



Program działalności na rok 2016

dla Środowiskowego Domu

Samopomocy

w Lubniewicach

typ C

Cel główny działalności Środowiskowego Domu Samopomocy:

Cel główny: Celem głównym jest zapobieganie izolacji społecznej, podtrzymywanie więzi rodzinnych, motywowanie do aktywności zawodowej osoby wykazujące inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych.

Cele szczegółowe:

- kształtowanie umiejętności społecznych i interpersonalnych oraz integracja ze środowiskiem lokalnym,
- wsparcie w zakresie zapewnienia uczestnikom opieki zdrowotnej (psychologicznej, psychiatrycznej, neurologicznej, edukacja zdrowotna, itp.)
- poprawa ogólnej sprawności fizycznej,
- zachęcanie do podejmowania różnych form aktywności.

Zasady organizacji zajęć:

Obiorcami programu są osoby wykazujące inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych. Zajęcia w ŚDS w Lubniewicach odbywają się 5 dni w tygodniu, w tym 6 godzin poświęconych jest na zajęcia terapeutyczne. Zajęcia prowadzone są przez instruktorów w odpowiednio wyposażonych pracowniach wg. opracowanych wcześniej dokumentów. Uczestnicy mają zapewnione dowozy, a także jeden ciepły posiłek. Zajęcia prowadzone w ośrodku dostosowane są do indywidualnych potrzeb uczestników. Pracownicy Domu dbają o dobro uczestników i wysoką jakość świadczonych usług, zachowują w tajemnicy wszelkie informacje dotyczące uczestników ich rodzin oraz na bieżąco dokumentują swoją pracę. Pobyt w Środowiskowym Domu Samopomocy powinien być zakończony (jeśli jest to możliwe) przejściem do Warsztatów Terapii Zajęciowej, CIS, a nawet uzyskaniem zatrudnienia w zakładach pracy w warunkach chronionych.

Prowadzone działania i osoby odpowiedzialne:

Prowadzona działalność	Osoba odpowiedzialna
<p>1. Trening funkcjonowania w codziennym życiu:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Trening dbałości o wygląd zewnętrzny, trening nauki higieny. ✓ Trening kulinarny, trening umiejętności praktycznych. ✓ Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi. 	<p>Instruktor terapii zajęciowej</p> <p>Terapeuta zajęciowy</p> <p>Instruktor ds. kulturalno - oświatowych</p>
<p>2. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami oraz z osobami ze środowiska lokalnego ✓ Umiejętność radzenia sobie z emocjami i trudnymi sytuacjami, ✓ Współpraca z rodzinami, opiekunami, z asystentem rodziny, psychiatrą oraz z psychologiem 	<p>Terapeuta zajęciowy</p> <p>Kierownik ŚDS</p>
<p>3. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Kulturo - terapia, ✓ Zajęcia manualne, ✓ Zajęcia komputerowe, ✓ Ludo - terapia, ✓ Muzykoterapia, ✓ Biblioterapia, ✓ Zajęcia praktyczne – stolarskie. 	<p>Instruktor do spraw kulturalno – oświatowych</p> <p>Instruktor terapii zajęciowej</p> <p>Terapeuta zajęciowy</p> <p>Kierownik ŚDS, instruktor do spraw kulturalno – oświatowych</p>

nording walking, jazda na rowerze, spacery, ✓ Fizjoterapia – ćwiczenia i masaż lecniczy.	Fizjoterapeuta
7. Trening relaksacyjny: ✓ Relaksacja przy muzyce, ✓ Wspólny odpoczynek – wyciszenie emocji, wizualizacja, „pozycja Cooka”	Terapeuta zajęciowy
8. Inne formy podejmowanych działań w ŚDS: ✓ Współpraca z stowarzyszeniami z terenu gminy Lubniewice oraz z powiatu Sulęcińskiego, ✓ Współpraca z Zespołem Szkół Samorządowych w Lubniewicach, ✓ Współpraca z PCRP Sulęcín (projekty PFRON, szkolenia) ✓ Udział w akcjach charytatywnych na rzecz osób niepełnosprawnych.	Kierownik ŚDS, Terapeuta zajęciowy

Pomieszczenia ŚDS służące do realizacji powyższych treningów:

1. Sala ogólna połączona z kuchnią:

- w zakresie terapii stosowana jest biblioterapia – rozwijanie zainteresowań literaturą;
- Ludo terapia – terapia zabawą – gry stolikowe, karty, kalambury, itp.,
- pracownicy ŚDS służą pomocą w załatwianiu spraw osobistych, urzędowych uczestników. Są to sprawy urzędowe w ZUS, Urzędzie Gminy, Sądowe, bankowe , itp.
- Indywidualna praca z uczestnikami – według potrzeb uczestników,
- prowadzenie zajęć kulinarnych, przygotowania posiłków, umiejętność obsługi sprzętów AGD tj. mikrofalówka, robot kuchenny czy zmywarka oraz umiejętność prawidłowego nakrywania do stołów.
- trening umiejętności praktycznych np. zajęcia gospodarcze (prawidłowe dbanie o czystość i porządek w pomieszczeniach , w których odbywają się w zajęciach).

