

Projekt realizowany w ramach projektu „Inkubator Innowacji Społecznych Wielkich Jutra” (Temat: Usługi opiekuńcze dla osób zależnych) realizowanego na podstawie UMOWY O DOFINANSOWANIE PROJEKTU GRANTOWEGO W RAMACH PROGRAMU OPERACYJNEGO WIEDZA EDUKACJA ROZWÓJ 2014 – 2020 nr POWR.04.01.00-00-I026/15 z 22 czerwca 2016 r. na zlecenie Ministerstwa Rozwoju w ramach IV. Osi Priorytetowej: Innowacje społeczne i współpraca ponadnarodowa, Działanie 4.1: Innowacje społeczne, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



ONCO-JOGA



Dla kogo jest ta innowacja?

Nasza innowacja ma na celu pomóc osobom chorym onkologicznie, oraz ich bliskim, którzy dzięki innowacji zwiększą aktywność fizyczną i świadomość z zakresu żywienia w trakcie procesu zdrowienia. Mamy nadzieję, iż naszą innowację będą szerzyły instytucje wspierające pacjentów onkologicznych.

Autor innowacji

Stowarzyszenie PSYCHE SOMA POLIS zajmuje się promocją zdrowia oraz wsparciem osób chorujących przewlekle i psychosomatycznie (choroby nowotworowe), biorąc pod uwagę: PSYCHE - wymiar psychiczny (umiejętność radzenia sobie ze stresem, dbanie o zdrowie psychiczne), SOMA - wymiar somatyczny (zdrowe nawyki żywieniowe, aktywność fizyczna, świadomość ciała), POLIS - wymiar społeczny (wsparcie społeczne, edukacja zdrowotna, dbanie o relacje i dobrą jakość życia). Pracujemy z zespołem doświadczonych specjalistów. Edukujemy, wspieramy, prowadzimy terapie - indywidualne i grupowe. Tworzymy kampanie społeczne, organizujemy szkolenia dla profesjonalistów. Od lat rozwijamy i promujemy wolontariat.



<https://www.psychesomapolis.org>



<https://www.facebook.com/StowarzyszeniePSYCHESOMAPOLIS/>



info@psychesomapolis.org

Na czym polega innowacja?

Innowacja polega na dostosowaniu sprawdzonych metod i technik w rehabilitacji do potrzeb chorych onkologicznie. Obecnie nie ma dostępnych filmów instruktażowych odnoszących się do jogi i ćwiczeń fizycznych „uszytych na miarę” sytuacji pacjentów. W filmach instruktażowych występują osoby, które faktycznie zmagają się z doświadczeniem choroby onkologicznej, mające bariery i ograniczenia wynikające z przebytego leczenia. Tematyka filmów: joga lecznicza oraz dietetyka zostały wybrane z uwagi na to, że są to dwa aspekty zdrowia, na które ma wpływ sam chory. Wiedza oraz mechanizm, który ułatwi wzrost aktywności fizycznej czy dbałość o dietę, realnie skutkuje na ogólny dobrostan psychofizyczny chorego, i pośrednio również opiekuna.

Filmy instruktażowe mogą być wykorzystywane na każdym etapie leczenia oraz po leczeniu onkologicznym.

W ramach licencji udostępniamy filmy instruktażowe z jogi leczniczej dla osób z doświadczeniem onkologicznym, z poradami dietetycznymi dla osób chorych onkologicznie, oraz materiały techniczne.