

Program Opieka Patrona

Zakład opiekuńczo-leczniczy „Pasternik” w Modlniczce

Lipiec 2026

Zajęcia sportowo-rekreacyjne – sprawność i trening celności

W lipcu odbyły się kolejne **zajęcia ruchowe, podczas których pacjenci uczestniczyli w konkurencjach sprawnościowych oraz ćwiczeniach celności**. Zadania były dostosowywane do indywidualnych możliwości uczestników, dzięki czemu każdy mógł aktywnie włączyć się w spotkanie i doświadczyć satysfakcji z wykonania ćwiczenia.

Aktywność wspierała ogólną sprawność, koordynację wzrokowo-ruchową i koncentrację uwagi. Wspólne wykonywanie zadań sprzyjało również integracji grupy, wzajemnemu dopingowaniu się i budowaniu poczucia sprawczości.

3.07 Msza Święta

Msza święta, organizowana w każdy pierwszy piątek miesiąca, na stałe wpisuje się w rytm funkcjonowania naszego ośrodka. W tym miesiącu udało się ją zorganizować. Jest to bardzo ważne wydarzenie dla wielu wierzących pacjentów, którzy potrzebują specjalistycznej pomocy w dotarciu na mszę co nie jest możliwe w niedziele. Msza odbyła się w godzinach przedpołudniowych i uczestniczyło w niej bardzo wiele osób.

Dla wielu pacjentów wspólna Msza jest bardzo ważna dla dobrego funkcjonowania psychicznego, emocjonalnego, społecznego i duchowego. Uczestnictwo wspólne zmniejsza poczucie osamotnienia, sprzyja budowaniu relacji, motywuje do opuszczenia sali i kontaktu z otoczeniem, urozmaica dzień.

Zajęcia tematyczne – Kraków

Jedno ze spotkań poświęciliśmy **historii miasta Krakowa – jego historii, architekturze i szczególnie klimatowi**. Pacjenci zastanawiali się, jacy są mieszkańcy miasta i czy miejsce, w którym żyjemy, może wpływać na nasz charakter. Wspólnie szukaliśmy odpowiedzi na pytania o najkrótszą i najdłuższą ulicę, liczbę rzek i rzeczek przepływających przez miasto oraz działające w Krakowie uczelnie wyższe.

Uczestnicy przypominali sobie także nazwy najważniejszych krakowskich kościołów i – opierając się na własnych doświadczeniach – wskazywali miejsca odpowiednie na spotkanie lub randkę. Zajęcia pobudzały pamięć, orientację w otoczeniu, komunikację i wspomnienia związane z miastem.

Imieniny Pani Eli

Wspólnie świętowaliśmy imieniny jednej z pacjentek – pani Eli. Były serdeczne życzenia, kwiaty, słodki poczęstunek oraz obecność osób, które chciały towarzyszyć solenizantce w tym wyjątkowym dniu. Takie spotkania wzmacniają więzi, dają poczucie bycia zauważonym i ważnym oraz wprowadzają do codzienności wiele radości.

Plastykoterapia – „Kolorowy paw”

Podczas lipcowych zajęć plastycznych **powstały barwne pawie**. Praca przebiegała etapami: pacjenci malowali kartki na kolory tęczy, precyzyjnie wycinali z nich pióra, a następnie wyklejali gęste, efektowne ogony. Każda praca miała indywidualny charakter i odzwierciedlała pomysłowość autora.

Wykonanie zadania wymagało precyzji, cierpliwości i skupienia. Ćwiczone były motoryka mała, koordynacja oko-ręka, planowanie kolejnych czynności oraz zdolność doprowadzania pracy do końca.

Rozmowy o wartościach i codziennych przyjemnościach

Odbyło się kolejne spotkanie z cyklu rozmów o wartościach, które nadają sens życiu.

