



ŚRODOWISKOWY DOM SAMOPOMOCY

ul. Wojska Polskiego 17B, 12-250 Orzysz

Komisja Zdrowia i Opieki Społecznej

Oświaty, Kultury, Sportu

oraz Turystyki i Promocji Gminy

Rady Miejskiej w Orzyszu

ul. Rynek 3

12-250 Orzysz



Nasz znak: ŚDS.0710.5.2019

Orzysz, dnia 27.03.2019 r.

W odpowiedzi na pismo nr WRM.0012.4.4.2019.JDR z dnia 18 marca 2019 r. w załączeniu przesyłam informację z Działalności i funkcjonowania Środowiskowego Domu Samopomocy w Orzyszu za 2018 rok.

DYREKTOR
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Orzyszu
mgr Kamila Sokółowska

INFORMACJA

Z DZIAŁALNOŚCI I FUNKCJONOWANIA ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W ORZYSZU W ROKU 2018

Środowiskowy Dom Samopomocy dysponuje 60 miejscami pobytu dziennego i 4 miejscami całodobowego pobytu.

ŚDS w Orzyszu jest placówką wsparcia dla osób:

- przewlekłe psychicznie chorych (typ A),
- osób z niepełnosprawnością intelektualną (typ B),
- osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych (typ C).

Proponowany przez ŚDS program wspierająco-aktywizujący, zgodny z Programem Działalności ŚDS w Orzyszu oraz Planem Pracy na 2018r. pomaga uczestnikom w likwidowaniu zaburzeń w zakresie przystosowania społecznego, podnoszeniu stopnia inteligencji, niwelowaniu negatywnego wpływu środowiska, rozwijaniu oraz wspieraniu środowiska rodzinnego. Głównym celem terapii w ŚDS jest stworzenie warunków i sytuacji pobudzających uczestników do aktywności, rozwijaniu ich działalności poznawczej podczas zdobywania wiedzy, motywowaniu do pracy nad pozytywną zmianą postawy i zachowań, pomoc uczestnikowi w uświadomieniu jego własnej indywidualności przy jednoczesnym poszanowaniu odrębności innych.

Celem usług ŚDS skierowanych do uczestników jest przyspieszenie powrotu utraconych funkcji i ich sprawności a w przypadku zmian nieodwracalnych wyrobienie funkcji zastępczych. Jest to istota działania ŚDS, który jest placówką oparcia psychicznego i społecznego. Naszym zadaniem jest – towarzyszyć w procesie „uczułowienia”, stosując różnego rodzaju oddziaływania terapeutyczne.

1. Formy prowadzonej działalności w Środowiskowym Domu Samopomocy w Orzyszu:

a/. Rodzaje treningów funkcjonowania w codziennym życiu:

- **Trening dbałości o wygląd zewnętrzny:**

Miał on na celu nabycie wiedzy i umiejętności w zakresie utrzymania higieny całego ciała oraz estetycznego wyglądu. Uczestnicy podczas zajęć uczyli się nowych zagadnień dot. w/w tematyki, a także wzmacniali i rozwijali już posiadane kompetencje.

- **Trening nauki higieny:**

Nauka o konieczności systematycznego mycia całego ciała, rąk przed i po każdym posiłku. Uczestnicy nabywali/usprawniali umiejętność regularnego stosowania podstawowych zasad higieny w codziennym życiu oraz wyrabiali potrzebę dbania o wygląd zewnętrzny, estetykę ubioru. Zostali zapoznani ze skutkami nieprzestrzegania zasad higieny oraz kształtowano prozdrowotną postawę podczas zajęć z Edukacji zdrowotnej.

- **Trening kulinarny:**

W pracowni kulinarnej oraz gospodarstwa domowego i kulinarnej zajęcia były prowadzone przeważnie w kilkusobowych grupach. Uczestnicy nabywali umiejętność planowania budżetu, przygotowywania potraw zgodnie z zasadami żywienia, obsługi, korzystania z urządzeń ułatwiających pracę.

- **Trening umiejętności praktycznych:**

Celem treningu było nabywanie, rozwijanie i wzmacnianie samodzielności w zakresie doskonalenia podstawowych czynności dnia codziennego (pranie, suszenie odzieży, prasowanie, segregowanie odzieży, korzystanie z urządzeń elektrycznych służących do utrzymania właściwego poziomu higieny itd.) i tym samym pełniejszego zaspokajania potrzeb osoby chorej, niepełnosprawnej.

- **Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi:**

- nabywanie umiejętności planowania wydatków
- znajomość cen produktów wykorzystywanych w czynnościach życia codziennego –wyjścia do sklepu
- nauka/utrwalanie robienia listy zakupów
- rozbudzenie potrzeby podniesienia poziomu i jakości życia
- pomoc uczestnikowi w poznaniu zasad funkcjonowania instytucji finansowych na rynku oraz konsekwencji zaciągania zobowiązań
- nauka rozróżniania nominałów pieniędzy i ich wartości.

- **Trening całodobowy – 4 miejsca**

W ramach treningu uczestnicy (wymagający wsparcia w rozwijaniu umiejętności samoobsługowych, ćwiczenia czynności dnia codziennego) mają możliwość całodobowego pobytu w Środowiskowym Domu Samopomocy w Orzyszu, rozwijania umiejętności gospodarowania własnym budżetem, przebywania w środowisku, które pozwala na samodzielność – podejmowanie własnych decyzji, planowanie czynności w ciągu dnia. Jest to doskonała forma ćwiczeń praktycznych własnych możliwości, umiejętności oraz rozwijania kompetencji społecznych. Uczestnicy mają możliwość uczestniczenia w różnych miejscach i wydarzeniach kulturalnych, rekreacyjnych i sportowych, np. wyjścia do restauracji, wyjazdy do kina, na kręgle, basen itp.

b/. Rodzaje treningów umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:

- Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury.
- Nabywanie, utrwalanie umiejętności nawiązywania i podtrzymywania kontaktów interpersonalnych w sposób społecznie akceptowalny.
- Kształtowanie postawy odpowiedzialnej, nastawionej na relacje partnerskie.

