

Pojďte  
s námi  
překonávat  
bariéry.



## REMINISCENCE TVOŘIVÁ PRÁCE SE VZPOMÍNKAMI

SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍ SLUŽBA LIFETOOL NABÍZÍ BEZPLATNĚ:  
INDIVIDUÁLNÍ / SKUPINOVOU REMINISCENCI

- 6 – 8 setkání s reminiscenční asistentkou.
- Vzpomínání s pomocí dobových fotografií, literatury, dokumentů i s využitím moderních technologií, např. VR brýlí.
- Setkání mohou probíhat v domácnosti, v prostorách služby LIFEtool, v zařízení pro seniorky a seniory či komunitním centru.

BLIŽŠÍ INFORMACE A KONTAKT

**tel.: Alena 739 244 668, Eva 734 691 617**

email: [reminiscence@scps.diakonie.cz](mailto:reminiscence@scps.diakonie.cz)

web: [www.lifetool.diakonie.cz/reminiscence](http://www.lifetool.diakonie.cz/reminiscence)



# RÁDI VZPOMÍNÁTE A CHCETE SVÉ VZPOMÍNKY PŘEDÁVAT DÁL?

REMINISCENCE JE PRÁCE SE VZPOMÍNKAMI.

ZVLÁŠŤ PRO STARŠÍ LIDI PŘEDSTAVUJE MOŽNOST, JAK ČERPAT SÍLU Z VLASTNÍHO ŽIVOTNÍHO PŘÍBĚHU.  
UMOŽŇUJE SMYSLUPLNÉ TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU, POSILUJE VZTAHY, ZLEPŠUJE PAMĚŤ.

## HLAVNÍ CÍLE NAŠÍ PRÁCE:

- Reminiscenční setkávání umožňují (nejen) osaměle žijícím seniorům a seniorkám sdílet své vzpomínky, smysluplně trávit volný čas a nastolit psychickou pohodu.
- V případě společného vzpomínání seniorů a seniorek s jejich blízkými či rodinou dochází k posílení jejich vzájemných emocionálních vazeb, posílení smysluplné komunikace a předání rodinného dědictví ve formě vzpomínek.
- Zainteresované osoby seznámíme s různými metodami reminiscence a s možnostmi, jak vzpomínky v různé formě zaznamenat.
- Výstupem reminiscenčního cyklu může být i materiál (koláž, kniha života, nahrávka, video apod.), který bude sloužit komunikaci s okolím a k dalšímu vzpomínání.
- Skupinová reminiscenční setkávání nabízejí prožití a sdílení společných vzpomínek z mládí (např. na městskou čtvrť), navázání nových přátelství, předávání informací a zkušeností dalším generacím (např. při prezentaci společného výstupu veřejnosti).
- Při reminiscenci se setkáváme i s lidmi s demencí a jejich pečujícími. I zde může reminiscence umožnit strávit příjemné chvíle s blízkým člověkem při sdílení dochovaných vzpomínek, jejichž vybavování reminiscence povzbuzuje. Dochází k aktivizaci prostřednictvím vzpomínání, pečující seznamujeme se způsoby, jak vybavovat zasuté vzpomínky, pomůžeme s vytvořením výstupu (kniha života, audio či videozáznamu, koláže ze vzpomínek apod.), který pak bude k dispozici blízkým a přátelům pro další vzpomínání.