

Książka zawiera to, czego najbardziej brakuje osobom pracującym z seniorami – propozycje konkretnych zajęć. W codziennym zabieganiu, konieczności zapewnienia jak najlepszej opieki i zaspokajania indywidualnych potrzeb każdego seniora nie zawsze jest czas na kreatywne podejście do przygotowania zajęć terapeutycznych czy wypełnienia wolnego czasu podopiecznych. Publikacja jest odpowiedzią na tę potrzebę. Oferuje pomysły na zajęcia skierowane do osób starszych o różnych możliwościach intelektualnych i psychoruchowych. Jest propozycją dla osób pracujących z seniorami nie tylko w stacjonarnych domach pomocy społecznej czy zakładach opiekuńczo-leczniczych, lecz także w placówkach i instytucjach oferujących zajęcia pozostającym w swoich domach seniorom takich jak dzienne domy pomocy, kluby seniora, domy kultury, uniwersytety trzeciego wieku, fundacje i stowarzyszenia korzystające ze środków unijnych.

Małgorzata Brzezińska

doktor psychologii, absolwentka studiów doktoranckich w Instytucie Psychologii Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II, członek Polskiego Towarzystwa Psychologicznego. Swoje zainteresowania naukowe dotyczące okresu późnej dorosłości łączy z aktywnością praktyczną, pracując z osobami starszymi. Jest autorką i współautorką kilkunastu publikacji naukowych i popularnonaukowych, dotyczących m.in. okresu starzenia się i starości.

Mariusz Dorot:

(...) Autorki dają pracującym z seniorami solidną i atrakcyjną porcję narzędzi do codziennych spotkań. Najbliższym umożliwiają zobaczenie nieodkrytych do tej pory talentów członków swoich rodzin. Natomiast wolontariuszom podpowiadają, jak zrobić coś dobrego i pożytecznego dla innych i dla siebie. Zarówno osoba doświadczona, jak i taka, która po raz pierwszy organizuje zajęcia, doskonale odnajdzie się w tym zbiorze. Ten zbiór scenariuszy docenia życie osób starszych poprzez to, że daje im okazje do wyrażania siebie, bez względu na wiek i chorobę. A jest to niezwykle ważne, aby osoba starsza była słyszana, widziana, przede wszystkim zauważana. (...) Autorki dowodzą tego, że prowadzenie zajęć dla osób starszych to przede wszystkim spotkanie „z niepowtarzalnymi indywidualnościami, niosącymi ze sobą swój bagaż doświadczeń, mądrości i odczuć”. Uważam, że pomysły zawarte w książce mają w sobie siłę, moc oraz energię, i z pewnością mogą zasilić niejednego wyczerpany akumulator. Zbiór zachęca do własnych poszukiwań, pobudzając kreatywne myślenie i twórcze działanie. To wszystko sprawia, że jest to pożyteczne kompendium wiedzy, pomysłów i doświadczeń, dla wszystkich osób wspierających seniorów. Dobre scenariusze doprowadzają do relacji między uczestnikami zajęć, a zbiór ten daje szansę na takie spotkania.

Spis treści:

Wstęp

Specyfika zajęć dla osób starszych

Kwestie ogólne

Wskazówki do pracy z osobami z zaburzeniami słuchu

Wskazówki do pracy z osobami z zaburzeniami wzroku

Wskazówki do pracy z osobami z trudnościami w poruszaniu się

Wskazówki do pracy z osobami z otępieniem

Wskazówki w kwestii organizacji wycieczek

Ankieta dotycząca zainteresowań

Scenariusze zajęć

Zajęcia integracyjne

Smutki i radości starości

Bajka „...i żyli długo i szczęśliwie”

Szczęśliwy senior

Starość jako niepełnosprawność

Różni czy podobni?

Dobra starość – jak ją osiągnąć?

Starość, czyli co?
Wesołe jest życie staruszka (spotkanie słowno-muzyczne)
Dodatki

Szlachetne zdrowie...

„Na zdrowie”
Zdrowie na wesoło
Z higieną za pan brat
Inscenizacja bajki „Chory kotek” Stanisława Jachowicza
Wiem, co jem
Podkładki pod talerze
Przychodzi baba do lekarza...
U wód
Dodatki

Uczuciowy zawrót głowy

Jak się czuję?
Zabawy w uczucia
(Po)mieszane uczucia
Zobaczyć i usłyszeć emocje
Emocjonalne łamigłówki (wersja trudniejsza)
Emocjonalne łamigłówki (wersja łatwiejsza)
Miłość nie jedno ma imię
Dodatki

Kres życia

Perspektywa śmierci
Towarzyszenie choremu
Żałoba
Opieka nad grobami
Dodatki

Sport to zdrowie

Poranna gimnastyka na siedząco
Ćwiczenia na stojąco z kijami
Miniolimpiada I
Miniolimpiada II
Umysłowa gimnastyka
Sport z przymrużeniem oka – sesja zdjęciowa
Piłka kopana – drużyna narodowa
Dodatki

Moda i uroda

Recyklingowy pokaz mody
Powróćmy jak za dawnych lat...
Jubilerski kram
Guzik z pętelką
Diabeł tkwi w szczegółach
Dzień Piękności
Dodatki

Swojskie klimaty

Słoneczna kraina
Polskie kwiaty
Siano w roli głównej

Słomiany zapach
Ziołowo mi
W kurniku
Na ludowo
Dodatki

Blżej natury

Leśne przygody
Zapachy lasu
Przewodnik przyrodniczy
Ptasi gaj
Cuda z natury
Spacer po lesie
Dodatki

Zwierzyniec

Zoologiczne łamigłówki (wersja trudniejsza)
Zoologiczne łamigłówki (wersja łatwiejsza)
Zwierzęta o ludziach
Na safari
Poszukiwacze zwierząt
Zabawa tematyczna „Nasi pupile”
Pies z kotem
Dodatki

Może nad morze?

Na fali
Muszelkowy zawrót głowy
W kręgu kamieni
Kamienie szlachetne
Okrety
Na plaży
Na ryby
Rejs w nieznane
Dodatki

Podróże małe i duże

Poznajemy Japonię
Światowo
Łamigłówki geograficzne (wersja trudniejsza)
Łamigłówki geograficzne (wersja łatwiejsza)
Podróż w krainę fantazji
Dodatki

Smaki świata

Owoce świata
Czy znasz ten smak?
Owocowe łamanie głowy (wersja trudniejsza)
Owocowe łamanie głowy (wersja łatwiejsza)
Nie tylko sól
Czas na herbatkę
W pasiece
Dodatki

Art-eko, czyli sztuka ekologii

Ekologia na co dzień
Na okrągło
Muzyczny recykling
Pod prąd?
Z wiatrem i pod wiatr
Papier
Wyrol(k)owani
Woda (wersja trudniejsza)
Woda (wersja łatwiejsza)
Recyklingowe zawody
Teatrzyk recyklingowy
Dodatki

Geometryczny miszmasz

Zwierzęta w paski i w kropki
Gimnastyka z piłką i szarfą
Igła z nitką
Łamigłówki z kształtami
Rękodzieło geometryczne
Pompony
Dodatki

Aby język giętki powiedział wszystko...

Wieża Babel
Bohater: „K”
Gimnastyka języka
Językowe zabawy (wersja trudniejsza)
Językowe zabawy (wersja łatwiejsza)
Poskromić słowa
Sztuka pięknego pisania
Kaligrafia – inaczej
Dodatki

Indeks scenariuszy dla poszczególnych grup uczestników