

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: 28

Titel: Gute Vorsätze und Co. (Beitrag zum Lied: Für eine
Nacht voller Seligkeit) (43 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

Gute Vorsätze & Co. / „Für eine Nacht voller Seligkeit“

Überblick zu den Kurzaktivierungen

| Rubrik | Kurzaktivierung | Bereitstellen | Seite |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
|  Thema & Einführung | Gute Vorsätze & Co. | <ul style="list-style-type: none"> • Karte 1 | 3 |
|  Plaudern & Erzählen | Was fällt Ihnen zum Thema „Gute Vorsätze“ ein? | <ul style="list-style-type: none"> • Karte 2 • Lied 🎵 • evtl. Liedtext • Einführungstext • biografieorientierte Fragen • evtl. Bonusmaterial 🎁 | 4 |
|  Singen & Bewegen | Lied: „Für eine Nacht voller Seligkeit“ | <ul style="list-style-type: none"> • Karte 3 • Lied 🎵 • Liedtext • Bewegungsideo • evtl. Noten und Akkorde • Vorlage | 6 |
|  Hören & Lauschen | Hitliste der guten Vorsätze | <ul style="list-style-type: none"> • Karte 4 • Lied 🎵 • Textvorlage • evtl. Sektkühler oder Gefäß • evtl. Bonusmaterial 🎁 | 13 |
|  Sehen & Betrachten | Bleigießen | <ul style="list-style-type: none"> • Karte 5 • Lied 🎵 • Bildkarten • Wortkarten • Textvorlagen • evtl. Bleigieß-Set | 15 |
|  Tasten & Fühlen | Griff in die Zukunft | <ul style="list-style-type: none"> • Karte 6 • Lied 🎵 • Vorlage • 1 großes Glas/ Glasvase • Haushaltsgummis | 18 |
|  Riechen & Schnuppern | Gut geschmiert ins neue Jahr (Mini-Aktivierung) | <ul style="list-style-type: none"> • Karte 7 • (Hand-)Creme | 21 |
|  Schmecken & Genießen | Toppings für Sahnehäubchen | <ul style="list-style-type: none"> • Karte 8 • Lied 🎵 • Sahne • weitere Zutaten nach Wahl | 22 |

| Rubrik | Kurzaktivierung | Bereitstellen | Seite |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
|  <p>Rätseln & Knobeln</p> | Rätsel-Duett zum Bleigießen | <ul style="list-style-type: none"> • Karte 9 • Lied  • Vorlagen • Papier und Stift oder • Fragekarten • Bildkarten • Textvorlage • evtl. Bleigieß-Set | 23 |
|  <p>Spiel & Spaß</p> | Gutes neues Jahr! | <ul style="list-style-type: none"> • Karte 10 • Lied  • biografieorientierte Fragen • Vorlagen • Flipchart-Papier • Stifte, Wachsmalkreiden etc. • 1 großes Glas/Glasvase • 1 Sektglas | 25 |

Bildnachweis:

- S. 4 und 6: Ralf Glück
 S. 7: Bundesarchiv/Wikipedia
 S. 13: FlickrLickr/Wikipedia
 S. 15 und Farbkarten: Ralf Glück
 S. 22: Paul Downey/Wikipedia
 S. 29: Sektgläser und Feuerwerk: OpenClips/pixabay.com, Luftschlangen: Nemo/pixabay.com,
 Karte: Geralt/pixabay.com, Kalender: © taesmileland/Fotolia.com, Uhr: victoriap./Fotolia.com,
 alle übrigen Grafiken: © Bobo/Fotolia.com

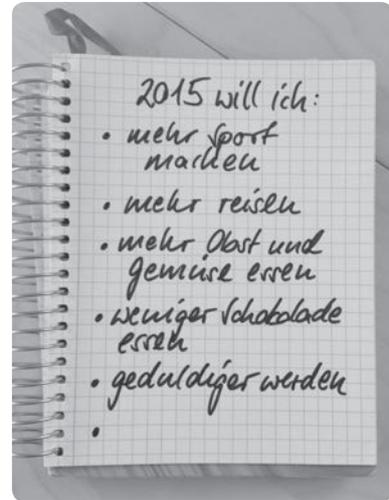
Alle übrigen Fotos und Grafiken: Jana Glück
 Piktogramme zu den Rubriken: Mariona Zeich



1 Thema & Einführung: **Gute Vorsätze & Co.**

Gute Vorsätze zu Silvester: Die meisten Menschen nehmen sich an Silvester für das neue Jahr etwas vor, z.B. mehr Sport zu treiben, weniger Schokolade zu essen oder weniger zu rauchen. Oft handelt es sich um Dinge, die unsere Selbstdisziplin herausfordern bzw. schnell auch überfordern. So bleiben viele gute Vorsätze lediglich gute Vorsätze. Das eigene Vorhaben in kleine, machbare Schritte zu zerlegen, ist die individuelle Herausforderung für jeden, wenn er seine Vorsätze auch tatsächlich umsetzen will.

