

# **PROGRAM DZIAŁALNOŚCI POWIATOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W WĘGORZEWIE DLA TYPU DOMU B**

## **Cel ogólny działania Domu**

Powiatowy Dom Samopomocy w Węgorzewie jest ośrodkiem wsparcia o zasięgu ponadlokalnym działającym w formie jednostki budżetowej, jako jednostka organizacyjna Powiatu Węgorzewskiego. Dom jest jednostką dziennego pobytu przeznaczoną dla 34 osób tj. dla osób przewlekle psychicznie chorych, osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych, w tym również dla osób z niepełnosprawnościami sprzężonymi i osób ze spektrum autyzmu.

**Celem działalności** Domu jest utrzymanie osoby w jej naturalnym środowisku społecznym i rodzinnym poprzez udzielanie wsparcia psychicznego, pomocy w zaspokajaniu potrzeb bytowych, edukacyjnych i społecznych oraz zapewnienie osobom korzystającym ze świadczeń Domu rehabilitacji społecznej obejmującej różnorodne formy treningów umiejętności społecznych oraz elementy terapii zajęciowej, a także podtrzymywanie i rozwijanie u osób z zaburzeniami psychicznymi umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia, podejmowanie działań w celu przygotowania do podjęcia pracy, służyć partnerską radą i pomocą w sprawach związanych ze współżyciem społecznym, gospodarowaniem pieniędzmi, załatwieniem spraw poza Domem, wykonywaniem różnych zajęć i prac, aktywnym spędzaniem czasu wolnego, motywowaniem do pracy przez wykorzystanie posiadanych umiejętności, utrzymaniem kontaktów z rodziną i przyjaciółmi.

Powiatowy Dom Samopomocy w Węgorzewie jest elementem przyjętej Uchwałą Nr XVIII/82/2016 Rady Powiatu w Węgorzewie z dnia 31 marca 2016r. i realizowanej „Strategii Rozwiązywania problemów społecznych Powiatu Węgorzewskiego na lata 2016-2023”. Działalność Domu wpisuje się w następujące Jej cele i zadania: Cel strategiczny: Wsparcie osób wymagających opieki, w tym rozwój systemu pieczy zastępczej, Cel szczegółowy nr 1: Wsparcie osób starszych i niepełnosprawnych.

## **Podstawą działalności Domu są:**

- Ustawa o pomocy społecznej z dnia 12 marca 2004r.,
- uchwała Nr XLIV/302/2005. Rady Powiatu w Węgorzewie w sprawie utworzenia jednostki organizacyjnej: ośrodka wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi pod nazwą Powiatowy Dom Samopomocy,
- Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy,
- wytyczne Wojewody Warmińsko-Mazurskiego dotyczące zasad i sposobu realizacji zadania z zakresu administracji rządowej – środowiskowe domy samopomocy.

## Cele szczegółowe działania domu

Działania Domu:

- organizacja całokształtu spraw zmierzających do realizacji usług w ramach indywidualnych lub zespołowych treningów samoobsługi i treningów umiejętności społecznych zgodnie z indywidualnymi planami postępowania wspierająco-aktywizującego każdego uczestnika,
- umożliwienie udziału w terapii zajęciowej indywidualnej i grupowej oraz w innych formach zajęć wspierająco-aktywizujących,
- wsparcie w zakresie poradnictwa psychologicznego i pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych,
- zapewnienie możliwości skorzystania z posiłku przygotowanego w ramach treningu kulinarnego w czasie pobytu,
- udzielanie kompleksowej pomocy przy rozwiązywaniu spraw i problemów,
- współpraca z rodziną w zakresie kształtowania odpowiednich postaw wobec uczestnika oraz innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy, w zakresie niezbędnym, gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników,
- zapewnienie właściwego poziomu usług.

## Formy działalności

Powiatowy Dom Samopomocy w Węgorzewie w celu zapewnienia integracji społecznej uczestników stale **współpracuje** z rodzinami uczestników. Częste są kontakty telefoniczne oraz osobiste rozmowy indywidualne zawsze wtedy, gdy zachodzi taka potrzeba.

Dzięki częstemu kontaktowi pracowników PDS z rodzinami, możliwa jest bieżąca wymiana informacji dotyczących zdrowia i samopoczucia uczestników, jak i aktualnych problemów, na które napotykają uczestnicy i ich bliscy. Ponadto pracownik socjalny udziela pomocy w zakresie rozwiązywania spraw i problemów życiowych domowników. Często jest mediatorem przy rozwiązywaniu różnych problemów. Wzmacnia i pobudza aktywność społeczną, inicjuje nowe formy udzielania pomocy.

