



# **Erinnerungspflege | Verwendungsempfehlung**

Nach einem **tirol kliniken** Fotowettbewerb im Jahr 2019 zu den Themen Natur, Architektur und Brauchtum entstand die Idee, Fotos zur "Erinnerungspflege" für Menschen mit Demenz zu verwenden.

Die Bilder dienen dem persönlichen Austausch von Erinnerungen und sind für eine 10-Minuten-Aktivierung geeignet. Mitarbeiter:innen der Pflege, MTD-Berufe, Ehrenamtliche & Angehörige können damit arbeiten und eigene Gedanken einbringen. Die Gespräche können als Biographiearbeit genutzt werden, identitäts-stärkend wirken, oder Menschen aus der Unruhe abholen. Auf der Rückseite sind Impulsfragen zu finden. Die mit JA oder NEIN zu beantwortenden Fragen sollen Erfolgserlebnisse der Patient:innen sichern. Sollte die Frage mit JA beantwortet werden, fragen Sie gerne weiter und wecken Sie positive Erinnerungen.

Viel Freude beim Pflegen der Erinnerungen!





# **Erinnerungspflege | Verwendungsempfehlung**

### **Idee & Gestaltung:**

Memory Nurses der **tirol kliniken** | Initiative Demenz braucht Kompetenz

### **Copyright:**

Tirol Kliniken GmbH, 2021

Kostenlose Verwendung bei einer nicht-kommerziellen Nutzung in Gesundheitsund Pflegeeinrichtungen bzw. für den privaten Gebrauch.

#### **Quellen-Hinweis:**

Einzelne der auf den Karten zur Erinnerungspflege befindlichen Informationen wurden im Online-Portal Wikipedia recherchiert und basierend auf den dort verfügbaren Inhalten eigenständig verfasst.







### **Schloss Ambras**

Das Schloss Ambras liegt ungefähr 100 Meter höher und südlich der Tiroler Landeshauptstadt Innsbruck. Erzherzog Ferdinand II ließ die mittelalterliche Burg Ambras zum Wohnschloss im Stil der Renaissance ausbauen.

Auch heute noch kann man den Spanischen Saal, die Wohnräume im Hochschloss, die Kunst- und Wunderkammer, sowie Rüstkammern im Unterschloss besuchen. Der weitläufige Schlosspark lädt zum Spazieren und Verweilen ein.

- » Haben Sie das Schloss Ambras schon einmal besucht?
- » Hat es Ihnen dort gefallen?
- » Sind Ihnen die Pfaue im Schlosspark aufgefallen?







### **Steinbock**

Der Steinbock ist das Symbol des Hochgebirges. Er lebt zwischen der Wald- und Eisgrenze und steigt bis in Höhen von 3500 m auf. Alpensteinböcke haben ein imposantes, gebogenes Gehörn, während die Geiß nur kurze, wenig gebogene Hörner hat. Die Böcke erkennt man auch an ihrem Ziegenbart. Früher galten Steinböcke als wandelnde Apotheke und wurden stark gejagt. Die gemahlenen Hörner sollten gegen Krämpfe helfen, das Blut gegen Blasensteine.

- » Haben Sie schon einmal einen Steinbock in freier Wildbahn gesehen?
- » Wussten Sie, dass der Steinbock früher als "wandelnde Apotheke" angesehen wurde?
- » Gibt es eine/n Jäger/in in Ihrer Familie?







### Winterlandschaft

Die Winter waren früher sehr hart. Lange Strecken mussten oft bei klirrender Kälte zu Fuß zurückgelegt werden. Es war kälter und es gab deutlich größere Schneemengen. Filz, Leder und Loden waren verfügbar, um in Heimarbeit wärmende Bekleidung herzustellen.

Bereits um 1950 entwickelte sich in Tirol der erste Wintertourismus: Skifahren wurde zum Massensport. 1964 und 1976 fanden die Olympischen Winterspiele in Innsbruck statt.

- » Gibt es ein "Lieblingskleidungsstück", das Sie im Winter warm hält?
- » Können Sie Ski fahren?
- » Haben Sie die Olympischen Spiele in Innsbruck mitverfolgt?







