



# REMINISCENČNÍ PROJEKTY



Hana Čížková, Reminiscenční centrum, z. s., VOŠ Jabok

REMEMBERING YESTERADAY, CARING TODAY  
mezinárodní projekt Evropské Reminiscenční Sítě

VZPOMÍNEJME, KDYŽ PEČUJEME

cyklus skupinových setkání  
pro seniory s demencí a jejich pečující rodiny  
+  
výcvik reminiscenčních asistentů









Pavla





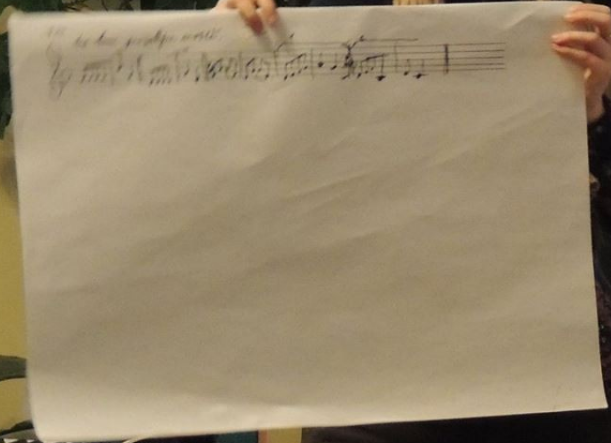






















# POKLADNICE VZPOMÍNEK

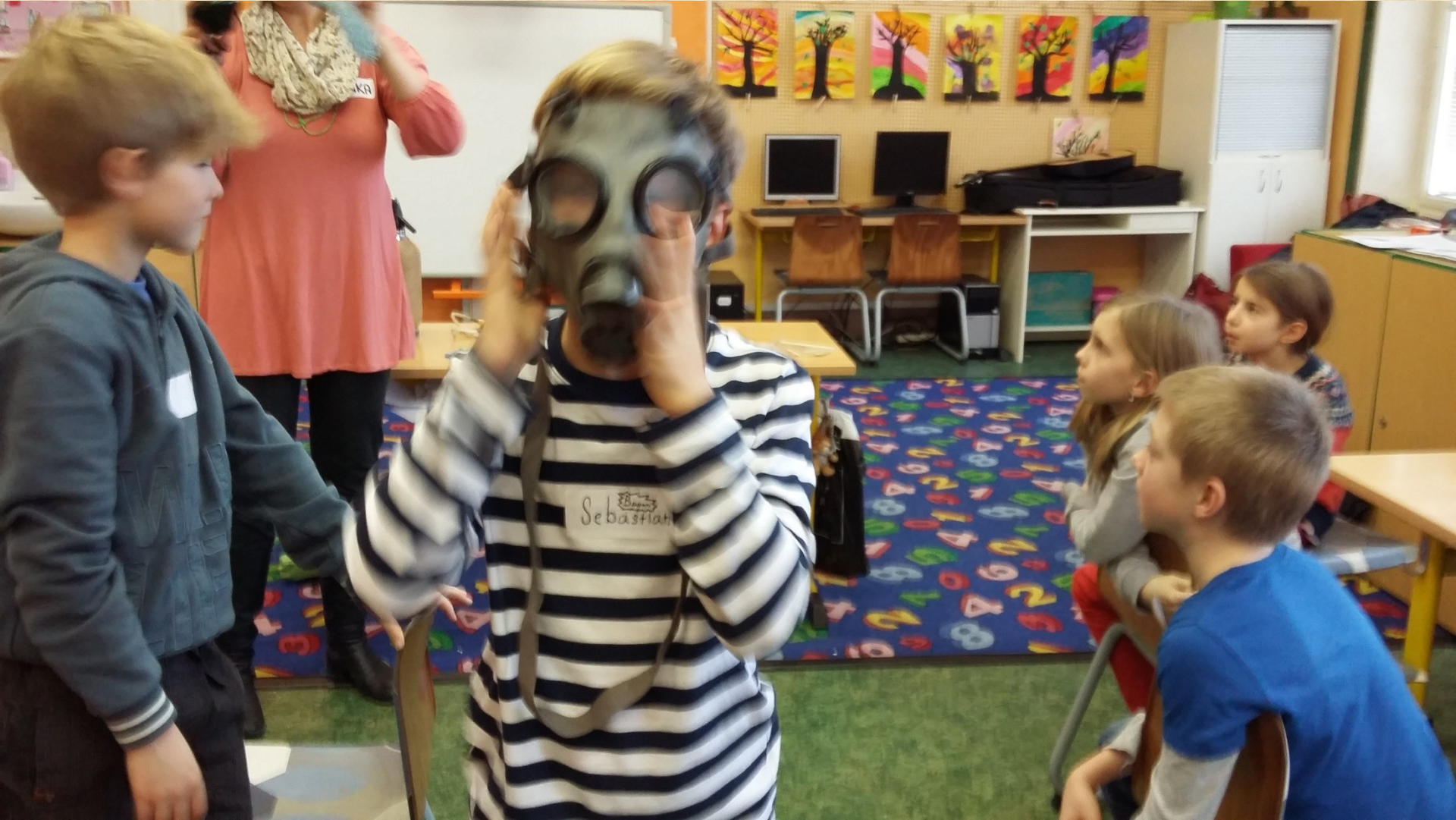
## projekt pro žáky základních škol











# ŠKOLA



## Otázky pro inspiraci:

Kam jsi chodil/a do školy? • Jak budova školy vypadala? • Jaká byla cesta do školy, s kým jsi chodila/a? Jak vypadala vaše třída? • Pamatuješ si ještě na některé učitele? • Pamatuješ si na některé spolužáky? Jaký byl tvůj oblíbený a neoblíbený předmět? • Jak vypadal tvůj slabikář? • Jaký byl tvůj pendlí? • Jaké pomůcky jste ve škole používali? • Nosili jste do školy svačinu? • Měli jste školní jídelnu? • Co jste dělali o přestávce? • Co pro tebe bylo největší odměnou a jak vás ve škole trestali? • Jezdili jste na školní výlety? • Jezdili jste na brigády? • Měli jste školní pozemky? • A měli jste pana školníka?

... prý se také musím učit. To je samé SEDNI, LEHNI, K NOZE...



## Náměty na aktivity k tématu:

Zkuste namalovat školu/třidu na základě vzpomínek • Udělejte si výlet ke škole prarodiče • Vyhledejte dokumenty, které se tématu školy týkají (žákóvské knížky, vysvědčení, fotografie, tabla) • Připravte si společně takovou svačinu, kterou jste dříve obvykle nosili do školy • Zaspívejte si písničku, kterou jste se učili ve škole.

