

Aus der Praxis – für die Praxis

Aktivitätenlexikon | i

(sg) In jedem **alzheimeraktuell** stellen wir Ihnen Aktivitäten für Menschen mit Demenz in Form eines Lexikons vor. Sie können sowohl zuhause als auch in der Betreuungsgruppe, in der Tagespflege, in ambulant betreuten Wohngemeinschaften oder im Heim angeboten werden. Dieses Mal widmen wir uns dem Buchstaben I.

i wie Italien

Schon Goethe und Mozart reisten mit Freude in das wunderschöne Land Italien – und auch viele Gäste der Stuttgarter Betreuungsgruppe Birkach haben dort ihre Urlaube verbracht. Ein Herr erinnert sich spontan an den *Vesuv*.

Wir beginnen unsere Birkacher Kaffeerunde mit der ersten Strophe des Gedichtes von *Johann Wolfgang von Goethe*:

Kennst du das Land, wo die Zitronen blühen
*Kennst du das Land, wo die Zitronen blühen,
 Im dunkeln Laub die Goldorangen glühen,
 Ein sanfter Wind vom blauen Himmel weht,
 Die Myrte still und hoch der Lorbeer steht?
 Kennst du es wohl? Dahin!
 Dahin möcht' ich mit dir,
 O mein Geliebter, ziehn.*



Goethe bei seiner berühmten Italienreise, 1787 gemalt von J.H.W. Tischbein.



Viele Gäste erinnern sich an ihre erste Berührung mit Italien:

Anfang der 1960er Jahre kamen die

ersten »Gastarbeiter«, meistens aus dem Süden Italiens nach Deutschland. Spontan singen wir den bekannten Schlager von *Cornelia Froboess* (Foto): »Zwei kleine Italiener, die träumen von Napoli ...«.

Ein Herr berichtet von den Familienurlaube in Italien. Die ganze Familie saß im VW Käfer, und die Fahrt ging über die Alpen in der Schweiz oder Österreich, über den Gotthard, den San Bernardino oder den Brenner. In Serpentin und sehr schmalen Kurven ging es bergauf und -ab. Um dem Gegenverkehr auszuweichen, musste man an abfallenden Hängen in kleinen Parkbuchten anhalten. Vielen Mitfahrern wurde schlecht – die Gäste erzählen viele Geschichten und Ereignisse dazu.

Wenn die Berg- und Talfahrt überstanden war, bewunderten alle Insassen eine unbekannte Landschaft, andere Düfte und meistens die Sonne. Manchmal war es sehr heiß im Auto und alle schwitzten. Die Fenster wurden mit Tüchern verdunkelt und das Schiebedach geöffnet. Spannend waren die Grenzkontrollen, die Staus vor den Mautstellen und die fremde Sprache. Eine Dame erinnert sich an die Benzingutscheine und das Wechseln von D-Mark in Lire – 1.000 Lire waren ungefähr 4 D-Mark!

Urlaubsziele waren Badeorte an der Adria, an der *Riviera* oder Wanderurlaube in Südtirol oder den Seen, vor allem dem *Gardasee* und dem *Lago Maggiore*.

Fortsetzung

Aus der Praxis – für die Praxis:
Aktivitätenlexikon I / Italien

Tiramisu,
das typisch
italienische
Dessert,
heißt wörtlich
übersetzt »zieh
mich hoch«.



Der Italienurlaub jener Zeit war auch ein Nährboden für altbekannte Klischees. Die Italiener, so berichtet eine Dame, haben die deutschen Gäste doch gelegentlich ausgelacht. Diese hätten als »Kartoffelesser« Schwierigkeiten beim Verspeisen der ihnen unbekannt *Spaghetti* gehabt. Auch modisch hätten die deutschen Urlauber nicht mithalten können mit dem bekannten italienischen Chic: Vor allem die Herren fielen auf mit ihren karierten Hemden, kurzen Hosen und den Socken und Sandalen! Fast alle Deutschen hatten eine Fotokamera um den Hals hängen, und viele Urlauber waren krebsrot, denn sie hatten natürlich einen ordentlichen Sonnenbrand!

Beim Kaffeetrinken stärken wir uns mit einem leckeren *Tiramisu*, welches ganz einfach zubereitet werden kann. Dabei tauschen wir unsere Italienisch-Kenntnisse gegenseitig aus. *Buon appetito*, sagt eine Dame – wir antworten freudig mit *Grazie*.

