

SPRAWOZDANIE Z DZIAŁALNOŚCI

ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W ZAMBROWIE

za 2023 ROK

I - INFORMACJE OGÓLNE

- Nazwa i adres: Środowiskowy Dom Samopomocy w Zambrowie, ul. Legionowa 1, 18 – 300 Zambrów, tel. (86) 271 03 32, e- mail sds@powiatzambrowski.com
- Data utworzenia POW- 1 grudnia 2009 r./ zmiana nazwy placówki na ŚDS -01.01.2016r.
- Data podjęcia działalności przez ŚDS: 10 luty 2010 rok
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Zambrowie jest domem typu A – dla osób przewlekłe psychicznie chorych, B- osób upośledzonych umysłowo i C – osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych, D – osoby ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnością sprzężoną.
- ŚDS działa w oparciu o podstawowe akty prawne:
 - ustawę o pomocy społecznej z dnia 12 marca 2004 r. (Dz. U. z 2013 r., poz.182 ze zm.)
 - ustawę o ochronie zdrowia psychicznego z dnia 19 sierpnia 1994r. (Dz. U. z 2011 r. Nr 231, poz. 1375 ze zm.).
 - Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2010r. Nr 238, poz. 1586 ze zm.)
- Imię i nazwisko dyrektora ŚDS: Urszula Barbara Dmochowska
- Liczba uczestników wg stanu na dzień 31.12.2023 r.: 28
- Liczba wszystkich uczestników w ciągu roku: 33
- Liczba uczestników, którzy opuścili dom: 5
- Środek transportu: uczestnicy samodzielnie przybywają do ŚDS w Zambrowie
- ŚDS jest placówką pobytu dziennego, czynną od poniedziałku do piątku w godz. 8⁰⁰ do 16⁰⁰

II – ZASOBY DOMU, PRZEZNACZONE NA JEGO FUNKCJONOWANIE, W TYM W ZAKRESIE:

1) środki finansowe z budżetu wojewody, a także inne pozyskane na działalność bieżącą:

Wojewoda Podlaski w 2023 r. na utrzymanie i prowadzenie ŚDS w Zambrowie udzielił dotacji celowej w wysokości **756 134,40 zł.** , przekazane środki wykorzystane zostały w wysokości **756 126,13 zł.** Realizacja wydatków związanych z wykorzystaniem budżetu ŚDS przedstawia się następująco:

- 441 636,36** – wynagrodzenia osobowe pracowników w tym nagrody jubileuszowe;
- 28 132,22** – dodatkowe wynagrodzenie roczne;
- 93 948,06** – pochodne od wynagrodzeń (skł. na ubezpie. społ. i fundusz pracy);

10 280,00 – bezosobowy fundusz płac (umowa zlecenie sprzątaczkii)
51 761,72 – zakup materiałów do pracowni artystycznej, krawieckiej, aktywizacji ruchowej i wyposażenia;
1 026,22 – zakup produktów żywnościowych do treningu kulinarnego;
44 976,63 – zakup energii;
65 456,66 – zakup usług pozostałych; usługi cateringowe
11 322,19– odpis na ZFŚS;
7 586,07 – pozostałe koszty (abonam. telefonu stacjonarnego, internetu, ubez. sprzętu, szkolenia, delegacje).

* Środki niewykorzystane w kwocie 8,27 zł zostały zwrócone do Podlaskiego Urzędu Wojewódzkiego w Białymstoku.

* Kwota środków finansowych wydatkowanych na działalność ŚDS w Zambrowie w 2023 roku stanowi 756 126,13zł.

* Szczegółowe sprawozdanie finansowe z działalności ŚDS w Zambrowie za 2023 rok zostało przekazane do Starostwa Powiatowego w Zambrowie w dniu 08.01.2024 r.

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

L.p.	Imię i nazwisko	wykształcenie	staż	staż z osobami z zaburzeniami psychicznymi w tym w ŚDS	etat	podnoszenie kwalifikacji
1.	dyrektor, czas nieokreślony (U.D.)	wyższe: -administracja, - organizacja pomocy społecznej;	32 lat	14 lat	1	
2.	starszy terapeuta, czas nieokreślony (K.O.)	wyższe: - resocjalizacja, - oligofrenopeda gogika	16 lat	13 lat 10 miesięcy	1	
3.	starszy terapeuta, czas nieokreślony (E.S.)	wyższe: - resocjalizacja,	13 lat 10m iesię cy	13 lat 10 miesięcy	1	

		- oligofrenopeda gogika				
4.	terapeuta czas nieokreślony (K.Ś.)	wyższe: pedagogika opiekuńczo- wychowawcza; - oligofrenopeda gogika	9 lat 8 mies ięcy	2 lata 4 miesiące	1	
5.	instruktor terapii czas nieokreślony (K.G.)	średnie: - czeladnik w rzemiośle krawiectwo damskie lekkie, -kurs pedagogiczny dla nauczycieli praktycznej nauki zawodu, - kurs terapii zajęciowej	9 lat 8 mies ięcy	1 rok 4 miesiące	1	
6.	terapeuta czas określony (G.W.)	- wyższe: towaroznawst wo, - podyplomowe: kształcenie pedagogiczne, - opiekun osób niepełnospraw nych - kurs terapii zajęciowej	10 lat	4 miesiące	1	
7.	Gł. Księgowy, czas nieokreślony (M.K.)	średnie ekonomiczne: administracja państwowa	36 lat	13 lat 10 miesięcy	1	

III ZAKRES OBOWIĄZKÓW POSZCZEGÓLNYCH DZIAŁÓW:

Dział wspierająco - aktywizujący :

- opieka i odpowiedzialność za bezpieczeństwo uczestników podczas zajęć w placówce i poza nią;
- prowadzenie zajęć wspierająco – aktywizujących;
- nadzorowanie i realizacja indywidualnych planów wspierająco-aktywizujących;
- odpowiednie dostosowanie form terapii do indywidualnych możliwości uczestników;
- pobudzanie społecznej aktywności i inspirowanie do działań;
- zapewnienie kontaktów z otoczeniem- środowiskiem.

Dział administracyjny :

- prowadzenie spraw personalnych oraz zakładowego funduszu świadczeń socjalnych pracowników ŚDS;
- prowadzenie rachunkowości zgodnie z obowiązującymi przepisami;
- sporządzanie planów finansowych i nadzorowanie wydatków finansowych;
- prowadzenie gospodarki finansowej placówki;
- analiza wykorzystanych środków ;
- dokonywanie kontroli wewnętrznej;
- opracowanie projektów przepisów wewnętrznych dotyczących prowadzenia rachunkowości;
- sporządzanie obowiązujących sprawozdań statystycznych i budżetowych;
- naliczanie wynagrodzeń osobowego funduszu płac itp.

Dział gospodarczy :

- utrzymanie czystości w pomieszczeniach budynku

Zadania kadry wspierająco - aktywizującej

Terapeuci, poprzez prowadzenie treningów i terapii zajęciowych, przygotowują uczestników do ponownej adaptacji w środowisku. Celem pracy wspierająco - aktywizującej jest osiągnięcie przez użytkownika takiego poziomu funkcjonowania, który pozwoli mu na jak największą samodzielność, szczególnie w zakresie samoobsługi i codziennego funkcjonowania w środowisku. Osiągnięcie takiego celu, nawet w niewielkim stopniu, jest możliwe dzięki wdrażaniu indywidualnych programów wspierająco-aktywizujących, które stanowią jeden

z podstawowych elementów rehabilitacji, w pełnym tego słowa znaczeniu. Każde działanie zaplanowane w indywidualnym planie wspierająco - aktywizującym, jest wcześniej skonsultowane z zespołem wspierająco - aktywizującym, w celu uniknięcia niepożądanych błędów w dostosowaniu programu do indywidualnych możliwości, potrzeb i umiejętności uczestnika. Terapeuta prowadzący jest odpowiedzialny za wdrażanie i ocenę postępów w zakresie realizacji programów wspierająco - aktywizujących każdego z przyporządkowanych mu uczestników. Każdy terapeuta prowadzący, będący równocześnie asystentem, dokonuje szczegółowej obserwacji swego uczestnika sporządzając notatki w dzienniku z obserwacji postępowania procesu aktywizacji. Dwa razy do roku (co pół roku) dokonywana jest ogólna ocena planu przez cały zespół wspierająco - aktywizujący. Celem tej oceny jest równocześnie weryfikacja dotychczasowych indywidualnych planów postępowania, jeśli taka potrzeba zaistnieje. Proces postępowania wspierająco - aktywizujący ocenia się w zakresie potrzeb podstawowych : umiejętności życia codziennego, funkcjonowania społecznego i ogólnie innych czynności związanych z samodzielnym funkcjonowaniem w środowisku.

