



CONSILIUL JUDEȚEAN BACĂU
DIRECȚIA GENERALĂ DE ASISTENȚĂ SOCIALĂ ȘI PROTECȚIA COPILULUI

Str. Condoriilor, Nr.2, Bacău
Cod 600302, România

Tel: +40 234 585 071; 585 073; 511 525;
Fax: +40 234 519 042; E-mail: dgaspcbacau@gmail.com

Centrul de Servicii Sociale „Ghiocelul” Bacău
600157 Aleea Ghiocelilor, nr. 4, telefon & fax 0234576402, mail: ghiocelul_bc@yahoo.com

GRUP DE SUPORT

“MĂ INFORMEZ, CUNOSC, MĂ IMPLIC!”

COȚOFĂNEȘTI

07.08.2019

AGENDA ZILEI

- ❖ 11.00 – 11.10 - primirea invitațiilor
- ❖ 11.10 – 11.30 - prezentarea echipei mobile și a participanților
- prezentarea programului și a obiectivelor acestei activități
- ❖ 11.30 – 12.15 – Învățăm să acordăm primul ajutor! (abilități practice)
asistenți medicali UMID: Alina Turi, Mihaela Dimofte
kinetoterapeut UMID: Alina Huțu
- ❖ 12.15 – 12.30 - Pauză
- ❖ 12.30 – 13.00 – Să învățăm să ne jucăm cu copiii noștri!
psiholog UMID: Mihaela Miron
- ❖ 13.00 – 13.15 – Activități de joc (implicarea tuturor invitațiilor!)
exprimarea emoțiilor prin desen
jocul cuvintelor
- ❖ 13.15 – 13.30 – Pauză
- ❖ 13.30 – 13.40 - Prevederi legislative privind accesul la servicii, facilități, prestații
asistent social UMID: Mihaela Radu
- ❖ 13.40 – 13.50 - Ce înseamnă o bună colaborare specialist – familie?
asistenți sociali: U.A.T. Coțofănești – Tatiana Savin, UMID Mihaela Radu
reprezentanții U.A.T - lor invitate
- ❖ 13.50 – 14.00 – Concluzii, întrebări, aplicare chestionare

CARACTERISITICILE GRUPULUI DE SUPT

CE ESTE UN GRUP DE SUPT?

Grupul de suport este o metodă terapeutică în care mai multe persoane (minim 5) se întâlnesc, sub îndrumarea unor specialiști, pentru a discuta despre anumite subiecte comune tuturor participanților.

OBIECTIVELE UNUI GRUP

- autocunoașterea;
- dobândirea suportului social;
- stabilirea și menținerea unor relații interpersonale;
- creșterea buneii dispoziții;
- primirea și oferirea susținerii și feedback-ului;
- îmbunătățirea relațiilor și a comunicării interpersonale;
- experimentarea de comportamente noi;
- exprimarea sinceră și directă a propriilor sentimente;
- înțelegerea propriilor gânduri, emoții și comportamente prin compararea cu tiparele relaționale observate la celelalte persoane din grup;
- o mai bună înțelegere a gândurilor, emoțiilor și comportamentelor celorlalți;
- creșterea încrederii în propria persoană, îmbunătățirea imaginii și a stimei de sine

BENEFICII

Oferă beneficii reale celor care își doresc să aibă ocazia să-și expună sentimentele, gândurile, situațiile problematice într-un climat de suport și să obțină feedback față de propriul comportament. Grupul își creează propria dinamică. Confidențialitatea este un element esențial în cadrul grupurilor de suport. Identitatea participanților și conținutul discuțiilor purtate în sesiunile de grup au caracter secret și sunt strict protejate. Protejarea confidențialității este asigurată de către organizatorii grupului, dar este totodată o obligație a tuturor participanților.

ÎNVĂȚĂM SĂ ACORDĂM PRIMUL AJUTOR!

