**Program realizowany również dla uczestników wczasów rehabilitacyjnych.**

1/6

**MIEJSCE REALIZACJI PROGRAMU**: Ośrodek Rehabilitacyjno - Opiekuńczy „DAR SERCA”

82-400 Sztum - Czernin, ul. Zielna 2; tel. 55 245 07 23; 502 610 662; 502 610 652;

Numer wpisu do Rejestru Wojewody Pomorskiego: OD /22/26/14

**ZAPEWNIAMY:**

* zabiegi rehabilitacyjne
* zajęcia kulturalne i sportowo - rekreacyjne
* opiekę pielęgniarki i opiekuna medycznego przez 24 godziny na dobę
* dostęp do lekarzy specjalistów: rehabilitacji medycznej, chorób wewnętrznych, ortopedii i traumatologii, neurologii, reumatologii, chirurgii ogólnej,
* wyżywienie ( 3 posiłki dziennie z możliwością diety)
* pranie odzieży osobistej

**KARDA REALIZUJĄCA PROGRAM TURNUSU**:

* kierownik turnusu
* lekarz specjalista w zakresie rehabilitacji medycznej
* pielęgniarki, opiekunowie medyczni
* fizjoterapeuci
* terapeuci zajęciowi
* pedagog
* psycholog
* logopeda i neurologopeda

**CELE TURNUSU:**

1. Integracja ze środowiskiem, nawiązanie i rozwijanie kontaktów społecznych;
2. Poprawa stanu zdrowia, sprawności psychofizycznej i jakości życia;
3. Wyrobienie pozytywnego nastawienia osoby niepełnosprawnej do swojego schorzenia;
4. Wyrobienie pozytywnego nastawienia do aktywnego spędzania czasu;
5. Uruchomienie zasobów osobistych (uświadomienie własnych potrzeb)- zainteresowań, pasji, przyjemności i rozwijanie ich;
6. Rozbudzanie potrzeby odnoszenia sukcesu;
7. Wykonywanie zabiegów leczniczo-usprawniających.

2/6

**ZAŁOŻENIA PROGRAMOWE:**

Cele i zadania turnusu rehabilitacyjnego będą realizowane poprzez formy i metody dostosowane do możliwości uczestników, stopnia i rodzaju ich niepełnosprawności oraz zainteresowań, wg następującej specyfikacji:

1. **Usprawnianie fizyczne i psychiczne** (przywrócenie sprawności fizycznej i psychicznej):
2. wstępna i końcowa ocena stanu zdrowia,
3. zlecenie i wykonywanie zabiegów usprawniająco – leczniczych (standardowo dziennie wykonujemy 3 zabiegi i więcej w zależności od wskazań lekarskich)
4. **Terapia zajęciowa** jako element rehabilitacji - arteterapia, choreoterapia, muzykoterapia, terapia tańcem oraz wyklejanki, rysunek, malowanie, robótki ręczne, wypalanie w drewnie, tkactwo na krośnie i inne)

1. **Zajęcia integracyjno – adaptacyjne**:

a) zajęcia sportowe i rekreacyjne (wycieczki, spacery, zawody, konkursy, gry planszowe, gry na świeżym powietrzu (np. w bule), tenis stołowy, inne),

b) zajęcia kulturalne (spotkania mające na celu bliższe poznanie się, poprzez udział w spotkaniach z piosenką, muzyką, tańcem, z książką, przy ognisku, przy zajęciach manualnych twórczych w ramach terapii zajęciowej

1. **Edukacja zdrowotna** w formie indywidualnych i grupowych rozmów z uczestnikami turnusu oraz wyrabianie właściwych nawyków
2. schorzenia i ich profilaktyka (zapobieganie chorobie, a także jej skutkom),

b) promocja zdrowia w formie nauki zdrowego trybu życia ( zwalczanie nałogów,

wytwarzanie nawyków zdrowego żywienia, aktywności ruchowej poprzez ćwiczenia i

naturoterapię oraz taniec, systematyczną i powszechną kontrolę czynników ryzyka

chorób cywilizacyjnych, wczesną diagnostykę, podnoszenie poziomu wiedzy

społecznej o warunkach i potrzebach zdrowia)

