

die **LEBENSLINIEN** Demenzberatung
informieren und bewegen

Ideen für den 28. November 2020



Unsere Vorschläge beinhalten immer eine Bewegungseinheit, verschiedene Gedächtnistrainingseinheiten z.B. Lückentexte, Reimwörter, Witze und eine Vorlesegeschichte! Wir planen auch eine gemeinsame Idee ein, z.B. ein sehr einfaches Rezept oder eine einfache Bastelidee. Nehmen Sie sich Zeit!

Dies sind Möglichkeiten, die wir Ihnen aufzeigen möchten. Setzen Sie sich oder Ihren Angehörigen nicht unter Druck, wenn mal etwas schief geht oder auch mal ein Tag dabei ist, an dem man keine Lust hat!

Sie finden die genauen Hinweise, wo wir die Tipps gefunden haben, am Ende jedes Vorschlages. So können Sie sich auch jederzeit das komplette Buch dazu besorgen.



Wir gratulieren heute zum Namenstag:

Berta, Jakob, Albrecht

Bewegungseinheit

Sitzgymnastik

Heute gibt es keine angeleiteten Übungen. Heute gibt es eine Anregung für alle Tanzbegeisterten wieder mal das Tanzbein zu schwingen. Früher war das an Samstagabenden eine beliebte Abwechslung zum anstrengenden Alltag.

Musik wirkt tief in unser Leben hinein. Sie rührt uns an und kann unsere Stimmung verbessern.

Dazu nehmen Sie die Musik ihrer Wahl, entweder einen gemütlichen Walzer, eine flotte Polka oder einen Schlagerhit aus vergangenen Tagen bei dem auch mitgesungen werden kann (CD, Youtube...).

Verschaffen Sie sich mit ihren Angehörigen ausreichend Platz in der Wohnung oder auf der Terrasse, lassen die Musik abspielen und es kann losgehen. Vielleicht werden dadurch Erinnerungen an eine nette frühere Begebenheit wach, worüber dann mit seiner Tanzpartnerin/seinem Tanzpartner noch angeregt geplaudert werden kann. **Viel Spaß dabei!**



Gedächtnistraining

Tierquiz

(mittelschwer)

Einige Arten des gesuchten Tieres sind vom Aussterben bedroht.

Das Tier gehört zu den Säugetieren und ist überaus intelligent.

Es lebt im Ozean, aber auch in großen Flüssen wie dem Amazonas in Brasilien.

Das Tier liebt es, auf den Bugwellen von Schiffen oder Motorbooten zu „reiten“.

Mit diesen Tieren kann man schwimmen gehen.

„Flipper“ ist der wohl bekannteste Vertreter dieser Tierart.

Das gesuchte Tier ist ein **Delfin**.

Das Fell des gesuchten Tieres ist im Sommer rotbraun und im Winter graubraun.

Das gesuchte Tier ist in der Dämmerung aktiv.

Das Tier lebt im Wald und ist sehr scheu, weshalb man es nur selten sieht.

Das Tier ist ein Pflanzenfresser und ernährt sich von Gräsern, Kräutern oder Beeren.

Der größte Feind dieses Tieres ist heute der Jäger.

Das Tier ist bekannt aus dem Film „Bambi“.

Das gesuchte Tier ist ein **Reh**.

Das gesuchte Tier hat Knopfaugen und ist ein Nagetier aus der Familie der Wühler.

Es hat sein „Bett im Kornfeld“, und sein Bau ähnelt einer Vorratskammer.

Das Fell ist am Rücken hellbraun und am Bauch meist dunkel.

Vor allem nachts futtert es sich den Bauch mit Feldfrüchten und Getreidekörnern voll.

In seinen Backentaschen sammelt es den Rest seiner Beute.

Das Tier galt einst als Schrecken aller Getreidebauern.

Das gesuchte Tier ist ein **Feldhamster**.

Witze

„Sei achtsam in deinem Leben!“, sagt Mutter Reh zu ihrem Kitz. „Denn andernfalls endest du mit Rotkraut und Knödel!“.

Fragt die kleine Schlange ihre Mutter: „Mama, sind wir giftig!“ „Nein, wieso fragst du!“, sagt die Mama.
„Gott sei Dank, denn ich habe mir gerade auf die Zunge gebissen!“, sagt das Schlangenkind.

Kunde im Tierladen: „Haben sie einen sprechenden Papagei?“ „Nein, aber ein Schaf!“ Kunde: „Und, kann es sprechen?“

Verkäufer: „Nein, aber meckern.“

Treffen sich zwei Männer. Sagt der Erste: „Mein Hund verfolgt immer Männer auf dem Fahrrad!“ „Das ist ja blöd!“, sagt der andere, „Was tust du dagegen?“ „Ich nehme ihm das Fahrrad weg!“

Tierbaby`s zuordnen

(mittelschwer)

Die erwachsenen Tiere haben Tierbabys bekommen, jedes Tierbaby hat aber einen speziellen Namen. Bitten Sie Ihren Angehörigen mit Demenz mit Bleistift zu verbinden, oder lassen Sie die Namen benennen und lesen Sie vor. Sie können aber auch die Namen ausschneiden und Ihren Angehörigen dies wie offene Memorykarten zusammenlegen lassen.

Hund

Welpen

Reh

Huhn

Heuler

Wildschwein

Raupe

Frischling

Schwein

Schaf

Lamm

Pferd

Frosch

Küken

Schmetterling

Ferkel

Robbe

Kitz

Kaulquappe

Fohlen

Von Punkt zu Punkt

(mittelschwer)

Es ist wieder Zeit für ein Punkt für Punkt Bild. Einfach die Zahlen verbinden und ein Bild entsteht, dies kann auch noch ausgemalen werden und für (ehemalige) Hundebesitzer ist auch ein Gesprächsthema gefunden.