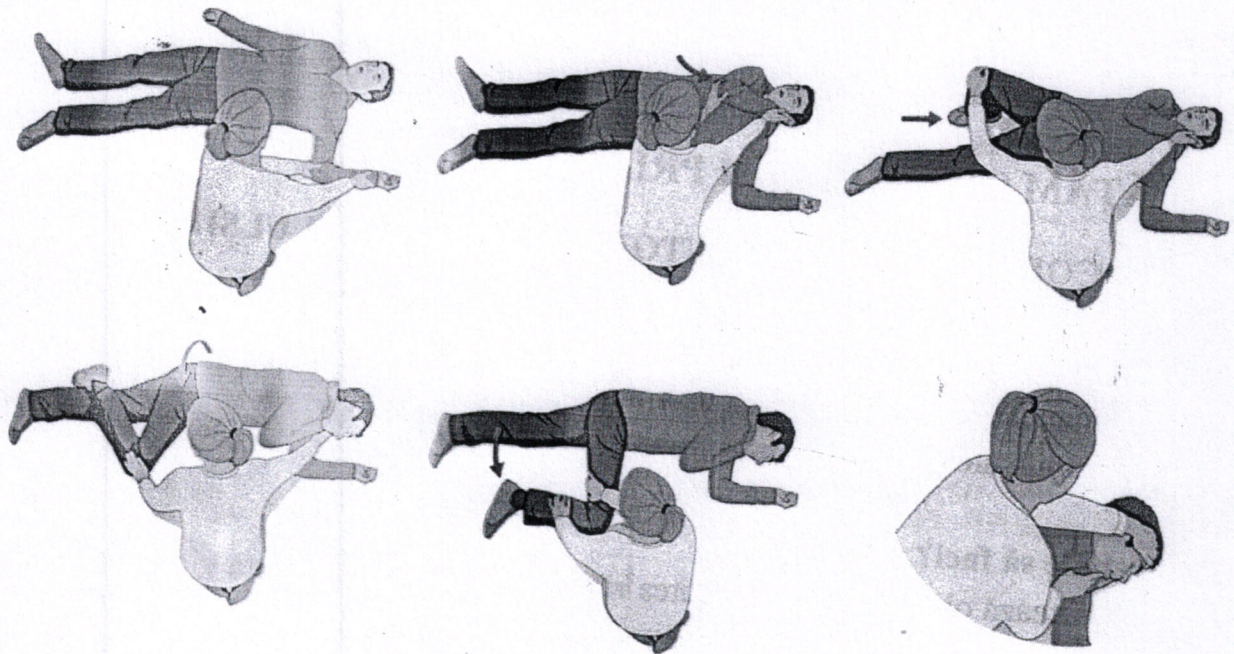
CUM ACORDĂM PRIMUL AJUTOR ÎN CAZUL CONVULSIILOR?

Cum acordăm primul ajutor în cazul convulsiilor? Convulsiile se produc frecvent, fără exista o cauză vizibilă. Orice disfuncție la nivelul creierului, fie că aceasta este temporară sau permanentă, poate atrage după sine o criză. Simptomele pot fi contracțiile bruște și incontroabile ale mușchilor, mișcările convulsive pot dura uneori câteva minute, febră.

Ce trebuie să faci?

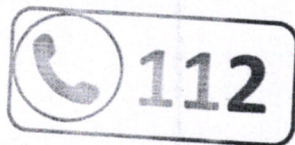
- îndepărtează obiectele care ar putea răni victima sau transportă victima într-un loc sigur;
- în timpul fazei convulsive pune un prosop împăturit sau o bucată de material textil împăturit sub capul victimei. Astfel vei evita producerea de leziuni la nivelul capului;
- asigură-te cât mai rapid posibil că sunt libere căile respiratorii;
- unei victime care are o criză nu trebuie să i se dea nimic de băut;
- unui bebeluș care are convulsii din cauza febrei i se poate reduce temperatura dacă este dezbrăcat și șters ușor cu o cârpă udă (călduță);
- nu efectua aceste manevre dacă victima devine agitată;
- în situația în care victima rămâne în stare de inconștiență după ce a trecut faza convulsivă, monitorizează respirația acesteia și verifică dacă nu sunt blocate căile respiratorii. Dacă victima respiră, dar este inconștientă, aceasta ar trebui așezată în poziția de siguranță;
- rămâi alături de victimă până în momentul în care își recapătă cunoștința. Procedeați în așa fel încât victima să se simtă confortabil (de exemplu, las-o să se împrospăteze puțin, să-și schimbe hainele). Lasă victima să își revină în liniște;
- apelează la serviciile de urgență 112 dacă nu există nimeni prin preajmă care să știe care este cauza convulsiilor. Convulsiile febrile sunt cauzate de o hiperstimulare a creierului, care determină contracții musculare necontrolate. Mai ales în cazul bebelușilor și copiilor care au febră, convulsiile se pot manifesta odată cu creșterea temperaturii;
- uneori, convulsiile febrile reprezintă primul semn că un copil este bolnav.

