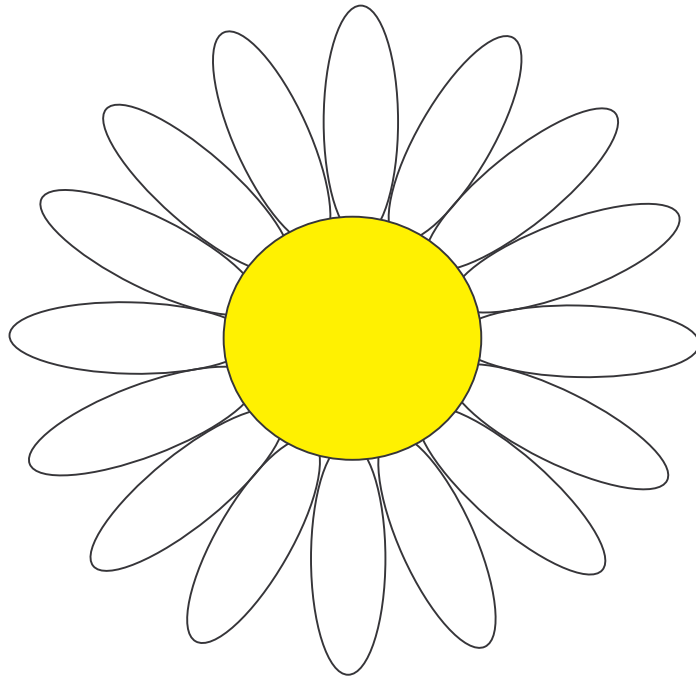


Gerontopsychiatrischer Verbund Spandau



BETREUUNGSANGEBOTE

in teil- und vollstationären Einrichtungen

- Anregungen zum Nachgestalten -

Impressum**Herausgeber**

Gerontopsychiatrischer Verbund Spandau
c/o Bezirksamt Spandau von Berlin
Abt. Soziales und Gesundheit, Plan- und Leitstelle
13578 Berlin, Staakener Str. 79, Tel.: 3303 - 4026, Fax: 3303 - 4075

Ansprechpartner

siehe Seite 36

Ausgabe

1. Ausgabe / Oktober 2006

200 Stück

Inhalt

Vorwort / Einleitung	5
• 10-Minuten-Aktivierung	6
• Beschäftigungsangebote für Männer	9
• Geburtstagskaffeetrinken	12
• Gedächtnistraining	13
• Gedächtnistraining und Beschäftigungsangebote für dementiell veränderte Menschen	14
• Hausfeste	16
• Kochen und Backen	18
• Kreatives Gestalten in der Seniorenbetreuung am Beispiel „Marmorieren von Eiern zu Ostern“ ..	20
• Lesegruppe / Vorlesegruppe	22
• Milieuthherapie	23
• Musik	25
• Situative Einzelbetreuung	27
• Sitzgymnastik	28
• Spiele	29
• Spiele – Bewegungsspiele für Bettlägerige	30
• Wahrnehmungsförderung	31
• „Wir erinnern uns“	32
Ansprechpartner im Gerontopsychiatrischen Verbund Spandau	37

Vorwort / Einleitung

Liebe Leser,

alle teil- und vollstationären Einrichtungen in Deutschland - auch die des Gerontopsychiatrischen Verbundes Spandau - bieten ihren Pflegebedürftigen Betreuungsangebote an. Diese sind in der Regel an den Bedürfnissen der Nutzer orientiert und haben unterschiedliche Funktionen, wie unter anderem die Tagesstrukturierung, die Förderung von motorischen Fähigkeiten und kognitiver Ressourcen oder auch die Förderung der Kommunikation und Förderung von Kontakten untereinander.

Mit dieser Aufgabe sind in den einzelnen Einrichtungen Ergotherapeuten, Altenpflegerinnen, Krankenschwestern oder Krankenpflegehelferinnen betraut. Wie man sich denken ist, ist das Spektrum an Ideen, praktischen Erfahrungen und Fähigkeiten sehr groß.

Um diese breite Palette von Angeboten allen Verbundpartnern bekannt und zugänglich zu machen, trafen sich 16 mal (jeweils einmal monatlich über 1 ½ Jahre)Mitarbeiter/-innen der teil- und vollstationären Einrichtungen des Verbundes. Nach einer anfänglichen Orientierungsphase zeichnetet sich dann für alle die nun vorliegende Form der Dokumentation ab, die keinen Anspruch auf Vollständigkeit erheben will und kann. Zum einen ist dieses Fachgebiet sehr umfangreich, zum anderen ist auch der individuelle Bedarf der Pflegebedürftigen entscheidend für die Angebote. Diese Sammlung, die nach einem von der Arbeitsgruppe festgelegtem Raster erstellt wurde, soll lediglich Anregungen für die Verbundpartner in Spandau sowie für andere Verbünde bieten.

Bei allen Treffen waren die Teilnehmer gleichbleibend offen im Vorstellen ihrer Angebote sowie interessiert an Austausch und der Vernetzung zwischen den einzelnen Akteuren.

Frau Ranzinger, Ev. Johannesstift Berlin, übernahm von Anfang an die Koordination der Arbeitsgruppe. Sie wurde hierbei anfänglich von Frau Kuhl, Vivantes - Forum für Senioren - Dr.-H.-Kantorowicz-Haus, und später dann von Herrn Herrmann, Pflegepension Marielle, unterstützt.

Zum Abschluss der von vornherein befristeten Arbeitsgruppe haben die Teilnehmer beschlossen, den für sie so anregenden Kontakt mit den Kollegen anderer Einrichtungen zum Zwecke des Austausches weiter zunutzen. Es wurde ein „Stammtisch“ gegründet, der sich jeweils am letzten Donnerstag im Monats von 14.00 bis 16.00 Uhr im Café Gartenlaube im Ev. Johannesstift Spandau trifft.

Den Mitgliedern der Arbeitsgruppe sei herzlichst gedankt.

Geschäftsführung

des Gerontopsychiatrischen Verbundes Spandau

10-Minuten-Aktivierung

Die 10-Minuten-Aktivierung ermöglicht Menschen mit Desorientierungsstörungen ein Wiedererkennen von vertrauten Alltagsgegenständen oder bekannten Textinhalten. Dabei werden alle Sinne - Sehen, Hören, Fühlen, Riechen und Schmecken - und die gefühlsmäßige Ebene angesprochen und aktiviert.

Hierbei sollten folgende Punkte beachtet werden:

- Die 10-Minuten-Aktivierung ist eine Kurzaktivierung. Die Gruppenleitung wählt die Aktivität / das Thema aus und arbeitet zielorientiert.
- Die 10-Minuten-Aktivierung ist Schwerpunkt der Tagesstrukturierung für Bewohner / Gäste mit dementiellen Erkrankungen.
- Themen mit belastenden Erinnerungen oder Angst auslösenden Inhalten sollten nicht angesprochen werden (Krieg / Vertreibung / Todesfälle)
- Die Themen- und Materialauswahl sollte neutral sein.

Ziele

- Aktivierung von Körper, Seele und Geist
- Aktivierung der Erinnerungen aus dem Langzeitgedächtnis
- Förderung des Selbstwertgefühls und der Lebensfreude

Schwierigkeitsgrad (leicht, mittel, schwer)

- leicht

Teilnehmer

- Die 10-Minuten-Aktivierung eignet sich speziell für Menschen mit Desorientierungsstörungen. Es können aber auch orientierte Menschen an dieser Aktivität teilnehmen.

Teilnehmerzahl

- offen

Dauer der Beschäftigung

- 10 Minuten
- mindestens einmal am Tag zu einer festgesetzten Tageszeit
 - ⇒ nach dem Frühstück
 - ⇒ vor dem Mittagessen
 - ⇒ vor oder nach dem Kaffeetrinken
 - ⇒ vor dem Abendessen

Materialauswahl

- vertraute Gegenstände, Begrifflichkeiten oder Texte
 - ⇒ aus dem alltäglichen Leben
 - ⇒ wohnortbezogen
 - ⇒ biographieorientiert
 - ⇒ jahreszeitenbezogen

Dies können Haushaltsgegenstände, Werkzeuge, Kleidungsstücke, Kosmetika, Blumen, Obst und Gemüse, Gedichte, Liedtexte oder Zeitungsartikel sein.

Wichtig: Die ausgewählten Materialien müssen aus dem früheren Leben bekannt sein oder einen Bezug zu den individuellen Lebenserinnerungen haben.

Vorbereitung

- Aushang des Wochenplanes mit Raum- und Zeitvorgabe und Angabe des durchführenden Mitarbeiters
- Tägliche Information der Bewohner / Gäste
- evtl. Raumvorbereitung
- Einladende Anordnung der Sitzplätze in den jeweiligen Gruppen- oder Tagesräumen
- Seh- und Hörbeeinträchtigung und Platzbedarf für Rollstühle berücksichtigen
- Angenehme Raumtemperatur und gute Lichtverhältnisse sicherstellen
- Nebengeräusche vermeiden, ausschalten
- Materialien zurechtlegen

Durchführung

- Begrüßung aller Teilnehmer
- Einstimmen zu der jeweiligen Aktivität
- Gegenstand / Anschauungsmaterial zeigen, eventuell herumreichen oder fühlen und tasten lassen
- Gemeinsam Begrifflichkeit oder Name benennen / erraten
- Erinnerungen erfragen
- Evtl. typische Handgriffe / Handbewegungen in bezug auf Gebrauch und Verwendung des Gegenstandes vorführen
- In Abhängigkeit der Materialien Geruchs- und Geschmackssinn mit einbeziehen
- Bei der Auswahl von Texten bekannte Gedichte zusammen aufsagen, Lieder gemeinsam singen oder einen kurzen Text mit vertrauten Inhalten langsam vorlesen.
- die Aktivität abrunden und abschließen
- Dank für die aktive Teilnahme aussprechen
- Evtl. bewirkt die 10-Minutenaktivierung im Anschluss ein Weiter-Erinnern und gemeinsames Erzählen

Beispiele für die Durchführung einzelner 10-Minutenaktivitäten

- „Milchkanne“
Anschauungsmaterial: Milchkanne
Aktivität: Deckel von der Kanne abnehmen und Klappergeräusch erzeugen
Fragen: Kennen Sie das Gefäß? Wofür wurde es genutzt? Wo wurde damit eingekauft? Welche Erinnerungen haben Sie daran?
Weitere Ideen: Eventuell zum Ende der Aktivität ein Glas Milch reichen.
- „Wäsche“
Anschauungsmaterial: Wäscheleine und Wäscheklammern, evtl. zusätzlich Geschirrtücher
Aktivität: Wäscheleine auseinandernehmen, evtl. von den Bewohnern halten lassen und Wäscheklammern anstecken lassen
Fragen: Wo wurde die Wäsche früher gewaschen und zum Trocknen aufgehangen? Wie und womit wurde die Wäsche gewaschen?
Weitere Ideen: Evtl. zum Ende der Aktivität gemeinsam Handtücher zusammenfalten, Wäscheklammern abnehmen, Wäscheleine aufwickeln.
- „Backen“
Anschauungsmaterial: Nudelholz und Ausstechformen
Aktivität: Ausrollen pantomimisch darstellen, Gegenstände herumreichen
Fragen: Wofür wurden die Gegenstände benutzt? Zu welcher Jahreszeit brauchte man sie besonders?. Hatten Sie besondere Lieblingskekse, die sie gebacken haben?
Weitere Ideen: Evtl. zum Ende der Aktivität für jeden ein Plätzchen austeilen.
- „Sparen“
Anschauungsmaterial: Verschiedene Spardosen
Aktivität: Klappern der gefüllten Spardose, Schlüssel zeigen, Spardosen herumreichen
Fragen: Haben Sie früher Geld gespart? Wo wurde es aufgehoben?
Weitere Ideen: Evtl. einzelne Geldstücke verteilen und in die Dose stecken lassen.
- „Brieftasche“
Anschauungsmaterial: Brieftasche, möglichst aus Leder
Aktivität: Brieftasche aufklappen und einzelne Fächer zeigen
Fragen: Wer trug eine Brieftasche? Was wurde in der Brieftasche außer Geld aufbewahrt? Wo wurde sie hin gesteckt ?
Weitere Ideen: Evt. die Brieftasche herumreichen, fühlen und riechen lassen.
- „Werkzeuge“
Anschauungsmaterial: Hammer und Zange, verschiedene Nägel
Aktivität: Pantomimische Darstellung: Nagel einschlagen und Nagel ziehen
Fragen: Wofür wurde der Hammer gebraucht? Wofür wurde die Zange gebraucht?
Weitere Ideen: Evtl. Werkzeuge herumreichen und auf die Schwere der Werkzeuge hinweisen.
- „Schallplatten“
Anschauungsmaterial: Schallplatte mit Hülle
Aktivität: Schallplatte aus der Hülle nehmen und zeigen
Fragen: Auf welchem Gerät wurde die Schallplatte abgespielt? Wie hießen die ersten Schallplatten und auf welchem Gerät wurden sie abgespielt? Können Sie einen Liebesschlager benennen?
Weitere Ideen: Zum Ende der Aktivität gemeinsam einen bekannten Schlager singen.

