

Bewegung

Gestaltungsgruppe

Kunstgruppe

Werkgruppe

Gedächtnistraining

Kulturnachmittag

Backgruppe

Abteilungsgruppe



Aktivierungstherapie

Gruppenangebote

Bewegung



Turnen im Sitzen

Inhalt und Ziel

- Erhalt und Förderung der Mobilität
- Förderung der Koordination, Kraft und Balance (Sturzprophylaxe)
- Abbau von Spannungen und Förderung der Entspannung
- Motivation zu regelmässiger Bewegung

Was braucht es dazu

Unter Anleitung selbständig Übungen / Bewegungen ausführen

Ort

Haus Mitte, 1. OG

Gestaltungsgruppe



Gestaltungsgruppe

Inhalt und Ziel

- Arbeiten mit verschiedenen Materialien
- Ressourcen (kreative Fähigkeiten) entdecken / aktivieren
- Erhalt und Aktivierung der Feinmotorik
- Ausdauer, Konzentration und Aufmerksamkeit erhalten

Was braucht es dazu

Kreativität und Freude am künstlerischen Arbeiten

Ort

Haus Mitte, 1. OG

Kunstgruppe



Kunstgruppe

Inhalt und Ziel

- Freies Zeichnen oder Zeichnen nach Vorlage (z. B. Bildvorlagen, Mandalas)
- Förderung der Kreativität und Fantasie
- Ruhe und Entspannung sowie Unterstützung des Selbstausdrucks

Was braucht es dazu

Kreativität und Freude am künstlerischen Arbeiten

Ort

Haus Mitte, 1. OG

Werkgruppe



Werkgruppe

Inhalt und Ziel

- Arbeiten mit Holz und Grobmaterialien (z. B. schleifen, bemalen, einfache Konstruktionen)
- Erhalt und Verbesserung der Fein-/Grobmotorik
- Anregung von Erinnerungen an frühere Tätigkeiten

Was braucht es dazu

Freude daran, selbstständig oder unter Anleitung an Werkstücken zu arbeiten

Ort

Haus Mitte, 1.OG

Gedächtnistraining



Gedächtnistraining

Inhalt und Ziel

- Aktivierung des Langzeit- und Kurzzeitgedächtnisses
- Training von Gedächtnis, Konzentration und Aufmerksamkeit (schriftlich/mündlich)
- Erhalt und Förderung der kognitiven Leistungsfähigkeit

Was braucht es dazu

Freude am Knobeln und Rätseln, vernetztes Denken

Ort

Haus Mitte, 1. OG

Kulturnachmittag



Kulturnachmittag

Inhalt und Ziel

- Förderung von sozialen Kontakten und Austausch in der Gruppe
- Wechselndes Programm mit:
Vorträge / Konzerte, musikalische Reise,
gemeinsames Singen, Quiz, Lotto usw.

Was braucht es dazu

Freude an sozialen Kontakten und Geselligkeit

Ort

Festsaal / Speisesaal / Restaurant

Backgruppe



Backgruppe

Inhalt und Ziel

- Zubereitung diverser Backwaren in der Gruppe
- Anregung der Sinneswahrnehmung (riechen, schmecken, fühlen)
- Anregung von Erinnerungen an frühere Tätigkeiten

Was braucht es dazu

Freude am Backen, sozialen Kontakten und Geselligkeit

Ort

Abteilungsgruppe, Loggia /
Haus Mitte 1. OG

Abteilungsgruppe



Loggia / Wintergartengruppe

Inhalt und Ziel

- Austauschen / Erinnerungen teilen (Biografiearbeit), musizieren, Gemeinschaftsspiele
- Förderung der sozialen Teilhabe und Gemeinschaft
- Wahrnehmung von Bedürfnissen, Wünschen und Anliegen

Was braucht es dazu

Freude an Gesprächen, sozialen Kontakten und Geselligkeit

Ort

auf den verschiedenen Wohngruppen

Kontakt:

Aktivierungstherapie

Teamleitung: Anja Flück

052 320 11 80

aktivierung@imgeeren.ch

Haus Mitte, 1. OG