

Sabine Richartz

365 Impulse für die Aktivierung

Mit Jahres-, Geburtstagen und Kuriositäten durch das Kalenderjahr

aktivieren
Mehr Lebensqualität durch Soziale Betreuung



Sabine Richartz

365 Impulse für die Aktivierung

**Mit Jahres-, Geburtstagen und Kuriositäten durch das
Kalenderjahr**

Inhaltsverzeichnis

Einleitung			8
Wie Sie mit diesem Buch arbeiten können			9
Januar	Februar	März	
1. Glücksschwein 10	1. Tag der Schlange 20	1. Tag der Hand 29	
2. Tag des Schweizer Käses 10	2. Maria Lichtmess 20	2. Der Tag der alten Dinge 29	
3. Tag des Schlafens 10	3. Blasiussegen 20	3. Geburtstag von Loki Schmidt 30	
4. Tag der Mandarine 10	4. Geburtstag von Ludwig Erhard 20	4. Tag des Rührkuchens 30	
5. Tag des Vogels 11	5. Erinnerung an Loriot 21	5. Im Märzen der Bauer . 30	
6. Heilige Drei Könige 12	6. Dorotheentag 22	6. Tag des Kleides 30	
7. Was bringt das Jahr? Aktivierung rund um die Horoskope 12	7. Rosentag 22	7. Geburtstag von Heinz Rühmann 30	
8. Geburtstag von Elvis Presley 12	8. Tag des Heiratsantrags 22	8. Internationaler Frauentag 31	
9. Tag der ersten Ballonfahrt 13	9. Tag der Schokolade 23	9. Schwarz-Rot-Gold 31	
10. Tag der Blockflöte 13	10. Tag des Teddybären 23	10. Tag der Röcke 31	
11. Tag des deutschen Apfels 13	11. Tag des Versprechens 23	11. Verehere-dein-Werkzeug-Tag 32	
12. Tag des Marzipans 14	12. Tag der Umarmung 24	12. Ein Blick in die Sterne – Milky-Way-Tag 32	
13. Schnee 14	13. Tag des Küssens 24	13. Tag des Edelsteins 32	
14. Welttag der Logik 14	14. Valentinstag 24	14. Internationaler Tag der Mathematik 32	
15. Tag des Hutes 15	15. Tag des Regenwurms 24	15. Weltverbrauchertag 33	
16. Nichts-tun-Tag 15	16. Der Nylonstrumpf 25	16. Geburtstag von Karlheinz Böhm 33	
17. Tag der italienischen Küche 15	17. Heinrich Heine 25	17. Bundeswehr und die Wehrpflicht 33	
18. Welttag des Schneemanns 16	18. Tag der Batterie 25	18. Weltraum 34	
19. Tag des Popcorns 16	19. Tag der Minzschokolade 26	19. Tag des Geflügels 34	
20. Tag der Pinguine 16	20. Bundesweiter Toast-Hawaii-Tag 26	20. Frühlingsbeginn 34	
21. Ehrentag des Eichhörnchen 16	21. Internationaler Tag der Muttersprache 26	21. Internationaler Tag des Waldes 35	
22. Vincenztag 17	22. Todestag von Baron Münchhausen 26	22. Weltwassertag 35	
23. Kuchentag 17	23. Welttag der Waschmaschine 27	23. Welttag der Meteorologie 35	
24. Tag der Komplimente 17	24. Geburtstag von Wilhelm Grimm 27	24. 99 Luftballons – Geburtstag von Nena 35	
25. Geburtstag von Roy Black 18	25. Geburtstag von Karl May 27	25. Nationalfeiertag in Griechenland 36	
26. Tag der Ehepartner 18	26. Erzähl-ein-Märchen-Tag 28	26. Kastulus – Schutzpatron der Hirten 36	
27. Geburtstag von Wolfgang Amadeus Mozart 18	27. Sternzeichen Fisch 28	27. Tag des Whiskeys 36	
28. Eiskunstlauf 18	28. Tag der Hosentasche 28	28. Eggsibit Day 36	
29. Tag der Nelken 19	29. Schaltjahr 28	29. Welt-PianoTag 37	
30. Tag des Croissants 19		30. Geburtstag von Vincent van Gogh 37	
31. Geburtstag von Beatrix von den Niederlanden 19		31. Tag des Eiffelturms 37	

