**Idee für die Seniorenarbeit im April 2017**

Das wechselhafte Wetter, das dem April nachgesagt wird, hat mich dazu angeregt, etwas zu den Wechseln in unserem Leben auszudenken. Umbrüche, die es in jedem Leben gibt und die uns manchmal zu schaffen machen, manchmal aber auch zu neuen Horizonten aufbrechen lassen.

**Wörter suchen**

Lassen Sie möglichst viele Wörter zusammentragen, die mit Wechsel beginnen. So könnte die Liste aussehen:

* Wechselstube
* Wechselbäder
* Wechselgeld
* Wechselstelle
* Wechselseite
* Wechselkurs
* Wechseljahre
* Wechselschaltung

Nun kommt der Wechsel am Schluss:

* Wildwechsel
* Geldwechsel
* Wetterwechsel
* Seitenwechsel

Weitere werden Sie selbst oder Ihre Gruppe finden.

**Gegenteil**

Nennen Sie den jeweils fett gedruckten Begriff und fordern Sie dazu auf, das Gegenteil zu benennen. Bei einigen Begriffen sind mehrere Möglichkeiten richtig.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Begriff** | **Gegenteil** | **Begriff** | **Gegenteil** |
| **groß** | klein | **hoch** | tief |
| **schnell** | langsam | **gut** | böse |
| **weich** | hart | **dick** | dünn |
| **leicht** | schwer | **kurz** | lang |
| **breit** | schmal | **laut** | leise |
| **sparsam** | Verschwende-risch | **alt** | neu |
| **spitz** | stumpf | **stark** | schwach |
| **offen** | geschlossen | **bunt** | einfarbig |
| **fromm** | heidnisch | **nass** | trocken |
| **warm** | kalt | **weiss** | schwarz |
| **schön** | häßlich | **hell** | dunkel |
| **sauber** | schmutzig | **billig** | teuer |
| **trüb** | klar | **süß** | sauer |
| **flüssig** | fest | **berühmt** | unbekannt |
| **vertraut** | fremd | **rauh** | glatt |
| **weich** | hart | **spannend** | langweilig |
| **sakral** | profan | **mager** | fett |

**Weitere Spielidee mit diesen Begriffen**

Sie können mit diesen Begriffen noch ein weiteres Angebot machen. Schneiden Sie dazu die Kärtchen aus, auf denen die Begriffe stehen. Sie liegen mit der Schriftseite nach unten auf dem Tisch. Ein Teilnehmer zieht einen Begriff und liest ihn vor. Nun trägt die Gruppe zusammen, was alles so ist, was ist also zum Beispiel alles hart?

Das Brot, das Leben, der Winter, das Los, das Herz …

Was ist alles spannend?

Ein Krimi, ein Buch, eine Frage …

Was ist alles kurz?

Ein Ärmel, ein Urlaubstag, eine Hose …

Dabei entstehen sicherlich auch Gespräche, denen Sie viel Raum geben sollten.

**Umbrüche im Leben**

**Fragen Sie die Gruppe oder Ihr einzelnes Gegenüber danach, wie man diese Umbrüche erlebt hat:**

* Vom Kind zum Jugendlichen
* Vom Jugendlichen zum Erwachsenen
* Vom Single zum Verheirateten
* Vom Berufstätigen zum Rentner
* Vom Paar zur Familie mit Kindern
* Vom Lehrling zum Gesellen
* Währungsreform 1948
* Ende des 2. Weltkrieges
* Beim Auszug der Kinder
* Bei einer ernsthaften Krankheit
* Bei den ersten Abschieden von lieben Menschen

Überlegen Sie gut, welche Fragen Sie Ihrer Gruppe zumuten können, denn es sind ja einige dabei, die auch an schwere Erlebnisse erinnern. Planen Sie genügend Zeit zum Gespräch ein.

Rita Kusch