

NAJBLIŻSZE PLANY...

To przede wszystkim wyczekiwana przez uczestników wycieczka do Szczawnicy, drugi etap integracyjnego spotkania "Trzymamy formę", zawody kręglarskie i Andrzejkowy bal maskowy. Wszystkie te przedsięwzięcie zostaną zorganizowane przy współpracy ze Stowarzyszeniem "Ja też pomagam".



REDAKCJA:

Justyna Antoniewicz,
Rafał Mietliński,
Radosław Więckowski,
Tomasz Wieczny
Łukasz Chwistek
Maciej Nowacki
Izabela Kotus
Szymon Kuklewski
Maciej Lenarczyk
Joanna Żelichowska,
Marlena Chuda
Agnieszka Wojtkowiak

DRUK: DRUKARNIA REAL

JESTEŚMY W SIECI!

Od niedawna można znaleźć najświeższe informacje o naszych działaniach w sieci.

Zapraszamy na nasz profil na Facebooku i na stronę: <http://sds.mgopsgostyn.pl/>

zaloguj się | zarejestruj się | mapa strony |

Środowiskowy Dom Samopomocy w Gostyniu

- Strona główna
- Aktualności
- Nasz Dom
- Postępowanie wspierająco-aktywizujące
- Uczestnicy

ŚRODOWISKOWY DOM
SAMOPOMOCY W
GOSTYNIU

WYDANIE SPECJALNE



NOWINKI ŚRODOWISKOWEJ RODZINKI

WRZESIEŃ 2013

<http://sds.mgopsgostyn.pl/>

W TYM NUMERZE:

IMPREZY 2

INTEGRA-
CJA 2

SPORT 3

GOŚCIE 4

TURYSTY-
KA 4

WSPÓL-
PRACA 5

WYPOWIE-
DZI 6

KU LEPSZEMU

Koniec roku 2012 był czasem wielkich remontów w naszym Domu, po których wnętrza zyskały nowe oblicze. Zajęcia w roku 2013 rozpoczęliśmy w nowej pracowni plastycznej, muzycznej, biblioterapii i teatralnej, które zostały przeniesione na parter do powiększonej części budynku. Ponadto rozpoczęła działalność pracownia ogólnoużytkowa oraz urządziliśmy pokój wyciszeń. Pomieszczenie rehabilitacji zyskało nową podłogę. Odświeżone zostały pomieszczenia biurowe oraz pracownia kulinarna. Na koryta-

ru pojawiły się płytki antypoślizgowe oraz zainstalowano ochronę przeciwpożarową. Od czerwca br. w naszym domu zwiększono ilość miejsc pobytowych z 28 na 31. Na początku września na piętrze budynku założono klimatyzację. Końcówka tego roku również będzie obfitowała w remontowe rewolucje. Czekamy z niecierpliwością na efekt końcowy.



NAJWAŻNIEJSZE WYDARZENIA MINIONEGO ROKU W PIGUŁCE

Wewnętrzne imprezy okolicznościowe, które co-rocennie przygotowujemy i obchodzimy, gdyż kultywowanie tradycji, zwyczajów narodowych i okolicznościowych jest istotnym elementem naszej edukacji. Najważniejszymi są Spotkanie wigilijne i Śniadanie wielkanocne, ale dbamy też by nie zanikły w naszym kalendarzu takie obrzędy jak Dzień Kobiet i Dzień Chłopaka, Pierwszy Dzień Wiosny, Dzień Rodzica, Andrzejkki czy Walentynki. Z początkiem każdego roku wybieramy nowy skład Rady Domu i opiekuna Rady, która m.in pełni nadzór nad przygotowaniem okolicznościowych imprez oraz innych atrakcyjnych form terapii i zabawy w naszym domu. Na stałe w nasz kalendarz wpisały się wizyty w gostyńskim schronisku i zbiórka wśród uczestników na karmę dla psiaków. W listopadzie zawsze przeprowadzamy wewnętrzne eliminacje do konkursu Recytatorskiego im Kaspара Miaskowskiego w Piaskach.



