

Gehirnjogging mit Kerstin

🌿 Gedächtnis, Erinnerung & Wohlbefinden 🌿

Nicht das Perfekte ist wichtig,
sondern die kleinen Momente,
die uns berühren,
Erinnerungen wecken
und das Herz ein wenig heller machen.



Name: _____



Woche: _____

Alles darf – nichts muss.



*Mit Liebe zusammengestellt für
schöne gemeinsame Momente.*

Tag 1 - Geistig aktiv: Frühstück, Brot und guter Start

Vertraute Morgenwörter, kleine Denkaufgaben und ein freundlicher Beginn des Tages.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute esse ich am Morgen gern: Brot Butter Tee Marmelade



2. Wörter ergänzen

Bro _____

Tee _____

But _____

Mor _____

Was magst du zum Frühstück besonders gern? _____



3. Was passt zum Frühstück?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Brot	Tasse	Marmelade	Schuh
Butter	Teller	Tee	Baum



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Brot

2. Tasse

3. Butter

4. Tee

A. daraus trinkt man

B. streicht man auf Brot

C. isst man am Morgen gern

D. ist warm und gut zum Trinken



5. Reihenfolge

Nummeriere von 1 bis 4:

_____ Tisch decken

_____ frühstücken

_____ abräumen

_____ einschenken



6. Erinnern und Erzählen

Was gab es früher bei dir gern zum Frühstück?



7. Abschluss & Wohlbefinden

Wie geht es mir jetzt?

ruhig

gut

müde

zufrieden

Hat mir das Thema heute gefallen?

ja

ein bisschen

nein

Ich wünsche mir jetzt:

Ruhe

Gespräch

Tee

eine Pause

Tag 2 - Geistig aktiv: Obstgarten, Ernte und Genuss

Bekannte Früchte, einfache Zuordnungen und freundliche Fragen zum Wohlbefinden.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Ein Obst, das ich mag: Apfel Birne Zwetschke Traube



2. Wörter ergänzen

Apf_____

Bir_____

Trau_____

Obst_____

Welches Obst magst du besonders gern? _____



3. Was passt zum Obst?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Apfel	Birne	Korb	Reifen
Traube	Messer	Zwetschke	Schuh



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Apfel

2. Traube

3. Korb

4. Messer



A. damit schneidet man

B. kann man essen

C. darin trägt man Obst

D. wächst in kleinen Beeren zusammen



5. Leichtes Zählen

2 Äpfel + 1 Apfel = _____ Äpfel

Was ist mehr? 4 Birnen oder 2 Birnen? _____



6. Erinnern und Erzählen

Welches Obst gab es früher bei dir oft?



7. Abschluss & Wohlbefinden

Wie fühle ich mich jetzt?

froh

ruhig

müde

zufrieden

Habe ich heute an etwas Schönes gedacht?

ja

ein bisschen

nein

Ich wünsche mir jetzt:

Ruhe

Obst

Gespräch

etwas zu trinken

Tag 3 - Geistig aktiv: Heimat, Dorf und Nachbarschaft

Vertraute Orte, einfache Begriffe und schöne Erinnerungen an das Miteinander.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute denke ich an: Haus Garten Straße Nachbar



2. Wörter ergänzen

Hau_____ Dorf_____ Stra_____ Nachb_____

Welcher Ort ist dir besonders vertraut? _____



3. Was passt zur Heimat?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Haus	Garten	Straße	Löffel
Nachbar	Bank	Dorf	Schuh



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Haus

2. Nachbar

3. Straße

4. Garten

A. dort wachsen Blumen

B. dort wohnt man

C. dort geht oder fährt man

D. wohnt oft in der Nähe



5. Kategorien finden

Nenne oder schreibe je 2 Dinge:

Etwas im Dorf: _____

Etwas vor dem Haus: _____

Etwas, das Freude macht: _____



6. Erinnern und Erzählen

Wie war es früher bei dir in der Nachbarschaft?



7. Abschluss & Wohlbefinden

War mir heute nach Gesellschaft?

ja

ein bisschen

nein

Wie geht es mir jetzt?

ruhig

froh

nachdenklich

müde

Ich wünsche mir jetzt:

Ruhe

Besuch

Gespräch

eine Pause

Tag 4 - Geistig aktiv: Wasser, Trinken und Frische

Vertraute Wörter, einfache Aufgaben und ein ruhiger Blick auf das Wohlbefinden.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute trinke ich gern: Wasser Tee Saft Kaffee



2. Wörter ergänzen

Was _____ Tee _____ Saft _____ Trink _____

Was trinkst du besonders gern? _____



3. Was passt zum Trinken?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Glas	Tasse	Wasser	Reifen
Saft	Krug	Kaffee	Baum



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Glas

2. Tasse

3. Wasser

4. Kaffee

A. ist oft warm

B. daraus trinkt man

C. trinkt man jeden Tag

D. daraus trinkt man Tee



5. Leichtes Denken

Was kommt als Nächstes?

morgens, mittags, abends, _____

1 Glas, 2 Gläser, 3 Gläser, _____



6. Erinnern und Erzählen

Was hast du früher besonders gern getrunken?



