

AKADEMIA DLA SENIORÓW



Funkcjonariusze z Zakładu Karnego w Zabrze edukują i aktywizują skazanych seniorów podczas zajęć programu pn. „Akademia Pełni Życia dla Seniorów. Jesień Życia – Wiosna Możliwości”. Bo przecież jesień życia może być wiosną możliwości, jeśli tylko osadzeni otworzą się i wprowadzą korzystne zmiany w swoim życiu. „Przekonanie ich do zmian nie jest łatwe, ale nie niemożliwe. Dzięki odpowiednio dobranym zagadnieniom oraz ciekawej i zróżnicowanej formie zajęć można to osiągnąć. Praca nad deficytami i motywowanie seniorów do większej aktywności w różnych sferach życia ma istotne znaczenie z punktu widzenia ich powrotu do społeczeństwa” – przekonuje wychowawczynie, autorka programu.

(Nie)pełnosprawna starość

W zakładach karnych, podobnie jak i w całym społeczeństwie, rośnie liczba osób starszych. Skazani w trzeciej fazie życia wymagają nie tylko zapewnienia odpowiednich warunków odbywania kary z uwagi na stan zdrowia, ale także zindywidualizowanych, dostosowanych do ich możliwości oddziaływań wychowawczych. Dlatego w Zakładzie Karnym w Zabrze już od kilku lat realizowany jest program readaptacji społecznej pn. „Akademia Pełni Życia dla Seniorów. Jesień życia - Wiosna Możliwości”. Ten autorski program readaptacji społecznej zdobył I miejsce w konkursie Dyrektora Generalnego Służby Więziennej na program resocjalizacji dla skazanych seniorów.

Zrozumieć i oswoić starość

Bóle stawów, problemy z pamięcią, niechęć do kontaktu z otoczeniem, nuda. Czy tak musi wyglądać starość? Podczas zajęć prowadzonych przez wychowawców i psychologa osadzeni powyżej 55 roku życia uczą się, że starość to nie choroba, ale nieuchronny proces, który może przebiegać w różny sposób. To jaka będzie ta faza życia w dużej mierze zależy od nich samych. Funkcjonariusze uczą osadzonych jak zrozumieć i oswoić starość, aby mogli być dłużej aktywni i samodzielni. Jest to bardzo ważne, gdyż większość seniorów po opuszczeniu zakładu karnego będzie zdana sama na siebie. Niewielu z nich będzie mogło liczyć na pomoc rodziny czy też uda się do placówek opiekuńczych.

„Seniorzy odbywający karę uczestniczą w kilkudziesięciu godzinach zajęciach o różnej tematyce. Zaczynając od zajęć edukacyjnych dotyczących procesów starzenia, zdrowej diety, przełamywania stereotypów, poprzez zajęcia aktywizacyjne, podczas których uczą się obsługiwać komputer i ćwiczyć procesy poznawcze np. pamięć za pomocą specjalnego programu, w konstruktywny sposób radzić sobie z emocjami i być aktywnym (np. ćwiczenia na krzesłach), a na zajęciach integracyjnych kończąc – wylicza wychowawca. Zdobyta wiedza i umiejętności mają zapobiegać ich wykluczeniu cyfrowemu i społecznemu oraz ponownemu wchodzeniu w konflikt z prawem. W ten właśnie sposób

przygotowujemy skazanych seniorów do powrotu do społeczeństwa" - podkreśla.

Więcej zdrowia - więcej życia

Skazani seniorzy podczas zajęć pracują nie tylko nad swoimi deficytami i różnymi problemami, które utrudniają im właściwe funkcjonowanie w społeczeństwie, ale także pomagają innym. Uczestnicząc w zajęciach ceramicznych: ugniatając glinę i robiąc odlewy ćwiczyli sprawność manualną i rozwijali procesy poznawcze. Dzięki atrakcyjnej formie zajęć, nawet nie myśleli, że ćwiczą, likwidują przykurcze. A zatem mogli dłużej pracować nad poprawą swojego zdrowia nie odczuwając znużenia i monotonii, jak przy wykonywaniu tradycyjnych ćwiczeń fizycznych. Wykonane podczas zajęć przedmioty: ceramiczne anioły, bombki, choinki trafiły na aukcję charytatywną, która z uwagi na obostrzenia związane z epidemią odbyła się w przestrzeni internetowej. Dochód ze sprzedaży, zasilił konto Stowarzyszenia Dom Aniołów Stróżów w Katowicach. W ten sposób uczestnicy mogli nie tylko poprawić swoje zdrowie fizyczne, ale także podnieść samoocenę i udowodnić sobie oraz społeczeństwu, że pomimo wielu ograniczeń mogą pomagać innym.

