

Harmonogramu realizacji wsparcia w ramach projektu pn. „Dzienny Dom Opieki Medycznej przy Zespole Opieki Medycznej w Oławie”

Nazwa Beneficjenta: **Zespół Opieki Zdrowotnej w Oławie przy ul. K. K. Baczyńskiego 1, 55-200**

Oława, NIP: 912-165-06-58, REGON: 000306816, KRS: 0000162172.

Nr projektu: **RPDS.09.03.00-02-0012/20**

Ilość uczestników :**10-15**

Harmonogramu realizacji wsparcia na m-c Marzec 2023

Rodzaj wsparcia (forma wsparcia w ramach projektu z wyszczególnieniem zajęć grupowych i/lub indywidualnych)	Prowadzący	Data realizacji wsparcia	Godziny w których wsparcie jest realizowane (od ... do....)	Dokładny adres realizacji wsparcia
<p>DDOM zapewni opiekę medyczną połączoną z kontynuacją terapii i procesem usprawniania w zakresie funkcjonalnym oraz procesów poznawczych.</p> <p>Realizowane zadania będzie zgodne ze standardem dla DDOM oraz dostosowane do indywidualnych potrzeb i możliwości uczestników.</p> <p>Do podstawowych kategorii świadczeń zdrowotnych realizowanych w ramach DDOM należeć będą:</p> <p>1. opieka pielęgniarstwa, w tym edukacja pacjenta dotycząca samoopieki i samopielęgnacji , doradztwo w doborze odpowiednich wyrobów medycznych.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pomoc w czynnościach dnia codziennego; - Wsparcie psychiczne uczestników, zapewnienie spokoju i bezpieczeństwa; - Integrację z innymi uczestnikami oddziału dziennego oraz personelem; - Ograniczanie następstw niepełnosprawności przez aktywizację psychiczną i fizyczną w procesie samoopieki; - Edukacja uczestników oraz rodziny na tematy związane z jednostkami chorobowymi. - zajęcia dodatkowe, pozwalające na zagospodarowanie czasu wolnego pomiędzy udzielanymi świadczeniami zdrowotnymi. <p>Prowadzone będą działania monitorujące stan pacjentów po opuszczeniu DDOM</p>	<p>KADRA DDOM (zgodnie z planowanym grafikiem znajdującym się w systemie SL2014 w zakładce PERSONEL PROJEKTU):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pielęgniarka (równocześnie pełniącą funkcje Kierownika Zespołu Terapeutycznego) 2. Pielęgniarka 3. Lekarz sp. w dziedzinie rehabilitacji medycznej 4. Lekarz sp. w dziedzinie geriatryi +POZ 5. Fizjoterapeuta 6. Opiekun medyczny 7. Terapeuta zajęciowy 8. Psycholog 9. Dietetyk 	<p>01.03.2023 - 31.03.2023 codziennie w każdy dzień roboczy.</p>	<p>07:00-15:05</p>	<p>Zespół Opieki Zdrowotnej w Oławie przy ul. K. K. Baczyńskiego 1, 55-200 Oława, usytuowany na pierwszym piętrze budynku B szpitala.</p>

<p>polegające na:</p> <ul style="list-style-type: none"> -wykonywania rozmów telefonicznych przez personel DDOM; -nawiązania współpracy personelu DDOM z innymi jednostkami świadczącymi podobne usługi dla seniorów aby mogli kontynuować podjętą terapię, -nawiązania współpracy personelu DDOM z pracownikiem socjalnym oraz pielęgniarką środowiskową. <p>2. opieka rehabilitacyjna, usprawnianie ruchowe seniorów,</p> <ul style="list-style-type: none"> - gimnastyka poranna- grupowa, ćwiczenia ogólnousprawniające, - ćwiczenia czynne kończyn górnych, kończyn dolnych i tułowia przeplatane ćwiczeniami oddechowymi, - ćwiczenia koordynacji wzrokowo- ruchowej, - ćwiczenia zwiększające zakres ruchu w stawach i wzmacniające siłę mięśniową, - ćwiczenia sensomotoryczne- w tym ćwiczenia równoważne wykonywane w warunkach statycznych lub dynamicznych i w pozycjach niestabilnych, - ćwiczenia umysłowo-ruchowe (np. rzucanie piłką i wymienianie niepowtarzającego się koloru), - elementy gier zespołowych przy użyciu piłek gimnastycznych, taśm thera-band, - ćwiczenia rytmiczne z wykorzystaniem m.in. piłek gimnastycznych, -ćwiczenia usprawniające prawidłową lokomocję, - pozycje ułożeniowe przy dolegliwościach bólowych kręgosłupa, - ćwiczenia czynno- bierne kończyn górnych, - naświetlanie kończyn górnych i podudzi lampą biopton, - ćwiczenia w odciążeniu kończyn górnych i kończyn dolnych, - rotor mechaniczny kończyn górnych i kończyn dolnych, - zajęcia na sali usprawniania leczniczego z wykorzystaniem sprzętu i przyborów gimnastycznych. <p>Wszystkie w/w ćwiczenia wykonywane są w pozycjach: siedzącej, leżącej, stojącej i w ruchu (marsz).</p> <p>3. opieka psychologiczna,</p> <ul style="list-style-type: none"> -Rozmowy indywidualne i grupowe: konflikty w rodzinie, natrętne myśli, uczucie życiowego zagubienia, nieradzenie sobie w relacjach z innymi ludźmi, sytuacje które wywołały uraz psychiczny, powracające myśli o trudnych przeżyciach w przeszłości. -Psychoedukacja: 				
--	--	--	--	--

