Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und -betreuer

Fertig aufbereitete Konzepte und Übungen, Materialien und Kopiervorlagen für ein ganzheitliches Gedächtnistraining mit Senioren

VORSCHAU

Thema: Aktiv & fit - Ganzheitliches Gedächtnistraining, Ausgabe: 47

Titel: Winterzauber (20 S.)

Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Print-Ausgabe aus dem Programm „Seniorenbetreuung“ des OLZOG Verlags. Ein Hinweis auf die Originalquelle befindet sich in der Fußzeile jedes Dokuments.

Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie hier.

Die motivierenden, sofort einsetzbaren Übungen und Kurzaktivierungen mit Biografie- und Jahreszeitenbezug sorgen für Abwechslung im Pflegealltag, steigern Selbstwertgefühl und Lebensqualität Ihrer Senioren und bedeuten gleichzeitig Zeitersparnis und Arbeitserleichterung für Sie.

Die Print-Ausgaben aus dem Programm „Seniorenbetreuung“ können Sie auch bequem und regelmäßig per Post im Jahresabo beziehen.

Hinweis zu den Beiträgen aus der Reihe »**Musik, Bewegung & Sinnesarbeit**«: die Links zu den **Liedern** (Musikdateien im mp3-Format) sowie zu einer **kostenlosen Einführung** finden Sie jeweils direkt in der **Detailansicht des Artikels**.

Nutzungsbedingungen

Die Arbeitsmaterialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für Ihren eigenen Bedarf (in Gruppengröße) Fotokopien zu ziehen, bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig.

Die vollständigen Nutzungsbedingungen finden Sie hier.

Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

Kontaktformular | Mail: service@olzog.de
Post: OLZOG Verlag | c/o Rhenus Medien Logistik GmbH & Co. KG
Justus-von-Liebig-Str. 1 | 86899 Landsberg
Tel.: +49 (0)8191/97 000 - 220 | Fax: +49 (0)8191/97 000 - 198
www.olzog.de | www.eDidact.de

Winterzauber

Phase	Übung	Benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 **Wintergeschichte** Bewegungsreaktion auf Schlüsselbegriffe	Schelle(nbaum), evtl. weitere Orff-Instrumente	2	
B Einstimmung	1 **Winter-Assoziationen** Vor- und Nachteile des Winters sammeln	**Kopiervorlage**	3	11
	2 **Wahrnehmung** Winter mit allen Sinnen erfassen	Bilder, Gegenstände, Hörbilder, …	3	
	3 **Biografisches Gespräch** Winter		4	
C Hauptteil	1 **Wahrnehmen – Merken** sich Bildinhalte merken	**Kopiervorlagen**	5	12–13
	2 **Anagramm** WINTERZAUBER	**Kopiervorlage**, evtl. Flipchart	5	14
	3 **Backschritte** Bilder richtig ordnen	**Kopiervorlage**	6	15
	4 **Worträtsel** Wörter zusammensetzen	**Kopiervorlage**	7	16
	5 **Sternenreigen** Paare finden	**Kopiervorlage**	7	17
	6 **Bildvergleich** Unterschiede finden	**Kopiervorlage**, evtl. Beamer	8	18
D Ausklang	1 **Domino** Gegenteile aneinander-reihen	**Kopiervorlage**	9	19
	2 **Winterlied** gemeinsam singen	**Kopiervorlage**	9	20

Altenheim, Seniorenheim, Senioren: Anleitung, Aktivierung, Gedächtnistraining, Spielideen, Altenpflege

(c) OLZOG Verlag GmbH

A Bewegung

1 Wintergeschichte

Übungsanleitung:
Die folgende Wintergeschichte enthält drei Schlüsselbegriffe, auf die mit entsprechenden Bewegungen zu reagieren ist. Pro Bewegung kann sich eine Gruppe von Teilnehmern zusammenfinden. Alternativ können statt der Bewegungsvorschläge auch weitere Instrumente wie kleine Trommeln etc. ausgeteilt werden.