7. Abschluss & Wohlbefinden

Habe ich heute genug getrunken?

ja

ein bisschen

nein

Wie fühle ich mich jetzt?

frisch

ruhig

müde

zufrieden

Ich brauche jetzt:

Wasser

Ruhe

Gespräch

eine Pause

Tag 5 - Geistig aktiv: Handarbeit, Nähen und Stoffe

Vertraute Begriffe, kleine Denkaufgaben und Erinnerungen an fleißige Hände.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Etwas aus Stoff: Schal Decke Kissen Tasche



2. Wörter ergänzen

Näh _____ Sto _____ Woll _____ De _____

Was hast du früher gern mit der Hand gemacht? _____



3. Was passt zur Handarbeit?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Nadel	Faden	Stoff	Tasse
Wolle	Knopf	Schere	Baum



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Nadel

A. damit schneidet man

2. Faden

B. daraus näht man etwas

3. Schere

C. kommt durch das Nadelöhr

4. Stoff

D. damit näht man



5. Kategorien finden

Nenne oder schreibe je 2 Dinge:

Etwas Weiches: _____

Etwas zum Nähen: _____

Etwas für den Alltag: _____



6. Erinnern und Erzählen

Hast du früher genäht, gestrickt oder geflickt?



7. Abschluss & Wohlbefinden

War das Thema heute angenehm für mich?

ja

ein bisschen

nein

Wie fühle ich mich jetzt?

ruhig

froh

müde

entspannt

Ich wünsche mir jetzt:

Ruhe

Gespräch

Musik

etwas zu trinken

Tag 6 - Geistig aktiv: Bücher, Zeitung und Lesen

Bekannte Wörter, kleine Zuordnungen und Erinnerungen an ruhige Lesemomente.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Etwas zum Lesen: Buch Zeitung Brief Heft



2. Wörter ergänzen

Buc_____ Zeitu_____ Brie_____ Les_____

Was liest oder hörst du besonders gern? _____



3. Was passt zum Lesen?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Buch	Zeitung	Brille	Reifen
Brief	Heft	Sessel	Schuh



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Buch

2. Zeitung

3. Brief

4. Brille

C. wird gelesen

A. hilft beim Sehen

D. kommt oft mit der Post

B. bringt Nachrichten



5. Leichtes Denken

Was kommt als Nächstes? A, B, C, _____

Montag, Dienstag, Mittwoch, _____



6. Erinnern und Erzählen

Hast du früher gern gelesen oder dir etwas vorlesen lassen?



7. Abschluss & Wohlbefinden

War mir heute nach Ruhe?

ja

ein bisschen

nein

Wie geht es mir jetzt?

ruhig

aufmerksam

müde

zufrieden

Ich wünsche mir jetzt:

Ruhe

Lesen

Gespräch

Tee

Tag 7 - Geistig aktiv: Licht, Lampen und Helligkeit

Vertraute Begriffe, einfache Denkaufgaben und ein freundlicher Blick auf hell und dunkel.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Etwas, das Licht macht: Lampe Sonne Kerze Fenster



2. Wörter ergänzen

Lamp_____ Licht_____ Sonn_____ Hell_____

Was magst du lieber: hell oder gemütlich gedämpft? _____



3. Was passt zu Licht?

Kreise das oder zeige, was passt.

Lampe	Kerze	Sonne	Löffel
Licht	Fenster	Dunkel	Schuh



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Lampe

A. scheint am Himmel

2. Kerze

B. lässt Licht herein

3. Sonne

C. kann man einschalten

4. Fenster

D. brennt und leuchtet



5. Kategorien finden

Nenne oder schreibe je 2 Dinge:

Etwas Helles: _____

Etwas im Zimmer: _____

Etwas, das wärmt: _____



6. Erinnern und Erzählen

Welche Lampe oder welches Licht mochtest du früher besonders?



