

Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

Fertig ausgearbeitete Konzepte, Übungen und Kopiervorlagen für die Aktivierung und ein ganzheitliches Gedächtnistraining in der Altenpflege

Kreative Ideenbörse Senioren – Aktivierungsmappe 29

Gemüsegarten

Jana Glück / Ralf Glück



Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus der „Kreativen Ideenbörse Seniorenbetreuung“ der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

► Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).



Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet.

► Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie [hier](#).

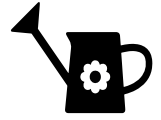


Haben Sie noch Fragen?

Unser Kundenservice hilft Ihnen gerne weiter:

Schreiben Sie an info@edidact.de oder per Telefon 09221 / 949-410.

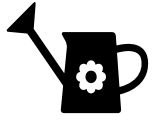
Ihr Team von eDidact



Gemüsegarten / „Gartenzeit“

Jana Glück / Ralf Glück

| Rubrik | Kurzaktivierung | Zubehör | Beschreibung auf Seite |
|------------------------|--|---|------------------------|
| 1 Thema & Einführung | Gemüsegarten | | 3 |
| 2 Plaudern & Erzählen | Was fällt Ihnen zum Gemüsegarten ein? | <ul style="list-style-type: none"> • CD 🎧 / Download über eDidact • Biografieorientierte Fragen • Vorlage „Sitztanz“ • Einführungstext • Korb mit Gemüse und/oder Gartengeräte | 4 |
| 3 Singen & Bewegen | Lied: „Gartenzeit“ | <ul style="list-style-type: none"> • CD 🎧 / Download über eDidact • Liedtext • evtl. Noten und Akkorde • evtl. Vorlage „Sitztanz“ | 6 |
| 4 Hören & Lauschen | Märchen: „Die Prinzessin auf der Erbse“ | <ul style="list-style-type: none"> • Textvorlage | 10 |
| 5 Sehen & Betrachten | Gartengemüse | <ul style="list-style-type: none"> • CD 🎧 / Download über eDidact • Vorlage „Sitztanz“ • Bildkarten (Farbkarten im Anhang) • Wortkarten • evtl. frisches Gemüse | 12 |
| 6 Tasten & Fühlen | Warmer Regen | <ul style="list-style-type: none"> • CD 🎧 / Download über eDidact • Vorlage „Sitztanz“ • Gießkanne • (warmes) Wasser • Handtücher | 16 |
| 7 Riechen & Schnuppern | Frisch gehobelt! | <ul style="list-style-type: none"> • CD 🎧 / Download über eDidact • Vorlage „Sitztanz“ • Gurke, Salz, frischer Dill • Gemüsehobel • große Platte | 18 |



| Rubrik | Kurzaktivierung | Zubehör | Beschreibung auf Seite |
|------------------------|-----------------------|---|------------------------|
| 8 Schmecken & Genießen | Junges Buttergemüse | <ul style="list-style-type: none">• CD 🎵 / Download über eDidact• Vorlage „Sitztanz“• junges Gemüse• Zwiebel, Butter, Salz• Messer, Schneidebrett• Pfanne/Topf | 19 |
| 9 Rätseln & Knobeln | Gemüseallerlei | <ul style="list-style-type: none">• CD 🎵 / Download über eDidact• Vorlage „Sitztanz“• Papier• Stift• evtl. Wochenspeiseplan und/oder Kochbuch• evtl. frisches Gemüse | 20 |
| 10 Spiel & Spaß | Sitztanz „Gartenzeit“ | <ul style="list-style-type: none">• CD 🎵 / Download über eDidact• Vorlage „Sitztanz“• evtl. Gartengeräte | 22 |



© dariaustiugova – stock.adobe.com



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.



© Pixabay.com

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 weitere Möglichkeit, eigenes Gemüse anzubauen, bieten Schreber- und Kleingartenanlagen, die es in vielen Städten und Gemeinden gibt.

