

## Szakmai műhelytalálkozó

EFOP-1.9.8-17-2017-00007 azonosító számú  
Nyíregyháza-Városi Református Egyházközség szervezeti  
működés hatékonyságának növelése, nyújtott  
szolgáltatások minőségének fejlesztése című projekt

A demencia társas kapcsolatokra gyakorolt  
hatása.

### Mit tehetünk?

Jógyakorlatok szociális szakemberek részére

Dr. Vajda Norbert

Nyíregyháza, 2019. április 25.

SZÉCHENYI 1000



### Mit tehetünk?

- Fizikai környezet
- Eszközök
- Kommunikáció
- Jógyakorlatok - „csomagok”

### Speciális tárgyi feltételek

- ▶ Ne legyen szabadon hozzáférhető veszélyforrás,
- ▶ Biztosított legyen az elköborlás elleni védelem,
- ▶ Fontos, hogy mozgáskorlátozottak számára is igénybe vehető legyen a szolgáltatás.

Az így kialakított környezet:

- megkönnyíti a gondozók munkáját,
- kockázatsökkentést eredményez.

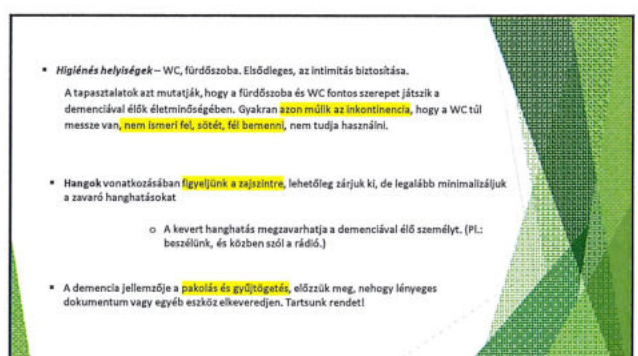
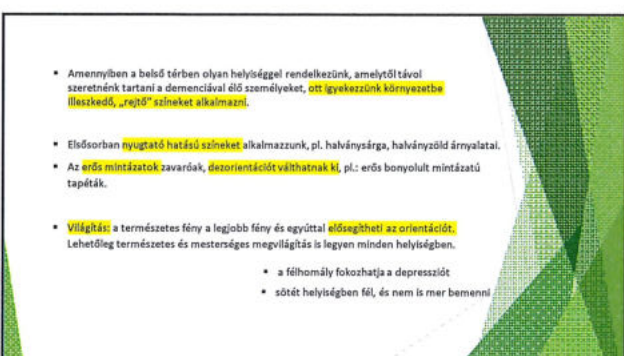
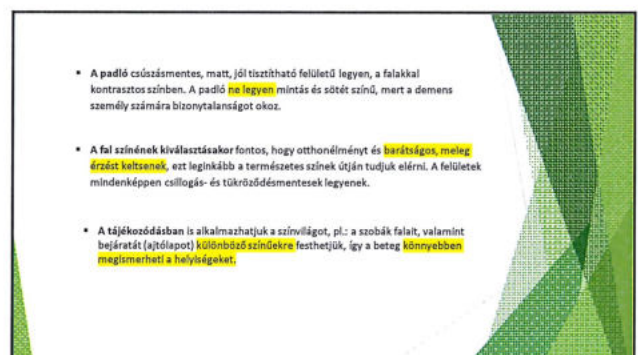
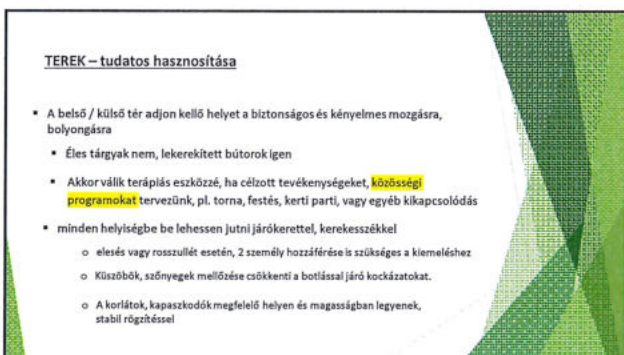
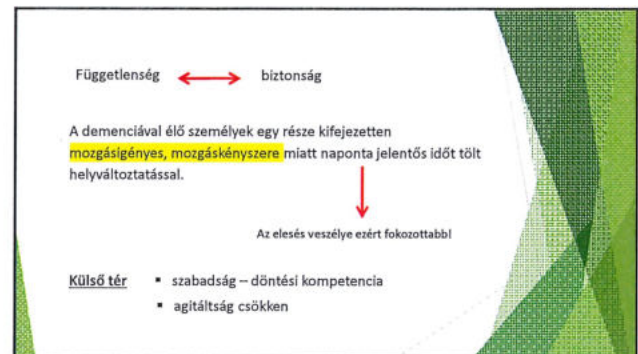
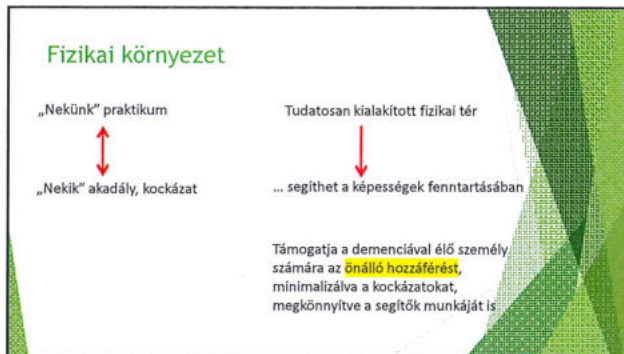
### Figyelni kell:

- ▶ Elhelyezkedés,
- ▶ Épület, szobák, méretek,
- ▶ Akadálymentesítés,
- ▶ Lépcső,
- ▶ Padló,
- ▶ Falak színei,
- ▶ Világítás,
- ▶ Hangok.

