

Program działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Pleszewie

Typ B - dla osób upośledzonych umysłowo

Dane kontaktowe:

adres: 63-300 Pleszew, ul. Kazimierza Wielkiego 7

telefon: (0-62) 74-28-360

faks: (0-62) 74-28-360

e-mail: sds.pleszew@wp.pl

Motto: „Śmiały los sprzyja”

— Przeznaczenie

Środowiskowy Dom Samopomocy w Pleszewie przy ulicy K. Wielkiego 7 (zwany dalej ŚDS-em) jest jednostką prowadzoną przez Stowarzyszenie „Zrozumieć i Pomóc” w Pleszewie. ŚDS jest placówką dziennego pobytu typu ABC, przeznaczoną dla 40 osób.

Uczestnikami ŚDS w Pleszewie mogą być również osoby ze spektrum autyzmu lub niepełnosprawnościami sprzężonymi.

ŚDS funkcjonuje 5 razy w tygodniu (od poniedziałku do piątku) w godz. 7.00 – 15.00.

— Cele główne ŚDS

- podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do funkcjonowania w codziennym życiu,
- rehabilitacja lecznicza, społeczna i zawodowa,
- zapewnienie niezbędnej opieki,
- minimalizowanie barier utrudniających uczestnikom ŚDS pełne uczestnictwo w życiu społeczności lokalnej, przeciwdziałając izolacji społecznej,
- podniesienie świadomości społecznej mieszkańców Ziemi Pleszewskiej dotyczącej zasad funkcjonowania we wspólnocie lokalnej z uczestnikami ŚDS,
- poprawienie jakości i efektywności usług świadczonych na z uczestników ŚDS i ich rodzin,

- pogłębianie współpracy między podmiotami i instytucjami działającymi w obszarze pomocy społecznej,
- promowanie działań pomocowych.

— Cele szczegółowe

- Przyswajanie zasad prawidłowego odżywiania a także umiejętności samodzielnego i bezpiecznego przyrządzania prostych potraw;
- Nauka umiejętności przydatnych w prowadzeniu indywidualnego gospodarstwa domowego;
- Nabywanie umiejętności efektywnego wykorzystywania środków finansowych;
- Umożliwienie ekspresji artystycznej i odreagowania napięć poprzez zabawę oraz rozmaite działania twórcze wykorzystujące różnorodne tworzywo plastyczne;
- Rozbudzanie i rozwijanie indywidualnych zdolności twórczych;
- Poprawa samopoczucia psychofizycznego oraz rozładowanie napięć i emocji a także rozwijanie wyobraźni poprzez słuchanie, tworzenie, śpiewanie i granie;
- Nauka i doskonalenie umiejętności pracy z komputerem;
- Zapoznanie się z wybranymi dziełami literackimi, prasą oraz innymi pozycjami wydawniczymi;
- Dostarczenie możliwości relaksu oraz nauka przestrzegania zasad gier i rywalizacji;
- Umożliwienie lepszej integracji, pokonywanie zahamowań społecznych i budowanie zaufania;
- Zapoznanie się z wybranymi audycjami radiowymi i telewizyjnymi;
- Korzystanie z oferty kulturalnej, rozrywkowej, artystycznej, turystycznej w środowisku lokalnym;
- Nabywanie odpowiednich nawyków i umiejętności dotyczących higieny;
- Nabywanie odpowiednich nawyków dbałości o wygląd zewnętrzny oraz utrzymywania czystości w otoczeniu;
- Umożliwienie dostępu do niezbędnych świadczeń zdrowotnych;
- Usprawnienie oraz podtrzymywanie sprawności ruchowej;
- Podniesienie aktywności fizycznej i promocja zdrowego stylu życia;
- Tworzenie warunków sprzyjających aktywności ruchowej;
- Motywowanie do codziennego wykonywania ćwiczeń;
- Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, oraz z innymi osobami;

- Nabywanie umiejętności radzenia sobie z problemami oraz trudnymi sytuacjami międzyludzkimi;
- Pomoc oferowana uczestnikom i ich opiekunom przeżywającym kryzysy lub trudności przystosowawcze;
- Zidentyfikowanie problemów i określenie sposobów ich rozwiązania.

