

Aus der Praxis – für die Praxis

## Aktivitätenlexikon | Y

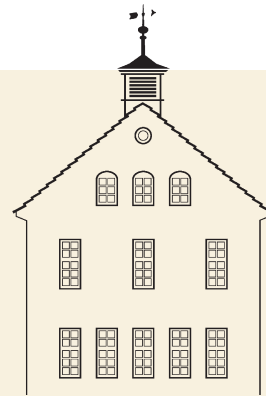
(sg) In den Birkacher Kaffeerunden für Menschen mit Demenz suchen wir nach möglichen Wörtern und Sprichwörtern mit **Y**.

»Des ist ja sauschwer«, sagt eine Dame mit einem Grinsen im Gesicht. Etwas ratlos blicken wir uns alle an, aber wir stellen uns der Herausforderung! Sprichwörter und Redewendungen kennen wir keine, aber es fallen uns doch einige Wörter ein, die wir auf unserem Flip-Chart aufschreiben:

- **Y**vonne
- **Y**ucca-Palme
- **Y**ork | New **Y**ork
- **Y**ucatán
- **Y**es | **Y**eah ...
- **Y**ves | **Y**vette
- **Y**oghurt | **Y**oghurtkuchen
- **Y**amaha
- **Y**orkshire Terrier
- **Y**sop
- **Y**oga
- **Y**stad
- **Y**ousuf
- I love **y**ou
- **Y**okohama
- **Y**angtze (Fluss in China)
- **Y**ucca-Palme (Foto unten)

Wie man sieht: Wir sind eine internationale Gruppe! Eine Dame kommt aus China, einige unserer Damen und Herren waren beruflich und privat in der großen Welt unterwegs.

Aber was machen wir nun mit unseren Wörtern? »Wir schreiben eine Geschichte«, ruft ein Herr. Gesagt – getan! Lauschen Sie unserem ...



## Birkacher Märchen mit Y



Es war einmal eine junge Frau, mit dem Namen **Yvonne**. Sie lebte mit ihrer Familie in England, in der wunderschönen Stadt **York**. Yvonne hatte einen Traum. Sie wollte so gerne reisen und die Welt kennenlernen. Als Erstes wollte sie nach Schweden fahren, sie hatte schon viele schöne Bilder von dort gesehen.

Auf der anderen Seite der Erde, in der japanischen Stadt **Yokohama**, lebte ein junger Mann. Er hieß **Yves**. Ein ungewöhnlicher Name, aber seine Vorfahren kamen aus Frankreich. Er wollte unbedingt nach Europa reisen, sein Traumland war Schweden.

In der beschaulichen Stadt **Ystad** in Schweden gab es eine bekannte Schule für **Yoga**. Dort trafen sich Yvonne und Yves. Es war Liebe auf den ersten Blick. Sie verbrachten viel Zeit miteinander, um sich besser kennenzulernen. Er erzählte ihr von seinem Hobby: Züchtung und Pflege von **Yucca**-Palmen. Gemeinsam machten sie viele Spaziergänge mit einem kleinen **Yorkshire Terrier**, den sie immer im Tierheim abholten. Sie



kehrten dabei sehr häufig in einem kleinen Café ein und genossen die leckere **Yoghurt**-Torte. Wenn das Wetter sonnig und warm war, fuhren sie mit dem Motorrad der Marke **Yamaha** ans Meer. Beide liebten das Meer, die Wellen, das kühle Bad, die Sonnenuntergänge. Sie fühlten sich wohl miteinander, und es kam, wie es kommen sollte.

Eines Nachmittags blickte Yvonne ihrem Yves tief in die Augen und hauchte: »I love **you!**« Yves rief ganz spontan: »**Yeah!**«, nahm Yvonne in seine Arme und gab ihr den ersten Kuss.

Beim nächsten Ausflug hatte Yves eine Überraschung im Gepäck. Sie saßen auf ihren Handtüchern, und plötzlich zauberte er ein Schokoladentörtchen der Marke **Yes** hervor. Auf dem Törtchen war eine kleine brennende Kerze. »Willst du mich heiraten, liebste Yvonne?«, fragte Yves und kniete vor ihr. Yvonne war überglücklich und hauchte ein »Yes!«.