Beschäftigungsangebote für Männer

Die Beschäftigungsangebote für Männer ermöglichen speziell diesem Kundenkreis ein Wiedererkennen und Wiederbeleben der eigenen Rollen- und Berufsidentität. Jeder wird mit seiner eigenen männlich geprägten Persönlichkeit wahrgenommen und in seinem Selbstwertgefühl gestärkt.

Männliche Bewohner haben ihr Selbstwertgefühl und ihre Identität häufig durch ihre Berufsausübung erhalten. Für diese Generation der Männer, die heute in Pflegeeinrichtungen betreut werden, waren private Interessen oder Hobbys überwiegend zweitrangig. Im Vordergrund stand die berufliche Tätigkeit. Diese Tatsache muss bei den Beschäftigungsangeboten berücksichtigt werden.

Ziele

- Wertschätzung der Lebensleistung und der Rollen- und Berufsidentität
- Aktivierung der Erinnerungen aus dem Langzeitgedächtnis
- Förderung des Selbstwertgefühls und der Lebensfreude

Schwierigkeitsgrad (leicht, mittel, schwer)

- leicht

Teilnehmer

- Die Beschäftigungsangebote für Männer eignen sich speziell für diesen Personenkreis. Es können orientierte Männer an dieser Aktivität teilnehmen, aber auch männliche Teilnehmer mit Desorientierungsstörungen.

Teilnehmerzahl

- offen

Dauer der Beschäftigung

- 30 – 60 Minuten
- Die Dauer ist aber auch abhängig von der Resonanz auf das Angebot.

Vorbereitung

- Aushang des Wochenplanes mit Raum- und Zeitvorgabe und Angabe des durchführenden Mitarbeiters
- Information der Bewohner / Gäste
- evtl. Raumvorbereitung
- einladende Anordnung der Sitzplätze in den jeweiligen Gruppen- oder Tagesräumen
- Seh- und Hörbeeinträchtigung und Platzbedarf für Rollstühle berücksichtigen
- angenehme Raumtemperatur und gute Lichtverhältnisse sicherstellen
- Nebengeräusche vermeiden, ausschalten
- Materialien zurechtlegen

Materialauswahl

- Vertraute Gegenstände , Begrifflichkeiten, Texte, Werbematerialien bezogen auf das Berufsleben
bezogen auf männlich geprägte Hobbys
biographiebezogen
- Dies können sein: Werkzeuge, Berufsbekleidung, Werbematerialien für Rauch- und Tabakwaren, unterschiedliche Bierflaschen und Biersorten, Postkarten, Landkarten, Brieftaschen, Krawatten, Wecker und Uhren, Tageszeitungen, spezielle Musikangebote.
- Wichtig: Die ausgewählten Materialien müssen aus dem früheren Leben bekannt sein oder einen Bezug zu den individuellen Lebenserinnerungen von Männern haben.

Durchführung

- mindestens 1x wöchentlich am Vormittag, am Nachmittag oder auch am frühen Abend
- Begrüßung aller Teilnehmer
- Einstimmen zu der jeweiligen Aktivität
- Gegenstand / Anschauungsmaterial zeigen evtl. herumreichen oder fühlen und tasten lassen
- gemeinsam Begrifflichkeit oder Name benennen bzw. erraten lassen
- Erinnerungen erfragen
- evt. typische Handgriffe und Handbewegungen in bezug auf den Gebrauch und die Verwendung des Gegenstandes vorführen oder auch von den Teilnehmern vorführen lassen
- eine gemeinsame Gesprächsrunde aufbauen, die Lebens- und Berufserinnerungen ermöglicht

- die Aktivität abrunden und abschließen
- Dank für die Teilnahme aussprechen
- evt. bewirkt dieses spezielle Angebot für die männlichen Bewohner im Anschluss ein Weitererinnern und gemeinsames Erzählen
- **Besonders zu beachten:** Wichtig ist die Atmosphäre in der Gruppenstunde, die wesentlich durch die Gruppenleitung geprägt wird.

Nachbereitung

- Gebrauchte Materialien aufräumen.
- Ideal wäre ein spezieller Schrank mit einer Auswahl von Aktivierungsgegenständen für einen männliche Personenkreis.
- Verlauf reflektieren (Was war hilfreich? Was könnte verbessert werden?)
- Dokumentation der Durchführung

Qualifikation

- Nach Anleitung und guter Einarbeitung jeder Mitarbeiter
- Wichtig sind Einfühlungsvermögen und eine positive und wertschätzende Haltung zum Alter und zu einer männlich geprägten Identität.
- Biographiekenntnisse und Kenntnisse männlicher Berufe, Interessen und Hobbys sind zusätzlich hilfreich.

Beispiele für die Durchführung einzelner Beschäftigungsangebote für Männer

- „Handwerk hat goldenen Boden“

Anschauungsmaterial: Handwerkskiste mit verschiedenen Werkzeugen und Zubehör

Aktivität: Handwerkskiste herumreichen und die einzelnen Teile auf einem Tisch ausbreiten, anschauen und gemeinsam wieder einsortieren. Vielleicht kann auch noch praktisches Können der einzelnen Teilnehmer eingesetzt werden oder die Gruppenleitung demonstriert einzelne Handlungsabläufe im Umgang mit dem Werkzeug.

Fragen, die diese Aktivität unterstützen: Hatten Sie früher auch eine Handwerkskiste? Welche Werkzeuge und sonstigen Gegenstände haben Sie darin aufbewahrt? Worauf muss beim Umgang mit den Werkzeugen geachtet werden? Können Sie sich an Verletzungen im Umgang mit dem Werkzeug erinnern? Welche Handwerksberufe kennen Sie?

- „Selbst ist der Mann“

Anschauungsmaterial: Kasten mit Schrauben und Nägeln (evtl. ungeordnet)

Aktivität: Die Schrauben und Nägel auf einem Tisch ausbreiten und gemeinsam sortieren nach Größe und Anwendbarkeit.

Fragen, die diese Aktivität unterstützen: Wofür wurden die einzelnen Schrauben und Nägel benutzt? Haben Sie eigene Erinnerungen an Ihre Schraubensammlung? Welche Werkzeuge braucht man für Schrauben und Nägel? Was geschieht mit krummen Nägeln?

- „Eine Karte geht auf Reisen“

Anschauungsmaterial: Kiste mit alten Postkarten

Aktivität: Gemeinsames Anschauen der Postkarten. Die Postkarten evtl. im Vorfeld nach bestimmten Themen oder Orten sortieren oder gemeinsam die Karten bestimmten Kriterien zuordnen (Reisen, Berlin usw.). Vielleicht kann jeder Teilnehmer am Ende der Gruppenstunde eine Postkarte als Erinnerung behalten.

Fragen, die diese Aktivität unterstützen: Welche Erinnerung haben Sie beim Anschauen der Bilder? Kommt Ihnen etwas bekannt vor? Haben Sie früher selbst Postkarten gesammelt? Welche ist für Sie die schönste Postkarte? Wann und warum werden Postkarten geschrieben?

- „Hopfen und Malz, Gott erhalt`s“

Anschauungsmaterial: verschiedene Bierdeckel, Werbematerial für Biersorten (Emailschilder / Zeitungsanzeigen), einige Flaschen unterschiedlicher Biersorten und Flaschenformen

Aktivität: Das Anschauungsmaterial auf einem Tisch ausbreiten und gemeinsam anschauen. Vielleicht können die Teilnehmer eine kleine Kostprobe bekommen. Gemeinsam Biersorten aufschreiben. Vielleicht kann in einer nächsten Gruppenstunde ein gemeinsames Plakat zum Thema Bier erstellt werden.

Fragen, die diese Aktivität unterstützen: Welche Biersorte haben Sie bevorzugt? Kennen Sie die unterschiedlichen Biersorten, die hier gezeigt werden? Kennen Sie noch andere Biersorten? Haben Sie auch einmal zuviel Bier getrunken? Worin wurde früher Bier geholt? Wie wurde früher Bier im Sommer gekühlt? Können Sie sich noch an Bierkutschen erinnern? Was ist eine Weiße mit Schuss?

- „Über Geld spricht man nicht“
Anschauungsmaterial: verschiedene Brieftaschen oder Geldbörsen, möglichst aus Leder
Aktivität: Brieftaschen aufklappen, einzelne Fächer zeigen und herumreichen. Die Brieftasche fühlen und riechen lassen. Vielleicht kann die Brieftasche auch gefüllt werden.
Fragen, die diese Aktivität unterstützen: Hatten Sie auch eine Brieftasche? Was haben Sie in der Brieftasche außer Geld aufbewahrt oder hatten Sie für das Geld eine gesonderte Geldbörse? Wo wurde die Brieftasche hin gesteckt (Jackett, Hosentasche)? Hatten Sie Angst, die Brieftasche zu verlieren oder ist dies einmal geschehen?
- „Allerlei Rauch- und Tabakwaren“
Anschauungsmaterial: verschiedene Zigarettenschachteln, Zigarrenkisten, Werbematerial für Zigarettenmarken (Emailleschilder / Zeitungsanzeigen), Aschenbecher
Aktivität: Das Anschauungsmaterial auf einem Tisch ausbreiten und gemeinsam anschauen. Gemeinsam Zigarettenmarken aufschreiben. Werbesprüche für einzelne Zigarettenmarken vorlesen. Auf die Veränderung der Akzeptanz des Rauchens in der Gesellschaft aufmerksam machen (Rauchverbote, gesundheitliche Folgeschäden)
Fragen, die diese Aktivität unterstützen: Haben Sie früher geraucht? Welche Zigarettenmarke haben Sie bevorzugt? Kennen Sie die unterschiedlichen Zigarettenmarken, die hier gezeigt werden? Kennen Sie noch andere Marken? Wie teuer waren früher Zigaretten? Haben Sie Zigaretten selbst gedreht? Durfte früher überall geraucht werden? Was würden Sie heute jungen Leuten raten? Sollen sie rauchen?
- „Orientierung für Seefahrer“
Anschauungsmaterial: verschiedene Karten mit Leuchttürmen, Modell eines Leuchtturmes, eine Lampe
Aktivität: Karten herumreichen, Lampe anschalten
Fragen, die diese Aktivität unterstützen: Welche Aufgaben haben Leuchttürme? Wo stehen Sie? Wer arbeitet auf dem Leuchtturm? Können Sie sich an den Besuch eines Leuchtturmes erinnern?
- „Herrenschmuck“
Anschauungsmaterial: verschiedene Krawatten (offen und gebunden), Binder, Fliegen
Aktivität: Die Krawatten herumreichen und gemeinsam betrachten. Das Krawattenbinden zeigen oder evtl. durch einzelne Teilnehmer ausführen lassen. Als Alternative die Fliege vorführen.
Fragen, die diese Aktivität unterstützen: Haben Sie früher Krawatten getragen? Hatten Sie eine Lieblingskrawatte? Welche Krawatte von den hier gezeigten gefällt Ihnen jetzt am besten? Zu welchem Anlass wurde eine Fliege zum Hemd getragen?
- „Die Musik spielt auf“
Anschauungsmaterial: Schallplatten mit Marschmusik, Seemannslieder, Chormusik oder mit klassischer Musik
Aktivität: Schallplatten herumreichen und zeigen. Von jeder Schallplatte im Laufe der Gruppenstunde ein oder zwei Lieder / Stücke abspielen. Vielleicht gemeinsam Seemannslieder singen oder den Text eines bekannten Chorliedes aufsagen.
Fragen, die diese Aktivität unterstützen: Welche Musik haben Sie am liebsten gehört? Hatten Sie zu Hause einen eigenen Plattenspieler? Welches Musikstück gefällt Ihnen am besten?
- „Die richtige Zeit“
Anschauungsmaterial: verschiedene Wecker und Uhren (Armbanduhren, Kuckucksuhr, Küchenuhr, Uhr mit Westminstergong) möglichst zum Aufziehen
Aktivität: Wecker und Uhren anschauen und evtl. herumreichen. Unterschiedliche Klingeltöne der Wecker vorführen. Eine Wand- oder Standuhr aufziehen und stellen. Evtl. eine Armbanduhr umbinden.
Fragen, die diese Aktivität unterstützen: Hatten Sie eine Armbanduhr? Welche Wecker und Uhren hatten Sie in Ihrer Wohnung? Wie sah Ihr Wecker oder die Uhr aus? Können Sie sich an den Klingelton oder den Gong zur vollen Stunde erinnern? Wann mussten Sie früher aufstehen? Hat Ihre Frau Sie geweckt oder haben Sie selber den Wecker gestellt und sind aufgestanden?

