

# Projekt „Model rehabilitacja kompleksowa”

## Ulotka Informacyjna

Głównym celem rehabilitacji kompleksowej jest aktywizacja zawodowa i powrót do pracy, będzie realizowana w Ośrodku Rehabilitacji Kompleksowej (ORK) równolegle w trzech modułach:

**Moduł I - zawodowy:** mający na celu ułatwienie osobie z niepełnosprawnościami uzyskanie nowego zawodu i utrzymania odpowiedniego zatrudnienia;

**Moduł II psychospołeczny:** mający na celu przywrócenie motywacji uczestnika projektu do powrotu do pracy i przygotowanie go do uczestnictwa w życiu społecznym;

**Moduł III medyczny:** mający na celu przywrócenie utraconych funkcji lub ich odtworzenie w jak największym, możliwym do osiągnięcia, stopniu.

Zakres i formy prowadzonych działań rehabilitacji kompleksowej będzie ustalany indywidualnie dla każdego uczestnika programu, przy jego czynnym udziale i dostosowany do jego indywidualnych potrzeb i możliwości. W procesie aktywizacji zawodowej szczególny akcent zostanie położony na stawianie realnych celów dotyczących podjęcia albo powrotu aktywności zawodowej.

**Rehabilitacja kompleksowa** to oferta skierowana 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, oferując niezbędną rehabilitację i szeroką ofertę kursów zawodowych dostosowanych do potrzeb osób z ograniczeniami zdrowotnymi. Pobyt, rehabilitacja i szkolenia w takim Ośrodku są **bezpłatne**.

- Średni czas pobytu w ośrodku – 9 miesięcy, z możliwością przedłużenia do 12 miesięcy; minimalny czas pobytu – 3-4 miesiące;
- Formuła rehabilitacji – tryb stacjonarny (do 30 osób w każdym cyklu rehabilitacji) i niestacjonarny (20 osób);
- Liczba godzin wsparcia w ciągu dnia – 6-7 godzin/uczestnika

**Dla mieszkańców woj. śląskiego** Ośrodek Rehabilitacji Kompleksowej znajduje się Sanatorium Uzdrowskim Róża w Ustroniu.

Ośrodki Rehabilitacji Kompleksowej prowadzone są w ramach Projektu: „Wypracowanie i pilotażowe wdrożenie modelu kompleksowej rehabilitacji umożliwiającej podjęcie lub powrót do pracy” realizowanego przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych we współpracy z Zakładem Ubezpieczeń Społecznych oraz Centralnym Instytutem Ochrony Pracy – Państwowym Instytutem Badawczym. Projekt finansowany jest przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego i przez Budżet Państw

## Grupy docelowe

- Osoby, w przypadku których zdiagnozowano schorzenie lub które doznały urazu uniemożliwiającego powrót do pracy, bezpośrednio po zakończeniu leczenia/rehabilitacji szpitalnej;
- Osoby, w przypadku których zdiagnozowano schorzenie lub które doznały urazu uniemożliwiającego powrót do pracy, u których leczenie/rehabilitacja szpitalna zostały zakończone i wróciły one do swojego środowiska zamieszkania;
- Osoby z niesprawnością wrodzoną lub nabytą w okresie rozwojowym, które nigdy nie funkcjonowały na rynku pracy i przebywają w swoim środowisku zamieszkania, u których rodzaj niepełnosprawności rokuje możliwości aktywizacji zawodowej oraz osoby funkcjonujące w placówkach opiekuńczych, u których rodzaj niepełnosprawności rokuje powrót do aktywności zawodowej.

