

## Högläsning av dagstidning



### Målsättningar:

- Främja kommunikation och social interaktion bland de äldre.
- Stimulera kognitiv aktivitet genom läsning och diskussion av nyheter och artiklar.
- Skapa en trevlig och avslappnad stämning genom högläsning.
- Föra in något nytt och intressant i de äldres vardag.

### Beskrivning:

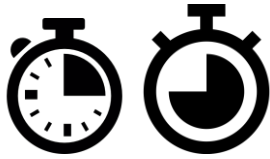
- **Tid och plats:** Bestäm en lämplig tid och plats för högläsningen. Det kan vara i en gemensam matsal eller annat gemensamt utrymme där de äldre kan samlas bekvämt och sitta ner.
- **Val av tidning:** Välj en dagstidning som är lämplig för målgruppen, med intressanta artiklar som kan engagera de äldre. Det är bra att variera tidningen ibland för att hålla det intressant.
- **Utrustning:** Du kan använda en vanlig tidning eller projicera tidningen på en skärm om det behövs för att öka textens läsbarhet.
- **Förberedelse:** Innan högläsningen börjar, bläddra igenom tidningen och välj ut några intressanta artiklar eller rubriker att läsa högt. Det är också bra att ha några frågor eller diskussionspunkter förberedda för att uppmuntra samtal efter läsningen.
- **Högläsning:** Läs högt, tydligt och lugnt. Se till att anpassa din röstvolym så att alla kan höra, men undvik att skrika. Ta pauser för att låta de äldre reflektera eller ställa frågor.
- **Diskussion:** Efter att du har läst en artikel, inled en diskussion med de äldre. Fråga om deras åsikter om ämnet, om de har några personliga erfarenheter att dela eller om de har några frågor. Detta uppmuntrar till interaktion och engagemang.
- **Tid för reflektion:** Avsluta högläsningen med en kort tid för reflektion där de äldre kan dela sina tankar om sessionen eller om det de har lärt sig.

### Vad behövs för att utföra aktiviteten:

- En dagstidning med intressanta artiklar.
- Eventuellt en projicerad bild av tidningen för bättre synlighet.
- Förberedda frågor och diskussionspunkter.
- Någon som kan utföra högläsningen.
- Ett utrymme med sittplatser där högläsningen kan äga rum.

Högläsning av dagstidningen kan vara en utmärkt aktivitet på äldreboenden för att främja samhörighet och kognitiv stimulans. Det är också en möjlighet att hålla de äldre informerade om aktuella händelser och diskutera deras åsikter och erfarenheter.

**Tid: Kort eller lång**



**Aktivitet: Aktiverande**



**Gemenskap: Tillsammans**



20-30 minuter eller mer.

Utförs i med en grupp äldre.

Källa: aktiviteten är skapad med inspiration av modeller och idéer från nationella materialbanker ([Äldreinstitutets material på svenska](#), [Hyvä mieli – Pohdintoja mielen hyvinvointiin -työkirja ikäihmisille](#), [Vahvike-aineistopankki](#)) samt ChatGPT:s förslag