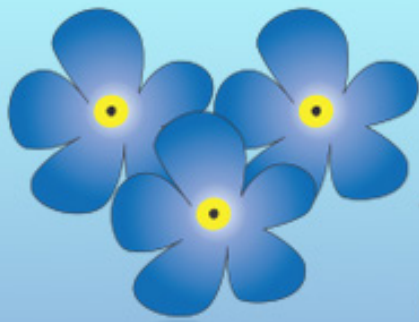


Spominčnik

Marec 2018



Spominčica

ALZHEIMER SLOVENIJA



USPOSABLJANJE ZA STROKOVNE DELAVCE IN SODELAVCE V DOMU HME- LINA

V ponedeljek 5. marca in danes, v torek 6. marca 2018, Spominčica v sodelovanju z Domom Hmelina d.o.o. v prostorih Doma Hmelina Radlje ob Dravi (Koroška cesta 67a) organizira brezplačno usposabljanje za strokovne delavce in sodelavce.

Usposabljanje poteka v okviru projekta Za demenci prijazno skupnost, ki ga sofinancira Ministrstvo za zdravje.



DRUGO SREČANJE USPOSA- BLJANJA “NE POZABI ME”

V torek, 6. marca 2018, je na Spominčici potekalo drugo predavanje spomladanskega sklopa usposabljanja “Ne pozabi me”. Tonica Golobič, dipl. medicinska sestra iz Univerzitetne psihiatrične klinike Ljubljana je predstavila možnosti sporazumevanja svojcev z bolnikom z demenco. Udeleženci so z velikim zanimanjem spremljali predavanje, saj je ustrezna komunikacija z osebo z demenco ključna veščina za ohranjanje uspešnega in srčnega odnosa. Predavateljica je podala veliko znanja in konkretnih primerov iz svoje dolgoletne prakse pri delu z osebami z demenco, udeleženci pa so aktivno sodelovali z vprašanji in delili tudi svoje izkušnje, dvome in stiske, kar je bilo za vse zelo dragoceno.



USPOSABLJANJE ZA STROKOVNE DELAVCE IN SODELAVCE V ZDRAVSTVENEM DOMU IZOLA

V ponedeljek, 12. marca in v torek, 13. marca 2018, je v Zdravstvenem domu Izola potekalo usposabljanje za strokovne delavce in sodelavce,

ki sta ga Spominčica – Alzheimer Slovenija in Zdravstveni dom Izola organizirala v okviru projekta “Za demenci prijazno skupnost”, ki ga financira Ministrstvo za zdravje.

Po uvodnem nagovoru direktorja Zdravstvenega doma Izola, gospoda Evgenija Komljanca, je predstavnica Spominčice Alenka Virant, mag. prof. andrag., predstavila demenco, ki je velik problem današnje družbe. Maja Jurjevčič, univ. dipl. psih., je spodbudila udeležence k razmišljanju o občutjih, s katerimi se srečamo ob osebi z demenco. Pomembno je, da te občutke prepoznamo. Tudi občutki, ki nam ne prinesejo ugodja so za nas pomembni, saj nas opozarjajo, da moramo nekaj v življenju spremeniti (način življenja, dejavnost...) in da moramo poskrbeti zase.

Amir Crnojević, org. soc., dipl. soc. menedž., je predstavil oblike pomoči v skupnosti, delovanje Zavoda ter njihovo storitev pomoč na domu in socialni servis. Dotaknil se je tudi programa organiziranega prostovoljstva s poudarkom na aktivnostih za osebe z demenco in njihove svojce. Udeleženke, ki izvajajo storitev pomoč na domu na Obali, so se vključile v pogovor s svojimi izkušnjami in prakso.

Zadnje predavanje ponedeljka je bilo namenjeno predstavitvi Demenci prijaznih ambulant, kar je osvetlila dr. Tatjana Cvetko, družinska zdravnica. Predstavila je na kaj mora biti pozorno zdravstveno osebje, ko v ambulanto vstopi oseba z znaki demence in kako zelo je pomembno, da skušamo tako osebo razumeti in ji pozorno prisluhniti. V obravnavi je nepogrešljiv tudi svojec, ki osebo z demenco, za katero skrbi, tudi najbolj pozna, saj lahko zdravnik v sodelovanju s svojci najbolj učinkovito in najhitreje pomaga.

