

Dzienny Dom Senior-WIGOR w Zbąszyniu, a COVID-19

Zbąszyń to malownicze miasteczko położone w woj. Wielkopolskim. To tu, nad jeziorem Błędno pod koniec 2015 roku został utworzony Dzienny Dom „Senior +”.

Gdy w połowie marca br. podjęto decyzję o zawieszeniu działalności Domu Seniora, my pracownicy postanowiliśmy, że nie możemy pozostawić seniorów samych sobie. Sytuacja w kraju stała się dość napięta. Ogólnopolska kwarantanna, pozostanie w domach dla wszystkich wiązało się z dużą niepewnością i niewiedzą. W mediach powtarzano jak wirus COVID-19 jest śmiertelnie niebezpieczny dla seniorów, i że to o nich należy zadbać w pierwszej kolejności. Po blisko 5 latach bycia razem seniorzy, jak i pracownicy Domu Seniora, stali się dla siebie bardzo bliscy. Z większością seniorów spędzamy 1/3 doby. Ten czas, jakże ważny, pozwolił nam dobrze siebie poznać nawzajem. Zdawaliśmy sobie sprawę, że większość seniorów to osoby samotne, prowadzące jednoosobowe gospodarstwa domowe, że w dobie koronawirusa nie możemy ich zostawić samych sobie. Z biegiem lat człowiek się do siebie przywiązuje. Mamy to szczęście, że pracując z seniorami otrzymujemy od nich wiele miłości, troski i uwagi. To wielkie szczęście przychodzić do pracy z poczuciem spełnienia. Razem stworzyliśmy coś więcej niż dom, stworzyliśmy rodzinę, w której każdy jest ważny i kochany.

Od czasu zawieszenia działalności Domu Seniora, każdego dnia szczególnie dbaliśmy o komfort i bezpieczeństwo seniorów. W poniedziałki, środy i piątki dzwoniłiśmy do każdego z seniorów. Poświęcaliśmy im tyle czasu na rozmowę, ile danego dnia potrzebowali. Niejednokrotnie były to godzinne rozmowy. Te rozmowy i wsparcie duchowe były dla seniorów bardzo istotne. Do pomocy włączyła się również nasza zaprzyjaźniona psycholog, z którą współpracujemy od początku w Domu Seniora. Pani Izabela Taracha-Pelka udostępniła swój prywatny numer telefonu, by służyć fachową pomocą. Rozmowy przynosiły zamierzony efekt. Seniorzy czuli się bezpieczniej i spokojniej. Zadbaliśmy również o zaspokojenie potrzeb bytowych. Dwa razy w tygodniu robiliśmy seniorom zakupy, które rozwoziliśmy pod domy. W razie potrzeby zakupy robiliśmy częściej. Jeżeli któryś z seniorów potrzebował pomocy w opłaceniu rachunków, również byliśmy do jego dyspozycji. Ponadto kontaktowaliśmy się z przychodniami lekarskimi, celem umówienia teleporady oraz odebrania przepisanych recept.

Wprowadziliśmy dodatkowo pogotowie Senioralne. W godzinach 9.00- 11.00, każdy senior z gminy Zbąszyń mógł się do nas zwrócić z prośbą o dostarczenie potrzebnych artykułów spożywczych. Staraliśmy się wspólnie przetrzymać ten czas rozłąki. Dla chętnych seniorów dowoziliśmy czasopisma tematyczne, zadania poprawiające pamięć i koncentrację. Seniorki chętnie zabrały się za robótki ręczne. Powstało wiele kolorowych kwadratów, z których powstaną piękne poszewki i koce. Panie chętnie usiadły do maszyn i szyły maseczki dla wszystkich potrzebujących

seniorów. Dzięki współpracy z Fundacją „Nasz Dom” z Lutola Mokrego, otrzymaliśmy bezpłatnie materiały, z których zostały uszyte maseczki. Seniorki kontynuują szycie do dnia dzisiejszego, przy czym aktualnie szyją fartuchy na potrzeby Szpitala Powiatowego im. Kazimierza Hołogi w Nowym Tomysłu.

Przed Świątami Wielkanocnymi, by podkreślić podniosły charakter nadchodzącego wydarzenia, wraz z instruktorką od zajęć manualnych Panią Aurelią-Wolińską-Waligurą przygotowane zostały stroiki świąteczne. Dodatkowo upieczone zostały babeczki wielkanocne dla wszystkich. Z pomocą Pani Aureli, z olbrzymim uśmiechem na twarzy i mnóstwem dobrej energii, odwiedziliśmy każdego z seniorów, by choć w odległości, móc złożyć im życzenia świąteczne.

