

**SPRAWOZDANIE ZA ROK 2020 Z DZIAŁALNOŚCI
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
w Łobzie**

Łobez 16.02.2021 r.

Adres jednostki:

Środowiskowy Dom Samopomocy
73-150 Łobez
ul. Łożnicka 31

I. Dyrektor: Monika Smulska

II. Typ domu

Typ domu	Liczba uczestników na dzień 31.12. 2020 r.
A (przewlekła choroba psychiczna)	5
B (niepełnosprawność intelektualna)	35
W tym ilość osób ubezważnionych	11

III. Formy prowadzonej działalności

(rodzaj terapii, treningów a także średnia liczba uczestników w ciągu roku na poszczególnych zajęciach)

Na podstawie art.11 ust.1 z dnia 2 marca 2020 r. o szczególnych rozwiązaniach związanych z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19, innych chorób zakaźnych oraz wywołanych nimi sytuacji kryzysowych (Dz. U. z 2020 r. poz. 374) w celu zapobiegania rozprzestrzenianiu się choroby zakaźnej COVID – 19 wywołanej wirusem SARS - Cov – 2 Wojewoda Zachodniopomorski polecił czasowe zawieszenie działalności w okresach:

- Od dnia **12 marca 2020** – do dnia **25 maja 2020 r.;**
- Od dnia **25 maja 2020 r.** – wznowienie działalności z uwzględnieniem procedur zapewniających bezpieczeństwo uczestnikom oraz pracownikom przebywającym na terenie Środowiskowego Domu Samopomocy w Łobzie - cel nadrzędny: przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu się epidemii COVID-19;
- Od dnia **24 października 2020 r.** ponowne zawieszenie działalności do odwołania.

W związku z zaistniałą sytuacją terapia w formie stacjonarnej w placówce prowadzona była w okresach: **01.01. – 12.03.2020 r., 25.05. – 24.10 2020 r. tj:**

Terapia (terapia zajęciowa) służąca realizacji treningów tj.: **funkcjonowania w codziennym życiu, umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, spędzania czasu wolnego, umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się** - prowadzona w poszczególnych pracowniach terapeutycznych (dotyczy obu grup uczestników – AB):

1. W okresie: 01.01. – 12.03.2020 r.,

- pracownia rękodzieła artystycznego - /stała grupa – **8 osób**, średnia liczba – 7 osób/,
- pracownia dziewiarska - /stała grupa – **8 osób**, średnia liczba – 6 osób/,
- pracownia plastyczna - /stała grupa – **7 osób**, średnia liczba – 6 osób/,
- pracownia gospodarstwa domowego - /stała grupa – **7 osób**, średnia liczba – 6 osób/,
- pracownia stolarska - /stała grupa – **6 osób**, średnia liczba – 6 osób/,
- pracownia Tęcza - /stała grupa – **4 osoby**, średnia liczba – 4 osoby/,
- rehabilitacja ruchowa: indywidualna wg. zaleceń lekarza ortopedy, specjalisty rehabilitacji - **20 osób**, grupowa - **40 osób**.

2. W okresie: 25.05. – 24.10 2020 r.

- pracownia rękodzieła artystycznego - /stała grupa – **8 osób**, średnia liczba – **6 osób**/,
- pracownia dziewiarska - /stała grupa – **8 osób**, średnia liczba – **4 osoby**/,
- pracownia plastyczna - /stała grupa – **7 osób**, średnia liczba – **4 osoby**/,
- pracownia gospodarstwa domowego - /stała grupa – **7 osób**, średnia liczba – 5 osób/,
- pracownia stolarska - /stała grupa – **6 osób**, średnia liczba – **5 osób**/,
- pracownia Tęcza - /stała grupa – **4 osoby**, średnia liczba – **2 osoby**/.
- rehabilitacja ruchowa: indywidualna wg. zaleceń lekarza ortopedy, specjalisty rehabilitacji - **17 osób**- zajęcia tylko indywidualne.
- z pozostałymi uczestnikami pozostającymi w domach - codzienny kontakt telefoniczny / rozmowa, sms, mms/ - monitorowanie sytuacji w domach,
- utworzenie na Facebooku „Grupy pomocowe”, w celu lepszej komunikacji z uczestnikami, rodzicami, zaproszenia do współpracy innych uczestników i terapeutów. Polepszenia kontaktów interpersonalnych i komunikacji uczestników terapii, motywacji do działań i wykonywania zadań.