April

1. Der Aprilscherz	38
2. Internationaler Kinderbuchtag	38
3. Welttag der Wassertiere	38
4. Internationaler Tag der Karotte	39
5. Tag des Löwenzahns	39
6. Auf in die Luft	40
7. Weltgesundheitstag	40
8. Hasen und Kaninchen	40
9. Wähl-dir-deinen-Namen-Tag	40
10. Tag der Nutztiere	41
11. Tag der Haustiere	41
12. Geburtstag von Joschka Fischer	41
13. Internationaler Ehrentag der Pflanze	42
14. Tag des Gärtners	42
15. Tag der Kunst und der Geburtstag von Leonardo Da Vinci	42
16. Internationaler Tag der Stimme	42
17. Geburtstag von Bill Ramsey	43
18. Internationaler Denkmaltag	43
19. Tag des Wäscheaufhängens	43
20. Tag der chinesischen Sprache	44
21. Nationaler Tag des Tees in Großbritannien	44
22. Tag der Erde	44
23. Tag des deutschen Biers	44
24. Ein bißchen Frieden...	45
25. Tag des Baumes	45
26. Tag der ersten Küsse	45
27. Tag der Gummibärchen	46
28. Blaubeerkuchen-Tag	46
29. Welttag des Tanzes	46
30. Walpurgisnacht	47

Mai

1. Der Mai ist gekommen	47
2. Baby-Tag	48
3. Internationaler Tag der Sonne	48
4. Internationaler Tag der Feuerwehrleute	48
5. Astronautentag	49
6. Tag der Getränke	49
7. Die erste elektrische Schreibmaschine	49
8. Welttag der Esel	50
9. Europatag	50
10. Tag der Windmühlen	50
11. Beginn der Eisheiligen	50
12. Tag der Gurke	51
13. Internationaler Mother-Ocean-Day	51
14. Tag des Wanderns	51
15. Internationaler Tag der Familie	52
16. BBQ-Tag	52
17. Welttag des Backens	52
18. Väter und der Vatertag	52
19. Tag der Maisonne	53
20. Weltbienentag	53
21. Erdbeeren-mit-Sahne-Tag	53
22. Sherlock-Holmes-Tag	54
23. Der Tag des Glückspfennigs	54
24. Spargeltag	54
25. Tag des Weins	54
26. Tag der Farbe Grau	55
27. 1937 wurde in San Francisco die Golden Gate Bridge eröffnet	55
28. Weltspieltag	56
29. Berlin und John F. Kennedy	56
30. Geburtstag von Inge Meysel	56
31. Weltnichtrauchertag	56

Juni

1. Weltmilchtag	57
2. Nationalfeiertag in Italien	58
3. Weltfahrradtag	58
4. Tag des Schneiders	58
5. Zwillinge	58
6. Tag der Gartenarbeit	59
7. Bundesweiter Tag der Apotheke	59
8. Tag des Meeres	59
9. Donald Ducks Geburtstag	60
10. Tag des Kugelschreibers	60
11. Gedenktag John Wayne	60
12. Heidi	60
13. Struwwelpeter	61
14. Internationaler Badetag	61
15. Der bundesweite Tag des Strandkorbes	61
16. Tag des frischen Gemüses	62
17. Welttag der Krokodile	62
18. Tag des Angelns	62
19. Tag der Armbanduhr	63
20. Der Sommer beginnt ...	63
21. Tag des Schlafes	63
22. Welttag des VW Käfers	63
23. Heute wird es pink!	64
24. Johannistag	64
25. Welttag der Schulfreunde	64
26. Bärengedenktag	65
27. Siebenschläfer	65
28. Sagen und Legenden	65
29. Tag der Kamera	66
30. Geburtstag von Peter Alexander	66

