

Program szkolenia pn.: **„Aktywizacja osoby starszej/osoby z niepełnosprawnościami poprzez zastosowanie elementów i technik terapii zajęciowej”**

Data i miejsce realizacji:

Data szkolenia	Godziny	Miejsce szkolenia	Sala	Prowadzący
21 października 2026 r.	9:00–16:00	Akademia WSB w Katowicach, ul. Kościuszki 55, 20-056 Katowice	L2	Damian Kasza
22 października 2026 r.	9:00–16:00	Akademia WSB w Katowicach, ul. Kościuszki 55, 20-056 Katowice	L9	Damian Kasza
28 października 2026 r.	9:15–16:15	Akademia WSB w Tychach, ul. Ciasna 3, 43-100 Tychy	C1	Maria Gorajska-Kot
18 listopada 2026 r.	9:15–16:15	Akademia WSB w Katowicach, ul. Kościuszki 55, 20-056 Katowice	L2	Maria Gorajska-Kot

Cel szkolenia:

Celem szkolenia pn.: **„Aktywizacja osoby starszej/osoby z niepełnosprawnościami poprzez zastosowanie elementów i technik terapii zajęciowej”** jest zdobycie wiedzy i umiejętności w zakresie stosowania elementów i technik terapii zajęciowej w codziennej opiece nad osobami starszymi i osobami z niepełnosprawnościami, ze szczególnym uwzględnieniem aktywizacji ruchowej, poznawczej, manualnej, społecznej i emocjonalnej.

Szkolenie realizowane jest w ramach projektu pn.: **„Kształcenie kadr i wsparcie nowych pracowników systemu pomocy i integracji społecznej w województwie śląskim”** współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach programu Fundusze Europejskie dla Śląskiego 2021-2027.

Agenda szkolenia pn.: „Techniki ergonomicznego podnoszenia i zmiany pozycji ciała (ergonomiczny transfer) w opiece nad osobą starszą/osobą z niepełnosprawnościami”



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

09:00 – 10:30 (90 min.)	Część I – Podstawy terapii zajęciowej w opiece domowej ▪ Pojęcie terapii zajęciowej oraz możliwości wykorzystania jej elementów w codziennej opiece nad osobą starszą i osobą z niepełnosprawnością. ▪ Znaczenie aktywności dla zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego podopiecznego. ▪ Korzyści wynikające ze stosowania elementów i technik terapii zajęciowej. ▪ Rozpoznawanie potrzeb, zainteresowań i możliwości podopiecznego. ▪ Techniki motywowania do podejmowania regularnej aktywności. ▪ Dokumentowanie postępów oraz wyników obserwacji podopiecznego.
10:30 – 10:45 (15 min.)	Przerwa
10:45 – 12:15 (90 min.)	Część II – Aktywizacja ruchowa i wspieranie sprawności fizycznej podopiecznego: ▪ Planowanie aktywności fizycznej dostosowanej do stanu zdrowia i możliwości osoby starszej lub osoby z niepełnosprawnością. ▪ Podstawowe zasady bezpiecznego i ergonomicznego wspierania podopiecznego podczas wykonywania ćwiczeń. ▪ Proste ćwiczenia ruchowe w pozycji leżącej, siedzącej i stojącej. ▪ Ćwiczenia funkcjonalne wspierające samodzielność w codziennych czynnościach. ▪ Ćwiczenia poprawiające równowagę, koordynację ruchową i sprawność kończyn. ▪ Warsztaty praktyczne – dobór i wykonywanie prostych ćwiczeń aktywizujących.
12:15 – 12:45 (30 min.)	Przerwa
12:45 – 14:15	Część III – Aktywizacja poznawcza, manualna i sensoryczna:



(90 min.)	▪ Znaczenie stymulacji funkcji poznawczych w codziennym funkcjonowaniu osób starszych i osób z niepełnosprawnościami. ▪ Ćwiczenia wspierające pamięć, koncentrację i uwagę. ▪ Wykorzystanie gier, zabaw i prostych zadań poznawczych w opiece domowej. ▪ Techniki aktywizacji manualnej i ćwiczenia rozwijające sprawność dłoni. ▪ Stymulacja wielozmysłowa z wykorzystaniem dostępnych materiałów i przedmiotów codziennego użytku. ▪ Warsztaty praktyczne – przygotowanie i przeprowadzenie przykładowych aktywności poznawczych i manualnych.
14:15 – 14:30 (15 min.)	Przerwa
14:30 – 16.00 (90 min.)	Część IV – Aktywizacja społeczna i emocjonalna oraz planowanie działań terapeutycznych: ▪ Znaczenie relacji społecznych i aktywności emocjonalnej dla dobrostanu podopiecznego. ▪ Metody zachęcania osób starszych i osób z niepełnosprawnościami do podejmowania aktywności społecznej. ▪ Wykorzystanie zainteresowań i codziennych czynności jako elementów terapii zajęciowej. ▪ Dostosowywanie rodzaju i stopnia trudności aktywności do indywidualnych potrzeb oraz ograniczeń podopiecznego. ▪ Planowanie prostych działań aktywizujących możliwych do realizacji w warunkach domowych. ▪ Warsztaty praktyczne – opracowanie przykładowego indywidualnego planu aktywizacji podopiecznego. ▪ Podsumowanie szkolenia, omówienie wniosków z ćwiczeń i dyskusja.