Ab Februar ziehen viele ihre Gemüseplänzchen aus Samen auf dem Fensterbrett. Die Samen stammen manchmal aus der eigenen Ernte des letzten Jahres (z. B. von samenfesten Tomaten oder Zucchini) oder aus dem Fachhandel, der die Samen in Tütchen anbietet. Die Anzucht und Pflege der Saaten und der daraus entstehenden Jungpflanzen erfordern Aufmerksamkeit und Durchhaltevermögen. Erst nach den sogenannten Eisheiligen im Mai kann man die Plänzchen 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 erleichtert.

Regelmäßiges Gießen, z. B. mit Wasser aus der Regentonne, das Jäten von Unkraut und die Bekämpfung von Schädlingen, z. B. Schnecken einsammeln, erfordern Zeit, die vom Gartenliebhaber jedoch nicht als verschwendet, sondern als wertvoll empfunden wird. Denn ein frischer Kopfsalat aus dem eigenen Garten ist für viele Gartenfreunde der größte Lohn für den Einsatz und ein guter Beitrag zur Lebensqualität.

Dem Lied „Gartenzeit“ haben wir das Thema „Gemüsegarten“ übergeordnet. Bei den einzelnen Kurzaktivierungen finden Sie vielfältige Vorschläge rund um das Thema Gemüseanbau und -ernte.



Hinweis:

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



Gemüsegarten / „Gartenzeit“

Plaudern & Erzählen

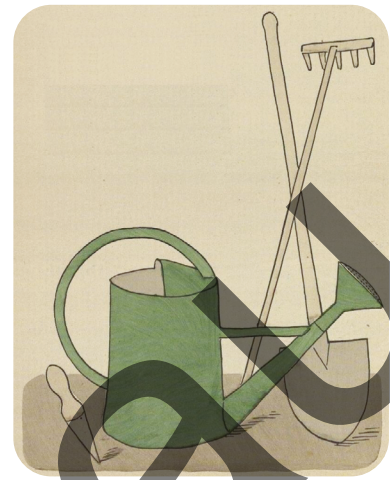
2 Plaudern & Erzählen:

Was fällt Ihnen zum Gemüsegarten ein?

Vorbereitungszeit: keine

Bereitstellen:

- 📖 Biografieorientierte Fragen (siehe Seite 5)
- 🎵 Lied „Gartenzeit“ (CD 29, Track 1 & 2)
- 📄 Download Lied „Gartenzeit“ über edidact.de
- 📖 evtl. **Sitztanz** „Gartenzeit“ (siehe Seite 22)
- 📖 **Einführungstext** „Gemüsegarten“ (siehe Seite 3)
- Korb mit Gemüse und / oder Gartengeräte (siehe Tipps)



© Lothar Meggendorfer, Franz Bonn / commons.wikimedia.org

Situation:

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

M

Motivation:

Viele Seniorinnen bewirtschafteten einmal einen eigenen Gemüsegarten. Meist war der Garten ein wichtiger Bestandteil 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 einen Korb mit frischem Gemüse zusammen.
- Bringen Sie evtl. einen Spaten oder ein anderes typisches Gartengerät mit. Leicht zu transportieren sind Kleingeräte wie Handschaufeln, Unkrautstecher oder eine Gartenschere. Bringen Sie auch ein Paar Gartenhandschuhe mit.

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 29, Track 1 & 2) als musikalische Einleitung und setzen Sie gerne den Sitztanz dazu um (siehe Seite 22).

Hauptteil: Fragen Sie in die Runde, wer einen Gemüsegarten hatte bzw. gerne gehabt hätte. Lesen Sie nun den Einführungstext „Gemüsegarten“ (siehe Seite 3) 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.

Ausklang: Bedanken Sie sich für den vielfältigen Austausch zum Gemüsegarten.



Bildkarten: Gartengemüse



Blumenkohl: © Pixabay.com; Möhren: © Flickr – Marco Verch – Creative Commons 2.0