# Aktywny umysł

## Zestaw zainteresowań A

### Przedmioty, doświadczenia, rozmowy



### 24 karty • 3 poziomy • sesje 60–90 minut

Dla osób 70+ z łagodnymi lub umiarkowanymi trudnościami poznawczymi.
Do elastycznej pracy z terapeutą.

# Sukces, nie egzamin

Dla kogo? Dla dorosłych, którzy mogą uczestniczyć w krótkiej rozmowie, rozpoznawać przedmioty lub wybierać spośród odpowiedzi. Dobór opieraj na aktualnym funkcjonowaniu, wzroku, słuchu i zainteresowaniach.

Temat nie wyznacza możliwości. Zestaw A skupia motywy techniczne, podróżnicze i sportowe, B – twórcze, przyrodnicze i kulturalne. To propozycje zainteresowań, nie podział umiejętności według płci. Łącz oba zeszyty swobodnie.

Oznaczenia tylko dla prowadzącego:
● rozpoznawanie, mało informacji, duże wsparcie.
●● kojarzenie, język, proste obliczenia.
●●● planowanie, kilka warunków, pamięć robocza.
Poziomy nie odpowiadają stopniom diagnozy.

Przygotuj: wydruk wybranych stron, ołówek, czystą kartkę do zasłaniania, opcjonalnie kalkulator. Czytaj polecenia pojedynczo. Zapytaj o preferowaną formę zwracania się; tekst można czytać w formie Pan/Pani.

Wybór należy do seniora. Zaproponuj dwie karty i pozwól wybrać. Każde zadanie można pominąć. Nie mierz szybkości, nie przyznawaj punktów, nie wyciągaj wniosków diagnostycznych.

# Jak prowadzić spotkanie

Ułatwiaj od razu. Zasłoń część strony, pokaż dwie odpowiedzi, nazwij przedmiot, wykonaj pierwszy krok wspólnie. Pozwól korzystać z informacji widocznych na karcie. Nie powtarzaj wielu pytań sprawdzających.

Gdy pojawia się frustracja: uznaj trudność: „To polecenie jest złożone, zróbmy je razem”. Zaproponuj prostszy wybór, rozmowę lub przerwę. W razie utrzymującego się napięcia, bólu, wyraźnego zmęczenia lub odmowy zakończ aktywność.

Wspomnienie jest ważniejsze niż komplet odpowiedzi. Podążaj za spontaniczną opowieścią. Nie wymagaj dat ani potwierdzenia szczegółów. Nie poprawiaj każdej nieścisłości; w zadaniach zamkniętych pokaż rozwiązanie spokojnie i wspólnie je sprawdźcie.

Bez konieczności pisania: senior mówi, wskazuje, opisuje gestem albo wybiera z dwóch możliwości. Terapeuta zapisuje. Karty pomocnicze na końcu można wyciąć i układać na stole; cięcie wykonuje prowadzący.

Praktyka i rozmowa: plan układajcie ruchomymi kartami, zakupy odgrywajcie jako rozmowę przy kasie. Przy fotografii zapytaj o zastosowanie lub preferencję. Prawdziwe, bezpieczne przedmioty są opcją, nie warunkiem pracy.

Czas jest elastyczny. Materiał wystarcza na wiele aktywności. Przerwy nie są porażką. Propozycję 60–90 minut można podzielić na dwa lub trzy spotkania; nie przedłużaj sesji dla realizacji planu.

# Mapa zainteresowań

Imię / inicjały: .....
Data: .....

Zaznacz: + chętnie, ? do sprawdzenia, – pomijamy. Wybór może się zmieniać.

..... narzędzia i majsterkowanie

..... motoryzacja i dawne technologie

..... zawody i doświadczenie pracy

..... kolej, podróże, okolica

..... sport i wydarzenia

..... działka, odpoczynek nad wodą

Inne zainteresowania: .....

