



מתווה חזרה לשגרה למוסדות מגן אבות
אבות ואימהות: פעילות פנאי והפגת בדידות
.....

מגן אבות ואימהות

תכנית לאומית למתן מענה להגנה
על דיירי מוסדות הגיל השלישי

המטה למאבק בקורונה

מתווה חזרה לשגרה מוסדות מגן אבות ואימהות:
פעילות פנאי והפגת בדידות

25.05.20

רקע

במסגרות לקשישים: מקבצי דיור, דיור מוגן, בתי אבות ובתי חולים גריאטריים ובמסגרות דיור לאנשים עם מוגבלויות, הדיירים בחלקם חווים פגיעה בשגרת חייהם ואף כי הם נמצאים במסגרת בעלת פוטנציאל חברתי, הצורך בשמירת מרחק חברתי והחשש מיציאה מן המסגרת עקב המציאות כיום, מותיר אותם ללא עורף תמיכתי ומעצים את תחושת הבדידות שלהם. לבדידות ולשעמום קיימות השלכות קשות על הרווחה הנפשית, על מצב הרוח ועל הבריאות של הדייר. במציאות הנוכחית, קיים שינוי בהיקף ובאופי פעילות הפנאי. בעיקרה היא נעשית ע"י הצוותים במסגרת ובשימוש באמצעים דיגיטליים. במסגרת החזרה לשגרה בצל הקורונה, קיימת חשיבות להבניית מערך פעילויות פנאי להעשרה ו/או הפגת הבדידות בהתאמה למציאות הנוכחית, לדרישות המיגון ולאופי המסגרת. להלן המלצותינו לחזרה לשגרה בעניין פעילות פנאי והפגת בדידות:

כללי

- מנהל המסגרת אחראי ליישום המלצות אלו לעניין פעילות פנאי ו/או הפגת הבדידות.
- במקבצי דיור, במקום שבו נכתב מנהל המסגרת הכוונה למנהל הפרויקט מטעם החברה המנהלת או מטעם המשרד האחראי.
- הנהלת המסגרת תבטיח את ההעסקה והנוכחות של אנשי הצוות העובדים במקום בימי שגרה לרבות: אם בית, עובדת סוציאלית. בבתי החולים הגריאטריים ובמסגרות מנהל מוגבלויות יש להבטיח נוכחות צוות רב מקצועי: עבודה סוציאלית, ריפוי בעיסוק, מדריכות תעסוקה, פיזיותרפיה, דיאטנית, קלינאית תקשורת.
- מנהל המסגרת ימנה אחראי לתוכנית.
- האחראי על התוכנית יכתוב נוהל פנימי לתוכנית סדורה הכוללת את סוגי הפעילויות, מבנה התוכניות לפנאי ו/או להפגת בדידות ולו"ז.
- יש לאפשר לכלל הדיירים להשתתף בפעילויות, לפי בחירתם.

- יש להתאים ולהנגיש את הפעילות לרמת התפקוד של האוכלוסייה במסגרת ולהבטיח חלופות במידת הצורך.

- יש להנגיש את הפעילויות מבחינה תרבותית ושפתית.

- האחראי על התוכנית יביא לידיעת הדיירים והמשפחות את ההיערכות לפעילות הפנאי ו/או הפגת הבדידות.

- מנהל המסגרת יוודא כי הפעילויות מתקיימות לפי הנחיות המלצות אלו ולפי כללי המיגון של משרד הבריאות.

היערכות המסגרת

אנשי הצוות

- יש לקיים חשיבה משותפת של הצוות הרב מקצועי ולהיעזר בידע, בניסיון ובמיומנויות המיוחדות של כל מקצוע על מנת לבנות ביחד את שגרת החיים החדשה לנוכח ההגבלות.

- האחראי על התוכנית יבטיח ויפעל לאיתור צרכים והתאמת מענים למען רווחתם האישית והחברתית של הדיירים והפגת בדידותם.

שמירה על שגרת חיים

- חשוב לשמור על שגרה המותאמת למצב, שתשמר את הרווחה הנפשית, את הבריאות, תצמצם את תחושת הבדידות ותשמר מיומנויות תפקודיות וחברתיות.

- יש להסדיר בשגרה החדשה סדר יום קבוע הכולל את שעות הארוחות, קשר עם המשפחות, פעילות פנאי, פעילות גופנית ופעילות תרבות.

- יש לחשוב על דרכים יצירתיות כדי לסייע לדיירים להרגיש מסופקים ומלאי עניין גם כאשר הם לבד ובריחוק.

