



SENIOR WIGOR
DZIENNY DOM W SŁAWKOWIE

2019 -04- 15

Materiały na sesję Rady Miasta

Informacja o działalności Dziennego Domu „Senior – Wigor” w Sławkowie w 2018 roku

Opracowanie: Paweł Szreter

DZIENNY DOM „SENIOR – WIGOR W SŁAWKOWIE | 41-260 SŁAWKÓW UL. KOŚCIELNA 11

**Informacja na sesję Rady Miasta Sławkowa z działalności Dziennego Domu
„Senior – Wigor” w Sławkowie**

WSTĘP. Powstanie, cele, założenia.

Dzienny Dom „Senior – Wigor” w Sławkowie jest częścią Rządowego Programu „Senior-Wigor” i stanowi odpowiedź na występujące również w Sławkowie niekorzystne procesy demograficzne związane ze starzeniem się społeczeństwa. Powstał w roku 2015, w oparciu o Edycję 2015 Programu, w części dotyczącej wyposażenia Dziennych Domów oraz środki własne Gminy Sławków. W latach 2016 - 2019 występowaliśmy z ofertą na dotację w ramach Modułu II Programu – dofinansowanie do bieżącej działalności Dziennych Domów. Środki zostały pozyskane, w tym miesiącu jesteśmy na etapie przygotowywania umowy na bieżący rok.

Powstanie Domu wynika między innymi z realizacji Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych dla miasta Sławkowa, w działaniu 1.3.1: utworzenie ośrodka pobytu dziennego dla osób starszych, które jest odpowiedzią na wynikające z analizy SWOT zagadnienia: brak domu dziennego pobytu dla osób starszych, starzenie się społeczeństwa. Dzienny Dom wpisuje się również w inne cele i działania Strategii. Są to: cel strategiczny 1 Poprawa zdrowia mieszkańców, cel operacyjny 1.2 rozwój współpracy między służbami, działanie 1.4.3 Zachęcanie do udziału w grupach wsparcia (samopomocowych), cel strategiczny 2 przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu i zawodowemu w bezpiecznym mieście, cel operacyjny 2.1 poprawa współpracy między instytucjami działającymi na rzecz mieszkańców miasta Sławkowa, działanie 2.1.3 Realizacja projektów ukierunkowanych na przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu, działanie 2.5.1 Propagowanie aktywnych form wypoczynku i rekreacji, działanie 2.5.2 Rozwijanie różnorodności ofert działań kierowanych do mieszkańców. Wpisuje się również w realizację Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Śląskiego na lata 2014-2020 w Działaniu 9.2 dostępne i efektywne usługi społeczne i zdrowotne, Działaniu 10.2 Rozwój mieszkalnictwa socjalnego, wspomaganego i chronionego oraz infrastruktury usług społecznych. Jest komplementarny z celami i kierunkami działań Strategii Polityki Społecznej Województwa Śląskiego na lata 2006 – 2020: - cel strategiczny 3: Wspieranie osób starszych w pełnieniu ról społecznych; Kierunki działań: 3.1.Włączanie osób starszych do działań na rzecz rozwoju środowiska lokalnego

3.2. Dostosowanie systemu wsparcia, w tym pomocy społecznej do potrzeb starzejącego się społeczeństwa.

Dzienny Dom „Senior – Wigor“ w Sławkowie wypełnia lukę w świadczeniu usług wspierających seniorów, zapewniając nie tylko szeroko pojęte usługi opiekuńcze ale również dbając o rozwój uczestników i propagując model godnego życia w wieku poprodukcyjnym.

CHARAKTERYSTYKA PLACÓWKI. Zasoby, podstawowa działalność.

Dzienny Dom "Senior – Wigor" w Sławkowie mieści się przy ulicy Kościelnej 11, w ścisłym centrum miasta, co ułatwia dostępność obiektu dla seniorów. W budynku mieszczą się również Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej oraz Caritas. Budynek wyposażony jest w udogodnienia dla osób, mających trudności w poruszaniu się. W otoczeniu budynku znajdują się miejsca parkingowe dla niepełnosprawnych, podjazd dla wózków inwalidzkich, a sam budynek wyposażony jest w windę.

Uczestników do Dziennego Domu kieruje, na drodze decyzji administracyjnej, po rozeznaniu sytuacji, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sławkowie.