Juli

1. Internationaler Tag der Früchte	66
2. Geburtstag von Rex Gildo	67
3. Tag des zivilen Ungehorsams	67
4. Nationalfeiertag der USA	68
5. Bikini-Tag	68
6. Geburtstag des Dalai Lama	68
7. Tag des Freibads	68
8. Reichtum	69
9. Fernwehtag	69
10. Tag der Pina Colada	69
11. Weltbevölkerungstag	70
12. Tag der Einfachheit	70
13. Nationaler Pommes-Tag in den USA	70
14. Nationalfeiertag in Frankreich	71
15. Ich-mag-Pferde-Tag	71
16. Meerschweinchen-Tag	72
17. Internationaler Tag der Gerechtigkeit	72
18. Gedenktag an Thomas Cook	72
19. Tag der Zugverspätungen	73
20. Tag des Mondes	73
21. Nationalfeiertag unserer belgischen Nachbarn	73
22. Tag der Mango	73
23. Vanilleeistag	74
24. Christopherus – Schutzpatron der Reisenden	74
25. Jakobstag	74
26. Löwen	75
27. Strom und Energie	75
28. Die Vier Jahreszeiten – Gedenktag an Antonio Vivaldi	75
29. Wetten, dass ...	76
30. Der internationale Weltpostkartentag	76
31. Rund um die Schweiz	76

August

1. Tag der Alpakas	76
2. Sandwich-Eis-Tag	77
3. Tag der Wassermelone	78
4. Internationaler Ehrentag der Eule	78
5. Internationaler Tag der Verkehrsampel	78
6. August: Geburtstag von Evelyn Hamann	78
7. Tag des Leuchtturms	79
8. Weltkatzentag	79
9. Ehrentag der Kunst	79
10. Faulpelz-Tag	80
11. Tag des Weizens	80
12. Welttag des Elefanten	80
13. Prosecco-Tag	80
14. Welttag der Eidechse	81
15. August: Napoleon	81
16. Tag der Achterbahn	81
17. Ehrentag der schwarzen Katze	82
18. Lastwagen	82
19. Tag der Kartoffel	82
20. Gedenktag an Rio Reiser	83
21. Tag der Dichter	83
22. Tag der Fische	83
23. Geburtstag von Vicky Leandros	83
24. Über-das-Wetter-schimpfen-Tag	84
25. Geburtstag von Ludwig II Bayern	84
26. Tag des Hundes	84
27. Tag der Bananenliebhaber	85
28. Ich habe einen Traum ...	85
29. Tag des Zitronensaftes	85
30. Strand-Tag	85
31. Gedenken an Prinzessin Diana	86

September

1. Welttag des Briefeschreibens	86
2. Internationaler Tag der Kokosnuss	86
3. Tag des Wolkenkratzers	86
4. Der bundesweite Tag der Currywurst	87
5. Verspäte-dich-Tag	88
6. Jetzt wird's süß ... Rund um den Zucker	88
7. Hamburg	88
8. Geburtstag von Eduard Mörike	88
9. Teddybär-Tag	89
10. Geburtstag von Karl Lagerfeld	89
11. Geburtstag von Franz Beckenbauer	89
12. Geburtstag von Jesse Owens	90
13. Tag der Erdnüsse	90
14. September: Tag der Ruhe	90
15. Tag der Schienen	90
16. September: Zauberei	91
17. Geburtstag von Reinhold Messner	91
18. Tag der ersten Liebe	91
19. Sprich-wie-ein-Pirat-Tag	92
20. Weltkindertag	92
21. Welttag der Dankbarkeit	92
22. Autofreier Tag	92
23. Herbstbeginn	93
24. Waage	93
25. Tag des Kochens	93
26. Tag des Holzfällers	94
27. Geburtstag von Freddy Quinn	94
28. Tag der guten Nachbarn	94
29. Weltherztag	94
30. Geburtstag von Udo Jürgens	95

