

SPRAWOZDANIE Z DZIAŁALNOŚCI
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W ZAMBROWIE
za 2024 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 2024 r. 1283, 1572)
 - ustawę o ochronie zdrowia psychicznego z dnia 19 sierpnia 1994r. (Dz. U. z 2024.0.917).
 - Rozporządzenie Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2020r. poz. 249)
- Imię i nazwisko dyrektora ŚDS: Urszula Barbara Dmochowska
- Liczba uczestników wg stanu na dzień 31.12.2024 r.: 28
- Liczba wszystkich uczestników w ciągu roku: 30
- Liczba uczestników, którzy opuścili dom: 2
- 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 2024 r. na utrzymanie i prowadzenie ŚDS w Zambrowie udzielił dotacji celowej w wysokości **836 758,24** zł. (udzielona dotacja celowa – 788 726,40 plus udzielony dodatek motywacyjny – 48 031,84 zł), przekazane środki wykorzystane zostały w wysokości **836 433,86** zł. Realizacja wydatków związanych z wykorzystaniem budżetu ŚDS przedstawia się następująco:

- 505 305,95** – wynagrodzenia osobowe pracowników w tym nagrody jubileuszowe;
- 39 900,18** – dodatek motywacyjny (z Rządowego Programu Dofinansowania Wynagrodzenia na lata 2024 – 2027)
- 29 730,54** – dodatkowe wynagrodzenie roczne;

103 002,23 – pochodne od wynagrodzeń (skł. na ubezpiecz. społ. i fundusz pracy);
7 815,60 – pochodne od dodatku motywacyjnego;
16 680,00 – bezosobowy fundusz płac (umowa zlecenie sprzątaczkii)
7 018,20 – zakup materiałów do pracowni artystycznej, krawieckiej, aktywizacji ruchowej i wyposażenia;
252,40 – zakup produktów żywnościowych do treningu kulinarnego;
41 857,83 – zakup energii;
59 017,26 – zakup usług pozostałych; usługi cateringowe
16 919,98 – odpis na ZFŚS;
8 933,69 – pozostałe koszty (abonam. telefonu stacjonarnego, internetu, ubez. sprzętu, szkolenia, delegacje).

* Środki niewykorzystane w kwocie 8,32 zł zostały zwrócone do Podlaskiego Urzędu Wojewódzkiego w Białymstoku.

* Zwrot niewykorzystanego dodatku motywacyjnego do Podlaskiego Urzędu Wojewódzkiego w Białymstoku– 316,06 zł (zwolnienie z naliczania składki funduszu pracy)

* Kwota środków finansowych wydatkowanych na działalność ŚDS w Zambrowie w 2024 roku stanowi 836 433,86zł, (udzielona dotacja celowa- 788 718,08 zł plus dodatek motywacyjny – 47 715,78 zł)

* Szczegółowe sprawozdanie finansowe z działalności ŚDS w Zambrowie za 2024 rok zostało przekazane do Starostwa Powiatowego w Zambrowie w dniu 07.01.2025 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;	33 lat	15 lat	1	
2.	starszy terapeuta, czas nieokreślony (K.O.)	wyższe: - resocjalizacja,	17 lat	14 lat 10 miesięcy	1	Kurs Specjalistyczny z zakresu organizacji

		- oligofrenopeda gogika				pomocy społecznej w Olsztyńskiej Szkole Biznesu, ul. Warszawska 105/4 H . planowane ukończenie – kwiecień 2025 rok
3.	starszy terapeuta, czas nieokreślony (E.S.)	wyższe: - resocjalizacja, - oligofrenopeda gogika	14 lat 10m iesię cy	14 lat 10 miesięcy	1	Zatrudniona była od 10.02.2010 rok do 30.09.2024 r.
4.	terapeuta czas nieokreślony (K.Ś.)	wyższe: pedagogika opiekuńczo- wychowawcza; - oligofrenopeda gogika	10 lat	4 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	10 lat 8 mies ięcy	2 lata 4 miesiące	1	
6.	terapeuta czas określony (G.W.)	- wyższe: towaroznawst wo, - podyplomowe:	11 lat	1 rok 4 miesiące	1	

		kształcenie pedagogiczne, - opiekun osób niepełnosprawnych - kurs terapii zajęciowej				
7.	terapeuta czas określony (M.K.)	- wyższe pedagogiczne, - kurs terapii zajęciowej	16	3 miesiące	1	
8..	Gł. Księgowy, czas nieokreślony (M.K.)	średnie ekonomiczne: administracja państwowa	37 lat	14 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:

Zewnętrzne:

- Trening umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się.- szkolenie zorganizowane przez Małopolskie Centrum Profilaktyki w Krakowie w dniu 21.02.2024 r., uczestniczyła terapeutka w ŚDS w Zambrowie K. Ś.

