

**SPRAWOZDANIE  
Z DZIAŁALNOŚCI  
ŚRODOWISKOWEGO DOMU  
SAMOPOMOCY  
TYP A, B, C  
ZA ROK 2020**

**Środowiskowy Dom Samopomocy  
„Przystań”  
w Ostrowcu Świętokrzyskim  
ul. Hżecka 33**

*Środowiskowy Dom Samopomocy „Przystań”* typ A, B i C w Ostrowcu Świętokrzyskim ulica Iłżecka 33 jest dziennym Ośrodkiem wsparcia dla pełnoletnich osób z zaburzeniami psychicznymi, obojga płci, mieszkańców Ostrowca Świętokrzyskiego. Głównym celem funkcjonowania placówki jest wspieranie społeczne uczestników i ich rodzin, integracja społeczna oraz kompensowanie skutków zaburzeń psychicznych oraz optymalne usamodzielnienie społeczne osób niepełnosprawnych psychicznie.

Praca Ośrodka w minionym roku nie przebiegała zgodnie z opracowanym Programem Wspierająco - Aktywizującym na rok 2020 zatwierdzonym przez Wydział Polityki Społecznej i Zdrowia Świętokrzyskiego Urzędu Wojewódzkiego w Kielcach. W okresie od 02.01.2020 r. do 12.03.2020 r. realizowane były założenia programowe, natomiast w okresie 27.05.2020 r. do 23.10.2020 r. wszelkie działania programowe ŚDS Typ A,B,C oraz Klubu „Trzykrotka” uległy zmianom i dostosowywane były do zaleceń Wojewody Świętokrzyskiego związanych z pandemią COVID-19.

W okresach od 12.03.2020 r. do 26.05.2020 r. i 26.10.2020 r. do 13.12.2020 r. działalność ŚDS „Przystań” decyzjami Wojewody Świętokrzyskiego czasowo została zawieszona na podstawie art.11h ust.1 i ust.4 ustawy z dnia 2 marca 2020r. o szczególnych rozwiązaniach związanych z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID – 19 i innych chorób zakaźnych oraz wywołanych nimi sytuacji kryzysowych.

W w/w okresach pracownicy placówki pozostawali w stałym kontakcie telefonicznym z uczestnikami, ich prawnymi opiekunami oraz opiekunami faktycznymi.

#### *Realizacja zadań w ramach kontaktów telefonicznych obejmowała:*

- monitorowanie samopoczucia uczestników, systematyczności farmakoterapii oraz codziennego funkcjonowania,
- monitorowanie realizacji recept,
- udzielanie wsparcia terapeutycznego Uczestnikom i pomocy w odreagowaniu emocji oraz wsparcie w organizacji dnia, pomoc w codziennej realizacji nabytych umiejętności w zakresie treningów umiejętności społecznych,
- edukację zdrowotną dotyczącą także postępowania (ochrony) w trudnym czasie obostrzeń związanych z wirusem SARS CoV-2,

- wspólnie z Uczestnikiem planowanie zadań i omawianie ich samodzielnej realizacji w domu,
- udzielanie pomocy i wsparcia w rozwiązywaniu trudności dnia codziennego,
- współpracę ze środowiskiem rodzinnym dotycząca samodzielnego funkcjonowania w domu, systematyczności leczenia i stanu zdrowia Uczestników Domu

W okresie od 14.12.2020 r. do odwołania, zgodnie z Decyzją Wojewody Świętokrzyskiego z dnia 11.12.2020 r. Znak: PSZ.V.9421.376.2020 Środowiskowy Dom Samopomocy „Przystań” w Ostrowcu Świętokrzyskim realizował swoje zadania w następujący sposób tj.:

- 1) prowadzona była praca z Uczestnikami, z wykorzystaniem metod i technik porozumiewania się na odległość,
- 2) w formie alternatywnych sposobów realizacji zajęć poza placówką,
- 3) w formie indywidualnych spotkań na terenie placówki,
- 4) w formie zajęć grupowych, dla nie więcej niż 5 osób na terenie Ośrodka.