Weitere Wörter sind *Si* und *No*, die Begrüßungen *Buongiorno*, *Buonasera* und *Buonanotte*. Uns fallen auch viele bekannte Lieder wie *Arrivederci Roma*, *Ti amo*, *Azzuro*, *O sole mio* ein.

Beliebt:
Pasta – mal mit Tomatensoße, mal mit Sahnesoße – und immer sehr lecker.



Rezept für Tiramisu

Zutaten

- 1 Packung Löffelbiskuits
- 300 ml starker Kaffee
- 500 gr. Mascarpone
- 40 gr. Zucker
- 300 gr. steif geschlagene Sahne
- 40 ml Amaretto
- Kakaopulver
- 80 ml Milch
- 20 gr. Vanillezucker

Zubereitung

1. Kaffee und Amaretto mischen. Die Hälfte der Löffelbiskuits in eine Auflaufform schichten und mit der Hälfte der Kaffee-Amaretto-Mischung tränken.
2. Für die *Creme* den Mascarpone mit der Milch, Zucker und Vanillezucker cremig rühren und die steif geschlagene Sahne unterheben.
3. Die Hälfte der *Creme* auf den getränkten Löffelbiskuits verteilen. Die restlichen getränkten Löffelbiskuits auf die *Creme* legen und die andere Hälfte der *Creme* verteilen.
4. Im Kühlschrank mindestens 2 Stunden durchziehen lassen und vor dem Servieren noch mit Kakaopulver dick bestäuben.

Buon appetito!

.....

Italien ist ein *Land der Künste und der Musik*, auch die »Wiege der Oper« genannt: Wir hören eine Arie aus *La Boheme* von *Giacomo Puccini* und den »Winter« aus den *Vier Jahreszeiten* von *Antonio Vivaldi*. Die Freunde der klassischen Musik erwähnen auch die Komponisten *Gioachino Rossini*, *Arangelo Corelli* und *Giuseppe Verdi*. Erinnerungen an *Enrico Caruso* und *Luciano Pavarotti* werden wach, welche oft in der Mailänder *Scala* gesungen

Giuseppe
Verdi

Antonio
Vivaldi

Giacomo
Puccini

Luciano
Pavarotti



Rom: das
Kolosseum im
Dämmerlicht.

haben. Berühmte Maler und Bildhauer sind *Leonardo da Vinci* (*Abendmahl, Mona Lisa*) und *Michelangelo* («David«-Statue in Florenz).

Dazu kommen wunderschöne Landschaften und köstliche Speisen und Getränke: Die Essgewohnheiten und Lebensmittel in Italien sind andere: ein kleines Frühstück, ein spätes Abendessen. Bekannteste kulinarische Produkte sind Nudeln, Olivenöl, *Pizza*, das berühmte *gelato* in den vielen Eisdielen, der *Espresso* und der *Chianti* in der Bastflasche.

Auf der Landkarte betrachten wir die ungewöhnliche Form Italiens, den Stiefel. Mit dem Finger und schönen Bildern reisen wir durch *Bella Italia*. Wir beginnen im Süden auf *Sizilien* mit dem berühmten Vulkan *Ätna*. Von dort kommt die *Mafia* her, bemerkt ein Herr. Wir fahren weiter nach *Neapel*, erinnern uns an die hübsche *Sophia Loren* und an den *Vesuv*. Weiter geht es nach *Capri* in die Blaue Lagune. Natürlich singen wir das Lied: »Wenn bei Capri die rote Sonne...«. Uns wird ganz melancholisch ums Herz!

Die Fahrt geht nun in die Hauptstadt *Rom* mit dem *Kolosseum*, dem *Trevi-Brunnen*, der *Spanischen Treppe* und dem *Vatikan* mit dem *Petersdom*. Wir erinnern uns an den deutschen *Papst Benedikt*.

Dann reisen wir nach *Pisa* zum *Schiefen Turm* und hören das Walzerlied von *Jupp Schmitz*: »*Ich fahr mit meiner Lisa zum schiefen Turm von Pisa...*«. Von dort geht's über *Genua*, die Stadt mit dem großen Hafen, nach *Mailand*, um dort eine Oper in der *Scala* zu genießen. In *Verona* denken wir an *Shakespeares Romeo und Julia* und erreichen endlich unser Traumziel *Venedig*, die berühmte Stadt für Flitterwöchner und Verliebte mit dem *Markusplatz*, den vielen Tauben und der berühmten *Rialtobrücke*. Nach einer Gondelfahrt mit musikalischer Begleitung des Gondolieres in seinem blauweiß geringelten Oberteil und dem Basthut sind wir alle müde und hungrig und beenden den bunten Nachmittag mit einem Stück *Pizza*.