### Eszközök, kellékek

- ▶ Étkezés eszközei,
- ▶ Játékok,
- ▶ Kreatív eszközök,
- ▶ Modern eszközök,
- ▶ Bútorzat,
- ▶ Dísz tárgyak,
- ▶ Növények,
- ▶ Emlékeztetők,
- ▶ Tájékoztató jelzők és közlemények,
- ▶ Életvitelt segítő alkalmazás okoseszközre,
- ▶ GPS alapú személy-kereső,
- ▶ Érzékszervi és terápiás támogatások.

### FIZIKAI KÖRNYEZET



## ESZKÖZÖK

### Ételezés eszközei

- A demencia súlyosságától függően problémát okozhatnak. A villa beszerzésnél figyeljünk, hogy **ne legyen túl hegyes**. A bögrék, poharak, **nehézen törhetőek** és kevésbé borulósak, valamint jól **megkülönböztethetőek** (pl. eltérő szín vagy mintázat) legyenek.

### Kreatív eszközök

- Beszerzésükor győződjünk meg róla, hogy **egészségre nem ártalmasak**. A vágó eszközök tompa végűek legyenek.
- **Kerüljük** az egyértelműen **kisbabáknak** való játékokat.

### Bútorzat

- Stabil, **nem borulékony** állópolc, szék, asztal szükséges. Elsősorban lekerekített szélű berendezési tárgyakat válasszunk, ha erre nincs mód, az éles szögletekre **sarokvédőt** helyezhetünk.

### Emlékeztetők –

- Gyógyszer emlékeztetők és adagolók, amelyek az önálló gyógyszerbevételt segítik. **Jelölést adhat a gondozó felé is**, hogy megtörtént-e a gyógyszerbevétel.
  - **Orientáció** dátumra és időre – speciális óra, speciális naptár. Évszak, napszak, ünnepek jelölésére.
  - **Tájékozódási jelek és közlemények** – A különféle vizuális segédeszközök, **jelek vagy képek segíthetnek**, hogy **megtalálják** a környezetében lévő tárgyakat vagy szobákat, hogy emlékezzenek eseményekre vagy találkozókra.
  - **Életvitelt segítő alkalmazás okoseszközre** – Ezek lehetővé teszik a **hangüzenet rögzítését**, amely a napi beállított időpontokban aktiválódik

## KOMMUNIKÁCIÓ

- **Egyértelmű, tömör** legyen a kommunikációnk
- folyamatosan tájékoztassuk az egyént, hogy **mi fog történni**
- kérjünk **visszacsatolást**
- figyeljünk a **nonverbális** kommunikációra
  - gesztusok, arckifejezés, érintés és a hangszín
- Legjobb Barát\* úgy kommunikál, hogy **következetes, beszéde egyértelmű**, sokat dicsér, nem utasít, nem fenyegető, lassú, türelmes és nyugodt. Akadályozottság esetén, a kommunikációt elősegíthetjük különböző eszközökkel is, például **kommunikációs kártyával**

### Kommunikáció - több mint verbális kommunikáció

#### Napirend

- A jó napirend tartható, azonban kellően rugalmas.
- **Tervezhetővé válik** a gondozás, strukturálható a napi tevékenység és biztosítható az **állandóság**.
- Fontos:
  - Ne legyenek túl hosszú programok,
  - Legyenek szünetek.
  - Legyenek szabadidő programok.

### Kommunikáció - több mint verbális kommunikáció

#### Funkciókat kapcsolhatunk a térhez.

- A strukturált napirend alkalmazásához segítség, ha a **teret is strukturáljuk** – különböző tevékenységek eltérő helyszínen zajlanak
- A WC felirat vagy jelzés szemmagasságban, jól észrevehető módon kerüljön kihelyezésre.
  - o az ülőke elég magas és kontrasztos legyen, ez utóbbi a láthatóságot nagyban segíti
- Megkönnyíti a közlekedést a mozgásérzékelős, okos világítás kialakítása

### Kommunikáció - több mint verbális kommunikáció

- A résztvevők számára is értelemmel bíró, érdekes tevékenységek

#### Megmaradt képességeket középpontba

- **Önellátási, önkiszolgálási képességek.** Öltözködés, cipőváltás, kézmosás, WC használat, folyadékfogyasztás, étkezés, stb.
- **Kommunikációs képességek, nyelvi készségek, beszéd-készség és a megértés képessége.** Szókeresési nehézségek mérésére, kevésebb, egyszerű kérdésekre és kérdésekre való adekvát válaszok, stb
- **Mozgókészség, járásképesség megőrzése, a finommotorikát igénylő készségek gyakorlása, javítása.** Kéz ügyesség fejlesztése, különböző mozgásformák variabilitásának megőrzése, stb
- **Kognitív képességek megőrzése és lehetőség szerinti javítása.** 1. Figyelem, koncentráció. 2. Észlelés, érzékelés, gondolkodás. 3. Emlékezet, felidézés, memória

JÓGYAKORLATOK ....

Köszönöm a  
figyelmet!

*Handwritten signature*