

Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

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

Aktiv & fit von Kopf bis Fuß – Ausgabe 74

Treue Gefährten

Mag. Monika Puck



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



Treue Gefährten

Mag. Monika Puck



© Freepik.com

Phase	Übung	Benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegungsimprovisation Tiere streicheln		2	
B Einstimmung	1 Tiere von A–Z Begriffesammlung	• Kopiervorlage	2	13
	2 KEIN – OHNE Assoziationsübung	• Kopiervorlage	4	14
	3 Biografisches Gespräch Tiererinnerungen		4	
	4 Ausreißer Was passt nicht?	• Kopiervorlage	5	15
C Hauptteil	1 Schüttelanagramme Wortfindung	• Kopiervorlage	6	16
	2 Bilder Wahrnehmen, ordnen und merken	• Kopiervorlagen (Farbkarten im Anhang)	7	17–18
	3 Details Wahrnehmen und Logik	• Kopiervorlagen (Farbkarten im Anhang)	7	19–20
	4 Brückenwörter Zusammengesetzte Worte	• Kopiervorlage	8	21
	5 Hundezuordnung Konzentrationsübung	• Kopiervorlage	9	22
	6 Verdrehte Sprichwörter Was ist falsch?	• Kopiervorlage	10	23
D Ausklang	1 Tiere zeichnen Ohne abzusetzen in einer Linie zeichnen	• Kopiervorlage	10	24
	2 Scherzfragen Rückwärtslesen und Logik	• Kopiervorlage	11	25
Wissenswertes	Tiere und Wohlbefinden		12	



A Bewegung

1 Bewegungsimprovisation – Tiere streicheln

Übungsanleitung:

Der Trainer weist die Teilnehmenden an, sich ein bestimmtes Tier vorzustellen und dieses zu streicheln.

Beispiel:

Pferd: Die Streichelbewegung findet mit hoherhobenem Arm statt und ist aufgrund der Größe des Pferdes weit ausholend.

Weitere Tiere, die imaginär gestreichelt werden können, wären der Größe nach – kleiner werdend: **Hund**, der ca. hüfthoch ist, **Katze**, **Kaninchen** und **Meerschweinchen** oder **Hamster** etc.

Was wird trainiert?

- Kreativität (Bewegung ausdenken)
- Hinführung zum Thema

Alltagstransfer:

Die Aktivierung des Körpers führt zur Verbesserung der Gehirnaktivität und bereitet optimal auf das nachfolgende Gedächtnistraining vor.

Weiterführende Vorschläge:

Es kann besprochen werden, worauf zu achten ist, wenn man ein Tier streicheln möchte. Woran erkennt man, dass dem Tier die Streicheleinheiten gefallen? Wie nähert man sich einem Tier an, usw.?

B Einstimmung

1 Tiere von A bis Z

Übungsanleitung:

Es werden möglichst viele Lösungsvorschläge zum Thema „Tiere von A bis Z“ im Plenum gesucht oder als Einzel- bzw. auch Partnerarbeit auf das Arbeitsblatt geschrieben. Eine Kopiervorlage kann den Teilnehmern mitgegeben werden, damit später jeder im eigenen Tempo möglichst viele Begriffe finden kann.

→ M Kopiervorlage siehe Seite 13



Wissenswertes zum Thema „Tiere und Wohlbefinden“

Das Halten eines Haustieres hat einen positiven Einfluss auf das Wohlbefinden des Besitzers, vor allem dann, wenn die Beziehung zum Tier als sinnstiftend erlebt wird.

Außerdem gelang eine groß angelegte Studie mehrerer amerikanischer Universitäten zu dem Schluss, dass tierische Familienmitglieder dazu beitragen, den kognitiven Abbau hinauszuzögern. Über sechs Jahre hinweg untersuchte das amerikanische Forschungsteam die Daten von 1360 Erwachsenen ab 50 Jahren, von denen 53 Prozent mindestens ein Haustier besaßen. Die Probandinnen und Probanden absolvierten im Untersuchungszeitraum verschiedene Tests, um ihre kognitiven Fähigkeiten zu überprüfen.

Besonders positiv wirkte sich der Haustierbesitz den Forschenden zufolge auf das verbale Gedächtnis der Frauen und Männer aus, zum Beispiel beim Erinnern von Wortlisten. Die Forscher nehmen an, dass Haustiere Stress reduzieren und daher zur besseren kognitiven Leistung beitragen. Dies konnten bereits frühere Studien in Bezug auf chronischen Stress zeigen.

Die Art des Haustiers sei für den positiven Effekt auf das menschliche Gehirn allem Anschein nach zweitrangig: Auch wenn Hunde und Katzen in der Überzahl waren, so zeigten auch Studienteilnehmer und Studienteilnehmerinnen, die beispielsweise Hamster, Vögel oder Reptilien in ihrer Obhut hatten, bessere Testergebnisse als Probanden ohne Haustier.

Quellen:

<https://medmix.at/haustiere-fuer-subjektives-wohlbefinden/>

<https://www.geo.de/natur/tierwelt/haustiere-tun-unserem-gehirn-gut-31806796.html>



© Pixabay.com



Ausreißer

Finden Sie in den einzelnen Zeilen jeweils das Wort, welches nicht zu den anderen passt.

KÄFIG	BETT	STALL	HUNDE- HÜTTE
-------	------	-------	-----------------

PERSER	SCHÄFER	ANGORA	SIAM
--------	---------	--------	------

GASSI GEHEN	KRAULEN	STREI- CHELN	KUSCHELN
----------------	---------	-----------------	----------

FLIEGEN	LAUFEN	VER- STECKEN	SCHWIM- MEN
---------	--------	-----------------	----------------

FILTER	KRATZ- BAUM	THERMO- METER	BELEUCH- TUNG
--------	----------------	------------------	------------------

LEINE	HALSBAND	KÄFIG	MAULKORB
-------	----------	-------	----------



Schüttelanagramme

Die Buchstaben der Worte sind durcheinandergeraten.
Versuchen Sie, die Buchstaben zu einem sinnvollen Wort
zu ordnen.

NUHD	SAUM
_____	_____
SAMTHER	MALM
_____	_____
REFPD	SICHF
_____	_____
SCHEE	ENIWSCH
_____	_____
ZAKET	NICHKANNE
_____	_____
LIEDCHRÖTKS	ELGOV
_____	_____