

## **Prémiové ukazovatele pre riaditeľa Zariadenia pre seniorov na rok 2019**

### **Ukazovateľ 1. „Poskytovanie sociálnej rehabilitácie a pracovnej terapie ako nástroj zvýšenia kvality poskytovaných služieb“**

5 %

Jedným z hlavných cieľov má byť zvýšenie kvality poskytovaných služieb, pomáhať zabezpečiť seniorom príslušný komfort a udržať priemernú kvalitu života a to prostredníctvom rozšírenia a skvalitnenia poskytovanej sociálnej rehabilitácie a pracovnej terapie, tým udržať klientov čím dlhšie v dobrej fyzickej a mentálnej kondícii.

Sociálna rehabilitácia je odborná činnosť na podporu samostatnosti, nezávislosti, sebestačnosti fyzickej osoby rozvojom a nácvikom zručnosti alebo aktivizovaním schopnosti a posilňovaním návykov pri sebaobsluže, pri úkonoch starostlivosti o domácnosť a pri základných sociálnych aktivitách. Využívať rôzne terapie, cvičenia, resp. ďalšie formy aktivizácie.

V rámci pracovno-tvorivých činností organizovať počas celého roka tvorivé dielne s cieľom podporovať tvorivých a kreatívnych obyvateľov, ale i tých, ktorí si chcú len tvorivo oddýchnuť. Pri činnosti využívať nové metódy, napr. „Enkaustiku“. Je to znovuobjavená technika maľovania, pri ktorej sa ako farbiace médium používa roztavený farebný vosk a nanáša sa na papier horúcou žehličkou. K dispozícii sú aj ďalšie nástroje: pero s rôznymi násadkami, vyhrievané dosky, teplovzdušné pištole a iné. Technika podporí kreativitu seniorov, klienti si odnesú so sebou hotový výrobok a novú skúsenosť, ktorú môžu ďalej rozvíjať.

### **Ukazovateľ 2. Zlepšiť materiálno-technické vybavenie zariadenia z mimorozpočtových zdrojov.**

10 %

### **Ukazovateľ 3. Zabezpečiť sériu prednášok na tému: „Kriminálna prevencia pre seniorov – Ako sa chrániť pred možným nebezpečenstvom“**

5 %

Cieľom prednášok (min.4) má byť príprava seniorov na správne osvojenie si a uplatňovanie konkrétnych preventívnych opatrení, ktorými by mohli znížiť riziko svojho ohrozenia kriminalitou – ako si dávať pozor na podvodníkov, ktorí sľubujú vysoké zisky za vložené peniaze, zázračné lieky, rôzne zásielkové služby, nútia seniorov podpísať kúpne zmluvy, zmluvy o pôžičke a úvere, ako sa chrániť, keď sú na ulici, ako sa chovať, keď sú okradnutí alebo napadnutí, ako predísť krádeži mobilného telefónu, ako používať bezpečne internet.

Upriamiť pozornosť obyvateľov zariadenia, že môžu byť ohrození nebezpečenstvom rôzneho charakteru, ktoré môžu nastať aj pri ich každodenných prechádzkach.

**Ukazovateľ 4. Pre klientov zariadenia zorganizovať divadelné predstavenia v obidvoch budovách.**

10 %

**Ukazovateľ 5. Zabezpečiť prednášku o výhodách Nordic Walkingu – Severskej chôdze a zakúpenie 10 ks trekingových palíc**

5 %

Tento druh športu je vhodný pre starších ľudí, pretože pri správnom používaní palíc sa zapája až 90 % svalov. Napomáha najmä pri chorobách pohybového aparátu, rehabilitácii pooperačných stavov pohybového aparátu, neurologických ochoreniach (SM, Parkinsonova choroba), kardiovaskulárnych ochoreniach, rekonvalescencii po operácii karcinómu prsníka – lymfédém, diabetes 2. typu, liečbe astmy a alergií, obezite, upravuje srdcovocievny systém. Ako každý pohyb na čerstvom vzduchu okrem iného uvoľňuje psychické napätie, zdokonaľuje fyzickú a aeróbnu kondíciu, zvyšuje svalovú silu a prináša maximálny relax pre telo a dušu.

**Ukazovateľ 6. Pokračovať v tréningu pamäti a využívať validačnú metódu podľa Naomi Feil**

5 %

Slovo validácia znamená uznanie, potvrdenie. Ide o uznanie hodnoty človeka bez ohľadu na to, do akej miery je orientovaný a o potvrdenie emočného prežívania jednotlivca. Je to metóda komunikácie s dezorientovaným starým človekom trpiacim demenciou. V každodennej práci s dezorientovanými osobami validácia umožňuje určiť fázu dezorientácie, odhadnúť typ správania dezorientovaných starých ľudí a ponúka jednoduché praktické techniky komunikácie.

Cieľové skupiny sú ľudia s demenciou a to predovšetkým s demenciou Alzheimerovho typu. Ide teda o osoby, ktoré dosiahli vek okolo 80 rokov, nikdy predtým netrpeli na iné duševné ochorenia. S pomocou verbálnych a neverbálnych techník validácie môže sa vytvoriť dôveryhodný vzťah, v ktorom klient komunikuje a je motivovaný k sebaujadraniu. Má výhody nielen pre klientov ale aj pre používateľov. Zabráni frustrácii alebo ju odstráni, zamedzí burn-out pocitom a vytvorí radosť z komunikácie.