Tematy, przy których senior spontanicznie zaczął opowiadać:

Tematy do pominięcia / ważne potrzeby wzrokowe, słuchowe i ruchowe:

DLA TERAPEUTY

# Przewodnik po kartach


| | | |
|---|---|---|
| 01 Przedmioty z charakterem | ● | 7 |
| 02 Mój porządek w warsztacie | ●● | 8 |
| 03 Półka: od pomysłu do planu | ● | 9 |
| 04 Każdy fach ma swoje słowa | ● | 10 |
| 05 Podróż, którą miło wspomnieć | ● | 11 |
| 06 Rozmowa o samochodzie | ●● | 12 |
| 07 Szukamy właściwego biletu | ● | 13 |
| 08 Przy kasie | ● | 14 |
| 09 Paragon z drobnych zakupów | ●● | 15 |
| 10 Zakupy z ograniczeniem | ●●● | 16 |
| 11 Godzina spotkania | ● | 17 |
| 12 Tydzień ma swój rytm | ●● | 18 |
| 13 Pociąg bez pośpiechu | ●●● | 19 |
| 14 Plan miejsca odpoczynku | ●● | 20 |
| 15 Radio milczy | ●● | 21 |
| 16 Wycieczka: plan się zmienia | ●●● | 22 |
| 17 Dwa komunikaty | ●●● | 23 |
| 18 Mecz i krótka historia | ●● | 24 |
| 19 Dawniej i dziś | ● | 25 |
| 20 Porada fachowca | ●●● | 26 |
| 21 Ty wybierasz temat | ●●● | 27 |
| 22 Magazyn drewna | ●●● | 28 |
| 23 Słowa znad wody | ●● | 29 |
| 24 Mała wystawa doświadczeń | ●● | 30 |


Po lewej: numer karty. Po prawej: poziom i strona. Każda karta ma własny cel i podpowiedź. Odpowiedzi znajdują się w części dla terapeuty.

# Gotowy przebieg sesji

Propozycja 60 minut aktywności. Czas obejmuje wybór, wspólne wykonanie i rozmowę; jest orientacyjny. Przerwy dodaj według potrzeb.

| Etap / karty | Minuty |
|---|---|
| Mapa zainteresowań | 3 |
| 01 rozpoznawanie + 03 kolejność | 6 + 6 |
| 07 uwaga + 08 pieniądze | 5 + 5 |
| 11 zegar + 05 wspomnienia | 6 + 10 |
| 19 dawniej i dziś + 24 wystawa | 7 + 10 |
| Zakończenie: wybór tematu na następny raz | 2 |

Do 90 minut: dołącz 02 (8 min), 09 (7 min), 14 (7 min) i 23 (8 min). Możesz rozłożyć je między inne karty. Jeśli osoba pracuje szybciej, sięgnij po rezerwę 04, 06, 12 i 18; nie wymagaj dłuższych wspomnień.

Większe wyzwanie: zamiast prostszych kart wybierz 10, 13, 16, 17, 20 lub 22. Wybierz 4–6 z nich, po około 6–10 minut, przeplatając rozmową. Nie trzeba wykonać wszystkich 24 kart.

Małe domknięcie: „Co dziś było najprzyjemniejsze: przedmioty, planowanie czy rozmowa?”. Zapisz preferencję na karcie obserwacji. W obu wariantach możesz zmienić kolejność i zakończyć wcześniej.

# Przedmioty z charakterem

Spójrz na przedmioty. Wskaż ten, który służy do słuchania audycji.



Teraz znajdź przedmiot do rozmowy na odległość. Czym można coś zmierzyć?

Ćwiczymy: rozpoznawanie i pamięć semantyczną. Łączymy przedmiot z jego codziennym użyciem.

Podpowiedź terapeuty: Pokaż tylko jeden rząd. Podaj nazwę, jeśli rozpoznanie nie przychodzi.

# Mój porządek w warsztacie

Chcesz zmierzyć półkę i dokręcić śrubę. Wskaż dwa potrzebne przedmioty.



Co położysz najbliżej siebie? Co odłożysz na bok? Ustalmy razem porządek.

Ćwiczymy: kategoryzację, planowanie i wybór. Organizujemy potrzebne wyposażenie.

Podpowiedź terapeuty: Nazwij cel: mierzenie i wkręcanie. Możesz zasłonić pozostałe przedmioty.

# Półka: od pomysłu do planu

Ułóż trzy kroki w kolejności. Możesz wskazywać litery.

A. Wybieram półkę pasującą do wymiarów.

B. Mierzę wolne miejsce.

C. Zapisuję szerokość i głębokość.

Od którego kroku zaczniemy?

