

Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und -betreuer

Fertig aufbereitete Konzepte und Übungen, Materialien und Kopier-
vorlagen für ein ganzheitliches Gedächtnistraining mit Senioren

Thema: Medienpaket - Musik, Bewegung & Sinnesarbeit, Ausgabe: 10
Titel: Wäschepflege (Beitrag zum Lied: Waschtage) (33 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. Ausdrücke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig.

▶ Die vollständigen Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).



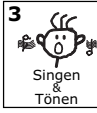





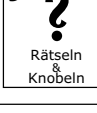

Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[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

„Washtag“: Überblick zu den Kurzaktivierungen

Rubrik	Kurzaktivierung	Zubehör	Beschreibung auf Seite
1  Thema & Einführung	Thema & Einführung: Wäschepflege	• Karte 1	83
2  Plaudern & Erzählen	Biografieorientierte Fragen: Waschen und bügeln Sie gerne?	• Karte 2 • CD • evtl. Einführungstext	86
3  Singen & Tönen	Lied: „Washtag“	• Karte 3 • CD • Liedtext • evtl. Noten und Akkorde • evtl. Vorlage „Sitztanz“	88
4  Hören & Lauschen	Zeigt her eure Füße!	• Karte 4 • CD • Textvorlage	93
5  Sehen & Betrachten	Wäschepflege-Symbole	• Karte 5 • CD • Vorlage „Sitztanz“ • Bildvorlage • Wäschestücke, Wäschekorb	96
6  Tasten & Fühlen	Samt und Seide	• Karte 6 • CD • Vorlage „Sitztanz“ • Wäschestücke, Wäschekorb	99
7  Riechen & Schnüppern	Bügelgenuss	• Karte 7 • Bügelausrüstung • Wäschestück • Kirschsafte, Mineralwasser • Gläser	100
8  Schmecken & Genießen	Weißes Wäschestücke	• Karte 8 • CD • Vorlage „Sitztanz“ • weiße Schokolade	101
9  Rätseln & Knobeln	Was der Schrank hergibt!	• Karte 9 • Papier, Stift	102
10  Bewegen & Aktiv sein	Sitztanz: „Washtag“	• Karte 10 • CD • Vorlage „Sitztanz“ • Wäscheklammern	103



1 Thema & Einführung: Wäschepflege

Die Wäschepflege ist heutzutage durch technische Erfindungen wie die Waschmaschine mit verschiedenen Programmen und Schleuderkfunktion, das Bügeleisen bzw. die Mangel und den elektrischen Wäschetrockner wesentlich einfacher als noch vor 50 oder 70 Jahren.

Früher wurde die Wäsche in großen Bottichen bzw. Waschkesseln gewaschen. Auch damals musste die Wäsche sortiert werden, doch sie wurde schon über Nacht eingeweicht. Beim eigentlichen Waschvorgang am nächsten Tag wurde Seifenlauge verwendet. Da es früher noch keine Waschmittel gab, die die Wäsche „von selbst“ pflegten, benutzte man Soda, Aschenlauge und Kernseife. Zunächst aber musste Holz beschafft und verheizt werden, damit man heißes Wasser hatte. Die Wäsche wurde mithilfe des Waschbrettes und – bei Flecken – mit Bürsten bearbeitet. Auch Wäschestampfer kamen zum Einsatz. Viele brachten die Wäsche für den Spülvorgang zum nächsten Bach. Die gewaschene Wäsche wurde im Freien oder auf dem Speicher getrocknet. Zum Bleichen legte man sie auf die Wiese in die Sonne. Gestärkt wurde die Wäsche mit Kartoffel- oder Reisstärke. Alles in allem war Waschen eine sehr zeitintensive und körperlich anstrengende Tätigkeit.



