

Interreg
Latvija – Lietuva



Līdzfinansē
EIROPAS SAVIENĪBA



PIEJŪRAS
SLIMNĪCA

Projekts INO INCLUSION LL-00120 Piejūras slimnīcā!

Agnese Valdmane
VSIA "Piejūras slimnīca"
projektu vadītāja



Interreg



Līdzfinansē
EIROPAS SAVIENĪBA

Latvija – Lietuva

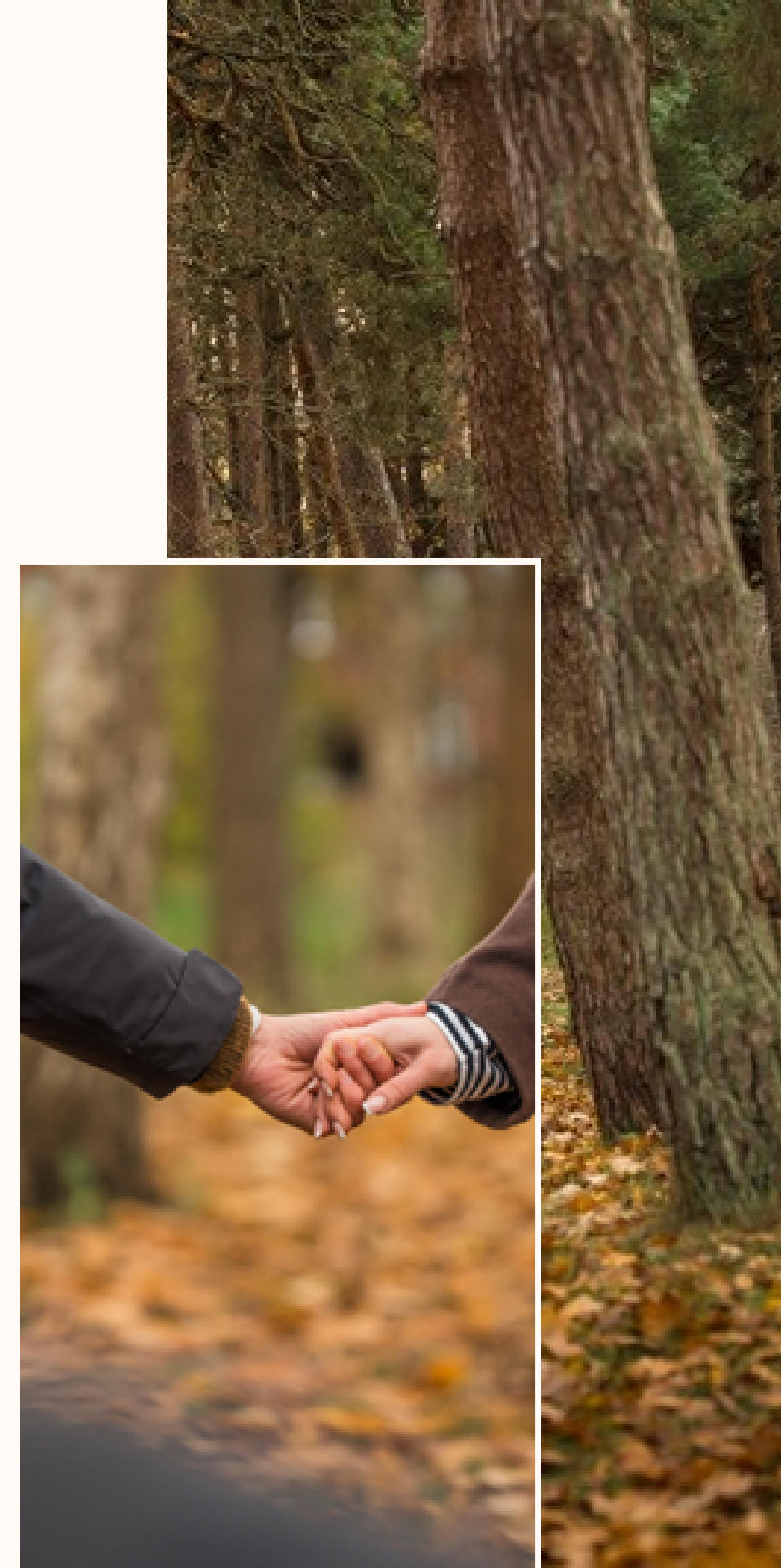
**Interreg VI-A Latvijas-Lietuvas programma 2021-2027 projekts Nr.LL-00120
INO INCLUSION «Inovatīvas psihosociālās un fiziskās rehabilitācijas metodes
stresa mazināšanai, sociāli neaizsargāto personu grupu iekļaušanai
sabiedrībā (Innovative psychosocial and physical rehabilitation methods for
vulnerable people stress overcome towards better social inclusion)».**

