

## Material für den Lebensrückblick

In der nächsten Sitzung werden wir einen Rückblick auf eine der folgenden Lebensphasen haben:



Weil es nicht immer so einfach ist, sich an Erlebnisse zu erinnern, werden wir Hilfsmittel benutzen, die das Erinnern erleichtern sollen. Bitte bringen Sie daher Fotos oder andere Erinnerungsstücke zur nächsten Sitzung mit.

- Das wichtigste Hilfsmittel sind Fotos. Haben Sie ein Fotoalbum? Am besten sind Fotos von Verwandten oder Freunden, mit denen Sie etwas erlebt haben. Es können aber auch Fotos von Gebäuden oder Landschaften sein, die für Sie bedeutsam sind, z. B. eine frühere Wohnung. Wenn Sie viele Fotos besitzen, bringen Sie am besten alle zur kommenden Sitzung mit. Bitte schauen Sie sie aber vor der nächsten Sitzung schon durch und suchen Sie Ihre Favoriten heraus.
- Neben Fotos gibt es noch andere Hilfsmittel, z. B. alte Postkarten und Briefe, alte Zeitschriften und Zeitungsartikel, Tagebuchaufzeichnungen, Musikstücke und anderes. Bitte bringen Sie zum nächsten Mal alles mit, was für Sie irgendeinen Bezug zu dieser Lebensphase hat.
- Ihr Angehöriger kann Ihnen selbstverständlich bei Ihrer Suche behilflich sein. Vielleicht gibt es auch Kinder oder Enkel, die Spaß daran haben, im Internet Bilder zu früheren Wohnorten zu finden.