

Aus der Praxis – für die Praxis

## Aktivitätenlexikon | Ä

## Ä wie »Mensch ärgere dich nicht«



(sg) In der *Birkacher Kaffeerunde* steht auf dem Tisch, in unserer Mitte, ein großes ›Mensch-ärgere-dich-nicht-Spiel. «Wollen Sie jetzt mit uns allen spielen», bemerkt ein Herr mit einem Augenzwinkern. Wir erinnern uns alle an viele und lange Familienrunden mit dem bekannten Gesellschaftsspiel. Jede Familie hatte/hat ihre eigenen Regeln. »Das Raus-schmeißen hat mir am besten gefallen«, erzählt eine



Dame mit einem breiten Grinsen auf dem Gesicht. Jeder Gast kann zu diesem Spiel eine Anekdote erzählen. In unserer Runde unterhalten wir uns nun angeregt über

Ärgern. »Also, ich habe früher immer meine kleine Schwester geärgert, weil sie mit Puppen spielte, und ich hab's überall rumerzählt«, berichtet ein Gast.

»Dann hat sie mich angeschrien und wollte mir eine Backpfeife verpassen – aber ich war stärker!«

Ein Gast erzählt, dass er sich am meisten über sich selbst ärgert und dann natürlich über seine Frau. Wir amüsieren uns köstlich.

Andere Gäste ärgern sich über Leute, die nicht pünktlich sind, über verfärbte Wäsche, angebrannte Milch, »doofe Autofahrer«, das Wetter und vieles mehr. Aber eigentlich sind wir ja alle furchtbar nett und entspannt in unserer Runde und ärgern uns selten.

»Aber«, wirft eine Dame ein, »man muss seinem Ärger auch mal Luft machen.« »Und wie machen Sie das?«, fragen wir. »Ich sage einfach ›du Dubbel‹ oder ›du Depp‹.« »Ich sage immer ›Papperlapapp‹«, ruft eine Dame dazwischen. Ein Herr, der in Bayern aufgewachsen ist, sagt immer ›Kruzifix‹. »Ich sage manchmal ›Sch...‹, aber mein Mann hat dann immer mit mir geschimpft«, erzählt eine Dame. »Er wollte dieses Wort aus meinem süßen Göschle net hören.«

Wenn wir ärgerlich sind, benutzen wir offensichtlich fast alle Schimpfwörter. Da wir in einer bekannten Umgebung sind und wir uns alle gut kennen, sammeln wir sehr spontan

unsere privaten Ausdrücke. Von ›Seggel‹, der ›dummen Kuh‹, dem ›Dubbel‹, ›Simpel‹ bis zum ›Doofmann‹, und natürlich dem ›Arschl...‹ ist alles dabei, und wir lachen über uns selbst. Der meist benutzte Ausdruck war aber ›Leck mich am Arsch‹. Eigentlich nicht sehr fein, aber wir beruhigen uns damit, dass es sich dabei schließlich um ein berühmtes Zitat unseres Dichterstürzen *Johann Wolfgang von Goethe* aus dem Drama *Götz von Berlichingen* handelt. Wir schimpfen also auf hohem Niveau...

»Ich ärgere mich jetzt grün und blau, wenn ich jetzt nicht bald etwas zu essen und zu trinken bekomme, ich habe Hunger«, wirft eine Dame mit einem ungeduldigen Gesichtsausdruck ein. Bevor wir alle Ärger bekommen, gehen wir schnell zum Kaffeetisch und lassen uns den Zwetschkuchen schmecken.

Während der Kaffeerunde fallen uns noch Redewendungen zu ›Ärger‹ ein: Man kann sich maßlos ärgern oder sich schwarzärgern.

Und natürlich hat auch *Wilhelm Busch* – wie zu nahezu jedem Thema – auch hier kluge Wort hinterlassen, als er schrieb:

»Bemüh dich nur und sei recht froh,  
der Ärger, der kommt sowieso.«

Plötzlich ruft ein Herr: »Man muss doch nicht gleich in die Luft gehen....« Natürlich fällt uns allen sofort das HB-Männchen ein und mit ihm kleine Geschichten rund um das Rauchen und Nichtraucher, die alle von uns irgendwann erlebt haben.

