

חופש גדול, קשב גדול



איזה כיף שחופשת הקיץ כבר כאן!

זו תקופה מרגשת עבור ילדים, מלאה בהזדמנויות למשחק, ביכוי והנאה. יש בחופש המון ריגוש וקסם, אולם עבור ילדים המתמודדים עם הפרעות קשב וריכוז, חופשת הקיץ עלולה להיות גם אתגר לא פשוט.

השינוי בשגרה היום-יומית, היעדר המסגרת וחוסר פעילות מובנית, עלולים לערער את היציבות ולגרום לילדים אלו "ללכת לאיבוד", כך שיתקשו להתארגן, לתכנן את זמנם, ולהשלים מטלות ללא כיווי והכוונה. החופשה תביא עמה גם שפע של גירויים כמו טלפון, יציאות לא שגרתיות וכדו', העלולים להקשות על הילדים להתמקד בפעילות אחת לאורך זמן.

לא לו יצטרפו תחושת המיצוי המהיר (איבוד עניין), השעמום וחוסר המעש. ללא סדר יום מובנה, הילדים לבטח יחוו רגעים כאלה שיובילו לחוסר שקט, תזזיתיות וקושי להירגע.

איך לעזור לילדים ליהנות מהחופשה בצורה בריאה ומאוזנת?

שגרה יומית קבועה

חשוב לשמור על שגרה יומית קבועה ככל האפשר, גם במהלך החופשה. זה כולל שעות קבועות של השכמה, אכילה, שינה

ופעילות. שגרה צפויה תיתן לילדים תחושת ביטחון ויציבות ותעזור להם להתמודד עם השינויים והגירויים הרבים.

זמן למנוחה ורגיעה

חשוב להקצות לילדים זמן למנוחה ולרגיעה במהלך היום. זה יכול להיות זמן קריאה, משחק שקט או פשוט זמן להיות לבד. מנוחה חשובה במיוחד לאחר פעילות מרגשת או עמוסת גירויים ופעילויות

בחירת פעילויות מתאימות

חשוב לבחור פעילויות שעולות בקנה אחד עם תחומי העניין של הילד ועם יכולת הריכוז שלו. כשמדובר על הפרעות קשב וריכוז, פעילויות קצרות וממוקדות עדיפות על פי רוב על פעילויות ארוכות ומורכבות. מגוון רחב של פעילויות (אך לא ריבוי אפשרויות

השינוי בשגרה היום-יומית, היעדר המסגרת וחוסר פעילות מובנית, עלולים לערער את היציבות ולגרום לילדים אלו "ללכת לאיבוד"

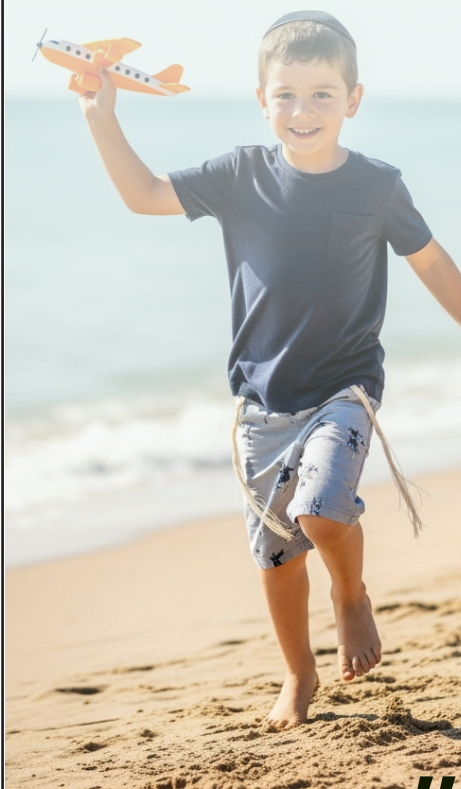
בדיוק כפי שהם, עם הייחודיות שלהם, חוש ההומור, הסקרנות ושמחת החיים.

עם **ספארקלס** אין דיכמה ולא צריך לבחור - הילדים יוכלו להרכיב את המשקפיים, להנות מקשב מוגבר ולהישאר בדיוק כפי שהם כדי להמשיך ולהנות בפעילות עם החברים. כל זה ללא תופעות הלוואי שלעיתים נקשרות בטיפול התרופתי.

ספארקלס הינם משקפיים לשיפור הקשב והריכוז. הם מעלים את רמת העוררות וכתוצאה מכך מובילים לשיפור בתפקוד, הודות לטכנולוגיה ייחודית המתמקדת בגירוי מרחב הראיה ההיקפי. הטכנולוגיה שבבסיס **ספארקלס** מאושרת על ידי משרד הבריאות עם התוויה לטיפול לשיפור הקשב.

בעזרת המשקפיים הילדים יוכלו להישאר ממוקדים ומרוכזים בפעילות שלפניהם, בין אם זה משחק כדורגל עם חברים, קריאת ספר מרתק או אפילו תרגול החומר לקראת שנת הלימודים הבאה.

מאחלים לכל הילדים, חופשה מהנה ומעשירה, מלאה בהישגים וגילויים חדשים, מבלי לוותר על החינויות והניצוץ שלהם.



במקביל) חשוב גם הוא כדי למנוע שעמום ותסכול.

החופש להיות עצמם, עם קשב משופר

ואם כבר צלחנו את המשוכה של למצוא מסגרת מתאימה לחופש, כמו קייטנה שהילד רוצה ואוהב, נשאלת השאלה אם נמשיך וניתן לו גם בחופש טיפול תרופתי כדי שיוכל להשתתף בפעילויות השונות.

אולי נעדיף לשלם את המחיר ההתנהגותי כדי להימנע מתופעות הלוואי שלעיתים נקשרות לטיפול? הרי הוא בחופש ואנחנו רוצים שהוא ייהנה עם החברים שלו... בהחלט דיכמה.

אפשר גם וגם

בדיוק בשביל זה אנחנו פה. כי אפשר גם ליהנות מקשב מוגבר וגם לאפשר לילדים שלנו להיות

אפשר גם ליהנות מקשב מוגבר וגם לאפשר לילדים שלנו להיות בדיוק כפי שהם, עם הייחודיות שלהם, חוש ההומור, הסקרנות ושמחת החיים.