Placówka współpracuje z różnymi urzędami i instytucjami. Najczęściej potrzebny jest kontakt z Miejsko-Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej oraz z Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Węgorzewie. Pracownik socjalny udziela uczestnikom informacji o świadczeniach, które można uzyskać z ośrodków pomocy społecznej i PCPR. W miarę potrzeb pomaga też w przygotowaniu i wypełnianiu niezbędnych dokumentów. Współpracujące instytucje są także pomocne w pozyskiwaniu nowych osób do PDS. Jednak przede wszystkim istotna jest możliwość podjęcia współdziałania mającego skoordynować działania pomocowe w każdym indywidualnym przypadku.

Wśród jednostek ochrony zdrowia najbardziej niezbędna jest współpraca z Poradnią Zdrowia Psychicznego oraz ze Szpitalem Psychiatrycznym w Węgorzewie. Wczesne wykrycie niepokojących i nasilających się objawów choroby, umożliwia podjęcie rozmów z chorym, mających skłonić go do hospitalizacji .

PDS chętnie bierze aktywny udział w różnorodnych imprezach organizowanych przez zaprzyjaźnione placówki. Udział w tych licznych imprezach ma dwojakie oddziaływania integracyjne. Daje to uczestnikom naszej placówki możliwość poznawania osób niepełnosprawnych z innych placówek. Skutkuje to nawiązywaniem nowych znajomości, a czasem nawet przyjaźni. Uczestnictwo w tego rodzaju spotkaniach spełnia też bardzo ważną rolę w integracji naszych uczestników ze środowiskiem lokalnym. Efektem tych imprez jest obalanie stereotypów na temat ludzi chorych psychicznie i niepełnosprawnych intelektualnie. Przeciwdziała to ich wyizolowaniu i stygmatyzacji. W efekcie chętniej i łatwiej wtapiają się oni w społeczność lokalną, chętniej i aktywniej uczestniczą w życiu kulturalnym miasta, doświadczają poczucia więzi z innymi ludźmi. Czując przychyłność otoczenia odważniej wychodzą z domów. Następuje znaczna zmiana w społecznym funkcjonowaniu. Są ośmieleni, następuje stopniowa redukcja napięcia lękowego i strachu przed innymi. W konsekwencji zachęca to ich do podnoszenia swoich kompetencji społecznych (m.in. samodzielności i zaradności w załatwianiu swoich spraw w różnych urzędach i instytucjach). Przełamują niechęć i lęk przed nawiązywaniem kontaktów interpersonalnych. Zmniejszeniu ulega deficyt umiejętności społecznych czego efektem jest podniesienie samooceny i poczucia własnej wartości, co w sposób istotny wpływa na jakość życia uczestników.

### **Formy i metody prowadzonej działalności terapeutycznej – w odniesieniu do domu typu B**

tj. osób z niepełnosprawnością intelektualną, w tym również dla osób z niepełnosprawnościami sprzężonymi lub osób ze spektrum autyzmu

#### **Trening umiejętności funkcjonowania w codziennym życiu**

- nauka ubierania się i rozbierania,
- nauka jedzenia przy pomocy sztućców,
- nauka samodzielnego sprzątnięcia po posiłku,
- trening dbałości o wygląd zewnętrzny i nauka higieny,
- trening kulinarny (nauka przygotowania prostych kanapek, nauka obierania i krojenia warzyw i owoców),
- trening umiejętności praktycznych (podlewanie kwiatów, rozwieszanie wypranego prania na suszarce, przyszywanie guzików, nauka obsługi prostych urządzeń gospodarstwa domowego),

#### **Trening budżetowy**

Nauka planowania, gospodarności, oszczędności, doskonalenie i rozwijanie posiadanych umiejętności: znajomość wartości pieniądza, orientacji w cenach i dokonywania obliczeń.