Den Rest des Nachmittags verbringen wir mit vergnüglichen und schönen Aktivitäten, damit keiner verärgert nach Hause geht!



Einfache Rezepte  
für Menschen mit Demenz

## Quiche mit Äpfeln

für vier Personen



Apfel: © pixabay.com  
vedatzorluer



### Man braucht

- Rührschüssel | Quiche-Backform
- Pfanne | Pfannenwender
- Messer | Schneidebrett
- Löffel | eventuell Küchenuhr



### Zutaten

- 1 Packung Blätterteig
- 3 Äpfel | 2 Lauchzwiebeln
- 250 g Creme fraiche
- 150 g Speckwürfel | Salz | Pfeffer
- Knoblauch (nach Belieben) | Öl



### Schritt 1

- Äpfel schälen, Kerngehäuse ausschneiden und in kleine Stücke schneiden
- Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden



### Schritt 2

- Speckwürfel, Lauchringe und Apfelstückchen in einer Pfanne mit Öl leicht braun anbraten



### Schritt 3

- Backofen auf 200 Grad vorheizen
- Quicheform mit dem Blätterteig inklusive Backpapier auslegen



### Schritt 4

- Den abgekühlten Apfel-Lauch-Mix mit Salz und Pfeffer würzen
- Mit Creme fraiche gut verrühren



### Schritt 5

- Die Mischung in die mit Teig ausgelegte Backform füllen und glattstreichen



### Schritt 6

- Im Backofen bei 200 Grad (Ober-/ Unterhitze) ca. 35 bis 40 Minuten backen



### Schritt 7

- Die fertige Quiche in Kuchenstücke aufschneiden und heiß servieren
- Dazu passt ein grüner Salat

Alle Rezeptfotos: © AGBW | Saskia Payot

**Guten Appetit!**

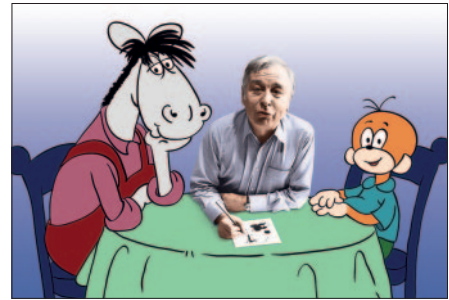
## Anregungen/Stichworte zur Aktivierung mit dem Buchstaben **Ä**

### Äcker Äckerle

Hatten Sie Landwirtschaft oder waren Sie in Gegenden, wo es viele Äcker gibt? Wie wurden die Äcker bestellt? Erzeugnisse der Äcker: Gemüse, Getreide. Viehzucht. Maschinen wie Mähdrescher, Traktor ...

### Äffle und Pferdele

Schwäbische Zeichentrickfiguren mit Kultcharakter, 1959 entwickelt vom Stuttgarter Filmproduzenten Armin Lang (zusammen mit Werner Klein und Volker Lang) als TV-Werbefiguren mit Sprüchen und Lieder, zum Beispiel dem »Bananen-Hafer-Blues« ...



© commons.wikimedia.org  
Lang-film | 4.0 international

### Ägäis

Wundervoll blaues (Neben-)Meer im Mittelmeer zwischen Griechenland und der Türkei, mit vielen bekannten Inseln: Kreta, Rhodos, Santorin. Griechenland: Oliven und Schafskäse probieren, Sirtaki tanzen, Wärme, Badeurlaub, griechische Götter ...

### Ägypten

Waren Sie schon im Land der Pharaonen? Ramses, Kleopatra, Tutanchamun. Pyramiden von Gizeh, Flussreise auf dem Nil, Luxor, Tal der Könige, Tempel von Abu Simbel. Hitze, Pfefferminztee trinken. Rotes Meer: Tauchen (bunte Fische, Korallen) ...



