

UNA GIORNATA CON NOI!

GIORNATA TIPO NEL NUCLEO ALZHEIMER



RISVEGLIO E CURA DI SE'

La fascia oraria dalle 6,30 alle 10 circa è molto importante ed è dedicata all'alzata e alla cura di sé. Viene assicurata in un ambiente confortevole e tranquillo, utilizzando strategie olfattive, uditive e visive (l'odore del caffè sul fuoco oppure pane e frutta in forno); viene accesa la radio con la musica rilassante specifica per il risveglio e l'illuminazione soft. Nessun residente viene svegliato; si rispetta il risveglio naturale e spontaneo. Ad ogni persona, appena sveglia, viene fornito un piccolo snack e poi viene invitata ad andare in bagno e ad eseguire autonomamente tutta la cura di sé, fornendo un aiuto protesico (di supervisione, stimolo, aiuto verbale o diretto) in base alle difficoltà giornaliere di ognuno. Questa attività impiega gran parte del tempo della mattina, ma serve per mantenere sia l'autonomia che l'autostima di ogni persona.

COLAZIONE

inizia dalle ore 8 fino alle ore 9 e 45 circa, ogni persona viene accompagnata in sala pranzo appena è pronta e seguita o supervisionata nell'alimentazione. E' possibile che qualche anziano si alzi e faccia prima la colazione e poi la cura di sé. La colazione è personalizzata in base ai gusti e alle esigenze di ognuno; se necessario si supportano i residenti con aiuto protesico in base alle difficoltà.

ATTIVITA' OCCUPAZIONALI E VARIE

Alcuni residenti, se le condizioni comportamentali lo consentono, vengono accompagnati talvolta alle attività di animazione organizzate dall'animatrice. Per tutti gli altri, all'interno del nucleo, si cerca di ricostruire una tipica giornata di vita, con particolare attenzione alla stimolazione multisensoriale, in particolare con attività di cucina, che mandano odori intensi e trasmettono la sensazione di essere a casa. Le attività, comunque, sono molto flessibili e vanno organizzate di volta in volta, a seconda dei residenti, dei disturbi presenti, del momento; l'obiettivo principale, per le persone meno gravi è quello di assicurare una "normale giornata di vita"; per quelli più gravi la gestione più idonea di ogni disturbo, in base ai singoli progetti concordati in equipe. Queste attività sono previste sia la mattina che il pomeriggio. Durante la giornata, soprattutto nel pomeriggio, vengono ripetute alcune fasi di alcune ADL, come lavarsi, spogliarsi, vestirsi, pettinarsi, igiene cavo orale,...questo serve sia al miglioramento del benessere della persona, sia al rinforzo educativo su alcune funzioni spesso dimenticate.

PASTI

Si pranza generalmente alle ore 12 e si cena alle ore 18.45 (anche se esiste molta flessibilità, in base alle difficoltà e ai disturbi di ogni persona). Il momento dei pasti avviene con la massima tranquillità, suddividendo il più possibile le persone, fornendo pochi stimoli e con la supervisione continua degli operatori.

Alle ore 16.00 viene servita la merenda con tè, biscotti oppure yogurt, in base alle richieste e al gradimento personale.

DOPO CENA

Dalle ore 20, circa, si inizia a preparare qualche residente per la notte, ma si cerca di metterli a letto più tardi possibile, generalmente entro le ore 24, in base alle indicazioni dei PAI, proponendo attività tranquille.

Viene offerta una bevanda calda, solitamente camomilla, prima di coricarsi e se gradito uno snack (biscotti, pane e marmellata, yogurt).

In caso di risveglio notturno viene offerto latte e caffè, the, camomilla, acqua o snack.