

ŚDS.0321.1.2021

Bystrzyca Kłodzka, 02.02.2021r.

Sprawozdanie z działalności ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY w BYSTRZYCY KŁODZKIEJ

za 2020 rok

Środowiskowy Dom Samopomocy w Bystrzycy Kłodzkiej jest ośrodkiem wsparcia dziennego typu A i B przeznaczonym dla osób dorosłych, przewlekłe chorych psychicznie, które nie wymagają leczenia szpitalnego bądź opieki stacjonarnej oraz osób z niepełnosprawnością intelektualną świadczącym usługi specjalistyczne, bez konieczności zmiany ich miejsca zamieszkania.

Prowadzenie i rozwój infrastruktury Środowiskowego Domu Samopomocy jest zadaniem zleconym przez administrację rządową realizowanym przez Gminę Bystrzyca Kłodzka. Od stycznia 2012 roku jest samodzielną jednostką budżetową. Działalność domu określa regulamin organizacyjny.

1. Zasoby Domu

1.1 Ogólna charakterystyka placówki.

Uczestnikami domu są osoby z zaburzeniami psychicznymi oraz niepełnosprawnością intelektualną kierowane do ŚDS w Bystrzycy Kłodzkiej decyzją administracyjną na czas określony wydaną przez OPS Bystrzyca Kłodzka. Kierowani są również uczestnicy z zaburzeniami psychicznymi oraz intelektualnymi z Gminy Międzyzlesie, Gminy Kłodzko oraz Miasta Kłodzka na zasadach porozumienia.

Dom działa 5 dni w tygodniu po 8 godzin dziennie, w tym co najmniej 6 godzin dziennie prowadzone są zajęcia z uczestnikami. Pozostały czas jest przeznaczony na przygotowania do zajęć, czynności porządkowe oraz prowadzenie dokumentacji terapeutycznej. Dom prowadzi dokumentację zbiorczą i indywidualną każdego uczestnika.

1.2. Sytuacja w związku ze stanem zagrożenia COVID – 19

W 2020 roku w związku z sytuacją epidemiczną i zachorowalnością na COVID – 19 praca domu uległa dużym zmianom.

Decyzją Wojewody dolnośląskiego od 13.03.2020 r. zawieszono działalność ośrodka do 24.05.2020 roku. Pracę ośrodka wznowiono z dniem 01.06.2020 r. po dostosowaniu stanowisk pracy do zaleceń Państwowej Inspekcji Sanitarnej, Ministerstwa Zdrowia oraz Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej. Ponowne zawieszenie pracy ośrodka nastąpiło od 28.11.2020 do 31.12.2020 roku w związku ze znacznym wzrostem zachorowań w powiecie kłodzkim

oraz skierowaniu na kwarantannę lub izolację niektórych pracowników i uczestników. W tym czasie ośrodek działał w trybie zdalnym i hybrydowym.

Pracownicy utrzymywali stały kontakt telefoniczny z uczestnikami oraz opiekunami podopiecznych. Sprawdzali aktualną sytuację życiową, zdrowotną i społeczną uczestników i ich funkcjonowanie w codziennym życiu. Przypominali o konieczności przestrzegania zasad higieny i zaleceń Głównego Inspektora Sanitarnego w związku z sytuacją epidemiologiczną. Informowali o nowych obostrzeniach obowiązujących na danym terenie i konieczności ich przestrzegania. Udzielano wsparcia psychologicznego lub pedagogicznego. Pracownicy domu stale współpracowali z Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Bystrzycy Kłodzkiej oraz z Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Kłodzku.

Ponadto udzielano wsparcia w podtrzymywaniu umiejętności wypracowanych w ramach treningu funkcjonowania w życiu codziennym oraz zachęcano i pomagano w organizacji czasu wolnego naszym podopiecznym. Osoby mało samodzielne korzystały z gorących posiłków od firmy cateringowej, natomiast osoby z małym dochodem otrzymywały paczki

1.3 Uczestnicy

W 2020 roku Ośrodek Pomocy Społecznej w Bystrzycy Kłodzkiej wydał 34 decyzje kierujące do ośrodka wsparcia. W tym roku 4 osoby zrezygnowały z pobytu w Środowiskowym Domu Samopomocy z powodu:

- z przejścia do Zakładu Opiekuńczo – Leczniczego,
- przejścia do Domu Pomocy Społecznej,
- z podjęcia nauki w szkole
- podjęcia pracy.

W roku sprawozdawczym na podstawie porozumienia międzygminnego z uczestnictwem

w zajęciach skorzystały: 1 osoba z Gminy Kłodzko i 1 osoba z Gminy Kłodzko Miasto.

