

Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

Fertig aufbereitete Konzepte, Übungen und Kopiervorlagen für die Aktivierung und ein ganzheitliches Gedächtnistraining in der Altenpflege

Thema: Aktiv & fit - Ganzheitliches Gedächtnistraining, Ausgabe: 1
Titel: Eine Reise durch Europa (20 S.)

Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Print-Ausgabe aus dem Programm »Seniorenbetreuung« der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG*. Den Verweis auf die jeweilige Originalquelle finden Sie in der Fußzeile des Beitrags.

▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Die aus der Praxis des Pflegealltags heraus entwickelten Übungen und Aktivierungen unterstützen Sie dabei, den Tagesablauf der Senioren Ihrer Einrichtung positiv und abwechslungsreich zu gestalten und das körperliche Wohlbefinden wie auch das soziale Miteinander gezielt zu fördern.

▶ Informationen zu den Print-Ausgaben finden Sie [hier](#).

* Ausgaben bis zum Jahr 2016 erschienen bei OLZOG Verlag GmbH, München

Beitrag bestellen

- ▶ Klicken Sie auf die Schaltfläche **Dokument bestellen** am oberen Seitenrand.
- ▶ Alternativ finden Sie eine Volltextsuche unter www.edidact.de/senioren.

Lieder & Hörgeschichten (als Dateien im mp3-Format)

(Nur) bei Beiträgen zu denen Lieder bzw. Hörgeschichten vorhanden sind, finden Sie entsprechende Hinweise mit Links zur Downloadmöglichkeit direkt in der Detailansicht des Artikels auf eDidact.

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. Vollständige Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

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

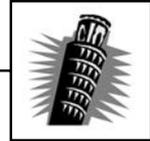
[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: service@edidact.de

✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG
E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach

☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377

www.edidact.de | www.mgo-fachverlage.de





Eine Reise durch Europa

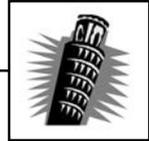


Die nachfolgenden Übungen behandeln die Themen „Urlaub“, „Reisen“ und „Europa“. Voraussetzung sind allerdings Erfahrungen der Teilnehmer mit Auslandsreisen bzw. Informationen aus den Medien. Zur Jugendzeit unserer Teilnehmer ist schließlich das Verreisen im Sommer nicht üblich gewesen. Viele Auslandserfahrungen wurden im Zuge der Kriegereignisse gemacht und fließen ein.



Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Tulpen aus Amsterdam	evtl. CD, Tulpen oder Servietten, bunte Tücher, Textvorlage	3	10
	2 Stadtrundgang		3	
B Einstimmung	1 Begriffe sammeln Europäische Länder	evtl. Flipchart, Bilder, Atlas	4	
	2 Buchstabengerüst Länder Europas	evtl. Bilder, Atlas, Kopiervorlage	4	11
	3 Wahrnehmung Andenken	Gegenstände oder Bilder	5	
C Hauptteil	1 Ordnungsübung Länder gesucht!	Stifte, Karten/Bilder, Kopiervorlage	5	12–15
	2 Melodien raten	CDs	6	
	3 Biografisches Gespräch	Biografische Fragen	6	
	4 Wir packen unseren Koffer		7	
	5 Anagramm	evtl. Flipchart, Kopiervorlage	8	16
D Ausklang	1 Gedicht • Billige Reise	Textvorlage	8	17
	2 Lieder • Tulpen aus Amsterdam • Ich hab' so ... • Wien, Wien • Caprifischer	evtl. CD Textvorlage Textvorlage Textvorlage Textvorlage	9	10 18 19 20
Wissenswertes	Unser Europa		9	



A Bewegung

1 Tulpen aus Amsterdam

Übungsanleitung:

Es werden Tücher, Servietten und echte oder künstliche Tulpen ausgeteilt; entweder in ganz verschiedenen Farben oder nur rot (rechte Hand) und gelb (linke Hand).

Das Lied wird vorgespielt oder gemeinsam gesungen.