— Zadania rewalidacji w ŚDS Pleszew

Wszelkie działania prowadzone przez zespół wspierająco – aktywizujący ukierunkowane są na:

- Kompensację: wyrównywanie braków w danej dziedzinie; zredukowanie przeszkód utrudniających rozwój uczestnika upośledzonego umysłowo w usamodzielnieniu i adaptacji społecznej;
- Korekcję: ukierunkowane działania mają na celu poprawianie poprzez zabiegi lecznicze zaburzeń funkcji organicznej, psychicznej, psychofizycznej;
- Wzmacnianie i usprawnianie, czyli stymulowanie i dynamizowanie rozwoju przy wykorzystaniu sił własnych i czynników środowiskowych,
- Adaptację społeczną.

— Zasady pracy terapeutycznej zespołu wspierająco – aktywizującego

- Dobra znajomość rodzaju i stopnia upośledzenia, możliwości rozwojowych, zachowanych sprawności i umiejętności, postaw, zainteresowań;
- Uwzględnianie sił i możliwości uczestnika oraz czynników podnoszących próg tolerancji na frustrację;
- Stosowanie metod kompensacyjnych, korygujących, usprawniających i dynamizujących uczestnika;
- Rozumienie problemów społecznych i psychologicznych nurtujących rodziców lub opiekunów;
- Możliwie pełna indywidualizacja pracy z każdym uczestnikiem;
- Stawianie zadań dostosowanych do możliwości uczestnika i zapewnienie warunków do poprawnego ich wykonywania;
- Wolne, systematyczne przechodzenie od zadań łatwiejszych do trudniejszych, od prostych do bardziej złożonych;
- Zapewnienie warunków do utrwalania prawidłowych umiejętności i likwidowania niekorzystnych nawyków;
- Dostosowywanie czasu trwania poszczególnych zadań do wydolności uczestnika.

— Realizowane treści programowe w poszczególnych formach działalności

Program terapeutyczny w ŚDS realizowany jest poprzez postępowanie wspierająco- aktywizujące dostosowane do potrzeb i możliwości psychofizycznych uczestnika.

Uczestnicy pod okiem wykwalifikowanych specjalistów terapeutów uczestniczą w zajęciach, które odbywają się w zakresie przewidzianym planami. Plany te uwzględniają założenia indywidualnych planów postępowania tworzonych przez zespół wspierająco-aktywizujący.

W ramach działalności domu, w wyznaczonych dniach i godzinach, odbywają się zajęcia klubowe przeznaczone dla osób oczekujących na przyjęcie do domu oraz byłych uczestników.

Podstawą pracy terapeutycznej w ŚDS są metody czynnościowe, które zaspakajają najważniejsze potrzeby uczestnika poprzez: działanie, przeżywanie, odkrywanie i poznawanie.

Terapeuta tworzy sytuacje zadaniowe tak, aby uczestnik mógł rozwiązać określony ciąg sytuacji zadaniowo – czynnościowych, stwarzając okazję do polisensorycznego poznania i uruchomienia procesów zaangażowanych na poziomie poznania pośredniego rzeczywistości – różnicowanie przedmiotów, cech, porządkowanie, klasyfikowanie, uogólnianie i abstrahowanie.

Zasadniczym momentem metody czynnościowej jest wykształcenie umiejętności rozwiązywania sytuacji zadaniowych w myśli bez konieczności wykonywania operacji na konkretach, opanowanie pojęć uwzględniające przechodzenie od operacji konkretnych do operacji abstrakcyjnych.

— Formy działalności

Program terapeutyczny w ŚDS realizowany jest poprzez postępowanie wspierająco – aktywizujące dostosowane do potrzeb i możliwości psychofizycznych uczestnika.

Uczestnicy pod okiem wykwalifikowanych specjalistów terapeutów uczestniczą w zajęciach, które odbywają się w zakresie przewidzianym planami. Plany te uwzględniają założenia indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizujących tworzonych przez zespół wspierająco-aktywizujący. W ramach działalności domu, w wyznaczonych dniach i godzinach, odbywają się zajęcia klubowe przeznaczone dla osób oczekujących na przyjęcie do domu oraz byłych uczestników. Funkcjonuje również Punkt Konsultacyjny oferujący pomoc osobom przewlekłe psychicznie chorym i ich rodzinom przeżywającym kryzysy lub trudności przystosowawcze.

