

Program działalności Środowiskowego Domu Samopomocy TPD Koło Pomocy Dzieciom i Młodzieży Niepełnosprawnej w Ząbkach.

Środowiskowy Dom Samopomocy TPD Koła Pomocy Dzieciom i Młodzieży Niepełnosprawnej w Ząbkach jest ośrodkiem wsparcia dziennego typu B, przeznaczonym dla 25 osób upośledzonych umysłowo.

Podstawowym zadaniem Domu jest zapewnienie osobom z upośledzeniem umysłowym oparcia społecznego pozwalającego im na zaspokojenie ich potrzeb życiowych, usamodzielnienie i integrację społeczną, rozumianą jako przywrócenie możliwości pełnienia powszechnie dostępnych w danej społeczności ról społecznych.

Dom będąc jednostką wsparcia dziennego ma za zadanie poprawić funkcjonowanie uczestników poprzez indywidualne, grupowe i środowiskowe oddziaływania terapeutyczno - rehabilitacyjne z uwzględnieniem ich indywidualnych możliwości przy jednoczesnym zachowaniu prawa do wolności, godności, suwerenności i samodzielności.

Uczestnikami Domu mogą być osoby, które ukończyły 18 rok życia, zamieszkałe na terenie powiatu wołomińskiego.

Skierowanie do Domu odbywa się na podstawie decyzji administracyjnej, wydanej przez Dyrektora Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Wołominie, na wniosek osoby zainteresowanej lub opiekuna prawnego, w uzgodnieniu z właściwym ośrodkiem pomocy społecznej.

1. Cele funkcjonowania Domu

Działalność Domu ma na celu w szczególności rozwijanie i podtrzymywanie umiejętności społecznych i zaradności życiowej, niezbędnych do funkcjonowania w codziennym życiu, według indywidualnych możliwości psychofizycznych uczestników. Środowiskowy Dom Samopomocy realizuje swoje cele w oparciu o trzy główne zasady:

Środowiskowy, czyli zlokalizowany i obejmujący swoim działaniem teren danej społeczności i wspomagany przez ludzi, którzy tą społeczność tworzą,

Dom, czyli miejsce życzliwe, przyjazne, zawsze gotowe do przyjęcia, dające wsparcie i poczucie bezpieczeństwa,

Samopomocy, czyli starający się rozwijać w uczestnikach umiejętności niesienia pomocy sobie nawzajem.

Główne cele Domu to:

- a) podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do codziennego życia,
- b) utrzymanie dobrej formy psychicznej i intelektualnej,
- c) wspieranie poczucia własnej wartości, pewności siebie, odwagi, bezpieczeństwa i sensu życia,
- d) aktywizację psychospołeczną tj. rozwój zainteresowań, indywidualnych uzdolnień poprzez udział w różnorodnych zajęciach,
- e) organizowanie pobytu uczestników z uwzględnieniem ich indywidualnych zainteresowań, poprzez prowadzenie różnorodnych zajęć w postaci terapii zajęciowej, psychoterapii, muzykoterapii, socjoterapii,
- f) wdrażanie do aktywnego spędzania czasu wolnego poprzez rozrywkę i rekreację,
- g) dążenie do pełnej integracji społecznej osób niepełnosprawnych poprzez ich aktywne uczestnictwo w życiu publicznym, społecznym, kulturalnym, artystycznym.

2. Formy działalności

Dla osiągnięcia wyznaczonych celów, ukierunkowanych na osoby upośledzone umysłowo, prowadzone są zajęcia w postaci:

1) Trening umiejętności życia codziennego, który ma na celu u osób upośledzonych umysłowo rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia i bardziej niezależnego, często zaczynając od podstawowych czynności. W ramach tego treningu uczestnicy pracują nad różnorodnymi zdolnościami związanymi z samoobsługą, zaradnością życiową i funkcjonowaniem w codziennym życiu m.in. przez:

- a) trening w zakresie wyglądu zewnętrznego i higieny osobistej,
- b) dbanie o czystość odzieży, codzienną zmianę bielizny i samodzielne jej pranie i prasowanie,
- c) nauka obsługi podstawowych urządzeń domowych (pralki, kuchenki, zmywarki, żelazka, suszarki do włosów),
- d) nauka dbania o czystość i porządek w Domu i we własnym mieszkaniu.

2) Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych w przypadku osób upośledzonych umysłowo prowadzony jest poprzez zabawę i ćwiczenia. Celem treningu jest przezwyciężenie lęku, niepewności i zniechęcenia przez wzmocnienie w osobie niepełnosprawnej poczucia wartości poprzez:

- a) kształcenie umiejętności nawiązywania i utrzymywania poprawnych kontaktów społecznych, nauka prowadzenia rozmowy, nauka nawiązywania i utrzymywania prawidłowych kontaktów interpersonalnych (trening prowadzenia rozmowy);
- b) naukę umiejętności realizowania ważnych życiowo spraw np. dokonywanie zapłaty za zakupiony towar, odebranie renty na pocztę, wypełniania dokumentów, itp.
- c) kształtowanie samorządności poprzez udział w zebraniach społeczności Domu;
- d) utrwalenie zasad prawidłowych zachowań w miejscach publicznych (w kinie, teatrze, restauracji, sklepie, itp.);
- e) kształcenie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie na zasadach otwartości, partnerstwa i wzajemności;
- f) kształtowanie zachowań asertywnych (asertywna odmowa, poszanowanie granic własnych i innych ludzi, właściwe reakcje na pochwały i krytykę);
- g) kształtowanie umiejętności radzenia sobie ze stresem (identyfikowanie źródła stresu, likwidowanie źródła stresu);
- h) kształtowanie umiejętności rozwiązywania konfliktów (mediacje, negocjacje, kompromis) (trening rozwiązywania problemów).

3) Trening gospodarstwa domowego który obejmuje m.in.

❖ Trening kulinarny

- a) nauka gotowania, smażenia, pieczenia
- b) nauka obierania owoców i warzyw
- c) nauka rozpoznawania i nazywania produktów spożywczych
- d) nauka przygotowywania prostych posiłków
- e) nauka nakrywania do stołu
- f) nauka estetycznego podawania potraw
- g) nauka dekoracji stołu

- h) utrzymanie porządku i higieny w trakcie prac kuchennych
- i) nauka obsługi elektrycznych urządzeń kuchennych
- j) poznanie zasad zdrowego odżywiania
 - ❖ Nauka obsługi urządzeń gospodarstwa domowego, wykonywania prac domowych
 - ❖ Trening budżetowy
- a) nauka gospodarowanie pieniędzmi
- b) nauka dokonywania zakupów
- c) nauka przygotowywania listy niezbędnych artykułów

4) Terapia zajęciowa

Celem terapii zajęciowej jest rehabilitacja społeczna, ruchowa i zawodowa zmierzająca do wszechstronnego rozwoju uczestnika, nabycia przez niego takich umiejętności, które pozwolą mu na prawidłowe, samodzielne funkcjonowanie w środowisku. Terapia zajęciowa, czyli oddziaływanie na uczestników poprzez określone czynności, zajęcia i pracę, których zadaniem będzie m.in. usprawnianie motoryki rąk i poprawa koordynacji wzrokowo – ruchowej, realizowana jest w postaci zajęć:

- a) plastyczno - twórczych: malowanie różnymi technikami, wycinanki, decoupage, praca z plasteliną, masą solną, tkaninami itp.;
- b) teatralno – muzycznych: Drama; pantomima; przygotowanie spektakli; improwizacja, śpiew, taniec, gra na prostych instrumentach muzycznych;
- c) modelarsko - stolarskich: praca w drewnie, posługiwanie się narzędziami;
- d) komputerowych;

5) Zajęcia społeczno – kulturalne mają na celu w szczególności:

- a) rozwijanie zainteresowań literaturą, muzyką, audycjami telewizyjnymi i radiowymi;
- b) rozwijanie umiejętności korzystania z takich form spędzania czasu wolnego jak: turystyka, działalność rekreacyjna, udział w imprezach kulturalnych, towarzyskich;
- c) zachęcanie do czytania czasopism, książek. Kreowanie postawy aktywnego czytelnika;
- d) wspólne wycieczki (kina, teatry, galerie, spacer, baseny itp.),
- e) imprezy okolicznościowe (wspólne święta, urodziny, spotkania z uczestnikami innych placówek itp.).

6) Zajęcia rekreacyjno - sportowe realizowana w Domu i poza Domem w formie:

- a) gimnastyki,
- b) gry i zabawy zespołowe
- c) zajęć sportowych dostosowanych do potrzeb i możliwości Uczestników,
- d) wspólnych spacerów i wycieczek.

7) Poradnictwo psychologiczne oraz socjalne i prawne

Poradnictwo psychologiczne obejmuje: ocenę stanu psychicznego (opinia psychologa przygotowywana jest w okresie decyzji wstępnej oraz kolejno aktualizowana raz w roku), terapię indywidualną, terapię podtrzymującą, trening zachowań, psychoedukację, rehabilitację społeczną, psychoterapię indywidualną, która wynika z indywidualnego planu terapeutycznego każdego użytkownika.

8) Wsparcie w zakresie dostępu do niezbędnych świadczeń zdrowotnych

- a) pilnowanie umówionych wizyt u lekarzy
- b) pomoc w dotarciu do jednostki ochrony zdrowia

9) Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych

10) Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy.

