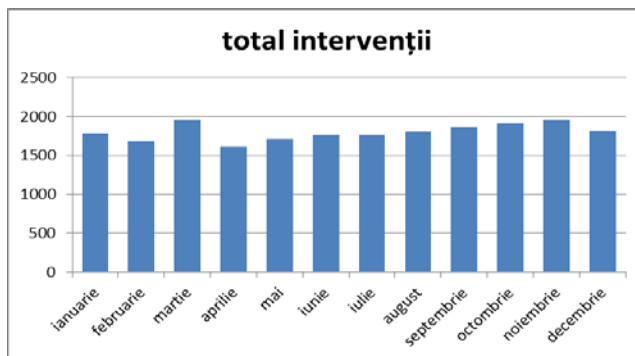


Raport de activitate pe anul 2023

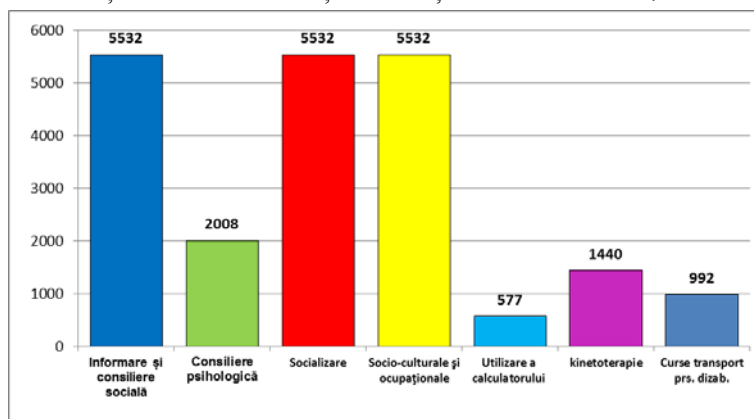
Beneficiarii Centrului de Zi „Christian” primesc asistență pe următoarele departamente:

- **Informare și Consiliere Socială;**
- **Consiliere psihologică;**
- **Kinetoterapie, activități de gimnastică și masaj;**
- **Terapie ocupațională;**
- **Socializare și integrare socială;**
- **Activități socio-culturale;**
- **Activități ocupaționale și ergoterapie;**
- **Cursuri și sală de calculatoare;**
- **Activități de transport în comunitate al persoanelor cu dizabilități.**



Unul dintre rolurile principale ale Centrului de Zi „Christian” este de a le oferi beneficiarilor (persoane cu handicap) suportul bio-psiho-social prin intermediul departamentelor sale, atât pentru gestionarea eficientă a evenimentelor trecute cât și pentru confruntările prezente și pregătirea pentru interacțiunea socială.

Scopul general este satisfacerea nevoilor persoanelor cu dizabilități pe laturi psiho-sociale de dezvoltare mentală, socială și a autonomiei și sănătății. În acest sens, în anul 2022 Centrul de Zi „Christian” a avut protocoale de colaborare cu instituții abilitate din orașul Tg-Jiu, care au oferit suportul emoțional și informațional pentru beneficiari. De asemenea, prin intermediul specialiștilor Centrului am desfășurat o serie de activități care vizează integrarea persoanelor cu dizabilități în societatea gorjeană.



De asemenea, Centrului de Zi „Christian” oferă o serie de servicii cu scop terapeutic pentru beneficiarii săi – persoane cu dizabilități.

Departamentul de Asistență Socială asigură accesul persoanelor cu dizabilități la informațiile necesare, în baza legii în vigoare, oferind permanent beneficiarilor Centrului, informare și consiliere socială la nivel individual și de grup. Premiza dezbaterilor o reprezintă legislația în vigoare cu privire la statutul persoanei cu handicap, în conformitate cu legislația la nivel european, îndeosebi Legea 448/2006 cu privire la drepturile și obligațiile persoanelor cu handicap.



Scopul departamentului de asistență socială este multiplu și constă în a-i ajuta pe beneficiarii Centrului să își îmbunătățească competențele și capacitatea de a-și rezolva singuri problemele; de a-i consilia pe beneficiari să-și obțină resursele necesare asigurării unei calități a vieții la un nivel decent; consiliere pentru favorizarea accesului la servicii sociale adecvate. În acest fel se urmărește îmbunătățirea relațiilor și facilitarea interacțiunii beneficiarilor cu mediul social (instituții, familie, etc.)



