

odborný časopis



sociální služby

cena: 50 Kč / 2,3 €

Dobrovolnictví

jako cesta k aktivnímu
a smysluplnému
stárnutí

Evropský kongres:

Má dlouhodobá
péče v Evropě
budoucnost?

Hvězda kvality



Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky
www.apsscr.cz • www.socialnisluzby.eu

ročník: XX.
říjen 2018

Poradna konceptu Bazální stimulace



Na dotazy čtenářů odpovídá PhDr. Karolína Maloň Friedlová, certifikovaná lektorka a supervizorka, jednatelka INSTITUTU Bazální stimulace.

Dotaz:

**Jsem absolventkou
nástavbového kurzu Bazální
stimulace a s úspěchem provádím
u klientů (děti a mladiství
s kombinovaným postižením)
bodovou orofaciální stimulaci
dle prof. C. Moralese. Je možné
použít při této stimulaci obličej
také olejíček? Zatím ji provádím
jen „na sucho“.**

Děkuji za odpověď.

R. H., fyzioterapeutka

Odpověď:

Bodovou orofaciální stimulaci dle prof. C. Moralese lze provádět také s olejíčkem. Některým klientům bývá tento způsob příjemnější, zvláště je-li stimulace kombinovaná s aromaterapií. Pokud používáte ve vašem zařízení prvky aromaterapie a disponujete aromaterapeutickými oleji, můžete dle stavu klienta využít olfaktorické nabídky k povzbuzení účinku orofaciální stimulace. U klienta, který trpí spasticitou v obličejí, můžete pracovat s aromaterapeutickou směsí, jejímž účinkem je snížení svalového napětí. Nebo u klienta s úzkostí a strachem můžete použít směs, která zklidňuje, navozuje psychosomatický klid. Během odborných supervizí v zařízeních se velmi často setkávám s formou aplikace bodové orofaciální stimulace v kombinaci s aromaterapeutickým olejem ve snoezelnové místnosti s využitím dalších prvků konceptu Bazální stimulace, např. auditivní nabídkou.

Příklad dobré praxe

Senioři dobrovolníci

Jedním z dlouhodobých cílů našeho centra je podpora vyšší míry zapojení seniorů do společenského života, podpora jejich sebevědomí a také snaha vytvářet přirozené zdravé prostředí pro soužití všech generací. Proto ve všech svých činnostech cíleně podporujeme pozitivní mezigenerační dialog, např. v projektech Mezigenerační zahrada, Celé Česko čte dětem nebo Náhradní babička.

Text: Bc. Vlasta Faiferlíková

Mezigenerační a dobrovolnické centrum
TOTEM, z. s., Plzeň
www.totemplzen.cz



Aktivít TOTEM, z. s., se zúčastňuje pravidelně cca 850 seniorů, další senioři se zapojují jednorázově. V rámci některých aktivit také spolupracují s vedoucími různých svazů a klubů seniorů, a tím přispívají k aktivizaci další skupiny seniorů.

Seniorský dobrovolnický klub Letokruhy

Skupina seniorských dobrovolníků ve věkovém rozmezí 57–94 let dokáže přinést pomoc a podporu všude tam, kde je potřeba.

Klub Letokruhy vznikl neplánovaně. Činnost je různorodá a přináší radost nejen příjemcům pomoci, ale i jejím nositelkám a nositelům. První spolupráce vznikla v únoru 2012, kdy se na TOTEM, z. s., obrátila ředitelka DD Staňkov s prosbou o výrobu kapsářů nad postýlky dětí z Robinsona (odloučené pracoviště DD Staňkov, kde jsou děti, které se ocitnou v nouzi a potřebují okamžitou pomoc a ubytování). Při předávání kapsářů se babičky zamilovaly do dětí a děti zase do babiček a vznikla krásná spolupráce. Do Robinsona jezdíme pravidelně – jednou přivezeme zástěrky malým pomocníkům do kuchyně, jindy vlastnoručně vyrobené stolní hry, upečenou buchtu, ale hlavně máme čas na hry a pomazlení. Podobná spolupráce probíhá i s dalšími organizacemi v Plzni. Když je potřeba ušít kompenzační pomůcky pro postižené děti nebo vyrobit textilní hračku dětem pro radost, připravit malé dárečky – babičky z Letokruhů rády zasednou a vše potřebné vyrobí. Dokážou upéct výborné buchtíčky do klubové kavárny a nezaletnou se ani účasti při organizaci kulturní akce.

Oboustranně přínosná je i spolupráce s projektem Bojka – dům na půl cesty, kdy při společných setkáních učí kluky a holky, kteří mají nakročeno z dětských domovů do samostatného života, vařit, péct a vést domácnost. Přispívají dobrou radou, receptem, ale hlavně je vždy v klubovně cítit sounáležitost, vzájemný respekt a chuť být

pospolu. Letokruhy dokáží připravit kulturní vystoupení a potěšit své vrstevníky v domovech seniorů, organizačně zajistit různé jiné akce, stejně jako pomoci při sázení květin a úklidu nebo zaskočit v šatně při velkých akcích. Od roku 2015 Letokruhy podporují pacienty z oddělení sociálních lůžek v Plicní léčebně Janov. Pravidelně pro ně připravují program a významně tak ovlivňují klima léčebny a kvalitu života pacientů. Je obdivuhodné, že v poměrně vysokém věku dokáží ženy a muži z Letokruhů myslet na druhé a ukazovat cestu, která přináší pohodu, radost, pospolitost i smysl života bez ohledu na vyšší číslo v kolonce věk.

Dobrovolnice Jana B.

Dobrovolnice – seniorka, která dokáže udělat dobré *caffé latté* i doporučit skvělé čtení.

Jana po svém odchodu do důchodu hledala cestu z osamělosti a pocitu zbytečnosti, které byly tak silné, až se bála, že onemocní. Dobrovolnický pracuje osmým rokem. Zpočátku byla vyslána v rámci projektu Management dobrovolnictví pro podporu regionu do plzeňského obchůdku Buti Český západ, kde ji všichni měli moc rádi, a po jeho uzavření jí TOTEM, z. s., nabídl možnost dobrovolnické práce ve svých nových prostorách. Získal tak novou kolegyni, která pracuje ochotně dobrovolnický i šest hodin denně – vede klubovou kavárničku Kafičko a knihovničku, kde dokáže doporučit k půjčení dobré čtení. Zatím je smutná, že její knihovna není moc využívána, ale věří, že jednou půjdou TOTEMové knížky zase „na dračku“. Paní Jana bez problémů vypomůže v recepci, dokáže povzbudit klienty, je prostě všude tam, kde je potřeba. Stala se důležitou součástí TOTEMového týmu pro svoji milou a příjemnou povahu, spolehlivost a pracovitost.

Dobrovolník Vladimír D.

Senior – dobrovolník, který tvrdí, že má všechno, co potřebuje, a ještě může dávat tam, kde je potřeba.

Pan Vladimír k nám přišel v roce 2007, po svém odchodu do předčasného důchodu. Nabídl něco ze svého času a svých praktických dovedností ve prospěch těch, kteří po-