

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> .....	9
<b>Einführung</b> .....	11
Definition Animation .....	11
Definition Motiv und Motivation .....	11
Selbstmotivation .....	12
Fremdmotivation .....	13
Definition Selbstbestimmung .....	13
Selbstbestimmung versus Selbstständigkeit .....	15
Definition Fremdbestimmung .....	15
Definition Bedürfnisse .....	16
<b>Bedürfnis- und Motivationsmodelle</b> .....	17
Allgemeines .....	17
Die Maslow'sche Bedürfnispyramide .....	17
Die ERG-Theorie nach Alderfer .....	18
Die Motivationstheorie nach McClelland .....	19
16 Lebensmotive nach Steven Reiss .....	20
FISH!-Philosophie .....	21
<b>Arbeit mit Materialien und Medien</b> .....	24
Allgemeines .....	24
Beachtenswertes im Umgang mit älteren Menschen .....	24
Zehn Tipps zum kreativen Arbeiten mit älteren Menschen .....	26
Ideen und Beschreibungen zum kreativen Arbeiten .....	27
Bilderrahmen selbst gemacht .....	27
Rasseln basteln .....	28
Aktivierung der Wahrnehmung .....	29
Kombination von Wahrnehmungsübungen .....	32
Die Zehn-Minuten-Aktivierung .....	33
Zehn-Minuten-Aktivierung: Putzen .....	34
Zehn-Minuten-Aktivierung: Arbeiten am Feld .....	35
Zehn-Minuten-Aktivierung: Kochen .....	37
Zehn-Minuten-Aktivierung: Waschen .....	38
Hitparade .....	39
Reise in die Vergangenheit .....	40

---

Erzählcafé .....	41
Sprache – Dialekt und Umgangssprache .....	41
Übungen mit umgangssprachlichen Ausdrucksweisen .....	43
Mundart-Gedichte .....	44
<b>Spiele mit älteren Menschen .....</b>	<b>45</b>
Allgemeines .....	45
Brettspiele .....	45
Gedächtnisspiele .....	45
Karten-Memory .....	46
Geräusch-Memory .....	47
Kartenspiele .....	47
Schnapsen .....	48
Bauernschnapsen .....	50
Herzeln .....	52
Weitere Kartenspiele .....	54
<b>Musik und Tanz .....</b>	<b>55</b>
Musik als universelle Sprache .....	55
Positive Wirkung von Musik auf die Gesundheit .....	55
Positive Wirkungen des Tanzens .....	58
Lieder für jeden Anlass .....	59
Die helle Sonn' leucht' jetzt herfür .....	60
Ein Hund kam in die Küche .....	61
Adam hatte sieben Söhne .....	63
Spannenlanger Hansel .....	64
Backe, backe Kuchen .....	65
Lieder im Jahreskreis .....	66
Frühling .....	67
Sommer .....	69
Herbst .....	71
Winter .....	73
Koordinations- und Gleichgewichtsübungen .....	75
Wissenschaftliche Erkenntnisse – Bewegung gegen Depression .....	75
Sitztanz .....	76
Sitztanz mit Koordinations- und Gleichgewichtsübungen .....	78
Übungen mit Bällen .....	78
Bewegungsübungen im Sitzen .....	79
Bewegungsübungen im Stehen .....	80

Übungen im Gehen .....	82
Singen und Bewegen .....	83
Ein kleiner Matrose .....	83
Mein Hut, der hat drei Ecken .....	85
<b>Feste und Feiern planen und gestalten .....</b>	<b>87</b>
Allgemeines .....	87
Planung und Organisation .....	87
Feste im Jahreskreis .....	88
Ostern .....	89
Pfingsten .....	89
Sommersonnenwende/Johannisnacht/Peter und Paul .....	89
Erntedankfest .....	90
Samhain oder Halloween .....	90
Allerheiligen und Allerseelen .....	91
Adventzeit und Weihnachten .....	91
Wintersonnenwende/Raunächte .....	91
<b>Weitere Aktivitäten .....</b>	<b>93</b>
Betreuung von Menschen mit Migrationshintergrund .....	93
Aktivitäten außerhalb der Einrichtung .....	95
Aktivitäten innerhalb der Einrichtung .....	95
<b>Abbildungsverzeichnis .....</b>	<b>97</b>
<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>99</b>