In den folgenden Monaten wurde die Hochzeit mit vielen Freunden und den Familien in Ystad gefeiert. Trauzeuge war ihr gemeinsamer Freund **Yousuf** aus Ägypten. Die Flitterwochen verbrachten sie in **New York** und auf der Halbinsel **Yucatán**. Der krönende Abschluss war eine Schiffsreise auf dem **Yangtze**. Das Glück war vollkommen, als einige Monate später die kleine **Yvette** das Licht der Welt erblickte. Und wenn sie nicht gestorben sind, dann leben sie noch heute!

Wir Birkacher sind richtig stolz auf unser Werk und stärken uns nun bei Kaffee und selbstgebackenem **Yoghurtkuchen** (Rezept auf Seite 18).

## Anregungen/Stichworte **Y**

zur Aktivierung mit dem Buchstaben **Y**

**Yamaha** Bekannter japanischer Konzern, der u.a. Musikinstrumente und Motorräder herstellt. Sind Sie früher Motorrad gefahren? Motorradführerschein, Lederkleidung, Helm, Geschwindigkeit, Rocker, Motorradtreffen, Motorradbraut ...



© commons.wikimedia.org  
Troughouf | CC-BY-4.0

**Yoga** Waren Sie schon bei einem Yoga-Kurs?

Einfache Übungen im Sitzen:  
*Sonnengruß – Morgengruß für Senioren.*  
Wir nehmen die Hände vor uns: Die Sonne geht auf. | Wir öffnen die Fenster. | Wir schauen nach

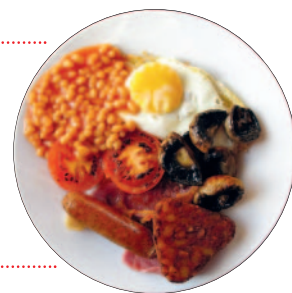


© stockadobe.com  
GordonGrand

rechts und nach links: Über mir der Himmel – unter mir die Erde – und in der Mitte ich. Das Wasser auf meiner Haut erfrischt meinen Körper und klärt auch meinen Geist. | Ich nehme mir, was ich brauche und gebe vom Überfluss. Es ist für alle genug da. |

Die Blumen öffnen ihre Blätter und die Sonne geht auf ...

**York** Bilder aus der Stadt im Norden von England. Spezialitäten: English Breakfast (Foto), Scones, Tee. Königliche Familie, Wetter ...



© commons.wikimedia.org  
joald | CC-by-sa-3.0-at

**Yorkshire Terrier** Hunderasse. Hatten Sie einen Hund? Verschiedene Rassen, Hundeschule, Gassi gehen, Leckerli ...



*Aus der Praxis – für die Praxis*

## Bald ist Ostern ...

*... auch bei unseren Nachbarn*

(sg) In der Birkacher Kaffeerunde gibt es Gäste sowie Damen und Herren aus dem Ehrenamt, welche in anderen Ländern gelebt und an Ostern andere Traditionen kennengelernt haben.

Wir in Deutschland kennen den Osterhasen, der die buntverzierten Eier bringt und versteckt; wir kennen Osterfeuer, Gottesdienste und auch die Ostermärsche. Doch wie ist das ...

### ... in Frankreich?



In Frankreich gibt es keinen Osterhasen. Das Osterfest beginnt mit einem traditionellen Familienessen am Ostersonntag. Gerne wird eine Lammkeule serviert oder eine Osterquiche mit Lauchzwiebeln, Schinken und Käse. Ab Gründonnerstag verstummen in Frankreich die Kirchenglocken, um den Tod Jesu zu beklagen. Den Kindern wird erzählt, die stummen Glocken seien über Ostern nach Rom geflogen, um sich segnen zu lassen. Dort empfangen sie Süßigkeiten in Form von Fischen und Meeresfrüchten, die sie beim Rückflug über den Gärten verlieren.

### ... in den Niederlanden?



In Holland ist es Brauch, zum Osterfest hart gekochte Eier aneinanderzuschlagen. Man nimmt ein hart gekochtes Ei in die Hand und schlägt es mit der spitzen Seite gegen das Ei des Anderen. Verlierer ist derjenige, dessen Eierschale zuerst bricht. Nach einem ausgiebigen Essen mit der Familie gehen die Kinder auf Ostereiersuche. Meistens blühen zur Osterzeit die Tulpen und schmücken die Gärten und Parks mit ihren bunten Farben.