Literaturhinweise

- Sachbücher über Uhren, Krawatten, Tabakwaren, Autos, Fußball u.s.w.
- Bücher mit zeitgebundenen Lebenserinnerungen
speziell auch Lebenserinnerungen von Männern (Soldatenzeit u.s.w.)
Reihe Zeitgut, Zeitgut Verlag GmbH Berlin, Homepage: www.zeitgut.com

zusammengestellt von:

Heidmarie Ranzinger, Ev. Johannesstift Berlin, Tagespflege Hanna

Geburtstagskaffeetrinken

Ein Angebot, das einmal pro Monat stattfinden könnte.

Ziele

- Würdigung des persönlichen Festtages
- Stärkung des Ich-Gefühls
- Förderung von Kommunikation
- Förderung von zeitlicher Orientierung
- Förderung von sozialer Integration

Schwierigkeitsgrad (leicht, mittel, schwer)

- ist vorgegeben von der Zielgruppe (Biographie und Krankheitsbilder)

Teilnehmer

- alle Geburtstagskinder des entsprechenden Monats, ihre Gäste und Angehörige

Teilnehmerzahl

- offen

Dauer der Beschäftigung

- 2 Stunden oder länger, je nach Befindlichkeit der Teilnehmer

Vorbereitung

- Einladungen und deren Verteilung
- Absprache mit allen Diensten des Hauses bezüglich Räumlichkeiten, Termin, Kuchen und Kaffee
- Absprache mit Angehörigen
- festliche Rahmgestaltung mit individuellen Schwerpunkten
- nötige Begleitung der Teilnehmer organisieren
- Tische eindecken
- Bücher, Spiele und Musikanlage bereitstellen
- Teilnehmer abholen

Durchführung

- Begrüßung der Gäste
- gemeinsames Kaffeetrinken (ggf. Hilfestellung beim Essen und Trinken anbieten)
- individuelle Programmgestaltung
- Initiierung von Gesprächen
- gemeinsame Schlussgestaltung
- Verabschiedung der Teilnehmer
- Zurückbegleiten der Teilnehmer

Nachbereitung

- Aufräumen des Raumes
- Dokumentation

Literaturhinweise

- Sozialtherapeutische Standards in der Altenpflege
Sabine Wolf-Wennersheide, Schlütersche Verlagsgesellschaft, 1998
- Das bewegte Jahr: Feste feiern mit Senioren (Themenorientierte Sondermappe für die Arbeit mit Älteren)
Verlag Bergmoser + Höller AG, Aachen 1997
- Hausbuch der Feste und Bräuche
Josef K. Pöllath, Südwest Verlag, München 1993
- Das Seniorenspielbuch
Ursula Stöhr, Beltz Verlag, 2002
- Jule-Geschichten - Wie die heute alten Menschen ihre Kindheit erlebten
Elisabeth Lambrecht, Vincentz Verlag, Hannover 2004
- Fachzeitschrift „Altenpflege“
Vincentz Verlag, Hannover
- Die Sonnenuhr - Ein Kommunikations- und Ratespiel für Alt und Jung
Petra Fiedler, Vincentz Verlag, Hannover 2000

zusammengestellt von:

Frau Doberschütz, Vivantes – Forum f. Senioren, Wohnpflegezentrum Spandau, Ernst-Hoppe-Haus

Gedächtnistraining

Ein wöchentliches Angebot zur Erhaltung der wichtigsten Funktionen des Gehirns in lockerer Atmosphäre

Ziele

- Förderung der Konzentration
- Steigerung der Merkfähigkeit
- Training der Wortfindung und Flexibilität im Denken
- Sensibilisierung der Wahrnehmung und Verarbeitung des Erlebten
- Stärkung der Fähigkeit, sich auseinander zu setzen mit dem Hier und Heute

Schwierigkeitsgrad (leicht, mittel, schwer)

- leicht bis schwer, je nach Befindlichkeit der Teilnehmer

Teilnehmer / Zielgruppe

- interessierte Senioren
- leicht bis mittelschwer Demenzerkrankte

Teilnehmerzahl

- 4 bis 8

Dauer der Beschäftigung

- 20 bis 60 Minuten

Vorbereitung

- das Gesprächsthema auswählen
- Medien (Spiele, Buchstaben, Zahlen, Bilder, Lieder usw.) auswählen oder selbst erarbeiten
- Raum vorbereiten
- Getränke bereitstellen
- Information der Teilnehmer
- Abholung bei Bedarf

Durchführung

Im Hinblick auf das Kurzzeit- und Langzeitgedächtnis wird die Stunde bzw. Einheit in drei Abschnitte unterteilt:

- Teil 1 - Aktuelles
Erlebnisse der letzten Tage, Wünsche, Beschwerden
- Teil 2 - Ausgewähltes Thema
z.B. Tiere, Pflanzen, Geschichte, Kultur
- Teil 3 - anregende Spiele und Übungen zum Thema
mögliche Formen: schriftlich oder mündlich unter Berücksichtigung aller fünf Sinne (Kimspiele)

Nachbereitung

- Medien aufräumen
- Dokumentation führen

Literaturhinweise

- Sozialtherapeutische Standards in der Altenpflege
Sabine Wolf-Wennersheide, Schlütersche Verlagsgesellschaft, 1998
- Das bewegte Jahr: Feste feiern mit Senioren (Themenorientierte Sondermappe für die Arbeit mit Älteren)
Verlag Bergmoser + Höller AG, Aachen 1997
- Hausbuch der Feste und Bräuche
Josef K. Pöllath, Südwest Verlag, München 1993
- Das Seniorenspielbuch
Ursula Stöhr, Beltz Verlag, 2002
- Jule-Geschichten - Wie die heute alten Menschen ihre Kindheit erlebten
Elisabeth Lambrecht, Vincentz Verlag, Hannover 2004
- Fachzeitschrift „Altenpflege“
Vincentz Verlag, Hannover
- Die Sonnenuhr - Ein Kommunikations- und Ratespiel für Alt und Jung
Petra Fiedler, Vincentz Verlag, Hannover 2000

zusammengestellt von:

Frau Doberschütz, Vivantes – Forum f. Senioren, Wohnpflegezentrum Spandau, Ernst-Hoppe-Haus

Gedächtnistraining und Beschäftigungsangebote für dementiell veränderte Menschen

Ziele

- Förderung der Kommunikation
- Förderung der Erlebniszfähigkeit
- Übungen für Wortfindung, Assoziation, Reproduktion, Konzentration und Merkfähigkeit

Schwierigkeitsgrad (leicht, mittel, schwer)

-

Teilnehmer

- dementiell veränderte Menschen

Teilnehmerzahl

- Die Zahl ist abhängig von der Leistungsfähigkeit der einzelnen Teilnehmer. Je schwächer die Teilnehmer sind, desto kleiner sollte die Gruppe sein. Bei mittelgradig dementiell erkrankten Teilnehmern ist eine Gruppe bis zu fünf Personen angebracht, während bei einer hochgradigen Demenzerkrankung drei Teilnehmer angebracht sind.

Dauer der Beschäftigung

- 20 – 30 Minuten, vormittags zwischen 9.00 und 11.00 Uhr

Vorbereitung

- Die Raumgestaltung sowie das Umfeld spielen für den Demenzkranken eine wichtige Rolle. Der Raum selbst sollte sehr hell sein und mit starken Lampen ausgeleuchtet sein. Dies ist nicht nur stimmungsaufhellend, sondern beugt auch der Schläfrigkeit vor. Die Raumtemperatur sollte zwischen 21° und 23° C betragen.
- Eine reizintensive, aber nicht verwirrende Ausstattung des Raumes hat sich bewährt; es sollten Dinge des täglichen Lebens wie z.B. Handtücher, Tischdecken, Taschentücher, Zeitungen, Kissen usw., die zum Anfassen und "Begreifen" da sind, vorhanden sein. Praktisch sind auch Schränke bzw. Regale, die man ein-, aus- und umräumen kann. Ein Kräutergärtlein mit Pfefferminze, Schnittlauch, Salbei oder anderen Küchenkräutern eignet sich hervorragend, um die Sinne anzuregen. Wenn diese Pflanzen gegessen werden, schaden sie nicht.
- Ideal ist, wenn sich der Raum im Wohnbereich oder im nahen Umfeld befindet. Eine ruhige Atmosphäre ist oberstes Gebot. Dauerberieselung durch Musik aus dem Radio oder Fernseher ist zu vermeiden. Man kann aber sehr gut gezielt klassische Musik, alte Filmmusik, Schlager oder Volksmusik zur Beruhigung einsetzen.
- Themenbereich auswählen und thematisch passende Gegenstände (möglichst immer im gleichen Behälter wie z.B. in einem Korb) mitbringen.
- Immer den gleichen Ablauf wählen

Durchführung

- Am Anfang jeder Trainingseinheit werden alle Teilnehmer mit Handschlag begrüßt. Sind alle anwesend, wird immer mit dem gleichen Lied begonnen. Wichtig ist, dass alle, die diese Gruppe leiten, dieses Lied kennen. (Liedvorschläge: Froh zu sein bedarf es wenig und wer froh ist, ist ein König / Horch, was kommt von draußen rein / Geh' aus mein Herz und suche Freud / Jeden Morgen geht die Sonne auf)
- Nach dem Begrüßungslied wird ein Gegenstand herumgereicht, damit die Teilnehmer sich auch gegenseitig wahrnehmen. Dies kann ein Ball, ein Wollknäuel, ein Luftballon sein oder auch ein Gegenstand, der zum Thema der Stunde passt. Dabei kann dann auch die Begrüßung des Nachbarn stattfinden.
- Nach dieser Runde wird ein Bewegungslied vorgeschlagen. Singen ist im Alter auch deshalb vorteilhaft, weil es eine tiefere Atmung begünstigt. Außerdem spielt der Rhythmus eine große Rolle. Manchem fällt es im Alter sehr schwer, sich zu bewegen. Wird jedoch ein Rhythmus vorgegeben, z.B. Melodie und Klatschen, bereitet das Mitmachen den meisten große Freude. Vor Beginn des Liedes wird ein Seil, ein langes Gummiband oder eine Zauberschnur an die Teilnehmer gegeben. Jeder hält sich daran fest, die Hände liegen auf dem Schoß. Beim Refrain werden die Arme zur Mitte nach oben bewegt, dann zurück, nach oben, nach unten und zurück. Bei holladihi usw. wird geschunkelt

Vorschlag für ein Bewegungslied: „Wir sind noch recht faul“ (Melodie: "Da ob'n auf dem Berge", Berliner Lieder, Voggenreither Verlag, Bad Godesberg)

1. Wir sind noch recht faul und sitzen müde im Kreis, doch mit der Gymnastik, da wird uns schon heiß.

Refrain: Nach vorne, nach hinten, nach links und nach rechts, nach oben nach unten, das ist gar nicht schlecht. Holladihi, holladiho. holladihossasa, holladiho.

