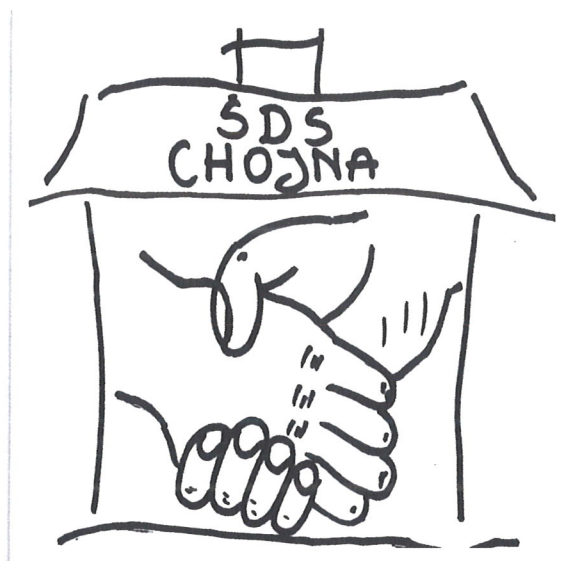




PROGRAM DZIAŁALNOŚCI

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 2020

ZARZĄDZENIE NR 2/XII/2020
Kierownika
Środowiskowego Domu Samopomocy w Chojnie
z dnia 18 grudnia 2020 r.

w sprawie wprowadzenia Programu działalności
Środowiskowego Domu Samopomocy w Chojnie.

Na podstawie § 4 ust. 3 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2020 r. poz. 249) oraz Polecenia Burmistrza Gminy Chojna Nr 1927/2020 z dnia 16 grudnia 2020 r. zarządzam co następuje:

§ 1. Wprowadza się Program działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Chojnie uzgodniony z Wojewodą Zachodniopomorskim, zatwierdzonym przez Burmistrza Gminy Chojna w Poleceniu Nr 1927/2020 z dnia 16 grudnia 2020 r.

§ 2. Z dniem 18 grudnia 2020 r. traci zarządzenia Nr 2/II/2017 z dnia 27 lutego 2017 r. Kierownika Środowiskowego Domu Samopomocy w Chojnie w sprawie wprowadzenia Programu działalności.

§ 3. Wykonanie zarządzenia powierza się pracownikom Środowiskowego Domu Samopomocy w Chojnie.

§ 4. Zarządzenie wchodzi z dniem podpisania.

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Chojnie
Małgorzata Korzeniec
Małgorzata Korzeniec

POLECENIE Nr 1927/2020
BURMISTRZA GMINY CHOJNA
z dnia 16 grudnia 2020 roku.

**w sprawie zatwierdzenia Programu działalności, Roczego Planu Pracy
Środowiskowego Domu Samopomocy w Chojnie na 2021 rok.**

Na podstawie art. 31 oraz 33 ust. 1 i 3 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2020 r. poz. 713) polecam:

§ 1. Zatwierdzić Program działalności, Roczny Plan Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Chojnie na 2021 rok.

§ 2. Wykonanie polecenia powierzam ŚDS w Chojnie.

§ 3. Polecenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

BURMISTRZ

mgr Barbara Krawiec

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:

- Ustawę z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz. U. z 2020 r. poz.1876),
- Ustawę z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz. U. z 2020 r., poz. 685),
- Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2020 r., poz. 249).

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. Placówka dysponuje 35 miejscami dla osób:

- przewlekłe psychicznie chorych **typ A**,
- niepełnosprawnych intelektualnie **typ B**,
- wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych **typ C**.

Uczestnikami zajęć mogą być również mieszkańcy ościennych gmin, jeżeli ŚDS dysponuje wolnymi miejscami oraz zostało zawarte porozumienie pomiędzy odpowiednimi organami jednostek samorządu terytorialnego w tym, organu właściwego dla miejsca zamieszkania osoby ubiegającej się o przyjęcie do placówki.

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.

- podtrzymywanie i rozwijanie u osób z zaburzeniami psychicznymi umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia,
- kształtowanie postaw społecznych wobec osób z zaburzeniami psychicznymi i ich rodzin, zwłaszcza zrozumienia, tolerancji, życzliwości, a także przeciwdziałanie ich dyskryminacji,
- zapobieganie izolacji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi poprzez integrację społeczną ze środowiskiem lokalnym,

- wsparcie psychologiczne i terapeutyczne,
- współpracę z rodzinami i opiekunami uczestników ŚDS,
- dbałość o bezpieczeństwo i higieniczne warunki pobytu.

