

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 77

Spüren und Berühren

Dr. Helga Schloffer



Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus der „Kreativen Ideenbörse Seniorenbetreuung“ der mgo 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



Spüren und Berühren

Dr. Helga Schloffer



© ActionGP – stock.adobe.com

Phase	Übung	Benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Klopfmassage		3	
B Einstimmung	1 Sensibilisierung des Tastsinns	• Tastmaterialien	4	
	2 Zuordnen Eigenschaften zu Bildern	• Kopiervorlagen	4	14–17
	3 Biografisches Gespräch		5	
C Hauptteil	1 Anagrammvariation Wörter aus den Buchstaben von SONNENSTRAHLEN bilden	• Kopiervorlage	6	18
	2 Begriffe kategorisieren Verschiedene Wörter zu Gruppen ordnen	• Kopiervorlage	7	19
	3 Trios finden Diagonal, senkrecht und waagrecht drei gleiche Symbole markieren	• Kopiervorlage	7	20
	4 Kreuzworträtsel Umschriebene Begriffe erraten und eintragen	• Kopiervorlage	8	21
	5 Bildausschnitte zuordnen bzw. erraten	• Kopiervorlagen	9	22–23
	6 Ausreißer bestimmen Welches Element pro Zeile passt nicht	• Kopiervorlage	9	24



Spüren und Berühren

Übersicht

Phase	Übung	Benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
D Ausklang	1 Eigenschaften ergänzen Genauere Definition finden	<ul style="list-style-type: none">• Kopiervorlage	11	25
	2 Eincremen und genießen	<ul style="list-style-type: none">• Cremeproben	11	
	3 Sich gemeinsam bewegen An den Händen halten und schunkeln	<ul style="list-style-type: none">• Musik	12	
Wissenswertes	Über den Tastsinn		13	

Vorschau



A Bewegung

1 Klopfmassage

Übungsanleitung:



Anregungen des deutscher Kneippbunds: <https://www.youtube.com/watch?v=dgfpsWBC5po>

Das Ziel des Abklopfens ist, sich selbst eine erfrischende Massage zu gönnen. Es hängt von der geistigen Fähigkeit, Anweisungen zu folgen und der körperlichen Mobilität ab, welche Elemente der Massage durchgeführt werden können.

Im Sitzen – mit der flachen, rechten Hand auf der linken Seite beginnen – vom Handrücken der linken Hand sanft an der Außenseite des Arms „hinaufklopfen“ bis zum Beginn des Nackens

An der Innenseite des Arms wieder hinunterklopfen

Auf der rechten Seite – mit der linken Hand wiederholen

Auf der Brust mit beiden Händen klopfend (kreisend) weiter massieren

Dann auf die Bauchregion wechseln

Die Hüften miteinbeziehen

Den rechten Oberschenkel, an der Hüfte beginnend, mit der rechten Hand außen hinunterklopfen (soweit möglich) – auf der Innenseite hinaufklopfen

Auf der linken Seite wiederholen

Sich langsam aufrichten

Sich mit den Fingern beider Hände eine Kopfmassage gönnen

Mit beiden Händen von der Stirn nach hinten streichen – 2x

Tief durchatmen, sooft es guttut.

Was wird trainiert?

- Koordination
- Psychomotorik

Alltagstransfer:

Die Massage kann, auch nur teilweise durchgeführt, eine kleine Pause bei der alltäglichen Arbeit bzw. nach langem Sitzen darstellen.

Weiterführende Vorschläge:

Geübte Teilnehmer: Vorschläge für kurze Entspannungsmöglichkeiten werden gesammelt.

Ungeübte Teilnehmer: Es werden nur Teile der Massage angeboten.