### ***Realizacja Programu Wspierająco – Aktywizującego Typ A***

W 2020 roku Zespół Wspierająco - Aktywizujący **Typ A** objął specjalistycznymi usługami łącznie **42** osoby, w tym **27** kobiet i **15** mężczyzn. Nowoprzyjętych było **9** osób, natomiast opuściło Ośrodek **5** osób. Przyczyny odejścia uczestników z placówki były następujące:

- **1** osoba ze względu na brak wsparcia ze strony rodziny (konflikty rodzinne),
- **4** osoby ze względu na pogorszenie stanu zdrowia.

Liczba uczestników ponoszących odpłatność za pobyt w 2020 roku wynosiła - **3**.

W 2020 r. **3** uczestników ŚDS było hospitalizowanych w szpitalu psychiatrycznym, z powodu pogorszenia stanu zdrowia psychicznego.

Systematycznie raz w tygodniu odbywały się zebrania Zespołu Wspierająco-Aktywizującego - łącznie **27** zebrań, na których omawiano realizację indywidualnych planów wspierająco-aktywizujących, ustalano działania i plan pracy na kolejny tydzień

funkcjonowania.

Organizowane były Zebrania Społeczności ŚDS – łącznie odbyło się **10** zebrań.

Zajęcia odbywały się w dwóch grupach: podstawowej i zaawansowanej (zaś w okresie maj – październik dodatkowo Uczestnicy dzieleni byli na małe grupy kilkusobowe zgodnie z zaleceniami Wojewody). Każda z grup posiadała tygodniowy harmonogram zajęć.

Każdy z Uczestników posiadał asystenta prowadzącego, odpowiedzialnego za motywowanie, aktywizowanie i realizację indywidualnych planów wspierająco-aktywizacyjnych oraz prowadzenie indywidualnej dokumentacji.

Formy poszczególnych zajęć i treningów (indywidualnych i grupowych) dostosowywane były do istniejących potrzeb i deficytów oraz aktualnego stanu zdrowia Uczestników jak również dostosowywane do panujących obostrzeń związanych z pandemią.

Zajęcia grupowe wpłynęły na lepsze relacje w grupie, nabywanie umiejętności nawiązywania kontaktów, prowadzenia rozmowy, większej pewności siebie w kontaktach poza Ośrodkiem. Pozwoliły także na wzajemne poznawanie się osób, zwiększenie wrażliwości na potrzeby innych, integrowanie się grupy, odreagowanie emocji i przeżyć. Dzięki udziałowi w zajęciach, Uczestnicy czują się pewniej w kontaktach społecznych zarówno na terenie Ośrodka, jak i poza nim. Ponadto mają większą świadomość własnej choroby, potrafią rozpoznawać zwiastuny nawrotu choroby.

Efekty prowadzonych oddziaływań nie są jednakowe u wszystkich osób, ale zależne od ich stanu zdrowia, zdolności koncentracji uwagi i możliwości intelektualnych, jak również stopnia zaawansowania w terapii.

#### ***Realizacja poszczególnych treningów i zajęć wyglądała następująco:***

- w ramach **treningu funkcjonowania w codziennym życiu** realizowano treningi: dbałości o wygląd zewnętrzny, nauki higieny, kulinarne, umiejętności praktycznych, gospodarowania własnymi środkami finansowymi – łącznie odbyło się **333** treningów indywidualnych i grupowych,
- w ramach **treningu umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów**, w tym kształtowania pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, urzędach, w instytucjach kultury zrealizowano **380** treningów indywidualnych i grupowych,

