



6 kwietnia 2009 rozpoczęło się szkolenie z zakresu „Opieka nad dzieckiem i osobą starszą” (część zasadnicza)

Prowadzący: mgr **Anna Dmowska**

Ogólne cele szkolenia:

- ✓ Przygotowanie osób (opiekunów) do udzielania pomocy i świadczenia usług opiekuńczych w odniesieniu do dzieci, osób niesamodzielnych, przewlekle chorych, samotnych, które nie mają dostatecznego wsparcia ze strony rodziny lub innych osób z najbliższego otoczenia
- ✓ Przygotowanie opiekunek i świadczone przez nie usługi opiekuńcze w środowisku domowym wpłyną na sprawne działanie systemu pomocy środowiskowej oraz ograniczenie liczby decyzji o skierowaniu penitenta do ośrodków pomocy społecznej
- ✓ Przygotowanie kadry osób wypełniających czynności asystujące zarówno dla podopiecznego, jak i przedstawicieli zawodów wysokospecjalistycznych

Szczegółowe cele szkolenia:

- ✓ Dostarczenie teoretycznych podstaw „opiekowania się” m. In. z zakresu pielęgniarstwa, medycyny, psychologii, pedagogiki, socjologii
- ✓ Wyposażenie w umiejętność organizacji pracy na stanowisku „opiekunki”
- ✓ Nabycie praktycznych umiejętności z wybranych działań opiekuńczych wobec klienta w różnym wieku, sytuacji zdrowotnej i życiowej
- ✓ Wyposażenie w niezbędną wiedzę i umiejętności z zakresu ochrony własnego zdrowia psychicznego i fizycznego w sytuacji opieki
- ✓ Zapoznanie z podstawowymi prawami komunikacji międzyludzkiej i współpracy z innymi ludźmi

Metodyka szkolenia:

- ✓ prezentacja
- ✓ mini - wykład
- ✓ pogadanka
- ✓ praca z tekstem
- ✓ praca w podgrupach
- ✓ metoda przypadków
- ✓ inscenizacja
- ✓ filmik
- ✓ pokaz
- ✓ burza mózgów



Mama na drodze ku zatrudnieniu



AVSI Polska
Organizacja Pożytku Publicznego

- ✓ bank pomysłów
- ✓ gry dydaktyczne
- ✓ dyskusja

Środki i pomoce dydaktyczne:

- ✓ tablica i kreda / pisaki
- ✓ arkusze papieru do powieszenia i pisaki
- ✓ kartki A4 i artykuły piśmiennicze
- ✓ laptop z dostępem do Internetu oraz głośniczkami
- ✓ rzutnik multimedialny
- ✓ teksty (książka, wydruki)
- ✓ foldery
- ✓ film DVD, CD
- ✓ nagranie płytowe CD
- ✓ lalka – dziecko oraz potrzebne akcesoria
- ✓ zabawki
- ✓ artykuły do robienia kartek
- ✓ gry
- ✓ przybory pielęgnacyjno – lecznicze (maści, kremy, zasyпки, płyny do kąpieli itd.)
- ✓ artykuły higieniczno – lecznicze (np. gaza, maseczka, woda utleniona, plastry itd.)
- ✓ apteczka pierwszej pomocy
- ✓ **karimaty / koce**
- ✓ materiały szkoleniowe w postaci skryptu

Czas szkolenia:

- ✓ 13 - dniowe szkolenie po 6 godzin lekcyjnych dziennie, z czego:
- ✓ 3 dni stanowią teoretyczne podstawy opieki i ogólne zagadnienia [18 godzin] i
- ✓ 10 dni to wybrane zagadnienia szczegółowe w opiece nad dzieckiem [5 dni, 30 godzin] i osobą dorosłą [5 dni, 30 godzin].
- ✓ Zajęcia teoretyczne obejmować będą 35% wszystkich zajęć, a 65% - ćwiczenia.

Plan szkolenia:

Dzień 1 i 2: Teoretyczne zagadnienia dotyczące opieki [12 godzin]



Projekt współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego
w ramach Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki 2007-2013



- ✓ Zapoznanie, uzgodnienie kontraktu
- ✓ Projekcja bajki
- ✓ Przedstawienie planu zajęć, omówienie, zebranie „zapotrzebowania”
- ✓ Definicje: opieki, pomocy (Z. Dąbrowski, H. Radlińska)
- ✓ Rodzaje opieki w oparciu o wybrane kryteria
- ✓ Opieka a pielęgniarstwo (V. Henderson)
- ✓ Opiekunka a funkcja opiekuńcza
- ✓ Zróżnicowanie zapotrzebowania na opiekę; definiowanie: zdrowia, potrzeb
- ✓ Wybrane teorie pielęgniarstwa (F. Nightingale, D. Ohrem) dotyczące określenia potrzeb podopiecznego (ew. osoby, środowiska, choroby) w odniesieniu do zadań opiekuńczych
- ✓ Sylwetka opiekuna, zespół opiekuńczy
- ✓ Opieka a okresy życiowe człowieka
- ✓ Zadania opiekunów (w zależności od wieku podopiecznego, jego sytuacji życiowej, stanu zdrowotnego)
- ✓ Czynności opiekuńcze i opiekuńczo – wychowawcze
- ✓ Proces opiekowania się – jak zadbać o warsztat pracy
- ✓ Zbieranie potrzebnych danych o podopiecznym dla organizacji opieki
- ✓ Komunikacja i asertywność w odniesieniu do sytuacji opieki nad osobą
- ✓ W króciutkich przerwach – drobne propozycje pomysłów do wykorzystania w opiece (np. ćwiczenia oddechowe, rozluźniające, gry)

