

Zariadenie pre seniorov a domov sociálnych služieb Dolný Kubín
M. Hattalu 2161, 026 01 Dolný Kubín
v zriaďovateľskej pôsobnosti Žilinského samosprávneho kraja

Biblioterapia - relaxácia pri čítaní a predčítavaní

V rámci projektu OPORA 2016– Nadácia SPP

Dňa 25.05.2016 NADÁCIA SPP podporila náš projekt vo výške 690 eur, za ktoré ZPS a DSS Dolný Kubín zakúpilo relaxačné kreslo na individuálny plán pre prijímateľa sociálnych služieb Alfonza S.

Dňa 27.07.2016 sme s pánom Alfonzom S. využili terapeutické kreslo na relaxáciu pri čítaní resp. biblioterapii, ktorá klienta veľmi zaujala a navodila uňho dobrú náladu. Literatúru, o ktorú by mal pán Alfonz S. záujem sme zisťovali prostredníctvom krátkeho rozhovoru, na základe ktorého sme vybrali daný literárny žáner.

Biblioterapia je terapia využívajúca čítanie. Vhodne vybraná literatúra má na seniora veľké terapeutické účinky. Pomáha v mobilizácii psychických a fyzických síl, zmysluplne vyplňa čas, pôsobí na myslenie človeka, jeho celkové vnímanie sveta, cítenie a prežívanie.

Pán Alfonzom S. sa teší na ďalšie stretnutie, ktoré bude zamerané na oddychovú relaxáciu a počúvanie rôznych hudobných žánrov zameraných na meditáciu.