3. W okresach:

- **12 marca 2020 – do dnia 25 maja 2020 r.;**
- **oraz od dnia 24 października do dnia 31 grudnia 2020 r. – pracą w systemie zdalnym objęto 40 uczestników/ 100 %. tj; on-line, skype, codzienny kontakt telefoniczny / rozmowa, sms, mms/.**

IV. Efekty prowadzonej działalności

Usługi ŚDS w 2020 r. świadczone były w formie **zajęć grupowych i indywidualnych do 12 marca 2020** , od dnia **25 maja 2020 r.** – tylko w małych grupach; w poszczególnych pracowniach zgodnie z ustalonym dla każdego uczestnika indywidualnym planem postępowania wspierająco - aktywizującego i jego aktualnymi potrzebami psychofizycznymi. Oprócz zajęć w pracowniach: plastyczna, stolarska, rękodzieła artystycznego, dziewiarska, gospodarstwa domowego; uczestnicy korzystali z rehabilitacji medycznej wg. ustalonego harmonogramu. Trzy razy w tygodniu również brali udział w zajęciach z socjoterapii oraz z psychologiem zatrudnionym na podstawie umowy cywilno - prawnej (harmonogram psychologa).

W okresach zawieszenia placówki - terapia prowadzona była w systemie pracy zdalnej.

Postępowanie wspierająco – aktywizujące realizowane w 2020 roku obejmowało:

1. Trening.: funkcjonowania w codziennym życiu z zachowaniem wytycznych i zaleceń, dotyczących epidemii SARS-CoV-2, w tym zasad bezpiecznego postępowania:

- dbałości o higienę i wygląd zewnętrzny,
 - dbałości o stosowny i estetyczny ubiór,
 - gospodarowania pieniędzmi,
 - dbałości o czystość i porządek w domu,
 - wykonywanie prostych czynności dnia codziennego, zaangażowanie w prace domowe,
 - samodzielności w przygotowaniu posiłków,
 - dokonywania zakupów z zachowaniem ostrożności sanitarnej,
 - dokonywania zakupów internetowo;
- Z zakresu profilaktyki Covid 19;**
- rozmowy na tematy profilaktyki zdrowia w okresie pandemii,
 - rozsyłanie materiałów w „pigułce” o pandemii i zapoznanie uczestników i ich rodziców w zakresie zakażeń Covid 19,
 - informacje o działaniach rządu dotyczących pandemii,
 - zapoznanie z instrukcją dokładnego mycia i dezynfekcji rąk jako przeciwdziałanie zakażeniu koronawirusem,
 - zapoznanie z instrukcją zakładania i zdejmowania maseczki,
 - profilaktyka Covid 19 - „Akcja Nosimy, nie roznosimy” - motywowanie uczestników do noszenia maseczek, rękawiczek jednorazowych i używania płynów do dezynfekcji; praktyczne wskazówki,
 - uświadomienie jak ważne jest pozostanie w domu i izolacja podczas pandemii,
 - rozmowy na tematy: jak się przygotować i zachować podczas zakupów w sklepach podczas pandemii., jakie są objawy Covid 19 i co zrobić, gdy zauważymy u siebie te objawy, gdzie się zgłosić, kogo powiadomić.

2. Treningi umiejętności społecznych i interpersonalnych, w tym: nawiązywanie i utrzymywanie kontaktów społecznych / również w trybie on-line/, kształtowanie pozytywnych relacji z osobami w różnych sytuacjach społecznych, rozwiązywanie problemów, w tym radzenie sobie z trudną sytuacją, współpraca z grupą na facebook, kształtowanie odpowiedzialności za zachowanie dobrej kondycji poprzez aktywność życiową, załatwianie spraw urzędowych w możliwie dostępnym sposobie, trening komputerowy - nauka przesyłania maili i korzystania z poczty email. Wyszukiwanie materiałów do nauki w Internecie. Rozwiązywanie testów i wysyłanie mailem ich wyników. Oglądanie filmów z zakresu wiedzy na konkursy - ogłaszane przez terapeutów zatrudnionych w ŚDS.