Ćwiczymy: sekwencjonowanie i wiedzę proceduralną. Porządkujemy etapy przygotowania pracy.

Podpowiedź terapeuty: Zacznij: „Najpierw dowiem się, ile mam miejsca”. To plan na papierze, bez używania narzędzi.

# Każdy fach ma swoje słowa

Połącz zawód z tym, co do niego pasuje.

| Zawód | Słowo |
|---|---|
| stolarz | pociąg |
| murarz | drewno |
| kolejarz | cegła |

Który z tych zawodów jest Ci znajomy? Można powiedzieć „żaden”.

Ćwiczymy: kojarzenie, język i pamięć semantyczną. Odwołujemy się do wiedzy o zawodach.

Podpowiedź terapeuty: Czytaj jedną nazwę i dwie możliwości. Nie wymagaj znajomości fachowej terminologii.

# Podróż, którą miło wspomnieć

Co przyjemniej się kojarzy? Wskaż lub powiedz.

podróż pociągiem • jazda samochodem

spacer po okolicy • zostanie w domu

W podróży ważniejszy bywa widok czy towarzystwo?

Można opowiedzieć wspomnienie, wyobrazić sobie podróż albo pominąć temat.

Ćwiczymy: pamięć autobiograficzną i inicjowanie kontaktu. Wybieramy bezpieczny temat rozmowy.

Podpowiedź terapeuty: Możesz zacząć własnym krótkim skojarzeniem. Nie dopytuj o daty ani nazwiska.

# Rozmowa o samochodzie

Dokończ zdania słowami z ramki.

bagażnik • wycieraczki • kierownica

1. Do kierowania samochodem służy…

2. W deszczu szybę oczyszczają…

3. Walizkę można włożyć do…

Fiat 126p, Syrena, Polonez lub inne auto: czy któraś nazwa brzmi znajomo? Nie trzeba rozpoznawać modelu.

Ćwiczymy: funkcje językowe i rozumienie. Dobieramy słowa do codziennych sytuacji.

Podpowiedź terapeuty: Przeczytaj początek zdania i podaj dwie pasujące do wyboru końcówki.

# Szukamy właściwego biletu

Wskaż bilet do KRAKOWA na godzinę 10:00.

A | KRAKÓW | 12:00

B | KRAKÓW | 10:00

C | TARNÓW | 10:00

Informacje są przykładowe. Nie są ważnymi biletami.

Ćwiczymy: uwagę selektywną i spostrzegawczość. Odszukujemy informację potrzebną w podróży.

Podpowiedź terapeuty: Zasłoń dwa bilety. Powiedz: „Szukamy Krakowa i godziny dziesiątej”.

# Przy kasie

Bilet wstępu kosztuje 10 zł.

Masz: 5 zł + 5 zł

Czy ta kwota wystarczy?

WYSTARCZY / NIE WYSTARCZY

Ile zapłacisz za jeden bilet?

Ćwiczymy: praktyczne liczenie i podejmowanie decyzji. Wybieramy kwotę odpowiadającą cenie.

Podpowiedź terapeuty: Przeliczcie razem na palcach lub zapisz działanie 5 + 5.

# Paragon z drobnych zakupów

Przeczytajmy paragon. Wszystkie ceny są ćwiczeniowe.

| Artykuł | Cena |
|---|---|
| ołówek stolarski | 3 zł |
| papier ścierny | 5 zł |
| miarka | 12 zł |
| RAZEM | 20 zł |

Co kosztuje 12 zł? Ile zapłacono razem?

Płacisz 50 zł. Ile reszty otrzymasz?

Ćwiczymy: odczytywanie danych, uwagę i obliczenia. Sprawdzamy zakupy bez pośpiechu.

Podpowiedź terapeuty: Zakrywaj kolejne wiersze. Kalkulator jest dozwolony.

# Zakupy z ograniczeniem

Masz 40 zł. Potrzebujesz rękawic i sznurka. Chcesz też kupić latarkę, jeśli starczy pieniędzy.

| Artykuł | Cena |
|---|---|
| rękawice | 18 zł |
| sznurek | 7 zł |
| latarka | 14 zł |
| gazeta | 8 zł |

Czy możesz kupić także latarkę? Ile zostanie?