## Kryteria kwalifikacji do rehabilitacji kompleksowej

- naruszenie sprawności organizmu w stopniu, **który ogranicza zdolność do pracy w dotychczasowym zawodzie**, ale jednocześnie pozwala na uczestniczenie w rehabilitacji,
- **pozytywne rokowanie** w zakresie przywrócenia aktywności zawodowej i uzyskania poprawy aktywnego i twórczego funkcjonowania w rodzinie i społeczeństwie,
- **motywacja osoby niezdolnej do pracy** do pełnego uczestnictwa w życiu zawodowym i społecznym,
- **aktywny udział samego zainteresowanego** od samego początku tego procesu, co jest wyrazem samostanowienia potrzebnego do osiągnięcia pozytywnego celu rehabilitacji i upodmiotowienia osoby w procesie rehabilitacji.

Rehabilitacja kompleksowa rozpocznie się od dokładnej oceny specjalistów – lekarzy, rehabilitantów, psychologów i doradców zawodowych – stanu zdrowia Uczestnika, kondycji psychicznej oraz możliwości rozwoju zawodowego. Na tej podstawie zostanie przygotowany **Indywidualny Program Rehabilitacji** dostosowany do potrzeb i możliwości Uczestnika. 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.

## Świadczenia towarzyszące

W trakcie pobytu w Ośrodku Rehabilitacji Kompleksowej Uczestnik ma zapewnione:

- **osoby przebywające w trybie stacjonarnym:**
  - noclegi w pokojach 1 osobowych oraz pełne wyżywienie (trzy posiłki dziennie) z uwzględnieniem zdrowotnych potrzeb żywieniowych,
  - zwrot kosztów dojazdu do ośrodka z miejsca zamieszkania oraz powrotu oraz zwrot kosztów dojazdu do miejsca zamieszkania i z powrotem w dni wolne od zajęć, zgodnie z Regulamin zwrotu kosztów dojazdu (bilet miesięczny).

- **osoby przebywające w trybie niestacjonarnym:**
  - wyżywienie (obiad i przerwy kawowe) z uwzględnieniem zdrowotnych potrzeb żywieniowych,
  - zwrot kosztów dojazdu do ośrodka z miejsca zamieszkania oraz powrót (bilet miesięczny).
- **osoby przebywające w ośrodku z dziećmi:**
  - dzieci mają zapewnione wyżywienie, pełne w wypadku pobytu stacjonarnego lub obiad w wypadku pobytu niestacjonarnego,
  - opiekę przedszkolną na koszt ORK dla dzieci w wieku do lat 7.

**Osoby zainteresowane udziałem w projekcie – kontakt tel. 32 493-21-20  
Oddział Śląski Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych  
w Katowicach Plac Grunwaldzki 8-10/8.**





# POWRÓT DO ZDROWIA – POWRÓT DO PRACY



Jeśli z powodu wypadku lub pogorszenia stanu zdrowia nie możesz wykonywać dotychczasowej pracy, a chcesz być nadal aktywny zawodowo i żyć pełnią życia - zgłoś się do nas i weź udział w bezpłatnej rehabilitacji kompleksowej - zawodowej, psychospołecznej i medycznej.

**Pozwól sobie pomóc, zgłoś się do nowego Programu Rehabilitacji Kompleksowej!**

## Do kogo skierowany jest Program?

**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**, oferując niezbędną rehabilitację i szeroką ofertę kursów zawodowych dostosowanych do potrzeb osób z ograniczeniami zdrowotnymi. Pobyt, rehabilitacja i szkolenia są bezpłatne.





## Co oferuje Ośrodek Rehabilitacji Kompleksowej?

W Ośrodku Rehabilitacji Kompleksowej pomożemy Ci:

- ocenić Twój stan zdrowia i podjąć niezbędne działania, aby w jak największym stopniu odzyskać sprawność,
- odzyskać wiarę we własne możliwości, wybrać nowy zawód i zdobyć kwalifikacje niezbędne do jego wykonywania,
- znaleźć pracę dopasowaną do Twoich 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,
- otrzymasz 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 uczestniczyć 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.

**Pamiętaj: żadne działanie nie zostanie podjęte bez Twojej zgody!**

**Celem rehabilitacji kompleksowej jest uzyskanie przez Ciebie zatrudnienia na otwartym rynku pracy lub założenie działalności gospodarczej.**

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 powinienś wziąć udziału w dodatkowych zajęciach z zakresu np. matematyki, informatyki czy języka obcego - jeśli miałyby to ułatwić Ci naukę nowego zawodu. Takie zajęcia są możliwe do realizacji w Ośrodku Rehabilitacji Kompleksowej.