2. **Treningi umiejętności spędzania czasu wolnego, w tym:** rozwijania zainteresowań literaturą, filmem, programami publicystycznymi, muzyką, rozrywkami umysłowymi, grami i loteryjkami logicznymi, czynności kierowane na korzystanie z mediów: telewizja, radio w celach informacyjnych, śledzenie bieżących informacji w kraju i na świecie. Wspólne dyskusje na zajęciach " Społeczność" w małych grupach, potem na grupie FACEEBOOK.

4. Treningi z zakresu profilaktyki zdrowia, w tym:

- dbałości o własne zdrowie,
- korzystanie ze świadczeń zdrowotnych, w tym z teleporad, uzgadnianie terminu wizyt lekarskich i badań diagnostycznych, zakup leków /w tym za pomocą internetu/;
- uczestnictwo w pogadankach i szkoleniach prozdrowotnych, prowadzonych w ŚDS /w tym on-line/: zachęcanie do ćwiczeń , aktywności fizycznej, zachowania odpowiedniej diety;
- systematyczny pomiar ciśnienia (w warunkach domowych).

5. Kontakt z psychologiem / wsparcie psychologiczne (telefoniczny, skype, facebook).

6. Zajęcia edukacyjne obejmujące różnorodne metody wspomagające rozwój psychoruchowy.

7. Rehabilitację medyczną obejmującą:

- od 01 stycznia do 12 marca 2020 r. w placówce:

- kinezyterapię indywidualną i grupową,
- fizykoterapię,
- MINI-SIŁOWNIĘ, Nordic-walking,
- masaż,
- gry i zabawy zespołowe.

- od 12 marca 2020 – do 25 maja 2020 r. –zajęcia on-line oraz za pomocą komunikatorów - z fizjoterapeutą;

- od 25 maja – do 24 października 2020 r w placówce.;

- kinezyterapię, masaż – tylko indywidualnie;

- od dnia 24 października do dnia 31 grudnia 2020 r. - zajęcia on-line oraz za pomocą komunikatorów - z fizjoterapeutą;

8. Współpracę z rodziną uczestników, osobami i podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy, której celem jest uzyskanie jak największej efektywności wspólnie podejmowanych i realizowanych działań na rzecz uczestników.

9. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.

10. Pomoc w załatwieniu recept i zakupu leków, w tym:

- kontakt i porady telefoniczne ze specjalistą neurologiem zatrudnionym na potrzeby ŚDS,
- rozprowadzenie recept przez pracowników ŚDS,
- kontrola przyjmowania leków i stosowania się do zaleceń lekarskich – praca ciągła z uczestnikami,
- rozmowy edukacyjne, wyjaśniające, udzielanie realnej pomocy osobom tego wymagającym,
- monitorowanie regularnej farmakoterapii, reagowanie w przypadku nagłych objawów psychiatrycznych.

Efekty treningów w roku terapeutycznym 2020:

- **Efektom treningu funkcjonowania w codziennym życiu** jest zmiana zachowań uczestników, biorąc pod uwagę zdrowie i bezpieczeństwo w warunkach pandemii, poprawa społecznego zachowania i współżycia z rodziną, wzrost dbałości o higienę, mycie i dezynfekcję rąk, dbałość o mycie zębów po posiłkach, uczesanie, mycie rąk po wyjściu z toalety. Uczestnicy również nabyli wiedzę praktyczną z zakresu przeciwdziałania rozprzestrzenianiu się koronawirusa, potrzeby noszenia maseczek. W zakresie samoobsługi - podtrzymanie umiejętności samodzielnego ubierania się, mycia, robienia zakupów internetowo - samodzielnie, chęć udziału w przygotowywaniu potraw, umiejętność dokonywania samodzielnego wyboru produktów w sklepach internetowych. Przestrzeganie terminowego składania dokumentów niezbędnych do uzyskania świadczeń z M-G OPS i PCPR, realizacji opłat np.: czynsz, energia itp.
- **Efektom treningu umiejętności interpersonalnych** jest wzmożone przestrzeganie norm i zasad panujących w domu rodzinnym, zachowanie uczestników stało się adekwatne do sytuacji, w jakiej się znaleźli, poprawnie odczytują komunikaty i zadania wysyłane przez terapeutów. Uczestnicy są bardziej otwarci na kontakty telefoniczne i on-line, co niweluje lęk przed zmianą sytuacji spowodowaną izolacją i pandemią, nabyli również wiedzę praktyczną z zakresu radzenia sobie z trudnymi sytuacjami międzyludzkimi, które pojawiają się w codziennym życiu. Podczas treningu starają się przełamywać bariery, ucząc się aktywnego słuchania oraz radzenia sobie w problemowych sytuacjach w sposób społecznie akceptowany. **Nadrzędnym efektem treningu jest umiejętność zachowania dystansu i bezpieczeństwa w miejscach publicznych**
- **Efektom treningu spędzania czasu wolnego** - uczestnicy ŚDS udoskonaliли umiejętności poznawania i rozwijania się poprzez gry i zabawy logiczne, angażując całą rodzinę, wykorzystują czas wolny na aktywne spacerowanie, pracę on-line z fizjoterapeutą, czytanie książek. Poznali też techniki korzystania z komunikatorów: Skype, Facebook Messenger, Viber, WhatsApp, Signal, co

pozytywnie wpłynęło na poprawę stanu emocjonalnego uczestników, niwelując napięcia i stany nerwowe u osób z zaburzeniami psychicznymi. Tego typu aktywizacja zapobiegła beczynności.

- **Efekty rehabilitacji/kinezyterapii:**
 - Poprawa lub utrzymanie istniejącej sprawności ruchowej;
 - Wzmocnienie mięśni;
 - Zwiększenie zakresu ruchu w stawach;
 - Likwidacja przykurczów;
 - Nauka chodu z korekcją nieprawidłowych wzorców;
 - Poprawa koordynacji wzrokowo – ruchowej;
 - Poprawa lub utrzymanie sprawności manualnej;
 - Wentylacja płuc;
 - Aktywizacja ruchowa.

- **Inne formy/efekty; poradnictwo psychologiczne** - psycholog służył pomocą w rozwiązywaniu trudności i zgłaszanych problemów poprzez udostępniony kontakt telefoniczny.

POSDUMOWANIE:

- Obserwuje się większą samodzielność w rozwiązywaniu sporów w sposób społecznie akceptowany, następuje poprawa relacji rodzinnych oraz społecznych.
- Uczestnicy chętniej proszą o pomoc i wsparcie w rozwiązywaniu sytuacji, z którymi sobie nie radzą, wykazują wzrost poczucia bezpieczeństwa oraz akceptacji również w sytuacji izolacji.
- Zapobieganie regresji oraz wzmocnianie pamięci, koncentracji uwagi i spostrzegawczości.
- Nastąpiła poprawa funkcjonowania w warunkach izolacji oraz wzrost wiary w swoje możliwości.
- U większej liczby osób nastąpił wzrost świadomości i rozpoznawania objawów koronawirusa.
- Następuje poprawa relacji, większa otwartość w wyrażaniu własnych sądów, opinii i postaw.
- Zwiększenie świadomości zachowań akceptowanych oraz norm społecznych.
- Obserwuje się większe zaangażowanie w wykonywaniu działań w warunkach domowych.
- Działania skierowane na poprawę jakości funkcjonowania uczestników.
- Troska o higienę osobistą i zdrowie uczestników. Udzielanie pomocy w nieodpłatnym pozyskaniu obuwia, odzieży używanej, art. żywnościowych itp.
- Poradnictwo ukierunkowane na korzystanie z pomocy stałej lub doraźnej przez Instytucje i organizacje społeczne.

Osiągane rezultaty są indywidualnie zróżnicowane. Realizowane są w oparciu o indywidualne plany postępowania wspierająco – aktywizującego w formie stacjonarnej, jak również w formie pracy zdalnej.

V. Zasoby domu przeznaczone na jego funkcjonowanie

a) środki finansowe

Środki przekazane z budżetu Wojewody – **860.134.68 zł**

W okresie od 01.01.2020 – 31.12.2020 r. realizowano zadania w oparciu o posiadany budżet - w podziale wyłącznie na zadanie **zlecone**.

