

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: 41
Titel: Einkaufsbummel (23 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



EINKAUFSBUMMEL



Phase	Übung	Benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegungsreaktion Gegenstände weitergeben	Wäscheklammern, Rechnung/ Kassenbon, Kreditkarte	2	
B Einstimmung	1 Begriffesammlung Urlaubsbesorgungen	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	3	11
	2 Ausreißer-Bild Welches Bild passt nicht dazu?	Bildkarten	3	12–16
	3 Biografisches Gespräch Thema „Einkaufen“		4	
C Hauptteil	1 Anagrammvariation Wortvergleich	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	5	17
	2 Wahrnehmen und Merken Einkaufswaren	Bildkarten	6	12–16
	3 Was ist teurer? Überlegen und Entscheiden	Kopiervorlage	6	18
	4 Gleicher Anfang Worträtsel	Kopiervorlagen	7	19–20
	5 Puzzle Bildteile zusammensetzen	Kopiervorlage	8	21
	6 Fehlersuche Bildvergleich	Kopiervorlage	8	22
D Ausklang	1 Gedicht Selbstlaute ergänzen	Kopiervorlage	9	23



A Bewegung

1 Bewegungsreaktion

Übungsanleitung:

Die Bewegungen erfolgen im Sitzen. Es ist wichtig, die Bewegungsteile an die Möglichkeiten der Teilnehmer anzupassen. Die Teilnehmer erhalten jeweils zwei unterschiedlich farbige Wäscheklammern, wobei jeder die gleichen zwei Farben haben sollte (z.B. gelb und rot). Des Weiteren benötigt man eine abgelaufene Kreditkarte (oder eine andere Karte im Scheckkartenformat) und einen Kassenbon bzw. eine Rechnung.

Runde 1:

Die Teilnehmer versuchen, die Kreditkarte nur mithilfe der Wäscheklammern, also ohne die Karte mit den Fingern zu berühren, im Uhrzeigersinn weiterzugeben.

Runde 2:

Wenn die Gruppe diese Aufgabe gut bewältigt hat, kann für die zweite Runde zusätzlich die Rechnung ins Spiel gebracht werden. Die Kreditkarte wird mit der gelben Wäscheklammer im, die Rechnung mit der roten Klammer gegen den Uhrzeigersinn weitergegeben. Wenn der Trainer in die Hände klatscht, wird die Richtung gewechselt.

Was wird trainiert?

- allgemeine Aktivierung (Durchblutungssteigerung)
- Feinmotorik
- Reaktionsschnelligkeit

Alltagstransfer:

Die Aktivierung des Körpers führt zur Verbesserung der Gehirnaktivität und bereitet optimal auf das nachfolgende Gedächtnistraining vor. Außerdem wird bei dieser Übung die Feinmotorik trainiert, die im Alltag beispielsweise für das Schließen von Knöpfen wichtig ist.

Weiterführende Vorschläge:

Ungeübte Teilnehmer dürfen die Finger zu Hilfe nehmen.

Geübte Teilnehmer können bei jeder Weitergabe einen Einkauf nennen.



B Einstimmung

1 Begriffesammlung

Übungsanleitung:

Die Teilnehmer sammeln Gegenstände, die sie für eine Urlaubsreise benötigen und besorgen würden. Die Antworten können je nach Art der Urlaubsreise stark differieren. Werden die Antworten auf einen Flipchartbogen geschrieben, erleichtert dies ungeübten Teilnehmern das weitere Assoziieren. Außerdem kann der Trainer die Kategorien vorgeben, z.B.:

1. alles, was allgemein in den Koffer kommt
2. alles, was in den Kulturbeutel kommt, bzw. alle Toilettenartikel
3. alles, was ins Handgepäck kommt

→ **M** Kopiervorlage s. Seite 11

Lösungsvorschläge:

1. Koffer: Unterwäsche, Kleider, Röcke, Hosen, Socken, Schuhe, Hemden, Blusen, Shirts, Reiseapotheke, Schmuck, Hosenträger, Badekleidung, ...
2. Kulturbeutel: Haarbürste, Haarspray, Zahnbürste, Zahnpasta, Mundwasser, Zahnseide, Nagelschere, Haarspangen, Lippenstift, Hautcreme, Sonnencreme, ...
3. Handgepäck: Reisepass, Geldbörse, Straßenkarte, Reiseführer, Buch, Handy, ...