U uczestników przebywających w domu typu A zdiagnozowano: schizofrenię paranoidalną, zaburzenia schizoafektywne, schizotypowe, zaburzenia psychotyczne a także zaburzenia afektywne (dwubiegunowe, zaburzenia depresyjne, manie z objawami psychotycznymi). Natomiast u osób w domu typu B zdiagnozowano: niepełnosprawność intelektualną w stopniu lekkim i umiarkowanym i głębokim. Osoby z obniżoną normą intelektualną mają skorelowane liczne schorzenia somatyczne, dysfunkcje ruchowe a także wady wzroku. Współistniejące choroby u podopiecznych to: epilepsja, niedosłuch.

Poniższe zestawienia przedstawiają strukturę liczbową uczestników oraz strukturę ze względu na płeć uczestników.

Lp.	Rodzaj niepełnosprawności	Liczba osób
1.	Choroba psychiczna	17
2.	Upośledzenie umysłowe	17

Tabela 1. Struktura liczby uczestników ŚDS ze względu na typy schorzeń w domu (A/B).

Lp.	Nazwa	Liczba	
		Typ A	Typ B
1.	Kobiety	8	5
2.	Mężczyźni	9	12
Razem		17	17

Tabela 2. Struktura liczby uczestników ze względu na płeć.

Wykorzystanie miejsc ŚDS w roku 2020r:

Miesiąc	Średnia miesięczna
Styczeń	30,76
Luty	32,60
Marzec	11,73
Kwiecień	0
Maj	0
Czerwiec	16,19
Lipiec	23,96
Sierpień	21,85
Wrzesień	23,68
Październik	21,73
Listopad	6,25
Grudzień	0

Tabela 3. Średnia miesięczna wykorzystania miejsc w ŚDS w roku 2020 – 15,73

Średnia wieku uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy wynosiła 52,67.

1.4 Zasoby domu przeznaczone na jego funkcjonowanie

Placówka mieści się w Bystrzycy Kłodzkiej, przy ulicy 1 go Maja 1 w punkcie miasta dogodnym ze względu na dostępność i komunikację. Budynek przylega bezpośrednio do terenu zielonego umożliwiającego w miesiącach letnich organizację zajęć na świeżym powietrzu. Budynek składa się z trzech kondygnacji z czego nasz dom zajmuje dwie i dwa pomieszczenia piwniczne (magazyn i pomieszczenie na składnicę akt). Powierzchnia użytkowa domu wynosi 320 m², co spełnia wymóg minimum 8 m² na jednego uczestnika.

Na parterze mieści się jadalnia, pracownia gospodarstwa domowego, kuchnia, pracownia zajęć praktyczno- użytecznych, muzyczna, szatnia, 1 pomieszczenie przeznaczone do treningów, pokój wyciszeń, pracownia komputerowa, 3 wc oraz 2 natryski. Na pierwszym piętrze znajduje się pokój kierownika, pokój administracyjno- biurowy, pokój dzienny(telewizyjny), pracownia aktywności ruchowej i masażu, pracownia rękodzielnicza, pracownia plastyczna, pracownia sylwoterapii, 2 wc i 2 natryski.

Działalność Środowiskowego Domu Samopomocy finansowana jest ze środków budżetu wojewody. Na rok 2020 wykonanie wydatków z budżetu wojewody wyniosło 667 70 zł oraz 27 200zł w związku ze zwiększoną dotacją z budżetu Wojewody Dolnośląskiego. Dodatkowe środki z dotacji celowej „za życiem” wynosiły 16 299,25 zł.

1.5 . Liczba pracowników zatrudnionych na czas nieokreślony i na czas określony w podziale na stanowiska pracy

Lp.	Stanowisko	Wykształcenie	Wymiar etatu	Umowa na czas określony/nieokreślony
1.	Kierownik ŚDS	wykształcenie wyższe magisterskie pedagogiczne, specjalizacja z organizacji pomocy społecznej	1	nieokreślony
2.	Główna księgowa	wykształcenie wyższe magisterskie ekonomiczne, Certyfikat Księgowy Ministra Finansów	0,75	nieokreślony
3.	Terapeuta	wykształcenie wyższe magisterskie pedagogiczne	2	nieokreślony
4.	Główny specjalista	wykształcenie wyższe magisterskie z zakresu poradnictwa psychologiczno-pedagogicznego,	1	nieokreślony

Lp.	Stanowisko	Wykształcenie	Wymiar etatu	Umowa na czas określony/nieokreślony
		specjalizacja z organizacji pomocy społecznej		
5.	Terapeuta	wykształcenie wyższe licencjackie pedagogiczne	1	nieokreślony
6.	Terapeuta	wykształcenie wyższe magisterskie z zakresu terapii zajęciowej	1	nieokreślony
7.	Opiekun	wykształcenie średnie ogólnokształcące oraz kursy z zakresu terapii zajęciowej	1	nieokreślony
8.	Terapeuta	wykształcenie wyższe magisterskie z zakresu terapii zajęciowej	1	czas określony 05.06.2020 - 30.09.2020 zastępstwo

Tabela 4. Zatrudnienie w Środowiskowym Domu Samopomocy w Bystrzycy Kłodzkiej na rok 2020.