- Ćwiczenie umiejętności wyrażania siebie, swojej ekspresji i emocji (zarówno pozytywnych jak i negatywnych).
- Trening współdziałania w grupie, pracy indywidualnej.
- Trening rozwiązywania problemów w sytuacjach trudnych.
- Trening relaksacyjny.
- Rodzaje treningów umiejętności spędzania czasu wolnego:
- Zachęcanie uczestników do aktywnego i efektywnego spędzania czasu wolnego – wspólne wycieczki o charakterze rekreacyjnym, turystycznym, edukacyjnym oraz prozdrowotnym.
- Wspólne uczestnictwo w wydarzeniach kulturalnych organizowanych na terenie gminy Orzysz.
- Rozwijanie zainteresowań literaturą, kinem, teatrem, audycjami radiowymi i telewizyjnymi, spacerami, terapią zajęciową.

c/. Rodzaje treningów umiejętności spędzania czasu wolnego:

- Zachęcanie uczestników do aktywnego i efektywnego spędzania czasu wolnego – wspólne wycieczki o charakterze rekreacyjnym, turystycznym, edukacyjnym oraz prozdrowotnym.
- Wspólne uczestnictwo w wydarzeniach kulturalnych organizowanych na terenie gminy Orzysz.
- Rozwijanie zainteresowań literaturą, kinem, teatrem, audycjami radiowymi i telewizyjnymi, spacerami, terapią zajęciową.

d/. Poradnictwo psychologiczne /opis rozwiązań – wewnętrzne, zewnętrzne, formy pracy/

W naszym Ośrodku funkcjonują rozwiązania:

- Wewnętrzne: zatrudnienie 2 psychologów
- Zewnętrzne: umawianie wizyt u lekarza psychiatry oraz pomoc w docieraniu na nie.

Formy pracy psychologa w ŚDS:

- Zajęcia grupowe, w tym:
 - Trening asertywności- nabywanie/doskonalenie postawy asertywnej przez uczestników.
 - Treningi interpersonalne, komunikacji społecznej.
 - Sprawy bieżące - udzielanie wsparcia zgodnie ze zgłaszanymi potrzebami uczestników i pracowników ŚDS.
 - Podstawy kompetencji rodzicielskich – trening indywidualny i grupowy.
 - Trening umiejętności radzenia sobie ze stresem.
 - Zarządzanie domowym budżetem.
 - Trening skutecznej komunikacji – mowa „ja”.
 - Wyznaczanie celów – umiejętność stawiania konkretnych, realistycznych celów.
 - Wspólna praca (modelowanie zachowań).

e/. Realizacja pomocy w załatwianiu spraw urzędowych.

W miarę zgłaszanych potrzeb przez uczestników, pracownik socjalny oraz dyrektor ŚDS, pomagają w:

- Redagowaniu pism.
- Zasięganiu niezbędnych informacji, w celu jak najefektywniejszego załatwienia sprawy w konkretnych instytucjach, bądź kierowanie podopiecznych w taki sposób, by samodzielnie załatwili sprawę.
- Wspólne wyjścia do instytucji użyteczności publicznej (Biblioteka, Poczta, sklepy, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Urząd Miejski, Bank).
- Zajęcia z zakresu tworzenia wzorów pism (urzędowych, innych).
- Poradnictwo socjalne w miarę zgłaszanych przez uczestników potrzeb.

f/. Realizacja pomocy 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.

W miarę zgłaszanych potrzeb przez uczestników, pracownik socjalny pomaga w:

-Umówieniu wizyty lekarskiej osobiście bądź telefonicznie (zgodnie ze skierowaniem od lekarza pierwszego kontaktu/specjalisty).

-Pilnowanie terminu umówionej wizyty.

-Pomoc w przygotowaniu się do wizyty (odpowiednia dokumentacja, wyniki badań, wypisy itp.).

-Pomaga w dotarciu do Ośrodka Zdrowia, lekarza specjalisty (jeżeli jest taka potrzeba-towarzyszy podopiecznemu w trakcie wizyty w gabinecie lekarskim).

-Pomoc w dotarciu do apteki, zrealizowaniu recepty.

-Kontrolowanie, czy podopieczny stosuje się do zaleceń lekarskich (w miarę możliwości).

-Zajęcia grupowe z zakresu profilaktyki prozdrowotnej (pogadanki, filmy nt. prozdrowotne).

-Pomoc w umówieniu transportu medycznego dla osób tego wymagających.

-Pomoc w uzyskaniu orzeczenia o stopniu niepełnosprawności (wypełnianie niezbędnych wniosków).

-Pomoc w uzyskaniu dofinansowania do zakupu przedmiotów ortopedycznych oraz odbioru wybranych przedmiotów ze sklepu medycznego (wózka, chodzika itp.).

g/. Realizacja niezbędnej opieki:

1/ zapewnienie możliwości pełnego uczestniczenia w zajęciach terapeutycznych, treningach dostosowanych do indywidualnych potrzeb, możliwości i zainteresowań.

