

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

April	Mai	Juni
1. Der Aprilscherz	38 1. Der Mai ist gekommen	47 1. Weltmilchtag
2. Internationaler Kinderbuchtag	38 2. Baby-Tag	48 2. Nationalfeiertag in Italien
3. Welttag der Wassertiere	38 3. Internationaler Tag der Sonne	48 3. Weltfahrradtag
4. Internationaler Tag der Karotte	39 4. Internationaler Tag der Feuerwehrleute	48 4. Tag des Schneiders
5. Tag des Löwenzahns	39 5. Astronautentag	48 5. Zwillinge
6. Auf in die Luft	40 6. Tag der Getränke	49 6. Tag der Gartenarbeit
7. Weltgesundheitstag	40 7. Die erste elektrische Schreibmaschine	49 7. Bundesweiter Tag der Apotheke
8. Hasen und Kaninchen	40 8. Welttag der Esel	49 8. Tag des Meeres
9. Wähl-dir-deinen-Namen-Tag	40 9. Europatag	50 9. Donald Ducks Geburtstag
10. Tag der Nutztiere	41 10. Tag der Windmühlen	50 10. Tag des Kugelschreibers
11. Tag der Haustiere	41 11. Beginn der Eisheiligen	50 11. Gedenktag John Wayne
12. Geburtstag von Joschka Fischer	41 12. Tag der Gurke	50 12. Heidi
13. Internationaler Ehrentag der Pflanze	41 13. Internationaler Mother-Ocean-Day	51 13. Struwwelpeter
14. Tag des Gärtners	42 14. Tag des Wanderns	51 14. Internationaler Badetag
15. Tag der Kunst und der Geburtstag von Leonardo Da Vinci	42 15. Internationaler Tag der Familie	51 15. Der bundesweite Tag des Strandkorbes
16. Internationaler Tag der Stimme	42 16. BBQ-Tag	51 16. Tag des frischen Gemüses
17. Geburtstag von Bill Ramsey	42 17. Welttag des Backens	52 17. Welttag der Krokodile
18. Internationaler Denkmaltag	42 18. Väter und der Vatertag	52 18. Tag des Angelns
19. Tag des Wäscheaufhängens	43 19. Tag der Maisonne	52 19. Tag der Armbanduhr
20. Tag der chinesischen Sprache	43 20. Weltbienentag	52 20. Der Sommer beginnt ...
21. Nationaler Tag des Tees in Großbritannien	43 21. Erdbeeren-mit-Sahne-Tag	53 21. Tag des Schlafes
22. Tag der Erde	43 22. Sherlock-Holmes-Tag	53 22. Welttag des VW Käfers
23. Tag des deutschen Biers	43 23. Der Tag des Glücks-pfennigs	53 23. Heute wird es pink!
24. Ein bißchen Frieden...	44 24. Spargeltag	54 24. Johannistag
25. Tag des Baumes	44 25. Tag des Weins	54 25. Welttag der Schulfreunde
26. Tag der ersten Küsse	44 26. Tag der Farbe Grau	54 26. Bärengedenktag
27. Tag der Gummibärchen	44 27. 1937 wurde in San Francisco die Golden Gate Bridge eröffnet	55 27. Siebenschläfer
28. Blaubeerkuchen-Tag	45 28. Weltspieltag	54 28. Sagen und Legenden
29. Welttag des Tanzes	45 29. Berlin und John F. Kennedy	55 29. Tag der Kamera
30. Walpurgsnacht	46 30. Geburtstag von Inge Meysel	56 30. Geburtstag von Peter Alexander
	46 31. Weltnichttrauchertag	56
	47	

Juli	August	September
1. Internationaler Tag der Früchte	1. Tag der Alpakas	76 1. Welttag des Briefeschreibens
66	2. Sandwich-Eis-Tag	77 2. Internationaler Tag der Kokosnuss
2. Geburtstag von Rex Gildo	3. Tag der Wassermelone	78 3. Tag des Wolkenkratzers
67	4. Internationaler Ehrentag der Eule	78 4. Der bundesweite Tag der Currywurst
3. Tag des zivilen Ungehorsams	5. Internationaler Tag der Verkehrsampel	78 5. Verspäte-dich-Tag
67	6. August: Geburtstag von Evelyn Hamann	78 6. Jetzt wird's süß ... Rund um den Zucker
4. Nationalfeiertag der USA	7. Tag des Leuchtturms	79 7. Hamburg
68	8. Weltkatzentag	79 8. Geburtstag von Eduard Mörike
5. Bikini-Tag	9. Ehrentag der Kunst	80 9. Teddybär-Tag
68	10. Faulpelz-Tag	80 10. Geburtstag von Karl Lagerfeld
6. Geburtstag des Dalai Lama	11. Tag des Weizens	80 11. Geburtstag von Franz Beckenbauer
68	12. Welttag des Elefanten	81 12. Geburtstag von Jesse Owens
7. Tag des Freibads	13. Prosecco-Tag	81 13. Tag der Erdnüsse
68	14. Welttag der Eidechse	81 14. September: Tag der Ruhe
8. Reichtum	15. August: Napoleon	82 15. Tag der Schienen
69	16. Tag der Achterbahn	82 16. September: Zauberei
9. Fernwehtag	17. Ehrentag der schwarzen Katze	82 17. Geburtstag von Reinhold Messner
69	18. Lastwagen	83 18. Tag der ersten Liebe
10. Tag der Pina Colada	19. Tag der Kartoffel	83 19. Sprich-wie-ein-Pirat-Tag
69	20. Gedenktag an Rio Reiser	83 20. Weltkindertag
11. Weltbevölkerungstag	21. Tag der Dichter	84 21. Welttag der Dankbarkeit
70	22. Tag der Fische	84 22. Autofreier Tag
12. Tag der Einfachheit	23. Geburtstag von Vicky Leandros	84 23. Herbstbeginn
70	24. Über-das-Wetter-schimpfen-Tag	84 24. Waage
13. Nationaler Pommes-Tag in den USA	25. Geburtstag von Ludwig II Bayern	85 25. Tag des Kochens
70	26. Tag des Hundes	85 26. Tag des Holzfällers
14. Nationalfeiertag in Frankreich	27. Tag der Bananenliebhaber	85 27. Geburtstag von Freddy Quinn
71	28. Ich habe einen Traum ...	85 28. Tag der guten Nachbarn
15. Ich-mag-Pferde-Tag	29. Tag des Zitronensaftes	86 29. Weltherztag
71	30. Strand-Tag	86 30. Geburtstag von Udo Jürgens
16. Meerschweinchen-Tag	31. Gedenken an Prinzessin Diana	95
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	

