

Dla was!

Środowiskowy Dom Samopomocy jest jednostką pomocy społecznej pobytu dziennego z miejscami całodobowego pobytu okresowego, prowadzonym przez Stowarzyszenie „Nie lękaj się”. Dom jest ośrodkiem wsparcia dla osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz osób przewlekle, psychicznie chorych mających poważne trudności w życiu codziennym. Osoby te wymagają pomocy i opieki niezbędnej do życia w środowisku rodzinnym i społecznym, której sami nie mogą sobie zapewnić. ŚDS „Barka” dysponuje 60 miejscami pobytu dziennego i 10 miejscami całodobowego pobytu okresowego.

Przyjęcie do ŚDS odbywa się za zgodą uczestnika na podstawie decyzji administracyjnej Dyrektora Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Olsztynie w oparciu o właściwą dokumentację.

1. Formy i efekty prowadzonej działalności.

Postępowanie terapeutyczne w odniesieniu do poszczególnych osób określane jest zawsze indywidualnie. Wszystkie działania terapeuty są dostosowane do sytuacji podopiecznego, czyli do jego zmniejszonej wydolności psychicznej, obniżonej sprawności fizycznej, zaniżonej motywacji, aktualnego stanu zdrowia i samopoczucia. Zajęcia są dobierane tak, aby usprawniły uszkodzoną funkcję organizmu i pozytywnie oddziaływały na stan psychiczny.

W ramach prowadzonej terapii zajęciowej w ŚDS podopieczni rozwijają swoje zainteresowania, doskonałą zdolności manualne oraz umiejętności planowania i przewidywania. Terapia zajęciowa pozwala każdemu z uczestników ŚDS na wybór takiej formy twórczości, która odpowiada jego indywidualnym uzdolnieniom, możliwościom.

ŚDS w ramach terapii oferuje udział w zajęciach terapeutycznych w pracowniach: gospodarstwa domowego, ceramicznej, rękodzielniczej, świetlicy, komputerowej, krawiecko-tkackiej, treningu interpersonalnego, technicznej, sportowo-rekreacyjnej,

relaksacyjnej, technicznej, taneczno-teatralnej, sali gier zręcznościowych, kinowo-teatralno-konferencyjnej, pomieszczeniach okresowego pobytu całodobowego.

Dla uczestników ŚDS „Barka” dostępna jest również rehabilitacja w ramach, której odbywają się: laseroterapia, masaż klasyczny, masaż mechaniczny, UGUL, gimnastyka ogólno-usprawniająca.

W poszczególnych pracowniach i pomieszczeniach do całodobowego pobytu okresowego realizowana jest tematyka związana z daną pracownią w ramach treningów:

1. Trening umiejętności życia codziennego i prowadzenia gospodarstwa domowego mający na celu kształtowanie i rozwijanie czynności związanych z zaradnością życiową poprzez:

- praca z podstawowymi urządzeniami gospodarstwa domowego, ich obsługa, przestrzeganie zasad bezpieczeństwa przy ich używaniu;
- trening kulinarny – przygotowywanie prostych i złożonych posiłków przy zachowaniu podstawowych zasad higieny żywienia i kształtowania zdrowego stylu życia, nauka kulturalnego zachowania się przy stole;
- trening budżetowy – planowanie i dokonywanie zakupów dla potrzeb pracowni i uczestników, orientacja w cenach produktów i dokonywanie obliczeń.

2. Trening umiejętności samoobsługi w ramach, którego uczestnicy doskonalą lub uczą się czynności:

- samodzielnego picia i jedzenia;
- mycia się;
- ubierania;
- załatwiania potrzeb fizjologicznych;
- nauka dbania o higienę osobistą i wygląd zewnętrzny.

3. Trening umiejętności praktycznych poprzez:

- nabywanie umiejętności szycia ręcznego i maszynowego, hafty, doskonalenie sprawności manualnych;
- dobór właściwych materiałów, kolorów i przyborów;
- nabycie umiejętności naprawy, przeróbek odzieży;
- nauka prania, prasowania, składania ubrań;

- nabywanie i doskonalenie umiejętności wkręcania śrub, wbijania gwoździ, ręcznego cięcia piłą, wymiarowania oraz posługiwania się narzędziami stolarskimi;
- praca z komputerem – nauka obsługi sprzętu komputerowego, korzystanie z programów komputerowych, edukacyjnych i korzystania z Internetu;
- załatwianie spraw w urzędach, przychodniach, szpitalach itp.

