

## **Zajęcia rehabilitacyjne dla uczestników projektu**

### ***Uczestnicy projektu systemowego Mit a prawda - łamiemy bariery***

i stereotypy w dniach od 28.05.2011 do 04.06.2011 uczestniczyli w zajęciach rehabilitacyjnych, które Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Górze zorganizowało w Ośrodku Rehabilitacyjno - Wypoczynkowym „Mazowsze” w Łebie.

Zajęcia rozpoczęły się wstępnym badaniem lekarskim z ordynacją zabiegów (stosownie do rodzaju i stopnia niepełnosprawności inhalacje, hydromasaże, okłady borowinowe, masaże suche, masaż limfatyczny, kąpiele: wirowe, siarkowe, solankowe, magnetoterapia, ultradźwięki). Uczestnikom zapewniono całodobową opiekę medyczno-pielęgniarską. Każdego dnia prowadzona była gimnastyka usprawniająca na basenie. Ponadto uczestnicy brali udział w terapii grupowej ( nordic walking, talasoterapia, muzykoterapia) oraz gimnastyce ogólnorozwojowej nad brzegiem morza.

W trakcie zajęć zorganizowano uczestnikom wycieczkę autokarową po Pojezierzu Kaszubskim( m.in. Centrum Kaszubskie w Szymbarku) podczas, której uczestnicy zapoznali się z walorami nadmorskiego krajobrazu i kulturą kaszubską. Ośrodek zapewnił uczestnikom animacje kulturowe - spotkanie integracyjne ze śpiewem, zabawę taneczną oraz zajęcia w zakresie treningu i kompetencji życiowych.

W badaniach ankietowych uczestnicy bardzo wysoko ocenili przebieg zajęć rehabilitacyjnych oraz współpracę z PCPR - stwierdzając jednoznacznie, że zajęcia te spełniły ich oczekiwania.

Zajęcia rehabilitacyjne to najskuteczniejsza forma aktywizacji zdrowotnej związana z odpoczynkiem, poprawą stanu zdrowia, podnosząca sprawność fizyczną i psychiczną, usprawniająca ruchowo, umożliwiającą kontakt z przyrodą i rozwijającą zainteresowania.

W dalszym etapie projektu Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie zorganizuje zajęcia podnoszące umiejętności podstawowej obsługi komputera i stron internetowych.



Projekt współfinansowany jest ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

Działanie 7.1 Rozwój i upowszechnienie aktywnej integracji

Poddziałanie 7.1.2 Rozwój i upowszechnianie aktywnej integracji przez powiatowe centra pomocy rodzinie

## Informacje o artykule

**Autor:**

**Zredagował(a):**

**Data powstania:** 30.01.2012 14:54

**Data ostatniej modyfikacji:** 23.01.2014 11:58

**Liczba wyświetleń:** 1332

**Wydrukowano z serwisu:** [www.pcprgora.samorzady.pl](http://www.pcprgora.samorzady.pl)

**Wydrukowano dnia:** 2025-07-25 13:32:29