2/ zapewnienie 1 gorącego posiłku w czasie pobytu na zajęciach w ŚDS w ramach treningu kulinarnego.

3/ dbanie o dobrostan psychiczny i fizyczny każdego podopiecznego ŚDS.

4/ zapewnienie dostępu do urządzeń sanitarnych w trakcie pobytu na zajęciach w ŚDS (toalety, damskie, męskie, pomieszczenie prysznicowe).

h/. Realizacja terapii ruchowej, w tym zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja.

Ćwiczenia, terapia ruchowa dostosowana jest do indywidualnych potrzeb i możliwości uczestników. Są to następujące zajęcia:

- Regularne ćwiczenia ogólnousprawniające (indywidualne oraz grupowe)
- Kinezyterapia
- Masaże przy użyciu maty masującej (nakładka na fotel/krzesło).
- Masaże klasyczne, relaksacyjne oraz lecznicze (zgodnie z zaleceniami lekarza)
- Profilaktyczne pomiary masy ciała, ciśnienia tętniczego, temperatury ciała.
- Relaksacja z elementami aromaterapii
- Gimnastyka grupowa - poranna (ćwiczenia dostosowane do indywidualnych możliwości, wieku)
- Ćwiczenia z użyciem kabiny UGUL
- Spacery
- Nordic Walking
- Ćwiczenia oddechowe
- Tenis stołowy, Bocce, Badminton
- Gry i zabawy integracyjne z przyborami w pomieszczeniach i na powietrzu (szarfy, chusta, piłki, hula-hop, kręgle).
- Terapia manualna (stolik do terapii manualnej, piłeczki, rolki)
- Fotel relaksacyjny (masaże).
- Gry zespołowe na powietrzu (siatkówka, dwa ognie, piłka nożna)
- Ćwiczenia na siłowni napowietrznej na terenie ŚDS oraz poza nim.
- Ćwiczenia na przyrządach stacjonarnych (bieżnia, wioślarz, orbitrek, rower stacjonarny poziomy, ergometr kończyn górnych i dolnych, stepper, atlas, drabinki).

i/. Realizacja wyżywienia, w tym całodobowe wyżywienie dla uczestników skierowanych na pobyt całodobowy w formie posiłków lub produktów żywnościowych do przygotowania posiłków przez uczestnika:

- Wyżywienie w trakcie zajęć w ŚDS, realizowane jest w ramach treningu kulinarnego w pracowni kulinarnej oraz gospodarstwa domowego i kulinarnej.
- Wyżywienie w trakcie treningu całodobowego w ŚDS, realizowane jest w ramach treningu kulinarnego/zakupu produktów żywnościowych do przygotowania posiłków przez uczestników w pomieszczeniu kuchennym.

j/. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy /podać formy zajęć, ile osób uczestniczyło, z jakim rezultatem/

-Zajęcia aktywizacyjne (grupowe oraz indywidualne)

-Ćwiczenie cech charakteru, mile widzianych przez pracodawców: skrupulatność, punktualność, uczciwość, dokładność.

-Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych – ćwiczenia grupowe i indywidualne.

-Ćwiczenia obsługiwanie urządzeń techniki biurowej (zszywacz, rozszywacz, dziurkacz, laminator, drukarka, skaner, kserokopiarka, bigówka)

-Warsztaty z papieroplastyki (przy użyciu maszyny tnąco-wytłaczającej) – jako przygotowanie do zajęć np. w WTZ, ZPH.

Zajęcia cieszą się zainteresowaniem uczestników, jednak by były skuteczne wymagają dużej regularności, powtarzalności. Z racji ograniczeń fizycznych, psychicznych uczestników, nie zawsze udaje się uzyskać pożądane efekty zajęć warsztatowych. Z uwagi na ten fakt, zdarza się że osoby biorące udział w zajęciach, szybko zniechęcają się, tracą wiarę we własne możliwości. Bardzo ważne jest tu wsparcie psychologa, który pełni rolę motywatora podczas zajęć.

k/. Transport uczestników zajęć :

ŚDS w Orzyszu zapewnia dowóz dla podopiecznych z terenu gminy Orzysz oraz z miasta -35 osób (osoby które wymagają dowozu, nie są w stanie samodzielnie dotrzeć z powodu ograniczeń ruchowych, niepełnej sprawności). Nie posiadamy własnego środka transportu, korzystamy z zakupu usługi transportowej.

- Pozostali uczestnicy docierają na zajęcia samodzielnie.

l/. Realizacja współpracy z podmiotami wymienionymi w § 21 i jej efektów /rodzaj podmiotu, opis realizowanych działań i jej efekty/

- **MOPS w Orzyszu** – ciągła współpraca w zakresie bieżących spraw uczestników, współpraca przy realizacji projektów
- **Zespół Szkolno-Przedszkolny w Orzyszu** – wspólne spotkania integracyjne (występy, warsztaty tematyczne, wymiana doświadczeń)
- **Zespół Szkolno-Przedszkolny w Okartowie**- wspólne spotkania integracyjne (występy, warsztaty tematyczne, wymiana doświadczeń)
- **Urząd Miejski w Orzyszu** - ciągła współpraca w zakresie bieżących spraw uczestników, zadań realizowanych w ŚDS, współpraca z wydziałem promocji i pozyskiwania funduszy gminy Orzysz
- **AKSON** – Sklep medyczny – współpraca z przedstawicielem w zakresie składania wniosków o zaopatrzenie w wyroby medyczne, odbioru go przez zainteresowanego
- **Dom Kultury w Orzyszu** - współorganizowanie imprez i spotkań o charakterze kulturalnym, uczestnictwo w imprezach organizowanych przez DK w Orzyszu
- **Ośrodek Zdrowia w Orzyszu** (lekarze rodzinni, pielęgniarki) – ciągła współpraca, umawianie wizyt, konsultacje w zakresie funkcjonowania podopiecznych w ŚDS
- **„Caritas”** – udział naszych podopiecznych w projekcie realizowanym przez Caritas (warsztaty wyjazdowe),