Uczestnictwo pracowników ŚDS w szkoleniach:

- Zamknięcie ksiąg rachunkowych i sprawozdawczość za 2022 r. w jednostkach sektora finansów publicznych.- szkolenie zorganizowane przez EDYTOR online w 9.02.2023 roku w Sali Konferencyjnej Starostwa Zambrowskiego w w/w szkoleniu uczestniczyła główna księgowa ŚDS w Zambrowie.
- Zmiany w obszarze o wspieraniu rodziny i pieczy zastępczej, modelu opieki nad osobami zależnymi i chorymi oraz Koszyka Usług Społecznych, szkolenie zorganizowane przez Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Białymstoku oraz PCPR w Zambrowie w dniu 25.05.2023 r., w w/w uczestniczyła dyrektor ŚDS w Zambrowie.
- Trening Umiejętności Społecznych – szkolenie zorganizowane przez Centrum Rozwiązywania Problemów Społecznych Szkolenia w Warszawie w dniu 13.09.2023 r. , w/w szkoleniu uczestniczyła terapeutka w ŚDS w Zambrowie.
- Trening umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się. – szkolenie zorganizowane przez CRPS Szkolenia w Warszawie, w dniu 20.09.2023r. uczestniczyła terapeutka w ŚDS Zambrowie.
- Praca z osoba ze sprzężonymi ograniczeniami sprawności – ujęcie praktyczne – szkolenie zorganizowane przez Centrum Rozwiązywania Problemów Społecznych Szkolenia w Warszawie w dniu 12.10.2023 r. , w/w szkoleniu uczestniczyła terapeutka w ŚDS w Zambrowie.

- praca z dorosłymi osobami z zaburzeniem spektrum autyzmu - szkolenie zorganizowane przez Centrum Rozwiązywania Problemów Społecznych Szkolenia w Warszawie w dniu 30.10.2023 r. , w/w szkoleniu uczestniczyła starsza terapeutka w ŚDS w Zambrowie.

Szkolenia wewnętrzne:

- Wybrane metody aktywizujące i ich wykorzystanie w edukacji uczniów niepełnosprawnych , w dniu 24.02.2023 r. przeprowadziła E.S starsza terapeutka w ŚDS w Zambrowie, w w/w szkoleniu uczestniczyli: dyrektor, starsza terapeutka, terapeutka, instruktor terapii.
- Poradnictwo psychologiczne a psychoterapia. W dniu 18.08.2023 r. przeprowadziła K.Ś. terapeutka w ŚDS w Zambrowie, w w/w szkoleniu uczestniczyli: dyrektor, starsza terapeutka, instruktor terapii.

IV UCZESTNICZY ŚDS

- Liczba wszystkich uczestników ośrodka w 2023 r.: 33
- Liczba uczestników na dzień 31.12.2023 r.: 28
- Liczba uczestników w przedziale wiekowym:
 - 20 – 30 –11 osób
 - 31 – 40 – 7osób
 - 41 – 50 – 3 osoby
 - 51 – 55 – 3 osoby
 - 56- 60 -2 osoby
 - 61-65 -2 osoba

* Liczba kobiet: 10 , mężczyzn: 18

* Rodzaj niepełnosprawności uczestników ŚDS w Zambrowie według schorzenia wiodącego (liczba osób)

Rodzaj niepełnosprawności	Liczba osób
Przewlekłe psychicznie chore	7
Upośledzone umysłowo	16
Chorych neurologicznie	2
Inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych	3
Spektrum autyzmu	0

- Stopień niepełnosprawności (liczba osób)

Stopień niepełnosprawności	Liczba osób
Znaczny	19
Umiarkowany	9
Lekki	0

V – OGÓLNA LICZBA UCZESTNIKÓW , KTÓRZY OPUŚCIŁI DOM, WRAZ Z PODANIEM PRZYCZYN ODEJŚCIA:

W 2023 roku Środowiskowy Dom Samopomocy w Zambrowie opuściło 5 osób:

- 1 osoba zmieniła miejsce zamieszkania (K.R.),
- 1 osoba podjęła specjalistyczne leczenie (K.S.)
- 2 osoba zrezygnowała na prośbę rodziców (Ł.B. i M. P.)
- 1 osoba podjęła pracę w ZAZ w Wysokiem Mazowieckiem (M.Ś.)

VI - DOKUMENTACJA TERAPETYCZNA ŚDS

Dokumentacja została opracowana na podstawie Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy;

a) program działalności ośrodka, oddzielnie dla każdego typu tj. A - osób przewlekłe psychicznie chorych, B- osób upośledzonych umysłowo, C-osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia psychiczne , D - osób ze spektrum autyzmu lub niepełnosprawnością sprzężoną

b) roczny plan pracy domu,

c) dokumentacja indywidualna uczestnika :

- kopia decyzji kierującej do domu,
- kopia orzeczenia o niepełnosprawności lub orzeczenia o stopniu niepełnosprawności,
- opinie specjalistów (psychiatra, neurolog, psycholog),
- notatki pracowników zespołu wspierająco – aktywizującego,
- indywidualny plan postępowania zespołu wspierająco – aktywizującego,

- karta zgłoszenia uczestnika,

e) dokumentacja zbiorcza:

- ewidencja uczestników: imię i nazwisko uczestnika, data i miejsce urodzenia wraz z numerem PESEL, o ile został nadany, lub numerem potwierdzającym tożsamość uczestnika, adres zamieszkania i nr telefonu uczestnika, imię i nazwisko opiekuna, adres zamieszkania i nr telefonu opiekuna, data przyjęcia uczestnika do ośrodka, okres i przyczynę dłuższej niż dwutygodniowej nieobecności w ośrodku, inne informacje związane ze stanem zdrowia uczestnika, w zakresie niezbędnym z punktu widzenia organizacji i funkcjonowania domu,

- obecność uczestników zawierająca: imiona i nazwiska uczestników, dni miesiąca, w których odbywają się zajęcia, miejsce na zaznaczenie obecności lub nieobecności na zajęciach,

- dziennik dokumentujący pracę pracowników zespołu wspierająco – aktywizującego, który zawiera następujące informacje: imiona i nazwiska uczestników, plan zajęć wspierająco – aktywizujący, imiona i nazwiska osób prowadzących zajęcia, tematykę zajęć i sposób realizacji, ewentualne uwagi o realizacji zajęć i aktywności uczestników.

VII – FORMY I EFEKTY PROWADZONEJ DZIAŁALNOŚCI

- **Terapia zajęciowa w zakresie aktywizacji społecznej** odbywa się w pracowniach aktywizujących: pracowni kulinarnej, pracowni artystycznej, pracowni dydaktycznej, pracowni audiowizualnej, pracowni krawiecko – hafciarskiej, sali do aktywizacji ruchowej zgodnie z programami poszczególnych pracowni.
- Każdy z uczestników realizuje indywidualny plan wspierająco – aktywizujący, który jest tworzony i weryfikowany na podstawie zgromadzonych dokumentów, wywiadu środowiskowego, obserwacji, działań i zachowania w domu. Ponadto plan jest realizowany w porozumieniu z uczestnikiem lub jego opiekunem.
- Prowadzone jest także wsparcie psychologiczne w siedzibie jednostki.
- Zespół wspierająco – aktywizujący dokonuje oceny postępów każdego uczestnika co pół roku w formie oceny opisowej. W roku sprawozdawczym ocena półroczna była przeprowadzona na dzień 31 czerwca dla 26 uczestników i 2 oceny wstępne, na dzień 31 grudnia dla 27 uczestników i 1 ocenę wstępną (możliwości uczestnika do zaproponowania indywidualnego planu postępowania wspierająco – aktywizującego). Ze względu na pozytywne rokowania, co do przyszłych postępów oraz ich podtrzymywanie w aktywizacji społecznej uczestników, zespół wspierająco aktywizujący zakwalifikował

wszystkich do przedłużenia uczestnictwa w zajęciach Środowiskowego Domu Samopomocy w Zambrowie. Uczestnicy nadal wymagają ćwiczeń usprawniających manualnie, komunikacji interpersonalnej, funkcjonowania w grupie i społeczeństwie.

