

Frågesporter, gåtor och känslkort



Målsättning:

Målet med denna aktivitet är att stimulera äldres kognitiva förmågor och minnesförmåga genom frågesport, gåtor eller känslkort. Detta kan vara underhållande och utmanande samtidigt som det främjar social interaktion.

Förberedelse:

Samla en grupp äldre personer i en bekväm och tyst miljö, helst utan störande bakgrundsljud.

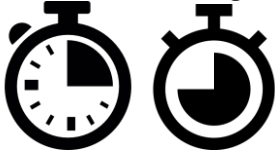
Genomförande:

- Välj önskat material enligt tema, printa ut materialet vid behov.
- Följ instruktionerna i det bifogade materialet

Material:

- Ta lyra och berätta -frågor, besvaras med antingen ja eller nej: [frågelistor](#), [frågekort](#)
- Berörande minnen: [Barndomens leksaker och lekar](#), [Barndomens spel](#), [Minnen från folkskolan](#)
- [Överraskande frågor om omgivningen](#), [Vintriga friluft- och sportfrågor](#)
- [Höstfrågor](#), [Sommarfrågor](#), [Vinterfrågor](#), [Vårfrågor](#), [Påskfrågor](#), [Julfrågor](#)
- [Julgåtor](#) : [bilder att projicera 1](#), [bilder att projicera 2](#), [bilder att projicera 3](#)
- Bildgåtor med olika teman:
 - [sommartema](#) (3-6 bilder), [sommartema](#) (3-6 bilder att minnas), [sommartema](#) (7-9 bilder), [sommartema](#) (7-9 bilder att minnas)
 - [vintertema](#) (3-6 bilder), [vintertema](#) (3-6 bilder att minnas), [vintertema](#) (7-9 bilder), [vintertema](#) (7-9 bilder att minnas)
 - [hösttema](#) (3-6 bilder), [hösttema](#) (3-6 bilder att minnas), [hösttema](#) (7-9 bilder), [hösttema](#) (7-9 bilder att minnas)
 - [vårtema](#) (3-6 bilder), [vårtema](#) (3-6 bilder att minnas), [vårtema](#) (7-9 bilder), [vårtema](#) (7-9 bilder att minnas)
 - [jultema](#) (3-6 bilder), [jultema](#) (3-6 bilder att minnas), [jultema](#) (7-9 bilder), [jultema](#) (7-9 bilder att minnas)
 - [motionstema](#) (3-6 bilder), [motionstema](#) (3-6 bilder att minnas), [motionstema](#) (7-9 bilder), [motionstema](#) (7-9 bilder att minnas)
- Egna resurser och inkludering: [Tre punkter](#), [Känslkort](#), [Förändringskort](#)
- [Spekulationsfrågor](#), [Älsklings frågor](#), [Vi lär känna varandra](#)
- [Blomekvationer](#) och [djurekvationer](#)
- [Tändsticksgåtor 1](#), [Tändsticksgåtor 2](#)

Tid: Kort eller lång



Aktivitet: Aktiverande



Gemenskap: Tillsammans



Tidsåtgången för denna aktivitet kan variera. En session kan vara så kort som 20-30 minuter eller längre om du har en engagerad grupp. Var flexibel och anpassa aktiviteten efter deltagarnas behov och önskemål.

Denna aktivitet är lämplig för grupper.

Källa: aktiviteten är skapad med inspiration av modeller och idéer från nationella materialbanker ([Äldreinstitutionens material på svenska](#), [Hyvä mieli – Pohdintoja mielen hyvinvointiin -työkirja ikäihmisille](#), [Vahvike-aineistopankki](#)) samt ChatGPT:s förslag