



Terapia zajęciowa i aktywizacja seniora / 40 godzin / online w czasie rzeczywistym

Numer usługi 2026/04/21/43975/3503255

2 119,00 PLN brutto

2 119,00 PLN netto

52,98 PLN brutto/h

52,98 PLN netto/h

183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

JPB Centrum

Kształcenia

Ustawicznego

Dorota Bączkowska

★★★★★ 4,8 / 5

16 ocen

📄 Usługa szkoleniowa

📺 zdalna w czasie rzeczywistym

🕒 40:00 h

📅 25.05.2026 do 08.06.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

Identyfikatory projektów

Kierunek - Rozwój, Małopolski Pociąg do kariery, Nowy start w Małopolsce z EURESEM, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób, które chcą **uzyskać kompetencje niezbędne do pracy w obszarze opieki i aktywizacji osób starszych** – zarówno w domach pomocy społecznej, placówkach środowiskowych (np. klubach seniora), jak i w opiece domowej (w tym w pracy z osobami z otępieniem).

W szczególności usługa adresowana jest do:

- **Osób planujących podjęcie zatrudnienia** w instytucjach opiekuńczych i opiece środowiskowej w charakterze terapeuty zajęciowego, opiekuna lub asystenta seniora.
- **Osób chcących pracować z seniorami wymagającymi wsparcia**, w tym z osobami starszymi zmagającymi się z demencją, samotnością czy depresją wieku podeszłego.
- **Osób bezrobotnych i poszukujących pracy**, które chcą zdobyć stabilny i niezwykle pożądaną na rynku usług opiekuńczych zawód.
- **Opiekunów rodzinnych i bliskich osób starszych**, którzy chcą usystematyzować wiedzę na temat metod skutecznego wspierania seniora w codziennym funkcjonowaniu.

Usługa jest skierowana do uczestników wszystkich projektów.

Minimalna liczba uczestników

3

Maksymalna liczba uczestników

15

Data zakończenia rekrutacji

22-05-2026

Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	40
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie do pracy z seniorami, m.in. w charakterze terapeuty zajęciowego lub opiekuna. Uczestnik zdobędzie wiedzę o procesie starzenia się oraz umiejętności kompleksowego wspierania osób starszych. Pozna metody prowadzenia zajęć, zasady pracy z osobami z demencją oraz narzędzia oceny stanu funkcjonalnego. Dzięki praktycznemu podejściu nabędzie kompetencje w zakresie aktywizacji poznawczej, przeciwdziałania wykluczeniu i radzenia sobie z trudnymi zachowaniami.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik zna specyfikę procesu starzenia się i najczęstsze schorzenia wieku podeszłego.	Uczestnik poprawnie wymienia objawy chorób wieku starszego oraz charakteryzuje wynikające z nich potrzeby fizyczne i psychiczne seniorów.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik rozumie rolę i główne cele terapii zajęciowej w opiece nad osobami starszymi.	Uczestnik definiuje różnicę między terapią zajęciową a zajęciami terapeutycznymi oraz omawia zasady profilaktyki demencji i depresji.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik wie, jak teoretycznie zaplanować proces terapeutyczny dla osoby starszej.	Uczestnik opisuje etapy tworzenia indywidualnego planu terapii zajęciowej w oparciu o diagnozę potrzeb i możliwości seniora.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik zna zasady modyfikacji zadań w zależności od sprawności podopiecznego.	Uczestnik tłumaczy, w jaki sposób dostosować formy aktywizacji (w tym ruchowej) do seniorów z różnym poziomem funkcjonowania.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik zna różnorodne formy i metody terapii zajęciowej pobudzające procesy poznawcze i sprawność fizyczną.	Uczestnik prawidłowo charakteryzuje założenia terapii manualnej, arteterapii, muzykoterapii oraz ćwiczeń wspierających koordynację wzrokowo-ruchową.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik wie, na czym polega specyfika komunikacji z osobą zmagającą się z demencją.	Uczestnik identyfikuje główne bariery komunikacyjne w otępieniu oraz omawia teoretyczne sposoby ich przełamywania.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik wie, na czym polega specyfika komunikacji z osobą zmagającą się z demencją. Uczestnik zna zasady wspierającej komunikacji w sytuacjach trudnych i stresujących.	Uczestnik identyfikuje główne bariery komunikacyjne w otępieniu oraz omawia teoretyczne sposoby ich przełamywania. Uczestnik opisuje elementy komunikacji empatycznej oraz wymienia metody pracy z trudnymi emocjami seniora.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik ma świadomość roli i pożądanych postaw w pracy z osobami starszymi.	Uczestnik poprawnie definiuje cechy dobrego terapeuty zajęciowego i omawia jego rolę we wspieraniu poczucia bezpieczeństwa podopiecznego.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Wprowadzenie do pracy z seniorem i podstawy gerontologii (10 godzin)

Charakterystyka procesu starzenia się:

- Wprowadzenie do pracy z seniorem – specyfika zmian fizycznych i psychicznych w wieku podeszłym.
- Choroby wieku starszego i ich bezpośredni wpływ na funkcjonowanie podopiecznego.
- Cele i założenia terapii zajęciowej:
- Potrzeby osób starszych a formy i cele terapii zajęciowej w opiece środowiskowej i instytucjonalnej.
- Różnica między kompleksową terapią zajęciową a doraźnymi zajęciami terapeutycznymi.
- Profilaktyka w opiece nad seniorem:
- Rola aktywizacji w profilaktyce demencji i depresji wieku podeszłego.
- Omówienie procedur i metod zapobiegania wykluczeniu i samotności.