4. Formy działalności poszczególnych typów domu:

TYP A- DLA OSÓB PRZEWLEKLE CHORYCH PSYCHICZNIE

Oferta dla uczestników ŚDS **typu A** jest skierowana do osób przewlekle psychicznie chorych. Doświadczenie choroby psychicznej wiąże się z poczuciem wyobcowania i osamotnienia oraz z trudnościami w kontaktach z ludźmi. Osoby te przeżywają niechęć do podejmowania jakichkolwiek działań. Tracą wiarę we własne możliwości. Trudno jest im znaleźć miejsce, w którym mogłyby dzielić się swoimi przeżyciami i pomysłami.

Dla osiągnięcia wyznaczonych celów placówka świadczy następujące usługi:

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

- trening dbałości o wygląd zewnętrzny i nauka higieny osobistej – nauka dbania o higienę osobistą, nauka prania ręcznego i w pralce automatycznej, nauka suszenia odzieży, prasowania, dbania o wygląd zewnętrzny: strzyżenie, układanie włosów, dbanie o stopy i paznokcie itp.
- trening budżetowy – utrwalanie umiejętności gospodarowania pieniędzmi, planowania wydatków, robienia zakupów i opłat.
- trening 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, wypełnianie dokumentów, dokonywanie opłat itp.
- trening farmakologiczny - kształtowanie i utrwalenie umiejętności regularnego przyjmowania leków, uwrażliwienie na rozpoznawanie objawów chorobowych, uzgadnianie wizyt lekarskich, korzystanie z badań profilaktycznych. Pomiary ciśnienia tętniczego, poziomu cukru oraz wagi ciała.

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 konsekwencji za ich nieprzestrzeganie, aktywizowanie w celu znalezienia zatrudnienia, edukacja seksualna i zdrowotna.

3. Trening umiejętności komunikacyjnych - w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej. Uczestnicy treningu poznają zagadnienia związane z komunikacją interpersonalną. Zdobywają wiedzę na temat tego, jak w sposób otwarty i kulturalny prowadzić konwersację, jak nawiązywać i podtrzymywać rozmowę.

4. Trening umiejętności spędzania 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.
5. Terapia zajęciowa - w formie różnorodnych zajęć w pracowniach tematycznych.
6. Terapia ruchowa w tym zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja.
7. Poradnictwo psychologiczne i socjalne dla uczestników i ich rodzin.
8. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.
9. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych w tym uzgodnienie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków.

OCZEKIWANE EFEKTY:

- Podniesienie poziomu samodzielności w zakresie podstawowych czynności życia codziennego.
- Wypracowanie i utrwalenie nawyków higienicznych.
- Poprawa funkcjonowania uczestnika w rodzinie oraz szerszym środowisku społecznym.
- Nauczenie podopiecznego sygnalizowania własnych potrzeb oraz dolegliwości.
- Poprawa stanu psychicznego uczestnika.
- Nauczenie rozpoznawania symptomów zwiastujących chorobę i właściwej reakcji na nie.
- Ograniczenie częstotliwości i długości hospitalizacji uczestników.
- Nauczenie systematycznego i właściwego brania leków.
- Podniesienie poziomu samodzielności w kontaktach z instytucjami i urzędami.
- Rozbudzenie aktywności życiowej uczestnika w miarę indywidualnych możliwości.
- Uczestniczenie w proponowanych formach terapii zajęciowej oraz prowadzonych treningach.
- Wzrost akceptacji i zrozumienia dla osób chorych psychicznie w środowisku lokalnym.

TYP B - DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH INTELEKTUALNIE

Oferta dla uczestników SDS **typu B** wychodzi naprzeciw potrzebom osób niepełnosprawnych intelektualnie, które potrzebują środowiskowego wsparcia z uwzględnieniem terapii społecznej dającej im możliwość funkcjonowania w grupie rówieśniczej, aktywnego spędzania czasu, rozwijania umiejętności z zakresu samoobsługi. Program ukierunkowany jest na rozwój indywidualny osób niepełnosprawnych intelektualnie poprzez przygotowanie ich do niezależnego i godnego życia oraz przywrócenia im własnego miejsca w rodzinie i społeczeństwie.