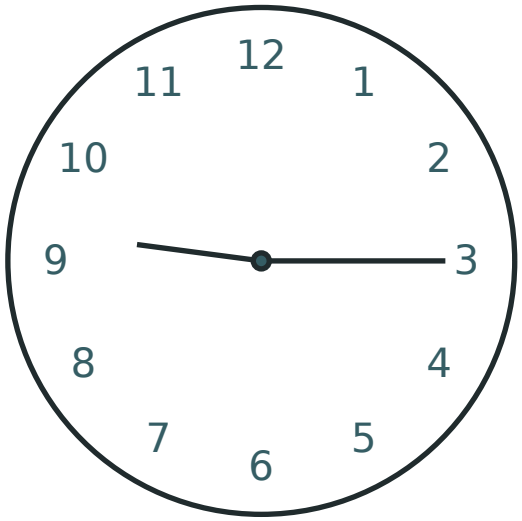
Czy wystarczy na wszystkie cztery rzeczy?

Ćwiczymy: planowanie, pamięć roboczą i liczenie. Uwzględniamy budżet i cel zakupu.

Podpowiedź terapeuty: Zaznacz najpierw rzeczy obowiązkowe. Można zapisywać wyniki cząstkowe.

# Godzina spotkania

Która godzina jest na zegarze?




9:15 czy 3:45

Spotkanie zaczyna się o 10:00. Zaczyna się wcześniej czy później?

Ćwiczymy: odczytywanie zegara i orientację w sytuacji dnia. Łączymy zapis analogowy z cyfrowym.

Podpowiedź terapeuty: Wskaż długą wskazówkę, potem krótką. Możesz od razu podać dwie odpowiedzi.

# Tydzień ma swój rytm

Spójrz na przykładowy plan tygodnia.

| Dzień | Plan |
|---|---|
| poniedziałek | spacer o 10:00 |
| wtorek | dzień wolny |
| środa | klub o 11:00 |
| czwartek | dzień wolny |
| piątek | mecz w TV o 18:00 |

Kiedy jest klub? Kiedy mecz?

W ilu dniach po poniedziałku wpisano wydarzenie?

Ćwiczymy: orientację w planie, uwagę i rozumienie. Korzystamy z zewnętrznej pomocy pamięciowej.

Podpowiedź terapeuty: To przykładowy tydzień, nie pytanie o dzisiejszą datę. Czytaj po jednym wierszu.

# Pociąg bez pośpiechu

Chcesz być na miejscu przed 11:00. Na stację idziesz 20 minut. Przyjdź 10 minut przed odjazdem.

| Pociąg | Odjazd | Przyjazd |
|---|---|---|
| A | 9:40 | 10:40 |
| B | 10:20 | 11:20 |

Który pociąg wybierzesz? Ile minut zostaje do 11:00 po przyjeździe?

O której wyjdziesz z domu na pociąg A?

To fikcyjny rozkład do ćwiczenia.

Ćwiczymy: wnioskowanie i planowanie czasu. Wybieramy połączenie spełniające warunek.

Podpowiedź terapeuty: Podkreśl przyjazd przed 11:00. Odejmowanie wykonajcie na kartce.

# Plan miejsca odpoczynku

To schemat miejsca wycieczki, widziany z góry.

| WEJŚCIE | ŁAWKA | KASA |
|---|---|---|
| KAWIARNIA | FONTANNA | OGRÓD |

Co leży między wejściem a kasą?

Co znajduje się pod ławką?

Co jest na prawo od ławki?

Wskaż, gdzie wolisz odpocząć. Tu nie ma jednej dobrej odpowiedzi.

Ćwiczymy: relacje przestrzenne i rozumienie poleceń. Szukamy miejsca na prostym planie.

Podpowiedź terapeuty: Określ: górny rząd i dolny rząd. Czytajcie plan tak, jak leży na stole.

# Radio milczy

Przenośne radio na baterie nie gra. Co warto zrobić najpierw?

A. Sprawdzić, czy jest włączone i czy głośność nie jest ustawiona na zero.

B. Od razu wyrzucić radio.

C. Rozebrać obudowę.

Jeśli nadal nie działa, kogo można poprosić o pomoc?

Ćwiczymy: myślenie przyczynowo-skutkowe i bezpieczne decyzje. Dobieramy pierwszy krok.

