



Das große  
Beschäftigungs-  
und Ideen-Buch  
für Menschen mit Demenz



**Beschäftigungsideen für den Alltag**

Keine langen Materiallisten – Am Alltag orientiert – Kurze Vorbereitungszeiten



Über den Autor:

Linus Paul entwickelt seit vielen Jahren Bücher- und Beschäftigungskonzepte für ältere Menschen. Viele seiner Bücher gehören inzwischen zur Standardausstattung von Pflegeeinrichtungen.

2. Auflage 2016 © SingLiesel GmbH, Karlsruhe

Printed in Czech Republic  
ISBN 978-3-944360-80-5

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

# **Das große Beschäftigungsbuch für Menschen mit Demenz**

**Linus Paul**

**SingLiesel Verlag**

<b>Inhaltsverzeichnis</b> .....	4
Vorwort. ....	7
<b>Freizeit &amp; Geselligkeit</b>	
„Froh zu sein bedarf es wenig und wer froh ist, ist ein König“	
1 Dalli Klick .....	10
2 Ein ganz persönliches Memo-Spiel .....	12
3 Kegelbrüder und Kegelschwestern .....	14
4 Mit Musik geht alles besser. ....	16
5 Kartenspiele für eine Person .....	18
6 Kartenspiele für mehrere Personen .....	20
7 Buchstaben ergänzen und neue Wörter finden .....	22
<b>Küche &amp; Haushalt</b>	
„Über'm vollen Bauch lächelt ein fröhliches Haupt“	
8 Kochen mit fünf Zutaten .....	26
9 Kräutersäckchen .....	28
10 Was riecht da so? .....	30
11 Eigener Herd ist Goldes Wert - Einmachzeit .....	32
12 Die „Küchenhilfe von der Eckbank“ .....	34
<b>Natur &amp; Garten</b>	
„Dumme rennen, Kluge warten, Weise gehen in den Garten“	
13 Frühlingserwachen .....	38
14 In Wald und Flur .....	40
15 Früchte aus Papiermaché .....	42
16 Erntezeit .....	44
17 Blätter-Bilder .....	46
18 Ein farbenfrohes Herbst-Mobile .....	48
<b>Feste &amp; Feiertage</b>	
„Man muss die Feste feiern, wie sie fallen“	
19 Feste & Feiertage .....	52
20 Duftende Adventsleuchten .....	54
21 Leise rieselt der Schnee ... Schneekugeln .....	56
<b>Alltägliches</b>	
„Geteilte Freude ist doppelte Freude“	
22 Sportzeitungen und Klatschmagazine .....	60
23 Was scheppert da? .....	64
24 Hut ab! Chapeau! .....	66
25 Der Deutschen liebstes Kind ... Das Auto .....	68
26 Ordnung ist das halbe Leben .....	70

**Manssbilder**

„Selbst ist der Mann“

27	Männerclub .....	74
28	Die blaue Mauritius - Münzen oder Briefmarken sammeln .....	76
29	Bierdeckel-Puzzle .....	78
30	Heimwerker-Kiste .....	80

**Arbeit & Beruf**

„Arbeit, die getan, sieht man ruhig an“

31	Im Büro .....	84
32	Maler, Bäcker, Maurer, Zimmermann .....	88
33	Berufe raten .....	90
34	MfG, DIN, TÜV ... Abkürzungen .....	92

**Ferienzeit**

„Reisende soll man nicht aufhalten“

35	Deutschlandreise .....	96
36	Das Streckennetz der Bahn .....	98
37	So schmeckt Deutschland .....	100
38	Stadt, Land, Fluss .....	104
39	Ich packe meinen Koffer .....	106

**Alte Kinderspiele - neu entdeckt**

„Kleine Kinder spielen gerne, große noch viel lieber“

40	Murmel-Spiel .....	110
41	Käsekästchen .....	112
42	Drei gewinnt ... Tic-Tac-Toe .....	113
43	Schiffe versenken .....	114
44	Pusteblyume und Pusteblyusch .....	116

**Anhang: Volkslieder**

„Wo man singt, da lass dich nieder...“

	Alle Vögel sind schon da .....	120
	Kuckuck, Kuckuck, ruft's aus dem Wald .....	121
	Nun will der Lenz uns grüßen .....	122
	Kein schöner Land in dieser Zeit .....	123
	Schön ist die Welt .....	124
	Im Frühtau zu Berge .....	125
	Hejo, spann den Wagen an .....	126
	Bunt sind schon die Wälder .....	127
	Spannenlanger Hansel, nudeldicke Dirn .....	128
	Schneeflöckchen, Weißbröckchen .....	129
	Alle Jahre wieder .....	130
	Winter ade .....	131



# Vorwort

## Wie die Zeit vergeht... aber wie vergeht nur die Zeit?

„Komm, wir machen was zusammen!“ - ist das nicht eine der schönsten Liebeserklärungen? Doch wie schwer ist es manchmal, das Richtige zu finden, etwas, das allen Beteiligten gerecht wird und dabei mühelos im Alltag umzusetzen ist.