#### Wiltener Basilika

Die Wiltener Basilika ist eine römisch-katholische Kirche und liegt im Innsbrucker Stadtteil Wilten. Wilten ist einer der ältesten Stadtteile Innsbrucks. Funde unter der Kirche sind bis ins fünfte Jahrhundert datiert.

Die Wiltener Basilika ist auch heute noch eine vielbesuchte Wallfahrtskirche und gilt als eine der schönsten Rokoko-Kirchen. Zudem haben dort auch die berühmten Wiltener Sängerknaben ihren Sitz.

- » Haben Sie die Wiltener Basilika schon einmal besucht?
- » Ist Ihnen der Glaube sehr wichtig?
- » Haben Sie das schöne Glockenläuten der Basilika schon einmal gehört?







# **Landeshauptstadt Innsbruck**

Die Alpenstadt Innsbruck ist die Landeshauptstadt von Tirol. Innsbruck wurde schon vor langer Zeit besiedelt - bis in die Jungsteinzeit lassen sich Spuren zurückverfolgen. Die Stadt ist in 19 Stadtteile gegliedert.

Innsbruck ist eine Mischung aus alten Kaiserzeiten, moderner Architektur und alpiner Lebensfreude. Die bekanntesten Sehenswürdigkeiten sind das Goldene Dachl, die Kaiserliche Hofburg, das Tiroler Landesmuseum, das Tiroler Landestheater, die Innsbrucker Schwarzmander-Kirche und der Alpenzoo.

- » Haben Sie Innsbruck schon einmal besucht?
- » Kennen Sie die Sehenswürdigkeiten in Innsbruck?
- » Sind Ihnen Stadtteile in Innsbruck bekannt?







# Alpenrose | Almrose

Die rostblättrige Alpenrose wächst als stark verzweigter, immergrüner Strauch in Höhenlagen von 500 bis 2800 Metern. Als Standort bevorzugt sie meist frische, bodensaure Nadelwälder, lichte Gebüsche, Zwergstrauchheiden und Krummholzgebüsche.

Die Blütezeit reicht von Mai bis Juli und erfreut die Menschen mit wunderbaren Blüten. Die extrem leichten Samen werden vom Wind verbreitet.

- » Mögen Sie Alpenrosen?
- » Wurden Ihnen schon einmal Alpenrosen geschenkt?
- » Kennen Sie ein Plätzchen wo Alpenrosen wachsen?







#### **Fasnacht**

Die Tiroler Fasnacht zieht ganze Dörfer in ihren Bann. Das Leitthema, der Kampf des Frühlings gegen den Winter, und die Figuren und Masken haben lange Traditionen: Sie stehen für Sonnenkult und Fruchtbarkeitszauber, das Vertreiben böser Kräfte und die Beschwörung der Lebensgeister. Die Aufführungen sind ein besonderes Erlebnis. Zu den bekanntesten in Tirol zählen: Imster Schemenlaufen, Nassereither Schemenlaufen, Telfer Schleicherlaufen, Muller & Matschgerer rund um Innsbruck und Hall, Fisser Blochziehen und das Axamer Wampelerreiten.

- » Gibt es in Ihrer Umgebung einen Fasnachtsbrauch?
- » Mögen Sie die Fasnachtszeit?
- » Haben Sie selbst an einer Fasnacht mitgewirkt?







## Bootsanlegestelle

Die ruhenden Boote sind von ruhigem Gewässer umgeben, befestigt an einem hölzernen Bootssteg. Dieses Bild kann viele unterschiedliche Stimmungen und Erinnerungen hervorbringen. Zum Beispiel: ein Bootsausflug auf einem schönen See, ein Familienausflug, Urlaubserinnerungen oder so manch erlebter Angelmoment.

Die bekanntesten Gewässer in Tirol sind der Inn und der Achensee.

- » Kennen Sie Flüsse und Seen, die für eine Bootsfahrt oder auch zum Fischen geeignet sind?
- » Haben Sie schon einmal Urlaub an einem See/Fluss gemacht?
- » Kommen Ihnen bekannte Seemannslieder in den Sinn?