Oktober	November	Dezember
1. Tag des Kaffees	95 1. Allerheiligen	105 1. Tag des Mistelzweigs
2. Weltreise	96 2. Der November beginnt	106 2. Der bundesweite Tag der Spekulatius
3. Tag der deutschen Einheit	96 3. Weltmännertag	106 3. Tag der Dominosteine
4. Welttierschutztag	96 4. Puppen	106 4. Barbaratag
5. Weltlehrertag	97 5. Monopoly und andere Brettspiele	107 5. Bald ist Nikolausabend da ...
6. Schiffe	97 6. Basketball	107 6. Nikolaus
7. Tag des Morgenmuffels	97 7. Trabbi	108 7. Tag der Weihnachtskrippe
8. Dauerwelle	98 8. Zeit	108 8. Weihnachtsbaumtag
9. Pilze und Pilzköpfe	98 9. Erfinder	109 9. Tag der Weihnachtskarte
10. Tag der Handtasche	98 10. Berühmte Deutsche	109 10. Tag des Christstollens
11. Internationaler Mädchentag	98 11. St. Martin oder der Tag des Weckmanns	110 11. Tag der Zimtsterne
12. Nationalfeiertag in Spanien	99 12. Grace Kelly	110 12. Tag des Lebkuchenhauses
13. Tag des Gedächtnistrainings	99 13. Weltnettigkeitstag	110 13. Tag des heißen Kakaos
14. Tag des Desserts	99 14. Geduld	110 14. Tag der Schneekugel
15. Tag des Schornsteinfegers	99 15. Ratten und andere Nager	111 15. Der Tag der hässlichen Weihnachtspullover
16. Internationaler Tag des Brotes	100 16. Vom Winde verweht ...	111 16. Bundesweiter Tag des Tannenzapfens
17. Oktoberfest	100 17. Durchblick	112 17. Tag der Ausstechförmchen
18. Tag der Krawatte	100 18. Der Tag der Mickey Maus	112 18. Ehrentag der Schneeflocke
19. Kino Kino	100 19. Bundesweiter Tag der Suppe	113 19. Tag der Weihnachtskugeln
20. Tag der Allee	101 20. Tag der Kinderrechte	113 20. Weihnachtslieder
21. Knöpfe	101 21. Welttag des Fernsehens	114 21. Beginn der Raunächte
22. Tag der Farbe	102 22. Kirchenmusik	114 22. Der Winter beginnt
23. Ungarn	102 23. Arbeit macht das Leben süß...	114 23. Tag der Pfeffernüsse
24. Welttag der Gewürze	102 24. Tag der Gummistiefel	114 24. Heiligabend mit Ochs und Esel
25. Weltoperntag	103 25. Einkaufs-Erinnerungstag	115 25. Weihnachten
26. Tag der Kürbis	103 26. Welttag der Zeitschriften	115 26. Heiliger Stephanus und der zweite Weihnachtsfeiertag
27. Igel und andere Stacheln ...	103 27. Jimi Hendrix, E-Gitarre und andere Instrumente	116 27. Sprichwörter
28. Das liebe Geld	104 28. Der arme Ritter	116 28. Tag der Feiertags-Verschnaufpause
29. Asterix-Comic	104 29. Ameisen und Ameisenbären	116 29. Ab-auf-die-Waage-Tag
30. Halloween	105 30. Schottland	116 30. Das Fest der rieselnden Tannennadeln
31. Martin Luther und die Reformation		126 31. Silvester

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 Dumm**en

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?

Grafik: Adobe Stock, PaletteGuru, KI generiert

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 Be-schriftung 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?

2. 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 Märzwörter:

- 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



9 783748 607885

