

Aktivity za přítomnosti psa u seniorů

1) Procházka se seniorem v přírodě

Klienta vyzvedne canisterapeut se psem doma/ v zařízení, kde klient pobývá. Klient je chodící. Vyrazí společně do přírody na procházku. Záleží na seniorově fyzické kondici, zda je schopen psa držet na vodítku. Pokud ano, canisterapeut psa připne na „dvojvodítko“, jednu část má senior, druhou vede psa canisterapeut. Pokud klient není fyzicky schopen držet psa, psa má canisterapeut a jde se psem vedle klienta. Délku procházky určuje stav klienta. Pokud senior nemůže, vyhledají lavičku, na kterou se posadí a senior může psa krmit/ házet mu míček či pouze odpočívat. Během celé procházky si můžou povídat, záleží na povaze klienta, o čem se chce bavit. Na konci procházky canisterapeut se psem doprovodí seniora zpět domů/ do zařízení a odchází.

2) Dog dancing

Do zařízení, kde pobývá více seniorů naráz (např. dům seniorů) dorazí cvičitel se svým psem a vystoupí zde se svým představením Dog dancingu. Toto představení pomáhá k odreagování, na chvíli klienti zapomenou na své problémy a oddají se sledování šikovného pejška. Navíc mají pozitivní téma k hovoru do dalších dní.

3) Návštěva ležícího klienta canisterapeutem se psem v zařízení

Canisterapeut dorazí se svým psem do zařízení za seniorem. Psa nechá vyskočit/ vysadí ho do postele ke klientovi (dopředu se s ním dohodl, že mu to nečiní žádný problém) a dle povahy klienta nechá seniora věnovat se pejskovi (senior si může se psem povídat, hladit ho, krmit ho), či si se seniorem povídá. Canisterapeut dbá na to, aby psovi bylo vše příjemné a při náznaku jakéhokoliv nepohodlí psa stáhne. Po ukončení terapie canisterapeut se psem odchází ze zařízení.

4) Návštěva lékaře za přítomnosti psa

Klient se strachem z injekčních jehel odmítá jít na očkování proti chřipce. Je povolán canisterapeut se svým psem, aby pomohli seniorovi zmírnit stres u lékaře. Společně vyrazí k lékaři, u kterého se canisterapeut předem přesvědčil, že mu nevadí přítomnost psů v ordinaci. Jsou objednáni na čas, aby nemuseli čekat v čekárně a seniora tak ještě více stresovat. V ordinaci se senior posadí a canisterapeut mu položí pejška na klín (byl vybrán canisterapeut s malým psem). Senior psa hladí a povídá si o svých psech, které kdysi měl s canisterapeutem. Je tak odpoutána jeho pozornost od injekce a senior ji zvládne beze strachu. Po očkování se vrací zpět domů.

5) Vánoce se psem

V domově seniorů se konají Vánoce. Je štědrý den a bude rozbalování dárků pod stromečkem. Dorazí canisterapeut se psem. Senioři se seskupí kolem vánočního stromečku, zazpívají si koledy a přichází na řadu dárky. Pes dostává povely, při kterých vždy vezme jeden dárek a zvolenému klientovi ho donese. Takto postupně roznesí všechny dárky. Klienti mohou psa za přinesený dárek odměnit a podrbat.

6) Trénování jemné motoriky

Canisterapeut si vezme za hezkého počasí skupinu seniorů ven (cca 4-6 seniorů). Posadí je na lavičky a nechá mezi nimi chodit psa. Každý senior dostane předem kartáč, pamlsky a míček. Když přijde pes k seniorovi, senior se může rozhodnout, zda psovi dá pamlsky, učeše ho, či mu hodí míček, který mu pes přinese zpět. Tuto činnost provozují půl až třičtvrtě hodiny.

7) **Setkání se psy**

Do pečovatelského zařízení pro seniory se seze skupina canisterapeutů se svými psy, aby psy představili a ukázali s nimi pár kousků, co který pes umí. Canisterapeuti vypráví o svých psech, o tom, jak pomáhají klientům a o svých zážitcích z terapií. Nakonec předvedou triky, které jejich psi umí navíc (jako proskočení obručí, panáčkování, podání pac, či třeba válení sudů). Po prezentaci jsou psi seniorům k dispozici pro pohlazení, nakrmení či třeba k aportování.

8) **Výtvarná dílna**

Pro seniory je připravena výtvarná dílna (tematická k některému svátku či ročnímu období). Příkladem můžeme uvést velikonoční dílnu. Jsou nachystána papírová vajíčka na vybarvení, vystřížení, vyfouknutá vejce na výrobu kraslic atd. Výtvarné dílny se zúčastní i pes se svým psovodem, avšak pes zde bude jen pro zlepšení atmosféry. Může s canisterapeutem obcházet klienty, nebo je jen přítomen v místnosti.

9) **Tematické focení se psem**

Příkladem uveďme vánoční focení. V zařízení pro seniory se připraví fotokoutek (jako bývá například na maturitních plesech). Do zařízení dorazí canisterapeut se svým psem a za znění vánočních koled se mohou senioři nechat se psem vyfotit. Aby se vešel pes klientům na klín, je přivedena malá rasa. Pokud se klient nechce fotit se psem na klíně, či vůbec, není do ničeho nucen. Senioři si také mohou na fotku půjčit mikulášskou čepici, šálu či jiný vánoční doplněk. Díky focení se psem dostanou hmotnou památku v podobě fotografie, kterou si tento zážitek mohou připomínat.

10) **Péče o psa**

Zapojení seniora do péče o psa. Senior může psa nakrmit-dát mu granule do misky, přinést psovi vodu v misce, psa učesat, či mu třeba obléct obojek před procházkou. Toto cvičení je ideální i pro méně komunikativní seniory, protože komunikace se zvířetem je jednodušší, než se člověkem. Zvíře komunikuje mnohem snadněji, je na něm hned poznat, co se mu líbí a co ne. Zároveň je toto cvičení dobré pro koordinaci pohybů.