Podpowiedź terapeuty: Czytaj po jednej możliwości. Rozmowa nie obejmuje napraw urządzeń ani instalacji.

# Wycieczka: plan się zmienia

Masz trzy miejsca na planie: 10:00, 11:00 i 12:00. W każdej godzinie wybierz jedną aktywność.

OGRÓD • WYSTAWA • KAWA

Wystawa jest czynna do 12:00. Każda aktywność trwa godzinę. Ułóż plan.

ZMIANA: do 12:00 pada deszcz. Ogród przenieś na 12:00.

Jak teraz ułożysz pozostałe aktywności?

Ćwiczymy: elastyczność myślenia i funkcje wykonawcze. Zmieniamy plan po nowej informacji.

Podpowiedź terapeuty: Zasłoń zmianę do czasu pierwszego wyboru. Wspólnie sprawdźcie godzinę zamknięcia.

# Dwa komunikaty

Przeczytaj lub posłuchaj dwóch informacji.

Po bilet idziemy do sali 2.

Z biletem idziemy na pokaz do sali 4.

Wskaż kolejność: 2 → 4 czy 4 → 2?

Co trzeba zabrać na pokaz?

Jeśli chcesz, powtórzymy plan po zasłonięciu ramek. Zawsze można do nich wrócić.

Ćwiczymy: pamięć roboczą i rozumienie. Łączymy krótką informację z działaniem.

Podpowiedź terapeuty: Odczytaj jeden komunikat. Nie zasłaniaj tekstu, jeśli zwiększa to napięcie.

# Mecz i krótka historia

Jan chce obejrzeć mecz z sąsiadem. Sąsiad napisał: „Dziś nie mogę, jutro chętnie się spotkam”.

Co może zrobić Jan?

A. Umówić się z sąsiadem na jutro.

B. Uznać, że sąsiad nigdy nie chce go widzieć.

Co wolisz oglądać: piłkę nożną, siatkówkę czy coś innego? A może żaden sport?

Ćwiczymy: rozumienie tekstu i logiczne wnioskowanie. Wybieramy dalszy ciąg zdarzeń.

Podpowiedź terapeuty: Przypomnij pierwsze zdanie. Rozmowę o sportach prowadź bez testowania wyników.

# Dawniej i dziś

Dopasuj to, co może służyć do podobnego celu.

| Dawniej / nadal | Dziś / także |
|---|---|
| telefon z tarczą | nawigacja w telefonie |
| papierowa mapa | aplikacja radiowa |
| radio | smartfon |

Który sposób jest Ci bliższy? Można korzystać z obu.

Ćwiczymy: kojarzenie i pamięć semantyczną. Szukamy wspólnej funkcji różnych przedmiotów.

Podpowiedź terapeuty: Najpierw podaj funkcję: rozmowa, szukanie drogi lub słuchanie.

# Porada fachowca

Wnęka ma 80 cm szerokości. Książki ważą 12 kg. Którą półkę można wybrać?

| Półka | Szerokość | Udźwig |
|---|---|---|
| A | 90 cm | 20 kg |
| B | 75 cm | 20 kg |

Powiedz lub pokaż, co decyduje o wyborze.

Zdanie pomocnicze: „Wybieram…, ponieważ…”

Ćwiczymy: wnioskowanie i język. Wyjaśniamy wybór na podstawie danych, bez wiedzy specjalistycznej.

Podpowiedź terapeuty: Podkreśl wymiary. Można porównać szerokości paskami papieru.

# Ty wybierasz temat

Wybierz temat krótkiej rozmowy, którą poprowadzisz.

kolej • działka • praca • sport • inny temat

Wybierz pytanie do rozmówcy:

„Co Pan/Pani lubi w tym najbardziej?”
„Woli Pan/Pani oglądać czy samemu spróbować?”

A co Ty chcesz o tym powiedzieć?

Ćwiczymy: inicjowanie rozmowy, planowanie wypowiedzi i kontakt. Dajemy przestrzeń do roli gospodarza.

Podpowiedź terapeuty: Możesz zostać rozmówcą i odpowiedzieć na wybrane pytanie. Wystarczą pojedyncze słowa.