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 uznawanego 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.



Ważnym zadaniem doradcy zawodowego jest także pomoc w przygotowaniu się do poszukiwania pracy: jak rozmawiać z potencjalnym pracodawcą.

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.

Nie obawiaj się, przez cały pobyt w Ośrodku oraz po podjęciu pracy nie zostaniesz sam. 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 swojej 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, 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, przyjaciele), jeśli okaże się to pomocne w procesie Twojego powrotu do aktywności zawodowej.



## Moduł medyczny – na czym polega?



Moduł medyczny jest ważnym elementem w procesie powrotu do aktywności zawodowej. Jego celem jest przywrócenie utraczonych 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. Mogą to być na przykład: fizjoterapia (kinezyterapia, fizykoterapia, masaż), terapia zajęciowa, logopedyczna.

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

Osoby wymagające stosowania leków z powodu chorób przewlekłych, w celu zapewnienia ciągłości terapii, będą miały zapewniony dostęp do lekarza podstawowej opieki zdrowotnej i lekarzy specjalistów.

## Jakie masz prawa i obowiązki podczas pobytu w Ośrodku Rehabilitacji Kompleksowej?

Udział w programie rehabilitacji kompleksowej, w tym także w wersji z zakwaterowaniem, jest całkowicie bezpłatny. Dodatkowo refundujemy koszty przejazdu z domu do Ośrodka Rehabilitacji Kompleksowej i z powrotem (na zasadach określonych w odpowiednim Regulaminie). Warunkiem sukcesu jest Twój aktywny udział w zaplanowanych zajęciach ze wszystkich modułów rehabilitacji kompleksowej. Powinieneś być obecny na co najmniej 80% zajęć przewidzianych w Indywidualnym Programie Rehabilitacji. W wypadku wyższej absencji będziesz musiał podać przyczyny nieobecności.

Jeśli ze względu na stan zdrowia stracisz jedyne źródło utrzymania będziesz mógł wystąpić o przyznanie stypendium rehabilitacyjnego, którego wysokość będzie uzależniona od Twojej frekwencji na zajęciach.

Przewiduje się, że czas trwania rehabilitacji kompleksowej będzie wynikał z potrzeb, określonych w Indywidualnym Programie Rehabilitacji (średnio 9 miesięcy). Zajęcia będą się odbywały w godzinach od 8:00 do 18:00, ale nie dłużej niż 8 godzin dziennie, z wyjątkiem dni ustawowo wolnych od pracy.

Jeśli w czasie pierwszych dwóch tygodni uznasz, że oferta Ośrodka Rehabilitacji Kompleksowej nie jest dla Ciebie odpowiednia, możesz zrezygnować z dalszego uczestnictwa bez konieczności zwrotu kosztów.

W trakcie korzystania z usług Ośrodka Rehabilitacji Kompleksowej oraz po zakończeniu udziału będziesz mieć obowiązek udzielania informacji związanych z oceną skuteczności prowadzonych działań.

Po zakończeniu korzystania z usług Ośrodka Rehabilitacji Kompleksowej będziesz mieć zapewnione wsparcie doradcy zawodowego/pośrednika pracy/psychologa do momentu podjęcia zatrudnienia (lub uruchomienia działalności gospodarczej) i przez okres minimum 3 miesięcy po podjęciu zatrudnienia. Będą oni również współpracować z pracodawcą u którego podejmiesz zatrudnienie.





