

Freundliche Hinweise für Älteste

Willkommen zur RAK-Woche! RAK steht für Random Acts of Kindness. Jedes Jahr ermutigen wir andere, sich diese Woche die Zeit zu nehmen, sich wirklich auf Freundlichkeit zu konzentrieren und herauszufinden, wie sie tiefer eintauchen können, um RAKs in ihrer Community zu verbreiten. Dieser One-Pager bietet einen einfachen, aber effektiven Unterrichtsplan für Ihr Klassenzimmer für die RAK-Woche.

Jeder Tag sollte etwa 15–20 Minuten in Anspruch nehmen (ohne Vorbereitung/Aufräumen). Sie können die Aktivitäten bei Bedarf erweitern, indem Sie den Abschnitt „Erweiterungen“ auf der linken Seite jedes Tages verwenden. Allerdings ist es mehr als genug, die Aktivität jeden Tag durchzuführen, um den Wert von Random Acts of Kindness und die Wirkung, die es auf andere hat, unabhängig von Ihrem Alter, deutlich zu machen! [Kasse Die Geschichte der RAK-Woche](#) Für mehr Information!

Materialien: Karton, Aufkleber, Künstlerbedarf, Umschläge, Stempel, schwarzer Filzstift

Täglicher Unterricht

Verlängerung für Tag 1

1

Vorlesen:

Seien Sie freundlich

Pat Zietlow Miller

[Link zum Vorlesen](#)



Tag 1 – Erkundung der örtlichen Ältesten

Erklären Sie die RAK-Woche und wie die Klasse Freundlichkeitsnotizen erstellt, um Freundlichkeit über das Klassenzimmer hinaus und in Pflegeheimen zu verbreiten. Erkunden Sie als Klasse verschiedene Möglichkeiten, wohin Sie Ihre Freundlichkeitsnotizen senden können. Gibt es in der Nähe ein Pflegeheim oder betreutes Wohnen? Wenden Sie sich an den Aktivitätsleiter, um eine Liste mit den Namen der Ältesten an dem von Ihnen gewählten Ort zu erhalten.

Verlängerung für Tag 2

2

Fangen Sie die

Freundlichkeit ein: Mit

einem Ball sagt eine

Person einen

freundlichen

Gedanken über sich

selbst und die

Person, der sie den

Ball zuwirft. Beziehen

Sie alle mit ein!



Tag 2 – Brainstorming-Sitzung

Da wir nun die Namen unserer Ältestengruppe kennen, können wir uns über verschiedene kreative Möglichkeiten Gedanken machen, wie wir Freundschaftsnotizen anfertigen können. Geben Sie bei Bedarf Beispiele wie diese an: [Beispiel](#) Erinnern Die Studenten sagten, dass viele Älteste Kunst als Mittel zur Verschönerung ihrer Räume oder Häuser betrachten. Ermutigen Sie sie, klar und groß zu schreiben. Lassen Sie sie außerdem detaillierte Kunstwerke und fröhliche Bilder auf der Notiz hinzufügen, um jemandem den Tag zu verschönern!

Verlängerung Tag 3

Personalisierte

Karten:

Lassen Sie die

Schüler eine schöne

Namenskarte für ihre

Ältesten entwerfen,

die sie an der Tür

aufhängen können!



Tag 3 – Schreiben Sie Ihre Notiz

Heute ist Schreibtag! Stellen Sie sicher, dass jedem Schüler eine bestimmte Person zugewiesen ist, an die er schreiben kann. Schreiben Sie gebräuchliche Wörter an die Tafel, um die Rechtschreibung zu erleichtern. Bitten Sie die Schüler außerdem, ihre Notiz leicht mit Bleistift zu schreiben, damit sie bearbeitet werden kann, bevor sie sie mit schwarzem Filzstift durchgehen. Erinnern Sie die Schüler daran, in großen Buchstaben zu drucken.

**Verlängerung für Tag
4**

Freundlichkeitscollage
e: Durchstöbern Sie
Zeitschriften und
finden Sie nette
Bilder und Worte!
Erstellen Sie ein
Freundlichkeitsboard!



Tag 4 – Bilder/Dekorationen hinzufügen

Fügen Sie Ihrer Freundlichkeitsnotiz Bilder und Dekorationen hinzu. Erinnern Sie die Schüler daran, ihre Notiz als echtes Kunstwerk zu betrachten, das dauerhaft im Zimmer ihrer Ältesten oder zu Hause ausgestellt werden kann. Nehmen Sie sich Zeit und stecken Sie Ihr Herz in Ihre Kreation!

**Verlängerung am 5.
Tag**

Tagebucheintrag-
Schreiben oder
zeichnen Sie über
Ihre RAK-Woche. Was
hat dir am besten
gefallen?



Tag 5 – Versenden Sie die Notizen!

Heute ist der Tag, an dem Sie das Klassenzimmer verlassen und Ihre Freundlichkeitsnotizen überbringen können. Wenn Ihr Pflegeheim (oder ein anderer Ort) in der Nähe ist, planen Sie einen persönlichen Besuch ein! Wenn nicht, schreiben Sie Namen und Adressen handschriftlich auf Umschläge, bevor Sie sie alle in einem großen Paket verschicken. Bitten Sie den Aktivitätsleiter, sich nach Erhalt der Post zu melden!