# Fliegenpilz

Der Fliegenpilz ist ein giftiger Pilz und kommt in Mitteleuropa vor. Er wächst unter Fichten und Birken, selten unter anderen Bäumen. Der Hut des Fliegenpilzes ist ca. 18 cm breit und leuchtend rot mit weißen Tupfen. Die Lamellen auf der Unterseite sind weiß. Der Stiel ist ca. 20 cm lang, sieht aus wie eine Knolle und ist ebenfalls weiß. Neben dem Hufeisen und dem vierblättrigen Kleeblatt gehört der Fliegenpilz zu den beliebtesten Glückssymbolen und wird oft auf Glücksbringern oder Glückskarten angebracht.

- » Kennen Sie den Fliegenpilz?
- » Haben Sie einen Fliegenpilz in der Natur gesehen?
- » Bringt ein Fliegenpilz Glück?







# **Gipfelkreuz**

Ein Gipfelkreuz ist ein Kreuz auf dem Gipfel eines Berges oder Hügels, das als Gipfelmarkierung und religiöses Symbol dient. Häufig findet sich an Gipfelkreuzen ein Behältnis oder eine wetterfeste Hülle mit einem Gipfelbuch. Gipfelkreuze sind etwa zwei bis vier Meter hoch und meistens aus Holz oder Metall gefertigt. Sie sind überwiegend in katholisch geprägten Regionen der Alpen, vor allem in Österreich, der Schweiz und Bayern, aber auch in Amerika, zu finden.

- » Gehen Sie gerne auf die Berge?
- » Haben Sie ein Lieblingsgipfelkreuz?
- » Kennen Sie den Brauch des "Gipfelschnapserls?"







# Handwerkszeug

Viele Höfe stellen ihr altes Handwerkszeug und Gerätschaften noch heute stolz zur Schau. Diese werden oftmals dekorativ an der Hauswand angebracht oder vor dem Haus aufgestellt.

Die Gerätschaften können von unterschiedlichsten Berufsgruppen stammen: Schmiede, Weberei, Schusterei, Bäckerei, Bauernschaft etc.

- » Können Sie Gerätschaften auf dem Foto erkennen?
- » Haben Sie schon einmal mit einem dieser Geräte gearbeitet?
- » Gibt es Handwerksberufe in Ihrer Familie?







# Heidelbeeren | Moosbeeren | Schwarzbeeren

Die Heidelbeere (auch Moosbeere oder Schwarzbeere) wächst als 10-60 cm hoher holziger Zwergstrauch. Er wird bis zu 30 Jahre alt und wurzelt bis zu einem Meter in die Tiefe. Von Juli bis September tragen die Pflanzen schwarzblaue Früchte, die Zähne und Zunge blau färben. Im Spätsommer verfärbt sich das Laub tiefrot. Die Triebe der Heidelbeere sind im Winter eine wichtige Futterquelle für das Wild. Ihre Früchte werden z.B. vom Auerhuhn und dem Fuchs geschätzt. Die Raupen zahlreicher Falterarten nutzen die Heidelbeere als Futterpflanze.

- » Kennen Sie köstliche Moosbeerrezepte?
- » Wissen Sie was ein Schwarzbeerkamm bzw. Riffl ist?
- » Haben Sie schon einmal Moosbeeren gesammelt?









# Herzensangelegenheiten

Jeder Mensch hat bestimmte Dinge, Traditionen und Menschen, die einem am Herzen liegen und besonders wichtig sind. Manchmal tut es gut, über Herzensangelegenheiten zu sprechen.

- » Gibt es Dinge, Traditionen oder Menschen, die Ihnen besonders wichtig sind?
- » Kennen Sie ein besonders schönes Liebeslied oder Liebesgedicht?
- » Durften Sie die "große Liebe" schon einmal erleben?







### **Bauernhaus mit Traktor**

Je nach Region, Tradition, Brauchtum und Nutzungsform sehen Tiroler Bauernhöfe sehr unterschiedlich aus. Doch eines haben sie gemeinsam: Das Leben war früher von harter körperlicher Arbeit geprägt. Bei der Arbeit auf den Äckern und Feldern halfen häufig Zugtiere (Pferde und Ochsen). Um 1900 wurde der Traktor erfunden, der das Leben der Landwirte um einiges erleichterte. In den 1950er Jahren gab es so viele Zulassungen und verschiedene Traktormarken wie nie mehr danach. Mercedes-Benz entwickelte einen der ersten Traktoren mit Dieselmotor.