Narodowy Fundusz Zdrowia, oddział terenowy w Elku – potwierdzanie uprawnień uczestników do zaopatrzenia w wyroby medyczne

- **Orzyskie Stowarzyszenie „Szansa na...”** – aplikowanie po środki zewnętrzne, współpraca przy realizacji projektów, spotkania i szkolenia dla kadry, pomoc w pisaniu i składaniu wniosków
- **ŚDS w: Giżycku, Elku, Białej Piskiej, Piszu, Kowalach Oleckich, Nowej Wsi Elckiej, Suwałkach, Ukcie i inne**, – poradnictwo tel. i osobiste w zakresie bieżących spraw, udział w imprezach kulturalnych organizowanych przez nich oraz zapraszanie ich ŚDS-ów na nasze uroczystości, wymiana doświadczeń kadry oraz podopiecznych

- **PCPR w Pisz** – konsultacje tel. w sprawach dot. podopiecznych (dofinansowania, szkolenia, składanie wniosków)
- **MOSiR w Orzyszu** – korzystanie nieodpłatne z Sali sportowej, sprzętu do ćwiczeń oraz gry w kręgle, ping-ponga, udział w imprezach kulturalno-integracyjnych organizowanych przez MOSiR, wystawa prac naszych podopiecznych w Hali MOSiR w Orzyszu.
- **Poradnia Zdrowia Psychicznego w Pisz** – umawianie wizyt naszych podopiecznych, konsultacje.
- **Księża z okolicznych Kościołów** – zapraszanie ich na wizyty do podopiecznych w ŚDS (duża część osób to osoby w podeszłym wieku dla których istotną rolę w życiu odgrywa wiara. Wizyty Księdza dają im dużo wiary i sił do kontynuowania terapii).

Realizacja procesu dochodzenia do standardów ŚDS zgodnie z rozporządzeniem Ministra Pracy i Polityki Społecznej z 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy :

Środowiskowy Dom Samopomocy w Orzyszu Spełnia Standardy Rozporządzenia .

Dane statystyczne

- Ogólna liczba uczestników korzystających z zajęć ŚDS w 2018 roku – 66 osób
- Średnia frekwencja uczestników w roku sprawozdawczym – 80,94 %
- Średnia liczba uczestników na poszczególnych zajęciach:
- Pracownia wsparcia psychicznego (psycholog, pracownik socjalny) – 8,44% średnio 5,80 osoby
- Pracownia gospodarstwa domowego i kulinarnego – 25,59%, średnio 15,35 osoby
- Pracownia komputerowa – 12,62%, średnio 7,60 osoby
- Pracownia rehabilitacyjna – 14,55%, średnio 9,45 osoby
- Pracownia kulinarna - 56,75% średnio 34,33 osoby
- Pracownia relaksacji i wyciszenia – 22,42%, średnio 13,45 osoby
- Pracownia usprawniania fizycznego – 42,71%, średnio 26,08 osoby
- Pracownia techniczna – 8,44%, średnio 5,80 osoby
- Pracownia rękodzieła artystycznego – 16,08%, średnio 9,5 osoby
- Pracownia muzyczno-teatralna – 15,95%, średnio 9,08 osoby
- Pracownia plastyczno-manualna – 19,01%, średnio 11,47 osoby
- Pracownia krawiecka – 11,46%, średnio 7,19 osoby

- treningi /jakie

- Całodobowy
- Trening funkcjonowania w codziennym życiu, w tym:

Trening dbałości o wygląd zewnętrzny

Trening nauki higieny

Trening kulinarny

Trening umiejętności praktycznych

Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi

- 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

- Trening umiejętności spędzania czasu wolnego, w tym:

Rozwijanie zainteresowań literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi, Internetem

Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych

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

- terapia ruchowa

- Częste spacery podopiecznych z opiekunami (rekreacyjne, Nordic Walking) w okresie wiosenno-jesiennym.
- Wyjścia na siłownię napowietrzną, należącą do naszej placówki.
- Gry zespołowe, zabawy integracyjne na powietrzu.
- Wyjścia na różne wydarzenia kulturalne w naszym mieście do Parku Jordanowskiego
- Wyjazdy na wycieczki do: Warszawy – Starówka, Łazienki Królewskie, Park Miniatur, Teatru w Olsztynie, Kino w Ełku.
- Organizowanie plenerowych warsztatów zajęciowych dla różnych grup społ. i wiekowych
- (warsztaty z animacji czasu wolnego, w tym: malowanie twarzy, tatuaży, zabawy integracyjne, konkursy)
- Organizowanie różnych akcji na zewnątrz: sprzątanie terenu należącego do ŚDS, uprawianie własnego ogródka – w tym pielęgnowanie go i przygotowywanie na następny sezon uprawowy, pielęgnacja kwiatów doniczkowych na zewnątrz (pelargonii), drzewek, krzewów oraz grabienie trawnika, zamiatanie nawierzchni na siłowni zewnętrznej oraz na boisku.