Predavatelji torkovega usposabljanja, dr. Cecil Meuleberg iz Znanstveno-raziskovalnega središča Koper, prof. Gorazd Drevenšek in diplomirani biopsihologinji Špela Ocvirk in Doroteja Selan, so se v svojih predstavitev osredotočili na pomen zdrave prehrane na zdravje in vitalnost možganov ter o preventivnem življenjskem slogu, ki lahko zmanjša tveganje za demenco. Še vedno velja, da zdrava uravnotežena prehrana (zelo pomembno je, da so živila nepredelana in da je v njih ohranjenih veliko hranil), redna telesna vadba in dovolj kvalitetnega spanca močno vplivajo na dobrobit človeka in bistveno pripomorejo k zmanjševanju vnetij v našem organizmu, kar je zelo pomembno za naše dolgoročno zdravje.



USPOSABLJANJE ZA VZPOSTAVITEV DEMENCI PRIJAZNIH TOČK NA PTUJU

V torek, 13. marca 2018, je Spominčica v Domu upokojencev Ptuj organizirala usposabljanje za vzpostavitev Demenci prijaznih točk. Usposabljanje je potekalo v okviru projekta “Za demenci prijazno skupnost”, ki ga financira Ministrstvo za zdravje. Maja Jurjevčič, univ. dipl. psih., je razložila kaj je demenca, njene prve znake, zakaj je pomembno znanje o demenci in kaj so Demenci prijazne točke. V nadaljevanju pa se je Maša Bastarda, univ. dipl. soc. del., osredotočila na oblike pomoči iz socialnega in zdravstvenega varstva, ki lahko svojcem oseb z demenco olajšajo oskrbo doma.

Sledili so praktični primeri in sproščen pogovor o tem, kako lahko zaposleni pomagajo na Demenci prijazni točki. Med udeleženci je bilo kar nekaj stanovalcev Doma upokojencev Ptuj, ki so se vključevali v pogovor in podelili svoje dragocene izkušnje z osebami z demenco.

Prispevek o odprtju in usposabljanju so objavili tudi v oddaji TeleM na RTV Slovenija, Televizija Maribor.



VAJE ZA OHRANJANJE KOGNITIVNIH SPOSOBNO- STI V PROSTORIH CENETA ŠTUPARJA

V sredo, 28.03.2018, je Spominčica v sodelovanju z Večgeneracijskim centrom Nš Plac (Cene Štupar) organizirala 1-urno delavnico za krepitev spomina. V prijetnem vzdušju smo

se preizkusili pri reševanju besednih ugank, poznavanju slovenskih pregovorov, iskanju nasprotij in nadpomenk, iskanju izpeljank slovenskih imen in preverjanju kratkoročnega in dolgoročnega spomina. Udeleženci so aktivno sodelovali in se med vajami zabavali. Na kar nekaj nalog so odgovarjali na iznajdljiv način. Tovrstne delavnice so odlična priložnost za bistrenje možganov, druženje in aktivno preživljanje prostega časa. Spominčica bo v sodelovanju s Cenetom Štuparjem podobne delavnice kognitivnega treninga izvedla še v mesecu septembru, oktobru in novembru.



PRVI LETOŠNJI ALZHEI- MER CAFE V DSO LJU- BLJANA-ŠIŠKA

V ČETRTEK 15. 3. 2018, je v DSO Ljubljana - Šiška potekal prvi letošnji Alzheimer cafe. Naš gost je bil prof. dr. Peter Pregelj, dr. med., spec. psih., ki je po predavanju Vedenjske in psihične spremembe pri osebah z demenco, odgovarjal še na številna vprašanja obiskovalcev. Hvala predavatelju za obširno ponazoritev in zelo zanimivo predavanje.