- Gruppe 1: Läuten mit der Schelle (Schellenbaum) = Schlitten
- Gruppe 2: Fingerbewegungen mit beiden Händen von oben nach unten = Schneeflocken/Schnee/schneien
- Gruppe 3: Gehbewegungen am Platz = Tiere

VORSCHAU

Was gibt es Schöneres als eine Winterlandschaft mit frisch gefallenem **Schnee**, der glitzernd Bäume und Felder bedeckt! Unser **Schlitten** wartet schon, davor stehen die **Pferde** mit dampfendem Atem und scharren mit den Hufen. Auf geht's so flink, dass eine Schar **Krähen** empört aufflattert und das Weite sucht. Die Glöckchen des **Schlittens** bimmeln und der **Schnee** staubt, eine schwarzweiße **Katze** läuft noch schnell über den Weg und schlüpft ins Haus.

Wir erreichen den Wald und sehen die Zweige der mächtigen Fichten, schwer von **Schnee**, der auch ein wenig auf uns herabrieselt, als wir unter den Bäumen hindurchfahren. Steht dort hinter den Bäumen nicht ein **Reh**? Schnell springt es weg und verschwindet im Dickicht. Der **Schlitten** wird nun langsamer, denn es beginnt wieder zu **schneien**. Alles wird zugedeckt von der weißen Pracht. Weder die Spuren von **Vögeln** noch die Abdrücke von **Rehen** sind mehr zu sehen.

Warm eingepackt in kuschelige Decken setzen wir unsere **Schlitten**fahrt fort. Die **Pferde** traben brav dahin und der **Schnee**fall wird immer dichter. Die **Schnee**flocken bedecken Haube und Anorak; wir spüren sie nass und kalt auf unserem Gesicht. Gut, dass auch unsere **Rösser** eine schützende Decke tragen, aber der **Schnee** scheint ihnen nichts auszumachen.

Plötzlich hören wir ein fröhliches Bellen und entdecken einen schwarzen **Hund** mit zotteligem Fell, der mit wehenden Ohren unseren **Schlitten** verfolgt. Er stammt wohl vom nahen Bauernhof, dessen Dach vom **Schnee** gut verborgen ist. In der nächsten Kurve wird es dem **Hund** zu viel und er trottet durch den tiefen **Schnee** zum Haus zurück.

Bald erreichen wir den Gasthof. Die **Pferde** werden versorgt und in den warmen Stall geführt. Wir machen es uns in der heimeligen Gaststube gemütlich, klopfen den **Schnee** von unserer Kleidung und freuen uns auf den warmen Punsch, dessen Duft uns schon verführerisch in die Nase steigt.

Was wird trainiert?
- Reaktion
- Konzentration
- Koordination

Altenheim, Seniorenheim, Senioren: Anleitung, Aktivierung, Gedächtnistraining, Spielideen, Altenpflege

(c) OLZOG Verlag GmbH

Alltagstransfer:
Je besser Veränderungen in der Umgebung wahrgenommen werden, desto zeitgerechter kann man darauf reagieren, z.B. im Straßenverkehr.

Weiterführende Vorschläge:
Ungeübten Teilnehmern wird nur ein Schlüsselbegriff angeboten, z.B. „Schlitten", und alle Teilnehmer werden mit Schellen ausgerüstet.
Geübte Teilnehmer wechseln in der Mitte der Geschichte zur nächsten Bewegung.

VORSCHAU

B Einstimmung

1 Winter-Assoziationen

Übungsanleitung:
Als Einstimmung sammeln die Teilnehmer einerseits angenehme Assoziationen, andererseits Nachteile, die sie mit dieser Jahreszeit verbinden. So können vielfältige Aspekte diskutiert werden.

→ M **Kopiervorlage** s. Seite 11

Lösungsvorschläge:
1. Eiskristalle, Schnee, Wintersport, Spaziergänge, Weihnachten, gemütliche Abende, Kaminfeuer, Teetrinken, Bratäpfel, Lesen, Gesellschaftsspiele, Schlittenpartien, …
2. Schneeräumen, Glätte, Stürme, Dunkelheit, Nässe, Sturzgefahr, Lawinen, Kleidung, Frieren, Erkältung, …
3. Jahreswechsel, Winterschlaf, Winterzeit (Uhr), Dezember, Januar, …

Was wird trainiert?
- Wortflüssigkeit

Alltagstransfer:
Spezieller Wortschatz, der eventuell schon länger nicht mehr verwendet wurde, wird aktiviert. So können Mitteilungen präziser gestaltet werden.

