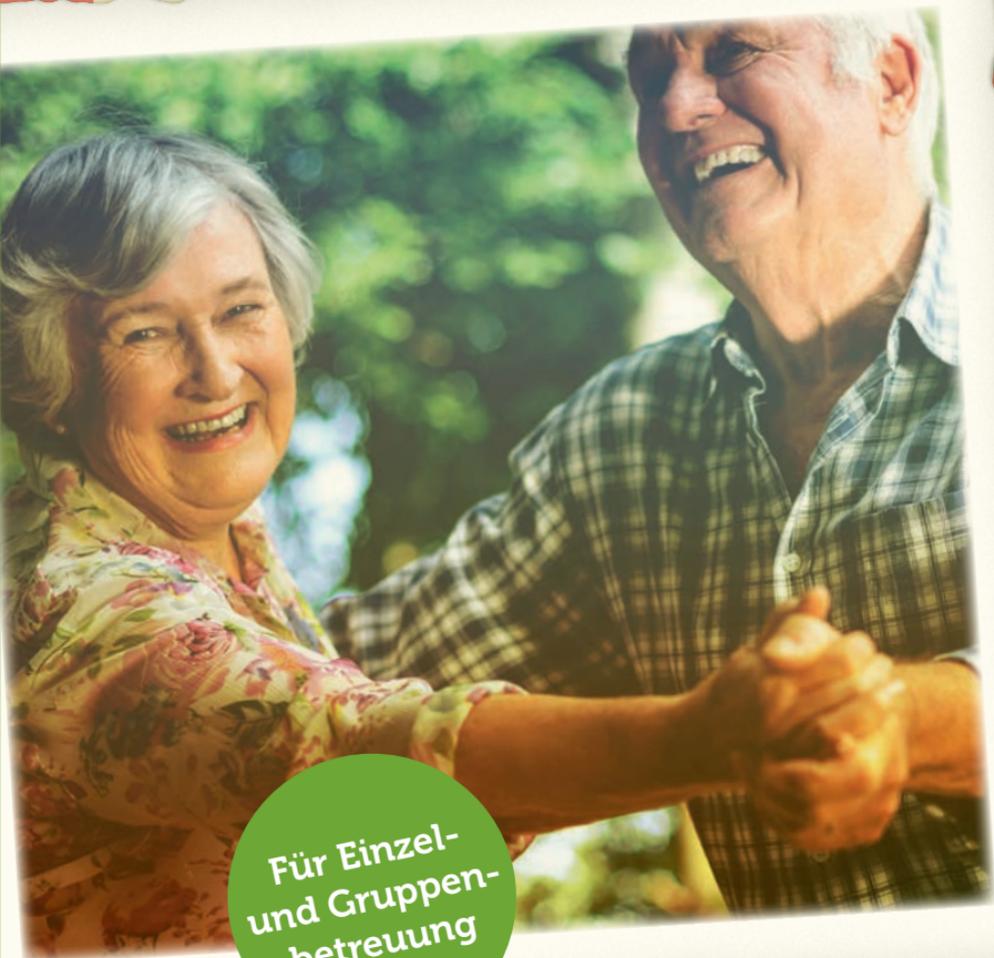


MARTINA RÜHL

# Glücksmomente

Heitere Geschichten, Gedichte  
und Rätsel für  
Menschen mit Demenz



Für Einzel-  
und Gruppen-  
betreuung

schlütersche

Martina Rühl

# Glücksmomente

Heitere Geschichten, Gedichte und Rätsel  
für Menschen mit Demenz

**schlütersche**

## Die Autorin

**Martina Rühl** ist ausgebildete Pflegeassistentin und arbeitet seit vielen Jahren in der Betreuung und Alltagsbegleitung von Menschen mit Demenz.

## Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

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

ISBN 978-3-8426-0834-4 (Print)

ISBN 978-3-8426-9057-8 (PDF)

ISBN 978-3-8426-9058-5 (EPUB)



**pflegebrief** – die schnelle Information zwischendurch  
Anmeldung zum Newsletter unter [www.pflegen-online.de](http://www.pflegen-online.de)

© 2020 Schlütersche Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG,  
Hans-Böckler-Allee 7, 30173 Hannover

Alle Angaben erfolgen ohne jegliche Verpflichtung oder Garantie des Autors und des Verlages. Für Änderungen und Fehler, die trotz der sorgfältigen Überprüfung aller Angaben nicht völlig auszuschließen sind, kann keinerlei Verantwortung oder Haftung übernommen werden. Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden. Die im Folgenden verwendeten Personen- und Berufsbezeichnungen stehen immer gleichwertig für beide Geschlechter, auch wenn sie nur in einer Form benannt sind. Ein Markenzeichen kann warenrechtlich geschützt sein, ohne dass dieses besonders gekennzeichnet wurde.

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

Titelbild: vectorfusionart – stock.adobe.com

Satz: PER MEDIEN & MARKETING GmbH, Braunschweig

Druck: Beltz Bad Langensalza GmbH, Bad Langensalza

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	9
<b>Frühling</b> .....	11
Bauernregeln .....	11
... für den März .....	11
... für den April .....	12
... für den Mai .....	13
Was ist es? .....	13
Blumen / Pflanzen .....	13
Die fleißige Hausfrau .....	16
Bitte stets freundlich .....	17
Die Heinzelmännchen .....	18
Fragen .....	19
Familienbande .....	20
Rund um die Freude ... ..	20
Redewendungen .....	20
Wörter .....	21
Geld regiert die Welt .....	22
Die Schulstunde .....	23
Von Ostern bis Pfingsten .....	24
Fragen .....	29
Der Maibaum .....	29
Alles neu macht der Mai .....	30
Das Band der Liebe .....	33
Rund um die Liebe ... ..	34
Redewendungen .....	34
Wörter .....	34
Der kleine Chinese .....	35

<b>Sommer</b> .....	36
Bauernregeln .....	36
... für den Juni .....	36
... für den Juli .....	37
... für den August .....	38
Was ich mal werden will ... ..	39
Fragen .....	40
Finde die Tiere (1) .....	40
Der Fischer .....	40
Was bedeuten die Redewendungen? .....	42
Die Gespenster .....	43
Hurra, wir fahren ans Meer .....	44
Die Bratwurst im Brötchen .....	45
Rund um die Sonne .....	47
Redewendungen .....	47
Wörter .....	47
Eins, zwei, drei und du bist frei! .....	48
Fragen .....	51
Das Murmelspiel .....	51
Fragen .....	53
Die holde Maid .....	54
Die Hochzeitsfeier .....	55
Der Stäbchenfisch .....	56
Der Kartoffelsalat .....	58
Kunibert und Fritz .....	59
Fragen .....	61
Die schönste Sprache der Welt .....	62
Der schöne Schmetterling .....	65
Rund um das Glück .....	65
Redewendungen .....	65
Wörter .....	66

Der Bademuffel . . . . .	67
Der unglückliche Sturz . . . . .	68
<b>Herbst</b> . . . . .	69
Bauernregeln . . . . .	69
... für den September . . . . .	69
... für den Oktober . . . . .	70
... für den November . . . . .	70
Was bedeuten die Redewendungen? . . . . .	71
Mensch, ärgere dich nicht . . . . .	73
Fragen . . . . .	76
Haste was, dann biste was! . . . . .	77
Ab in den Ruhestand . . . . .	79
Fragen . . . . .	81
Der Tante-Emma-Laden . . . . .	81
Fragen . . . . .	82
Der Regenbogen . . . . .	83
Nicht verzagen, Oma fragen . . . . .	83
Fragen . . . . .	84
Der Arztbesuch . . . . .	85
Engelchen und Teufelchen . . . . .	86
Das kleine Hilfsmittel . . . . .	88
Der Morgenmuffel . . . . .	89
Finde die Tiere (2). . . . .	90
Was bedeuten die Redewendungen? . . . . .	92