# JÍDLA



Já papám granule,  
ale babička říkala,  
že když byla malá,  
tak žádné granule  
nebyly ...

## Otázky pro inspiraci:

Co jste doma většinou snídali, obědvali a večeřeli? • Kdo u vás doma vařil? • Měli jste nějaké rodinné speciality? Jaké bylo tvé oblíbené a neoblíbené jídlo? • Lišilo se nějak jídlo v neděli a ve svátek? • Jak se u vás jídlo servirovalo? • Pamatuješ si na svůj dětský hrneček a talířek? Jak vypadal? • Měli jste speciální nádoby pro slavnostní příležitost? • Pekli jste koláče a moučníky? Jaké? • Pamatuješ si, jak vypadal a chutnal některý tvůj narozeninový dort? • Jaké sladkosti jsi měl nejraději? • Kdo u vás doma nakupoval? • Do jakých obchodů jste chodili? • Chodili jste do restaurace nebo do cukrárny? • Chodili jste na návštěvy? Jaké bylo pohoštění tam? • Pamatuješ si, co vařivala tvoje babička nebo dědeček? • Stala se ti při jídle nějaká legrační nebo zajímavá příhoda?

## Náměty na aktivity k tématu:

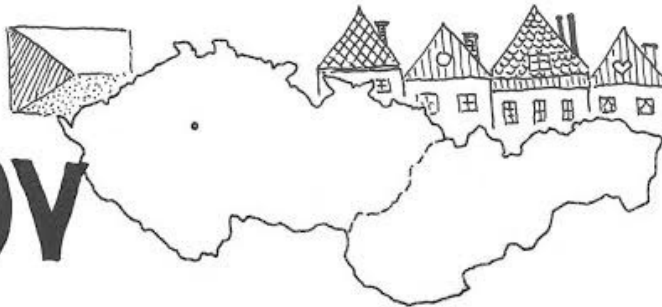
Najděte nějaké tradiční rodinné recepty a zkuste společně podle některého uvařit • Namalujte, jak vypadal váš sváteční stůl (vánoční, narozeninový) • Namalujte (vymodelujte) narozeninový dort z doby dětství • Vytvořte si kuchařku tradičních rodinných receptů • Zkuste ke každému členu rodiny přiřadit jeho oblíbené a neoblíbené jídlo.