Jako ośrodek wsparcia typu dziennego, Dzienny Dom "Senior – Wigor" w Sławkowie świadczy usługi dla nieaktywnych zawodowo osób powyżej 60 roku życia, od poniedziałku do piątku, w godzinach 8 – 16. Bieżąca działalność Domu polega na świadczeniu seniorom usług pomocy w czynnościach codziennych, w tym zapewnieniu gorącego posiłku oraz innych usług wspomagających, które są dostosowane do potrzeb uczestników.

Dzienny Dom „Senior – Wigor” w Sławkowie realizuje następujące, wynikające ze statutu, cele: zapewnienie wsparcia seniorom oraz kompensowanie skutków samotności, niesamodzielności i niepełnosprawności, a także propagowanie modelu godnego życia w wieku senioralnym poprzez:

- + przeciwdziałanie izolacji i marginalizacji osób starszych,
- + opiekę i pomoc w rozwiązywaniu codziennych problemów,
- + zapewnienie aktywności ruchowej, edukacyjnej i kulturalnej,
- + organizowanie działań poświęconych rozwojowi seniorów,
- + ograniczenie skutków niepełnosprawności fizycznej.

Zgodnie z Regulaminem Organizacyjnym nadrzędnymi celami działalności Dziennego Domu „Senior – Wigor” w Sławkowie są: zapewnienie wsparcia seniorom, kompensowanie skutków samotności, niesamodzielności i niepełnosprawności oraz propagowanie modelu godnego życia w społeczeństwie. Realizowane są one przez:

przeciwdziałanie izolacji i marginalizacji osób starszych, ograniczanie skutków niepełnosprawności fizycznej, opiekę i pomoc w rozwiązywaniu codziennych problemów, popularyzację interesujących ich zagadnień, stworzenie warunków sprzyjających samorealizacji, wykorzystanie tkwiącego w uczestnikach potencjału wiedzy i umiejętności, utrzymywanie i rozwijanie sprawności psychofizycznej, mobilizację środowiska lokalnego do współdziałania na rzecz seniorów, działania podejmowane przez Seniorów na rzecz środowiska lokalnego.

Zgodnie z Programem udostępniamy seniorom infrastrukturę pozwalającą na aktywne spędzanie wolnego czasu, zaktywizowanie seniorów, zaangażowanie ich w działania samopomocowe oraz działalność na rzecz środowiska lokalnego. Zadaniem Programu jest poprawa jakości życia seniorów, zapewnienie im wsparcia dostosowanego do potrzeb, zintegrowanie środowiska senioralnego, zaangażowanie w życie społeczności lokalnej.

W Domu znajdują się następujące pomieszczenia: jadalnia, połączona z aneksem kuchennym, który wyposażony jest w sprzęty, naczynia i urządzenia umożliwiające przygotowywanie i spożywanie posiłków przez seniorów; pomieszczenie służące zwiększeniu aktywności fizycznej seniorów (na wyposażeniu którego znajdują się rowerki stacjonarne, orbitrek, materace, drobny sprzęt do ćwiczeń, rotory, piłki i maty do ćwiczeń, drabinki, twister, i in.); szatnia; pomieszczenie klubowe wyposażone w sprzęt rtv i komputer z dostępem do Internetu, biblioteczkę, prasę, gry planszowe, kanapę, fotele, stolik oraz szafę z indywidualnymi szafkami; pomieszczenie do odpoczynku – z fotelami przystosowanymi do leżenia; sala do terapii zajęciowej, wyposażona w stół, fotele, komputer z dostępem do Internetu; łazienka przystosowana dla osób niepełnosprawnych, wyposażona w uchwyty, przystosowaną umywalkę; łazienka z prysznicem przystosowanym dla osób niepełnosprawnych (krzeselko i uchwyty) wraz z miejscem na pralkę i sprzęt do prasowania.

Na kadrę Dziennego Domu „Senior – Wigor“ w Sławkowie składają się: kierownik, opiekunka osób starszych z uprawnieniami do prowadzenia warsztatów terapii zajęciowej oraz księgowa, pełniąca również obowiązki kadrowej.