- aktywizacja zawodowa

Zajęcia aktywizacyjne (psycholog, członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego)

- Wspólne wyszukiwanie ofert pracy w Internecie, prasie, informacje u lokalnych przedsiębiorców,
- Zasady tworzenia dokumentów aplikacyjnych (CV, List motywacyjny),
- Nauka podstawowych umiejętności w zakresie obsługi urządzeń techniki biurowej,
- Śledzenie aktualności na stronie internetowej PUP w Pisz, zasięganie informacji Telefonicznych w razie konieczności
- Warsztaty motywacyjne prowadzone przez psychologa
- Kształtowanie „aktywnej” postawy, zachęcanie do poszerzania swoich kompetencji zawodowych

- Zachęcanie do podejmowania jakiejkolwiek aktywności zarobkowej (praca dorywcza, popołudniowa)
- Prowadzenie treningu budżetowego – pokazywanie konieczności zarabiania/odkładania na realizację własnych potrzeb.

- **terapię specjalistyczne /aromatoterapia, logopedia, socjoterapia itp./**

Aromatoterapia prowadzona jest w każdej pracowni w ŚDS, zwłaszcza w pokoju wyciszeń podczas zajęć relaksacyjnych.

- innych /jakich/

- **Zajęcia w ramach „kącika fryzjerskiego”, czyli regularne (czwartkowe) spotkania z fryzjerstwem, kosmologią.**

-w ramach zajęć: pokazywaliśmy różne art. higieniczne, przeznaczone do pielęgnacji skóry, włosów, ciała (zastosowanie, omówienie typów cery, dobór odpowiednich kosmetyków pod względem wieku, typu urody). Pokazywaliśmy, jak właściwie pielęgnować skórę i włosy o różnych porach roku. Nauczyliśmy obsługi maszynki do strzyżenia włosów oraz zasad prawidłowego mycia włosów, farbowania, modelowania. Układaliśmy różne fryzury okazjonalne, codzienne. Wykonywaliśmy różne makijaże (odpowiednie do wieku, okazji). Malowaliśmy paznokcie, uczyliśmy podopiecznych zasad dbania o estetyczny wygląd zewnętrzny. Kształtowaliśmy nawyk regularnego dbania o czystość ciała, dłoni, włosów. Wyżej przedstawiona forma terapii okazała się doskonałą „odskoczną” od codziennych zajęć, problemów podopiecznych.

Zajęcia w kąciku fryzjerskim (prowadzone raz w tygodniu lub częściej, jeżeli jest zgłaszana taka potrzeba- cieszą się ogromnym zainteresowaniem. Korzystają z nich zarówno Panie jak i Panowie.

- **Zajęcia biblioteczne** (wyjścia z grupą zainteresowanych uczestników do Publicznej Biblioteki Miejskiej w Orzyszu).
- **Edukacja ekologiczna** – kontynuowanie wdrażania uczestników ŚDS do segregacji śmieci zgodnie z nowymi zasadami obowiązującymi na terenie Gminy Orzysz. Dzięki posiadanym pojemnikom do segregacji odpadów, uczestnicy mieli możliwość nauki/ćwiczenia właściwego sposobu segregacji. Była to przydatna umiejętność zarówno w codziennym życiu jak i podczas zajęć w ŚDS.

Ponadto, w Środowiskowym Domu Samopomocy w Orzyszu, co roku organizowana jest impreza cykliczna – **Orzyskie Spotkanie Środowiskowych Domów Samopomocy „spotkanie z piosenką ...”**, na którą zapraszane są zaprzyjaźnione ŚDS-y oraz goście. Spotkanie ma na celu szeroko rozumianą integrację społeczną, międzypokoleniową. Corocznie organizujemy również Piknik Rodzinny, połączony z obchodami Jubileuszu 90 Urodzin mieszkańców naszej Gminy.

W 2018 r., Uczestnicy naszego Domu byli beneficjentami projektów:

- Program Oparcie społeczne dla osób z zaburzeniami psychicznymi – projekt realizowany przez CARITAS Diecezji Ełckiej – łącznie z naszego Domu udział w projekcie wzięło 13 osób wykazujących zaburzenia czynności psychicznych. W ramach projektu przeprowadzone zostały zajęcia z dietetykiem, fizjoterapeutą, fotografem,

zajęcia kulinarne, spotkania z „ludźmi z pasją”, wolontariat, wsparcie psychologiczne, wycieczki do Warszawy, Białegostoku, kino w Ełku, Kręgle.

