

[Vzpomínejme, když pečujeme: Fotovýstava vzpomínek na vzpomínky](#) [1]

Autor:

- [CERNIŇÁKOVÁ, Eva](#) [2], [ČÍŽKOVÁ, Hana](#) [3]

Číslo:

- [2017, ročník 26, číslo 1](#) [4]

Rubrika:

- [Kolektivní členové informují](#) [5]

Klíčová slova:

- [Knihovna Jabok](#) [6], [výstavy](#) [7]

Region:

- [01 Praha](#) [8]

Po schodech do Knihovny Jabok pomalu přichází skupina seniorů a jejich blízkých. Před chvílí ještě seděli v nedaleké učebně kolem imaginárního ohně, dojíždali voňavé buřty, zpívali „Jó, třešně zrály“ a vzpomínali na zážitky spojené s cestováním a tábořením.

V knihovně je atmosféra slavnostnější. Prostor bývalé kaple je prodchnut vůní knih, je v něm ticho a útulno. Všude po knihovně jsou vystaveny fotografie autorek Renáty Nentvichové Novotné a Květy Hoškové, na kterých se mnozí z přítomných poznávají ... a vzpomínají na to, jak vzpomínali.



[9]
Příprava přípitku

Pomáhají jim v tom také „vzpomínkové“ předměty, které nevyvolávají nostalgii jen u seniorů, ale i u těch, kteří se za seniory ještě rozhodně nepovažují – ať se jedná o stokorunovou bankovku, telefonní přístroj, baterku, básně Jiřího Suchého nebo průkaz do Sokola.



[10]
Vzpomínkové předměty

Taková byla atmosféra na prohlídce výstavy s poněkud nezvyklým názvem *Fotovystava vzpomínek na vzpomínky*, která se uskutečnila 19. ledna 2017 v Knihovně Jabok (výstavu samotnou pak bylo přímo v Knihovně Jabok možné navštívit až do konce února 2017; další zájemci si ji mohou [zapůjčit](#) [11]).



[12]



[13]
Návštěvníci vernisáže

Projekt Vzpomínejme, když pečujeme

Výstava fotografií zachycuje projekt Reminiscenčního centra, z. s., *Vzpomínejme, když pečujeme*. Jde o cyklus deseti setkání pro seniory (většinou) s demencí a jejich rodiny, při kterém si senioři pomocí reminiscenčních technik za pomoci asistentů připomínají různá témata ze svého života. Vrací se do míst svého dětství, vzpomínají na školní léta, první lásky, na koníčky a zaměstnání. Asistenti se zase v průběhu projektu učí, jak pracovat s lidmi s demencí pomocí různých kreativních reminiscenčních technik a na závěr získají evropský certifikát.



[14]

Budoucí reminiscenční asistenti

Projekt *Vzpomínejme, když pečujeme* (Remembering Yesterday Caring Today) se zrodil ve Velké Británii a poté byl v rámci [Evropské reminiscenční sítě](#) [15] (The European Reminiscence Network) realizován v řadě evropských zemí. V České republice byly první dva běhy zastřešeny [Diakonií ČCE](#) [16], pro realizaci třetího běhu se již podařilo vytvořit vlastní právní subjekt [Reminiscenční centrum, z. s.](#) [17]



[18]

Účastník projektu

Hlavním záměrem projektu je podpořit seniory s demencí a jejich pečující rodiny – ujistit je, že ani diagnóza Alzheimerovy nemoci nebrání tomu, že člověk může druhé nějak obohatit a vybavit si zajímavé vzpomínky – když už nemůže vzpomínat verbálně, vždy jsou k dispozici pohyby, tanec a jiné výrazové prostředky. Rodiny jsou často překvapeny, co jejich blízký ještě dokáže. Někdy stačí velmi málo k tomu, aby se vzpomínka objevila. Stačí ji stimulovat např. vůní, zvukem nebo obrazem. Vůně melty připomene prázdniny u babičky, vzorek látky zase první plesové šaty. Dlouhodobá paměť přináší informace ještě dlouho poté, co se krátkodobá začala vytrácet.



[19]
Účastnice projektu

Reminiscence v Knihovně Jabok

Fotovystava vzpomínek na vzpomínky nebyla první výstavou v Knihovně Jabok věnovanou problematice reminiscence. V roce 2012 se v knihovně konala výstava *Reminiscence: práce se vzpomínkami seniorů*, která byla výstupem ze stejnojmenného studentského semináře na [Jaboku - Vyšší odborné škole sociálně pedagogické a teologické](#) [20]. Studenti na výstavě prezentovali vlastní práci s konkrétními seniory. Život každého seniora představili formou koláže a pestrost a různorodost koláží byla ukázkou toho, jak jedinečné a pestré jsou i životy konkrétních lidí. Obě výstavy zprostředkovala Hana Čížková (mimo jiné bývalá knihovnice), která v současné době působí jako vyučující na Jaboku. H. Čížková se problematice reminiscence dlouhodobě věnuje jak na teoretické úrovni, tak i v praxi; v současnosti působí také ve funkci předsedkyně Reminiscenčního centra, z. s.