TROCHĘ KULTURY

Korzystanie z dóbr kultury jest dla nas bardzo ważne. Dużo oferuje nam nasze miasto: wychodzimy na wystawy do Muzeum i Biblioteki, spektakle do GOK Hutnik, dbamy o rocznice ważne dla naszego regionu i związane z nimi pomniki. Korzystamy z zaproszeń Szkoły Muzycznej. Dzięki współpracy ze Stowarzyszeniem "Ja też pomagam" w tym roku byliśmy w Teatrze Muzycznym w Poznaniu oraz na seansie



filmowym w gostyńskim kinie. W czerwcu ważnym wydarzeniem była dla nas kolejna odsłona "Zwykłej wystawy, niezwykłych ludzi", na której prezentujemy szerszemu gronu odbiorców nasze prace plastyczne oraz wyroby z rękodzieła. Zapraszamy też inne placówki eksponowania swoich wytworów.

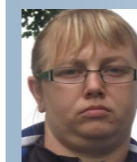
O WAKACJACH I POBYCIE W ŚDS



Maciej N wyjechał z rodzicami również nad morze, do Unieścia. Najbardziej polubił widoki wzburzonego morza, gdyż aura często się zmieniała. Maciejowi nie przeszkadzał tłum ludzi i chętnie spacerował po okolicy i korzystał z oferowanych atrakcji. Stwierdził, że na kąpiel woda była za zimna. Podczas pobytu zwiedził też z rodzicami Kołobrzeg.



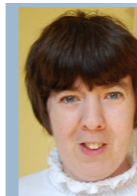
Tomek poleca wakacje w Wieleniu, gdyż sam co roku je tam spędza. Tomek z rodzicami ma domek w tej wypoczynkowej miejscowości i bywa tam często, nawet poza sezonem wakacyjnym. Z każdego wyjazdu ma zawsze dużo do opowiedzenia. Oprócz wypoczynku nad jeziorem, Wielen oferuje wiele ciekawych atrakcji: zabytkowe kościoły, park, budynek strzelnicy, Wieża Bismarcka, barokowy pałac i stare domy z końca 18 w. Jest co zwiedzać. Tomek spędza czas w Wieleniu chodząc na spacerki nad rzekę Noteć, spędzając czas na plaży, gdzie obserwuje otoczenie i zażywa kąpeli wodnych.



Marlena Ch: Dobrze czuje się na scenie, dlatego lubi wszystkie występy teatru Ga-duła, te ośrodkowe i te wyjazdowe. Chętnie korzysta z zajęć na kręgielni i lubi wszelkie wyjścia w plener: spacerki i rekreację na działce, bo wtedy można zrobić dużo ciekawych zdjęć. Marlena ma miłe wspomnienia z zeszłorocznej zabawy andrzejkowej i tegorocznej też nie może się doczekać. Ale najbardziej jest zadowolona z faktu, że w tym roku przełamała opory przed wodą i po długim czasie skorzystała z zajęć na basenie.



Szymon: na pierwszym miejscu stawia zajęcia w pracowni muzycznej. Dowodem na jego zamiłowanie do muzyki jest fakt, iż kilka razy w tygodniu przyjeżdża do ŚDS z nową płytą, ze swoimi ulubionymi utworami. Jest fanem sprzętu ciężkiego i to on jest głównym tematem jego prac plastycznych, gdy spędza czas w pracowni ogólnoużytkowej. Z ostatniego roku najbardziej utkwił w pamięci seans filmowy w kinie, zajęcia na basenie oraz pobyt nad jeziorem w Cichowie. Ma problemy z szybkim poruszaniem i bardzo się ucieszył na wiadomość, że w tym roku w naszym ŚDS pojawi się winda. Mimo tego obiecał, że ze schodów też będzie codziennie korzystał, gdyż jego nogi wymagają ćwiczeń.



„Izabela: stara się realizować w każdej pracowni. Podkreśla, że najbardziej odpowiadają jej zajęcia w pracowni plastycznej i komputerowej, pod warunkiem że nie są zbyt trudne. Iza zawsze pamięta o swoim dyżurze porządkowym, ale też dba o to, by inni go nie unikali. Nie opuszcza żadnego wyjścia na kręgielnię i chętnie korzysta z basenu. Ale najbardziej nie może doczekać się wycieczki.



