

# “DOMSKI ŽIVOT”



Mart 2024. godine.

## Korisnici pišu...



Trebamo biti jaki pored svih prepreka i nedaća osoba sa invaliditetom.

Toliko na svijetu ima bolesnih osoba i sve je više mladih i djece.

Mislimo na njih i suosjećajmo se sa njima.

Budimo im primjerom podrška i vjetar u leđa.

P.V.

***Hvala našoj Verici koja nikada nije klonula duhom.  
U Gerontološkom centru živi 27 godina.***

## Život u Gerontološkom centru – Moja priča



Moje ime je Ramiz Vlaičić, rodom sam iz Goražda, a živio sam u Lepenici. Imam 75 godina, potpuno sam samostalan, pokretan i mogu normalno živjeti. Za ovo mogu zahvaliti svom osoblju Gerontološkog centra, uz čiju pomoć sam ostao u životu, ojačao, te popravio svoje zdravstvena stanje.

Posebno su pomogli fizioterapeuti. Počeo sam sa fizikalnim terapijama vježbama u krevetu. Samo njihova upornost i moja volja doprinjeli su da pođem postepeno ustajati. Naime, prije dolaska u Centar bio sam jako bolestan i doktori su mislili da neću preživjeti, niti se oporaviti. U Gerontološki centar sam stigao potpuno nepokretan, koristio sam pelene i hranili su me putem sonde.

Sada samostalno brinem o sebi, samostalno radim redovno vježbe u Trim kabinetu, te samostalno idem na izlaz. Moja porodica je prezadovoljna.

## Kulturno – zabavni sadržaji u Gerontološkom centru

Korisnici su imali priliku družiti se sa učenicima škole Maarif, koji su za njih pripremili nastup uz pjesmu, kao i kratki igrokaz.



Ova kulturno–zabavna aktivnost bila je praćena zakuskom, dobrim raspoloženjem i dječijim osmijesima.

## Posjet Firme Lutrija BiH – druženje za korisnike uz tamburaše



Lutrija BiH obezbijedila je poklone i vrijedne nagrade za izvlačenje brojeva nagradne igre “Bingo”

## 8. Mart – Dan žena



Dan žena je prilika da se istakne snaga, mudrost i doprinos svake žene u zajednici. Životna iskustva i priče korisnica Gerontološkog centra inspirišu nas svakodnevno. Ovaj dan u Centru donio je radost, ljubav i poštovanje koje zaslužuju.



Povodom Dana Žena Gerontološki centar su posjetili i Viena osiguranje, Lions klub i O.Š. Mjedenica.

Korisnice, kao i korisnici imali su priliku uživati uz prigodan program, poklone i muziku.



## Edukativne grupe



U mjesecu martu radili smo teme: “Važnost dobre probave u trećoj životnoj dobi”; “Prirodni izvori željeza” i “Ramazanske price”. Kao i svakog mjeseca i u ovom smo kao jednu od tema radili “Slobodnu temu” – koju biraju naši korisnici. Ovaj put, u najvećem broju su se takli vremenskih promjena i njihovih utjecaja na naše zdravlje, a neki su željeli razgovarati i o početku proljeća.

## SEKCIJE

### Bingo

Dobitnici binga su korisnik Mulabdić Reuf i korisnica Markoš Olgica.



## Sekcija Kviz

Mnogo je pozitivnih efekata igre "Kviz" za starije osobe, koji ga čine važnim za mentalnu, socijalnu i emocionalnu dobrobit.



*Igrajmo kviz i doprinjet ćemo mentalnoj stimulaciji, boljem pamćenju, socijalnoj interakciji i povećanju samopouzdanja. Ovom igrom postizemo zabavu i radost.*

## Muzička sekcija



Muzika je socijalno povezivajući element, koji doprinosi upoznavanju, druženju i socijalnoj interakciji. Muzičkom sekcijom poboljšavamo raspoloženje korisnika i kod mnogih dolazi do smanjenja stresa.

## Likovna sekcija



## Sekcija "Igre bez granica"



Jedna od posjećenijih sekcija je svakako sportsko zabavna sekcija "Igre bez granica" u kojoj korisnici u tri različite discipline pokazuju svoje umijeće i spretnost.

## Rad s dementnim i nepokretnim korisnicima



U toku mjeseca redovno se izvode dementni i nepokretni korisnici sa kojima se obavlja grupni i individualni rad.



## Ramazan u Gerontološkom centru

Ramazan je deveti mjesec muslimanskog lunarnog kalendara. Post tokom ovog mjeseca je jedan od pet stubova islama i predstavlja put ka sticanju strpljenja i odricanja od loših navika.



### Ramazanska poruka korisnika Gerontološkog centra:

- \*Budite jedinstveni i pomažite se\* (T.S.) \*Pomažimo se bratski\* (M.S.)
- \*Pomozi drugima u mjesecu ramazanu\* (B.K.) \*Poštujte se i volite se\* (N.Z.)
- \*Spremi iftar prijatelju\* (B. L.)
- \*Nastavimo i nakon ramazana ponašati se moralno i dajmo vitre\* (V.Z.)
- \*U vrijeme ramazana osjeti sabur\* (S.S.) \*Ramazan je blagodat; Skinij grijehe, daj vitre\* (L.Z.)
- \*Pomozi onoliko koliko možeš, bez da očekuješ nešto za uzvrat\* (B.R.)
- \*Ne čini drugome što ne bi želio tebi da se učini\* (G.K.)
- \*Poštuj sva pravila posta\* (M.M.)
- \*Ponašajmo se cijeli život kao što se ponašamo u mjesecu ramazanu\* (M.O.)
- \*Poštujmo se i budimo složni\* (K.J.) \*Budi pošten i ne kradi\* (A.I.)
- \*Mjesec ramazan je izuzetak od svih drugih mjeseci i posebno je odabran\*\*Slušaj vjerske savjete i dobit ćeš oprost i milostivost\* (K.B.) \*Sij dobro i dobrom se nadaj\* (Š.Š.)
- \*Čuvaj se lošeg ponašanja, cijeli život moraš da se paziš\* (R.R.)
- \*Osjeti ljubav, daj oprost i pomoz drugima\* (S.S.) \*Pomoz drugima, čini dobro uvijek\* (J.F.)

## Uskrs u Gerontološkom centru

Uskrs je najveći i najvažniji kršćanski blagdan. Naravno da nismo propustili priliku da sa našim korisnicima proslavimo ovaj veliki praznik. Povodom obilježavanja Uskrsa, korisnici su farbali uskršnja jaja, koja su veoma rado podijelili sa ostalim korisnicima i uposlenicima.



## Saradnja s drugim institucijama

Nastavljena je saradnja sa KJU Porodično savjetovalište. Uposlenik KJU Porodično savjetovalište, Amer Šenderović, održao je radionicu za korisnike na temu "Položaj u grupi".

Korisnicima su veoma zanimljive radionice koje se za njih priređuju, te ih rado posjećuju.



Učesnici zainteresovani za temu, te raduju se ponovnom susretu i nastavku suradnje.

U prostorijama KJU Porodično savjetovalište započeta je i psihosocijalna podrška za korisnike Centra koji imaju potrebu za istom.

***Hvala svim našim korisnicima,  
koji i pored svih izazova sa kojima se suočavaju uspijevaju da se uzdignu snagom  
volje i jedinstvenošću.***

***Vaša snaga i hrabrost su inspiracija za sve nas.***