

Activiteitenblad

Apathie bij Korsakov

In dit overzicht vind je suggesties voor dagelijkse bezigheden en plezierige activiteiten die je samen met degene met apathie kunt doen

Minder initiatief: Samen doen

- Samen koken of boterham smeren
- Tafel dekken of afruimen
- Vaatwasser uitruimen/ afwassen
- Samen boodschappen doen
- Stoffen, vegen of stofzuigen
- Een (kleding)kast of lade opruimen
- De hond uitlaten
- Dieren voeren / verzorgen
- Tuinieren (onkruid wieden, schoffelen) / moestuin verzorgen
- Tuinmeubelen schoonvegen
- Tekenen, kleuren of schilderen (Mandala, kleurplaat)
- Kaarten maken met stickers of plaatjes uit tijdschriften
- Dansen of meezingen met muziek
- Fotograferen (buiten in de omgeving of in de natuur)
- Autorit maken door de omgeving (waar iemand is opgegroeid)
- Handwerk (bv. sieraden maken, haken of breien)
- Iets maken (van hout)
- Nagels lakken
- Miniatuur bouwmodellen in elkaar zetten
- Sleutelen aan een fiets
- Iemand bellen

Minder interesse: Samen denken

- Recepten uitzoeken, kiezen wat jullie gaan eten
- Boodschappenlijstje maken
- Aanbiedingen zoeken in reclamefolders
- Uitrekenen hoeveel korting je krijgt
- Voorleesboek uitkiezen met (klein)kind
- Samen de krant lezen en bespreken
- Samen een kruiswoordpuzzel of woordzoeker maken
- Legpuzzel maken
- Spullen sorteren (munten, bestek, postzegel, wol)
- Foto's sorteren op telefoon of tablet
- Foto's uitzoeken om fotoboek te maken (digitaal of plakboek)
- Berichtje schrijven voor iemand (mail, WhatsApp)
- Boek of tijdschrift uitkiezen in bibliotheek
- Samen plannen maken voor een uitje
- Muziek uitzoeken voor een playlist op Spotify
- Podcast uitzoeken op Spotify
- Kaartspelletje
- Quiz op TV of app

www.ukonnetwerk.nl/tools/saba-korsakov



Activiteitenblad

Apathie bij Korsakov



Minder emoties: Samen beleven



- Meekijken bij klaarmaken eten, proeven, ruiken
- Bekijken/voelen/ruiken/proeven van fruit of groente
- Handen wassen met (geurende) zeep
- Handen masseren met (geurende) olie
- Voelen aan natte was uit machine en aan wasknijpers
- Schone was opvouwen (handdoeken, theedoeken)
- Genieten van een kopje koffie met wat lekkers
- Bekijken en voelen aan de kamerplanten
- Ruiken, voelen, bekijken van bloemen in vaas
- Aaien van hond, poes, konijn of knuffeldier
- Bloemen, bladeren, kastanjes bekijken/voelen/ruiken
- Met de handen in aarde; bloembollen of zaden planten
- Frisse neus halen of de zon op je gezicht voelen
- Herinneringen ophalen met foto's: school, werk, hobby
- Filmpjes / series / films kijken op telefoon of tablet
- Luisteren naar lievelingsmuziek of podcast (Spotify)

Eigen ideeën en handige tips



- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.



www.ukonnetwerk.nl/tools/saba-korsakov