Wir geben es ja ungerne zu, aber die Frage „Wie kriegen wir den Nachmittag rum?“ kennt fast jeder und das nicht nur, wenn man mit kleinen Kindern zu tun hat, sondern erst recht, wenn man sich um alte Menschen kümmert, die sich diese Frage manchmal sogar selber stellen, oder sie in ihrem Verhalten deutlich ausdrücken.

Wir haben im Zusammenspiel mit Angehörigen und Pflegekräften in diesem Buch **dieschönsten Ideen zum Zeitvertreib** gesammelt.

Natürlich wird nicht jede dieser Ideen für jeden Beteiligten passen: für den einen darf Beschäftigung gerne Spielcharakter haben, den anderen stört schon das Wort „Spiel“; manch einer mag lieber handwerklich tätig sein, andere freuen sich am Basteln.

Wir haben alte Menschen getroffen, die begeistert beim Kuchenbacken geholfen haben, weil sie das früher immer gemacht haben und andere, die grade deshalb keine Lust am Teig rühren hatten, weil sie früher so viel backen mussten. Bettlägerige Senioren genießen es häufig am meisten, wenn man über die bloße Andeutung von Tätigkeiten ins Gespräch gerät und sich an glückliche Erlebnisse von früher erinnert.

Allen Ideen, die wir in den letzten Monaten zusammengetragen haben, ist gemeinsam, dass sie unkompliziert und ohne lange Vorbereitungen umzusetzen sind und dass sie den Ausgangspunkt für ein Gespräch bilden können.

Ob der Kuchen gelingt oder zu süß geworden ist, die Schachtel mit den Knöpfen am Ende wirklich sortiert ist oder durcheinander - der Sinn der Beschäftigung liegt in der gemeinsam verbrachten, erfüllten Zeit.

**Komm, wir machen was zusammen:** wenn unsere Ideen Sie auf weitere Ideen bringen, ist dies das größte Kompliment für uns.

**Annette Röser**  
Verlegerin



# Freizeit & Geselligkeit

„Froh zu sein bedarf es wenig  
und wer froh ist, ist ein König“

In der heutigen Zeit findet der Feierabend in Familien oft vereinzelt statt: einer sitzt vorm Fernseher, einer vorm Computer, einer ist im Kino, einer kommt sowieso spät von der Arbeit. Früher war es viel selbstverständlicher, gemeinsam einem spielerischen Zeitvertreib nachzugehen. Das geht auch ganz ohne aufwändiges „Equipment“ - und macht allen Freude. Im Folgenden ein paar Beispiele.

# 1 Dalli Klick

Erinnern Sie sich noch an „Dalli Dalli“? Von 1971 bis 1986 moderierte Hans Rosenthal die beliebte Quiz-Sendung. Unvergesslich ist seine Frage ins Publikum: „Sie sind der Meinung, das war ...?“, rief Hans Rosenthal. „... Spitze!“, antwortete wie aus einem Mund der ganze Saal. Und „Spitze!“ war seitdem das neue Modewort.

Höhepunkt der Show war das Spiel „Dalli Klick“. Hierbei wurde ein verdecktes Bild gezeigt. Nach und nach wurden Teile davon aufgedeckt, bis ein Kandidat erriet, was darauf zu sehen war. „Dalli Klick“ können Sie leicht nachspielen.

## Material

- Bilder zu einem bestimmten Thema im A4-Format (z. B. Obst oder Blumen)
- stabiler Bastelkarton in der Größe der Bilder
- Klebstoff
- zwei Korken
- Würfel
- Spielmarken für die Punktevergabe (geeignet sind auch Cent-Stücke)



ca. 15 Minuten  
Vorbereitungszeit: einmalig ca. 15 Minuten



Einzel- und Gruppenbeschäftigung

## Beschreibung

**Vorbereitung:** „Dalli Klick“ ist eine tolle Kombination aus einer einfachen Bastelarbeit, aus der ein kurzweiliges und unterhaltsames Spiel entsteht. Legen Sie zunächst ein Thema für Ihr individuelles „Dalli Klick“-Spiel fest, und suchen Sie hierzu die passenden Bild-Motive, zum Beispiel im Internet. Auf jedem Bild sollte nur ein Motiv zu sehen sein (Äpfel, Kastanien, eine Katze, der Kopf einer berühmten Persönlichkeit ...).