2. Denn für unsern Kreislauf ist Gymnastik stets gut, sie bringt uns in Schwung und schafft frisches Blut.

Refrain

3. Wir heben die Beine, wir strecken den Arm, und heben die Schultern, dann wird uns schon warm.

Refrain

4. Jetzt geht's uns schon besser und alle machen mit. Wir sind nicht mehr müde und fühlen uns fit.

Refrain

(Text entnommen aus: "Musik erleben und gestalten mit alten Menschen" von Heidrun Harms / Gaby Dreischulte Urban Fischer Verlag München 1995)

- Nach diesen immer wiederkehrenden Einstiegselementen wird mit dem Thema begonnen. Legen Sie die mitgebrachten Gegenstände auf den Tisch. Achten Sie darauf, dass Sie alle Teilnehmer immer wieder mit dem Namen ansprechen. Die Teilnehmer die mitgebrachten Gegenstände "begreifen" und erklären lassen. Teilnehmer dazu ermutigen zu erzählen, was sie noch zu diesen Gegenständen wissen.
- Möglichst eine Sinnesübung einbauen (etwas betrachten, fühlen, riechen, hören und schmecken).
- Den Abschluss bildet dann wieder ein festgelegtes Lied, z.B. "Auf Wiedersehn, auf Wiedersehn, bleib nicht so lange fort. Denn ohne dich ist's halb so schön, auf Wiedersehn bis bald."

Themen

- Flaschen

Flaschen verschiedenster Art (Milchflasche, Babyflasche, Plastikflasche, Weinflasche, Bierflasche, Parfümflasche, usw.) sowie verschiedene Verschlüsse (Korken, Kronkorken, usw.) und Flaschenöffner

Die Flaschen werden auf den Tisch gestellt und jeder Teilnehmer kann sich eine davon nehmen. Zunächst bekommen alle Gelegenheit zum Betrachten ihrer Flasche. Dazu kann erzählt werden, ob sie diese Flasche kennen und wie der Inhalt der Flasche heißen könnte. Anregungen zum Gespräch: Was können wir alles in Flaschen kaufen? War das immer so? Denken Sie an Milch, Wein...! Wie nennt man den Zettel auf der Flasche? Was haben Sie früher in Flaschen selbst abgefüllt? Wie soll man Flaschen aufheben oder lagern? Gab es früher auch Plastikflaschen? Welche Flaschenverschlüsse waren Ihnen am liebsten? Welche gingen am leichtesten auf?

Spiel „Flasche drehen“: Viele kennen dieses Spiel wahrscheinlich aus der Kindheit. Damals stellte derjenige, der die Flasche drehte, eine Frage, und der, auf den der Flaschenhals zeigte, musste die Frage beantworten. Heute dreht der/die Gruppenleiter/in die Flasche. Der Teilnehmer, auf welchen der Flaschenhals zeigt, sagt was man in diese Flasche füllen kann und wozu sie gebraucht wird.

Zum Ausklang versuchen alle Teilnehmer verschiedene Flaschenverschlüsse zu öffnen und zu schließen.

Weitere Möglichkeiten: Fingerübungen mit Korken (Rhythmus klopfen am Tisch mit Korken - über den Tisch rollen), Korken zwischen zwei Fingern halten im Wechselspiel der Finger, volle Flaschen mit Seidenpapier bekleben als Geschenk

Weitere Themen

- Knülltechnik (aus kleinen Krepppapierstückchen Kügelchen rollen lassen und dann aufkleben)
- Was braucht man zum Kochen?
- Wie setzen sich Kalenderjahre zusammen?
- Stadt, Land Fluss
- Gedichte vorlesen
- Sprichwörter (Anfang sagen und ergänzen lassen)
- Was habe ich an?
- Wortpaare bilden (z.B. Wind und Wetter)

Nachbereitung

- benutzte Materialien aufräumen
- Dokumentation

Literaturhinweise

- Themenorientierte Gruppenarbeit für Demenzzranke - 24 aktivierende Stundenprogramme
Sabine Gatz, Lioba Schäfer: Beltz 2002, ISBN 3407558648, 19,80 €
- Anregungen für die geistige Aktivierung von Gruppen mit demenziell veränderten Menschen
Band 1, Arbeitsmappe mit Trainingseinheiten zu 20 Themen, Bundesverband Gedächtnistraining e.V., ISBN 3-934684-31-9, 18,00 €

zusammengestellt von:

Frau Gernert – Geria-Vita GmbH, Pflegeheim am Schützenhof

Hausfeste

jahreszeitlich orientierte Veranstaltungen

Ziele

- Rahmen für Integration und Kommunikation schaffen
- soziale Vernetzung innerhalb des Hauses fördern
- Kontaktpflege mit Angehörigen
- Stärkung des "Ich"- und "Wir"-Gefühls
- Sinnesimpulse bieten
- Aktivierung des Langzeitgedächtnisses
- Darstellung der Einrichtung in der Öffentlichkeit
- Teilnahme am öffentlichen Leben durch Akteure
- Einbeziehung von Angehörigen, Nachbarn, der Gemeinde und Institutionen aus dem räumlichen Umfeld
- Förderung der Orientierung (zeitlich, örtlich, situativ)

Teilnehmer

- Bewohner, Angehörige und sonstige Gäste

Teilnehmerzahl

- offen

Dauer der Beschäftigung

- 2 bis 4 Stunden

Vorbereitung

- Ideensammlung
- Termin und eventuell auch Motto festlegen
- ggf. Sponsoren gewinnen
- Absprache über Speise- und Getränkeangebot mit der Küche
- Erstellung des Programms und Organisation der Akteure
- Gerätschaften und zusätzliches Mobiliar (Grill, Stände, Sonnenschirme, etc.) besorgen und bereitstellen
- personelle Organisation (haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter) und Aufgabenverteilung
- Entwurf von Plakaten und Einladungen
- Absprache über Begleitung und Betreuung der hilfsbedürftigen Bewohner während des Festes (Haupt- und Ehrenamtliche, Angehörige)
- Dekoration herstellen, besorgen und anbringen
- Räumlichkeiten vorbereiten (z.B. eindecken)
- Information der (Lokal-) Presse

Durchführung

- Begrüßung der Bewohner und Gäste
- Moderation des Programms
- als Ansprechpartner für Helfer zur Verfügung stehen
- Betreuung und Begleitung der Bewohner
- Hilfestellung bei der Einnahme von Speisen und Getränken
- bei Bedarf Gespräche führen und initiieren
- Übernahme konkreter Programmangebote

Nachbereitung

- Aufräumen
- Dekoration entfernen
- Danksagungen schreiben
- Zeitungsartikel über das Fest an die Presse weiterleiten
- Reportage in der Hauszeitung veröffentlichen
- Reflexion mit Bewohnern und Mitarbeitern
- Dokumentation besonderer Begebenheiten

Ansprechpartner zur Gestaltung von Festen

▪ Musiker

- Nicki Bruno
30 Euro pro Stunde
- Herr Joseph
Akkordeon, Preis nach Vereinbarung

Tel.: 4914186

Tel.:03322-425695

- Michael Honza
Livemusik, 3 Stunden 120 Euro Tel.: 542 99 78
- Duo Dance Mix
Schlager raten, 40 Euro pro Std. Tel.: 033208-50823
- Internationale Drehorgelfreunde Berlin Tel.: 216 21 26
- Leierkastenspieler Erika Freimerk + Carsten Luscher
13587 Berlin, Schönwalder Allee 26 Magdalenenhof Tel.: 355 079 63
- Frank Uwe Jens Meierfeldt
Roy Black Imitator, nach Vereinbarung ab 50 Euro Tel.: 0163-4438204
- **Künstler**
- Antonio Lang alias Wolfgang Hawranek
Stelzengeher mit begleitender Animation
45307 Essen, Eckenbergstr. 11-13 Tel.: 0201-591567
- Schobertos Tierrevue
Herr und Frau Erdmenger, 16341 Zepernick, Bernauerstr.31 Tel.: 944 63 61
- **Tanzgruppen**
- Folkloretanzgruppe STEPPIN' EASY der AWO Kreisverband Spandau
Homepage: www.steppin-easy.de
Dagmar Gräf Tel.: 033051 - 262 51
- Schautanz-Gruppe „Die Klicksis“
Show- und Karnevalstänzen, darunter Berlin-Medley, Can Can, Bayern-Tanz, Mambo Nr. 5, Pinguine oder Garde-Tanz
(pro Mädchen 25 Euro)
Homepage: www.klicksis.de
Bettina Klicks Tel.: 259 34 697
- **weitere Ansprechpartner**
- Bernhard Farnold
Bezirksamt Spandau von Berlin, Seniorenbeauftragter Tel.: 3303 - 7551
- Jochen Heese
Bezirksamt Spandau von Berlin, Abt. Soziales und Gesundheit
Fachbereich Soziale Einrichtungen und Angebote Tel.: 3303 - 6110
- Ingeborg Weiß
Bezirksamt Spandau von Berlin, Abt. Soziales und Gesundheit
Ansprechpartnerin für Seniorenclubs und Feste Tel.: 3303 - 6111

Literaturhinweise

- Sozialtherapeutische Standards in der Altenpflege
Sabine Wolf-Wennersheide, Schlütersche Verlagsgesellschaft, 1998
- Das bewegte Jahr: Feste feiern mit Senioren
(Themenorientierte Sondermappe für die Arbeit mit Älteren)
Verlag Bergmoser + Höller AG, Aachen 1997
- Hausbuch der Feste und Bräuche
Josef K. Pöllath, Südwest Verlag, München 1993
- Das Seniorenspielbuch
Ursula Stöhr, Beltz Verlag, 2002
- Jule-Geschichten
Wie die heute alten Menschen ihre Kindheit erlebten
Elisabeth Lambrecht, Vincentz Verlag, Hannover 2004
- Fachzeitschrift „Altenpflege“
Vincentz Verlag, Hannover
- Die Sonnenuhr - Ein Kommunikations- und Ratespiel für Alt und Jung
Petra Fiedler, Vincentz Verlag, Hannover 2000

zusammengestellt von:

Frau Doberschütz, Vivantes – Forum f. Senioren, Wohnpflegezentrum Spandau, Ernst-Hoppe-Haus

Kochen und Backen

Bewohnern wird die Möglichkeit geboten, in einer kleinen Gruppe aus der Vergangenheit vertraute Tätigkeiten wie Backen, Kochen oder auch die Zubereitung von Kompott und Salaten auszuüben. In der Regel kennen sich die Bewohner mit den alten Arbeitsabläufen wie z.B. Kartoffel schälen und Gemüse putzen aus und fühlen sich dabei wohl. Gleichzeitig werden durch Koch- und Backgerüche Erinnerungen geweckt und somit Gespräche angeregt, Diskussionen in Gang gesetzt und Erfahrungen ausgetauscht.

Ziele

- Kommunikation der Bewohner fördern
- Förderung der manuellen Fähigkeiten (Umgang mit Geschirr und Koch- und Backutensilien)
- Förderung und Erhaltung sozialer Kontakte
- Förderung der Kommunikation
- Förderung und Erhaltung der Fein- und Grobmotorik
- Aktivierung des Langzeitgedächtnisses und des Erinnerungsvermögens
- Förderung und Erhaltung der Konzentration
- Förderung der individuellen Fähigkeiten und Ressourcen der Bewohner
- Steigerung des Selbstwertgefühls (ich bin was, ich kann was) und des Wohlbefindens

Schwierigkeitsgrad (leicht, mittel, schwer)

- mittel

Teilnehmer

- Es nehmen die Bewohner an der Beschäftigung teil, die es möchten (Krankheitsbilder können verschieden sein, denn jeder kann etwas zur Beschäftigung beitragen).

Teilnehmerzahl

- 4 bis 6 Bewohner (auch Bewohner mit mittleren bis schweren dementiellen Veränderungen)

Dauer der Beschäftigung

- 30 bis 60 Minuten, je nach Anzahl der Bewohner und deren Ausdauer

Vorbereitung

- Bewohner dazu motivieren Wünsche zu äußern, welche Gerichte gekocht, welche Kuchen oder welche Kekse gebacken werden sollen.
- Am Vortag der Beschäftigung evt. gemeinsam mit den Bewohnern die Zutaten einkaufen, die je nach Rezept zum Backen oder Kochen benötigt werden.

