

**PROGRAM DZIAŁALNOŚCI  
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W RUMSKU (TYP B)  
dla osób upośledzonych umysłowo**

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. 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 7<sup>30</sup> - 15<sup>30</sup>.

Upośledzenie umysłowe stanowi grupę zaburzeń psychicznych, których wspólną cechą jest istnienie mniejszej od przeciętnej sprawności intelektualnej, a także istotnie mniejsza od przeciętnej zdolność przystosowania społecznego. Cechuje ich bezradność oraz brak zrozumienia otaczającej rzeczywistości.

Dom typu B – jest placówką pobytu dziennego dla osób upośledzonych umysłowo w stopniu:

- umiarkowanym, znacznym i głębokim,
- lekkim, gdy osoba ta ma sprzężone zaburzenia, zwłaszcza neurologiczne.

Oferta środowiskowego domu samopomocy typu B wychodzi naprzeciw potrzebom osób niepełnosprawnych intelektualnie, które wymagają środowiskowego wsparcia ukierunkowanego na terapię społeczną dającą im możliwość funkcjonowania w grupie rówieśniczej, aktywnego spędzania czasu, rozwijania umiejętności z zakresu samoobsługi i przygotowania do podjęcia pracy.

### **I. Cel główny**

Podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności, osób uczestniczących w zajęciach, niezbędnych do samodzielnego życia, oraz zapewnienie wszechstronnego i kompleksowego wsparcia podopiecznym poprzez realizację programu wspierająco – aktywizującego.

### **II. Cele szczegółowe**

1. Podtrzymanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia.
2. Kształtowanie umiejętności z zakresu podstawowych czynności dnia codziennego.
3. Wypracowanie nawyków dbania o własne zdrowie, higienę osobistą oraz wygląd zewnętrzny.
4. Kształtowanie motywacji do akceptowanych przez otoczenie zachowań.
5. Wyrabianie nawyków celowej aktywności.
6. Stworzenie miejsca dającego osobom upośledzonym umysłowo poczucie bezpieczeństwa i akceptacji.
7. Budowanie społeczności opartej na zasadzie wzajemnej życzliwości, zrozumieniu problemów, wsparcia w dążeniu do poprawy jakości życia i samodzielności.
8. Wspieranie postaw samopomocy i pomocy wzajemnej.
9. Aktywizacja w kierunku rozbudzenie i podtrzymania zainteresowań własnych oraz podnoszenie poziomu aktywności fizycznej, psychicznej oraz twórczej.
10. Nawiązywanie i podtrzymywanie kontaktów ze społecznością lokalną.

11. Wyrabianie i podtrzymywanie u uczestników zainteresowania życiem społecznym i kulturalnym.
12. Pomoc w dostępie do lekarzy specjalistów.
13. Usamodzielnianie w zakresie załatwiania spraw urzędowych oraz w poruszaniu się.
14. Wyrównywanie szans osób niepełnosprawnych w życiu społecznym.

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

Bardzo ważnym elementem procesu terapeutycznego, który może wpłynąć na zahamowanie pogłębiania się upośledzenia umysłowego jest dobrze przygotowana i trafnie postawiona diagnoza. Terapeuci dostosowują treści, metody i organizację zajęć do możliwości psychofizycznych uczestników, a także możliwości korzystania z pomocy psychologiczno-pedagogicznej i specjalnych form pracy dydaktycznej. Każdy z uczestników traktowany jest podmiotowo, uczestniczy w zajęciach zgodnie z możliwościami psychofizycznymi oraz indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym. Tworząc plany pracy na poszczególne pracownie i dla poszczególnych uczestników, dostosowuje się je do zmieniających się możliwości podopiecznego. Postępowanie wspierające jest zindywidualizowane i oparte na elastycznym, długotrwałym procesie terapeutycznym.

### **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 ( obowiązuje 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 umożliwia 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 umożliwiający 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. ....