Usługi w domu świadczone są w trzech pracowniach:

I. W pracowni funkcjonowania w codziennym życiu

Poprzez realizację:

- a. Treningu kulinarnego
- b. Treningu umiejętności praktycznych
- c. Treningu budżetowego

Głównym celem codziennych działań terapeutycznych realizowanych w w/w pracowni jest wyposażenie uczestników w jak najszersze umiejętności i kompetencje umożliwiające samodzielne

wykonywanie czynności życiowo – domowych. Priorytetowym elementem oddziaływania terapeutycznego pracowni jest nauka gospodarowania domowego tj.: dbałość o porządki, pranie, prasowanie, utrzymywanie odzieży w czystości, prace w ogrodzie, umiejętności przyrządzania posiłków codziennych i świątecznych.

Podopieczni uczą się planować zakupy i wydatki, gospodarować swoim czasem wolnym. Opanowują obsługę sprzętu gospodarstwa domowego tj.: robot wielofunkcyjny, piekarnik, kuchenka gazowa i elektryczna, zmywarka, kuchenka mikrofalowa, gofrownica, pralka, żelazko itp. Uwzględniając potrzeby osób chorych psychicznie działalność merytoryczna pracowni funkcjonowania w życiu codziennym ukierunkowana jest na zajęcia kulinarne wg zainteresowań, trening umiejętności praktycznych, pogadanki tematyczne, tematyczne warsztaty kulinarne np. sztuka zdobienia potraw, dekorowanie stołu, słodkie wypieki itp.

Trening rozpoczyna się od opanowywania najprostszych czynności, a następnie stopień trudności zadań sukcesywnie zwiększa się; po rozpoznaniu indywidualnych możliwości i predyspozycji poszczególnych uczestników, wprowadzane są czynności bardziej rozbudowane, mobilizujące do samodzielności w działaniu, rozwijania i utrwalania osobistych nawyków sanitarno – higienicznych.

II. W pracowni działań twórczych

Umożliwiającej rozwijanie umiejętności spędzania czasu wolnego w ramach:

- a. Zajęć plastycznych
- b. Zajęć muzycznych
- c. Literatury
- d. Gier i zabaw
- e. Zajęć komputerowych
- f. Audycji radiowych i telewizyjnych
- g. Spotkań towarzyskich i kulturalnych
- h. Wycieczek i spacerów

Zajęcia organizowane w w/w pracowni polegają na usprawnianiu fizycznym i psychicznym uczestników poprzez podejmowanie różnych działań wspierająco – aktywizujących. Głównym celem pracowni działań twórczych jest doskonalenie posiadanych umiejętności plastycznych, muzycznych oraz nauka pracy z komputerem. Uczestnik w trakcie zajęć ma możliwość zapoznania się z prasą lokalną, dziełami literackimi oraz z wybranymi audycjami radiowymi i telewizyjnymi. W ramach w/w zajęć dochodzi do ujawnienia i odreagowania negatywnych emocji, rozwijania wyobraźni i twórczego myślenia, nauki gospodarowania i planowania, motywowania do udziału w konkursach recytatorskich, muzycznych, turniejach warcabowych, wystawach organizowanych przez różne instytucje. Uczestnicy biorą również aktywny udział w życiu kulturalnym poprzez: wyjścia do kina lub teatru, na koncerty oraz udział w spotkaniach integracyjnych, zabawach tanecznych organizowanych przez ŚDS w Pleszewie lub inne placówki o podobnym charakterze działania organizowane na terenie miasta i gminy Pleszew i nie tylko.

W pracowni prowadzona jest również terapia indywidualna i grupowa polegająca na rozwijaniu zainteresowań plastycznych osób uczęszczających na zajęcia. Zajęcia dostosowane są do potrzeb, możliwości i zainteresowań uczestników. Dobór zajęć uwzględnia aktualny stan psychiczny, możliwości fizyczne oraz poziom społeczno-kulturalny uczestnika. Terapeuta w pracowni działań twórczych stara się dostosowywać stopień trudności zajęć w ten sposób, aby umożliwić on uczestnictwo większej grupy osób o różnym stopniu uzdolnienia plastycznego i manualnego. Taka forma zajęć jest ważnym czynnikiem w zapobieganiu regresji. Polega na stopniowym angażowaniu uczestnika w życie społeczne przez udział we wspólnej celowej aktywności, zwykle z pogranicza pracy użytkowej i twórczości artystycznej.

Uczestnik ma możliwość bezstłownej ekspresji przeżyć oraz poczucie przynależności do grupy, co pozwala mu na integrację z nią i skłania do współdziałania z innymi ludźmi. Celem zajęć jest nie tylko odtworzenie więzi grupowych i współpracy z innymi, ale stopniowe zrozumienie własnych potrzeb i możliwości oraz odzyskanie wiary w siebie.