4. Trening z zakresu arterapii:

malarstwo, rzeźba, papieroplastyka:

- pobudzanie twórczości plastycznej i rękodzieła;
- praca nad rozwijaniem uzdolnień plastycznych;
- poprawa koordynacji ruchowej i sprawności manualnej.

muzykoterapia, zajęcia teatralne.

5. Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych:

- nabywanie i doskonalenie umiejętności nawiązywania i podtrzymywania kontaktów interpersonalnych;
- nauka radzenia sobie ze stresem, negatywnymi emocjami;
- nauka odpowiedzialności i asertywności;

6. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego:

- wspólne spędzanie czasu (wspólne świętowanie urodzin i imienin uczestników, wyjścia na spacer, wycieczki, itp.),
- udział w imprezach, konkursach i wyjazdach;
- pobudzanie i rozwijanie procesów psychoruchowych (gry i zabawy ogólnousprawniające, rozrywki intelektualne).

W roku 2016 odbył się 2-dniowy wyjazd nad morze do miejscowości Mikoszewo. Poza tym, zorganizowaliśmy 3 cykliczne imprezy o charakterze integracyjnym tj. Turniej o Złotą Barkę, Festyn „Łączymy ludzi, nikt się nie nudzi” i „Dmuchałce, latawce, wiatr”- pożegnanie lata połączone z II Rajdem rowerowym. Raz w miesiącu organizowane były dla naszych podopiecznych urodziny a także uroczystości: Walentynki, Dzień Kobiet, Śniadanie Wielkanocne, Dzień Chłopaka, Andrzejki, Wigilia itp. Uczestnicy uczestniczyli w wyjściach np. do kina, teatru, do Miejskiego Ośrodka Kultury na filmy dokumentalne, przedstawienia, koncerty

poetyckie. Podopieczni ŚDS „Barka” w ramach terapii uczestniczyli w wyjściach na spacer, Nordic Walking, do kręgielni, na basen, w hipoterapii.

W ramach terapii duchowej uczestnicy mieli możliwość wzięcia udziału we Mszy Świętej i Spowiedzi, która odbywała się raz w miesiącu w ŚDS „Barka”. W celu podtrzymania tradycji i pamięci o tych, którzy odeszli, podopieczni średnio raz w miesiącu odwiedzali cmentarz.

W ramach terapii ruchowej odbywają się ćwiczenia grupowe i indywidualne mające na celu podtrzymanie ogólnej sprawności fizycznej, rozładowanie napięć psychicznych, poprawę stanu psychofizycznego, polepszenie samopoczucia.

Ćwiczenia ruchowe obejmują zajęcia z zakresu: ćwiczeń oddechowych i ogólnorozwojowych, ćwiczeń zręcznościowych i manualnych, ćwiczeń relaksacyjnych, aerobik, taniec.

Poradnictwo:

- psychologiczne- zajęcia grupowe, zajęcia indywidualne, poradnictwo dla rodzin uczestników;
- socjalne – grupowe i indywidualne.

2. Zasoby Domu przeznaczone na jego funkcjonowanie, w tym w zakresie:

a) środki finansowe z budżetu wojewody, a także inne pozyskane na działalność bieżącą lub wydatki inwestycyjne.

Działalność Środowiskowego Domu Samopomocy „Barka” finansowana była głównie z dotacji z budżetu Wojewody Warmińsko-Mazurskiego i przedstawia się następująco:

Środki z budżetu wojewody – 1 106 062,00 zł

Środki z dotacji celowej – 149 717,00 zł

Środki inwestycyjne - 0,00 zł

Razem środki finansowe - 1 255 779,00 zł

Stowarzyszenie „Nie lękaj się” z otrzymanej dotacji na realizację zadań z zakresu administracji rządowej dotyczących prowadzenia i rozwoju infrastruktury środowiskowych domów samopomocy dla osób z zaburzeniami psychicznymi, tj.

wykonanie prac remontowych w Środowiskowym Domu Samopomocy „Barka” wykonało:

