

# Sobivanje z demenco

## Projekt ŠIPK



Starostniki so v dom starejših občanov (v nad. DSO) deležni različnih strokovnih obravnav. V DSO-ju so zaposleni (strokovni delavci) delovni terapevti, fizioterapevti in socialni delavci. Skozi različne prireditve tam poteka tudi medgeneracijsko druženje. Starostniki z demenco, ki živijo doma na svojem domu prejema le storitve patronažne službe, pomoč družini na domu in storitve socialnega servisa. Potrebujemo in želimo koristiti še več storitev, med katerimi je zaznati največ povpraševanja po storitvah delovne terapije in socialnega dela. Svojci osebe z demenco se zelo težko soočijo z diagnozo, zato potrebujejo veliko informacij o poteku bolezni, o načinu zdravljenja ter komunikaciji. Predvsem potrebujejo podporo in razumevanje okolice. Demenca je namreč kronično progresivna bolezen, za katero je značilen upad kognitivnih funkcij (spomin, mišljenje, orientacija, razumevanje, presoja in komunikacija). Nova paradigma oskrbe: poudarja človeka, njegove potrebe, pomoč pa je učinkovita, ko na potrebe človeka odgovori v skladu z njegovimi pričakovanji in nujami. Skozi obravnavo smo v najširšem pomenu sledili naslednjim ciljem: (1) Vplivali na kvaliteto življenja oseb z demenco v domačem okolju v smislu izboljšanja kognitivnih spretnosti in izvajanja vsakodnevnih aktivnosti. (2) Skozi program senzorne stimulacije oseb z demenco smo vplivali na boljše počutje (senzorna stimulacija je terapevtski pristop, ki stimulira čutila za povečanje budnosti ter zmanjševanje vznemirjenosti. Vključena so čutila: vid, sluh, okus, vonj, dotik in propriocepcija). (3) Sorodnike in socialne oskrbovalke na domu (v nad. SOND) smo učili temeljnih načinov komunikacije, ki pomirjajo osebo z demenco. (4) Nudili podporo sorodnikom. (5) Stik študentov s starostniki na domu je pomembno prispeval k medgeneracijski solidarnosti in vplival na krepitev vrednot mladih.

### Vključeni v projekt:

Pedagoški mentorici: **Marija Tomšič, Katarina Galof**

Vključeni študenti: **Ines Grebenc, Lea Mlekuš, Veronika Meke, Maša Rozman, Martina Simončič, Kristina Brenčič in Eufemia Barzelatto (DT, SI inOP)**

Partner (negospodarska oz. neprofitna organizacija): **Zavod za oskrbo na domu, Ljubljana**  
Strokovni sodelavec: **Marjeta Bizaj**

### PROGRAM ZA OSEBE Z DEMENCO

DAN/DELAVNICA	TEMA DELAVNICE / AKTIVNOSTI	OPIS
1.	Spoznavni dan - Spoznavne aktivnosti	- Predstavitve udeležencev (strukturiran intervju) - Petje ljudskih pesmi - Podajanje žoge - Oblikovanje priponke z imenom - Gibanje ob glasbi
2.	Gospodinske aktivnosti - Priprava sadne solate	- Gibanje ob glasbi - Priprava sadne solate
3.	Kreativne aktivnosti (različne tehnike)	- Likovno izražanje - Družabne igre - Telesna vadba
4.	Doživljanje letnih časov	- Izdelava poster kolaža na določeno tematico
5.	Senzorna stimulacija z eteričnimi olji Telesna aktivnost	- Pomiritev - Spodbujanje - Gibanje
6.	Gospodinske aktivnosti - Priprava sadnih nabolov	- Gibanje ob glasbi - Priprava sadnih nabolov
7.	Glasbeno - gibalne aktivnosti	- Gibanje ob glasbi - Petje ob glasbi - Športne aktivnosti ob glasbi
8.	Senzorno - kreativne aktivnosti	- Izdelava vajenice senzornih in ročnih spretnosti
9.	Komunikacija Telesna aktivnost	- Pogovor, jezik, izražanje - Pripovedovanje zgodb / Opisovanje dogodkov iz mladosti - Telesna vadba
10.	Gospodinske aktivnosti	- Vrtarjenje - Priprava malice
11.	Sproščanje in meditacija ob meditativni glasbi	- Telovadnica
12.	Zaključno srečanje	

#### Komunikacija – demenca

- Pozitiven odnos.
- Pozornost demence osebe
- Jasnost sporočila.
- Enostavnost vprašanja
- Pozorno poslušanje z ušesi, očmi in s srcem
- Odmori med posameznimi aktivnostmi
- Obvladovanje odpora
- Odgovor z naklonjenostjo in pomiritvijo
- Spomin na stare čase
- Smisel za humor

#### Kje poiskati pomoč

- Društva
- Pomoč na domu

#### Medicinski in tehnični pripomočki

- Za gibanje
- Varnost
- Osebna higiena

### PROGRAM ZA SVOJCE OSEBE Z DEMENCO

DAN/DELAVNICA	TEMA DELAVNICE / AKTIVNOSTI	OPIS
1.	Spoznavni dan - Spoznavne aktivnosti	- Predstavitve udeležencev - Predstavitve programa za svojece - Predstavitve programa za osebe z demenco - Na splošno o demenci - Oblikovanje priponke z imenom - Želje svojecev in cilji programa
2.	Prilagoditve doma	- Predstavitve pripomočkov - Predstavitve institucij in društev
3.	Senzorna stimulacija z eteričnimi olji Meditacija	- Pomiritev - Spodbujanje čutnih zaznav
4.	Kreativne aktivnosti (različne tehnike)	- Izdelava spominke skatle
5.	Asertivna komunikacija	- Predstavitve asertivne komunikacije na primerih in delo v parih
6.	Prehrana oseb z demenco in gospodinske aktivnosti	- Prehrana in njen pomen - Hidracija - Izdelava namaza
7.	Namenske aktivnosti za demenco osebo	- Praktična izvedba aktivnosti
8.	Glasbeno - gibalne aktivnosti	- Gibanje ob glasbi - Telesne aktivnosti v telovadnici
9.	Sproščanje in meditacija ob meditativni glasbi	- Tehnike pomiritvene masaže - Doživljanje demence
10.	Hortikultura	- Izdelava zeliščne gredice
11.	Telesne aktivnosti	- Telesne aktivnosti na prostem na blazinah
12.	Zaključno srečanje	



#### Pridobljene kompetence študentov

- Se naučili načrtovati in izvesti delovno-terapevtsko intervencijo,
- Se naučili analizirati zahteve aktivnosti in okolja ter jih uskladiti s sposobnostmi osebe z demenco,
- Razvili profesionalne spretnosti za izvedbo delovno-terapevtskih nalog,
- Poglobljeno spoznali problematiko, ki jo prinaša demenca z vidika zdrave in varne prehrane.
- Se naučili svetovati zdravo prehrano sorodnikom/skrbnikom in SOND.
- Se naučili oceniti stanje prehranjenosti osebe z demenco in zanj načrtovati prehrano.
- Se naučili svetovati medicinske in terapevtske pripomočke
- Se naučili timskega sodelovanja.
- Pridobili poklicno identiteto
- Pridobili komunikacijske spretnosti pri delu

