

## Příklad dobré praxe – Česká republika

### Téma: PC, internet a senioři

**Místo realizace:** Domov pro seniory v Hranicích u Aše

**Kontakt:** [ddhranceuase@c-box.cz](mailto:ddhranceuase@c-box.cz); [socialka.dps@seznam.cz](mailto:socialka.dps@seznam.cz)

**Název projektu:** Využívání počítačů při práci se seniory

**Zahájení a konec realizace projektu:**

od r.2008 dosud

**Cíl:**

Otevřít seniorům přístup k dalšímu spojení s rodinou a přáteli, vzpomínkám, informacím, kultuře, podpořit a zlepšit jejich sebehodnocení a obejít některé indispozice, přinášené věkem.

**Popis projektu (maximum 300 slov):**

Klienti mají dnes k dispozici pět počítačů s volným přístupem na internet. Zájemci na PC pracují sami (včetně skype, pouštění DVD) nebo s asistencí pracovníka (hlavně maily, procházky životem a učení her). V místnosti s počítači se scházejí klienti k aktivizačním programům a PC slouží k doprovodu hudbou, ukázkám filmů, procházkám známými místy. Na každém z nich jsou složky s fotogalerií, upravenou do jednotlivých prezentací, které spustí i začátečník. Klienti je mohou prohlížet i s návštěvami. Při významných událostech pracovníci klientům umožní opakovaně shlédnout záznamy zpráv. Možnosti techniky pomohou překonat slábnoucí a poškozené smysly.

**Způsob implementace a konkrétní dosažené výsledky:**

V roce 2008 jsme zkusili nabídnout vyřazeným PC klientům a několika zvědavcům předvedli hry. Zaujaly hry logické, animovaná střílečka slepic i tehdejší vědomostní on-line Millionář. Postupně jsme nabídku rozšířili o cestování místy života, klienti se mohli podívat i na místa v zahraničí, kde žili jejich příbuzní. Pro velký zájem počet klientských PC rostl, byla nakoupena i nová, seniorům lépe uzpůsobená technika. Nyní mají stále k dispozici pět sestav.

Vytvořili jsme standard s pravidly pro ochranu klientových práv při mailové korespondenci, postupně rozšiřovali využití PC a internetových zdrojů. Pomáhají nám zkušenosti z práce s klienty, která v podstatě nemá omezení.

Výsledky nám potvrzují zlepšení kvality života jednotlivců. Klienti s poruchami paměti a soustředěním, dokážou poznat známá místa, výborné jsou archívni snímky měst. Jejich oživení je dlouhodobější, dokážou si v paměti uchovat i to, že se na dotyčném místě koná něco zajímavého. Výborné jsou snímky od rodiny, které jsou na monitoru ve velkém formátu, klienti lépe rozeznají detaily. Spontánně začnou hovořit i ti, kteří komunikují minimálně, třebaže jen jedním-dvama slovy a mimikou. Zažili jsme účinek procházky známými místy na nával deprese, pláče a smutku, při kterém na chvíli odezněly i příznaky (jinak stále přítomné) dušnosti.

Psaní mailů a možnost klientů vzájemně si pomoci při osvojení dovedností pomáhá měnit rozvrstvení komunity a zpestřit místní "společenský žebříček". Dosažení kontaktu s rodinou posiluje sebevědomí a snižuje stesk.

**Krátké vysvětlení významu projektu a získané zkušenosti:**

Projekt zkracuje vzdálenost mezi klienty a okolním světem. Umožňuje dobrý kontakt s rodinou i těm, kdo jsou omezeni smyslově (špatný sluch a problém s řečí při telefonování) a zapojuje do čtení a prohlížení obrázků i klienty s horším zrakem. Nevadí ani pohybové postižení, naopak pozorujeme zlepšení některých projevů jemné motoriky prstů, zlepšuje se v nich cit.

Psaní na klávesnici pomůže obejít poruchu psaní, vzniklou po mozkové příhodě. Hry- střílečky slouží k uklidnění klienta a procvičení jemné motoriky (klikání a pohyb myši) i posílení koordinace pohybu ruky s činností mozku (odvodili jsme obojí jako šanci na zlepšení vzhledem ze zkušenostem pracovníků s dyslektiky v rodinách).

Vědomostní soutěže jsou již uznávaným tréninkem myšlenkových pochodů a omezují projevy demence.

Součástí projektu je práce se vzpomínkami a minulostí klientů, cvičení paměti, možnost uplatnit své vzpomínky a znalosti ve skupině ostatních, zapojit se do komunikace, mít téma k vzájemnému povídání, zlepšit přitom své sebevědomí a sebehodnocení.

Zkušenosti stále sbíráme, některé jsme uvedli výše, sledujeme podobné zkušenosti, uváděné v médiích.

Učíme se novým možnostem společně s našimi klienty.

#### **Odkaz na webové stránky a další zdroje informací:**

<http://www.kr-karlovarsky.cz/obce/HRANICE/>

V září by měl vyjít článek Hany Mudrové, DiS ve čtvrtletníku Rezidenční péče o této praxi v našem Domově