7. Abschluss & Wohlbefinden

War das Licht heute angenehm für mich? ja ein bisschen nein

Wie fühle ich mich jetzt? ruhig wohl müde entspannt

Ich wünsche mir jetzt: Ruhe Licht Gespräch etwas zu trinken

Tag 8 - Geistig aktiv: Werkstatt, Werkzeug und Ordnen

Bekannte Alltagswörter, einfache Zuordnungen und Erinnerungen an fleißige Arbeit.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Etwas aus der Werkstatt: Hammer Schraube Kiste Zange



2. Wörter ergänzen

Hamm_____

Schraub_____

Nag_____

Kist_____

Was hast du früher gern repariert oder geordnet? _____



3. Was passt zur Werkstatt?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Hammer	Schraube	Nagel	Tasse
Zange	Kiste	Brett	Apfel



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Hammer

2. Schraube

3. Zange

4. Kiste

A. darin kann man etwas aufbewahren

B. damit zieht oder hält man etwas

C. wird eingedreht

D. damit schlägt man



5. Reihenfolge

Nummeriere von 1 bis 4:

_____ Werkzeug holen _____ arbeiten _____ zusammenräumen _____ wegräumen



6. Erinnern und Erzählen

Gab es früher bei dir eine Werkstatt oder einen Schuppen?



7. Abschluss & Wohlbefinden

Hat mir das Ordnen heute gutgetan?

ja

ein bisschen

nein

Wie fühle ich mich jetzt?

zufrieden

ruhig

müde

froh

Ich wünsche mir jetzt:

Ruhe

Gespräch

Tee

eine Pause

Tag 9 - Geistig aktiv: Reisen, Urlaub und schöne Orte

Vertraute Begriffe, kleine Denkaufgaben und freundliche Erinnerungen an unterwegs sein.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Ich denke gern an: Zug Berge See Reise



2. Wörter ergänzen

Reis____ Zug____ Ber____ Se____

An welchen Ort denkst du besonders gern?



3. Was passt zum Unterwegssein?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Zug	Koffer	See	Schuh
Berge	Karte	Auto	Tasse



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

- | | | |
|-----------|---|----------------------------------|
| 1. Zug | • | A. dort ist Wasser |
| 2. Koffer | • | B. damit fährt man |
| 3. Berge | • | C. dorthin verreisen manche gern |
| 4. See | • | D. darin packt man Kleidung ein |



5. Leichtes Denken

Was kommt als Nächstes?

Frühling, Sommer, Herbst, _____

1 Tag, 2 Tage, 3 Tage, _____



6. Erinnern und Erzählen

Wo warst du früher besonders gern unterwegs oder auf Urlaub?



7. Abschluss & Wohlbefinden

Hat mir das Erinnern heute gutgetan?

ja

ein bisschen

nein

Wie fühle ich mich jetzt?

froh

ruhig

müde

nachdenklich

Ich wünsche mir jetzt:

Ruhe

Gespräch

Musik

etwas zu trinken

Tag 10 - Geistig aktiv: Kräuter, Tee und Wohlgeruch

Vertraute Wörter, einfache Aufgaben und ruhige Fragen zum Wohlbefinden.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Etwas, das gut riecht: Tee Kräuter Minze Kamille



2. Wörter ergänzen

Tee _____ Kräut _____ Minz _____ Duf _____

Welcher Duft oder Tee gefällt dir besonders? _____



3. Was passt zu Kräutern und Tee?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Tee	Tasse	Minze	Reifen
Kamille	Kanne	Kräuter	Schuh



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Tee

2. Tasse

3. Kamille

4. Kanne

A. daraus schenkt man ein

B. wird daraus getrunken

C. kann man trinken

D. riecht angenehm



5. Kategorien finden

Nenne oder schreibe je 2 Dinge:

Etwas, das gut riecht: _____

Etwas zum Trinken: _____

Etwas Beruhigendes: _____



6. Erinnern und Erzählen

Gab es früher einen Tee oder Duft, den du besonders mochtest?



7. Abschluss & Wohlbefinden

Tut mir ein warmer Tee heute gut?

ja

ein bisschen

nein

Wie fühle ich mich jetzt?

ruhig

entspannt

müde

zufrieden

Ich wünsche mir jetzt:

Ruhe

Tee

Gespräch

eine Pause

Tag 11 - Geistig aktiv: Gartenbank, Ausruhen und frische Luft

Vertraute Wörter, kleine Denkaufgaben und ein ruhiger Blick ins Grüne.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute mag ich draußen: Sonne Bank Blumen frische Luft



2. Wörter ergänzen

Ban_____

Blu_____

Sonn_____

Luf_____

Wo sitzt du draußen besonders gern? _____



3. Was passt nach draußen?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Bank	Blume	Baum	Tasse
Sonne	Wiese	Reifen	Vogel



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Bank

2. Blume

3. Vogel

4. Sonne

A. singt oft

B. spendet Wärme

C. darauf sitzt man

D. duftet schön



5. Kategorien finden

Nenne ein Beispiel für jede Kategorie.

