

## 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 35

Trautes Heim

Dr. Helga Schloffer/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](mailto:info@edidact.de) oder per Telefon 09221 / 949-410.

Ihr Team von eDidact



# Trautes Heim

Dr. Helga Schloffer/Mag. Monika Puck

Phase	Übung	Benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegungsimprovisation	• Bildkarten	2	13, 14
	2 Turmbau	• ca. 50 Knöpfe oder Wäscheklammern	2	
B Einstimmung	1 Tastübung Alltagsgegenstände erkennen	• Alltagsgegenstände • Tuch oder Tastsäckchen	3	
	2 Biografisches Gespräch Gebrauchsgegenstände früher und heute	• Kopiervorlage	4	
	3 Alltagsgegenstände von A bis Z Wortfindungsübung	• Kopiervorlage • evtl. Flipchart	4	15
C Hauptteil	1 Wahrnehmen und Merken Bildspiel	• Bildkarten • Farbkarten im Anhang	6	13, 14
	2 Anagrammvariation – Wortvergleich Buchstabenquadrate ordnen	• Kopiervorlage • evtl. Flipchart	6	16
	3 Ausreißer gesucht Ordnungsübung	• Wortkarten	7	17
	4 Wortfragmente Anfangs- und Endbuchstaben ergänzen	• Kopiervorlage • evtl. Bildkarten	8	18 13, 14
	5 Buchstabenviereck Konzentrationsübung	• Kopiervorlage • evtl. Bildkarten • evtl. Flipchart	9	19 13, 14
D Ausklang	1 Zusammengesetzte Wörter Wortfindungsübung	• Kopiervorlage • evtl. Flipchart	10	20
	2 Sprichwörter und Redewendungen Ratespiel	• Kopiervorlage	11	21
	2 Lied O du lieber Augustin	• Textvorlage • evtl. Flipchart	11	22
Wissenswertes	Alltagskultur im Museum		12	



## A Bewegung

### Übungsanleitung:

Die Bewegungen erfolgen im Sitzen.

**Wichtig:** Bewegungen nur so weit ausführen, wie sie den Teilnehmern gut tun!

Für Übung 1 werden folgende Bildkarten verwendet: Buch, Schere, Telefon, (Küchen-)Waage, (Wasser-)Glas, Brille, Schlüssel, Nadel, Zahnbürste, (Haar-)Bürste, Glühbirne, Streichhölzer.

Für Übung 2 werden ca. 50 verschieden große Knöpfe sowie Wäscheklammern benötigt.

### 1 Bewegungspantomime

Alltagsgegenstände werden auf **Bildkarten** vorgegeben.

Jeder Teilnehmer zieht eine Karte und macht dazu eine **Bewegung** vor, die den Umgang mit den Alltagsgegenständen darstellt.

Alle anderen **Teilnehmer machen mit** (mindestens 3 Wiederholungen und jeweils die Seite wechseln – mit der rechten und der linken Hand bzw. mit dem rechten und dem linken Fuß ...) und versuchen zu **erraten**, welcher Alltagsgegenstand gemeint ist.

→ M Bildkarten s. Seite 13 und Seite 14 (Farbkarten im Anhang)

### 2 Turmbau

#### **Knopfturm:**

Verschieden große Knöpfe (ca. 50 Stück) liegen auf dem Tisch.

Jeder Teilnehmer nimmt mehrere Knöpfe und baut einen möglichst hohen Turm. Alle Knöpfe werden verbaut.

#### **Wäscheklammerturm:**

Auf dem Tisch liegen Wäscheklammern. Die Teilnehmer versuchen, einen möglichst stabilen, hohen Turm zu bauen.

#### **Was wird trainiert?**

- Körperwahrnehmung
- Aktivierung des Körpers (Durchblutungssteigerung)
- Erinnerung und Einstimmung auf das Thema (insbesondere bei Übung 1)
- Feinmotorik (insbesondere bei Übung 2)
- Geschicklichkeit (insbesondere bei Übung 2)



### Alltagstransfer:

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

Bei Übung 1 wird gleichzeitig über die Verwendung der Gegenstände nachgedacht.

Zu Übung 2: Die Erhaltung der Feinmotorik und Fingerbeweglichkeit ist in vielen Alltagssituationen wichtig, z. B. beim Anziehen, Essen etc.

### Weiterführende Vorschläge:

Zu Übung 1: Es können noch weitere Alltagsgegenstände dargestellt werden.

