



Środowiskowy Dom
Samopomocy w Bytomiu



OŚRODEK WSPARCIA DLA OSÓB Z ZABURZENIAMI PSYCHICZNYMI

INTEGRACJA



Środowiskowy Dom
Samopomocy w Bytomiu

Środowiskowy Dom Samopomocy „Integracja” w Bytomiu

Jesteśmy dziennym ośrodkiem wsparcia, działającym na terenie Bytomia, przeznaczonym dla osób dorosłych po doświadczeniu kryzysu psychicznego. Świadczymy usługi wspierająco-aktywizujące mające na celu poprawę bądź utrzymanie satysfakcjonującego poziomu funkcjonowania psychospołecznego naszych podopiecznych.

Dla kogo ŚDS?

Misją naszej Ośrodka jest udzielanie pomocy osobom przewlekle psychicznie chorych - Typ A (diagnozy, m.in. schizofrenia, zaburzenia schizoafektywne, schizotypowe, zaburzenia afektywne dwubiegunowe, depresja) i osobom wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych - Typ C (głównie osoby z różnymi postacią otępienia w początkowych stadiach).

Ośrodek czynny jest od poniedziałku do piątku w godzinach od 7³⁰ do 15³⁰.

Obecnie przeznaczony jest dla 47 uczestników.



ŚDS „Integracja” jest miejscem, w którym masz możliwość m.in.:

- 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 bardziej samodzielnym.
- Podejmować kroki w kierunku zdobycia zatrudnienia.
- Rozwijać swoje zainteresowania, poznawać nowe sposoby spędzania czasu.
- Poznać lepiej siebie, swoje potrzeby, możliwości.



Prowadzimy zajęcia wspierająco-aktywizujące m.in.:

- Treningi funkcjonowania w codziennym życiu: porządkowy, higieniczny, budżetowy, umiejętności praktycznych, ergoterapię.
- Trening umiejętności interpersonalnych (m.in. komunikacji, asertywności, zajęcia integracyjne) i rozwiązywania problemów.
- Trening umiejętności spędzania czasu wolnego.
- Terapię zajęciową, arteterapię.
- Trening radzenia sobie ze stresem, relaksację.
- Trening funkcji poznawczych (pamięci, uwagi, myślenia itp.).
- Psychedukację, trening radzenia sobie z objawami choroby.
- Poradnictwo psychologiczne.
- Aktywizację zawodową, zajęcia komputerowe.
- Terapię ruchową, zajęcia sportowe.
- Grupę wsparcia dla rodzin z elementami psychedukacji dla rodzin uczestników.

Jak wygląda dzienny plan zajęć w ŚDS?

Zajęcia prowadzone są w formie grupowej, bądź indywidualnej. Indywidualny plan zajęć jest opracowywany wraz z uczestnikiem.

7 ³⁰ – 8 ³⁰	śniadanie
8 ³⁰	społeczność terapeutyczna
9 ¹⁵	gimnastyka
10 ⁰⁰ – 11 ²⁰	zajęcia grupowe
11 ²⁰ – 11 ⁴⁰	przerwa
11 ⁴⁰ – 13 ⁰⁰	zajęcia grupowe
13 ⁰⁰ – 13 ³⁰	obiad dla osób z decyzją na wyżywienie

Zespół wspierająco-aktywizujący ŚDS:

psychiatra, psycholog, aspirant pracy socjalnej, pedagog, pielęgniarki, terapeuci, terapeuci zajęciowi, opiekun, technik fizjoterapii.



W jaki sposób zostać uczestnikiem ŚDS „Integracja”? – procedura przyjęcia

Osoba kontaktuje się osobiście lub telefonicznie z placówką celem umówienia się na rozmowę z psychologiem.

Po przeprowadzonej rozmowie (wstępnej kwalifikacji) osoba zainteresowana zgłasza się do Środowiskowego Domu Samopomocy „Integracja” w Bytomiu celem pozyskania zaświadczenia do lekarza psychiatry oraz lekarza rodzinnego. Następnie z wymaganymi dokumentami udaje się do pracownika socjalnego (MOPR w Bytomiu) właściwego ze względu na miejsce zamieszkania osoby ubiegającej się o skierowanie.



ROZMOWA
WSTĘPNA W ŚDS



ZAŚWIADCZENIE
LEKARSKIE



PUNKT MOPR
WYWIAD PRACOWNIKA
SOCJALNEGO



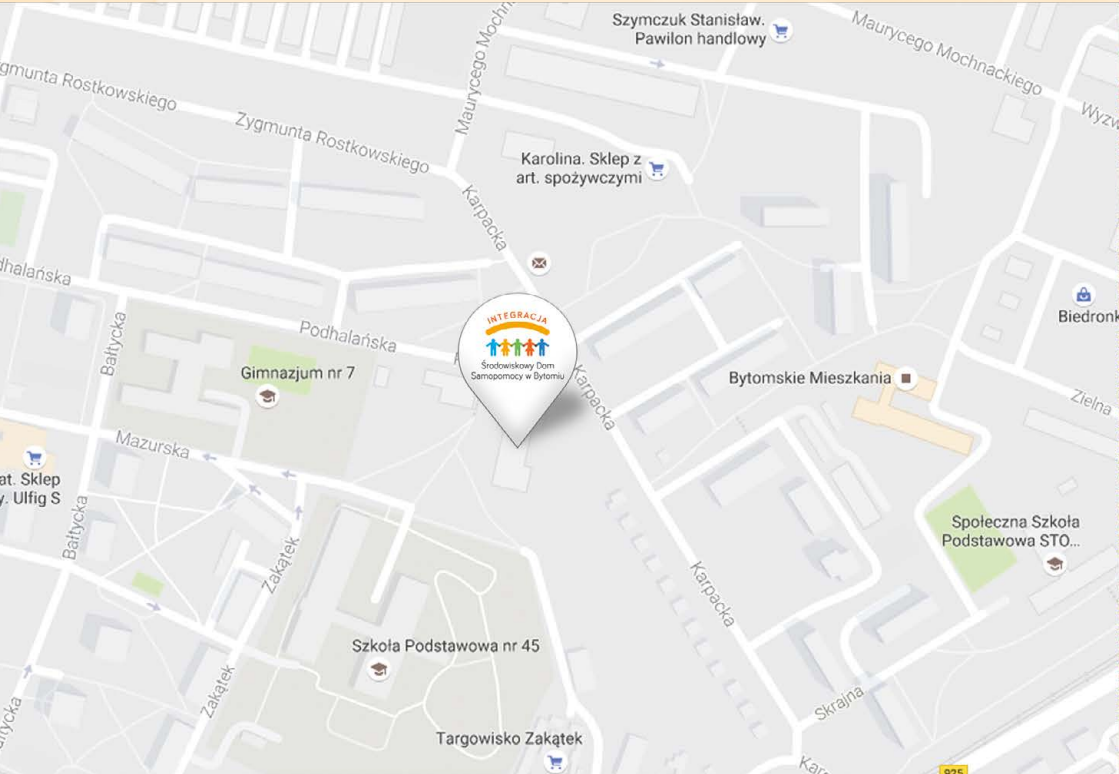
DECYZJA
ADMINISTRACYJNA
MOPR



INTEGRACJA



Środowiskowy Dom Samopomocy w Bytomiu



Środowiskowy Dom Samopomocy „Integracja” w Bytomiu



ul. Karpacka 25
41-907 Bytom
(Szombierki)



32 280 85 29



dyrektor@sdsbytom.pl
p.socjalny@sdsbytom.pl

www.sdsbytom.pl