

## ALTERSSIMULATIONSANZUG GERT/GERDA

Unser Alterssimulationsanzug „GERT/GERDA“ bietet interessierten Menschen die Möglichkeit, innerhalb weniger Minuten **in die Wahrnehmungs- und Erfahrungswelt älterer Menschen einzutauchen.**



Altern ist ein fortschreitender biologischer Prozess, der mit verschiedenen körperlichen Veränderungen einhergeht.

Mit dem Alterssimulationsanzug haben Interessierte die Möglichkeit am eigenen Körper zu erfahren, welche Herausforderungen sich im Alter einstellen können und fördert auf diese Weise auch die Empathie älteren Menschen gegenüber.

## ALTERSBEDINGTE VERÄNDERUNGEN ERLEBEN:

- Verändertes **Farbsehen** im kurzwelligen Bereich des sichtbaren Spektrums
- **Altersschwerhörigkeit**
- Verringerte **Beweglichkeit** der Halswirbelsäule
- Verringerte Flexion der Ellenbogengelenke
- Bewegungseinschränkungen der Hand- und Fingergelenke
- Schwächere **Handkraft**
- Geringere **Fingerfertigkeit**
- Verringerte Beweglichkeit der Lendenwirbelsäule
- Verringerte Flexion der Kniegelenke
- Verringerung der **Ausdauerbelastbarkeit**
- Gefühle von **Isolation** durch aufeinander abgestimmte multimodale Einschränkungen

## SIMULATION ALTERSBEDINGTER VERÄNDERUNGEN



## SPRECHEN SIE UNS AN KONTAKT ZU GERT/GERDA

Der **Alterssimulationsanzug** wird durch das **Sozialamt des Landkreises Havelland zur Verfügung gestellt**. Im Rahmen der örtlichen Altenhilfe kommt „GERD/GERDA“ vielseitig zum Einsatz. Eine Orientierung geben unsere ausgewählten Handlungsfelder: den **Demografischen Wandel** erkennen, mit **flexiblen** Handlungskonzepten **reagieren** und nachhaltig gegensteuern, **aufklären** und **beraten**, **Verständnis** entwickeln und **Eigenverantwortung** stärken.



### Kontakt:

Landkreis Havelland /Sozialamt

Telefon: 03385/551-2508

E-Mail: [sozialplanung@havelland.de](mailto:sozialplanung@havelland.de)

## UNSER KOSTENLOSES ANGEBOT

- **Ausleihen** des Alterssimulationsanzuges GERT/GERDA nach vorheriger Einweisung, z.B. für generationsübergreifende Projekte, Aktionstage an Schulen oder Messen
- **Einsatz als Lehr- und Lerninstrument**, z.B. in Ausbildungsklassen im Bereich Pflege und Gesundheit oder für Seminare
- **Vorstellung des Anzuges** und seiner Wirkungsweise durch fachkompetente Mitarbeiter/innen des Sozialamtes des Landkreises Havelland, z.B. im Rahmen von Veranstaltungen oder Tagen der offenen Tür
- Erlebnisorientierte **Besichtigung der Musterwohnung SelmA** mit GERT/GERDA, inklusive des Ausprobierens der präsentierten Alltagshelfer



LANDKREIS  
HAVELLAND



## Alterssimulationsanzug GERT/GERDA

Ausprobieren – Erleben – Verständnis  
entwickeln – Eigenverantwortung stärken

[www.havelland.de](http://www.havelland.de)