Silvester-Glücksbringer: Kleine Gegenstände wie vierblättrige Kleeblätter, Schweinchen, Schornsteinfeger, Fliegenpilze, Hufeisen, Pfennig- bzw. 1-Cent-Stücke etc. gelten als klassische Glücksbringer. Zu Silvester werden sie aus Kunststoff, Holz und Metall industriell oder per Hand gefertigt. In Konditoreien gibt es sie auch aus Marzipan oder Schokolade. Diese Glücksbringer werden mit den besten Wünschen für das neue Jahr verschenkt.



Post zu Silvester: Die Post hat zu Silvester viel zu tun. Auch im Zeitalter von E-Mail und SMS werden immer noch Postkarten an Familie, Verwandte und Freunde verschickt, auf denen man viel Glück bzw. ein gutes neues Jahr wünscht. Es war früher üblich, sich zu diesem Anlass zu schreiben, und mancher wählte extra einen Nachmittag oder Abend, um diese Post mit Ruhe und Sorgfalt handschriftlich zu erledigen.

Silvesterrituale: Zu den bekanntesten und sicher auch beliebtesten Silvesterritualen gehört neben Silvesterknallern und Silvesterfeuerwerk das Bleigießen, ein spannender, unterhaltsamer und lustiger Brauch. Hierbei wird ein Prozedere gestaltet, das es mehrmals ermöglicht, Blei zu schmelzen und in kaltes Wasser rutschen zu lassen. Die dabei entstandenen neuen Formen werden gemeinsam betrachtet und man rätselt, was sie darstellen könnten, z.B. einen Vogel oder ein Haus. Viele Bleigieß-Sets enthalten auch zahlreiche Hinweise, wie die Formen zu deuten sind und welche Ausblicke sich somit für das neue Jahr ergeben.

Weitere Silvester-Klassiker: Für viele ist eine gute Bowle, angesetzt mit Früchten, bzw. eine Feuerzangenbowle das Getränk für Silvester. Natürlich darf auch der Sekt nicht fehlen. Manch einer gönnt sich sogar Champagner. Seit Jahrzehnten zeigen viele TV-Sender zu Silvester das Theaterstück „Dinner for one oder der 90. Geburtstag“, das alljährlich aufs Neue dazu einlädt, über die bekannten Szenen zu lachen, wenn z.B. der Butler James über das Fell mit dem Tigerkopf stolpert oder Miss Sophie ihrer bereits verstorbenen Tischgesellschaft zuproset.

Dem Thema „Gute Vorsätze & Co.“ haben wir das Lied „Für eine Nacht voller Seligkeit“ zugeordnet. Auf den folgenden Seiten finden Sie verschiedenste Möglichkeiten, die Zeit vor, zu und sicher auch noch nach Silvester mit positiven Ausblicken ins neue Jahr zu gestalten.

Hinweis

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



Plaudern & Erzählen

Lied: „Für eine Nacht voller Seligkeit“

Thema: Gute Vorsätze & Co.

CD 28, Track 3 & 4

2 Plaudern & Erzählen: Was fällt Ihnen zum Thema „Gute Vorsätze“ ein?

Vorbereitungszeit:

keine bzw. einmalig 3 Minuten (siehe Tipps)

Bereitstellen:

- 📄 **Karte 2** – Gute Vorsätze & Co./ „Für eine Nacht voller Seligkeit“
- 🎵 **Lied** „Für eine Nacht voller Seligkeit“ (CD 28, Track 3 & 4)
- 📖 evtl. **Liedtext** (siehe Seite 8)
- 📖 **Einführungstext** „Gute Vorsätze & Co.“ (siehe Seite 3)
- 📖 **biografieorientierte Fragen** (siehe Seite 5 und Tipps)
- 👉 evtl. Bonusmaterial „Neujahr- & Silvester-Bildkarten“ (siehe Seite 29)



Praxisblick

Situation:

- gemeinsam mit mehreren Personen in gemütlicher Runde beisammensitzen
- Atmosphäre für ein Gespräch mit einer Einzelperson schaffen

Tipps

- Verwenden Sie die 📖 Vorlage mit den Fragen direkt oder schneiden Sie die Fragekärtchen aus. Diese können von den Anwesenden gezogen bzw. aufgedeckt werden (**Interaktion**). Alternativ treffen Sie im Vorfeld eine Auswahl.
- Kleben Sie auf die Rückseite der Fragekärtchen Bilder oder Sticker mit passenden Neujahr- und Silvestersymbolen (siehe Praxisblick).



Bonusmaterial

Passende **Bildvorlagen** zum Ausschneiden und Aufkleben oder einfach nur zum Anschauen finden Sie auf Seite 29.