- » Besitzt jemand aus Ihrer Familie einen Bauernhof?
- » Kennen Sie verschiedene Traktormarken?
- » Kennen Sie Redensarten und Sprichwörter aus der bäuerlichen Welt?







# Höttinger Bild

Das Höttinger Bild ist eine Wallfahrtskapelle für StudentInnen oberhalb von Innsbruck. Laut Erzählungen befestigte ein Student im Jahr 1675 ein Muttergottesbild an einem Baum im Wald oberhalb Innsbrucks, um für gelingende Prüfungen zu bitten. Als er erhört wurde, pilgerten auch andere StudentInnen dorthin. 1705 wurde eine erste Holzkapelle errichtet. Seit damals bis heute wandern StudentInnen zum Höttinger Bild und bitten um gute Noten.

- » Haben Sie das Höttinger Bild schon einmal besucht?
- » Haben Sie auch schon einmal für gute Noten gebetet?
- » Kennen Sie andere Wallfahrtsorte?







### Hund

Seit tausenden Jahren sind Hunde für Menschen treue Helfer und Begleiter. Nicht nur bei Spaziergängen leisten sie Gesellschaft. Früher wurden Hunde oftmals für Arbeiten gehalten: Die Hütehunde (Treiberhunde) hüteten das Vieh, der Hofhund bewachte das Haus und seine BewohnerInnen, größere und stärkere Hunde zogen sogar Lasten. In nordischen Kulturkreisen wurden Hunde vor Schlitten gespannt. Damals wie heute sind Hunde bei der Jagd eine wichtige Unterstützung. Kindern ist der Hund ein treuer Spielgefährte.

- » Hatten/Haben Sie selber einen Hund?
- » Haben Sie Angst vor Hunden?
- Es gibt Hunde, die k\u00f6nnen kleine Kunstst\u00fccke wie die Pfote geben. Kannten/Kennen Sie so einen Hund?







## Innpromenade

An einem lauen Sommerabend lädt die Innsbrucker Innpromenade bei einem schönen Sonnenuntergang zum Flanieren ein. Die Innpromenade ist bei allen Altersgruppen sehr beliebt. Ob für einen gemütlichen Spaziergang, eine Sporteinheit oder ein geselliges Treffen mit Freunden und Bekannten.

- » Kennen Sie die Innpromenade in Innsbruck?
- » Sind Sie schon einmal an der Innpromenade spazieren gegangen?
- » Gehen Sie gerne an der frischen Luft spazieren?







## Klinikalltag

Manchmal steht ein Klinikaufenthalt an. Für Sie ist dabei wichtig zu wissen, dass Sie sich jederzeit mit Fragen an das betreuende Personal wenden können. Im Krankenhaus finden Untersuchungen und andere Termine statt. Sie werden darüber immer rechtzeitig verständigt.

Fragen Sie auch gerne nach einem Notizblock und schreiben Sie sich Termine oder Fragen auf. Wir alle sind bemüht, den Krankenhausaufenthalt für Sie so angenehm wie möglich zu gestalten.

- » Ist das Ihr erster Krankenhausaufenthalt?
- » Haben Sie Fragen an uns?
- » Kennen Sie schon das neue Auszeit TV?







## Knödelsuppe

Eine traditionelles Gericht im Alpenraum sind Knödel. Sie werden auf verschiedene Arten zubereitet: in Wasser gesotten, in Öl gebacken, oder in einer Pfanne gebraten. Man kann sie kalt oder warm essen. Die Herstellung von Knödeln ist einfach und die Zutaten sind nicht teuer. Aus altbackenen Semmeln kann das Knödelbrot geschnitten werden. Noch ein wenig Mehl, ein Ei, Zwiebel, Salz dazu und der Knödelteig ist fertig. Früher kannte man die "Knödeltage" Dienstag, Donnerstag und Sonntag. Knödel ohne Fleisch waren vor allem in der Fastenzeit eine wichtige Speise.

- » Standen Knödel in Ihrer Familie am Speiseplan?
- » Haben Sie mit Ihrer Familie früher aus einer Pfanne gegessen?
- » Kennen Sie die Knödeltage?







