

PROJEKT NR 1

NAZWA PROJEKTU

„Grupa wsparcia dla osób z zaburzeniami depresyjno-lękowymi”

MIEJCE REALIZACJI

Ośrodek Pomocy Społecznej w Jastrzębiu-Zdroju

ISTOTA PROJEKTU

CEL GŁÓWNY:

Przywrócenie uczestnikom stanu spokoju, radości, chęci do działania, podniesienie samooceny, uświadomienie możliwości samorealizacji

CELE SZCZEGÓŁOWE:

- ✓ niesienie nadziei na powrót do zdrowia
- ✓ dzielenie się doświadczeniem w pokonywaniu związanych ze wspólnym problemem trudności,
- ✓ dzielenie się wsparciem emocjonalnym,
- ✓ zwalczanie bezradności wobec problemu, własnej choroby
- ✓ budowanie motywacji do zmiany swojej sytuacji życiowej
- ✓ wymiana użytecznych informacji
- ✓ pogłębianie wglądu i zrozumienia u uczestników oraz szukanie wspólnymi siłami rozwiązań
- ✓ pogłębianie wiedzy na temat natury zaburzenia poprzez uczestnictwo w sesjach psychoedukacyjnych prowadzonych przez lekarza psychiatrę

UZASADNIENIE PROJEKTU:

- ✓ odkrycie i zaakceptowanie poprzednio nieznanych lub nie akceptowanych stron własnej osobowości
- ✓ umiejętność dzielenia się zmartwieniami, a nie skrywanie ich w sobie
- ✓ zdobycie umiejętności wyrażania uczuć
- ✓ wyrażanie w asertywny sposób pozytywnych i / lub negatywnych uczuć wobec innych ludzi
- ✓ uświadomienie sobie, że sam ponoszę odpowiedzialność za to jak żyję, niezależnie od wsparcia i pomocy, jakie dają inni
- ✓ zdobycie wiedzy o tym, jaki jestem w relacjach z innymi ludźmi
- ✓ zwiększenie zaufania do innych
- ✓ poszerzenie wiedzy na temat zaburzeń depresyjno – lękowych pozwalającej na poprawę codziennego funkcjonowania

SPOSÓB REALIZACJI

Beneficjenci projektu

Projekt grupy wsparcia jest koncepcją skierowaną bezpośrednio do osób dotkniętych zaburzeniami depresyjno-lękowymi, z terenu miasta Jastrzębie-Zdrój. Potencjalni uczestnicy to klienci Ośrodka Pomocy Społecznej.

Aby zostać uczestnikiem zajęć zainteresowany musi ustnie wyrazić chęć uczestnictwa w spotkaniach, która ma być poparta systematycznym uczęszczaniem na zajęcia we wcześniej ustalonych terminach.

Udział w zajęciach jest bezpłatny i dobrowolny dlatego uczestnik sam bierze na siebie odpowiedzialność za swoją decyzję udziału w grupie.

Proponowana lokalizacja

Spotkania grupy wsparcia odbywać się będą w pomieszczeniu zlokalizowanym na parterze budynku Ośrodka Pomocy Społecznej w Jastrzębiu-Zdroju ul. Opolska 9. Pomieszczenie jest przystosowane do spotkań grupowych i uwzględnia specyfikę pracy w grupie i z grupą.

Wyposażenie

Pomieszczenie grupy wsparcia jest wyposażone w podstawowy sprzęt typu: stół, krzesła, tablica do pisania, materiały biurowe przewidziane dla uczestników oraz telewizor i magnetowid.

Przewidziana jest również możliwość przygotowania kawy lub herbaty, co wpływa na stworzenie przyjaznego klimatu.

Liczba uczestników

Grupa zajęciowa będzie liczyła do 10 osób. Niewielka liczba uczestników jest bowiem gwarancją efektywniejszej współpracy. Grupa wsparcia jest przeznaczona dla kobiet bez określenia wieku, leczących się w poradni zdrowia psychicznego z diagnozą zaburzeń depresyjno-lękowych.

