Приложение 2
к приказу КГБУ СО «КЦСОН «Шушенский» от 27.01.2026 №30

Программа (адаптированная) обучения родственников навыкам общего ухода за пожилыми гражданами и инвалидами в домашних условиях («Школа родственного ухода»)

	Наименование программы	**«Школа родственного ухода»**
	Тема программы	Обучение родственников навыкам и основам ухода за пожилыми гражданами и инвалидами в домашних условиях
	Наименование учреждения	КГБУ СО «КЦСОН «Шушенский»
	Адрес	Красноярский край, Шушенский район, п.Шушенское, ул.Первомайская, 48
	Телефон / факс	(39139) 3 29 40
	Сайт	https://kcson59.ru/
	Адрес электронной почты	kcson-shush@mail.ru
	Руководитель учреждения	Директор Самойленко Татьяна Михайловна
	Контроль за работой Школы	Заместитель директора Колесникова Наталья Петровна
	Руководитель Школы родственного ухода	Заместитель директора Колесникова Наталья Петровна
	Кадровый состав специалистов	Врач-терапевт, медицинские сестры, психолог, социальный педагог, специалист по комплексной реабилитации, инструктор лечебной физкультуры.
	Категория участников программы	Родственники, социальные работники, люди пожилого возраста, люди осуществляющие уход за гражданами пожилого возраста и инвалидами на дому, участники СВО и члены их семей.
	Продолжительность реализации	Год
	Используемые ресурсы	Помещение – 35 м2, Оборудование: манекен-тренажер по уходу за пожилым человеком, доска для пересадки, поворотный диск для пересаживания больного, лестница веревочная, поддерживающий пояс, валик под голову, тренажер для верхней и нижней части тела, сиденье для ванной, кровать функциональная, противопролежневый матрац воздушный (с компрессором, ячеистый), стул для душа, кресло-коляска многофункциональная.

	Кадровые	Собственные кадры.
	Материально - технические	Организационная техника, интернет ресурсы, технические средства реабилитации.
	Целевая группа.	Родственники, опекуны и лица, осуществляющие уход за гражданами пожилого возраста и инвалидами, участники СВО и члены их семей.
	Цель программы	- обучение социальных работников, лиц, осуществляющих уход за гражданами с дефицитом самообслуживания, приемам и навыкам ухода в домашних условиях; - достижение оптимально возможного уровня жизни и социальной адаптации инвалида или пожилого человека, в привычной для него домашней обстановке; - снижение риска возможности развития тяжелых осложнений; - повышение эффективности социально-реабилитационных мероприятий; - создание благоприятной обстановки и психологической атмосферы в семье, обеспечивающей снятие последствий психотравмирующих ситуаций, нервно-психической напряженности; - формирование личностных предпосылок для адаптации к изменяющимся условиям и мотивации на здоровье, побуждающих к активной жизни в социуме; - снижение потребности тяжелобольных граждан в услугах стационарных учреждений здравоохранения и социального обслуживания.
	Задачи программы	- Ознакомление родственников и других лиц, осуществляющих уход с основами геронтологии и специфическими проблемами здоровья граждан пожилого возраста. - Обучение родственников и других лиц, осуществляющих уход за инвалидами, гражданами пожилого возраста на дому: • Психологическим аспектам, связанным с вопросами организации ухода и разрешением семейных конфликтов, профилактики стрессовых состояний; • Принципам общего ухода: - методам контроля за изменениями состояния здоровья инвалида, пожилого человека; - профилактики осложнений; - личной гигиене и биомеханике тела; - правилам питания и кормления; - профилактики пролежней. • Основам реабилитации при различных функциональных нарушениях.

		- Информирование, консультирование, оказание психологической поддержки и использования ТСР. - Распространение информационно методических материалов.
	Практическая значимость программы	Данная программа способствует приобретению знаний по уходу за пожилыми, инвалидами, тяжелобольными лежащими людьми в домашних условиях.
	Ожидаемые результаты	- Освоение практических навыков ухода (принципов общего ухода) за людьми с ограниченной способностью к самообслуживанию и передвижению, техники проведения гигиенических процедур и медицинских манипуляций, приемов оказания помощи в бытовых вопросах (кормление, одевание и др.); - Создание благоприятной обстановки и психологической атмосферы в семье, где проживает пожилой человек или инвалид; - Приобретение теоретических знаний в области геронтологии; - Наличие информационных материалов (листки и памятки, презентации, буклеты); - Информированность родственников или людей осуществляющих уход за тяжелобольным; - Распространение информации о работе Школы родственного ухода чрез СМИ, сети Интернет (сайт, социальные сети: Вконтакте, Инстаграмм), размещения информации на стендах учреждений посёлка и т. д.
	Описание программы	Программа обучения состоит 4 частей: 1. Основы геронтологии и специфические проблемы здоровья граждан пожилого возраста; 2. Психологические аспекты ухода за пожилыми гражданами инвалидами; 3. Психологические поддержка семей участников (ветеранов) боевых действий; 4. Принципы общего ухода; 5. Основы реабилитации при различных функциональных нарушениях.