Projekta budžets (Project budget) – 466 812 EUR

Eiropas Reģionālās attīstības fonda līdzfinansējums
(ERDF co-financing) - 373 500 EUR

Eiropas Reģionālās attīstības fonda līdzfinansējums
VSIA «Piejūras Slimnīca» (ERDF co-financing)
- 86 406 EUR

Projekta termiņš (Project deadline): 01.02.2024.-31.01.2026.





Interreg VI-A Latvijas-Lietuvas programma 2021-2027 projekts Nr.LL-00120 INO INCLUSION «Inovatīvas psihosociālās un fiziskās rehabilitācijas metodes stresa mazināšanai, sociāli neaizsargāto personu grupu iekļaušanai sabiedrībā»

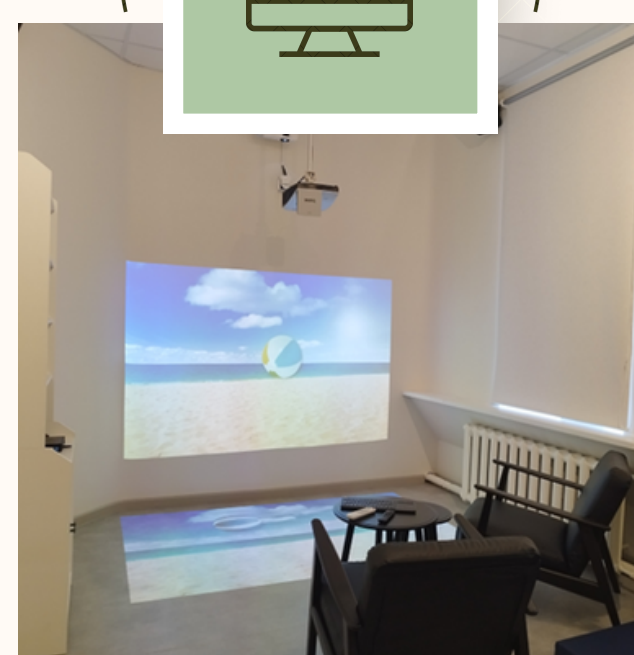
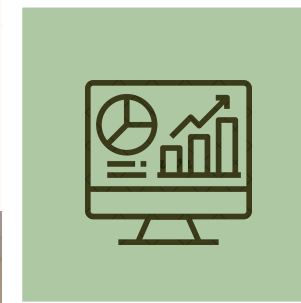
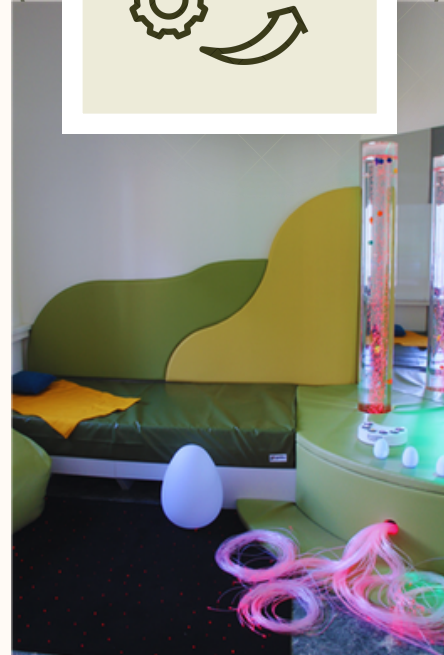
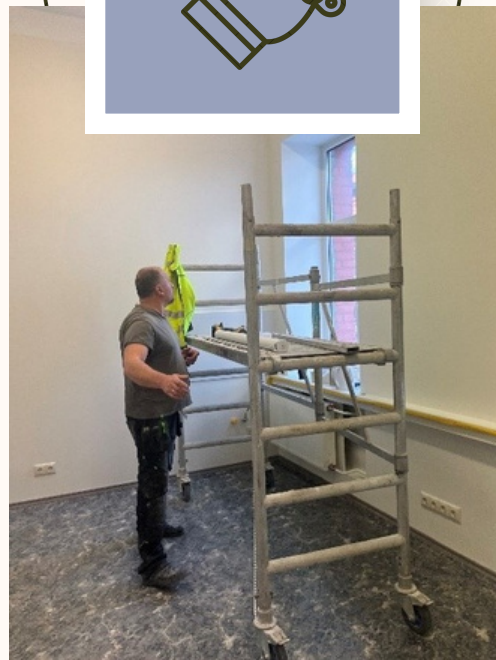
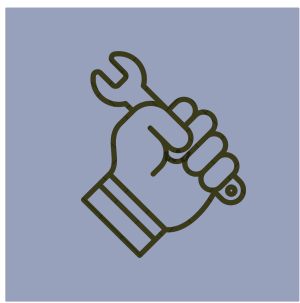
(Innovative psychosocial and physical rehabilitation methods for vulnerable people stress overcome towards better social inclusion)