(Foto: Damast/Wikipedia)

Auch das Bügeln war eine Herausforderung. Die Wäsche wurde mit sogenannten Kasteneisen geglättet. Diese schweren Behältnisse aus Eisen befüllte man mit Hitze spendendem Material, das im Ofen aufgeheizt wurde. Die Hitze im Inneren dieser Bügeleisen wurde so an die Bodenplatte abgegeben. Beim Bügeln galt es, sehr vorsichtig zu sein, um die Wäsche nicht zu verbrennen; eine Gradeinstellung gab es damals nicht. Bettwäsche zog man oft zu zweit über die Tischkante und streifte sie dann beim Zusammenlegen mit den Händen fest aus. So sparte man sich das mühsame Bügeln.

Die Wäschepflege oblag in den Familien den Frauen und könnte – neben der Tatsache, dass die Wäsche wieder sauber war – auch als intensives Krafttraining bezeichnet werden. Da diese Tätigkeit sehr anstrengte, gab man getragene Wäsche nicht so schnell zur Schmutzwäsche, wie wir dies heute oft tun. Hinzu kam, dass die Hände beim Waschen stetig nass waren (besonders, wenn man die Wäsche im Winter im kalten Bach spülte) und sich schnell schmerzhaft Risse und Schunden entwickeln konnten. Adäquate Hautpflegeprodukte gab es damals auch noch nicht – und wer hätte sich diese schon leisten können? So waren alle Frauen froh, als nach und nach (dank technischer und chemischer Fortschritte) Waschmaschinen, elektrische Schleudern, Waschmittel sowie Bügeleisen mit Stromspeisung und Hitzeregler erfunden wurden, die diese Arbeit wesentlich erleichterten.

Dem **Lied „Waschtag“** haben wir das **Thema „Wäschepflege“** übergeordnet. Auf den zugehörigen Kurzaktivierungskarten finden Sie daher immer Anregungen für Gestaltungssequenzen, die sich mit den Unterschieden beim Wäschewaschen „früher und heute“ beschäftigen.



Alle Kurzaktivierungen passen zum Lied und zum Thema. Es empfiehlt sich, als **Einleitung** zunächst das **Lied zu singen** und dann eine Kurzaktivierung anzuschließen!



Lied: „Waschtag“

Thema: **Wäschepflege**

CD 10, Track 5 & 6

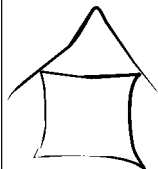
Mögliche Bezugspunkte auf das Wertekonzept nach Viktor E. Frankl: „Worauf wir schauen!“

Biografiearbeit ist äußerst wichtig für die Lebens-Pflege. Wir müssen uns von jemandem ein Bild machen können:

- Wie hat ein Mensch sein Leben gelebt?
- Was ist ihm besonders wichtig gewesen?
- Welche Erfahrungen haben ihn geprägt?
- Wie hat ein Mensch seine Lebens-Pflege „eingeteilt“ und „gesichert“?
- Was ist in den verschiedenen Lebensaltern (Kindheit – Jugend – Erwachsener – 50+ – Senior/in – Hochbetagte/r) seine Lebens-Kultur gewesen?

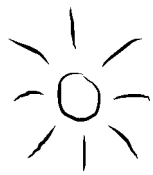
Wenn wir das wissen und versuchen, die Werte (Wichtigkeiten) im **Schaffen**, im **Erleben** und in der individuellen **Einstellung** einer Person in unsere Arbeit zu integrieren, werden sich die uns anvertrauten Menschen mit uns und in unserer Einrichtung erheblich wohler fühlen (vgl. dazu auch Seite 17 f.). Bestimmte Wünsche, Bedürfnisse, Reaktionen und Verhaltensweisen werden wir besser verstehen, weil wir die Menschen kennen – „erkennen“.