Nadrzędnym celem codziennych działań wspierająco - aktywizujących prowadzonych w ŚDS było i jest wyposażenie osób z zaburzeniami psychicznymi, osób upośledzonych umysłowo, osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych, w jak najszerze umiejętności i kompetencje umożliwiające samodzielne wykonywanie codziennych czynności życiowo – domowych, pełnienie roli społecznej. Korzystanie z oferty ŚDS jest uzupełnieniem leczenia farmakologicznego, umożliwia zmniejszenie liczby i intensywność nawrotów choroby. Do realizacji celów wspierająco - aktywizujących wykorzystuje się różnorodne formy zajęć, dostosowane do indywidualnych potrzeb i możliwości uczestników. Istotnym elementem pracy aktywizującej z uczestnikiem, wspierającym skuteczność wszelkich oddziaływań jest współpraca z rodziną i środowiskiem lokalnym. Formy pracy i metody pozwalają im rozwijać się we własnym tempie, bez presji czasowej. Efektywne formy aktywizacji ukierunkowane były na: integrację z otwartym środowiskiem, budowanie poczucia własnej wartości, zdobywanie wiedzy pomagającej im w codziennym funkcjonowaniu. Wyżej wymienione działania zostały zawarte w rocznym programie i planie pracy zatwierdzonym przez Wydział Polityki Społecznej Podlaskiego Urzędu Wojewódzkiego w Białymstoku oraz Starostę Zambrowskiego. Oferowane programy jak i plan pracy domu na rok 2023 były zgodne z rozporządzeniem Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz.U. z 2020 r., poz.249). ŚDS w Zambrowie świadczył usługi w ramach indywidualnych i zespołowych treningów samoobsługi oraz treningów umiejętności społecznych. Aby zamierzone działania mogły być realizowane ustalono potrzeby i możliwości uczestnika do opracowania indywidualnego planu postępowania wspierająco – aktywizującego w uzgodnieniu z uczestnikiem lub jego opiekunem prawnym. Oferta usług świadczących przez ŚDS w Zambrowie obejmowała:

- 1. trening funkcjonowania w życiu codziennym w tym:** trening funkcjonowania w życiu codziennym odbywał się codziennie w pracowni kulinarnej. W ramach tego treningu uczestnicy doskonalili się z zakresu umiejętności kulinarnych, zarządzania budżetem i utrzymania higieny.
- a) trening kulinarny:** trening kulinarny odbywał się każdego dnia i obejmował rozwijanie umiejętności związanych z planowaniem i przygotowywaniem prostych posiłków, a także

zdobywanie umiejętności obsługi kuchennych urządzeń i sprzętu gospodarstwa domowego. Uczestnicy doskonalili także umiejętność estetycznego przygotowywania i spożywania posiłków. Trening ten dostarczał teoretycznej wiedzy oraz praktycznych umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia. Uczestnicy poznali zasady zdrowego odżywiania się, prawidłowego przechowywania żywności, kształcili nawyk sprawdzania terminów przydatności produktów i gotowych wyrobów, uczyli się korzystania z przepisów kulinarnych, bezpiecznej obsługi sprzętu AGD, dbania o estetykę podczas jedzenia, aranżacji stołu na co dzień i od święta, posługiwania się sztucami oraz zachowania się przy stole. Zapoznali się z różnymi środkami czystości i ich zastosowaniem w codziennym życiu.

Efekty: prowadzonych oddziaływań nie są jednakowe u wszystkich osób, ale zależne od ich stanu zdrowia, zdolności koncentracji uwagi i możliwości intelektualnych. Zdobyli umiejętność obsługi zmywarki w pracowni, potrafią odpowiednio zachować się w restauracji, w spotkaniach okolicznościowych, samodzielnie robią zakupy. Rozwinęli umiejętność wzajemnej współpracy i pomocy.

b) trening higieniczny: Głównym celem treningu było doskonalenie czynności higienicznych, nabycie i utrwalenie właściwych nawyków higienicznych oraz poprawienie lub podtrzymanie dotychczasowego poziomu funkcjonowania w tym zakresie. Ważnym aspektem treningu była praca nad uzyskaniem maksymalnej samodzielności w samoobsłudze związanej z czynnościami higienicznymi. Podczas treningu podopieczni kształtowali umiejętność mycia poszczególnych części ciała, włosów oraz czyszczenia zębów i jamy ustnej. Dodatkowo uczyli się samodzielnego czyszczenia paznokci, golenia oraz depilowania poszczególnych części ciała. Ponadto uczyli się korzystania z przyborów toaletowych i urządzeń sanitarnych, a także zdobywali informacje na temat zastosowania i prawidłowego dozowania produktów kosmetycznych służących zachowaniu higieny osobistej. Utrwalali i podtrzymywali umiejętność dbania o czystość i schludność odzieży, rozwijali zainteresowania modą i funkcjonalnością ubioru. **Efekty:** zwiększenie potrzeby czystości i porządkowania stanowisk pracy oraz otoczenia, zwiększenie zaradności życiowej, umiejętności samoobsługi, praktycznych umiejętności zaspakajania własnych potrzeb.

c). trening budżetowy: zajęcia odbywały się w formie grupowej i indywidualnej, głównie to ćwiczenia praktyczne, instruktażowe i pogadanki. Celem szkolenia budżetowego było rozwijanie umiejętności samodzielnego planowania wydatków bieżących i przyszłych w celu przewidywania własnych potrzeb. Uczestnicy praktykowali samodzielne robienie zakupów,

planowali listę zakupów oraz hierarchizowali potrzeby. Trening obejmował doskonalenie umiejętności rozpoznawania nominałów i liczenia pieniędzy, ze szczególnym naciskiem na naukę efektywnego gospodarowania domowym budżetem i przygotowanie do samodzielności w tym obszarze. **Efekty:** zwiększenie umiejętności racjonalnego dysponowania budżetem, poznanie wartości pieniądza, samodzielne dokonywanie zakupów podstawowych produktów spożywczych. Nabyli umiejętność nadania i odebrania paczki w paczkomacie z posiadanym kodem.

2. Zajęcia muzyczno – rytmiczne: muzyka ma silny wpływ na każdego człowieka, zwłaszcza na osoby niepełnosprawne, dlatego istotne jest, aby uczestnicy miały zapewniony z nią regularny kontakt. W związku z tym w naszym domu regularnie organizowane były zajęcia muzyczno-rytmiczne dla wszystkich grup uczestników. Rytmika polegała na odzwierciedlaniu struktury muzycznej za pomocą ruchów ciała. Dzięki tym zajęciom nasi podopieczni rozwinęli funkcje intelektualne, takie jak zdolność podziału uwagi, spostrzegawczość, pamięć, umiejętność porównywania, analizy i syntezy, co prowadzi do kreatywnych rozwiązań wyrażanych poprzez ruch. Dla uczestników rytmika nie tylko stanowiła formę rozrywki, ale także integrowała ich z innymi osobami, umożliwiając nawiązywanie nowych więzi społecznych. Zajęcia te pomagały korygować trudności związane z kształtowaniem osobowości, takie jak nadmierne poruszanie się, brak koncentracji i uwagi. Poprzez wspólną zabawę uczestnicy rozwijali postawę otwartości, współpracy i empatii, a także stali się bardziej wrażliwi na potrzeby innych, rozwijając się emocjonalnie. Podczas zajęć muzyczno-rytmicznych realizowane były różnorodne cele, takie jak rozbudzanie wrażliwości muzycznej i estetycznej, rozwijanie zamiłowania do ruchu przy akompaniamencie muzyki lub śpiewu, rozwijanie pamięci muzycznej i ruchowej, a także doskonalenie sprawności słuchowo-głosowej i słuchowo-ruchowej. Dodatkowo uczestnicy pracowali nad dyspozycyjnością aparatu ruchowego, utrzymaniem prawidłowej postawy i estetyką ruchu. Zajęcia obejmowały również ćwiczenia dotyczące zachowań społecznych, takich jak nawiązywanie relacji, empatia, odpowiedzialność, samodzielność, dostosowanie się do grupy, poczucie własnej wartości, pewności siebie, zaufania do siebie, samostanowienie i samokontrola. Metody pracy dostosowane były do potrzeb i możliwości uczestników. Podczas zajęć uczestnicy uczyli się nowych piosenek, w miarę swoich możliwości korzystali z komputera i internetu, a także obsługiwali różne urządzenia i sprzęt muzyczny dostępny w pracowni. Dodatkowo przygotowywali się do różnych występów słowno-muzycznych, brali udział w przeglądach i festiwalach. **Efekty:** zwiększona integracja w grupie, doskonały słuch i pamięć,

