

Oferta Środowiskowego Domu Samopomocy w Gryfinie

Środowiskowy Dom Samopomocy w Gryfinie oferuje usługi ukierunkowane na aktywizację społeczną i zawodową osób z zaburzeniami psychicznymi, w tym osób z niepełnosprawnością intelektualną, w celu przygotowania i zaadoptowania ich do samodzielnego życia w społeczności lokalnej, a także ewentualnego podjęcia zatrudnienia. Wszelkie działania, dostosowane są do potrzeb, możliwości i potencjału uczestników. Każdy z nich ma opracowany indywidualny plan pracy wspierająco-aktywizujący, oparty o diagnozę potrzeb i możliwości, co warunkuje udział każdej osobie w danym rodzaju i formie zajęć.

W domu prowadzone są grupowe i indywidualne zajęcia mające na celu integrację uczestników, naukę samodzielności i zaradności życiowej, poprawę kondycji psychicznej i fizycznej.

ŚDS w Gryfinie świadczy następujące usługi społeczne:

- **Terapia zajęciowa:**

Pracownia rzemiosł różnych – zajęcia z zakresu plastyki, rękodzieła artystycznego, zajęć techniczno-stolarskich oraz krawiectwa, ukierunkowane na rozwijanie kreatywności, samodzielności, poczucia estetyki, doskonalenia motoryki małej, koordynacji wzrokowo-ruchowej, a także przygotowania do pracy zawodowej. Zajęcia w pracowni charakteryzują się dużą różnorodnością pod względem stosowanych technik. Sposób prowadzenia zajęć sprzyja utrwalaniu i systematyzowaniu zasad BHP, które są wykorzystywane także w codziennym życiu uczestnika; pozwalając mu skutecznie chronić się przed uszkodzeniami.

Pracownia gospodarstwa domowego z elementami treningu kulinarnego - Uczestnicy dokonują prostych czynności porządkowych, które są niezbędne podczas prowadzenia gospodarstwa domowego. Uczestnicy pod kontrolą terapeuty samodzielnie nakrywają do stołu poznając tym samym podstawowe zasady savoir – vivre. Podczas przygotowywania posiłków rozwijają poczucie smaku i estetyki. Głównym celem jest wpojenie i utrwalanie pozytywnych nawyków żywieniowych oraz zwrócenie szczególnej uwagi na higienę i bezpieczeństwo pracy. Program pracowni gospodarstwa domowego opiera się na zastosowaniu metody praktycznej, pogadanki, opisu, pokazie, instruktażu oraz obserwacji.

Muzykoterapia - forma terapii bazująca na leczniczym wpływie dźwięku i muzyki na psychikę i organizm człowieka. terapia posługująca się muzyką lub jej elementami w celu poprawy funkcjonowania osób z różnorodnymi problemami natury emocjonalnej, fizycznej lub umysłowej. Podstawowym środkiem oddziaływania w muzykoterapii jest dźwięk, muzyka, która często jest wyzwalaczem i katalizatorem przeżyć i emocji. Ze względu na techniki stosowane obecnie w muzykoterapii wyróżnia

się podział na: muzykoterapię aktywną, do której zalicza się oddziaływania angażujące „fizycznie” (jak śpiew, gra na instrumentach, ruch przy muzyce, improwizacja) oraz muzykoterapię receptywną, której podstawą jest słuchanie muzyki, relaksacja i wizualizacja.

Pracownia multimedialno-turystyczna- zajęcia z zakresu multimediiów, w tym obsługa komputera oraz innych urządzeń biurowych, internet wraz z prowadzeniem konta w mediach społecznościowych, fotografia, film, a także zajęcia z zakresu biblioterapii; działania ukierunkowane są na otwieranie się na otaczający świat, zapoznanie z nowoczesnymi technologiami, rozwój emocjonalny, duchowy oraz nabywanie i doskonalenie umiejętności komunikowania się z innymi przy użyciu różnego rodzaju mediów. Również zajęcia turystyczne oraz z zakresu dziennikarstwa.