↓ Místička pro moji náštinamy ↓



# MŮJ DOMOV



## Otázky pro inspiraci:

Kde jsi se narodil/a? • Je pro tebe toto místo důležité? • Jak vypadal tvůj rodný dům nebo byt? • Pamatuješ si, jakým nábytkem byl zařízený? • Měl/a jsi svůj pokoj? • Kdo všechno u vás bydlel, když jsi se narodil/a? Stěhovali jste se během tvého dětství? • Jaká byla další místa, kde jsi během života bydlel/a? • Zkus si postupně na všechna vzpomenout a vybavit si konkrétní detaily nebo příhody, které jsou s tím místem spojené. Co jsi viděl/a, když jsi se podíval/a z okna? • Vzpomínáš si, jaké jste měli sousedy? • Měli jste chatu nebo chalupu? • Jezdil/a jsi tam rád/a? • Jak to tam vypadalo? • Jaké to bylo, když sis zařizoval/a vlastní byt?

## Náměty na aktivity k tématu:

- kresba domova (konkrétního pokoje, pohledu z okna) na základě vzpomínek s co nejvíce detaily
- vyhledání fotografií z míst, kde jste během života bydleli
- vytvoření mapy se záznamem všech míst, kde jste bydleli nebo kde jste měli chatu/chalupu
- výlet do míst, která byla vašim domovem

MÍSTO PRO MÉ ZÁZNAMY: .....



... PRABABIČKA  
JE PŘY Z FRANCIE,  
ALE JÁ MÁM SVŮJ  
PELIŠEK V PRAZE







# PRÁEDNINY DOVOLENA



## Náměty na aktivity k tématu:

- zkusíte najít fotky z prázdnin a dovolených a prohlédnout si je
- vezměte si mapu Československa (světa) a zaznamenejte si všechna místa, kde jste kdysi byli
- využijte program Google Earth a podívejte se virtuálně do míst, kde jste kdysi byli
- nakreslete na základě vzpomínek oblíbené prázdninové místo s co nejvíce detaily

## Otázky pro inspiraci:

Kam jste jako malí jezdili na prázdniny? • Jezdili jste k babičce a dědečkovi? • Jezdili jste na tábory? Spali jste v létě pod stanem? • Jací byli vaši prázdninová kamarádi? • Zažili jste nějaké prázdninové dobrodružství? • Jezdili jste na dovolenou s rodiči? • Byli jste jako malé děti v zahraničí? • Kdy jste poprvé viděli moře? • Na jaké prázdniny nejraději vzpomínáte? • Jezdili jste na brigády? • Kde jste jako dospělí rádi trávili dovolenou? • Cestovali jste rádi? • Jaká byla vaše oblíbená místa? • Jakými dopravními prostředky jste cestovali? • Jezdili jste v zimě na hory? • Byli jste někdy na vodě? • Kterou řeku jste sjížděli? • Kde nejdále z domova jste byli?

## Místo pro naše náměty:

Na severní Moravu do Šobolína u sumpěnka nebo do Vatašického Mexi  
 říčí. Ano. Ne protože jsme jezdili hr příhraním. Ano. Z té vesnice  
 kam jsme jezdili. Ano (pod slonem?). Rodiče nás zvevali hr příhraním  
 a pak pro nás zase přišli. Ne. Když mi bylo 23 let. Na prázdniny u  
 dědy a babičky. Asi na gymnázium.  
 V zahraničí. Ano. Lucembursko.  
 Bulharsko. Věty, autobus, auto.  
 Ano. Ne. V japonsku  
 (v 52 letech) U.S.A. (v 55 let)  
 v to letech na opravě

— ufff zítra pry  
 táboríme za tím  
 kopcem!!!



Babička a její rodina.

Bono 1948



Babička slaví 3. narozeniny  
1945



Babička s kočárkem

1944

# MŮJ DOMOV



## Otázky pro inspiraci:

Kde jsi se narodil/a? • Je pro tebe toto místo důležité? • Jak vypadal tvůj rodný dům nebo byt? • Pamatuješ si, jakým nábytkem byl zařízený? • Měl/a jsi svůj pokoj? • Kdo všechno u vás bydlel, když jsi se narodil/a? Stěhovali jste se během tvého dětství? • Jaká byla další místa, kde jsi během života bydlel/a? • Zkus si postupně na všechna vzpomenout a vybavit si konkrétní detaily nebo příhody, které jsou s tím místem spojené. Co jsi viděl/a, když jsi se podíval/a z okna? • Vzpomínáš si, jaké jste měli sousedy? • Měli jste chatu nebo chalupu? • Jezdil/a jsi tam rád/a? • Jak to tam vypadalo? • Jaké to bylo, když sis zařizoval/a vlastní byt?