Nu toți copiii suferă de convulsii febrile. Predispoziția poate să fie ereditară. Se întâmplă frecvent ca un copil să aibă convulsii febrile o singură dată în viață. Dacă un copil a suferit de convulsii febrile, nu înseamnă neapărat că în cazul lui există un risc ridicat să facă epilepsie.

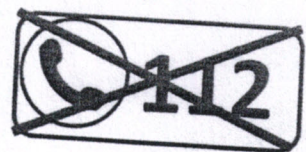


Primul ajutor în caz de criză epileptică

- ⚠ Nu imobiliza victima
- ⚠ Nu introduce nimic în gura victimei
- ✓ Eliberează zona de obiecte
- ✓ Reține ora și minutul când a început criza
- ✓ Protejează capul victimei
- ✓ Deschide hainele din zona gâtului și verifică dacă respiră
- ✓ Dacă respiră, pune victima în poziția laterală de siguranță



- Victima nu a avut crize epileptice în trecut
- Persoana este rănită
- Criza epileptică se petrece în apă
- Criza epileptică durează mai mult de 5 minute
- Are o a doua criză în interval de o oră
- Persoana rămâne înconștientă
- Persoana are diabet sau este însărcinată



- Criza epileptică durează mai puțin de 5 minute
- Ști că victima este diagnosticată cu epilepsie
- Victima nu are răni în urma crizei

PRIMUL AJUTOR ÎN CAZUL ÎN CARE COPILUL SE ÎNEACĂ SAU SE SUFOCĂ DIN CAUZA UNOR ALIMENTE SAU OBIECTE ÎNGHIȚITE

Sufocarea în urma înecării cu mâncare sau cu un corp străin este o problemă ce apare și în cazul copiilor, indiferent de vârstă. Și, din păcate, este una dintre primele cinci cauze de deces accidental în rândul micuților sub 5 ani. Copiii, în special cei sub 5 ani, sunt extrem de vulnerabili în fața pericolului de sufocare cauzată de obstrucționarea căilor respiratorii (trahee) cu mâncare sau cu un obiect străin. Din acest motiv, pentru a preveni o tragedie este important să știi exact cum trebuie acordat primul ajutor.

Copilul s-a înecat sau tușește

Dacă cel mic tușește, este un semn bun. De cele mai multe ori, tusea este suficientă pentru ca obiectul blocat pe trahee să fie eliminat iar căile respiratorii să fie astfel eliberat. Este important să nu intri în panică, să nu îl zgâlțâi și să nu îl bați pe spate. Aceste mișcări bruște ar putea să facă mai mult rău decât bine. De asemenea, dacă copilul s-a înecat cu ceva, indiferent cu ce, nu încerca să îi scoți bucata de mâncare sau obiectul rămas în gât cu degetele, fără să vezi exact ce faci. S-ar putea ca, din greșală, să împingi "dopul" și mai mult pe gât în jos.

Copilul nu tușește și nu poate respira

Scenarul mai urât este cel în care copilul a înghițit ceva care i-a rămas blocat pe trahee, dar nu tușește (sau tușește slab), nu plânge, nu poate respira bine și devine cianotic (i se învinețesc buzele). În acest caz va trebui să chemi repede o salvare, iar până la venirea ei să iei unele măsuri de prim ajutor, care diferă în funcție de vârsta copilului.

Manevra Heimlich pentru bebelușii sub 12 luni

Dacă este vorba despre un bebeluș sub un an, va trebui să îl iei repede în brațe și să îl întorci cu fața în jos, pe burtă, sprijinindu-l pe antebraț sau pe picior. Capul trebuie să fie mai jos decât pieptul, cu bărbia sprijinită în palma ta. Atenție, nu trebuie să îi acoperi și gura cu mâna ta, iar gâtul nu trebuie să fie răsucit. Cu mâna rămasă liberă, aplică-i copilului, cu podul palmei, 5 lovituri ferme pe spate, între omoplați. Loviturile trebuie să fie destul de puternice, pentru a forța eliminarea corpului străin de pe trahee, fără a-l răni însă pe bebeluș. De multe ori, această manevră este insuficientă din cauză că adultul lovește prea blând spatele bebelușului. Dacă această manevră nu dă rezultate, întoarce copilul cu fața în sus, cu capul în continuare mai jos de nivelul pieptului. Cu 2 degete (arătătorul și mijlociul), aplică 5 apăsări în zona cutiei toracice, la distanța de circa 1 cm,

sub linia imaginară care unește aureolele mamare ale copilului. Mișcarea de apăsare t exterior. Dacă bebelușul nu reușește să elimine corpul străin, repetă ambele proced momentului în care "dopul" ce obstrucționează traheea este deblocat și îl poți vedea, i ușor degetul mic în gura copilului și scoate corpul străin.

