



SingLiesel

SingLiesel kompakt

Alltagsgeschichten für alle Sinne

Natali Mallek – Annika Schneider

In
Kooperation mit


Mal-alt-werden.de





SingLiesel

Satz: Satz für Satz, Wangen im Allgäu

Druck: FINIDR, s.r.o.
Printed in Czech Republic

ISBN 978-3-944360-27-0

© 2019 SingLiesel GmbH, Karlsruhe
www.singliesel.de

Bildnachweise:
Blumen: Gizele/Shutterstock.com
Cover-Foto: Africa Studio/Shutterstock.com

Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdrucks, vorbehalten. Dies betrifft auch die Vervielfältigung und Übertragung einzelner Textabschnitte, Zeichnungen, Bilder oder Aufnahmen durch alle Verfahren wie Speicherung und Übertragung auf Papier oder unter Verwendung elektronischer Systeme.

Natali Mallek – Annika Schneider

ALLTAGSGESCHICHTEN FÜR ALLE SINNE



INHALTSVERZEICHNIS

Einfach lecker, diese Erdbeeren!	8
Ostereier bemalen	10
Arme-Leute-Essen	12
Krokusse. Meine Frühlingsboten	14
Frisch aus der Kaffeemühle	16
Mein gut gefüllter Korb. Markttag.	18
Sand unter den Füßen	20
Kartoffelsalat	22
Schweine bringen Glück	24
Der plattgefahrene Pfennig	26
Omas Perlenkette	28
Der erste Theaterbesuch.	30
Eine Rose zum Hochzeitstag	32
Muschelbotschaften.	34
Sonnenblumen am Wegesrand.	36
Pflaumenmus kochen. Eine Portion Geduld.	38
Apfelernte. Ein Familienfest.	40
Kastanien sammeln	42
Hoch in die Lüfte	44
Der neue Klopapierhut	46
Kartoffeln stoppeln	48
Geschichten aus der Bibel.	50
Abgeheftet	52
Meine Schiefertafel	54
Heiße Milch mit Honig	56
Selbst gestrickt	58
Tannenzapfen sammeln.	60

Die Gugelhupfform	62
Meine erste Feinstrumpfhose	64
Wir hatten nur Kernseife	66
Kegelabend.	68
Kohlsuppe. Die Zeiten ändern sich	70
Aus kratziger Wolle. Mütze, Schal und Handschuhe	72
Vögel füttern. Eine kleine Meise	74
Das Jesuskind in der Futterkrippe	76
Der Weihnachtsbaumschmuck	78

Einführung

Alltagsgeschichten für alle Sinne bieten speziell im Rahmen der Biografiearbeit mit älteren Menschen eine gute Möglichkeit, Erinnerungen zu wecken und die Senioren zum Erzählen einzuladen. Besonders Menschen mit Demenz können diese impulsgestützten Kurzaktivierungen Wege eröffnen, die sie dazu hinführen, sich an kleine – vielleicht sogar besondere – Momente aus ihrer Vergangenheit zu erinnern.

Dazu wird eine kurze Geschichte vorgelesen, die sich nach Möglichkeit an Erlebnissen aus der persönlichen Biografie der Zuhörenden orientiert. Begleitend werden verschiedene Wahrnehmungsmaterialien bereitgestellt, die das Erinnern an früher unterstützen sollen. Die Wahrnehmungsmaterialien dürfen vor, während und nach dem Vorlesen der Kurzgeschichte gerne angeschaut, in die Hand genommen und ggf. probiert werden. Im Anschluss an die Geschichte ist Zeit für Gespräche.

Einige mögliche Gesprächsthemen haben wir unter jeder Kurzgeschichte aufgelistet. Diese Themen sind aber nur beispielhaft gedacht – sprechen Sie mit den Senioren individuell über das, was sie bewegt und was die Geschichte an Erinnerungen hervorruft ...

Viel Freude mit den Alltagsgeschichten für alle Sinne wünschen Ihnen

Natali Mallek und Annika Schneider

EINFACH LECKER, DIESE ERDBEEREN!

Material

Frische Erdbeeren

Kurzgeschichte

Im Sommer habe ich immer meiner Oma bei der Gartenarbeit geholfen. Ich habe das gern getan, vor allem, weil wir uns zwischendurch reichlich mit frischen Erdbeeren belohnt haben! Neben den Himbeersträuchern war ein ganzes Feld mit Erdbeerpflanzen. Im Sommer fand ich dort immer reife Früchtchen. Es war mir, als kämen von Stunde zu Stunde neue rote Erdbeeren dazu.