Dla osiągnięcia wyznaczonych celów dom świadczy następujące usługi:

1. Trening funkcjonowania w życiu codziennym - rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia: samodzielne jedzenie, posługiwanie się sztućcami, samodzielna toaleta całego ciała, dbanie o wygląd zewnętrzny, dobór odpowiedniej odzieży stosownie do pór roku,
 - trening dbałości o wygląd zewnętrzny i nauka higieny osobistej – nauka dbania o higienę osobistą, nauka prania ręcznego i w pralce automatycznej, nauka suszenia odzieży, prasowania, dbania o wygląd zewnętrzny: strzyżenie, układanie włosów, dbanie o stopy i paznokcie itp.

- trening budżetowy – utrwalanie umiejętności gospodarowania pieniędzmi, planowania wydatków, robienia zakupów i opłat.
- trening 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, wypełnianie dokumentów, dokonywanie opłat itp.
- trening farmakologiczny - kształtowanie i utrwalenie umiejętności regularnego przyjmowania leków, uwrażliwienie na rozpoznawanie objawów chorobowych, uzgadnianie wizyt lekarskich, korzystanie z badań profilaktycznych. Pomiary ciśnienia tętniczego, poziomu cukru oraz wagi ciała.

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 konsekwencji za ich nieprzestrzeganie, edukacja seksualna i zdrowotna.

3.Trening umiejętności komunikacyjnych - w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej. Uczestnicy treningu poznają zagadnienia związane z komunikacją interpersonalną. Zdobywają wiedzę na temat tego, jak w sposób otwarty i kulturalny prowadzić konwersację, jak nawiązywać i podtrzymywać rozmowę.

4.Trening umiejętności spędzania 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.

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

6.Terapia ruchowa- w tym zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja.

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

8.Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.

9.Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych w tym uzgodnienie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków.

OCZEKIWANE EFEKTY:

- Podniesienie poziomu samodzielności uczestnika w zakresie radzenia sobie z podstawowymi czynnościami życia codziennego.
- Wypracowanie i utrwalenie nawyków higienicznych.
- Rozbudzenie poczucia bezpieczeństwa i przynależności do grupy.
- Nauczenie uczestnika sygnalizowania własnych potrzeb i dolegliwości.
- Rozwinięcie umiejętności adekwatnego reagowania na sytuacje stresowe i konfliktowe.

TYP C – DLA OSÓB WYKAZUJĄCYCH INNE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH

Oferta Domu **typu C** skierowana jest do osób wykazujących przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych, mających trudności z kształtowaniem swoich stosunków z otoczeniem, pozwalającego na zaspokojenie ich podstawowych potrzeb życiowych, usamodzielnienie i integrację społeczną. Z usług świadczonych w ŚDS mogą korzystać osoby z różnymi postaciami otępienia, demencją starczą, chorobą Alzheimera, chorobą Parkinsona, zaburzeniami osobowości i zachowania, zaburzeniami adaptacyjnymi oraz organiczną zmianą nastrojów.

Dla osiągnięcia wyznaczonych celów dom świadczy następujące usługi:

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

- trening dbałości o wygląd zewnętrzny i nauka higieny osobistej – nauka dbania o higienę osobistą, nauka prania ręcznego i w pralce automatycznej, nauka suszenia odzieży, prasowania, dbania o wygląd zewnętrzny: strzyżenie, układanie włosów, dbanie o stopy i paznokcie itp.
- trening budżetowy – utrwalanie umiejętności gospodarowania pieniędzmi, planowania wydatków, robienia zakupów i opłat.
- trening 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, wypełnianie dokumentów, dokonywanie opłat itp.
- trening farmakologiczny - kształtowanie i utrwalenie umiejętności regularnego przyjmowania leków, uwrażliwienie na rozpoznawanie objawów chorobowych, uzgadnianie wizyt lekarskich, korzystanie z badań profilaktycznych. Pomiary ciśnienia tętniczego, poziomu cukru oraz wagi ciała.

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 konsekwencji za ich nieprzestrzeganie, edukacja seksualna i zdrowotna.