- Zakład Doskonalenia Zawodowego w Białymstoku, Ośrodek Kształcenia Zawodowego w Zambrowie - szkolenie BHP okresowe w dziedzinie pracowników administracyjno – biurowych, 4.10.2024 r. w/w szkoleniu uczestniczyła terapeutka w ŚDS w Zambrowie. M.K.
- Trening Umiejętności Społecznych – szkolenie zorganizowane przez Nowe Horyzonty we Wrocławiu w dniu 18.10.2024 r., w/w szkoleniu uczestniczyła terapeutka w ŚDS w Zambrowie. M.K.
- Trening umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się. – szkolenie zorganizowane przez Nowe Horyzonty we Wrocławiu w dniu 21.10.2024 r., w/w szkoleniu uczestniczyła terapeutka w ŚDS w Zambrowie. M.K.

Szkolenia wewnętrzne:

- Terapia integracji sensorycznej – założenia, cele, zasady, ćwiczenia. W dniu 22 lutego 2024 roku przeprowadziła U.D. dyrektor w ŚDS w Zambrowie , w w/w szkoleniu uczestniczyły : starsza terapeutka, dwie terapeutki, instruktor terapii.
- Stres i sposoby radzenia sobie z nim. W dniu 2 lipca 2024 roku przeprowadziła K.O. starsza terapeutka w SDS w Zambrowie, w w/w szkoleniu uczestniczyły: dyrektor, dwie terapeutki, instruktor terapii.

IV UCZESTNICY ŚDS

- Liczba wszystkich uczestników ośrodka w 2024 r.: 30
- Liczba uczestników na dzień 31.12.2024 r.: 28
- Liczba uczestników w przedziale wiekowym:
 - 20 – 30 – 10 osób
 - 31 – 40 – 8 osób
 - 41 – 50 – 3 osoby
 - 51 – 55 – 4 osoby
 - 56- 60 – 1 osoba
 - 61 – 65 – 2 osoby

* Liczba kobiet: 11 , mężczyzn: 17

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

Rodzaj niepełnosprawności	Liczba osób
Przewlekłe psychicznie chore	7
Upośledzone umysłowo	15
Chorych neurologicznie	2
Inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych	4
Spektrum autyzmu	0

- Stopień niepełnosprawności (liczba osób)

Stopień niepełnosprawności	Liczba osób
Znaczny	19
Umiarkowany	9
Lekki	0

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

W 2024 roku Środowiskowy Dom Samopomocy w Zambrowie opuściło 2 osoby:

- 1 osoba – choroba i długotrwały pobyt w szpitalu (S.S.)
- 1 osoba zrezygnowała z powodów spraw rodzinnych (A.M.))

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 tj. 55 ocen półrocznych (łącznie: styczeń 2024 i czerwiec 2024), 1 ocenę wstępną, na dzień 31 grudnia: 2 oceny wstępne (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 najszersze 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 2024 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, utrzymania higieny osobistej i wyglądu zewnętrznego.

a) trening kulinarny: Trening kulinarny odbywał się codziennie podczas którego uczestnicy nabywali i doskonalili umiejętności planowania i samodzielnego przygotowywania posiłków, również na specjalne okazje, poznali zasady zdrowego odżywiania się, prawidłowego przechowywania żywności, wyrabiali nawyk sprawdzania terminów przydatności do spożycia produktów i gotowych wyrobów, uczyli się korzystania z przepisów kulinarnych, obsługi sprzętu AGD, dbałości o estetykę podczas jedzenia, dekorowania stołu na co dzień i od święta, posługiwania się sztucami oraz zachowania się przy stole podczas spożywania posiłków.

Efekty: 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, mikrofalówki, czajnika. Udoskonalili zasady prawidłowego zachowania się przy stole i w miejscach publicznych. Rozwinęli umiejętność wzajemnej współpracy i pomocy.

b) trening higieniczny: Głównym celem treningu higienicznego była nauka, motywowanie i utrwalanie umiejętności, higieny jamy ustnej, pielęgnacji paznokci, golenia się, pielęgnacji włosów, przestrzegania dbania o estetykę i wygląd zewnętrzny. Wyrabianie wśród uczestników nawyku systematycznego dbania o higienę osobistą całego ciała, korzystania z przyborów toaletowych oraz różnych kosmetyków np. kremów, szamponów, dezodorantów, balsamów i ich prawidłowe dozowanie. Wypracowywano nawyk mycia rąk po wyjściu z toalety oraz przed posiłkiem, używania chusteczek oraz zasad nie korzystania z przedmiotów osobistych należących do innych osób. Zwracano uwagę uczestnikom o odpowiedni dobór odzieży do uroczystości, pory roku i pogody, dbano o estetyczny wygląd zewnętrzny.