→ **M** Textvorlage s. Seite 10

Wenn der Frühling kommt, dann schick ich dir (Schwingen der Tücher von links nach rechts im Takt) Tulpen aus Amsterdam (Präsentation der Tücher zum Nachbarn),
wenn der Frühling kommt, dann pflück ich dir Tulpen aus Amsterdam,
wenn ich wiederkomm, dann bring ich dir Tulpen aus Amsterdam,
tausend rote (Winken mit der rechten Hand), tausend gelbe (Winken mit der linken Hand), alle sagen dir dasselbe (Wiederholung).

Was mein Mund nicht sagen kann, sagen Tulpen aus Amsterdam (sich im Sitzen hin- und herwiegen oder einhängen und schunkeln, um die Arme auszuruhen).

Was wird trainiert?

- Koordination beider Gehirnhälften
- Konzentration
- Kurzzeitgedächtnis

Alltagstransfer:

Bewegung durchblutet das Gehirn und hilft, geistige Leistungen zu fördern.

Weiterführende Vorschläge:

Die Teilnehmer denken sich selbst Bewegungen zum Lied aus.

2 Bewegungsimprovisation „Stadtrundgang“

Endlich sind wir in der Stadt ... angekommen und dürfen unsere Arme und Beine nach der langen Busfahrt dehnen und strecken. Wir steigen aus dem Bus und schauen uns um, drehen den Kopf von links nach rechts und wieder zurück (langsam!).

Dann marschieren wir los. Über eine lange Treppe mit hohen Stufen erreichen wir eine weiße Barockkirche; wir beschatten unsere Augen mit der Hand und schauen nach oben zu den mächtigen Zwiebeltürmen. Drinnen ist es so kühl, dass wir unsere Hände fest reiben, um sie zu wärmen. Wir schlendern noch ein wenig durch die Straßen und betrachten die bunten Auslagen.

Plötzlich ruft uns jemand und wir sehen den netten Herrn, der im Bus in der Reihe vor uns sitzt. Er winkt und wir winken zurück (einmal mit der rechten Hand, einmal mit der linken Hand, dann mit beiden). Er hat sich verlaufen und ist froh, dass er die Gruppe wiedergefunden hat. Zusammen gehen wir ins nächste Straßencafé und lassen uns ganz entspannt in den bequemen Korbesseln fallen – jetzt wird uns eine Tasse Kaffee gut schmecken.



Eine Reise durch Europa

Übungen

Was wird trainiert?

- Konzentration
- Koordination
- Kreativität

B Einstimmung

1 Begriffe sammeln

Übungsanleitung:

Die Namen europäischer Länder werden gesammelt und der Trainer notiert diese auf dem Flipchart oder auf Karten. Je nach Wissenstand in der Gruppe kann versucht werden, die weniger bekannten baltischen Länder u. Ä. abzurufen, indem der Trainer Hilfen gibt: Bilder, Anfangsbuchstaben, Umschreibungen, einen Atlas. Auf einer Europakarte kann der Trainer zeigen oder zeigen lassen, wo die einzelnen Länder liegen.

Diese Übung ist nur dann lustig, wenn die Teilnehmer mit dem Thema Erfahrungen haben!

Was wird trainiert?

- Konzentration
- gefördertes Abrufen aus dem Langzeitspeicher

Alltagstransfer:

Die Orientierung im heutigen Europa und dadurch eine bessere Informationsverarbeitung beim Hören oder Lesen der Nachrichten wird gesteigert.

Weiterführende Vorschläge:

Es kann eine Ordnung in EU-Mitgliedsstaaten (neue und alte) vorgenommen werden; die Hauptstädte können genannt oder zugeordnet werden (beschriftete Karten vorbereiten).

2 Buchstabengerüst

Übungsanleitung:

Das Abrufen der Wörter wird bei dieser Übung durch die Angabe von Anfangs- und Endbuchstabe und der Anzahl der Buchstaben unterstützt.

Die Durchführung ist in der Großgruppe oder in Teamwork zu zweit oder zu dritt möglich. Der Trainer bietet eventuell wieder Abrufhilfen an (s. o.).

→ **M** **Kopiervorlage** s. Seite 11

Lösungen:

Deutschland (Berlin); Polen (Warschau); Frankreich (Paris); Litauen (Vilnius); Griechenland (Athen); Schweiz (Bern)
Die Schweiz gehört nicht zur EU; es gibt 25 Mitgliedstaaten.

Was wird trainiert?

- Wortfindung
- Konzentration
- Assoziationsfähigkeit