#### **Trening umiejętności interpersonalnych**

- nauka używania zwrotów grzecznościowych,

- nauka nawiązywania rozmowy,

### **Trening umiejętności spędzania wolnego czasu**

- nauka obsługi telewizora, radia,
- zapoznanie z aktywnymi formami spędzania czasu wolnego (jazda na rowerze, gra w badmintona, piłkę nożną, rzut do kosza),

### **Ćwiczenie funkcji poznawczych**

- ćwiczenia z obrazkami,
- ćwiczenia z figurami geometrycznymi,
- odgadywanie prostych zabaw słownych,
- nauka grania w proste gry planszowe i zręcznościowe,
- ćwiczenia koncentracji uwagi z wykorzystaniem obrazków

### **Zajęcia z pedagogiem**

- nauka rozpoznawania i pisania liter,
- nauka czytania i pisania prostych wyrazów,
- nauka podpisywania się,
- nauka rozpoznawania i pisania cyfr,
- nauka liczenia,
- ćwiczenie funkcji poznawczych,
- zajęcia edukacyjne z wykorzystaniem programów multimedialnych,
- zajęcia relaksacyjne,
- zajęcia i rozmowy na temat zachowania się w miejscach publicznych,
- zajęcia ruchowe,
- trening funkcjonowania w codziennym życiu,
- trening dbałości o wygląd zewnętrzny i nauka higieny,
- trening umiejętności praktycznych,
- trening umiejętności interpersonalnych i społecznych;

### **Zajęcia z psychologiem**

Psycholog ma za zadanie poznać uczestników Domu pod kątem rodzaju schorzenia i stopnia zaburzeń osobowości. Prowadzi zajęcia z psychoedukacji, zajęcia terapeutyczne mające na celu integrację uczestników, zwiększenie wglądu we własny świat psychiczny, nauka radzenia sobie z emocjami, pogadanki, trening umiejętności społecznych (integracja – poznajmy się, rozwiązywanie konfliktów, radzenie sobie z trudnymi emocjami, asertywność, relaksacja);

Poradnictwo psychologiczne, diagnostyka (wskazówki/zalecenia do wykorzystania w tworzeniu, ewentualnej modyfikacji indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizujących).

**Terapia zajęciowa** prowadzona codziennie zgodnie z harmonogramem i planem pracy w poszczególnych pracowniach.

Efektom prowadzonych zajęć powinno być nabycie przez uczestnika praktycznych umiejętności przydatnych w codziennym życiu, rozwijanie umiejętności manualnych i percepcyjnych, wyzwalanie aktywności twórczej, poprawa samooceny, nauka staranności i dokładności w pracy, rozwijanie wyobraźni i wrażliwości, kształtowanie umiejętności pracy w grupie.

### **Terapia ruchowa**

Celem działań podejmowanych w Sali rehabilitacyjnej jest zwiększenie kondycji i sprawności fizycznej uczestników, niwelowanie istniejących dysfunkcji ruchowych oraz kształtowanie świadomej aktywności rekreacyjno-sportowej wśród osób niepełnosprawnych. Sala realizuje zajęcia indywidualne i grupowe z zakresu rehabilitacji, usprawniania ogólnoruchowego, sportu, rekreacji ruchowej i szeroko pojętej turystyki.

Zaproponowane zajęcia dla uczestników PDS będą w ciągu roku realizowane w pełnym zakresie zgodnie z rocznym planem pracy. Poszczególne formy zajęć dopasowane są do możliwości i umiejętności uczestników. Każdy rozwija się zgodnie z własnymi predyspozycjami, bez presji czasu. Każda z osób podczas dnia zajęć w PDS uczestniczy w zajęciach różnych pracowni, w pracach porządkowych, treningach umiejętności społecznych, terapii ruchowej oraz treningach kulinarnych, ma również czas na rozmowy z innymi uczestnikami i pracownikami PDS. Efekty działań nie są w pełni mierzalne. Wskaźnikiem może być udział naszych uczestników w licznych konkursach, zawodach, festiwalach i przeglądach co świadczy o polepszeniu się ich stanu psychofizycznego i socjalizacji.

### **Sposoby oceny efektów działalności domu, w tym postępów uczestników**

Oceny postępów uczestników dokonuje się w oparciu o indywidualne plany postępowania wspierająco-aktywizujące, które zawierają zakres usług terapeutycznych świadczonych w domu oraz określają czas niezbędny do realizacji założonych celów terapeutycznych. Ocena dokonywana jest w oparciu o szczegółowe kryteria:

1. Trening umiejętności funkcjonowania w codziennym życiu
2. Trening budżetowy
3. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego
4. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów oraz umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się

5. Trening umiejętności nabywanych podczas terapii zajęciowych
6. Trening umiejętności nabywanych podczas terapii ruchowej

### **Możliwości realizacji poszczególnych form działania**

Powiatowy Dom Samopomocy mieści się w zakupionym przez Powiat obiekcie, w którym swoje siedziby mają: Powiatowy Urząd Pracy, Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna.

