

Scenariusz spotkania polskich seniorów i opiekunek z Ukrainy

WARSZTATY - JAK OPIEKOWAĆ SIĘ SENIOREM



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



**Rzeczpospolita
Polska**

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Cele:

Zapoznanie opiekunek i seniorów z podstawowymi czynnościami pielęgnacyjnymi i opiekuńczymi.
Integracja opiekunek z Ukrainy i seniorów z Polski.

Metody:

Prelekcja, pokaz, dyskusja.

Czas: 1godz.

Adresaci:

Seniorzy i opiekunki z Ukrainy.

Miejsce spotkania:

Ratusz Oliwski.



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



PRZEBIEG SPOTKANIA

- ▶ Przedstawienie tematyki zajęć:
- ▶ Zapoznanie zebranych z podstawowymi czynnościami pielęgnacyjnymi i opiekuńczymi.
- ▶ Wspólne spędzanie czasu i terapia.
- ▶ Organizacja dnia i czasu wolnego seniora.
- ▶ Pierwsza pomoc przedmedyczna.

PODSTAWOWE CZYNNOŚCI PIELĘGNACYJNE I OPIEKUŃCZE

- ▶ 1. Bezpieczne podnoszenie i przenoszenie podopiecznego.
- ▶ 2. Technika ręcznego przemieszczania podopiecznego w łóżku góra-dół.
- ▶ 3. Technika ręcznego obracania podopiecznego na bok.
- ▶ 4. Przemieszczanie podopiecznego z łóżka na wózek i na odwrót.
- ▶ 5.. Technika zakładania pieluchomajtek.

WSPÓLNE SPĘDZANIE CZASU I TERAPIA

- ▶ 1. Aktywność ruchowa seniora.
- ▶ 2. Gimnastyka umysłu - gry.
- ▶ 3. Muzykoterapia.
- ▶ 4. Ergoterapia - angażowanie seniora w prace domowe.

ORGANIZACJA DNIA I CZASU WOLNEGO SENIORA

- ▶ 1. Ułożenie stałego planu dnia.
- ▶ 2. Spotkania towarzyskie.
- ▶ 3. Ulubione zajęcia - hobby.
- ▶ 4. Spacer, krótkie wycieczki.

PIERWSZA POMOC PRZEDMEDYCZNA

- ▶ 1. P/p przy omdleniach.
- ▶ 2. P/p przy upadku.
- ▶ 3. P/p przy ataku padaczki.
- ▶ 4. Telefony alarmowe, nocna i świąteczna opieka medyczna.

MATERIAŁY

- ▶ 1. Poradnik opiekuna seniora - Krzysztof Owczarek, Magdalena Anna Łazarewicz.
- ▶ 2. Zdrowie na okrągło - poradnik wydany przez Urząd Miejski w Gdańsku - www.gdansk.pl/zdrowie.
- ▶ 3. Zrozumieć starość. Poradnik dla rodzin i opiekunów seniora - wydany przez Promedica 24
file:///C:/Users/joann/OneDrive/Desktop/Promedica24_Zaczyn_ZrozumiecStarosc.pdf

Generator Innowacji. Sieci Wsparcia 2

WSPIERAMY
INNOWACYJNE
ROZWIĄZANIA
NA RZECZ
OSÓB
STARSZYCH



Generator Innowacji



Fundusze
Europejskie

Wiedza Edukacja Rozwój



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Projekt „GENERATOR INNOWACJI. SIECI WSPARCIA 2” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

Projekt realizowany przez PCG Polska Sp. z o. o. w partnerstwie z Towarzystwem Inicjatyw Twórczych „e”.