Maciej L - bardzo lubi swoją rolę jako członka Rady Domu i stara się ją pełnić jak najlepiej: prowadzi zbiórkę pieniędzy na karmę dla zwierząt, pamięta o przygotowaniu i wręczeniu imieninowych laurek solenizantom i dba, by gazetka ścienna na korytarzu była zawsze aktualna. Bardzo się cieszy na wycieczkę do Szczawnicy. Ostatnio najbardziej przypadło mu do gustu lepienie różnych ozdób i figurek z masy solnej w pracowni ogólnoużytkowej, ale stara się w tygodniu uczestniczyć w zajęciach każdej pracowni.

WSPÓŁPRACA

Stowarzyszenie Ja też pomagam", którego członkowie pozyskują dodatkowe środki na działania skierowane do m.in. uczestników domu. W tym minionym roku, dzięki funduszom Stowarzyszenia, odbyły się następujące przedsięwzięcia, których byliśmy uczestnikami :

Andrzejkowy Bal Maskowy

Zwykła Wystawa Niezwykłych Ludzi

Wyjazd do Teatru Muzycznego w Poznaniu

Impreza integracyjna "Zdrowo jemy zdrowo żyjemy"

Wyjścia na basen i seans filmowy w kinie

Gimnazjum Nr 2, z którym podpisaliśmy porozumienie o Wolontariacie. Od tego czasu uczennice szkoły - wolontariuszki, aktywnie uczestniczą w naszym życiu, pomagając przy codziennej pracy oraz podczas imprez, spędzając czas wolny na rozmowach i wspólnych zajęciach rekreacyjnych.



Przez cały rok korzystamy z wielu zaproszeń z innych, zaprzyjaźnionych ośrodków: ŚDS, WTZ, DPS i placówek zrzeszających osoby niepełnosprawne i nie tylko, uczestniczymy w organizowanych przez nich konkursach sportowych, imprezach integracyjno-kulturalnych, przeglądach teatralnych, zabawach tanecznych, konkursach muzycznych i plastycznych. Za wszystkie zaproszenia skierowane do uczestników naszego Domu **bardzo dziękujemy**.



ZASŁYSZANE WYPOWIEDZI



Radek był nad morzem, w Międzywodziu. "Pobyt był bardzo aktywny- mówi Radek - nie było czasu na nudę". W ciągu tygodnia zwiedził Międzyzdroje, a w nich Muzeum Figur Woskowych oraz aleję gwiazd, Rewal a w nim park wielorybów i wesołe miasteczko, Trzęsacz a tam mury kościoła na skraju klifu, Dziwnów i park miniatur. Pogoda była zmienna, ale kilka razy udało mu się skorzystać z kąpieli słonecznej i wodnej. Również ośrodek w którym mieszkał z rodziną oferował wiele atrakcji. "Jedynym minusem były uciążliwe korki na drogach - mówi Radek, ale jak z każdych wakacji mam wiele miłych wspomnień i kolejnych doświadczeń".

Łukasz spędził wakacje na swojej działce ogrodowej z domkiem na wsi, gdzie ma dużo drzew owocowych i krzewów, rośliny ozdobne i kwiaty. Hoduje również z rodzicami króliki oraz dba o swojego psa. Łukasz zdecydowanie twierdzi, że w takim miejscu można się równie dobrze zrelaksować, wyciszyć i odpocząć, z daleka od tłumów miejscowości wypoczynkowej.

INTEGRACJA

To dla nas ważne słowo i wiele znaczy. Dlatego dbamy o jej wielokierunkowość. W tym roku miłym akcentem był fakt, iż gościliśmy u naszych znajomych w ŚDS w Chwałkowie, a w późniejszym czasie Oni złożyli nam również rewizytę. Drzwi Otwarte, które organizujemy w maju to okazja, by spotkać się i wymienić doświadczeniami z uczniami klasy integracyjnej z Gimnazjum nr 2 w Gostyniu oraz ze szkoły w Brzeziu. W znacznie szerszym gronie znajomych z innych ośrodków mogliśmy bawić się podczas Andrzejkowego Balu Maskowego.



Prezentacje Dorobku Artystycznego ŚDS, które co roku organizujemy, to okazja do zarówno zaprezentowania wyników naszej codziennej pracy, jak również do spotkania z ciekawymi ludźmi. Po raz pierwszy w tym roku zaprosiliśmy reprezentantów z zaprzyjaźnionych ośrodków skupiających osoby z niepełnosprawnością do zabawy tematycznej - konkurencji dotyczących zdrowego odżywiania.