Oktober

1. Tag des Kaffees	95
2. Weltreise	96
3. Tag der deutschen Einheit	96
4. Welttierschutztag	96
5. Weltlehrertag	97
6. Schiffe	97
7. Tag des Morgenmuffels	97
8. Dauerwelle	98
9. Pilze und Pilzköpfe	98
10. Tag der Handtasche	98
11. Internationaler Mädchentag	98
12. Nationalfeiertag in Spanien	99
13. Tag des Gedächtnis-trainings	99
14. Tag des Desserts	99
15. Tag des Schornsteinfegers	99
16. Internationaler Tag des Brotes	100
17. Oktoberfest	100
18. Tag der Krawatte	100
19. Kino Kino	100
20. Tag der Allee	101
21. Knöpfe	101
22. Tag der Farbe	102
23. Ungarn	102
24. Welttag der Gewürze	102
25. Weltooperntag	103
26. Tag der Kürbis	103
27. Igel und andere Stacheln ...	103
28. Das liebe Geld	104
29. Asterix-Comic	104
30. Halloween	104
31. Martin Luther und die Reformation	105

November

1. Allerheiligen	105
2. Der November beginnt	106
3. Weltmännertag	106
4. Puppen	106
5. Monopoly und andere Brettspiele	107
6. Basketball	107
7. Trabbi	108
8. Zeit	108
9. Erfinder	108
10. Berühmte Deutsche	109
11. St. Martin oder der Tag des Weckmanns	109
12. Grace Kelly	110
13. Weltnettigkeitstag	110
14. Geduld	110
15. Ratten und andere Nager	110
16. Vom Winde verweht ...	111
17. Durchblick	111
18. Der Tag der Mickey Maus	112
19. Bundesweiter Tag der Suppe	112
20. Tag der Kinderrechte	112
21. Welttag des Fernsehens	113
22. Kirchenmusik	113
23. Arbeit macht das Leben süß...	113
24. Tag der Gummistiefel	114
25. Einkaufs-Erinnerungstag	114
26. Welttag der Zeitschriften	114
27. Jimi Hendrix, E-Gitarre und andere Instrumente	114
28. Der arme Ritter	115
29. Ameisen und Ameisen-bären	115
30. Schottland	116

Dezember

1. Tag des Mistelzweigs	116
2. Der bundesweite Tag der Spekulation	116
3. Tag der Dominosteine	117
4. Barbaratag	118
5. Bald ist Nikolausabend da ...	118
6. Nikolaus	118
7. Tag der Weihnachtskrippe	119
8. Weihnachtsbaumtag	119
9. Tag der Weihnachtskarte	119
10. Tag des Christstollens	120
11. Tag der Zimtsterne	120
12. Tag des Lebkuchenhauses	120
13. Tag des heißen Kakaos	121
14. Tag der Schneekugel	121
15. Der Tag der hässlichen Weihnachtspullover	121
16. Bundesweiter Tag des Tannenzapfens	121
17. Tag der Ausstechförmchen	122
18. Ehrentag der Schneeflocke	122
19. Tag der Weihnachtskugeln	122
20. Weihnachtslieder	123
21. Beginn der Raunächte	123
22. Der Winter beginnt	123
23. Tag der Pfeffernüsse	124
24. Heiligabend mit Ochs und Esel	124
25. Weihnachten	124
26. Heiliger Stephanus und der zweite Weihnachtsfeiertag	124
27. Sprichwörter	125
28. Tag der Feiertags-Verschonungspause	125
29. Ab-auf-die-Waage-Tag	125
30. Das Fest der rieselnden Tannennadeln	126
31. Silvester	126

Einleitung

In der Betreuung und Pflege von Senior:innen, insbesondere von Menschen mit Demenz, ist Kreativität und Einfallsreichtum gefragt wie in kaum einem anderen Bereich. Als Leitung im Sozialen Dienst habe ich in meiner langjährigen beruflichen Laufbahn hautnah miterlebt, wie bedeutend es ist, täglich frische Impulse und Ideen für die Betreuungsarbeit zur Verfügung zu haben. Diese Impulse sind nicht nur der Schlüssel zur Förderung der Lebensqualität unserer Senior:innen, sondern sie schenken Ihnen als Betreuungskraft auch die Möglichkeit, wertvolle Momente der Freude und Interaktion zu schaffen.