Arrivederci bella Italia!



Venedig: oben der Canal Grande mit der Rialtobrücke, unten der Markusplatz.



*Einfache Rezepte
für Menschen mit Demenz, heute:*
Spaghetti Napoli
für zwei Personen



Man braucht

- großer und kleiner Topf
- Sieb und Schneidebrett
- kleines Messer, Kochlöffel
- Käseibe
- Topflappen



Zutaten für 2 Personen

- 200 g Spaghetti
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 1 Zwiebel
- Olivenöl Salz, Pfeffer, Basilikum, Rosmarin, Oregano, Parmesankäse



Schritt 1

- Zwiebel und Kräuter klein schneiden



Schritt 2

- Olivenöl im kleinen Topf erhitzen und Zwiebelwürfel darin andünsten



Schritt 3

- Gehackte Tomaten hinzufügen und bei mittlerer Hitze 10 min. köcheln lassen. Umrühren nicht vergessen!



Schritt 4

- Mit Salz, Pfeffer und den Kräutern würzen und abschmecken



Schritt 5

- Wasser im großen Topf zum Kochen bringen.
- etwas Salz hinzugeben und Spaghetti hinzufügen



Schritt 6

- Spaghetti ca. 10 min kochen, bis diese bissfest sind



Schritt 7

- Mit Hilfe eines Siebes das Wasser abschütten und die Spaghetti auf Teller verteilen



Schritt 8

- Parmesankäse reiben



Schritt 9

- Sauce auf die Spaghetti geben und mit Parmesankäse bestreuen

**Buon
Appetito!**

Fortsetzung

Aus der Praxis – für die Praxis:
Aktivitätenlexikon **i**



Anregungen/Stichworte

zur Aktivierung mit dem Buchstaben **i**

- Igel** Der Igel wird bis zu sieben Jahre alt, besitzt 6000 – 8000 Stacheln, frisst Insekten | Feinde: Uhu, Dachs, Fuchs und der Mensch mit seinem Auto | Winterschlaf im Garten oder Keller | keine Milch geben | ein Igel grunzt | Igelgedichte, Bilder, Lieder ...
- Interessen** Welche Interessen haben Sie? In der Freizeit, im Sport, Musik, Reisen, Kochen, Geschichte, Politik, Handwerk, Garten ...
- Ich** Was macht mich aus? Wer bin ich? Was mag ich an mir? Was sagen andere über mich? | Bilder vom eigenen Lebensweg ...
- Impfungen** Welche Impfungen kennen Sie? | Pockenimpfung war schmerzhaft, erinnern Sie sich noch? Kinderkrankheiten, Impfungen für Fernreisen, Gripeschutzimpfung, Tollwut | Spritze/alten Impfpass mitnehmen ...
- Informationen** Nachrichten im Fernsehen und Radio | heute viele Infos online | Tageszeitung | Magazine zu jeglichen Themen, Auswahl an Heften mitbringen und darüber sprechen ...
- Indien** Mahatma Ghandi, Mutter Theresa | Taj Mahal | Gewürze wie Kardamon, Kreuzkümmel, Kurkuma, Curry | Kalkutta, Kasten, Hinduismus, bunte Gewänder, Sari ...
- Insel** Deutsche Inseln: Sylt, Rügen, Norderney, Halligen, Insel Mainau und Insel Reichenau im Bodensee | Lebensbedingungen auf der Insel, Versorgung, Transport, Fähre, Sturmflut, Land unter ...
- Indianer** Kennen Sie Indianerstämme? | Winnetou und Old Shatterhand, Karl May | Lied von *Gus Backus*: Da sprach der alte Häuptling der Indianer | Tipi, Kopfschmuck, Pfeil und Bogen, Pferde, Ureinwohner Amerikas ...
- Idol** Hatten/Haben Sie ein Idol? | Definition Idol : schwärmerische Verehrung oder große Bewunderung ...
- Iran/Irak** Abendland, Schah von Persien, Geschichten aus *Tausend und einer Nacht*, der Räuber Alibaba, Islam, Teppich knüpfen, Kunsthandwerk – Perserteppich, der fliegende Teppich ...
- Ikarus** Griechische Mythologie, griechische Götter: Zeus, Aphrodite, Medusa, Poseidon, Demeter, Hades, Hermes | Geschichte des Ikarus: gefangen auf Kreta, List des Vaters – Flügel aus Federn mit Wachs am Rücken von Ikarus angeklebt, um Kreta fliegend zu verlassen...
- Ischias** Kennen Sie Rückenschmerzen? Hexenschuss, Wärmepflaster, Massage, Spritzen, Gymnastik, Rückenkurs...
- Intelligenz** Aus dem Lateinischen: geistige Leistungsfähigkeit | Intelligenztest, Intelligenzquotient, hochbegabt, minderbegabt, künstliche Intelligenz, Roboter ...
- Israel** Biblische Geschichte | Jerusalem, Bethlehem | 1948 gegründet | Judentum | *Golda Meir, Ephraim Kishon*
- Irland** Die grüne Insel, die geteilte Insel: Irland/Nordirland | Hauptstadt Dublin, Geburtsort von *Oscar Wilde*, irische Musik mit Harfe, Dudelsack, Fiddle (Geige), irische Bouzouki | Heimat des Guinness-Biers ...