SPORT

To dziedzina niezbędna w procesie naszej rehabilitacji. Preferujemy takie jej formy, które są dla nas osiągalne. Na co dzień, oprócz ćwiczeń na naszej sali, spacerów i zajęć sportowych w terenie, mamy możliwość cotygodniowych zajęć w kręgielni oraz wypadów na basen. Ponadto startujemy w licznych zawodach sportowych i spartakiadach. W tym roku sukcesem było 1 miejsce w Turnieju Bule w Piaskach oraz 5 miejsce na Podium podczas Ponadpowiatowej Spartakiady. W ramach zajęć organizujemy też Wewnętrzne Turnieje w Darta, Kości i Warcaby.



GOŚCIE

Aby uatrakcyjnić codzienne zajęcia i poszerzyć nasze horyzonty zapraszamy ciekawych gości, którzy opowiadają nam o swoich wykonywanych zawodach czy pasjach. Gościliśmy już: ludzi z ochrony, panów policjantów oraz psy policyjne, panią kosmetyczkę, pana leśnika, panów historyków, panią z ochrony środowiska, panią dietetyk. W tym roku zawitał do nas niecodzienny gość, mozambijczyk Denis Dengo. Po raz kolejny spotkaliśmy się z panem ratownikiem z drużyny WOPR z Gostynia, który dzieli się z nami swoją cenną wiedzą z zakresu udzielania pierwszej pomocy.



TURYSTYKA I REKREACJA

W miarę możliwości staramy się zwiedzać nasze piękne okolice a nawet kraj. Wycieczki z poprzednich lat do: Zakopanego, Polanicy, Kazimierza, Świeradowa i innych atrakcyjnych miejscowości pozostawiły nam niesamowite wrażenia i wspomnienia, do których często wracamy. Staramy się również co roku, by wyjechać na kilkudniowy biwak i sprawdzić swoją samodzielność i zaradność. Bywamy zwykle w Cichowie lub Boszkowie. W tym roku spędziliśmy dzień w stolicy Wielkopolski - Poznaniu, gdzie oprócz spektaklu w Teatrze Muzycznym, podziwialiśmy piękną roślinność Ogrodu Botanicznego oraz spacerowaliśmy nad jeziorem Maltańskim. W słoneczny dzień urządziliśmy wycieczkę do Cichowa, gdzie przygotowane atrakcje sportowo-rekreacyjne wypełniły nam dzień.



TERAPIA ZAJĘCIOWA W PRACOWNIACH

To jedna z podstawowych form naszej wielokierunkowej rehabilitacji. Codziennie, na zasadzie dobrowolnego wyboru każdego uczestnika, odbywają się zajęcia w pracowniach: kulinarnej, plastycznej, komputerowej, ogólnoużytkowej i siłwoterapii, teatralnej i biblioterapii, muzycznej oraz w sali rehabilitacji, gdzie ćwiczymy wg ustalonego harmonogramu.



INNE FORMY PRACY



Codziennym zajęciom towarzyszą niezbędne treningi umiejętności praktycznych, czynności samoobsługowych i zaradności życiowej z różnych dziedzin, trening nauki higieny, umiejętności personalnych i rozwiązywania problemów oraz trening umiejętności spędzania czasu wolnego.

Zajęcia edukacyjne odbywają się raz w tygodniu w 5 grupach, wg stopnia zaawansowania edukacyjnego, a mają na celu przede wszystkim naukę podstawowych umiejętności szkolnych oraz podtrzymanie na danym poziomie tych zdobytych. Spotkania społeczności w naszym Domu to czas, gdy raz w tygodniu omawiamy sprawy bieżące, podsumowujemy naszą tygodniową pracę oraz poruszamy ważne tematy. Niezwykle ważna dla wszystkich uczestników jest terapia psychologiczna, czyli możliwość rozmów indywidualnych oraz zajęcia grupowe z psychologiem oraz zajęcia z aktywizacji zawodowej, na których poszukujemy swoich mocnych stron, uczymy się motywacji oraz przygotowujemy cv i list motywacyjny.

na których poszukujemy swoich mocnych stron, uczymy się motywacji oraz przygotowujemy cv i list motywacyjny.