



PROGRAM DZIAŁALNOŚCI

ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CHOJNIE

ŚRODOWISKOWY DOM SAMOPOMOCY
ul. Orłąt 10
74-500 CHOJNA
tel./fax 91 402 20 51
NIP 858 18 51 145, REGON 321460635

ROK 2017

PROGRAM DZIAŁALNOŚCI ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CHOJNIE

1. Podstawa prawna.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Chojnie funkcjonuje jako samodzielna jednostka organizacyjna Gminy Chojna.

Placówka funkcjonuje w oparciu o:

- 1) ustawę z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej, (Dz. U. z 2016 r., poz. 930, z późn. zm.),
- 2) ustawę z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz. U. z 2016 r. poz 546, późn.zm.),
- 3) rozporządzenie z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2010 r. Nr. 238, poz. 1586 z późn. zm.).

Środowiskowy Dom Samopomocy w Chojnie jest jedynym ośrodkiem wsparcia, który działa na terenie Gminy Chojna i jako placówka stanowi ważny element sieci oparcia społecznego dla osób z zaburzeniami psychicznymi powyżej 18 roku życia. Dysponuje 35 miejscami dla osób przewlekłe chorych psychicznie i upośledzonych umysłowo typu A i typ B.

2. Cel ogólny funkcjonowania domu.

Celem działalności jest zapobieganie nawrotom choroby psychicznej i przystosowanie do funkcjonowania w środowisku m. in. poprzez: wsparcie psychiczne i społeczne, przeciwdziałanie izolacji społecznej, aktywizację, przywrócenie umiejętności samodzielnego radzenia sobie w życiu, pomoc w zachowaniu struktury dnia, pomoc w przeciwdziałaniu degradacyjnym skutkom choroby.

3. Cele szczegółowe funkcjonowania Domu.

- a) stwarzanie warunków do nabywania umiejętności wykonywania podstawowych czynności życia codziennego i realizacji ról społecznych,
- b) poprawa funkcjonowania podopiecznego w zakresie relacji rodzinnych, relacji z najbliższym otoczeniem,
- c) zapobieganie izolacji społecznej osób przewlekłymi zaburzeniami psychicznymi poprzez integrację społeczną ze środowiskiem lokalnym,
- d) wsparcie w zakresie zapewnienia uczestnikom psychiatrycznej opieki zdrowotnej.

4. Formy działalności poszczególnych typów domu.

TYP A- dla osób przewlekle chorych psychicznie:

1.Trening funkcjonowania w życiu codziennym - ma na celu przywracanie utraconych umiejętności oraz podtrzymywanie i rozwijanie nabytych umiejętności niezbędnych samodzielnego życia min.:

- a) trening dbałości o wygląd zewnętrzny i nauka higieny osobistej – trening ten dotyczy podtrzymywania umiejętności dbania o wygląd, utrzymania higieny osobistej, dobór odpowiedniego ubioru stosownie do pór roku,
- b) trening budżetowy – utrwalanie umiejętności gospodarowania pieniędzmi, planowania wydatków, robienia zakupów i opłat.
- c) rening umiejętności praktycznych – mobilizowanie uczestników do dbania o czystość i porządek we własnym otoczeniu, doskonalenie umiejętności obsługi urządzeń AGD, prace porządkowe na terenie ŚDS (koszenie i grabienie trawy i liści), prace w ogródku, samodzielne załatwianie spraw urzędowych, wypełnianą dokumenty, dokonują opłat itp.

2.Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów – odbudowywanie prawidłowych relacji społecznych, rozwijanie umiejętności nawiązywania kontaktów, podtrzymywania rozmowy, umiejętności aktywnego słuchania, utrwalania zasad prawidłowych zachowań, poznanie zasad współżycia społecznego i sankcji za ich nieprzestrzeganie, aktywizowanie w celu znalezienia zatrudnienia, edukacja seksualna i zdrowotna.

3.Trening umiejętności spędzanie czasu wolnego - ułatwianie dostępu do rozrywki, rekreacji, nauka umiejętnego gospodarowania czasem wolnym, poznawanie nowych form spędzania czasu wolnego (kino, teatr, wycieczki krajoznawcze, itp.), rozwijanie nowych zainteresowań.

4.Terapia zajęciowa - w formie różnorodnych zajęć w pracowniach tematycznych.

5.Poradnictwo psychologiczne i socjalne dla uczestników i ich rodzin.

6.Psychoedukacja ukierunkowana na samodzielne korzystanie z usług medycznych.