Obiectivele consilierilor de grup au avut în vedere:

- Definirea conțenuturilor și termenilor din punct de vedere semantic, psihologic și juridic;
- Înțelegerea legăturii dintre funcționarea autonomă și individuală și funcționarea de natură socială – în asistare și interacțiunea cu ceilalți membri ai societății;
- Enunțarea și explicarea termenilor care privesc drepturile persoanei cu dizabilități în conformitate cu legislația europeană;
- Enunțarea și recapitularea rolului Centrului de Zi „Christian” și al scopului acestuia în beneficiul persoanelor cu handicap;
- Trecere în revistă a serviciilor pe care Centrul nostru le oferă beneficiarilor;
- Etc.

Temele lunare abordate pe anul 2023, de departamentul de asistență socială, au fost:

1. *Respectul de sine și pentru ceilalți;*
2. *Rolul și scopul Asistenței Sociale;*
3. *Rol și contribuție socială pentru persoana cu dizabilități;*

4. Rolul religiei în plan social-asistențial;
5. Dreptul la imagine publică și respectarea confidențialității;
6. Sănătate mentală – conștientizarea și folosirea resurselor proprii;
7. Rolul Asistenței Sociale;
8. Incluziunea socială și ocuparea forței de muncă și protecția socială a persoanelor cu dizabilități;
9. Rezolvarea conflictelor și respectul de sine;
10. Rezolvarea conflictelor – democrație și drepturile omului;
11. Menținerea și dezvoltarea autonomiei personale și sociale;
12. Sărbătorile de iarnă, familia și integrarea socială.



În anul 2023, activitățile s-au desfășurat prin ședințe de consiliere individuală și de grup.

Consilierile individuale și de grup au avut, de asemenea, scop multiplu:

- 1) suportul emoțional (psiho-social) oferit persoanei cu handicap în procesul zilnic de confruntare a situațiilor stresante;
- 2) găsirea unor soluții pentru îmbunătățirea calității vieții și dezvoltarea autonomiei individuale și sociale a persoanei;
- 3) conștientizarea persoanelor cu dizabilități cu privire la drepturile pe care le au, în baza legii, dar și cu privire la folosirea lor în limitele „bunului-simț” care trebuie să caracterizeze conduita zilnică a individului.



Beneficiarii Centrului sunt informați, în general, cu privire la Drepturile Universale ale Omului și, în special, cu privire la drepturile la imagine publică pe care le au în baza legii.

Tehnicile folosite în consilierea de grup au fost: expunerea, analiza studiilor de caz, vizionarea unor videoclipuri motivaționale, jocul de rol. Unul dintre rolurile principale Centrului de Zi „Christian” este de a le oferi beneficiarilor (persoane cu handicap) suportul bio-psiho-social prin intermediul departamentelor sale, atât pentru gestionarea eficientă a evenimentele trecute cât și pentru confruntările prezente și pregătirea pentru interacțiunea socială.

Ca de obicei, departamentul de Asistență Socială al Centrului de Zi „Christian” a facilitat accesul persoanelor cu dizabilități la informațiile necesare, în baza legii în vigoare, oferind permanent beneficiarilor Centrului, informare și consiliere socială la nivel individual și de grup. Premiza dialogurilor și consilierii o reprezintă legislația în vigoare cu privire la statutul persoanei cu handicap, conform legislației la nivel european, îndeosebi Legea 448/2006 cu privire la drepturile și obligațiile persoanelor cu handicap.

Ca instituție asistențială nerezidentă, Centrul de Zi „Christian”, le oferă persoanelor cu handicap suportul bio-psiho-social, prin intermediul departamentelor sale, pentru:

- a. dezvoltarea și menținerea sănătății mentale și fizice,
- b. dezvoltarea autonomiei personale și sociale,
- c. dezvoltarea încrederii în sine și utilizarea resurselor personale în atingerea scopurilor propuse,
- d. informare și consiliere cu privire la drepturile și obligațiile persoanelor cu dizabilități, în baza legii.



Consiliere și informare pentru menținerea și dezvoltarea sănătății – constă în activități pe care asistenții sociali ai Centrului le oferă atât pe spectrul sănătății mentale cât și biologic și social. Astfel, în parteneriatul pe care îl avem cu DSP Gorj, i-am avut adesea împreună cu noi pe dr. Marius Boeriu și dr. Lavinia Olaru din partea DSP, care au susținut sesiuni de conștientizare și informare cu privire la riscurile infecțiilor virale, rolul igienei în combaterea acestora și profilaxia necesară, respectiv:

- Igiena mâinilor;
- Contactul cu persoane infectate;
- Masca de protecție;
- Dezinfecția cu alcool sanitar;
- Folosirea inadecvată a medicamentelor antivirale;
- etc.

