

**„Barka” w Olsztynie**

Środowiskowy Dom Samopomocy jest jednostką pomocy społecznej pobytu dziennego. Dom jest ośrodkiem wsparcia dla osób niepełnosprawnych intelektualnie 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.

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

- wywiad środowiskowy;
- zaświadczenie lekarskie;
- orzeczenie o niepełnosprawności.

**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 usprawniły 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;
- ceramiczno-garncarskiej i malarstwa;

- rękodzieła i dekoratorstwa;
- komputerowej;
- krawiecko-tekstylnej;
- treningu interpersonalnego;
- technicznej;
- sportowo-rekreacyjnej;
- relaksacyjnej;
- technicznej;
- taneczno-teatralnej
- sali gier zręcznościowych.

W poszczególnych pracowniach realizowano tematykę związaną 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, do kina),
- udział w imprezach, konkursach i wyjazdach;
- pobudzanie i rozwijanie procesów psychoruchowych (gry i zabawy ogólnie usprawniające, rozrywki intelektualne).

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

Ćwiczenia ruchowe obejmowały zajęcia z zakresu:

- ćwiczeń oddechowych i ogólnorozwojowych;
- ćwiczeń zręcznościowych i manualnych;
- ćwiczeń relaksacyjnych;
- gimnastyka;
- aerobik;

Poradnictwo:

- psychologiczne- zajęcia grupowe, zajęcia indywidualne, poradnictwo dla rodzin uczestników;
- socjalne – grupowe i indywidualne.

Zadanie zostało zrealizowane poprzez zapewnienie oparcia społecznego osobom z zaburzeniami psychicznymi oraz osobom niepełnosprawnym intelektualnie, a także zapewnianie uczestnikom dziennego pobytu 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.

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 niepełnosprawnych niezmiernie ważna. Uczestnictwo w zajęciach terapeutycznych sprawiło, że stali się bardziej otwarci, samodzielni i lepiej radzą sobie w życiu codziennym.

**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 –	365 500,00 zł,
Środki z dotacji celowej –	459 000,00 zł
Środki inwestycyjne -	18 499,00 zł
Razem środki finansowe -	842 999,00 zł

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

Stan na dzień 31.12.2010 r.

Pracownicy zatrudnieni na czas nieokreślony – 4 osoby, w tym:

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

Pracownicy zatrudnieni na czas określony: 14 osób, w tym:

- 9 terapeutów,
- 2 psychologów,
- 1 asystent osób niepełnosprawnych,
- 1 księgowa,
- 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 01.01.2010 r. do 31.12.2010 r. skorzystały 72 osoby. Są to osoby z miasta Olsztyn – 47 osób i gmin ościennych: Jonkowo – 10 osób, Dywity - 9 osób, Gietrzwałd- 4 osoby, Barczewo – 1 osoba, Purda – 1 osoba. Większość osób samodzielnie prowadzi gospodarstwa domowe, 7 osób utrzymuje się ze świadczeń emerytalnych a pozostała część ze świadczeń rentowych i zasiłków z ośrodków pomocy społecznej.

Płeć: kobiety – 44 os., mężczyźni- 28 os.

Wiek: 20 lat-1 os., 21 lat-5 os., 22 lata-4 os., 23 lata-4os., 24 lata-1 os., 25 lat-1 os., 26 lat-2 os., 27 lat-5 os., 31 lat – 2 os., 32 lata – 4 os., 33 lata – 2 os., 34 lata – 3 os., 35 lat – 2 os., 36 lat – 2 os., 37 lat – 2 os., 38 lat 1 os., 40 lat -2 os., 41 lat -2 os., 42 lata -1os., 45 lat – 2 os., 47 lat – 1 os., 48 lat – 2 os., 49 lat 2 os., 51 lat – 2 os., 52 lata – 1 os., 54 lata – 2 os., 57 lat -3 os., 58 lat – 3 os., 60 lat – 1 os., 62 lata-2 os., 69 lat – 1 os., 81 lat – 1 os., 82 lata – 1 os., 83 lata – 1 os.

