

## Czym jest program Rehabilitacji kompleksowej?

Rehabilitacja kompleksowa to oferta dla osób, które z powodu choroby lub wypadku straciły możliwość wykonywania dotychczasowego zawodu, ale chciałyby podjąć inną pracę, adekwatną do ich zainteresowań i stanu zdrowia. To również szansa dla tych, którzy ze względów zdrowotnych nigdy nie pracowali, lecz chcieliby zmienić tę sytuację – zdobyć zawód i podjąć satysfakcjonującą pracę odpowiednią do ich możliwości zdrowotnych. W powrocie do aktywności zawodowej pomagają Ośrodki Rehabilitacji kompleksowej. Pobyt, rehabilitacja i szkolenia są bezpłatne.

## w Ośrodku Rehabilitacji kompleksowej pomożemy Ci

- ocenić Twój stan zdrowia i podjąć niezbędne działania, abyś w jak największym stopniu odzyskał/a sprawność,
- odzyskać wiarę we własne możliwości, wybrać nowy zawód i zdobyć kwalifikacje niezbędne do jego wykonywania,
- znaleźć pracę dopasowaną do możliwości i potrzeb lub rozpocząć działalność gospodarczą.

## Zgłosiłeś chęć udziału w rehabilitacji kompleksowej. Co dalej?

- Lekarz i psycholog ocenią Twój stan zdrowia i wystawią orzeczenie o potrzebie rehabilitacji kompleksowej.
- Otrzymaś skierowanie z Państwowego Funduszu Osób Niepełnosprawnych do Ośrodka Rehabilitacji kompleksowej z propozycją terminu zgłoszenia się do Ośrodka.

W Ośrodku możliwy jest pobyt z zakwaterowaniem i pełnym wyżywieniem. Jeśli jednak mieszkasz na tyle blisko, by codziennie dojeżdżać na zajęcia – to masz taką możliwość (wówczas otrzymasz posiłki w trakcie trwania zajęć).

## Co Cię czeka w Ośrodku Rehabilitacji kompleksowej?

Rehabilitacja kompleksowa rozpocznie się od dokładnej oceny przez specjalistów – lekarzy, rehabilitantów, psychologów i doradców zawodowych – stanu Twojego zdrowia, kondycji psychicznej oraz możliwości rozwoju zawodowego.

Na tej podstawie przygotowany zostanie Indywidualny Program Rehabilitacji dostosowany do Twoich potrzeb i możliwości. Zostanie w nim określony ogólny cel rehabilitacji, dobrane do niego działania (zabiegi, szkolenia, spotkania ze specjalistami itp.) oraz harmonogram działań i sposób oceny ich efektów.

W przygotowaniu Indywidualnego Programu Rehabilitacji i jego realizacji będzie uczestniczył zespół rehabilitacyjny w składzie:

- lekarz
- fizjoterapeuta
- psycholog
- doradca zawodowy
- pośrednik pracy
- terapeuta zajęciowy
- specjalista ds. zarządzania rehabilitacją
- inni specjaliści w zależności od potrzeb

Indywidualny Program Rehabilitacji będzie przygotowany wspólnie z Tobą. W uzasadnionych przypadkach jeśli okaże się, że zaplanowane działania są nieskuteczne lub, że źle je tolerujesz, wówczas zespół rehabilitacyjny, w uzgodnieniu z Tobą, dokona zmian w Indywidualnym Programie Rehabilitacji.

Na rehabilitację kompleksową składają się trzy moduły: **zawodowy, psychospołeczny i medyczny.** W Indywidualnym Programie Rehabilitacji zostanie opisany sposób realizacji każdego z modułów.

## Na czym polega moduł zawodowy ?

W ramach modułu zawodowego będziesz mieć możliwość uzyskania wsparcia **doradcy zawodowego.** Będzie on służył Ci radą w wyborze nowego zawodu – dopasowanego do Twoich zainteresowań oraz obecnych możliwości i cieszącego się zainteresowaniem pracodawców. Ustali także, czy nie powinieneś wziąć udziału w dodatkowych zajęciach z zakresu np. matematyki, informatyki czy języka obcego – jeśli miałyby to ułatwić Ci naukę nowego zawodu.

Jeśli okaże się to przydatne do wykonywania nowego zawodu, doradca skieruje Cię także na kurs komputerowy. Nauczysz się, jak korzystać z komputera podczas poszukiwania pracy, jak pozyskiwać i selekcjonować informacje, a następnie zdobędziesz umiejętności komputerowe niezbędne do wykonywania pracy. Ukończenie kursu i zaliczenie sprawdzianu będzie podstawą do wydania Ci powszechnie uznanego przez pracodawców certyfikatu.

W procesie przygotowywania się do nowego zawodu najważniejsze jest szkolenie zawodowe. Odbywać się ono będzie w Ośrodku Rehabilitacji kompleksowej lub we współpracującej z nim instytucji szkoleniowej. Aby takie szkolenie było pełnowartościowe i mogło zakończyć się wydaniem uznawanego przez pracodawców certyfikatu (po zdaniu egzaminów końcowych), musi trwać tak długo, jak to określają przepisy Ministra Edukacji Narodowej.

Będziesz mógł również liczyć na pomoc pośrednika pracy, który pomoże Ci w znalezieniu pracy zgodnej z nowo zdobytym zawodem i odpowiadającej Twoim oczekiwaniom i możliwościom.



## Nowa praca to wyzwanie. Czy sobie poradzę ? Moduł psychospołeczny.

W ramach modułu psychospołecznego psycholog z zespołu rehabilitacyjnego będzie czuwał nad tym, byś nie zwątpił w swoje siły. To normalne, że utrata możliwości wykonywania dotychczasowej pracy lub brak aktywności zawodowej mogły naruszyć Twoją wiarę we własne możliwości i obniżyć poczucie wartości. Psycholog pomoże Ci przezwyciężyć trudne momenty zwątpienia.

W dążeniu do zmiany Twojej sytuacji zawodowej i życiowej bardzo ważna jest motywacja. Wspólnie z psychologiem będziesz pracował nad jej wzmocnieniem. Pomoże Ci to osiągnąć założone cele, utwierdzi w przekonaniu o możliwości powrotu do pracy i zmiany swojej sytuacji życiowej oraz wzmocni poczucie własnej wartości.

W ramach modułu psychospołecznego psycholog będzie pracował z Tobą zarówno indywidualnie, jak i w grupie z innymi uczestnikami. Będzie także dostępny dla Twoich najbliższych (rodzina, inni bliscy, przyjaciele), jeśli okaże się to pomocne w procesie Twojego powrotu do aktywności zawodowej.

## Moduł medyczny

Jego celem jest przywrócenie utraconych funkcji organizmu lub ich odtworzenie w jak największym możliwym do osiągnięcia stopniu, co ułatwi Ci podjęcie pracy.

W Indywidualnym Programie Rehabilitacji określona zostanie liczba zleconych zabiegów oraz ich częstotliwość. Formy terapii będą zależne od Twoich potrzeb.

Raz na dwa tygodnie zespół rehabilitacyjny będzie dokonywał oceny aktualnego stanu Twojego zdrowia. W razie potrzeby ocena będzie dokonywana będzie częściej.

