

STOWARZYSZENIE

„NIE LĘKAJ SIĘ”

10-165 Olsztyn, ul. Jacka Kuronia 4
Regon 280405926, NIP 7393748867
KRS: 0000332603
tel. 601 495 330

SPRAWOZDANIE za rok 2013

z działalności Środowiskowego Domu Samopomocy

„Barka” w Olsztynie

URZĄD MIASTA OLSZTYNA
Wydział Zdrowia i Polityki Społecznej
Wpłynęło dnia:

2014 -01- 30

Wydział Polityki Społecznej
Wpłynęło dnia... 2014 -01- 30
Nr

Środowiskowy Dom Samopomocy jest jednostką pomocy społecznej pobytu dziennego z miejscami całodobowego pobytu okresowego, prowadzonym przez Stowarzyszenie „Nie lękaj się”. Dom jest ośrodkiem wsparcia dla osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz osób przewlekle, psychicznie chorych mających poważne trudności w życiu codziennym. Osoby te wymagają pomocy i opieki niezbędnej do życia w środowisku rodzinnym i społecznym, której sami nie mogą sobie zapewnić. ŚDS „Barka” dysponuje 60 miejscami pobytu dziennego i 10 miejscami całodobowego pobytu okresowego.

Przyjęcie do ŚDS odbywa się za zgodą uczestnika na podstawie decyzji administracyjnej Dyrektora Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Olsztynie w oparciu o właściwą dokumentację.

1. Formy i efekty prowadzonej działalności.

Postępowanie terapeutyczne w odniesieniu do poszczególnych osób określane jest zawsze indywidualnie. Wszystkie działania terapeuty są dostosowane do sytuacji podopiecznego, czyli do jego zmniejszonej wydolności psychicznej, obniżonej sprawności fizycznej, zaniżonej motywacji, aktualnego stanu zdrowia i samopoczucia. Zajęcia są dobierane tak, aby usprawiły uszkodzoną funkcję organizmu i pozytywnie oddziaływały na stan psychiczny.

W ramach prowadzonej terapii zajęciowej w ŚDS podopieczni rozwijają swoje zainteresowania, doskonałą zdolności manualne oraz umiejętności planowania i przewidywania. Terapia zajęciowa pozwala każdemu z uczestników ŚDS na wybór takiej formy twórczości, która odpowiada jego indywidualnym uzdolnieniom, możliwościom.

ŚDS w ramach terapii oferuje udział w zajęciach terapeutycznych w pracowniach: gospodarstwa domowego, ceramicznej, rękodzielniczej, świetlicy, komputerowej, krawiecko-tkackiej, treningu interpersonalnego, technicznej, sportowo-rekreacyjnej,

relaksacyjnej, technicznej, taneczno-teatralnej, sali gier zręcznościowych, pomieszczeniach okresowego pobytu całodobowego.

W skład pomieszczeń pobytu całodobowego wchodzi: 2 pokoje 2 os., 2 pokoje 3 os, 1 mieszkanie z aneksem kuchennym i łazienką, kuchnia z aneksem telewizyjnym

Dom posiada: 3 toalety z łazienkami, 2 toalety bez łazienek, 1 toaletę z prysznicem dla personelu.

Dla uczestników ŚDS „Barka” dostępna jest również rehabilitacja w ramach, której odbywają się: laseroterapia, masaż klasyczny, masaż mechaniczny, UGUL, gimnastyka ogólno-usprawniająca.

W poszczególnych pracowniach i pomieszczeniach do całodobowego pobytu okresowego realizowana jest tematyka związana z daną pracownią w ramach treningów:

1. Trening umiejętności życia codziennego i prowadzenia gospodarstwa domowego mający na celu kształtowanie i rozwijanie czynności związanych z zaradnością życiową poprzez:

- praca z podstawowymi urządzeniami gospodarstwa domowego, ich obsługa, przestrzeganie zasad bezpieczeństwa przy ich używaniu;
- trening kulinarny – przygotowywanie prostych i złożonych posiłków przy zachowaniu podstawowych zasad higieny żywienia i kształtowania zdrowego stylu życia, nauka kulturalnego zachowania się przy stole;
- trening budżetowy – planowanie i dokonywanie zakupów dla potrzeb pracowni i uczestników, orientacja w cenach produktów i dokonywanie obliczeń.