PROGRAM GRUPY WSPARCIA

Sesja I

Powitanie i krótka prezentacja własnej osoby

Omówienie celu spotkań

Ustalenie wspólnych zasad funkcjonowania grupy

Sesja II

Omówienie problematyki zaburzeń depresyjno-lękowych

Dlaczego jest mi potrzebna ta grupa.

Dzielenie się własnymi doświadczeniami

Sesja III

Mocne i słabe strony.

Co mi się w sobie najbardziej podoba, a co najmniej

Wykorzystanie testu Becka i omówienie go

Sesja IV

Jak radzić sobie z lękiem

Czego najbardziej się boję

Materiały pomocnicze-kaseta video

Sesja V

Jak radzę sobie z zaburzeniami depresyjno-lękowymi

Sesja VI

Złość. Jak się obchodzę ze złością u siebie i innych

Ocena własnej asertywności wg modelu OWPS

Jakie emocje wywołuje u mnie moja choroba

Materiały pomocnicze-kaseta video

Sesja VII

W jaki sposób troszczę się o siebie i zaspokajam swoje potrzeby

Moje zobowiązania wobec siebie samej i wobec innych

W trakcie realizacji projektu przewidziano również sesje psychoedukacyjne i wspierające z udziałem lekarza psychiatry i psychologa.

Ilość spotkań w ramach założonego projektu może ulec zmianom uwzględniając potrzeby grupy.

Ewaluacja projektu

Spotkanie ewaluacyjne - miesiąc po zakończeniu grupy

Materiały pomocnicze - ankieta ewaluacyjna

REALIZATORZY PROJEKTU

Realizatorem projektu jest Ośrodek Pomocy Społecznej w Jastrzębiu – Zdroju. W celu prawidłowego funkcjonowania grupy wsparcia zabezpieczona została odpowiednia kadra. Są to dwaj pracownicy socjalni z odpowiednim przygotowaniem tematycznym. Osoby prowadzące grupę winny mieć pewne pożądane cechy takie jak:

- zdolność do prowadzenia spotkań grupowych
- komunikatywność
- umiejętność słuchania
- predyspozycje psycho –fizyczne
- odpowiednie przygotowanie zawodowe

Do zadań osób prowadzących grupę będzie należało:

- nabór uczestników
- organizowanie i prowadzenie grupy

- prowadzenie dokumentacji

Partnerzy projektu

Lekarz psychiatra, psycholog

ŹRÓDŁA FINANSOWANIA

Budżet

W projekcie uwzględniono, że wszelkie nakłady na bieżące potrzeby działania grupy pochodzą ze środków Gminy przewidzianych dla grup wsparcia przy Ośrodku.

Budżet obejmuje również konsultacje z lekarzem psychiatrą i psychologiem w ramach spotkań grupowych.

TERMIN REALIZACJI

Od lutego 2011r. do grudnia 2015r.

PROJEKT NR 2

NAZWA PROJEKTU

“ Grupa wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie”

MIEJSCE REALIZACJI

Spotkania odbywać się będą w siedzibie Ośrodka Pomocy Społecznej w Jastrzębiu-Zdroju dwa razy w miesiącu.

ISTOTA PROJEKTU

"Ciepło rodzinne osiąga niekiedy temperaturę ognia piekielnego" - to obrazowe stwierdzenie Richarda J. Gellesa, czołowego badacza przemocy wewnątrzrodzinnej, trafnie oddaje zagrożenie i cierpienie, na jakie bywa się narażonym w rodzinie. Przemoc w rodzinie nie jest zjawiskiem nowym. Istnieje zawsze, niezależnie od kultury, statusu socjoekonomicznego, miejsca zamieszkania. Jednak obecnie nie jest już prywatną sprawą rodziny, lecz stała się przedmiotem badań naukowych i obiektem zainteresowań praktyków, zajmujących się pomocą osobom w sytuacjach kryzysowych.

