

**PROGRAM DZIAŁALNOŚCI
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W RUMSKU (TYP A)
dla osób przewlekle chorych psychicznie**

Środowiskowy Dom Samopomocy w Rumsku (dalej zwany ŚDS) z uwagi, iż jest placówką typu AB świadczy usługi na rzecz pełnoletnich osób, przewlekle chorych psychicznie i upośledzonych umysłowo. Podstawowym zadaniem domu jest przede wszystkim podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności osób uczestniczących w zajęciach, niezbędnych do samodzielnego życia, oraz zapewnienie wszechstronnego i kompleksowego wsparcia podopiecznym. ŚDS w Rumsku dysponuje 21 miejscami. Na rok 2014 zakwalifikowanych jest 19 osób z upośledzeniem umysłowym i 2 osoby przewlekle chore psychicznie.

Uczestnicy przebywać będą w placówce przez 5 dni w tygodniu, od poniedziałku do piątku, w godzinach 7³⁰- 15³⁰.

Choroby psychiczne znacznie upośledzają umiejętności radzenia sobie w życiu codziennym, narażając chorego na odrzucenie przez otoczenie z powodu odmienności jego zachowań, reakcji i psychotycznych przeżyć. Funkcjonowanie społeczne i zawodowe wielu chorych jest utrudnione wskutek odrzucających postaw i wrogości otoczenia, izolowania chorych psychicznie, lęku przed nimi i przypisywanie im cech, których nie posiadają. Destrukcyjna stygmatyzacja tych osób silniej występuje w małych środowiskach np. w środowiskach wiejskich. U osób chorych psychicznie często obserwuje się wielkie trudności z właściwym pełnieniem ról społecznych i nieprzystosowaniem społecznym oraz poczucie wyobcowania i osamotnienia. Stan ten jest wynikiem zaburzeń natury chorobowej i negatywnych następstw reakcji społecznych. Pomoc chorym to także wpływanie na zmianę postaw ludzi zdrowych.

I. Cel główny

Nadrzędnym celem działalności Środowiskowego Domu Samopomocy jest podnoszenie jakości życia i zapewnienie oparcia społecznego osobom mającym trudności z prawidłowym funkcjonowaniem w otoczeniu społecznym. Proponowany program działalności placówki ma pomagać w rozwijaniu autonomii osób przewlekle chorych psychicznie oraz wspierać ich najbliższe środowisko rodzinne i społeczne.

II. Cele szczegółowe

1. Stworzenie wsparcia społecznego osobom przewlekle chorym psychicznie poprzez pomoc w zaspokajaniu ich potrzeb bytowych, zdrowotnych, edukacyjnych, społecznych.
2. Podtrzymanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia.
3. Kształtowanie motywacji do akceptowanych przez otoczenie zachowań.
4. Wyrabianie nawyków celowej aktywności.
5. Stworzenie miejsca dającego osobom po kryzysie psychicznym, chorym psychicznie, poczucie bezpieczeństwa i akceptacji.
6. Budowanie społeczności opartej na zasadzie wzajemnej życzliwości, zrozumieniu problemów, wsparcia w dążeniu do poprawy jakości życia i samodzielności.
7. Wspieranie postaw samopomocy i pomocy wzajemnej.

8. Aktywizacja w kierunku rozbudzenie i podtrzymania zainteresowań własnych oraz podnoszenie poziomu aktywności fizycznej, psychicznej oraz twórczej.
9. Podnoszenie kompetencji w zakresie umiejętności życia z problemami zdrowotnymi, zaradności życiowej oraz aktywizacji zawodowej.
10. Nawiązywanie i podtrzymywanie kontaktów ze społecznością lokalną.
11. Wyrabianie i podtrzymywanie u uczestników zainteresowania życiem społecznym i kulturalnym.
12. Pomoc w dostępie do psychiatrycznej opieki zdrowotnej i poradnictwa psychologicznego.
13. Wyrównywanie szans osób niepełnosprawnych w życiu społecznym.

Wszystkim tym działaniom będzie przyświecać myśl, żeby utrzymać uczestników ŚDS w ich środowisku społecznym i rodzinnym.