opanowanie tremy. W roku sprawozdawczym brali udział w Powiatowym Przeglądzie Kolęd i pastorałek "Hej Kolęda", zdobywając I miejsce w swojej kategorii, Ogólnopolskim Festiwalu Przebojów Agnieszki Osieckiej „Zielono Mi” gdzie podopieczna zajęła III miejsce a grupa otrzymała wyróżnienie, w Festiwalu Piosenki i Pieśni Patriotycznej "Ta co nie zginęła" gdzie zdobyli I i III miejsce. Brali też udział w Przeglądzie Pieśni Patriotycznej „ Jestem Polakiem”. Występowali też na Festiwalu „Śpiewać każdy może”. Uczestniczyli również w Festiwalu Przebojów Świątecznych "Gwiazdka na Święta", za co otrzymali II miejsce w swojej kategorii.

3. Trening umiejętności interpersonalny (w tym Komunikacja alternatywna) i rozwiązywania problemów:

To rodzaj zajęć prowadzonych w grupach, których celem jest rozwój umiejętności interpersonalnych- komunikowanie się w grupie, budowanie dobrych relacji między uczestnikami, kształtowanie umiejętności aktywnego słuchania oraz czytania ze zrozumieniem.

Zajęcia obejmowały następujące sfery:

a) dydaktyczną: na zajęciach prowadzone były ćwiczenia i zadania z pisania, liczenia na poziomie elementarnym, ćwiczenia i zadania, które polepszają umiejętność czytania. Ze względu na niepełnosprawność, niektórzy nie nabyli i nie udoskonaili tej umiejętności. Jednak są uczestnicy (p. A.K.), gdzie podczas zajęć uczestniczka została przygotowana do 68. Ogólnopolskiego Konkursu Recytatorskiego organizowanego przez MOK w Zambrowie, zajmując I miejsce, tym samym zakwalifikowała się na szczeblu wojewódzkim do podlaskiego Instytutu Kultury w Białymstoku zdobywając wyróżnienie. Na zajęciach była rozwijana percepcja wzrokowa i koordynacja wzrokowo-ruchowa, czyli kolorowanki, rysowanie, wszelkie proste łamigłówki, gdzie potrzebna jest koncentracja nad wykonywanym zadaniem, spostrzegawczość i myślenie. Kolejnym elementem były gry stolikowe, edukacyjne i logiczne, które miały na celu poprawę pamięci, zdolność kojarzenia. Niestety większość uczestników nie jest w stanie sprostać temu zadaniu, dlatego też wykonują prostsze zadania i czynności np. kolorowanie i inne dostosowane do umiejętności podopiecznych. **Efekty:** współpraca w grupie, rozwinęli percepcję wzrokową i koordynację wzrokowo-ruchową.

b) prowadzenia rozmowy: trening dotyczył wszystkich możliwych działań związanych z kontaktem z drugą osobą lub też z grupą osób. Celem zajęć było doskonalenie i nabywanie umiejętności w inicjowaniu, podtrzymaniu i kończeniu rozmowy między uczestnikami, oraz kształtowanie umiejętności aktywnego słuchania. W tym celu korzystaliśmy z wyjść do biblioteki, gdzie prowadzone były różnorodne zajęcia (wspólne czytanie, omawianie

czytanych tekstów, aktywne słuchanie). Uczestnicy wzbogacali swoje słownictwo, pracowali nad wyrażaniem i obroną własnego zdania, praw i granic. Jednym z elementów było kształtowanie umiejętności prawidłowego zachowania się w kontaktach międzyludzkich, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury. Uczestniczyli aktywnie w życiu społecznym (wyjścia do MOK-u do Galerii Sztuki Labirynt, Izby Historycznej, wizyty w PUP, wyjścia do biblioteki publicznej oraz ZSA w Zambrowie). **Efekty:** kulturalne zachowanie się w miejscu publicznym (kino, spacer, sklep, urząd, restauracja itp.), umiejętność podtrzymywania lepszych kontaktów w środowisku rodzinnym, sąsiadami oraz z uczestnikami.

c) rozwiązywanie problemów : uczestnicy podczas zajęć uczyli się zachowań prospołecznych tj. pomaganie innym (słabszym od siebie), oraz rozwiązywania trudnych sytuacji, zaistniałych konfliktów, bądź problemów. Staraliśmy się na bieżąco rozwiązywać powstałe konflikty i łagodzić sytuacje problemowe. Doskonaliśmy posługiwanie się obowiązującymi formami grzecznościowymi. Rozładowywaliśmy negatywne emocje poprzez techniki relaksacyjne, terapię muzyczną i plastyczną. Pracowaliśmy nad opanowaniem emocji, odwagą przy używaniu form grzecznościowych., nad wyeliminowaniem używania wulgaryzmów w mowie potocznej. **Efekty:** otwartość podczas rozmowy z psychologiem i terapeutami podczas zauważonego problemu.

d) komunikacja alternatywna : zajęcia były prowadzone przy użyciu piktogramów, przy pomocy tablic i segregatorów obrazkowych. Był i jest to proces ciągły ze wg na niepełnosprawności uczestników , z którymi można wdrożyć w/w formy komunikacji. Jeden uczestnik stara się w miarę swoich możliwości współpracować podczas pracy z piktogramami, powtarza pojedyncze słowa, powie jednym słowem co przedstawia rysunek np., pić, am, wskazać potrzebę fizjologiczną. Natomiast pozostali uczestnicy nie współpracują, jedynie utrzymywany jest kontakt wzrokowy. Da się określić jaki jest nastój uczestnika oraz rozpoznać jego emocje. **Efekty:** jeden uczestnik przy pomocy terapeuty współpracuje z piktogramami, gdzie potrafi zgłosić swoje elementarne potrzeby.

4. Warsztat krawiecki: Celem zajęć w pracowni krawieckiej jest poprawa zdolności manualnych oraz koordynacji wzrokowo-ruchowej. Kształcenie tych umiejętności ma duży wpływ nie tylko w kontekście usprawniania ciała czy też intelektualnej sfery ale mocno podnosi