Mērķis: izveidot integrētus psihosociālās un fiziskās rehabilitācijas pasākumus, lai risinātu augsta stresa problēmas, kas saistītas ar klimatu izmaiņām, un veicinātu mazaizsargāto grupu labāku sociālo iekļaušanos Kurzemes (Latvija) un Klaipēdas (Lietuva) reģionos, organizējot ilgtspējīgas aktivitātes.

Goal: to develop integrated psychosocial and physical rehabilitation measures to address high-stress issues related to climate change and promote better social inclusion of vulnerable groups in the Kurzeme (Latvia) and Klaipėda (Lithuania) regions by organizing sustainable activities).

PROJEKTA CEĻVEDIS

PROJECT ROADMAP



02.2024.



01.2026.

Remontdarbi
Repair works

**Runas un komunikācijas
terapijas ieviešana**
Introduction to speech and
communication therapy

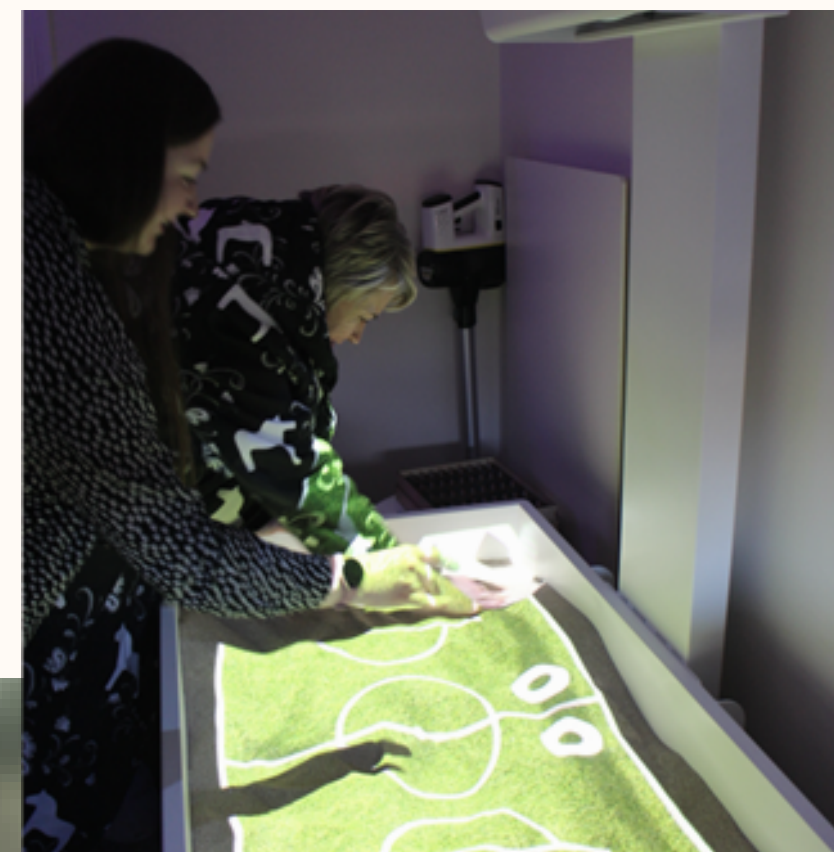
**Darbinieku apmācības
un pieredze**
Employee training and
experience