...aby nauka nie poszła w las

Zajęcia programu dobiegły końca, ale seniorzy zdobyte umiejętności będą mogli utrwałać i doskonalić podczas zajęć komputerowych realizowanych przez wychowawców w ramach zajęć kulturalno - oświatowych pn. „Akademia Umysłu” oraz korzystając z komunikatora internetowego, celem kontaktu z osobami bliskimi. To ważne, aby skazani seniorzy mieli możliwość korzystania ze zdobytych podczas zajęć umiejętności. Dzięki temu będą stale doskonalić obsługę komputera, która im się z pewnością przyda po opuszczeniu zakładu karnego. Takie zajęcia to także doskonała motywacja do aktywności, wyjścia z celi i spotkania z innymi ludźmi. To istotny element oddziaływania zwłaszcza, że osoby starsze bardzo często same się izolują, nie wychodzą z domu, co niejednokrotnie prowadzi do depresji i pogłębiania się wykluczenia społecznego.

Radio Katowice

Radio eM

Tekst i zdjęcia: ppor. Katarzyna Jabłońska

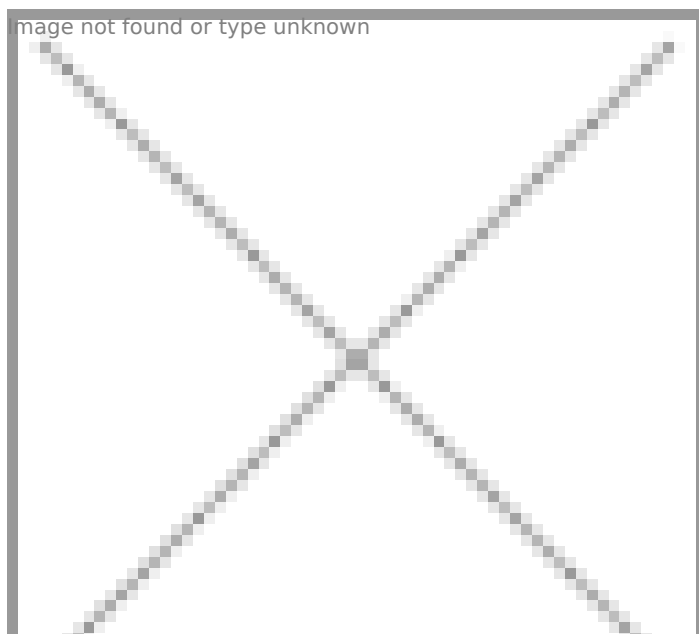
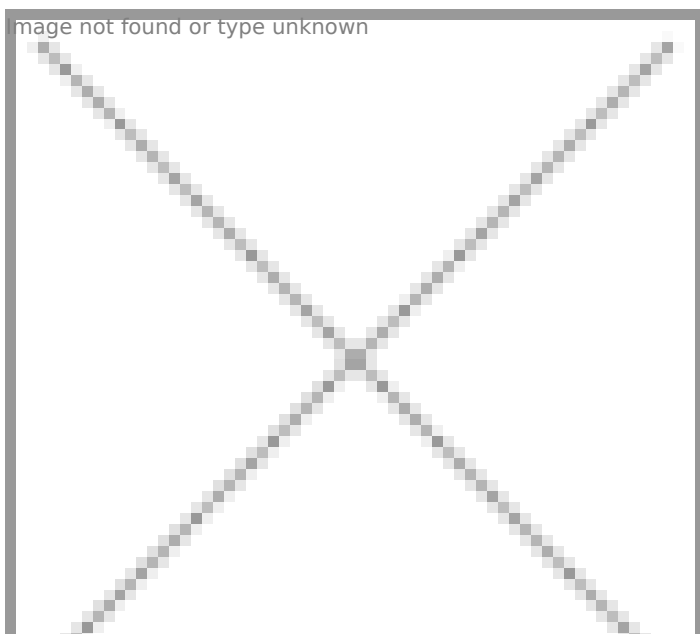


image not found or type unknown



image not found or type unknown



image not found or type unknown