samoocenę uczestnika. Umiejętność samodzielnego wykonania bądź przy pomocy terapeuty chociażby najmniejszej pracy przyczyniała się do wzmacniania w uczestnikach pozytywnego spojrzenia na otoczenie. Zdobywanie chociażby najmniejszej umiejętności to dla uczestników domu ogromna wartość. Na zajęciach uczestnicy doskonalili czynności związane z szyciem ręcznym z zastosowaniem ściągów podstawowych. Naprawa odzieży poprzez przyszywanie guzików, zszywanie rozprutego szwa ściągami za igłą. Wszystkie te czynności odbywały się jednak przy pomocy instruktora. Wielu osobom wycinanie nożyczkami po linii prostej sprawiało problem. Prace, które wymagały dokładności, staranności oraz precyzji były i nadal są dużym utrudnieniem, a dla wielu niewykonalne samodzielnie. W ciągu roku uczestnicy doskonalili swe umiejętności dzięki klejeniu wzorów z włóczki, prostych prac związanych z ozdabianiem odzieży z wykorzystaniem pasmanterii. Obsługa maszyny do szycia oraz najprostsze czynności z nią związane, to dla większości umiejętności nie do opanowania, było to poza zasięgiem ich sprawności manualnej jak i intelektualnej. Nieliczni potrafili przy pomocy instruktora nawlec igłę w maszynę, pokonując kolejno wiele drobnych elementów do zapamiętania. Następną czynnością, którą starali się udoskonalić była obsługa żelazka parowego. W pracowni posiadamy żelazko z automatycznym doбором temperatury, jednakże aby w codziennym życiu potrafili wykorzystać umiejętność prasowania, pracowaliśmy także z żelazkiem o ustawianiu manualnym. W pracowni powstało wiele prac rękodzieła typu: gobeliny, obrazy nitką oraz metodą patchworku. Prace dekoracyjne z wykorzystaniem tkanin i szycia ręcznego, jak również inne ozdoby wykonywane z włóczki uczestnicy mogli także doskonalić gust estetyczny oraz umiejętność doboru materiałów do wykonywanej pracy. Przy wykorzystaniu tkanin, pasmanterii oraz innych dodatków krawieckich powstało wiele dekoracji świątecznych. Uczestnicy chętnie brali udział w konkursach, wystawach świątecznych oraz innych okolicznościach pokazania swoich prac rękodzielniczych. Pani Luiza Lubiecka została wyróżniona w konkursie „Wielka gala malowanej pisanki” organizowanej przez MOK w Zambrowie. Udział w konkursach to bardzo ważny element edukacyjno – terapeutyczny. Każde wyróżnienie oraz uczestnictwo daje poczucie spełnienia, dodaje odwagi, co za tym idzie zwiększa samoocenę i poczucie własnej wartości. **Efekty:** Większość uczestników przy pomocy instruktora potrafi uprasować nieskomplikowaną tkaninę lub element odzieży, potrafili segregować, porządkować materiały wykorzystywane do prac ręcznych, dbają o ład i porządek w pracowni.

5. Zajęcia plastyczne: Głównym celem zajęć było doskonalenie nabytych oraz zdobywanie nowych umiejętności, w zakresie prac, technik, nowych dziedzin pracy z drewnem.

Doświadczyli oraz utrwalili umiejętność wykonywania prostych prac stolarskich: tworzenie ozdób i dekoracji, wycinanie elementów dekoracyjnych ze sklejk, tworzenie ram obrazów, szlifowanie płaszczyzn elementów dekoracyjnych, malowanie i lakierowanie elementów drewnianych, wykonywanie szablonów ze sklejk. Nabyli umiejętności związane z obsługą maszyny do wycinania gotowych szablonów scrapboking, tworzyli karty okolicznościowe. Dzięki czemu usprawniali sprawność i zdolności manualne. Poprzez planowanie i systematyczną pracę długoterminową nabyli umiejętności planowania i realizowania danego zadania krok po kroku. Potrafią zwrócić się o pomoc do terapeuty. Dzięki prowadzonym zajęciom oraz wyposażeniu pracowni plastycznej, uczestnik nabywał umiejętności obsługi elektronarzędzi z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, potrafił dokonać wyboru narzędzi do pracy, dzięki czemu zaspokoił potrzebę samorealizacji i poczucie własnej wartości, zdobywając umiejętności przydatne w życiu codziennym. Uczestniczyli w pracach przy dekoracji placówki adekwatnie do świąt okolicznościowych. Poprawiła się jakość wykonywanych prac, pamiętali o starannym i estetycznym wykonywaniu zleconych czynności. Umiejętnie gospodarowali otrzymanym materiałem, wiedzieli iż po skończonych zajęciach należy zostawić porządek, a przydatne narzędzia odłożyć na swoje miejsce. Uczestnicy brali udział w konkursie „Gala malowanej pisanki” gdzie zajęli : - I miejsce K.Dz. i III miejsce S. G., konkurs fotograficzny „Najukochańszy pupil”- I miejsce K.R. , konkurs „Magia aniołów...” I miejsce S.Z., wyróżnienie B.R., XVI Konkurs Szopek Bożonarodzeniowych – zajęli III miejsce P.G. i K.Dz.

Efekty: przygotowanie miejsca pracy, obsługa narzędzi, porządkowanie miejsca pracy, wycinanie papierowych, drewnianych elementów, kartki i ozdoby świąteczne, obrazy, stoiki zdobione decoupage, stroiki okolicznościowe, dekoracje placówki i udział w konkursach.

6. Aktywizacja ruchowa: Celem zajęć aktywizacji ruchowej jest utrzymanie i poprawa w miarę możliwości sprawności fizycznej uczestnika. Zajęcia dostosowane były do indywidualnych potrzeb uczestnika. Podczas zajęć przygotowywali się poprzez zmianę stroju i obuwia na sportowe. W celu podnoszenia i usprawnienia, korzystali z następujących sprzętów sportowych: rowerek stacjonarny, orbitrek, fotel masujący, platforma wibrująca, bieżnia, tablica do ćwiczeń manualnych , wioślarz. Uczestnicy starali się rozwijać następujące cechy motoryczne: siła mięśniowa, wytrzymałość, elastyczność, wydolność tlenowa w celu poprawienia układu krążeniowo- oddechowego. Stałym elementem były wyjścia, które miały na celu polepszenie samopoczucia, kondycji fizycznej oraz podtrzymanie sprawności fizycznej uczestnika. Prowadzone były zajęcia oddechowe i relaksacyjne z piłką, przy czym uczestnicy odprężali się, rozładowywali napięcia emocjonalne, stres. Podczas ćwiczeń z przyborami

(skakanka, piłki, hula-hop, pachołki) starali się usprawnić ruchy, kształtowali cechy motoryczne. Uczestnicy podczas gier i zabaw nabywali umiejętności zdrowej rywalizacji, umiejętności pogodzenia się z przegraną oraz szacunku do przeciwnika. W tym roku odbył się turniej wewnątrz w tenisa stołowego. Uczestnicy stosowali nazewnictwo sportowe (nazwy sprzętów dostępnych w pracowni aktywizacji ruchowej). W miarę swoich możliwości i stanu zdrowia uczestnicząc w zajęciach polepszyli swoją sprawność i kondycję fizyczną. Podczas zajęć starali się przestrzegać zasad bezpiecznego korzystania ze sprzętów dostępnych w pracowni. **Efekty:** poprawa kondycji i sprawności ruchowej, umiejętność współpracy podczas gier zespołowych i rywalizacji, obsługa sprzętu. Podczas turnieju w tenisa stołowego, na który przygotowywali się podczas zajęć, wyłonione zostało trzy osoby: I miejsce: S.G., II miejsce: K.Dz, . III miejsce: T.Z.

7. Poradnictwo psychologiczne: Uczestnicy ŚDS w Zambrowie i rodziny uczestników korzystali z pomocy psychologa w siedzibie jednostki. W formie indywidualnych spotkań z uczestnikiem psycholog poruszała tematykę wspierającą dotyczącą: farmakologii, pomoc indywidualną w rozwiązywaniu sytuacji trudnych i problemowych, motywowania w radzeniu z negatywnymi uczuciami, potrzebie budowaniu pozytywnych relacji w środowisku rodzinnym i znajomymi. **Efekty:** lepsze samopoczucie, opanowanie emocji, poprawa relacji rodzinnych, poprawa samooceny i poczucia własnej wartości.