Manevra Heimlich pentru copiii peste 1 an

La copiii peste 12 luni, măsurile de prim ajutor încep tot cu 5 lovituri ferme pe spate omoplați. Fiind vorba despre copiii mai mari, ce nu pot fi susținuți pe antebraț, ei sprijiniți în picioare, în poziția aplecat, astfel încât capul să fie mai jos de nivelul piep Din nou, dacă această primă manevră nu este suficientă, va trebui să apelezi la ma Heimlich clasică. Ține copilul în picioare, iar tu așează-te în genunchi în spatele trecându-ți brațele în jurul taliei lui. Poziționează-ți un pumn strâns, suprapus cu cealaltă pe abdomenul copilului, sub coaste, și fă câteva comprese rapide, de jos în pentru a impinge aerul afară din plămâni, forțând astfel eliminarea corpului străin c trahee. Ambele manevre trebuie repetate până când căile respiratorii sunt deblocate sa cel mai rău caz, până când copilul își pierde cunoștința, moment în care trebuie înc urgent resuscitarea cardio-pulmonară.

Mergi cu copilul la doctor

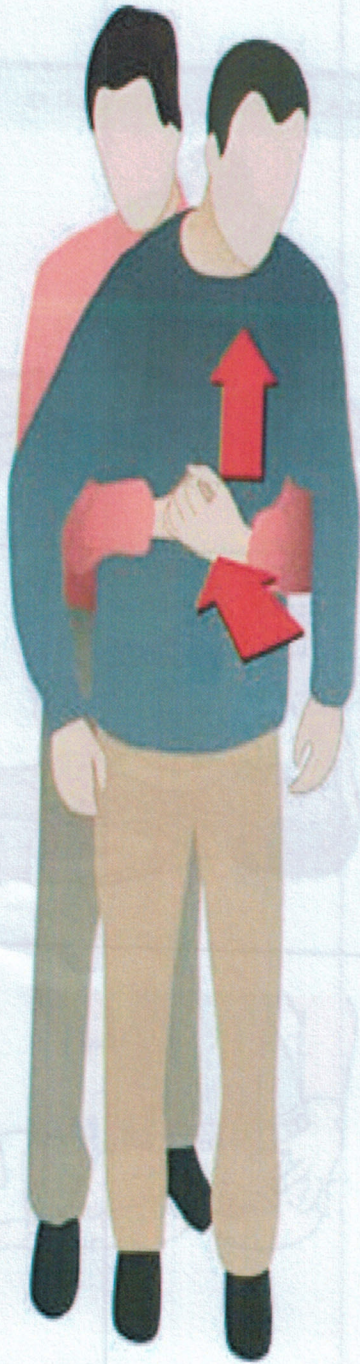
Chiar dacă manevrele de mai sus îl ajută pe copil să elimine obiectul străin, bloca trahee, este important ca el să fie văzut cât mai repede de un medic. Deoarece este pos ca bucăți din corpul străin să îi fi rămas în continuare pe trahee sau ca procedurile aplic să îi fi produs traumatisme. De asemenea, există posibilitatea ca bolul alimentar obiectul străin să coboare în plămâni în loc să fie eliminat pe gură, ceea ce reprezintă urgență medicală.