Etwas im Garten: _____

Etwas zum Ausruhen: _____

Etwas Schönes draußen: _____



6. Erinnern und Erzählen

Wo hast du früher gern draußen gesessen oder dich ausgeruht?



7. Abschluss & Wohlbefinden

Hat mir die frische Luft heute gutgetan?

ja

ein bisschen

nein

Wie fühle ich mich jetzt?

ruhig

froh

müde

entspannt

Ich wünsche mir jetzt:

Ruhe

Gespräch

etwas zu trinken

einen Spaziergang

Tag 12 - Geistig aktiv: Backen, Kuchen und Jause

Vertraute Begriffe, einfache Aufgaben und freundliche Erinnerungen an gemütliche Nachmittage.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute mag ich: Kuchen Kaffee Jause Apfelstrudel



2. Wörter ergänzen

Kuch_____

Kaff_____

Jau_____

Back_____

Was mochtest du früher zur Jause besonders gern? _____



3. Was passt zur Jause?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Kuchen	Tasse	Kaffee	Schraube
Serviette	Teller	Reifen	Saft



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Kuchen

2. Kaffee

3. Teller

4. Serviette

A. liegt am Platz

B. daraus trinkt man

C. isst man gern

D. liegt neben dem Teller



5. Leichtes Denken

Ergänze die Reihen:

a) Montag, Dienstag, Mittwoch, _____

b) 1 Stück, 2 Stücke, 3 Stücke, _____



6. Erinnern und Erzählen

Welchen Kuchen oder welche Jause gab es früher bei dir oft?



7. Abschluss & Wohlbefinden

Hat mir das Thema heute gefallen?

ja

ein bisschen

nein

Wie geht es mir jetzt?

zufrieden

ruhig

müde

froh

Ich wünsche mir jetzt:

Kaffee

Ruhe

Gespräch

etwas Süßes

Tag 13 - Geistig aktiv: Familie und Zuhause

Heute denken wir an Geborgenheit, vertraute Räume und schöne Erinnerungen.



Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute denke ich an: _____



Was gehört zu einem Zuhause?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Bett	Sofa	Wolke	Herd
Tür	Garten	Auto	Tasse



Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Bett

2. Herd

3. Sofa

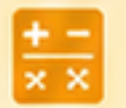
4. Garten

A. dort wachsen Blumen

B. dort sitzt man

C. dort kocht man

D. dort ruht man



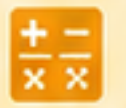
Kategorien finden

Nenne oder schreibe je 2 Dinge:

Etwas im Wohnzimmer: _____

Etwas in der Küche: _____

Etwas, das Geborgenheit gibt: _____



Leichtes Denken

Was kommt als Nächstes?

Morgen, Mittag, Abend, _____

Tür, Fenster, Dach, _____



Erinnern und Erzählen

Woran denkst du gern, wenn du an Zuhause denkst?



Ruhiger Abschluss

Schreibe ein Wort, das für dich zu Zuhause passt:

Tag 14 - Geistig aktiv: Musik, Singen und Melodien

Vertraute Wörter, kleine Denkaufgaben und schöne Erinnerungen an Lieder.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute denke ich an: _____ Lied _____ Radio _____ Singen _____ Musik _____



2. Wörter ergänzen

Lie _____ Musi _____ Sing _____ Rad _____

Welches Lied oder welche Musik magst du besonders? _____



3. Was passt zur Musik?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Lied	Radio	Singen	Schuh
Tanzen	Melodie	Baum	Rhythmus



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Lied

A. hört man gern

2. Radio

B. dazu bewegt man sich

3. Tanzen

C. klingt schön

4. Melodie

D. spielt Musik



5. Leichtes Denken

Führe die Reihenfolgen weiter.

1. laut, leise, laut, leise, _____

2. 1 Lied, 2 Lieder, 3 Lieder, _____



6. Erinnern und Erzählen

Welches Lied hast du früher gern gesungen oder gehört?



7. Abschluss & Wohlbefinden

Hat mir Musik heute gutgetan?

ja

nein

Wie fühle ich mich jetzt?

ruhig

froh

bewegt

müde

Ich wünsche mir jetzt:

Musik

Ruhe

Gespräch

etwas zu trinken

Tag 15 - Geistig aktiv: Kleidung, Schrank und Alltag

Vertraute Begriffe, einfache Zuordnungen und freundliche Erinnerungen an den Alltag.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Etwas zum Anziehen: Hemd Jacke Schuh Schal



2. Wörter ergänzen

Hem____ Schu____ Jack____ Scha____

Was hast du früher besonders gern getragen? _____



3. Was passt zur Kleidung?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Hemd	Jacke	Schrank	Baum
Schal	Schuh	Tasse	Kleid



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Schuh

2. Schrank

3. Schal

4. Jacke

A. hält warm am Hals

B. trägt man am Fuß

C. hängt man gern auf

D. darin bewahrt man Kleidung auf



5. Kategorien finden

Nenne Beispiele.

