

## SPRAWOZDANIE Z DZIAŁALNOŚCI ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W ŚWIDWINIE ZA ROK 2018

Środowiskowy Dom Samopomocy w Świdwinie jest jednostką organizacyjną miasta Świdwina, działającą w formie jednostki budżetowej finansowaną ze środków na zadania zlecone z zakresu administracji rządowej.

Podstawą działalności Środowiskowego Domu Samopomocy są:

- Ustawa z dnia 12 marca 2004r. o pomocy społecznej (Dz.U.z 2013 r. poz.182 z późn. zmianami),
- Ustawa z dnia 19 sierpnia 1994r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz.U. z 2011 r.Nr.231 poz.1375),
- Uchwała Nr XLIII/357/14 Rady Miasta Świdwin z dnia 25 września 2014 r. w sprawie wyodrębnienia Środowiskowego Domu Samopomocy w Świdwinie ze struktur Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Świdwinie,

Środowiskowy Dom Samopomocy w Świdwinie jest placówką pobytu dziennego dla osób dorosłych z terenu miasta. Przeznaczony jest dla osób z zaburzeniami psychicznymi oraz z niepełnosprawnością intelektualną w tym:

- osób chorych psychicznie,
- osób upośledzonych umysłowo w stopniu znacznym i umiarkowanym oraz osób z lekkim upośledzeniem umysłowym, gdy jednocześnie występują inne sprzężone zaburzenia, zwłaszcza neurologiczne,
- wykazujące inne zakłócenia czynności psychicznych, które zgodnie ze stanem wiedzy medycznej zaliczane są do zaburzeń psychicznych, a osoba ta wymaga świadczeń zdrowotnych lub innych form pomocy i opieki niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym lub społecznym.

Dom otwarty jest przez 5 dni w tygodniu w godzinach od 7:15 do 15:15. Zajęcia z uczestnikami prowadzone są przez 6 godzin, pozostały czas przeznacza się na dowóz uczestników do ŚDS i odwożenie do domów oraz uzupełnianiu dokumentacji.

Celem działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Świdwinie jest podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia, udzielanie wsparcia psychicznego i pomocy w sytuacjach kryzysowych, przeciwdziałanie izolacji społecznej,

zapobieganie nawrotom choroby psychicznej, zwiększenie aktywności życiowej, stymulowanie osobistego rozwoju poprzez rozwój zainteresowań, promowanie twórczości artystycznej (plastycznej, literackiej, muzycznej, teatralnej), współpraca z rodzinami.

Cele realizowane są poprzez indywidualną terapię wspierająco- aktywizującą, poradnictwo psychologiczne, treningi umiejętności społecznych, grupy wsparcia, formy terapii grupowej, udział w życiu kulturalnym, rehabilitację ruchową.

Na dzień 31 grudnia 2018 roku z pobytu w Środowiskowym Domu Samopomocy w Świdwinie korzystało 40 osób (15 kobiet i 25 mężczyzn) co stanowi stu procentowe wykorzystanie miejsc. W roku 2018 przybyło do ŚDS 6 osób natomiast uchylono decyzję na pobyt 4 osobom.

Formy prowadzonej działalności:

**Zajęcia warsztatowe:**

- pracownia plastyczna,
- pracownia rękodzieła,
- pracownia stolarska,
- pracownia kulinarno-gospodarcza,
- pracownia komputerowa,
- pracownia muzykoterapii,
- Sala Doświadczania Świata.

**W ramach realizacji zadań stosowane były następujące działania:**

- trening umiejętności społecznych,
- trening budżetowy,
- trening spędzania czasu wolnego,
- trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów,
- terapia ruchowa,
- działania edukacyjne,
- poradnictwo psychologiczne,
- wsparcie lekarza psychiatry.