Dzīvās istabas izveide
Live Space

**Meža terapijas
ieviešana**
Forest Bathing therapy

Runas un komunikācijas terapija

Speech and Communication Therapy



Ieviesta Runas un komunikācijas terapija bērniem ar nervu sistēmas traucējumiem un autiskā spektra traucējumiem. Izremontētas telpas, aprīkotas ar sensorām iekārtām un mēbelēm, rehabilitācijas ietvaros uzākta Runas un komunikācijas terapijas pakalpojumu sniegšana.

Speech and communication therapy has been introduced for children with nervous system disorders and autism spectrum disorders. The premises have been renovated, equipped with sensory equipment and furniture, and speech and communication therapy services have been started as part of rehabilitation.

Runas un komunikācijas terapija

Speech and Communication Therapy

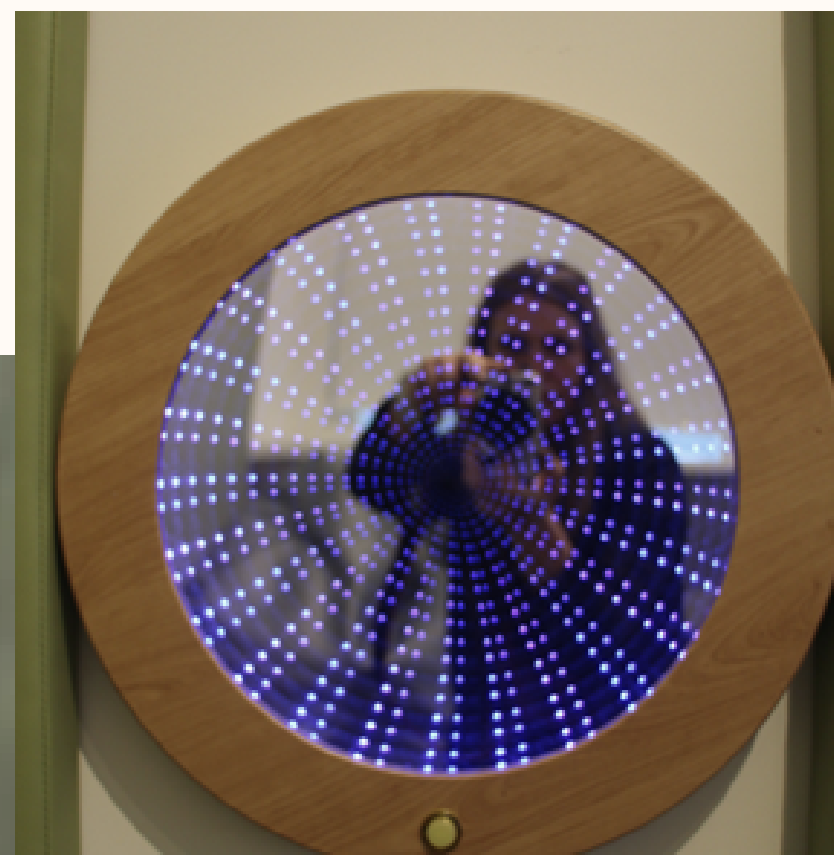


Runas un komunikācijas terapijas nodrošināšanai logopēda kabineti un uzgaidāmās telpas ir aprīkotas ar nepieciešamajām mēbelēm. Pacientu un darbinieku labsajūtas veicināšanai iegādāts masāžas krēsls relaksācijai.

To provide speech and communication therapy, the speech therapist's offices and waiting rooms need furniture.

A massage chair for relaxation has been purchased to promote the well-being of patients and employees.

Dzīvā istaba Live Space



Izremontēta un aprīkota «Dzīvā istaba». Telpa bērnu vecākiem, radiniekiem, pavadoņiem, slimnīcas darbiniekiem u.c., lai sniegtu psihoemocionālo atbalstu, mazinātu stresu un veicinātu savstarpējo komunikāciju personām ar līdzīgām problēmām.

"Live Space" has been renovated and established. A space for children's parents, relatives, companions, hospital staff, etc., to provide psycho-emotional support, reduce stress, and promote mutual communication among people with similar problems.

Darbinieku apmācības

Employee training



Tika organizētas apmācības darbiniekiem, lai pilnveidotu zināšanas par stresa neirobioloģiju, stresa noturību un runas, valodas un komunikācijas traucējumiem un cēloņiem. Iegūtās zināšanas darbinieki pielieto sniedzot rehabilitācijas veselības aprūpes pakalpojumus, t.sk. Runas un komunikācijas terapiju.