Măsuri de prevenție

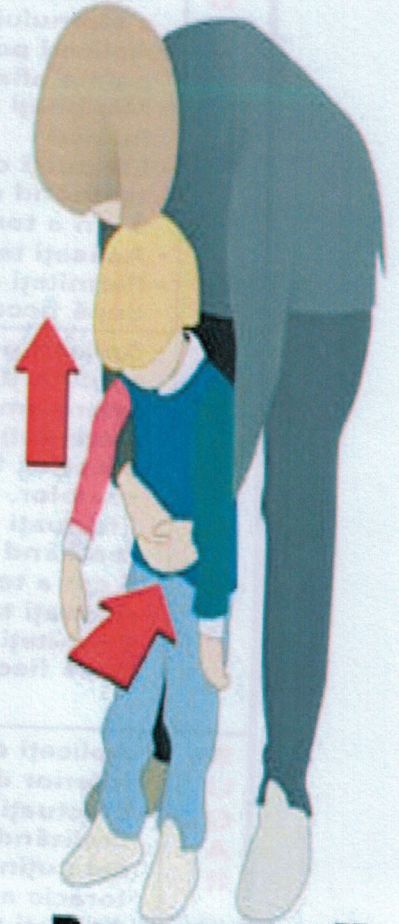
Copii au căile respiratorii destul de înguste, cu diametrul asemănător cu cel al unui pai cazul bebelușilor. În plus tentația de a băga orice în gură este mare, în cazul lor. De riscul de înec alimentar, respectiv sufocare, este destul de crescut. Pentru a preveni a lucru, este important să nu îți lași niciodată copilul nesupravegheat la masă și în niciun să nu îl lași să alerge, să se tăvălească sau să se joace în timp ce mănâncă.

Alimentele solide trebuie introduse la momentul potrivit (recomandarea este diversificarea să nu înceapă până când copilul nu stă singur în poziția șezut).

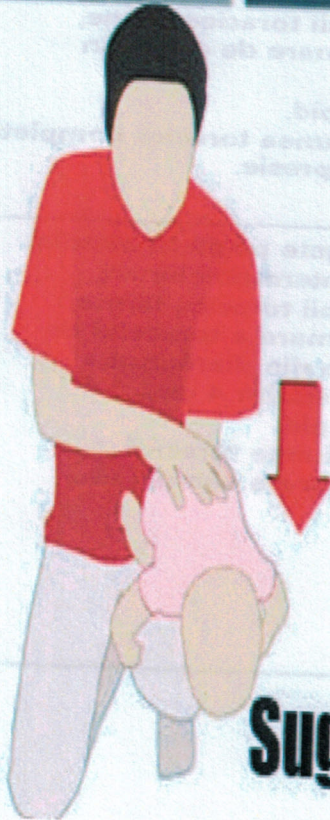
Evaluează jucăriile din casă, pentru a fi sigur că sunt adecvate vârstei și sunt de cali iar bucăți mici din acestea nu se pot desprinde. De asemenea tine copilul la distanță de lucrurile cu care s-ar putea îneca, cum ar monedele, nasturi, biluțe, capace de pix, etc.



Adult



**Pentru copii
de peste un an**



Sugar

Tehnica de efectuare a compresiiilor toracice

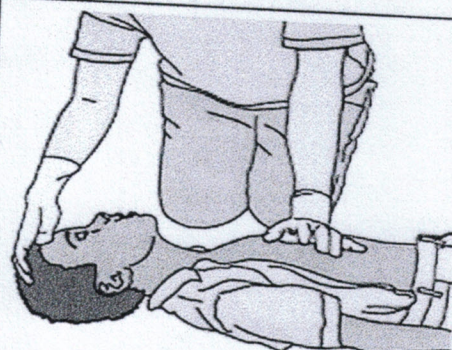
**A
D
U
L
T**

- Aplicați podul uneia dintre palme pe centrul toracelui în mijlocul liniei intermamelonare (jumătatea inferioară a sternului).
- Aplicați podul celeilalte palme peste palma aflată pe torace.
- Mențineți brațele drepte, cu coatele întinse.
- Efectuați compresii toracice ferme, realizând o deprimare de cel puțin 5 cm a toracelui.
- Apăsați tare și rapid.
- Permiteți expansiunea toracică completă după fiecare compresie.



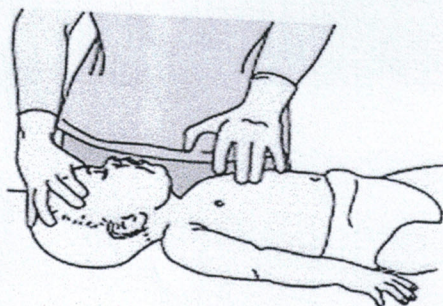
**C
O
P
I
L**

- Aplicați podul uneia sau ambelor palme pe centrul toracelui în mijlocul liniei intermamelonare (jumătatea inferioară a sternului). Mențineți brațul/brațele drept(e), fără flectări în articulațiile coatelor.
- Efectuați compresii toracice ferme, realizând o deprimare de cel puțin 5 cm a toracelui.
- Apăsați tare și rapid.
- Permiteți expansiunea toracică completă după fiecare compresie.



