

Demenz-Workshop für Firmlinge im AWO Bürgertreff

Im März 2019 fand wieder ein Demenz-Workshop für Firmlinge der Pfarrei St. Laurentius statt. Ziel war es, die Jugendlichen für das Thema Demenz zu sensibilisieren. Die sehr interessierten Jugendlichen hörten aufmerksam den Vortrag von Adele Jay, einer Mitarbeiterin der Sozialen Servicestelle, und absolvierten anschließend zusammen mit Herrn Pastoralreferent Harald Petersen einen Demenz-Parcour. Sichtlich begeistert waren die Firmlinge von dem Alterssimulationsanzug (gespendet von der Sparkassenstiftung Landkreis Rosenheim), der den Jugendlichen die Einschränkungen eines älteren Menschen näher brachte.



Sensibilisierung für ältere Menschen - Firmungsprojekt Bad Aibling 2019

27.03.2019 und 28.03.2019 im Paulusheim, Bad Aibling

Zur Firmungsvorbereitung der Jugendlichen in Bad Aibling hatten wir die tolle Möglichkeit uns einen Alterssimulationsanzug vom „Sozialen Netzwerk Feldkirchen-Westerham“ auszuleihen. Vielen Dank hierfür. Ein besonderer Dank gilt auch dem tollem und freundlichen Team des Sozialen Netzwerks.

Bei Chips und Gummibärchen formulierten wir, was aus unserer Sicht älteren Menschen schwerer fällt als uns heute. Danach durfte jeder den Alterssimulationsanzug anziehen. Allein das Ankleiden erwies sich als anstrengend, vor allem die schwere Weste. Alle absolvierten einen Parcours: mussten balancieren, Taschentücher vom Boden einsammeln, Treppen steigen, einkaufen und Kleingeld zählen und mit Krücken gehen. Auch draußen auf unebenen Wegen liefen wir. Ebenso übten wir aus dem Liegen aufstehen, eine Kerze anzünden bzw. ein Smartphone bedienen. Nach ca. 15 Minuten war einem richtig warm, es wurde schwer geschnauft und man war erschöpft.

Wir lachten viel, da die Bewegungen sobald man den Anzug anhatte automatisch behäbiger wurden, eher an Zeitlupe erinnerten oder wie bei den Teletuppiers aussahen. Als alle einen Alltag im Alter simuliert hatten, sprachen wir über unsere Erfahrungen und verglichen diese mit unseren vorab notierten Erwartungen. Besonders überraschend und anstrengend war es, Sachen vom Boden aufzuheben, hier waren alle sehr schnell aus der Puste. Schuhe binden ging meist nur im Sitzen. Auffällig war auch, dass man beim Zuhören automatisch näher an seinen Gesprächspartner rückt. Der Blick bei Bewegungen ging bei allen direkt auf den Boden, da die Angst zu stolpern groß war. Es waren 2 sehr interessante, nachdenkliche aber auch lustige Nachmittage und wir alle werden hoffentlich in Zukunft rücksichtsvoller mit älteren Menschen umgehen und Sie besser verstehen.

Vielen Dank im Namen der Firmungsgruppe Bad Aibling Sandra Kwapil und Gitti Treffer



Erfahrungsbericht mit dem Alters-Simulations-Anzug in der Physiotherapie-Praxis

Im Rahmen unserer internen Fortbildung im April 2019, durften wir den Alters-Simulations-Anzug in unserer Physiopraxis ausprobieren.

Da ein Großteil unserer Patienten/Innen über 60 Jahre alt ist, erhofften die Therapeut/Innen neue Erkenntnisse und Erfahrungen zu sammeln, um in der Behandlung noch besser und optimaler auf Ihre/n Patienten/Innen eingehen zu können.

Durch das Tragen des Anzuges war sofort nachvollzieh- und spürbar, wie anstrengend die therapeutischen Maßnahmen für die Patienten sein können.

Folgende Alltagsbeschwerden wurden getestet:

- hinsetzen, aufstehen
- Treppen steigen
- Rezept unterschreiben (Feinmotorik)
- Lagerung, Drehung auf der Behandlungsbank
- Gleichgewichtsübungen auf Posturomed
- Autofahren

Erfahrungen / Aha-Effekt der Therapeut/Innen:

- Bewegungsausübung und Gewicht an Beinen sehr beschwerlich
- Unsicherheit und Gefühl man braucht mehr Raum um sich herum, z.B. die Behandlungsliege fühlt sich beim Umdrehen zu schmal an
- besonders anstrengend sind Geschicklichkeits- und Gleichgewichtsübungen
- verhaltenes Autofahren, auch durch Einschränkungen in der Beinbewegung, der Sicht und des Hörens

Fazit:

Die Erfahrungen mit dem Alters-Simulations-Anzug werden unseren physiotherapeutischen Alltag auf jeden Fall beeinflussen – dafür sind wir sehr dankbar.