Efekty: nabyli umiejętność prawidłowego doboru odzieży do warunków pogodowych, zwiększenie potrzeby czystości i porządkowania stanowisk pracy oraz otoczenia, zwiększenie zaradności życiowej, umiejętności samoobsługi.

c). trening budżetowy: Celem treningu budżetowego było zwiększenie samodzielności w zakresie racjonalnego planowania krótko i długoterminowych wydatków służących

zaspokajaniu własnych potrzeb. Uczestnicy ćwiczyli samodzielne robienie zakupów, planowanie ich oraz stopniowania potrzeb. Trening obejmował doskonalenie zdolności rozróżniania nominałów i liczenia pieniędzy, a przede wszystkim miał za zadanie zapoznać uczestników z umiejętnym gospodarowaniem domowym budżetem i przygotowanie ich 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, korzystania z czytnika i kasy samoobsługowej

2. Zajęcia muzyczno – rytmiczne: Zajęcia muzyczno-rytmiczne były regularnie organizowane dla wszystkich uczestników, ponieważ muzyka ma pozytywny wpływ na rozwój osób, szczególnie tych z niepełnosprawnościami. Celem tych zajęć było zwracanie szczególnej uwagi nie tylko rozwój zdolności intelektualnych, takich jak pamięć, koncentracja i spostrzegawczość, ale także na poprawę umiejętności społecznych. Uczestnicy uczyli się, jak wyrażać siebie poprzez ruch i muzykę, co pomagało im nawiązywać lepsze relacje z innymi i rozwijać empatię oraz współpracę. Dzięki tym zajęciom, osoby biorące w nich udział uczyli się także dostosowywać do grupy i radzić sobie z emocjami, takimi jak niepewność czy lęk. Dodatkowo, uczestnicy zdobywali umiejętności współpracy, odpowiedzialność oraz poczucie własnej wartości. Zajęcia muzyczno-rytmiczne angażowały uczestników do różnych form aktywności – od prostych zabaw rytmicznych po naukę piosenek. Dzięki temu poprawili swoją pamięć muzyczną i ruchową, także rozwinęli swoją wrażliwość muzyczną, estetyczną oraz uczyli się współpracy w grupie. Zajęcia obejmowały również ćwiczenia poprawiające postawę ciała, sprawność ruchową oraz umiejętność koncentracji i samokontroli. Regularne uczestnictwo w zajęciach sprzyjało rozwojowi postawy otwartości na innych i zaufania do własnych możliwości. Ważnym elementem była samodzielność, ponieważ uczestnicy uczyli się podejmowania decyzji i brania odpowiedzialności za swoje działania. Ponadto, uczestnicy kształcili obsługę prostych urządzeń muzycznych, obsługę komputera, co poszerzało ich umiejętności techniczne. Zajęcia pomagały w przygotowaniach do występów artystycznych, przeglądów i festiwali. Przygotowanie do takich wystąpień wymagało nie tylko umiejętności muzycznych, ale także pracy nad pewnością siebie, wytrwałością i umiejętnością wystąpień publicznych. **Efekty:** lepsza integracja grupy, poprawa pamięci i słuchu, opanowanie tremy. W roku sprawozdawczym uczestnicy brali udział w wielu konkursach, przeglądach i festiwalach muzycznych.

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 z liczenia, czytania i pisania na poziomie elementarnym. W dalszym ciągu były doskonalone podstawowe umiejętności matematyczne tj. rozpoznawanie liczb, dodawanie i odejmowanie, porządkowanie liczb (mniejszy, większy). Liczenie na tym poziomie miało na celu nie tylko rozwiązywanie prostych zdań matematycznych, ale także liczenie pieniędzy, mierzenie czasu. Pisanie na poziomie elementarnym odnosiło się do zapisywania liter, cyfr, prostych słów, formułowania prostych zdań. Doskonalono pisanie liter i cyfr, pisanie słów i zdań, oraz prostą ortografię (słowną). Kolejnym zadaniem było głośne czytanie, gdzie rozpoznawano litery i słowa oraz zrozumienie prostego tekstu. Są osoby, które nie nabeżdą tych umiejętności ani nie udoskonalą ze względu na swoją niepełnosprawność. Natomiast jedna z uczestniczek (p. A.K.) została przygotowana do 69. Ogólnopolskiego Konkursu Recytatorskiego organizowanego przez MOK w Zambrowie, zdobywając I miejsce. Na zajęciach rozwijano percepcję wzrokową i koordynację wzrokowo-ruchową, czyli kolorowanki, rysowanie, proste łamigłówki, gdzie pracowano nad koncentracją uwagi, spostrzegawczością, myśleniem podczas wykonywanych zadań. Podczas gier edukacyjnych, uczestnicy kształtowali swoją pamięć, spostrzegawczość, zdolność kojarzenia. **Efekty:** współpraca w grupie, rozwinęli percepcję wzrokową i koordynację wzrokowo-ruchową, część uczestników potrafi pisać, liczyć, czytać na poziomie elementarnym.

