

Samodzielni
Projekt wspierający
członków rodzin/opiekunów osób przewlekle chorych i niepełnosprawnych

CEL PROJEKTU

Celem projektu jest zwiększenie kompetencji i wsparcie osób sprawujących opiekę nad niepełnosprawnymi, długotrwale chorymi członkami rodziny poprzez:

- a) zwiększenie ich umiejętności w zakresie czynności pielęgnacyjnych,
- b) zwiększenie ich umiejętności w zakresie podstawowych czynności usprawniających i rehabilitacyjnych,
- c) uzyskanie wsparcia psychologicznego.

ORGANIZACJA

Projekt skierowany jest **wyłącznie do mieszkańców Szczecinka**, sprawujących opiekę nad niepełnosprawnymi, długotrwale chorymi członkami rodziny.

W ramach projektu oferujemy nieodpłatnie cykl spotkań szkoleniowych z rehabilitantem, opiekunką środowiskową oraz psychologiem. Spotkania odbywać się będą w miejscu zamieszkania, bezpośrednio przy łóżku chorego. Spotkania z psychologiem mogą również odbywać się poza miejscem zamieszkania.

Po zakończeniu cyklu spotkań uczestnicy będą mieli możliwość wymiany doświadczeń na spotkaniach grupy wsparcia prowadzonej przez psychologa.

NABÓR UCZESTNIKÓW

Nabór do projektu prowadzony jest w sposób ciągły, do wyczerpania środków przeznaczonych na jego realizację na dany rok. Wyjątkiem jest udział w grupie wsparcia, do której uczestnicy mogą zgłaszać się przez cały rok.

Formą naboru jest **pisemny wniosek** osoby zainteresowanej składany w **Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Szczecinku ul. Wiejska 4, pok. 33**. O zakwalifikowaniu do projektu decydowała będzie kolejność zgłoszeń.

SPOTKANIA SZKOLENIOWE.

- **Spotkania z opiekunką środowiskową** - celem spotkań z opiekunką jest przekazanie wiedzy, a także poinstruowanie i wyćwiczenie czynności pielęgnacyjnych i higienicznych, tj. zmiana pościeli, pampersów, karmienie, mycie, ubieranie, przenoszenie na wózek, podawanie leków, oklepywanie, pielęgnacja przeciwoleżynowa, itp. W ramach tych spotkań opiekunka omówi również zagadnienia związane z koniecznością zmian w organizacji czasu i przestrzeni spowodowanych nową sytuacją tj. opieką nad chorym. Zajęcia odbywać się będą w **wymiarze 6 godzin** dla jednej rodziny.
- **Spotkania z rehabilitantem** - celem spotkań z rehabilitantem jest nabycie przez opiekunów umiejętności w zakresie przemieszczania chorego na łóżku, przenoszenia na wózek, asekuracji w trakcie czynności higienicznych, usprawniania funkcji ruchowych, profilaktyka spastyczności mięśniowej. Zajęcia odbywać się będą w **wymiarze 6 godzin** dla jednej rodziny.
- **Zajęcia z psychologiem**, których celem będzie pokazanie uczestnikom sposobów radzenia sobie z emocjami szczególnie w sytuacjach trudnych, przeciwdziałanie wypaleniu oraz utrzymywania właściwych relacji z osobami objętymi opieką. Spotkania z psychologiem odbywać się będą w zależności od woli zainteresowanych w miejscu zamieszkania lub poza nim, w **wymiarze 5 godzin** dla jednej rodziny.
- **Grupa wsparcia** - każdy z uczestników projektu będzie miał możliwość udziału w grupie wsparcia dla opiekunów osób niesamodzielnych. Przewiduje się

zorganizowanie jednego spotkania miesięcznie. Spotkania grupy wsparcia będą prowadzone przez psychologa.

Koordynatorem projektu jest:

Pani Małgorzata Jabłońska

tel. 94 37 280 09 lub 94 37 280 00 (sekretariat)

e-mail mops @szczecinek.net.pl