c) klimatoterapia (walory klimatyczne podwyższają skuteczność stosowanych antybiotyków oraz preparatów immunostymulujących) – spacery, piesze wycieczki, gry i zabawy z wykorzystaniem naturalnych zasobów, trening Nordic Walking

d) terapia oddechowa ( świadome kontrolowanie oddechu, ćwiczy się oddychanie brzuchem i przeponą, co wpływa dobroczynnie na funkcjonowanie narządów wewnętrznych: pobudza akcje serca, krążenia, przemianę materii, wydzielanie hormonów, stabilizuje tętno, ułatwia koncentracje, obniża napięcie emocjonalne, ma

działania relaksujące, na poszczególne układy, zdecydowanie niweluje następstwa zdenerwowania i tremy, sprawia, że ustępują nerwicowe dolegliwości żołądka.

1. Uczestnik Turnusu korzysta również z walorów turystycznych okolic, jak: jeziora, sporty wodne, ścieżki zdrowia z siłownią nad jeziorem, ścieżki rowerowe, szlak zamków krzyżackich, lasy i inne.

**ABIEGI KINEZYTERAPEUTYCZNE REALIZUJEMY Z UŻYCIEM SPRZĘTU:** 3/6

1.UGUL – Uniwersalny Gabinet Usprawniania Leczniczego, w którym możliwe jest wykonywanie różnorodnych ćwiczeń z zastosowaniem przyrządów rehabilitacyjnych.

Najczęściej wykorzystywany do wykonywania ćwiczeń w odciążeniu, ćwiczeń z oporem, ćwiczeń wspomaganych. Każde ćwiczenie dostosowane jest do stanu zdrowia pacjenta i wykonywane pod okiem rehabilitanta.

2.STÓŁ DO PIONIZACJI

3. FOTEL DO PIONIZACJI

4.ROTORY

5. ROWERY

6.TRAMPOLINA

7.BIEŻNIA

8.STOŁY DO ĆWICZEŃ MANUALNYCH

9.DRABINKI

10.MATY

11.TAŚMY THERABANT

12.PIŁKI REHABILITACYJNE

13.LASKI GIMNASTYCZNE

14.KLINY, WAŁKI, PÓŁWAŁKI

15.ŁAWECZKI GIMNASTYCZNE

16.LUSTRA

17. STÓŁ DO TENISA

**WYKONUJEMY RÓWNIEŻ INNE ZABIEGI REHABILITACYJNE**: elektroterapia, hydroterapia, ciepłolecznictwo, światłolecznictwo, laseroterapia, krioterapia miejscowa, magnetoterapia, ultradźwięki masaż klasyczny, relaksacyjny, drenaż limfatyczny.

**UCZESTNIK ZAPEWNIA WE WŁASNY ZAKRESIE:**

- leki i inne środki lecznicze

- pampersy i inne środki do higieny osobistej

**POMIESZCZENIA I WYPOSAŻENIE :**

-pokoje dwu i wieloosobowe (razem 21 miejsc) z wyposażeniem w niezbędny sprzęt

- kuchenka

- pomieszczenie świetlicowe z telewizorem

- pomieszczenie terapeutyczne

- pomieszczenia sanitarne: wspólne toalety i prysznice dostosowane dla osób niepełnosprawnych

- gabinet diagnostyczno - terapeutyczny

- pomieszczenie do masażu

**-** sala kinezyterapii przystosowana do gimnastyki grupowej

4/6

**HARMONOGRAM POBYTU**

**Pierwszy dzień**

**P**rzyjęcie grupy (osoby),zakwaterowanie, badanie wstępne zakończone zleceniem zabiegów usprawniająco-leczniczych.

Zajęcia topograficzne – wspólny spacer po obiekcie Ośrodka i miejscowości Czernin

Spotkanie integracyjno –zapoznawcze

**Następne dni**

Zajęcia usprawniające – zabiegi lecznicze, relaksacja - w zależności od potrzeb uczestnika

**Przedostatni dzień**

Spotkanie integracyjne podsumowujące turnus-wypowiedzi uczestników o zrealizowanym programie, uzyskanych efektach, ankieta anonimowa na temat organizacji i przebiegi turnusu.