© commons.wikimedia.org  
Ricardo Liberato | 2.0

### Ähnlichkeit

Wem sehen und/oder sind Sie ähnlich: Ihrer Mutter oder Ihrem Vater? Geschichten aus der Familie, Bilder anschauen. Sprichwort: »Das sieht dir ähnlich« ...



### Ähre

Fruchtstand bei den meisten Getreidesorten: Roggen, Weizen, Dinkel, Hafer. Mühle: Herstellung von Mehl. Brotbäcker besuchen ...

sorten: Roggen, Weizen, Dinkel, Hafer. sorten, Brotbacken und -probieren.

### Älteste/r

Wer war in Ihrer Familie oder im Freundeskreis der/die Älteste? Was bedeutete das? Große Verantwortung in der Familie: Hilfe in Haus und Garten, Aufpassen auf kleinere Geschwister ...

### Ämter

Welche Ämter fallen Ihnen ein? Finanz-, Einwohnermelde-, Jugend-, Ordnungs-, Standes-, Passamt. Urkunden, Personalausweis, Führerschein, viele Formulare. Rathaus, Beamt\*innen ...

### Äpfel

Welche Apfelsorten kennen Sie? Gravensteiner, Goldparmäne, Boskop, Granny Smith, Gewürzluke. Apfelsaft pressen, Apfelringe trocknen, Apfelkompott kochen. Gerichte mit Äpfeln: Bratapfel, Apfelkuchen. Apfelreibe: früher für kleine Kinder, wenn diese Durchfall hatten. Gedicht *In einem kleinen Apfel* ...





Einfache Rezepte  
für Menschen mit Demenz

## Tiramisu mit Äpfeln

für vier Personen



### Man braucht

- Auflaufform
- Schüssel
- Löffel



### Zutaten

- 15 Löffelbiskuits | 500 g Quark
- Apfelsaft | 1 Glas Apfelmus
- Zucker und Zimt



### Schritt 1

- Die Auflaufform mit Löffelbiskuits auslegen und mit Apfelsaft beträufeln



### Schritt 2

- Apfelmus auf den Löffelbiskuits verteilen
- Quark darüber geben und glatt streichen



### Schritt 3

- Zucker und Zimt mischen, darüber streuen und kaltstellen.
- Portionsweise in Schälchen zum Nachtisch servieren

- **Tipp:** Wer Lust und Zeit hat, kann anstelle von fertigem Apfelmus vier bis fünf Äpfel schälen, kleinschneiden, ein Apfelkompott kochen und auf die Löffelbiskuits verteilen.

**Guten Appetit!**



## Sprichwörter und Redewendungen mit Ä

Auf der Suche nach Sprichwörtern mit **Ä** fanden wir kein einziges auf Hochdeutsch! Doch zum Glück wird ja in unserem Schwäbischen vom **Ä** reichlich Gebrauch gemacht:

- *A guade Sau frisst ällas.* (Eine gute Sau frisst alles)
- *Abbr wer emmr quad ond frisch kochd, lebt onder Omschdänd längr ond ko längr vrdiena – ond meh vverba.* (Aber wer immer gut und frisch kocht, lebt unter Umständen länger und kann länger verdienen – und mehr vererben.)
- *A Kaddz mit Hendschich fängd koine Mäus.* (Eine Katze mit Handschuhen fängt keine Mäuse.)
- *Ällas hodd sei Sach.* (Alles hat seine Besonderheiten.)
- *A guads Gwissa kommd bloß vom a schlechda Gedächdnis.* (Ein gutes Gewissen kommt nur von einem schlechten Gedächtnis.)
- *Äll Dag gibt's äbbas Neus, abbr selda äbbas Guads.* (Jeden Tag gibt es etwas Neues, aber selten etwas Gutes.)
- *Ällas hodd seine zwoi Seida.* (Alles hat seine zwei Seiten.)
- *Ällas isch reladiv.* (Alles ist relativ.)
- *Ällas vrgohd, bloß dr Durschd bleibd.* (Alles vergeht, nur der Durst bleibt.)
- *Ällas wissa isch besser als ällas han.* (Alles wissen ist besser als alles haben.)