III. Formy prowadzonej działalności przez ŚDS w Rumsku dla osiągnięcia wyznaczonych celów

Postępowanie wspierająco – aktywizujące realizowane przez Środowiskowy Dom Samopomocy w Rumsku obejmować będzie:

1. **Trening funkcjonowania w codziennym życiu, w tym:** trening dbałości o wygląd zewnętrzny, trening higieniczny, trening kulinarny, trening umiejętności praktycznych- dbanie o estetykę, obsługę podstawowych urządzeń domowych, w tym elektrycznych i elektronicznych, trening farmakologiczny, trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi – uczą się planowania zakupów, orientacji w cenach, racjonalnego gospodarowania swoimi dochodami, trening podstawowych umiejętności nawiązywania i podtrzymywania rozmowy;
2. **Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, w tym:** kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury. W ramach tego treningu uczestnicy poznają zasady współżycia społecznego i uczą się ich przestrzegania. Ponadto poznają metody i sposoby załatwiania spraw urzędowych, korzystania z instytucji użyteczności publicznej i ośrodków kultury. Trening umiejętności społecznych ma na celu rozwijanie kreatywności, wytrwałości, decyzyjności, ale również poczucie wspólnoty, społecznej odpowiedzialności i odwagi w poruszaniu się w środowisku. Motywowani są także do stałego dbania o swoje zdrowie poprzez stały kontakt z poradniami specjalistycznymi i lekarzami różnych specjalności;
3. **Trening umiejętności spędzania czasu wolnego, w tym:** rozwijanie zainteresowań literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi, Internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego polega na umożliwieniu uczestnikom rozrywki i rekreacji oraz na poznawaniu i rozwijaniu ich zainteresowań. W toku tego treningu uczestnicy uczą się prawidłowego zachowania w miejscach publicznych. Poprzez biblioterapię i korzystanie z mediów nabywają wiedzy o świecie, poszerzają swoje horyzonty. W ramach tej formy aktywizacji Środowiskowy Dom Samopomocy organizuje wycieczki rowerowe, wyprawy turystyczne i różnego rodzaju imprezy plenerowe, które zapewniają kontakt z przyrodą i przybliżają dziedzictwo

kulturowe. Uczestnicy mają możliwość korzystania ze sprzętu sportowego oraz gier planszowych;

4. **Terapię ruchową, w tym:** zajęcia sportowe, turystykę i rekreację. Rehabilitacja fizyczna prowadzona będzie przez cały zespół wspierająco – aktywizujący w czasie terapii zajęciowej np. ćwiczenia manualne, ćwiczenia relaksacyjne, zabawy ruchowe i sportowe na salce rehabilitacyjnej i w plenerze. Ponadto na świeżym powietrzu rozwijanie wydolności fizycznej możliwe jest dzięki zajęciom sportowym, spacerom, szlakom doskonalącym orientację w terenie, wycieczkom rowerowym oraz Nordic Walking. Będą prowadzone zajęcia podtrzymujące sprawność fizyczną oraz rozładowujące napięcie psychiczne;
5. **Poradnictwo psychologiczne – indywidualne i grupowe**, które wynika z indywidualnego planu terapeutycznego każdego uczestnika. Działania zaplanowane w indywidualnym planie terapeutycznym są konsultowane - w miarę możliwości – z rodziną uczestnika, lekarzem prowadzącym oraz z całym zespołem wspierająco- aktywizującym. Indywidualne plany terapeutyczne podlegają w razie konieczności bieżącej weryfikacji.
6. **Terapię zajęciową**, która pozwala na zapoznanie się z różnymi technikami pracy i daje namiastkę pracy zawodowej. W ramach terapii zajęciowej w ŚDS działać będą: pracownia krawiecka, rękodzieła i plastyki, pracownia kulinarna, pracownia majsterkowicza i hortikuloterapii. Odbywają się także zajęcia teatralno - muzyczne i komputerowe. Działania w poszczególnych pracowniach motywują do podejmowania wysiłku i dają poczucie osiągnięcia zamierzonego celu. Praca w grupie pozwala na wytworzenia atmosfery zaufania i szacunku dla pracy innych, tworzy poczucie więzi społecznej, stwarza możliwości pomocy osobom słabszym oraz korzystania z pomocy osób sprawniejszych.
7. **Współpracę z rodzinami i najbliższym środowiskiem uczestników, a także pośredniczenie w kontaktach z różnymi instytucjami**, np. ośrodkami pomocy społecznej, ośrodkami zdrowia, urzędem gminy, szkołami znajdującymi się na terenie gminy, środowiskowymi domami samopomocy, poradniami zdrowia psychicznego i wszelkimi innymi instytucjami zajmującymi się problemami osób niepełnosprawnych;
8. **Aktywne uczestnictwo we wszystkich formach imprez i wydarzeń kulturalnych** mających na celu integrację ze środowiskiem osób pełnosprawnych.

