

“DOMSKI ŽIVOT”

STAROST VAS NE ŠTITI
OD LJUBAVI,
ALI VAS ZATO LJUBAV ŠTITI
OD STAROSTI.

Jeanne Moreau

RO
UX
DESIGN

@motivational.roux



Februar, 2024

***KORISNICI PIŠU...**

*Čak i kada mi se sve ruši
jaka sam u duši.*

*Jednog dana kasnije biti će sve jasnije
Nećemo se kriti....
iako od toga koristi neće biti.*

Nemir

Nemir je u travi, cvijeću i lišću, u letu ptica i sjaju rose.

Nemir je more i zvjezdano nebo.

Nemir se pretvara u noć i dan i postaje život.

Jer....

Nemir smo mi i nemir je u nama.

*KREATIVNI RAD



“Sretna sam što u životu imam dobre ljude;
A kada nađete dobre ljude, morate ih se čvrsto
držati.” (Rahima)



“Kada odrastete, otkrit ćete da imate dvije
ruke... Jednu za pomaganje sebi, a drugu
za pomaganje drugima.” (Zekija)



“Najljepše stvari – kojih ima u svijetu – ne
mogu se vidjeti, niti čak dodirnuti. Moraju se
osjetiti srcem.” (Milka)

*AKTIVNOSTI ZA KORISNIKE



Grupni rad s korisnicima - Edukativne teme

U ovom mjesecu razgovarali smo o “Zlatnoj životnoj dobi”, “Brizi o zdravlju”, te “Alternativnoj medicini”.

Volonterka Lana Kulenović (Druga gimnazija, Sarajevo)

ponovo posjetila korisnike Centra i održala radionicu “Druženje uz smijeh i film” gdje su korisnici uživali u prisjećanju svima poznatog filma *Tesna koža*.



Sekcija "Igre bez granica"

Lokomotoričke vježbe uz zabavne društvene igre. Veliki broj korisnika je sa radošću prihvatio poziv na učešće u navedenoj sekciji i proveli su vrijeme uz veselje, smijeh i radost prilikom postizanja maksimalnog broja poena.



Muzička sekcija



Na muzičkoj sekciji za korisnike smo puštali muzičke numere po njihovim željama. Obično su to sevdalinke, starogradske pjesme ili narodne pjesme starijih izvođača. Nerjetko se desi i da neko od korisnika zapjeva, a na kraju je obavezno kolo za sve prisutne.

Bingo



Najočekivanija i najposjećenija aktivnost za korisnike, nagradna igra “Bingo” u kojoj za pobjednike uručujemo simbolične nagrade. Svaki mjesec izvučemo dva pobjednika korisnicu i korisnika. Često se desi da Bingo dobije i veći broj korisnika, od predviđenog, kao što je to bio slučaj u mjesecu februaru. Dobitnicima čestitamo, ostalima želimo više sreće drugi put!

Turnir u šahu

Organizovali smo turnir u šahu za korisnike naše ustanove kako bismo promovisali intelektualnu aktivnost i socijalnu interakciju među njima. Obezbijedili smo raznovrsne nagrade za pobjednike i sve učesnike kako bismo dodatno motivisali i nagradili njihov trud i angažovanje. Šah je izuzetno koristan za razvoj intelektualnih vještina poput strategije, koncentracije i analitičkog razmišljanja, ali takođe i za razvijanje socijalnih veština kroz takmičenje i druženje sa drugima. Ovo je bio sjajan način da se korisnici ustanove okupe, druže i uživaju u izazovima šaha.



Rođendani



Organizovali smo proslavu rođendana za korisnike naše ustanove koji su rođeni u februaru kako bismo proslavili njihove specijalne dane i doprinijeli njihovom blagostanju. Svaki mjesec, kao tradiciju, korisnicima obezbjeđujemo kolač, sok i kafu kako bismo ih obradovali i pružili im dodatno zadovoljstvo. Pokretni korisnici su proslavljali u restoranu, dok su nepokretni imali proslavu u svojim sobama, uz isti nivo pažnje i brige. Na proslavi je bilo muzike, pjevanja i igranja kako bi atmosfera bila vesela i prijatna za sve prisutne.