### ... in der Schweiz?



In vielen Familien wird im Wohnzimmer ein Osterbäumli aufgestellt, an dem viele schöne bunte, zum Teil auch selbstbemalte Eier hängen. Das Osterhäsli hüpfert herum und versteckt die Eier in Haus und Garten. Eine weitere Tradition ist,



© stock.adobe.com  
ChristArt

dass die Kinder kleine Osternester basteln und diese am Abend für den Osterhasen bereitstellen. In den meisten Familien gibt es einen Osterbrunch mit vielen Leckereien wie Osterchuechli, Rübliorte und dem Zopf-Osterhäsli, einem Butterzopf.

### ... in Österreich?

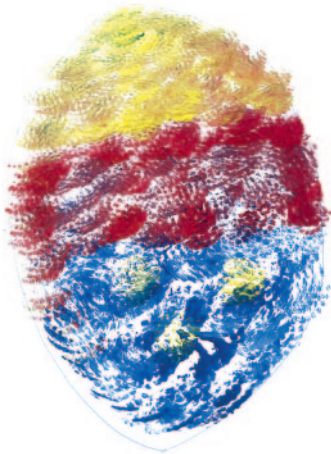


Ostern ohne Eier ist in Österreich nicht vorstellbar, auch hier versteckt diese der Osterhase. Und es wird gut gegessen. In Vorarlberg gibt es ›Geselchtes‹ (gepökeltes Schweinefleisch) mit Sauerkraut und Kren (Meerrettich), in Tirol Eiersalat und süßes Osterlamm, und in der Hauptstadt Wien lässt man sich Schinken im Brotmantel schmecken. In Tirol bleiben die Glocken still und sind ebenfalls nach Rom geflogen. Stattdessen ziehen Kinder mit ihren Ratschen durch die Dörfer. Es gibt in Österreich Osterfeuer und viele Ostermärkte.

### ... in Finnland?



Emelie, eine junge Ehrenamtliche in der Birkacher Gruppe, kommt aus Finnland. Es gibt dort viele Traditionen und Überlieferungen, die sich auf die lang ersehnte Ankunft des Frühlings beziehen. Als Kind hat sich Emelie immer als Osterhexe verkleidet und sich Sommersprossen ins Gesicht gemalt. Die ›Hexle‹ gingen dann von Tür zu Tür, brachten geschmückte Weidenkätzchen als Segen ins Haus, um die bösen Geister zu verjagen. Dafür erhielten sie viele Ostereier und andere Leckereien. Zum Essen gab und gibt es ›Mämmi‹, ein dunkelbrauner Brei aus Malz und Roggenmehl, der mit Zucker und Sahne köstlich schmeckt. Am Karsamstag geht die ganze Familie in die Kirche, um die Auferstehung zu feiern. Um die bösen Geister zu vertreiben, gibt es zahlreiche Osterfeuer.



## Anregung zur kreativen Gestaltung Getupfte Ostereier

### Man braucht

- weißes, festes Papier
- Wattestäbchen oder Pinsel für kleine Vorlagen oder eine Spülbürste für große Eiformen
- bunte Gouache-Farben (Foto unten)
- eine Schale für die Farben
- Bleistift zum Vorzeichnen der Form/Größe der Eier
- eventuell einen festen Karton
- Schere zum Anfertigen einer Schablone

### So geht es

- Die Bürste/Stäbchen werden in die gewünschte Farbe getaucht.
- Dann tupft, wischt oder streicht man diese auf das Papier. Es entstehen wunderschöne und unterschiedliche Muster.
- Nach dem Trocknen werden die Eiformen eventuell auf eine festere Unterlage geklebt, ausgeschnitten und dekorativ aufgehängt.



