

TABARA DE RECUPERARE ACTIVĂ
17-23 Iunie 2013

RAPORT

Perioada: 17-23 iunie 2013

Loc: Complex Scoica Land, Năvodari, jud. Constanța

Participanți:

- 25 de beneficiari, utilizatori de scaun rulant
- 4 însoțitori
- 4 instructori de recuperare activa
- 3 medici (1 nutritionist, 1 ortoped, 1 de recuperare medicala)
- 2 kinetoterapeuți
- 5 voluntari kineto, dintre care 4 studenți și 1 absolvent
- 1 coordonator PGT
- 2 coordonatori regionali, de la echipele IF și PH
- 4 voluntari
- 1 coordonator Training Prescriere Scaune Rulante
- 1 lucrător social
- 1 sofer;

Tabăra a fost organizată cu sprijinul USAID – Agenția Statelor Unite pentru Dezvoltare Internațională, UniCredit Țiriac Bank și OTP Bank - cu ajutorul blogger-ului Cristian China Birta, cunoscut drept Chinezu’.

Date generale despre beneficiari:

Beneficiarii au vârste cuprinse între 19 și 45 de ani, și sunt din județele Ilfov, Prahova, Constanța, Dâmbovița, Tulcea, Ialomița, Giurgiu, Brăila și municipiul București.

Din punctul de vedere al diagnosticelor, beneficiarii au fost:

- 16 utilizatori de scaun rulant, adulți, cu diagnosticul de paraplegie;
- 9 utilizatori de scaun rulant cu tetraplegie;

Evaluarea inițială

Din discuțiile de cunoaștere reiese că așteptările beneficiarilor cu privire la desășurarea taberei au fost: aflarea unor noi informații despre dizabilitatea pe care o au și despre cum pot să trăiască independent, informații și exerciții practice de manevrare a scaunului: echilibru pe două roți, coborârea rampelor, îngrijirea personală, socializarea, descoperirea unor noi prieteni, informarea în legătură cu drepturile lor.

Program

În fiecare zi au fost organizate activități precum:

- Poziționare corectă;
- Transfer;

- Instruire privind tehnicile de manevrare a scaunului rulant: deplasare înainte și înapoi, echilibru pe două roți, urcarea și coborârea rampelor, coborârea treptelor;
- Management intestinal și vezical;
- Prevenirea și tratarea escarelor;
- Aspecte emoționale și de sexualitate;
- Jocuri, activități de echipă, sport, concursuri, discotecă, plajă;
- Consiliere și informare cu privire la drepturile persoanelor cu dizabilități.



Pentru al doilea an consecutiv, utilizatorii de scaun rulant au fost evaluați din punct de vedere medical de trei doctori – nutriționist, ortoped și medic de recuperare, și au primit recomandări pentru menținerea și îmbunătățirea stării de sănătate.

Cei cinci voluntari kinetoterapeuți, dintre care patru studenți și un absolvent, au fost implicați în toate activitățile și au primit instruire privind poziționarea corectă în scaun, evaluarea și prescrierea de echipamente de mobilitate de la kinetoterapeuții prezenți și de la coordonatorul programului de instruire privind prescrierea scaunelor rulante. În plus, voluntarii au participat și la sesiunile de adaptare a scaunelor rulante – ajustarea suporturilor de picioare, pernelor, a spătarului și a suporturilor laterale. În timpul evaluărilor făcute de medici, voluntarii au aflat noi informații și au fost implicați în consultațiile propriu-zise.



Concluzii:

Tabăra a fost organizată respectând principiul Motivation al **recuperării active**: învățare prin puterea exemplului. Instructorii de recuperare activă au prezentat modelul propriu pentru beneficiarii care astfel au conștientizat că pot avea o viață independentă.

Tabara a avut un program divers, constând atât în oferirea de informații teoretice cât și formarea de abilități practice. În cadrul jocurilor, concursurilor și activităților de echipă, beneficiarii au avut ocazia să pună în practică informațiile primite în cadrul sesiunilor de instruire. S-a lucrat și în grupuri mai mici, în funcție de nevoile fiecăruia dintre beneficiari și pentru ca fiecare dintre ei să aibă ocazia să aprofundeze ce a învățat.

În fiecare zi au avut loc sesiuni de prezentare și instruire cu privire la aspecte esențiale din viața utilizatorilor de scaun rulant: poziționarea în scaunul rulant, transferul, manevrarea scaunului

rulant, prevenirea escarelor, managementul vezical și intestinal, sexualitatea, aspecte psihologice privind traumatismul vertebro-medular.

Beneficiarii au fost receptivi la instrucțiunile primite, astfel încât au reușit să execute și elemente complexe de manevrare a scaunului rulant pentru un utilizator recent, cum ar fi coborârea treptelor.



Un aspect important pentru toți participanții a fost întâlnirea cu persoane aflate în situații similare. De altfel, în prima zi de tabără, una dintre așteptările declarate de cei mai mulți dintre participanți a fost aceea legată de legarea de prietenii. Participanții au avut ocazia să afle despre experiențele celorlalți și despre cum alții au reușit să depășească obstacole cu care toți utilizatorii de scaun se confruntă. Descoperirea unor cazuri similare a funcționat ca o modalitate de încurajare și de aprofundare a sentimentului de apartenență la un grup.

