

SOCIALA AKTIVITETER

Sociala aktiviteter handlar om att delta i och utföra aktiviteter tillsammans med andra människor. Social innebär gemenskapsskapande funktioner, sociala sammanhang och relationer med andra människor. Aktiviteter innebär att utföra, skapa och göra något som är främjande och meningsfullt.

Flera faktorer och förmågor samspelar i en social aktivitet. Vid t.ex. bingo övas de mentala förmågorna samtidigt som finmotoriken tränas då brickor ska läggas på spelplanen samtidigt som det ger samvaro och glädje tillsammans med andra. Alla små moment som ingår i olika aktiviteter kan leda till att brukaren kan bibehålla och utveckla förmågor genom de sociala aktiviteterna. En aktivitet kan ha flera olika syften och användas som ett verktyg för att nå dessa. Det kan t.ex. vara att träna förmågor, minnesträning, en stund för samvaro eller bryta rutiner i vardagen.

Sociala aktiviteter ska sätta ”guldkant” på brukarens vardag och integreras som ett positivt och återkommande inslag i verksamheten. Vissa aktiviteter skapar rutin och struktur t.ex. tidningsläsning vid samma tid varje dag. Detsamma gäller för återkommande aktiviteter varje vecka. Om brukarna är tveksamma till att delta vid en aktivitet kan du ändå fortsätta erbjuda dem att vara med. Ett tips är att sätta fram en extra stol vid aktiviteten. Det blir en välkomnande inbjudan om någon ångrar sig och vill vara med när aktiviteten väl har börjat.

