

## Werkzeugkoffer für die Selbsthilfegruppen-Moderation

|                          |   |
|--------------------------|---|
| <b>Register</b>          | <b>Auflockerung</b>   |
| <b>Titel</b>             | <b>Au ja!</b>   |
| <b>Art</b>               | lustiges, unterschiedlich aktives Rimalberspiel   |
| <b>„Neben-“, Wirkung</b> | Entspannung   |
| <b>Anzahl Personen</b>   | Mind. 5 Pers.   |
| <b>Zeit</b>              | 5–10 Minuten  |
| <b>Einrichtung</b>       | Freier Raum zum herumgehen  |
| <b>Material / Kosten</b> | -   |
| <b>So geht es</b>        | <p>Alle stehen im Kreis. Wer anfängt, sagt „Wir machen jetzt alle ...“.</p> <p>Alle rufen „Au ja! Au ja!“ und machen das Gesagte. So geht es reihum.</p> <p>Beispiele: „Wir machen jetzt alle eine Grimasse.“, „Wir klopfen uns alle auf den Bauch (den eigenen).“ oder „Wir küssen uns alle auf die linke Schulter.“</p> <p>Das Spiel ist beendet, wenn eine Tutorin sagt: „Wir arbeiten jetzt alle weiter.“</p> |
| <b>Bezug / Quelle</b>    |   |
| <b>Erfasst am / von</b>  | 26.06.2013, Barbara Diem  |