2. Trening umiejętności samoobsługi w ramach, którego uczestnicy doskonalą lub uczą się czynności:

- samodzielnego picia i jedzenia;
- mycia się;
- ubierania;
- załatwiania potrzeb fizjologicznych;
- nauka dbania o higienę osobistą i wygląd zewnętrzny.

3. Trening umiejętności praktycznych poprzez:

- nabywanie umiejętności szycia ręcznego i maszynowego, hafty, doskonalenie sprawności manualnych;
- dobór właściwych materiałów, kolorów i przyborów;
- nabycie umiejętności naprawy, przeróbek odzieży;
- nauka prania, prasowania, składania ubrań;
- nabywanie i doskonalenie umiejętności wkręcania śrub, wbijania gwoździ, ręcznego cięcia piłą, wymiarowania oraz posługiwania się narzędziami stolarskimi;
- praca z komputerem – nauka obsługi sprzętu komputerowego, korzystanie z programów komputerowych, edukacyjnych i korzystania z Internetu;
- załatwianie spraw w urzędach, przychodniach, szpitalach itp.

4. Trening z zakresu arteterapii:

malarstwo, rzeźba, papieroplastyka:

- pobudzanie twórczości plastycznej i rękodzieła;
- praca nad rozwijaniem uzdolnień plastycznych;
- poprawa koordynacji ruchowej i sprawności manualnej.

muzykoterapia, zajęcia teatralne.

5. Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych:

- nabywanie i doskonalenie umiejętności nawiązywania i podtrzymywania kontaktów interpersonalnych;
- nauka radzenia sobie ze stresem, negatywnymi emocjami;
- nauka odpowiedzialności i asertywności;

6. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego:

- wspólne spędzanie czasu (wspólne świętowanie urodzin i imienin uczestników, wyjścia na spacer, wycieczki, itp.),
- udział w imprezach, konkursach i wyjazdach;
- pobudzanie i rozwijanie procesów psychoruchowych (gry i zabawy ogólnousprawniające, rozrywki intelektualne).

W roku 2013 odbyła się wycieczka 1- dniowa do Torunia, 2-dniowy wyjazd nad morze do Mikoszewa i wyjazd do Środowiskowego Domu Samopomocy w Szczytnie na VI Wojewódzki Integracyjny Turniej Gier Świątecznych. Poza tym, zorganizowaliśmy 3 cykliczne imprezy o charakterze integracyjnym tj. Turniej o Złotą Barkę, Festyn „Łączymy ludzi, nikt się nie nudzi” i „Dmuchawce, latawce, wiatr”- pożegnanie lata. Raz w miesiącu organizowane były dla naszych podopiecznych urodziny a także uroczystości: Walentynki, Dzień Kobiet, Śniadanie Wielkanocne, Dzień Chłopaka, Andrzejki itp. Uczestnicy uczestniczyli w wyjściach do Planetarium, Obserwatorium Astronomicznego, Muzeum Przyrody kina, teatru, do Miejskiego Ośrodka Kultury na filmy dokumentalne, przedstawienia, koncerty poetyckie, Śniadanie Wielkanocne i uroczystość Wigilijna zorganizowana została również w MOK-u. Podopieczni ŚDS „Barka” w ramach terapii uczestniczyli w wyjściach na spacer, Nordic Walking, do kręgielni, na basen, w hipoterapii. Uczestnicy wraz z opiekunami zaangażowali się w działalność charytatywną w ramach, której zaangażowali się w:

- zbiórkę na rzecz Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy – przygotowane przez nich prace zostały zlicytowane i przekazane WOŚP;
- zbiórkę żywności zorganizowaną przez Bank Żywności w Olsztynie.

