

PROGRAM DZIAŁALNOŚCI

ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W SWARZEDZU (TYP A)

I. PODSTAWY FUNKCJONOWANIA:

Środowiskowy Dom Samopomocy w Swarzędzu typu A dla osób przewlekle psychicznie chorych jest przeznaczony dla osób, które aktualnie nie wymagają hospitalizacji. Misją Środowiskowego Domu Samopomocy w Swarzędzu jest tworzenie systemu wsparcia dla osób chorych

z jednoczesnym aktywizowaniem i motywowaniem ich do samodzielnego funkcjonowania

w środowisku lokalnym. Program ŚDS zakłada długoterminowy charakter pomocy i uwzględnia całość przeżyć uczestnika, w tym radzenie sobie z chorobą. Wzmacnia poczucie godności, niezależności i odpowiedzialności oraz uczy świadomego budowania relacji interpersonalnych. Proces integracji społecznej opiera na rozwijaniu indywidualnego potencjału oraz autonomii uczestników. Program zakłada również wspieranie rodzin i bliskich osób chorych dostosowując ofertę pomocy do ich potrzeb. Środowiskowy Dom Samopomocy w Swarzędzu nie zapewnia specjalistycznych usług pielęgnacyjnych (m.in. pomoc podczas kąpieli, zmiana pieluch itp.)

II. CELE ZAJĘĆ TERAPEUTYCZNYCH:

1. Główne cele:

- a. Wspieranie samodzielnego funkcjonowania osób przewlekle psychicznie chorych i ich integracja w środowisku lokalnym,
- b. Profilaktyka zaburzeń psychicznych i pomoc w radzeniu sobie z chorobą,
- c. Przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu osób przewlekle psychicznie chorych,
- d. Promocja zdrowia psychicznego i edukacja społeczności lokalnej,
- e. Wspieranie rodzin i bliskich osób przewlekle psychicznie chorych,
- f. Aktywizacja społeczna i zawodowa osób przewlekle psychicznie chorych.

2. Wymienione cele wyznaczają podstawowe obszary działania Środowiskowego Domu Samopomocy w Swarzędzu:

- a. Radzenie sobie z chorobą,

- b. Samodzielne funkcjonowanie w życiu codziennym,
- c. Rozwój osobisty,
- d. Integracja społeczna i zapobieganie wykluczeniu.

III. FORMY DZIAŁALNOŚCI:

1. Treningi funkcjonowania w codziennym życiu:

a. treningi umiejętności praktycznych:

- umiejętne zarządzanie budżetem domowym, racjonalne planowanie wydatków, spłatę ewentualnych zadłużeń,
- wzmacnianie nawyku dbania o higienę osobistą, nauka korzystania z pralki automatycznej, naukę korzystania z dostępnych środków czystości i higieny osobistej,
- nauka przygotowywania prostych posiłków, integracja grupy poprzez wspólne przygotowywanie i jedzenie posiłku, rozwijanie umiejętności współpracy w grupie, rozwijanie umiejętności racjonalnego planowania zakupów,
- nauka obsługi podstawowych sprzętów gospodarstwa domowego, TV i AGD.

b. treningi umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:

- kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami,
- podtrzymywanie nabytych oraz uczenie się nowych umiejętności stosownego zachowania w różnych sytuacjach społecznych, wzbogacanie wiedzy z zakresu kultury osobistej i obyczajów, rozwijanie umiejętności nawiązywania i podtrzymywania kontaktów towarzyskich.

2. Treningi funkcji poznawczych i edukacja:

- a. Treningi pamięci, aktywizacja i utrzymanie sprawności funkcji poznawczych, profilaktyka zaburzeń pamięci,
- b. Treningi funkcji poznawczych przy pomocy urządzenia Reha Com: utrzymanie sprawności funkcji poznawczych, profilaktykę i kompensowanie zaburzeń funkcji poznawczych wynikających z przewlekłej choroby, długotrwałego leczenia, podeszłego wieku,
- c. Zajęcia edukacyjne:
 - poszerzanie wiedzy na temat relacji międzyludzkich, zapoznanie z wiedzą psychologiczną i jej rolą w życiu codziennym,
 - rozwijanie wiedzy na temat zwyczajów innych kultur,

- rozwijanie umiejętności samodzielnej obsługi komputera,
- pogadanki na temat zdrowia i zdrowego trybu życia,
- psychoprofilaktyka i promocja zdrowia.

3. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego:

- a. Rozwijanie zainteresowań m.in. literaturą, audycjami radiowymi, filmem, aktywnością sportową, internetem, udziałem w spotkaniach towarzyskich, kulturalnych, integracyjnych,
- b. Rekreacja poprzez gry planszowe, słuchanie muzyki, spacer.

4. Pomoc psychologiczna:

a. Indywidualne spotkania mające na celu, m.in.:

- rozwój osobisty,
- pracę nad indywidualnymi problemami uczestnika,
- poszerzanie obszaru świadomości,
- radzenie sobie z chorobą,

b. Zajęcia grupowe mające na celu:

- przekazanie wiedzy o podstawowych sposobach dobrego komunikowania się,
- rozpoznawanie, różnicowanie, wyrażanie emocji,
- poszerzanie wiedzy na temat własnych przeżyć w oparciu o doświadczenia, historię, biografię,
- poszerzanie wiedzy o sobie, badanie granic obszaru osobistego,
- przyjmowanie i udzielanie wsparcia,
- naukę świadomego poświęcania czasu i uwagi na odpoczynek i troskę o własny stan psychofizyczny (treningi pozwalające stopniowo uczyć się relaksu układu mięśniowego poprzez ćwiczenie napinania i rozluźniania mięśni poszczególnych części ciała).

5. Praca Pracownika Pierwszego Kontakt:

- a. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych,
- b. Pomoc 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,
- c. Wsparcie w adaptacji przeciwdziałanie izolacji uczestnika,
- d. Pomoc w sprawach rentowych, mieszkaniowych,
- e. Współpraca z różnymi instytucjami,

- f. Kształtowanie i utrzymanie właściwych więzi społecznych,
- g. Określenie możliwości wykonywania pracy zarobkowej,
- h. Rozbudzenie potrzeby możliwie najpełniejszej samodzielności życiowej,
- i. Aktywizacja społeczna i zawodowa:

przygotowanie do podjęcia zatrudnienia zależne są od indywidualnej sytuacji uczestnika.

i funkcjonowanie w ramach IPPWA. Uczestnicy uczą się m.in. pisania CV, listów motywacyjnych, poszukują ofert pracy mając dostęp do stanowiska komputerowego.

6. Terapia ruchowa, zajęcia sportowe, rehabilitacja, turystyka:

- a. Zwiększenie lub utrzymanie sprawności fizycznej na dotychczasowym poziomie, profilaktyka schorzeń somatycznych,
- b. Wykształcenie nawyku dbania o zdrowie poprzez aktywny tryb życia, aktywne spędzanie wolnego czasu.

7. Terapia zajęciowa:

- a. pobudzenie kreatywności, zainteresowanie spontaniczną twórczością plastyczną, rozwój umiejętności wyrażania siebie poprzez własne prace, rozwój zainteresowań,
- b. rozwijanie wrażliwości estetycznej i artystycznej, rozwijanie umiejętności wokalnych poprzez uczestnictwo w zajęciach oraz próbach zespołu wokalnego, zainteresowanie muzyką jako formą wyrażania siebie, poznawanie własnych preferencji muzycznych, przełamanie lęku przed występami, przygotowywanie programów artystycznych na organizowane imprezy,
- c. praca nad nawiązywaniem kontaktów interpersonalnych wpływających pozytywnie na integrację grupy, na umiejętność wyrażania uczuć w sposób jasny i jednoznaczny poprzez uczestnictwo w spektaklach teatralnych,
- d. analiza własnych przekonań, myśli, uczuć i postaw w oparciu o prezentowany obraz audiowizualny,
- e. analiza czytanych treści skłaniająca do refleksji.

8. Praca w terenie:

w domach uczestników, pomoc i wsparcie w załatwianiu spraw w urzędach, placówkach służby zdrowia, itp.

9. Praca z rodzinami osób chorych

grupa wsparcia oraz dyżury pracowników dla rodzin.

10. Praca ze społecznością lokalną:

otwarte wykłady, spotkania o charakterze integracyjnym, wystawy prac uczestników, artykuły w lokalnej prasie, imprezy i spotkania integracyjne.

Wymienione formy oddziaływań zapewniają warunki sprzyjające wszechstronnemu rozwojowi uczestników, zapobieganiu nawrotom choroby oraz integracji społecznej i edukacji społeczności lokalnej.