- w ramach **treningu umiejętności spędzania czasu wolnego**, w tym rozwijania zainteresowań literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi, internetem zrealizowano **193** zajęcia indywidualne i grupowe,
- z zakresu **poradnictwa i terapii psychologicznej z elementami psychoterapii** prowadzono terapię grupową i indywidualne wsparcie psychologiczne – odbyło się **232** spotkań terapeutycznych,
  - w ramach **psychoedukacji, edukacji zdrowotnej i monitorowania stanu zdrowia psychicznego** zrealizowano **957** zajęć indywidualnych i **56** grupowych. Codziennie prowadzony był indywidualny trening farmakologiczny - łącznie dla **21** Uczestników, którzy zadeklarowali chęć udziału w treningu. Prowadzono systematyczną współpracę z Poradniami Zdrowia Psychicznego funkcjonującymi na terenie miasta. Udzielano pomocy w pozyskiwaniu E-recept, ustalaniu terminów wizyt w sytuacjach pogorszenia samopoczucia psychicznego. Pielęgniarka sprawowała niezbędną opiekę oraz kontaktowała się w sprawach Uczestników z lekarzami podstawowej opieki zdrowotnej i lekarzami poradni specjalistycznych – łącznie **85** konsultacji,
- w ramach **terapii ruchem** prowadzone były zajęcia ogólnousprawniające - zrealizowano łącznie **326** zajęć indywidualnych i **44** zajęcia grupowe. Prowadzone były zabiegi rehabilitacyjne zgodne z zaleceniem lekarzy, dostosowane do możliwości psychofizycznych uczestników i współistniejących schorzeń – łącznie przeprowadzono **370** zabiegów rehabilitacyjnych,
- z zakresu **arteterapii** w tym, muzykoterapii, zajęć plastycznych, rękodzieła, zajęć teatralnych, spotkań z poezją zrealizowano **260** spotkań indywidualnych i grupowych. Na zajęciach uczestnicy nie tylko mieli możliwość odreagowania emocji, ale także rozwijali swoje zainteresowania muzyczne, plastyczne, doskonalili techniki rysunkowe, wykonywali dekoracje okolicznościowe,
  - w ramach **zajęć kulturalno-rekreacyjnych** organizowano gry tematyczne, zorganizowano wyjście do restauracji „Mała Sycylia”, odbyło się przedstawienie teatralne dla członków rodzin z okazji 8 marca Międzynarodowego Dnia Kobiet. Uczestnicy mieli okazję uczestniczyć w przedstawieniu teatru z Krakowa – spektakl p.t. „Górale”,

- w ramach **pracy z rodzinami** udzielano indywidualnego wsparcia psychologicznego i pomocy członkom rodzin w rozwiązywaniu problemów wynikających z choroby bliskich –odbyło się **40** spotkań osobistych i **395** rozmów telefonicznych z opiekunami. Organizowane były spotkania **Grupy Wsparcia** dla członków rodzin. Na spotkaniach prowadzona była psychoedukacja dotycząca radzenia sobie z sytuacją choroby w rodzinie - łącznie odbyło się **2** spotkania (styczeń, luty). Spotkania grupowe oraz praca indywidualna z rodzinami pozwoliły na lepsze rozpoznanie problemów, zmniejszenie napięć, odreagowania emocji i poprawę wzajemnych relacji w rodzinie. Ośrodek stał się miejscem bezpiecznego omawiania sytuacji związanych z chorobą, dzielenia się doświadczeniami. Dzięki współpracy z rodzinami udało się zapobiec narastaniu problemów wynikających z pogorszenia stanu zdrowia niektórych uczestników i ich ewentualnej hospitalizacji. Praca z rodzinami na stałe wpisła się w działalność placówki, osoby z rodzin Uczestników ŚDS i Klubu chętnie korzystają z pomocy.
- z zakresu **pomocy socjalnej** prowadzona była ścisła współpraca z pracownikami poszczególnych komórek organizacyjnych MOPS, w celu objęcia Uczestników kompleksową pomocą.

W okresie zamknięcia Ośrodka realizowana była praca z uczestnikami i członkami ich rodzin w formie zdalnej, wykonano **747** rozmów telefonicznych, celem udzielania wsparcia oraz odreagowania emocji związanych z pandemią. W rozmowach prowadzona była też edukacja dotycząca postępowania (ochrony) w trudnym czasie obostrzeń związanych z wirusem SARS CoV-2.

Ze względu na pogorszenia stanu zdrowia uczestnika pracownicy przeprowadzili **1** działanie interwencyjne w środowisku domowym.

### ***Realizacja Programu Wspierająco – Aktywizującego Typ B i C***

W 2020 roku ŚDS „Przystań” **Typ B i C** objął specjalistycznymi usługami łącznie **23** osoby, w tym **11** kobiet i **12** mężczyzn. Nowoprzyjęta była **1** osoba, Ośrodek opuściła **1** osoba (ze względu na sytuację rodzinną – śmierć matki, umieszczona w DPS).