PDS jest usytuowany w miejscu zapewniającym bezpieczeństwo i spokój uczestników zajęć, przystosowany architektonicznie do potrzeb osób niepełnosprawnych, w tym dla osób mających problemy z poruszaniem się oraz pozbawiony jest zewnętrznych i wewnętrznych barier architektonicznych. Powierzchnia użytkowa, ilość pomieszczeń, urządzenia, wyposażenia pracowni jest zgodna ze standardami przewidzianymi w §18 rozporządzenia w sprawie środowiskowych domów samopomocy. Wszystkie pracownie, sale i pomieszczenia posiadają wyposażenie niezbędne do prowadzenia zajęć wspierająco-aktywizujących.

### **Kadra stała i zatrudniana doraźnie**

W Powiatowym Domu Samopomocy w Węgorzewie jest zatrudniona wykwalifikowana kadra pracowników merytorycznych jak i obsługi spełniająca m.in. wymagania w zakresie odpowiednich cech osobowościowych. Pracownicy merytoryczni podwyższają stale swoje kwalifikacje zawodowe, biorą udział w różnego rodzaju: szkoleniach, kursach, warsztatach. Kierownik PDS zatrudnia, odpowiednio do potrzeb, osoby posiadające następujące kwalifikacje zawodowe:

1. psychologa,
2. pracownika socjalnego,
3. pedagoga,
4. instruktora terapii zajęciowej,
5. inne specjalistyczne, które będą odpowiadały rodzajowi i zakresowi usług świadczonych w domu.

### **Przyjęte kierunki dalszego rozwoju**

W związku z potrzebą urozmaicenia zajęć planowane jest uczestniczenie w szkoleniach dotyczących nowych technik pracy i wprowadzanie ich do harmonogramu pracy.

### **Wnioski**

Swoje działania na rzecz naszych uczestników kierujemy w obszarze wsparcia w zakresie podstawowych potrzeb bytowych, rehabilitacji społecznej, socjoterapii, psychoterapii, rozwoju, organizacji czasu wolnego, rozwijania potencjalnych umiejętności bez niepotrzebnego izolowania od środowiska.

Utworzenie Powiatowego Domu Samopomocy w Węgorzewie rozszerzyło ofertę pomocową dla osób z zaburzeniami psychicznymi na terenie Powiatu Węgorzewskiego. Dzięki temu

osoby mające poważne trudności w życiu codziennym, wymagające pomocy i opieki niezbędnej do życia w środowisku rodzinnym i społecznym, znalazły swoje miejsce.

Podstawowe efekty jakie zakładamy osiągnąć podczas codziennej pracy z uczestnikami PDS to:

- opanowanie określonych czynności w terapii pracą,
- poprawa koordynacji ruchowej i kondycji fizycznej,
- poprawa sprawności manualnych,
- rozwój zdolności poznawczych otaczającego świata, uwrażliwienie na piękno,
- rozwój artystyczny, wyobraźni, pomysłowości, ekspresji i inwencji twórczej,
- konstruktywne rozładowanie negatywnych emocji i napięć,
- otwieranie się na innych i własną rzeczywistość,
- wyrabianie nawyku poszanowania cudzej pracy i własności,
- wyrabianie poczucia odpowiedzialności za wykonywaną pracę,
- nabycie większej zaradności życiowej, wyrażającej się w lepszym radzeniu sobie z obowiązkami codziennego życia,
- rozszerzenie zakresu zainteresowań i umiejętności,
- zwiększenie poczucia bezpieczeństwa i własnej wartości oraz godności, wiary we własne możliwości oraz usamodzielnienie,
- wdrożenie do porządku i czystości, wyrobienie nawyków stosowania form grzecznościowych i zachowania się w różnych sytuacjach życia publicznego,
- umiejętność współdziałania i porozumiewania się w grupie, pomocy koleżeńskiej,
- zwalczanie monotonii i uaktywnienie społeczne życia,
- zmniejszenie marginalizacji i alienacji społecznej,
- możliwości integracyjne, czyli ukształtowanie prawidłowych więzi ze środowiskiem.

Efekty w zakresie postępów uczestników nie są możliwe do określenia jednoznacznie dla wszystkich uczestników z uwagi na różne ich schorzenia, predyspozycje, osobowości.