W ramach zajęć z psychologiem (8 godzin w miesiącu) przeprowadzane były zajęcia indywidualne jak i grupowe. Zajęcia grupowe realizowane były w formie zabaw i gier, relaksacji jak i zajęć w Sali Doświadczania Świata. Zajęcia z instruktorem muzykoterapii przeprowadzane były w 2018 roku w ilości 10 godzin miesięcznie a z instruktorem tańca 4 godzin w miesiącu. W ramach terapii ruchowej zajęcia z technikiem rehabilitacji ruchowej odbywały się codziennie. Były to zajęcia indywidualne dostosowane do potrzeb i możliwości danego uczestnika z uwzględnieniem jego schorzenia jak i zajęcia grupowe, przeprowadzane na sali gimnastycznej z użyciem sprzętu sportowego jak też rehabilitacyjnego. W okresie wiosenno - letnim prowadzone były zajęcia w plenerze. Uczestnicy korzystali także raz w tygodniu z zajęć na basenie w Parku Wodnym „RELAX”.

### **Efekty prowadzonej działalności.**

Wszystkie działania prowadzone w ramach zajęć terapeutycznych i warsztatowych miały na celu poprawę jakości życia i funkcjonowania w środowisku.

W ramach arteterapii uczestnicy brali udział w przedsięwzięciach kulturalnych takich jak wyjazdy do kina, udział w spektaklach teatralnych, wystawach. Podczas terapii zajęciowej nabyli nowych umiejętności a także utrwali wcześniej nabyte. Zajęcia te spowodowały rozwój motoryki małej, uczyły wrażliwości artystycznej i poczucia estetyki.

W ramach ergoterapii uczestnicy pracowali na rzecz ŚDS. Dbali o ład, porządek i estetykę pomieszczeń warsztatowych. Brali udział w zajęciach w ogrodzie-pielęgowali rośliny i dbali o estetykę ogrodu. Zajęcia kulinarne nauczyły uczestników samodzielnego przygotowywania prostych posiłków, posługiwanie się sprzętem AGD, pracy w zespole. Muzykoterapia i zajęcia taneczne przygotowywały uczestników do występów publicznych z okazji imprez okolicznościowych, spotkań integracyjnych, turniejów tańca. Korzyści płynące z terapii ruchowej to przede wszystkim rozwój motoryki małej i dużej, poprawa sprawności fizycznej, wytrzymałości i siły, zniwelowanie bólów układu kostnego, poprawa koordynacji ruchowej. Poradnictwo psychologiczne - psycholog poprzez obserwację i rozmowy z terapeutami zajęciowymi systematycznie uzupełniał wiedzę nt. stanu psychofizycznego uczestników oraz służył pomocą w rozwiązywaniu trudności i problemów terapeutycznych. Brał udział w posiedzeniach Zespołu Wspierająco – Aktywizującego. Współpracował z rodzinami uczestników. Lekarz psychiatra udzielał porad i wspierał uczestników farmakologicznie a w razie potrzeby kierował na leczenie szpitalne. W wyniku tych działań następuje wyrównanie nastrojów i zmniejszenie agresji u uczestników i co się z tym wiąże zwiększenie chęci do współpracy z terapeutami przy realizacji Indywidualnego Planu Wspierająco- Aktywizującego.

Uczestnicy niesprawni ruchowo codziennie byli dowożeni do ŚDS i odwożeni do swoich domów samochodem przystosowanym do przewozu osób niepełnosprawnych. Z tej formy pomocy w 2018 roku korzystało 11 osób. W miarę potrzeb ŚDS zapewniał również uczestnikom dowóz do placówek służby zdrowia, urzędów i instytucji. Uczestnicy mieli także

zagwarantowany codziennie gorący posiłek sporządzany w ramach zadania własnego gminy przez Dzienny Dom Pomocy Społecznej działający przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Świdwinie. W ramach zajęć kulinarnych uczestnicy pod nadzorem terapeutów przygotowywali kanapki, sałatki owocowe i warzywne, desery oraz inne posiłki, które były spożywane w ramach drugiego śniadania.