Vorbereitung des Raumes

- den Raum gut durchlüften und anschließend für eine angenehme Raumtemperatur sorgen
- Auflegen von Schutzmaterial für die Tischoberflächen (alte Zeitungen, Bretter etc.)
- Zutaten zum Kochen und Backen
- Bereitstellung der benötigten Koch- und Backutensilien sowie von Schürzen
- Bereitstellen von Getränken mit dazugehörigen Gläsern

Vorbereitung der Bewohner

- vor der Beschäftigung mit den Bewohnern zur Toilette gehen, Hände waschen
- Bewohner zur Beschäftigung begleiten und platzieren
- Bewohner noch mal fragen ob sie an der Beschäftigung teilnehmen möchten
- Bewohner die Schürzen anlegen
- Getränke für jeden Bewohner in Reichweite bereitstellen
- Inhalt der Beschäftigung einmal erklären und zeigen

Bereitstellung der Materialien am Beispiel „Kochen einer Gemüsesuppe“

- verschiedenes Gemüse der Saison
- Fleischbeilage oder Würstchen
- klare Brühe und Gewürze (Salz, Pfeffer etc.)
- Tischunterlagen zum Schutz des Tisches, Schneidebretter und Zeitungen für Abfälle, Schürzen
- Schälmesser zum Putzen des Gemüses und Messer zum Zerkleinern des Gemüses und der Fleischbeilage
- eine große Schüssel zum Waschen des zerkleinerten Gemüses, eine kleine Schüssel für die zerkleinerte Fleischbeilage

- einen großen Kochtopf, einen großen Kochlöffel, Kochgelegenheit / Herd

Durchführung

- Gefäße / Schüsseln auf den Tisch verteilen
- Teilnehmer fragen, z.B. welches Gemüse er putzen möchte und dieses dann in seiner Reichweite platzieren sowie die Messer aussuchen lassen
- die Betreuerin gibt den Teilnehmern Hilfestellung und Anleitungen bei den einzelnen Tätigkeiten (wie zum Beispiel Kartoffeln schälen, Gemüse putzen, Zutaten abwägen, etc.)
- sollte der Teilnehmer nicht zurecht kommen, wiederholt zeigen und erklären
- Bewohner zur aktiven Teilnahme motivieren
- wenn alles geputzt und zerkleinert ist, mit den Teilnehmern an der Spüle abwaschen und gegebenenfalls alles in den Topf füllen
- Abfälle beseitigen, Tische abwischen
- Lob und Anerkennung aussprechen
- Keine Über- oder Unterforderung der Teilnehmer
- Initiierung von Gesprächen (Rezepte austauschen, Lieblingsgerichte usw.)
- Pausen einlegen, Getränke reichen
- Gespräch mit den Teilnehmern über den Verlauf der Beschäftigung
- Hände waschen und Schürzen abnehmen
- Lüften des Raumes (darauf achten, dass die Teilnehmer nicht in der Zugluft sitzen)

Nachbereitung

- Teilnehmer zum Essen der zubereiteten Speise einladen
- Tisch decken, eventuell mit Hilfe der Teilnehmer
- gemeinsames Mittagessen oder gemeinsames Kaffeetrinken
- Aufräumen der Küche, eventuell mit Hilfe der Teilnehmer (verschmutzte Utensilien abwaschen, abtrocknen und in den Schrank räumen)
- Verabschiedung der Teilnehmer und Zurückbringen in die Zimmer
- Dokumentation (Art und Durchführung der Beschäftigung), Bilanzierung
- Reflexion und Austausch mit dem Pflorgeteam

Literaturhinweise

- Kalter Krieg und warme Küche - 200 Berliner Rezepte im Kontext der Stadtgeschichte
Parthas Verlag GmbH, 1. Auflage Dezember 2004

Rezepte

- Selterskuchen
Zutaten: 4 Eier, 2 große Tassen Zucker, 1 große Tasse Öl, 3 große Tassen Mehl, 1 x Backpulver, 2 x Vanillezucker, 1 - 2 große Tassen Selter oder Orangenbrause, 1 kg gesäubertes und zerkleinertes Obst (Äpfel, Kirschen, Pflaumen)
Zubereitung: alle Zutaten verrühren und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech verteilen, Obst auf dem Teig verteilen und bei 200°C ca. 60 min backen.
- Quarkkuchen ohne Boden
Zutaten: 2 große Äpfel, 100 g Grieß, 100 g Margarine oder Butter, 6 Eier, 400 g Zucker, Saft von 3 Zitronen, 1 EL Öl, 1 EL Mehl, 1 kg Quark, 1 x Backpulver, 1 x Vanillepuddingpulver,
Zubereitung: Margarine, Eigelb, Zucker u. den Saft der Zitronen mischen, dazu Öl, Mehl, Grieß, Backpulver, Puddingpulver u. Quark geben u. vermischen. Eiweiß steif schlagen u. langsam unterheben, Teig auf ein Blech verteilen. Äpfel schälen und in kleine Würfel schneiden und über den Teig verteilen. Bei 200°C ca. 60 min backen.

zusammengestellt von:

Karin Gertulla, Vitanas Senioren Centren – Senioren Centrum Birkenhof

Kreatives Gestalten in der Seniorenbetreuung am Beispiel „Marmorieren von Eiern zu Ostern“

Ziele

- Kommunikation unter den Bewohnern fördern
- Förderung der sozialen Kontakte
- Förderung und Erhaltung der Fingerfertigkeit im Umgang mit verschiedenen Materialien
- Anregung der Sinne
- Förderung und Erhaltung der Fein- und Grobmotorik
- Förderung und Erhaltung des Gedächtnisses
(z.B. was wähle ich für Materialien, dem Thema entsprechend, aus)
- Förderung und Erhaltung der Konzentration
- Jeden Bewohner nach seinen individuellen Fähigkeiten und Ressourcen fördern
- Stärkung des Ich Gefühls/Steigerung des Selbstwertgefühls (Ich bin was, ich kann was)

Schwierigkeitsgrad (leicht, mittel, schwer)

- leicht, da dafür nur die Grobmotorik erforderlich ist

Teilnehmer

- Auswahl der Bewohner treffen die an der Beschäftigung teilnehmen möchten. Diese können verschiedene Krankheitsbilder haben, denn jeder dieser Bewohner kann etwas zu dieser Beschäftigung beitragen, selbst wenn er den anderen nur zuschaut.

Teilnehmerzahl

- nicht mehr als 8 Teilnehmer / Bewohner pro Gruppe

Dauer der Beschäftigung

- ungefähr 30 bis 45 Minuten (je nach Anzahl der Beschäftigungsgruppe und deren Klientel)

Material

- Eier aus Styropor, Plastik oder Watte (im Bastelfachgeschäft erhältlich)
- Marmorierfarben in verschiedenen Tönen (im Bastelfachgeschäft erhältlich)
- Viele Gefäße für verschiedene Farbvarianten (alte Gläser oder Einwegbecher)
- ein großes Gefäß in dem die Eier zur Trocknung eingestellt werden
- Strohhalme um die Eier aufzustielen bzw. aufzupicken
- Alte Zeitungen als Tischunterlage (zum Schutz der Tischoberfläche, da die Farben „echt“ sind)
- Nähgarn und Streichhölzer für die Aufhängung der Eier
- Leitungswasser als Trägerstoff in den Gefäßen
- Schürzen um Kleidung der Bewohner vor Verunreinigung zu schützen
- Eine Vase mit Sträuchern an dem die gestalteten Eier aufgehangen werden können

Vorbereitung

Vorbereitung des Raumes

- den Raum gut durchlüften und anschließend für eine angenehme Raumtemperatur sorgen
- Auflegen des Schutzmaterials für die Tischoberfläche (alte Zeitungen etc.)
- Materialien für die Beschäftigung bereitstellen
- Bereitstellen von Getränken mit dazugehörigen Gläsern

Vorbereitung der Bewohner

- Toilettengang mit den Bewohnern vor der Beschäftigung durchführen
- Bewohner zur Beschäftigung begleiten und platzieren
- Anlegen der Schutzschürzen
- Getränke für jeden Bewohner nach Wunsch bereitstellen
- Den Inhalt der Beschäftigung den Bewohnern erklären und einmal demonstrieren (das „Endprodukt / bzw. Ergebnis“ und wie man zu diesem kommt)
- die Bewohner werden noch einmal gefragt, ob sie Interesse haben und an der Beschäftigung teilnehmen möchten

Durchführung

Durchführung der Beschäftigung

- Füllen der Gefäße mit Leitungswasser
- Jeden Bewohner nach und nach seine persönliche Farbe aussuchen lassen (es sind auch zwei bis drei Farben gleichzeitig möglich).
- Eier auf Strohhalme picken lassen, ggf. Hilfestellung dabei geben.
- Jeder Bewohner erhält ein aufgepicktes Ei.
- Bewohner nehmen ihre ausgesuchte Farbe / Farben zur Hand und geben ca. fünf bis sechs Tropfen auf die Wasseroberfläche in ihrem Gefäß.
- Das aufgepickte Ei zur Hand nehmen und im Gefäß (gefüllt mit Wasser und einigen Tropfen Farbe) komplett untertauchen und nach einigen Sekunden wieder herausziehen.
- Das nun fertig gestaltete Ei zum Trocknen in das dafür vorgesehene Gefäß stellen.
- Aufhänger für die Eier anfertigen (aus einem halben Streichholz und an diesem das Nähgarn mit einer Schlaufe zum Aufhängen festmachen).
- Bewohner dabei unterstützen, so erforderlich.
- Die nun getrockneten Eier vom Strohalm entfernen und in diesem Loch die Streichholzaufhänger versenken, wobei die Schlaufe nach außen verbleibt.
- Die nun fertig gestalteten Eier an einem Strauch aufhängen.

Abschluss der Beschäftigung

- Bewohnern Getränke nachfüllen
- gemeinsames Betrachten der selbst kreativ gestalteten Eier am Strauch
- kurzes Gespräch mit den Bewohnern über den Verlauf der Beschäftigung
- Verunreinigungen an den Händen entfernen
- Schürzen abnehmen
- Bewohner zurück in ihre Zimmer begleiten und jedem sein selbst gestaltetes Ei mitgeben

Nachbereitung

- Aufräumen des Raumes (Herrichtung des vorherigen Zustandes)
- Raum durchlüften
- noch zu gebrauchende Materialien zur Aufbewahrung wegräumen
- verschmutzte Materialien verwerfen
- Getränke und Gläser in die Küche zurück bringen
- Dokumentation in die Bewohnerakten eintragen (Bilanzierung, Art und Durchführung der Beschäftigung etc.)

Literaturhinweise

- Bücher mit einfachen unterschiedlichen Angeboten zum Basteln und Gestalten
- Praxismappe Altenheim - Arbeitshilfen für Soziale Dienste
Bergmoser + Höller Verlag AG Aachen

zusammengestellt von:

Marcel Herrmann, Pflegepension Marielle

Lesegruppe / Vorlesegruppe

Ziele

- Aktivierung des Neu- und Langzeitgedächtnisses
- Möglichkeiten zum Gespräch und Austausch geben
- Interesse an der Gegenwart erhalten

Schwierigkeitsgrad (leicht, mittel, schwer)

- leicht

Teilnehmer

- Besucher/innen bzw. Bewohner/innen, die noch die Fähigkeiten haben, der Gruppe vorzulesen
- alle Besucher/innen bzw. Bewohner/innen die Interesse am aktuellen Tagesgeschehen zeigen

Teilnehmerzahl

- offen

Dauer der Beschäftigung

- je nach Zusammensetzung der Gruppe max. 60 Minuten

Vorbereitung

- den Raum gut durchlüften und anschließend für eine angenehme Raumtemperatur sorgen
- Bereitstellen von Getränken mit dazugehörigen Gläsern
- Texte zum Vorlesen auswählen, die nicht zu lang, leicht zu verstehen und interessant sind, z. B. Zeitungsartikel, Kurzgeschichten oder Gedichte.

Durchführung

- Gruppenteilnehmer sitzen am Tisch
- Teilnehmer/innen mit eingeschränktem Hörvermögen sitzen nahe beim Gruppenleiter
- der Vorlesende spricht langsam, deutlich und laut
- zwischenzeitlich werden Fragen zum Text gestellt und im Gespräch verarbeitet.

Nachbereitung

- Medien aufräumen
- Dokumentation

Literaturhinweise

- unterschiedliche Texte aus Zeitschriften oder Apothekenheften
- Kurzgeschichten und Gedichte

zusammengestellt von:

Christiane West - AWO Kreisverband Spandau e.V., Tagesbetreuung für ältere Menschen

Milieutherapie

„Unter Milieu

Kurz: Milieu ist die Summe aller Maßnahmen einer Einrichtung.