## Gdzie kompleksowa rehabilitacja będzie realizowana?



Kontakt do Ośrodka:  
mobile: 503 935 019  
tel. 67 26 20 900  
ork@wielspin.pl

Jeśli jesteś mieszkańcem województwa **pomorskiego, zachodniopomorskiego, wielkopolskiego i kujawsko-pomorskiego** oczekuje na Ciebie Ośrodek Rehabilitacji Kompleksowej mieszczący się w **Ośrodku Rehabilitacyjno-Wypoczynkowym Wielspin w Wągrowcu**. Ośrodek zlokalizowany jest nad jeziorem Durowskim wśród lasów sosnowych w pobliżu Szlaku Piastowskiego. Takie położenie daje wiele możliwości poznawania zarówno interesującego historycznie-kulturowo zakątka Polski, jak i aktywnego spędzania czasu. Otoczenie lasów, zdrowe powietrze oraz bezpośredni dostęp do czystego jeziora sprawiają, że jest to idealne miejsce na powrót do zdrowia.



Kontakt do Ośrodka:  
mobile: 512 249 441  
tel. 22 208 28 80  
projektork@akademiamddp.pl

Jeśli mieszkasz na terenie województwa **warmińsko-mazurskiego, podlaskiego, mazowieckiego i łódzkiego** przygotowany jest dla Ciebie Ośrodek Rehabilitacji Kompleksowej mieszczący się w **Centrum Rehabilitacji - Obok lasu w Grębiszewie**, niedaleko Mińska Mazowieckiego. Jego urokliwe położenie z dala od dużych miast pozwala na odpoczynek na łonie natury oraz regenerację sił.



Kontakt do Ośrodka:  
mobile: 512 249 441  
tel. 22 208 28 80  
projektork@akademiamddp.pl

Osoby z województw **lubelskiego, podkarpackiego, świętokrzyskiego i małopolskiego** zapraszamy do Ośrodka Rehabilitacji Kompleksowej zlokalizowanego w **Sanatorium Uzdrowskim Związku Nauczycielstwa Polskiego w Nałęczowie**. Nałęczów to jedno z bardziej znanych polskich uzdrowisk. Słynie z czystego powietrza o dużej jonizacji, bogatej szaty roślinnej oraz źródeł leczniczych wód mineralnych o wysokiej zawartości żelaza. Ośrodek znajduje się w cichej i spokojnej części miasta na gęsto zadrzewionym terenie. Uzdrowski charakter miasta oraz nastrojowa architektura zapewniają jednocześnie spokój, jak i niezapomnianą atmosferę.



Kontakt do Ośrodka:  
mobile: 697 818 742  
ustron@zdz.katowice.pl

Jeśli mieszkasz na terenie województwa **śląskiego, dolnośląskiego, opolskiego lub lubuskiego** to czeka na Ciebie Ośrodek Rehabilitacji Kompleksowej w **Sanatorium Uzdrowskim Róża w Ustroniu**. Ustroń to słynna górská miejscowość uzdrowska położona w przepięknych, zielonych i czystych Beskidach, wśród gór i lasów, przecięta wstęgą rzeki Wisły. Jest tam m.in. Leśny Park Niespodzianek, utworzony w środowisku naturalnym, gdzie w bukowym lesie po ścieżkach swobodnie biegać dziki, jelenie, sarny oraz alpaki.



Ośrodki Rehabilitacji Kompleksowej prowadzone są w ramach Projektu: „Wypracowanie i pilotażowe wdrożenie modelu kompleksowej rehabilitacji umożliwiającej podjęcie lub powrót do pracy” nr: POWR.02.06.00-00-0057/17 realizowanego przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych we współpracy z Zakładem Ubezpieczeń Społecznych oraz Centralnym Instytutem Ochrony Pracy – Państwowym Instytutem Badawczym.

Projekt finansowany jest przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego i przez Budżet Państwa.

---

**Kontakt PFRON:**

Infolinia: **(22) 50 55 600**

Adres email: **ork@pfron.org.pl**

www: **rehabilitajakompleksowa.pfron.org.pl**

---

**Bezpośredni kontakt**

**Oddział Śląski PFRON 40-950 Katowice**

**Plac Grunwaldzki 8-10/8**

**Tel. 32 493 21-20**