SPOMINČICA NA DELOV- NEM SESTANKU PROJEKTA AD-GAMING V BUKAREŠTI

Med 22. in 23. marcem 2018 je v Bukarešti potekal četrti sestanek partnerjev projekta AD-GAM-

ING-oblikovanje programa usposabljanja za uporabo "resnih iger" za izboljšanje kakovosti življenja oseb z Alzheimerjevo boleznijo. Vsi partnerji projekta (Grčija, Španija, Velika Britanija, Romunija in Slovenija) so poročali o dosedanjem delu. V Sloveniji smo do marca 2018 skupno izvedli 25 delavnic »resnih iger« za ohranjanje kognitivnih sposobnosti po različnih organizacijah, v domovih za starejše, večgeneracijskih centrih, ljudskih univerzah in dnevnih centrih aktivnosti za starejše. Namen iger ni le druženje in zabava, temveč tudi krepitev 8 različnih kognitivnih področij: govor, jezik, pozornost, orientacija, motorika, izvršilne sposobnosti, zaznava in prepoznava. Do zaključne faze v okviru projekta (avgust 2018) bo Spominčica razdelila preko 500 letakov za ozaveščanje AD-GAMING in o vlogi »resnih iger« za bistrenje možganov, izvedla 8 delavnic, na katerih bomo preverili ustreznost, izgled in uporabnost vsebin spletne platforme, kjer so na voljo vsa gradiva za izvajanje 25 različnih »resnih iger«.



ODPRTJE DEMENCI PRI- JAZNE TOČKE V RK LJU- BLJANA NA VIČU

V četrtek, 22. marca 2018, smo otvorili prvo Demenci prijazno točko na Rdečem križu in sicer na RK – Območno združenje Ljubljana na Viču. Predsednica Spominčice Štefanija L. Zlobec in predsednica Rdečega križa – Območno združenje

Ljubljana Nevenka Lekše sta si bili enotni glede tega, da je demenca bolezen, ki je vedno bolj prisotna v naši družbi in da je zelo pomembno, da jo pravočasno prepoznamo in kar najbolj pomagamo.

Odprtje se je pričelo s Skupščino RK – OZLJ, kjer so predstavili svoje požrtvovalno delo preteklega leta, nato je predsednica Spominčice zbrane nagovorila in podala nekaj osnovnih podatkov o demenci in o izzivih, s katerimi se soočajo tako osebe z demenco kot njihovi svojci. Program je popestril mešani pevski zbor, po razglasitvi Demenci prijazne točke pa je sledila pogostitev in prijetno druženje.



ALZHEIMER CAFE V DSO MENGEŠ

V sredo, 28. marca 2018, je Spominčica v Domu počitka Mengeš organizirala predavanje, kjer je gost srečanja, dr. Vid V. Vodušek, uni. dipl. psih., spregovoril in skupaj z udeleženci raziskoval zanimivo in pomembno tematiko soočanja svojcev z negativnimi občutki ob skrbi za osebo z demenco.

Predavanje je bilo dobro obiskano in predavatelj je uspel ustvariti prostor zaupanja, kar je pripomoglo k temu, da so svojci oseb z demenco zelo odprto podelili svoje stiske, izkušnje, vprašanja in dileme. Ob koncu so bili obiskovalci zelo zadovoljni in so povedali, da bi si takih predavanj želeli še več, saj je res dragoceno, ko lahko skupaj razmišljamo o svojih občutkih, rahljamo občutke krivde in predvsem, ko vidimo in občutimo, da v stiski nismo sami.



DELAVNICA ZA UPORABO RESNIH IGER V CELJU

V četrtek, 29.03.2018, je Spominčica v Domu ob Savinji Celje s strokovnimi delavci izvedla delavnico za uporabo »resnih iger« pri delu z osebami z demenco. V uvodnem delu sta predstavnici Spominčice opisali temeljne značilnosti in namen projekta AD-GAMING, v katerem sodeluje 5 evropskih držav:

Španija, Grčija, Velika Britanija, Romunija in Slovenija. Namen projekta je pripraviti nabor »resnih iger« (25 iger) z navodili z uporabo in oblikovanje spletne platforme, kjer bodo strokovnjaki in svojci lahko dostopali do gradiv. Namen »resnih iger« ni le zabava, ampak trening 8 različnih kognitivnih področij (spomin, govor, izvršilne funkcije, orientacija, zaznava/prepoznavna, motorika, pozornost in računanje). V nadaljevanju srečanja sta predstavnici Spominčice strokovnim delavcem predstavili navigacijo po spletni platformi in gradiva, s katerimi bodo lahko obogatili obstoječe prostočasne aktivnosti za osebe z demenco.

Strokovne delavke so pohvalile zasnovo spletne platforme in soglasno pritrdile, da v njej vidijo velik potencial pri usmerjanju in potrditvi obstoječih delovnoterapevtskih vidikov.