IV. ZASADY REHABILITACJI TERAPEUTYCZNEJ:

Praca z uczestnikami jest w znacznej mierze zindywidualizowana, i opiera się na specyficznych zasadach rehabilitacji osób przewlekle psychicznie chorych, do których należą:

1. Zasada partnerstwa: oznaczająca poszanowanie praw i indywidualności uczestnika. Zgodnie z nią rehabilitacja uczestnika jest jego prawem a nie obowiązkiem i może być prowadzona jedynie za jego zgodą. Wynika z tego, że warunkiem rozpoczęcia pracy z uczestnikiem jest zdobycie jego zaufania, akceptacji planu pracy oraz chęci współpracy,
2. Zasada wielostronności oddziaływań: czyli oddziaływanie na różne sfery życia codziennego, sprzyjające wszechstronnemu rozwojowi uczestnika,
3. Zasada stopniowania trudności: pozwalająca zachować motywację i stopniową realizację coraz trudniejszych zadań, aż do możliwie pełnej samodzielności uczestnika,
4. Zasada powtarzalności oddziaływań: zapobiega „wypadaniu” nabytych już umiejętności.
Jest szczególnie istotna w przypadku uczestników, u których proces chorobowy przebiega z okresowymi zaostrzeniami, co powoduje że nabyte poprzednio umiejętności należy powtórzyć,
5. Zasada zgodności psychospołecznych i biologicznych metod oddziaływania: czyli leczenia farmakologicznego i rehabilitacji,
6. Zasada optymalnej stymulacji: oznaczająca oddziaływania na takim poziomie by stymulacja uczestnika nie była ani nadmierna, ani zbyt uboga.

V. DZIAŁANIA ZESPOŁU WSPIERAJĄCO – AKTYWIZUJĄCEGO:

Praca z uczestnikami ŚDS odbywa się w oparciu o Indywidualne Plany Postępowania Wspierająco - Aktywizującego. Plan przygotowuje Pracownik Pierwszego Kontakt w porozumieniu i za zgodą uczestnika oraz Zespołu Wspierająco - Aktywizującego. Zawiera on cele, metody i formy pracy (rodzaj zajęć) oraz ramy czasowe do ich osiągnięcia i jest dostosowany do potrzeb i możliwości psychofizycznych uczestnika. Plan przygotowuje się na okres zaproponowany przez Zespół wspierająco - Aktywizujący (w przypadku pierwszego przyjęcia na 3 miesiące), po których następuje ocena postępów. Na podstawie oceny weryfikuje się wyznaczone cele i zadania oraz planuje zadania na następny okres. Podstawą oceny są informacje zebrane od poszczególnych pracowników na temat osiągniętych wyników oraz opinia uczestnika dotycząca swojej pracy i postępów.

Zespół Wspierająco - Aktywizujący tworzą osoby z doświadczeniem w pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi, posiadające odpowiednie wykształcenie oraz wymagany staż pracy z osobami chorymi psychicznie.

VI. PARTNERZY W REALIZACJI ZADAŃ:

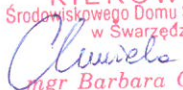
Środowiskowy Dom Samopomocy, jako jednostka organizacyjna Gminy Swarzędz funkcjonuje w środowisku lokalnym i dąży do budowania właściwych relacji z otoczeniem społecznym, a przez to do integracji. Organizowanie przedsięwzięć wspólnie z innymi jednostkami organizacyjnymi m.in: Ośrodkiem Pomocy Społecznej, Świetlicami Socjoterapeutycznymi, Klubami Seniora a także ze szkołami, Biblioteką Publiczną, organizacjami pozarządowymi itp. ma na celu zmierzanie w kierunku integracji wokół zdrowia i życia codziennego poprzez aktywne uczestnictwo i współtworzenie społeczności lokalnej.

VII. ZAKŁADANE REZULTATY W REALIZACJI PROGRAMU:

Głównym i najważniejszym rezultatem jest przystosowanie uczestników do życia poza Środowiskowym Domem Samopomocy, wykształcenie umiejętności niezbędnych do codziennego funkcjonowania, m.in.: przygotowanie posiłków, dbanie o higienę, rozporządzanie budżetem domowym, obsługa sprzętów gospodarstwa domowego, załatwianie spraw w urzędach, nawiązywanie kontaktów interpersonalnych, aktywne spędzanie czasu wolnego, podjęcie pracy itp.

BURMISTRZ
Miasta i Gminy Swarzędz

Marian Sekudlarek

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Swarzędzu

mgr Barbara Chmiela