

## Alterssimulationsanzug „GERT“

Altersbedingte Veränderungen des Körpers finden bei jedem statt und entstehen allmählich über viele Jahre. Meist werden ganz automatisch Strategien entwickelt, damit diese Veränderungen den (Arbeits-)alltag so wenig wie möglich beeinflussen. Trotzdem kann eine Bewegung schwerfallen oder die Erledigung einer Aufgabe mehr Zeit beanspruchen. Im Rahmen von Gesundheitstagen sollen die Beschäftigten sensibilisiert und motiviert werden, selbst etwas für ihre Gesundheit zu tun und ein Verständnis für Ältere entwickeln.

### **Altersanzug „Gert“**

Der Altersanzug „Gert“ besteht aus verschiedenen, einzelnen Komponenten (Gewichte, Halskrause, Brille etc.). Durch deren Zusammensetzung kann ein Effekt erzielt werden, der den Einschränkungen der sensomotorischen Fähigkeiten im Alter sehr nahekommt. Dadurch können altersbedingte Einschränkungen wie z. B. Einschränkung des Greif- und Koordinationsvermögens, Gelenkversteifung und Kraftverlust simuliert werden. „Gert“ bietet sich als „Eye-Catcher“ an, der zum Beispiel auch als Variation im Ergonomie-Training (siehe Angebote Rückengesundheit) eingesetzt werden kann.

### **Ansprechpartner für den Altersanzug „Gert“:**

Enrico Remus

FSA GmbH

Betriebliche Gesundheitsförderung

Tel.: 0361 4391-4842

[enrico.remus@fsa.de](mailto:enrico.remus@fsa.de)

Sophie Kilian

FSA GmbH

Betriebliche Gesundheitsförderung

Tel.: 0361 4391-4961

[sophie.kilian@fsa.de](mailto:sophie.kilian@fsa.de)



Bitte nutzen Sie bei Anfragen immer unser Kontaktformular unter [www.bgn.de](http://www.bgn.de) (Shortlink: 1475).