b) prowadzenia rozmowy: Trening interpersonalny w tym prowadzenia rozmowy, koncentrował się na rozwijaniu umiejętności komunikacyjnych i budowaniu efektywnych relacji międzyludzkich. Trening miał na celu rozwój umiejętności niezbędnych do skutecznego porozumiewania się z innymi ludźmi. Celem zajęć w dalszym ciągu było doskonalenie i nabywanie umiejętności w inicjowaniu, podtrzymaniu i kończeniu rozmowy między uczestnikami. Jednym z elementów było aktywne słuchanie. Uczono jak słuchać z uwagą, zadając pytania aby upewnić się czy dobrze został zrozumiany rozmówca. Korzystaliśmy z wyjść do biblioteki, gdzie prowadzone były różnorodne zajęcia (wspólne czytanie wskazanych tekstów, omawianie ich oraz aktywne słuchanie). Uczestnicy wzbogacali swoje

słownictwo, dzięki takim spotkaniom. Kolejnym elementem było doskonalenie umiejętności wyrażania swoich myśli, emocji, potrzeb w sposób jasny i bezpośredni w rozmowie. Jednym z elementów było kształtowanie umiejętności prawidłowego zachowania się w kontaktach międzyludzkich, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, oraz w instytucjach kultury.

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: Jednym z kluczowych elementów pracy była pomoc w rozwiązywaniu problemów, zarówno tych codziennych, jak i bardziej złożonych, związanych z funkcjonowaniem osób niepełnosprawnych w społeczeństwie. Staraliśmy się używać odpowiednich metod, które wspierały podopiecznych w pokonywaniu ich trudności. Uczestnicy podczas zajęć uczyli się zachowań prospołecznych tj. pomaganie innym (słabszym od siebie). Wszelkie konflikty, niedomówienia, problemy rozwiązywaliśmy na bieżąco i staraliśmy się łagodzić sytuacje. W dalszym ciągu przypominano o używaniu zwrotów grzecznościowych, w sytuacjach, gdzie są wymagane.

Efekty: otwartość podczas rozmowy z psychologiem i terapeutami podczas zauważonego problemu.

d) komunikacja alternatywna : W placówce stosowane były metody komunikacji alternatywnej w zależności od indywidualnych potrzeb i możliwości uczestników. Jedną z metod to były piktogramy- proste rysunki, które pomagały osobom z trudnościami w mowie zrozumieć, co mówi druga osoba, przekazać własne myśli. Dzięki tablicom komunikacyjnym, mogliśmy dowiedzieć się co dana osoba chce powiedzieć np. jeść, pić, toaleta. Kontrolowana jest mowa ciała (gesty, mimika, kontakt wzrokowy), która pomagała w budowaniu relacji z uczestnikami, a także wyrazić swoje emocje. **Efekty:** jeden uczestnik przy pomocy terapeuty współpracuje z piktogramami, gdzie przy pomocy segregatorów obrazkowych potrafi zgłosić swoje elementarne potrzeby. Pozostali utrzymują kontakt wzrokowy, dało się wyczytać z mowy ciała czy mają dobry nastrój.

4. Warsztat krawiecki: Na zajęciach uczestnicy doskonalili czynności związane z szyciem ręcznym przy zastosowaniu podstawowych ściegów. Dużym wyzwaniem, a zarazem osiągnięciem były prace przy naprawie odzieży poprzez przyszywanie guzików czy też zszywanie

rozprutego szwa ścięgłem za igłą. Wszystkie te czynności odbywały się jednak przy pomocy instruktora. Wielu osobom wycinanie nożyczkami po linii prostej sprawiało problem. Czynności, które wymagają dokładności, staranności oraz precyzji są dużym utrudnieniem a dla wielu niewykonalne samodzielnie. W ciągu roku uczestnicy doskonalili swe umiejętności podczas prostych prac związanych z szydełkowaniem, wyplataniem ozdób z włóczki np. anioły. Przy wykorzystaniu tkanin, pasmanterii oraz innych dodatków krawieckich powstało wiele dekoracji świątecznych. Sporej dawki kreatywności wymagało ozdabianie odzieży z wykorzystaniem pasmanterii. Obsługa maszyny do szycia oraz najprostsze czynności z nią związane, to dla większości umiejętność 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 doskonalili to 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. Uczestnicy chętnie bierali udział w konkursach, wystawach świątecznych oraz innych okolicznościach pokazania swoich prac rękodzielniczych. W roku sprawozdawczym pani H.M. wzięła udział w konkursie „Wielka gala malowanej pisanki” organizowanej przez M O K w Zambrowie. Udział w konkursach, to bardzo ważny element edukacyjno – terapeutyczny. Każde wyróżnienie, a także samo uczestnictwo daje poczucie spełnienia, dodaje odwagi, co za tym idzie zwiększa samoocenę i poczucie własnej wartości. **Efekty:** Przy pomocy instruktora znaczna część uczestników potrafi obsługiwać żelazko oraz uprasować nieskomplikowaną odzież, potrafią segregować, porządkować materiały wykorzystywane do prac ręcznych, dbają o ład i porządek w pracowni.