**S
U
G
A
R**

- Aplicați două degete pe stern imediat inferior de linia intermamelonară.
- Efectuați compresii toracice ferme, realizând o deprimare a toracelui de cel puțin o treime din diametrul toracic antero-posterior (4 cm).
- Apăsați tare și rapid.
- Permiteți expansiunea toracică completă după fiecare compresie.



SĂ ÎNVĂȚĂM SĂ NE JUCĂM CU COPIII NOȘTRI!



Jocul este principala activitate a copiilor și totodată cea mai importantă cale către dezvoltarea acestuia. Multitudinea de jucării, jocuri și materiale educative stimulează abilitățile copiilor cum ar fi: dezvoltarea senzorială (auz, văz, gust, miros și atingere), coordonarea oculo-motorie, dezvoltarea limbajului, controlul asupra mediului și relaxarea, lucrând la început pe miros, muzică, atingeri și gusturi. Atunci când copilul se joacă gândirea, creativitatea și relaxarea acestuia sunt dezvoltate asigurându-i astfel un confort și o stare de bine general.

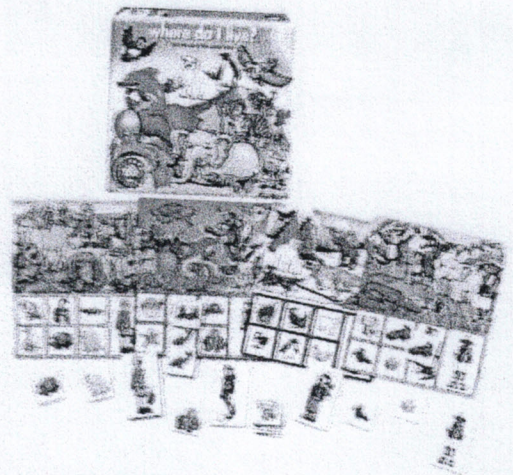
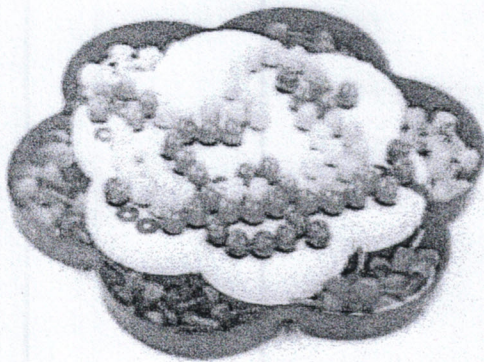
Cel mai important aspect în ceea ce privește implicarea în activitățile de joc ale copilului este că se va ține cont în primul rând de jocurile și activitățile preferate.

Atenția trebuie concentrată pe diferite experiențe senzoriale. Stimularea ușoară scade agitația copilului, îl liniștește, îl relaxează, și crește perioada de concentrare a atenției asupra unei sarcini.

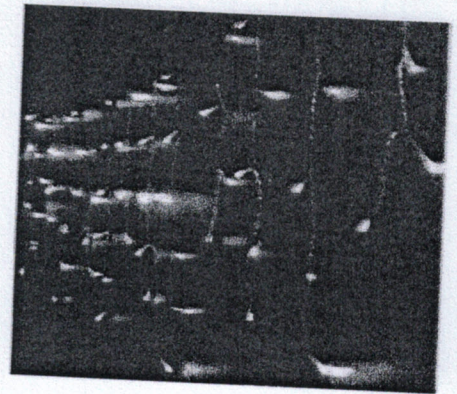
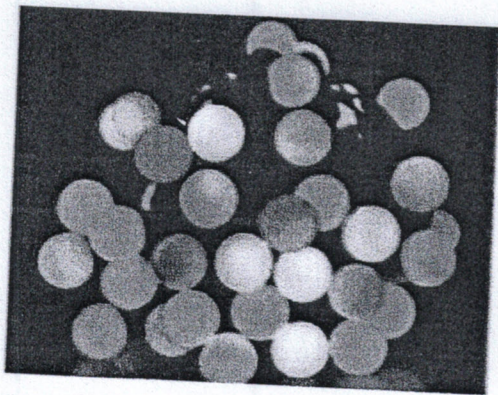
IDEI PENTRU STIMULAREA PRIN JOC LA DOMICILIU