## Náměty na aktivity k tématu:

- kresba domova (konkrétního pokoje, pohledu z okna) na základě vzpomínek s co nejvíce detaily
- vyhledání fotografií z míst, kde jste během života bydleli
- vytvoření mapy se záznamem všech míst, kde jste bydleli nebo kde jste měli chatu/chalupu
- výlet do míst, která byla vašim domovem

## MÍSTO PRO MÉ ZÁZNAMY:

1) V Praze. 2) Ne. 3) Měli jsme 2 pokoje, kuchyni, záchod, koupelnu a malou oblohu.  
4) Sekretář, křeslo, gauč a balkon. 5) Ne. 6) Máma a táta. 7) Ano 2x. 8) Věžačka, malém bytě a v Kladně v paneláku. 9) Když byla zima tak nám tatínkové polily dvorek a bruslili jsme tam s kamarádama protože v tom domě bylo 13 pater. 10) Hora Říp. 11) Ano Roubalku a Zutnerovi. 12) Ano. 13) Ano. 14) Hezky. 15) Střední.



... PRABABIČKA  
SE PRY Ž FRANČIE,  
ALE JÁ MÁM SVŮJ  
PELIŠEK V PRAZE





# PRÁZDNINOVÁ DOVOLENA

## Náměty na aktivity k tématu:

- zkuste najít fotky z prázdnin a dovolených a prohlédnout si je
- vezměte si mapu Československa (světa) a zaznamenejte si všechna místa, kde jste byli
- využijte program Google Earth a podívejte se virtuálně do míst, kde jste kdysi byli
- nakreslete na základě vzpomínek oblíbené prázdninové místo s co nejvíce detaily



## Otázky pro inspiraci:

Kam jste jako malí jezdili na prázdniny? • Jezdili jste k babičce a dědečkovi? • Jezdili jste na tábory? Spali jste v létě pod stanem? • Jací byli vaši prázdninová kamarádi? • Zažili jste nějaké prázdninové dobrodružství? • Jezdili jste na dovolenou s rodiči? • Byli jste jako malé děti v zahraničí? • Kdy jste poprvé viděli moře? • Na jaké prázdniny nejraději vzpomínáte? • Jezdili jste na brigády? • Kde jste jako dospělí rádi trávili dovolenou? • Cestovali jste rádi? • Jaká byla vaše oblíbená místa? • Jakými dopravními prostředky jste cestovali? • Jezdili jste v zimě na hory? • Byli jste někdy na vodě? • Kterou řeku jste sjížděli? • Kde nejdále z domova jste byli?

## Místo pro vaše náměty:

Na prázdniny jsem byla jen na tábore. Na Změsícím tábore buď na horách nebo u moře. Moje maminka totiž pracovala jen v létě. Takhle to bylo od 6 do 16 let. Pak jsme sblezně jezdily do Čech za příbuznými.











# „PES JAKO REMINISCENČNÍ STIMUL“

*Pilotní projekt pro praktickou část bakalářské práce*

Autor: Markéta Suková

Spolupracující organizace:

- Senior Rezidence Klamovka
- Vzdělávací a mezigenerační centrum ze Širokadaleka
- Reminiscenční centrum, z. s.
- VOŠ Jabok







# 1. SETKÁNÍ – PSI V MÉM ŽIVOTĚ

## Cíl:

- seznámení se, naladění na sebe
- představit způsob práce, pravidla
- zmapovat, jací psi byli pro účastníky důležití

*Paní Iva: ... měla jsem maďarského ohaře, chovnou stanici  
... když mi bylo nejhůř, vždycky přišel k mojí posteli a  
utěšoval mě.*

## 2. Jak pes přišel do rodiny

Kdo pejska chtěl, jak jsme k němu přišli, kdo mu dal jméno, fenka/pes, co jsme pro štěňátko chystali, jaké byly začátky se štěnětem, ...