1. remont starych toalet i łazienek dla uczestników- parter toaleta męska i damska bez natrysków,
2. remont starych toalet i łazienek dla uczestników - I piętro toaleta męska i damska bez natrysków,
3. remont starych toalet i łazienek dla uczestników - II piętro (pomieszczenia całodobowego pobytu)-łazienka damska z natryskiem, łazienka męska z natryskiem,
4. remont starych toalet i łazienek dla uczestników – łazienka ogólna z natryskiem – wymiana kabiny prysznicowej,
5. zadaszenie wejścia głównego i wejścia tylnego,
6. podjazd dla osób na wózkach i osób słabochojących – dostosowanie dla osób niepełnosprawnych,
7. położenie płytek w części piwnicy (korytarz, pomieszczenie na rowery).

Z otrzymanej dotacji Stowarzyszenie zakupiło następujące wyposażenie:

Do pracowni gospodarstwa domowego: robot kuchenny, kuchenka elektryczna szatkownica.

Do świetlicy: stolik pod RTV, stolik pod laptop, kable.

Do pokoju indywidualnego poradnictwa logopedycznego: program komputerowy- logopedia, pomoce logopedyczne.

Do pomieszczenia całodobowego pobytu: froterka do podłóg, kołdry, poduszki, koce, komplety pościeli z pojemnikami, ręczniki, podkłady na materace, lampki nocne, czajniki elektryczne, drobny sprzęt kuchenny tj.: patelnie, garnki, noże, termos, miski, blachy, salaterki, dzbanki, młotek do mięsa, pojemniki żywnościowe, łyżeczki, naczynia, szczotki do zmywania, tarki, kubki, dywaniki, listwa oświetleniowa pod szafki kuchenne.

Do pracowni komputerowej: przedłużacze, zestawy komputerowe, biurka, dyski zewnętrzne.

Do sali sportowo-rekreacyjnej: atlas do ćwiczeń.

b) liczba pracowników zatrudnionych na czas nieokreślony i na czas określony w podziale na stanowiska pracy

Stan na dzień 31.12.2016 r.

Pracownicy zatrudnieni na czas nieokreślony – osób, w tym:

- 1 dyrektor administracyjny,
- 1 kierownik,
- 2 instruktorów terapii,
- 1 opiekun,
- 1 psycholog,
- 1 muzykoterapeuta/logopeda,
- 1 terapeuta/pracownik socjalny.

Pracownicy zatrudnieni na czas określony: osób, w tym:

- 1 psycholog,
- 2 terapeutów,
- 1 terapeuta-teatrolog,
- 2 instruktorów terapii,
- 2 opiekunów,
- 1 opiekun duszpasterski,
- 1 rehabilitant,
- 1 księgowa-kadrowa,
- 1 konserwator/opiekun.

3. Ogólna liczba uczestników, którzy opuścili Dom, wraz z podaniem przyczyn odejścia.

Z zajęć terapeutycznych w Środowiskowym Domu Samopomocy „Barka” w okresie sprawozdawczym od 01.01.2016 r. do 31.12.2016 r. skorzystało 78 osób, w tym 16 osób z pobytu całodobowego, z miasta Olsztyna i gmin ościennych: Jonkowa, Dywit, Giętrzałdu, Barczewa. Większość osób samodzielnie prowadzi

gospodarstwa domowe, utrzymuje się ze świadczeń emerytalnych, rentowych i zasiłków z ośrodków pomocy społecznej.

Płeć: kobiety – 45 os., mężczyźni- 33 os.

Wiek: Przedziały wiekowe uczestników: 18-30, 31-50, powyżej 50 lat.

18-30 lat – 15 osób,

31-50 lat – 30 osób,

powyżej 50 lat – 33 osoby.

Rodzaje schorzeń uczestników:

schizofrenia: **22 osoby**

niepełnosprawność intelektualna sprzężona z innymi schorzeniami: **26 osób**

inne zaburzenia psychiczne: **3 osób**

Ogółem liczba osób, które opuściły ŚDS „Barka” w 2016 roku wynosi **15 osób.**

Przyczyny opuszczenia Domu:

przeniesienie do innego ŚDS – 5 osób

umieszczenie w DPS – 4 osoby

pogarszający się lub zły stan zdrowia – 5 osób

podjęcie zatrudnienia – 1 osoba

4. Średnia liczba uczestników poszczególnych zajęć w ciągu roku.