2. Pracownia plastyczna:

- w zakresie powyższej terapii uczestnicy ŚDS mają możliwość rozwijania swoich zdolności manualnych poprzez wykonywanie różnorodnych form zajęć rękodzielniczych (np. haft krzyżykowy, wyszywanie, robienie biżuterii, szycie na maszynie), plastyczno – malarskich (np. malowanie na szkle, na ceramice, wyklejanie, wykorzystywanie różnego rodzaju technik zdobienia prac, jak kolaż, decupage).

3. Pracownia komputerowa:

- powyższy trening ma na celu usprawnienie i doskonalenie umiejętności obsługi sprzętów komputerowych, drukarki oraz sprawne korzystanie z internetu.

4. Sala rehabilitacyjno – wypoczynkowa:

- Ludo terapia – terapia zabawą – wyprowadzenie uczestników ze stanu apatii i izolacji za pomocą np. gier zręcznościowych polegających na współzawodnictwie,

- muzykoterapia – działająca przede wszystkim na emocje uczestników oraz ukazuje wpływ sfery słuchu na wzrok;

- w ośrodku prowadzone są również zajęcia zmierzające do podnoszenia sprawności fizycznej i rehabilitacyjnej uczestników. Posiadany sprzęt rehabilitacyjny pozwala na wykonywanie przez uczestników ćwiczeń wg indywidualnych potrzeb oraz możliwości uczestnika. Ponadto prowadzone są ruchowe gry zespołowe.

- trening relaksacyjny – relaksacja przy muzyce, wizualizacja.

- zajęcia rehabilitacyjne, fizjoterapia.

5. Pokój wyciszeni:

- powyższy pomieszczenie służy m.in. do prowadzenia zajęć z zakresu indywidualnego poradnictwa psychologicznego, socjalnego, itp.

- ponad to służy do wyciszania emocji, odpoczynku uczestników.

6. Łazienka:

- prowadzone są zajęcia z zakresu dbania o higienę osobistą oraz dbania o swój wygląd zewnętrzny.

Niektórzy z uczestników regularnie korzystają z natrysku znajdującego się w łazience.

7. Pralnia – suszarnia:

- zajęcia prowadzone są z zakresu umiejętności praktycznych tj. pranie i obsługa urządzeń AGD – pralki, żelazka.

8. Ogródek – teren zielony przy ŚDS:

- prowadzone są zajęcia z zakresu prawidłowego dbania o zielen wokół nas. Zajęcia te również mają na celu relaksację uczestników oraz wyładowanie negatywnych emocji oraz poprawę kondycji fizycznej uczestników.

9. Pracownia stolarsko – techniczna:

- powyższa sala służy do prowadzenia zajęć związanych z wykonywaniem prac w drewnie, z nabyciem umiejętności samokontroli tempa pracy, posługiwaniem się ręcznymi narzędziami, elektro-narzędziami do obróbki drewna. Celem zajęć jest przede wszystkim rozwijanie zdolności manualnych uczestników, nauka obróbki drewna, tworzenie szablonów do pracy i odrysowywanie ich w drewnie, rozbudzanie zainteresowania pracą i wprowadzanie swoich pomysłów, oraz utrwalanie zasad bezpieczeństwa korzystania z różnych narzędzi i urządzeń technicznych.

Możliwości realizacyjne poszczególnych form działania:

Etaty:

1. Kierownik/ instruktor terapii	0,75/0,25
2. Terapeuta zajęciowy	1,0
3. Instruktor terapii	1,0
4. Instruktor ds. kulturalno – oświatowych	1,0
5. Psycholog	0,05
6. Fizjoterapeuta	0,05

Typ domu: C, liczba miejsc: 5.

PODPIS KIEROWNIKA JEDNOSTKI:

KIEROWNIK ŚDS
Nowacka
mgr Magdalena Nowacka

PODPIS CZŁONKÓW ZESPOŁU:

Joanna Słompek
Anna Nadobnik
PSYCHOLOG
Faściszewski
mgr Bartłomiej Faściszewski