



Ursula Oppolzer

Gedächtnisspiele für Senioren

Aktivieren mit Lust und guter Laune

Rund um Haus
und Garten



schlütersche

Ursula Oppolzer

Gedächtnisspiele für Senioren

Aktivieren mit Lust und guter Laune

Rund um Haus
und Garten

schlütersche

Ursula Oppolzer studierte Biologie und Geografie, Mathematik und Psychologie. Sie zählt zu den führenden Expert*innen für Gedächtnismanagement, Konzentration und Lernen und hat viele erfolgreiche Bücher veröffentlicht.



pflegebrief

– die schnelle Information zwischendurch
Anmeldung zum Newsletter unter www.pflegen-online.de

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <https://dnb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-8426-0873-3 (Print)

ISBN 978-3-8426-9133-9 (PDF)

ISBN 978-3-8426-9134-6 (EPUB)

Originalausgabe

© 2022 Schlütersche Fachmedien GmbH, Hans-Böckler-Allee 7, 30173 Hannover
www.schluetersche.de

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde in diesem Buch die männliche Form gewählt, nichtsdestoweniger beziehen sich Personenbezeichnungen gleichermaßen auf Angehörige des männlichen und weiblichen Geschlechts sowie auf Menschen, die sich keinem Geschlecht zugehörig fühlen.

Autorin und Verlag haben dieses Buch sorgfältig erstellt und geprüft. Für eventuelle Fehler kann dennoch keine Gewähr übernommen werden. Weder Autorin noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus in diesem Buch vorgestellten Erfahrungen, Meinungen, Studien, Therapien, Medikamenten, Methoden und praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen. Insgesamt bieten alle vorgestellten Inhalte und Anregungen keinen Ersatz für eine medizinische Beratung, Betreuung und Behandlung.

Etwaige geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Daraus kann nicht geschlossen werden, dass es sich um freie Warennamen handelt.

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden.

Abbildungen:

stock.adobe.com: bioraven (71); davooda (21, 50, 59); Digital Bazaar (55, 63);

djvstock (6, 8, 10, 12, 17, 23, 26, 32, 56, 65, 67, 69, 73, 74, 77, 79);

dlyastokiv (28, 31, 34, 35, 41, 47, 52); mayrum (61, 62, 80); Рудой Максим (14)

Lektorat: Claudia Flöer, Text & Konzept Flöer

Covermotiv: licvin – *stock.adobe.com*

Reihengestaltung: Kerker + Baum, Büro für Gestaltung GbR, Hannover

Covergestaltung und Satz: Sandra Knauer Satz · Layout · Service, Garbsen

Druck und Bindung: Salzland Druck GmbH & Co. KG, Staßfurt

Inhalt

Vorwort	5
Rund ums Haus	6
Tratsch im Treppenhaus	6
Mit der Tür ins Haus fallen	7
Zungenbrecher	8
Opa fragt eine Nachbarin	9
Nette Nachbarn	10
Knusper, Knusper Knäuschen,	11
Geräusche im Haus	12
Auf der Mauer, auf der Lauer	13
Sich ins gemachte Nest setzen	14
Alles Haustiere	15
Hausmann und Ehemann	16
Berufe rund ums Haus	17
Fensterln	18
Schloss – Klavier – Fenster	19
Seltsame Hausbewohner	20
Hund und Katze	21
Der goldene Schlüssel – Märchen der Gebrüder Grimm	22
In meiner Badewanne bin ich Kapitän	23
Bettgeflüster	24
Merkwürdiger Umzug	25
Wie geht's? Wie steht's?	26
Das bisschen Haushalt	27
Frühjahrsputz	27
Tolle Omas pfeifen frech	28
Aus dem Nähkästchen plaudern	29
Mit der Brille auf der Nase	30
Hausfrauen – Frauenhaus	31
Schürze – Mütze – Topf	32
Alles versteckt	33
Eselsbrücken für den Haushalt	34
Hausrat	35
Reinen Tisch machen	36
Gleich und gleich gesellt sich gern	36
Das ist genau mein Ding	37
Zeigt her eure Füße,	38
Alles erledigt	39
Der Haushalt von A-Z	40