Typ B - dla osób upośledzonych umysłowo:

1.Trening funkcjonowania w życiu codziennym- rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia: samodzielne jedzenie, posługiwanie się sztucami, samodzielna toaleta całego ciała, dbanie o wygląd zewnętrzny, doboru odpowiedniej odzieży stosownie do pór roku,

- a) trening budżetowy- poznanie wartości pieniądza, planowanie wydatków, nauka planowania i dokonywanie zakupów i opłat,
- b) trening umiejętności praktycznych –nauka i utrwalanie umiejętność obsługi urządzeń AGD, nauka dbania o czystość i porządek w własnym otoczeniu, poznanie najbliższego otoczenia (instytucji urzędów, placówek kulturalnych, punktów usługowych),

2. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów - kształcenie umiejętności nawiązywania i utrzymywania prawidłowych kontaktów społecznych, uświadomienie i doskonalenie pełnienia ról społecznych, przygotowywanie do wypełniania nowych ról społecznych (np. roli matki, ojca, żony, męża), rozwijanie poczucia odpowiedzialności za siebie i za innych, kształcenie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie, utrwalanie prawidłowych zachowań, poznanie zasad współżycia społecznego i sankcji za ich nieprzestrzeganie, edukacja seksualna i zdrowotna.

3. Trening umiejętności spędzanie czasu wolnego - umożliwieniu uczestnikowi dostępu do rozrywki, rekreacji, nauka umiejętnego zagospodarowania czasem wolnym, poznanie form spędzania czasu wolnego (kino, teatr, wycieczki krajoznawcze, itp.), rozwijanie nowych zainteresowań.

4. Terapia zajęciowa- w formie różnorodnych zajęć w pracowniach tematycznych.

5. Poradnictwo psychologiczne i socjalne dla uczestników i ich rodzin.

6. Psychoedukację ukierunkowaną na samodzielne korzystanie szczególnie z usług medycznych.

Zajęcia w Środowiskowym Domu Samopomocy w Chojnie prowadzone są indywidualnie i zespołowo w następujących pracowniach tematycznych:

Pracownia gospodarstwa domowego:

Nadrzędnym celem zajęć w tej pracowni jest nauka przygotowania prostych posiłków, nabycie podstawowych nawyków higienicznych przy pracy z żywnością, współpraca w grupie, dążenie do samodzielności, nauka oraz doskonalenie umiejętności radzenia sobie w gospodarstwie domowym. Pracownia wyposażona jest w niezbędny sprzęt AGD (robot kuchenny, krajalnica, gofrownica, toster), który jest wykorzystywany do przygotowywania posiłków, przetworów na zimę oraz na różne spotkania (wigilia, śniadanie wielkanocne oraz spotkania okolicznościowe). Treningiem kulinarnym objęci są wszyscy podopieczni ŚDS, podzieleni na trzy grupy. Zajęcia odbywają się wg grafiku grup przygotowujących posiłek dla pozostałych uczestników oraz grup zajmujących się sprzątaniem po wspólnym posiłku.

Pracownia plastyczna:

Głównym celem zajęć w tej pracowni jest rozwijanie wyobraźni przestrzennej, stymulowanie do twórczego i abstrakcyjnego myślenia, rozwijanie sprawności manualnej oraz poznawanie nowych technik plastycznych. Podczas zajęć powstają obrazy malowane pastelami suchymi i olejnymi, farbami akrylowymi, ołówkiem, powstają rzeźby z masy solnej i innych tworzyw, prace wykonane metodą decoupage.

Ponadto w pracowni plastycznej przygotowywane są dekoracje i rekwizyty do przedstawień, wykonywane są również stroiki świąteczne i kartki okolicznościowe.

Pracownia stolarsko-modelarska:

Głównym celem zajęć w pracowni stolarsko-modelarskiej jest opanowanie przez uczestników podstawowych umiejętności z zakresu obróbki drewna. Uczestnicy uczą się technik wycinania w drewnie, piłowania, szlifowania powierzchni, lakierowania. Aktywność ta przyczynia się do rozwoju zdolności manualnych i rozwija wyobraźnię. W ramach pracowni powstają m.in. ramki do obrazów, szafki na klucze, drewniane zabawki, anioły, a także dekoracje do przedstawień. Zadaniem pracowni jest również wykonywanie prac zleconych np. przywieszanie obrazów oraz wykonywanie drobnych prac naprawczych w placówce.

Pracownia rękodzielnicza:

W pracowni rękodzielniczej przekazywane są uczestnikom praktyczne umiejętności z zakresu kroju, szycia, tkactwa, haftu i szydełkowania. Pracownia umożliwia kształtowanie i rozwój zdolności manualnych w zakresie posługiwania się igłą, nożyczkami, maszyną do szycia, bądź żelazkiem. Uczestnicy poznają rodzaje tkanin, uczą się podstawowych ściegów, przyszywania guzików, skracania i reperowania odzieży, planowania i rozmieszczania rysunku na płótnie, doboru odpowiedniego koloru nici. W ramach pracowni powstają m.in.: stroje i elementy dekoracji do spektakli teatralnych, fartuchy ochronne, poduszki, makaty, torby na zakupy itp.