Was wird trainiert?

- Abrufen aus dem Langzeitgedächtnis (Dekodierung)
- Wortfindung
- Assoziationsfähigkeit
- Kategorisierung

Alltagstransfer:

Die Teilnehmer betrachten ein Thema von mehreren Standpunkten aus. Ein Szenario wird imaginiert und danach geplant. Das Planen konkreter Handlungen ist in vielen Alltagssituationen wichtig.

Weiterführende Vorschläge:

Die Übung kann auch mündlich wie das Spiel „Ich packe meinen Koffer“ durchgeführt werden.

2 Ausreißer-Bild

Übungsanleitung:

Den Teilnehmern werden immer vier Bilder präsentiert. Sie benennen zuerst die Bildinhalte und suchen dann eine gemeinsame Kategorie. Danach wird das „Ausreißer-Bild“ bestimmt, das am wenigsten zu den anderen drei Bildern passt. Es können mehrere Lösungen möglich sein!

→ **M** Bildkarten s. Seite 12 bis 16

**Lösungsvorschläge:**

- I. Zahnpasta – Zahnseide – Shampoo – Mundwasser
 - Shampoo: ist nicht für die Mundhygiene
 - Zahnseide: ist nicht flüssig bzw. von weicher Konsistenz
- II. Küchenrolle – Handtuch – Taschentuch – Serviette
 - Handtuch: ist aus Stoff, die übrigen Dinge sind Einweggegenstände
- III. Sonnenhut – Bikini – Sonnenbrille – Sonnencreme
 - Sonnencreme: ist nichts zum Anziehen
 - Bikini: das Wort beginnt nicht mit „Sonnen“/ist kein zusammengesetztes Hauptwort bzw. kein Sonnenschutz
- IV. Orange – Nüsse – Apfel – Banane
 - Nüsse: sind kein Obst und es sind mehrere Nüsse sowie unterschiedliche Sorten abgebildet
 - Apfel: muss vor dem Verzehr nicht geschält oder geknackt werden

Was wird trainiert?

- Ordnen, Kategorisieren
- evtl. Merkfähigkeit, Kurzzeitgedächtnis (s. Variante mit geübten Teilnehmern)

Alltagstransfer:

Das Ordnen (Gruppieren) hilft beim Wiedererinnern.

Weiterführende Vorschläge:

Ungeübte Teilnehmer erkennen und benennen die Bilder. Ordnung und Struktur werden gemeinsam erarbeitet bzw. die Kategorien werden vorgegeben.

Geübte Teilnehmer können die Übung auch mündlich ohne Kopiervorlage bewältigen: Sie müssen sich dabei zusätzlich die vier vorgegebenen Begriffe merken. Möglich ist auch, dass die Teilnehmer nur die Bildausschnitte von Seite 16 verwenden und die Ausreißerkriterien selbst festlegen bzw. finden. Im Anschluss können alle zwölf Begriffe abgerufen werden (Merken durch Ordnung).

3 Biografisches Gespräch**Übungsanleitung:** 

Die Teilnehmer nehmen zu biografischen oder anderen Fragen Stellung. Ein Reihumfragen sollte dabei vermieden werden. Die Teilnehmer erzählen aus ihrem Leben, aber nur so viel sie wollen. Wer nichts berichten will, wird nicht zum Erzählen gedrängt. Die Biografiefarbeit darf nicht in ein Ausfragen ausarten. Echtes Interesse am Leben der Teilnehmer ist wichtig.

Biografische Fragen – Gesprächsanregungen:

- Haben Sie früher ein Haushaltsbuch geführt?
- Haben Sie Wochen- oder Monateinkäufe gemacht?
- Welche Geschäfte hat es früher gegeben?
- Wo sind Sie gerne einkaufen gegangen?
- Was haben Sie für den Urlaub eingekauft? (neue Kleider, Toilettenartikel, Sonnenschutz, für einen Campingurlaub vielleicht auch Nahrungsmittel, ...)
- Erinnern Sie sich an Mitbringsel aus dem Urlaub?