III. W pracowni zdrowego stylu życia

W zakresie:

- a. Treningu nauki higieny
- b. Treningu dbałości o wygląd zewnętrzny
- c. Terapii ruchowej
- d. Zajęć sportowych i rekreacyjnych
- e. Pomocy w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych.

Pracownia zdrowego stylu życia zapewnia uczestnikom korzystanie z terapii ruchowej w tym zajęcia sportowe, turystykę i rekreację. Wszystkie zajęcia realizowane są w oparciu o założenia rehabilitacji leczniczej. Istotna jest tutaj idea promowania zdrowego stylu życia oraz utrwalanie odpowiednich nawyków i umiejętności dotyczących higieny. Udział w zajęciach mobilizuje do aktywności ruchowej, ćwiczeń ogólnokondycyjnych oraz ćwiczeń relaksacyjnych i uspokajających.

W pracowni zdrowego uczestnicy uzyskują również pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych poprzez: umawianie wizyt lekarskich u psychiatrów i psychologów a w razie potrzeb u innych lekarzy specjalistów, wizyt stomatologicznych, ginekologicznych itp., pomoc w wykupieniu leków, podawanie leków według zaleceń, pozyskiwanie informacji na temat zdrowego i higienicznego trybu życia, współpracę z przychodniami rodzinnymi w celu umówienia niektórych uczestników na wizytę, a w razie potrzeby uczestniczenie w wizytach lekarskich, pomoc w przyjęciu chorych uczestników do szpitala, współpraca z poradnią zdrowia psychicznego w celu promocji ośrodka i kierowania nowych osób do ŚDS, zapewnienie niezbędnej opieki uczestnikom podczas pobytu w ŚDS.

Dodatkowe formy działalności:

1. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów

Trening dotyczy wszystkich możliwych celowych działań związanych z kontaktem z drugą osobą i grupą, naukę rozwiązywania problemów i adaptacji do różnorodnych sytuacji społecznych. Ma na celu kształtowanie głównie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury. Ponadto w treningu tym zawiera się: praca nad kulturą języka, wystawianiem i wymową, nawiązywanie i podtrzymywanie kontaktów społecznych (spotkania i różne wyjazdy integracyjne), kształcenie umiejętności komunikowania się i współpracy w grupie (zabawy mające na celu wcielenie się w konkretną rolę lub osobę, nauka radzenia sobie z własnymi emocjami, itp.), praca nad kształtowaniem postaw koleżeństwa (nauka kultury osobistej, nauka pomagania innym, nauka pracy w grupach), kształtowanie wśród uczestników postawy aktywności i odpowiedzialności (motywowanie do właściwych zachowań, przestrzeganie przed złymi zachowaniami i ich konsekwencjami).

2. Poradnictwo psychologiczne

Forma pomocy oferowana przez psychologa uczestnikom ŚDS-u i ich opiekunom przeżywającym kryzysy lub trudności przystosowawcze. Celem jest zidentyfikowanie problemu i poszukiwanie sposobów jego rozwiązania.

Poradnictwo obejmuje ponadto:

- Interwencję kryzysową – działanie zmierzające do odzyskania przez osobę dotkniętą kryzysem zdolności jego samodzielnego rozwiązania, służy wsparciu emocjonalnemu osoby w kryzysie. Kryzys jest stanem, który cechuje się dużym napięciem emocjonalnym, uczuciem przerażenia, obawą przed utratą kontroli i poczuciem bezradności oraz różnymi formami dezorganizacji zachowania i objawami somatycznymi.
- Prewencję psychologiczną – zespół działań, w których wykorzystuje się metody i środki psychologiczne w celu obniżenia prawdopodobieństwa wystąpienia zaburzeń w funkcjonowaniu somatycznym, psychicznym i społecznym. Cel ten osiąga się poprzez przeciwdziałanie czynnikom ryzyka lub ich minimalizowanie i wzmacnianie zasobów.

3. Trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami komunikacji werbalnej

Zakres tematyczny treningu to m.in. rola komunikacji w zwiększaniu samodzielności uczestnika, komunikaty werbalne i niewerbalne, bariery komunikacyjne, motywacja komunikacyjna, metody i systemy komunikacji alternatywnej.