Datorită răspândirii bolilor respiratorii, Centrul de Zi „Christian” a organizat periodic sesiuni speciale de informare și conștientizare cu privire la profilaxia față de riscul prezentat de virozele de sezon. Prin intermediul acestor sesiuni de informare venim în întâmpinarea nevoii beneficiarilor noștri de a fi pregătiți pentru situații specifice de criză și pentru a fi informați cu privire la măsurile care se impun în astfel de circumstanțe.

De asemenea, departamentul de asistență socială oferă psihoterapie prin intermediul psihoterapeuților atestați de CPR.

Departamentul de Psihologie, din cadrul Centrului de Zi „Christian”, și-a propus și a realizat pentru anul 2023, consiliere individuală, de familie și de grup.

Scopul propus a fost acela, ca persoana cu dizabilități să aibă un nivel crescut al calității vieții din punct de vedere psihologic, social și relațional.

Astfel că, obiectivele propuse privind consilierea individuală, de familie și de grup au fost: îmbunătățirea aspectelor de viață care contribuie la echilibrul emoțional și social; stimularea unei comunicări eficiente, crearea unui mediu favorabil ascultării active și exprimării sentimentelor; stabilirea de scopuri, evaluarea stimei de sine și dezvoltarea empatiei.



De asemenea în cadrul Programului de dezvoltare personală, s-au atins obiective precum:

- Evaluarea stilului vieții pentru îmbunătățirea și corectarea aspectelor de viață care contribuie la echilibrul emoțional și social al beneficiarilor Centrului.
- Dezvoltarea atenției și a memoriei, ajutând participanții la activități să-și structureze atenția pentru a formula o structură logică și un plan de lucru privind sarcinile recomandate;
- Creșterea conștientizării emoțiilor și identificarea momentului în care au fost simțite, precum și identificarea soluțiilor;
- Dezvoltarea abilității prin care beneficiarii să poată interveni eficient în soluționarea conflictelor în care sunt implicați;
- Modelarea unor abilități sociale, implicarea în jocuri de rol și recomandarea de teme pentru acasă care au avut drept scop exersarea noilor abilități în condiții sociale reale.



Departamentul de gimnastică și kinetoterapie are ca scop creșterea calității vieții, restabilirea pozițiilor corecte și reluarea activităților de zi cu zi ale beneficiarilor Centrului – cu atât mai mult cu cât aceștia sunt persoane cu handicap. Centrul de Zi „Christian” dispune de sală specializată, dotată cu aparatura de specialitate necesară recuperării și întreținerii fizice a persoanei cu dizabilități.



Prin activitatea de kinetoterapie s-au acordat servicii de recuperare neuromotorie beneficiarilor Centrului, stabilindu-se exercițiile de gimnastică medicală adecvate fiecărui caz.

În stabilirea programului de recuperare neuromotorie, s-a urmărit:

- combaterea durerilor aparente;
- corectarea și hipercorectarea posturilor vicioase prin posturări corective și hipercorective cu caracter antalgic prin coordonare și autoordonare;
- relaxarea și decontracturarea musculară și articulară a regiunilor contractate de natura atone sau spastice prin mijloace și tehnici de kinetoterapie;
- dezvoltarea mobilității articulare, stabilității, mobilității controlate, promovarea unei reacții de echilibru în balans, abilității prin dinamica de ghidare a membrelor superioare sau inferioare prin stabilitate;
- reechilibrarea sistemului nervos vegetativ;
- reeducarea echilibrului în toate pozițiile și activitățile de mișcare;
- tonifierea musculaturii afectate în regim de scurtare și de alungire;
- reeducarea sensibilității și a propriocepției;
- prevenirea contracturilor și retracturilor musculare și articulare;
- creșterea și refacerea mobilității articulare și musculare, treptat;
- creșterea și reeducarea treptată a echilibrului;
- reeducarea mersului pe diferite planuri;
- instruirea beneficiarilor centrului cu privire la programul de kinetoterapie de urmat la domiciliu;
- supravegherea aplicării corecte a tratamentului de recuperare;
- reevaluarea beneficiarilor în timpul și la sfârșitul perioadei de efectuare a tratamentului;
- planificarea beneficiarilor la tratament.