- **Terapia ruchem** – sala terapii ruchem – zajęcia z zakresu aktywizacji i rehabilitacji ruchowej w formie indywidualnej i grupowej, ukierunkowane na poprawę ogólnej kondycji fizycznej i wydolności organizmu, ograniczając skutki niepełnosprawności oraz rozładowując napięcie emocjonalne, a także relaksując.
- **Trening funkcjonowania w życiu codziennym** – w tym trening prasowania, prania, budżetowy, higieniczny, samoobsługowy i gospodarczo-techniczny – treningi ukierunkowane są na kształtowanie i doskonalenie czynności dnia codziennego, których celem jest zwiększenie samodzielności i odpowiedzialności za siebie w życiu.
- **Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów** – zajęcia z zakresu doskonalenia umiejętności porozumiewania się, rozpoznawania i wyrażania własnych potrzeb i emocji, rozwijające asertywność i odporność psychiczną, ukierunkowane do przygotowania uczestnika na powrót do samodzielnego i normalnego funkcjonowania w społeczności lokalnej.
- **Trening umiejętności spędzania czasu wolnego** – nabywanie i doskonalenie umiejętności spędzania czasu wolnego poprzez rozwijanie zainteresowań, rozwój społeczny, edukacyjny i kulturalny.
- **Wsparcie psychologiczne** – działania ukierunkowane między innymi na pomoc w radzeniu sobie w sytuacjach trudnych, nabywanie odporności na stres oraz wzmacnianie pozytywnych społecznie zachowań.
- **Zajęcia edukacyjne** – działania o charakterze edukacyjnym i profilaktycznym, ukierunkowane między innymi na rozwijanie świadomości na temat choroby i jej objawów z naciskiem na dawkowanie leków zgodnie z zaleceniami lekarza, a także poszerzanie wiedzy na temat otaczającego świata.
- **Wsparcie w załatwianiu spraw urzędowych, konsultacjach lekarskich itp.**
- **Aktywizacja zawodowa** - Aktywność osób niepełnosprawnych przejawia się w różnych formach: twórczości artystycznej, sporcie, działalności społecznej. Bez wątplenia jednak najwyższy poziom aktywności stanowi praca zawodowa - stała, na

możliwie wysokim poziomie kompetencji i intensywności. Usuwanie wszelkich barier i wyrównywanie szans osób niepełnosprawnych ma służyć poszerzeniu zakresu i poziomu tej aktywności.

- **Współpraca z rodzinami/opiekunami** i innymi jednostkami oraz organizacjami pozarządowymi, realizującymi działania na rzecz osób z zaburzeniami psychicznymi, w tym osobami niepełnosprawnymi intelektualnie – współpraca z rodzinami/opiekunami ma na celu ujednoczenie działań, w tym przestrzeganie odpowiednich norm i zasad, co w założeniu powinno być kontynuowane w domu po zajęciach, a także poprzez poznanie zwyczajów domowych i potrzeb uczestnika adekwatne przygotowanie programu zajęć; współpraca z innymi placówkami i organizacjami służy przede wszystkim wymianie doświadczeń, a także integrację środowiska, służącą zwiększeniu efektywności realizowanych działań.
- **Imprezy, spotkania i wyjazdy integracyjne** – działania ukierunkowane na poznawanie otaczającego świata, nawiązywanie kontaktu z innymi, relaks i wypoczynek, co z jednej strony aktywizuje uczestników i zbliża ich do społeczności lokalnej, która z kolei zwiększa świadomość i wiedzę na temat chorób psychicznych i niepełnosprawności, ograniczając tym samym izolację i dyskryminację tej grupy.

Przyjęcie do placówki:

Wniosek o skierowanie do domu na pobyt dzienny składa się do ośrodka pomocy społecznej właściwego ze względu na miejsce zamieszkania osoby ubiegającej się o skierowanie, dołączając zaświadczenie lekarskie, wydane przez lekarza psychiatrę lub lekarza neurologa, o występujących zaburzeniach psychicznych oraz zaświadczenie lekarza rodzinnego o stanie zdrowia i o braku przeciwwskazań do uczestnictwa w zajęciach domu wraz z informacją o sprawności w zakresie lokomocji osób niepełnosprawnych fizycznie, a także orzeczenie o niepełnosprawności lub orzeczenie o stopniu niepełnosprawności, o ile osoba takie posiada.

Adres:

Środowiskowy Dom Samopomocy w Gryfinie
ul. Sprzymierzonych 8A
74-100 Gryfino

Kontakt z nami:

Tel.: 91 416 93 51
e-mail: sds@gryfino.pl