Und: Milieu muss bewusst gelebt werden.

Ziele

Die Milieu

Dies bezieht sich auf die 4 Elemente der Milieu

- Materielle (räumliche sachliche atmosphärische) Gesichtspunkte
- Organisatorische Gesichtspunkte der Betreuungsarbeit
- Wahrnehmung Einstellung und Wissen der menschlichen Umgebung
- Der Umgang mit dementiell Erkrankten

Schwierigkeitsgrad (leicht, mittel, schwer)

- leicht

Teilnehmer

- Bewohner und Angehörige sowie alle an der Betreuung beteiligten Personen

Teilnehmerzahl

-

Dauer der Beschäftigung

- Übergreifendes Rahmenkonzept

Vorbereitung

- Kenntnisse der Biographie ist eine wesentliche Voraussetzung
- Theoretische Kenntnisse der Milieu

Durchführung

- Anpassung des Wohnumfeldes an die Bewohner/Gäste
- Für Bewohner/Gäste mit einer starken motorischen Unruhe schaffen von Endloswegen (Rundwege)
- Innerhalb und außerhalb des Hauses sollten die Wege mit Erlebniselementen ausgestattet sein.
- Beispiele Innenbereich: Vogelvolieren, Aquarien, Windspiele, Tastwände, sowie Elemente des Snoezelen
- Beispiele Außenbereich: Kaninchenstall mit Auslaufwiese, Gewächshaus, Wildwiese, Sinnesgarten mit Hochbeeten.
- Orientierungshilfen, Farbleitsystem, realistisch gestaltete Piktogramme
- Gemeinschaftsflächen sollten gemütlich mit „alten Möbeln“ ausgestattet sein, Möbelstücke im bekannten Design. Frei zugängliche Wäscheschränke sowie Regale mit Küchenutensilien und sonstigen vertrauten Alltagsgegenständen.
- Helle Räume, die Beleuchtungsstärke sollte in Augenhöhe mind. 500 Lux betragen. Schattenbildung soll vermieden werden. Schatten können zu Unruhe und Halluzination führen.
- Vermeidung von permanenter Geräuschkulisse z.B. durch ständig laufendes Radio oder Fernsehgerät
- Musik soll gezielt eingesetzt werden.
- Raumtemperatur sollte nicht über 21°C liegen. Bei Raumtemperatur über 23°C erhöht sich die Aggressionsbereitschaft.

Nachbereitung

- Jede stationäre oder teilstationäre Einrichtung hat durch die Gestaltung seiner Räumlichkeiten, der alltäglichen Abläufe und zwischenmenschlichen Beziehungen Einfluss auf die Lebensqualität seiner Bewohner/Gäste. Diese Milieufaktoren sind immer wirksam. Je nach ihrer Ausgestaltung können sie die Lebensqualität der Bewohner/Gäste positiv oder negativ beeinflussen. Milieutherapeutische Elemente sollten bei der konzeptionellen Ausrichtung von stationären/ teilstationären Einrichtungen Berücksichtigung finden. Sie sind unerlässlich, um den Bewohnern/Gästen ein Höchstmaß an Lebensqualität zu ermöglichen.

Literaturhinweise

- Milieutherapie in der stationären Altenhilfe - Lehr- und Arbeitsbuch für Altenpflegeberufe
Michael Gräber-Dünow, Schlütersche, ISBN 3-87706-899-5
- Milieutherapie. Power Books Ein Konzept zur Betreuung demenziell Erkrankter
Swen Staack, Vincentz Network GmbH & C, ISBN 3-87870-118-7
- Bau und Innenraumgestaltung in der stationären Versorgung Alzheimer Patienten
Schriftreihe der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V.
- Besondere stationäre Dementenbetreuung - Sein können, wohlfühlen, sicher leben
Peter Dürrmann, Hannover 2001 Vincentz Network, ISBN: 3-87870-647-2

zusammengestellt von:

Angela Nielbock, Pflegepension Marielle

Musik

Musik in ihrer gesamten Bandbreite (z.B. Singen von Volksliedern, Schlagern usw.; Hören von Schallplatten, Cassetten und CD's; Klänge und Rhythmen erzeugen; Tanzen zu Musik; Musikinstrumente benutzen u.a.) ist einer der Schlüssel zum Umgang mit dementiell veränderten Menschen.

Melodien und Liedtexte gehen nie verloren und kommen immer wieder an die Oberfläche. Melodien und Liedtexte wecken Erinnerungen an Ereignisse in der eigenen Biographie; an Menschen, zu denen man eine bestimmte Beziehung hatte, und sie sind der Schlüssel zur Persönlichkeit der einzelnen Personen. Viele ältere Menschen haben Lieblingslieder - eines oder mehrere. Diese Lieder sind ein Spiegel der Persönlichkeit und lassen auf Vorlieben, Neigungen einer dementiell erkrankten Person schließen. Dies ist besonders dann wichtig, wenn durch Krankheit bedingte Verhaltensweisen die eigentliche Persönlichkeit einer Person verzerren.

Musik und Lieder sind Hilfen für den alltäglichen Umgang mit dementiell erkrankten Menschen, z.B. in der Körperpflege, beim Mobilisieren; bei tagesstrukturierenden Aktivitäten usw..

Durch das Ernstnehmen der Lieblingsmusik bzw. des Lieblingsliedes fühlt sich der dementiell erkrankte Mensch akzeptiert, verstanden und geborgen. Auch tritt eine körperliche Entspannung und Beruhigung ein, was das Miteinander zwischen den dementiell erkrankten Personen und ihren Betreuerinnen und Betreuern deutlich erleichtert.

Ziele

- Gemeinschaftserlebnis
- Entspannung
- Spaß / Freude
- Verknüpfung von Hören (Musik) und Tun (Bewegung)

Material

- Musikgerät / Schallplattenspieler
- Schallplatten bzw. Cassetten, CD's, z.B.: Walzermusik, Sing- und Tanzlieder, einfache Volks- und Wanderlieder, volkstümliche Instrumentalmusik
- Orff'sches Instrumentarium
- Klangkörper
- selbsthergestellte Rasseln (Jogurtbecher mit Reis oder Erbsen gefüllt)

Vorbereitung

- Stühle für Teilnehmer bereitstellen
- Hindernisse wegräumen
- Befindlichkeit der Teilnehmer erfragen
- Anzahl der Teilnehmer kennen

Durchführung

- Teilnehmern erklären, was wir heute machen, und fragen, wer mitmachen will.
- Musikstück kurz vorstellen.
- Musikinstrumente bzw. Klangkörper oder ähnliches verteilen.
- Länge des Musikstückes und Tempo an Teilnehmer anpassen.
- Klare und deutliche Anweisungen geben.
- Einfache, immer wiederkehrende Abläufe wählen.
- Leiter/in macht alle Bewegungen mit.

Hinweise

- Kein Perfektionismus - Spaß und Freude ist am wichtigsten!
- Loben und Begeisterung über das Gelingen aussprechen!
- Auf Wünsche und Vorlieben der Teilnehmer Rücksicht nehmen!

Nachbereitung

- Befindlichkeit der Teilnehmer erfragen!
- Ruhephase einlegen!
- Allen Teilnehmern etwas zum Trinken anbieten!
- Aufräumen und Raum lüften!
- Durchführung und evtl. Besonderheiten der Teilnehmer dokumentieren!

Literaturhinweise

- Liederbücher
- Sing- und Spiellieder
- Sitzgymnastik mit Cassetten und Anleitungshinweisen
- Kein schöner Land – Liederbuch im Großdruck
Band 1 + 2, Strube Verlag München, Edition 8008
- verschiedene Lieder-CD's und dazugehörige Liederbücher
(Volkslieder, Schlager, Weihnachts- und Kirchenlieder etc. – instrumental und/oder mit Gesang)
zu beziehen über: Alzheimer Tageszentrum am Geiersberg,
35578 Wetzlar, Geiersberg 15, Tel. 06441/437 42; www.tageszentrum-am-geiersberg.de

zusammengestellt von:

Elisabeth Swarat, Ev. Johannesstift Berlin, Tagespflege Hanna

Situative Einzelbetreuung

Wenn eine ausreichend und gezielte Gruppenbetreuung nicht möglich ist, sind zusätzlich Einzelbetreuungen, individuell nach Biographie und Wunsch erforderlich. Mögliche Beispiele für Einzelbetreuung sind Snoezelen oder Blumengießen.

Snoezelen

Ziele

- Entspannung Wahrnehmungsförderung
- Ruhe und Geborgenheit finden
- Verminderung von aggressivem Verhalten

Schwierigkeitsgrad (leicht, mittel, schwer)

- leicht bis mittel

Teilnehmer

- Besucher/innen bzw. Bewohner/innen mit sinnlicher Erlebnisbereitschaft

Teilnehmerzahl

- 1

Dauer der Beschäftigung

- in Abhängigkeit der gegebenen Situation und der Reaktion / Akzeptanz auf das Beschäftigungsangebot

Vorbereitung

- Besucher/in, Bewohner/in aus der Gruppe oder angespannten Situation herausführen

Durchführung

- Der/die Teilnehmer/in wird in den Snoezelen-Raum gebracht und nach eigenen Wünschen platziert.
- Die Deckenbeleuchtung wird ausgeschaltet, die Musik und die Snoezelenmaterialien (Blasensäule, Farbrad, Spiegelkugel, Lichther Himmel, Effekträder, Aromaverdunster) eingeschaltet.
- Die Snoezelenmaterialien werden nicht alle zugleich aktiviert, sondern je nach Wünschen und Bedürfnissen des Teilnehmers.
- Ergänzt wird dieses Angebot durch Einsatz von Sinnesreizen, z. B. Waldspaziergang, Moos, Tannenzweig, Vogelzwitschern.
- Der Betreuer hat eine große Verantwortung und muss sehr einfühlsam sein.
- Der Zeitumfang des Snoezelen hängt von der Reaktion des Teilnehmers ab.
- Man kann nur in der Einzelbetreuung dem Teilnehmer gerecht werden und auf seine individuellen Bedürfnisse eingehen.

Nachbereitung

- Besucher/in, Bewohner/in in die Gruppe / Gemeinschaft zurückbegleiten
- Dokumentation

Literaturhinweise

- SNOEZELN in der Altenhilfe - Informationen und Anleitungen
Gerontopsychiatrischer Verbund Spandau, c/o Bezirksamt Spandau von Berlin, Abt. Soziales und Gesundheit, Plan- und Leitstelle, Tel.: 3303 – 4026 / -4035, Januar 2005
- Snoezelen
Claudia Löding, Urban & Fischer Verlag München (Anmerkung: speziell auf die Altenpflege abgestimmt)

Weitere Vorschläge zur situativen Einzelbetreuung

- **Blumengießen**
Die Blumen in der Einrichtung werden gemeinsam mit einem/r Besucher/in bzw. Bewohner/in gegossen.
- **Leseangebot**
 - Eine Tageszeitung steht täglich zur Verfügung.
 - Sie wird den Besuchern/innen bzw. Bewohner/innen zum selbständigen Lesen angeboten.
 - Es besteht die Möglichkeit das Gelesene im Gespräch mit einzelnen Betreuern oder in der Gruppe zu verarbeiten.

zusammengestellt von:

Christiane West - AWO Kreisverband Spandau e.V., Tagesbetreuung für ältere Menschen

Sitzgymnastik

Ziele

- Erhalt und Förderung der Gelenkbeweglichkeit
- Erhalt und Förderung der Muskelkraft
- Erhalt und Förderung der Elastizität der Muskeln, Sehnen und Bänder,
- Erhalt und Förderung der Grob- und Feinmotorik
- Verbesserung der Herz- und Kreislaufsituation, der Atmung und der Stoffwechselfähigkeit

Schwierigkeitsgrad (leicht, mittel, schwer)

- mittel

Teilnehmer

- interessierte Besucher/innen bzw. Bewohner/innen
- Besucher/innen bzw. Bewohner/innen mit eingeschränkter Beweglichkeit und Defiziten in der Motorik
- Besucher/innen bzw. Bewohner/innen mit Bewegungsmangel

Teilnehmerzahl

- offen

Dauer der Beschäftigung

- 30 – 45 Minuten

Vorbereitung

- zu Beginn den Gruppenraum gut durchlüften
- einen Stuhlkreis aufstellen und die Teilnehmer/innen platzieren

Durchführung

- spielerischen Einstieg mit gleichzeitiger Lockerung der Muskulatur und Gelenke, z.B. Luftballonspiel, Tücher schwingen usw.
- Kräftigungsübungen, Dehnübungen und Lockerungsübungen, abwechselnd
- Schwung- und Rhythmikübungen nach Musik: z.B. Schwingen von Tüchern, Schunkeln, klatschen und Bewegen im Takt, Schwungtuch
- die Übungen deutlich und langsam vormachen und dabei erklären
- Hilfestellung anbieten
- Übungen auswählen, die leicht nachgemacht werden können
- die Grob- und Feinmotorik wird durch gezielte Greif- Dehn- und Kräftigungsübungen trainiert
- auf den Gesundheitszustand der einzelnen Teilnehmer/innen eingehen und bei der Auswahl der Übungen berücksichtigen

Nachbereitung

- Gruppenraum aufräumen
- Dokumentation

Literaturhinweise

-

zusammengestellt von:

Christiane West - AWO Kreisverband Spandau e.V., Tagesbetreuung für ältere Menschen

Spiele

Miteinander spielen bedeutet Anregung auf seelischer, geistiger und körperlicher Ebene und sind den meisten Menschen vertraut.