Die Grundlage für dieses Buchprojekt entstand aus meiner eigenen praktischen Arbeit heraus. Während meiner Tätigkeit bin ich immer wieder auf kuriose Feiertage und besondere Anlässe gestoßen, die sich hervorragend als Ausgangspunkt für Aktivierungsmaßnahmen eignen. Doch mir fehlte ein umfassendes Nachschlagewerk, das nicht nur das aufwendige tägliche Recherchieren erspart, sondern auch konkrete und inspirierende Ideen liefert, um diese Anlässe in sinnvolle Betreuungsaktivitäten zu verwandeln.

Da ich fest davon überzeugt bin, dass dieses Bedürfnis nicht allein mir vorbehalten ist, habe ich mich dazu entschlossen, dieses Buch zu schreiben. Mein Ziel ist es, Betreuungskräften und Leitungen im Sozialen Dienst ein praktisches Handbuch an die Hand zu geben, das ihnen tagtäglich wertvolle Impulse bietet. Dieses Buch soll nicht nur die Kreativität fördern, sondern auch als verlässliche Orientierungshilfe dienen und als wertvoller Gesprächsimpuls für Senior:innen fungieren.

Die folgenden Seiten sind das Ergebnis meiner langjährigen Erfahrung und Leidenschaft für die Betreuungsarbeit. Sie enthalten eine breite Palette von Impulsen und Aktivierungsideen für jeden Tag des Jahres, basierend auf kuriosen Feiertagen, Gedenktagen, Geburtstagen berühmter Personen und besonderen Anlässen. Ich lade Sie ein, sich auf eine Reise der Inspiration zu begeben und diese Ideen in Ihre tägliche Arbeit einzuführen, um die Lebensqualität der Senior:innen zu steigern und die Betreuungsarbeit zu bereichern.

Ich hoffe, dass dieses Buch nicht nur eine wertvolle Ressource für Sie sein wird, sondern auch dazu beiträgt, unvergessliche Momente für unsere Senior:innen zu schaffen. Vielen Dank, dass Sie sich für dieses Buch interessieren, und ich freue mich darauf, Sie auf dieser Reise zu begleiten.

Wie Sie mit diesem Buch arbeiten können

Dieses Buch ist mehr als nur ein Kalender. Es ist ein Begleiter für Ihre tägliche Arbeit in der Seniorenbetreuung, eine Inspirationsquelle, die Sie Tag für Tag nutzen können. Sie können sich von den Tagesimpulsen leiten lassen, um Ihre Betreuungsaktivitäten zu planen, oder einfach spontan den passenden Impuls für den Moment auswählen. Die Impulse sind vielseitig und können sowohl in der Einzelbetreuung als auch als Ausgangspunkt für Gruppengespräche oder -aktivitäten verwendet werden.

Der Impuls ist als eine Brücke zum Gegenüber zu verstehen – über den Impuls kommen Sie in Kontakt und können Gesprächsanlässe initiieren, die weit über die gängigen Alltagsgespräche hinausgehen.

Jeder Tagesimpuls wird durch eine einfache kognitive Förderung für den Einstieg ergänzt, um geistige Aktivität zu fördern. Dazu gibt es Fragen, die persönliche Gespräche anregen und den sozialen Kontakt fördern. Auf diese können Sie sich individuell vor Beginn der Aktivierung vorbereiten. Vielleicht verfügt Ihre Einrichtung über ein Tablett, welches Sie nutzen dürfen? Dann können Sie auch im direkten Kontakt das passende im Netz auswählen.

Die Impulse sind so geartet, dass Sie sowohl kognitiv anspruchsvollen Senior:innen wie auch Menschen mit Demenz gerecht werden können. Für die Arbeit mit Menschen mit Demenz empfehle ich, möglichst viele Sinne einzubeziehen – so können Sie die demenziell veränderten Senior:innen oftmals besser erreichen. Anregungen, wie Sie das Hören, Fühlen, Sehen und Riechen in Ihre Betreuungsangebote einbeziehen können, finden Sie ebenfalls in den einzelnen Tagesimpulsen.

