

## ALTERSSIMULATION

Der demographische Wandel ist in aller Munde! In einer alternden Gesellschaft zu leben ist die eine Seite. Selbst zu spüren, was es bedeutet ein Teil davon zu sein, ist die andere. Im normalen Altersgang baut der Körper Ressourcen ab, die ihm nicht abverlangt werden. Eine verminderte Seh- und Hörfähigkeit, Bewegungseinschränkungen sowie hohe Anstrengungen bei leichten Tätigkeiten durch schwächere Muskulatur sind die Folge. Bereits durch moderate körperliche Betätigungen kann diesem Prozess Einhalt geboten werden. Mit viel Spaß beim Ausprobieren und genauso vielen AHA-Effekten nehmen wir mit diesem Veranstaltungselement den vielgerühmten „Schrecken“ und verlieren dabei das Ziel nicht aus den Augen, die Teilnehmer zu motivieren und schon heute für Morgen vorzusorgen. Insbesondere Highlights wie die Tremor-Handschuhe lassen den Altersanzug zu einem unvergesslichen Erlebnis werden!

### Umsetzung:

- Dauer pro Teilnehmer: 15-20 min.
- Das Modul beinhaltet zwei Alterssimulationsanzüge
- Maximale Veranstaltungsdauer pro Tag: 8 Stunden zzgl. Auf-/Abbau und inkl. Pause
- Platzbedarf: ca. 8m<sup>2</sup>
- Personalbedarf: der Experte von aktiVital ist im Modulpreis inkludiert