3.Trening umiejętności komunikacyjnych - w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej. Uczestnicy treningu poznają zagadnienia związane z komunikacją interpersonalną. Zdobywają wiedzę na temat tego, jak w sposób otwarty i kulturalny prowadzić konwersację, jak nawiązywać i podtrzymywać rozmowę.

4.Trening umiejętności spędzania 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.

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

6. Terapia ruchowa w tym zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja.

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

8. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.

9. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych w tym uzgodnienie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków.

OCZEKIWANE EFEKTY:

- Podniesienie poziomu samodzielności w zakresie podstawowych czynności życia codziennego.
- Wypracowanie i utrwalenie nawyków higienicznych.
- Poprawa funkcjonowania uczestnika w rodzinie oraz szerszym środowisku społecznym.
- Nauczenie podopiecznego sygnalizowania własnych potrzeb oraz dolegliwości.
- Poprawa stanu psychicznego uczestnika.
- Nauczenie rozpoznawania symptomów zwiastujących chorobę i właściwej reakcji na nie.
- Ograniczenie częstotliwości i długości hospitalizacji uczestników.
- Nauczenie systematycznego i właściwego brania leków.
- Podniesienie poziomu samodzielności w kontaktach z instytucjami i urzędami.
- Rozbudzenie aktywności życiowej uczestnika w miarę indywidualnych możliwości.
- Uczestniczenie w proponowanych formach terapii zajęciowej oraz prowadzonych treningach.
- Wzrost akceptacji i zrozumienia dla osób chorych psychicznie w środowisku lokalnym.

Zajęcia w Środowiskowym Domu Samopomocy w Chojnie prowadzone są indywidualnie i zespółowo 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 pięć grup. Uczestnicy zajęć poszczególnych grup przygotowują jadłospis zgodny z preferencjami żywieniowymi podopiecznych w placówce. Zajęcia odbywają się wg grafiku grup przygotowujących posiłek dla wszystkich uczestników oraz grafiku czynności porządkowych po wspólnym posiłku. W pracowni gospodarstwa domowego podopieczni uczą się zmieniać swoje nawyki żywieniowe, które będą korzystnie oddziaływać na ich zdrowie.

PRACOWNIA PLASTYCZNA:

Podstawowym celem zajęć pracowni plastycznej jest rozwijanie uzdolnień i zainteresowań artystycznych uczestników oraz ich wrodzonych możliwości twórczych w toku działań plastycznych, w oparciu o różnorodne techniki plastyczne (tj. wycinanie, malowanie, rysowanie, wyklejanie, collage, decoupage itp.). Ponadto zajęcia plastyczne mają na celu wyzwolenie kreatywnej postawy uczestników tj. uwrażliwienie na piękno różnorodnych zjawisk przyrodniczych i społecznych, dostrzeganie form oraz bogactwa barw w naturze, rozwijanie wyobraźni i twórczej postawy oraz ekspresji plastycznej, budzenie poczucia odpowiedzialności i satysfakcji z wykonania pracy, rozwijanie wyobraźni poprzez kontakt wytworami sztuki, rozwijanie sprawności manualnej. Oprócz spontanicznej twórczości własnej, w pracowni wykonywane są dekoracje, rekwizyty do spektakli, elementy scenografii

PRACOWNIA STOLARSKO-MODELARSKA:

Głównym celem pracowni stolarskiej jest rozwijanie zdolności manualnych, koordynacji wzrokowo-ruchowej, zdolności technicznych oraz twórczych poprzez wykonywanie prostych prac stolarskich oraz renowacyjno-naprawczych. Uczestnicy poznają gatunki drewna oraz prefabrykaty, techniki obróbki drewna (piłowanie, wycinanie, heblowanie, szlifowanie, lakierowanie), uczą się dokonywać podstawowych pomiarów, posługiwać się narzędziami i elektronarzędziami stolarskimi. W ramach prac w pracowni powstają: ozdoby świąteczne wykonywane ze sklejki, ramki do obrazów, dekoracje do przedstawień itp. Uczestnicy wykonują drobne naprawy związane z konserwacją i naprawą drewnianych sprzętów warsztatowych, wymiana zamków w drzwiach, dorabianie brakujących półek przy meblach, odnawianie krzeseł, stolików i ławek itp.