Zu Übung 2: Die Übung kann auch in Zweiergruppen als Partnerübung durchgeführt werden.

## B Einstimmung

### 1 Tastübung

#### Übungsanleitung:



Mehrere Alltagsgegenstände werden abgedeckt oder in einem Tastsäckchen angeboten, z. B. Schlüssel, Korken, Maßband, Löffel, Flaschenöffner, Brille, Fingerhut, Radiergummi, Streichholz, Kamm etc.

Die Gegenstände werden der Zielgruppe angepasst: Bei demenzten Teilnehmern auf keinen Fall zu kleine, verschluckbare Gegenstände auswählen.

Für alle Teilnehmer gilt: Keine spitzen, scharfkantigen oder zerbrechlichen Gegenstände verwenden!

Die Teilnehmer sollen nur durch Ertasten die jeweiligen Gegenstände erkennen.

#### Was wird trainiert?

- taktile Wahrnehmung
- leichte Wortfindung (beim Erkennen und Benennen)

#### Alltagstransfer:

Das Ertasten nur mit den Fingern braucht man auch beim Zuknöpfen von Blusen, Hemden, Westen – besonders an unzugänglichen Stellen. Je schwächer die Augen mancher Teilnehmer werden, desto wichtiger wird es, sich auf das Tasten verlassen zu können.

#### Weiterführende Vorschläge:

*Ungeübte Teilnehmer* dürfen zusätzlich auch mit den Augen wahrnehmen („nachschaun“) – oder es werden Lösungshilfen angeboten (z. B.: „Kann der Gegenstand in Ihrer Hand ein Fingerhut/ein Maßband sein?“ etc.).

Die Teilnehmer können auch beschreiben, was sie gerade tasten (z. B. hart, weich, länglich, rund, stachelig, ...).

*Geübte, fitte Teilnehmer* versuchen, sich die Gegenstände auch zu merken.



## 2 Biografisches Gespräch

### Übungsanleitung:

Die Teilnehmer nehmen zu biografischen oder anderen Fragen Stellung. Ein Reihumfragen sollte dabei vermieden werden. Die Teilnehmer erzählen aus ihrem Leben – aber nur so viel sie wollen. Wer nichts berichten will, wird nicht zum Erzählen gedrängt!

Die Biografiearbeit darf nicht in ein Ausfragen ausarten – echtes Interesse am Leben der Teilnehmer ist wichtig!

#### Biografische Fragen – Gesprächsanregungen:

- Welche Alltagsgegenstände von früher werden heute nicht mehr verwendet? (z. B. Galoschen, Ärmelschoner, Tintenfass, ...)
- Welche Alltagsgegenstände, die es in Ihrer Kindheit nicht gab, sind heute selbstverständlich? (z. B. Flachbildschirme/Monitore, Computer, Bankkarten-/Kreditkarten, ...)
- Welche Alltagsgegenstände haben sich sehr verändert? (z. B. Telefon, Fernseher, Fotoapparat etc.; evtl. die Veränderungen herausarbeiten)
- Welche Alltagsgegenstände kann man sich einfach nicht mehr wegdenken? (z. B. Glühbirne, Streichhölzer, Sicherheitsnadel, Büroklammer, ...)

#### Was wird trainiert?

- Formulierung, leichte Wortfindung
- Dekodierung – Erinnern (Langzeitgedächtnis)
- Stärkung der Ich-Identität

#### Alltagstransfer:

Gegenseitiges Erzählen von Begebenheiten oder Einstellungen fördert das Interesse an den anderen Teilnehmern (Förderung der Sozialkontakte).

Es ist eine Anregung, über Kleinigkeiten und Selbstverständlichkeiten des Alltags nachzudenken.

## 3 Alltagsgegenstände von A bis Z

### Übungsanleitung:

Die Teilnehmer nennen alles, was ihnen im Alltag von A bis Z einfällt (gemeint sind Alltagsgegenstände; ausgenommen sind Nahrungsmittel und Kleidung). Die Ergebnisse werden am Flipchart oder mündlich gesammelt. Die Kopiervorlage kann den Teilnehmern mitgegeben werden, damit später jeder im eigenen Tempo möglichst viele Begriffe finden kann.

→ M Kopiervorlage s. Seite 15

#### Lösungsvorschläge:

A: Abfalleimer, Aschenbecher, Axt

B: Brille, Besteck, Bild, Buch, Bürste, Becher

C: Champagnerglas, Cello, Couch, Coupon