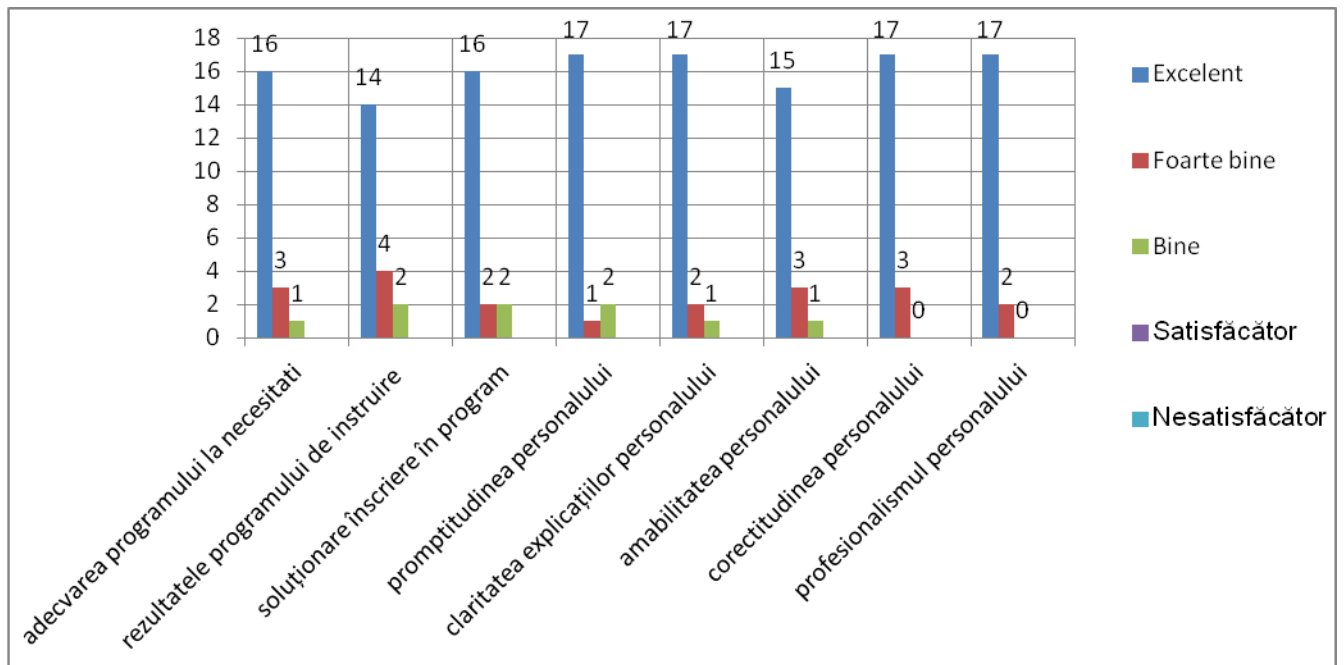
În plus, participanții au aflat informații noi despre echipamentele de mobilitate și au primit sfaturi de la alți utilizatori de scaun rulant și de la specialiști în prescrierea echipamentelor de mobilitate. Informațiile despre programele de recuperare, modalitățile de obținere a unui loc la tratament și drepturile pe care le au în baza legii 448/2006 au fost informații de mare interes pentru utilizatorii de scaun rulant prezenți.

Faptul că au petrecut câteva zile departe de casă, într-un mediu nou, i-a determinat pe participanți să depășească limite legate de izolare și de neîncrederea în sine și să fie mai perseverenți și mai determinați în a-și însuși abilitățile de viață independentă. Prin modelele de utilizatori activi de scaun rulant pe care le-au avut în instructorii lor, beneficiarii au dat dovadă de ambiție și au fost motivați să nu fie mai prejos decât alți participanți care au reușit manevre noi în scaun rulant. Între beneficiari s-a născut o concurență benefică în dobândirea abilităților de viață independentă, care i-a ajutat să progreseze rapid.

Participarea la programele recreative, la discotecă și vizita la plajă le-a demonstrat multora dintre ei că se pot bucura de viață chiar și după dobândirea unei dizabilități.



Evaluare finală



Beneficiarii au fost impresionați de poveștile de viață ale celorlalți participanți, de atmosfera generală și de informațiile pe care le-au primit.

”M-a impresionat atmosfera. Oamenii sunt foarte uniți și se ajută unii pe alții.”

”M-a impresionat faptul că un om cu dizabilități poate trăi normal.”

”Am apreciat evaluările medicale pentru că am fost lămurit în toate neclaritățile pe care le-am avut.”

”Am apreciat modulul de recuperare activă foarte mult pentru că atunci când ni se arată, ni se și explică la ce ajută.”

”Informațiile și partea practică mă ajută pe mine și pe ceilalți pentru a ne descurca singuri.”



Întocmit de:

Erika Garnier

Reprezentant Comunicare și Relații Publice

e.garnier@motivation.ro