Dzień 3, 4, 5, 6: Wybrane zagadnienia dotyczące opieki nad dziećmi [24 godziny]

- ✓ Psychologia rozwojowa dzieci i młodzieży oraz ważne potrzeby poznawcze, emocjonalne, społeczne, inne
- ✓ Teoria J. Bowlby’ego, rozwój „przywiązania”
- ✓ Wybrana teoria rozwojowa E. Eriksona a przeżywane konflikty i potrzeby psychiczne na każdym z etapów życia
- ✓ Opieka i czynności higieniczne (kąpiel, zapobieganie odparzeniom skóry, zasady podnoszenia i noszenia dziecka, ubierania, przewijania)
- ✓ Wspomaganie rozwoju (psycho-motorycznego, mowy)
- ✓ Potrzeby żywieniowe (karmienie naturalne i sztuczne)
- ✓ Choroby pasożytnicze (wybrane aspekty) oraz inne choroby brudnych rąk
- ✓ Potrzeba ruchu i dostępu świeżego powietrza
- ✓ Pielęgnowanie dziecka z zatkany noskiem



- ✓ Opieka nad dzieckiem w wybranych chorobach ostrych: m.in. urazy, zatrucia, biegunka, zapalenie ucha, zatok, oskrzeli, zapalenie krtani, chorobach wirusowych
- ✓ Opieka nad dzieckiem w wybranych chorobach przewlekłych: cukrzyca, astma, alergia, depresja, psychosomatyczne – do wybrania

Dzień 7, 8, 9, 10: Wybrane zagadnienia dotyczące opieki nad dorosłymi [24 godziny]

- ✓ Psychologia rozwojowa wieku dorosłego – wybrane aspekty
- ✓ C. d. teorii E. Eriksona
- ✓ Potrzeby gospodarowania własnym otoczeniem
- ✓ Potrzeby żywieniowe
- ✓ Potrzeby ruchu i dostępu świeżego powietrza
- ✓ Potrzeby utrzymania ciała w czystości i pielęgnacji
- ✓ Pielęgnowanie w wybranych chorobach ostrych: urazy, zatrucia, infekcje, nerw
- ✓ Opieka nad dzieckiem w wybranych chorobach przewlekłych: cukrzyca, astma, alergia, depresja, ch. układu krążenia, ch. układu ruchu, neurologiczne (wylew, udar), psychosomatyczne – do wybrania

Dzień 11: Wybrane zagadnienia dotyczące opieki zarówno nad dziećmi i dorosłymi [6 godzin]

- ✓ Sytuacja niepełnosprawności psychicznej (i choroba psychiczna) i fizycznej
- ✓ Promocja zdrowia
- ✓ Potrzeba twórczości, a spędzanie czasu wolnego
- ✓ Biblioterapia
- ✓ Robótki ręczne (w tym robienie kartek okolicznościowych, gier)
- ✓ Profilaktyka muzyczna, artystyczna, plastyczna
- ✓ Bajkoterapia
- ✓ Relaksacja i aromatoterapia
- ✓ Inne (w zależności od zapotrzebowania w grupie)
- ✓ Witamina K, czyli ciągle zapotrzebowanie na KOMUNIKACJĘ z drugim człowiekiem
- ✓ Wspólne tworzenie banku pomysłów na spędzanie czasu wolnego

Dzień 12: Wybrane zagadnienia dotyczące bezpieczeństwa i pierwszej pomocy [6 godz.]

- ✓ bezpieczeństwo własne i opiekuna (w pracy)
- ✓ zasady aseptyki i antyseptyki



Mama na drodze ku zatrudnieniu



AVSI Polska
Organizacja Pożytku Publicznego

- ✓ ochrona organizmu przed przeciążeniem, zakażeniami, przed nadmiernym stresem
- ✓ podstawy wykonywania opatrunków, kompresów i okładów – prezentacja, ćwiczenia
- ✓ pomiar podstawowych parametrów życiowych (tętno, RR - aparatem automatycznym, temperatura)
- ✓ pierwsza pomoc przedmedyczna - film

Dzień 13: c.d. Wybranych zagadnień dotyczących bezpieczeństwa i pierwszej pomocy oraz podsumowanie treści dotyczących opieki [6 godz.]

- ✓ c.d. pierwszej pomocy – ćwiczenia, prezentacja
- ✓ powtórzenie najważniejszych treści (konkurs z nagrodami)
- ✓ podsumowanie zajęć
- ✓ przekonanie o dobrej inwestycji zatrudnienia mamy (prezentacja)
- ✓ omówienie sytuacji zatrudnienia – ograniczenia i możliwości opiekuna
- ✓ warsztat dotyczący podejmowania zobowiązań pracy w roli opiekuna (na co zwracać uwagę i co zawrzeć w KONTRAKCIE)
- ✓ poszukiwanie, zwłaszcza w Internecie ciekawych linków, informacji dotyczących opieki i tematów okolicznych; prezentacja wybranych linków i piśmiennictwa