W ramach terapii duchowej uczestnicy mieli możliwość wzięcia udziału we Mszy Świętej i Spowiedzi, która odbywała się raz w miesiącu w ŚDS „Barka”. W celu podtrzymania tradycji i pamięci o tych, którzy odeszli, podopieczni średnio raz w miesiącu odwiedzali cmentarz.

W ramach terapii ruchowej odbywają się ćwiczenia grupowe i indywidualne mające na celu podtrzymanie ogólnej sprawności fizycznej, rozładowanie napięć psychicznych, poprawę stanu psychofizycznego, polepszenie samopoczucia.

Ćwiczenia ruchowe obejmują zajęcia z zakresu: ćwiczeń oddechowych i ogólnorozwojowych, ćwiczeń zręcznościowych i manualnych, ćwiczeń relaksacyjnych, aerobik, taniec.

Poradnictwo:

- psychologiczne- zajęcia grupowe, zajęcia indywidualne, poradnictwo dla rodzin uczestników;

- socjalne – grupowe i indywidualne.

Stowarzyszenie "Nie lękaj się" prowadzące ŚDS „Barka” uzyskało dofinansowanie w ramach złożenia oferty na realizację zadania publicznego pt. "Oparcie Społeczne dla Osób z Zaburzeniami Psychicznymi". W projekcie wzięli udział pracownicy i podopieczni ŚDS „Barka”. Konkurs został ogłoszony przez Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej. Stowarzyszenie w 2013 roku realizowało powierzone zadanie pod nazwą "Osoby z niepełnosprawnością w mediach" oraz w następujących formach:

1) Audycja radiowa - współpraca z Radiem Olsztyn, emisja 2 razy w miesiącu:

- a) studio nagrań radiowych - montaż i nagrywanie audycji radiowych przez osoby z niepełnosprawnością, przy współpracy i pomocy pracowników Radia Olsztyn,
- b) cykliczne informacje na tematy dotyczące osób z niepełnosprawnością,
- c) Telefon Zaufania - oferta wsparcia przez specjalistów z różnych dziedzin (psycholog, psychiatra, doradca zawodowy, pracownik socjalny, fizjoterapeuta, terapeuci),
- d) "Gość Dnia" - rozmowy na zgłaszane tematy,
- e) konkurs z nagrodami dla słuchaczy (plastyczne, literackie, muzyczne, itd.).

2) Cykliczne informacje dotyczące osób niepełnosprawnych w prasie lokalnej (Gazeta Olsztyńska, Nasz Olsztyniak) - 2 razy w miesiącu oraz w gazetce wewnętrznej Środowiskowego Domu Samopomocy "Barka" w Olsztynie:

- a) opracowanie tematów do prasy lokalnej przez osoby z niepełnosprawnością przy współpracy i pomocy pracowników Gazety Olsztyńskiej,
- b) cykliczne informacje na temat ośrodków wsparcia dla osób z niepełnosprawnością,
- c) ważne wydarzenia miesiąca związane z działalnością na rzecz osób z niepełnosprawnością,
- d) poradnictwo zawodowe dla osób z niepełnosprawnością,
- e) przegląd twórczości osób niepełnosprawnych,
- f) odpowiedzi na trudne pytania zadawane przez słuchaczy audycji radiowych,
- g) informator tematów audycji radiowych,
- h) kontynuacja interesujących tematów na Facebook-u.

3) Profil na Facebook-u:

- a) "Jesteśmy na Facebook-u", kontynuacja problemów poruszanych w audycjach radiowych oraz w prasie lokalnej,
- b) integracja osób niepełnosprawnych oraz ich rodzin, a także specjalistów z danej dziedziny przez internet,
- c) przekazywanie wiadomości o funkcjonowaniu osób z zaburzeniami psychicznymi w ich środowisku społecznym, a także wskazanie instytucji zapewniających im wsparcie,
- d) wymiana doświadczeń i poglądów z życia osób z niepełnosprawnością.

4) Radiowęzeł lokalny Środowiskowego Domu Samopomocy "Barka" prowadzony przez osoby niepełnosprawne:

- a) komentarze do audycji radiowych i artykułów w prasie lokalnej dotyczące osób z niepełnosprawnością,
- b) Program Dnia - informacje bieżące,
- c) Rozmowa Dnia,
- d) Koncert Życzeń.