Schaffens-Werte: Wäschepflege



Wer hat in seiner Kindheit der Mutter bei der Wäschepflege zugeschaut und später auch geholfen? Welche Tätigkeiten wurden ausgeführt?
 Wer erinnert sich noch an die Waschbottiche, in denen die Wäsche eingeweicht und gewaschen wurde (z.B. aus Holz oder Metall, gemauerte Becken im sogenannten Waschhaus oder Keller)?
 Welcher Tag war der Waschtag?
 Gab es Tage, an denen nicht gewaschen werden durfte (z.B. Sonntag, Karfreitag, Rosenmontag, Faschingsdienstag, zwischen Weihnachten und Neujahr)? (Hier gibt es regional unterschiedliche Bräuche!)
 Welche Waschmittel wurden verwendet (z.B. Soda, Aschenlauge, Kernseife)? An welche Waschlauge erinnert sich jemand (z.B. Persil)?
 Was machte man bei schwierigen Flecken?
 Welche Tätigkeiten mussten an einem Waschtag erledigt werden (z.B. Wäsche einweichen, Holz holen und Feuer schüren, Wäsche in heißem Wasser mit Seifenlauge kochen, Wäsche mit dem Waschbrett bearbeiten, Wäsche bürsten, Wäsche spülen, Wäsche aufhängen)?
 Wo wurde die Wäsche aufgehängt (z.B. im Freien, auf dem Dachboden)?
 Wie ging das Bügeln vor sich?
 Wer erinnert sich noch an die gusseisernen Kasteneisen, mit denen die Wäsche geplättet wurde? Worauf musste man im Umgang mit den Kasteneisen besonders achten (z.B. darauf, die Wäsche nicht zu verbrennen, da es keinen Temperaturregler gab)?
 Wer hatte eine Bügelhilfe bzw. brachte Flachwäsche zum Mangeln?
 Wie lange dauerte es, bis die Wäsche gewaschen und gebügelt war?
 Wie wurde Bettwäsche zusammengelegt (z.B. zu zweit, indem die Wäschestücke über einen Tisch gezogen wurden)?
 Welchen Turnus hatten die Waschtage?
 Wer war für das „Flicken“ der Wäsche zuständig (z.B. Socken stopfen, Knöpfe annähen, Flicker aufnähen)?

Erlebnis-Werte: Wäschepflege



Wer erinnert sich an den wunderbaren Duft der Wäsche, die in der Sonne getrocknet wurde?
 Wer kann sich noch daran erinnern, dass die Wäsche im Winter auch nach Schnee roch?
 Wer erfreute sich früher und erfreut sich auch heute noch an frisch gewaschener, schön zusammengelegter und ordentlich in den Schrank geräumter Wäsche?
 Wer hat trotz der Mühe dennoch Freude an den Tätigkeiten rund ums Wäschewaschen?
 Wer hat Freude am Bügeln bzw. wem macht es wenig aus? Wer findet es vielleicht sogar meditativ?
 Wer hat schon einmal seine Wäsche „verwaschen“ (z.B. zu heiß, sodass die Wäsche einging; mit anderen Farben, sodass sich die übrigen Wäschestücke verfärbten)?
 Wie erlebte jemand das Waschen, als er eine Waschmaschine bzw. eine elektrische Schleuder bekam?
 Mag jemand die neumodischen Wäschespülmittel mit verschiedenen künstlichen Düften, z.B. „frühlingfrisch“, „sommerfrisch“?
 Wer mag auch heute noch den Duft der Kernseife, weil er ihn an die Waschroutine früherer Zeit erinnert?
 Welches Lieblingswaschmittel benutzte jemand und warum (z.B. wegen der Waschkraft, wegen des Dufts)?

Einstellungs-Werte: Wäschepflege



„Wäschepflege ist für mich immer eine Plage!“
 „Wäschepflege war mir im ganzen Leben sehr wichtig – vor allem, dass die gesamte Familie sauber und gepflegt in der Öffentlichkeit erschien!“
 „Bügeln ist für mich eine ganz unangenehme Tätigkeit. Ich war immer froh, wenn wieder alles im Schrank war!“
 „Bügeln ist für mich fast eine meditative Tätigkeit. Ich habe das immer gerne gemacht!“
 „Auch wenn wir nach dem Krieg nur wenig und viel geflickte Wäsche hatten, habe ich immer darauf geachtet, dass diese sauber war!“