<b>Winter</b> .....	93
Bauernregeln .....	93
... für den Dezember .....	93
... für den Januar .....	94
... für den Februar .....	95
Was ist es? .....	96
Tiere .....	96
Der Schneemann .....	100
Schadenfreude .....	102
Der Oberkellner .....	104
Die Geschichte des Nikolaus .....	105
Der Träumer .....	107
Ich wünsch mir Zeit .....	108
Dein Engel auf Erden .....	109
Es gibt ihn also doch, den Weihnachtsmann ... ..	110
Die Unterstützung der Engel .....	113
Heiligabend .....	114
Weihnachten in meiner Kinderzeit .....	115
Die Engelsbotschaft .....	117
Der kranke Weihnachtsmann .....	118
Die Heiligen Drei Könige / Dreikönigstag .....	124
Die Schneeballschlacht .....	126

# Vorwort

Die humorvollen Gedichte und Geschichten in diesem Buch erleichtern Pflege- und Betreuungskräften sowie Angehörigen den Einstieg in ein Gespräch mit demenziell erkrankten Personen.

Es werden alltägliche Ereignisse beschrieben, die sich jedes Jahr aufs Neue wiederholen. So verfügen diese Begebenheiten über einen hohen Wiedererkennungswert für die Betroffenen. Eigene Erinnerungen werden geweckt, Diskussionen entfacht und Spaß und Freude verbreitet: Glücksmomente eben.

Durch die unterschiedlichen Themenbereiche und Längen können die Texte an die Aufmerksamkeitsspanne und die biografische Orientierung der Betroffenen angepasst werden. Die Texte eignen sich sowohl zur Einzel- wie zur Gruppenaktivierung. Durch anschließende Fragen können die Inhalte vertieft werden, was aber oft gar nicht nötig ist. Denn viele Senioren beginnen von sich aus, zu erzählen und aus ihrem Leben zu berichten.

Durch Gedächtnistraining können noch vorhandene, kognitive Fähigkeiten und das Langzeitgedächtnis geschult werden. Dazu eignen sich die Sprichwortgeschichten und Bauernregeln. In ihnen kommen viele, alt bekannte Weisheiten vor, die von den Demenzbetroffenen gerne vervollständigt werden.

Bei den Rätseln geht es darum, Pflanzen und Tiere anhand von gezielten Fragen zu erkennen. Kognitive Kombinationsleistungen können auch mittels der Redewendungen und thematischen Wörter angestoßen werden.

Einige der Gedichte und Geschichten enthalten keine vorformulierten Aufforderungen oder Fragen. Sie eignen sich »nur« zum Vorlesen und für eine Aufheiterung zwischendurch. Selbstverständlich können sich Betreuungskräfte jedoch auch hier Fragen ausdenken und so tiefer in eine Aktivierung einsteigen.

Ich wünsche allen Pflege- und Betreuungskräften, Kollegen und Kolleginnen und Angehörigen viel Spaß und gesellige Stunden mit meinen Texten.

Dörentrup im März 2020

Martina Rühl

# Frühling

## Bauernregeln

### *... für den März*

Märzenstaub und Märzenwind, guten Sommers Vorboten sind.

Ein feuchter März ist des Bauern Schmerz.

März nicht zu trocken und nass, füllt dem Bauern Scheune und Fass.

Ein heiterer März erfreut des Bauern Herz.

Gibt's im März viel Regen, bringt die Ernte wenig Segen.

Im Märzen kalt und Sonnenschein, wird's eine gute Ernte sein.

Gewitter im Märzen gehen dem Bauern zu Herzen.

Wenn im März noch viel Winde wehn, wird's im Maien warm und schön.

So viel der März an Nebeln macht, sooft im Juni Donnerkracht.

Je größer der Staub im Märzen, desto schöner die Ernte der Erbsen.

Langer Schnee im März, bricht dem Korn das Herz.

Trockener März füllt den Keller.

Märzregen geht dürrem Sommer entgegen.

# Sommer

## Bauernregeln

### *... für den Juni*

Juniregen und Brauttränen dauern so lange wie Gähnen.  
Juni, mehr trocken als nass, füllt mit gutem Wein das Fass.  
Durch Juniwind aus Norden ist noch nichts verdorben  
worden.

Wenn im Juni Nordwind weht, das Korn zur Ernte trefflich  
steht.

Bläst der Juni ins Donnerhorn, so bläst er ins Land das gute  
Korn.

Juni nass – viel Bodengras.

Soll Feld und Garten wohl gedeihn, dann braucht's im Juni  
Sonnenschein.