© commons.wikimedia.org  
Jeff Dahl | CC-BY-SA-3.0

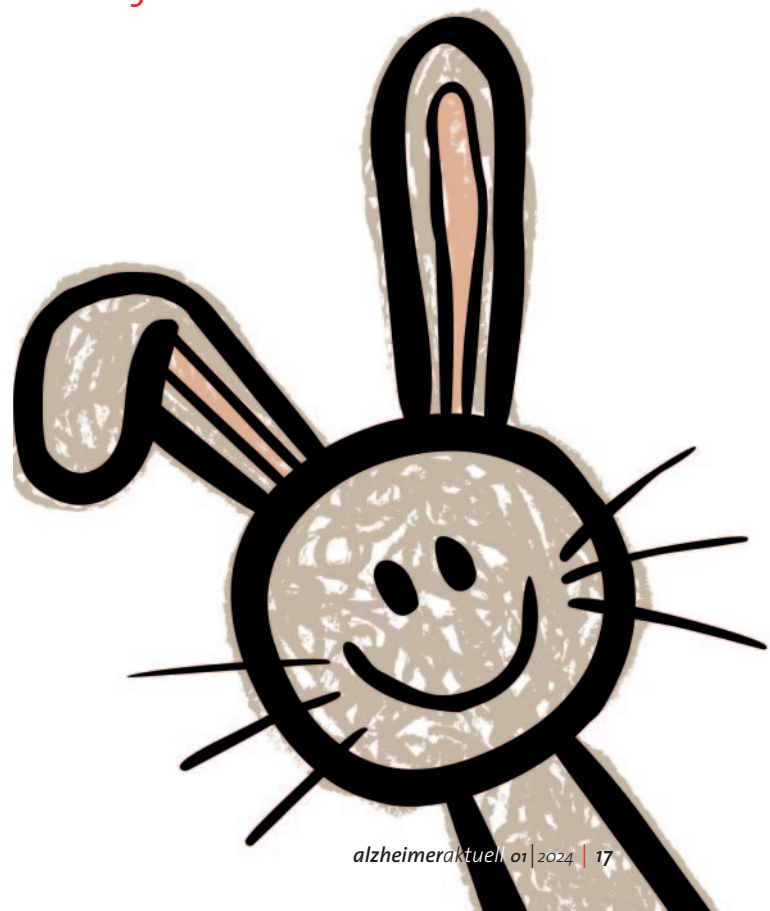
## Vom schwäbischen Dichter Eduard Mörike Ein kleines Ostergedicht

### Henne oder Ei?

Die Gelehrten und die Pfaffen  
streiten sich mit viel Geschrei,  
was hat Gott zuerst erschaffen –  
wohl die Henne, wohl das Ei!  
Wäre das so schwer zu lösen –  
Erstlich ward ein Ei erdacht,  
doch weil noch kein Huhn gewesen –  
darum hat's der Has' gebracht!



Wir wünschen  
viel Spaß und  
ein wunderschönes  
Osterfest!



Einfache Rezepte  
für Menschen mit Demenz  
**Yoghurtkuchen**



© pngimg.com/image/15206  
CC BY-NC 4.0



**Man braucht**

- Kuchenform | Rührschüssel
- Waage | Reibe | Schneebesen
- Löffel | Teigschaber | Kuchengitter
- Küchenmesser | evtl. Tortenmesser



**Zutaten**

- 270 g Weizenmehl
- 150 g Naturyoghurt | 180 g Zucker
- 120 g Sonnenblumenöl | 4 Eier
- 1 Päckchen Backpulver | Butter
- ½ TL abgeriebene Zitronenschale



**Schritt 1**

- Kuchenform mit Butter einfetten
- Backofen auf 175° C Ober-/Unterhitze vorheizen



**Schritt 2**

- Yoghurt, Zucker und Öl in der Rührschüssel schaumig schlagen
- Die Eier einzeln unterrühren



**Schritt 3**

- Mehl mit Backpulver und Zitronenabrieb unterrühren



**Schritt 4**

- Den Teig in die Form füllen



**Schritt 5**

- Ca. 40 Minuten bei 175° C Ober-/Unterhitze backen – darauf achten, dass der Kuchen nicht zu dunkel wird!



**Schritt 6**

- Kuchen aus dem Ofen nehmen und auf das Kuchengitter stellen
- Mit Küchenmesser den Kuchen ringsum vom Rand der Form lösen und auskühlen lassen



**Schritt 7**

- Rand der Kuchenform abnehmen
- Mit dem Tortenmesser vom Boden der Kuchenform lösen

**Guten Appetit!**