Staff training was organized for employees to improve their knowledge about the neurobiology of stress, stress resilience, and speech, language, and communication disorders and their causes. The employees use the acquired knowledge when providing rehabilitation healthcare services, including Speech and Communication Therapy.

Mācību vizīte Itālijā

Study visiting to Italy



Mācību vizītes laikā tika veicināta starpvalstu sadarbība un pieredzes gūšana no sadarbības partneriem un iestādēm, kuras veic sabiedrības un sociāli mazaisargāto grupu iekļaušanās veicināšanu un mentālās veselības uzlabošanu rehabilitācijas iestādēs. Paplašinātas zināšanas par rehabilitācijas un dienas centru pakalpojumu organizāciju un saturu. Gūta paraktiska izpratne par efektīvām metodēm klientu atbalstam un idejas turpmākajam darbam.

During the study visit, transnational cooperation and gaining experience from cooperation partners and activities that promote the inclusion of society and socially vulnerable groups and improve mental health in rehabilitation institutions were promoted. Knowledge about the organization and content of rehabilitation and day center services was expanded. Practical understanding of effective client support and ideas for future work were gained.

Meža terapija

Forest Bathing therapy



leviesta meža terpija – strukturēta, droša un profesionāla labsajūtas un rehabilitācijas prakse dabā, kurā tiek aktivizētas cilvēka maņas – redze, dzirde, oža, garša un tauste. Meža vide palīdz mazināt stresu, uzlabot miegu, noskaņojumu un koncentrēšanās spēju, kā arī samazināt izdegšanu un spriedzi. Slimnīcas parkā un maņu dārzā ir izvietota 6 QR kodu pieturu programma, kas paredz noteiktas aktivitātes.

Forest Bathing therapy has been introduced – a structured, safe and professional wellness and rehabilitation practice in nature, which involves the human senses – sight, hearing, smell, taste and touch. The forest environment helps to reduce stress, improve sleep, mood and appetite, as well as improve burnout and tension. A 6-QR code stop program has been hosted in the hospital park and sensory garden, which provides for certain activities.