Auch für diejenigen, die Jahres-, Wochen- oder Monatsplanungen erstellen, ist dieses Buch eine wertvolle Ressource. Sie können die Impulse im Voraus planen und so einen roten Faden für die Betreuungsarbeit schaffen.

In den Fußnoten finden Sie Verweise auf andere Tagesimpulse, die sich ergänzen lassen, sowie hilfreiche Tipps für die Seniorenarbeit. Senior:innen sind individuell und vielfältig, aber wir erreichen sie am besten, wenn wir selbst inspiriert und motiviert sind. Dieses Buch ist Ihr Schlüssel zu einer kreativen und bereichernden Seniorenbetreuung. Sollte der Tagesimpuls einmal nicht zur Situation oder Zielgruppe passen, lassen sich mit wenig Aufwand weitere Anregungen finden – etwa auf der Webseite kuriose-feiertage.de, die viele ungewöhnliche Aktionstage samt Hintergrundinformationen bereithält. Auch eine kurze Internetrecherche zu historischen Ereignissen, Namenstagen oder Geburtstagen berühmter Persönlichkeiten kann zusätzliche Ideen liefern.

Lassen Sie sich inspirieren und gestalten Sie gemeinsam mit den Senior:innen wertvolle Momente und Erinnerungen.

1. Januar: Glücksschwein

Impuls: Der 1. Januar ist traditionell ein Datum, an dem man Glücksbringer verschenkt. Passend dazu hat der Kalender der kuriosen Feiertage aus aller Welt 2021 diesen Termin zum bundesweiten Tag des Glücksschweins in Deutschland erklärt. Bringen Sie doch einige Glücksbringer mit!

Wie gehen diese Sprichwörter und Redewendungen rund um das Glück weiter?

Das Glück ist mit ... **den Dummen**
Jeder ist seines Glückes ... **Schmied**
Du hast mehr Glück als ... **Verstand**
Geld allein macht ... **nicht glücklich**
Pech im Spiel ... **Glück in der Liebe**
Ein Unglück kommt ... **selten allein**

Lassen Sie erzählen:

- Was bedeutet Glück für Sie?
- Haben Sie Glücksbringer verschenkt?
- An welche Augenblicke Ihres Lebens erinnern Sie sich, in denen Sie sehr glücklich waren?
- Besitzen Sie einen Glücksbringer?
- In welchen Situationen hat er Ihnen Glück gebracht?
- Wenn Sie Glück mit drei Worten beschreiben müssten, welche wären das?

2. Januar: Tag des Schweizer Käses

Impuls: Den 2. Januar feiern die USA als ihren nationalen Tag des Schweizer Käses. Wie wäre es also mit einer kleinen Aktivierung rund um den Käse? Bringen Sie Käsesorten zum Verkosten mit: Gouda, Emmentaler oder Brie

Wie gehen diese käsigen Sprichwörter und Redewendungen weiter?

- Käse schließt den ... **Magen**
- Das ist alles ... **Käse**
- Dreikäse...**hoch**

Lassen Sie erzählen:

- Essen Sie gerne Käse?
- Was ist Ihr Lieblingskäse?
- Was kombinieren Sie gerne zum Käse?

3. Januar: Tag des Schlafens

Impuls: Die USA feiern ihren nationalen Feiertag des Schlafens (engl. Festival of Sleep Day) jedes Jahr am 3. Januar. Bringen Sie eine Spieluhr mit einem Schlaflied mit.

Wie gehen die Sprichwörter und Redewendungen rund um den Schlaf weiter?

- Schlaf ist die beste ... **Medizin**
- Schlafende Hunde ... **weckt man nicht**
- Schlafen wie ein ... **Stein**

Lassen Sie erzählen:

- Was ist ihr Lieblingsschlaflied?
Welche Gutenachtlieder kennen Sie sonst?
- Was machen Sie, wenn Sie nicht schlafen können?
- Sind Sie Langschläfer oder Frühaufsteher?

4. Januar: Tag der Mandarine

Impuls: Seit 2018 feiert Deutschland den bundesweiten Tag der Mandarine immer am 4. Januar. Bringen Sie Mandarinen mit und essen Sie gemeinsam mit den Senior:innen die Mandarinen.