Ziele

- Freude und Spaß
- Gemeinschaft, Kontakt, Kommunikation
- Ablenkung und Entspannung
- Anregung verschiedener Gedächtnisfunktionen - Erhaltung und Förderung der Feinmotorik

Schwierigkeitsgrad (leicht, mittel, schwer)

- leicht

Teilnehmer

- alle bettlägerigen Bewohner, Gäste, Besucher

Teilnehmerzahl

- 2 - 6

Dauer der Beschäftigung

- je nach Spielart 15 Minuten bis zu ca. einer Stunde

geeignete Brettspiele

- Mühle
- Dame
- Mensch ärgere dich nicht
- Glücksrad
- Halma
- Mikado
- Fang den Hut
- Vier gewinnt
- Monopoly
- Spiel des Lebens
- Bingo

geeignete Kartenspiele

- Canasta
- Rommee
- Mau Mau
- Poker
- Skat
- Uno
- Ono 99
- Schwimmen
- Racko

geeignete Spiele für Bettlägerige

- „Ich sehe was, was du nicht siehst“
- Solitär
- Vier gewinnt
- Monopoly junior
- Domino in Farben (evt. selbst hergestellt)
- Didakta Puzzle / Puzzle aus Moosgummi
- Karten oder Brettspiele

Vorbereitung

- Information des Teilnehmers
- Bereitstellen einer stummen Schwester (bei bettlägerigen Bewohnern)
- Vorbereitung des Teilnehmer (WC-Gänge, bequeme Sitzposition oder Seitenlagerung)

- Getränke bereitstellen
- Vorbereitung und Aufbau des Spieles
- Kurzinformation über das Spiel

Durchführung

- Je nach Spielanleitung

Nachbereitung

- Spiel zusammenpacken
- Teilnehmer an gewünschten Ort bringen

Spiele – Bewegungsspiele für Bettlägerige

Bewegung und Aktivität ist ein Wesensmerkmal des Menschen

Ziele

- Erhalt und Förderung der Beweglichkeit
- Reaktion, Konzentration und Ausdauer
- Ablenkung und Entspannung
- Steigerung des physischen und psychischen Wohlbefindens
- Reduzierung von psychomotorischer Unruhe

Schwierigkeitsgrad (leicht, mittel, schwer)

- leicht

Teilnehmer

- alle bettlägerigen Bewohner, Gäste, Besucher

Teilnehmerzahl

- 1

Dauer der Beschäftigung

- je nach Ausdauer 15 Minuten bis 30 Minuten

Vorbereitung

- Information des Teilnehmers
- Vorbereitung des Teilnehmer (bequeme Sitzposition, Seiten- oder Rückenlage, Getränke bereitstellen, etc.)
- Vorbereitung der benötigten Materialien
- Kurzinformation

geeignete Bewegungsspiele

- Wurfspiele mit einem Luftballon
- Spielen mit dem Deuserband
- Gymnastische Übungen durch drehen, dehnen, heben und senken der Gliedmaßen
- Wurfspiele mit Ringen

Nachbereitung

- Material zusammenpacken
- Zimmer belüften

Literaturhinweise

-

zusammengestellt von:

Sylvia Hellmann, Fördererverein Heerstraße Nord

Wahrnehmungsförderung

Wahrnehmungsförderung bedeutet ein reaktivieren verlorener Wahrnehmungsmuster und zielt auf die Anteilnahme im Umgang mit der uns umgebenden Umwelt hin.

Ziele

- Stimulierung der Wahrnehmungsförderung
- Steigerung der Konzentration und Aufmerksamkeit

Schwierigkeitsgrad (leicht, mittel, schwer)

- leicht, jeder kann daran teilnehmen und wird individuell betreut

Teilnehmer

- Besucher/innen der Tagespflege, unter Berücksichtigung ihrer Ressourcen (Einschränkungen wie z.B. die auditive Wahrnehmungsförderung ist für schwerhörige Besucher/innen häufig nicht geeignet)

Teilnehmerzahl

- 4 bis 6 Teilnehmer

Dauer der Beschäftigung

- Je nach Spielart 15 Minuten bis zu 60 Minuten

Vorbereitung

- Wahl der Aktivitäten in Bezug auf die anwesenden Teilnehmer/innen
- Lüften der Räumlichkeiten
- Bereitstellung der benötigten Materialien

Durchführung

- Alltagsgeräusche und thematisch sortierte Geräusche (z.B. Instrumente, Tierlaute, Volkslieder) werden von der Kassette abgespielt. Die Teilnehmer sollen erraten, um welche Geräusche es sich handelt.
- Geräusche werden (verdeckt) selbst erzeugt und sollen erraten werden.
- Kleine Filmdosen werden mit unterschiedlichsten Gegenständen gefüllt, z.B. Reis, Wasser, Steine usw.. Die Besucher sollen Dosen gleichen Inhalts und deren Inhalt bestimmen.
- Ein Wecker wird im Gruppenraum verdeckt und zum Klingeln gebracht, die Teilnehmer sollen die Klangrichtung angeben.
- Die Teilnehmer bekommen mit geschlossenen Augen verschiedene Geruchs- und Geschmacksproben angeboten und sollen diese benennen. Gut geeignet sind Dinge des Alltags wie zum Beispiel Küchengewürze, Obst, Kuchen, Schokolade oder Essiggurke.
- Behutsam vorgehen und genügend Zeit zum Überlegen geben.
- Verschiedene Dinge (evtl. thematisch gebündelt) werden in einem Stoffsäckchen herumgereicht und ertastet.
- Es werden verschiedene Gegenstände des Alltags betrachtet und gemeinsam beschrieben (z.B. welche Farbe, Größe und Form hat der Gegenstand, aus welchem Material besteht er, welchen Nutzen hat er)
- Gegenstände werden mit einem Tuch verdeckt und die Teilnehmern/innen sollen beschreiben, wie viele und welche Gegenstände unter dem Tuch versteckt sind. Nun wird ein Gegenstand entfernt und die Teilnehmer sollen erraten welcher fehlt.

Nachbereitung

- Überprüfung bzw. kurze mündliche Auswertung, innerhalb der Pflegekräfte, ob die Wahl der Aktivitäten, passend für die Teilnehmer/innen war.

Literaturhinweise

-

zusammengestellt von:

Christiane West - AWO Kreisverband Spandau e.V., Tagesbetreuung für ältere Menschen

„Wir erinnern uns“

Wir pflegen und betreuen überwiegend Menschen, die im Alter verstärkt unter Desorientierungsstörungen leiden. Dies bedeutet, dass Erinnerungen der Vergangenheit stärker präsent sind als Begebenheiten der Gegenwart, die in kurzer Zeit wieder vergessen werden.

Dieser Blickwinkel ist wichtig für die Arbeit mit dieser Personengruppe. Mit Hilfe der Beschäftigungsarbeit können Erinnerungen der Vergangenheit geweckt werden. Dazu ist es aber auch notwendig, sich mit der Biographie der alten Menschen auseinander zusetzen und Kenntnisse der Begebenheiten dieser Zeit zu haben:

- Welche Musik wurde gehört?
- Welche Schauspieler waren bekannt?
- Wie war die Mode dieser Zeit?
- Was und wie wurde gekocht?
- Wie und wo wurde eingekauft?
- Wie wurde Wäsche gewaschen?
- Wie wurde die Freizeit verbracht?
- Welche politischen Ereignisse gab es?
- Wie waren die Lebensbedingungen jener Zeit?
- Wodurch war die Kindheit / Schulzeit / Jugendzeit geprägt?

Jede Frage für sich bietet die Grundlage für eine gemeinsame Erinnerungsreise, mit der die Vergangenheit wieder belebt werden kann.

Die alten Menschen, die wir betreuen, sind dabei die „Fachleute dieser Vergangenheit“. Aufgrund ihrer langen Lebensgeschichte haben sie einen reichen Erfahrungs- und Erlebnisschatz vorzuweisen. Mit diesen Erfahrungen können wir jede Gruppenstunde als eine gemeinsame Bereicherung erleben. Jeder wird dabei mit seiner eigenen Persönlichkeit wahrgenommen, ebenso werden individuelle Bedürfnisse besser erkannt und Verhaltensweisen verstanden.

Erinnerungsarbeit ermöglicht auch, zu einem sehr desorientierten Menschen in Verbindung zu treten und ihm ein Gefühl von Geborgenheit und Angenommensein durch Widererkennen zu ermöglichen. Wir spiegeln Erinnerungen und geben sie zurück, auch wenn es mitunter nur für einen kurzen Augenblick ist.

Ziele

- Wertschätzung der Lebensgeschichte / der Lebensleistung
- Erhalt des Selbstwertgefühls und der Identität
„Wer bin ich?“, „Woher komme ich?“
- Förderung der Kommunikation
- Möglichkeit des Kontaktaufbaus und der Integration in die Gruppe
- Förderung der Gemeinschaft
„Wir-Gefühl“
- Gegenseitiges Verstehen und Annehmen können
- Förderung kognitiver Ressourcen
- Widererkennen ermöglichen
- Orientierung unterstützen
- Freude und Zufriedenheit

Schwierigkeitsgrad (leicht, mittel, schwer)

- In Abhängigkeit von der Zusammensetzung der Gruppe und dem Thema ist jeder Schwierigkeitsgrad von leicht bis schwer möglich.

Teilnehmer

- Dieses Angebot eignet sich sehr gut für Menschen mit Desorientierungsstörungen, aber auch für gemischte Gruppen, in denen orientierte und desorientierte Teilnehmer gemeinsam ins Gespräch kommen.

Teilnehmerzahl

- Gruppen von 6 bis 10 Personen (themenabhängig)

Dauer der Beschäftigung

- Die Zeitdauer ist abhängig von der Gruppenzusammensetzung, dem Thema und einer evtl. vorgegebenen Zeitstruktur.

