

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: 44
Titel: Blütenweiß und blitzsauber (22 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](#).

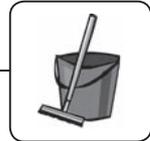
Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[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



BLÜTENWEISS UND BLITZSAUBER



Phase	Übung	Benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegungslied Bewegungen im Sitzen	evtl. CD, evtl. Waschbrett, Wäschestücke, Bügeleisen	2	
B Einstimmung	1 Ausreißer Was passt nicht dazu?	Tastsäckchen mit Putzutensilien	3	
	2 Reinigen heute und früher Welche Geräte/Utensilien wurden früher benutzt?	neues und altes Bügeleisen, evtl. Bilder von Haushaltsutensilien, Kopiervorlage	3	11
	3 Biografisches Gespräch Thema „Putzen“		4	
C Hauptteil	1 Was gehört zusammen? – 2 Varianten Bild- oder Wortpaare finden	Bildkarten oder Kopiervorlage	5	12–14
	2 Wortfragmente Buchstaben ergänzen	Kopiervorlage	6	15
	3 Gemeinsamkeiten – 2 Varianten gemeinsames Grund- oder Eigenschaftswort finden	Kopiervorlagen , evtl. Flipchart	7	16–17
	4 Bildersuchrätsel Symbole zählen und Bedeutung benennen	Kopiervorlage	7	18
	5 Bildvergleich Unterschiede (be)merken	Kopiervorlagen	8	19–20
D Ausklang	1 Sprichwörterdomino Textteile aneinanderreihen	Kopiervorlage	9	21
	2 Gedicht lesen und diskutieren	Kopiervorlage	10	22
	3 Genuss Hände eincremen	Handcreme	10	



A Bewegung

1 Bewegungslied

Übungsanleitung:

Zum folgenden Lied führen die Teilnehmer, je nach Mobilität, die genannten Bewegungen im Sitzen aus. Als Anregung können ein Waschbrett, ein paar Wäschestücke oder ein Bügeleisen präsentiert, betastet und evtl. sogar bei der Bewegungsübung verwendet werden.

- | | |
|---|--|
| Zeigt her eure Füße,
zeigt her eure Schuh',
und sehet den fleißigen Waschfrauen zu. | → rechten Fuß leicht anheben
→ linken Fuß leicht anheben
→ Hände in die Hüften stemmen |
| 1. Sie waschen, sie waschen,
sie waschen den ganzen Tag. | → Waschbewegungen auf einem Waschbrett andeuten |
| 2. Sie spülen, sie spülen,
sie spülen den ganzen Tag. | → „Wäsche“ mit beiden Händen aus dem Wasser ziehen und wieder eintauchen |
| 3. Sie wringen, sie wringen,
sie wringen den ganzen Tag. | → Auswringbewegungen machen |
| 4. Sie hängen, sie hängen,
sie hängen den ganzen Tag. | → „Wäsche“ an eine imaginäre Leine hängen |
| 5. Sie bügeln, sie bügeln,
sie bügeln den ganzen Tag. | → Bügelbewegungen machen |
| 6. Sie schwatzen, sie schwatzen,
sie schwatzen den ganzen Tag. | → einmal zum rechten und dann zum linken Sitznachbarn nicken |
| 7. Sie tanzen, sie tanzen,
sie tanzen den ganzen Tag. | → Hände umeinander drehen |
| 8. Sie ruhen, sie ruhen,
sie ruhen den ganzen Tag. | → Hände entspannt in den Schoß legen |

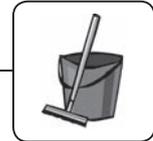
Tipp: Das Lied mit Gesang (4 Strophen) und als Instrumentalversion ist über unser Onlineportal www.eDidact.de (Rubrik Seniorenbetreuung → Lieder → CD 10) zum günstigen Download im mp3-Format erhältlich.

Was wird trainiert?

- Reaktion
- Konzentration
- Koordination

Alltagstransfer:

Bewegungen aus dem Arbeitsalltag unterstützen das Abrufen von Erinnerungen und Begriffen zum Thema. Zudem wird die Gehirndurchblutung gefördert.

**Weiterführende Vorschläge:**

Ungeübte Teilnehmer singen das Lied nur; der Text kann am Flipchart präsentiert werden.

Geübte Teilnehmer sammeln weitere Wasch- und Putzbewegungen und stellen sie mimisch dar.