Sprichwörter/Redewendungen mit **i**

- *Ich verstehe nur Bahnhof.*
- *In Saus und Braus leben.*
- *Im siebten Himmel schweben.*
- *Ins Fäustchen lachen.*
- *In Hülle und Fülle.*
- *In die Schuhe schieben.*
- *In petto haben.*
- *In die Schranken weisen.*
- *In die Röhre schauen.*
- *In der Versenkung verschwinden.*
- *In die Binsen gehen.*
- *In den sauren Apfel beißen.*
- *In der Kreide stehen.*
- *Im Stich lassen.*
- *Im Trüben fischen.*
- *In Teufels Küche kommen.*
- *Ins Fettnäpfchen treten.*
- *Ins Gras beißen.*

Jahreszeitliche Anregungen: **Ostern**

Oster-Café

Zeit des Feierns in den Familien, in den verschiedenen Gruppen und Betreuungsangeboten. So ein Fest muss ja vorbereitet und gestaltet werden. Dazu einige Ideen aus der Stuttgarter Betreuungsgruppe Birkach:

Traditionell findet in der Karwoche ein **Oster-Café** für alle Gäste statt. Schon Wochen vorher beginnen wir mit der Planung. Tischdekoration und Leckereien für das leibliche Wohl sind immer sehr beliebt.

Für die **Dekoration** entscheiden wir uns für große Glasschalen, in welche wir drei bis vier Wochen vor dem Fest Ostergras aussäen. Wenn das frische Gras die richtige Länge hat, stellt man es an einen kühlen und hellen Platz. Dort kräftigt sich das Gras noch etwas. Alternativ kann man auch Kresse aussäen.

Dekoriert wird das Gras mit vielen bunten Ostereiern in verschiedenen Größen aus Styropor, die wir selbst mit Wasser- oder Gouachefarben bemalt und verziert haben. Jedes Ei wird auf einem Schaschlikspieß, der auch gekürzt werden kann, befestigt. Nach dem Trocknen werden die Ostereier in das Gras gesteckt. Blüten oder andere hübsche Dinge können noch ins Gras gelegt werden.

Zum Kaffeetrinken entscheiden wir uns für einen **Spiegeleierkuchen**, der wie folgt gemacht wird:

- 200 gr. Margarine cremig rühren,
- 200 gr. Zucker und vier Eier unterrühren,
- dann 200 gr. Mehl und 2 TL Backpulver unter die Masse rühren
- den Teig auf ein mit Backpapier belegtes Backblech streichen.



- Bei 175 Grad ca. 15 min backen.
- Währenddessen aus 250 ml Milch und einem halben Päckchen Vanillepudding einen Pudding kochen und diesen etwas auskühlen lassen,
- dann 100 gr. Creme Fraiche unterrühren.
- Die Masse fleckenartig »als Eiweiß« auf dem Kuchen verteilen, abgetropfte Aprikosenhälften als »Eigelb« auf die »Eiweiße« legen und 10 min bei gleicher Hitze backen.

Guten Appetit!!

Zum Abschluss ein **Ostergedicht** aus »Osterhäslein« von *Friedrich Wilhelm Güll*:

*Drunten an der Gartenmauern
hab ich sehn das Häslein lauern.
Eins, zwei, drei – legt's ein Ei,
lang wirds nimmer dauern.*

*Kinder, laßt uns niederducken!
Seht ihrs ängstlich um sich gucken?
Ei, da hüpf't's, hei, da schlüpft's
durch die Mauerlucken.*

*Und nun sucht in allen Ecken,
wo die schönen Eier stecken,
rot und blau, grün und grau
und mit Marmelflecken!*

**Wir wünschen allen
ein frohes Osterfest!**