Lp.	Stanowisko/ rodzaj świadczonych usług	Wykształcenie	Rodzaj umowy
1.	Psycholog	Wyższe	Umowa zlecenie
2.	Informatyk	Wyższe	Umowa zlecenie

Tabela 5. Inne formy zatrudnienia w Środowiskowym Domu Samopomocy w Bystrzycy Kłodzkiej na rok 2020.

Zespół wspierająco-aktywizujący tworzą: kierownik jednostki, główny specjalista, terapeuci oraz opiekun. Pracownicy posiadają wysokie kwalifikacje, stale uczestniczą w szkoleniach doskonalących, umożliwiających praktyczne wykorzystanie nabytej wiedzy podczas prowadzonych zajęć.

Każdy z pracowników jest ponadto „pracownikiem pierwszego kontaktu” dla wskazanej grupy uczestników. W jego zakresie jest dopilnowanie dokumentów formalnych uczestnika nowo przyjętego, tworzenie teczek osobowych, informowanie o standardowych procedurach przyjętych w „Domu”, zapoznanie uczestnika bądź rodzica z regulaminami i zasadami panującymi w ośrodku. Ponadto pracownik pierwszego kontaktu stale współpracuje z rodziną, opiekunami prawnymi, pomaga w załatwianiu spraw urzędowych uczestników, itd.

Poniżej przedstawiono wykaz szkoleń odbytych przez pracowników ŚDS:

Szkolenia wewnętrzne:

1. Jaka radzić sobie z agresją? Przyczyny, rodzaje, leczenie.
2. Aktywizacja społeczno – zawodowa osób niepełnosprawnych
3. Motywowanie uczestników procesu terapeutycznego do aktywnego uczestnictwa – nowoczesne metody i formy terapii.
4. Celowa aktywność i odpowiedzialność pacjenta psychiatrycznego w domu dziennego pobytu
5. Trening umiejętności społecznych
6. Obowiązek informacyjny – zalecenia i wytyczne IOD.

Szkolenia zewnętrzne: Ze względu na sytuację z COVID – 19, zmianę systemu pracy z podopiecznymi jak również zawieszenie przez dłuższy okres czasu działalności Środowiskowego Domu Samopomocy kadra nie uczestniczyła w szkoleniach zewnętrznych.

2. Formy i efekty prowadzonej działalności

Oferta usług Środowiskowego Domu Samopomocy w Bystrzycy Kłodzkiej skierowana jest do odbiorców domu typu A, B.

- A. Oferta usług domu typu A skierowana jest do osób chorujących psychicznie, zwłaszcza doświadczających zaburzeń psychotycznych. Korzystanie z oferty ŚDS jest uzupełnieniem leczenia farmakologicznego, umożliwia zmniejszenie liczby i intensywności nawrotów choroby. Do realizacji celów terapeutycznych wykorzystuje się różnorodne formy zajęć, dostosowane do indywidualnych potrzeb i możliwości uczestników. Istotnym elementem pracy rewalidacyjnej z uczestnikiem, wspierających skuteczność wszelkich oddziaływań jest współpraca z rodziną i środowiskiem lokalnym

ŚDS we współpracy z Ośrodkiem Pomocy Społecznej, Poradnią Zdrowia Psychicznego w Stroniu Śląskim stara się oferować rodzinom kompleksowy system wsparcia.

Uczestnicy, mimo trudności w codziennym funkcjonowaniu stają się bardziej aktywni, czują się pewniej w relacjach z bliskimi, rozwijają swoje zainteresowania, odkrywają swoje mocne strony, są bardziej otwarci, zaradni. Korzystanie z oferty usług świadczonych przez ŚDS

może w dłuższej perspektywie stać się punktem wyjścia do samodzielnego prowadzenia gospodarstwa domowego, podjęcia pracy.