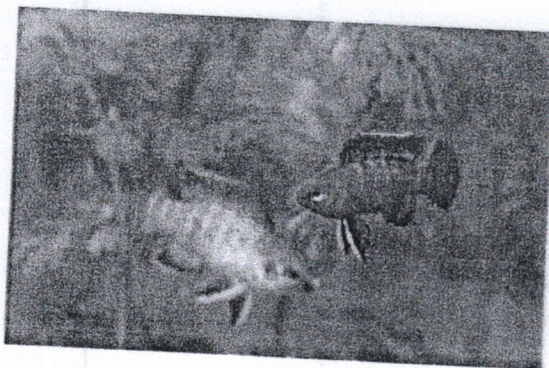
Decorați camera cu diferite lumini, pictați geamurile, puneți muzică în cameră, covoare din blană de oaie, perne, scaune cu bile.



- **Efecte de lumini** cum sunt proiectoarele care dispersează lumina în toată camera, lămpi, spoturi luminoase, panouri cu steluțe, figuri fosforescente (luminoase), lumini de Crăciun (instalații), lampa care face bule, proiector, lumini din fibră optică, jucării care se aprind sau fac zgomot, strălucesc în întuneric, sunt colorate (roșii, albastre, verzi, etc.)



- Acvariu, oglinzi care nu se sparg, Forme care reflectă lumina, Hârtie staniol, Televizor cu DVD și video, Mingi și jucării care se aprind,



- **Moriști și jucării care se învârt, Coarda elastică, Lipici strălucitor, Baloane de bumbac, acoperirea cu diverse materiale textile de contexturi diferite, pene și hârtia satinată.**

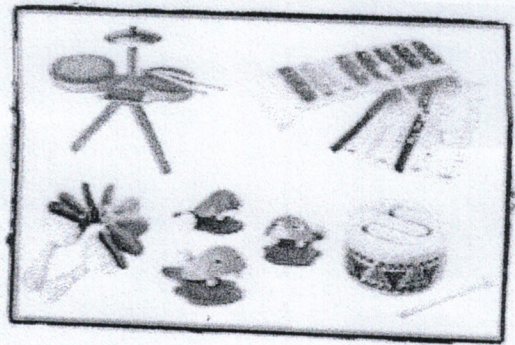
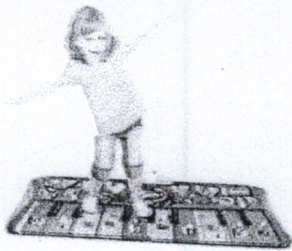


- **Jucării care oferă efecte vizuale, care vibrează, fac zgomot sau pot fi simțite tactil: Plăcuțe tactile, Țigla, Pensule, Pământuf, perie de masaj, pensulă de unghii, pensulă de pictat, bureți, Kush ball, Mănușă de masaj, Rocă vulcanică, Inele, Jucării cu vârful ascuțite, Bile tactile colorate, Minge mică agățată de un elastic, Jucării vibratoare, Scaun de masaj, Blană de oaie, Sac de dormit, Rolă de pictat, bucată de material încălzit, Pungă de gheață, Saltea cu apă, Aparat de masaj, Mingi care se pot strânge, Plastelină, Rolă din material pufos, Bandaje diferite, Pământuf de curățat praf, Perne cu bile, Veste cu greutate, Ladă cu nisip, Vopsele de pictat cu degete, Mingi de bumbac, Pene, Cutii cu orez.**

Jucariile folosite trebuie să se poată spăla!.



- **Efecte sonore** cum ar fi muzica pentru copii, sunete din natură sau cum ar fi ale unor animale, ex: Sunetele scoase de delfini, Bețe de ploaie, Clopoței, Muzică de relaxare, Xilofon, tamburină, tobă, Boxe, Mingi care țipă, Jucării muzicale, Clopoței de ușă.



Aromaterapie, uleiuri și substanțe răcoritoare (folosirea unor esențe care calmează și stimulează) cu mirosuri diferite, Loțiuni, Uleiuri esențiale, Spray de corp, Arome revigorante, Ulei de masaj, Perne mirositoare, Aromă de cameră

Ce Uleiuri Esențiale pot folosi pentru Copii?



- Experiențe de testare a diferitelor **gusturi** folosind mâncăruri și băuturi diferite.

