

Když si generace rozumí

Jiskra v oku, podaná ruka, otevřená náruč, široký úsměv, upřímná radost. Takové uvítání nás čekalo při návštěvách v Domovech seniorů. Tu nálož serotoninu, dopaminu, endorfinů – hormonů štěstí, bych přála každému zažít. Na naše žáky můžeme být vážně hrdí.



Foto: Marta Režková

Po loňském pilotním projektu jsme pro letošní školní rok tuto aktivitu významně rozšířili. Upevnili jsme spolupráci s **dvacíti domovy seniorů po celé Praze a realizovali celkem 35 návštěv**. Radost a zajímavý program v pomalu ubíhajících dnech jsme přinesli nejen seniorům, ale zároveň jsme na chvíli odlehčili ergoterapeutům a asistentům v domovech, kteří se neúnavně snaží své seniory aktivizovat.

Proč se senioři na naše návštěvy těší?

Ze školského prostředí je pravidelně navštěvují děti z mateřinek a tříd prvního stupně obvykle s tanečním, pěveckým, recitačním, či kreativ-

ním programem. Takže kontakt s „polodospěláky“ je pro seniory velmi vítaným zpestřením. Jsou to pro ně již parťáci, od kterých se mohou něco zajímavého dozvědět, ale zároveň jim také mnohé předat. A věřte, že kuriozit a dobře míněných rad dostali žáci bezpočet, možná byste byli překvapeni, jak je zaujaly.

Jak probíhá realizace?

Každá třída má svého patrona, který kolem sebe shromažďuje více či méně proměnlivou skupinu žáků a zároveň má na starosti realizaci programu. Ten se odvíjí od schopností seniorů a technických možností domova, které předem konzultujeme. Žáci si program chystají ve svém volném čase, někdy tzv. „na klid“ a jindy je to

PARTNERSKÉ DOMOVY SENIORŮ

FR1A Senior Komplex Hrnčiče
FR1B DS Nová Slunečnice
FR1C Ošetrovatelský domov Habrová
FR1D DS Jana Masaryka a Máchova
FR1E Sue Ryder Michle
SO2A DS Novovysočanská
SO2B DS Sulická
SO2C DS Zvonková
JU3A Denní stacionář Hejnická
JU3C DS Život 90
JU3D DS U Vršovického nádraží
JU3E DS Zahradní město

pro doprovázejícího učitele či koordinátora do poslední chvíle adrenalin. Nicméně výsledný program proběhl vždy úspěšně, a to i díky značné schopnosti žáků se empaticky adaptovat na vzniklou situaci. Čtvrtáci se účastnili spolu s prváky pouze prvního setkání, aby je podpořili. Symbolicky předali štafetu „svého domova“ a dále se už věnovali přípravě na maturitu.

A co u seniorů skóruje?

Dozajista cestovatelské přednášky. Spousta krásných fotek z cest žáků promítaných na plátno nebo TV, které doprovází svým autentickým vyprávěním. Seniorům umožňují zavzpomínat si nebo se přenést na místa, kde nikdy nebyli a už se pravděpodobně ani nepodívají. Moc rádi si s žáky povídají, sdílejí své vlastní zážitky, doplňují místopis či historická fakta. Velký ohlas také sklídl kvíz artefaktů z cest, kdy měli senioři možnost si jednotlivé kousky „osahat“ a tipovat o jaký předmět se jedná a z jaké země pochází.

Vlastně by se dalo říct, že senioři mají radost z každého vyprávění. Ať už to byly vizuálně prezentované koníčky našich žáků, vyprávění o naší škole a okolí, nebo jenom obyčejné informace o tom, co se děje nového, vždy bylo vidět v jejich očích nadšení.

Velmi zajímavým počinem žákyň druhého ročníku, který jistě zopakujeme, bylo seznámení seniorů s AI-umělou inteligencí a zkoušení si nástroje ChatGPT. V souboji znalostí české poezie, konkrétně Wolkerovy básně, však neuspěl, protože verš nedokázal správně dokončit.

Senioři jsou hraví – hudební, filmové i poznávací kvízy jsou ve velké oblibě, stejně jako hra bingo. A co nikdy nezklame? Živé písničky, kdy se s velkou chutí přidávají a své oblíbené songy si společně s žáky broukají.

Atmosféru i náplň setkání můžete prožít prostřednictvím fotografií a popisků na následujících stránkách.

Všem dosavadním účastníkům této aktivity bychom rádi poděkovali, věříme, že další se přidají a budeme tak moct společně dále přinášet radost. Největší odměnou pro nás byla otázka seniorů: „Uvidíme se znovu po prázdninách?“

Za redakci Shaku
a koordinaci projektu Radka Besedová



FR1A výhradně dívčí sestava se v Senior Komplex částečně změnila, i přesto po každé klienty potěšila, ať už vánočně laděným vyprávěním, nebo poznávacím kvízem na typická jídla z různých zemí, tak i cestovatelskou přednáškou z míst co sama navštívila. Od několika senierek jsme se na oplátku dozvěděli jejich zážitky a oblíbené destinace. Při poslední návštěvě jsme se společně pobavili u hudebně-filmového kvízu, došlo i na zabroukání si filmových evergreenů.

FR1B genderově vyrovnaná parta zahájila svůj program v Nové Slunečnici kvízem na slavné dvojice a slang mladých. Velmi zajímavá byla dubnová, velikonoční návštěva, kdy nás skupinka seniorů společně s asistenty přivítala se štamprličkou vaječného koňaku na stole, my samozřejmě odmítli. Nutno říct, že jim rozpoznávací aktivity i doplňování přísloví šly jako po másle, zbytek času vyplnilo velmi milé povídání. Při posledním setkání si pak se zájmem poslechli naše vyprávění z cest a zahráli bingo.