Rodzaje schorzeń uczestników:

schizofrenia: 22 osoby

depresja: 10 osób

niepełnosprawność intelektualna sprzężona z innymi schorzeniami: 27 osób

inne zaburzenia psychiczne: 13 osób.

Ogółem liczba osób, które opuściły ŚDS „Barka” w 2010 roku wynosi 13 osób.

Przyczyny opuszczenia Domu:

znalezienie pracy – 1 osoba,

przeniesienie do innego ŚDS - 2 osoby,

przeniesienie do DPS - 1 osoba,  
nie przestrzeganie regulaminu ŚDS – 1 osoba,  
z powodu spraw rodzinnych – 1 osoba  
niechęć do udziału w zajęciach – 2 osoby  
pogarszający się lub zły stan zdrowia – 5 osób, z czego 1 osoba wróciła.

#### **4. Średnia liczba uczestników poszczególnych zajęć w ciągu roku.**

Zajęcia gospodarstwa domowego-	6,78
Zajęcia krawiecko-tekilne-	4,50
Zajęcia sportowo-rekreacyjne -	9,72
Zajęcia techniczne -	5,08
Zajęcia komputerowe -	5,26
Zajęcia z treningu interpersonalnego -	9,88
Zajęcia taneczno-teatralne -	6,54
Zajęcia w pracowni gier zręcznościowych -	4,36
Zajęcia ceramiki, garncarstwa i malarstwa -	7,44
Zajęcia z papieroplastyki -	8,18
Muzykoterapia -	9,30
1.Zajęcia z psychologiem – grupowe -	10,55
Zajęcia z psychologiem – indywidualne -	2,52
2.Zajęcia z psychologiem – grupowe -	9,31
Zajęcia z psychologiem dla rodzin uczest. -	3,41
Zajęcia świetlicowe -	8,32
Zajęcia relaksacyjne -	4,61
Zajęcia teatralne -	4,36
Gimnastyka mózgu -	13,03
Zajęcia z poezji -	5,40
Zajęcia ruchowe -	8,14
Zajęcia z decoupage -	8,40

## **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), Miejskim Urzędem Pracy (pomoc w poszukiwaniu pracy podopiecznym, pozyskiwanie stażystów), 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, przychodniami lekarskimi, szpitalami, poradniami zdrowia psychicznego.

Współpraca z rodzinami i opiekunami uczestników zajęć a także z w/w instytucjami przyczyniła się do sprawniejszego funkcjonowania Domu. Poprzez nawiązanie współpracy i podpisanie porozumień z pięcioma gminami tj. Jonkowo, Dywity, Gietrzwałd, Purda, Barczewo przyjęliśmy 25 nowych uczestników.

Efektom współpracy z Urzędem Pracy było podjęcie zatrudnienia przez jednego z uczestników naszego Domu a także przyjęcie osoby do opieki nad uczestnikami w ramach stażu na okres trzech miesięcy.

## **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 01.01.2010 r. do 31.12.2010 r. zgodnie z założeniami zostały całkowicie zrealizowane.



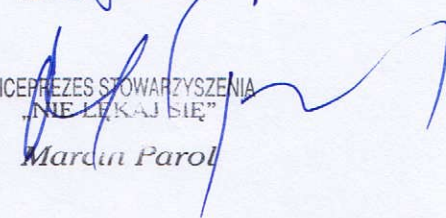
Utworzone zostały dodatkowe pracownie terapeutyczne: sportowo- rekreacyjna, komputerowa, teatralno – taneczna, techniczna, krawiecko - tkacka, treningu interpersonalnego, pomieszczenia całodobowego pobytu – treningu, nauki zaradności życiowych ( 9 miejsc), przeprowadzono modernizację i remont I i II piętra ŚDS „Barka”.

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

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

  
PREZES STOWARZYSZENIA  
„NIE LEKAJ SIĘ”  
mgr Bożena Reda  
tel. 601 495 330

  
KIEROWNIK ŚRODOWISKOWEGO  
DOMU SAMOPOMOCY „BARKA”  
Iwona Gęsińska-Baran  
10-165 Olsztyn, ul. Artyleryjska 8  
tel. 89 527 03 94

  
WICEPREZES STOWARZYSZENIA  
„NIE LEKAJ SIĘ”  
Marcin Parol