Zajęcia gospodarstwa domowego- **5,93**

Zajęcia sportowo-rekreacyjne- **5,14**

Zajęcia techniczne – **6,79**

Zajęcia komputerowe – **6,36**

Zajęcia teatralne - **7,05**

Zajęcia ceramiczne- **5,90**

Zajęcia malarskie - **6,46**

Zajęcia muzyczne- **11,00**

Zajęcia z psychologiem – grupowe - **10,10**

Zajęcia z psychologiem – indywidualne - **5,10**

Zajęcia świetlicowe – **6,00**

Rehabilitacja indywidualna - **1,66**

Rehabilitacja grupowa - **7,01**

Zajęcia z decoupage - **5,67**

Zajęcia logopedyczne – **4,00**

5. Współpraca z rodzinami, opiekunami, środowiskiem lokalnym uczestników ŚDS i instytucjami.

Współpraca z rodzinami i opiekunami uczestników odbywa się telefonicznie, poprzez kontakt osobisty w miejscu zamieszkania podopiecznych a także wizyty rodziny, opiekunów w naszym Domu i udział w imprezach ŚDS.

Środowiskowy Dom Samopomocy „Barka” współpracuje z: Urzędem Miasta Olsztyn, Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Olsztynie (wydawanie decyzji kierujących do Środowiskowego Domu Samopomocy oraz inne konsultacje związane z prawidłowym funkcjonowaniem Środowiskowego Domu Samopomocy), Gminnymi Ośrodkami Pomocy Społecznej w: Jonkowie, Dywitach, Gietrzwałdzie, Purdzie, Barczewie (pomoc w przyjmowaniu nowych uczestników oraz sporządzanie wywiadów środowiskowych, niezbędnych do wydania decyzji kierujących), Konsultantem ds. osób niepełnosprawnych z Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Olsztynie (poszukiwanie pracy, kursy i szkolenia dla uczestników), Miejskim Urzędem Pracy (pomoc w poszukiwaniu pracy podopiecznym, pozyskiwanie stażystów), Federacją Organizacji Socjalnych (szkolenia pracowników i uczestników ŚDS), Bankiem Żywności w Olsztynie (w celu zapewnienia uczestnikom podstawowych produktów żywnościowych potrzebnych w ramach terapii w pracowni gospodarstwa domowego), Komisją ds. Orzekania o Stopniu Niepełnosprawności w Olsztynie (pomoc uczestnikom przy kompletowaniu i składaniu dokumentów), przychodniami lekarskimi (rejestracja uczestników do lekarzy, wyjścia do lekarzy), szpitalami (odwiedziny obecnych i byłych uczestników przebywających w szpitalach),

poradniami zdrowia psychicznego (rejestracja uczestników do lekarzy, wyjścia do lekarzy), organizacjami pozarządowymi działającymi na rzecz osób z zaburzeniami psychicznymi (Stowarzyszenie „Bądź Dobrej Myśli” - pozyskiwanie nowych uczestników, Olsztyńskie Stowarzyszenie Pomocy Psychiczenie i Nerwowo Chorym – Terapeutyczny Klub Pacjenta - pozyskiwanie nowych uczestników, współpraca z zespołem Paja Brava - udział w imprezach organizowanych w ŚDS „Barka”), kościołami (prowadzenie katechez i mszy dla uczestników w ŚDS „Barka”), ośrodkami kultury i organizacjami kulturalno – rozrywkowymi (wyjścia do kina, teatru), placówkami oświatowymi i innymi jednostkami świadczącymi usługi dla osób niepełnosprawnych (współpraca ze szkolnym kołem Caritas działającym przy Gimnazjum nr 3 i XI LO w Olsztynie prowadzonym przez nauczyciela panią Iwonę Januszkę- wizyty wolontariuszy w ŚDS – pomoc w opiece nad uczestnikami, pomoc w zajęciach terapeutycznych, pomoc przy organizacji imprez w ŚDS „Barka”, współpraca z pedagogiem szkolnym ze Specjalnego Ośrodka Szkolno – Wychowawczego w Olsztynie – przedstawianie oferty terapeutycznej ŚDS „Barka” absolwentom w/w ośrodka, kontakt telefoniczny, wizyty w ŚDS „Barka”, współpraca z przedszkolami - udział przedszkoli w imprezach organizowanych w ŚDS „Barka”, współpraca ze Środowiskowymi Domami Samopomocy z Olsztyna i z poza Olsztyna, z Warsztatami Terapii Zajęciowej, Domami Pomocy Społecznej- wizyty w ŚDS „Barka” w/w ośrodków, wyjazd uczestników ŚDS „Barka” do w/w ośrodków).

