

Buchtipp



BEWEGUNGSHÄPPCHEN

Autorin: Bettina M. Jasper

Erscheinungsjahr: 2017

Seitenanzahl: 97 Seiten

Verlag: Vincentz Network

ISBN: 978-3-86630-299-0

Preis: 23,54 €

Alltagsmobilität täglich

individuell fördern

Selbstständig die Tasse zum Mund führen. Die Wege im Wohnbereich selbstbestimmt mit einem Rollator bewältigen: Das wünschen sich Senior*innen, das erhöht die Lebensqualität. Doch wie lässt sich die Mobilität alter Menschen gezielt fördern? Dieses Buch versucht sich diesen Fragen zu stellen.

Die 60 Übungsbeispiele kann man als Betreuungskraft oder Alltagsbegleiterin sofort in die Praxis umsetzen. Die täglichen Bewegungshäppchen sind bestens für die individuelle Einzelbetreuung geeignet.

Mit diesem kurzen prägnanten Leitfaden gelingt ein spezifisches Bewegungstraining.