5) Reklama - folder reklamujący projekt "Osoby z niepełnosprawnością w mediach"

2. Zasoby Domu przeznaczone na jego funkcjonowanie, w tym w zakresie:

a) **środki finansowe z budżetu wojewody, a także inne pozyskane na działalność bieżącą lub wydatki inwestycyjne.**

Działalność Środowiskowego Domu Samopomocy „Barka” finansowana była głównie z dotacji z budżetu Wojewody Warmińsko-Mazurskiego i przedstawia się następująco:

Środki z budżetu wojewody –	840 000,00 zł
Środki z dotacji celowej –	147 515,00 zł
Środki inwestycyjne -	0,00 zł
Razem środki finansowe -	987 515 00 zł

b) liczba pracowników zatrudnionych na czas nieokreślony i na czas określony w podziale na stanowiska pracy

Stan na dzień 31.12.2013 r.

Pracownicy zatrudnieni na czas nieokreślony – 8 osób, w tym:

- 1 dyrektor administracyjny,
- 1 kierownik,
- 5 terapeutów,
- 1 pracownik socjalny-terapeuta.

Pracownicy zatrudnieni na czas określony: 8 osób, w tym:

- 1 psycholog,
- 2 terapeutów,
- 2 opiekunów,
- 1 fizjoterapeuta,
- 1 sprzątaczką,
- 1 konserwator

3. Ogólna liczba uczestników, którzy opuścili Dom, wraz z podaniem przyczyn odejścia.

Z zajęć terapeutycznych w Środowiskowym Domu Samopomocy „Barka” w okresie sprawozdawczym od 01.01.2013 r. do 31.12.2013 r. skorzystały 84 osoby z miasta Olsztyna i gmin ościennych: Jonkowa, Dywit, Gietrzwałdu, Barczewa. Większość osób samodzielnie prowadzi gospodarstwa domowe, utrzymuje się ze świadczeń emerytalnych, rentowych i zasiłków z ośrodków pomocy społecznej.

Płeć: kobiety – 44 os., mężczyźni- 40 os.

Wiek: 21 lat – 1 os., 23 lata- 1 os., 24 lata- 4 os., 25 lat- 4 os., 26 lat- 1 os., 27 lat- 2 os., 28 lat – 2 os., 29 lat – 4 os., 30 lat – 5 os., 31 lat – 2 os., 32 lata – 1 os., 33

lata – 1 os., 34 lata – 4 os., 35 lat – 3 os., 37 lat - 2 os., 38 lat -4 os., 39 lat -3 os., 40 lat -2os., 42 lata – 2 os., 43 lata -2 os., 45 lat – 1 os., 46 lat – 1 os., 48 lat - 1 os., 49 lat – 1 os., 51 lat – 3 os., 54 lata – 3 os., 55 lat – 2 os., 56 lat – 1 os., 57 lat – 3 os., 59 lat- 2 os., 60 lat – 3 os., 61 lat – 1 os., 63 lata – 2 os., 64 lata – 2 os., 65 lat – 1 os., 67 lat – 1 os.,73 lata – 2 os., 76 lat – 1 os.,79 lat – 1 os., 83 lata – 1 os., 85 lat – 1 os.

Rodzaje schorzeń uczestników:

schizofrenia: 25 osób,

niepełnosprawność intelektualna sprzężona z innymi schorzeniami: 26 osób

inne zaburzenia psychiczne: 33 osoby.

Ogółem liczba osób, które opuściły ŚDS „Barka” w 2013 roku wynosi 21 osób.

Przyczyny opuszczenia Domu:

przeniesienie do innego ŚDS – 2 osoby,

przeniesienie do DPS - 3 osoby,

podjęcie zatrudnienia – 2 osoby,

z powodu spraw rodzinnych – 5 osób,

niechęć do udziału w zajęciach – 1 osoba,

pogarszający się lub zły stan zdrowia – 8 osób.

4. Średnia liczba uczestników poszczególnych zajęć w ciągu roku.

