

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: 22
Titel: Gemüsegarten (Beitrag zum Lied: Gartenzeit) (34 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:

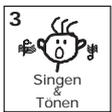
[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: service@olzog.de

📮 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

„Gartenzeit“: Überblick zu den Kurzaktivierungen

Rubrik	Kurzaktivierung	Zubehör	Beschreibung auf Seite
1  Thema & Einführung	Thema & Einführung: Gemüsegarten	• Karte 1	69
2  Plaudern & Erzählen	Biografieorientierte Fragen: Was fällt Ihnen zum Gemüsegarten ein?	• Karte 2 • CD • Vorlage „Sitztanz“ • Einführungstext • Korb mit Gemüse und/ oder Gartengerät	70
3  Singen & Tönen	Lied: „Gartenzeit“	• Karte 3 • CD • Liedtext • evtl. Noten und Akkorde • evtl. Vorlage „Sitztanz“	72
4  Hören & Lauschen	Märchen: „Die Prinzessin auf der Erbse“	• Karte 4 • Textvorlage	77
5  Sehen & Betrachten	Gartengemüse	• Karte 5 • CD • Vorlage „Sitztanz“ • Bildkarten, auch in Farbe • Wortkarten • evtl. frisches Gemüse	79
6  Tasten & Fühlen	Warmer Regen	• Karte 6 • CD • Vorlage „Sitztanz“ • Gießkanne • (warmes) Wasser • Handtücher	83
7  Riechen & Schnüppern	Frisch gehobelt!	• Karte 7 • CD • Vorlage „Sitztanz“ • Gurke, Salz, frischer Dill • Gemüsehobel • große Platte	85
8  Schmecken & Genießen	Junges Buttergemüse	• Karte 8 • CD • Vorlage „Sitztanz“ • junges Gemüse • Zwiebel, Butter, Salz • Messer, Schneidebrett • Pfanne/Topf	86

 CD 22, Track 5 & 6

Rubrik	Kurzaktivierung	Zubehör	Beschreibung auf Seite
9  Rätseln & Knobeln	Gemüseallerlei	<ul style="list-style-type: none"> • Karte 9 • CD • Vorlage „Sitztanz“ • Papier • Stift • evtl. Wochenspeiseplan und/oder Kochbuch • evtl. frisches Gemüse 	87
10  Bewegen & Aktiv sein	Sitztanz: „Gartenzeit“	<ul style="list-style-type: none"> • Karte 10 • CD • Vorlage „Sitztanz“ • evtl. Gartengeräte 	89

1 Thema & Einführung: Gemüsegarten

Der eigene Gemüsegarten ist für viele ein begehrenswerter Ort, ein Platz, der Abstand vom Alltag bietet. Gartenarbeit ist zwar körperlich anspruchsvoll, Geist und Seele sind jedoch abgelenkt und können entspannen. Die Arbeit im Garten öffnet die Sinne für die Schönheit und Kraft der Natur. Das Pflanzen von Gemüse, das Erleben, wie Samen oder Jungpflanzen heranwachsen, die eigene Ernte und natürlich das Verkosten des frischen Gemüses ist Genuss pur. Wer keinen eigenen Garten hat, schafft sich oft Balkonkästen und Tröge an, in die Tomaten, Radieschen, Gurken oder sogar Karotten und Zucchini gepflanzt werden. Eine neue Möglichkeit, eigenes Gemüse anzubauen, bieten immer mehr Bauernhofbesitzer an, indem sie engagierten Freizeitgärtnern Feldstücke in überschaubarer Größe verpachten.