5. Zajęcia plastyczne: Pracownia plastyczna była i jest integralną częścią procesu terapeutycznego, mającą na celu wsparcie uczestników w rozwoju emocjonalnym, społecznym i artystycznym. Jej działalność opierała się na założeniach terapii zajęciowej i arteterapii, które wykorzystują twórczość plastyczną jako narzędzie do poprawy jakości życia osób z niepełnosprawnościami lub trudnościami w funkcjonowaniu społecznym. Pracownia plastyczna łączyła funkcję terapeutyczną z artystyczną, stwarzając uczestnikom możliwość wyrażania siebie i rozwijania umiejętności, jednocześnie wspierając ich w procesie rehabilitacji społecznej. Celem pracowni było umożliwienie uczestnikom wyrażania emocji poprzez sztukę, redukcja stresu i napięcia emocjonalnego. Uczestnicy w trakcie zajęć ćwiczyli chwyt, potrafili ciąć poprawnie nożyczkami, zwracając uwagę na fakturę oraz materiały do cięcia, poprawnie

nanosić farbę na wskazane elementy. Uczestnicy obsługiwali narzędzia dostępne w pracowni, z pomocą terapeuty dokonywali obróbki ręcznej i maszynowej, a po skończonej pracy wykonywali czynności dotyczące czyszczenia maszyn. Wykonywali prace przy użyciu maszyny do wykrajania wzorników, dostosowywali wzory wykrojników do zbliżających się świąt. Potrafią segregować materiały dostępne w pracowni. Projektowali i wykonywali kartki okolicznościowych. Ze wsparciem terapeuty tworzyli upominki, które przekazywali instytucjom i opiekunom w ramach podziękowania za współpracę. Podczas pracy przestrzegali zasady bezpieczeństwa i higieny pracy, porządkowali stanowiska pracy, dbali o ład w pracowni. Dzięki temu pracownia będzie nadal pełniła ważną rolę w procesie wsparcia i rehabilitacji społecznej, gdzie uczestnicy mogą się spełniać w tworzeniu różnego rodzaju rękodzieła (np. stroiki okazjonalne, świąteczne, kartki, obrazy, ozdoby do placówki i inne wg potrzeb). **Efekty:** osiągnięte w pracowni plastycznej mogą być różnorodne i zależą od celów terapeutycznych oraz indywidualnych możliwości uczestników: poprawa precyzji ruchów, koordynacji ręką-oko, udział w konkursach plastycznych, wykonywanie elementów dekoracyjnych do przestrzeni wspólnej w placówce, tworzenie wyjątkowych, ręcznie robionych upominków, które trafiają do rodzin, opiekunów czy partnerów instytucji.

6. Aktywizacja ruchowa: Aktywizacja ruchowa to proces, który miał na celu utrzymanie i poprawę sprawności ruchowej uczestnika. Terapeutka starała się pobudzać uczestników do podejmowania różnorodnych aktywności fizycznych, dostosowanych do możliwości uczestników i potrzeb, w celu poprawy kondycji fizycznej i psychicznej. Kluczowym elementem wspierającym rozwój fizyczny uczestnika była poprawa samopoczucia, integracja społeczna oraz zwiększenie poczucia samodzielności. Poprawa ogólnej kondycji fizycznej wpływała na zdolność do wykonywania codziennych czynności, takich jak chodzenie, wstawanie, ubieranie się itp. Podczas zajęć uczestnicy przygotowywali się poprzez zmianę stroju i obuwia na sportowe. Uczestnicy w miarę swoich możliwości korzystali z takich sprzętów jak: rowerek stacjonarny, orbitrek, fotel masujący, platforma wibrująca, bieżnia, tablica do ćwiczeń manualnych, wioślarz. Uczestnicy starali się rozwijać cechy motoryczne tj. wytrzymałość, siła mięśniowa, wydolność tlenowa w celu poprawy układu krążeniowo-oddechowego. Stałym elementem były wyjścia, które miały na celu polepszenie samopoczucia, kondycji fizycznej oraz podtrzymania sprawności fizycznej. Prowadzone były zajęcia oddechowe i relaksacyjne z piłką, gdzie uczestnicy odpuszczali się, rozładowywali napięcia emocjonalne, stres. Podczas gier i zabaw nabywali umiejętności zdrowej rywalizacji,

umiejętności pogodzenia się z przegraną oraz szacunku do przeciwnika. Uczestnicy starali się stosować nazewnictwo sportowe (nazwy sprzętów dostępnych w pracowni aktywizacji ruchowej). Podczas zajęć przestrzegali zasad bezpiecznego korzystania ze sprzętów dostępnych w pracowni. Po zajęciach porządkowali salę. W roku sprawozdawczym między innymi uczestnicy zmierzyli się turnieju wewnętrznym w tenisa stołowego, aktywnie uczestniczyli w zawodach sportowych, brali udział w Powiatowym Turnieju w Bocce w Długoborzu. **Efekty:** poprawa kondycji i sprawności ruchowej, umiejętność współpracy podczas gier zespołowych i rywalizacji, obsługa sprzętu, przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas zajęć.