Prin activitatea de kinetoterapie s-a urmărit și combaterea durerilor, menținerea tonusului muscular și menținerea mobilității articulare, favorizarea circulației sanguine, prevenirea redorii articulare, menținerea capacității generale de mișcare, creșterea rezistenței la efort.

Serviciul de kinetoterapie a fost oferit beneficiarilor Centrului de Zi „Christian” atât în activități ghidate, individuale și de grup; atât în spațiul special amenajat al Centrului cât și în acțiuni de teren (în parc sau pe stadion).



De asemenea, s-a oferit consiliere pe problematici specifice (de kinetoterapie) cu privire la exerciții de recuperare și îmbunătățire a sănătății și mobilității, membrilor Centrului și/sau persoanelor însoțitoare.

În completarea serviciului de kinetoterapie, funcționează în cadrul Centrului, cu ajutorul unei echipe de voluntari specializați, și o sală de masaj, unde se desfășoară activități pe tot parcursul programului activ al Centrului.

Kinetoterapia îi ajută pe beneficiarii noștri în:

- Ameliorarea și/sau eliminarea durerilor și inflamațiilor;
- Creșterea mobilității articulare și creșterea densității osoase;
- Dezvoltarea progresivă a mișcărilor complexe și dinamice ale corpului;
- Combaterea contracturilor musculare determinate de pozițiile vicioase;

- Îmbunătățirea forței și a rezistenței musculare;
- Îmbunătățirea stabilității și echilibrului;
- Etc.

Activitățile socio-culturale și de terapie ocupațională sunt latură importantă a serviciilor pe care Centrul le oferă persoanelor cu dizabilități.

Cu sprijinul pedagogului de recuperare, persoanele cu dizabilități au fost implicate și în anul 2023 în activități creative de pictură, modelaj, traforaj, origami, etc. Prin intermediul acestor activități, beneficiarii își descoperă și își cultivă creativitatea și talentele, ceea ce are o puternică contribuție la dezvoltarea încrederii în sine și a echilibrului emoțional.

Periodic au fost organizate ateliere de creație de obiecte specifice, cum ar fi, de exemplu, confecționarea de măștișoare pentru 1 martie, felicitări și obiecte decorative specifice sărbătorilor de iarnă, decoruri și recuzita necesare activităților culturale, etc.

Departamentul de terapie ocupațională și petrecerea timpului liber le oferă beneficiarilor Centrului de Zi „Christian” atât activități prin intermediul cărora beneficiarii să își dezvolte imaginația și creativitatea, cât și activități care să le permită o socializare eficientă și dezvoltarea autonomiei personale și sociale.



Astfel, Centrul dispune de o sală de jocuri, dotată cu biliard și masă de tenis, unde beneficiarii pot să își petreacă timpul liber dar pot și să-și dezvolte autonomia prin intermediul exercițiilor de mișcare fizică.

De asemenea, sunt organizate periodic activități de ergoterapie, în jurul Centrului sau la Centrul „Iosua”.

Activitățile socio-culturale și de socializarea sunt, de asemenea, o latură importantă a serviciilor oferite de Centrul nostru. Aceasta se desfășoară în sala de



socializare și petrecere a timpului liber (dotată cu biliard și masă de tenis); în sala de calculatoare (unde beneficiarii au la dispoziție logistica necesară pentru navigare pe internet, multimedia, informare online, etc.); în sala de terapie ocupațională și în sala de kinetoterapie.

Totodată, bucurându-se de colaborarea cu diverse instituții și persoane cu potențial economic, Asociația Persoanelor cu Handicap din Oltenia, prin Centrul de Zi „Christian”, organizează periodic pentru beneficiari, persoane cu dizabilități, excursii la obiective turistice din județ și din afara acestuia.



În anul 2023 au fost organizate astfel de excursii la obiective din județul Gorj dar și din afara acestuia. În luna august beneficiarii noștri au avut ca obiectiv o plimbare cu vaporul pe Dunăre, după care am mers către o destinație cu încărcătură spirituală – Mănăstirea Sf. Ana, un loc plin de spiritualitate, liniște și culoare. Am rămas încântați de multitudinea și coloritul de vis al florilor care îmbogățeau peisajul intim și tacit al mănăstirii.