Liczba uczestników posiadających opiekuna prawnego - **15** osób, zaś liczba uczestników posiadających opiekuna faktycznego - **8** osób.

Liczba uczestników ponoszących odpłatność za pobyt w 2020 roku wynosiła - **15**.

Zebrania Zespołu Wspierająco – Aktywizującego Typ B i C odbywały się cyklicznie i w zależności od potrzeb – łącznie odbyło się **14**. Omawiano na nich realizację indywidualnych planów wspierająco – aktywizujących, jak również ustalano działania i plany pracy funkcjonowania zespołu w warunkach reżimu sanitarnego, zgodnie z wytycznymi Wojewody Świętokrzyskiego i Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej.

Zajęcia w ŚDS w terminach 02.01.2020 r.- 12.03.2020 r. i 27.05.2020 r. - 23.10.2020 r. odbywały się w dwóch grupach. Każda z grup posiadała tygodniowy harmonogram zajęć dostosowany do potrzeb uczestników danej grupy. Zajęcia nakierowane były na rehabilitację psychospołeczną dającą możliwość funkcjonowania w grupie rówieśniczej, aktywnego spędzania czasu, podtrzymywania i rozwijania umiejętności z zakresu samoobsługi, rozwijania zainteresowań, indywidualnych uzdolnień, zwiększania poczucia własnej wartości.

Każdy z Uczestników posiadał swojego asystenta prowadzącego, odpowiedzialnego za jego motywowanie, aktywizowanie i realizację indywidualnych planów wspierająco – aktywizujących oraz prowadzenie indywidualnej dokumentacji.

Formy poszczególnych zajęć i treningów (indywidualnych i grupowych) dostosowane były do istniejących potrzeb i deficytów oraz aktualnego stanu zdrowia Uczestników.

Indywidualna forma oddziaływań dotyczyła głównie prowadzenia treningów higienicznych, samoobsługi, czynności pielęgnacyjno-higienicznych oraz pomocy w odreagowaniu emocji poprzez bajkoterapię, zajęcia komputerowe, trening spędzania czasu wolnego. Działania tego typu wpływały korzystnie na stan napięcia i wyrównywanie nastroju u większości osób objętych realizowanym wsparciem.

Zajęcia grupowe wpłynęły na lepsze relacje w grupie, nabywanie umiejętności nawiązywania kontaktów, u części Uczestników - prowadzenia rozmowy. Pozwoliły także na wzajemne poznawanie się osób, zwiększenie wrażliwości na potrzeby innych, integrowanie się grupy, podniesienie własnej wartości. Miały też duże znaczenie w sferze ruchowej poprzez aktywizację ruchową, nabywanie i doskonalenie poszczególnych czynności ruchowych.

Dzięki udziałowi w zajęciach uczestnicy pewniej czują się w kontaktach społecznych, czują się w pełni akceptowani. Ponadto mają większą motywację do działania, dzięki czemu zaspakajają potrzebę współzawodnictwa.

Efekty prowadzonych oddziaływań nie są jednakowe u wszystkich osób, ale zależne od ich stanu zdrowia, stopnia niepełnosprawności oraz stopnia zaangażowania uczestnika, jak i jego rodziny.