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: Trening spędzania czasu wolnego pełni kluczową rolę w poprawie jakości życia uczestników. Był przestrzenią, która nie tylko umożliwia konstruktywne spędzanie wolnego czasu, ale także wspierał wszechstronny rozwój osobisty i społeczny. Dzięki różnorodnym zajęciom i warsztatom, uczestnicy mieli możliwość rozwijania swoich pasji, zdobywania nowych umiejętności oraz integracji z innymi osobami. Sprzyjał budowaniu relacji międzyludzkich, redukcji izolacji społecznej i poprawie samopoczucia. Dzięki wsparciu profesjonalnej kadry oraz przyjaznej atmosferze trening spędzania czasu wolnego nie tylko dawał radość i satysfakcję, ale również motywował do aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym po zajęciach w placówce. Czas wolny to przestrzeń, która łączy ludzi, inspirowa i pomaga osiągać cele, wzmacniając poczucie przynależności i wartości wśród uczestników ŚDS. Trening czasu wolnego był doskonałym przykładem, jak poprzez odpowiednio zorganizowaną działalność można skutecznie wspierać rozwój i dobrostan osób potrzebujących. Poprzez różnorodne aktywności dostosowane do potrzeb uczestników, trening ten skutecznie poprawiał w budowaniu lepszej jakości życia i umacnianiu relacji międzyludzkich w efekcie uczestnicy stali się bardziej samodzielni i zaangażowani w codzienne życie. Spełniali swoje potrzeby związane z przekazem medialnym, spełniali swoje zainteresowania: książka, krzyżówka, prasa, telewizja, radio, komputer, internet

Ponadto mieli możliwość korzystania z różnego rodzaju gier edukacyjno – towarzyskich, zespołowych, komputerowych, układali puzzle, przeglądali albumy ze zdjęciami, książki przyrodnicze, grali w piłkarzyki, warcaby, karty, zabawy w kalambury gry planszowe, wspólne śpiewanie, karaoke, dyskoteki, imprezy okolicznościowe. Rozwijali umiejętności w zakresie turystyki, działalności rekreacyjnej, udziału w imprezach kulturalnych i towarzyskich w lokalnym środowisku. **Efekty:** poprawa poczucia własnej wartości, poprawa komunikacji pomiędzy uczestnikami, integracja uczestników, poprawa umiejętności współpracy, lepsze poznanie siebie, poprawa samopoczucia oraz wzrost aktywności i kreatywności.

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 wskazówek terapeuty. Pomoc w wypełnianiu wniosków dotyczących wypłaty dodatku elektrycznego. **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 CIAGU ROKU:

1. Trening funkcjonowania w życiu codziennym (tj. kulinarny, higieniczny, budżetowy) – 6,06
2. Zajęcia muzyczno – rytmiczne: 5,96
3. Aktywizacja ruchowa: - 5,70
4. Zajęcia plastyczne: - 5,96
5. trening umiejętności interpersonalnych (w tym komunikacja alternatywna) i rozwiązywania problemów: 5,70
6. Warsztat krawiecki: - 5,75

FREKWENCJA UCZESTNIKÓW NA ZAJĘCIACH W POSZCZEGÓLNYCH MIESIACACH ROKU:

styczeń – 73,53 %

luty – 82,47%

marzec – 75,33 %

kwiecień – 81,45 %

maj – 72,70 %

czerwiec – 78,91 %

lipiec – 81,52 %

sierpień – 78,56 %

wrzesień – 85,03 %

październik – 85,56 %

listopad – 85,33%

grudzień – 72,86 %

frekwencja za rok 2024 - 79,44 %

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

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 uczestników w szkoleniu przeprowadzonym przez pracownika PCPR pt. „Zjawisko przemocy wobec osób starszych i niepełnosprawnych oraz sytuacja psychologiczna osób doświadczających tej przemocy, zachowania osób stosujących przemoc w rodzinie i możliwości przemocy”. **Efekty:** sprawny przepływ informacji.

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: „Elementy planowania ścieżki, kariery zawodowej”, wyjście uczestników do siedziby PUP w Zambrowie z okazji Ogólnopolskiego tygodnia kariery zawodowej – zapoznanie się z funkcjonowaniem urzędu

oraz ofertami pracy oraz warsztaty „Pasja, motywacja, odwaga”. **Efekty:** zapoznanie się z aktualną ofertą pracy dla niepełnosprawnych