מרחבי החיים במסגרת

- יש לזהות פינות ומרחבי ישיבה, כמו: חצר, מועדון, מבואות ומרפסות, שבהן אפשר להושיב קבוצה קטנה של דיירים תוך שמירה על מרחק על פי ההנחיות.
- יש לאפשר ולעודד את הדיירים לגוון את המרחבים הציבוריים בהם הם שוהים במהלך היום ולחוות תחושה של ביחד.
- מגוון מרחבים ויציאה החוצה בתוך מתחם המוסד/המסגרת הדיור מאפשרת התאוררות, רגיעה, גריית חושים טובה והחלפת אוירה.

קשר עם המשפחות

- ביקורי משפחה יתקיימו לפי: "מתווה לביצוע ביקורים במסגרות לקשישים ולאנשים עם מוגבלויות" ובמסגרות של מנהל מוגבלויות על נספחיו
- על הצוות המקצועי במסגרת לסייע וליזום שיחות ומפגשים וירטואליים בין הדיירים לבין בני משפחתם/אפוטרופוס באופן שוטף ומובנה, באמצעים דיגיטליים המותאמים לתפקודם ולצרכיהם. האמצעים יכללו טלפון, טאבלט, מחשבים עוד.
- ליזום באופן פרואקטיבי את השיחות תוך תאום עם בני המשפחה.
- יש להכין תוכנית מובנית ומוסדרת לכל דייר, תוך תאום עם הדייר ועם בני המשפחה או אחר משמעותי.
- יש לאפשר את השיחות בסביבה שקטה תוך שמירה על הפרטיות.
- יש להנגיש תרבותית ושפתית את האמצעים והשיחות.

כללים לקיום פעילויות העשרה ופנאי

- פעילויות פנאי יופעלו באמצעות הצוות הקבוע של המסגרת לשם צמצום חשיפה.
- מפעילי חוגים או גורמים חיצוניים העובדים רק במוסד אחד ייחשבו כצוות קבוע.



- כניסתם למוסד תתאפשר בתנאי שיעמדו בתנאים הבאים: בגדים נקיים או מדים שמחלפים מדי יום, לא להגיע לעבודה אם יש חום או מרגישים חולה, מדידת חום בכניסה והצהרת בריאות, הגבלת עבודה לקבוצה מצומצמת קבועה של מטופלים, לא יתנדבו או יעבדו במסגרת אחרת או מחלקה אחרת באותו מוסד.
- יש לאתר בקרב אנשי הצוות במסגרת, עובדים בעלי כישורים להפעלת הדיירים בתחומים שונים: מוזיקה, הרצאה, פעילות גופנית, יצירה, בישול וכו'
- ניתן לאתר דיירים בעלי כישורים ויכולות להפעלת פעילות חברתית תרבותית.
- יש לקיים את פעילויות ההעשרה והפנאי בקבוצות קטנות וקבועות.
- הפעילות תכלול: פעילות קבוצתית, פעילות תעסוקה, פעילות גופנית, תרבותית, חוגים, אירועים אישיים וכו'.
- יש לשמור בכל פעילות על הנחיות המיגון וההיגיינה.
- יש לקיים את הפעילות במרחב המאפשר ריחוק פיזי בין המשתתפים בהתאם להנחיות והתאמת גודל הקבוצה למרחב.
- יש להקפיד על ניקוי וחיטוי משטחים וציוד, כולל שולחנות וכסאות אחרי כל פעילות. יש להגדיר באחריות מי הניקוי והחיטוי ובאילו תכשירים ישתמשו בהתאם לפעילות.
- ניתן לקיים את הפעילות בחלוקה לזמנים שונים – משמרות.
- במסגרות בהן היה נהוג טרום הקורונה לצאת עם דייר להתאווררות - ניתן לחזור לשגרה בהדרגה וזאת בכפוף להנחיות שניתנו לציבור הרחב ובהתאם ליכולת המסגרת להקצות לכך כח אדם מתאים (מיגון וריחוק חברתי).

פעילויות להפגת בדידות

- על העובד הסוציאלי של המסגרת לקדם פעולות שונות להפגת תחושת הבדידות של הדיירים, תוך סיוע בגורמים נוספים בתוך המסגרת ומחוצה לה, כמו מתנדבים ושימוש באמצעים דיגיטליים.
- על העובד הסוציאלי לתאם את המענה למאפייניו של הדייר, לרצונותיו ולצרכיו.
- יש להסדיר לדייר אמצעי דיגיטלי (טלפון, טלפון סלולארי, טבלט) בו יעשה שימוש לקיום השיחות.
- יש לנקות את המכשיר במטלית על בסיס אמוניום רבעוני.
- שיחות קבוצתיות יתקיימו בקבוצה קטנה או באמצעים דיגיטליים לפי נושא או עניין של הדיירים כמו: מצבי דחק, חששות, שירה, בישול, ספרות וכו'.