

Herzlich willkommen

Manche Fragen wecken Erinnerungen,
Geschichten und schöne Gespräche.
Dieses kostenlose PDF enthält 90
ausgewählte Gesprächsimpulse für
Senioren, Angehörige und
Betreuungskräfte.

Die Fragen sind in verschiedene
Themenbereiche gegliedert:

- Kindheit und Jugend
- Schule und Lernen
- Familie und Freunde
- Arbeit und Alltag
- Reisen und Freizeit
- Musik und Unterhaltung
- Essen und Trinken
- Garten und Jahreszeiten

Die Fragen laden dazu ein, gemeinsam ins
Gespräch zu kommen, Erinnerungen zu
teilen und vertraute Erlebnisse wieder
lebendig werden zu lassen.

Wir wünschen viele schöne
Gesprächsmomente.

Silberne Zukunft

www.silbernezukunft.de



Woran erinnerst
du dich aus
deiner Kindheit
besonders
gern?



Welches Spiel
hast du früher
gerne gespielt?



Wie sah dein
Kinderzimmer
oder dein
Schlafplatz
früher aus?



Gab es ein
Lieblingsspielze
ug aus deiner
Kindheit?



Was hast du als
Kind gern
draußen
gemacht?



Welche Gerüche
erinnern dich an
früher?



Wer hat dir
früher
Geschichten
erzählt?



Gab es ein Lied
aus deiner
Kindheit, das du
noch kennst?



Was gab es bei
euch früher oft
zum
Frühstück?



Welche
Aufgaben
hattest du als
Kind zu Hause?



Wie habt ihr
früher
Geburtstage
gefeiert?



Gab es ein Tier,
das zu deiner
Kindheit
gehört?



Wie war dein
erster
Schultag?



Kannst du dich
an deine
Schultasche
erinnern?



Welche Fächer
mochtest du in
der Schule
besonders?



Gab es eine
Lehrerin oder
einen Lehrer, an
die du dich
erinnerst?



Was wurde
früher in der
Pause gespielt?



Wie sah euer
Klassenzimmer
aus?



Womit habt ihr
früher
geschrieben?



Gab es
Schulfreunde,
mit denen du
gern zusammen
warst?



Welche Lieder
oder Gedichte
hast du in der
Schule gelernt?



Wie war der
Schulweg
früher?



Gab es früher
Hausaufgaben,
die du gern
gemacht hast?



Worauf warst du
in der Schule
stolz?



Wer gehörte
früher zu deiner
Familie?



Wie wurde bei
euch zu Hause
gegessen?



Gab es einen
festen Platz am
Esstisch?



Welche Person
aus deiner
Familie hast du
besonders gern
besucht?



Wie habt ihr
früher Sonntage
verbracht?



Gab es in deiner
Familie
besondere
Regeln oder
Rituale?



Welche Feste
wurden bei
euch gern
gefeiert?



Wer konnte in
deiner Familie
besonders gut
kochen oder
backen?



Gab es einen
Lieblingskuchen
in deiner
Familie?



Welche
Geschichten
wurden in
deiner Familie
oft erzählt?



Wie habt ihr
früher Besuch
empfangen?



Welche
Familienfotos
fallen dir
spontan ein?



Was war deine
erste Arbeit
oder Aufgabe im
Beruf?



Wie sah dein
Arbeitsplatz
früher aus?



Welche
Kleidung hast
du bei der
Arbeit
getragen?



Gab es
Kolleginnen
oder Kollegen,
an die du dich
gern erinnerst?



Was hast du an
deiner Arbeit
besonders gern
gemacht?



Wie kamst du
früher zur
Arbeit?



Gab es einen besonderen Moment im Berufsleben?



Welche Fähigkeiten waren bei deiner Arbeit wichtig?



Wie wurde früher Pause gemacht?



Was hast du nach Feierabend gern gemacht?



Gab es einen Beruf, den du als Kind spannend fandest?



Worauf warst du in deinem Alltag besonders stolz?



Wohin bist du
früher gern
gereist?



Gab es einen
Urlaub, an den
du dich gern
erinnerst?



Wie wurde
früher der
Koffer gepackt?



Bist du früher
mit Bahn, Auto
oder Bus
gereist?



Welcher Ausflug
ist dir
besonders in
Erinnerung
geblieben?



Gab es einen
Ort, an dem du
dich sehr
wohlgefühlt
hast?



Was durfte bei
einem Ausflug
früher
mitgenommen
werden?



Welche Speisen
verbindest du
mit Urlaub oder
Reisen?



Gab es
Postkarten oder
Urlaubsfotos
bei euch?



Welches Land
oder welche
Stadt fandest
du spannend?



Wie sah ein
schöner freier
Tag für dich
aus?



Welche Musik
hast du früher
gern gehört?



Gab es eine
Sängerin oder
einen Sänger,
den du
mochtest?



Welche
Fernsehsendun
g hast du früher
gern gesehen?



Gab es einen
Film, den du
besonders gern
mochtest?



Wurde bei euch
zu Hause
getanzt?



Welche Feste
waren mit Musik
verbunden?



Gab es ein
Radio in deiner
Wohnung?



Welche Lieder
wurden bei
Feiern
gesungen?



Bist du früher
ins Kino
gegangen?



Welche Art von
Unterhaltung
hat dir Freude
gemacht?



Gab es früher
Theater, Konzert
oder
Tanzabende?



Welches Lied
bringt dich zum
Lächeln?



Was wurde
früher oft
gekocht?



Welches Essen
mochtest du als
Kind besonders
gern?



Gab es ein
Gericht, das
nach Zuhause
schmeckte?



Was wurde
früher sonntags
gegessen?



Welche
Süßigkeit gab es
früher selten
und war
besonders
schön?



Wurde bei euch
eingekocht oder
gebacken?



Welche
Getränke gab es
bei Feiern?



Gab es einen
Duft aus der
Küche, den du
noch kennst?



Wer hat bei
euch den
besten Kuchen
gebacken?



Welche Mahlzeit
war für dich
besonders
gemütlich?



Gab es früher
einen Garten
oder Balkon?



Was wurde bei
euch im Garten
angebaut?



Welche
Jahreszeit
mochtest du
früher
besonders
gern?



Was hast du im
Frühling gern
gemacht?



Welche
Erinnerungen
hast du an den
Sommer?



Was gehörte für
dich früher zum
Herbst?



Wie war der
Winter früher
für dich?



Gab es
besondere
Bräuche im
Jahreslauf?



Welche Blumen
oder Pflanzen
magst du
besonders?



???

???

???

???

???

???

Vielen Dank für dein Interesse an Silberne Zukunft.

Wir entwickeln Materialien für Senioren, Menschen mit Demenz, Angehörige und Betreuungskräfte. Unser Ziel sind einfache Ideen, die Begegnung, Erinnerungen und schöne gemeinsame Momente fördern.

Ab Juli 2026 findest du auf unserer Website zusätzlich die neue Aktivierungsbibliothek mit vielen kostenlosen und kostenpflichtigen Materialien rund um:

- Aktivierung bei Demenz
- Spiele und Beschäftigungsideen
- Gesprächsimpulse und Biografiearbeit
- Einzelbetreuung
- Männeraktivierung
- Jahreszeiten und Feste
- Entspannung und Wohlbefinden

Wir freuen uns auf deinen Besuch.

Silberne Zukunft

www.silbernezukunft.de



Folge uns auch auf:

Facebook:

www.facebook.com/silbernezukunft

Instagram:

www.instagram.com/silbernezukunftdesign