- 5) Samorządem uczniowskim i wolontariatem:** spotkanie z uczniami w ZSA w Zambrowie z prezentacją etiudy muzyczno – wokalne z okazji walentynek, spotkanie z uczniami ZSA w bibliotece szkoły z okazji „Dnia Książki”, oglądanie wystawy bibliotecznej poświęconej z okazji urodzin Jana Pawła II, wspólne czytanie uczniów i uczestników „Kordiana” Juliusz Słowackiego, obchody Święta Niepodległości – wspomnienie Józefa Piłsudskiego odwiedziny uczniów i wolontariuszy działających w Szkole Podstawowej nr 4 w Zambrowie z upominkami świątecznymi dla naszych podopiecznych, nawiązanie współpracy. **Efekty:** wzajemna akceptacja, wzbogacenie informacji kulturalnych.
- 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, VIII Powiatowy przegląd Kolęd i Pastoralek, wystawa prac uczestników ŚDS w w/w placówce, wspólna organizacja VIII Powiatowego Dnia Godności Osób Niepełnosprawnych w Powiecie Zambrowskim w formie pikniku, przeprowadzona akcja „Z mocą serca” z okazji obchodów miesiąca świadomości autyzmu, udział uczestników w zawodach sportowych – Powiatowym Turnieju Bocce w Długoborzu. **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: „Zakochane w batiku”, portrety „Znani i lubiani” autorstwa Piotra Kozłowskiego, „Nieoczywiste” grupy twórczej Bochemia, „Nienasycenie” Krzysztofa Chyżego, „Pejzaże” Stanisława Krzyżewskiego, udział w: III Ogólnopolskim Festiwalu piosenki Serdecznej „Love Me”, III Ogólnopolskim Festiwalu Piosenki Agnieszki Osieckiej „Zielono mi”, V Ogólnopolskim Festiwalu Piosenki i Pieśni Patriotycznej „Ta co nie zginęła” (III miejsce w kategorii dorosłych), festiwalu piosenki świątecznej „Hej Kolęda”, udział w 69 Ogólnopolskim Konkursie Poetyckim - eliminacje powiatowe (I miejsce A.K.), wizyta uczestników w Regionalnej Izbie Historycznej na wystawę Szymona Konopki „Granaty”, prelekcja i wystawa broni wojkowej, oglądanie sztuki „Cicho ...sza” w wykonaniu Teatru Dramatycznego im.

Aleksandra Węgiełki w Białymstoku,, wyjścia do kina na seanse: „ Akademia Pana Kleksa”, „ BABY BOOM Kogel Mogel 5”, „ U Pana Boga na Mości Królewskim ”, „Listy do M-Pożegnania i Powroty”, **Efekty:** kulturalne spędzanie czasu wolnego, zainteresowanie filmem, malarstwem, pokonywanie tremy, współpraca w grupie, nagrody i dyplomy za udział w/w działaniach.

- 8) **Biblioteką Miejską w CK w Zambrowie:** warsztaty dla osób niepełnosprawnych pt. „Pokonać siebie- niezwykle historie niezwykłych ludzi” - prowadzone przez Instytut Dziedzictwa Historii Sportu, wykład „ Łączy nas pasja” - prowadzony przez Fundację TERAZ , 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). **Efekty:** wzbogacenie duchowe
- 10) **Bursą Szkolną nr1 w Zambrowie:** udział uczestników w XVII 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:** wyjazd uczestników na ognisko do WTZ Szumowie, udział uczestników ŚDS w XI Przeglądzie Pieśni Patriotycznej „Jestem Polakiem” w WTZ w Szumowie, udział uczestników WTZ na zabawie andrzejkowej w naszej placówce. **Efekty:** wymiana doświadczeń, integracja i poznanie nowych uczestników.
- 12) **Stowarzyszeniem SZANSA w Zambrowie:** wykonanie i przekazanie przez uczestników kartek okolicznościowych, bożonarodzeniowych dla stowarzyszenia, stowarzyszenie przekazało dla ŚDS w Zambrowie artykuły papiernicze. **Efekty:** wymiana pomysłów rękodzielniczych.
- 13) **Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Centrum Diagnostyki i Terapii Zaburzeń Psychiczych „ 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. Wsparcie rodziców w postaci wypieków słodkości na wszelkie okazje organizowane dla 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. **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,
- wyjście do PIZZERII,
- tradycje „Tłustego czwartku” – degustacja pączków,
- „ Dzień przyjaźni i życzliwości” z okazji walentynek,

- wyjście uczestników do sklepu zielarskiego NATUR – TREND w Zambrowie,
- wizyta uczestników w przychodni specjalistycznej Centrum Zdrowia Psychicznego w Zambrowie,
- obchody Dnia Kobiet i Mężczyzn – wyjście uczestników do PIZZERII
- wiosenna wystawa rękodzieła uczestników online,
- przekazanie życzeń i stroików wielkanocnych dla jednostek współpracujących z ŚDS,
- obchody Światowego Dnia Zespołu Downa,
- piknik na działkach,
- dzień sportu w ŚDS,
- zorganizowanie sesji fotograficznej z okazji Dnia Matki,
- wyjście uczestników do lodziarni z okazji Dnia Dziecka,
- wycieczka uczestników do ZORZY na prezentacje roślin wiosennych,
- wycieczka uczestników szlakiem ścieżki edukacyjnej ZAMBRÓW,
- wyjście uczestników do kawiarni ROMANOWSCY na kawę i lody,
- obchody Święta Flagi oraz Konstytucji 3 Maja w ŚDS,
- udział uczestników w „22 Marszu Godności Osób Niepełnosprawnych: w Białymstoku,
- wyjście uczestników na siłownię XTREME FITNESS w Zambrowie,
- obchody Dnia Matki – wykonanie i wręczenie własnoręcznie zrobionych prezentów,
- spacer i ćwiczenia na siłowni otwartej na powietrzu,
- wyjście uczestników do nowo otwartego sklepu DELFIN ZOO w Zambrowie,
- wizyta pracownika sklepu zoologicznego SABA z Wyszkowa z pokazem i prelekcją na temat gadów, płazów i zwierząt egzotycznych,
- spacer do zambrowskiego parku „księżyc lasek” oraz prelekcja na temat roślinności w parku,

