Literatur

„Bewegungsobjekte"

Siegrid Wetzel-Maesmanns

Mit diesen Bewegungsobjekten bringen Sie wortwörtlich Bewegung in Ihre Gruppe oder Schulklasse!

Bewegung spielt bei der geistigen und der körperlichen Entwicklung der Kinder eine wichtige Rolle. Kinder lernen durch sie nicht nur, sich und ihre Umwelt besser wahrzunehmen, sondern auch die eigenen Fähigkeiten zu trainieren. In diesem Heft finden Sie Anregungen und Anleitungen zum Basteln und Gestalten von Bewegungsobjekten, die die Kinder nicht nur durch den Prozess des Herstellens an sich, sondern auch durch den spielerischen Gebrauch der Gegenstände zur Bewegung motivieren sollen.

Konkrete Spielvorschläge sowie Anregungen zur Entwicklung eigener Spielideen geben Ihnen viele unterschiedliche Möglichkeiten an die Hand, die Objekte einzusetzen. Symbole zeigen Ihnen auf einen Blick, welche Spiele z. B. für Feste oder den Außenbereich geeignet sind.

Das Heft ist in vier Bereiche unterteilt:
„Luftballons", „Murmeln und Bälle", „Tücher und Seile", „Sonstiges".
Bibliografische Angaben:
ab 4 Jahren 40 Seiten, 14, 90 EUR Best.-Nr: KI19
ISBN: 978-3-86740-324-5
BVK Buch Verlag Kempen GmbH, St. Huberter Str. 67, 47906 Kempen

Meditier dich schlank

Wer den Kopf frei hat, kann besser auf den Bauch hören, Übersetzt von Thies, Henning

Droemer Knaur
ISBN: 978-3-426-65730-0, 16,99 Eur, 304 S.

Dies ist keines der üblichen Diätbücher
* Haben Sie schon alle gängigen Diäten ausprobiert - nur um festzustellen, dass die Pfunde immer wiederkamen?
* Haben Sie Schuldgefühle und Angst, wenn Sie bestimmte Dinge essen wollen?
* Greifen Sie zum Snack, wenn Sie gar nicht hungrig sind?
* Fühlen Sie sich wohl beim Essen - und können Sie dann gar nicht wieder aufhören?
* Sind Sie mit Ihrem Körper nicht zufrieden?
* Essen Sie stets aus den falschen Gründen?
Wenn Sie eine dieser Fragen mit Ja beantworten müssen, ist es Zeit, innezuhalten und über Ihr Verhältnis zum Essen nachzudenken. Mit der erfolgreichen 10-Minuten-Meditations-Technik von Andy Puddicombe lernen Sie, achtsam zu essen und dabei die eigenen Gedanken und das Verlangen nach Essen zu kontrollieren.
Dieses Buch wird Ihnen helfen, leicht und auf achtsame Weise Ihr Idealgewicht zu finden. Mit einem Zehn-Tage-Plan sowie allen (Meditations-)Übungen, die Sie brauchen, um
* innerlich zur Ruhe zu kommen - frei von negativen Gedanken über das Essen
* eine neue Perspektive zu gewinnen - zu verstehen, warum Sie so essen, wie Sie essen
* die natürliche Intelligenz von Körper und Geist zu entdecken - eine einfache und mühelose Vorgehensweise
* sorgfältig auszuwählen, was Sie essen - mit einer klaren und gesunden Motivation
* wieder Freude am Essen zu haben - wieder ein Gespür für Genuss und Entspannung beim Essen zu bekommen.

Rückenfreundliche Gartenarbeit

Ein Ratgeber für Gartenbesitzer und Therapeuten

Schulz-Kirchner Verlag
ISBN: 978-3-8248-1001-7 , 8,99 Eur, ca. 64 S.

Die Pflege und Instandhaltung des eigenen Gartens ist für viele Menschen ein Hobby. Die damit verbundene Arbeit üben sie gerne aus. Gleichzeitig ist die Gartenarbeit aber für viele auch eine Belastung und die Ausübung ist oft mit Schmerzen verbunden.