Vorschlag zur Gestaltung der Kurzaktivierung:

Einleitung: Spielen Sie das 🎵 Lied „Für eine Nacht voller Seligkeit“ ein.

Hauptteil: Je nach Teilnehmerschaft lesen Sie den 📖 Einführungstext „Gute Vorsätze & Co.“ entweder vor oder fassen die Textabschnitte mit eigenen Worten zusammen, z.B.: „Neben guten Vorsätzen gibt es oft ein Feuerwerk zu Silvester.“ Wählen Sie zwei bis drei 📖 biografieorientierte Fragen für eine Unterhaltung von ca. 10 Minuten aus (siehe Tipps). **Wichtig:** Bringen auch Sie Ihre Meinungen und Erfahrungen ein.

Hinweis

Falls Menschen nicht mehr auf Fragen antworten bzw. damit überfordert sind, wechseln Sie **vom Fragen zum Erzählen**, z.B.: **Frage:** „Was trinken Sie gerne zu Silvester?“
→ **Erzählen:** „Ich trinke an Silvester am liebsten Sekt mit Orangensaft.“

Ausklang: Bemerken Sie abschließend: „Mal schauen, was ich mir fürs nächste Jahr vornehme.“



Biografieorientierte Fragen:

| | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Was halten Sie von guten Vorsätzen fürs neue Jahr?</p> <p>(z.B. gar nichts oder sind jemandem sehr wichtig)</p> | <p>Was wollen Sie sich selbst für das neue Jahr als guten Vorsatz nehmen?</p> <p>(z.B. sich mehr bewegen, sich gesund ernähren, jede Woche ein Stück Torte essen)</p> | <p>Welche guten Vorsätze haben Sie in Ihrem Leben schon tatsächlich umgesetzt?</p> <p>(z.B. mit dem Rauchen aufgehört, abgenommen, mehr Sport gemacht)</p> |
| <p>Welche Wünsche werden zum neuen Jahr oft ausgesprochen?</p> <p>(z.B. „Ein gutes/gesundes/glückliches neues Jahr!“, „Viel Glück!“)</p> | <p>Schreiben Sie Neujahrspost bzw. war das bei Ihnen üblich?</p> <p>(z.B. „Ja, bei uns wurde zu Neujahr immer Post geschrieben“ oder „Nein, das war bei uns nicht Brauch“)</p> | <p>Welche Glücksbringer zu Neujahr kennen Sie?</p> <p>(z.B. Schornsteinfeger, vierblättrige Kleeblätter, Hufeisen, Fliegenpilz, Glückspfennig)</p> |
| <p>Was trinken Sie gerne zu Silvester?</p> <p>(z.B. Sekt, Champagner, Bowle/Feuerzangenbowle, Punsch, lieber antialkoholische Getränke)</p> | <p>Was kam bei Ihnen zu Silvester auf den Tisch?</p> <p>(Braten, Würstchen, Fisch, belegte Brote/Toasts, Gulaschsuppe, Fondue, Wurst- und Käseplatten, Brezeln)</p> | <p>Haben Sie das neue Jahr mit Feuerwerk begrüßt?</p> <p>(z.B. „Ja, mit Silvesterraketen, Böllern, Sternwerfern, ...“ oder „Nein, ich lehne solche Knallerei, die auch noch Geld kostet, ab“)</p> |
| <p>Haben Sie an Silvester schon einmal Bleigießen gemacht?</p> <p>(z.B. „Ja, das Blei haben wir über einer Kerze geschmolzen“ oder „Nein, davon halte ich nichts/so etwas kenne ich nicht“)</p> | <p>Wie haben Sie Silvester gerne gefeiert?</p> <p>(z.B. in der Familie, mit Freunden, in einem Lokal, auf einer speziellen Veranstaltung wie einem Silvesterball)</p> | <p>Kennen Sie den TV-Sketch „Dinner for One“?</p> <p>(z.B. „Ja, natürlich, den haben wir immer an Silvester gesehen“ bzw. „Nein, den kenne ich nicht“)</p> |
| <p>Wie haben Sie den 1. Januar meist verbracht?</p> <p>(z.B. lange ausgeschlafen, in der Familie ein gutes neues Jahr gewünscht und jeweils Besuche gemacht, zur Kirche gegangen)</p> | <p>Wie lange kann man Ihrer Meinung nach ein gutes neues Jahr wünschen?</p> <p>(z.B. bis Ende Januar, nur bis Dreikönig, man darf das ganze Jahr hindurch Gutes wünschen)</p> | <p>Haben Sie schon einmal keine Lust auf Silvester gehabt?</p> <p>(z.B. „Ja, ich bin einfach wie sonst auch ins Bett gegangen“ oder „Nein, Silvester feiere ich immer“)</p> |