Diagnoza i planowanie pracy terapeutycznej (8 godzin)

Rozpoznawanie potrzeb:

- Narzędzia i metody diagnozy potrzeb oraz możliwości psychofizycznych seniora.
- Zasady konstruowania i ewaluacji indywidualnego planu terapii zajęciowej.
- Dostosowanie metod do podopiecznego:
- Praca z seniorami z różnym poziomem funkcjonowania – jak dobierać odpowiednie bodźce.
- Teoretyczne zasady adaptacji zadań i otoczenia do ograniczeń ruchowych i poznawczych seniora.

Formy i metody aktywizacji seniora (12 godzin)

Terapia sztuką i zajęcia manualne:

- Formy terapii zajęciowej: terapia manualna i arteterapia (przeгляд technik, materiałów i pomysłów na zajęcia).
- Metody pobudzania sprawności dłoni (motoryka mała) oraz ćwiczenia koordynacji wzrokowo-ruchowej.
- Aktywizacja poznawcza i emocjonalna:
- Muzykoterapia i jej wpływ na nastrój, wyciszenie i integrację grupy.
- Terapia wspomnieniowa (reminiscencyjna) jako narzędzie pracy z pamięcią i budowania relacji.
- Aktywizacja fizyczna:
- Zasady planowania bezpiecznej aktywizacji ruchowej dostosowanej do wieku i schorzeń (omówienie ćwiczeń i profilaktyki upadków).

Komunikacja i wsparcie psychologiczne (10 godzin)

Specyfika komunikacji z seniorem:

- Jak rozmawiać z osobą starszą w stresujących sytuacjach i w kryzysie emocjonalnym?
- Bariery komunikacyjne (wynikające np. z niedosłuchu, afazji) i sposoby ich przełamania.
- Praca z osobą z demencją:
- Jak rozmawiać z osobą z demencją – techniki walidacji i budowania poczucia bezpieczeństwa.
- Elementy komunikacji wspierającej i empatycznej.
- Warsztat pracy terapeuty i praca z emocjami:
- Praca z emocjami seniora – teoretyczne modele radzenia sobie z trudnymi zachowaniami (np. agresją, apatią).
- Cechy dobrego terapeuty zajęciowego, etyka zawodowa oraz higiena pracy (zapobieganie wypaleniu zawodowemu).

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 0

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 119,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 119,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	52,98 PLN
Koszt osobogodziny netto	52,98 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 0

Brak wyników.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały szkoleniowe dostępne będą do pobrania z dysku Google Drive (link dla uczestników).

Warunki uczestnictwa

Wymagania wstępne dla uczestników:

- Posiadanie wykształcenia minimum średniego lub zasadniczego zawodowego (matura nie jest wymagana).
- Pełnoletność.
- Brak przeciwwskazań zdrowotnych do pracy w placówkach opiekuńczych (gotowość do wyrobienia orzeczenia/książeczki do celów sanitarno-epidemiologicznych).
- Niekaralność za przestępstwa umyślne (wymóg często konieczny przy zatrudnieniu m.in. w domach pomocy społecznej).
- Predyspozycje osobowościowe: wysoki poziom empatii, cierpliwość, odpowiedzialność, szacunek do drugiego człowieka oraz łatwość w nawiązywaniu kontaktu z osobami starszymi.

Informacje dodatkowe

Program szkolenia obejmuje **40 godzin dydaktycznych**: 38 godzin zajęć teoretycznych oraz 2 godziny przeznaczone na walidację efektów kształcenia (30 godzin zegarowych: odpowiednio **28,5 + 1,5**).

Warunki uzyskania certyfikatu:

- Uczestnictwo w min. 80% zajęć teoretycznych.
- Uzyskanie minimum 70% poprawnych odpowiedzi z końcowego testu teoretycznego.

Szkolenie będzie odbywać się w godzinach 16:00-21:00 w wybrane dni robocze oraz 9:00-14:00 w wybrane weekendy. Harmonogram zostanie udostępniony najpóźniej na dwa tygodnie przed planowanym rozpoczęciem szkolenia.

Frekwencja na szkoleniu będzie weryfikowana i potwierdzana na podstawie raportu historii logowań uczestników, generowanego automatycznie przez platformę Google Meet.

Walidacja odbywa się w formie **egzaminu końcowego online** (test wiedzy) trwającego 2 godziny dydaktyczne, przeprowadzanego w ostatnim dniu szkolenia.

Warunki techniczne

Szkolenie będzie odbywać się w **formie zdalnej w czasie rzeczywistym** na platformie Google Workspace (Google Meet). Do udziału w szkoleniu nie jest wymagana instalacja dodatkowego oprogramowania.

Wymagania sprzętowe i oprogramowanie: Komputer (PC/Mac) lub urządzenie mobilne, aktualna wersja standardowej przeglądarki internetowej (np. Google Chrome, Mozilla Firefox, Microsoft Edge, Safari). Uczestnik musi posiadać sprawny i włączoną kamerę oraz mikrofon.

Minimalne parametry łącza: Stabilne połączenie internetowe o przepustowości minimum 2 Mbps (pobieranie i przesyłanie danych).

Kontakt



Martyna Kacprzak

E-mail bur@jpb.pl

Telefon (+48) 509 167 112