

## Tipps für die **Betreuung** und **Beschäftigung zu Hause:**



„**Entspannendes**“: Musik hören, Fußbäder, Beschäftigung durch turnen, tanzen, spielen, gemeinsames musizieren, Fuss- Handmassagen, Umarmungen, Geschichten gemeinsam lesen bzw. vorlesen lassen, Kuschelkissen, gemeinsam Yoga, Meditation (wenn nicht gemeinsam dann auch für sich selbst-macht ruhiger und ausgeglichener), Kaffeehaus Atmosphäre schaffen;



**Beschäftigung:** Hausarbeiten gemeinsam erledigen (kochen, backen, aufdecken, abwaschen, abtrocknen, reinigen,...) Aussortieren (Nähkästchen, Laden,...)



„**Bewegendes**“: Gymnastik, Übungen mit Bällen, Tüchern, Luftballons,... Wenn möglich täglich hinaus in die Natur, im eigenen Garten. Spazieren gehen ist möglich soweit man keine anderen Menschen trifft bzw. genügend Abstand hält (2m), dabei sammeln von Blättern, Steinen, Blumen oder gemeinsam die Blumen/Pflanzen benennen. Anschließend z.B. Blumen trocknen, dann gemeinsam ein Blatt Papier mit den getrockneten Blättern bekleben, die Materialien auseinander sortieren,...



**Aktivierung zu Hause:** je nach Biografie z.B. Karten spielen, Puzzle, Sprichwörter ergänzen, Fotos anschauen, sortieren event. Fotoalbum anlegen und beschriften, Materialien aus Demenzseesack verwenden,...



**Tägliche Rituale:** vor dem zu Bett gehen, gemeinsam ein entspannendes Lied anhören, eine Geschichte lesen, beten,....



**Telefonieren:** mit Angehörigen, wenn möglich auch mit Bild (Skype, Whatsapp etc.) damit ihr Angehöriger auch teilnehmen kann und weiß, dass es den restlichen Familienmitgliedern gut geht.

Sie als Angehöriger eines dementen Menschen, sind Expertin/Experte in der Betreuung ihres Liebsten und kennen seine Biographie bzw. seine Vorlieben besser als jede/jeder andere. Sie kennen sicher auch schon viele der o.a. Möglichkeiten und wir wissen, dass die Bedürfnisse von Menschen sehr unterschiedlich sind und somit nicht alle Tipps für jede/jeden passen. Vielleicht ist ja aber die ein oder andere Idee/Anregung für sie dabei.

**Für weitere Fragen stehe ich/wir Ihnen natürlich telefonisch gerne zur Verfügung:**

Claudia Rathmanner M 0676-83 844 609

Gabriele Nemeth M 0676-83 844 608

*Bleiben Sie gesund!*