***Realizacja poszczególnych treningów i zajęć wyglądała następująco:***

- **trening higieniczny** realizowano indywidualnie, codziennie z każdym Uczestnikiem- odbyło się łącznie **1239** zajęć. Podczas treningu Uczestnicy nabywali i doskonalili podstawowe czynności z zakresu higieny ciała, posługiwania się przyborami toaletowymi. Motywowani byli do dbania o estetykę wyglądu zewnętrznego. Treningów dbałości o wygląd zewnętrzny odbyło się - 640 indywidualnych i 14 grupowych. U osób całkowicie zależnych wykonywano czynności higieniczno-pielęgnacyjne. W 2020 roku wykonano ich **1538**,
- **trening samoobsługi** realizowany był codziennie, indywidualnie z każdym Uczestnikiem. Łącznie odbyło się **1236** treningów, podczas których usprawniane były czynności samoobsługowe takie jak: spożywanie posiłków, nauka ubierania, rozbierania się, zapinania guzików itp.,
- **zajęcia porządkowe** odbywały się codziennie. Celem zajęć było wyrobienie nawyku dbania o własne otoczenie, sprzątanania po sobie, wspieranie inicjatywy własnej Uczestników, motywowanie do dbania o estetykę, nauka obsługi sprzętów AGD- łącznie odbyło się **1000** zajęć,
- **biblioterapia** prowadzona była trzy razy w tygodniu, w ciągu 2020 roku zrealizowano **80** zajęć,
- **trening spędzania czasu wolnego** -**182** grupowe spotkania, **97** indywidualnych zajęć,
- **rehabilitacja** prowadzona była przez fizjoterapeutę, na zlecenie lekarza- wykonano **100** zabiegów (między innymi: ćwiczenia bierne kończyn, kąpiele wirowe kończyn),
- **zajęcia komputerowe** - **51** grupowych i **46** indywidualnych,
- **trening umiejętności praktycznych** – **38** treningów,



- **trening umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się- 291** treningów,
- **trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów- 17,**
- **spotkania z psychologiem** – w formie konsultacji indywidualnych - **37,**
  - kontakty telefoniczne z uczestnikiem - **12,**
  - kontakty telefoniczne z opiekunami uczestników – łącznie **209,**
- **zajęcia kulinarne - 55** treningów,
- **zajęcia plastyczne – 70,** podczas zajęć plastycznych uczestnicy rozwijali swoje zainteresowania plastyczne, usprawniali motorykę małą. Przygotowywali kartki okolicznościowe oraz dekoracje,
- **zajęcia manualne – 34,**
- **muzykoterapia - 119** spotkań. Na zajęciach tych Uczestnicy mieli możliwość odreagowania swoich emocji, obcowali z instrumentami muzycznymi, poznawali, samodzielnie grali. Metody pracy dostosowane były do potrzeb i możliwości uczestników,
- w ramach **terapii ruchem** prowadzone były zajęcia ogólnousprawniające dostosowane do możliwości psychofizycznych Uczestników i współistniejących schorzeń – łącznie przeprowadzono **86** zajęć,
- spacerów – **229,**
- w ramach **edukacji zdrowotnej** i monitorowania stanu zdrowia zrealizowano po **11** spotkań dla każdej z grup, o tematyce prozdrowotnej. Podczas tych zajęć zastosowano różne metody pracy odpowiednio dobrane do Uczestników np. historyjka obrazkowa, panel dyskusyjny czy bajka,
- w zakresie kontaktów z lekarzami – **1,**  
wizyt w poradniach z uczestnikiem – **3,**  
indywidualnej edukacji zdrowotnej -**1,**

- **stymulacja polisensoryczna** odbywała się w Sali Doświadczania Świata. Miała na celu stymulację współpracy pomiędzy poszczególnymi zmysłami uczestnika oraz likwidację zaburzeń równowagi, lęku przed wykonywaniem różnych czynności życiowych związanych z poruszaniem się w przestrzeni, ze zmianą płaszczyzn i poziomów; łącznie w 2020 r. odbyło się **111** zajęć.

Praca z rodzinami znacząco różniła się w stosunku do lat ubiegłych, polegała głównie na kontaktach telefonicznych, których łącznie w 2020 roku, odbyło się **619**, kontakty na terenie Ośrodka- **14**, kontakty w środowisku Uczestnika -**22**.

Z uwagi na znaczną i głęboką niepełnosprawność intelektualną naszych uczestników trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi z w/w przyczyn był niemożliwy do wykonania.

Zajęcia kulturalno-rekreacyjne w tradycyjnych formach odbywały się tylko do 12.03.2020 roku. Zorganizowano zabawę walentynkową, uczestniczono w spektaklach „Koncert piosenek o miłości”, „Pinokio”. Uczestniczono w Balu Karnawałowym w Osiedlowym Domu Kultury. W miesiącu październiku nasi Uczestnicy wzięli udział w przeglądzie piosenki „Świątkorzyskie jakie cudne”. Występ został przedstawiony w formie elektronicznej.