Pomůcky:

- fotografie pejsků  
(dle informací z předešlého setkání)
- otázky k tématu

*... ano, takto přesně vypadala  
měla ostrý čumák, uši dolů,  
bílou náprsenku, ten výraz*



# 3. JAK VYPADAL MŮJ PES

## technika: Koláž













# 4. PŘÍHODY SE PSEM

technika: Dramatizace vzpomínky  
za pomoci přítomného psa

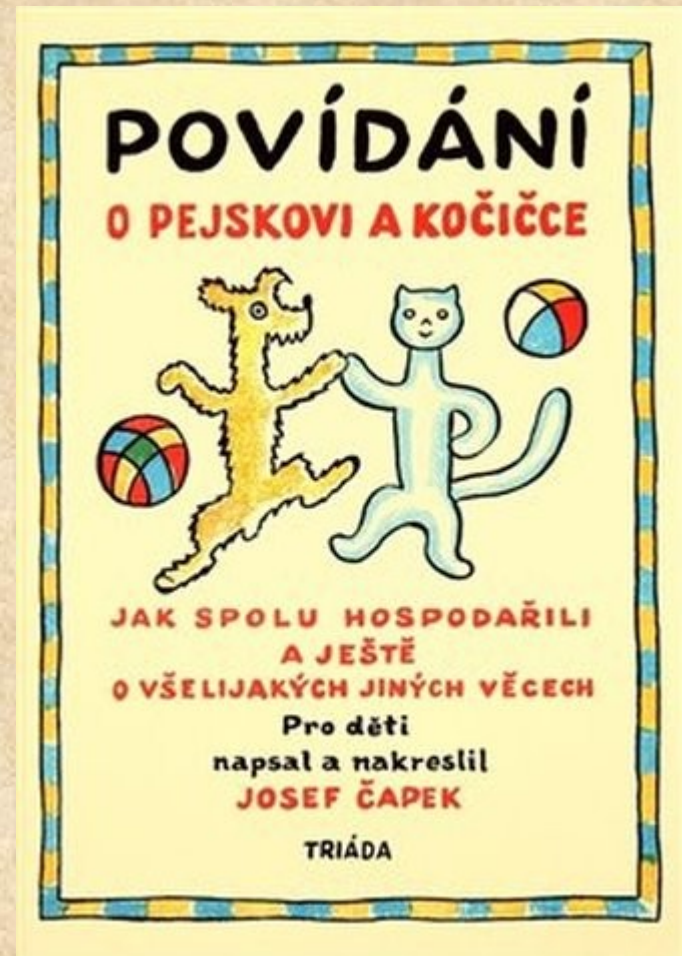
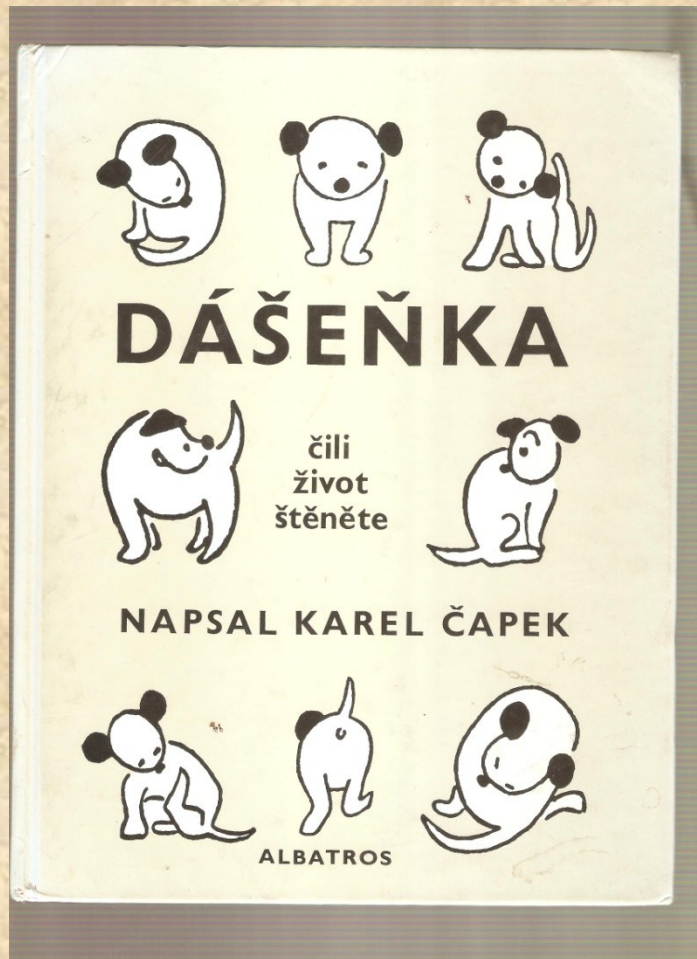
Zcela jiné složení skupiny (13 nových seniorů, většina měla kočky)

→ nutnost improvizace

Hrané vzpomínky:

- jak pes zachraňoval z vody
- jak si kočky hrály s víčky od lahví
- jak se dařilo zvířata vycvičit

# 5. PES V LITERATUŘE



# 6. VÝLETY SE PSEM, ZÁVĚR