Program działalności Środowiskowego Domu Samopomocy będzie realizowany w toku ściśle zaplanowanych zajęć (obowiązują plany roczne, plany dzienne, plany zajęć w poszczególnych pracowniach). Przestrzeganie harmonogramu zajęć zapewnia uczestnikom poczucie bezpieczeństwa, a ponadto uczy wykorzystywania czasu tak na pracę, jak i odpoczynek. Ponadto umożliwi efektywne wykorzystywanie czasu pracy personelowi placówki.

Program realizowany będzie także podczas wyjazdów integracyjnych, wycieczek, turnusów rehabilitacyjnych, imprez okolicznościowych i plenerowych, przyjmując za cel nadrzędny optymalne funkcjonowanie uczestników ŚDS i ich potencjalny rozwój.

ŚDS oferuje także uczestnikom poza codziennymi zajęciami w poszczególnych pracowniach terapeutycznych:

- zajęcia indywidualne,
- pomoc w załatwianiu spraw urzędowych,
- pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia,
- poradnictwo socjalne,

- ciepły posiłek przygotowany w ramach zajęć kulinarnych;
- niezbędną opiekę;
- systematyczne utrzymywanie kontaktu z rodziną uczestnika,
- zajęcia świetlicowe, gry planszowe, grę w tenisa stołowego i piłkarzyki,
- imprezy integracyjne organizowane na terenie ŚDS (Wigilia, spotkanie Andrzejkowe, Walentynkowe, imieniny i urodziny uczestników, inne imprezy okolicznościowe) oraz przez inne placówki. Są one nieodłączną i bardzo istotną formą zajęć terapeutycznych dających uczestnikom możliwość przełamania bariery izolacji i podjęcia próby pełniejszego uczestnictwa w niektórych dziedzinach życia społecznego,
- inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w terapii lub pracy w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy.

W przypadku osiągnięcia przez uczestnika poziomu samodzielności umożliwiającego uczestnictwo w innych formach wsparcia, zespół wspierająco-aktywizujący wnioskuje do jednostki prowadzącej o umożliwienie uczestnikowi korzystania z innych form wsparcia w celu kontynuacji procesu usamodzielnienia, w szczególności poprzez odpowiednie formy rehabilitacji.

IV. Sposób dokonywania oceny postępów uczestników

Każdy z uczestników ŚDS w Rumsku podlega ocenie zespołu wspierająco – aktywizującego. Ścieżka postępowania z podopiecznym opisana jest w Indywidualnym Planie Postępowania Wspierająco – Aktywizującego aktualizowanym raz do roku, w razie konieczności co pół roku. Dokument opracowywany jest przez wszystkich terapeutów oraz psychologa. Każdy uczestnik podlega obserwacji i raz w miesiącu pracownicy sporządzają notatki dotyczące aktywności uczestnika, jego zachowań, motywacji do zajęć itp. Wnioski z terapii dokumentowane są także w Karcie Okresowej Oceny Wyników Postępowania Wspierająco - Aktywizującego. Aby dokonać poprawnej i miarodajnej oceny uczestników, każdy z terapeutów prowadzi dziennik terapii, w którym codziennie wpisuje zakres i formę prowadzonej terapii, wymienia uczestników terapii oraz opisuje ich aktywność. Prowadzona jest także ewidencja obecności uczestników.

V. Możliwości realizacji poszczególnych form działania

1. Zatrudniona kadra spełnia wymagane rozporządzeniem standardy dotyczące stażu pracy, kwalifikacji zawodowych, wskaźnika zatrudnienia do pracy z osobami przewlekle chorymi psychicznie.
2. Pracownicy systematycznie podnoszą swoje kwalifikacje zawodowe uczestnicząc w szkoleniach i warsztatach.
3. ŚDS posiada odpowiednio wyposażone pomieszczenia i sprzęt umożliwiające realizację poszczególnych zadań.
4. Obiekt jest w trakcie realizacji zadań dochodzenia do standardów.

VI. Kierunki dalszego rozwoju ŚDS w Rumsku

1. Poszukiwanie nowych form i metod pracy.
2. Pozyskiwanie wykwalifikowanej kadry.
3. Zakup nowych programów edukacyjnych.
4. Podnoszenie kwalifikacji zawodowych pracowników.

5. Dostosowywanie obiektu do standardów.
6. Współpraca z instytucjami na terenie gminy i poza nią.
7. Usamodzielnianie uczestników.
8. Stały kontakt z byłymi uczestnikami.

Opracowała: Danuta Stegienta

Rumsko, dn. 07.11.2013 r.

Zaakceptował:

Główczyce, dn.

Uzgodniono z Wojewodą Pomorskim

Gdańsk, dn.

Zatwierdził:

Główczyce, dn.