Fiind un grup numeros, Asociația Persoanelor cu Handicap din Oltenia a trebuit să închirieze un autocar care împreună mașina APHO, adaptată pentru transportul persoanelor cu handicap a asigurat transportul în excursie – costurile transportului, precum și închirierea vaporului și taxele de acces, au fost suportate integral de APHO, prin intermediul sponsorizărilor.

Drumul cu autocarul până la punctele de interes a fost plăcut și relaxat, constituind un bun prilej de socializare și relaxare într-un cadru prietenos.

Obiectivul principal al acestei activități este de a preveni marginalizarea și izolarea persoanelor cu dizabilități care adesea se confruntă cu aceste impedimente, de aceea participarea la viața colectivă și integrarea persoanelor cu handicap în mediul cotidian este una dintre caracteristicile principale în dezvoltarea echilibrului psiho-social și o mai mare adaptabilitate în cadrul social.



De asemenea, Asociația Persoanelor cu Handicap din Oltenia, prin Centrul de Zi „Christian” a organizat excursie la „Conacul Olarilor” din Baia de Fier, unde sub îndrumarea artistei Daciana Ungureanu și a voluntarilor au pictat pe obiecte de lut.

La întoarcere a fost vizitată „Căsuța răsturnată”, loc de popas unde beneficiarii au făcut multe poze și s-au bucurat de socializare și muzică.

Astfel, beneficiarii au avut parte de o experiență plăcută de timp frumos petrecut împreună și totodată locuri nou întâlnite.

Anual, la Centrul de Zi „Christian” se organizează Revelionul Persoanelor cu Dizabilități, care de această data a avut loc în seara de 28 decembrie, la un restaurant din municipiul Târgu Jiu. Evenimentul a fost organizat de către Centrul de zi „Christian” cu sprijinul Primăriei Târgu Jiu și al unor sponsori.

Peste 120 de persoane au participat la Revelionul Persoanelor cu Dizabilități iar persoanele participante s-au simțit cu adevărat integrate și acceptate social. Evenimentul a fost un prilej extraordinar de încântare și emoție. Atmosfera a fost extraordinară, plină de bucurie, zâmbete, momente muzicale și concursuri amuzante pentru toți participanții. Evenimentul a fost un prilej extraordinar de încântare și emoție aducând un zâmbet pe fețele tuturor celor prezenți. Evenimentul a fost o ocazie de a aduce împreună beneficiari, voluntari, colaboratori și susținători într-un cadru plin de solidaritate și inclusivitate.



Dotarea Centrului ne-a permis să organizăm adesea competiții sportive (de șah, tenis și biliard) dar și activități comune de dezvoltare personală și culturală, precum și activități cu scopul informării și conștientizării cu privire la profilaxie și sănătate.

Astfel, am avut activități la care au participat scriitori, activități la care am avut în mijlocul nostru medici din România și din Belgia, activități cu participarea reprezentanților DSP Gorj, activități organizare în parteneriat cu școli din Tg-Jiu, activități organizate cu sportivi, activități culturale, etc.

Activități socio-culturale de atenționare, informare și conștientizare:

- Ziua Mondială a Sindromului Down;
- Ziua Internațională de Conștientizare a Autismului;
- Ziua Internațională a Hemofiliei;
- Ziua Mondială a Justiției Sociale;
- Ziua Internațională a Femeii;
- Ziua Mondială a Drepturilor Consumatorilor;
- Etc.

Activități socio-culturale de promovare a culturii:

- Ziua Internațională a Poeziei
- Ziua Mondială a Teatrului;

- Ziua Europei;
- Ziua Internațională a îmbrățișării;
- Ziua Drepturilor Omului;
- Zile culturale de lansare de carte la Centru;
- Etc.

Activități socio-culturale de promovare a sănătății

- Ziua Mondială a Sănătății;
- Ziua Mondială a Bolnavului;
- Ziua Mondială a Sănătății Orale;
- Ziua Mondială de Luptă împotriva Tuberculozei;
- Ziua Mondială a Spălatului pe Mâini;
- Zile organizate special pentru atenționare cu privire la boli respiratorii;
- Etc.

Activități care comemorau lupta anti-discriminare:

- Ziua Internațională pentru Nonviolență în Școală;
- Ziua de luptă împotriva violenței domestice;
- Ziua Internațională a Copiilor Străzii;
- Ziua Internațională pentru Eliminarea Discriminării Rasiale;
- Ziua Internațională împotriva Fascismului și Antisemitismului;
- Ziua Internațională a Toleranței;
- Etc.