Vorbereitung

- Gesprächsrunde im Wochenplan berücksichtigen

- Evtl. bei der Themenauswahl Wünsche und Anregungen aus der Gruppe berücksichtigen
- Ankündigung der Gruppenstunde am Tag direkt
- Evtl. das Thema im Vorfeld ankündigen und um Mitbringen von Erinnerungsstücken bitten
- Raumauswahl
- Auswahl der Teilnehmer
- Zuordnung der Sitzplätze
(Seh- und Hörbeeinträchtigung und Platzbedarf für Rollstühle berücksichtigen)
- Zusammenstellung der Materialien

Themenauswahl (Beispiele)

- Tante Emma Läden
- Allerlei Kopfbedeckungen
- Berliner Wahrzeichen
- Erinnerungsreise nach Schlesien / Ostpreußen
- Der Schrebergarten
- Schulzeit
- Familienleben früher und heute
- Bekannte Schauspieler und Spielfilme
- Bekannte Fernsehsendungen
- Bekannte Hörfunksendungen
- Theater- oder Opernbesuch
- Bekannte Schokoladenfirmen
- Heizen mit Holz und Kohle
- Wäschewaschen
- Die Jahreszeiten
- Verschiedene Festtage im Jahr
- Die Arbeiten der Hausfrau

Materialauswahl

- themenabhängig
- alle ausgewählten Materialien müssen die Sinne ansprechen
 - ⇒ Geschmackssinn
 - ⇒ Tastsinn
 - ⇒ Geruchssinn
 - ⇒ Auditive Wahrnehmung
 - ⇒ Akustische Wahrnehmung

Durchführung

- Leitfaden zur Durchführung der täglichen tagesstrukturierenden Angebote beachten
- Verteilen der Zwischenmahlzeit und der Getränke
- Evtl. Unterstützung bei der Getränke- und Nahrungsaufnahme
- Im Verlauf der Gruppenstunde Trinkpausen berücksichtigen
- Einstieg in das Thema mit verschiedenen Möglichkeiten
 - ⇒ Anschauungsmaterial gemeinsam betrachten oder/und herumreichen (Postkarten, Bilder, Gegenstände)
 - ⇒ Text vorlesen (Originaltexte aus Lebenserinnerungen, Sachinformationen, Zeitungsartikel, Gedichte, Rezepte)
 - ⇒ Einen gesprochenen Text, ein Musikstück oder einen Schlager auf einem Tonträger vorspielen
 - ⇒ Eine gemeinsame Speise zubereiten oder eine Kostprobe verteilen
 - ⇒ Verschiedene Duftproben herumreichen
 - ⇒ Gemeinsam etwas gestalten (Osterstrauß schmücken)
- Mit offenen und geschlossenen Fragen Erinnerungen wecken und Gespräch leiten / führen
geschlossene Fragen dienen der Informationssammlung:
 - ⇒ Welche Schokoladensorten kennen Sie?
 - ⇒ Welches Waschmittel wurde benutzt?
 - ⇒ Kennen Sie Städte, die zu Schlesien gehörten?
 - ⇒ An welche Berliner Wahrzeichen erinnern Sie sich?

offene Fragen vertiefen Gesprächsinhalte:

- ⇒ Können Sie uns erzählen, wie Sie früher Wäsche gewaschen haben?
- ⇒ Können Sie uns als Schlesierin berichten, wie bei Ihnen Weihnachten gefeiert wurde?
- ⇒ Können Sie sich an Ihre Schulzeit erinnern?
- Alle Teilnehmer in das Gespräch mit einbeziehen
- Zeit zum Überlegen geben
- Evtl. Hilfestellungen geben mit „Stichworten“ oder „Brücken bauen“
- Evtl. Teilnehmeräußerungen wiederholen, um sie für die ganze Gruppe verständlich zu machen
- Gesprächsäußerungen einzelner Teilnehmer verknüpfen, zusammenfügen, Verbindungen herstellen
- Evtl. einen Bogen von der Vergangenheit zur Gegenwart herstellen
- Grenzen und evtl. Überforderungen erkennen
- Gespräch zu einem Ende führen
- Evtl. Inhalte noch einmal zusammenfassen
- Evtl. gemeinsame Erinnerungen aufschreiben und noch einmal vorlesen
- Dank für die Teilnahme aussprechen

Nachbereitung

- Verlauf der Gesprächsrunde reflektieren
- Was war hilfreich? Was könnte verbessert werden?
- Dokumentation der Durchführung
- Wahrnehmung der einzelnen Teilnehmer dokumentieren, z.B.
 - ⇒ Frau M. hat sehr aufgeschlossen und freudig am Gesprächskreis teilgenommen.
 - ⇒ Frau T. hat sich mit viel Wissen in die Gesprächsrunde eingebracht.
 - ⇒ Frau S. war sehr ergriffen durch die gemeinsamen Erinnerungen.
 - ⇒ Herr A. war sehr still, zeigte aber mitunter Widererkennen durch ein Leuchten in den Augen.
 - ⇒ Herr B. zeigte große Unruhe und wollte den Gruppenraum verlassen.

Qualifikation

- Pflegefachkraft / nach Anleitung auch Pflegehilfskraft oder Berufspraktikantin im Anerkennungshalbjahr
Wichtig ist nicht nur die Qualifikation, sondern auch die Bereitschaft sich mit der Lebensgeschichte der alten Menschen auseinander zusetzen sowie Interesse für die gesellschaftlichen, politischen und sozialgeschichtlichen Ereignisse ihrer Zeit zu entwickeln.

Hinweise

- Wichtig ist die Atmosphäre in der Gruppenstunde, diese wird wesentlich geprägt durch die Gruppenleitung.
- Wichtig ist das gemeinsame Erlebnis, nicht ein Ergebnis!
- Störungen von außen während der Gruppenstunde sollten vermieden werden, sie beeinträchtigen die Konzentration.

Beispiele für den Aufbau einzelner Gesprächsthemen

- „Tante Emma Läden“
Anschauungsmaterial: Milchkanne aus Emaille, eine Packung Lindes-Kaffee
Zum Vorlesen: Bericht über Tante Emma-Läden
Verschiedene Fragen: Gab es einen Tante Emma- Laden in Ihrer Nähe? Was gab es dort zu kaufen?
Weitere Ideen: Vielleicht als Erinnerung etwas zum Kosten! Eine Tüte Bonbons?
- „Allerlei Kopfbedeckungen“
Anschauungsmaterial: 2 bis 3 verschiedene Kopfbedeckungen; Fotos oder Bilder, auf denen Damen- und Herrenhüte abgebildet sind
Verschiedene Fragen: Haben Sie früher einen Hut getragen? Wie sah Ihr Lieblingshut aus? Welche verschiedenen Kopfbedeckungen gibt es? Was ist ein Panamahut? Wer trägt einen Zylinder?
Weitere Ideen: Gemeinsam raten oder verschiedene Begriffe vorlesen sowie evt. auch die Hüte aufprobieren lassen.
- „Wäsche waschen“
Anschauungsmaterial: ein Stück Kernseife, eine Packung Persil
Zum Vorlesen: Ein Erlebnisbericht
Verschiedene Fragen: Können Sie sich an das Wäschewaschen erinnern? Haben Sie schöne Erinnerungen? Durften Sie als Kind helfen? Wie wurden Flecken entfernt? Wo wurde die Wäsche getrocknet?
- „Schauspieler aus vergangenen Tagen“
Anschauungsmaterial: Alte Schauspielerfotos
Verschiedene Fragen: Wer war Ihr Lieblingsschauspieler? Hatten Sie Lieblingsfilme?

Weitere Ideen: Fotos zeigen und Namen raten oder Namen vorlesen; vielleicht ein gemeinsames Lied aus einem Film singen.

Diese Gruppenstunde ruft immer Begeisterung hervor!

▪ „Urlauberlebnisse“

Anschauungsmaterial: Ansichtskarten, Souvenir, Wanderstock

Verschiedene Fragen: Wohin sind Sie in Urlaub gefahren? Wie sind Sie in Urlaub gefahren?

Weitere Ideen: Gemeinsames Kofferpacken in Gedanken oder anschaulich!

▪ „Sprüche aus Poesiealben“

Anschauungsmaterial: Alte Poesiealben, Oblaten (Glanzbilder)

Zum Vorlesen: Sprüche aus Poesiealben

Weitere Ideen: Vielleicht gemeinsam Lieblingssprüche aufschreiben und mit Oblaten verzieren.

▪ „Erinnerungsreise nach Ostpreußen“

Anschauungsmaterial: Ein Bildband, Postkarten, ein alter Atlas mit den Landesgrenzen von Ostpreußen

Zum Vorlesen: Reisebericht, Lebenserinnerungen

Verschiedene Fragen: Welche Städte / Orte gehörten zu Ostpreußen? Was war typisch für Ostpreußen? Kennen Sie ein spezielles Gericht?

Weitere Ideen: Vielleicht in einer der nächsten Gruppenstunden ein typisches Gericht gemeinsam kochen.

▪ „Weihnachten früher und heute“

Anschauungsmaterial: Christbaumschmuck, Weihnachtskarten, Tannenzweige

Zum Vorlesen: Ein bekanntes Weihnachtsgedicht

Verschiedene Fragen: Wie wurde in Ihrer Kindheit Weihnachten gefeiert? Welche Geschenke gab es? Durften Sie beim Plätzchenbacken oder Schmücken des Weihnachtsbaumes helfen?

Weitere Ideen: Als Kostprobe Weihnachtsgebäck wie Dominosteine oder Spekulatius anbieten.

Literaturhinweise

Häufig werden Bücher nicht mehr aufgelegt, dann hilft die Internetadresse www.zvab.com (Zentrales Verzeichnis Antiquarischer Bücher).

▪ **Fachliteratur**

- „Erinnern“ - Eine Anleitung zur Biographiearbeit mit alten Menschen
Caroline Osborn, Pam Schweitzer, Angelika Trilling, Lambertus Verlag
- „Wahrnehmen und Motivieren“ - Die 10-Minuten-Aktivierung für die Begleitung Hochbetagter
Ute Schmidt-Hackenburg, Vincentz Verlag
- „Reise in die Vergangenheit“ - Anregungen zur Gestaltung von Gesprächsgruppen mit alten Menschen
Helga Rasehorn, Vincentz Verlag
- „Lebensstationen Teil 1 und 2“ - Biographisches Arbeiten mit Senioren
Dr. Friedrich Haarhaus, Verlag Bergmoser + Höller AG, Aachen
- Das bewegte Jahr: Feste feiern mit Senioren (Themenorientierte Sondermappe für die Arbeit mit Älteren)
Petra Fiedler, Verlag Bergmoser + Höller AG, Aachen 1997

▪ **zum Vorlesen**

- „Zungenglück und Gaumenqualen“ - Geschmackserinnerungen
Andreas Hartmann, Beck'sche Reihe
- „Aufgang nur für Herrschaften“ - Eine Kindheit im Hansaviertel
Jutta Butschkau, Adriano Cocozza Verlag Berlin
- „Ein Stück Berlin“ - 17 Jugenderinnerungen 1918-1945
Reihe Zeitgut, Verlag JKL
weitere Titel unter www.zeitgut.com
- „Bilder, die langsam verblassen“ - Ostpreußische Erinnerungen
Marion Gräfin Dönhoff, Siedler Verlag
- „Der Krumme Löffel“ - Miniaturen einer Kindheit
Manfred Bofinger, Aufbau Taschenbuch Verlag
- „Eine Schlesische Kindheit“
Maria Frisè, Rororo
- „Kartoffeln mit Stippe“ - Eine Kindheit in der märkischen Heide
Ilse Gräfin von Bredow, Scherz Verlag

▪ **zum zeitgeschichtlichen Verständnis**

- „Die Stunde der Frauen“ - Bericht aus Pommern
Christian Graf von Krockow, Deutscher Taschenbuch Verlag
- „Willst Du meine Witwe werden?“ - Eine Deutsche Liebe im Krieg
Liselotte Orgel-Purper, Aufbau Verlag
- „Wie wir das alles geschafft haben“ - Alleinstehende Frauen berichten über ihr Leben nach 1945
Sibylle Meyer, Eva Schulze, Deutscher Taschenbuch Verlag
- „Von Liebe sprach damals keiner“ - Familienalltag in der Nachkriegszeit
Sibylle Meyer, Eva Schulze. C. H. Beck Verlag

▪ **weitere Literaturhinweise**

- Sehr gut eignen sich alle Lebenserinnerungen unterschiedlicher Autoren zum Vorlesen und zum Verständnis einer Zeitepoche.
- Sehr gut eignet sich auch das gesamte Buchangebot in Großdruckausgabe, weil diese Bücher speziell ältere Menschen ansprechen.
- Wichtig sind auch Sachbücher zu verschiedenen Themen, wie zum Beispiel Kochbücher, Bildbände über Berlin, Lexikon der deutschen Filmstars, Schulbücher, Atlanten, Bücher über Berliner Verkehrsmittel (U-Bahn, S- Bahn) sowie Reiseberichte. Es gibt unzählige Möglichkeiten. Jeder muss hier für sich selber das richtige herausfinden.

zusammengestellt von:

Heidemarie Ranzinger, Ev. Johannesstift Berlin, Tagespflege Hanna

Ansprechpartner im Gerontopsychiatrischen Verbund Spandau

Für weitere Informationen zum Thema Beschäftigungsangebote in teil- und vollstationären Einrichtungen stehen folgende Ansprechpartner zur Verfügung:

1. **Heidmarie Ranzinger** – Ev. Johannesstift Berlin, Tagespflege Hanna
☎ 336 09 484
2. **Marcel Herrmann** – Pflegepension Marielle
☎ 33 77 59 30

Notizen