8. Organizacja i spędzanie czasu wolnego: w ramach tego treningu prowadzone były zajęcia rozwijające zainteresowania uczestników, aktywizujące ich do efektywnego spędzania czasu, rozwijające umiejętności gospodarowania czasem wolnym i organizowania go. W ramach spędzania czasu wolnego uczestnicy układali puzzle, czytali książki, rozwiązywali krzyżówki, grali w gry planszowe. Oglądali filmy, programy telewizyjne, śpiewali karaoke. Uczestniczyli w pogadankach o wybranej tematyce. Aktywnie brali udział w zorganizowanych konkursach, pokazach mody. Trening spędzania czasu wolnego pozwolił usprawnić procesy pamięciowe, koncentrację u większości uczestników. Trening ten miał na celu aktywizowanie poprzez poznawanie i udział w proponowanych formach spędzania czasu wolnego, rozwijania swoich zainteresowań, współpracy. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego obejmował: rozwijanie zainteresowań literaturą, audycjami telewizyjnymi, radiowymi, internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych. W ramach tego treningu domownicy kształtowali umiejętność zdrowego stylu życia i spędzania czasu wolnego, czyli: współorganizowanie i udział w imprezach integracyjnych i okolicznościowych, rozwijanie zainteresowań

programami edukacyjnymi i rozrywkowymi, lekturą czasopism i książek, rozwijanie takich form spędzania czasu wolnego jak: turystyka, udział w imprezach sportowych i towarzyskich. Uczestnicy korzystali z wyjść do kina zambrowskiego, zambrowskich lokali gastronomicznych. W ramach treningu uczestnicy ŚDS kształtowali i doskonalili umiejętności poznawania i rozwijania aktywnych form wypoczynku, spędzając czas na wyjazdach do Warszawy, Białowieży, Łomży, ponadto przebywali na terenie Skansenu w Szumowie, gdzie uczyli się pozytywnych wzorców spędzania czasu. Trening pozytywnie wpływa na poprawę stanu emocjonalnego uczestników, niweluje napięcia i stany nerwowe u osób z zaburzeniami czynności psychicznych. **Efekty:** integracja ze środowiskiem lokalnym, wzrost zainteresowania sposobami i możliwościami atrakcyjnego spędzania czasu wolnego, podejmowanie przez uczestników zajęć ŚDS różnorodnych ról społecznych (podczas zajęć w placówce jak i poza nią) zmierzających do nabycia różnorodnych umiejętności i kompetencji społecznych, zwiększenie zainteresowania bieżącymi wydarzeniami i faktami mającymi miejsce w lokalnym środowisku jak i poza nim, poprawa samooceny i poczucia własnej wartości.

9. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych: udział w tym treningu pozwolił nabyć umiejętność zachowania się i poruszania w urzędach. Uczestnicy doskonalili umiejętność pisania podań, wypełniania formularzy urzędowych, wypełniania rozliczeń rocznych przy pomocy i wskazówkach terapeuty. **Efekty:** systematyczność dokonywania opłat związanych z prowadzeniem gospodarstwa domowego.

10. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych: Dyrektor, pracownicy ŚDS w Zambrowie są w stałym kontakcie z specjalistami psychiatrii w Niepublicznym Zakładzie Opieki Zdrowotnej Centrum Diagnostyki i Terapii Zaburzeń psychicznych „SALUS” poradnia psychiatryczna . Wszystkie wizyty uczestników u specjalistów są odnotowywane w dziennikach terapeutów. W sytuacji gdy rodzice nie mogą pójść z uczestnikiem na kontrolną wizytę do lekarza specjalisty w danej dziedzinie wówczas z podopiecznym idzie pracownik. Przepisane przez specjalistów leki uczestnicy przyjmują w domu, a te które należy przyjąć w ciągu dnia przynoszą i oddają wyznaczonemu pracownikowi, który dba by zostały przyjęte o wyznaczonej godzinie. **Efekty:** systematyczne przyjmowanie leków, wizyty uczestników u lekarzy specjalistów w wyznaczonych terminach, „wyręczanie” rodzin w doprowadzeniu uczestnika do specjalisty, dokładniejsza informacja o stanie zdrowia uczestnika, wydawanie potrzebnych zaświadczeń , okresowe oceny (opinie specjalistów) stanu zdrowia uczestnika.

11. Gorący posiłek: ŚDS w Zambrowie zapewnił spożycie uczestnikom ciepłego posiłku w ramach cateringu (ciepły posiłek). Placówka podpisała stosowną umowę z firmą cateringową w dniu 25 maja 2020 r. ze w/z na wprowadzenie bezpieczeństwa sanitarnego. Każdy z uczestników miał zaspokojoną jedną z najważniejszych potrzeb człowieka.

12. Niezbędna opieka: Podczas zajęć uczestnicy mieli zapewnioną opiekę, która wpłynęła m.in. na wzrost poczucia bezpieczeństwa, zaś ich rodziny /opiekunowie w tym czasie mogli pełnić swoje funkcje społeczne oraz zajęć się obowiązkami związanymi z gospodarstwem domowym. W placówce został wypracowany system samopomocy, uczestnicy tworzą wspólnotę, wspierają się wzajemnie w różnych działaniach i obowiązkach życia codziennego. Uczestnicy pomagają mniej sprawnym osobom przy spożywaniu posiłku i korzystania z toalety przy wsparciu terapeuty.

VIII – ŚREDNIA LICZBA UCZESTNIKÓW POSZCZAGÓLNYCH ZAJĘĆ W CIĄGU ROKU:

1. Trening funkcjonowania w życiu codziennym (tj. kulinarny, higieniczny, budżetowy) – 5,88
2. Zajęcia muzyczno – rytmiczne: 5,88
3. Aktywizacja ruchowa: - 6.64
4. Zajęcia plastyczne: - 7,05
5. trening umiejętności interpersonalnych (w tym komunikacja alternatywna) i rozwiązywania problemów: 6,64
6. Warsztat krawiecki: - 6,33

FREKWENCJA UCZESTNIKÓW NA ZAJĘCIACH W POSZCZEGÓLNYCH MIESIACACH ROKU:

styczeń – 75,49 %
luty – 68,21%
marzec – 82,45 %
kwiecień – 77,06 %
maj – 74,82 %

czerwiec – 79,75 %

lipiec – 75,84 %

sierpień – 74,99 %

wrzesień – 81,25 %

październik – 76,43 %

listopad – 77,54 %

grudzień – 69,19 %

frekwencja za rok 2023 - 76,09 %

Absencja podopiecznych była spowodowana pobytem dwóch osób w szpitalu specjalistycznym, zwolnieniami lekarskimi, złymi stanami zdrowia psychicznego zmiana miejsca zamieszkania.

IX – WSPÓŁPRACA I JEJ EFEKTY

Środowiskowy Dom Samopomocy w Zambrowie w roku sprawozdawczym współpracował z:

1) Starostwem Powiatowym w Zambrowie.

Integracja pracowników, uczestników, rodzin z władzami poprzez udział w uroczystościach organizowanych przez dom, życzenia okazjonalne składane przez pracowników i uczestników w starostwie, wręczanie kartek i stroików okolicznościowych wykonanych przez uczestników, wymiana informacji administracyjnych.

- 2) PCPR w Zambrowie:** uroczystości z udziałem pracowników PCPR – u, doradztwo merytoryczne, współpraca w ustaleniu potrzeb uczestników, ich sytuacji rodzinnej i bytowej, kompletowanie dokumentacji przy przyjęciu nowego uczestnika. Udział w „Dniu Niepełnosprawności” zorganizowanego przez PCPR, prezentacja twórczości wokalne podopiecznych ŚDS z okazji w/w święta, wykonanie i przekazanie przez uczestników reklamowych ANIOŁÓW dla gości i sponsorów w/w uroczystości, udział w pikniku integracyjno – wakacyjnym również zorganizowanego przez PCPR w Zambrowie, prezentacja twórczości wokalne z okazji w/w spotkania. **Efekty:** sprawny przepływ informacji, prezentacja zdolności wokalnych oraz rękodzieła uczestników.