W tutejszym ŚDS **realizowano dowóz uczestników do/z Ośrodka z/do miejsca zamieszkania**. Dowożono 12 osób, w tym 6 osób na wózkach inwalidzkich. Pozostałe osoby były dowożone lub przyprawdazane przez opiekunów faktycznych lub prawnych.

### ***RALIZACJA ZADAŃ ŚRODOWISKOWEGO KLUBU „TRZYKROTKA”***

Funkcjonujący przy Ośrodku **Klub „Trzykrotka”** objął pomocą **21** osób. Odbyło się łącznie **108** spotkań.

Harmonogram zajęć ustalany był przez Uczestników Klubu na zebraniach - łącznie odbyło się - **5** zebrań.

#### ***W 2020 r. w Klubie zrealizowane były następujące zajęcia:***

-warsztaty kulinarne - **9**,

- zajęcia plastyczne - **98**,
- rękodzieło - **21**,
- pomoc w prowadzeniu spraw urzędowych - **20**,
- zajęcia integracyjne - **5**,
- zajęcia grupowe w ramach treningu budżetowego - **8**,
- klub dyskusyjny - **19**,

W zależności od potrzeb każdy z uczestników korzystał z indywidualnej pomocy specjalistów oraz wsparcia. Indywidualnych rozmów edukacyjnych odbyło się łącznie **78**.

Dodatkowo prowadzone były zajęcia ruchowe, treningi budżetowe indywidualne, pomoc w kompletowaniu dokumentów, w celu poszukiwania ofert pracy. Na bieżąco rozwiązywane były problemy informatyczne np. obsługa komputera, internetu, telefonów komórkowych, urządzeń multimedialnych.

### ***Praca zdalna***

W związku z czasowym zawieszeniem działalności Klubu „Trzykrotka” wsparcie i pomoc realizowana była za pomocą metod porozumiewania się na odległość. W sytuacjach trudnych wymagających szerszych działań, organizowane były spotkania indywidualne.

### ***Realizacja zadań w ramach kontaktów telefonicznych obejmowała:***

- monitorowanie samopoczucia Uczestników, systematyczności farmakoterapii oraz codziennego funkcjonowania,
- monitorowanie realizacji recept,
- udzielanie wsparcia terapeutycznego Uczestnikom i pomocy w odreagowaniu emocji oraz wsparcie w organizacji dnia, pomoc w codziennej realizacji nabytych umiejętności w zakresie treningów umiejętności społecznych,
- edukację zdrowotną także dotyczącą postępowania (ochrony) w trudnym czasie obostrzeń związanych z wirusem SARS CoV-2,
- wspólnie z Uczestnikiem planowanie zadań i omawianie ich samodzielnej realizacji w domu,
- udzielanie pomocy i wsparcia w rozwiązywaniu trudności dnia codziennego,

- współpracę ze środowiskiem rodzinnym dotyczącą samodzielnego funkcjonowania w domu, systematyczności leczenia i stanu zdrowia Uczestników Domu.

W 2020 roku odbyło się **631** rozmów telefonicznych z Uczestnikami Klubu „Trzykrotka”.

### **ŚREDNIA LICZBA UCZESTNIKÓW W POSZCZEGÓLNYCH MIESIĄCACH**

<i>Miesiąc</i>	<i>Średnia liczba uczestników</i>		
	<i>Typ A</i>	<i>Typ B i C</i>	<i>Klub „Trzykrotka”</i>
<i>styczeń</i>	28,14	16,00	7,52
<i>luty</i>	29,90	17,60	7,60
<i>marzec</i>	28,77	17,89	6,55
<i>kwiecień</i>	0	0	0
<i>maj</i>	18,00	5,00	0
<i>czerwiec</i>	25,66	10,76	4,00
<i>lipiec</i>	28,22	12,17	3,71
<i>sierpień</i>	27,00	14,64	2,62
<i>wrzesień</i>	28,18	17,73	3,71
<i>październik</i>	27,11	16,70	3,00
<i>listopad</i>	0	0	0
<i>grudzień</i>	24,08	7,66	6,16