Meža terapijas ceļvedis Forest Bathing therapy guide

Informācija par
MEŽA TERAPIJU



MEŽA TERAPIJA

Liepāja Piejūras slimnīcas dārzs tiek izmantots kā terapeitiska vide trauksmes mazināšanai un iekšēja miera veicināšanai. Terapija piemērota gan individuālai pieredzei, gan klusai kopā būšanai, ievērojot personīgās robežas, emocionālo stāvokli un drošību.

TERAPIJAS TAKAS

- Priekā taka ar sešām pieturām - 270 m
- Labsajūtas taka - 400 m
- Iedvesmas taka - 500 m

Meža terapijas laikā izveidotas sešas pieturas mierīgai, apzinātai klātbūtnei dabā.

1 **Klusa ierašanās un iejušanās parkā (5-10 min.)**
Dalībnieki apsēžas parkā, iepazīstas ar nodarbības norisi un ļauj ķermenim un prātam nomiecināties. Dalība ir brīvprātīga.
Refleksija – īsa dalīšanās par pašsajūtu (pēc vēlēšanās).

2 **Koka izpēte un tauste (10-15 min.)**
Kats izvēlas vienu koku un pēta to ar maņām – mizu, krāsu un formas. Noslēgumā iespējama dalīšanās novērojumos.
Refleksija – sajūtas un atklājumi.

3 **Skaņu un elpas apzināšana alejā (10-15 min.)**
Dalībnieki ieklausās dabas skaņās vai pievērs uzmanību elpai, sekojot sev piemērotam ritmam.
Refleksija – pieredze par skaņām vai mieru.

4 **Pļavas vērošana un meditācija (10-15 min.)**
Ērtā pozā dalībnieki vēro debesis vai praktizē vienkāršu meditāciju klusumā.
Refleksija – sajūtas pēc pieredzes.

5 **Sensorais dārzs (10-15 min.)**
Ar dažādām maņām tiek iepazīti augi, krāsas, smaržas un kustība, izvēloties sev piemērotu iesaistes veidu.
Refleksija – sajūtas un novērojumi.

6 **Pateicības brīdis**
Noslēgumā dalībnieki apzinās pateicību sev, dabai un gūtajai pieredzei. Brīdis aprunāties vai kopīgi padzert tēju.
Refleksija – miers un noslēgums.

! **Papildu informācija pieejama, nolasot QR kodus pieturās.**

Interreg



Līdzfinansē
EIROPAS SAVIENĪBA

Latvija – Lietuva

SADARBĪBA



PIEJŪRAS
SLIMNĪCA

**Valsts SIA "Piejūras slimnīca"
(Liepāja)**

VSIA «Piejūras slimnīca»
Jūrmalas iela 2, Liepāja, Latvija, LV-3401
www.piejurasslimnica.lv



**Klaipėdas slimnīca
Atpūtas un rehabilitācijas
centrs "Pusynas" (Palanga)**

Viešoji įstaiga Respublikinė Klaipėdos ligoninė
S. Neries 3, LT-92231, Klaipėda, Lietuva
www.palangapusynas.lt



**Sv.Asizes Franciska klosteris
(Klaipėda)**

Lietuvos Šv. Kazimiero provincijos
Klaipėdos Šv. Pranciškaus Asyžiečio vienuolynas
Savanorių 4, LT-92291, Klaipėda, Lietuva
www.viltiesmiestas.lt

Interreg



Līdzfinansē
EIROPAS SAVIENĪBA

Latvija – Lietuva



P I E J Ū R A S
S L I M N Ī C A

Liels paldies! Thank you very much!

Par šī raksta saturu pilnībā atbild VSIA "Piejūras slimnīca" un tas nekādos apstākļos nav uzskatāms par Eiropas Savienības oficiālo nostāju.

The content of this article is the sole responsibility of the VSIA "Piejūras slimnīca" and under no circumstances should it be considered the official position of the European Union.

VSIA «Piejūras slimnīca»

Jūrmalas iela 2, Liepāja, Latvija, LV-3401

www.piejurasslimnica.lv

