

## OBERSTUFE

Sport: Frau Rüger  
„Aktiv sein – aktiv bleiben“

Ein generationenübergreifendes Projekt des Gymnasiums Marktoberdorf und des Seniorenwohn- und Pflegeheims Gulielminetti

Mit einer unglaublich netten, engagierten und menschenliebenden Gruppe von elf Mädchen konnte ich zusammen mit den Bewohner/-innen des Altenheims ein wunderbares Schuljahr verbringen. Als Inhalt dieses P-Seminars war zunächst geplant, Seniorengymnastikstunden zu geben und diese gegen Ende des Schuljahres in einem Geheft zu fixieren. Ein weiteres Ziel war die Organisation und Durchführung eines Abschlussfestes in Form einer „Sport-Olympiade“ oder eines „Sommerfestes“ mit sportlichen Anteilen. Bei der Kontaktaufnahme mit dem Heim im vergangenen Schuljahr ergab sich jedoch die unglaublich spannende Möglichkeit, bei einem Projekt, welches vom Bund mit Geldern auf drei Jahre unterstützt wird, mitzuarbeiten. Das Forschungsprojekt HILDE (haptisches Interface für lebendige digitale Erfahrungen) wird von Frau Prof. M. A. Joanna Dauner (HTW Dresden – übrigens eine ehemalige Schülerin unseres Gymnasiums!) in Zusammenarbeit mit der Charité Berlin geleitet. Es geht darum, Verbundenheit und Nähe auch in Zeiten der Distanz durch technische Mittel zu schaffen. Zehn Senior/-innen bekamen den Prototypen eines Tablets, an dem im Verlauf des Forschungsprojektes Veränderungen und Verbesserungen in Form, Inhalt und Gestaltung der Benutzeroberfläche erarbeitet werden sollen. Die Schülerinnen des Projektseminars, die sich für die „HILDE-Gruppe“ entschieden hatten, wurden jeweils „Patinnen“ für Bewohner/-innen und führten diese nicht nur in die Handhabung des Tablets ein, sondern brachten ihre Erfahrungen, die sie bei jedem Treffen machten, in die Entwicklung eines seniorengerechten digitalen Mediums mit ein. Die Ergebnisse wurden in Zoom-Konferenzen mit der Professorin besprochen. Die enge Zusammenarbeit mit den Senior/-innen machte den „Patinnen“ viel Freude,



jedoch war es auch gar nicht einfach, jemandem, der eher Angst vor Technik hat, diese zu nehmen und ihn in der Bedienung eines Computers anzuleiten. Mit großer Geduld, viel Zuspruch und Lob gelang es den vieren nach einem halben Jahr, dass alle Nutzerinnen es schafften, fast allein jemanden anzurufen. Für uns klingt das einfach. Sieht man jedoch von all den Schwierigkeiten ab, mit denen die Senior/-innen zu kämpfen haben, ist das eine überaus große Leistung für diese Generation. Da hat das HILDE-Team tolle Arbeit geleistet.

Das aus vielerlei Gründen völlig ungeeignete Tablet soll in den nächsten zweieinhalb Jahren so umfunktioniert werden, dass es für die Senior/-innen bedienbar wird. Formen und Funktionen können sich völlig verändern – alle Ideen, seien sie noch so abwegig, sind erlaubt. Dazu besuchte unser P-Seminar an einem Vormittag einen Workshop, den Frau Dauner und drei Studierende der HTW Dresden am Gulielminetti abhielten. Zusammen mit dem Pflegepersonal und der Leitung des Hauses spielten wir nach einem Warm Up, angeleitet von unserer ehemaligen Schülerin und aktuellen Leiterin des Mobilé, Lucia Golda, verschiedene Situationen durch, in denen mögliche Interfaces verwendet wurden. Das konnte ein vibrierendes Amulett

um den Hals einer Seniorin sein, das sich anschaltet, wenn die Familie zu Hause über sie redet oder ein Kuschelkissen, welches Lieder aus der Vergangenheit spielt, wenn man es in den Arm nimmt, um Demente wieder an Erinnerungen heranzuführen. Nach jeder Szene wurde das jeweilige Medium nach Tauglichkeit bewertet und im Anschluss besprochen. Aufgrund ihrer Erfahrungen aus den Seniorengymnastikstunden (vor allem bezüglich der Fingerfertigkeit und Feinmotorik) sowie aus den Tablet-Übungseinheiten konnten unsere Schülerinnen hier einen wichtigen Beitrag zum Forschungsprojekt leisten.

Die regelmäßig stattfindenden Stunden der Seniorengymnastik erfreuten sich einer immer größer werdenden Gruppe an Senior/-innen. Unglaublich schnell und selbstständig erarbeiteten sich die sieben Mädchen durchdachte Konzepte. Sie erfanden gleich zu Beginn ein Lied, das immer als Anfangs- und Endritual, mit Gitarre begleitet und mit Bewegungen versehen, gesungen wurde. Kräftigungsübungen mit eigenem Körpergewicht, Sandsäckchen oder Leichthanteln wechselten sich mit Geschicklichkeitsauf-

gaben vor allem für die Feinmotorik der Finger ab. Ball- und sogar Tennisspiele mit halbierten Poolnoodles und Luftballons sorgten für das nötige Lachen. Dazwischen wurde immer wieder gesungen, was sowohl Schülerinnen als auch Bewohner/-innen große Freude machte (und zusätzlich noch das Gedächtnis fördert). Wer hätte gedacht, dass unsere Mädchen noch so viele Volkslieder kennen? Ich nicht!

Am 10. Juni veranstalteten die Mädchen noch einen gemeinsamen Abschluss in Form eines Sommerfestes. Bei Kaffee und verschiedenen Kuchen, einer Olympiade mit Quiz, Zielwerfen, Kegeln und Dosenwerfen, Gesang und Urkundenverleihung für die erfolgreiche Teilnahme am Tablet-Kurs und der Olympiade wurde „offiziell“ Abschied genommen. Mal sehen, welche Kontakte bleiben werden. Profitiert haben auf alle Fälle beide Generationen! Und die Schülerinnen haben bereits angekündigt, dass sie die Gymnastikstunden noch bis in den Juli hinein geben werden.

Stefanie Rüger