B. Oferta usług domu typu B wychodzi naprzeciw potrzebom osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz fizyczną, które potrzebują wsparcia ukierunkowanego na terapię społeczną. Pozwala ona na funkcjonowanie w grupie rówieśniczej, aktywne spędzanie czasu wolnego rozwijanie swoich umiejętności i zwiększenie obszarów samodzielności. Oferta zajęć dostosowana jest indywidualnie do każdego uczestnika, a formy pracy i metody pozwalają mu rozwijać się we własnym tempie, bez pretensji czasowej. Efektywne formy terapii ukierunkowane są na: integrację z otwartym środowiskiem, budowanie poczucia własnej wartości, zdobywanie wiedzy pomagającej im w codziennym funkcjonowaniu.

Osoby z niepełnosprawnością intelektualną, które korzystają z zajęć oferowanych przez ŚDS, mają możliwości aktywnego uczestnictwa w codziennym życiu ośrodka, otwartego wyrażania swoich opinii i potrzeb.

Zajęcia prowadzone są na bazie pracowni terapeutycznych oraz treningów, m.in.:

Lp.	Terapia zajęciowa na pracowni	Lp.	Trening oraz inne zajęcia
1.	gospodarstwa domowego	9.	funkcjonowania w codziennym życiu (samodzielności)
2.	plastycznej	10.	umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów
3.	sylwoterapii	11.	umiejętności spędzania czasu wolnego
4.	zajęć praktyczno - użytecznych	12.	rehabilitacji psychospołecznej,
5.	komputerowej	13.	rehabilitacji fizycznej
6.	muzycznej	14.	pomocy w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych
7.	rękodzielniczej	15.	pomocy w załatwianiu spraw urzędowych, poradnictwo socjalne
8.	aktywności ruchowej i masażu	16.	Współpraca z rodzinami
		17.	Trening umiejętności komunikacyjnych,

Tabela 6. Wykaz zajęć oraz usług proponowanych w ŚDS w Bystrzycy Kłodzkiej.

Opis wykonania i realizacji zaleceń planów W-A odnośnie **terapii zajęciowej** w ramach prowadzonych pracowni na rok 2020 przedstawia się następująco:

1) Pracownia gospodarstwa domowego

Kształci umiejętności kulinarne, które uczestnicy później wykorzystują w codziennym życiu. Zajęciami objęci są wszyscy uczestnicy domu. Część uczestników codziennie wykonuje podstawowe czynności kuchenne, poznaje tajniki gotowania prostych i tanich potraw, obsługuje sprzęt gospodarstwa domowego, inni natomiast doskonalią swoje umiejętności przygotowując bardziej skomplikowane dania. Stosujemy stopniowanie trudności.

Uczestnicy zajmowali się codziennie przygotowaniami do śniadań i posiłków obiadowych, nakładali i podawali do stołu, sprząтали po posiłkach. Brali udział w przygotowaniu jadłospisu, poznawali zasady racjonalnego żywienia, dostosowywali potrawy do okoliczności ich spożywania. Uczyli się również obsługi dostępnych urządzeń kuchennych i innego rodzaju sprzętu potrzebnego do przeprowadzenia zróżnicowanych i ciekawych zajęć kulinarnych.

W 2020 roku pracownia w związku z zaleceniem Głównego Inspektora Sanitarnego działała przez 3 miesiące.

W późniejszym terminie przeprowadzono jedynie zajęcia teoretyczne.

2) Pracownia plastyczna

W ramach pracowni plastycznej uczestnicy zapoznawali się z różnymi technikami malarskimi i rysunkiem. Tworzyli pracę z kolorowego papieru, sznurka, masy solnej i patchworka itp.

Każda technika plastyczna, wpływa na wyobraźnię uczestników, inspiruje i zachęca do prób, które są pomocne w pokonywaniu strachu, lęku i tremy. Prowadząc zajęcia plastyczne opiekun bierze pod uwagę: rozwijanie zdolności manualnych, pobudzenie i usprawnienie działalności plastycznej, przełamywanie barier i antypatii, działanie w zespole, współzawodnictwo, rywalizację, korygowanie nieprawidłowych działań, podtrzymywanie przyjaźni, komunikowanie się, tworzenia postawy do wiary we własne siły. Pracownia ta jest wyposażona w niezbędny sprzęt, materiały i pomoce konieczne do wykonywania podstawowych prac.

3) Pracownia sylwoterapii

W ramach tej pracowni organizowano wycieczki i spacery do lasu. Zbierano szyszki, żołędzie i kasztany z których wykonywano prace ręczne. Uczestnicy relaksowali się i odpoczywali wśród drzew. Na pracowni przygotowywali ramki z drewna (czyszczono, szlifowano, malowano powierzchnie drewniane). Po wprowadzeniu reżimu sanitarnego zawieszono wyjścia do lasu. Zajęcia odbywały się jedynie na pracowni głównie zajmowano się przygotowaniem ozdób i ramek z drewna oraz malowaniem.