Etwas Warmes:

Etwas im Schrank:

Etwas für draußen:



6. Erinnern und Erzählen

Gab es ein Kleidungsstück, das du früher besonders mochtest?



7. Abschluss & Wohlbefinden

War das Thema heute angenehm für mich?

ja

ein bisschen

nein

Wie geht es mir jetzt?

ruhig

zufrieden

müde

froh

Ich wünsche mir jetzt:

Ruhe

Gespräch

Tee

eine Pause

Tag 16 - Geistig aktiv: Uhr, Zeit und Tagesablauf

Bekannte Wörter, leichte Denkaufgaben und ein freundlicher Blick auf den Tag.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute denke ich an: Morgen Mittag Abend Uhr



2. Wörter ergänzen

Uh_____ Morg_____ Mitt_____ Abe_____

Welche Tageszeit magst du besonders? _____



3. Was passt zum Tag?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Morgen	Mittag	Abend	Reifen
Uhr	Frühstück	Schlaf	Schuh



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Morgen

2. Mittag

3. Abend

4. Uhr

A. dort isst man oft zu Mittag

B. zeigt die Zeit

C. dann wird es oft ruhig

D. dann beginnt der Tag



5. Reihenfolge

Nummeriere von 1 bis 4:

_____ aufstehen _____ frühstücken _____ Mittag essen _____ schlafen gehen



6. Erinnern und Erzählen

Wie sah früher ein schöner Tag bei dir aus?



7. Abschluss & Wohlbefinden

War der Tagesablauf heute angenehm für mich?

ja

nein

Wie fühle ich mich jetzt?

ruhig

aufmerksam

müde

zufrieden

Ich wünsche mir jetzt:

Ruhe

Gespräch

Musik

etwas zu trinken

Tag 17 - Geistig aktiv: Blumen, Farben und Düfte

Einfache Wörter, schöne Erinnerungen und freundliche Abschlussfragen.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute mag ich: Rose gelb Blume Duft



2. Wörter ergänzen

Ros____ Blu____ Duf____ Gel____

Welche Blume oder Farbe magst du besonders? _____



3. Was passt zu Blumen?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Rose	Blume	Vase	Schraube
Duft	Garten	Baum	Tulpe



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Rose

A. steht gern auf dem Tisch

2. Vase

B. riecht angenehm

3. Tulpe

C. ist eine Blume

4. Duft

D. hat oft Blütenblätter



5. Kategorien finden

Schreibe jeweils ein Beispiel auf.

Eine Blume: _____

Eine Farbe: _____

Etwas, das gut riecht: _____



6. Erinnern und Erzählen

Gab es früher Blumen in deinem Garten oder in der Wohnung? _____



7. Abschluss & Wohlbefinden

Hat mir das Thema Blumen gutgetan? ja ein bisschen nein

Wie fühle ich mich jetzt? froh ruhig entspannt müde

Ich wünsche mir jetzt: frische Luft Ruhe Gespräch etwas zu trinken

Tag 18 - Geistig aktiv: Markt, Einkauf und Besorgungen

Vertraute Begriffe, kleine Aufgaben und Erinnerungen an alltägliche Wege.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute denke ich an: Markt Einkauf Korb Brot



2. Wörter ergänzen

Mark_____ Einkau_____ Kor_____ Brot_____

Was hast du früher oft eingekauft? _____



3. Was passt zum Einkauf?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Korb	Brot	Apfel	Reifen
Markt	Tasche	Milch	Schuh



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Korb

2. Milch

3. Markt

4. Brot

A. kauft man oft ein

B. trägt man darin

C. isst man gern

D. trinkt man



5. Leichtes Denken

Setze fort.

1. Apfel, 2 Äpfel, 3 Äpfel, _____

2. Montag, Mittwoch, Freitag, _____



6. Erinnern und Erzählen

Wo bist du früher gern einkaufen gegangen?