- Projekt „Wspólnie Silni” realizowany przez Firmę SIMITU, TERRA. Projekt przeprowadzony został w ramach aktywizacji zawodowej, budowania i rozwijania Kapitału Społecznego - łącznie z naszego Domu udział w projekcie wzięło 16 osób wykazujących zaburzenia czynności psychicznych. W ramach projektu uczestnicy odbyli cykl spotkań z: doradcą zawodowym, instruktorem warsztatów prowadzonych metodą „pomosty”, psychologiem, warsztaty asertywności oraz kurs zawodowy – florysta. W ramach warsztatów prowadzonych metodą „pomosty”, zbudowano scenę przenośną, która posłuży do organizowania „małych” imprez kulturalno-integracyjnych, zakupiono drzewka, krzewy do zagospodarowania terenów zieleni przy ŚDS, zakupiono profesjonalny zestaw do malowania twarzy, zestaw narzędzi ogrodowych, zbudowano meble ogrodowe na potrzeby ŚDS.
- Projekt realizowany w ramach Programu Działaj Lokalnie przez grupę nieformalną, złożoną z pracowników ŚDS. W ramach działań projektowych zakupiony został zewnętrzny zestaw do gry w Bocci, zestaw do wyznaczania boiska oraz przeprowadzone zostały spotkania z: dietetykiem, instruktorem terapii, fizjoterapeutą oraz instruktorem gry w Bocci. Zorganizowano „I Integracyjny Orzyski Turniej BOCCIA”, w którym udział wzięli: drużyny ŚDS z Orzysza, Pisza, Białej Piskiej, przedstawiciele lokalnych Instytucji Samorządu Lokalnego.
- Projekt „Forget Me Not” – udział wzięło łącznie ok. 20 osób po 60 r.ż. W ramach projektu odbyło się 8 lokalnych spotkań: z psychologiem, dietetykiem, fizjoterapeutą, socjologiem, florystką, artystą-plastykiem, lekarzem medycyny ratunkowej oraz specjalistą chorób narządu słuchu. Odbyły się również 3 wizyty studyjne: 3-dniowa w Orzyszu, dwie 1-dniowe w Alytusie na Litwie. W ramach projektu zakupione zostały: ławki zewnętrzne, kosze na śmieci, grill, szklarnia, zagospodarowano teren zielony na posesji ŚDS oraz przy DK, zakupiono gadżety dla Seniorów.

Finanse Środowiskowego Domu Samopomocy w Orzyszu

Na działalność i funkcjonowanie w 2018 r. przyznana została dotacja w kwocie 1 167 306,60zł, w tym:

- dotacja z Urzędu Wojewódzkiego w Olsztynie w kwocie 1 163 606,60 zł.
- środki własne gminy w kwocie 3 700,00 zł.

W 2018 roku ŚDS dokonał wydatków na łączną kwotę w wysokości 1 167 306,60 zł

- w tym na:

➤ Wydatki bezosobowe niezaliczone do wynagrodzeń § 3020	– 300,00 zł
➤ Wynagrodzenia osobowe pracowników § 4010	– 572 893,70 zł
➤ Dodatkowe wynagrodzenie roczne § 4040	- 24 207,94 zł
➤ Składki na ubezpieczenia społeczne § 4110	- 102 150,52 zł
➤ Składki na fundusz pracy § 4120	- 14 481,19 zł

- Wynagrodzenia bezosobowe § 4170 - 2 220,00 zł
- Zakup materiałów i wyposażenia § 4210 - 178 176,09 zł

w tym

- zakup art. do pracowni krawieckiej - 5 734,98 zł
- zakup art. do pracowni artystycznej - 11 016,40 zł
- zakup art. do pracowni komputerowej - 3 145,59 zł
- zakup art. do pracowni relaksacji i wyciszenia - 4 377,00 zł
- zakup art. do pracowni teatralno- muzycznej - 227,22 zł
- zakup art. do pracowni technicznej - 994,60 zł
- zakup art. do pracowni fizykoterapii - 97,00 zł
- zakup art. do pracowni manualno – plastycznej - 1 076,42 zł
- zakup art. do pracowni kulinarnej - 2 692,49 zł
- zakup art. na trening całodobowy - 484,56 zł
- zakup art. do kąpika fryzjerskiego - 660,50 zł
- zakup materiałów dla osób ze sprzężeniami - 7 168,18 zł
- zakup innych materiałów - 2 974,77 zł
- zakup oleju opałowego - 50 662,47 zł

- Zakup środków żywności § 4220 - 47 728,39 zł
- Zakup energii § 4260 - 14 997,27 zł
- Zakup usług zdrowotnych § 4280 - 470,00 zł
- Zakup usług pozostałych § 4300 - 167 910,00 zł

W tym

- Dowóz uczestników do ŚDS - 81 001,65 zł
- Wyjazd uczestników na wycieczki - 10 613,35 zł
- Udział uczestników w różnych imprezach - 5 211,00 zł
- Konserwacja programów komputerowych - 4 250,88 zł
- Usługi xero - 4 102,76 zł
- Wywóz śmieci i ścieki - 6 489,44 zł
- Przeglądy obiektów - 2 421,87 zł
- Konserwacja pieca - 1 008,60 zł