Poziom wydatków w okresie 01.01. – 31.12.2020 r. ilustruje poniższa tabela;

Symbol	Treść	Plan po zmianach na 2020r.	Wykonanie planu na 31.12.2020r.	Wykonanie w %
				4:3
1	2	3	4	5
85203	Ośrodki wsparcia – ŚDS Zadania zlecone	860.134.68 zł	860.134.68 zł	100%
85203	Ośrodki wsparcia – ŚDS Zadania własne	-	-	-

b) liczba pracowników

Lp.	Stanowisko	Wymiar etatu	Rodzaj umowy (umowa na czas określony, nieokreślony)
1.	Dyrektor	1 etat	umowa na czas nieokreślony
2.	Technik fizjoterapii	1 etat	umowa na czas nieokreślony
3.	Starszy instruktor terapii zajęciowej	2 etaty	umowa na czas nieokreślony
4.	Instruktor terapii zajęciowej/ pielęgniarza	1 etat	umowa na czas nieokreślony
5.	Instruktor terapii zajęciowej	2 etaty	umowa na czas nieokreślony

6.	referent	1 etat	umowa na czas nieokreślony
7.	Pedagog	1 etat	umowa na czas nieokreślony
8.	Sprzątaczką	1 etat	umowa na czas nieokreślony
9.	Główny księgowy	1/4etatu	umowa na czas nieokreślony
10.	Technik administracyjny	1/4etatu	umowa na czas nieokreślony

VI. Liczba uczestników, którzy opuścili dom, wraz z podaniem przyczyn odejścia

1 – śmierć uczestnika

VII. Współpraca z innymi osobami i podmiotami a także efekt nawiązanej współpracy

W 2020 ŚDS współpracował z:

- Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Łobzie - kontakty informacyjne, pomoc w załatwianiu dofinansowań dla uczestników.
- Bieżąca współpraca z Poradnią Zdrowia Psychicznego w celu pozyskiwania i wymiany informacji niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania.
- Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną – warsztaty, szkolenia.
- Biblioteką Miejską.
- Stała współpraca z M-G OPS w Łobzie, OPS w: Węgorzynie, Radowie Małym, Resku,
- Łobeskim Domem Kultury – współdziałal w projekcie” Pandemii gramy na

nosie”.

- Powiatowym Urzędem Pracy w Łobzie.
- Kuratorami Społecznymi i Zawodowymi .
- Powiatową Komendą Policji w Łobzie.

VIII. Ocena realizacji zadań, wnioski a także informacje o planowanych zmianach w zakresie funkcjonowania domu

Realizacja poszczególnych celów i zadań w 2020 r. częściowo (ze względu na pandemię) była zgodna z wyznaczonym planem pracy. W zakresie merytorycznym dążono do zrealizowania założonych celów i rezultatów. Poszczególne zadania – terapia, treningi były prowadzone w możliwie optymalny sposób: stacjonarnie i zdalnie:

- spotkania socjoterapeutyczne „Społeczność ŚDS „ i omawianie założonych tematów wg. planu;
- wspólne obchody ważnych dni, świąt, świąt, uroczystości rodzinnych;
- prezentowanie dorobku ŚDS na facebook, udział w ogłaszanych akcjach;
- udział uczestników w organizowanych zadaniach, konkursach , działaniach informacyjno - edukacyjnych;
- korzystanie z różnych form kulturalnego spędzania czasu wolnego;
- przejmowanie współodpowiedzialności za przygotowanie prac i zadań kierowanych przez opiekunów;
- aktywność fizyczną, sport i zajęcia z fizjoterapeutą stacjonarnie i on-line;
- poradnictwo psychologiczne.
- kontrola stanu zdrowia i monitorowanie sytuacji uczestników.
- wyremontowanie, malowanie i odświeżenie pracowni terapeutycznych przez pracowników ŚDS.
- dostarczanie żywności, odzieży, materiałów do terapii, recept wg. zgłaszanych potrzeb do domów uczestników.

Informacje dodatkowe; od 15.02.2021 r. została wznowiona działalność Środowiskowego Domu Samopomocy w Łobzie.

**Dyrektor ŚDS
mgr Monika Smulska**