<ul style="list-style-type: none"> - informacje na temat problemów życiowych w celu ułatwienia jego rozwiązania. -porady w trudnej sytuacji, -uczenie się nowych , przystosowanych zachowań, -modelowanie zachowania uczestnika-eliminowanie zachowań niepożądanych, werbalnych i niewerbalnych. -psychologiczna odporność- jak patrzeć na wymagającą sytuację(wyzwania, zagrożenia) -Gimnastyka języka: -logopedyczne ćwiczenia(trudności w wymowie) -Wsparcie emocjonalne: -łagodzenie doświadczalnych emocji i stresów, -rozpoznawanie sytuacji wyzwających nastawienie depresyjne, smutek, długotrwałe niezadowolenie. -Ćwiczenia optymizmu: -pozytywne myślenie - nabywanie umiejętności czerpania radości z małych szczęść, -pielęgnowanie wdzięczności, -Trening relaksacji- wizualizacje -ćwiczenia oddechu, -Komunikacja międzyludzka: -umiejętność porozumiewania się, -asertywność, -ustalanie własnych granic, -sterowanie własnym życiem, obrona swoich praw, obrona przed oszustami(metoda na policjanta, wnuczka), -Budowanie poczucia własnej wartości, -uwypuklanie – znajomość swoich mocnych stron i ich rozwijanie, -akceptowanie swoich słabości, -tworzenie listy swoich osiągnięć, -Ćwiczenia stymulujące funkcje poznawcze, poprawiające : pamięć, koncentrację, uwagę, logiczne myślenie, spostrzegawczość. -Dobrostan psychiczny – stawianie czoła wyzwaniom komplikacjom i trudnościom, -pozytywne relacje z innymi ludźmi, -samoakceptacja – przekonanie o swojej wartości, głęboki szacunek do samego siebie oparty o świadomość pozytywnych i negatywnych cech, -zdolność akceptowania zmian, -radość życia, poczucie humoru. <p>4. terapia zajęciowa,</p> <p>Cele terapii:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktywizowanie uczestnika we wszystkich strefach życia: psychicznej,fizycznej, społecznej. - poprawa relacji społecznych poprzez nawiązywanie i utrzymywanie kontaktów społecznych, - poprawę koordynacji przestrzennej wzrokowo- 				
---	--	--	--	--

<p> ruchowej, -przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu osób starszych, Działania terapii zajęciowej: -arteterapia: zajęcia bazujące na sztuce i jej wytworach, -ergoterapia: umożliwienie uczestnikom kontakt z otoczeniem poprzez wykorzystanie różnego rodzaju pracy i rekreacji. Terapia ta wykorzystuje prace w różnych pracowniach tematycznych np. krawiectwo. -biblioterapia: zajęcia z wykorzystaniem specjalnie wybranych fragmentów książek i czasopism. -muzykoterapia: wykorzystanie muzyki poprzez słuchanie, tworzenie i śpiewanie. -filmoterapia: zajęcia z wykorzystaniem odpowiednio dobranych fragmentów filmów, pozwalających na spotkanie z własnymi emocjami, ale także na akceptację tych że emocji w bezpiecznych warunkach. - zajęcia relaksacyjne: ich celem jest odprężenie, rozładowanie stanu napięcia w trakcie zajęć, wykorzystywane są elementy muzykoterapii i poezji. 5. porady dietetyka, 1. Cykl wykładów dotyczących zdrowego odżywiania osób 65+ oraz żywienia w jednostkach chorobowych typowych dla wieku starszego. * Zalecenia dietetyczne w chorobach jamy ustnej. Higiena jamy ustnej. Dolegliwości związanych z protezami, suchością jamy ustnej oraz zespołem palących ust. * Ćwiczenia - Prawidłowy talerz seniora. Pogadanka na temat zdrowego odżywiania * Piramida zdrowego żywienia i aktywności fizycznej dla osób w wieku starszym. 2. Indywidualne konsultacje dot. prawidłowego odżywiania, zwłaszcza przy towarzyszących jednostkach chorobowych. 3. Rozmowy z pacjentem i rodziną w przypadku problemów żywieniowych. 4. Zalecenia dietetyczne po zakończeniu pobytu seniora w DDOM. 7. Zajęcia manualne towarzyszące niektórym wykładom dotyczącym prawidłowego odżywiania. 8. odpowiednie do stanu zdrowia wyżywienie. 6. konsultacje lekarza geriatry +POZ 7. konsultacje lekarza rehabilitacji. </p>				
--	--	--	--	--

Sporządził: Agnieszka Serafin Kierownik Dziennego Domu Opieki Medycznej
 Zatwierdził: Kierownik Projektu Anna Kotala