Quelle: <https://www.singliesel.de/malen-von-punkt-zu-punkt-nicht-nur-der-april-macht-was-er-will>

Vorlesegeschichte

Ein Loch im Zaun

Eine Labrador Hundemutter wohnte mit ihren fünf Welpen auf einem Bauernhof. Vier der Welpen waren schokoladenbraun und einer schwarz. Der schwarze Welpe war eine Hündin und sie hieß Asra. Sie war besonders neugierig aber auch sehr mutig. Die fünf Hundegeschwister waren immer bei ihrer Mutter. Die Welpen waren noch sehr klein und entfernten sich nur so weit vom Körbchen, dass die Mutter sie noch sehen und riechen konnte. Sie spielten und tobten den ganzen Tag auf dem Bauernhof umher. Sie sprangen durchs Stroh oder planschten am Ententeich und wenn sie ganz übermütig waren, jagten sie die Schafe auf der Weide. Aber genauso gerne kuschelten die Welpen mit ihrer Mutter oder lagen in der warmen Sonne und ruhten sich aus. Eines Tages entdeckte Asra, der schwarze Welpe, ein Loch im Zaun. Es war gerade groß genug, um hindurch schlüpfen zu können. Vorsichtig steckte sie den Kopf durch das Loch, schnupperte und mit einem Satz sprang sie auf die andere Seite des Zaunes. Gerade als Asra einen unbekanntem Geruch witterte, wurde sie schon von zwei Menschenhänden hoch in die Luft gehoben. Eine Stimme sagte: „Ach bist du süß, und dein Fell ist so kuschelig wie bei einem Teddybär! Woher kommst du denn kleiner Hund?“. Asra sah eine Frau, die sie freundlich anlächelte und ihr vorsichtig übers Fell streichelte. „Gehörst du vielleicht auf den Bauernhof nebenan?“, fragte die Frau „Ich glaube dort gibt es gerade Hundebabys. Komm, ich bringe dich nach Hause zu deiner Hundemama!“. Sie trug den kleinen schwarzen Hundewelpen wieder zurück zum Bauernhof. Asra`s Mutter war schon auf der Suche nach ihrer Tochter. Doch sie hatte ihre Geruchsspur am Loch im Zaun verloren. Jetzt war sie übergücklich, sie wieder bei sich zu haben. Glücklich kuschelten sich Mutter und Tochter aneinander.

Seit diesem Tag ging Asra jeden Tag durch das Loch im Zaun, um die Frau vom Nachbargrundstück zu besuchen. Sie mochte es von ihr gestreichelt zu werden oder mit ihr zu spielen. Eines Tages fragte die Frau: „Asra möchtest du immer bei mir wohnen und mit mir spielen?“. Asra bellte leise und wedelte mit dem Schwanz, das hieß: „Ja, ich möchte dein Hund sein!“. So ging die Frau zu der Bäuerin und kaufte ihr den Welpen ab. Von nun an lebte Asra bei der Frau und besuchte seine Mutter jeden Tag auf der anderen Seite des Zaunes. Sie war froh, dass ihre Tochter so nah bei ihr wohnte und dass sie ihren Geruch immer in der Nase hatte.

Quelle: <https://www.geschichten-haus.com/hundegeschichten/>

Gemeinsame Zeit

Schneeflocken aus Papier basteln

Heute zeigen wir Ihnen eine Bastelanleitung für selbstgemachte Schneeflocken. Sie eignen sich für Bastelangebote mit Senioren und Menschen mit einer beginnenden Demenz im Winter. Das Besondere an den Schneeflocken ist, dass Sie wenig Materialien benötigen, die Flocken mit wenig Aufwand herzustellen sind und sie eigentlich immer gelingen.



Für das Schneeflockenbasteln benötigen Sie pro Teilnehmer:

- Weißes, etwas festeres Papier (ca. 20 cm x 20 cm)
- Einen Bleistift
- Eine Schere

Das Papierquadrat wird einmal in der Mitte gefaltet. Das entstandene Rechteck falten Sie noch einmal in der Mitte, sodass Sie ein kleineres Quadrat vor sich liegen haben. Dieses falten Sie nun noch einmal diagonal. Nun zeichnen Sie auf dieses „Tortestück“ ein beliebiges Muster. Wichtig ist, dass die Ränder, also die seitlichen Faltkanten, an zwei bis drei Stellen miteinander verbunden bleiben, sodass die Schneeflocken nicht auseinanderfallen. In die Außenseiten darf beliebig hinein geschnitten werden. Schneiden Sie das aufgezeichnete Muster aus und falten Sie das Papier wieder auseinander. So entstehen ganz einfach ganz individuelle und wunderschöne Schneeflocken.

Die Schneeflocken können entweder an die Fensterscheibe geklebt werden oder im Verbund zu einem Mobile zusammengefasst werden. Dafür hängen Sie die Schneeflocken beispielsweise mit Nylonfäden an einen Ast, umwickeln ihn mit etwas Glitzerdraht und Watte und schon hat man ein wirkungsvolles Wintermobile.

Kleinere Schneeflocken (z.B. aus Papier im Format 10 cm x 10 cm) können auch gut als Tischkärtchen gestaltet werden. Schreiben Sie die Namen der Senioren auf die Schneeflocken und legen Sie diese mit winterlich gemusterten Servietten auf die Ess- oder Kuchenteller.

Viel Spaß beim Basteln!



**Wir hoffen, dass wir uns
morgen wieder lesen! ☺**

Monika Jörg & Martina Kirbisser