Wenn wir sie nicht neben dem Unkrautjäten naschten, dann pflückten wir sie in einer großen Schale. Meine Oma schnipelte sie dann klein und zuckerte sie, sodass sie so richtig süß waren. An Feiertagen und Geburtstagen gab es sogar frische Sahne zu den Erdbeeren. Mmh, das war lecker! Wenn ich heute daran denke, läuft mir noch das Wasser im Mund zusammen.

Besonders gut schmeckte mir auch Omas Erdbeerkuchen. Sie backte einen knusprigen Tortenboden, belegte ihn mit Erdbeeren aus dem Garten und träufelte roten Tortenguss darüber. Da ich im Sommer Geburtstag hatte, gehörte es zur guten Tradition, dass meine Oma zum Kaffeetrinken frischen Erdbeerkuchen mitbrachte.

Aus den Erdbeeren, die nicht gleich gegessen wurden, machte meine Oma leckere Erdbeermarmelade.

So hatten wir das ganze Jahr über Freude an den Erdbeeren aus Omas Garten.

Mögliche Themen für anschließende Gespräche

- ▷ Erdbeeren im Garten: die Erdbeerernte
- ▷ Süße Versuchungen: Wer hat früher Erdbeeren aus dem Garten genascht?
- ▷ Rezepte mit Erdbeeren
- ▷ Gartenarbeit im Sommer: Was musste gemacht werden? Welche Aufgaben haben Sie gern erledigt? Welche nicht?
- ▷ Traditionen an Geburtstagsfeiern
- ▷ Beliebte Kuchen im Sommer

OSTEREIER BEMALEN

Material

Bemalte und gefärbte Ostereier

Kurzgeschichte

Ich weiß noch, als wäre es gestern gewesen, mit welcher Freude wir in der Osterwoche dem Ostereier-Bemalen entgegenfieberten. Am Samstag vor Ostern war es dann immer so weit. Meine kleine Schwester, meine beiden Cousins und ich malten die Ostereier immer zusammen an. Meine Tante und meine Mutter schmückten in der Zeit die Wohnung mit Osterschmuck.

Wir vier saßen in der Küche, mit Pinseln und Farben bewaffnet, und warteten ungeduldig auf meinen Vater, der die Palette mit den hart gekochten Eiern brachte. Und dann ging es los. Erst zählten wir die Eier ab und teilten sie dann durch vier, damit auch ja jeder die gleiche Anzahl bemalen durfte. Wir drei Jungs malten unser erstes Ei sorgfältig an. Nach etwa 15 Minuten fing aber in jedem Jahr ein Wettstreit an, wer zuerst alle seiner Eier bemalt hatte. Dementsprechend sahen die Eier hinterher auch aus! Man kann nicht sagen, dass sie nicht schön waren, sie waren eben – bunt.

Meine Schwester hingegen ließ sich von uns Buben nicht aus der Ruhe bringen. Sie bemalte sorgfältig und ganz in Ruhe ein Ei nach dem anderen. Jedes von ihnen sah unterschiedlich aus. Und ehrlicherweise muss ich sagen, dass mir ihre Eier auch immer besonders gut schmeckten!

Während meine kleine Schwester noch die Eier bemalte, liefen meine Cousins und ich zu unserer Oma hinüber. Sie färbte die Eier ganz anders als wir, und wir schauten ihr in jedem Jahr wieder neugierig über die Schulter. Oma tauchte die Eier in buntes Wasser, das komisch nach Essig roch. Und wie durch Zauberei kamen die Eier nach einiger Zeit farbig wieder aus dem Topf heraus. Das Tollste kam aber noch: Omas Eier glänzten im Licht! Und einmal hat sie uns sogar gezeigt, wie sie das anstellt. Sie nahm ein Stück Speckschwarte aus dem Kühlschrank und rieb sie einfach damit ein. An einem grün gefärbten Ei durfte ich es selbst ausprobieren.

Nachdem wir Oma besucht hatten, liefen wir immer zurück und holten meine Schwester ab. Sie war dann auch endlich fertig mit dem Malen. Wir gingen zum Spielen nach draußen, um uns die Zeit zu vertreiben. Am Abend ging es in die Kirche zur Osternacht ...

