

Zalecenia dla osoby korzystającej z usług mobilnego instruktora

1. Spróbuj dostrzec to, co dobre, czerpać radość z drobnych rzeczy – lepiej się poczujesz. Pomożesz w ten sposób sobie i ułatwisz zadanie instruktorowi.
2. Daj sobie pomoc.
3. Jasno wyrażaj swoje potrzeby.
4. Nie proś o wsparcie w tych czynnościach, które możesz wykonać sam.
5. Staraj się zrozumieć osobę, która ci pomaga, jej sposób myślenia, możliwości i ograniczenia.
6. Bądź wyrozumiały i empatyczny.
7. Doceniaj pomoc.
8. Podziękuj – nie żałuj dobrego słowa.
9. Nie nadużywaj życzliwości i pomocy instruktora.
10. Szanuj osobę, która ci pomaga.

Zalecenia dla rodziny osoby starszej korzystającej z usług instruktora

1. Daj seniorowi wyrazić swoje zdanie. Nie podejmuj za niego decyzji.
2. Nie nadużywaj pomocy i życzliwości instruktora.
3. Szanuj instruktora.
4. Bądź wdzięczny.
5. Nie żałuj dobrego słowa instruktorowi.
6. Nie żądaj – współpracuj.
7. Bądź mediatorem, jeśli zajdzie taka potrzeba.
8. Bądź czujny, ale nie podejrzliwy.

9. Nie zwalniasz się od odpowiedzialności za swoich bliskich, nie zrzucasz jej na opiekuna.

10. Pozostawiasz w kontakcie z seniorem, instruktorem, który ci pomaga i organizatorem usług warsztatowych.

Na podstawie: Koziarek Małgorzata, Sobiesiak-Penszko Paulina, *Jak dobrze mieć sąsiada. Od pomocy sąsiedzkiej, do sąsiedzkich usług opiekuńczych*, Instytut Spraw Publicznych, Warszawa 2015