Küche und Stube	41
Berta Brösel backt ...	41
Brot und Brötchen	42
Kochkunst und Küchenkräuter	43
Spieglein, Spieglein an der Wand	44
Die Küche von damals	45
Ein guter Braten und mehr	46
Leberkäse und Labskaus	48
Krimskramsschublade	49
Der tugendhafte Hund	50
Merkwürdige Dinge	51
Kaffeeklatsch I	52
Kaffeeklatsch II	53
Streuselkuchen	54
Wie bei Hempels unterm Sofa	55
Das Unwetter	56
Musiktruhe	57
Mein kleiner grüner Kaktus ...	58
Das ist des Pudels Kern	59
Dachboden und Keller	60
Auf den Dachboden damit	60
Hula Hoop und Schaukelpferd	61
Kreisel und Kaufmannsladen	62
Alte Möbel	63
Die alte Waschfrau	64
Der Werkzeugkasten	65
Die Axt im Haus ...	66
Alles im Keller	67
Gartenidylle	68
Fleißiges Lieschen	68
Will ich in mein Gärtlein geh'n	69
Lisbeth im Reihenhaushaus	70
Der lustige Hühnerstall	71
Die Kirschen in Nachbars Garten	72
Hänschen saß im Garten	73
Schnecken necken	74
Petersilie – Suppenkraut	75
Gartentisch & Gartenstuhl	76
Minz und Maunz	77
Vor meinem Vaterhaus steht ...	78
Holz vor der Hütte	79
Aus der Kindheit	80

Vorwort

Liebe Betreuerinnen und Betreuer,

tagtäglich regen Sie Ihre Senior*innen an, den versunkenen Wortschatz zu heben, Redewendungen und Redensarten sowie Zitate hervorzukramen. Sie erinnern an Lieder und Gedichte, rufen Wissen und Erfahrungen ab und bringen die Senior*innen zum Lachen.

Gedächtnistraining fördert die Durchblutung des Gehirns und des ganzen Körpers. Das ist besonders wichtig für Menschen, die in ihren Bewegungsmöglichkeiten eingeschränkt sind.

Bei allen geistigen Aktivitäten soll es aber nicht nur um die Gesundheit gehen, sondern es soll vor allem Freude bereiten. Lachen und Erfolgserlebnisse rufen positive Gefühle hervor, entspannen und motivieren, weiterzumachen – auch wenn die Aufgaben mal nicht so einfach sind. Erfolge in entspannter, fröhlicher Atmosphäre führen zu mehr Selbstvertrauen, zu einem positiven Selbstbild und stellen zufrieden. Die Folgen sind: mehr Aktivitäten, mehr Umwelt- und Sozialkontakte, mehr Bewegung, eine Förderung der Gesundheit und letztlich mehr Freude am und im Leben.

Mit diesen Gedächtnisspielen zum Thema „Haus und Garten“ können Sie die Teilnehmenden immer wieder überraschen und motivieren wie auch mit ihnen aus dem Langzeitgedächtnis viele Erinnerungen hervorholen, und mit leichten und etwas anspruchsvolleren Spielen die Teilnehmenden dort abholen, wo sie stehen. Im 1. Kapitel, betitelt „Rund ums Haus“, werden seltsame Hausbewohner, nette Nachbarn und vieles mehr unter die Lupe genommen. Im 2., 3. und 4. Kapitel geht es um viele Spiele in Küche, Stube, Keller und Dachboden, während im Kapitel 5 der Garten im Mittelpunkt steht.

Ich wünsche Ihnen und Ihren Senior*innen Begeisterung für das Training, viel Freude, viele Erfolgserlebnisse, heitere Gelassenheit und immer wieder neue, kreative Ideen.

Rund ums Haus

Tratsch im Treppenhaus

Lesen Sie den Teilnehmenden diesen „Tratsch im Treppenhaus“ vor und lassen Sie die Reimwörter finden.

Trude und Thea treffen sich im Treppenhaus
und kehren immer wieder alles (*raus*).
Die junge Schöne mit den blonden Locken
hat einen Freund mit lila (*Socken*).
Und bei der Frau im knallroten Rock
klopft jede Nacht ein Herr mit (*Stock*).
Kein gutes Haar wird Eva lassen,
an dem jungen Mann aus (*Sassen*).
Sie flüstert ins Ohr der ander'n
der Mann mit Hut, der ist aus (*Flandern*).
Und der Student dort oben unterm Dach,
der studiert ein recht seltsames (*Fach*).
Ach, herrjemine, es ist schon spät,
wie beim Tratschen schnell die Zeit (*vergeht*).
Die Türen sind nun zu,
Das Treppenhaus hat endlich (*Ruh'*).