Rad s nepokretnim korisnicima i dementnim korisnicima

Rad s dementnim i nepokretnim korisnicima zahtijeva poseban pristup i pažljivo planiranje aktivnosti koje će biti korisne i prilagođene njihovim potrebama.

Izvođenje nepokretnih: Ovo može uključivati različite aktivnosti poput slušanja muzike, pričanja priča ili čitanja knjiga, gledanja fotografija ili filmova, crtanja ili slikanja, ili čak jednostavnih senzornih aktivnosti poput dodira različitih tekstura.

Rad na lokomotoričkim vježbama s dementnim korisnicima: Ovo može biti izazovno, ali i veoma korisno. Lokomotoričke vježbe mogu uključivati lagane pokrete udova, istezanje, pasivne vježbe mobilizacije zglobova, ili čak vježbe disanja. Važno je prilagoditi vježbe individualnim sposobnostima i potrebama korisnika, te ih izvoditi pažljivo i uz podršku.



Svakodnevna njega i rad s korisnicima svih uposlenih Gerontološkog centra od iznimnog je značaja



Voditi brigu o svim segmentima boravka korisnika u centru zahtijeva multidisciplinarni pristup i posvećenost svakog člana osoblja. Evo nekoliko ključnih segmenata koji se obično obuhvataju:

Medicinska njega: Ovo uključuje pružanje medicinske njege, praćenje zdravstvenog stanja korisnika, davanje lijekova, briga o higijeni, prevencija povreda i bolesti, kao i brza reakcija u hitnim situacijama.

Psihološka podrška: Osoblje treba biti osposobljeno za pružanje emocionalne podrške korisnicima, posebno onima koji se bore s demencijom ili drugim mentalnim zdravstvenim stanjima. To može uključivati slušanje, razgovor, pružanje informacija i savjeta, te podršku u suočavanju s izazovima.



Socijalna interakcija: Organizacija aktivnosti i događaja koji promovišu socijalnu interakciju među korisnicima kako bi se izbjegla usamljenost i izolacija. To mogu biti grupne igre, radionice, kulturni događaji ili jednostavno vrijeme za druženje.

Fizička aktivnost: Osoblje treba voditi brigu o tome da korisnici redovno vježbaju ili su uključeni u aktivnosti prilagođene njihovim sposobnostima. Ovo može uključivati fizičku terapiju, šetnje, vježbe istezanja ili druge oblike aktivnosti.

Ishrana: Osiguravanje uravnoteženih obroka i prilagođene ishrane za svakog korisnika, uzimajući u obzir njihove individualne potrebe, preferencije i eventualne medicinske uvjete.

Osiguranje higijene i sigurnosti: Redovno čišćenje prostora, održavanje higijene i sanitarnih standarda, kao i osiguranje sigurnosti korisnika u svim segmentima njihovog boravka.

Kulturne i duhovne potrebe: Osiguravanje pristupa kulturnim i duhovnim aktivnostima koje odgovaraju interesima i uvjerenjima korisnika, kao što su verske ceremonije, molitve, ili kulturni događaji.



Kombinacija pažnje prema svim ovim segmentima osigurava da korisnici imaju kvalitetan i podržavajući boravak u vašem centru.



***SARADNJA SA DRUGIM INSTITUCIJAMA**

Upoznavanje i pridruživanje, uz muziku i kreativnu radionicu

Održana prva tematska radionica za korisnike Gerontološkog centra u prostorijama KJU Porodično savjetovalište. Urađena "Piramida života" i "Opiši sebe jednom riječju". Na kraju radionice korisnici su uradili zahvalnicu za edukatora. Planirana je daljnja slična saradnja, sve u cilju doprinosa boljoj kvaliteti života osoba starije životne dobi.



Gostovanje TV SA -



Gostovanje korisnika naše ustanove u prilogu televizijske emisije povodom Dana zaljubljenih bilo je izuzetno inspirativno i emotivno iskustvo. Korisnici su podijelili svoje ljubavne priče o njihovim dugogodišnjim brakovima, sadašnjim romantičnim susretima i prijateljstvima koja su im posebno značajna. Također su govorili o tome kako su pronalazili ljubav i podršku unutar naše ustanove i zajednice, ističući važnost međusobne podrške i zajedništva.