

Αγαπητοί γονείς

Η προτροπή «Μένουμε σπίτι» είναι μια πρώτης τάξεως ευκαιρία αντί άλλων εξειδικευμένων εργοθεραπευτικών ασκήσεων να παροτρύνετε τα παιδιά σας να συμμετέχουν στις Δραστηριότητες Καθημερινής Ζωής (ΔΚΖ).

Ενέργειες που έτσι κι αλλιώς κάνετε καθημερινά για τα παιδιά σας τώρα έχετε περισσότερο χρόνο να αφιερώσετε, για να τα παροτρύνετε να συμμετέχουν όσο το δυνατό περισσότερο, με απώτερο στόχο την πλήρη ανεξαρτητοποίησή τους σ' αυτές.

Οι Βασικές ΔΚΖ αποτελούνται από καθήκοντα αυτοφροντίδας, μεταξύ των οποίων:

- Ένδυση
- Σίτιση
- Προσωπική υγιεινή και περιποίηση
- Χρήση Τουαλέτας και Υγιεινή Τουαλέτας

Επίσης μπορείτε να κάνετε μαζί με τα παιδιά σας, στον όποιο βαθμό μπορούν να συμμετέχουν, τις δουλειές του σπιτιού. Π.χ.

- Να στρώσετε μαζί το τραπέζι για φαγητό ζητώντας από το παιδί να πάρει από το συρτάρι και να τοποθετήσει στο τραπέζι τα κουτάλια ή/και τα πιρούνια, τα πιάτα, τις πετσέτες, κοκ.
- Να μαζέψετε μετά το τραπέζι και να βάλετε τα πιάτα στο πλυντήριο πιάτων αν υπάρχει.
- Να τακτοποιήσετε τα ψώνια στα ντουλάπια και στο ψυγείο.
- Να βάλετε και να βγάλετε τα ρούχα από το πλυντήριο και να τα απλώσετε.
- Να στρώσετε το κρεβάτι και τα τακτοποιήσετε το δωμάτιο και πολλές άλλες δουλειές που έτσι κι αλλιώς έχει το σπίτι.

Στα μεγαλύτερα παιδιά μπορείτε να αναθέσετε εξ ολοκλήρου κάποια δουλειά ή αρμοδιότητα.

Επίσης μπορείτε να παίξετε όλα τα παιχνίδια που υπάρχουν στο σπίτι ακόμα κι αν θεωρείτε ότι είναι ξεπερασμένα για τα παιδιά σας. Πάντα έχουν να ωφεληθούν από κάθε απασχόληση.

Στη διάθεσή σας για διευκρινήσεις και απαντήσεις στις ερωτήσεις σας.

Οι Ε/Θ Μ.Τσιριγώτη-Χ.Κοντοπίδη