



**Helen Lambert**

## **Aktiv leben mit Alzheimer und Demenz**

**Praktische Übungen und Aktivitäten zur Förderung von Körper und Geist.  
Hrsg. von der Deutschen Alzheimer-Gesellschaft**

**Demenz-Buch: Praktischer Rat für Betroffene & Angehörige.** Wussten Sie, dass **körperliche, geistige und soziale Aktivitäten** die Lebensqualität von Menschen mit Demenz fördern können? Dieses Buch stellt Ihnen – praktisch illustriert – **über 80 alltagstaugliche Übungen zur Förderung von Menschen mit Demenz** vor. Ob Sport, Gartenarbeit, Basteln, Kochen, Spielen, Musik, Tanz: Sie helfen Ihren Lieben dabei, mit ihrer Krankheit umzugehen und ihr Leben aktiv zu gestalten. Herausgegeben von der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e. V.!



**Diese Hilfe erwartet Sie im Demenz-Ratgeber:**

- **Fundierte Erkenntnisse zu Alzheimer und Demenz:**

Dieser Demenz-Ratgeber erläutert in einem einleitenden Kapitel grundlegende Erkenntnisse zur Krankheit – mit geprüften Fakten der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e. V.

- **Über 80 gehirnstimulierende Aktivitäten und Übungen:**

Dieses Demenz-Buch liefert Menschen mit Demenz und deren Angehörigen praktische Anleitungen für Gehirn- und Gedächtnisaktivierung durch Tätigkeiten, die Freude bereiten. Durch gemeinsame Unternehmungen tun Sie sich selbst und Ihrem erkrankten Angehörigen etwas Gutes.

**Ein Demenz-Buch, das Mut macht! Begegnen Sie der Alzheimer-Krankheit auf eine neue, kreative Weise und gelangen Sie so zu mehr Lebensfreude.**

**Helen Lambert**

### **Aktiv leben mit Alzheimer und Demenz**

**Praktische Übungen und Aktivitäten zur Förderung von Körper und Geist. Hrsg. von der Deutschen Alzheimer-Gesellschaft**

ISBN 978-3-8310-3728-5  
224 Seiten, 224 x 283 mm  
Mit farbigen Fotos  
€ 19,95 (D) / € 20,60 (A)