Weitere Ideen

- Lesen Sie jeweils die erste Zeile und die Teilnehmenden finden selbst eine zweite Zeile.
- Die Teilnehmenden bilden gemeinsam Reime vom Tratsch im Treppenhaus.
- Lassen Sie Ersatzwörter für „reden“ nennen (*sprechen, flüstern, tuscheln, ...*)
- Die Teilnehmenden suchen viele Wörter, die mit „Tr“ beginnen wie Treppenhaus oder mit „tr“ wie tratschen.

Gedächtnistipp

Machen Sie so oft wie möglich Wortspiele, um Ihren versunkenen Wortschatz zu aktivieren und Ihre grauen Zellen in Schwung zu bringen.

Schloss – Klavier – Fenster

Zu jeweils 3 Begriffen gehört ein gemeinsames Nachwort.

Beispiel: Fenster – Klavier – Schloss. Das Nachwort ist „Flügel“. Lesen Sie jeweils 3 Begriffe vor und die Teilnehmenden nennen das Nachwort.

Fuß – Ofen – Garten (*Bank*)
 Ohren – Cocktail – Polster (*Sessel*)
 Haus – Schrank – Ofen (*Tür*)
 Rosen – Opfer – Bienen (*Stock*)
 Decken – Taschen – Fahrrad (*Lampe*)
 Zucker – Blech – Tee (*Dose*)
 Hand – Geschirr – Kopf (*Tuch*)
 Ferien – Schnecken – Wetter (*Haus*)
 Winter – Stein – Bauern (*Garten*)
 Haus – Schall – Klage (*Mauer*)

Tee – Kaffee – Sammel (*Tasse*)
 Couch – Küchen – Garten (*Tisch*)
 Mantel – Ofen – Studenten (*Futter*)
 Brillen – Wein – Fenster (*Glas*)
 Platten – Kleider – Wand (*Schrank*)
 Frauen – Bein – Sommer (*Kleid*)
 Ehe – Schnee – Haus (*Mann*)
 Hals – Kopf – Taschen (*Tuch*)
 Werkzeug – Kohlen – Bier (*Kasten*)
 Fluss – Kinder – Ehe (*Bett*)

Weitere Ideen

- Nennen Sie ein Nachwort und die Teilnehmenden nennen das Vorwort.
- Nennen Sie ein Vorwort und die Teilnehmenden bilden reihum Wörter, die mit diesem Wort beginnen. Beispiel: *Wetter*: *Wetterfrosch, Wetterhäuschen, Wettervorhersage, ...*
- Die Teilnehmenden bilden reihum Sätze mit den 3 Begriffen.
- Die Teilnehmenden nennen reihum weitere Nachwörter und die anderen nennen die Vorwörter.

Scherzfrage

Es hat zwei Eingänge, und wenn man mit den Füßen schon draußen ist, ist man erst richtig drinnen. (*Die Hose*)

Gedächtnistipp

Hören Sie öfter mal eine Geschichte oder ein Hörspiel im Radio oder hören Sie eine CD und drehen Sie in Gedanken einen Film. Das stärkt Ihre Vorstellungskraft und ihr Gedächtnis.

Tolle Omas pfeifen frech

Lesen Sie diese Sätze vor und lassen Sie Küchengegenstände nennen, die entstehen, wenn man die Anfangsbuchstaben der Wörter zusammensetzt.