7. Abschluss & Wohlbefinden

War das Thema Einkauf heute angenehm für mich?

ja

ein bisschen

nein

Wie fühle ich mich jetzt?

ruhig

zufrieden

müde

nachdenklich

Ich wünsche mir jetzt:

Ruhe

Gespräch

Tee

eine Pause

Tag 19 - Geistig aktiv: Familie, Foto und Erinnerungen

Vertraute Begriffe, einfache Denkaufgaben und ein liebevoller Blick auf schöne Momente.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute denke ich an: Familie

Foto

Kinder

Besuch



2. Wörter ergänzen

Fami_____

Fot_____

Kind_____

Besu_____

An wen denkst du besonders gern? _____



3. Was passt zur Familie?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Foto	Besuch	Familie	Schraube
Kinder	Lächeln	Schuh	Erinnerung



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Foto

2. Besuch

3. Familie

4. Kinder

A. kommt zu mir

B. gehört zusammen

C. schaut man gern an

D. machen oft Freude



5. Kategorien finden

Schreibe zu jeder Kategorie ein Beispiel auf.

Ein Familienmitglied: _____

Etwas zum Anschauen: _____

Etwas Schönes: _____



6. Erinnern und Erzählen

Welches Familienbild oder welchen Besuch erinnerst du besonders gern?



7. Abschluss & Wohlbefinden

Hat mir das Erinnern heute gutgetan?

ja

ein bisschen

nein

Wie fühle ich mich jetzt?

froh

ruhig

bewegt

nachdenklich

Ich wünsche mir jetzt:

Gespräch

Ruhe

Musik

etwas zu trinken

Tag 20 - Geistig aktiv: Ruhe, Entspannen und Wohlfühlen

Sanfte Wörter, leichte Aufgaben und ein freundlicher Abschluss zum Durchatmen.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute tut mir gut: Ruhe Musik Pause Tee



2. Wörter ergänzen

Ruh_____ Pau_____ Musi_____ Te_____

Was tut dir im Moment besonders gut? _____



3. Was passt zur Ruhe?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Ruhe	Sessel	Tee	Reifen
Musik	Pause	Schuh	Decke



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Ruhe

A. wärmt angenehm

2. Tee

B. kann beruhigen

3. Decke

C. tut oft gut

4. Musik

D. kann man trinken



5. Kategorien finden

Nenne ein Beispiel zu jeder Kategorie.

Etwas Beruhigendes: _____

Etwas Weiches: _____

Etwas zum Wohlfühlen: _____



6. Erinnern und Erzählen

Wie hast du früher am liebsten ausgeruht oder entspannt?



7. Abschluss & Wohlbefinden

Brauche ich jetzt Ruhe?

ja

nein

Wie fühle ich mich jetzt?

ruhig

entspannt

müde

zufrieden

Ich wünsche mir jetzt:

Ruhe

Musik

Gespräch

etwas zu trinken

Tag 21 - Geistig aktiv: Lieblingsplatz, Zuhause und Geborgenheit

Vertraute Wörter, einfache Aufgaben und persönliche Fragen zum Wohlfühlen.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute denke ich an: Zuhause Sessel Fenster Ruhe



2. Wörter ergänzen

Zu_____ Ses_____ Fens_____ Ru_____

Wo fühlst du dich besonders geborgen? _____



3. Was passt zum Zuhause?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Sessel	Tisch	Fenster	Schuh
Lampe	Decke	Reifen	Wohnung



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Sessel

2. Fenster

3. Decke

4. Wohnung

A. darin wohnt man

B. darauf sitzt man

C. hält warm

D. dort sieht man hinaus



5. Kategorien finden

Nenne ein Beispiel für jede Kategorie.

Etwas Gemütliches: _____

Etwas im Zimmer: _____

Etwas, das mir guttut: _____



6. Erinnern und Erzählen

Welcher Platz zuhause war früher dein liebster Ort?



7. Abschluss & Wohlbefinden

War das Thema heute angenehm für mich? ja ein bisschen nein

Wie fühle ich mich jetzt? ruhig zufrieden müde froh

Ich möchte heute noch _____

Tag 23 - Geistig aktiv: Kindheit, Spielen und schöne Zeiten

Vertraute Wörter, leichte Aufgaben und persönliche Erinnerungsfragen.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute denke ich an: Ball Puppe Spiel Kinder



2. Wörter ergänzen

Bal ____

Pup ____

Spi ____

Kin ____

Was hast du als Kind besonders gern gemacht? _____



3. Was passt zum Spielen?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Ball	Puppe	Lachen	Garten
Reifen	Kinder	Würfel	Schuh



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Ball

2. Puppe

3. Würfel

4. Lachen

A. hört man oft beim Spielen

B. damit spielt man manches Spiel

C. damit wirft oder rollt man

D. damit spielte man früher oft



5. Kategorien finden

Nenne ein Beispiel für jede Kategorie.

