Załącznik nr 1

do Zarządzenia Nr 0110-12/2020  
Kierownika ŚDS w Kole  
 z dnia 24.09.2020 r.

**PROGRAM DZIAŁALNOŚCI**

**ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W KOLE**

**UL. STARY RYNEK 15, 62-600 KOŁO**

Środowiskowy Dom Samopomocy w Kole powstał w roku 2005 jako odpowiedź środowiska lokalnego na potrzebę wsparcia środowiskowego osób przewlekle psychicznie chorych, z niepełnosprawnością intelektualną z terenu Miasta Koła.

Od 1 lipca 2020 r. działa jako odrębna jednostka organizacyjna Gminy Miejskiej Koło, na mocy uchwały nr XXIII/216/2020 Rady Miejskiej w Kole z dnia 29 kwietnia 2020 r. w sprawie wyodrębnienia Środowiskowego Domu Samopomocy w Kole ze struktur Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Kole i utworzenia odrębnej jednostki organizacyjnej Gminy Miejskiej Koło pod nazwą Środowiskowy Dom Samopomocy w Kole oraz nadania Statutu.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Kole jest ośrodkiem wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi dziennego pobytu działający w ramach zadań zleconych z zakresu administracji rządowej, realizującym zadania ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz. U. z 2019 r., poz.1507 ze zm.), ustawy z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz.U. z 2020 r., poz.249) oraz rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz.U. z 2020r. poz. 249).

Środowiskowy Dom Samopomocy w Kole jest ośrodkiem wsparcia dziennego dla 25 osób z zaburzeniami psychicznymi, w tym:

- dla osób przewlekle psychicznie chorych - typ A,

- dla osób z niepełnosprawnością intelektualną - typ B.

Oferta programowa działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Kole wychodzi naprzeciw potrzebom osób z zaburzeniami psychicznymi, w tym osób przewlekle psychicznie chorych oraz osób z niepełnosprawnością intelektualną~~,~~ które wymagają wsparcia społecznego i ukierunkowania w rozwoju indywidualnym.

**Program działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Kole**

**dla osób przewlekle chorych psychicznie - typ A**

**Założenia programu działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Kole:**

1. Świadczenie specjalistycznych usług opiekuńczych względem osób z zaburzeniami psychicznymi.
2. Szeroka oferta zajęć terapeutycznych, rehabilitacyjnych, wspierająco –aktywizujących, dostosowana do indywidualnych możliwości psychoruchowych i predyspozycji osób korzystających z usług ŚDS.
3. Prowadzenie szeroko rozumianej rehabilitacji społecznej.

**Cel główny:**

Celem głównym działalności Domu jest przygotowanie do niezależnego i godnego życia oraz przywrócenia własnego miejsca w rodzinie, społeczeństwie.

**Cele szczegółowe programu:**

1. zwiększanie dbałości o własne zdrowie psychiczne oraz zdrowie fizyczne,
2. zwiększanie świadomości istoty systematycznego prowadzenia farmakoterapii,
3. zwiększanie dbałości o własne dobro,
4. uczenie umiejętności obrony własnych praw,
5. uczenie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych, stresowych,
6. podnoszenie poczucia własnej wartości, wiary we własne możliwości,
7. uzyskanie poczucia spokoju, bezpieczeństwa,
8. zapewnienie możliwości dzielenia się swoimi przeżyciami, emocjami oraz poszukiwania dobrych rozwiązań,
9. zwiększanie wiedzy ogólnej o otaczającej rzeczywistości,
10. wzbudzanie zainteresowania ludźmi, nauką, pracą, rozrywką, sztuką, literaturą,
11. uczenie umiejętności komunikacyjnych, inicjowania i podtrzymywania rozmowy,
12. poprawa wzajemnych relacji interpersonalnych,
13. uczenie umiejętności aktywnego słuchania,
14. kształcenie prawidłowych postaw społecznych,
15. uczenie stosowania zwrotów grzecznościowych, poszerzanie słownictwa,
16. wzbudzanie i rozwijanie uzdolnień, zainteresowań,
17. zwiększanie własnej aktywności, zaangażowania w życie Domu oraz w życie lokalne,
18. rozwój i usprawnianie fizyczne,
19. właściwe zagospodarowanie czasu wolnego,
20. umożliwienie przebywania uczestników w ich środowisku lokalnym, usamodzielnianie poprzez nabywanie i rozwijanie umiejętności, nawyków czynności dnia codziennego, czynności samoobsługowych, niezbędnych do samodzielnego życia w oparciu o własne możliwości,
21. aktywizacja życiowa, dążenie do pełnej integracji społecznej osób z niepełnosprawnością poprzez ich czynne i aktywne uczestnictwo w życiu lokalnym,
22. dążenie do osiągnięcia poprawy jakości życia, samodzielnego funkcjonowania w środowisku,
23. kształtowanie akceptacji społecznej, przeciwdziałanie marginalizacji społecznej poprzez reprezentowanie interesów osób z niepełnosprawnością w społeczności lokalnej,
24. zmiana postrzegania i wizerunku osób z niepełnosprawnością, w środowisku bez względu na przyczynę niepełnosprawności.