Wcześniej pacjenci zastanawiali się nad tym, co jest dla nich najważniejsze – zdrowiem, rodziną, miłością, przyjaźnią, bezpieczeństwem, niezależnością czy spokojem. Tym razem tematem były chwile i drobne doświadczenia, które sprawiają przyjemność i poprawiają jakość dnia.

Uczestnicy dzielili się własnymi przeżyciami i spostrzeżeniami. Rozmowa sprzyjała szczerzej wymianie myśli, nazywaniu potrzeb i emocji, dostrzeganiu dobra w codzienności oraz budowaniu relacji w grupie.

Terapia reminiscencyjna – wspomnienia z górskich wędrówek

W trakcie zajęć wróciliśmy wspomnieniami do **górskich wypraw**. Rozmawialiśmy o szlakach turystycznych, pięknie przyrody i zmiennej, często zaskakującej pogodzie. Pacjenci opowiadali o miejscach, które zapamiętali najlepiej, oraz o chwilach spędzonych blisko natury.

Przywoływanie osobistych historii aktywizowało pamięć autobiograficzną, zachęcało do wypowiedzi i słuchania innych. Wspomnienia stały się okazją do dzielenia się doświadczeniem, wzmacniania poczucia tożsamości i przeżywania pozytywnych emocji.

Zajęcia muzyczne – włoskie przeboje

Lipiec przyniósł także **spotkanie muzyczne w rytmie włoskich przebojów**. Pacjenci oglądali teledyski, słuchali znanych utworów, tańczyli i z dużym zaangażowaniem uczestniczyli w karaoke. W czasie zajęć wspominaliśmy również Bonnie Tyler i jej najbardziej rozpoznawalne piosenki.

Na zakończenie wspólnie zaśpiewaliśmy utwór Marino Marini „Nie płacz, kiedy odjadę”, który wywołał wiele uśmiechów i wspomnień. Muzykoterapia poprawia nastrój, pobudza pamięć, ułatwia ekspresję emocji oraz wzmacnia poczucie wspólnoty.

17.07 - 21.07 Tydzień poświęcony tematyce morskiej

W ramach zajęć z arteterapii **odbyły się cztery warsztaty tworzenia ozdób z papieru związanych z morzem**. Powstały unikatowe dekoracje: ryby, meduzy, żółwie, rozgwiazdy, rośliny morskie i ośmiornice. Efektem wspólnej pracy jest przestrzenna, ruchoma instalacja morska zrobiona w przestrzeni wspólnej z podwieszanej pod sufitem folii imitującej morze oraz wykonanych ozdób.

Dekoracja ta przypomina pacjentom wakacyjny czas, wyjazdy nad morze, pobudza do aktywności przez wielość kolorów i ruch.

Blok tematyczny wzbogacono o projekcję filmu o podwodnym świecie oraz zajęcia edukacyjne przybliżające życie morskich zwierząt.

Inne działania

Poza opisanymi wydarzeniami w placówce kontynuowano codzienne działania terapeutyczne i aktywizujące, dostosowane do możliwości oraz potrzeb pacjentów. Obejmowały one m.in.:

- ćwiczenia ogólnousprawniające i zajęcia ruchowe,
- filmoterapię i wspólne spędzanie czasu przy kawie,
- plastykoterapię oraz ćwiczenia motoryki małej,
- ćwiczenia procesów poznawczych, pamięci i samodzielności,
- muzykoterapię, śpiew, rytmikę i zajęcia integracyjne.

Dowiedz się więcej o naszych działaniach.

Patroni Opieki są do Twojej dyspozycji!

Dorota Kutrzeba



Lipiec w obiektywie



Chcesz wesprzeć realizację programu Opieka Patrona?

Wpłać dowolną wartość darowizny na rachunek bankowy Fundacji, w tytule przelewu wpisując „Program Opieka Patrona” i opcjonalnie nazwę placówki.

Fundacja Patroni ul. Morawa 31, 40-353 Katowice; NIP: 9542872675; REGON: 528884600; KRS: 0001109695
Rachunek bankowy: 66 1600 1462 1718 2649 8000 0001.

www.patroni.pl