# Kühe | Rinder

Die Haltung von Kühen (Rindern) war und ist für die Tiroler Bevölkerung lebensnotwendig. Aus der Milch werden viele Lebensmittel erzeugt. Von der Milch wird der Rahm abgeschöpft und Butter hergestellt. Wird die Milch erwärmt entsteht Sauermilch. Milch wird auch zu Topfen und Käse verarbeitet. Viel Milch wird an Molkereien (Sennereien) geliefert. Wie in früheren Jahren züchten auch heute einige Landwirte Rinderrassen mit bestimmten Merkmalen. Die schönsten Tiere werden bei Viehausstellungen ausgestellt und zur Zucht verkauft. Besonders schöne Rinder erhalten einen Preis.

- » Können Sie eine Kuh mit der Hand melken?
- » Auf dem Bild ist ein Pinzgauer Rind. Kennen Sie andere Rinderrassen?
- » Trinken Sie gerne Milch?







## Kuhglocke | Kuhschelle

Kuhglocken dienen in der landwirtschaftlichen Nutzung dazu, Herden von Rindern zusammen zu halten. Die Glocke wird vom Leittier um den Hals getragen. Es ist der Brauch, dass älteren Tieren größere Schellen umgehängt werden. Durch die Bewegung der Tiere bimmelt die Glocke, was allen anderen Tieren der Herde Orientierung gibt. In losen Tierverbänden erhalten alle eine Kuhglocke, damit sich Verirrte leichter wiederfinden lassen. Die Lederriemen der Glocken werden oftmals mit aufwändigen Federkielstickereien versehen.

- » Gefällt Ihnen der Klang einer Kuhglocke?
- » Haben Sie schon einmal eine Glockengießerei besucht?
- » Gibt es in Ihrer Familie eigene Kuhglocken?







#### Kürbis

Als Zier- und Volksarzneipflanze wird der Kürbis seit dem 16. Jahrhundert in Europa kultiviert. Es gibt unzählige verschiedene Kürbis-Sorten. Der Kürbis wird meist als Nahrung zubereitet oder dekorativ zur Zierde verwendet. Die Samen werden geröstet gegessen oder zu Öl gepresst (Kürbiskernöl).

Aus dem Kürbis kann man auch Laternen basteln, hier werden diese ausgehöhlt und mit einer Kerze beleuchtet.

- » Mögen Sie Kürbissuppe?
- » Kennen Sie Kürbiskernöl?
- » Haben Sie Kürbis schon einmal im Garten angepflanzt?







## **Heuarbeit am Berg**

Früher wurde auch in steilsten Lagen bis knapp zur Felszone Heu gewonnen. Dort ist der Ertrag zwar gering, doch Bergheu ist gehaltvoll, buchstäblich Kraftnahrung für das Vieh. Gemäht wurde mit einer Sense. Neben einer guten Schneid ist vor allem eine entspannte Körperhaltung besonders wichtig. Man sollte sich nicht zu sehr bücken. Das Heu wurde nach dem Trocknen in kleinen Holzbauten zwischengelagert. Auf der Alm wurde es an das Vieh verfüttert, oder im Winter mit ins Tal gebracht.

- » Haben Sie schon einmal mit einer Sense gemäht?
- » Kennen Sie bäuerliche Familien, die eine Bergmahd gemacht haben?
- » Kennen Sie den Begriff "Fuder" (= eine Ladung Heu)?







### Almhütte am See

Die Almbewirtschaftung entstand durch den jährlichen Auftrieb des Weideviehs (Schafe, Ziegen, Kühe) auf hochgelegene Weideflächen. Almen liegen meist über der Waldgrenze zwischen 1500 und 2100 m. Die Milch wird vor Ort in der Sennerei verarbeitet: Rohmilch wird zu Käse, Butter, Buttermilch, Topfen und Joghurt weiterverarbeitet. Ein hoher Arbeitsaufwand mit oftmals wenig Ertrag. Grüne Bergwiesen voller saftiger Kräuter, das Klingen der Kuhglocken und die Unbeschwertheit unter freiem Himmel lässt jedoch so manche Arbeit einfacher erscheinen. Auch Wanderer genießen diese Stimmung.