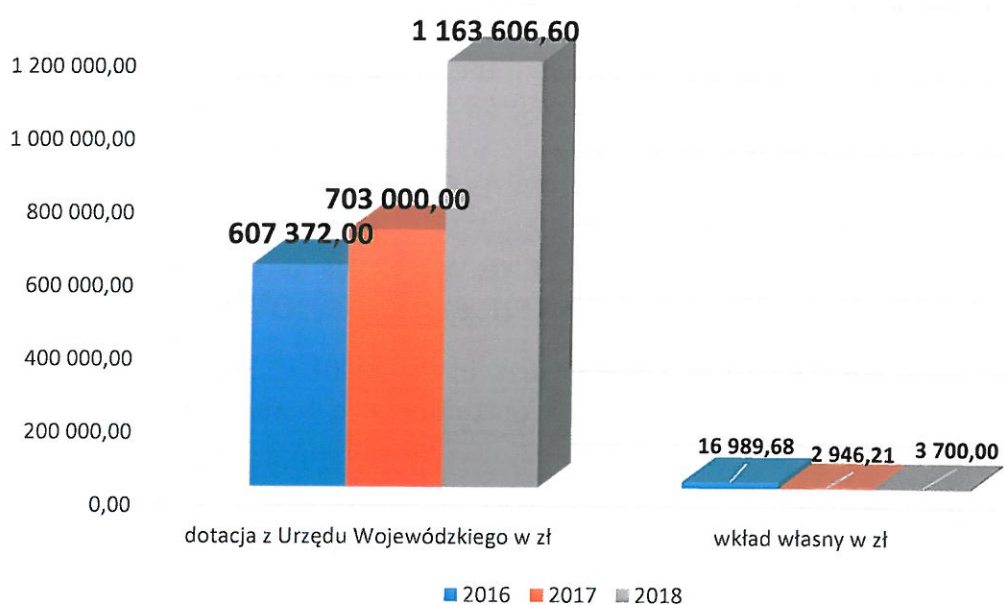
• Abonament za system publikator	–	856,08 zł
• Umowa z CIS	–	7 105,80 zł
• Umowa z CBI – ochrona danych	–	2 666,32 zł
• Badania lekarskie pracowników	–	470,00 zł
• Pozostałe usługi	–	7 633,48 zł
• Trening całodobowy	–	946,50 zł
➤ Opłata z tytułu zakupu usług telekomunikacyjnych telefonii		
➤ komórkowej § 4360	-	1 294,19 zł
➤ Podróże służbowe krajowe § 4410	-	1 619,00 zł
➤ Różne opłaty i składki § 4430	-	3 747,62 zł
➤ Odpis na zakładowy fundusz świadczeń socjalnych § 4440	-	16 342,35 zł
➤ Podatek od nieruchomości § 4480	-	11 956,00 zł
➤ Opłata na rzecz budżetu jednostek samorządu terytorialnego § 4520	-	80,66 zł
➤ <u>Szkolenie pracowników § 4700</u>	-	6 731,68 zł
Razem		1 167 306,60 zł

Zobowiązania niewymagalne ŚDS na dzień 31.12.2018 roku wynoszą ogółem w tym:

• Zobowiązanie wobec ZUS – u	-	17 221,59 zł
• Zobowiązania wobec Urzędu Skarbowego	-	3 705,00 zł
• Zobowiązanie z tytułu wynagrodzeń tzw. 13”	-	29 166,84 zł
Razem		50 093,43 zł

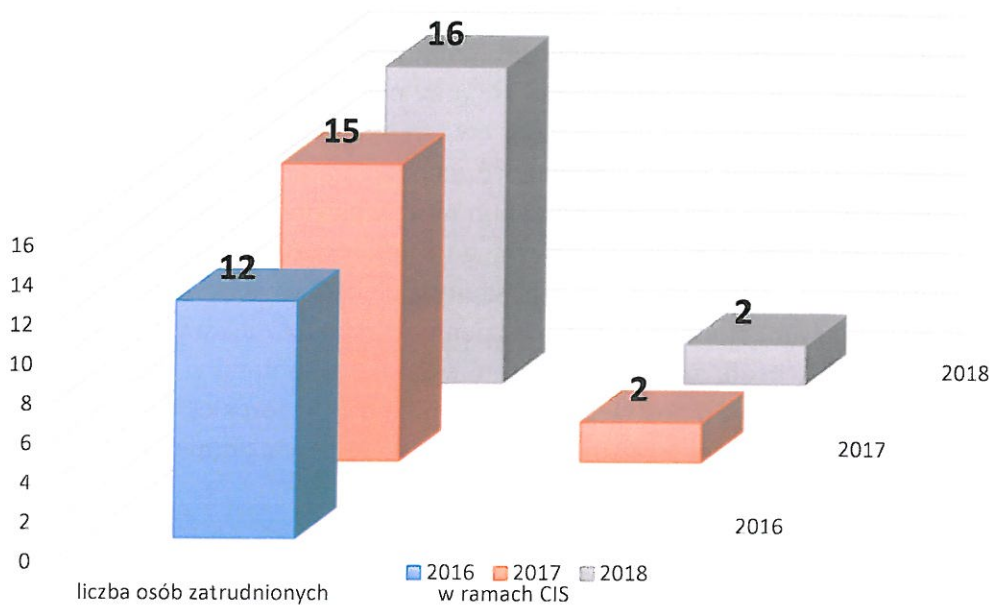
Powyższe zobowiązania powstały w miesiącu grudniu 2018 roku i zostały terminowo uregulowane.

Budżet ŚDS w latach 2016 - 2018



Zatrudnienie w Środowiskowym Domu Samopomocy w Orzyszu

Zatrudnienie ŚDS w latach 2016 - 2018



Zatrudnienie na dzień 31.12.2018 roku wynosi 16 osób na umowę o pracę tj. 14,2 etatu oraz 2 osoby w ramach umowy z CIS.

Wszystkie wydatki były planowane i dokonywane w sposób celowy i oszczędny, z zachowaniem zasady uzyskania najlepszych efektów z danych nakładów oraz niezbędne do prawidłowego funkcjonowania ŚDS.

OCENA REALIZACJI ZADAŃ I EWENTUALNE WNIOSKI, W TYM INFORMACJE O PLANOWANYCH ZMIANACH W ZAKRESIE FUNKCJONOWANIA DOMU.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Orzyszu funkcjonuje od 01.12.2015r. Dom świadczy usługi dla 60 osób typu A,B,C na pobyt dzienny oraz dysponuje 4 miejscami całodobowego pobytu.

Z obserwacji pracowników ŚDS oraz MOPS wynika, że potrzeby naszego społeczeństwa w zakresie ochrony zdrowia psychicznego są ogromne, z tendencją wzrastającą. Pomimo zwiększenia liczby miejsc, wciąż przybywa osób wymagających wsparcia w postaci uczestnictwa w zajęciach prowadzonych w ŚDS. Coraz więcej Uczestników jest w podeszłym, senioralnym wieku.