Beispiel: Tolle Omas pfeifen frech (*Topf*)

Gustav liebt Amalie sehr. (*Glas*)

Udo hasst Ranunkeln. (*Uhr*)

Großvater Anton bringt eine Laterne. (*Gabel*)

Selmas irischer Erbonkel backt. (*Sieb*)

Mein erster schlauer Satz entstand Rosenmontag. (*Messer*)

Lina öffnet Fische für Ellas Laden. (*Löffel*)

Seltsamer Christian übergibt seine seltenen Echsen lachend. (*Schüssel*)

Tante Adelheid sucht schönen Ehering. (*Tasse*)

Paul findet Annas neuem Nagellack entsetzlich. (*Pfanne*)

Bertas endlose Chicoreebeete harkt Emil rasant. (*Becher*)

Konrads eckige Schuhspitzen sind echt lustig. (*Kessel*)

Böse Erben schimpfen erst nachmittags. (*Besen*)



Weitere Ideen

- Lassen Sie lustige Sätze mit weiteren Haushaltsgegenständen bilden, die entstehen, wenn man die Anfangsbuchstaben der Wörter zusammensetzt.

Tipp

Beginnen Sie mit kurzen Wörtern wie *Uhr*, *Sieb*, ... bevor Sie Sätze mit den Buchstaben von Bratpfanne, Schneebesen oder Korkenzieher, ... bilden lassen.

Gedächtnistipp

Schreiben Sie wichtige Gedanken und Informationen auf Zettel, die Sie in einem Zettelkasten sammeln und immer wieder mal anschauen. Sie können natürlich auch im Computer eine Datei dafür anlegen.

Eselsbrücken für den Haushalt

Lassen Sie raten, um was es bei diesen Eselsbrücken geht.

Von der ? etwas Saft,
gibt der Sahne Halt und Kraft. (*Zitrone*)

Ein paar Körner ? im Fass,
Salz bleibt trocken, wird nicht nass. (*Reis*)

? wird, wie es gebührt,
immer kalt angerührt. (*Mehlteig*)

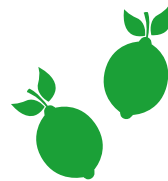
Das Ei platzt nicht beim Kochen,
wird vorher ein ? gestochen. (*Loch*)

Käse bleibt frisch, mach den Versuch
in einem salzig-feuchten ? . (*Leinentuch*)

Laue ? auf Elfenbein
macht die Klaviertasten wieder rein. (*Milch*)

Nasse Pullover auf den ? ,
das verdient eine Tracht Prügel. (*Bügel*)

Fensterputz und ?
bringt ja nur Enttäuschung ein. (*Sonnenschein*)



Weitere Ideen

- Lassen Sie weitere bekannte Eselsbrücken nennen.
- Die Teilnehmenden erzählen ihre kleinen „Tricks“ im Haushalt.

Gedächtnistipp

Wenn Sie einen Vortrag hören oder einen Bericht im Radio oder im Fernsehen verfolgen, stellen Sie sich vor, wie Sie später jemandem davon erzählen.

Der tugendhafte Hund

Lesen Sie dieses Gedicht von Heinrich Heine vor und die Teilnehmenden ergänzen die Reime.

Der tugendhafte Hund

Ein Pudel, der mit gutem Fug
Den schönen Namen Brutus (*trug*),
War viel berühmt im ganzen Land
Ob seiner Tugend und (*Verstand*).
Er war ein Muster der Sittlichkeit,
Der Langmut und (*Bescheidenheit*).
Man hörte ihn loben, man hörte ihn preisen
Als einen vierfüßigen Nathan den (*Weisen*).
Er war ein wahres Hundejuwel!
So ehrlich und treu! Eine schöne (*Seel'*)!
Auch schenkte sein Herr in allen Stücken
Ihm volles Vertrauen; er konnte ihn (*schicken*)
Sogar zum Fleischer. Der edle Hund
Trug dann einen Hängekorb im (*Mund*).



Weitere Ideen

- Lesen Sie das Gedicht ein zweites Mal vor und lassen Sie die unterstrichenen Wörter ergänzen.
- Lassen Sie weitere Gedichte nennen, in denen ein Hund oder ein anderes Haustier vorkommt. „Hund und Katze“ Wilhelm Busch/ „Der Hund als Untergebener“ Kurt Tucholsky ...
- Lassen Sie Hunderassen nennen: *Pudel, Dackel, Terrier, Setter, Spitz, Labrador, Schäferhund*, ...
- Die Teilnehmenden erzählen von ihrem Hund oder einem anderen Haustier.

Gedächtnistipp

Sammeln Sie zum Beispiel Sprüche, Zitate oder Witze und geben Sie diese im Bekanntenkreis zum Besten.