W chwili, gdy przyszła wiadomość, że pojawia się możliwość wznowienia zajęć, postanowiliśmy bardzo dokładnie przygotować się na powrót seniorów. Dzięki rzetelnym informacjom otrzymanym z Wielkopolskiego Urzędu Wojewódzkiego oraz Powiatowej Stacji Sanitarно-Epidemiologicznej, stworzyliśmy oświadczenie o stanie zdrowia oraz regulamin organizacyjny, uszczegółowiony o czynności związane z zapobieganiem rozprzestrzeniania się COVID- 19.

Z dniem 01.06.2020 r. drzwi Domu Seniora otworzyły się dla seniorów. Przed wejściem został umieszczony dzwonek, by ograniczyć do zera przypadkowe wizyty osób z zewnątrz.

Seniorzy do Domu Seniora wchodzi pojedynczo, po przyśściu do ośrodka każdy zostaje poddany badaniu temperatury. Następuje dezynfekcja rąk. W przypadku wystąpienia podwyższonej temperatury, osoba zostaje odizolowana i po upływie 10 minut temperatura mierzona jest po raz kolejny.

Zgodnie z rekomendacjami, dotyczącymi działalności placówek pobytu dziennego, przy wejściu oraz w każdej z toalet umieszczone zostały informacje o obligatoryjnym dezynfekowaniu rąk, plakaty z zasadami prawidłowego mycia rąk oraz instrukcje skutecznego odkażania rąk.

Każdy z uczestników – podpisując listę obecności – składa oświadczenie o swoim stanie zdrowia. Staramy się regularnie wietrzyć pomieszczenia w Domu Seniora przed rozpoczęciem zajęć, w trakcie ich trwania, a także po zakończonych zajęciach. Regularnie dezynfekujemy użytkowane powierzchnie oraz pomieszczenia sanitarno- higieniczne.

Posiłki do Domu Seniora dostarczane są przez pobliską restaurację. Wszystkie naczynia, z których korzystają seniorzy są myte i wyparzone w zmywarce. W sali głównej podczas spożywania posiłków pozostają tylko te osoby, które posiłki spożywają.

W czerwcu, gdy zostały wznowione zajęcia, wnikliwie obserwując sytuację epidemiologiczną w kraju, zdecydowaliśmy się, że zajęcia prowadzone w Domu Seniora będą tylko przez pracowników zatrudnionych na stałe w placówce. Przedstawiliśmy seniorom propozycję zajęć, które mogą zostać dla nich zrealizowane. Wpadliśmy na pomysł, by korzystając z dostępnego

sprzętu i tablicy multimedialnej, móc dać seniorom możliwość podróżowania po świecie nie wychodząc z Domu Seniora. I tak zorganizowaliśmy tydzień hawajski, tydzień włoski i tydzień francuski. Przybliżaliśmy seniorom historię i kulturę danego kraju. Przygotowywaliśmy dla seniorów tematyczne przysmaki, słuchaliśmy muzyki i uczyliśmy się tańczyć, np. taniec hula. Ponadto wybieraliśmy się na wirtualne spaceru. Dodatkowo prowadzone były zajęcia integracyjne, zajęcia poprawiające koncentrację i pamięć, gry stolikowe, zajęcia manualne, zajęcia muzyczne. Całą grupą spędzaliśmy czas na powietrzu, w naszym ogrodzie. Dzięki temu w zajęciach mogli uczestniczyć wszyscy seniorzy.

Dodatkowo raz w tygodniu organizowaliśmy wspólny wyjazd, na terenie gminy Zbąszyń. Seniorzy spędzali wspólnie czas nad jeziorem, nad przystanią wędkarską, czy pływali łodzią turystyczną, tzw. tramwajem wodnym.

1 lipca została podjęta decyzja o powrocie instruktorów z zewnątrz – osób, które od początku funkcjonowania Domu Seniora z nami współpracują. Każdy z instruktorów podpisuje oświadczenia o swoim stanie zdrowia. Zajęcia są prowadzone przez instruktorów z zachowaniem wszelkich środków ostrożności.

Wróciła stała oferta zajęć, w których seniorzy biorą udział. Są to min. zajęcia manualne, zajęcia z fizjoterapeutą, zajęcia malarskie, zajęcia z psychologiem, zajęcia z dietetykiem, gimnastyka ogólnousprawniająca. Dodatkowo prowadzone są zajęcia przez pracowników Domu Seniora. Zajęcia z instruktorami prowadzone są w grupach 5 – 6 osobowych.

Seniorzy z Dziennego Domu „Senior +” w Zbąszyniu objęci są kompleksową opieką pielęgniarstwa. Jeszcze przed zawieszeniem działalności Pan Paweł Kitta – ratownik medyczny i dyplomowany pielęgniarz – wygłosił wykład na temat COVID- 19. Po powrocie raz w miesiącu organizowane są wykłady z ratownikiem medycznym na temat zapobiegania zakażeniom wirusem SARS-Co-V-2.