

**SPRAWOZDANIE ZA ROK 2019 Z DZIAŁALNOŚCI  
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY  
W Łobzie**

Łobez 03.02.2020 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. 2019 r.
A (przewlekła choroba psychiczna)	5
B (niepełnosprawność intelektualna)	35
W tym ilość osób ubezwłasnowolnionych	11

**III. Formy prowadzonej działalności**

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

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 jest w poszczególnych pracowniach terapeutycznych (dotyczy obu grup uczestników – AB):

- pracownia rękodzieła artystycznego /stała grupa – **8 osób**, średnia liczba – 6 osób/.
- pracownia dziewiarska - /stała grupa – **8 osób**, średnia liczba – 5 osób/.
- pracownia plastyczna - - /stała grupa – **7 osób**, średnia liczba – 5 osób/.
- pracownia gospodarstwa domowego - stała grupa – **7 osób**, średnia liczba – 6 osób/
- pracownia stolarska - - stała grupa – **6 osób**, średnia liczba – 5 osób/
- pracownia Tęcza - **stała grupa – 4 osób**, średnia liczba – 4 osób/.

Ponadto w placówce prowadzona jest rehabilitacja ruchowa: indywidualna wg. zaleceń lekarza ortopedy, specjalisty rehabilitacji -20 osób, grupowa - 40 osób.

#### **IV. Efekty prowadzonej działalności**

Usługi ŚDS w 2019 r. świadczone były w formie **zajęć grupowych i indywidualnych** w poszczególnych pracowniach zgodnie z ustalonym dla każdego uczestnika indywidualnym planem postępowania wspierająco - aktywizującego i jego aktualnymi potrzebami psychofizycznymi. Podczas zajęć w pracowniach uczestnicy w ciągu dnia korzystali z rehabilitacji medycznej wg. ustalonego harmonogramu. Trzy razy w tygodniu uczestnicy brali udział w zajęciach z socjoterapii - zebranie „Społeczności” oraz zajęciach z psychologiem zatrudnionym na podstawie umowy cywilno - prawnej (harmonogram psychologa).

**Poprzez wyznaczone dyżury obowiązkowe** uczestnicy nauczyli się dbać o porządek poprzez wykonywanie prac porządkowych w pracowniach, szatniach i stołówce np. wycieranie kurzu, zamiatanie, odkurzanie, sprzątanie po posiłkach. Ponadto nabyli umiejętności dekorowania i przygotowania sal do spektakli i uroczystości. Terapia ta pozwoliła nabyć większą aktywność związaną z życiem codziennym, rozszerzyła umiejętności, spowodowała nabycie większej samodzielności.

##### **Postępowanie wspierająco – aktywizujące realizowane w 2019 roku obejmowało:**

##### **1. Trening.: funkcjonowania w codziennym życiu, w tym:**

- dbałości o higienę i wygląd zewnętrzny,
- dbałości o stosowny i estetyczny ubiór,
- gospodarowania pieniędzmi,
- dbałości o czystość i porządek w domu,
- samodzielności w przygotowaniu posiłków,
- dokonywania zakupów;

##### **2. Treningi umiejętności społecznych i interpersonalnych, w tym:**

- nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych,
- kształtowania pozytywnych relacji z osobami w różnych sytuacjach społecznych,
- rozwiązywania różnych problemów,
- współpracy z grupą,
- odpowiedzialności i aktywności w życiu,
- załatwianie spraw urzędowych;

##### **3. Treningi umiejętności spędzania czasu wolnego, w tym:**

- rozwijania zainteresowań literaturą, kinem, teatrem, muzyką,
- udział w spotkaniach integracyjnych, rekreacyjnych, towarzyskich i kulturalnych,
- wycieczki i wyjazdy krajoznawcze,
- zawody sportowe:

#### **4. Treningi z zakresu profilaktyki zdrowia, w tym:**

- dbałości o własne zdrowie,
- korzystania z niezbędnych świadczeń zdrowotnych, uzgadniania terminów wizyt lekarskich i badań diagnostycznych, pomocy w zakupie leków i dotarciu do jednostek ochrony zdrowia,
- uczestnictwo w pogadankach i szkoleniach prozdrowotnych, prowadzonych w ŚDS,
- systematyczny pomiar ciśnienia,
- kontynuacja leczenia zębów w gabinecie stomatologicznym, w ramach „**Akcji ząbek**”(na dzień 31.12.2020 r. łącznie zostało wyleczonych 57 zębów).