Prowadzone statystyki wskazują na rosnącą skalę zjawiska. Niestety nie oddają one prawdziwych rozmiarów przemocy w rodzinie, ponieważ przemoc jest wciąż sprawą wstydliwą i zatajaną. Powodem powyższego stanu rzeczy jest również fakt, iż przemoc jest zjawiskiem, z którym związane są liczne przekonania, silnie zakorzenione w społeczeństwie. Mają one charakter stereotypów myślowych i wyznaczają powszechne rozumienie przyczyn przemocy w domu, a także postaw społeczeństwa wobec ofiar. Osoby krzywdzone są często izolowane, nieraz same unikają kontaktów z innymi, aby nie prowokować sprawcę przemocy. Uważają, że ich sytuacja jest tak wyjątkowa, że nikt nie rozumie ich cierpienia. Uczestnictwo w grupie wsparcia umożliwi im wyjście z izolacji i zapoczątkowuje zmiany.

UZASADNIENIE PROJEKTU

Celem grupy wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie, wspieranie we wzmocnieniu psychiki członków grupy, pomoc w osiągnięciu poczucia kontroli nad wydarzeniem i pozbyciu się samooskarżania, zwiększania ich zaradności życiowej, mobilizacja do zmiany ich życia oraz propagowanie i wdrażanie w życie innych form pomocy w dziedzinie przeciwdziałania aktom przemocy domowej.

SPOSÓB REALIZACJI

Program działania grupy wsparcia został podzielony na 2 bloki o charakterze:

I - psycho - edukacyjnym

II - wspierającym, - usamodzielniającym

I.

1. Omówienie problemu przemocy w rodzinie.

Uświadomienie: - czym jest przemoc, jakie są jej formy, mechanizm, przyczyny i skutki.

2. Omówienie przewodnika " 12 kroków " (na podstawie, którego będzie prowadzona grupa).

3. Omówienie " Karty Praw Człowieka" oraz " Karty Praw Ofiary".

4. Omówienie działalności poszczególnych instytucji (i ich kompetencji), które służą na rzecz ofiarom przemocy.

II.

1. Uaktywnienie członków grupy wsparcia poprzez ćwiczenia asertywności, nazywania własnych emocji, odczuć, opini. Mobilizacja do zwiększenia aktywności życiowej, odpowiedzialności za własne życie.

2. Uczenie się samodzielności - w tym: reprezentowania siebie i swoich problemów w odpowiednich instytucjach.

3. Nabywanie umiejętności zdiagnozowania problemu oraz podjęcia odpowiednich kroków (działań) w celu jego wyeliminowania, złagodzenia i rozwiązania.

REALIZATORZY PROJEKTU

Pracownicy socjalni Ośrodka Pomocy Społecznej, Policja, Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna, Poradnia Zdrowia Psychicznego, Pedagog

ŹRÓDŁO FINANSOWANIA

- w ramach posiadanych etatów OPS Jastrzębie

- budżet gminy (zakup materiałów i wyposażenie, szkolenia, konsultacje, wyjazdy integracyjne)

TERMIN REALIZACJI

Realizacja od lutego 2011r. do grudnia 2015r.

PROJEKT NR 3

NAZWA PROJEKTU

„Grupa wsparcia dla rodzin chorych na schizofrenię”

Grupa wsparcia - jest to grupa równoprawnych uczestników, których podstawowym celem jest wzajemne zapewnienie pomocy i oparcia w radzeniu sobie z własnymi problemami, w udoskonaleniu swojego funkcjonowania oraz w zwiększeniu skuteczności własnych działań.

Źródłem tej pomocy jest wzajemny wysiłek, umiejętności i wiedza członków, często o podobnych kolejach losu oraz doświadczeniach życiowych.

MIEJSCE REALIZACJI

Spotkania odbywać się będą w siedzibie Ośrodka Pomocy Społecznej w Jastrzębiu- Zdroju dwa razy w miesiącu.

ISTOTA PROJEKTU

Wraz z pojawieniem się idei deinstytucjonalizmu i narastającym przekonaniem psychiatrów, że leczenie na oddziale stacjonarnym powinno ograniczać się do niezbędnego minimum, zmianie uległy zadania rodziny chorego w okresie terapii ambulatoryjnej. Leczenie pozaszpitalne chorego na schizofrenię to z jednej strony postęp, nowoczesność metod terapeutycznych, to tzw. hospitalizacja domowa, oddziały dzienne, leki o przedłużonym działaniu, jednak z drugiej strony to większa odpowiedzialność, więcej obowiązków i większy wysiłek rodziny obejmujący niemal wszystkie zakresy jej egzystencji.