Ab Februar ziehen viele ihre Gemüsepflänzchen aus Samen auf dem Fensterbrett. Die Samen stammen oft aus der eigenen Ernte des letzten Jahres (z.B. von Tomaten oder Zucchini) oder aus dem Fachhandel, der die Samen in Tütchen anbietet. Die Anzucht, Hege und Pflege der Saaten und der daraus entstehenden Jungpflanzen erfordern Aufmerksamkeit und Durchhaltevermögen. Erst nach den sogenannten Eisheiligen im Mai kann man die Pflänzchen im Freien einpflanzen, ohne Gefahr zu laufen, dass sie in einer frostigen Nacht erfrieren. Das Auspflanzen und Aussäen im Garten erfolgt in Reihen, da diese Anordnung später das Hacken und Jäten erleichtert. Regelmäßiges Gießen, z.B. mit Wasser aus der Regentonnen, das Jäten von Unkraut und die Bekämpfung von Schädlingen, z.B. Schnecken einsammeln, erfordern Zeit, die vom Gartengenieur jedoch nicht als verschwendet, sondern als wertvoll empfunden wird. Denn ein frischer Kopfsalat aus dem eigenen Garten – gewachsen ohne Kunstdünger – ist für viele Gartenfreunde der größte Lohn für den Einsatz und ein guter Beitrag zur Lebensqualität.

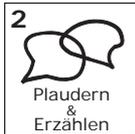


(Foto: Jean-noël Lafargue/
Wikipedia)

Dem **Lied „Gartenzeit“** haben wir das **Thema „Gemüsegarten“** übergeordnet. Auf den zugehörigen Kurzaktivierungskarten finden Sie vielfältige Vorschläge rund um das Thema Gemüseanbau und -ernte.



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



Lied: „Gartenzeit“

Thema: **Gemüsegarten**

CD 22, Track 5 & 6

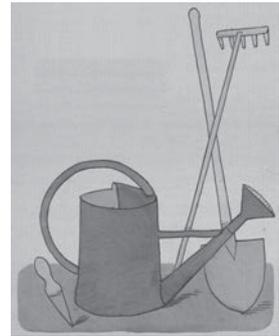
2 Plaudern & Erzählen: Was fällt Ihnen zum Gemüsegarten ein?

Vorbereitungszeit:

keine

Bereitstellen:

- Karte 2** – Gemüsegarten/„Gartenzeit“
- Lied** „Gartenzeit“ (CD 22, Track 5 & 6)
- evtl. **Sittanz** „Gartenzeit“ (siehe Seite 90)
- **Einführungstext** „Gemüsegarten“ (siehe Seite 69)
- Korb mit Gemüse und/oder Gartengerät (siehe Tipps)



(Bild: Lothar Meggen-
dorfer, Franz Bonn/
Wikipedia)

Motivation: Viele Seniorinnen bewirtschafteten einmal einen eigenen Gemüsegarten. Meist war der Garten eine feste und wichtige Größe für die Nahrungsversorgung der Familie. Die Männer halfen beim Umgraben bzw. bauten einen Gartenzaun. Gartenarbeit ist eine verantwortungsvolle Aufgabe, auf die viele Menschen stolz sind.

Tipps:

- Sicherlich stellt Ihnen Ihre Küche hierfür einen Korb mit frischem Gemüse zusammen.
- Bringen Sie evtl. einen Spaten oder ein anderes typisches Gartengerät mit.

Situation:

- mit mehreren Personen in gemütlicher Runde plaudern (z.B. im Wohnbereich)
- gemütlich mit einer Einzelperson plaudern

Vorschlag zur Gestaltung der Kurzaktivierung:

Einleitung: Lenken Sie die Aufmerksamkeit auf den Korb mit dem Gemüse und/oder das Gartengerät (siehe Tipps). Das Gemüse kann besprochen werden, während das Gartengerät Gelegenheit zum Betrachten und Betasten bietet. Nutzen Sie auch das Lied „Gartenzeit“ (CD 22, Track 5 & 6) als musikalische Einleitung und setzen Sie gerne den Sittanz dazu um (siehe Seite 90).

Hauptteil: Fragen Sie in die Runde, wer einen Gemüsegarten hatte bzw. gerne gehabt hätte. Lesen Sie nun den Einführungstext „Gemüsegarten“ (siehe Seite 69) langsam und mit Ausdruck vor. Fassen Sie die wesentlichen Aussagen zusammen, z.B. „Ja, ein Gemüsegarten erfordert schon Einsatz“. Wählen Sie einige der folgenden Fragen für Ihre Gesprächsrunde aus.

Wichtig: Integrieren Sie alle Anwesenden und bringen auch Sie Ihre Erfahrungen und Meinungen ein.