#### **5. Terapię zajęciową obejmującą pracownie:**

- rękodzieła artystycznego,
- dziewiarską,
- plastyczną,
- gospodarstwa domowego,
- stolarską.

#### **6. Zajęcia z psychologiem** (zajęcia grupowe, zajęcia indywidualne w gabinecie).

#### **7. Zajęcia komputerowe;**

#### **8. Zajęcia edukacyjne obejmujące różnorodne metody wspomagające rozwój; psychoruchowy, w tym zajęcia w sali doświadczania świata;**

#### **9. Rehabilitację medyczną obejmującą:**

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

#### **10. Działania mające na celu przygotowanie do podjęcia zatrudnienia;**

**11. 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.**

#### **12. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.**

### **Efekty treningów w roku terapeutycznym 2019:**

1. **Efektom treningu funkcjonowania w codziennym życiu** jest zmiana zachowań uczestników na bardziej akceptowane społecznie, poprawa społecznego zachowania i współżycia w grupie, wzrost dbałości o higienę, dbałość o mycie zębów po posiłkach, uczesanie, mycie rąk po wyjściu z toalety. Uczestnicy również nabyli wiedzę praktyczną z zakresu dostępnych na rynku przyborów toaletowych i środków kosmetycznych. W zakresie samoobsługi nastąpił wzrost umiejętności samodzielnego ubierania się, mycia, robienia zakupów, chęć udziału w przygotowywaniu potraw, umiejętność dokonywania samodzielnego wyboru produktów w sklepie - odpowiednich dla danych zajęć.

2. **Efektom treningu umiejętności interpersonalnych jest** wzmożone przestrzeganie norm i zasad w grupie, zachowanie uczestników stało się adekwatne do sytuacji, poprawnie odczytują komunikaty wysyłane przez terapeutów. Uczestnicy są bardziej otwarci na kontakt ze środowiskiem zewnętrznym, co niweluje lęk przed kontaktem z osobami odwiedzającymi ŚDS, 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 się w miejscach publicznych takich jak: restauracja, kino, urząd, ośrodek zdrowia itp.**
3. **Efektom treningu spędzania czasu wolnego** - uczestnicy ŚDS udoskonalili umiejętności poznawania i rozwijania aktywnych form wypoczynku, wykorzystują czas wolny na aktywne spacerowanie, wyjazdy do kina, czytanie książek. Trening pozytywnie wpłynął na poprawę stanu emocjonalnego uczestników, niwelując napięcia i stany nerwowe u osób z zaburzeniami psychicznymi. Tego typu aktywizacja zapobiegła beczynności. Część uczestników korzysta z wypożyczalni książek w bibliotece miejskiej, chodzą do klubu fitness, kosmetyczki itp.
4. **Efektom 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.
5. **Inne formy/efekty; poradnictwo psychologiczne** - psycholog poprzez obserwację i rozmowy z instruktorami terapii systematycznie uzupełniał wiedzę na temat stanu psychofizycznego uczestników oraz służył pomocą w rozwiązywaniu trudności i problemów terapeutycznych.

#### **POSDUMOWANIE:**

W ŚDS prowadzone były też zajęcia z zakresu biblioterapii, uczestnicy czytali książki i artykuły dzięki czemu rozwijali swoje zainteresowania literaturą, audycjami radiowymi i telewizyjnymi. Uczestnicy wykonywali różne ćwiczenia usprawniające myślenie, pamięć, koncentrację uwagi, poszerzali zasób słownictwa, nabywali umiejętność wypowiadania się, wzbogacali także wiedzę dotyczącą świąt, tradycji, obrzędów i bieżących wydarzeń a także kształtujące kulturę osobistą i życzliwość względem innych.