Pracownia poligraficzno- komputerowa:

Zajęcia w pracowni komputerowej prowadzone są za pomocą różnych metod i form pracy dostosowanych indywidualnie do uczestników, w zależności od stopnia ich niepełnosprawności oraz umiejętności pisanie i czytania. Podopieczni uczą się praktycznej obsługi komputera, poznają system operacyjny i najważniejsze jego programy (edytory tekstu, programy do grafiki komputerowej), a także korzystają ze sprzętów takich jak drukarka czy aparat cyfrowy bądź skaner. Stałe łącze internetowe umożliwia swobodny dostęp do wszelkiego rodzaju informacji., uczestnicy, uczą się korzystać z różnych wyszukiwarek, korzystają z portali społecznościowych, komunikatorów, wysyłają maile, korzystają z gier komputerowych, ćwiczą umiejętności manualne.

Sala rehabilitacyjna:

Podstawowym celem zajęć jest podnoszenie ogólnej sprawności oraz rozwijanie zdolności motorycznych i koordynacji ruchowej. Sala ta wyposażona jest w niezbędny sprzęt do rehabilitacji oraz podnoszenia sprawności i kondycji fizycznej. Zajęcia w tej pracowni obejmują ćwiczenia ogólno-usprawniające w formie zajęć zespołowych bądź indywidualnych. W ramach wykonywanych ćwiczeń uczestnicy mają do dyspozycji: drabinki gimnastyczne, materace, rower magnetyczny, orbitrek, wioślarz, bieżnię magnetyczną, atlas - zestaw do ćwiczeń i inny drobny sprzęt rehabilitacyjny np. piłki jak również stół do tenisa stołowego i grę „piłkarzyki”. Zakres i poziom świadczonych form pomocy dostosowany jest do możliwości psychofizycznych uczestników. Każdy uczestnik ma indywidualny tok

usprawniania ruchowego, opracowany przez rehabilitanta z uwzględnieniem zaleceń opiekuna i orzeczeń lekarskich. Podopieczni mają możliwość korzystania również z masażu leczniczego, klasycznego i relaksacyjnego, w celu rozładowania napięć psychicznych, poprawy stanu psychofizycznego.

W Środowiskowym Domu Samopomocy w Chojnie prowadzone są również inne formy terapii m.in.:

1. Zajęcia rewalidacyjne:

Podstawowym celem zajęć rewalidacyjnych jest podtrzymywanie umiejętności pisania, czytania oraz liczenia, prowadzony jest trening pamięci i koncentracji, uczestnicy poszerzają wiedzę o otaczającym ich świecie, jak również zdobywają wiedzę z zakresu edukacji zdrowotnej.

2. Arteterapia:

Zajęcia z elementami muzykoterapii - są to zajęcia, na których muzyka jest środkiem oddziaływania terapeutycznego i to właśnie ona pobudza wyobraźnię, wzbudza pozytywne emocje zaspokajając potrzebę ekspresji ruchowej i zabawy z muzyką. Podczas tych zajęć uczestnicy uczą i utrwalać teksty piosenek, poznają różne rodzaje instrumentów muzycznych. Muzykoterapia jest również okazją do wyciszenia i relaksu.

Zajęcia z elementami teatroterapii - zajęcia z teatroterapii przyczyniają się do wszechstronnego rozwoju osobowości, ekspresji i uczuciowości, integruje grupę, kształtuje umiejętności nawiązywania kontaktów społecznych oraz mobilizuje do aktywnego uczestnictwa w kulturze.

3. Edukacja zdrowotna – to zajęcia promujące wszelkie zachowania prozdrowotne.

4. Praca psychologiczna – praca psychologiczna z podopiecznymi ŚDS ich rodzinami prowadzona jest przez psychologa zatrudnionego w ośrodku wsparcia na umowę zlecenie. Do zadań psychologa należy wykonywanie diagnozy psychologicznej, obserwacji mających na celu określenie poziomu intelektualnego, poziomu rozwoju procesów poznawczych, cech osobowości, umiejętności społecznych, aktualnych problemów psychologicznych, potrzeb psychicznych, poznawczych oraz społeczno-emocjonalnych. Rolą psychologa jest również okresowa ocena efektów prowadzonej terapii, prowadzenie indywidualnych rozmów i konsultacji z uczestnikami zajęć, współpraca z terapeutami w zakresie współtworzenia i weryfikacji planów postępowania wspierająco – aktywizującego, stwarzanie warunków do nabycia, podtrzymywania i rozwijania u Uczestników umiejętności i kompetencji niezbędnych do samodzielnego życia.