4) Pracownia zajęć praktyczno – użytecznych

W tej pracowni uczestnicy wykonywali prace z materiałów, szyli maskotki, ozdabiali poduszki, wykonywali techniką patchwork prace w styropianie, robili obrazki ze skóry, haftowali obrusy i obrazki itp. Wykorzystywali techniki: haft krzyżkowy, wyszywanie, tkanie, pętelkowanie, węzły makramowe, prace ze sznurkiem sizalowym, malowanie tkanin. Terapeutka uczyła szycia na maszynie. Powstawały również prace łączące różne techniki. Na tej pracowni wyświetlano również filmy.

5) Pracownia komputerowa

Uczestnicy mają możliwość poznania zasad obsługi komputera poprzez rozmaite możliwości wykorzystania sprzętu. Ponadto uczą się wykorzystywania komputera do efektywnego spędzania wolnego czasu i realizacji indywidualnych zainteresowań, przepisują teksty, tworzą druki na potrzeby warsztatu. W pracowni podopieczni mają do dyspozycji 4 komputery, skaner, drukarki, cyfrowy aparat fotograficzny, laptop oraz Internet. Dzięki takiemu wyposażeniu uczestnicy mają możliwość nabycia nowych lub udoskonalenia już nabytych umiejętności z zakresu podstawowych programów, obsługi programów do słuchania muzyki, oglądania filmów. Korzystając z Internetu podopieczni poszerzają swoją wiedzę o otaczającym świecie.

Na pracowni realizowane są także zajęcia z wyszukiwania ofert pracy przez podopiecznych.

6) Pracownia muzyczna

Zajęcia umuzykalniające odbywają się raz w tygodniu. Wykorzystywane są techniki muzykoterapii aktywnej i receptywnej oraz profilaktyki muzycznej poprzez zastosowanie ćwiczeń: kształtujących aparat ruchu z zakresu rytmiko-

terapii, uwrażliwiających na elementy dzieła muzycznego, improwizacje (ruchowe, głosowe i instrumentalne), ćwiczenia relaksacyjne. Dodatkowo w pracowni znajduje się sprzęt hi-fi pozwalający na słuchanie różnych gatunków muzyki. Sprzęt komputerowy pozwala na korzystanie z programów muzycznych. Pracownia muzykoterapii to miejsce w którym uczestnicy mogą wyzwolić swój potencjał twórczy, energię i rozkoszować się muzyką na wszelkie sposoby.

7) Pracownia rękodzielnicza

Na pracowni rękodzielniczej stosowane są takie formy terapii zajęciowej jak: modelowanie, rysowanie, malowanie, praca w glinie. Praca w glinie umożliwia uczestnikom formowanie i modelowanie różnego rodzaju przedmiotów i postaci, a tym samym rozwijać ich wyobraźnię i twórcze myślenie. W tej pracowni uczestnicy wykonują prace ręczne w glinie oraz prace na kole garncarskim – które od marca zostało wyłączone z użytku ze względu na brak możliwości utrzymania odpowiedniego odstępu między podopiecznymi a terapeutą.

8) Pracownia aktywności ruchowej i masażu

Uczestnicy oddawali się zajęciom ruchowym. Po wprowadzeniu nowych zasad na czas epidemii zrezygnowano z ćwiczeń na sprzęcie rehabilitacyjnym i z masażu. W ramach relaksu prowadzone są gry indywidualne, które wpływają na aktywność uczestnika i kinezyterapię. Proponowano uczestnikom zajęcia w formie teoretycznej wskazując na możliwości ich wykonywania w warunkach domowych uwzględniając zasadę indywidualizacji w doborze ćwiczeń. Aktywizacja ruchowa bez względu na formę terapii ma na celu polepszenie ogólnej sprawności psycho-fizycznej, wyrobienie nawyku płynności i celowości ruchu, kształtowanie prawidłowej postawy.

Ponadto podopieczni korzystają codziennie z 15-sto minutowej gimnastyki przy swoim stanowisku pracy.