Nadrzędnym celem funkcjonowania Środowiskowego Domu Samopomocy jest podnoszenie jakości życia, zapewnienie profesjonalnej i specjalistycznej opieki oraz udzielenie szeroko rozumianego oparcia społecznego dla osób przewlekłe psychicznie chorych, upośledzonych umysłowo oraz wykazujących inne zaburzenia czynności psychicznych. Ważnym elementem wsparcia jest też przywrócenie osób wykluczonych społecznie do pełnego uczestniczenia w życiu społecznym oraz rozwijanie ich kompetencji społecznych.

Uczestnicy ŚDS korzystający z poszczególnych treningów kształtowali umiejętność prawidłowego komunikowania się z ludźmi, uczestniczyli w życiu kulturalnym ośrodka oraz w imprezach kulturalnych organizowanych na terenie naszej gminy. Ćwiczyli umiejętność samodzielnego ubierania się oraz kompletowania garderoby odpowiednio do pory roku, okazji. W ramach treningu kulinarnego przygotowywali gorący posiłek, nabywali wiadomości z zakresu higieny, zasad racjonalnego odżywiania się oraz przygotowywania potraw zgodnie z przepisami kulinarnymi. Ponadto uczestniczyli w treningu budżetowym, umiejętności gospodarczych i praktycznych, ćwiczyli umiejętność zachowania się w miejscach użyteczności publicznej, podczas wspólnego dokonywania zakupów i wiele innych przydatnych w życiu umiejętności. Uczestnicy mieli możliwość aktywnego i autentycznego uczestnictwa w życiu społecznym i kulturalnym, zwiększyła się ich samodzielność w wykonywaniu czynności związanych z poprawnym funkcjonowaniem w codziennym życiu. Zwiększyły się kompetencje społeczne poszczególnych osób, rozwinęła się umiejętność współpracy oraz pełnienia ról społecznych. Zmianie uległ sposób postrzegania siebie jako osoby dorosłej, świadomej swoich możliwości i potrzeb. Poprzez zwiększony udział w życiu społecznym zmniejszyło się poczucie marginalizacji osób upośledzonych, chorych psychicznie.

ŚDS w 2018 r. realizował swoje zadania zgodnie z Ustawą o ochronie zdrowia psychicznego, Ustawie o pomocy społecznej oraz Rozporządzeniem w sprawie Środowiskowych Domów Samopomocy, zgodnie z Programem Działalności ŚDS w Orzyszu dla uczestników typu: A,B,C oraz Planem Pracy ŚDS w Orzyszu na 2018r. Zaplanowane zajęcia, treningi, terapia zajęciowa została zrealizowana na zadowalającym poziomie. Poprzez udział w zajęciach naszej

placówki, zewnętrznych projektach mających na celu poprawę stanu zdrowia psychicznego, uczestnicy ŚDS stali się osobami bardziej otwartymi, samodzielными, lepiej radzą sobie z otaczającą rzeczywistością. Jednym z ważniejszych elementów rehabilitacji społecznej osób niepełnosprawnych jest ich udział w przedsięwzięciach kulturalno-rekreacyjnych. Nasze doświadczenie pokazuje, że tego typu działania (występy teatralne, muzyczne, wokalne, terapeutyczno-rehabilitacyjne, spotkania integracyjne, wycieczki) mają nieoceniony, pozytywny wpływ na uczestników w wielu sferach. Powodują szeroko rozumianą poprawę funkcjonowania w życiu. W związku z tym, planujemy kontynuację wyżej wymienionych działań, uczestnictwa w życiu społecznym oraz rozwijanie zainteresowań.

Każdy kolejny rok działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Orzyszu to realizacja ustawowych obowiązków oraz czegoś więcej - wspierania w każdym, małym „kroku do przodu” każdej jednostki ludzkiej. Jest to towarzyszenie w trudnej drodze ku odzyskaniu godności ludzkiej. Dzięki posiadaniu 4 miejsc całodobowego treningu, podopieczni wymagający takiej formy wsparcia mają możliwość korzystania z nich – co jest bardzo ważnym elementem szeroko pojętego procesu terapii. Po przeprowadzeniu wielu już takich treningów, widać, jak ważny był to dla nas- jako zespołu terapeutycznego „krok do przodu”.

W celu podniesienia poziomu świadczonych przez terapeutów, instruktorów terapii usług terapeutycznych skierowanych do uczestników, istotne jest, by dalej doszkalać pracowników w różnorodnych dziedzinach. Chcemy rozszerzać zakres prowadzonych terapii, urozmaicać formy wsparcia, dlatego ważne jest, by regularnie organizować szkolenia oraz korzystać z dodatkowych środków na ten cel.

Obecnie wsparciem w formie skierowania do ŚDS na pobyt dzienny objętych jest 62 uczestników. Codzienne treningi odbywają się w dwóch budynkach, przeznaczonych na ten cel. W chwili obecnej brakuje nam dużej Sali ogólnej, która pomieściłaby wszystkich uczestników podczas spotkań społeczności całego Domu. Dlatego w przyszłości chcielibyśmy pozyskać dodatkowe środki finansowe na rozbudowę ŚDS (dobudowanie łącznika między 2 budynkami, w których odbywają się zajęcia terapeutyczne). Łącznik ten zagospodarowalibyśmy na dużą salę ogólną – bardzo ułatwiłoby to nam pracę oraz podniosło komfort uczestników.

Trzeci budynek, który posiadamy w zasobach ŚDS przeznaczony jest do realizacji treningów całodobowych (4 miejsca).