Mögliche Themen für anschließende Gespräche

- ▷ Osterbräuche
- ▷ Eier färben
- ▷ Wettbewerbe unter Kindern
- ▷ Beziehungen unter Geschwistern heute und/oder damals
- ▷ Räumliche Nähe zur Verwandtschaft

DAS JESUSKIND IN DER FUTTERKRIPPE

Material

Krippenfiguren

Kurzgeschichte

Die Krippe wurde bei uns früher immer schon vor Weihnachten aufgestellt, am ersten Advent. Die Krippe selbst bestand aus Ästen und Moos. Ein Esel und ein Ochse wohnten darin, sonst war sie leer. Am zweiten Advent zogen Maria und Josef in die Krippe ein. Am dritten Advent wurde die kleine Futterkrippe, in der das Jesus-Kind einmal liegen sollte, aufgestellt. Am vierten Advent steckte meine Mutter einen hellen gelben Stern auf das Dach der Krippe. Maria, Josef und der kleine Jesus zogen erst am Heiligen Abend ein. Wenn wir Kinder die gute Stube betreten durften, hatte ich zunächst gar keine Augen für die Geschenke. Für mich war am wichtigsten, dass das Jesuskind in der Futterkrippe lag. Auch die drei Weisen aus dem Morgenland, ein Engel und die Hirten nahmen am Heiligen Abend ihren Platz an der Krippe ein.

Mögliche Themen für anschließende Gespräche

- ▷ Krippe und Krippenfiguren
- ▷ Weihnachtliche Kindheitserinnerungen
- ▷ Weihnachtsbräuche
- ▷ Die Weihnachtsgeschichte

DER WEIHNACHTSBAUMSCHMUCK

Material

Strohsterne

Kurzgeschichte

Auch in diesem Jahr werde ich wieder unseren Tannenbaum schmücken. Unser Schmuck für den Tannenbaum ist allerdings sehr altmodisch. Er besteht aus selbst gebackenen Plätzchen, die ich mit einem Faden an den Zweigen befestige, und aus Strohsternen. Die Strohsterne sind mir besonders wichtig. Meine Großmutter hat sie in mühevoller Handarbeit selbst hergestellt.

Schon in meiner Kindheit war unser Tannenbaum immer mit Strohsternen geschmückt. Ich erinnere mich noch genau daran, wie es war, am Heiligen Abend in die festlich geschmückte Stube zu treten. Am Weihnachtsbaum hingen auch damals schon selbst gebackene Plätzchen und die Strohsterne. Vor der Bescherung las unser Vater die Geschichte von der Geburt Jesu aus der Bibel vor. Während er las, betrachtete ich die langsam hin- und herschwingenden Sterne. Noch heute ist der Stern von Bethlehem, der die Weisen aus dem Morgenland zur Krippe führte, in meinen Gedanken immer ein Strohstern.

Wenn ich die Strohsterne meiner Großmutter heute in den Händen halte, fühle ich mich in die Zeit meiner Kindheit zurückversetzt. Für einen kurzen Augenblick ist es so, als ob die Zeit stehen geblieben wäre.

Worauf ich mich auch heute noch besonders freue, ist das „Plündern“ des Weihnachtsbaums. Am ersten Weihnachtsfeiertag dürfen die Plätzchen, die vorher als Schmuck dienten, gegessen werden. Am zweiten Weihnachtsfeiertag ist unser Tannenbaum dann nur noch mit Strohsternen geschmückt.

Mögliche Themen für anschließende Gespräche

- ▷ Wer besorgt bei Ihnen den Tannenbaum? Woher?
- ▷ Den Tannenbaum schmücken
- ▷ Weihnachtliche Bastelarbeiten
- ▷ Den Tannenbaum „plündern“
- ▷ Weihnachten und Familie

Alltagsgeschichten für alle Sinne

Die „Alltagsgeschichten für alle Sinne“ bieten eine wunderbare Möglichkeit, Erinnerungen zu wecken und ältere Menschen zum Erzählen einzuladen.

Zunächst wird eine kurze Geschichte vorgelesen, die z.B. zur Biografie der Senioren oder

zur Jahreszeit passt. Verschiedene Wahrnehmungsmaterialien unterstützen das Erinnern an früher: Ein paar duftende Kaffeebohnen, frische Erdbeeren oder eine rote Rose ... Unter jeder Geschichte sind passende Themen aufgelistet, die zu weiteren Gesprächen einladen.

Die SingLiesel „Mal-alt-werden-Edition“ ist eine Sammlung der schönsten Geschichten und Beschäftigungsideen der beiden Mal-alt-werden.de Autorinnen Natali Mallek und Annika Schneider.

Ebenfalls in dieser Reihe erschienen sind:

- Geschichten zum Bewegen
- Geschichten zum Vorlesen und Mitsingen
- Mitsprechgedichte
- Reimrätsel
- Kurzaktivierungen
- Geschichten zum Entspannen
- Wahrnehmungsgeschichten
- Stichworträtsel
- Wahrnehmungsspiele für alle Sinne
- Völlig verdreht