**Środowiskowy Dom Samopomocy Kole zapewnia uczestnikom warunki osiągania tych celów poprzez**:

1. zapewnienie uczestnikom specjalistycznej opieki lekarskiej, psychologicznej, pielęgniarskiej,

2. uczestnictwo w terapii zajęciowej,

3. możliwości samodzielnego wykonywania prostych czynności dnia codziennego w ramach treningów samoobsługi z uwzględnianiem własnych możliwości oraz z wykorzystaniem dostępnego wyposażenia Domu,

4. dostęp do zajęć kulturalno – oświatowych, sportowo- rekreacyjnych, ćwiczeń rehabilitacyjnych,

5. uczestnictwo w zajęciach w formie pracy indywidualnej i grupowej,

6. zapewnienie spokoju i bezpieczeństwa na terenie Domu oraz w czasie zajęć organizowanych na zewnątrz,

7. uczestnictwo w dobrowolnych pracach na rzecz Domu,

8. realizację indywidualnego planu postępowania wspierająco – aktywizującego.

**Formy działalności prowadzonej w Domu:**

Dom realizuje cele poprzez stosowanie w codziennej pracy różnorodnych zajęć terapeutycznych, rehabilitacyjnych, w formie zajęć indywidualnych, grupowych, dostosowanych indywidualnie do możliwości psychoruchowych każdego uczestnika, jak również do możliwości organizacyjnych i finansowych placówki.

1.Trening umiejętności samoobsługi podnoszących zaradność życiową i funkcjonowanie w codziennym życiu:

- mycie, golenie, kąpanie się, suszenie włosów,

- poprawne ubieranie się, właściwe do aktualnej pory roku i warunków pogodowych,

- pranie i prasowanie,

- obsługa sprzętu RTV i AGD,

- dbanie o osobistą higienę i estetyczny wygląd oraz o higienę otoczenia,

- trening budżetowy, tj. właściwe gospodarowanie własnymi zasobami finansowymi,

- samodzielne przygotowywanie posiłków,

- dokonywanie zakupów,

- dbanie o czystość i porządek we własnym mieszkaniu,

- zdobywanie umiejętności korzystania z m.in.: komunikacji miejskiej, usług fryzjerskich itp.,

- trening lekowy.

2. Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych:

- nawiązywanie i utrzymywanie kontaktów społecznych, grupowych,

- nabycie umiejętności samodzielnego inicjowania i podtrzymywania rozmowy,

- uczenie aktywności i odpowiedzialności,

- motywowanie do funkcjonowania w oparciu o własne możliwości,

- kształtowanie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie na zasadach otwartości i wzajemności,

- uczenie samodzielnego załatwiania spraw urzędowych,

- aktywizacja w celu znalezienia zatrudnienia przy współpracy z instytucjami,

- kształtowanie postaw empatycznych,

- tworzenie i umacnianie więzi z najbliższym otoczeniem.

3. Trening spędzania czasu wolnego:

- rozwijanie zainteresowań lekturą, czasopismem, książka, telewizją,

- udział w grach stolikowych, towarzyskich, logicznych,

- udział w imprezach kulturowych, sportowych, towarzyskich,

- motywowanie do wychodzenia na zewnątrz domu/kino, muzeum, wystawy,

spacery itp./,

- organizowanie wycieczek turystycznych, krajoznawczych celem poznania dziedzictwa kulturowego.