Wsparcie edukacyjno – terapeutyczne prowadzone poprzez psychologa obejmuje następujące obszary:

- a) usprawnianie procesów poznawczych,
- b) usprawnienia w zakresie funkcjonowania emocjonalno – motywacyjnego,
- c) pomoc w problemach opiekuńczo – wychowawczych,
- d) przeciwdziałanie i rozwiązywanie konfliktów wśród uczestników.
- e) psychoedukacja.

Metody pracy to głównie indywidualne lub grupowe spotkania, konsultacje, a także trening umiejętności społecznych i interpersonalnych, trening umiejętności prowadzenia rozmowy,

trening rozwiązywania sytuacji trudnych, trening relaksacyjny, dialog terapeutyczny, sterowane wyobrażenia, trening asertywności.

Dodatkowe formy działań, które sprzyjają integracji osób niepełnosprawnych, ich rodzin oraz społeczności lokalnej:

- a) zabawy taneczne - bale karnawałowe, andrzejkowe
- b) spotkania integracyjne (Wielkanocne, Bożonarodzeniowe, z okazji Dnia Kobiet Mężczyzn, urodzinowe, itp.),
- c) imprezy kulturalne: przeglądy, festiwale, Dzień Godności Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną,
- d) warsztaty integracyjne,
- e) spotkania z ciekawymi ludźmi,
- f) udział w rajdach rowerowych, marszobiegach oraz w wyjazdach na basen,
- g) współpraca ze Stowarzyszeniem na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „JESTEŚMY” oraz z palcówkami oświatowymi i kulturalnymi w organizowaniu wsparcia na rzecz osób niepełnosprawnych.

5. Zasady kierowania i przyjmowania do domu.

Wniosek o skierowanie do ŚDS składa osoba zainteresowana lub jej opiekun prawny do właściwego ze względu na miejsce zamieszkania Ośrodka Pomocy Społecznej. Do wniosku musi zostać załączone: zaświadczenie lekarskie, wydane przez lekarza psychiatrę lub lekarza neurologa o występujących zaburzeniach psychicznych oraz zaświadczenie lekarza rodzinnego o stanie zdrowia i o braku przeciwwskazań do uczestnictwa w zajęciach wraz z informacją w zakresie lokomocji osób niepełnosprawnych fizycznie, a także orzeczenie o stopniu niepełnosprawności jeśli osoba takie posiada. Następnym krokiem jest przeprowadzenie wywiadu środowiskowego i wydanie decyzji administracyjnej kierującej osobę do placówki. W przypadku osób, które po raz pierwszy występują o skierowanie do domu decyzję o skierowaniu do domu wydaje się na czas określony nie dłuższy niż trzy miesiące, konieczny do dokonania przez zespół wspierająco - aktywizujący oceny możliwości i zaproponowania osobie indywidualnego planu postępowania wspierająco-aktywizującego oraz okresu, jaki będzie niezbędny do jego realizacji.

6. Sposoby dokonywania oceny postępów realizacji indywidualnych planów wspierająco-aktywizujących.

Ocena postępów realizacji indywidualnych planów wspierająco-aktywizujących odbywać się będzie dwa razy w roku. Zespół wspierająco-aktywizujący zbierać się będzie co pół roku celem weryfikacji i oceny postępów terapeutycznych oraz osiągnięć podopiecznego, a także dokonywał ewentualnych modyfikacji planu. Uczestnicy zajęć oceniani będą w następujących sferach: samoobsługa, kontakty interpersonalne, wykorzystanie czasu wolnego, zaangażowanie w zajęcia, rozwój fizyczny, emocjonalny, motoryczny oraz funkcjonowanie społeczne. Dodatkowo pod uwagę będzie brana frekwencja uczestników na

zajęciach i zainteresowania formami terapii proponowanymi przez Dom. Ocena uczestników dołączona jest do dokumentacji prowadzonej indywidualnie dla każdego uczestnika.

7. Dane teleadresowe

Środowiskowy Dom Samopomocy

ul. Orląt 10

74-500 Chojna

tel./fax. 91 402 20 51

e-mail: sdschojna@vp.pl sdschojna@gmail.com

www.sdschojna.pl

www.facebook.com/SDSChojna

opracował: **KIEROWNIK**
Środowiskowego Domu Samopomocy
12.01.2017r. *Kaczmarek*
Małgorzata Kotzeniec
(data i podpis kierownika SDS)

Uzgodniono: **z up. WOJEWODY ZACHODNIOPOMORSKIEGO**
03.02.2017r. *Domagała*
(data i podpis z up. Wojewody Zachodniopomorskiego)
Dyrektor
Wydziału Spraw Społecznych

Zatwierdzam: **BURMISTRZ**
03.02.2017r. *Fedorowicz*
(data i podpis Burmistrza)