

Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

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

Musik, Bewegung & Sinnesarbeit 70

Wasser ist zum Trinken da

Sandra Zenz



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

Ausgabe 2023 | 70

Sandra Zenz (Hrsg.)

MUSIK, BEWEGUNG & SINNESARBEIT

Medienpaket mit Kurzaktivierungen für
die lebendige Seniorenbetreuung

Wasser ist zum Trinken da

**AUDIO-CD &
FARBKARTEN
INKLUSIVE**

Liebe Kollegin, lieber Kollege,

die Prognose für die kommenden Sommer ist klar: Sie werden immer heißer!

In meiner Arbeit bin ich mit Ärzten und Sozialdiensten in Krankenhäusern vernetzt und lese immer öfter in der Akte die Diagnose „Exsikkose“ oder „Dehydration“. Insbesondere alte und sehr alte Menschen sind davon betroffen: Der Körper trocknet aus, es kommt einer Störung des Wasser- und Elektrolythaushalts.

Das Fatale dabei: Für das ungeübte Auge ist mangelnde Flüssigkeitszufuhr gerade bei an Demenz erkrankten Menschen nicht automatisch zu erkennen. Zunehmende Verwirrung wird stattdessen auf die Erkrankung geschoben.

Als Profis in der Sozialen Betreuung können wir im Rahmen unserer Aufgaben auf erste Anzeichen achten, die mit Dehydration einhergehen können:

- Kopfschmerzen
- Schwindel
- Nachlassende Konzentrationsfähigkeit
- Spröde Lippen, trockene Haut
- Müdigkeit, Schwäche

Solche Beobachtungen können wir mit den Pflegekräften teilen und unsere Kolleginnen und Kollegen gleichzeitig tatkräftig unterstützen, indem wir die Flüssigkeitszufuhr zum festen Bestandteil unserer Aktivierungen machen.

In der aktuellen Ausgabe von „**Musik, Bewegung und Sinnesarbeit**“ finden Sie deshalb viele bunte Aktivierungsideen rund um unser Lebenselixier, das Wasser, mit den dazu passenden Trinkritualen und Darreichungsformen.

Viel Vergnügen beim Lesen und beim Einsatz der Materialien zum aktuellen Thema „**Wasser ist zum Trinken da**“ wünscht Ihnen



Sandra Zenz

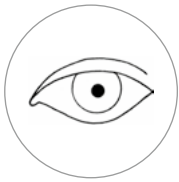
Diplom-Sozialpädagogin (FH)
Examierte Gesundheits- und Krankenpflegerin
Palliative Care-Pflegefachkraft

Themenwoche: „Wasser“

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vormittag	<p>SPIEL & SPASS „Ich hab’ noch nie ...“ – das große (alkoholfreie) Trinkspiel S. 34</p>	<p>RATEN Schätzspiel „Wasserwaage“ S. 10</p>	<p>RÄTSELN Bilderrätsel Trinkgefäße (mit Bildkarten) S. 25</p>	<p>GENIEßEN „Blaue Meerestorte“ (ohne Backen) S. 29</p>	<p>AKTIV & FIT Bewegungslied „Hoch hebe ich den Becher“ S. 23</p>	<p>WOHLSEIN Hauterlebnis „Sprühende Erfrischung“ S. 27</p>	<p>RÄTSELN Gedächtnis-training zum Thema „Trinken“ S. 38</p>
Nachmittag	<p>AKTIV & FIT Bewegungsgeschichte „Mama macht ‘ne Welle“ S. 19</p>	<p>GENIEßEN Coole Flüssigkeitszufuhr zum Lutschen S. 17</p>	<p>WOHLSEIN Süffiger Mineralwasser-Vergleich S. 12</p>	<p>SINGKREIS „Noch ein Schluck“ (Lied) S. 14</p>	<p>LESUNG „Wasser oder Schnaps“ (Trinkgeschichte) S. 21</p>	<p>LESUNG „Ein Schlüchchen Wasser“ (Trinkgedicht) S. 32</p>	<p>SINGKREIS Mit dem Lied „Im knallroten Bikini“ S. 45</p>
edidact	<p>→ Wasser → Wenn alle Brunnlein fließen</p>	<p>→ Abwarten und Tee trinken → Getränke</p>	<p>→ Getränke und Erfrischungen</p>				

Wasser ist zum Trinken da 

	Witziges und Wissenswertes zum Thema	S. 7–9
	Schätzspiel „Wasserwaage“	S. 10–11
	Süffiger Mineralwasser-Vergleich	S. 12–13
	„Noch ein Schluck“ (Lied)  	S. 14–16
	Cooler Flüssigkeitszufuhr zum Lutschen	S. 17–18
	„Mama macht 'ne Welle“ (Bewegungsgeschichte) 	S. 19–20
	„Wasser oder Schnaps“ (Trinkgeschichte)  	S. 21–22
	„Hoch hebe ich den Becher“ (Bewegungslied)  	S. 23–24
	Bilderrätsel „Trinkgefäße“ 	S. 25–26
	Hauterlebnis: Sprühende Erfrischung	S. 27–28
	Blaue Meerestorte (ohne Backen)	S. 29–31
	„Ein Schlückchen Wasser“ (Trinkgedicht)  	S. 32–33
	„Ich hab' noch nie“ ... – das große (alkoholfreie) Trinkspiel	S. 34–37
	Gedächtnistraining zum Thema „Trinken“	S. 38–44
	„Im knallroten Bikini“ (Stimmungslied)  	S. 45–46



Schätzspiel „Wasserwaage“

Schwierigkeit

einfach

Teilnehmer

Kleingruppe

Dauer

30 Minuten

Ziel der Maßnahme

- Verarbeitung von visuellen Informationen im Gehirn
- Konzentrationsfähigkeit
- Erinnerungsarbeit
- Abrufen aus dem Langzeitgedächtnis
- Trainieren der Umrechnung in Maßeinheiten
- Lust auf Wasser wecken

Benötigtes Material

- zwei Eimer (ohne Maßangabe)
- eine Waage (am besten mit analoger Anzeige)
- Unterlage (z. B. ein Wachstuch)
- ggf. Lappen zum Aufwischen von Wasserspritzern
- weißes Papier DIN A4 entsprechend der Teilnehmerzahl und ein dicker schwarzer Filzstift
- Wasser in der Karaffe und Gläser

Spielidee

Wie gut können die Teilnehmer rein durch Betrachten die Wassermenge erraten, die sich in dem Eimer befindet?