Co istotne – schizofrenia jest chorobą społeczną. Chorzy ci najczęściej przebywają w rodzinach. A przewlekłe choroby w rodzinie – to choroba rodzinna.

Niestety o rodzinach chorych na schizofrenię mówi się zbyt mało oraz nie zauważa się, że jest to specyficzna grupa danej społeczności lokalnej, wymagająca wsparcia odpowiadającego możliwie precyzyjnie na jej potrzeby, różniące się od wymagań sygnalizowanych przez inne grupy.

UZASADNIENIE PROJEKTU

Ponoszone przez rodzinę koszty emocjonalne, społeczne i materialne dostrzegane są przez nas w kontakcie z rodzinami chorych na schizofrenię. Obciążenie i stres są nieodłącznym elementem życia z osobą chorą psychicznie.

Ponadto udowodniono empirycznie, że zachowanie najbliższego otoczenia chorego ma wpływ na przebieg choroby, może ułatwić lub utrudnić życie z chorobą.

Niestety na terenie gminy Jastrzębie-Zdrój brak jakichkolwiek organizacji pozarządowych zajmujących się problemami osób chorych psychicznie i ich rodzinami. Nie funkcjonuje także żadna grupa samopomocy skupiająca swe działania wokół omawianej problematyki.

Utworzenie grupy wsparcia dla rodzin chorych na schizofrenię jest więc przedsięwzięciem nowatorskim.

CELE DZIAŁANIA

1. Rozszerzenie sieci kontaktów społecznych

Rodzina chorego na schizofrenię często ma ograniczone kontakty społeczne, czuje się izolowana, winna i napiętnowana (problem stygmatyzacji).

2. Umożliwienie wymiany doświadczeń, przepracowanie negatywnych emocji.

3. Wspólne szukanie rozwiązań dla istniejących problemów i wzajemna pomoc w podejmowaniu nowych sposobów radzenia sobie z kłopotami.

4. Spotkanie grupy wsparcia poszerzone będą o prowadzenie sesji edukacyjnych. Ich celem ma być zmiana podejścia rodziny do choroby bliskiego. Wiedza ta będzie dotyczyła przyczyn i objawów schizofrenii, rokowań, metod leczenia i postępowania z chorym członkiem rodziny.

5. Przewidywanym rezultatem powyższej inicjatywy jest wypracowanie samodzielności rodzin, zwiększenie umiejętności radzenia sobie z problemami wynikającymi ze wspólnego zamieszkiwania z chorym członkiem rodziny oraz

zmniejszenie współczynnika nawrotów choroby. Wyposażenie rodziny w powyższe umiejętności przyczyni się do ograniczenia hospitalizacji - droższej i mniej skutecznej formy rehabilitacji chorych psychicznie - na rzecz wdrożenia do praktyki zasad psychiatrii środowiskowej (naczelna zasada - udzielanie pomocy osobom z zaburzeniami psychicznymi w ich środowisku i przez środowisko).

SPOSÓB REALIZACJI

Wobec faktu, iż jedynym z celów grupy jest rozszerzenie kontaktów społecznych, w trakcie spotkań położony będzie nacisk zarówno na potrzeby emocjonalne uczestników, jak i ich potrzeby towarzyskie.

Grupa nie powinna liczyć więcej niż 8-10 osób, tylko wówczas można zaspokoić potrzeby wszystkich uczestników.

Spotkania grupy odbywać się będą w godzinach popołudniowych z częstotliwością 2 razy w miesiącu.

Prowadzącymi grupę wsparcia będą pracownicy Ośrodka Pomocy Społecznej we współpracy z pracownikiem Poradni Zdrowia Psychicznego, Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej.

