

# Weihnachten steht vor der Tür

## Biografische Fragen

Die biografischen Fragen dienen als Anregung für ein geleitetes Einstiegsgespräch. Es lohnt sich Material zum Thema anzubieten um das Gespräch anzuregen. Beispiele für gesprächsanregendes Material: Strohsterne, Krippenfiguren, Weihnachtskugeln, Tannenzweige, Nüsse (Vorsicht: werden von Menschen mit fortgeschrittener Demenz manchmal auch mit Schale in den Mund genommen).

Haben Sie in Ihrer Kindheit Weihnachten gefeiert?

Wann feierten Sie Weihnachten?

Wie feierten Sie Weihnachten?

Gab es bei Ihnen früher bestimmte Bräuche an Weihnachten?

Hatten Sie auch einen Tannenbaum?

Wenn ja:

Wer hat den Weihnachtsbaum geschmückt?

Kam zu Ihnen das Christkind, oder der Weihnachtsmann?

Sind Sie Weihnachten in die Kirche gegangen?

Wurden früher bei Ihnen auch Weihnachtslieder gesungen?

Wenn ja:

Welche?

Bekamen Sie an Weihnachten auch Geschenke?

Erinnern Sie sich an ein Geschenk, das Ihnen besonders viel bedeutet hat?

Wurden bei Ihnen zu Hause auch Geschichten zu Weihnachten erzählt?

Wenn ja:

Welche?



Mal-alt-werden.de

# Spruchwortgeschichte

## Ein Geschenk für Maria

Es war ein paar Tage nach dem zweiten Advent. Paul zog sich warm an, es hatte in der letzten Nacht geschneit. Er wollte in die Stadt gehen um Weihnachtsgeschenke zu kaufen. Paul ging in diesem Jahr zeitig los, um die Geschenke einzukaufen, er hatte aus den letzten Jahren gelernt. Damals dachte er noch: **"Die Letzten werden... die ersten sein."** Was sich allerdings für ihn nicht bewahrheitet hatte. Endlose Schlangen an den Kassen und die Leute waren **"Mit allen Wassern... gewaschen."** wenn es darum ging, wer das letzte Geschenk im Regal haben sollte.

Paul handelte dieses Weihnachten nach dem Motto: **"Der frühe Vogel... fängt den Wurm."** und war er sich durchaus sicher, dass er damit Erfolg haben würde - **"Der Glaube kann ja schließlich... Berge versetzen."** Gleich im ersten Geschäft wurde er auch fündig. Obwohl er vorher noch gar keine Geschenkidee für seine Nichte Lisa hatte, stand er auf einmal vor einem dunkelbraunen Plüschpferd. Lisa liebte Pferde! Und so war er heilfroh, es gefunden zu haben und dachte sich: **"Ein blindes Huhn... findet auch mal ein Korn!"**.

Im nächsten Geschäft wurde es schon enger. Da sind wohl noch einige Andere auf die Idee gekommen, Weihnachtsgeschenke zu kaufen. Er hörte, wie sich zwei andere Kunden lauthals stritten. Um was es ging konnte er nicht hören aber er sagte leise zu sich: **"Ihr zwei seid auch wie Feuer und... Wasser."** Für seinen Sohn Jonas kaufte Paul einen Fußball und ein neues Buch. Jetzt brauchte er nur noch etwas für seine Frau. Wie in jedem Jahr war Marias Geschenk eine Herausforderung für ihn. Früher hatte er mal versucht, sich einen Rat bei Marias Freundinnen zu holen, aber **"Viele Köche verderben ja bekanntlich... den Brei"**. Jetzt ging er wieder alleine los. Und er fand auch tatsächlich etwas. In der Schmuckabteilung eines großen Kaufhauses stieß er nach langem Suchen - **"Gut Ding will ...Weile haben"** - auf eine wunderschöne Kette aus Weißgold. Die würde Maria ganz sicher gefallen. Endlich sah er **"Licht am Ende... des Tunnels"**.

