

PRØV EN FUNKTIONSNEDSÆTTELSE (1/2)

Mål: At I ved, hvilke udfordringer man kan opleve i hverdagen, hvis man får et stroke

Omfang: Ca. 30 minutter

Materialer: Skjorte/jakke, bold, beskyttelsesbriller, pap, tape, bog, papir, blyant, ur, saks



Først skal I forestille jer, at I er blevet ramt af en lammelse i den ene side af kroppen

Et stroke kan gøre, at man ikke har den samme styrke i sine hænder som før. Prøv selv ved at bruge en anden hånd, end I plejer. Brug venstre hånd, hvis du normalt er højrehåndet. Brug højre hånd, hvis du normalt er venstrehåndet.

Kast med en bold

- Stå overfor hinanden to og to med lidt afstand imellem jer
- Kast og grib bolden med én hånd

Knap knapperne eller lyn lynlåsen i en skjorte/kittel/jakke

- Tag en skjorte/kittel/jakke på, mens den ene arm hænger slapt og knap/lyn skjorten/jakken med kun én hånd
- Tag tid på, hvor lang tid det tager med kun en hånd og med begge hænder

Skriv med den "forkerte" hånd

Skriv disse sætninger færdige:

I går spiste jeg _____

Jeg kan bedst lide, når _____

Det, jeg har lært om stroke, er _____



PRØV EN FUNKTIONSNEDSÆTTELSE (2/2)

Mål: At I ved, hvilke udfordringer man kan opleve i hverdagen, hvis man får et stroke

Omfang: Ca. 30 minutter

Materialer: Skjorte/jakke, bold, beskyttelsesbriller, pap, tape, bog, papir, blyant, ur, saks



Prøv så at forestille jer, at I har svært ved at se

Et stroke kan påvirke synet ved, at man ofte taber halvdelen af synsfeltet på hvert øje.

Læs en bog

- Sæt mørkt pap/malertape for halvdelen af hvert brilleglas på et par beskyttelsesbriller
- Tag brillerne på og læs i en bog

Spil fodbold

- Tag tomme toiletpapirsroller eller plastikkrus, hvor der er skåret et hul i bunden og lav dem til briller ved hjælp af noget elastik
- Alle i klassen skal nu have et par briller på og prøve at spille fodbold