Dachboden und Keller

Auf den Dachboden damit

Die Teilnehmenden ergänzen diese Dinge aus einem Haushalt von vor vielen Jahren.

- (Wasch)brett
- (Wasser)kessel
- weißer (Nacht)topf
- (Zink)eimer
- (Holz)zuber
- (Teppich)klopfer
- (Musik)truhe
- (Bohner)besen
- (Staub)wedel
- schwarze (Schreib)maschine
- grünes (Schnur)telefon
- (Tüten)lampe
- alte (Schall)platten
- (Zink)badewanne
- (Butter)fass
- altes Radio mit (Holz)gehäuse
- alte (Post)karten
- altes (Bügel)eisen
- (Wäsche)stampfer
- alte (Küchen)waage
- (Ton)bandgerät
- alte (Liebes)briefe

Weitere Ideen

- Die Teilnehmenden nennen reihum Dinge, die auf dem Dachboden sein könnten und alle merken sich diese Dinge.
- Die Teilnehmenden beschreiben die obigen Dinge.
- Die Teilnehmenden erzählen von einem Dachboden in ihrer Kindheit.
- Lassen Sie Redewendungen nennen, in denen das Dach vorkommt:
*Jemandem aufs Dach steigen/kein Dach über dem Kopf haben/
etwas unter Dach und Fach bringen/besser den Spatz in der Hand als
die Taube auf dem Dach/das pfeifen die Spatzen von den Dächern/*

Gedächtnistipp

Reimen Sie öfter mal und schreiben Sie kleine Vierzeiler.

Die Kirschen in Nachbars Garten

Lassen Sie die Teilnehmenden diese Fragen beantworten.

- Welche Kirschen schmecken immer ein wenig süßer? (die Kirschen in Nachbars Garten)
- Was fällt nicht weit vom Stamm? (der Apfel)
- Wann kannst du getrost im Garten pflanzen? (wenn die Falter im April tanzen)
- Was sollte man in der Liebe sprechen lassen? (Blumen)
- Wen sollte man nicht zum Gärtner machen? (den Bock)
- Womit kann man eine sehr dünne Frau vergleichen? (mit einer Bohnenstange)
- Mit welchem Grünzeug kann man ein Durcheinander vergleichen? (mit Kraut und Rüben)
- Auf was sind Menschen gebettet, denen es sehr gut geht? (auf Rosen)
- Was vergeht nie? (Unkraut)
- Welche Blume steht für Bescheidenheit? (Veilchen)
- Wohin setzt man sich, wenn es unangenehm wird? (in die Nesseln)
- Was kann man wachsen hören? (das Gras)

Weitere Ideen

- Nennen Sie ein unterstrichenes Wort und die Teilnehmenden sagen die Redewendung.
- Nennen Sie Redewendungen und die Teilnehmenden stellen die Fragen.
- Die Teilnehmenden stellen Redewendungen pantomimisch dar.
- Die Kirschen in Nachbars Garten ist ein Lied. Lassen Sie die Teilnehmenden den Sänger nennen und das Lied singen. Es begann: „Als Bübchen mit heißem Verlangen ...“

Gedächtnistipp

Achten Sie mal einen Tag lang auf alles, was viereckig ist.

Aktivieren ist gut – und wenn man dabei aus vollem Herzen lachen kann, ist es noch besser! In diesem Buch finden sich viele Gedächtnisspiele (Geschichten, Rätsel, Gedichte, Wortspiele, Reime und Lieder) zum Thema **»Haus und Garten«**. Es eignet sich ebenso für die Gruppenstunde wie für die Einzelaktivierung.

Dieses kurzweilige Buch ist eine Fundgrube für Betreuungs- und Pflegekräfte, die Senioren immer wieder überraschen und motivieren möchten. Liebenswerte Erinnerungen werden aus dem Langzeitgedächtnis hervorgeholt und mit leichten und etwas anspruchsvolleren Spielen versehen, die die Teilnehmenden dort abholen, wo sie stehen.

**Unterhaltsame Aktivierungen,
die das Merken und Erinnern
spielend leichter machen.
Das ist Gedächtnistraining
mit Pfiff.**

ISBN 978-3-8426-0873-3



9 783842 608733