

## 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: 23  
Titel: Gold und Silber (16 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](http://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](#).

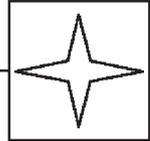
### Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: [service@edidact.de](mailto: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](http://www.edidact.de) | [www.mgo-fachverlage.de](http://www.mgo-fachverlage.de)



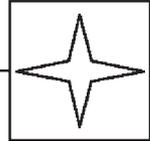
# Gold und Silber





## Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
<b>A</b> Bewegung	<b>1 Schatzwalzer</b> Tüchertanz	Chiffontücher oder Servietten, Walzermusik	3	
<b>B</b> Einstimmung	<b>1 Sprichwörterpuzzle</b> Sprichwörter finden	<b>Kopiervorlage</b>	3	10
	<b>2 Begriffssammlung</b> Gegenstände aus Gold und Silber		4	
	<b>3 Biografisches Gespräch</b> Schmuck aus Gold und Silber		4	
<b>C</b> Hauptteil	<b>1 Bastelübung</b> Bastelvorlage für Weihnachtssterne	<b>Kopiervorlage</b>	5	11
	<b>2 Gold-Wörter</b> von A bis Z	<b>Kopiervorlage</b>	5	12
	<b>3 Weihnachtsgeschichte</b> selbst gemacht	<b>Kopiervorlage</b>	6	13
	<b>4 Konzentrationsübung</b> Geschenke	<b>Kopiervorlage</b>	6	14
	<b>5 Brückenwörter</b> mit Gold und Silber	<b>Kopiervorlage</b>	7	15
<b>D</b> Ausklang	<b>1 Rätsel</b> Was ist gesucht?		8	
	<b>2 Lied</b> Am Weihnachtsbaum ...	<b>Textvorlage,</b> CD, Gitarre	8	16
<b>Wissenswertes</b>	Vorkommen und Bedeutung von Gold und Silber		9	



# A Bewegung

## 1 Schatzwalzer

### Übungsanleitungen:

Die unten angeführten Bewegungsabfolgen mit Chiffontüchern werden zur Musik wiederholt. Als Unterbrechung bzw. zum Entspannen der Hände werden die Tücher abgelegt und die Teilnehmer wiegen sich im Takt bzw. hängen sich ein und schunkeln.

Mit geübten Teilnehmern kann eine Choreografie vereinbart werden (feste Abfolge), ansonsten gibt der Trainer die Anweisungen zur Bewegungsänderung bzw. zur Pause.

Anmerkung: Besonders Teilnehmer mit einer Hemiplegie sollten sich nicht überfordern, da der Handwechsel entfällt.

- Das Tuch an den Enden mit gestreckten Armen halten und von links nach rechts bewegen.
- Das Tuch in der Mitte mit einer Hand fassen, erst mit der rechten Hand, dann mit der linken Hand kleine Kreise beschreiben.
- Das Tuch mit der rechten Hand hochwerfen, mit der linken Hand fangen (auch umgekehrt versuchen).
- Das Tuch zusammenknüllen (nicht bei der Verwendung von Servietten) und es nach rechts weitergeben bis man wieder sein eigenes Tuch in den Händen hält.
- Mit dem Tuch zum Abschluss winken, einmal mit der rechten Hand, einmal mit der linken Hand.
- Dann legt jeder Teilnehmer sein Tuch sorgfältig zusammen.

### Was wird trainiert?

- Konzentration
- Koordination

### Alltagstransfer:

Die Bewegung aktiviert, muntert auf und bereitet auf geistige Leistungen vor.

### Weiterführende Vorschläge:

Die Teilnehmer überlegen sich eigene Bewegungen zur Walzermusik.

# B Einstimmung

## 1 Sprichwörterpuzzle

### Übungsanleitung:

Die Wörter der vier Sprichwörter werden gemischt vorgegeben (z.B. an Zweiertteams) und sollen zu Sätzen geordnet werden. Dazu kann die Vorlage vergrößert werden. Die Anzahl der Sprichwörter wird dem kognitiven Niveau der Teilnehmer angepasst.

→ **M** **Kopiervorlage** s. Seite 10

### Lösungen:

Es ist nicht alles Gold, was glänzt.  
Reden ist Silber, Schweigen ist Gold.