Ważnym elementem pracy z uczestnikiem jest także współpraca z rodziną opierająca się na zasadzie partnerskiej współodpowiedzialności. Rodziny, opiekunowie mają prawo do uzyskania wsparcia psychicznego od kadry Domu, pomocy w poznaniu, rozumieniu i zaakceptowaniu potrzeb uczestnika oraz zasad pracy z nim, poradnictwa oraz pomocy w rozwiązywaniu problemów życia rodziny, jako całości oraz poszczególnych jej członków. Współpraca z rodzinami polega również na: kształtowaniu u rodzin umiejętności niezbędnych do prowadzenia rehabilitacji uczestnika w warunkach domowych, przekazywania na bieżąco rodzinom informacji o aktualnych problemach i postępach związanych z terapią i rehabilitacją uczestnika.

3. Możliwości realizacji poszczególnych form działania.

Środowiskowy Dom Samopomocy TPD Koła Pomocy Dzieciom i Młodzieży Niepełnosprawnej w Ząbkach jest zadaniem o zasięgu powiatowym. Dom prowadzony jest w lokalu, w którym mieści się TPD Koła Pomocy Dzieciom i Młodzieży Niepełnosprawnej. Dom działa przez 5 dni w tygodniu, od poniedziałku do piątku, w godzinach od 7.30 do 15.30. W lokalu do dyspozycji ŚDS znajdują się następujące pomieszczenia:

- sala ogólna, w której znajduje się w pełni wyposażony kompleks kuchenny oraz jadalnia,
- sala do zajęć rekreacyjno-sportowych – pracownia twórczego rozwoju,
- sala komputerowa,
- pracownia do zajęć technicznych - stolarnia,
- pokój do indywidualnego poradnictwa (psychologicznego, socjalnego, logopedycznego pełniący ponadto funkcję pokoju wyciszenia),
- pomieszczenia sanitarne dla uczestników,
- toaleta personelu,
- pokój zespołu wspierająco – aktywizującego.

Proponowane przez kadrę Domu zadania wynikają z indywidualnych planów wspierająco - aktywizujących każdego uczestnika, uwzględniając jednostkę chorobową. Konstruowanie i wdrażanie indywidualnych planów terapeutycznych jest elementem prowadzenia rehabilitacji w szerokim tego słowa znaczeniu.

Indywidualne plany wspierająco – aktywizujące realizowane są na bazie następującej struktury czasowej:

➤ **7.30 - 8.30**

Konsultacje zespołu wspierająco – aktywizującego, trening obsługi własnej, rozmowy.

➤ **8.30 - 9.00**

Spotkanie społeczności Domu, wybór proponowanej aktywności w danym dniu, przygotowanie do zajęć w pracowniach.

➤ **9.00 – 10.30**

Zajęcia w wybranych pracowniach tematycznych, praca grupowa, konsultacje psychologiczne, specjalistyczne.

➤ **10.30 – 11.00**

Przerwa śniadaniowo – kawowa

➤ **11.00 – 13.00**

Zajęcia w wybranych pracowniach tematycznych, praca grupowa, konsultacje psychologiczne, specjalistyczne.

➤ **13.00 - 13.30**

Przygotowywanie do posiłku (czynności higieniczne), degustacja poczęstunku przygotowanego w ramach treningu kulinarnego.

➤ **13.30 - 14.30**

Zajęcia integracyjno - relaksacyjne. Dowolne zajęcia w grupach. Praca indywidualna z uczestnikami.

➤ **14.30 - 15.30**

Prace porządkowe na terenie Domu. Podsumowanie dnia, ocena zajęć.

4. Metody, sposoby i kryteria (ilościowe i jakościowe) -oceny efektów działalności Domu, w tym postępów uczestników

Zespół wspierająco-aktywizujący przygotowuje dla każdego z uczestników indywidualny plan postępowania wspierająco-aktywizującego, który realizowany jest w porozumieniu z uczestnikiem lub jego opiekunem. Wnioski z terapii odnotowywane są co pół roku w karcie okresowej oceny wyników postępowania wspierająco-aktywizującego. Formularz oceny zawiera m.in. ocenę aktywności w 5 obszarach (I samoobsługa, II umiejętności społeczne, III proponowane formy spędzania czasu wolnego, IV terapia zajęciowa, V inne oferty terapeutyczne). Aby dokonać poprawnej i miarodajnej oceny podopiecznego, każdy z terapeutów prowadzi dziennik zajęć poszczególnych pracowni, w którym codziennie wpisuje zakres i formę prowadzonych zajęć, wymienia uczestników zajęć oraz opisuje ich aktywność. Dane te są następnie wykorzystywane do sporządzania miesięcznych notatek zawartych w teczce Uczestnika.

ŚRODOWISKOWY DOM SAMOPOMOCY
TPD KOŁO POMOCY DZIECIOM I MŁODZIEŻY
NIEPEŁNOSPRAWNEJ
05-091 Zabki, ul. 3-go Maja 14
tel. (22) 781 72 45
NIP:1251611629. REGON:015316272-00464

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
TPD Koło Pomocy Dzieciom i Młodzieży
Niepełnosprawnej w Zabkach
M. Puchta
mgr. Monika Puchta