Głównym celem w naszej pracy z seniorami jest tworzenie bezpiecznej, przyjaznej, domowej atmosfery. Ciepła atmosfera stwarza możliwość budowania dobrych relacji w grupie seniorów, jak również między uczestnikami a pracownikami, daje poczucie bezpieczeństwa. W tej bezpiecznej atmosferze, wśród rówieśników, znajdują wspólne tematy, rozmawiają o podobnych problemach, chorobach, otwierają się na innych, wychodzą z samotności, ze świata ograniczonych relacji. Dzięki temu możliwe jest lepsze ich poznanie,

rozeznanie potrzeb, problemów, szukanie mocnych stron, na bazie których dobieramy dla każdego konkretne usługi i formy pomocy. Znalezienie mocnych stron i odpowiednie dobranie zajęć, skutkuje zwiększeniem samooceny i pewności siebie, daje poczucie wiary we własne możliwości. Seniorzy przechodząc ten aklimatyzacyjny etap stają się bardziej otwarci na otaczający świat, w tym oferowane przez niego udogodnienia.

Kolejnym etapem pracy z uczestnikami jest wielopoziomowe rozwijanie ich zasobów oraz kompensowanie negatywnych skutków samotności, chorób, niepełnosprawności. Na tym etapie motywujemy seniorów do dbania o zdrowie, wygląd, utrzymanie dobrej kondycji fizycznej, rozwijamy zainteresowania.

W realizację celów włączamy możliwie jak najszersze otoczenie podopiecznych, począwszy od kręgów najbliższych – rodzina, przyjaciele, środowiskowych – sąsiedzi, znajomi, na lokalnych i instytucjonalnych skończywszy – środowisko lokalne, urzędy, placówki kulturalne, edukacyjne, parafię, itp.

Głównymi grupami świadczonych przez nasz Dom usług są: usługi socjalne, edukacyjne, kulturalno – oświatowe, aktywności ruchowej, sportowe, rekreacyjne, aktywizujące społecznie, terapii zajęciowej.

W ramach podstawowych usług socjalnych dostarczamy uczestnikom gorący posiłek, kawę, herbatę, ciastko oraz zdrowe przekąski w postaci owoców i warzyw, świeżych soków z owoców i warzyw. Prowadzimy również zajęcia kulinarne, będące jednocześnie częścią terapii zajęciowej, podczas których uczestniczki dzielą się swoim dorobkiem kulinarnym. Umożliwiamy uczestnikom korzystanie z kąpieli, robienie prania, suszenia i prasowania odzieży, pościeli, itp. Motywujemy do dbania o własny wizerunek.

Szerzej rozumiane usługi socjalne realizujemy przez rozpoznanie środowiska uczestników. W miarę potrzeb oferujemy również pomoc w załatwianiu spraw osobistych życia codziennego, w tym dostępu do świadczeń zdrowotnych (motywowanie do leczenia, umawianie wizyt lekarskich, przepisywanie leków, pomoc w uzyskaniu dofinansowania do środków medycznych, codzienne monitorowanie samopoczucia, wagi), usług rzemieślniczych, etc. Prowadzimy stałe pomiary ciśnienia tętniczego krwi.

Z usług edukacyjnych prowadzimy ćwiczenia rozwijające intelektualnie, manualnie, dodatkowo pracujemy nad podniesieniem samooceny i rozwojem zainteresowań. Nauka obsługi komputera dla uczestników wpleciona jest w ich zainteresowania i zakłada wykorzystywanie np. w poszukiwaniu interesujących artykułów, nowych wzorów do terapii zajęciowej, pogadank o historii miasta, itd. W ubiegłym roku przeprowadziliśmy warsztaty z fizjoterapeutą i ratownikiem medycznym, jako serię spotkań tematycznych z wybranymi

zagadnie.

W ramach świadczenia usług kulturalno – oświatowych skupiamy się przede wszystkim na aspektach wspierania i utrzymania sprawności psycho – fizycznej uczestników oraz kompensowaniu negatywnych skutków samotności. Prowadzimy zarówno gry towarzyskie, testy wiedzy, wspólne śpiewanie, jak również oglądanie wybranych programów telewizyjnych, czytanie książek, dyskusowanie o wybranych artykułach, aktualnych wydarzeniach. W przypadku osób wykazujących deficyty pamięci prowadzimy codzienne treningi pamięci w oparciu o specjalne zestawy ćwiczeń.