Opis wykonania i realizacji zaleceń planów W-A odnośnie **treningów** na rok 2020 przedstawia się następująco:

9) Rodzaje treningów funkcjonowania w codziennym życiu

a) Trening dbałości o wygląd zewnętrzny i higieny

W trakcie zajęć zarówno w typie domu A i w typie domu B uczono bądź motywowano uczestników do utrzymania higieny jamy ustnej, włosów, rąk, paznokci i reszty ciała. Uczono

samodzielnego korzystania z prysznic, kosmetyków i przyborów do pielęgnacji. Uczestnicy uczyli się bądź rozwijali umiejętności używania suszarki do włosów, prostownicy i lokówki, mężczyźni golarzki. Podczas zajęć edukowano na temat konieczności regularnej zmiany bielizny osobistej. Uczestnicy uczyli się prania ręcznego oraz obsługi pralki automatycznej, znajdującej się w łazience treningowej, a co się z tym wiąże, również wywabiania plam, doboru detergentów do prania, prawidłowego rozwieszania upranych ubrań, ich prasowania i składania. Na zajęciach zwracano również uwagę na utrzymanie porządku w pracowniach i pomieszczeniach ŚDS.

Zajęcia prowadzono indywidualnie. Główną formą była praktyczna realizacja powierzonych zadań. Zajęcia ponadto prowadzono w formie pogadank i dyskusji. Przygotowano prezentacje multimedialne.

Uczestnicy w różnym stopniu dbają o higienę ciała, ale przypominano im podstawowe zasady higieny. Niektórzy samodzielnie, inni po przypomnieniu dbają o czystość zębów, włosów, paznokci. W większości, uczestnicy samodzielnie korzystają z prysznic ŚDS jeżeli zachodzi taka potrzeba. Przypomniano im uczestnikom o dokonywaniu wyboru odzieży w zależności od sytuacji i pogody jak również o segregowaniu odzieży w zależności od kolorów. Dbają o porządek i dezynfekcję przy swoich stanowiskach pracy.

b) Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi

Podczas zajęć uczestnicy uczyli się planowania wydatków w oparciu o posiadane dochody, opracowywali przykładową listę zakupów. Kreowali postawę wartościowania potrzeby w zakresie kupowania poszczególnych artykułów typu żywność, odzież, laptop, komórka, itp. Podczas treningów prowadzono rozmowy na temat podpisywania umów kredytowych i niebezpieczeństw jakie niesie ze sobą zaciąganie kredytów oraz zagrożeń płynących z nie spłacania zaciągniętych zobowiązań. Uczestnicy uczyli się jak załatwiać sprawy urzędowe, gdzie można regulować rachunki przelewem a gdzie przekazem oraz jak wypełniać oba druki.

Ponadto motywowano do oszczędzania i ukazywano jego zalety. Uczestnicy prowadzili dyskusje, wymianę doświadczeń.

Uczestnikom przypominano o konieczności systematycznego regulowania zobowiązań takich jak opłaty za czynsz, energię itp. Samodzielnie mieszkający uczestnicy, planowali wydatki uwzględniając stałe opłaty i zakup leków. Część uczestników uczyła się

oszczędzania drobnych kwot. Wiedzą gdzie załatwiać urzędowe sprawy i jak poprosić o pomoc.

c) Trening kulinarny

Do miesiąca marca 2020 roku zajęcia prowadzone były grupowo głównie w formie zajęć praktycznych. W późniejszym czasie zajęcia ograniczono głównie do rozmów i pogadanek z powodu reżimu sanitarnego. Uczestnicy poznawali zasady bezpiecznego używania sprzętu AGD oraz poznawali jego zastosowanie. Byli edukowani w zakresie właściwego przechowywania żywności oraz zwracali uwagę na terminy przydatności do spożycia artykułów. Na zajęciach dbano o wyrobienie nawyków kulturalnego zachowania się przy stole, zwracano uwagę na tematykę zdrowego żywienia, oraz na konieczność dostarczania do organizmu odpowiednich witamin zawartych w pożywieniu z uwzględnieniem diety w zależności od potrzeb zdrowotnych. Uczestnicy dbaj o porządek przy swoim stanowisku pracy.

d) Treningów umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów

Zajęcia prowadzono w celu wypracowania sposobów radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych i trudnych. Uczestnicy uczyli się i utrwalali zasady dobrej komunikacji, podejmowania, prowadzenia oraz kończenia konwersacji. W trakcie zajęć rozwijali umiejętności werbalne jak i pozawerbalne. Motywowano i przypominano o konieczności używania zwrotów grzecznościowych. Prowadzono rozmowy o znaczeniu uczuć i emocji w relacjach z innymi ludźmi. Wskazywano uczestnikom wagę ich udziału w życiu rodzinnym oraz aktywności w środowisku i utrzymaniu obecnych bądź nawiązywaniu nowych znajomości i kontaktów. Uczestnicy uczyli się określać własne możliwości i proponować swą pomoc w czynnościach, które są w stanie wykonywać. Uczyli się określania i komunikowania własnych potrzeb i trudności, a także rozpoznawania potrzeb innych i oferowania pomocy mniej sprawnym kolegom co pozwala na rozwijanie więzi oraz podwyższenie swojej samooceny. Podczas zajęć prowadzono działania w kierunku podtrzymania nabytych już umiejętności.

