

20 listopada 2023

# Centrum Wsparcia Opiekunów wkracza w nowy rok

Jeszcze przez pół roku opiekunowie rodzinni mogą korzystać z bezpłatnych form wsparcia w ramach realizowanej drugiej edycji projektu „Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi”, współfinansowanego ze środków unijnych. Przypominamy zatem, w jaki sposób możemy Ci pomóc.

## Opiekunie, skorzystaj z bezpłatnych form wsparcia!

+48 12 44 67 530

[www.wsparciedlaopiekuna.pl](http://www.wsparciedlaopiekuna.pl)



MENADŻER  
OPIEKI

DZIENNA  
PLACÓWKA  
AKTYWIZACJI

OPIEKA  
WYTCINIOWA

SZKOLENIA  
OPIEKUŃCZE

WYPOŻYCZALNIA  
SPRZĘTU



ODDZIAŁ OPIEKI WYTCINIOWEJ - uwaga, wolne miejsca!



### Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niesamodzielnymi w Krakowie

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków  
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej  
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501  
[www.mco.krakow.pl](http://www.mco.krakow.pl) [mco@mco.krakow.pl](mailto:mco@mco.krakow.pl)



Projekt pn. Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie, dofinansowany ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 w ramach 9. Osi priorytetowej Region spójny społecznie, Działania 9.2 usługi społeczne i zdrowotne, Poddziałania 9.2.2 usługi opiekuńcze oraz interwencja kryzysowa -zit

Usługa daje opiekunowi możliwość organizacji czasu dla siebie (by zadbać o codzienne sprawy lub własne zdrowie, ale też po prostu odpocząć). To czasowy (od 2 do 4 tygodni), całodobowy pobyt osoby niesamodzielnej na oddziale, pod opieką zespołu opiekunów, pielęgniarek i fizjoterapeuty. Oddział zapewnia wyżywienie (śniadanie, obiad i kolację), jak również niezbędny sprzęt medyczny, pielęgnacyjny, rehabilitacyjny oraz możliwość korzystania z zaplecza do prowadzenia terapii zajęciowej.



MENADŻER OPIEKI - uwaga, wolne miejsca!

Głównym zadaniem Menadżera Opieki jest pomoc rodzinom w organizacji i efektywnej realizacji opieki nad osobą niesamodzielną w miejscu jej zamieszkania. To cały zespół specjalistów (lekarz, pielęgniarka, psycholog, fizjoterapeuta, pracownik socjalny i opiekun medyczny), który dzieli się swoim doświadczeniem i wiedzą w trakcie cyklicznych wizyt domowych. Czas trwania usługi doradztwa ustalany jest indywidualnie, według potrzeb i stanu zdrowia osoby niesamodzielnej. Tego rodzaju wsparcie okazuje się szczególnie istotne w początkowym etapie adaptacji do nowej, często



### **Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niesamodzielnych w Krakowie**

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków  
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej  
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501  
[www.mco.krakow.pl](http://www.mco.krakow.pl) [mco@mco.krakow.pl](mailto:mco@mco.krakow.pl)



Rzeczpospolita  
Polska

MAŁOPOLSKA

Unia Europejska  
Europejski Fundusz Społeczny



*Projekt pn. Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie, dofinansowany ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 w ramach 9. Osi priorytetowej Region spójny społecznie, Działania 9.2 usługi społeczne i zdrowotne, Poddziałania 9.2.2 usługi opiekuńcze oraz interwencja kryzysowa -zit*

trudnej roli opiekuna.



## DZIENNA PLACÓWKA OPIEKI I AKTYWIZACJI

To przestrzeń dla aktywizacji i integracji seniorów. Specjalizuje się w opiece nad osobami po 60. roku życia: po udarach mózgu, z dysfunkcjami ruchowymi, cierpiącymi na chorobę Alzheimera oraz inne schorzenia neurodegeneracyjne. Placówka działa przez 5 dni w tygodniu (od poniedziałku do piątku) przez 8 h dziennie, organizując czas w ramach indywidualnych oraz grupowych zajęć prowadzonych przez terapeutów zajęciowych oraz fizjoterapeutów. Uczestnicy dysponują również wsparciem ze strony psychologa, pielęgniarki, dietetyka oraz opiekunów medycznych.



