

*Frau P. und Herr W. sitzen im Wintergarten, sie haben Körperpflege und Frühstück hinter sich. Frau P. hat die Zeitschrift durchgeblättert und beiseitegelegt. Herr W. blickt suchend um sich. Beide kommen aber nicht ins Gespräch.*

*Da kommt Frau H., die Sozialbetreuerin, zu ihnen an den Tisch: Guten Morgen, Frau P., guten Morgen Herr W., wie geht es heute? „Haben Sie ein wenig Zeit? Schauen Sie, was ich Ihnen mitgebracht habe!“ Und sie zeigt eine Bildkarte von einem Apfelstrudel. „Essen Sie auch so gerne Apfelstrudel?“ Die drei beginnen ein Gespräch über den Strudel – dass es ihn regelmäßig zum Sonntagskaffee gegeben habe, dass es ein spezielles Rezept dafür gäbe, und diskutieren dann über Kuchen und Süßigkeiten im Allgemeinen ... Das Thema „Essen“ ist hier ein besonderer Türöffner, weil alle Menschen einen Bezug dazu haben.*

„Aktivierung in der Pflege“ ist in den letzten Jahren ein unverzichtbarer Bestandteil des Betreuungskonzepts für Senioreneinrichtungen geworden. Die Bewohner auch geistig zu mobilisieren, erhöht die Zufriedenheit und die Qualität der Kommunikation bei Betreuten und Pflegepersonal.

Doch wie soll man diesem Anspruch im zeitlich ohnehin schon knapp bemessenen Pflegealltag gerecht werden? Vor allem fehlt meist die Zeit, sich aufwendigen Vorbereitungen zu widmen, Übungsmaterialien zusammenzustellen oder komplizierte Instruktionen zu lesen.

Diesen Bedarf soll das vorliegende Material abdecken: Es bietet handliche Übungskarten im DIN-A5-Format und weitere Aktivierungsmaterialien, die Ihnen die ressourcenorientierte Aktivierung von kognitiv beeinträchtigten Personen erleichtern sollen.

- Die Durchführung kann im Dialog zwischen Pfleger/in und Betreutem stattfinden oder mit einer kleinen Gruppe.
- Der Zeitaufwand richtet sich nach der Konzentrationsspanne der Betreuten.
- Zielgruppe sind Institutionen der Seniorenbetreuung, Kliniken, mobile Dienste, aber auch pflegende Angehörige, die Menschen mit Demenz auch geistig mobilisieren wollen.
- Das Übungskonzept wurde vor allem für Menschen mit Demenz am Beginn und im mittleren Stadium der Krankheit entwickelt.

Die Karten wurden in verschiedenen Institutionen sowie von pflegenden Angehörigen erprobt (an dieser Stelle vielen Dank an alle, die das Material ausprobiert haben und so die laufende Verbesserung ermöglichen!). Nach mehreren Wochen intensiverer Betreuung haben sich Aufmerksamkeit und Ansprechbarkeit der Betroffenen verbessert, die Stimmungslage konnte positiv beeinflusst werden, die Menschen mit Demenz wurden ruhiger. Es zeigt sich also: Aktivierung in der Pflege lohnt sich!

In diesem Sinne wünschen wir auch Ihnen viel Freude bei der Arbeit mit dem vorliegenden Material!

Mag. Monika Puck & Dr. Helga Schloffer

Klinische- und Gesundheitspsychologinnen, Ausbildungsreferentinnen für Gedächtnistraining

## 1 Das Material im Überblick

Das Material besteht aus handlichen Übungskarten im DIN-A5-Format, die auch bei Sehbeeinträchtigungen eingesetzt werden können. Mit ihnen können Sie im Dialog oder in der Gruppe Aktivierungen zu folgenden Themen durchführen können:

- **Bildspiel „In den Küchen Europas“**  
(20 Bildkarten, 27 Wort-/Kategoriekarten, 1 Moderationskarte)
- **Zuordnungsspiel „Gerichte und Länder“**  
(25 Bildkarten, 25 Wortkarten, 1 Moderationskarte)
- **Liedtitel ergänzen**  
(12 Karten mit Liedanfängen – mit und ohne Lücke, 6 Wortkarten, 1 Moderationskarte)

