

CSS TAU – Januárové aktivity so seniormi



Naše seniorky prežívali prirodzenú radosť z pohybu, hry a z telesných cvičení pomocou psychomotorického padáka a lopty. Psychomotorika je formou aktívneho odpočinku, procesom regenerácie a vhodnou aktivitou kompenzácie duševnej námahy. Pri cvičeniach im pomáhali inštruktorky sociálnej rehabilitácie...



Naše obyvateľky využívajú aj prvky reminiscenčnej terapie. Reminiscenčná terapia je terapia, pri ktorej spomínajú na časy prežité v kruhu blízkych. Sú to krásne, ale aj smutné spomienky na ich detstvo, mladosť a starobu. Naše obyvateľky majú rôzne spomienkové predmety ako je reborn-realistické bábätko, plyšové domáce zvieratá, spomienkové kufríky...

V starobe dochádza k značným zmenám v oblasti motoriky. Z tohto dôvodu si schopnosti obratnosti zaslúžia, aby sme im venovali viac pozornosti a niekedy k tomu stačia aj štipce na bielizeň alebo zošity prváčikov ...