B Einstimmung

1 Ausreißer

Übungsanleitung:

Die Teilnehmer erhalten zu zweit ein Säckchen, in dem sich ein Metallschwamm (zum Reinigen von Töpfen), ein Geschirrtuch, ein Waschlappen, ein Haushaltsschwamm, zwei Wäscheklammern und eine Bürste mit längerem Stiel (zum Geschirrabwaschen) befinden. Der „Ausreißer“ soll nun ertastet werden, wobei mehrere Lösungen möglich sind. Danach können auch die übrigen Gegenstände identifiziert werden.

Lösungsvorschläge:

- Der Waschlappen, weil er zur Körperpflege dient.
- Der Metallschwamm, weil er aus rauem Material ist.
- Die Wäscheklammern, weil zwei Stück im Sack sind bzw. weil sie kein Utensil zum Reinigen sind.

Was wird trainiert?

- taktile Wahrnehmung
- Kategorisierung (Logik)

Alltagstransfer:

Objekte durch „Begreifen“ zu erkennen, übt die Sensibilität des Tastsinns. Dieser ist von Bedeutung, wenn z.B. das Sehen eingeschränkt ist.

Weiterführende Vorschläge:

Ungeübten Teilnehmern werden die Gegenstände ohne Säckchen angeboten.

Geübte Teilnehmer sammeln weitere Putzhilfen (Staubwedel, Bodentuch, Staubtuch, ...).

2 Reinigen heute und früher

Übungsanleitung:

Zur Einstimmung präsentiert der Trainer den Teilnehmern ein modernes Dampfbügeleisen und ein elektrisches Bügeleisen älteren Datums bzw. ein Kohlebügeleisen zum Betrachten und Betasten. Je nach Verfügbarkeit können auch Bilder von einer Waschmaschine, einem Waschbrett, einem Staubsauger, einem Besen u.Ä. eingesetzt werden. Dann suchen die Teilnehmer zu jedem modernen Utensil einen oder mehrere Gegenstände, die früher stattdessen verwendet wurden.

→ **M** Kopiervorlage s. Seite 11



BLÜTENWEISS UND BLITZSAUBER

Übungen

Lösungsvorschläge:

- Waschmaschine – Waschbrett, Waschtrog
- Wäschetrockner – Wäscheleine, Wäscheklammern
- Staubsauger – Besen, Teppichklopfer
- Wasserleitung – Brunnen
- Geschirrspüler – Schwamm, Spülmittel
- Glasreiniger – Fensterputzer

Was wird trainiert?

- Alltagskompetenz
- exakte Wortfindung

Alltagstransfer:

Der Vergleich von früher und heute bereitet auf das biografische Gespräch (s. Übung B3) vor. Handlungsabläufe und Expertenwissen werden aktiviert.

Weiterführende Vorschläge:

Ungeübte Teilnehmer: Die Anzahl der Vergleiche wird reduziert. Es können auch Bilder oder Gegenstände zum Zuordnen angeboten werden.

Geübte Teilnehmer suchen weitere Haushaltsgeräte, die heutzutage die Arbeit erleichtern (z.B. Mixer, Kaffeemaschine, Elektroherd, ...), und das Objekt, welches früher dafür verwendet wurde.

3 Biografisches Gespräch

Übungsanleitung:

Die Teilnehmer äußern sich zu Fragen rund um das Thema „Reinigen und Putzen“. Hierbei stehen der Ablauf früher sowie persönliche Erfahrungen und Tipps im Vordergrund.

Biografische Fragen – Gesprächsanregungen:

- Was bedeutet für Sie blütenweiße Wäsche bzw. eine blitzsaubere Wohnung?
- Über welche Waschmittel verfügten Sie?
- Wie war der Vorgang des Waschens? Wo und wie oft fand er statt?
- Mussten Sie die Wäsche alleine bewältigen?
- Wann bekamen Sie Ihre erste Waschmaschine?
- Welche Putzmittel waren bei der Reinigung besonders hilfreich?
- Hatten Sie persönliche Spezialtricks gegen hartnäckige Flecken?
- Kümmerten Sie sich alleine ums Reinemachen oder bekamen Sie Hilfe?
- Gab es schöne Momente, etwa der Duft der frisch gebügelten Wäsche oder der Anblick eines sauberen Raumes?
- Welche Arbeit bereitete besondere Mühe?
- Welche Arbeiten erledigten Sie gerne, welche eher nicht?
- War/ist Putzen Frauenarbeit oder brachten sich die männlichen Familienmitglieder auch ein?
- Wer war für das Schuhputzen zuständig?
- Gab es so etwas wie einen Frühjahrsputz bzw. wann wurde besonders gründlich geputzt?