Rozwijając aktywność ruchową mobilizujemy uczestników do zachowania dobrej formy fizycznej. Dzięki zakupom sprzętu sportowego i rehabilitacyjnego prowadzimy zajęcia aktywizacji ruchowej. Ćwiczenia te obejmują: gimnastykę (specjalnie dobrany zestaw ćwiczeń mający na celu ogólne usprawnienie kończyn, mięśni tułowia, ćwiczenie koordynacji ruchowej), nordic walking, spacerowanie oraz ćwiczenia na przyrządach – rowerek i orbitrek, rotory, i in.

Motywuujemy seniorów do uczestniczenia w grach: piłka, ringo, badminton.

Z usług aktywizacji społecznej motywujemy seniorów do działań samopomocowych, polegających na pomocy pozostałym uczestnikom swoimi umiejętnościami, radą (drobne naprawy, przeróbki ubrań itp). Prowadzimy również starania zmierzające do budowania i utrzymania prawidłowych relacji i łagodzenia konfliktów w rodzinach. Organizujemy wspólne wyjścia na imprezy organizowane przez instytucje kultury. Uczestniczymy w świętach narodowych. Dodatkowo prezentujemy wytwory uczestników, m.in. przez wręczanie z okazji świąt własnoręcznie robionych dekoracji i kartek okolicznościowych.

W ramach terapii zajęciowej prowadzimy zajęcia z papieroplastyki, rękodzieła artystycznego, muzykoterapii, plastyczne. Uczestnicy sami decydują o formach zajęć, które ich interesują. W ramach współpracy z wolontariuszką prowadziliśmy zajęcia z decoupage.

Z pozostałej działalności zapewniamy uczestnikom stały dostęp do niezbędnych artykułów żywności, środków czystości, chemii gospodarczej – zarówno do osobistego użycia (np. mycie, kąpiele, pranie) jak i do utrzymania czystości w Domu. Zakupiliśmy również wyposażenie pracowni i kuchni: ciśnieniomierz, robot kuchenny, garnki i inne przybory kuchenne, grzejniki, wentylator, drukarka, ekspres do kawy, wyciskarka do soków, waga, fotel do masażu i in.

CHARAKTERYSTYKA GRUPY. Uczestnicy.

Grupa docelowo może liczyć 15 osób. MOPS do tej pory skierował do Dziennego Domu 18 osób. W roku 2018 w zajęciach w placówce aktywnie korzystało 10 osób. Do tego wliczyć trzeba kilkudziesięciu innych seniorów, którzy brali udział w organizowanych przez nas zajęciach, warsztatach, Tygodniu Seniora.

Grupa uczestników jest zróżnicowana pod względem wiekowym, sprawności fizycznej, umysłowej. Najliczniejszą grupę stanowią osoby w wieku 80 lat i więcej. Dwie nie osiągnęły jeszcze 70 lat, jedna przekroczyła 90-ty rok życia. Jedna pozostaje w związku małżeńskim, pozostałe są samotne, w tym większość mieszka sama.

Kilkoro uczestników ma trudności w sprawnym poruszaniu się. Wymaga pomocy lub asekuracji osób trzecich, środków pomocniczych. Większość jest pod stałą opieką lekarską ze względu na stan zdrowia.

Uczestnicy bardzo dobrze reagują na wszelkie formy luźnych zajęć, opartych na komunikacji interpersonalnej i integracji. Lubią gry planszowe i zabawy grupowe. Mniejszym zainteresowaniem cieszą się zajęcia zorganizowane, wymagające podjęcia wysiłku, gimnastyka, ćwiczenia wspierające pamięć. Często proponują wspólne oglądanie interesujących programów telewizyjnych, dyskusje na bieżące tematy społeczne. Proszą o pomoc w wyjaśnieniu zagadnień technicznych, pism urzędowych. Na bieżąco reagujemy na ich problemy codzienne. Kierujemy do odpowiednich instytucji, telefonicznie uzyskujemy informacje lub interweniujemy, umawiamy, itp.

**Dzienny Dom „Senior - WIGOR”
41-260 Sławków, ul. Kościelna 1.**

KIEROWNIK
Dziennego Domu „Senior-WIGOR
w Sławkowie

mgr Paweł Szreter