Пояснительная записка

Организация Школы предусматривает создание условий, при которых лица, осуществляющие уход, могли бы получить теоретические основы по вопросам ухода, овладеть практическими навыками и приемами в данном направлении.

В рамках оказания социально-педагогической услуги родственники и лица, осуществляющие уход, будут обучаться проведению реабилитационных мероприятий, навыкам ухода за пожилыми гражданами и инвалидами, в том числе, утратившими способности к самообслуживанию.

Формы работы:

1.Консультирование по вопросам, относящимся к компетенции Школы ухода (по телефону, по видеосвязи (Skype) и онлайн-консультации);

2.Групповые и индивидуальные занятия (лекции, семинары, практические занятия, беседы и т.п.) с родственниками и лицами, осуществляющими уход за инвалидами и пожилыми гражданами на дому;

3.Предоставление доступа к обучающим видеоурокам и информационным материалам (памятки, буклеты) на сайте учреждения.

Методы работы:

- организационные (планирование, информирование, координирование);
- исследовательские (анализ документации, беседа, анкетирование);
- практические (лекции, практические занятия (индивидуальные и групповые);
- аналитические (обобщение, анализ эффективности реализации программы, публикации по результатам проведённой работы).

Основные направления деятельности Школы

Обучение родственников, социальных работников и лиц, осуществляющих уход за тяжелобольным:

- психологическим аспектам, связанным с вопросами организации ухода и разрешением семейных конфликтов, профилактики стрессовых состояний (методам саморегуляции, релаксации);
- методам контроля за изменениями состояния здоровья инвалида;
- профилактики осложнений (пролежней, пневмоний и т.п.);
- принципам общего ухода (кормление, гигиенические мероприятия и т.п.);
- навыкам использования технических средств реабилитации; основам реабилитации при различных функциональных нарушениях.

Обучение в Школе является бесплатным. Для обучения родственникам или лицам, осуществляющим уход за пожилыми гражданами и инвалидами, необходимо записаться (по телефону) на занятия. Обучение проводится посредством проведения лекций, практических занятий, тренингов, консультаций (консультации по телефону, видеосвязи и онлайн - консультации), просмотра обучающих видеороликов на сайте учреждения.

Материал излагается доступным языком, сопровождается демонстрацией наглядных материалов (презентаций, видеофильмов, слайдов, фотографий и т.п.), раздачей памяток, буклетов и т.п.

Обучение предусматривает как групповые, так и индивидуальные занятия. Периодичность занятий составляет не реже одного раз в неделю, при наборе группы (5-6 человек). Продолжительность одного занятия не менее одного академического часа (1,0-1,5 часа). Курс обучения 12 недель, по 1 занятию в неделю.

Также проводятся индивидуальные занятия с родственниками, осуществляющими уход, по выборочным направлениям из тематического плана «Школы родственного ухода» за пожилыми гражданами и инвалидами.

Ресурсы

1. Кадровые ресурсы:

№ п/п	Должность	Кол-во штатных единиц	Должностные обязанности
1.	Заместитель директора	1	Осуществляет контроль реализации программы, оценивает эффективность реализации программы.
2.	Заведующий социально-реабилитационным отделением	2	Осуществляет текущий контроль и управление программой, контроль за сроками реализации программы.
3.	Медицинская сестра	2	Проведение санитарно-просветительской работы, обучающих занятий по основным принципам общего ухода за пожилыми гражданами и инвалидами, проведение консультаций родственникам по профильным вопросам (по видеосвязи, онлайн - консультации). Подготовка обучающих видеороликов по уходу.
4.	Социальный педагог	1	Формирование групп для прохождения обучения, размещение информационно-методических материалов, ссылок на видеоуроки на сайте учреждения.
5.	Психолог	1	Оказание психологической поддержки, консультирование родственников и ухаживающих лиц по интересующим вопросам; проведение занятий, бесед и т. д.
6.	Врач (терапевт)	1	Проведение обучающих занятий, участие в реализации программных мероприятий.
7.	Инструктор лечебной физкультуры		Проведение обучающих занятий, участие в реализации программных мероприятий.

8.	Специалист по социальной реабилитации	1	Проведение обучающих занятий, участие в реализации программных мероприятий.