- » Kennen Sie Almen in Ihrer Umgebung?
- » Haben Sie selbst Milchprodukte hergestellt?
- » Kennen Sie Blumen und Kräuter, die auf Almen wachsen?







### **Maibaum**

Das Maibaum-Aufstellen ist eine weit verbreitete Tradition in Tirol. Der Maibaum wird in der Nacht zum ersten Mai aufgestellt und bleibt bis Ende Maistehen. Das Maibaumstehlen, Maibaumkraxeln und der Tiroler Bandltanz stehen in enger Verbindung zur Tradition des Maibaums. Meist wird am ersten Mai ein Fest veranstaltet, welches früher symbolisch als Übergang vom Winter- auf das Sommerhalbjahr zu verstehen war.

- » Gibt es bei Ihnen zuhause ein Maifest?
- » Haben Sie schon einmal versucht auf den Maibaum zu kraxeln?
- » Kennen Sie weitere Traditionen rund um den Maibaum?







#### Maiskolben

Maiskolben wurden früher an den Bauernhäusern zum Trocknen aufgehängt bis man in den Wintermonaten Zeit fand, die Körner von den Kolben zu lösen und anschließend zu verschroten. Diese Arbeit wurde ursprünglich händisch verrichtet, später gab es dafür mechanische Geräte, bis diese von elektrischen und später von Mähdreschmaschinen abgelöst wurden. Mais diente vorwiegend als Futter für das Vieh, das Maisstroh auch als Streu.

- » Kennen Sie eine andere Bezeichnung für Maiskolben?
- » Kennen Sie ein Gericht, welches mit Mais oder Maisprodukten zubereitet wird?
- » Kennen Sie Bräuche rund um den Maiskolben?







### Marketenderinnen

Marketenderinnen sind ein fester Bestandteil der Tiroler Traditionsverbände. Sie tragen Tiroler Trachten und sind "die Visitenkarte" des Vereines. Marketenderinnen übernehmen verschiedene Aufgaben, helfen bei Veranstaltungen mit, unterstützen bei organisatorischen Aufgaben oder stellen Blumenschmuck her. Durch den Ausschank des Schnapses aus dem Schnapspanzele sorgen sie für die "Verpflegung" der Vereinsmitglieder. Nicht zuletzt sind die Einnahmen aus dem Schnapsverkauf eine zusätzliche Einnahmequelle für Traditionsvereine.

- » Kennen Sie die Funktion einer Marketenderin?
- » Finden Sie gefallen am Tragen von traditionellen Trachten?
- » Waren/sind Sie selbst Mitglied in einem Traditionsverein?







## "Marterle" | Bildstock

Die Errichtung und die Pflege von Bildstöcken und Marterlen ist eine Form der Volksfrömmigkeit. Marterlen dienen als Anstoß zum Gebet unterwegs, als Zeichen der Dankbarkeit für überstandene Gefahren oder Seuchen sowie zur Erinnerung an Unglücksfälle und Verstorbene. Die Denkmäler sind meist aus Holz, Stein oder Mauerwerk gefertigt. Oft werden dort Blumen niedergelegt oder Kerzen angezündet

- » Kennen Sie in Ihrer Umgebung ein Marterle?
- » Haben Sie schon einmal bei einem Marterle Blumen abgelegt oder eine Kerze angezündet?
- » Kennen Sie Heilige, die auf Marterlen abgebildet sind?







## Ofen | Herd

Bevor es elektrische oder gasbetriebene Herde gab, befand sich in jedem Haushalt ein Holzherd. Der Herd wird durch eine Klappe mit Holz befüllt und durch ein Schubfach ein leichter Zug erzeugt. Gekocht wird auf der Eisenplatte mit abnehmbaren Einsatzringen. Um im Backrohr Brot zu backen, musste der Ofen eingeheizt werden. Im eingebauten Wasserspeicher (Dialekt: Grandl, Wandl) ist Warmwasser. Das Grandlwasser schützt vor hitzebedingten Rissen am Herd. Auch heute heizen oder kochen viele Menschen zusätzlich mit einem Holzherd.

- » Konnten Sie früher auf einem Holzherd kochen?
- » Kennen Sie noch den Ziegelstein aus dem Backrohr zum Füße wärmen?
- » Haben Sie einen "Schürhaken" verwendet?