Kleben Sie die ausgewählten Bilder im A4-Format auf Bastelkarton gleicher Größe. Nehmen Sie einen weiteren Karton und zerschneiden Sie ihn in sechs „Tortenstücke“. Auf jedes dieser Teile kleben Sie ein Drittel eines Korkens als Greifhilfe. Die einzelnen Teile beschriften Sie mit den Ziffern 1 bis 6.

**Ausführung:** Decken Sie eines der Bilder mit den sechs vorbereiteten Kartonteilen komplett ab. Achten Sie darauf, dass kein Mitspieler vorab einen Blick auf das Motiv werfen kann. Stellen Sie das vorbereitete Spiel in die Tischmitte.

„Dalli Klick“: Das Spiel beginnt. Der erste Spieler würfelt und entfernt das Kartenteil mit der entsprechenden Ziffer. Der Nächste macht es ebenso. Würfelt er eine Zahl, die bereits dran war, muss er aussetzen. Sobald einer der Spieler das Motiv errät, erhält er eine Spielmarke.

Nun wird ein neues verdecktes Motiv in die Mitte gelegt, und die nächste Runde beginnt. Verständigen Sie sich vorher über die Zahl der Runden. Am Ende wird gezählt, wer die meisten Spielpunkte gewonnen hat.

### **Mit zwei Würfeln**

Sie können den Schwierigkeitsgrad steigern, indem Sie die Abdeck-Tafel in zwölf Teile zerschneiden. In diesem Fall setzen Sie zwei Würfel ein.

### **Das Punktesystem**

Je früher ein Spieler das Motiv errät, desto mehr Punkte erhält er. Verdecken zum Beispiel noch fünf Tafeln das Motiv, erhält er fünf Punkte, wird es von vier Tafeln verdeckt, erhält er vier Punkte.

### **Die Motive**

Das „Dalli Klick“-Spiel können Sie mit den unterschiedlichsten Motiven spielen. Eine sehr beliebte Variante hat die Stars der 50er- und 60er-Jahre als Thema. Auch Sehenswürdigkeiten und Urlaubsziele kommen gut an: der Eiffelturm, das Brandenburger Tor oder das Kolosseum in Rom – Wahrzeichen, die jeder kennt und die als „Dalli Klick“ viele Erinnerungen wecken.

Die Fernsehsendungen früherer Jahrzehnte bieten viel Gesprächsstoff. Fragen Sie doch mal, wer sich an „EWG“ (Einer wird gewinnen) mit Hans-Joachim Kulenkampff erinnert, an den „Blauen Bock“ mit Heinz Schenk, an die „Hitparade“ mit Dieter-Thomas Heck im ZDF und an Showmaster wie Rudi Carrell.

Auch die Bildmotive bieten viele Möglichkeiten, um miteinander ins Gespräch zu kommen. Fragen Sie beim Thema Stars nach Lieblingschauspielern oder -sängern, oder sprechen Sie beim Thema „Sehenswürdigkeiten“ über frühere Urlaubsziele.

---

*Varianten &  
Ergänzungen*

---

---

*Aktivierung &  
Gesprächsimpulse*

---

## 2 Ein ganz persönliches Memo-Spiel

Memo-Spiele gehören zu den beliebtesten Kinderspielen und machen auch älteren Generationen großen Spaß. Leider haben die meisten Memo-Spiele, die im Handel erhältlich sind, kindliche Motive. Dadurch sind die fertigen Memo-Spiele für ältere Menschen oft unattraktiv. Etwas Besonderes sind daher individuelle Spiele mit Motiven, die der Altersgruppe entsprechen.

### Material

- 24 Bierdeckel (natürlich der gleichen Form)
- 12 Bildmotive, jeweils doppelt
- Klebstoff
- ggf. Schere
- ein kleiner Karton zum Aufbewahren



ca. 20 Minuten

ca. 15-30 Minuten einmalige Vorbereitungszeit, danach kann das Spiel immer wieder eingesetzt werden



Budget: 0 €

für zwei bis vier Personen

### Beschreibung

**Vorbereitung:** Am Anfang steht die Motivwahl. Überlegen Sie gemeinsam, zu welchem Thema ein Memo-Spiel interessant wäre - zum Beispiel Filmstars der 50er-Jahre, bekannte Fußballer oder Politiker. Ebenso könnte ein Memo-Spiel mit Motiven wie Blumen, Werkzeugen oder Autos gefallen.