Zajęcia terapeutyczne ŚDS kształtowały umiejętności komunikowania się z ludźmi, budowanie poprawnych stosunków interpersonalnych, ćwiczyły umiejętności manualni grafomotoryczne, koordynacje wzrokowo-ruchową. Doskonaliły umiejętności korzystania z takich form spędzania wolnego czasu jak; działalność rekreacyjna, udział w imprezach kulturalnych, sportowych, towarzyskich. Poprawiały kondycję fizyczną. Uczyły radzenia sobie z problemami życia codziennego, przygotowania posiłków, dbania o higienę osobistą i wygląd zewnętrzny, dokonywania zakupów, dbania o czystość, porządek, gospodarowania pieniędzmi, korzystania z urządzeń gospodarstwa domowego, rozwijały inwencję twórczą.

Podstawą wszelkich efektów terapeutycznych była praca oparta na wzajemnym zaufaniu i współpraca z rodzinami uczestników (dotyczy obu typów AB). Wspólne zaangażowanie zespołu terapeutycznego i rodziny uczestników przyczyniły się do zorganizowania „Przełądu Piosenki Afrykańskiej” oraz wielu innych spotkań integracyjnych.

Osiągane rezultaty są indywidualnie zróżnicowane. Realizowane są w oparciu o indywidualne plany postępowania wspierająco – aktywizującego

## V. Zasoby domu przeznaczone na jego funkcjonowanie

### a) środki finansowe

środki przekazane z budżetu Wojewody – **855.220,00 zł**

W okresie od 01.01.2019– 31.12.2019 roku realizowano zadania w oparciu o posiadany budżet - w podziale wyłącznie na zadanie **zlecone**.

Poziom wydatków w okresie 01.01. – 31.12.2019 r. ilustruje poniższa tabela;

Symbol	Treść	Plan po zmianach na 2019 r.	Wykonanie planu na 31.12.2019	Wykonanie w %
				4:3
1	2	3	4	5
85203	Ośrodki wsparcia – ŚDS Zadania zlecone	<b>855.220,00</b>	<b>855.213,68</b>	99,86
85203	Ośrodki wsparcia – ŚDS Zadania własne	-	-	-

### b) liczba pracowników

Lp.	Stanowisko	Wymiar etatu	Rodzaj umowy (umowa na czas określony, nieokreślony)
1.	Dyrektor	1 etat	<b>umowa na czas nieokreślony</b>

2.	Technik fizjoterapii	1 etat	<b>umowa na czas nieokreślony</b>
3.	Starszy instruktor terapii zajęciowej	2 etaty	<b>umowa na czas nieokreślony</b>
4.	Instruktor terapii zajęciowej/ pielęgniarka	1 etat	<b>umowa na czas nieokreślony</b>
5.	Instruktor terapii zajęciowej	2 etaty	<b>umowa na czas nieokreślony</b>
6.	referent	1 etat	<b>umowa na czas nieokreślony</b>
7.	Pedagog	1 etat	<b>umowa na czas nieokreślony</b>
8.	Sprzątaczką	1 etat	<b>umowa na czas nieokreślony</b>
9.	Główny księgowy	1/4etatu	<b>umowa na czas nieokreślony</b>
10.	Technik administracyjny	1/4etatu	<b>umowa na czas nieokreślony</b>

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

**0**

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

W 2019 ŚDS współpracował z:

- Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Łobzie - spotkania informacyjne, pomoc w załatwianiu dofinansowań dla uczestników.
- Centrum Integracji Społecznej,
- Poradnię Psychologiczno-Pedagogiczną – warsztaty, szkolenia.
- Biblioteką Miejską – spotkania.
- OPS w Węgorzynie, Radowie Małym, Resku, - współpraca.
- Łobeskim Domem Kultury - spotkania integracyjne, pomoc w organizacji, nagłośnieniu przeglądów piosenki.
- Zespołem Szkół Ogólnokształcących im. Tadeusza Kościuszki w Łobzie, spotkania z młodzieżą - **akcja wolontariatu**.
- Zespołem Szkół Gimnazjalnych w Łobzie – spotkania integracyjne.
- Przedszkolem Miejskim im. Krasnala Hałabały w Łobzie – spotkania integracyjne, wspólne warsztaty, czytanie książek w ramach akcji „Cała Polska czyta dzieciom”,
- Powiatowym Urzędem Pracy w Łobzie – spotkania z doradcą zawodowym.
- Kuratorami Społecznymi i Zawodowymi – spotkania informacyjne.
- Domami Pomocy Społecznej, Środowiskowymi Domami Samopomocy, Warsztatami Terapii Zajęciowej na terenie całego kraju, - spotkania i imprezy integracyjne.
- Powiatową Komendą Policji w Łobzie – akcje prewencyjne, pogadanki, pokazy.
- Fundacją Bonin.
- Klubem fitness „Strefa Równowagi”.

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

Realizacja poszczególnych celów i zadań w 2019 r. była zgodna z wyznaczonym planem pracy. W zakresie merytorycznym dążono do zrealizowania założonych celów i rezultatów. Poszczególne zadania – terapia, treningi były systematycznie prowadzone i zostały w pełni zrealizowane poprzez:

- Terapię zajęciową w pracowniach;
- systematyczne spotkania społeczności ŚDS;
- obchody wspólnych ważnych świąt;
- prezentowanie dorobku ŚDS wśród społeczności lokalnej;
- spotkania indywidualne i grupowe, zebrania z rodzinami i opiekunami;
- udział uczestników w organizowanych spotkaniach integracyjnych, konkursach , akcjach informacyjno - edukacyjnych;
- korzystanie z różnych form kulturalnego spędzania czasu wolnego;
- przejmowanie współodpowiedzialności za przygotowanie uroczystości;
- aktywność fizyczną, sport i zajęcia z fizjoterapeutą;
- spotkania ze specjalistami, poradnictwo psychologiczne.
- nawiązanie współpracy z gabinetem stomatologicznym- systematyczna kontrola i przeglądy zębów.

### **W roku 2019 tematami przewodnimi rocznej pracy były:**

- Kuchnia EGZOTYCZNEJ Afryki – WARSZTATY KULINARNE;
- Spotkania z Afryką – cykle poznawcze ;
- Przegląd Piosenki Osób Niepełnosprawnych Łobez 2019– „ Afryka dzika w Łobzie odkryta”;
- Cykl miesięczny: gry rekreacyjne- Rozgrywki w Rummikuba – kontynuacja zajęć, która służy rozwojowi intelektualnemu;
- Rekreacja i racjonalne odżywianie „**Sport na zdrowie**” - propagowanie zdrowego stylu życia;
- Chcę, próbuję , potrafię - treningi w grupach.
- Roczna akcja „**Zdrowy ząbek**”- prezentacje, spotkania z dentystą, wyjścia do gabinetu stomatologicznego, przegląd zębów, leczenie.

### **Informacja – Założenia pracy na 2020 r.:**

- Kuchnia MEKSYKAŃSKA – WARSZTATY KULINARNE;
- Spotkania z MEKSYKIEM, JEGO OBYCZAJAMI I KULTURĄ – cykle poznawcze ;
- Przegląd Piosenki Osób Niepełnosprawnych Łobez 2020 – „Meksykana po ŁOBESKU”;
- Cykl miesięczny: gry rekreacyjne- Rozgrywki w Rummikuba – kontynuacja zajęć , która służy rozwojowi intelektualnemu;
- Rekreacja i racjonalne odżywianie „**RUSZAMY SIĘ**” -propagowanie zdrowego stylu życia;
- „**Wyzwania do pokonania**” - treningi w grupach.



- Akcja „Zdrowy ząbek - KONTUNUACJA”- prezentacje, spotkania z dentystą, wyjścia do gabinetu stomatologicznego, przegląd zębów, leczenie.

**Dyrektor ŚDS  
mgr Monika Smulska**