

## DER ALTERSSIMULATOR

### ZIEL

Altersbedingte Wahrnehmungsdefizite wie Verschlechterung der Sehfähigkeit, Schwerhörigkeit, Einschränkung der Mobilität und die damit verbundenen alltäglichen Einschränkungen nachempfinden können.

### EINSATZMÖGLICHKEIT

- Die Methode ist für jede Altersgruppe geeignet.
- Sie bietet sich gut als spielerischer Einstieg in die Auseinandersetzung mit dem Thema „Alter“ an.

### UMSETZUNG IM UNTERRICHT

Die Kinder und Jugendlichen bereiten den Alterssimulator vor, indem sie vorhandenes Material nutzen, Gegenstände von zu Hause mitbringen oder selbst basteln.

Der Alterssimulator könnte bestehen aus:

- Lärmschutz-Stöpseln oder Ohrenwärmern zur Beeinträchtigung des Gehörs
- Brille mit stark geschliffenen Gläsern (hohe Dioptrienzahl) oder eine mit Vaseline präparierte Schwimmbrille zur Sichteinschränkung
- Verbände oder Arm- und Knieschützer zur Einschränkung der Bewegung an Füßen, Knien und Ellenbogen
- Ein Seil zum Zusammenbinden der Beine zur Eingrenzung der Schrittlänge
- Zweifache Handschuhe (Schutzhandschuhe, darüber Einmalhandschuhe) zur Beeinträchtigung des Tastsinns und des Greifens
- Optional: eine Bleiweste und eine Halskrause

Auf spielerische Weise wird der Alterssimulator in verschiedenen Alltagssituationen angewendet. Das kann zum Beispiel beim Einkaufen, Bezahlen, Schuhe zubinden, Treppensteigen, Handy bedienen oder Lesen sein. Für die Übungen mit dem Alterssimulator wird je nach Auswahl der Situationen unterschiedliches Material benötigt, wie zum Beispiel:

- Gläser oder Tassen, Kannen oder Flaschen mit Flüssigkeit
- Schuhe mit Schnürbändern
- Bücher, Fahrpläne, Zeitungen, Zeitschriften etc.
- Portemonnaie mit Münzen und Scheinen
- Unterhaltungselektronik wie Handy, Telefon, Radio, TV etc.

Die Aktionen der Kinder und Jugendlichen können mit einer Videokamera gefilmt und später gemeinsam besprochen und analysiert werden.

### ERGEBNISSICHERUNG/REFLEXION

- Wie fühlt es sich an, wenn der Griff zum Glas oder zum Henkel der Tasse nicht mehr zielgerichtet erfolgen kann?
- Wie gelingt es, die Schuhe zuzubinden, wenn die Finger nicht mehr beweglich sind und der Tastsinn nachlässt?
- Wie viel Stand- und Gangfestigkeit kann man noch entwickeln, wenn die Knie nicht mehr beweglich sind und das Abrollen der Füße eingeschränkt ist?
- Was hilft bei der Orientierung, wenn Gehör, Sichtfeld und Beweglichkeit im Hals nur noch reduziert funktionieren?
- Wie geht man damit um, wenn der Blick verschleiert ist?
- Welche Auswirkungen haben alle diese Einschränkungen auf eine Person, die sich in der Öffentlichkeit, wie zum Beispiel im Straßenverkehr, bewegt?