Ganz aufgeregt vor Freude merkte er gar nicht, wie jemand seinen Namen sagte. Beim dritten Mal drehte er sich um. Es war Maria. "Hallo Schatz!", sagte sie. Schnell versuchte er mit Maria von der Kette weg zu kommen. Sie sollte ihre Überraschung auf keinen Fall schon vor Weihnachten sehen. Maria war spontan nach der Arbeit auch in die Stadt gegangen um ein bisschen zu bummeln. Etwas neugierig, was Paul in der Stadt mache, war sie schon: **"Da liegt doch was in der... Luft"**, sagte sie. Doch Paul ließ sich nichts anmerken und zeigte ihr die Geschenke für Lisa und Jonas. Dann lud er seine Maria auf eine Tasse heißen Kakao und ein Stück Kuchen ein. **"Liebe geht ja bekanntlich... durch den Magen."**

Wie er Marias Kette nun noch kaufen sollte, war ihm allerdings ein Rätsel...Vielleicht **"ging ihm ja noch ein Licht... auf!"**

## Memory

### Nüsse tasten

Verschiedene Nussorten (Vorsicht: Menschen mit fortgeschrittener Demenz nehmen Nüsse manchmal auch mit Schale in den Mund) mit Schale werden in eine Tasche bzw. einen Beutel getan. Die Teilnehmer fassen ohne hinzugucken in die Tasche und versuchen zweimal die gleiche Nuss aus der Tasche zu fischen.

## Rätsel

**Welchen Weihnachtsmarkt gibt es NICHT?**

- a) Neubrandenburger Weberglockenmarkt.
- b) Dresdner Striezelmarkt
- c) Kölner Printenheiligmart (Lösung)

**Was gibt es traditionell auf einem Weihnachtsmarkt?**

- a) Geröstete Maronen, Kunsthandwerk und Glühwein (Lösung)
- b) Popcorn, Flammkuchen und Weißwein

**Wo fand der erste Weihnachtsmarkt Deutschlands statt?**

- a) München
- b) Bautzen (Lösung)
- c) Nürnberg

**Wie viel Prozent Ihres Jahresumsatzes machen Schaustellerbetriebe im Durchschnitt auf dem Weihnachtsmarkt?**

- a) ca. 30% ( 2012 Lösung)
- b) ca. 50%
- c) ca. 10%

**Wie viel gibt jeder Besucher durchschnittlich auf dem Weihnachtsmarkt aus?**

- a) 25€
- b) 50€
- c) 12€ (2012 Lösung)

*An welchem Tag sind viele Weihnachtsmärkte geschlossen?*

- a) Nikolaus
- b) Totensonntag (Lösung)
- c) Barbara Tag

Quelle: [Wikipedia](#)

## *Bewegungslied*

*Mit silbernen und goldenen Tüchern oder weihnachtlichen Servietten lässt sich das Lied "Oh du fröhliche" in ein einfaches, festliches Bewegungslied für Senioren verwandeln. Jeder Teilnehmer bekommt zwei Tücher. Ein Tuch für die linke und ein Tuch für die rechte Hand. Probieren Sie es aus!*

### **O du fröhliche, o du selige**

**O du fröhliche, o du selige,  
gnadenbringende Weihnachtszeit!**

*Mit den Tüchern große Kreise links und rechts vom Körper in die Luft zeichnen  
Welt ging verloren, Christ ward geboren:*

*Die Arme hängen lassen und die Tücher nur ganz leicht schwenken  
Freue, freue dich, o Christenheit!*

*Die Arme nach oben strecken und mit den Tüchern schwenken*

**O du fröhliche, o du selige,  
gnadenbringende Weihnachtszeit!**

*Mit den Tüchern große Kreise links und rechts vom Körper in die Luft zeichnen  
Christ ist erschienen, uns zu versöhnen:*

*Die Arme hängen lassen und die Tücher nur ganz leicht schwenken  
Freue, freue dich, o Christenheit!*

*Die Arme nach oben strecken und mit den Tüchern schwenken*

O du fröhliche, o du selige,  
gnadenbringende Weihnachtszeit!

