

Упражнение 5.3. Връзка на концепциите за стареене

В това упражнение са показани редица твърдения, които СХИУ класифицират, като ги поставят върху зеления или червения цветен картон. Твърдения, свързани с процеса на стареене, се поставят върху зеления картон, а върху червения, тези, които не са. По същия начин те трябва да разсъждават защо съответстват на един или друг цвят.



По-долу са показани няколко примера за твърдения.

- Да мога да уча нови неща.



- Да бъда наистина силен.
- Да страдам от артрит.



- Да не се изморям при изкачване и слизане по стълби.



- Да мога да бягам дълги разстояния.



- Да нямам проблеми със зрението.



- Да правя физически упражнения с приятели.



- Да се нуждая от зъбна протеза.



- Да излизам на разходка с близките си



- Да имам проблеми с баланса.
- Да забравям.
- Да се разхождам в парка с приятели.



- Да не спя добре.

Забележка: горните твърдения са само примери. Те могат да бъдат адаптирани или изцяло променени спрямо нивото на разбиране на СХИУ.