### **Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niezależnych w Krakowie**

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków  
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej  
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501  
[www.mco.krakow.pl](http://www.mco.krakow.pl) [mco@mco.krakow.pl](mailto:mco@mco.krakow.pl)



Rzeczpospolita  
Polska

MAŁOPOLSKA

Unia Europejska  
Europejski Fundusz Społeczny



*Projekt pn. Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie, dofinansowany ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 w ramach 9. Osi priorytetowej Region spójny społecznie, Działania 9.2 usługi społeczne i zdrowotne, Poddziałania 9.2.2 usługi opiekuńcze oraz interwencja kryzysowa -zit*



## WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU MEDYCZNEGO

Koszty zakupu urządzeń pomocnych w opiece i rehabilitacji osób niesamodzielnych często przekraczają możliwości finansowe rodzin, usługa oferuje zatem możliwość wypożyczenia różnorodnych sprzętów: łóżek medycznych, materaców przeciwoleżynowych, chodzików, balkoników, wózków inwalidzkich, koncentratorów tlenu, rotorów rehabilitacyjnych itp. Wypożyczalnia zapewnia także doradztwo i instruktaż obsługi ze strony personelu.



### **Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niesamodzielnych w Krakowie**

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków  
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej  
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501  
[www.mco.krakow.pl](http://www.mco.krakow.pl) [mco@mco.krakow.pl](mailto:mco@mco.krakow.pl)



Rzeczpospolita  
Polska

MAŁOPOLSKA

Unia Europejska  
Europejski Fundusz Społeczny



**Projekt pn. Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie, dofinansowany ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 w ramach 9. Osi priorytetowej Region spójny społecznie, Działania 9.2 usługi społeczne i zdrowotne, Poddziałania 9.2.2 usługi opiekuńcze oraz interwencja kryzysowa -zit**



## INDYWIDUALNE SZKOLENIA OPIEKUŃCZE

Szkolenia prowadzone przez pielęgniarkę i rehabilitanta w zakresie opieki i pielęgnacji osoby niesamodzielnej w warunkach domowych. Dzięki nim opiekunowie mogą zdobyć praktyczne wskazówki i informacje dotyczące m.in.: sytuacji nagłego zagrożenia życia, czynności higieniczno-pielęgnacyjnych, obserwacji parametrów życiowych, skutecznej komunikacji z chorym, bezpiecznego przemieszczania, profilaktyki upadków oraz powikłań związanych z długotrwałym unieruchomieniem, jak również podstawowych ćwiczeń fizycznych i zabiegów, stosowanych w warunkach domowych w ich zapobieganiu i leczeniu.



### **Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niesamodzielnych w Krakowie**

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków  
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej  
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501  
[www.mco.krakow.pl](http://www.mco.krakow.pl) [mco@mco.krakow.pl](mailto:mco@mco.krakow.pl)



Rzeczpospolita  
Polska

MAŁOPOLSKA

Unia Europejska  
Europejski Fundusz Społeczny



*Projekt pn. Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie, dofinansowany ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 w ramach 9. Osi priorytetowej Region spójny społecznie, Działania 9.2 usługi społeczne i zdrowotne, Poddziałania 9.2.2 usługi opiekuńcze oraz interwencja kryzysowa -zit*



Poznaj zasady rekrutacji oraz wypełnij formularz zgłoszeniowy na stronie [www.wsparciedlaopiekuna.pl](http://www.wsparciedlaopiekuna.pl). Zachęcamy także do kontaktu pod numerem telefonu: **12 44 67 530** lub też mailowo: [centrumwsparcia@mco.krakow.pl](mailto:centrumwsparcia@mco.krakow.pl).

Projekt jest dofinansowany ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 w ramach 9. Osi priorytetowej Region spójny społecznie, Działania 9.2 usługi społeczne i zdrowotne, Poddziałania 9.2.2 usługi opiekuńcze oraz interwencja kryzysowa - zit (dofinansowanie z Europejskiego Funduszu Społecznego).



## Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niezależnych w Krakowie

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków  
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej  
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501  
[www.mco.krakow.pl](http://www.mco.krakow.pl) [mco@mco.krakow.pl](mailto:mco@mco.krakow.pl)



Rzeczpospolita  
Polska

MAŁOPOLSKA

Unia Europejska  
Europejski Fundusz Społeczny



*Projekt pn. Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie, dofinansowany ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 w ramach 9. Osi priorytetowej Region spójny społecznie, Działania 9.2 usługi społeczne i zdrowotne, Poddziałania 9.2.2 usługi opiekuńcze oraz interwencja kryzysowa - zit*