




# وقت زندگی

مرکز خدمات جامع روزانه سالمندان

@fiftyplusgroup 

۲۲۷۷۴۸۴۰ / ۲۲۷۷۵۰۲۵



www.fiftyplusgroup.com



## در «وقت زندگی» چه می‌گذرد؟



• ارائه انواع خدمات مراقبتی روزانه سالمندی (مراقبت‌های جسمی، روانی ذهنی، معنوی، فرهنگی، اقتصادی، اجتماعی و...) با کیفیت و قیمت مناسب برای گروه سنی ۶۰ سال و بالاتر

• ارائه برنامه‌های لازم برای تغییر سبک زندگی با هدف توانمند سازی

• استفاده از فناوری و تکنولوژی های روز دنیا برای ارائه خدمات مناسب سالمندی



@fiftyplusgroup



• مجموعه «وقت زندگی» با بیش از ۸۰۰ مترمربع زیربنا در ۴ طبقه، شامل فضاهای رفاهی متنوعی از جمله ۴۰۰ متر مربع فضای سبز و روف گاردن، می‌باشد.

• فضای کاملاً اختصاصی اسپا (جکوزی، سونا، ماساژ...) جهت استفاده مراجعین و همچنین فضایی جهت بازی‌های انفرادی و گروهی (میز پینگ پنگ، فوتبال دستی، بیلیارد و دارت) مهیا شده‌است.

• طراحی و تجهیز فضای ورزشی، ارزیابی جسمانی و نیز امکان استفاده از دستگاه‌های حرفه‌ای ورزشی، در نظر گرفتن فضای اختصاصی انجام یوگا زیر نظر مربیان مجرب برای ایجاد آرامش روح و جسم سالمندان فراهم می‌کند.

• بخش فیزیوتراپی این مجموعه با فراهم کردن امکانات و تجهیزات کامل در این زمینه خدمات حرفه‌ای ارائه می‌نماید.

• لمکده تداغی‌گر فضای دلنشین خانه با طراحی ویژه می‌باشد تا سالمندان در این قسمت، امنیت و راحتی فضای خانه خود را تجربه کنند.

• کافی شاپ فضای مناسب جهت دورهمی دوستانه و خانوادگی و تجدید دیدار با آشنایان درمکانی دنج با امکان پذیرایی متناسب مهیا می‌باشد.

## خدمات درمانی در «وقت زندگی»



- ارزیابی پزشکی
- ارزیابی ورزشی و جسمانی
- ارزیابی حرکتی و توانبخشی
- مشاوره دارویی
- مشاوره روانشناسی
- مشاوره سلامت و تغذیه
- برنامه روزانه

## خدمات رفاهی در «وقت زندگی»



- مراقبت روزانه از سالمندان با هدف حفظ استقلال فرد
- فضای مناسب جهت استراحت و نگهداری سالمندان
- قرار گیری ویلچیر و واکر در تمام ورودی و خروجی‌های ساختمان
- حضور پرستار و بهیار به صورت تمام وقت
- تامین سرویس رفت و آمد برای سالمندان در جهت رفع نگرانی خانواده‌ها از مشکلات حمل و نقل
- خدمات ورزشی با هدف توانمند سازی افراد



- فیزیوتراپی
  - مددکاری
  - ماساژ
  - آروماتراپی
  - گروه درمانی
  - نتاثر درمانی
  - موسیقی
  - نقاشی
  - نقد فیلم
  - باغبانی
  - حرکات موزون (هنرهای فردی نمایشی)
  - ثبت خاطرات، تجربیات و دانش سالمندان
- کاردرمانی
  - آب درمانی
  - اسپا
  - کلاس های گروهی
  - یوگا ویژه سالمندان
  - آوا درمانی
  - عرفان
  - آموزش تکنولوژی روز
  - شاهنامه خوانی



## تفریح و سرگرمی‌های مجموعه «وقت زندگی»



• تورهای تفریحی یک و دو روزه  
یکی از بهترین سرگرمی‌ها در دوران کهن‌سالی رفتن به سفرهای تفریحی به قصد گردشگری و استراحت می‌باشد.  
سفر کردن موجب ترشح دوپامین (Dopamine) توسط سلول‌های عصبی شده که از بیماری‌های پارکینسون (Parkinson) و لرزش دست هنگام بی‌حرکتی، ناپایداری در ایستادن و... در سالمند جلوگیری می‌کند، مغز هوشیارتر و فعال‌تر شده، معلولیت سالمند را بهبود می‌بخشد و دید مثبت اندیشی را در او تقویت می‌کند و به علت حضور در جمع باعث بالا رفتن اعتمادبه‌نفس، شادی و سرزندگی در سالمند می‌گردد.



• برگزاری جشن‌ها و دوره‌می‌ها  
مشارکت و همیاری در ایفای مسئولیت اجتماعی  
مشارکت در فعالیت‌های انسان‌دوستانه علاوه بر اینکه به سالمندان عزیز احساس مفید بودن، کارآمدی و رضایت خاطر می‌دهد، سبب ایجاد آرامش، انگیزه و سلامت معنوی نیز می‌گردد.  
همچنین تمامی این عزیزان می‌توانند در فعالیت‌های خیرخواهانه‌ای همچون برگزاری بازارچه‌های خیریه، جشن‌ها و مراسم‌های متنوع به نفع بیماران خاص و کودکان کار، مجموعه «وقت زندگی» را همراهی نمایند.



## وقت زندگی

پاسداران، نیستان سوم، بلوار شیدایی، خیابان یار محمدی، کوچه افخمی  
بعد از کوچه فیروزکوه، پلاک ۱