Ein Spiel: _____

Etwas aus der Kindheit: _____

Etwas Fröhliches: _____



6. Erinnern und Erzählen

An welches Spiel oder an welche schöne Kindheitserinnerung denkst du besonders gern?



7. Abschluss & Wohlbefinden

War das Thema heute schön für mich?

ja

ein bisschen

nein

Wie fühle ich mich jetzt?

froh

ruhig

bewegt

müde

Ich wünsche mir jetzt:

Tag 24 - Geistig aktiv: Feste, Feiern und besondere Tage

Freundliche Begriffe, kleine Aufgaben und persönliche Fragen zu schönen Anlässen.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute denke ich an: Kuchen Feier Kerze Geburtstag



2. Wörter ergänzen

Kuch_____

Fei_____

Ker_____

Geburts_____

Welchen besonderen Tag hast du früher gern gefeiert? _____



3. Was passt zum Fest?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Kuchen	Blumen	Kerze	Teller
Schraube	Lied	Geschenk	Reifen



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Kuchen

2. Kerze

3. Lied

4. Geschenk

A. macht oft Freude

B. singt man manchmal gemeinsam

C. isst man gern

D. brennt mit Licht



5. Kategorien finden

Nenne ein Beispiel für jede Kategorie.

Etwas zum Feiern: _____

Etwas Schönes: _____

Etwas auf dem Tisch: _____



6. Erinnern und Erzählen

An welches Fest oder welchen Geburtstag Erinnerst du dich besonders gern?



7. Abschluss & Wohlbefinden

Hat mir das Thema heute gefallen?

ja

ein bisschen

nein

Wie geht es mir jetzt?

zufrieden

froh

nachdenklich

müde

Ich fühle mich heute: _____

Tag 25 - Geistig aktiv: Kochen, Küche und Lieblingsgerichte

Bekannte Wörter, leichte Aufgaben und persönliche Fragen rund um gutes Essen.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute denke ich an: Suppe Topf Küche Löffel



2. Wörter ergänzen

Sup_____

Top_____

Kü_____

Löf_____

Was hast du früher besonders gern gekocht oder gegessen? _____



3. Was passt zur Küche?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Topf	Löffel	Teller	Küche
Reifen	Suppe	Schrank	Schuh



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Topf

2. Löffel

3. Suppe

4. Küche

A. darin kocht man

B. dort bereitet man Essen zu

C. damit isst man oft

D. isst man gern warm



5. Kategorien finden

Nenne ein Beispiel für jede Kategorie.

Etwas zum Kochen: _____

Etwas zum Essen: _____

Etwas, das ich mag: _____



6. Erinnern und Erzählen

Welches Gericht oder welchen Duft aus der Küche erinnerst du besonders gern?



7. Abschluss & Wohlbefinden

War das Thema heute angenehm für mich?

ja

ein bisschen

nein

Wie fühle ich mich jetzt?

zufrieden

ruhig

hungrig

müde

Ich



Hinweis: vorlesen, gemeinsam lösen und viel loben. Es gibt kein Richtig und kein Falsch.

Aktiv-Zentrum Sonnenhof - Gedächtnis & Orientierung - alles darf, nichts muss

Tag 26 - Geistig aktiv: Wege, Spazieren und unterwegs sein

Einfache Wörter, kleine Aufgaben und persönliche Fragen über Lieblingswege.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute denke ich an: Weg Baum Bank Spaziergang



2. Wörter ergänzen

We _____ Bau _____ Ban _____ Spazier _____

Wo bist du früher besonders gern spazieren gegangen? _____



3. Was passt nach draußen?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Weg	Baum	Bank	Vogel
Schraube	Wiese	Spaziergang	Tasse



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Bank

2. Weg

3. Vogel

4. Spaziergang

A. tut vielen Menschen gut

B. dort geht man entlang

C. dort ruht man kurz

D. sieht oder hört man oft draußen



5. Kategorien finden

Nenne ein Beispiel für jede Kategorie.

Etwas draußen: _____

Etwas zum Ausruhen: _____

Etwas Schönes unterwegs: _____



6. Erinnern und Erzählen

Welcher Spazierweg oder Ausflug war früher besonders schön für dich?



7. Abschluss & Wohlbefinden

Hat mir das Thema heute gutgetan?

ja

ein bisschen

nein

Wie fühle ich mich jetzt?

ruhig

froh

entspannt

müde

Ich wünsche mir jetzt:

frische Luft

Ruhe

Gespräch

einen Spaziergang

Tag 28 - Geistig aktiv: Jahreszeiten, Wetter und persönliche Vorlieben

Bekannte Wörter, leichte Aufgaben und persönliche Fragen über das, was man gern mag.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute denke ich an: Sonne Regen Sommer Schnee



2. Wörter ergänzen

Son_____ Reg_____ Som_____ Schne_____

Welche Jahreszeit oder welches Wetter magst du besonders? _____



3. Was passt zum Wetter?

Kreise ein, was zum Wetter passt.