4. Terapia zajęciowa:

- zajęcia plastyczne, manualne,

- rękodzielnictwo,

- krawiectwo, tkactwo,

- papieroplastyka,

- bukieciarstwo,

- biblioterapia edukacyjna, relaksacyjna, rozrywkowa,

- zajęcia muzyczne – muzykoterapia bierna , czynna,

- zajęcia relaksacyjne,

- zajęcia komputerowe, obsługa programu Microsoft Word, obsługa drukarki i innych urządzeń, sprzętu biurowego typu laminator, gilotyna do cięcia papieru, niszczarka,

- zajęcia kulturalno - oświatowe, udział w inscenizacjach słowno - muzycznych, organizowanie wystaw prac własnych,

- edukacja prozdrowotna, pogadanki, dyskusje,

- stolarstwo, zajęcia techniczne – m.in.: prace w drewnie,

- zajęcia ogrodnicze,

- zajęcia kulinarne,

- zajęcia porządkowe.

5. Rehabilitacja ruchowa:

- ćwiczenia ogólnokondycyjne – gimnastyka poranna,

- zajęcia rehabilitacyjne indywidualne i grupowe,

- masaże klasyczne,

- zajęcia rekreacyjno- sportowe na świeżym powietrzu, turystyka,

- gry i zabawy z elementami rywalizacji.

6. Poradnictwo psychologiczne skierowane do uczestników oraz ich rodzin, którego celem jest:

- wsparcie psychologiczne, czyli zmniejszanie nadmiernego napięcia emocjonalnego i wzmacnianie poczucia bezpieczeństwa,

- psychoterapia, czyli zmiana szkodliwych dla zdrowia nawyków i zachowań a także zdobywanie nowych przekonań i umiejętności oraz kształtowanie i wzmacnianie cech, które sprzyjają zdrowiu,

- psychoedukacja, czyli przekazywanie informacji o tym, jak psychika wpływa na zdrowie fizyczne, jak dbać o swoje samopoczucie psychiczne,

- psychoterapia indywidualna, grupowa (rozmowy indywidualne, warsztaty psychologiczne grupowe),

- okresowa ocena stanu psychicznego.

7. Opieka psychiatryczna obejmuje zwłaszcza konsultacje i okresowe oceny stanu psychicznego oraz psychoterapię i terapię farmakologiczną.

8. Opieka pielęgniarska oraz wsparcie w zakresie organizowania właściwego procesu leczenia, w szczególności pomoc w uzgadnianiu i planowaniu terminów wizyt u lekarza, pomoc w wykupieniu leków, przyjmowaniu leków zaleconych przez lekarza, pomoc w dotarciu do placówek służby zdrowia, pomoc doraźna.

Realizacja powyższych celów ma prowadzić do poprawy poziomu stanu zdrowia psychicznego, fizycznego uczestników oraz ma przyczynić się do prawidłowego ich funkcjonowania w środowisku lokalnym i życiu społecznym, w zakresie:

1. stan psychiczny:

- kształtowania zachowań prozdrowotnych,

- wsparcia psychiatrycznego, psychologicznego, kontaktu z pielęgniarką,

- sygnalizowania i zaspakajania potrzeb fizjologicznych, społecznych, bezpieczeństwa, samorealizacji.

2. stan fizyczny:

- poprawy ogólnej kondycji psychofizycznej,

- poprawy sprawności małej i dużej motoryki.

3. stan społeczny:

- samoobsługi w różnych aspektach życia codziennego,

- troski o własne zdrowie,

- zaradności w środowisku domowym, rodzinnym,

- komunikatywności, kształtowania umiejętności społecznych, kontaktów międzyludzkich,

- aktywnego spędzania czasu wolnego.

**Stosowane zasady w pracy z osobami przewlekle psychicznie chorymi:**

1. Zasada indywidualizacji, czyli dostosowanie zadań do indywidualnych potrzeb, możliwości, predyspozycji i tempa pracy uczestnika.

2. Zasada stopniowania trudności (metoda drobnych kroków), dzięki której uczestnik wzmacnia wiarę w swoje możliwości, mobilizuje się do przezwyciężania własnych niepowodzeń.

3. Zasada ciągłości i systematyczności w podejmowanych działaniach terapeutycznych.

4. Zasada trwałości, czyli wielokrotnego powtarzania nabytej wiedzy, umiejętności, zwana metodą „zdartej płyty”.

5. Zasada poglądowości tj. wszechstronne, polisensoryczne poznawanie otaczającej rzeczywistości.

6. Zasada współpracy z rodziną, która winna aktywnie uczestniczyć w prowadzonym postępowaniu wspierająco – aktywizującym, celem osiągnięcia założonych efektów.