Activități socio-culturale care implică sărbători cu caracter specific sau național:

- Activități în care sunt adesea implicate instituții și care aduc beneficii membrilor Centrului prin donațiile directe pe care le fac: firma Decathlon a donat aparate sau echipamente sportive care au făcut obiectul premierii diverselor concursuri pe care le-am organizat, elevii școlilor au venit cu diverse donații (cadouri de Crăciun) pentru persoanele cu dizabilități; și alte organizații care și-au oferit sprijinul...

Activități recreative și de socializare:

- Sărbătorirea zilelor de naștere ale beneficiarilor;
- Activități care implică competiții sportive;
- Etc.

Cercul de chitară – este o activitate culturală prin intermediul căreia urmărim scopul de a integra arta și frumosul în viața persoanelor cu dizabilități, ajutându-le astfel să combată izolarea și distanțarea socială. Terapia prin muzică ajută persoanele cu dizabilități să atingă un stadiu menit să ofere siguranță și confort emoțional. Astfel, în fiecare zi de marți, la ora 13:00, beneficiarii Centrului



participă la cercul de chitară – care este una dintre activitățile preferate ale beneficiarilor. Această activitate este oferită beneficiarilor Centrului cu aportul voluntarilor noștri, Ionică Alexandru și Ionici Emilian.

Cercul de Chitară este una din activitățile permanente prin intermediul căreia beneficiarii Centrului de Zi „Christian” socializează și se dezvoltă emoțional și cultural, aceasta contribuind puternic la menținerea sănătății mentale și a echilibrului emoțional al persoanelor cu dizabilități. Echipa pluridisciplinară a Centrului de Zi „Christian” este preocupată de echilibrul și armonia beneficiarilor din punct de vedere bio-psiho-social. Împreună cu dezvoltarea abilităților artistice și a deprinderilor de comportament pozitive menite să ajute persoanele cu dizabilități să aibă toate elementele necesare pentru a avea o viață socială activă și prielnică pentru dezvoltarea emoțională a fiecărui individ.



Vizionarea unui film – activitățile socio-culturale sunt organizate la Centrul de Zi „Christian” în funcție de nevoile emoționale și sociale ale beneficiarilor, precum și de beneficiile pe care aceste activități le pot aduce din toate punctele de vedere pentru persoanele cu dizabilități.

Așadar, prin intermediul activității socio-culturale de vizionare a unui film s-a dorit atât dezvoltarea culturală cât și binedispunerea beneficiarilor și satisfacerea nevoii de a fii împreună în socializare, ca prieteni. Acest fapt ajută persoanele cu dizabilități să comunice mai eficient, precum și să își dezvolte încredere în sine să participe activ la viața colectivă



prilej de a-și dezvolta sentimentul de apartenență la grup, ceea ce ajută la combaterea izolării și marginalizării, deoarece persoanele cu dizabilități se luptă adesea cu aceste dificultăți.

Adesea, filmele pe care le vizionăm împreună sunt apreciate pentru că oferă emoții și sentimente dintre cele mai plăcute, oferind momente de relaxare și calm colectiv.

Activitățile din sala de calculatoare ajută persoanele cu dizabilități în a-și dezvolta comunicarea și integrarea psihosocială fizic și virtual. Ceea ce implică: comunicarea și socializarea prin rețeaua de internet; informarea în plan juridic, medical și



social; divertismentul și multimedia; aplicarea pentru

diverse oportunități de integrare în câmpul muncii.

Activitățile de transport al persoanelor cu dizabilități sunt asigurate de mașina adaptată special pentru astfel de transport și vine în sprijinul persoanelor cu dizabilități care se deplasează cu dificultate și care au nevoie de transport de la domiciliu la Centrul de zi Christian și retur. Lipsa unui transport duce la imposibilitatea persoanei cu dizabilități de a accesa servicii de recuperare, activități de socializare în cadrul unui grup de persoane cu aceleași nevoi și situație medicală.



Prin activitatea de transport ajutam aceste persoane să acceseze serviciile realizate la Centrul de Zi „Christian” și anume:

- Informare și Consiliere Socială;
- Consiliere psihologică și psihoterapie;
- Kinetoterapie, activități de gimnastică și masaj;
- Terapie ocupațională;
- Socializare și integrare socială;
- Instruire și activități la PC;
- Activități socio-culturale;
- Activități ocupaționale și ergoterapie.