Hier sind einige Redewendungen und Sprichwörter durcheinandergeraten. Wie heißen sie richtig?

- Abwarten und Mandarinen essen |
Abwarten und Tee trinken
- Bei Tag sind alle Mandarinen orange |
Bei Nacht sind alle Katzen grau
- Eine Mandarine macht noch keinen Winter |
Eine Schwalbe macht noch keinen Sommer

Lassen Sie erzählen:

- Mögen Sie Mandarinen?
- Woran erinnert Sie der Duft der Mandarinen?
- Welches Obst essen Sie sonst gerne?

5. Januar: Tag des Vogels

Impuls: Seit 2003 begehen die USA den 5. Januar als ihren nationalen Tag des Vogels.

Wie gehen die Sprichwörter und Redewendungen rund um Vögel weiter?

Der Spatz in der Hand ist besser als ... **die Taube auf dem Dach**

Der frühe Vogel fängt ... **den Wurm**

Eine Schwalbe ... **macht noch keinen Sommer**

Lassen Sie erzählen:

- Haben Sie auch die Vögel im Winter gefüttert?
- Haben Sie dazu auch ein Vogelhaus aufgestellt?
- Welche heimischen Vögel konnten Sie beobachten?
- Hatten Sie vielleicht selbst einen Vogel als Haustier?



Grafik: Adobe Stock, umut hasanoglu

JANUAR

1. März: Tag der Hand



Impuls: Im Jahr 2018 erklärte die Deutschen Gesellschaft für Handchirurgie e. V. (DGH) den 1. März zum bundesweiten Tag der Hand.

Wie gehen die Sprichwörter und Redewendungen rund um die Hand weiter?

- Mit Hand und ... **Fuß**
- Ein Spatz in der Hand ist besser als ... **die** Taube auf dem Dach
- Eine Hand wäscht ... **die andere**
- Wem man den kleinen Finger gibt, der nimmt ... **die ganze Hand.**

Lassen Sie erzählen:

- Haben Sie schon mal eine Hand verletzt oder gebrochen?
- Sind Sie Rechts- oder Linkshänder?

2. März: Der Tag der alten Dinge

Impuls: Der 2. März steht im Zeichen alter Dinge und Antiquitäten.

Lassen Sie sich erklären:

- Was ist ein Nierentisch? | **Ein asymmetrisch geformter Tisch.**
- Was ist eine Trockenhaube? | **Ein elektrische Heißluftgeräte zum Trocknen der Haare.**
- Was ist ein Griffel? | **Ein Werkzeug zur Beschriftung von Ton-, Wachs- oder Schiefer-
tafel.**
- Was ist ein Petticoat? | **Ein bauschiger, weiter Unterrock**

Lassen Sie erzählen:

- Mögen Sie antike Gegenstände?
- Haben Sie etwas Antikes, was Ihnen wichtig ist?
- Stöbern Sie gerne auf Flohmärkten oder in Antikgeschäften?
- Haben alte Gegenstände eine Geschichte zu erzählen?

Grafik: Adobe Stock, PaletteGuru, KI generiert

MÄRZ

3. März: Geburtstag von Loki Schmidt

Impuls: Hannelore Schmidt, auch Loki genannt, ist am 3. März 1919 geboren. Die Ehefrau von Altkanzler Helmut Schmidt war Lehrerin und eine vielfach ausgezeichnete Naturschützerin.

Wie hießen die Ehefrauen von ...

- Helmut Kohl | **Hannelore**
- John F. Kennedy | **Jackie**
- Willi Brandt | **Ruth**
- Ronald Reagan | **Nancy**
- Michail Gorbatschow | **Raissa**

Lassen Sie erzählen:

- Gibt es eine berühmte Ehefrau, deren Lebensgeschichte Sie besonders inspiriert? Wenn ja, warum?
- Welche berühmte Ehefrau bewundern Sie für ihre Karriere und ihre Rolle in der Öffentlichkeit?