- udział w prelekcji „Bezpieczne wakacje” poprowadzone przez Funkcjonariuszy Powiatowej Komendy Policji w Zambrowie,
- Dzień Sportu w ŚDS,
- piknik dla uczestników na prywatnej działce u instruktora terapii,
- udział uczestników w III Integracyjnym Festiwalu Piosenki Różnej „Śpiewać każdy może” w Łomży,
- porządki na terenie ośrodka – Obchody Międzynarodowego Dnia Ziemi,
- wyjazd uczestników do Szumowa na ognisko- tereny skansenu z okazji „ Dnia pieczonego ziemniaka”,
- wizyta diagnostyczna „ Świat Oka” – spotkanie uczestników z okulistą,
- wewnętrzny konkurs tenisa stołowego,
- spotkanie z pielęgniarką na temat „ Profilaktyka zdrowia psychicznego oraz zdrowia ogólnego”,
- wizyta w placówce Starosty Zambrowskiego Pani Edyty Marchelskiej -Groszfeld i kierownika PCPR – w Zambrowie Pana Karola Kossakowskiego,
- wizyta uczestników w Okręgowej Stacji Pojazdów w Zambrowie na pokazie starych aut i motocykli,
- wycieczka do ZUS w Zambrowie, której tematem przewodnim było funkcjonowanie placówki oraz rodzaje świadczeń dla osób niepełnosprawnych,
- wizyta policji w ŚDS z prelekcją na temat handlu ludźmi z okazji „ Światowego Dnia Handlu Ludźmi:;
- wyjście uczestników do MacDonald w Zambrowie,
- odwiedzanie grobów najbliższych z okazji „ Wszystkich Świętych”,
- wyjście uczestników do restauracji Mąka i Magia na warsztaty mikołajkowe,
- 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. 2020r. poz. 249).

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 bielizniane, 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:

Poprzez uczestnictwo w oferowanych przez placówkę formach działalności, nasi domownicy czują się potrzebni, akceptowani, doceniani. W pracowniach terapeutycznych każdy z nich znajduje miejsce do rozwijania swoich zainteresowań. Osiągają dobre wyniki

w działalności artystycznej oraz sportowej. Mają szanse pokazania swoich zdolności, twórczego potencjału, wyjścia do ludzi, a nie skazania się na bierną egzystencję. Pobyt w placówce wpływa na poprawę umiejętności i sprawności uczestników. Dzięki prowadzonym terapiom lepiej radzą sobie z własną chorobą, problemami życia codziennego i zostają wyrównywane deficyty rozwojowe. Uczestnicy nabyli wiele umiejętności pozwalających im uczestniczyć w życiu społecznym zarówno w placówce, jak i poza nią. Stali się otwarci na kontakt ze środowiskiem zewnętrznym, zmieniają się ich zachowania na bardziej efektywne społecznie, stają się bardziej samodzielni, pozbywają się barier w komunikowaniu się z osobami odwiedzającymi nasz Dom. Aby utrzymać uczestników w dobrej formie psychicznej oraz utrwalać w/w umiejętności nadal należy wspierać ich i ich rodziny poprzez organizowanie różnych inicjatyw mających na celu poprawę akceptacji swojej osoby, wzmacniania poczucia własnej wartości i przeciwdziałania regresowi. W pracy wspierająco – aktywizującej z uczestnikami stosowane były różne formy i narzędzia, które doprowadziły do widocznej poprawy podstawowych umiejętności życiowych. Odnalezienie się w rzeczywistości społecznej i kulturowej w/w osób nie jest łatwe zarówno dla nich samych, jak i ich rodzin. W trakcie przebywania w ośrodku uczestnicy mogą liczyć między innymi na miłą i życzliwą opiekę, pomoc w rozwiązywaniu problemów oraz atrakcyjne spędzanie czasu wolnego. Nadal należy wspierać tę grupę osób, aby nabyte podstawowe umiejętności stały się nawykiem w funkcjonowaniu w życiu codziennym.

W związku z powyższym również w roku 2025 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.

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),
- 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

DYREKTOR
ŚRODOWISKOWY DOM SAMOPOMOCY
w Zambrowie


mgr Urszula Dmochowska

Podpis dyrektora