*Mit den Tüchern große Kreise links und rechts vom Körper in die Luft zeichnen  
Himmlische Heere jauchzen dir Ehre:*

*Die Arme hängen lassen und die Tücher nur ganz leicht schwenken  
Freue, freue dich, o Christenheit!*

*Die Arme nach oben strecken und mit den Tüchern schwenken*

## Liederrätsel

### Wie heißen die Liedtitel richtig?

**Verdammt, Verdammt, das Häuslein brennt**  
(Advent, Advent, ein Lichtlein brennt)

**Jede Woche wieder**  
(Alle Jahre wieder)

**Im Kellerraum die Lampen brennen**  
(Am Weihnachtsbaum die Lichter brennen)

**Der Maibaum ist der schönste Baum**  
(Der Christbaum ist der schönste Baum)

**Es ist ein Lied gesungen**  
(Es ist ein Ros entsprungen)

**Es ist für uns eine Zeitung gekommen**  
(Es ist für uns eine Zeit angekommen)

**Es kommt ein Boot, beladen**  
(Es kommt ein Schiff, geladen)

**Ich lieg auf dieser Kippe hier**  
(Ich steh an deiner Krippen hier)

**Ihr Rinderlein, gehet**  
(Ihr Kinderlein, kommet)

**In der Osterleckerei**  
(In der Weihnachtsbäckerei)



**Bimm, Glocke, Bimmelimmelm**  
(Kling, Glöckchen, klingelingeling)

**Gehet, ihr Hirten**  
(Kommet, ihr Hirten)

**Lasst uns frei und rege sein**  
(Lasst uns froh und munter sein)

## *Fantasiereise*

Wir wollen heute eine weihnachtliche Fantasiereise machen. Suche Dir eine Position in der Du Dich wohl fühlst. Suche eine bequeme Position für Deine Arme und für Deine Beine. Atme tief ein und wieder aus. Schließ die Augen und komm mit auf eine kleine Fantasiereise.

– Pause-

Es ist Weihnachten und Du schlenderst durch die schmalen Gassen eines weihnachtlich erleuchteten Dorfes.

– Pause-

In jedem Fenster der kleinen und wunderschönen Fachwerkhäuser leuchten Kerzen. Die Flammen der Kerzen verkünden, dass heute Weihnachten ist. Die Lichter tauchen die Stadt in einen warmen Glanz.

– Pause-

An den altmodischen Laternen der Stadt stehen Weihnachtsbäume. Sie wurden liebevoll mit roten Kugeln und mit Strohsternen geschmückt.

– Pause-

Du atmest tief ein und nimmst die klare kalte Luft in Dich auf. Die Luft bringt Frische in die ansonsten perfekte weihnachtliche Geborgenheit.

– Pause-

Du kommst an einem Haus vorbei, an dem ein Fenster einen Spalt offensteht. Durch den offenen Spalt hörst du festliche Weihnachtsmusik. Die Musik berührt Dich- geht durch Deine Ohren direkt in Dein Herz.

– Pause-

Alles um Dich herum zeigt Dir: Es ist Weihnachten. Du lächelst stumm in Dich hinein. Die weihnachtliche Stimmung durchströmt Dich und gibt Dir ein Gefühl der Wärme, der Liebe und der Geborgenheit.

– Pause-

Du fühlst Weihnachten in jedem Winkel Deines Körpers. Du betrachtest noch einmal die Flammen der Kerzen in den Fenstern. Du bewunderst noch einmal die festlich geschmückten Weihnachtsbäume. Du lauschst noch einmal der festlichen Musik, die durch den Fensterspalt dringt. Die weihnachtliche Fantasiereise ist jetzt zu Ende.

– Pause-

Du atmest tief ein und tief aus. Du fühlst Dich ausgeruht, entspannt und ruhig. Du hast Kraft für den Tag gesammelt. Mach die Augen auf. Du bist wach, aufnahmefähig und erfrischt.