Motive zu dem gewählten Thema finden Sie am einfachsten im Internet. Drucken Sie einfach die entdeckten Bilder zweimal in Bierdeckel-Größe aus. Dann werden die Bilder auf die Bierdeckel geklebt und an den Rändern zurechtgeschnitten. Fertig. Diese Aufgabe kann Teil der Beschäftigung sein, oder Sie können sie schnell selbst übernehmen.

**Ausführung:** Das Memo-Spiel kann in unterschiedlichen Varianten gespielt werden. Bei der klassischen Variante werden alle Bierdeckelkarten mit der Bildseite nach unten auf den Tisch gelegt. Dann dreht ein Spieler zwei Karten um. Hat er zwei gleiche Motive entdeckt, darf er sich das Pärchen nehmen. Andernfalls dreht er die Karten wieder um, und der nächste Spieler ist an der Reihe. Gewonnen hat der Spieler, der am Ende die meisten Pärchen entdeckt hat.

Wenn diese Variante zu schwer ist, kann man die Bilder nach dem Aufdecken auch offen liegen lassen. Dann wird es zunehmend leichter, die Pärchen zu erkennen.

Den Schwierigkeitsgrad können Sie natürlich auch ganz leicht durch eine geringere Anzahl an Bierdeckelkarten variieren. Sie können das Memo-Spiel auch in eine einfache Sortier-Aufgabe umwandeln, bei der die offen liegenden Karten auf zwei identische Stapel sortiert werden.

Weitere Alternativen:

Verwenden Sie statt der üblichen Bilder Sprichwörter oder zusammengesetzte Wörter als Motiv. Dann schreiben Sie jeweils den ersten Teil des Sprichworts (oder des zusammengesetzten Worts) auf die erste Karte und den zweiten Teil auf die zweite Karte.

Einige Sprichwörter und Redewendungen als Anregung:

Der Apfel fällt nicht weit ... / ... vom Stamm.

Eigener Herd ist ... / ... Goldes Wert.

Man soll den Tag nicht .../ ... vor dem Abend loben.

Beispiele für zusammengesetzte Wörter zum Thema Garten:

GARTEN- / -SCHLAUCH

GIESS- / -KANNE

BLUMEN- / -TOPF

SCHNITT- / -BLUME

APFEL- / -BAUM

RASEN- / -MÄHER

Die vorgeschlagenen Themen bieten unzählige Möglichkeiten für einen Gesprächseinstieg. Zum Thema Filmstars eignen sich Fragen wie:

Sind Sie früher gerne ins Kino gegangen?

Welches sind Ihre Lieblingsfilme?

Haben Sie einen Lieblingsschauspieler/eine Lieblingsschauspielerin?

In welchen Filmen hat ihr Lieblingsschauspieler mitgespielt?

---

## Varianten & Ergänzungen

---

---

## Aktivierung & Gesprächsimpulse

---



# SingLiesel

Das große

## Beschäftigungs- und Ideen-Buch für Menschen mit Demenz

---

**Zu Hause, in der Pflegeeinrichtung oder in der offenen Seniorenarbeit – die Beschäftigungs- und Spielideen können direkt umgesetzt werden. Ohne aufwändige Vorbereitung oder komplizierte Material-Listen!**

Viele Ideen eignen sich für die Selbstbeschäftigung und schaffen so Freiräume für Pflegekräfte und Angehörige.

---

### Ausgewählte Beschäftigungsideen für Menschen mit Demenz – eingebunden in Alltagsthemen:

- Küche & Haushalt
- Natur & Garten
- Alltägliches
- Alte Kinderspiele
- Freizeit & Geselligkeit
- Ferienzeit
- Arbeit & Beruf
- Mannsbilder:  
Beschäftigungstipps  
für Männer
- Feste & Feiertage

- ✓ Zu jedem Kapitel Aktivierungsvorschläge und Gesprächsimpulse
  - ✓ Für alle Stadien der Demenz geeignet
  - ✓ Einzeln oder in Gruppen einsetzbar
- 

### Mit alltäglichen Materialien In der Praxis entwickelt und im Alltag erprobt

---

Alle Ideen können unkompliziert und ohne lange Vorbereitungen umgesetzt werden. Sie bilden den Ausgangspunkt, um miteinander ins Gespräch zu kommen, kreativ zu sein, alle Sinne anzuregen und sich an Erlebtes zu erinnern.