4. Działalność klubowa

Działalność klubowa – prowadzona zgodnie z potrzebami zgłaszanymi przez uczestników, w czasie wyznaczonym przez dyrektora

5. Dowóz uczestników

ŚDS zapewnia uczestnikom dowożenie na zajęcia i odwożenie po zajęciach.

W ramach wszystkich usług przewiduje się sprawowanie niezbędnej opieki , którą objęty zostanie każdy uczestnik Środowiskowego Domu Samopomocy.

— Możliwości realizacyjne poszczególnych form działania:

Zatrudniona w Środowiskowym Domu Samopomocy w Pleszewie kadra, która tworzy zespół wspierająco-aktywizujący posiada odpowiednie kwalifikacje do świadczenia usług na rzecz uczestników. Pracownicy posiadają kwalifikacje zgodne z obowiązującymi przepisami. W miarę możliwości systematycznie korzystają ze szkoleń zewnętrznych i wewnętrznych.

Personel ŚDS stanowią:

- dyrektor,
- z-ca dyrektora,
- główna księgowa,
- psycholog,
- pracownik socjalny
- terapeuci,
- instruktorzy terapii zajęciowej,
- fizjoterapeuta,
- pielęgniarka,
- opiekun
- sprzątaczk.

Obiekt, w którym usługi są świadczone jest usytuowany w miejscu zapewniającym bezpieczeństwo i spokój uczestników zajęć jest pozbawiony barier architektonicznych, jest wyposażony w udogodnienia umożliwiające funkcjonowanie osobom niepełnosprawnym.

Pomieszczenia wyposażone są w meble i sprzęty niezbędne do prowadzonych w nich zajęć i do realizacji zadań wspierająco-aktywizujących.

— Metody, sposoby i kryteria oceny efektów działalności ŚDS, w tym postępów uczestników

Dla każdego z uczestników ŚDS w Pleszewie ustalony jest indywidualny plan wspierająco-aktywizujący, odpowiedni do jego potrzeb i możliwości psychofizycznych, zawierający rodzaj świadczonych usług oraz metody oddziaływania.

Zespół wspierająco-aktywizujący zbiera się w zależności od potrzeb, co najmniej raz na 6 miesięcy, celem omówienia realizacji indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizującego i osiągniętych rezultatów, a także ewentualnej możliwości ich modyfikacji.

Aby dokonać poprawnej i miarodajnej oceny uczestnika, prowadzone są dzienniki dokumentujące pracę zespołu wspierająco-aktywizującego, w których odnotowuje się prowadzone zajęcia, ich rodzaj oraz tematykę.

— Współpraca z innymi podmiotami

W realizacji swych zadań ŚDS współpracuje między innymi z:

- rodzinami i opiekunami podopiecznych,
- Miastem i Gminą Pleszew,
- Poradniami Zdrowia Psychicznego oraz Szpitalami psychiatrycznymi i innymi Zakładami
- Opieki Zdrowotnej,
- organizacjami pozarządowymi,
- Miejsko Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej
- Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie
- innymi Środowiskowymi Domami Samopomocy, Ośrodkami Wsparcia, Warsztatami Terapii
- Zajęciowej, Domami Pomocy Społecznej,
- ośrodkami kultury, sportu i organizacjami kulturalno-rozrywkowymi,
- placówkami oświatowymi,
- Powiatowym Urzędem Pracy,
- Zakładami Pracy Chronionej,
- Państwowym Funduszem Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych,
- innymi osobami i podmiotami działającymi na rzecz integracji społecznej uczestników.

Szczególny nacisk ŚDS kładzie na integrowanie uczestników z ich środowiskiem lokalnym (w tym rodzinnym) poprzez wycieczki, imprezy sportowe, towarzyskie, kulturalne, spotkania integracyjne, święteczne na większą i mniejszą skalę.

— Przyjęte kierunki dalszego rozwoju ŚDS w Pleszewie

- Wprowadzenie nowych form wsparcia i rodzajów zajęć w celu zainteresowania uczestnictwem w zajęciach zorganizowanych oraz rozwijania, podtrzymania umiejętności uczestników,
- Budowanie właściwych relacji z otoczeniem społecznym w celu wzrostu świadomości i akceptacji społeczności lokalnej na temat osób niepełnosprawnych,
- Szkolenia pracowników doskonalące ich warsztat merytoryczny,
- Wyposażenie placówki w nowy sprzęt ułatwiający pracę oraz urozmaicający ofertę zajęć terapeutycznych,
- Aktywizacja uczestników ŚDS w środowisku lokalnym.

