <i>Draußen in der Natur</i>	41
2.4	Ein Fest für jede Jahreszeit <i>Feiern – mit der Familie oder Freunden</i>	49
2.5	Körper und Geist nehmen die Klänge auf <i>Mit Kultur fördern und anregen</i>	54
2.6	Körper, Geist und Seele in Bewegung bringen <i>Sportliche Aktivitäten</i>	61

2.7	Malen, Werken, Sammeln – gut für Kopf und Hände	
	<i>Hobbys machen Freude</i>	66
2.8	Lust auf ein Spielchen?	
	<i>Raten, Würfeln, Suchen halten fit</i>	74
2.9	Miteinander auf große Fahrt	
	<i>Gemeinsam Neues entdecken</i>	80
2.10	Inneren Frieden finden	
	<i>Religion und Spiritualität</i>	84
2.11	Auch mal nichts tun	88
3	Zum Weiterlesen	
	Literaturhinweise	90
4	Anhang	
	Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.	93
	Veröffentlichungen der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V.	95
	Die regionalen Mitgliedsgesellschaften	96