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

Zajęcia związane były głównie z ćwiczeniami związanymi z poprawą wymowy, mimiką, gestami (komunikacja werbalna i niewerbalna), oraz ćwiczeniami ortofonicznymi.

10) Trening umiejętności spędzania czasu wolnego

Trening umiejętności spędzania czasu wolnego przez pierwsze dwa miesiące do momentu wprowadzenia nowych zasad spowodowanych obostrzeniami z powodu COVID – 19 polegał głównie na: organizacji na terenie ośrodka gier i zabaw, spotkań okolicznościowych, wyjścia na wycieczki oraz spotkania integracyjne, oglądano programy telewizyjne oraz filmy. Uczestnicy uczyli się obsługi sprzętu telewizyjnego oraz Karaoke. Poznawali możliwości gospodarowania swoim wolnym czasem oraz możliwości rozwinięcia swoich zainteresowań poza ośrodkiem. Zajęcia w późniejszym terminie polegały jedynie na przeprowadzonych rozmowach na temat sposobów i możliwości spędzania wolnego czasu przez uczestników w warunkach domowych.

11) Rehabilitacja psychospoleczna (psychoedukacja)

Prowadzono rozmowy na temat korzyści systematycznego przyjmowania leków oraz negatywnego wpływu zaniedbania leczenia. Domownicy poznawali zagrożenia związane ze spożyciem alkoholu. Uczyli się wyrażania swoich uczuć związanych z chorobą, prowadzono rozmowy na temat radzenia sobie z trudnościami. Uczyli się jak rejestrować się do lekarza. Poznawali możliwości zapobiegania infekcjom sezonowym oraz (COVID – 19). Dzięki zajęciom uczestnicy są świadomi swojej choroby, wiedzą gdzie szukać pomocy, część potrafi rozpoznawać symptomy. Rozmawiają o chorobie, pilnują terminów wizyt lekarskich.

12) Realizacja pomocy w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych

W przypadku gdy uczestnik wymaga pomocy w zarejestrowaniu do lekarza pracownik jest osobą wspomagającą uczestnika. Pracownicy monitorują terminy wizyt lekarskich uczestników, którzy potrzebują wsparcia w tym zakresie.

13) Realizacja pomocy w załatwianiu spraw urzędowych, poradnictwo socjalne

Pracownicy pomagają wypełniać druki urzędowe (dodatek mieszkaniowy, świadczenia rodzinne, wnioski o wydanie orzeczenia o stopniu niepełnosprawności i inne). Pomagają monitorować okres składania cyklicznych wniosków. Uczestnicy otrzymują wsparcie

pracownika podczas załatwiania bardziej skomplikowanych spraw. W miarę potrzeb pracownicy informują gdzie należy załatwiać konkretne sprawy.

14) Współpraca z rodzinami:

Współpraca z rodzinami opiera się na pomocy ŚDS w rozwiązywaniu życiowych problemów podopiecznych i ich rodzin, na odbudowaniu funkcji opiekuńczych i wychowawczych w rodzinie wspieraniu integracji rodziny i więzi uczuciowych w rodzinie – prowadzona głównie w postaci rozmów telefonicznych. Często starali się być mediatorami w konfliktach rodzinnych naszych podopiecznych.

Pracownicy, w trakcie pobytu uczestnika ŚDS, przez cały czas świadczą niezbędną opiekę w zależności od sytuacji. Dbali o bezpieczeństwo uczestników, wspomagali w sytuacjach, w których uczestnik nie radzi sobie samodzielnie. Uczestnicy poinformowani są o konieczności przestrzegania regulaminu i zgłaszaniu planowej nieobecności.

15) Ciepły posiłek

Ciepły posiłek przygotowywany był przez podopiecznych podczas zajęć kulinarnych do momentu wybuchu epidemii. Od momentu powrotu do ośrodka w reżimie sanitarnym korzystano z zewnętrznego cateringu.

3. Średnia ilość uczestników poszczególnych zajęć w ciągu roku

Ze względu na pracę w stałych grupach z jednym terapeutą i braku możliwości mieszania się zajęcia proponowane były wszystkim podopiecznym niezależnie od ustalonych celów w Indywidualnych Planach Wspierająco – Aktywizujących.