W roku 2018 Środowiskowy Dom Samopomocy w Świdwinie na realizację zadań zleconych miał przyznane środki w kwocie **712,844,97** złotych. Środki te wydatkowano następująco:

. **436,774,60 zł** wynagrodzenia pracowników wraz z pochodnymi, wynagrodzenie z tytułu umowy- zlecenia( zatrudnienie lekarza psychiatry w wymiarze 4 godzin i instruktora muzykoterapii w wymiarze 10 godzin w miesiącu każdy),

. **137,085,33 zł** zakup materiałów i wyposażenia (doposażenie pracowni komputerowej, pracowni stolarskiej, sali rehabilitacyjnej, Sali Doświadczania Świata, zakup artykułów na zajęcia w pracowni kulinarnej, muzykoterapii, plastycznej i rękodzieła), zakup paliwa do samochodu służbowego Ford Custom służącego do transportu osób niepełnosprawnych, zakup artykułów i materiałów niezbędnych do przeprowadzenia imprezy pt. IV Festiwal Dyni, środki czystości,

. **80,969,58 zł** zakup pozostałych usług (opłata za usługi świadczone przez psychologa - 8 godzin miesięcznie, usługi świadczone przez instruktora tańca – 4 godziny miesięcznie, prowadzenie strony internetowej, wywóz śmieci i ścieków, prowizja bankowa, opłaty pocztowe, usługi transportowe, dopłata do turnusu wypoczynkowego dla podopiecznych i opiekunów w Ośrodku Gościniec w Ustroniu Morskim, opłaty związane z kosztami wycieczki krajoznawczej uczestników ŚDS i opiekunów do Torunia, przedpłata do turnusu wypoczynkowego dla uczestników i opiekunów w O. W. Bryza w Łazach , konserwacja krzeselka psychodowego dla osób niepełnosprawnych ruchowo),

. **58,015,46 zł** zakup energii elektrycznej, opłacenie polis ubezpieczeniowych, odpisy na ZFŚS, podatek od nieruchomości, opłaty za usługi telekomunikacyjne, szkolenia i delegacje pracowników.

W roku 2018 Środowiskowy Dom Samopomocy w Świdwinie otrzymał kwotę **1.000,00 zł** na dofinansowanie zadania realizowanego w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki I Rozwiązywania Problemów Alkoholowych I Przeciwdziałania Narkomanii w Świdwinie. Dofinansowanie to zostało przeznaczone na zajęcia profilaktyczne: "Relaksacja oraz alternatywne metody rozładowywania napięcia emocjonalnego" oraz „Trzeźwy umysł"-konsekwencje nadużywania alkoholu i środków odurzających".

W roku 2018 Środowiskowy Dom Samopomocy w Świdwinie otrzymał dofinansowanie z Krajowego Funduszu Szkoleniowego na szkolenie pt. "Proces opiekuńczo – terapeutyczny: motywowanie uczestników do aktywnego udziału- nowoczesne metody, formy i techniki terapii" w kwocie **6.410,80 zł.** oraz na szkolenie pt. „Kurs Decoupage –zaawansowane



techniki wytwarzania i zdobienia w pracowni rękodzieła w domu dziennego pobytu” w kwocie **6.751,75 zł**. Oba szkolenia zostały przeprowadzone przez Europejskie Centrum Edukacji i Turystyki Ośrodek Kursów i Szkoleń Agencja Zatrudnienia Leszek Czubiński.

W roku 2018 uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy w Świdwinie brali udział w wielu imprezach kulturalnych, spotkaniach integracyjnych, spartakiadach, turniejach, imprezach lokalnych, festiwalu piosenki w Łobzie, wycieczkach. Uczestniczyli w wycieczce do Łowicza Wałęckiego „7 ogrodów”, turnusie wypoczynkowym w Ośrodku Gościniec w Ustroniu Morskim, wycieczce krajoznawczej do Torunia, w wycieczkach nad jeziora i do lasu.

