

Integracja Polskich Seniorów Opiekunek z Ukrainy (ISO22) Scenariusz warsztatów „Jak opiekować się seniorem”

TEMAT: Jak opiekować się seniorem

CZAS TRWANIA: 1 godz.

ADRESACI: Seniorzy i opiekunki z Ukrainy.

CEL: Zapoznanie opiekunek i seniorów z podstawowymi czynnościami pielęgnacyjnymi i opiekuńczymi.

PROGRAM:

1. Zapoznanie zebranych z podstawowymi czynnościami pielęgnacyjnymi i opiekuńczymi.
2. Wspólne spędzanie czasu i terapia.
3. Organizacja dnia i czasu wolnego seniora.
4. Pierwsza pomoc przedmedyczna.

METODY PRACY: Prelekcja, pokaz, dyskusja.

ŚRODKI DYDAKTYCZNE:

- ✓ Wzrokowe: kartki papieru, długopisy, tablica, mazaki, film, rysunki, fotografie, rzutnik.
- ✓ Słuchowe: nagrania, głośniki.
- ✓ Wzrokowo słuchowe: multimedialne programy komputerowe.
- ✓ Automatyzujące: komputery, laptopy, telefony komórkowe.

PROGRAM SZCZEGÓŁOWY:

PODSTAWOWE CZYNNOŚCI PIELĘGNACYJNE I OPIEKUŃCZE

- ✓ Bezpieczne podnoszenie i przenoszenie podopiecznego.
- ✓ Technika ręcznego przemieszczania podopiecznego w łóżku góra-dół.
- ✓ Technika ręcznego obracania podopiecznego na bok.
- ✓ Przemieszczanie podopiecznego z łóżka na wózek i na odwrot.
- ✓ Technika zakładania pieluchomajtek.

WSPÓLNE SPĘDZANIE CZASU I TERAPIA

- ✓ Aktywność ruchowa seniora.
- ✓ Gimnastyka umysłu – gry.
- ✓ Muzykoterapia.
- ✓ Ergoterapia – angażowanie seniora w prace domowe.

ORGANIZACJA DNIA I CZASU WOLNEGO SENIORA

- ✓ Ułożenie stałego planu dnia.
- ✓ Spotkania towarzyskie.
- ✓ Ulubione zajęcia – hobby.
- ✓ Spacer, krótkie wycieczki.

PIERWSZA POMOC PRZEDMEDYCZNA

- ✓ Pierwsza pomoc przy omdleniach
- ✓ Pierwsza pomoc przy upadku
- ✓ Pierwsza pomoc przy ataku padaczki
- ✓ Telefony alarmowe, nocna i świąteczna opieka medyczna.

MATERIAŁY

1. Owczarek K., Łazarewicz M.A., Poradnik opiekuna seniora, Wolters Kluwer Polska, 2018
2. Zdrowie na okrągło, <https://download.cloudgdansk.pl/gdansk-pl/d/20161282536/zdrowie-na-okraglo.pdf>
3. Zrozumieć starość. Poradnik dla rodzin i opiekunów seniora – wydany przez Promedica 24 <https://promedica24.com.pl/opieka-nad-osobami-starszymi-poradnik/zrozumiec-starosc/>