



## Angebot für den Unterricht: „Das ALTERN ERLEBEN“

Ältere und kranke Menschen können mit dem Lebenstempo der jüngeren Generation kaum Schritt halten. Bewegungen strengen an, die Feinmotorik und die Sehkraft lässt nach, die Hausarbeit kann nicht mehr allein erledigt werden. Wie fühlt sich das Alter eigentlich an? Im Unterricht können Schüler live erleben wie sie auf einen Schlag 40 Jahre älter sind und verschiedene alltägliche Handlungen nicht mehr ohne Weiteres ausführen können.

### Lernziel:

- Schüler/innen erleben durch praktische Übungen das Altern
- Verständnis entwickeln für das Verhalten alter Menschen
- Bereitschaft entwickeln zu Geduld und Rücksichtnahme
- Bereitschaft entwickeln, Menschen mit Beeinträchtigungen zu helfen sowie zu Geduld und Rücksichtnahme
- Wertschätzung für den eigenen Körper sowie die Leistungsfähigkeit

### Zielgruppen:

- Schüler/innen ab 8. Klasse von Oberschulen bzw. Gymnasien, im Unterrichtsfach Biologie (Krankheiten) oder Ethik (Altern)

### Modul Klassenzimmer

Mittels praktischer Übungen in Gruppenarbeit wird der Umgang mit dem Älterwerden und den Erkrankungen des Alters im Klassenzimmer vermittelt.

Folgende Einschränkungen werden behandelt:

- Augenerkrankungen
- Bewegungseinschränkung: Umgang mit Gehhilfen Rollator, Rollstuhl, Gehbank
- Hörschwäche/Schwerhörigkeit
- Erkrankungen (Diabetes)

Mögliche Übungen:

- Gehen und Treppensteigen mit Altersanzug
- Tabletten sortieren mit Handschuhen, Gewichten und Altersbrille
- Schrauben in Muttern drehen mit Handschuhen und Gewichten
- Nähgarn in ein Nadelöhr fädeln mit Handschuhen und Gewichten
- Weckfunktion am Handy einstellen mit Brillen
- Haare kämmen mit Bandagen am Ellenbogen
- Parcours fahren mit Rollator/Rollstuhl/Gehbank





### **Modul Pflegeeinrichtung**

Durch eine Exkursion in eine Pflegeeinrichtung (Altenpflegeheim, Wohngruppe, Tagespflege) können die Schüler/innen Kontakt zu den Bewohnern bzw. Tagesgästen herstellen, das Team der Einrichtung kennen lernen und einen Einblick in den Arbeitsalltag erhalten.

#### **Inhalte:**

- Einführung/Rundgang durch Leitungspersonal
- Kontakt herstellen/Gespräche führen
- Gemeinsame Beschäftigungsangebote wahrnehmen: Gesellschaftsspiele, gemeins. Malen, Kuchen backen, Seniorensport/Kegelturniere, gemeins. Musizieren, Rätseln, Spazieren gehen, Feste vorbereiten/durchführen
- Berufe kennen lernen
- Orientierungsmöglichkeiten beim Deutschen Roten Kreuz: Praktikum, Freiwilliges Soziales Jahr, Bundesfreiwilligendienst

#### **Einrichtungen:**

- DRK-Altenpflegeheime
- DRK-Pflegedienste
- DRK-Wohngemeinschaften
- DRK-Tagespflege

Sprechen Sie uns an, wir finden die passende Einrichtung für Sie.

### **Modul Bildungswerk**

Durch eine Exkursion zum Leipziger Standort unseres DRK Bildungswerkes können Schüler/innen einen Einblick in die theoretische Ausbildung erhalten und von den Erfahrungen unserer Azubis profitieren.

Ort: DRK Bildungswerk Sachsen gGmbH  
Naumburger Straße 26a, 04229 Leipzig

#### **Inhalte:**

- Schulrundgang und Gespräche mit Azubis
- Vorstellung der Gesundheits- u. Sozialberufe
- Funktionsprüfungen selbst erleben und durchführen bei den Medizinisch-Technischen Assistenten für Funktionsdiagnostik
- Beweglichkeitsparcours und Geschicklichkeitstest bei den Physiotherapeuten
- Rettung aus einem PKW bei den Notfallsanitätern

#### **Kontakt**

Deutsches Rotes Kreuz  
Kreisverband Leipzig-Land e.V.  
Annett Graap  
Schulstraße 15, 04442 Zwenkau  
Telefon: 034203 / 49-330  
Fax: 034203 / 49-102



[a.graap@drk-leipzig-land.de](mailto:a.graap@drk-leipzig-land.de)