Durch die Wahl der richtigen Geräte und mit einer korrekten Arbeitshaltung können Sie körperlichen Beschwerden aber vorbeugen.
Mit diesem Ratgeber wollen wir Tipps geben, wie Sie
- Auswirkungen, die sich aus einer bestimmten Arbeitssituation ergeben, erkennen und verändern können
- sich mit entsprechenden Geräten und Hilfsmitteln die Arbeit erleichtern können
- durch korrekte Körperhaltung und Übungen Probleme und Beschwerden während und nach der Gartenarbeit vermeiden oder lindern können

An typischen Gartensituationen und immer wieder anfallenden Arbeiten zeigen wir Ihnen mehrere Möglichkeiten auf, wie Sie Gartenarbeit vereinfachen und körperschonend gestalten können. Nebenbei: Viele dieser Hinweise können Sie auch für die Hausarbeit verwenden. Wir sind uns sicher, dass Sie dann noch lange Freude an Ihrem Garten und der Gartenarbeit haben werden.

Das gesamte Patienten- und Pflegerecht

Kranke, Pflegebedürftige und deren Angehörige unterstützen und qualifiziert beraten; Mit den Heimgesetzen der Länder

Walhalla und Praetoria
ISBN: 978-3-8029-1947-3, 19,95 Eur, 1128 S.

Die wichtigsten Vorschriften in einem Band: kompakt - handlich - umfassend Selbstbestimmung, Aufklärung, Sterbebegleitung Patientenrechte beim Behandlungsvertrag, Betreuungsrecht, Berufsordnung der Ärzte, Grundsätze zur ärztlichen Sterbebegleitung, Empfehlungen zum Umgang mit Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
Medizinrecht, TransfusionsG, TransplantationsG, RöntgenVO, ArzneimittelG, Gesetzliche Krankenversicherung, SGB V, Arzneimittel-RL, Heilmittel-RL, Hilfsmittel-RL, RL zur Verordnung von häuslicher Krankenpflege, RL zu spezialisierter ambulanter Palliativversorgung, Begutachtungs-RL Vorsorge und Rehabilitation, Rehabilitations-RL, RL zu schwerwiegenden chronischen Krankheiten, Arbeitsunfähigkeits-RL, PatientenbeteiligungsVO, Soziale Pflegeversicherung, SGB XI, Begutachtungs-RL, Pflegebedürftigkeits-RL, Härtefall-RL, PflegezeitG, Familien-PflegezeitG, BudgetVO, RL zur Feststellung erheblich eingeschränkter Alltagskompetenz, Beschäftigungshinweise für ausländische Haushaltshilfen, Qualitätsprüfungs-RL, Heimrecht, Wohn- und BetreuungsvertragsG, Heimgesetz, landesrechtliche Heimgesetze, Übersichtliche Darstellung, ausführliches Stichwortverzeichnis
Rechtsstand: 1.5.2013

Nadel und Faden

Das Handbuch der Stiche und Nadelarbeiten

Haupt Verlag
ISBN:978-3-258-60072-7, 39,90 Eur, 240 S.

Mit mehr als 50 Techniken der Nadelkunst und über 160 verschiedenen Stichen erläutert Sarah Whittle Grundlegendes zu den Themen Sticken, Quilten und Applizieren. Das umfassende Handbuch erleichtert den Zugang zu den verschiedenen Techniken und ermöglicht die Weiterentwicklung von Grundkenntnissen dieser überaus vielseitigen Handarbeit. Die zahlreichen Abbildungen von Nadelarbeiten geben einen Eindruck von den ungeahnten kreativen Möglichkeiten.

Mit mehr als 50 Techniken der Nadelkunst und über 160 verschiedenen Stichen erläutert Sarah Whittle Grundlegendes zu den Themen Sticken, Quilten und Applizieren. Das umfassende Handbuch erleichtert den Zugang zu den verschiedenen Techniken und ermöglicht die Weiterentwicklung von Grundkenntnissen dieser überaus vielseitigen Handarbeit. Die zahlreichen Abbildungen von Nadelarbeiten geben einen Eindruck von den ungeahnten kreativen Möglichkeiten.

Aus dem Inhalt: Nadelmalerei - Weißstickerei - Perlenstickerei - Assisi-Stickerei - Quilten - Patchwork - Applikation - Nadelfilzen - Schiffchenarbeit - Knoten - Legetechnik - Grundstiche - Reihenstiche - Kreuzstiche - Einzelstiche - Geradstiche - Schlingstiche - Kettenstiche - Durchbruchstiche - Gobelinstiche

Zudem gibt die Autorin Tipps und Empfehlungen für die Stoff- und Garnwahl zu jedem der vorgestellten Stiche.