



## Du hilfst alten Menschen!

### Kurzbeschreibung:

- Du begleitest Seniorinnen und Senioren bei ihrem Lebensalltag in einem Alten- und Pflegeheim.

### Deine Aufgaben vor Ort:

- In einem Alten- und Pflegeheim lernst Du Menschen kennen, für die die Einrichtung seit Jahren Wohn- und Lebensort ist. In der Tagespflege setzt Du dich zu einer 90-Jährigen und liest ihr und den anderen Gästen die Schlagzeilen aus der Tageszeitung vor. Vielleicht entwickelt sich im Anschluss daran eine lebhafte Diskussion, vielleicht musst Du auch erst einmal mit der Stille, die im Anschluss entsteht, zurecht kommen. Bei der Aktivierungsgymnastik greifst Du dem alten Mann, den Du gerade von der Wohngruppe abgeholt hast, unter die Arme. Das funktioniert nur, wenn Ihr dabei beide an einem Strang zieht. Beim gemeinsamen Mittagessen ist Zeit für Gespräche. Am Nachmittag ist Dir dann das dankbare Lächeln einer alten Frau sicher, die dank Deines Einsatzes endlich einmal wieder einen schönen Spaziergang in der Sonne unternehmen kann.

### Das lernst du dabei:

- Es gibt sehr unterschiedliche Geschwindigkeiten. Auch langsam kommt man in der Regel zum Ziel.
- Wer sich allzu schnell frustrieren und demotivieren lässt, kann schon früh bei dem Versuch scheitern, Menschen, die einen anderen Rhythmus gewohnt sind, zu motivieren und zu aktivieren.
- Menschen, die in Grenzbereichen leben, können deutlich machen, was wirklich wichtig ist im Leben und wie sie in ihrem Leben schwierige Situationen gemeistert haben.