

Průběh jednotlivých aktivit v období nouzového opatření

Na našem domově za běžných okolností probíhá spousta různých aktivit pro naše seniory, kterými se snažíme vyplnit jejich volný čas. Bohužel v tomto výjimečném období tzv. nouzového stavu, který přetrvává kvůli výskytu onemocnění Covid-19 jsme museli aktivity upravit tak, aby byla dodržena vhodná opatření k ochraně a bezpečí všech seniorů. Aby nemuseli po tuto dobu klienti pouze pasivně zůstat osamoceni na svých pokojích, přizpůsobili jsme aktivity na individuální. Docházeli jsme na jednotlivé pokoje a snažili se různými činnostmi rozptýlit naše klienty.



Pohybové aktivity

Klienti rádi docházeli na skupinová cvičení. Tentokrát průběh takového cvičení probíhal přímo na pokoji klienta. Kromě cviků na protažení rukou i nohou jsme využívali i různých cvičebních pomůcek. Na posilování končetin například gymnastickou gumu či míč overball. Na celkovou masáž těla využili masážní ježky, válečky a masážní trojnožku.



Trénování paměti

Trénink paměti je trénování nejrůznějších mozkových funkcí s využitím všech smyslů. Trénuje se celkové spektrum koncentrace, vyhledávání slov, formulování, myšlení v souvislostech, rozhodování a logické myšlení.

Cvičení obsahují například: doplňování slovních párů, úhrnné vyjmenovávání, nalézání protikladů, přísloví, nadřazování pojmů, písně na dané téma, dvojsmysly, trénování rozlišovacích schopností různých smyslových orgánů, přiřazování pojmů, bludiště, křížovky, číselné čtverce apod.

Naši klienti tuto aktivitu mají rádi. Vždy se těší, co nového jsme si pro jejich mozkovou činnost přichystali. Přinesou se jim zadané úkoly jednotlivě po pokojích a buď sami, nebo s dopomocí aktivizační pracovnice vypracují.



Společenské hry

I naši klienti se občas rádi pobaví při dobré společenské hře. A ačkoliv se nemohou sdružovat ve větších skupinách, dvoulůžkové pokoje umožňují i tyto aktivity. Takové „Člověče, nezlob se“ nebo „Bingo“, Kriskros, karty či křížovky“, to vše ke zlepšení nálady a úsměvu na rtech někdy postačí.



Rukodělné práce

I tato aktivita se dá provádět individuálně na jednotlivých pokojích. Máme klientky zdatné na pletení, háčkování, lepení. Dokonce i pár klientů-mužů se zapojuje do těchto aktivit....natíráním, lakováním a nebo zahradničením.

Sice našim klientům chybí ta kolektivní spolupráce, společnost ostatních klientů, posezení při kávičce, vyprávění zážitků nebo předání svých zkušeností. Přesto se dokázali přizpůsobit k ojedinělé výjimečné situaci a pokračovat ve svých aktivitách, i když jen individuálně.



Rehabilitace

V době mimořádného stavu i nadále probíhalo rehabilitování našich klientů. Ať už formou chůze za pomoci kompenzačních pomůcek, tak i masáže a parafínové zábaly jednotlivých částí těl. Těchto služeb klienti využívají velmi rádi a vždy se dopředu moc těší.



Hudební aktivita

Naši klienti mají moc rádi hudbu. Ať už aktivní, formou zpěvu nebo hraním na hudební nástroje, tak i pasivní poslechem hudby. Na oddělení zvláštního režimu tato aktivita zaznamenává obzvlášť veliký úspěch, a proto i nadále probíhá. Prozatím jen v malých skupinkách klientů nebo individuálně.

Při individuálním zpívání se aktivizační pracovník plně věnuje pouze jednomu klientovi. Je prostor pro čistě individuální práci na všech úrovních. Možnost využít jak aktivní, tak i pasivní techniky.



Reminiscence

Reminiscenční terapie je odborný název pro práci se vzpomínkami a vzpomínáním, které blahodárně působí na zdraví a mentální svěžest člověka. Jako reminiscenční terapie je obvykle označován rozhovor terapeuta, aktivizačního pracovníka se seniorem nebo skupinou seniorů o jeho dosavadním životě, jeho dřívějších aktivitách, prožitých událostech a zkušenostech. Využívá se k tomu často vhodných pomůcek jako staré fotografie, předměty, pomůcky užívané v domácnostech, pracovní nářadí, filmy, hudba atd.

S našimi klienty využíváme při reminiscenci převážně fotografie a vzpomínkový kufřík.



Na našem domově v průběhu nouzového opatření se všichni, včetně PSS, rehabilitačních pracovníků, sociálních pracovníků, ale i těch ve vedoucích funkcích, snažili celou situaci našim klientům co nejvíce usnadnit, zpestřit a rozveselit. Kromě všech těchto popisovaných aktivit jsme umožnili klientům, kteří byli zvyklí na každodenní procházky venku, za doprovodu personálu jejich rituály nepřerušit.