# Magazyn drewna

To etykiety sześciu przegródek. Znajdź dwie z napisem DĄB.

| DĄB | BUK | SOSNA |
|---|---|---|
| BUK | DĄB | SOSNA |

Wskaż dwa pola z napisem BUK. W której kolumnie jest SOSNA?

Teraz wyobraź sobie, że zamieniamy wszystkie etykiety DĄB na BUK, a BUK na DĄB. Jak będzie wyglądał górny rząd?

Ćwiczymy: percepcję wzrokową, relacje przestrzenne i zmianę reguły. Odszukujemy i porządkujemy oznaczenia.

Podpowiedź terapeuty: Najpierw szukaj jednej nazwy. Jeśli trzeba, prowadź palcem po kolejnych polach.

# Słowa znad wody

Porozmawiajmy o odpoczynku nad wodą. Można korzystać z podpowiedzi.

MIEJSCE: rzeka, jezioro, …

PRZEDMIOT: wędka, krzesło, …

DŹWIĘK: szum, cisza, …

Wybierz dwie kategorie i dodaj po jednym skojarzeniu. Nie trzeba znać się na wędkarstwie.

Ćwiczymy: fluencję słowną i kategoryzację. Uruchamiamy skojarzenia bez limitu czasu.

Podpowiedź terapeuty: Podawaj po jednym przykładzie. Dwie odpowiedzi są wystarczające; nie licz wyniku.

# Mała wystawa doświadczeń

Wyobraźmy sobie wystawę przedmiotów z codziennego życia. Co chcesz na niej pokazać?

radio • telefon • miarka • inny przedmiot

Co można o nim powiedzieć? Wybierz początek:

„Przydawał się do…”
„Kojarzy mi się z…”
„Lubię w nim…”

Podyktuj podpis do eksponatu albo po prostu o nim porozmawiajmy.

Ćwiczymy: reminiscencję, wybór i budowanie wypowiedzi. Nadajemy znaczenie wybranemu przedmiotowi.

Podpowiedź terapeuty: Wróć do karty 1 lub nazwij przedmioty. Możesz zapisać dokładne słowa seniora.

# Obserwacja spotkania

Imię / inicjały: ..... Data: .....
Karty: ..... Czas / przerwy: .....

| Obszar | Opis / co pomagało |
|---|---|
| Zainteresowanie | |
| Koncentracja | |
| Rozumienie poleceń | |
| Inicjowanie wypowiedzi | |
| Potrzeba podpowiedzi | |
| Zmęczenie | |
| Nastrój / zaangażowanie | |

Tematy szczególnie aktywizujące seniora:

Co ułatwić / do czego wrócić na kolejnym spotkaniu:

Opisuj sytuacje i pomocne warunki. Bez sumowania, wyniku i diagnozy.

# Odpowiedzi i wskazówki

01. Przedmioty z charakterem
Do słuchania: radio; do rozmowy na odległość: telefon; do mierzenia: miarka.

02. Mój porządek w warsztacie
Miarka i śrubokręt. Kolejność i miejsce odłożenia: brak jednej prawidłowej odpowiedzi.

03. Półka: od pomysłu do planu
B → C → A.

04. Każdy fach ma swoje słowa
Stolarz–drewno; murarz–cegła; kolejarz–pociąg.

05. Podróż, którą miło wspomnieć
Brak jednej prawidłowej odpowiedzi.

06. Rozmowa o samochodzie
1 kierownica; 2 wycieraczki; 3 bagażnik. Nazwy aut i wspomnienia: brak jednej prawidłowej odpowiedzi.

# Odpowiedzi i wskazówki

07. Szukamy właściwego biletu
B.

08. Przy kasie
5 zł + 5 zł = 10 zł; wystarczy dokładnie.

09. Paragon z drobnych zakupów
Miarka 12 zł; razem 20 zł; reszta z 50 zł: 30 zł.

10. Zakupy z ograniczeniem
Rękawice + sznurek = 25 zł; zostaje 15 zł. Można dodać latarkę, razem 39 zł; zostaje 1 zł. Wszystko kosztuje 47 zł.