**Zajęcia, treningi odbywają się w poszczególnych pracowniach, pomieszczeniach Środowiskowego Domu Samopomocy w Kole:**

**I PIĘTRO**

1. pracownia samoobsługi,

2. pracownia gospodarstwa domowego,

3. pracownia komputerowa,

4. gabinet psychologa,

5. pracownia artystyczna,

6. sala doświadczania świata,

7. dyżurka pielęgniarska,

8. pracownia rehabilitacji ruchowej, gabinet masażu,

9. pracownia organizacji czasu wolnego z kącikiem czytelniczym,

10. hol z wypoczynkiem,

**PARTER**

11. pracownia wsparcia ogólnego,

12. pracownia stolarska,

13. pracownia gospodarstwa domowego,

14. szatnia.

Dążenie do integracji społecznej odbywa się każdorazowo w trakcie zajęć grupowych, zespołowych oraz poprzez udział uczestników w organizowanych imprezach kulturalno – oświatowych, rozrywkowych, sportowych na terenie Ośrodka, a także w trakcie wyjazdowych spotkań integracyjnych, konkursach, festiwalach, przeglądach itp. Uczestnicy mają możliwość i sposobność obcowania z drugim człowiekiem, nawiązywania nowych znajomości, kształtowania poprawnych stosunków, korelacji międzyludzkich z nowopoznanymi osobami, a także obserwowania zachowań innych osób.

Indywidualny plan postępowania wspierająco- aktywizującego opracowywany jest na bazie wstępnej diagnozy terapeutycznej w sposób indywidualny dla każdego uczestnika z uwzględnieniem swoistych możliwości psychofizycznych i potrzeb danej osoby oraz współwarunkowanych przez rodzaj ujawnianych trudności zdrowotnych w tym przewlekłych chorób psychicznych, przy współudziale uczestnika bądź opiekuna prawnego.

**Kierunki działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Kole:**

1. Stałe podnoszenie kwalifikacji przez kadrę Domu (dbanie o rozwój zawodowy, udział   
w konferencjach, warsztatach, kursach i innych formach kształcenia, udział w szkoleniach zewnętrznych, udział w szkoleniach bezpłatnych, udział w szkoleniach wewnętrznych, wyszukiwanie przy pomocy internetu niezbędnych informacji, metodycznych artykułów specjalistycznych).

2. Wspieranie uczestników w rozwoju ich samorządności i  zaradności, czynna współpraca z Radą Społeczności ŚDS.

3. Współpraca z lokalnymi mediami, urzędami, instytucjami i podmiotami działającymi na rzecz osób z niepełnosprawnością.

4. Wykorzystanie nowoczesnych nośników informacji do działań informacyjnych promujących działalność ośrodka tj. opracowanie ulotek informacyjno-edukacyjnych na temat usług świadczonych w ŚDS, opracowanie filmu promującego działalność ŚDS w Kole, zamieszczanie plakatów informacyjnych o ŚDS w urzędach i instytucjach, poradniach zdrowia psychicznego na terenie miasta Koła.

5. Propagowanie idei ŚDS w środowisku lokalnym, zachęcanie do udziału w zajęciach potencjalnych kandydatów.

6. Promocja zdrowia psychicznego poprzez motywowanie do aktywności i uczestnictwa w konkursach z wiedzy, konkursach plastycznych, organizacja wystaw, koncertów z okazji Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego i inne.

7. Promowanie rękodzieła osób przewlekle psychicznie chorych poprzez organizowanie imprez plenerowych – wystawy.

**Możliwości realizacji programu działalności :**

Posiadane zasoby kadrowe oraz rzeczowe, zapewniają prawidłowe funkcjonowanie Domu i realizację działalności programu.

Zasoby kadrowe:

Środowiskowy Dom Samopomocy w Kole zatrudnia wykwalifikowaną kadrę pracowników merytorycznych, bezpośrednio świadczących usługi, spełniającą wymagania m.in. w zakresie cech osobowościowych, predyspozycji indywidualnych oraz kadrę pracowników obsługi.