Środowiskowy Dom Samopomocy był organizatorem IV Festiwalu Dyni. Cyklicznej imprezy organizowanej we wrześniu w leśniczówce na Przyrzeczu z udziałem zaprzyjaźnionych Środowiskowych Domów Samopomocy, rodziców i zaproszonych gości. W naszym domu odbyły się spotkania integracyjne ze Związkiem Niewidomych, Związkiem Diabetyków, harcerzami.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Świdwinie współpracuje z takimi podmiotami jak:

- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Świdwinie,
- Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów Oddział w Świdwinie,
- Park Wodny „RELAX”,
- Towarzystwo Miłośników Wilna i b. Kresów Południowo- Wschodnich Klub w Świdwinie,
- Polski Związek Diabetyków Oddział w Świdwinie,
- Polski Związek Niewidomych Oddział w Świdwinie,
- Placówki oświatowe : szkoły, przedszkola, Zespół Placówek Specjalnych w Sławoborzu,
- Urząd Miasta w Świdwinie,
- Koło Łowieckie „Cyranka”,
- Poradnia Zdrowia Psychicznego,
- Środowiskowe Domy Samopomocy w : Kłępczowie, Sławoborzu, Połczynie Zdroju, Łobzie, Krzęcinie, Wałczu, Drawsku Pomorskim, Barwicach,

W roku 2018 Środowiskowy Dom Samopomocy w Świdwinie realizował zadania stałe wg. harmonogramu a także zadania okresowe, przedsięwzięcia i inicjatywy okolicznościowe oraz projekty, których celem było przede wszystkim świadczenie na poziomie obowiązującego standardu usług bytowych, opiekuńczych, wspomagających i edukacyjnych w formach i zakresie wynikających z indywidualnych potrzeb.

KIEROWNIK  
Środowiskowego Domu Samopomocy  
Elżbieta Krzeszowiec

**ZAŁOŻENIA**  
**ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY**  
**W ŚWIDWINIE NA ROK 2019**

Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Świdwinie na rok 2019 obejmuje w swoim zakresie działania i przedsięwzięcia służące poprawie jakości życia uczestników Domu. Gwarantuje prawidłowe, terminowe, interesujące i innowacyjne zajęcia dla każdej grupy uczestników, zgodnie z ich możliwościami, stanem zdrowia i zainteresowaniami dostarczając nowych wrażeń i doznań. Wszystkie zajęcia obejmują swoim obszarem szeroko rozumianą edukację, wsparcie psychologiczne, terapię ruchową, rozrywkę i wypoczynek. Oparte są na szczegółowej analizie każdego przypadku z uwzględnieniem Indywidualnego Planu Wspierająco – Aktywizującego, obserwacji uczestnika i doświadczeniu zawodowym kadry Środowiskowego Domu Samopomocy.

Działania Środowiskowego Domu Samopomocy w Świdwinie przewidziane na rok 2019 mają za zadanie stwarzać warunki do nabywania umiejętności wykonywania podstawowych czynności życia codziennego niezbędnych do samodzielnej egzystencji, stymulowanie osobistego rozwoju poprzez opracowanie Indywidualnego Planu Wspierająco-Aktywizującego, zapewnienie w miarę możliwości tych potrzeb, które wpływają w dużym stopniu na rozwój psychofizyczny : poczucia bezpieczeństwa, działania higieniczne, odżywianie, ruch, odpoczynek, poszanowanie godności osobistej, kontaktów interpersonalnych. Kształtowanie wobec osób z zaburzeniami psychicznymi i ich rodzin właściwych postaw społecznych a zwłaszcza zrozumienia, tolerancji, życzliwości a także przeciwdziałanie ich dyskryminacji.

Zajęcia prowadzone będą w postaci treningów: higienicznego, kulinarnego, umiejętności praktycznych, budżetowego, prozdrowotnego, umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów w tym budowanie i kształtowanie pozytywnych relacji z otoczeniem, organizacja czasu wolnego poprzez rozwijanie zainteresowań. Planowane są działania wspierające podopiecznych w życiu codziennym np. pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, zakupach, dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych. W ramach działań ŚDS przewiduje się rozwijanie sprawności fizycznej poprzez udział w zajęciach terapii ruchowej indywidualnej i grupowej, zawodach sportowych, paraolimpiadach. Korzystanie z urządzeń i sprzętu sportowego i rehabilitacyjnego. Zajęcia z psychologiem zarówno indywidualne jak i ogólne, korzystanie z Sali Doświadczenia Świata. Psychoedukacja i edukacja socjalna polegać będzie na nauce technik relaksacyjnych, pracy nad kształtowaniem samoakceptacji w roli chorego, dostarczaniu wiedzy na temat choroby, metod i konieczności leczenia, przeciwdziałaniu uzależnieniom od alkoholu i środków odurzających, motywowaniem do prowadzenia zdrowego i uregulowanego trybu życia. W roku 2019 przewidziana jest w dalszym ciągu ścisła współpraca z Poradnią Zdrowia Psychicznego i wsparcie lekarza psychiatry zarówno uczestników jak i ich rodzin. Prowadzone będą zajęcia muzykoterapii i taneczne.

