

BIRGIT HENZE

AKTIVIEREN MIT HAND- GYMNASTIK

Fingerspiele
für Menschen
mit und ohne
Demenz

Band 3

Übungen mit Alltagsgegenständen



schlütersche

Birgit Henze

AKTIVIEREN MIT HANDGYMNASTIK

Fingerspiele für Menschen
mit und ohne Demenz



Band 3

schlütersche

Die Autorin

Birgit Henze ist Krankenschwester und Ergotherapeutin. Sie arbeitet im Bereich »Soziale Betreuung« in einer Berliner Pflegeresidenz.

**Der Pflegebrief Newsletter – für die schnelle Information zwischendurch
Anmelden unter www.pflegen-online.de**

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-89993-377-2 (Print)

ISBN 978-3-8426-8822-3 (PDF)

ISBN 978-3-8426-8823-0 (EPUB)

© 2016 Schlütersche Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG,
Hans-Böckler-Allee 7, 30173 Hannover

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden. Alle Angaben erfolgen ohne jegliche Verpflichtung oder Garantie der Autorin und des Verlages. Für Änderungen und Fehler, die trotz der sorgfältigen Überprüfung aller Angaben nicht völlig auszuschließen sind, kann keinerlei Verantwortung oder Haftung übernommen werden. Die im Folgenden verwendeten Personen- und Berufsbezeichnungen stehen immer gleichwertig für beide Geschlechter, auch wenn sie nur in einer Form benannt sind. Ein Markenzeichen kann warenrechtlich geschützt sein, ohne dass dieses besonders gekennzeichnet wurde.

Umschlaggestaltung: Kerker + Baum, Büro für Gestaltung GbR, Hannover

Zeichnungen: Birgit Henze

Satz: PER MEDIEN & MARKETING GmbH, Braunschweig

Druck: Silber Druck oHG, Niestetal

Inhalt

Einleitung	5
Handgymnastik mit Flaschendeckeln	8
Übung 1: Flaschendeckel sortieren	8
Übung 2: Wege erkunden	9
Übung 3: Zwischenräume füllen	10
Übung 4: Flaschendeckel rollen	11
Übung 5: Glatteis	12
Übung 6: Schießen	13
Übung 7: Nicht über das Ziel hinaus	14
Übung 8: Auf der Kante gerollt	15
Handgymnastik mit einem Korken	16
Übung 9: Korken pressen	16
Übung 10: Korken rollen	17
Übung 11: Wechsel dich	18
Übung 12: Auf dem Tisch rollen	20
Übung 13: Mit dem Handrücken rollen	21
Übung 14: Stehaufmännchen	22
Übung 15: Um die Längsachse drehen	23
Übung 16: Um die Querachse drehen	23
Übung 17: Um den Mittelpunkt drehen	24
Übung 18: Korken heben	25
Handgymnastik mit Pappbechern	26
Übung 19: Auf den Kopf gestellt	26
Übung 20: Balancieren	27
Übung 21: Dreh dich	27
Übung 22: Dreh dich – hochkant	28
Übung 23: Dreh dich – rundherum	28
Übung 24: Glocken läuten	29
Übung 25: Umschubsen und aufrichten	30
Übung 26: Von innen gehalten	31

Handgymnastik mit einem Tischtennisball	32
Übung 27: In der Hand drehen	32
Übung 28: Schaukeln	32
Übung 29: Der Kran	33
Übung 30: Der Tanzbär	34
Übung 31: Seitenwechsel	35
Übung 32: Hoch hinaus	36
Übung 33: Ball rollen	37
 Handgymnastik mit einem Tuch	38
Übung 34: Tisch wischen	38
Übung 35: Bügelarbeit	38
Übung 36: Faltkunst	39
Übung 37: Drehscheibe	40
Übung 38: Verschwundenes Tuch	41
Übung 39: Eingesogen	42
Übung 40: Durch den Kreis gezogen	43
Übung 41: Aufgerollt	44
Übung 42: Tip-Top	45
 Handgymnastik mit einem Gummiband	46
Übung 43: Spannung aufbauen	46
Übung 44: Das Dreieck	47
Übung 45: Fingerhakeln	48