

# SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍ SLUŽBA PRO

- SENIORY
- OSOBY SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM

**Aktivizační programy umožňují smysluplně využít čas a dávají možnost lidem na sobě pracovat, motivují je, baví a spojují lidi s lidmi.**

Důležitý aspekt vidíme v tom, že sociálně aktivizační služby ovlivňují kvalitu života a zdraví osob.

Jakákoliv aktivita ovlivňuje fyzické a psychické funkce, což vede k odstranění napětí, zbavení se strachu a úzkosti. Některé aktivity poskytují také velký prostor k sebevyjádření a identifikaci sebe sama.

**Z aktivizačních programů nabízíme využití:**

● pracovní terapii ● muzikoterapii ● trénování paměti ● kondiční cvičení na židlích, míčích, žínkách ● plavání a cvičení v bazénu

**Dále pak kroužek:**

● vyšívání ● čtenářský kroužek nebo návštěvu kavárničky

**V neposlední řadě pořádáme:**

● besedy ● přednášky ● návštěvy divadelních představení ● kina a další

K oblíbené aktivitě patří „**Chrudimská univerzita třetího věku**“ – další vzdělávání seniorů vnímají jako významné obohacení života v době, kdy mohou z mnoha stran pociťovat nezáměr a lhostejnost. **Vzdělávání je přínosem jednak pro individuální prožívání i stálý duchovní růst, také však pro jejich sociální vztahy. Znamená pro ně překonání tělesných obtíží i společenské izolace, toleranci k ostatním a pozitivní náhled na realitu.**

**Sociálně terapeutické činnosti** v rámci poskytování aktivizačních programů zaměřujeme na nácvik obsluhy běžných zařízení a spotřebičů, péče o domácnost, nácvik pohybu včetně orientace ve vnitřním a venkovním prostoru, dále nácvik dovedností potřebných například k oblékání, k vlastnoručnímu podpisu a podobně. Nácvik komunikace, kontaktu a práce s informacemi pomáhá při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.

**V rámci aktivizačních programů zajišťujeme provoz Klubů seniorů.**