Weiterführende Vorschläge:
Bei ungeübten Teilnehmern wird das Abrufen mit Bildern bzw. Gegenständen unterstützt.
Geübte Teilnehmer suchen Begriffe von A bis Z zum Thema.

2 Wahrnehmung

Übungsanleitung:
Diese Übung kann B1 vorangestellt oder in Teilen verwendet werden. Ziel ist es, den Winter mit allen Sinnen zu erfassen. Das ist als Orientierung speziell für nicht mehr mobile oder sinneseingeschränkte Menschen wichtig.

Altenheim, Seniorenheim, Senioren: Anleitung, Aktivierung, Gedächtnistraining, Spielideen, Altenpflege

(c) OLZOG Verlag GmbH

Erfahrungsvorschläge:
- Sehen (ggf. in Form von Bildern): Winterlandschaft, Eiskristalle, Wintersport, Tiere im Winter, …
- Hören: (Schlitten-)Glöckchen (auch live), Hörbilder (Sturm, Knirschen im Schnee), Tiergeräusche (z.B. Krähen), Weihnachts-/Winterlieder, …
- Fühlen: Schneeball, Eiszapfen, warme Kleidung, Schlitten, Eislaufschuhe, Tannenzapfen, Tannenzweige, …
- Riechen: Zimt, Nelken, Anis, Teekräuter, Tannennadeln, …
- Schmecken: Tee, Punsch, Plätzchen, Lebkuchen, …

Was wird trainiert?
- Wahrnehmung (visuell, akustisch, taktil, olfaktorisch, gustatorisch)
- evtl. Wortfindung

Alltagstransfer:
Die Beschäftigung mit sensorischen Reizen unterstützt nicht nur das Abrufen von Wörtern, sondern öffnet das Gedächtnis auch für Erinnerungen und damit verbundene Emotionen.

Weiterführende Vorschläge:
Gemeinsam wird Tee/Punsch zubereitet und zu Plätzchen oder Lebkuchen verkostet.

VORSCHAU

3 Biografisches Gespräch

Übungsanleitung:
Die Diskussion über die Vor- und Nachteile des Winters bzw. Erlebnisse und Begebenheiten z.B. mit Naturereignissen ist durchaus erwünscht. Allerdings soll darauf geachtet werden, dass alle Teilnehmer, die möchten, zu Wort kommen und demjenigen, der redet, aufmerksam zugehört wird.

Biografische Fragen – Gesprächsanregungen:
- Mögen Sie den Winter oder bevorzugen Sie eine andere Jahreszeit?
- Wenn ja, was ist für Sie das Besondere und Schöne am Winter?
- Welche Tätigkeiten/Unternehmungen mach(t)en Sie gerade in der kalten Jahreszeit?
- Machten Sie Wintersport (Eislaufen, Eisstockschießen, Skifahren, Skilanglauf, Skitouren, …)?
- Waren Sie da allein oder mit einem Partner/mit Freunden unterwegs?
- Was war daran besonders schön?
- Gab es besondere Orte/Gegenden, die Sie im Winter gerne aufsuchten?
- War der Winter auch beschwerlich?
- Wer war für die Schneeräumung zuständig?
- Erlebten Sie einen besonders schneereichen Winter?
- Waren Sie sogar zeitweise von der Außenwelt abgeschnitten?
- Wer war für das Heizmaterial zuständig?
- Wann musste mit der Vorsorge begonnen werden?
- Wie wurden der Garten und das Haus für den Winter vorbereitet?
- Wurde der Schulweg/der Weg zur Arbeit beschwerlicher?
- Machte die Straßenglätte zu schaffen?
- Wie verbrachten/verbringen Sie die langen Winterabende (Handarbeiten, Lesen, Fernsehen, …)?

Altenheim, Seniorenheim, Senioren: Anleitung, Aktivierung, Gedächtnistraining, Spielideen, Altenpflege

(c) OLZOG Verlag GmbH