Grafik: Adobe Stock, Francois Poirier

4. März: Tag des Rührkuchens

Impuls: Am 4. März feiern die USA den Tag des Rührkuchens.

Wie gehen die Sprichwörter und Redewendungen rund um Kuchen weiter?

- Mit ihm ist nicht gut ... **Kirschen essen**
- Er grinst wie ein Honig...**kuchenpferd**
- Friede, Freude, Eier...**kuchen**
- Puste...**kuchen**

Lassen Sie erzählen:

- Essen Sie gerne Kuchen?
- Welcher ist Ihr Lieblingskuchen?
- Haben Sie gerne Kuchen gebacken?

5. März: Im Märzen der Bauer ...

Impuls: Im März beginnen die Landwirte mit der Aussaat. Was bringt der März sonst noch mit sich?

Ergänzen Sie die März Wörter:

- Eine Blume, die auch als Schneeglöckchen bekannt ist, nennt man Märzen...**becher**.
- Die Frühlingssonne im März nennt man auch März...**sonne**.
- Das Wetter im März nennt man auch März...**wetter**.

Lassen Sie erzählen:

- Was fällt Ihnen zum Monat März ein?
- Was machen Sie gerne im März?

6. März: Tag des Kleides

Impuls: Am 6. März feiern wir das Kleid.

Hier sind einige Sprichwörter durcheinandergeraten. Wie heißen sie richtig?

- Bei Nacht sind alle Kleider blau | **Bei Nacht sind alle Katzen grau**
- Die dümmsten Bauern haben die schönsten Kleider | **Die dümmsten Bauern haben die dicksten Kartoffeln**
- Der frühe Vogel trägt ein Kleid | **Der frühe Vogel fängt den Wurm**

Lassen Sie erzählen:

- Für Damen: Haben Sie ein Lieblingskleid? Zu welchen Anlässen tragen Sie Kleider?
- Für Herren: Mögen Sie Damen in Kleidern?

7. März: Geburtstag von Heinz Rühmann

Impuls: Am 07. März 1902 ist wohl einer der bekanntesten deutschen Schauspieler seiner Zeit in Essen geboren: Heinz Rühmann.

Autorin



Sabine Richartz ist Diplom-Pädagogin. Seit mehr als zehn Jahren leitet sie den Sozialen Dienst in einer Senioreneinrichtung und ist Qualitätsbeauftragte im Sozialen Dienst der Unternehmensgruppe. Nebenberuflich arbeitet sie als Dozentin. Ihre Homepage: demenz-dolmetscher.de.



Sabine Richartz ist Diplom-Pädagogin. Seit mehr als zehn Jahren leitet sie den Sozialen Dienst in einer Senioreneinrichtung und ist Qualitätsbeauftragte im Sozialen Dienst der Unternehmensgruppe. Nebenberuflich arbeitet sie als Dozentin. Ihre Homepage: demenz-dolmetscher.de.

365 Aktivierungsimpulse für jeden Tag – einfach, alltagsnah und sofort einsetzbar!

Ob Tag des Morgenmuffels, Welttag des Tanzes oder Geburtstage berühmter Persönlichkeiten – dieses Buch verwandelt jeden Kalendertag in einen Anlass für lebendige Gespräche, biografisches Arbeiten und kreative Aktivierungsideen.

Ideal für die soziale Betreuung, Alltagsbegleitung und Beschäftigung von Senior:innen – für Menschen mit und ohne Demenz.

Was Sie erwartet:

- 365 Tagesimpulse passend zum Kalenderjahr,
- mit Fragen zur Biografiearbeit & kognitiven Förderung,
- für Einzel- oder Gruppenangebote geeignet,
- auch spontan und ohne Vorbereitung nutzbar,
- alltagstauglich für alle in der Aktivierung Tätigen.

Nutzen Sie das Buch wie einen Jahreskalender der Aktivierung – oder lassen Sie sich einfach vom Thema des Tages inspirieren.

Ein unverzichtbarer Begleiter für alle, die sich neue Impulse für die Betreuung von Senior:innen wünschen – unterhaltsam, abwechslungsreich und praxisnah.

ISBN 978-3-7486-0788-5