Sonne	Regen	Sommer	Schnee
Tasse	Wolke	Reifen	Wind



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Sonne

2. Schnee

3. Regen

4. Wind

A. kann kalt sein

B. spürt man draußen

C. fällt vom Himmel

D. macht es oft hell und warm



5. Kategorien finden

Nenne ein Beispiel für jede Kategorie.

Etwas im Sommer: _____

Etwas im Winter: _____

Etwas am Himmel: _____



6. Erinnern und Erzählen

Welche Jahreszeit war für dich früher besonders schön und warum?



7. Abschluss & Wohlbefinden

War das Thema heute angenehm? ja ein bisschen nein
Wie fühle ich mich jetzt? ruhig froh nachdenklich müde
Ich



Hinweis: Vorlesen, gemeinsam lösen und viel loben. Es gibt kein Muss und keinen Test.

Aktiv-Zentrum Sonnenhof - Gedächtnis & Orientierung - alles darf, nichts muss

Tag 29 - Geistig aktiv: Wünsche, Freude und Dankbarkeit

Sanfte Wörter, leichte Aufgaben und persönliche Fragen darüber, was das Herz freut.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute denke ich an: Freude Wunsch Danke Herz



2. Wörter ergänzen

Freu____ Wun____ Dan____ Her____

Worüber hast du dich früher oder heute besonders gefreut?



3. Was passt zur Freude?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Freude	Lächeln	Danke	Blume
Schraube	Herz	Geschenk	Reifen



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Freude

2. Danke

3. Blume

4. Geschenk

A. bekommt oder gibt man manchmal

B. sagt man aus Höflichkeit oder von Herzen

C. kann gut duften

D. macht manches leichter



5. Kategorien finden

Nenne ein Beispiel für jede Kategorie.

Etwas Schönes: _____

Etwas, das Freude macht: _____

Etwas zum Verschenken: _____



6. Erinnern und Erzählen

Wofür bist du in deinem Leben besonders dankbar?



7. Abschluss & Wohlbefinden

Hat mir das Thema heute gutgetan?

ja

ein bisschen

nein

Wie fühle ich mich jetzt?

froh

ruhig

bewegt

zufrieden

Ich

Tag 30 - Geistig aktiv: Mein Leben, schöne Erinnerungen und was mir wichtig ist

Einfache Aufgaben und persönliche Fragen zum Abschluss einer schönen Reihe.



1. Orientierung

Heute ist: _____

Datum: _____

Heute denke ich an: Leben Familie Freude Mut



2. Wörter ergänzen

Leb____ Fami____ Freu____ Mu____

Was war in deinem Leben besonders wichtig für dich?



3. Was passt zum Leben?

Kreise ein oder zeige, was passt.

Familie	Freude	Lächeln	Mut
Schuh	Erinnerung	Herz	Reifen



4. Zusammenpassen

Verbinde, zeige oder sprich darüber, was zusammenpasst.

1. Familie

2. Freude

3. Mut

4. Erinnerung

A. bleibt oft im Herzen

B. kann Kraft geben

C. gehört für viele Menschen dazu

D. macht das Herz oft leichter



5. Kategorien finden

Nenne ein Beispiel für jede Kategorie.

Etwas Wichtiges: _____

Etwas Schönes: _____

Etwas, das mir Kraft gibt: _____



6. Erinnern und Erzählen

Wenn du an dein Leben denkst: Auf welchen schönen Moment bist du besonders dankbar oder stolz?



7. Abschluss & Wohlbefinden

War diese Seite heute gut für mich?

ja

ein bisschen

nein

Wie fühle ich mich jetzt?

ruhig

froh

nachdenklich

zufrieden

Ich _____



Hinweis: Vorlesen, gemeinsam lösen und viel loben. Es gibt kein Muss und keinen Test.

Ein Blumengruß zum Abschluss

Wie Blumen Licht und Wärme brauchen,
so braucht auch das Herz liebe Worte,
schöne Erinnerungen und kleine Momente der Freude.

Manches blüht ganz leise –
ein Lächeln, ein Gedanke, ein lieber Blick.
Und genau diese kleinen Dinge
machen den Tag oft besonders wertvoll.



Das war heute schön für mich: _____



Dafür bin ich dankbar: _____



Das wünsche ich mir: _____

Von Herzen alles Liebe.

Alles darf – nichts muss.