11. Godzina spotkania
9:15; spotkanie rozpoczyna się później.

12. Tydzień ma swój rytm
Środa; piątek; 2 dni z wydarzeniem po poniedziałku.

# Odpowiedzi i wskazówki

13. Pociąg bez pośpiechu
Pociąg A; zapas 20 minut; wyjście z domu o 9:10.

14. Plan miejsca odpoczynku
Ławka; fontanna; kasa.

15. Radio milczy
A. Dalsze propozycje: brak jednej prawidłowej odpowiedzi, z zachowaniem bezpieczeństwa.

16. Wycieczka: plan się zmienia
Przykład: ogród 10:00, wystawa 11:00, kawa 12:00. Po zmianie: wystawa 10:00, kawa 11:00, ogród 12:00. Inne plany zgodne z warunkami też są poprawne.

17. Dwa komunikaty
Najpierw sala 2, potem sala 4; zabrać bilet. Próba z zasłonięciem jest opcjonalna.

18. Mecz i krótka historia
A. Piłka nożna, siatkówka lub inne preferencje: brak jednej prawidłowej odpowiedzi.

# Odpowiedzi i wskazówki

19. Dawniej i dziś
Telefon z tarczą–smartfon; papierowa mapa–nawigacja; radio–aplikacja radiowa.

20. Porada fachowca
Półka B: 75 cm mieści się w 80 cm, 20 kg wystarcza na 12 kg. A jest za szeroka.

21. Ty wybierasz temat
Brak jednej prawidłowej odpowiedzi.

22. Magazyn drewna
DĄB: lewy górny i środkowy dolny; BUK: środkowy górny i lewy dolny; SOSNA: prawa kolumna. Zmiana: po zamianie dębów z bukami górny rząd BUK, DĄB, SOSNA.

23. Słowa znad wody
Brak jednej prawidłowej odpowiedzi. Przykłady: rzeka, jezioro; wędka, składane krzesło; cisza, szum.

24. Mała wystawa doświadczeń
Brak jednej prawidłowej odpowiedzi.

# Karty do układania

Wytnij ramki przed spotkaniem. Układaj po jednej aktywności pod każdą godziną. Można także wskazywać.

10:00

11:00

12:00

OGRÓD

WYSTAWA

KAWA

# Kwoty do rozmowy przy kasie

To karty kwot, nie banknoty. Terapeuta może wyciąć ramki. Wybieraj i przesuwaj potrzebne kwoty.

| **5 zł** | **5 zł** |
|---|---|
| 10 zł | 10 zł |
| 20 zł | 20 zł |
| 50 zł | 1 zł |

Wariant bez wycinania: wskaż kwotę zapłaty i powiedz, jaką resztę należy wydać. Można korzystać z kalkulatora.

# O materiale i wydruku

Charakter materiału. Autorskie zadania do wspieranej aktywności i rozmowy. Nie są testem ani narzędziem do oceny nasilenia choroby. Opis „Ćwiczymy” wskazuje angażowane funkcje, nie gwarantuje poprawy ani spowolnienia demencji.

Źródła zasad prowadzenia: Alzheimer’s Society, materiały o wspieraniu pamięci, komunikacji i reminiscencji. Zadania nie są kopią testów MMSE ani MoCA. Dostęp do źródeł: 26.09.2026.

Practical tips for supporting someone with memory loss
https://www.alzheimers.org.uk/about-dementia/stages-and-symptoms/dementia-symptoms/memory-loss-support-tips

Therapy and approaches for memory loss support
https://www.alzheimers.org.uk/about-dementia/stages-and-symptoms/dementia-symptoms/approaches-therapy-memory-loss

Communicating and dementia
https://www.alzheimers.org.uk/about-dementia/stages-and-symptoms/dementia-symptoms/communicating-and-dementia

Obrazy. Fotorealistyczne reprodukcje przedmiotów wygenerowane z użyciem AI. Nie są fotografiami archiwalnymi ani dokumentacją konkretnych modeli. Służą rozpoznawaniu i rozmowie; nie odczytujemy z nich podziałek ani numerów. Diagramy i układy tabel przygotowano wektorowo.

Wydruk. A4, skala 100%, najlepiej jednostronnie na białym matowym papierze. Kolor jest opcjonalny, żadne rozwiązanie nie zależy od barwy. Marginesy pozwalają na oprawę. Karty pomocnicze można wydrukować na grubszym papierze. Czcionka poleceń ma zwykle 18–20 pkt; opisy terapeuty są mniejsze.