Ponadto w ramach prowadzonej działalności ŚDS w Bystrzycy Kłodzkiej zdołano zrealizować jedynie dwie imprezy: Zabawa Walentynkowa w miesiącu lutym 2020 roku oraz Warsztaty z okazji Dnia Kobiet – malowanie na jedwabiu marzec 2020 roku.

Dodatkowo zrealizowano działania niewynikające z rocznego planu m. in :

- Mikołaj – paczki żywnościowe
- Boże Narodzenie – paczki żywnościowe

4. Liczba uczestników, którzy opuścili dom wraz z podaniem przyczyn odejścia.

Środowiskowy Dom Samopomocy opuściło 4 uczestników:

Lp.	Przyczyna odejścia	Liczba uczestników, którzy opuścili ŚDS roku 2019
1	pogorszenie stanu zdrowia / hospitalizacja	0
2	umieszczanie w placówkach całodobowej opieki	2
3	przejście do innej formy wsparcia dziennego	0
4	śmierć uczestnika	0
5	usamodzielnienie	1
6	inne	1

Tabela 9. Liczba uczestników oraz przyczyny opuszczenia domu w roku 2020.

5. Współpraca z podmiotami i jej efekty

5.1 ŚDS współpracował w 2020 roku :

-Z rodziną podopiecznych, pomoc w rozwiązywaniu różnego rodzaju problemów dotyczących pomocy i opieki nad osobami niepełnosprawnymi między innymi poprzez doprowadzenie do takiego stanu, że uczestnik nie jest postrzegany przez swoich najbliższych jako ciężar, przedmiot ciągłej opieki i przeszkoda życiowa

-Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Bystrzycy Kłodzkiej- realizacja programów wspierających, wsparcie pracownika socjalnego, wydawanie decyzji kierujących

-Powiatowym Zespołem ds. Orzekania o Niepełnosprawności -ustalenie stopni niepełnosprawności,

-Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie- pomoc w wypełnianiu wniosków dla podopiecznych,

-Bystrzyckie Stowarzyszenie Dobroczynne - udział wolontariuszy wspierających w działaniach ŚDS,

-Centrum Zdrowia Psychicznego w Stroniu Śląskim- bieżące konsultacje psychiatryczne oraz bieżące porady (rejestracja telefoniczna),

- Powiatowy Urząd Pracy- zajęcia m.in. dotyczące sposobów aktywnego poszukiwania pracy przez podopiecznych,
- Komendą Policji w Bystrzycy Kłodzkiej – działania prewencyjne na rzecz podopiecznych,
- Środowiskowymi Domami Samopomocy w Kłodzku, Wałbrzychu, Łądku Zdroju - wymiana doświadczeń.

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

Realizacja poszczególnych celów i zadań w 2020 roku nie była zgodna z wyznaczonym planem pracy. Wynikało to z wprowadzonych w miesiącu marcu zmian w związku z wybuchem pandemii. Funkcjonowanie w nowych warunkach ograniczyło w znacznym stopniu realizację celów uzgodnionych w Indywidualnym Planie Wspierająco Aktywizującym. Zajęcia odbywały się w stałych i małych grupach z zachowaniem odpowiednich odległości. Zrezygnowano z zajęć ruchowych na sprzęcie rehabilitacyjnym, wycieczek oraz imprez. Głównie skupiliśmy się na zapewnieniu bezpieczeństwa podopiecznym oraz staraliśmy się realizować zadania podtrzymujące możliwości prawidłowego funkcjonowania podopiecznych w życiu codziennym. Każdy z uczestników podlegał ocenie zespołu wspierająco – aktywizującego. Postępowanie z uczestnikiem opisane jest w Indywidualnym Planie Wspierająco –Aktywizującym, aktualizowanym od momentu przyjęcia co pół roku. Dokument opracowany jest przez terapeutów i opiekuna. Formularz oceny zawiera m.in. ocenę aktywności w obszarach: funkcjonowania w życiu codziennym, umiejętności interpersonalnych i społecznych, Aby dokonać poprawnej i miarodajnej oceny uczestnika każdy z terapeutów prowadzi dziennik, w którym opisuje zakres i sposoby realizacji prowadzonej terapii, wymienia uczestników terapii. Terapeuci w miesiącu dokonują również krótkich obserwacji uczestników. Dane te są następnie wykorzystywane do sporządzania ocen aktywizacji podopiecznych.

Działania nie zrealizowane w 2020 roku w dużej mierze zaplanowano do realizacji na następny rok.

Sporządziła:
Grażyna Wiła

Bystrzyca Kłodzka, 02.02.2021