Материально-технические ресурсы

Реализация программы осуществляется на базе учреждения с использованием имеющегося оборудования (персональный компьютер, мультимедийное оборудование, принтер, технические средства реабилитации в качестве наглядного материала (доска для пересадки, поворотный диск для пересаживания больного, лестница веревочная, поддерживающий пояс, валик под голову, тренажер для верхней и нижней части тела, сиденье для ванной, кровать функциональная, противопролежневый матрац воздушный (с компрессором, ячеистый), стул для душа. и т.д.), манекен-тренажер по уходу за пожилым человеком, кресло-коляска многофункциональная.

Информационные и методические ресурсы

СМИ, электронные ресурсы, информационные листы, буклеты, статьи, брошюры, наглядные материалы (презентации, видеофильмы, обучающие видеоуроки и т. д.).

Тематический план обучения по программе
Школы родственного ухода

№	Наименование темы занятия	Кол-во часов	Форма занятия	ФИО, должность обучающего
I Основы геронтологии и специфические проблемы здоровья граждан пожилого возраста				
1	**Здоровье лиц пожилого и старческого возраста. Профилактика возрастной деменции: когда начинать и что делать?**	1 час	Лекция, демонстрация	Врач
2	**Артериальная гипертония.** *Теоретическая часть:* что надо знать об артериальной гипертонии? *Практическая часть:* правила измерения артериального давления, дневник здоровья, неотложная помощь при гипертоническом кризе.	1 час	Лекция, демонстрация	Врач Медицинская сестра
3	**Стоп - инсульт.** *Теоретическая часть*: причины возникновения острого нарушения мозгового кровообращения; Практическая часть: признаки инсульта, реабилитация после инсульта.	1 час	Лекция, демонстрация	Врач Медицинская сестра
4	**Сахарный диабет.** *Теоретическая часть:* сахарный диабет – что это такое? Первые признаки; профилактика. *Практическая часть:* правила пользования глюкометром; первая помощь при гипо и гипергликемии.	1 час	Лекция, демонстрация	Врач Медицинская сестра.
5	**Онкологические заболевания** *Теоретическая часть*: причины развития онкологических заболеваний, принципы питания при онкологических заболеваниях. *Практическая часть:* обучение родственников созданию благоприятного психологического климата в домашних условиях, а так же организации бытовых условий для комфортной жизни больного.	1 час	Лекция, демонстрация	Врач Психолог
II Психологические аспекты ухода за пожилыми гражданами инвалидами				
6	Психоэмоциональные особенности пожилых людей. Особенности поведения пожилых граждан и инвалидов в зависимости от психического заболевания.	1 час	Лекция, демонстрация.	Психолог
7	Психологический климат в семье (принципы построения взаимодействия (правила общения); психологические проблемы, возникающие во время	1 час	Лекция, демонстрация.	Психолог

	проживания тяжелобольного в семье, пути их преодоления).			
III Психологические поддержка семей участников (ветеранов) боевых действий				
8	Проявление посттравматического стрессового расстройства у участников военных действий	1 час	Лекция, тренинг	Психолог
9	Обучение навыкам распознавания ПТСР, оказания первичной помощи и правильной коммуникации.	1 час	Лекция, тренинг	Психолог
Принципы общего ухода				
10	Правильный уход в пожилом возрасте (правила проведения гигиенических процедур (умывание, обтирание и профилактика пролежней, помощь в использовании туалета, смена подгузника).	1 час	Практическое занятие, демонстрация	Медицинская сестра
11	Правильный уход в пожилом возрасте (организация сна и отдыха лиц пожилого возраста, поддержание постельного комфорта питание и кормление).	1 час	Практическое занятие, демонстрация	Медицинская сестра
12	Двигательная активность лиц пожилого возраста, оказание помощи при перемещении в пространстве, принципы правильного позиционирования. Профилактика травматизма лиц пожилого возраста.	1 час	Практическое занятие, демонстрация	Медицинская сестра Инструктор лечебной физкультуры
13	Уход за лежачими больными ((уход и лечение), профилактика и обработка пролежней).	1 час	Практическое занятие, демонстрация	Медицинская сестра
14	Уход за пожилыми людьми при нарушениях психики и старческом слабоумии (деменция - уход за больными.	1 час	Лекция, демонстрация	Врач Психолог
15	Первая доврачебная помощь (ожог, обморок, инсульт, эпилепсия и т.д.).	2 часа	Лекция, демонстрация. Тест.	Заведующая социально-реабилитационным отделением для граждан пожилого возраста и инвалидов
16	Использование технических средств реабилитации.	1 час	Лекция, демонстрация. Практика.	Специалист по социальной реабилитации