



Brigitte Spiegler-Lang
Traude Dieterle

Im Wald und auf der Wiese - mit älteren Menschen aktiv und kreativ sein



Veranstaltet von der *bpa* Landesgeschäftsstelle Baden-Württemberg
in der Tagespflege des Haus Sonnenhalde in Engstingen,
am 01. 10. 2004, 9.15 - ca.17.00 Uhr

„Das Auge sieht, das Ohr hört,
die Nase riecht, die Haut fühlt,
die Finger tasten, der Fuß (ver)steht,
die Hand (be)greift, das Gehirn denkt,
die Lunge atmet, das Blut pulst,
der Körper schwingt.

Die Wahrnehmung der Gesetze
der eigenen Natur befähigt den Menschen,
in den Erscheinungen der äußeren Natur
die gleiche Gesetzlichkeit wahrzunehmen
als auch zu wahren.“

Hugo Kükelhaus



NaturErleben / Natur- und Erlebnispädagogik für Senioren - was ist das?

Naturpädagogik will die Liebe zur Natur, die Achtung vor der Schöpfung, die Freude an der Mitwelt wecken. Über alle Sinne will sie den Zugang schaffen, Zusammenhänge erfahr- und verstehbar machen:

Herz + Hand + Kopf machen den ganzen Menschen aus.

Fühlen mit Händen, Füßen, dem ganzen Körper, sehen, hören, riechen und schmecken:

Mit allen Sinnen wird „gearbeitet“!

Dadurch wird **Interesse angeregt**, wir **forschen und entdecken**. Bei älteren Menschen kommen zusätzlich **Erinnerungen** hoch: oft kommt Überraschendes zur Sprache. Wir **spielen** zusammen - das machen alle Altersgruppen gern. Und natürlich kommt die **Kreativität** nicht zu kurz: Wir gestalten, schaffen „Kunstwerke“.

Gedichte, Geschichten, Märchen, Lieder und meditative Elemente ergänzen die Unternehmungen. Durch das gemeinsame Tun in und mit der Natur werden neue Erfahrungen ermöglicht; Beziehungen zwischen Menschen und zwischen Mensch und Natur können gestärkt und neu geknüpft werden.

Erlebnispädagogik für Senioren möchte über das Arbeiten mit ästhetischen Materialien, bildnerisch-gestalterischen und musisch-bewegenden Elementen, den dabei entstehenden Empfindungen und Erlebensprozessen die Wahrnehmung für die eigene Natur und die der äußeren Natur „spürbar“ machen.

Sie möchte die „**vorhandenen Ressourcen eines Menschen aufgreifen, aktivieren und dessen Fähigkeiten und Neigungen fördern**“, bei älteren Menschen auch erhalten.

Wir Gestalten, malen, drucken, mit Farbe, Naturmaterialien, Sand, Erde, Ton,
Der Phantasie und Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Als Ergänzung zum Naturerlebnis mit allen Sinnen werden „Kunstwerke“ aus gesammelten Naturmaterialien geschaffen. **Etwas Neues bzw. etwas Anderes entsteht aus Altbekanntem:** das führt zum **Staunen**, zur **Begeisterung**, zu **Impulsen** und **neuen Ideen**; etwas kommt in Bewegung. Im gemeinsamen Tun werden Gedanken, Gefühle, Erlebnisse und Erinnerungen ausgetauscht. Es kommt zur Kommunikation des Menschen mit sich selbst und mit anderen.



Kreativ sein bedeutet:

Kreativität
(lat. *creare*:
erschaffen)

Spontan, lebendig sein
Ideen, Einfälle haben
Mut haben zur Erfindung
Authentisch, sensitiv sein
Flexibel, originell sein
Vorstellungsvermögen, Einbildungskraft haben
Neugierig sein
Mit Lust und Freude dabei sein
Sinnvolle Ideen auch gegen gesellschaftl. Widerstand
verwirklichen

Die Seminar-Leiterinnen und ihre Motivation:

Brigitte Spiegler-Lang

Dipl. Geologin, Naturpädagogin, AlbGuide

Meine Freude am Erleben der Natur mit allen Sinnen möchte ich weitergeben an andere Menschen. Nicht nur Kinder und Familien sind gerne draußen aktiv!

Wie Sie ältere Menschen mit Elementen aus der Naturpädagogik nach ihren Bedürfnissen und Möglichkeiten ansprechen und fördern und dabei selbst die Abwechslung genießen können, möchte ich Ihnen zeigen.

Traude Dieterle

Bauzeichnerin, Kreativpädagogin/Kunsttherapeutin, Erlebnispädagogik

Ich arbeite gerne kreativ-künstlerisch mit verschiedenen Materialien und Medien. Das Malen und Gestalten sowie bewegende und entspannende Elemente werden in meinen Kursangeboten mit Erwachsenen und Senioren zum persönlichen Erlebnis!

Wie sie selbst ihre kreativ-schöpferischen Fähigkeiten und die von älteren Menschen aktivieren, Kraftquellen und Lebensfreude finden, möchte ich ihnen gerne anhand der Erlebnispädagogik für Senioren weitergeben.

Ziele unserer Arbeit mit Senioren - im Zentrum steht der ältere Mensch und seine Möglichkeiten!

Unsere kreativen Unternehmungen in und mit der Natur

- fördern das **Erinnern** durch das Benennen von Naturmaterialien und Sinneserfahrungen in der Natur.
- fördern den **Zugang zu verloren geglaubten Fähigkeiten**
- bringen Gefühlserlebnisse und Eindrücke und **wecken** damit alte **Emotionen**
- **aktivieren** körperliche und geistige Beweglichkeit durch andere Umgebung: Bodenbeschaffenheit, Sonne und Luft, verschiedenste Naturmaterialien
- regen durch verschiedene natürliche ästhetische Materialien unterschiedliche **Hirndurchblutungsmuster** an, können die Hirnzellenaktivität steigern und durch visuelle, motorische und taktile Stimulationen **neue Verschaltungen im Gehirn** anregen.

Der Ablauf unseres Seminartages:

Auf spielerische Weise wollen wir mit älteren Menschen in und mit der Natur aktiv und kreativ sein. Erfahrungen und Erlebnisse in der Natur mit neuen Ideen verknüpfen.

Dazu sind wir morgens mit einer Seniorengruppe vom Haus Sonnenhalde und der Tagespflege mit allen Sinnen in der Natur unterwegs und nachmittags gestalterisch mit Naturmaterialien tätig.

Dazwischen und am Ende besprechen wir die Möglichkeiten und Durchführung von Veranstaltungen: Themen, Ort, Planung und was Sie noch so an Fragen haben.

Tagesablauf:

- 9.15 h Begrüßung, Kennenlernen,
kurze Vorstellung des Programms
in der Tagespflege des SHS Engstingen
- 10.00 h Abfahrt mit Senioren in nahegelegenen Wald in Engstingen
Sinneserfahrung im Freien
- 11.30 h Rückfahrt zur Tagespflege
- 12.00 h gemeinsames Mittagessen im Bistro Pustebume, neben der Tagespflege
- 13.00 h Theoretischer Teil zum Thema Natur- und Erlebnispädagogik
Möglichkeit der Senioren zum Ausruhen
in der Tagespflege des SHS
- 14.00 h Gestaltung mit Naturmaterialien
in der Tagespflege des SHS
- 15.30 h Reflexion und Abschluß
- 16.00 h Ende

Mitzubringen sind: warme Kleidung, evtl. Regenbekleidung

Bei sehr schlechtem Wetter findet die Sinneserfahrung morgens in den Räumen der Tagespflege statt.