Die **Anleitungen** für die Aktivierungen finden Sie auf praktischen **Moderationskarten**, die alle wichtigen Informationen für eine schnelle und reibungslose Durchführung enthalten:

- Benötigtes Material/benötigter Kartensatz
- Was wird trainiert? Welche Hirnleistungen werden besonders gefördert?
- Hinweise und Tipps für eine erfolgreiche Anwendung
- Weiterführende Fragen und Gesprächsanregungen

Damit Sie sich vorab einen Überblick über die verschiedenen Durchführungsmöglichkeiten verschaffen können, haben wir alle Anleitungen zusätzlich im Anhang (s. Seite 21–24) noch einmal abgedruckt.

Außerdem erhalten Sie **umfangreiche weitere Aktivierungsideen**, die Sie ausgehend von den Bild- und Wortkarten bedarfsgerecht je nach Situation verwenden können (ab Seite 12). Die Schwierigkeitsgrade sind bei den einzelnen Aktivierungen angegeben:

- + eher leicht
- ++ mittel
- +++ schwer

So bieten sich Ihnen viele Wahlmöglichkeiten für einen zielgruppengerechten Einsatz.

## 2 Tipps zum Einsatz

### 2.1 Hinweise zur Begegnung mit Menschen (mit Demenz)

Damit die Begegnung mit den zu betreuenden Menschen gelingt, müssen wir sowohl auf die sprachlichen und anderen kognitiven Veränderungen als auch auf die gegenwärtigen Bedürfnisse und die Lebenserinnerungen Rücksicht nehmen – wir passen uns an, nicht der Mensch mit Demenz (Schloffer et al. 2017).



**Tipp:**  
Rätsel eignen sich gut für den Schluss der Einheit.

Beispiele:

Gesucht wird eine typisch österreichische Hauptspeise.  
Sie besteht aus Schweine- oder Kalbfleisch.  
Eingehüllt ist sie in eine knusprige Panade.  
Serviert wird mit einer Zitronenscheibe und Kartoffelsalat.

Lösung: Wiener Schnitzel

Gesucht wird ein Dessert bzw. Bestandteil von Kaffeekränzchen.  
Warm oder kalt kann es serviert werden.  
Die Hülle ist knusprig dünn.  
Die Füllung ist saftig, mit Obst, das im Herbst reif wird.

Lösung: Apfelstrudel

Gesucht wird eine Torte.  
Sie ist schokoladig und schmeckt gut mit Schlagsahne.  
Sie ist nach einem Wiener Hotel benannt.

Lösung: Sachertorte

Gesucht wird ein warmes Dessert aus Österreich.  
Die Zubereitung will gelernt sein, denn es „fällt“ gerne in sich zusammen.  
Hauptzutat sind viele Eier.  
Es heißt nach Mozarts Geburtsstadt.  
Peter Alexander besingt das Dessert in einem Lied.

Lösung: Salzburger Nockerl

Gesucht wird eine Torte mit Ursprung in Deutschland.  
Sie ist besonders cremig und wahrlich eine Kalorienbombe.  
Der Geschmack nach Schokolade, Kirschen und Schlagsahne ist unübertroffen.

Lösung: Schwarzwälder Kirschtorte





© Marcel Paschertz – stock.adobe.com



© sunwaylight13 – stock.adobe.com



**Wiener  
Schnitzel**

**Apfelstrudel**

**Sachertorte**

**Salzburger  
Nockerl**

**Schwarzwälder  
Kirschtorte**

**Weißwurst mit  
Senf und Brezel**

**Maultaschen**

**Streuselkuchen**

**Pizza**

**Spaghetti  
Bolognese**

**Tiramisu**

**Gelato (Eis)**

**Champagner**

**Baguette**

**Camembert**

**Espresso**

**Appenzeller  
Käse**

**Toblerone  
(Schokolade)**

**Bier**

**Rotwein**