Współpraca rodzinami i opiekunami uczestników zajęć a także z w/w instytucjami i osobami przyczyniła się do sprawniejszego funkcjonowania Domu.

6. Ocena realizacji zadań i ewentualne wnioski, w tym informacje o planowanych zmianach w zakresie funkcjonowania Domu.

Cele zaplanowane do realizacji w okresie sprawozdawczym od 01.01.2016 r. do 31.12.2016 r. zgodnie z założeniami zostały całkowicie zrealizowane. Zadanie zostało zrealizowane poprzez zapewnienie oparcia społecznego osobom z zaburzeniami psychicznymi oraz osobom z niepełnosprawnością intelektualną, a także zapewnianie uczestnikom dziennego pobytu, całodobowego pobytu okresowego i opieki oraz zaspokojenie ich niezbędnych potrzeb bytowych i zdrowotnych. Umożliwienie udziału

w terapii zajęciowej i prowadzenie specjalistycznej pracy terapeutycznej rozwijającej samodzielność osób oraz wzmacnianie ich integracji ze środowiskiem, rozwijanie zainteresowań, umożliwienie rozwoju kulturalnego i osobowościowego uczestników, trenowanie umiejętności interpersonalnych, dbanie o higieniczne i bezpieczne warunki pobytu oraz w ramach treningów kulinarnych zapewnienie posiłków w trakcie pobytu w ŚDS.

Podopieczni Środowiskowego Domu Samopomocy „Barka” wykazują duże zainteresowanie prowadzonymi zajęciami terapeutycznymi, chętnie w nich uczestniczą, co umożliwia terapeutom prowadzenie pełnej, zróżnicowanej terapii zajęciowej dającej lepsze rezultaty terapeutyczne.

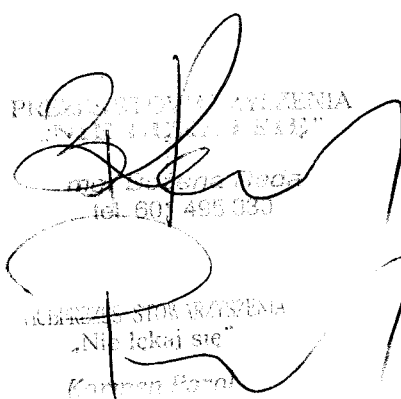
Pomieszczenia całodobowego pobytu okresowego umożliwiły terapeutom prowadzenie terapii rozwijającej umiejętności wykonywania podstawowych czynności praktycznych w codziennych obowiązkach domowych, lepsze poznanie uczestników, a także dały możliwość przeciwdziałania, różnym nieprzewidzianym sytuacjom życiowym całej rodziny.

Dzięki udziałowi w zaplanowanych działaniach większość z uczestników ŚDS „Barka” nabyła nowe umiejętności, które przyczyniły się do poprawy jakości życia i zaradności osobistej. Możliwość wyjścia z domu, poznania nowych ludzi, zobaczenia nowych miejsc jest dla osób z niepełnosprawnością niezmiernie ważna. Uczestnictwo w zajęciach terapeutycznych sprawiło, że stali się bardziej otwarci, samodzielni i lepiej radzą sobie w życiu codziennym.

KIEROWNIK SA CAŁODOBOWEGO
DOMU SAMOPOMOCY „BARKA”
Kamren Karolina Parni
10-135 Dietyni, ul. Ulica Kirscha 4
tel. 80 429 13 04



PRACOWNICZKA WYKLENIA
„Nie lekaj sie”
tel. 80 495 030



KAMREN KAROLINA PARNI
„Nie lekaj sie”
Kamren Karolina