- 3) **MOPS** w Zambrowie, **GOPS** w: Zambrowie, Szumowie, Kołakach Kościelnych, Rutkach - poszukiwanie nowych uczestników.
- 4) **Powiatowym Urzędem Pracy w Zambrowie:** spotkania uczestników z doradcą zawodowym PUP w Zambrowie na temat: „Zawody na rynku pracy”. oraz „Funkcjonowanie PUP w Zambrowie”. **Efekty:** zapoznanie się z aktualną ofertą pracy dla niepełnosprawnych
- 5) **Samorządem uczniowskim i wolontariatem:** spotkanie z uczniami w ZSA w Zambrowie „Międzynarodowy Dzień Praw Dziecka”, wizyta uczniów z ZSA w SDS w Zambrowie z prezentacją etiudy muzyczno – wokalne, spotkanie z uczniami ZSA w bibliotece szkoły na temat „Sylwetki Jana Pawła II”, odwiedziny uczniów i wolontariuszy działających w Szkole Podstawowej nr 4 w Zambrowie z upominkami świątecznymi dla naszych podopiecznych, nawiązanie współpracy. **Efekty;** wzajemna akceptacja.
- 6) **Specjalny Ośrodek Szkolno – Wychowawczy w Długoborzu** - przekazywanie informacji o absolwentach, którzy mogliby uczestniczyć w zajęciach organizowanych przez ŚDS, stała impreza w planie pracy ośrodka – bal karnawałowy z uczniami SOS-W, VII Powiatowy przegląd Kolęd i Pastorałek, wystawa prac uczestników ŚDS w w/w placówce, wspólna organizacja VII Powiatowego Dnia Godności Osób Niepełnosprawnych w Powiecie Zambrowskim w formie pikniku, przeprowadzona akcja „Z mocą serca” z okazji obchodów miesiąca świadomości autyzmu, **Efekty:** integracja uczestników z uczniami, radą pedagogiczną i dyrekcją.
- 7) **Centrum Kultury w Zambrowie :** udział w konkursie plastycznym „Wielka Gala Malowanej Pisanki”, „Magia Aniołów, Mikołaja i Śnieżynki”, konkursie fotograficznym „Najukochańszy pupil”, zwiedzanie wystaw: „Wystawa pracowni tkaniny- Batik”, „Obrazy malowane haftem”, malarstwa „metafora odbicia – odbicie metafory” autorstwa p. Heleny Szczypko, malarstwa „Cztery pory roku”, malarska p. Marzeny Kulon, malarstwa p. Ewy Jamiołkowskiej, wernisażu p. Aleksandry Olszewskiej; udział w: II Ogólnopolskim Festiwalu piosenki Agnieszki Osieckiej, IV Ogólnopolskim Festiwalu Piosenki i Pieśni Patriotycznej „Ta co nie zginęła” (I i III miejsce w kategorii dorosłych), udział w 68 Ogólnopolskim Konkursie Poetyckim - eliminacje powiatowe (I miejsce A.K.) i wojewódzkie II miejsce A.K.), wizyta uczestników w Regionalnej Izbie Historycznej „Jeden zabytek”, występ naszej uczestniczki na Dniach Zambrowa z piosenką „Dama być”,

wyjścia do kina na seanse: „ Między nami żywiołami”, „ O psie, który jeździł koleją” „, Psi patrol”, „Uwierz w Mikołaja”, udział w prelekcji Dr Marii Tockiej „ Moda kobiet PRL-u ”
Efekty: zainteresowanie filmem, malarstwem, innymi technikami plastycznymi, pokonywanie tremy, współpraca w grupie, nagrody i dyplomy za udział w/w działaniach.

- 8) **Biblioteką Miejską w CK w Zambrowie:** spotkanie z pracownikiem biblioteki miejskiej i czytanie wybranych tekstów poświęconych „ Dniu Matki”, oglądanie wystawy „ Biblii i piśmiennictwa”, wypożyczanie książek. **Efekty:** zainteresowanie się różnorodną informacją, czytelnictwem i poezją
- 9) **Kościołem:** udział uczestników i terapeutów w mszach Św., drodze krzyżowej, rekolekcjach wielkopostnych, adwentowych (w parafiach: p.w. Józefa Rzemieślnika, p.w. Trójcy Przenajświętszej, p.w. Ducha Świętego).
- 10) **Bursą Szkolną nr1 w Zambrowie:** udział uczestników w Powiatowym Konkursie Szopek Bożonarodzeniowych (III miejsce), mieszkańcy bursy przeprowadzili zabawę karnawałową i andrzejkową dla uczestników naszej placówki. **Efekty:** wzajemna akceptacja i satysfakcja z wykonanej pracy na cel charytatywny.
- 11) **Warsztat Terapii Zajęciowej w Szumowie:** udział uczestników ŚDS w Przeglądzie Pieśni Patriotycznej „ Jestem Polakiem” w WTZ w Szumowie, udział uczestników WTZ na zabawie andrzejkowej w naszej placówce. **Efekty:** wymiana doświadczeń, poznanie nowych uczestników.
- 12) **Stowarzyszeniem SZANSA w Zambrowie:** wykonanie i przekazanie przez uczestników kartek okolicznościowych, bożonarodzeniowych oraz stroików bożonarodzeniowych dla stowarzyszenia, stowarzyszenie przekazało dla ŚDS w Zambrowie artykuły papiernicze oraz maszynę do wykrawania papieru. **Efekty:** wymiana pomysłów rękodzielniczych, wiara we własne możliwości.
- 13) **Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Centrum Diagnostyki i Terapii Zaburzeń Psychicznych „ SALUS” poradnia psychiatryczna, poradnie rodzinne:** Dyrektor, pracownicy ŚDS w Zambrowie są w stałym kontakcie z specjalistami psychiatrii w Niepublicznym Zakładzie Opieki Zdrowotnej Centrum Diagnostyki i Terapii Zaburzeń

psychicznych „SALUS” poradnia psychiatryczna . Wszystkie wizyty uczestników u specjalistów są odnotowywane w dziennikach terapeutów. W sytuacji gdy rodzice nie mogą pójść z uczestnikiem na kontrolną wizytę do lekarza specjalisty w danej dziedzinie wówczas z podopiecznym idzie pracownik. Przepisane przez specjalistów leki uczestnicy przyjmują w domu, a te które należy przyjąć w ciągu dnia przynoszą i oddają wyznaczonemu pracownikowi, który dba by zostały przyjęte o wyznaczonej godzinie. **Efekty:** systematyczne przyjmowanie leków, wizyty uczestników u lekarzy specjalistów w wyznaczonych terminach, „wyręczanie” rodzin w doprowadzeniu uczestnika do specjalisty, dokładniejsza informacja o stanie zdrowia uczestnika, wydawanie potrzebnych zaświadczeń , okresowe oceny (opinie specjalistów) stanu zdrowia uczestnika.

14) Współpraca z rodzicami: Rodzice i opiekunowie uczestników zajęć Środowiskowego Domu Samopomocy są dla naszego domu najważniejszymi partnerami, wspomagającymi codzienną działalność. Rodzice i opiekunowie byli na bieżąco i systematycznie informowani o codziennym funkcjonowaniu placówki oraz zachowaniu, umiejętnościach, problemach uczestników. Ważnym elementem wzajemnych relacji były spotkania okolicznościowo – integracyjne np. spotkanie opłatkowe, dzień godności osób niepełnosprawnych. Pomoc: w poznaniu, rozumieniu i zaakceptowaniu potrzeb uczestnika, w poszukiwaniu rozwiązań narastających problemów rodzinnych, pokierowanie do odpowiednich instytucji. Były przeprowadzone dwa szkolenia dla rodziców i opiekunów uczestników przez pracownika socjalnego PCPR w Zambrowie **Efekty:** udział rodziców/opiekunów w spotkaniach okolicznościowych organizowanych w placówce, bieżąca wymiana informacji o postępach, trudnościach, zachowaniu, problemach uczestnika.

15) Ponadto w Środowiskowy Domu Samopomocy w Zambrowie zorganizowano :

- uroczyste urodziny uczestników domu,
- konkurs wewnętrzny – kolędy i pastorałki,
- dyskotekę walentynkową;
- obchody Dnia Kobiet i Mężczyzn
- przekazanie życzeń i stroików wielkanocnych dla jednostek współpracujących z ŚDS,

- wystawa rękodzieła wielkanocnego i wiosennego – online,
- piknik na działkach,
- dzień sportu w ŚDS,
- zorganizowanie sesji fotograficznej z okazji Dnia Matki,
- wyjście uczestników do lodziarni z okazji Dnia Dziecka,
- wycieczka uczestników na warsztaty ogrodnicze do Gospodarstwa Ogrodniczego Jolanty Wielgat w Woli Zambrowskiej,
- wyjście uczestników do MacDonald w Zambrowie,
- grill dla uczestników na działkach,
- wycieczkę do Warszawy,
- wycieczkę do Państwowej Powiatowej Straży Pożarnej w Zambrowie,
- wyjście uczestników do PIZZERII,
- wyjazd uczestników do Szumowa na ognisko- tereny skansenu,
- udział uczestników w II Integracyjnym Festiwalu Piosenki Różnej „Śpiewać każdy może” w Łomży,
- wycieczka do Białowieży,
- odwiedziny aktorów z Krakowa BRUNO ze spektaklem „Niekończąca się opowieść”,
- wyjazd uczestników do Filharmonii Łomżyńskiej na spektakl piaskowy „Mały Książę”
- udział w XI Przeglądzie Twórczości Artystycznej ŚDS Województwa Podlaskiego „Wirtualnie bliżej siebie 2023” w Hajnówce
- odwiedzanie grobów najbliższych z okazji „Wszystkich Świętych”,
- udział uczestników w warsztatach robienia pizzy w PIZERII „DE GLASSO”,
- trening uczestników z trenerem personalnym p. Katarzyną Gosk,
- wystawa rękodzieła bożonarodzeniowego uczestników w „Fabryce jedzenia” w Zambrowie,

- składanie życzeń bożonarodzeniowych i przekazanie stroików dla jednostek współpracujących z ŚDS,
- spotkanie opłatkowe i wystawienie jasełek dla rodziców i opiekunów, gości zaproszonych.

