

# LTT: Selbst erleben wie Ältere sich fühlen – Im AgeExplorer® körperliche Handicaps erleben 2024.2

## Schulungszentrum Gesundheit

### Beschreibung

Mit dem AgeExplorer® Instant Aging Anzug des Meyer-Hentschel Instituts können Sie sich innerhalb von wenigen Minuten in die Lage eines älteren Menschen versetzen. Sie erleben die möglichen Einschränkungen des Alters hautnah und tauchen in die Wahrnehmungs- und Erfahrungswelt älterer Menschen ein. Der AgeExplorer® sorgt dadurch für einen Blickwechsel und fördert die Empathie.

### Zielgruppe

Studierende der Höheren Fachschule Pflege zur/zum dipl. Pflegefachfrau/dipl. Pflegefachmann und weitere Interessierte

### Ihr Nutzen

- Sie kennen grundlegende körperliche Einschränkungen im Alter und deren Ursachen.
- Sie erhöhen Ihre Achtsamkeit gegenüber Verhaltensweisen betagter Menschen.
- Sie lernen, mit mehr Verständnis, Geduld und Empathie zu reagieren.
- Sie erhöhen Ihre eigene Arbeitszufriedenheit

### Inhalte

- Verhaltensrelevante altersbedingte körperliche Veränderungen und ihre Ursachen
- Sehen (inkl. Augenerkrankungen), Hören, Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und manuelle Geschicklichkeit
- Rollenspiele: Beobachtung und Bewertung des Verhaltens der Teilnehmenden
- Ableitung von Konsequenzen für das eigene Verhalten

### Methoden

Selbsterfahrung Alter mit dem AgeExplorer®, Selbstreflexionen, Theorie-Input, Lehrgespräche, Plenumsdiskussionen

### Abschluss

Zertifikat Swiss AgeExplorer® Institut, Zürich

### Gruppengrösse

6-12 Personen

### Dauer

1 Tag

### Ort

SGZ Campus  
Räffelstrasse 12  
8045 Zürich

### Funktionäre

Swiss AgeExplorer Institute GmbH Zürich, Leitung  
Wiesner Marco, Produktverantwortlichkeit

### Termine

Freitag, 22. November 2024, 09:00 bis 17:00 Uhr



**Stadt Zürich**

Schulungszentrum Gesundheit

**Preis**

Fr. 350.-

**Kontakt**

Stadt Zürich  
Schulungszentrum Gesundheit  
SGZ Campus  
Räffelstrasse 12  
8045 Zürich

Tel. 044 415 18 00  
sgz@zuerich.ch

[www.stadt-zuerich.ch/sgz](http://www.stadt-zuerich.ch/sgz)  
[www.facebook.com/sgz.bildung](https://www.facebook.com/sgz.bildung)  
[www.wissen-pflege-bildung.ch](http://www.wissen-pflege-bildung.ch)