Mensch und Juniwind ändern sich geschwind.

Wenn der Juni kühl und trocken, gibt's was in die Milch zu  
brocken.

Kälte im Juni verdirbt, was Nässe im Mai erwirbt.

Fällt Juniregen in den Roggen, so bleibt der Weizen auch  
nicht trocken.

Kalter Juniregen, bringt Wein und Honig keinen Segen.

Soll gedeihen Korn und Wein, muss im Juni Wärme sein.

Was es in die Rosen regnet, wird den Feldern mehr gesegnet.

Ist der Juni warm und nass, haben Bauer und Gärtner Spaß.

Juniregen – reicher Segen.

# Herbst

## Bauernregeln

### *... für den September*

Septemberanfang mit feinem Regen, kommt allzeit dem Bauer gelegen.

Warmer und trockener Septembermond mit reifen Früchten reichlich belohnt.

Nach Septemberegittern wird man im Februar vor Kälte zittern.

Wenn der September noch donnern kann, setzen die Bäume viele Blüten an.

Ist September warm und klar, hoffen wir auf ein fruchtbar Jahr.

Durch Septembers heiteren Blick, schaut noch einmal der Mai zurück.

Septemberregen ist für Saat und Vieh gelegen.

Auf einen heiteren und warmen September folgt gern ein trüber und rauer Oktober.

Abends der September rau, bringt er morgens vielen Tau.

Warme Nächte bringen Herrenwein, bei kalten Nächten wird er sauer sein.

Ein Herbst, der hell und klar, ist gut für das kommende Jahr.

Ein warmer September ist des Jahres Spender.

# Winter

## Bauernregeln

### *... für den Dezember*

Im Dezember Schnee und Frost, das verheißt viel Korn und Most.

Ein dunkler Dezember bringt ein gutes Jahr, ein nasser macht es unfruchtbar.

Weißer Dezember, viel Kälte darein, bedeutet, das Jahr soll fruchtbar sein.

Sturm im Dezember und Schnee, dann schreit der Bauer juchhe.

Dezember mild mit viel Regen, ist für die Saat kein großer Segen.

Dezember warm – Gott erbarm.

Ist's im Dezember kalt, wird der Winter zwar hart, aber der Frühling kommt bald.

Es folgte noch allezeit und immerdar auf kalten Dezember ein fruchtbar Jahr.

Donnert's im Dezember gar, kommt viel Wind das nächste Jahr.

Auf kalten Dezember mit tüchtigem Schnee folgt ein fruchtbar' Jahr mit reichlich Klee.

Eine gute Decke von Schnee bringt Winterkorn in die Höh'.  
Je dicker das Eis um Weihnacht liegt, je zeitiger der Bauer Frühling kriegt.

Dezember kalt mit Schnee, tut dem Ungeziefer weh.

Bringt Dezember Kälte ins Land, dann wächst das Korn selbst auf dem Sand.

Fröhliche Gedichte und Geschichten zum Lesen, Vorlesen und vor allem zum Aufmuntern – das erfreut jeden! Besonders geeignet sind die Texte dieses Buches für die Betreuung und Aktivierung von Demenzbetroffenen. Denn sie zaubern die Glücksmomente des Alltags hervor: freudige Erlebnisse, lustige Situationen und heitere Begebenheiten. Für ein wenig Glück ist es nie zu spät!

Im Kreis der Jahreszeiten erzählen die Geschichten und Gedichte von den kleinen und größeren glücklichen Augenblicken, bringen die Zuhörer zum Lächeln und begleiten sie entspannt in eigene Erinnerungen.

Biografische Fragen und kleine Rätsel vertiefen das Gehörte und ermuntern zum Erzählen. Ein ideales Buch für Angehörige, Betreuungskräfte und Alltagsbegleiter. Die Aktivierungs- und Erinnerungsarbeit in der Einzel- oder Gruppenbetreuung von Senioren kann so einfach sein!

### Die Autorin

Martina Rühl ist ausgebildete Pflegeassistentin und arbeitet seit vielen Jahren in der Betreuung und Alltagsbegleitung von Menschen mit Demenz.

schlütersche  
macht Pflege leichter

ISBN 978-3-8426-0834-4



9 783842 608344