X- INFORMACJA O DOSTOSOWANIU ŚDS DO STANDARDÓW.

Deklaruję spełnienie przez Dom standardów zawartych w rozporządzeniu Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. Nr 238, poz. 1586, ze zm.).

Budynek, w którym funkcjonuje ŚDS w Zambrowie usytuowany jest na działce o powierzchni 3726 m² w otoczeniu drzew i trawników. Część budynku jest użytkowana przez Zespół Szkół Nr 1 im. Stefana Roweckiego „Grota” w Zambrowie. Na potrzeby ŚDS przeznaczono 458,43 m² co stanowi 54% całkowitej powierzchni użytkowej. Klatka schodowa i winda są wyłącznie do użytku ŚDS w Zambrowie. Budynek został docieplony, pokryty nową elewacją, usytuowany w miejscu zapewniającym bezpieczeństwo i spokój uczestnikom. Teren wokół budynku został zagospodarowany, wykonano nowe ogrodzenie, oświetlono teren z budynkiem oraz został założony monitoring. Dom pozbawiony barier architektonicznych (zamontowane drzwi o szer. 0.90 cm, specjalne uchwyty dla osób niepełnosprawnych, lustra, zlewy oraz gniazdka na odpowiedniej wysokości – dostępne dla osób na wózkach). W łazience znajduje się natrysk, pralka automatyczna, suszarki bieliźniane, deska z żelazkiem do prasowania, suszarka do włosów. Są toalety osobno dla kobiet i mężczyzn, oddzielna toaleta dla personelu. Placówka zapewnia uczestnikom:

- pomieszczenia i sprzęt niezbędny do realizacji zadań wspierająco- aktywizujących,
- umożliwia codziennie spożywanie posiłku w ramach treningu kulinarnego,
- dostęp do kultury i rekreacji,
- sprzęt komputerowy, TV, audio i muzyczny do realizacji zadań wspierająco – aktywizujących,
- sprzęt AGD niezbędny do prowadzenia treningu samoobsługi i zaradności życiowej,
- sprzęt sportowo – rekreacyjny, niezbędny do prowadzenia innych form terapii, między innymi aktywizacji ruchowej.

XI – OCENA REALIZACJI ZADAŃ I EWENTUALNE WNIOSKI, W TYM INFORMACJE O PLANOWANYCH ZMIANACH W ZAKRESIE FUNKCJONOWANIA DOMU:

Celem aktywizacji społecznej jest włączenie osób z niepełnosprawnością we wszystkie przejawy życia społecznego, by mogły być i czuć się użytecznym i w pełni wartościowym członkiem społeczności oraz korzystać ze wszystkich dóbr przez nią wytwarzanych, jak również przyczyniać się do ich pomnażania. Jest to proces, który ma na celu możliwie jak największe usamodzielnienie, wyrabianie zaradności osobistej i pobudzanie aktywności społecznej, a także wyrabianie umiejętności samodzielnego wypełniania ról społecznych. Do tego, aby proces aktywizacji społecznej mógł przebiegać i zakończyć się pomyślnie, niezbędna jest wola i przygotowanie, zarówno osoby z niepełnosprawnością, jak i społeczeństwa, które musi chcieć przyjąć tę osobę w swoje kręgi na równych prawach. Zarówno uczestnictwo w imprezach okolicznościowych, jak i sam fakt pojawiania się uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy w Zambrowie w miejscach publicznych, (np. przy okazji realizacji treningów budżetowych i społecznych, czy wystaw prac przez nich wykonanych, aktywny udział w przeglądach, festiwalach, konkursach), wpływa na ogólny wizerunek tych osób wśród ludzi, którzy rzadko mają kontakt z osobami z niepełnosprawnością. Integralną częścią aktywizacji społecznej jest przygotowanie całego społeczeństwa do wzajemnego współżycia i współpracy, co też ŚDS czynią poprzez branie udziału w wielu przedsięwzięciach kulturalnych, integracyjnych, sportowo-rekreacyjnych, konkursowych, edukacyjnych itp. skierowanych do dzieci, młodzieży i osób dorosłych oraz propagowanie podstawowej wiedzy o osobach z niepełnosprawnością, o ich możliwościach i ograniczeniach oraz aktywizacji. Zauważamy postępy w zakresie aktywizacji społecznej uczestników, gdzie poprzez zajęcia w placówce stali się bardziej otwarci, samodzielni, lepiej radzą sobie w otaczającej rzeczywistości. Jednym z ważniejszych elementów aktywizacji społecznej osób niepełnosprawnych, jest ich udział w przedsięwzięciach kulturalno-rekreacyjnych. Doświadczenia pokazują, że tego typu działania (występy teatralne, wokalne, wyjazdy, spotkania integracyjne, wycieczki) mają znaczący i pozytywny wpływ na uczestników. Powodują poprawę w szeroko pojętym funkcjonowaniu codziennym w związku z powyższym również w roku 2024 planujemy ich organizację na miarę możliwości finansowych domu. Kolejny rok pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Zambrowie to realizacja ustawowych obowiązków oraz działania zmierzające do podnoszenia standardu usług prowadzonych w placówce.

W ramach środków finansowych przyznanych przez Podlaski Urząd Wojewódzki w Białymstoku w Środowiskowym Domu Samopomocy w Zambrowie zostały doposażone pracownie:

- krawiecka: maszyna do szycia, dodatki krawieckie.
- aktywizacji ruchowej: fotel masujący, karimaty .
- kulinarna: wózek kelnerski, zmywarka, zastawy stołowe , patelnie.
- dla uczestników do ornitopterami zakupiono dwie papugi nimfy.

Działania promujące ŚDS w Zambrowie:

- zamieszczanie informacji w mediach społecznościowych o usługach prowadzonych przez ŚDS w Zambrowie. oraz zamieszczanie informacji, fotografii z uroczystości, imprez organizowanych w placówce,
- wręczanie gościom, sponsorom prac reklamowych wykonanych przez uczestników ŚDS w Zambrowie (stroiki i kartki świąteczne, prace wykonane przez uczestników domu),
- przekazywanie informacji pisemnej z prośbą o rozpowszechnienie wśród społeczności lokalnej o możliwości skorzystania z oferty ŚDS w Zambrowie do: MOPS w Zambrowie, GOPS w Zambrowie, GOPS w Szumowie, GOPS w Rutkach, GOPS w Kołakach Kościelnych, PCPR w Zambrowie o możliwości skorzystania z usług ŚDS w Zambrowie,
- współpraca z specjalistami: lekarz rodzinny, psycholog, psychiatra,
- współpraca z rodzinami uczestników, aby zachęcali osoby , które mogą być uczestnikiem ŚDS,
- uczestnicy ŚDS w Zambrowie biorą udział w imprezach organizowanych przez inne placówki z terenu Powiatu Zambrowskiego i okolic,
- umożliwiono korzystanie z usług ośrodka dla osób z innych powiatów i gmin,
- założona strona ŚDS w Zambrowie na facebook.

GLÓWNY KSIĘGOWY

Zofia Małgorzata Kalinowska
Podpis księgowej

Podpis dyrektora