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 z niepełnosprawnością intelektualną - typ B**

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

1. Świadczenie specjalistycznych usług opiekuńczych względem osób z niepełnosprawnością intelektualną.
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. umożliwienie osobie z niepełnosprawnością intelektualną (w stopniu głębokim, znacznym i umiarkowanym, a także w stopniu lekkim, jeżeli jednocześnie występują inne zaburzenia, zwłaszcza neurologiczne) jak najlepszego rozwoju fizycznego, psychicznego oraz przystosowania do społecznych zadań poprzez wyposażenie w podstawowe umiejętności wykonywania najprostszych czynności dnia codziennego z zakresu samoobsługi i zaspakajania podstawowych potrzeb życiowych,
2. zapobieganie pogłębianiu się deficytów, kompensowanie istniejących braków oraz trwałych uszkodzeń organicznych w celu podniesienia ogólnej sprawności psychomotorycznej,
3. poszerzanie horyzontów myślowych, wiedzy o otaczającej rzeczywistości,
4. wyuczenie umiejętności społecznych, interpersonalnych, kształcenie prawidłowych postaw społecznych,
5. wyuczenie zdolności dbania o własne zdrowie,
6. wielostronna stymulacja i szeroko rozumiana forma usprawniania osób o zaburzonej percepcji rzeczywistości,
7. poszerzanie zasobu słownictwa,
8. wzbudzanie i rozwijanie uzdolnień muzycznych, plastycznych oraz osobistych predyspozycji manualnych,
9. pomoc w kształtowaniu osobowości zdolnej utrzymać równowagę psychiczną między wymaganiami wewnętrznymi (własne potrzeby) a zewnętrznymi (społeczne cele, zadania),
10. zwiększenie poczucia własnej wartości i wiary we własne możliwości,
11. zwiększenie poczucia bezpieczeństwa, niwelowanie napięć, uzyskanie spokoju, relaksu,
12. wypracowanie pozytywnego wizerunku osób z niepełnosprawnością intelektualną

w środowisku, przeciwdziałanie stereotypom,

1. wzbudzenie zainteresowania ludźmi, nauką, rozrywką, sztuką, kulturą i inne,
2. wszechstronne wsparcie, głównie psychiczne, emocjonalne rodziny, opiekunów osób z niepełnosprawnością intelektualną,
3. wypracowanie samoakceptacji oraz akceptacji społeczeństwa.

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

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

2. możliwość uczestnictwa w terapii zajęciowej, rehabilitacji ruchowej z uwzględnieniem indywidualnych możliwości psychoruchowych, predyspozycji manualnych, zainteresowań, aktualnego stanu zdrowia,

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

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

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

6. podmiotowe traktowanie i podejście do każdego uczestnika,

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

8. uczestnictwo w dobrowolnych pracach na rzecz Domu,

9. 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 do indywidualnych możliwości psychoruchowych każdego uczestnika, z uwzględnieniem swoistych predyspozycji i potrzeb danej osoby, uwarunkowanych stopniem niepełnosprawności, jak również do możliwości organizacyjnych i finansowych placówki.

1. Rehabilitacja ruchowa:

a. ćwiczenia:

- ćwiczenia ogólnokondycyjne – gimnastyka poranna,

- zajęcia rehabilitacyjne indywidualne i grupowe, doskonalące małą i dużą motorykę,

- masaże,

- zajęcia rekreacyjno- sportowe na świeżym powietrzu, turystyka,

- gry i zabawy z elementami rywalizacji.

Ćwiczenia ukierunkowane są na pracę poprzez zabawę, z wykorzystaniem dostępnego sprzętu rehabilitacyjnego, pomocy terapeutycznych.

2. Psychoterapia:

a. psychoterapia indywidualna, grupowa (rozmowy psychologiczne, warsztaty psychologiczne grupowe, psychoedukacja),

b. terapeutyczne rozmowy indywidualne,

c. muzykoterapia bierna, czynna, stymulująca percepcję słuchową poprzez wyklaskiwanie, wystukiwanie rytmu do danej muzyki, słuchanie muzyki o lekkim zabarwieniu, żywym tempie w zależności od aktualnej potrzeby i stanu psychofizycznego uczestnika.

Poradnictwo i opieka psychologiczna skierowana jest także dla rodzin uczestników. Ma na celu wsparcie psychologiczne, czyli zmniejszanie nadmiernego napięcia emocjonalnego i wzmacnianie poczucia bezpieczeństwa, niwelowanie lęku, niepokoju przed nowymi, nieznanymi sytuacjami. Psychoterapia, czyli zmiana szkodliwych dla zdrowia nawyków i zachowań, a także zdobywanie nowych przekonań, 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.

3. Rehabilitacja społeczna:

a. trening umiejętności samoobsługowych, czynności dnia codziennego, obejmuje:

- trening higieniczny m.in. bezpośredniego kontaktu z wodą, samodzielnego mycia rąk, twarzy, golenia, kąpania się, suszenia włosów,

- trening samodzielnego ubierania się, rozbierania ,

- trening zapinania guzików, sznurowania butów itp.