Zajęcia gospodarstwa domowego-	4,77
Zajęcia krawiecko-tkackie-	5,10
Zajęcia sportowe (terapia ruchowa)	4,78
Zajęcia rekreacyjne-	5,78
Zajęcia techniczne -	3,49
Zajęcia komputerowe -	5,20
Zajęcia teatralne -	5,39

Zajęcia w pracowni gier zręcznościowych -	4,32
Zajęcia ceramiczne-	5,92
Zajęcia taneczne -	1,90
Zajęcia muzyczne-	6,26
Zajęcia z psychologiem – grupowe -	8,90
Zajęcia z psychologiem – indywidualne -	3,91
Zajęcia świetlicowe -	5,17
Zajęcia relaksacyjne	
-(rehabilitacja indywidualna) -	6,50
Zajęcia grupowe „Gimnastyka mózgu” -	6,56
Zajęcia indywidualne „Gimnastyka mózgu” -	1,00
Zajęcia z decoupage -	5,58
Rehabilitacja grupowa-	3,28
Zajęcia z pracownikiem socjalnym	6,71

5. Współpraca z rodzinami, opiekunami, środowiskiem lokalnym uczestników ŚDS i instytucjami.

Współpraca z rodzinami i opiekunami uczestników odbywa się telefonicznie, poprzez kontakt osobisty w miejscu zamieszkania podopiecznych a także wizyty rodziny, opiekunów w naszym Domu i udział w imprezach ŚDS.

Środowiskowy Dom Samopomocy „Barka” współpracuje z: Urzędem Miasta Olsztyn, Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Olsztynie (wydawanie decyzji kierujących do Środowiskowego Domu Samopomocy oraz inne konsultacje związane z prawidłowym funkcjonowaniem Środowiskowego Domu Samopomocy), Gminnymi Ośrodkami Pomocy Społecznej w: Jonkowie, Dywitach, Gietrzwałdzie, Purdzie, Barczewie (pomoc w przyjmowaniu nowych uczestników oraz sporządzanie wywiadów środowiskowych, niezbędnych do wydania decyzji kierujących), Konsultantem ds. osób niepełnosprawnych z Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Olsztynie (poszukiwanie pracy, kursy i szkolenia dla uczestników), Miejskim Urzędem Pracy (pomoc w poszukiwaniu pracy podopiecznym, pozyskiwanie stażystów), Federacją Organizacji Socjalnych (szkolenia pracowników i uczestników

ŚDS), Bankiem Żywności w Olsztynie (w celu zapewnienia uczestnikom podstawowych produktów żywnościowych potrzebnych w ramach terapii w pracowni gospodarstwa domowego), Komisją ds. Orzekania o Stopniu Niepełnosprawności w Olsztynie (pomoc uczestnikom przy kompletowaniu i składaniu dokumentów), przychodniami lekarskimi (rejestracja uczestników do lekarzy, wyjścia do lekarzy), szpitalami (odwiedziny obecnych i byłych uczestników przebywających w szpitalach), poradniami zdrowia psychicznego (rejestracja uczestników do lekarzy, wyjścia do lekarzy), organizacjami pozarządowymi działającymi na rzecz osób z zaburzeniami psychicznymi (Stowarzyszenie „Bądź Dobrej Myśli” - pozyskiwanie nowych uczestników, Olsztyńskie Stowarzyszenie Pomocy Psychicznemu i Nerwowo Chorym – Terapeutyczny Klub Pacjenta - pozyskiwanie nowych uczestników, współpraca z zespołem Paja Brava - udział w imprezach organizowanych w ŚDS „Barka”), kościołami (współpraca z Kościołem Garnizonowym w Olsztynie - prowadzenie katechez i mszy dla uczestników w ŚDS „Barka”), ośrodkami kultury i organizacjami kulturalno – rozrywkowymi (wyjścia do kina, teatru), placówkami oświatowymi i innymi jednostkami świadczącymi usługi dla osób niepełnosprawnych (współpraca ze szkolnym kołem Caritas działającym przy Gimnazjum nr 3 i XI LO w Olsztynie prowadzonym przez nauczyciela panią Iwonę Januszko- wizyty wolontariuszy w ŚDS – pomoc w opiece nad uczestnikami, pomoc w zajęciach terapeutycznych, pomoc przy organizacji imprez w ŚDS „Barka”, współpraca z pedagogiem szkolnym ze Specjalnego Ośrodka Szkolno – Wychowawczego w Olsztynie – przedstawianie oferty terapeutycznej ŚDS „Barka” absolwentom w/w ośrodka, kontakt telefoniczny, wizyty w ŚDS „Barka”, współpraca z przedszkolami - udział przedszkoli w imprezach organizowanych w ŚDS „Barka”, współpraca ze Środowiskowymi Domami Samopomocy z Olsztyna i z poza Olsztyna, z Warsztatami Terapii Zajęciowej, Domami Pomocy Społecznej- wizyty w ŚDS „Barka” w/w ośrodków, wyjazd uczestników ŚDS „Barka” do w/w ośrodków).