FR1C úvodní canisterapii pudlíka Magdy ze čtvrtáku byla laťka na Habrové nasažena vysoko. V poznávání osobností byli senioři prakticky bezchybní a díky stále vitálnímu pánovi, který léta pracoval v divadle, jsme se dozvěděli i drby ze zákulisí. Vyprávění z cest a kvíz na předměty podnítili zvědavost seniorů. Také je zajímavé, jak to na Amazonu chodí, a tak si žáci na závěrečné setkání přichystali fotografie ze školy a jejího okolí. Pak následovala hra v kostky na body.

FR1D třída navštívuje na Vinohradech dva sousedící domovy. Setkání proběhlo v každém z nich a sklídilo velký úspěch. Vyprávění z cest a poznávání předmětů bylo pro seniory, jak sami označili, „povznášející“. V domově Máchova pak děvčata hovořila i o japonském programu. Poté sice s troškou nervozity, ale k velké radosti seniorů, zazpívala v japonštině. Což strhlo a následně odtajnilo jednu seniorku, bývalou operní pěvkyni, která zazpívala tak, až nám naskočila husí kůže.



FR1E v prosinci žáci klienty v Sue Ryder vánočně naladili pohádkovým kvízem a hlavy si procvičili v asociační hře. Jarní setkání se neslo v duchu oblíbeného vyprávění z cest a poznávání předmětů. Na poslední setkání si žáci připravili malou videophrádku školy, mluvili o výuce, školních programech a povyprávěli i o budování tramvaje na Václavském náměstí a stavbě metra D. Závěr obstarala hra bingo, která klienty naprosto pohltila a do poslední chvíle byla velmi napínavá.

SO2A v domově Novovysočanská nás každé s úsměvem vítá stejná skupinka „našich bábinek“. Důvodem k radosti jsou cestovatelská vyprávění, která v podání děvčat doslova milují a opakovaně si je vyžádaly, možná se těší i na další domácí frgál, který jedna žačka upekla. Jednotlivá setkání zpestřilo mini baletní labutí vystoupení a ukázka oblékání tradičního japonského oděvu Yukata. Vyprávění o naší škole, včetně zdravic od našich rodičů mluvčích, rozproudilo na závěr živou diskusi.



SO2B v domově Sulická navázali žáci již bez kytaristy, ale zato s úžasným pianistou a opět potěšili seniory písničkami. Po společném broukání následoval kvíz vánočních tradic ze světa, kdy jsme se od klientky dozvěděli pravý původ francouzského dezertu Bûche de Noël (vánoční polínko). Při další návštěvě proběhlo cestovatelské povídání s kvízem. Naposledy byl v plánu pétanque, ale počasí nám neprálo. Tak žáci seznámili seniory s AI i nástrojem Chat GPT v praxi a byla to vážně poutavá diskuse.

SO2C na „naše chlapce“ seniorky z domova Zvonková mávají již z dále. A není se čemu divit, tahle parta včetně děvčat, vykouzlí vždy fantastickou atmosféru. Vánoční kvíz byl plný zajímavostí a psaní poselství mladé generaci na vystřižené dlaně z papíru pak super kreativním počinem. Do vyprávění z cest se žáci položili tak, že kvíz na předměty nestihli celý. Poslední povídání o koníčcích žáků vzbudilo u klientů enormní zájem a kupu všetečných i veselých otázek.



JU3A v domě Hejnická žáci seniorům při prvním setkání povprávěli, jak se slaví Vánoce v Americe a společně si zazpívali Půlnoční od Václava Neckáře. Jaro přivítali povídáním o tom, jak se slaví Velikonoce v různých zemích světa a hrou Hádej, kdo jsem. Naposledy děvčata nadchla seniory opravdu pestrobarevným vyprávěním ze svých cest a kvízem předmětů. Potlesk pak sklídila i vedoucí sociální péče, paní Zuzana, kterou jsme oblékli do originálního kimona.

JU3D dívčí uskupení navštěvující domov U Vršovického nádraží v úvodním setkání představilo vánoční zvyky v USA a na naše svátky se spolu s klienty naladili tradičními koledami. Děvčata seniory okouzila. Jejich autentické vyprávění z vlastních cest, fantastické fotografie a osobní zážitky je podvkrát doslova přenesly do různých zahraničních destinací. Senioři tak mohli na chvíli prožít a pocítit úžasnou atmosféru a procvičit si paměť díky otázkám vztahujícím se k daným místům.



JU3C domov Život 90 je specifický maličkou klientelou, která setkání s námi zvládá. V komorním půdním prostředí děvčata spolu s pí. Aubrechtovou a klienty před svátky zdobili perníčky, dali si vánoční kvíz a zazpívali koledy. Napříště, prostřednictvím krásných fotografií ze svých cest, vzaly klienty na různá místa po světě. Do závěrečného setkání se zapojili i dva chlapci a společně za podpory vizuálů promítnutých na TV povprávěli o naší škole a představili japonský program.

JU3E v domově Zahradní město žáci zahájili setkání soutěží Riskuj, díky které si senioři osvěžili paměť a zavzpomínali na filmy a písně z mládí. Vrcholem byl zpěv za doprovodu kytary, který sklídil takový potlesk, že jej žáci zakomponovali i do následujících programů. Na druhou návštěvu si připravili prezentaci ze zemí, které procestovali a obecnostu přiblížili nové kouty světa. Poslední setkání tento rok provázela slavná hra bingo, jež u seniorů sklídila velký úspěch.