Terapia zajęciowa w 2019 roku prowadzona będzie w następujących pracowniach: kulinarno-gospodarczej, plastycznej, rękodzieła i krawieckiej, ceramicznej, stolarskiej, komputerowej i muzycznej. Zajęcia w poszczególnych pracowniach odbywać się będą zgodnie

z planem dziennym, tygodniowym i miesięcznym. Wynikają również z kalendarza imprez i przedsięwzięć Środowiskowego Domu Samopomocy.

Zaplanowane są spotkania integracyjne z rodzinami uczestników ŚDS oraz spotkania w ramach współpracy z instytucjami, stowarzyszeniami, związkami i zaprzyjaźnionymi ŚDS. Przewiduje się w ciągu całego roku liczne imprezy, wycieczki, festiwale, zawody sportowe. Odbędą się wyjazdy do kina, wycieczki rowerowe i piesze. Podopieczni wezmą udział w wycieczkach nad morze, jezioro i do Parku Zdrojowego w Połczynie Zdroju. Gościć będziemy w naszym Domu aktorów teatru krakowskiego.

Podopieczni wezmą udział w takich przedsięwzięciach jak:

- XXVII Kaziuki Wileńskie
- Międzynarodowy Dzień Tańca
- Dzień Godności Osób Niepełnosprawnych- Zespół Placówek Specjalnych w Sławoborzu, w Szkole Podstawowej Nr 2 w Świdwinie oraz w Drawsku Pomorskim
- Spartakiada w ŚDS w Sławoborzu
- Przegląd Twórczości Artystycznej w ŚDS Łobez
- Turniej Gier Towarzyskich w Klępczewie
- „Krok bliżej Paraolimpiady” w Krzęcinach
- VIII Turniej Zadań Praktycznych I Życiowych w Wałczu
- Impreza integracyjna „Połczyński szlak”
- IX Między powiatowy Turniej Tańca Osób Niepełnosprawnych w Drawsku Pomorskim

Środowiskowy Dom Samopomocy w Świdwinie w roku 2019 będzie organizatorem V Festiwalu Dyni, który odbędzie się w miesiącu wrześniu w Ieńniczówce na Przyrzeczu. Zaplanowane są spotkania ze Związkiem Diabetyków, Związkiem Niewidomych, uczniami szkół, przedszkolakami i harcerzami.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Świdwinie planuje również udział w przedsięwzięciu realizowanym w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki I Rozwiązywania Problemów Alkoholowych I Przeciwdziałania Narkomanii. Zostaną przeprowadzone zajęcia profilaktyczne nt. "Jak sobie radzić ze stresem" – termin realizacji październik 2019 rok, oraz "Trzeźwy umysł"- konsekwencje nadużywania alkoholu i środków odurzających" – termin realizacji listopad 2019 rok. Planowane są szkolenia i kursy dofinansowane z Krajowego Funduszu



Szkoleniowego. Planowany jest wyjazd uczestników ŚDS do Ośrodka Wypoczynkowego Bryza w Łazach w okresie od 01.06.- 08.06.2019 roku oraz wycieczka krajoznawcza do Wrocławia.

Zaplanowane są szkolenia w celu podnoszenia kwalifikacji pracowników i doposażenie sali rehabilitacyjnej, Sali Doświadczania Świata ,pracowni stolarskiej, kulinarnej, rękodzieła i plastycznej. Planuje się w roku 2019 wydzielenie nowego pomieszczenia tzw. sali wyciszenia.

KIEROWNIK  
Stowarzyszenia Dama Samopomocy

Elżbieta Krzeszowiec