Współpraca rodzinami i opiekunami uczestników zajęć a także z w/w instytucjami i osobami przyczyniła się do sprawniejszego funkcjonowania Domu.

6. Ocena realizacji zadań i ewentualne wnioski, w tym informacje o planowanych zmianach a zakresie funkcjonowania Domu.

Cele zaplanowane do realizacji w okresie sprawozdawczym od 01.01.2013 r. do 31.12.2013 r. zgodnie z założeniami zostały całkowicie zrealizowane. Zadanie zostało zrealizowane poprzez zapewnienie oparcia społecznego osobom z zaburzeniami psychicznymi oraz osobom z niepełnosprawnością intelektualną, a także zapewnianie uczestnikom dziennego pobytu, całodobowego pobytu okresowego i opieki oraz zaspokojenie ich niezbędnych potrzeb bytowych i zdrowotnych. Umożliwienie udziału w terapii zajęciowej i prowadzenie specjalistycznej pracy terapeutycznej rozwijającej samodzielność osób oraz wzmacnianie ich integracji ze środowiskiem, rozwijanie zainteresowań, umożliwienie rozwoju kulturalnego i osobowościowego uczestników, trenowanie umiejętności interpersonalnych, dbanie o higieniczne i bezpieczne warunki pobytu oraz zapewnienie posiłków w trakcie pobytu w ŚDS.

Podopieczni Środowiskowego Domu Samopomocy „Barka” wykazują duże zainteresowanie prowadzonymi zajęciami terapeutycznymi, chętnie w nich uczestniczą, co umożliwia terapeutom prowadzenie pełnej, zróżnicowanej terapii zajęciowej dającej lepsze rezultaty terapeutyczne.

Pomieszczenia całodobowego pobytu okresowego umożliwiły terapeutom prowadzenie terapii rozwijającej umiejętności wykonywania podstawowych czynności praktycznych w codziennych obowiązkach domowych, lepsze poznanie uczestników, a także dały możliwość przeciwdziałania, różnym nieprzewidzianym sytuacjom życiowym całej rodziny.

Dzięki udziałowi w zaplanowanych działaniach większość z uczestników ŚDS „Barka” nabyła nowe umiejętności, które przyczyniły się do poprawy jakości życia i zaradności osobistej. Możliwość wyjścia z domu, poznania nowych ludzi, zobaczenia nowych miejsc jest dla osób z niepełnosprawnością niezmiernie ważna. Uczestnictwo w zajęciach terapeutycznych sprawiło, że stali się bardziej otwarci, samodzielni i lepiej radzą sobie w życiu codziennym.

WICEPREZES STOWARZYSZENIA
„NIE LEKAJ SIĘ”

Marcin Perol

PREZES STOWARZYSZENIA
„NIE LEKAJ SIĘ”

mgr Bożena Reda
tel. 801 495 330

KIEROWNIK ŚRODOWISKOWEGO
DOMU SAMOPOMOCY „BARKA”
Iwona Gandyk-Baran
10-165 Olsztyn, ul. Jacka Kuronia 4
tel. 89 527 03 94