**Ostatni dzień**

Po obiedzie rozwiązanie turnusu i pożegnanie się z Ośrodkiem.

**INNE UWAGI dotyczące opieki**

1. Zabiegi i zajęcia dobierane będą w zależności od potrzeb uczestnika turnusu, według INDYWIDUALNEGO PLANU OPIEKI określonego przez zespół terapeutyczny z udziałem Uczestnika Turnusu i jego Opiekuna
2. Uczestnik turnusu może korzystać dodatkowo z indywidualnej opieki.
3. Uczestnik jak i jego Opiekun mogą zgłaszać uwagi do jakości świadczonej opieki.

5/6

**HARMONOGRAM DNIA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Godziny** | **Zajęcia** | **Uwagi** |
| 6:00 – 7:30 | Toaleta poranna |  |
| 7:30 – 8:00 | Terapia oddechowa i gimnastyka | Prowadzi specjalista ds. rehabilitacji |
| 8:00 – 8:30 | Śniadanie |  |
| 8:30 – 13:00 | Usprawnienie fizyczne- zabiegi lecznicze, relaksacja | Prowadzą: specjalista ds. rehabilitacji, logopeda i neurologopeda,  terapeuta zajęciowy |
|  | Obiad |  |
| 14:00 – 15:00 | Odpoczynek |  |
| 15:00 -18:00 | Zajęcia:  - z zakresu rehabilitacji psychicznej  - zajęcia integracyjno – adaptacyjne  - oświatowo - zdrowotna | Formy i tematyka zajęć odbywać się będą w zależności od zainteresowań i potrzeb uczestników.  Prowadzą: terapeuta zajęciowy, pielęgniarka, lekarz, psycholog, logopeda, neurologopeda, fizjoterapeuta |
| 18:00 – 18:30 | Kolacja |  |
| 18:30 – 22:00 | Toaleta wieczorna i czas własny |  |
| 22:00 | Cisza nocna |  |

**INFORMACJA O OBIEKCIE**

Obiekt i jego otoczenie spełnia wszystkie warunki określone w Rozporządzeniu Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 15 listopada 2007 r. w sprawie turnusów rehabilitacyjnych.

Pomieszczenia rehabilitacyjne, pokoje sypialne i inne znajdują się na parterze o pomierzch 500 m2.

Teren obiektu jest bez barier architektonicznych, z dużym placem – trawnikiem, do zajęć ruchowych na świeżym powietrzu.

Obiekt posiada parter, piętro i piwnicę oraz 4 wejścia, windę i podjazd.

6/6

**POWSTANIE OŚRODKA „DAR SERCA”**

Ośrodek Rehabilitacyjno – Opiekuńczy „DAR SERCA” pod adresem: 82-400 Sztum-Czernin ul. Zielna 2 powstał po zaadaptowaniu i rozbudowie byłego obiektu przedszkola, który wraz z całą nieruchomością został przekazany Stowarzyszeniu Pomocy Osobom Przewlekle Chorym „DAR SERCA” na mocy uchwały RADY MIEJSKIEJ w SZTUMIE z dnia 11.02.2010 r. i umowy użyczenia z dnia 01.03.2010 r., na okres 25 lat, z możliwością jej przedłużenia, na działalność statutową, z zamiarem utworzenia opieki dla osób niepełnosprawnych i przewlekle chorych.

Nieruchomość posiada:  
pow. użytkowa budynku ponad 1171 m2  
pow. działki: 3695 m2

Adaptację obiektu wraz rozbudową przeprowadziło Stowarzyszenie „DAR SERCA . Prace rozpoczęto w grudniu 2011 r. a obiekt został oddany do użytku 28 grudnia 2012r.

Dzieło udało się zrealizować dzięki dotacji ze środków PFRON przyznanych przez Marszałka Województwa Pomorskiego w roku 2011, pracy osadzonych Zakładu Karnego, pomocy społeczności lokalnej w tym przedsiębiorców, współpracy z Powiatowym Urzędem Pracy w Sztumie, własnym środkom finansowym Stowarzyszenia i pracy woluntarystycznej jego Zarządu i członków.

Krystyna Szafrańska- prezes