- trening samodzielnego prania, prasowania,

- obsługa sprzętu RTV i AGD,

- dbanie o osobistą higienę i estetyczny wygląd oraz o higienę otoczenia, korzystanie z mydła, ręcznika w czynnościach higienicznych,

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

- trening samodzielnego przygotowywania, spożywania posiłków,

- trening dokonywania zakupów,

- dbanie o czystość i porządek we własnym mieszkaniu,

- trening poruszania się po topografii budynku,

- trening doskonalenia orientacji przestrzennej, wdrażanie pojęć typu: wysoko –nisko, w prawo- w lewo, do przodu- do tyłu, potem, teraz, najpierw i inne

- trening doskonalenia percepcji wzrokowo- słuchowo – ruchowej,

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

- trening lekowy.

b. trening umiejętności społecznych i interpersonalnych. Obejmuje on:

- nawiązywanie i utrzymywanie kontaktów społecznych, grupowych,

- wyrobienie umiejętności samodzielnego inicjowania i podtrzymywania rozmowy

- aktywność i odpowiedzialność,

- motywowanie do funkcjonowania w oparciu o własne możliwości,

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

- trening komunikacji niewerbalnej, nawiązywanie relacji za pomocą gestykulacji , mimiki, mowy ciała,

- trening komunikowania o swoich potrzebach biologicznych, fizjologicznych, emocjonalnych - werbalnie i niewerbalnie,

- naukę samodzielnego załatwiania spraw urzędowych,

- aktywizacja w celu znalezienia zatrudnienia przy współpracy z instytucjami,

- kształtowanie postaw empatycznych,

- tworzenie i umacnianie więzi z najbliższym otoczeniem,

- trening poprawnego czytania, pisania – ćwiczenia grafomotoryczne.

- oswojenie, ośmielenie do współuczestnictwa w grupie.

c. trening spędzania czasu wolnego:

- rozwijanie zainteresowań lekturą, czasopismem, książką, telewizją,

- rozwijanie umiejętności korzystania z udziału w imprezach kulturowych - oświatowych, rekreacyjno - sportowych, towarzyskich,

- motywowanie do wychodzenia na zewnątrz Domu /kino, muzeum, wystawy, spacery itp./,

- organizowanie wycieczek turystycznych celem poznania dziedzictwa kulturowego, poszerzenia horyzontów myślowych.

d. terapia zajęciowa:

- zajęcia plastyczne, manualne arteterapia,

- rękodzielnictwo,

- papieroplastyka,

- bukieciarstwo,

- krawiectwo,

- biblioterapia edukacyjna, relaksacyjna, rozrywkowa,

- zajęcia muzyczne, rytmiczne – muzykoterapia bierna , czynna,

- zajęcia relaksacyjne, pozwalające na przeżywanie autentycznego świata wszystkimi zmysłami,

- zajęcia komputerowe, obsługa programu Microsoft Word i inne,

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

- edukacja prozdrowotna, udział w pogadankach, dyskusjach,

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

- zajęcia ogrodnicze,

- zajęcia kulinarne,

- zajęcia porządkowe.

e. opieka psychiatryczna obejmuje zwłaszcza konsultacje i okresowe oceny stanu psychicznego oraz psychoterapię i terapię farmakologiczną,

f. niezbędna opieka zdrowotna 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. Opieka pielęgniarska w zakresie higieny osobistej, czynności samoobsługowych, w szczególności w przypadku osób ze znaczną i głębszą niepełnosprawnością, z dodatkowymi ograniczeniami ruchowymi.

Realizacja celów odbywa się poprzez podejmowanie długofalowych i systematycznych działań terapeutyczno – rehabilitacyjnych, zajęć oraz treningów indywidualnych i grupowych, które to wzajemnie uzupełniając się, dają spójny efekt prawidłowego procesu usprawniania osób z niepełnosprawnością intelektualną, w zakresie:

1. rehabilitacja ruchowa:

- poprawy ogólnej kondycji psychofizycznej,

- poprawy sprawności małej i dużej motoryki,

- poprawy chodu, prawidłowej pozycji siedzącej i inne.

2. psychoterapia:

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

- kształtowania zachowań prozdrowotnych,

- wsparcia psychiatrycznego, psychologicznego uczestników oraz rodzin, opiekunów,

- stałego kontaktu z pielęgniarką w sprawach zdrowotnych, opiekuńczych.

3. rehabilitacja społeczna:

- samoobsługi w różnych aspektach życia codziennego,

- troski o własne zdrowie,

- zaradności we własnym środowisku,

- komunikatywności, kształtowania umiejętności społecznych, kontaktów międzyludzkich,

- aktywnego spędzania czasu wolnego.

**Stosowane zasady w pracy z osobami z niepełnosprawnością intelektualną :**

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.

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 niepełnosprawności intelektualnej, 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 z niepełnosprawnością intelektualną 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 niepełnosprawnością intelektualną.

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