Pokud můžeme soudit podle zápisků v knize výstav uskutečněných v Knihovně Jabok, výstavy zaměřené na reminiscenci se do knihovny hodí a jsou pro čtenáře zajímavým zpestřením návštěvy knihovny. Spojení tématu reminiscence či reminiscenční terapie a knihovny se však nemusí uskutečňovat pouze prostřednictvím výstav. Reminiscence je soubor metod, které využívají vzpomínání (vzpomínky) ke zlepšení kvality života. Cílovou skupinou jsou především senioři, ale lze ji využít i k podpoře mezigeneračních vztahů jak v rodině, tak v komunitě. Pokud při zmínce o komunitě začnete přemýšlet o komunitní roli knihoven, je to určitě úvaha správným směrem. Některé prvky nebo postupy využívané v reminiscenční terapii jsou totiž velice dobře využitelné pro aktivity knihoven zaměřené na seniory či mezigenerační projekty.

Chcete zjistit více?

Pokud Vás téma reminiscence zaujalo a chtěli byste se o něm dozvědět více nebo tuto metodu využít při aktivitách Vaší knihovny, můžete využít např. literaturu k tématu [dostupnou v Knihovně Jabok](#) [21] nebo kontaktovat Reminiscenční centrum, z. s., které nabízí:

- podporu při zavedení a realizaci reminiscenčních aktivit a reminiscenčních projektů,
- poradenství a supervizi v oblasti formálních i neformálních reminiscenčních aktivit,
- partnerství při realizaci reminiscenčně zaměřených projektů.

Kromě projektu *Vzpomínejme, když pečujeme* se spolek věnuje mnoha jiným reminiscenčním aktivitám. Pro žáky základních škol nabízí mezigenerační projekt *Pokladnice vzpomínek*, poskytuje poradenství rodinám, subjektům, které se věnují seniorům, členky reminiscenčního centra přednášejí všude tam, kde se o využití vzpomínek chtějí dozvědět víc.

V případě zájmu se prosím obraťte na předsedkyni Reminiscenčního centra, z. s., Mgr. Hanu Čížkovou (cizkova@jabok.cz [22], tel. 603 722 759).

Fotografie pocházejí z archivu Reminiscenčního centra, z. s., s výjimkou fotografie nazvané Příprava přípitku, kterou pořídila Anna Radoušová z Knihovny Jabok.

URL zdroje: <https://bulletinskip.skipcr.cz/vsechna-cisla/prohlizet-cisla/2017-rocnik-26-cislo-1/vzpominejme-kdyz-pecujeme-fotovystava-vzpominek>

Odkazy

- [1] <https://bulletinskip.skipcr.cz/vsechna-cisla/prohlizet-cisla/2017-rocnik-26-cislo-1/vzpominejme-kdyz-pecujeme-fotovystava-vzpominek>
- [2] <https://bulletinskip.skipcr.cz/vsechna-cisla/autori/cerninakova-eva>
- [3] <https://bulletinskip.skipcr.cz/vsechna-cisla/autori/cizkova-hana>
- [4] <https://bulletinskip.skipcr.cz/vsechna-cisla/prohlizet-cisla/2017-rocnik-26-cislo-1>
- [5] <https://bulletinskip.skipcr.cz/vsechna-cisla/rubriky/kolektivni-clenove-informuji>
- [6] <https://bulletinskip.skipcr.cz/vsechna-cisla/klicova-slova/knihovna-jabok>
- [7] <https://bulletinskip.skipcr.cz/vsechna-cisla/klicova-slova/vystavy>
- [8] <https://bulletinskip.skipcr.cz/vsechna-cisla/regiony/01-praha>
- [9] <http://bulletinskip.osvobozena-knihovna.cz/sites/default/files/images/64/cerninakova5.jpg>
- [10] <http://bulletinskip.osvobozena-knihovna.cz/sites/default/files/images/64/cerninakova4.jpg>
- [11] <http://bulletinskip.skipcr.cz/vystavy-k-zapujceni/vzpominejme-kdyz-pecujeme>
- [12] <http://bulletinskip.osvobozena-knihovna.cz/sites/default/files/images/64/cerninakova2.jpg>
- [13] <http://bulletinskip.osvobozena-knihovna.cz/sites/default/files/images/64/cerninakova3.jpg>
- [14] <http://bulletinskip.osvobozena-knihovna.cz/sites/default/files/images/64/cerninakova7.jpg>
- [15] <http://www.europeanreminiscencenetwork.org/>
- [16] <https://www.diakonie.cz/>
- [17] <http://reminiscencnicentrum.cz/>
- [18] <http://bulletinskip.osvobozena-knihovna.cz/sites/default/files/images/64/cerninakova1.jpg>
- [19] <http://bulletinskip.osvobozena-knihovna.cz/sites/default/files/images/64/cerninakova6.jpg>
- [20] <http://www.jabok.cz/>
- [21] http://www.jabok.cuni.cz/eg/opac/results?query=reminiscen*&qtype=subject&fi%3Asearch_format=&locg=102&detail_record_view=0&sort=titlesort
- [22] <mailto:cizkova@jabok.cz>

