

Дарси 1: Ҳаракатнокӣ ва мушкилоти гуногуни ҳаракатнокӣ

- Ҳаракатнокӣ қобилияти озод ва осон ҳаракат кардан дар гирду атрофро дар бар мегирад. Ҳарчӣ боҳаракт будан барои саломатии хуб, ба ҷомеа шомил будан ва дар ҳаёти он иштирок кардан хеле муҳим мебошад.
- Воситаҳои ёрирасони ҳаракатнокӣ аз ҷониби одамони синну солҳои гуногун, ки ба душвории ҳаракат кардан рӯбарӯ ҳастанд, истифода мешаванд. Онҳо метавонанд:
 - Ба одам дар нишастан, истодан, роҳ гаштан ва пешгирӣ намудан аз афтодан ёри расонанд
 - Ба одамоне, ки роҳ гашта наметавонанд, роҳҳои дигари сайру гашт карданро фароҳам оранд
 - Ба одамон дар пайдо кардани дастрасӣ ба муҳити зисти ҳадашон кумак кунанд
 - Дар чораандешӣ ва пешгирӣ кардани вазъи душвори саломатӣ ёри расонанд
- Одамон бо сабабҳои гуногун, ба монанди ҷароҳат ва захмҳо, сустӣ ё заифӣ, дард ё ҳисси шахшудагӣ, фалаҷ, қатъ шудани яке аз узвҳои бадан, мувозинат ё ҳамоҳангии суст, эҳсоси косташуда, метавонанд ба душвории ҳаракат кардан дар гирду атроф дучор шаванд.
- Заҳми панҷаи по – ин кафидани пӯст дар ҳар қисмати панҷаи по мебошад
 - Заҳми панҷаи пои сироятёфта падидаи ҷиддӣ аст, зеро он метавонад ба қатъ шудани узв ё ҳатто марг оварда расонад.
 - Аксари вақтҳо ба воситаи пешгирӣ кардани захмҳои панҷаи по ё сари вақт муайян ва муолиҷа намудани захмҳо, ҳангоме ки онҳо воқеан ба вучуд меоянд, аз қатъ шудани узви бадан канорагирӣ кардан мумкин аст.
 - Шахсони гирифтори бемориҳои зерин ба хавфи сатҳи баланди захмҳои панҷаи по дучор мешаванд ва инҳоро дар бар мегиранд; аз даст додани ҳиссиёт (ҳиссиёти муҳофизатӣ) дар панҷаи поҳо, гардиши сусти хун, шакли ғайримуқаррари панҷаи по, қатъи ангишти по ё панҷаи по.

Дарси 2: Воситаҳои ёрирасон барои ҳаракатнокӣ

- Модулиҳои маҳсулоти ТАР воситаҳои ёрирасони ҳаракатнокии оддиро фаро мегиранд, ки метавонанд дар шакли тайёр ба ҷомеа ба воситаи кормандоне, ки каме омӯзиш гузаштаанд ва дорои захираҳои ҳадди ақал мебошанд, таъмин карда шаванд. Ба зер нигаред:

Маҳсулот	Барои одамоне, ки ... муфид аст:
Воситаҳои ёрирасон барои роҳгардӣ , ки инҳоро дар бар мегиранд: асоҳо, чигасҳои то оринҷ, асобағалҳо, роҳравакҳо, роҳравакҳои чархдор	• Роҳ гашта метавонанд, вале барои бехатар ва ба масофаи тӯлонитар роҳ гаштан ба дастгирии иловагӣ эҳтиёҷ доранд • Метавонанд бори худро танҳо ба як по андозанд, масалан, одамоне, ки пояшон қатъ шудааст ё ҷароҳат бардоштаанд.
Пандусҳои интиқолшаванда , пандусҳои мебошанд, ки дар ҷояшон собит	• Аз аробачаи маъҷубӣ, роҳравакҳои чархдор ё роҳравак истифода мекунанд • Меҳроҳанд бо шумораи ками қадамҳо ба ҷойҳо дастрасӣ пайдо

