

# ŚRODOWISKOWY DOM SAMOPOMOCY w Dębnie (ŚDS)

## JAK SKORZYSTAĆ Z OFERTY?

Osoby pełnoletnie chętne do udziału w zajęciach Środowiskowego Domu Samopomocy zgłaszają się do właściwego ze względu na miejsce zamieszkania Ośrodka Pomocy Społecznej z podaniem o przyjęcie do placówki.

### Wymagane dokumenty:

- podanie (kierowane do OPS),
- zaświadczenie od lekarza specjalisty (psychiatry lub neurologa),
- zaświadczenie od 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,
- aktualne orzeczenie o stopniu niepełnosprawności (jeśli takie posiada).

Skierowanie do Środowiskowego Domu Samopomocy następuje w drodze decyzji administracyjnej wydanej przez Ośrodek Pomocy Społecznej.

### Procedura przyjęcia do DDP:

1. **Rozmowa wstępna w DDP,**
2. **Zaświadczenie lekarskie,**
3. **Wywiad pracownika socjalnego OPS,**
4. **Decyzja administracyjna OPS.**

Dokumenty rekrutacyjne dostępne są do pobrania na stronie internetowej [www.debno.pl](http://www.debno.pl) w zakładce **MIESZKANIEC – POMOC SPOŁECZNA** oraz w siedzibie Ośrodka Pomocy Społecznej w Dębnie przy ul. Droga Zielona 1, tel. 95 760 93 45.



Kontakt:

## Środowiskowy

## Dom Samopomocy

ul. Mickiewicza 36, 74-400 Dębno

Kierownik:

**Małgorzata Zagórska**

tel. 509 821 252

e-mail: [sdsdebno@wp.pl](mailto:sdsdebno@wp.pl)

 **Środowiskowy Dom Samopomocy w Dębnie**

**Projekt pn.: „Powstanie Domu Dziennego Pobytu i Środowiskowego Domu Samopomocy (ŚDS)” jest współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego oraz budżetu państwa w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Zachodniopomorskiego Oś priorytetowa Infrastruktura publiczna Działanie 9.3 Wspieranie rewitalizacji w sferze fizycznej, gospodarczej i społecznej ubogich społeczności i obszarów miejskich i wiejskich.**

**Cel: Nivelowanie pogłębiającego się zjawiska wykluczenia społecznego na obszarach rewitalizowanych.**

**Beneficjent: Gmina Dębno.**



## ŚRODOWISKOWY DOM SAMOPOMOCY W DĘBNIE

### DLA KOGO?

- osoby z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu głębokim, znacznym i umiarkowanym, a także osoby z niepełnosprawnością intelektualną w lekkim stopniu, gdy jednocześnie występują inne zaburzenia, zwłaszcza neurologiczne (typ B),
- osoby wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych, które zgodnie ze stanem wiedzy medycznej są zaliczane do zaburzeń psychicznych, z wyłączeniem osób czynnie uzależnionych od środków psychoaktywnych (typ C).

### CELEM DZIAŁALNOŚCI ŚDS

jest przystosowanie do funkcjonowania w środowisku m.in. poprzez: wsparcie psychiczne i społeczne, przeciwdziałanie izolacji społecznej, aktywizację, przywrócenie umiejętności samodzielnego radzenia sobie w życiu, pomoc w zachowaniu struktury dnia, pomoc w przeciwdziałaniu degradacyjnemu skutkom choroby.



### ŚDS JEST MIEJSCEM, W KTÓRYM MASZ MOŻLIWOŚĆ:

- doświadczyć atmosfery zrozumienia i akceptacji,
- uzyskać pomoc i wsparcie w trudnych sytuacjach życiowych,
- poczuć się pewniej w kontaktach z innymi ludźmi, nawiązać nowe znajomości,
- spróbować być bardziej aktywnym, obudzić w sobie motywację do działania i wprowadzania korzystnych zmian w swoim życiu,
- poczuć się bardziej wartościowym i pewnym siebie,
- zrozumieć swoje trudne doświadczenia i uczyć się radzić sobie z konsekwencjami kryzysu psychicznego,
- nabywać umiejętności niezbędne w codziennym życiu, stawać się bardziej samodzielnym.
- podejmować kroki w kierunku zdobycia zatrudnienia,
- rozwijać swoje zainteresowania, poznawać nowe sposoby spędzania czasu,
- poznać lepiej siebie, swoje potrzeby, możliwości.



### OFERUJEMY ZAJĘCIA WSPIERAJĄCO-AKTYWIZUJĄCE:

- pobyt w warunkach dostosowanych do osób niepełnosprawnych 8 godzin dziennie, od poniedziałku do piątku w dni robocze (od 7.15 do 15.15),
- treningi funkcjonowania w codziennym życiu
- zajęcia: kulinarne, porządkowe, higieniczne, budzetowe, umiejętności praktycznych, ergoterapia,
- trening umiejętności interpersonalnych (m.in. komunikacji, asertywności, zajęcia integracyjne) i rozwiązywania problemów,
- trening umiejętności spędzania czasu wolnego,
- terapia zajęciowa, arteterapia,
- trening radzenia sobie ze stresem, relaksacja,
- trening funkcji poznawczych (pamięci, uwagi, myślenia itp.),
- poradnictwo psychologiczne,
- aktywizacja zawodowa, zajęcia komputerowe,
- terapia ruchowa, zajęcia sportowe.