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 ściągów, 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.

SALA REHABILITACYJNA - ZAJĘCIA RUCHOWE:

Podstawowym celem zajęć jest zwiększenie kondycji i ogólnej sprawności fizycznej, niwelowanie istniejących dysfunkcji ruchowych, rozwijanie sprawności motorycznej, wyrabianie umiejętności współdziałania zespołowego, kształtowanie aktywności rekreacyjno-sportowej oraz rozwijanie ekspresji i płynności ruchu. Doskonalenie nauki pływania korzystając z wyjazdów na basen i nad morze. Sala do zajęć ruchowych wyposażona jest w niezbędny sprzęt do rehabilitacji, który wspomaga w rozwijaniu ogólnej sprawności i kondycji fizycznej. Zajęcia na sali prowadzone są indywidualnie oraz grupowo.

Na sali podopieczni mogą korzystać ze sprzętów rehabilitacyjnych takich jak: drabinki gimnastyczne, materace, rower magnetyczny, orbitrek, wioślarz, rowerek poziomy, rotor ręczny, rotor rehabilitacyjny zespolony, platforma wibracyjna, atlas, tablica manipulacyjna, ciężarki, stopy, kijki do nordic walking, bloczki do ćwiczeń kończyn górnych oraz taśmy, zestaw do gier podwórkowych oraz do gier i zabaw ruchowych, chusta klanzy, piłki rehabilitacyjne, stół do tenisa stołowego i piłkarzyki oraz zestaw do unihokeja. Każdy uczestnik ma opracowany indywidualny plan usprawniania ruchowego, dostosowany do potrzeb i możliwości psychofizycznych uczestnika z uwzględnieniem zaleceń opiekuna i zaświadczeń lekarskich. Podopieczni mają możliwość korzystania również z masażu leczniczego, klasycznego oraz relaksacyjnego. Promowanie aktywnego i zdrowego stylu życia poprzez wycieczki piesze i rowerowe.

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

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. W czasie zajęć rewalidacyjnych wykorzystujemy metodę kinezylogii edukacyjnej P. Denisona, metodę dobrego startu, metodę ruchu rozwijającego wg W. Sherborn, terapię ręki oraz elementy integracji sensorycznej.

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 utrwalają teksty piosenek, poznają różne rodzaje instrumentów muzycznych. Muzykoterapia jest również okazją do wyciszenia i relaksu.
- Zajęcia z elementami teatroterapii - zajęcia przyczyniają się do wszechstronnego rozwoju osobowości, ekspresji i uczuciowości, integrują grupę, kształtuje umiejętności nawiązywania kontaktów społecznych oraz mobilizują do aktywnego uczestnictwa w kulturze.
- Zajęcia z elementami choreoterapii - których podstawowym narzędziem jest taniec i ćwiczenia ruchowe przy muzyce. Oprócz opanowania określonych kroków, pozwala na wyrażanie uczuć, a także do rozładowania trudnych do zwerbalizowania emocji. Taniec pozwala na integrację ciała, emocji, umysłu i duszy. Wykorzystywanie tańca i ruchu ekspresyjnego przy muzyce pobudza energię pozwala uzyskać harmonię, równowagę i samorealizację.

Edukacja zdrowotna – zajęcia promujące wszelkie zachowania prozdrowotne.

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:

- usprawnianie procesów poznawczych,
- usprawnienia w zakresie funkcjonowania emocjonalno – motywacyjnego,
- pomoc w problemach opiekuńczo – wychowawczych,
- przeciwdziałanie i rozwiązywanie konfliktów wśród uczestników,
- 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:

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

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 dokonywać 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. 91 402 20 51

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

www.sdschojna.pl

www.facebook.com/SDSchojna

opracował: 20.11.2020 Korzeniec
(data i podpis kierownika SDS)
KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
Małgorzata Korzeniec

Uzgodniono 4.12.20 Borzym
(data i podpis Wojewody Zachodniopomorskiego)
z up. WOJEWODY ZACHODNIOPOMORSKIEGO
mgr inż. Justyna Borzym
Wydziału Zarządzania i Polityki Społecznej

Zatwierdzam 18.12.2020 Rawecka
(data i podpis Burmistrza)
BURMISTRZ
mgr Barbara Rawecka