Маҳсулот	Барои одамон, ки ... муфид аст:
нестанд.	кунанд Барои бардоштани пандуси интиқолшаванда қувваи кофӣ доранд, ё барои ин корро анҷом додан аз дигарон кумак мегиранд.
Дастқапак , ки ба одамони дорои сустӣ ё мувозинати заиф ёрӣ мерасонад, то дар гирду атроф бехатар аз як мавқеъ ба мавқеи дигар сайру гашт кунанд.	- Ҳангоми ҳаракат кардан дар ҳуҷраи хоб, ҷаммом, ҳоҷатхона ё зинапоё ба дастгирии иловагӣ эҳтиёҷ доранд - Метавонанд бо як ё ду даст қапанд - Онҳоро метавонанд дар хона ва ҷойҳои ҷамъиятӣ насб кунанд.
Тахтаҳои интиқол , ки ба одамон барои ҳаракат кардан аз як ҷо ба ҷои дигар ёрӣ мерасонанд.	- Дар бехатар истодан ва нигоҳ доштани вазни худ дар рӯи пойҳо душворӣ мекашанд - Барои ҳаракат кардан аз як ҷо ба ҷои дигар ба ёрии шахси дигар эҳтиёҷ доранд
Пойафзолҳои терапевтӣ , кафшҳои мебошанд, ки хусусиятҳои хос доранд, дар муҳофизат ва ёрӣ расондан ба панҷаи поҳо кумак мерасонанд.	Зери хавфи гирифтӣ шудан ба захми панҷаи поҳо қарор доранд.

- Баъзе воситаҳои ёрирасон барои ҳаракатнокӣ бояд аз ҷониби кормандони хадамот, ки аз омӯзиши махсус гузаштаанд ва дорои захираҳои дахлдор мебошанд, таъмин карда шаванд. Ин воситаҳо дар TAP ворди карда нашудаанд. Мисолҳо инҳоро дар бар мегиранд: аробаҳои маъҷубӣ ва болиштҳо, протезҳои андомҳои поёнӣ, роҳравакҳои пасоянд, рамаҳо барои рост истодан, таъягоҳ барои дароз кашидан.

Дарси 3: Санҷиши воситаҳои ёрирасон барои ҳаракатнокӣ бояд чӣ гуна гузаронида шавад

- Аз варақаи санҷиши ҳаракатнокӣ истифода бурда, маълум кунед, ки оё шахсе, ки мушкилоти ҳаракатнокӣ дорад метавонад аз инҳо манфиат ба даст орад:
 - Воситаҳои ёрирасон барои ҳаракатнокӣ
 - Дигар навъҳои маҳсулоти ёрирасон
 - Бозравонӣ ба дигар хадамотҳо
- Варақа дорои шаш фасл аст:
 - Маълумот дар бораи одам
 - Санҷиши оддии хавфҳо ба ҳаракатнокӣ ва саломатӣ:
 - Ҳар касеро, ки яку якбора ҳаракатнокии худро аз даст додааст, ба хадамоти ёрии тиббӣ бозравонӣ кунед

- Кӯдакони дусола ва аз ин калонтарро, ки роҳ гашта наметавонанд, ба ҳадамоти тавонбахшӣ бозравонӣ кунед
- Ҳар шахсе, ки зери хавфи афтодан қарор дорад, мумкин аст ба маҳсулоти ёрирасон ва/ё ба бозравонӣ ба ҳадамоти тавонбахшӣ эҳтиёҷ дошта бошад
- Ба ҳар касе, ки захми фишорӣ дорад, маслиҳат диҳед ва ўро ба ҳадамоти ёрии тиббӣ бозравонӣ кунед
- Ҳар шахсе, ки нишондиҳандаҳои зерини хавф дорад, панҷаи поашро аз назар гузаронед ва агар ҳанӯз мунтазам ба машварати ҳадамоти ёрии тиббӣ наравад, ўро ба ёрии тиббӣ бозравонӣ кунед:
 - Диабети қанд, махав (ҷузом), бемориҳои дил ва/ё гурда
 - Заҳм, ҷароҳат ё варам ва/ё қатъи панҷаи по/по
 - Заҳмҳои пешинаи панҷаи по
 - Шахсе, ки сигор мекашад, аз ҳад зиёд нӯшокиҳои спиртӣ истеъмол мекунад, аксари вақтҳо пои луч мегардад.
- 3. Санҷиши панҷаи по (Ба дастур оид ба санҷиши панҷаи по дар маводҳои тақсимоӣ нигаред)
- 4. Саволҳои оддии санҷишӣ барои воситаҳои ёрирасон барои ҳаракатнокӣ
- 5. Дигар воситаҳои ёрирасон
- 6. Нақша, ки метавонад инҳоро дар бар гирад:
 - Эҳтимол санҷиш барои тавсия додани дигар навъҳои воситаҳои ёрирасон (барои ёрӣ расондан дар биной, шунавой, худнигоҳубинӣ, алоқа, шинохт)
 - Арзёбӣ кардан барои тавсия додани воситаҳои оддии ёрирасон
 - Дастур додан ба одам дар бораи нигоҳубини панҷаи по ва кафшҳои муносиб
 - Бозравонӣ ба дигар ҳадамотҳо
 - Тасмим гирифтани дар бораи он, ки кай пайгирӣ лозим мешавад ва дар ҳолати идеалӣ, таъйин намудани машварати навбатӣ