Pracownicy Domu w codziennej pracy terapeutycznej kierują się przede wszystkim dobrem uczestników, dbają o poszanowanie ich godności i prawa do samostanowienia. Dbają o wysoką jakość świadczonych usług i jak najwyższą ich skuteczność, z zachowaniem w tajemnicy wszelkich informacji dotyczących uczestników. Posiadają wszelkie uprawnienia, kwalifikacje, wiedzę i doświadczenie zawodowe w pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi.

Zasoby rzeczowe:

Na zasoby rzeczowe Domu składają się wszystkie urządzenia, sprzęt terapeutyczny, rehabilitacyjny, pomoce i materiały terapeutyczne, wyposażenie pracowni, znajdujące się na stanie placówki. Pomieszczenia placówki ( pracownie, sanitariaty) o łącznej powierzchni 339m2, przystosowane są do potrzeb osób z niepełnosprawnością, pozbawione barier architektonicznych. Znajdują się na parterze budynku oraz I piętrze.

**Współpraca z innymi podmiotami:**

Celem zapewnienia szerokiej integracji uczestników ze środowiskiem lokalnym pracownicy Domu współpracują ściśle z ich rodzinami, opiekunami prawnymi, a także podmiotami, instytucjami i innymi organizacjami działającymi na rzecz osób z niepełnosprawnością na terenie miasta Koła, powiatu kolskiego i nie tylko. Są to:

-Urząd Miejski w Kole,

-Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Kole,

-Poradnia Zdrowia Psychicznego Kole,

-Zakłady Opieki Zdrowotnej w Kole, prywatne poradnie specjalistyczne

-Kolskie Stowarzyszenie Osób Niepełnosprawnych –Warsztat Terapii Zajęciowej w Kole,

-Środowiskowy Dom Samopomocy w Dębnie Królewskim,

-Środowiskowy Dom Samopomocy w Dąbiu,

-Muzeum Technik Ceramicznych w Kole,

-Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Poznaniu,

-Państwowy Fundusz Osób Niepełnosprawnych w Poznaniu,

-Fundacja „Podaj dalej” w Koninie,

-Miejski Dom Kultury w Kole,

-Kino nad Wartą przy MDK w Kole,

-Powiatowa i Miejska Biblioteka Publiczna w Kole,

-Parafia Podwyższenia Krzyża Św. w Kole,

-Parafia św. Bogumiła w Kole,

-Parafia MBCZ w Kole,

-Specjalny Ośrodek Szkolno –Wychowawczy im. św. Mikołaja w Kole,

-Stowarzyszenie Przyjaciele Św. Mikołaja w Kole,

-Stowarzyszenie „Sprawni inaczej” w Kłodawie,

-Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób Niepełnosprawnych Intelektualnie OREW w Kole, WTZ przy OREW,

-Miejski Ośrodek Profilaktyki i Pomocy Rodzinie w Kole,

-Szkoła Podstawowa nr 5 w Kole,

-Szkoła Podstawowa nr 2 w Kole,

-Dzienny Dom Senior + w Kole,

-Stowarzyszenie Kolska Trójka w Kole,

-kolskie domy pomocy społecznej.

**Dokumentacja Domu:**

Środowiskowy Dom Samopomocy w Kole celem udokumentowania świadczonych usług względem uczestników, prowadzi dokumentację indywidualną oraz zbiorczą.

1. Dokumentacja indywidualna zawiera:

- dane personalne uczestników,

- kopię decyzji kierującej do ŚDS wraz z wywiadem środowiskowym,

- wstępną diagnozę terapeutyczną,

- indywidualny plan postępowania wspierająco- aktywizującego,

- notatki, adnotacje członków zespołu, dotyczące uczestników,

- indywidulana dokumentacja psychologiczna,

- indywidualne dokumentacja medyczna,

- półroczną ocenę aktywizacji uczestnika,

- opinie i oceny stanu psychicznego uczestników specjalistów.

2. Dokumentacja zbiorcza zawiera:

- ewidencję uczestników przyjętych do ŚDS,

- ewidencję obecności uczestników na zajęciach,

- dzienniki dokumentujące pracę pracowników Zespołu Wspierająco – Aktywizującego ( raporty pielęgniarskie, karta przebiegu terapii zajęciowej, karta przebiegu zajęć rehabilitacyjnych, terapii zajęciowej),

- protokoły z zebrań Zespołu Wspierająco – Aktywizującego,

- protokoły z zebrań uczestników ŚDS.

Małgorzata Gatrzkie

Kierownik ŚDS w Kole