REALIZATOR PROJEKTU

Ośrodek Pomocy Społecznej w Jastrzębiu-Zdroju, Poradnia Zdrowia Psychicznego

ŹRÓDŁO FINANSOWANIA

- w ramach posiadanych etatów OPS Jastrzębie-Zdrój
- budżet gminy (zakup materiałów i wyposażenie, szkolenia, konsultacje, wyjazdy integracyjne)

TERMIN REALIZACJI

Realizacja od lutego 2011r. do grudnia 2015r.

PROJEKT NR 4

NAZWA PROJEKTU

„Mieszkania chronione dla osób opuszczających placówki opiekuńczo-wychowawcze i rodziny zastępcze”

MIEJSCE REALIZACJI

Zasoby mieszkaniowe Gminy

ISTOTA PROJEKTU

Pomoc osobom opuszczającym placówki opiekuńczo-wychowawcze i rodziny zastępcze w uzyskaniu samodzielności życiowej, a także integracji ze środowiskiem lokalnym.

UZASADNIENIE PROJEKTU

Część wychowanków rodzin zastępczych i placówek opiekuńczo-wychowawczych, deklaruje chęć powrotu i osiedlenia się na terenie naszego miasta, stara się między innymi o pomoc w uzyskaniu mieszkania chronionego.

Często zamieszkanie z rodziną biologiczną jest niemożliwe, gdyż nie jest znane miejsce pobytu rodziców naturalnych, są oni wyeksmitowani z poprzednich miejsc zamieszkania lub też środowisko rodziny naturalnej jest głęboko zdemoralizowane i patologiczne. Wychowankowie ci mają także duże problemy z uzyskaniem społecznej i ekonomicznej samodzielności. Bardzo trudno adaptują się w nowym środowisku. Dlatego też mieszkanie chronione jest niezbędnym etapem w drodze do uzyskania pełnej samodzielności życiowej. Poza zapewnieniem im zamieszkania wymagają oni wsparcia w formie poradnictwa prawnego, psychologicznego i pomocy w znalezieniu pracy.

SPOSÓB REALIZACJI

1. Wyposażenie mieszkania

Dwa mieszkania typu M-3 przeznaczone dla 8 osób (4 dziewcząt, 4 chłopców). Jedno mieszkanie składa się z kuchni, łazienki, przedpokoju i dwóch pokoi. Kuchnia wyposażona w podstawowy sprzęt kuchenny.

2. Zasady przyznawania mieszkania chronionego

Mieszkanie chronione jest świadczeniem z zakresu pomocy społecznej i jest przyznawane w drodze decyzji administracyjnej na okres do lat dwóch lub do czasu ukończenia nauki. Przyznanie mieszkania chronionego wiąże się z równoczesnym wymogiem ścisłego realizowania indywidualnego planu usamodzielniania wychowanka.

Wniosek o przyznanie mieszkania chronionego opiniują pracownicy Ośrodka.

3. Podstawowe kryteria kwalifikacji

- wcześniejszy pobyt w placówce opiekuńczo-wychowawczej lub rodzinie zastępczej
- brak samodzielności społecznej lub ekonomicznej
- zdolność do samodzielnego funkcjonowania w mieszkaniu i środowiska
- brak oparcia w rodzinie naturalnej lub gdy rodzina jest czynnikiem wywołującym, wzmacniającym lub utrwalającym niesamodzielność życiową wychowanka, a wcześniejsze próby terapii w środowisku rodzinnym nie przyniosły rezultatów

REALIZATORZY PROJEKTU

Ośrodek Pomocy Społecznej w Jastrzębiu-Zdroju

ŹRÓDŁO FINANSOWANIA

- Budżet gminy
- Zarządzenie Dyrektora Nr 12/2004 z dnia 25.06.2004r. w sprawie przyjęcia „Regulaminu zasad używania i odpłatności za miejsce w mieszkaniu chronionym”.

TERMIN REALIZACJI

Realizacja od lutego 2011r. do grudnia 2015r.

PROJEKT NR 5

NAZWA PROJEKTU

„Utworzenie funduszu stypendialnego dla szczególnie uzdolnionych dzieci z rodzin ubogich”

MIEJSCE REALIZACJI

Szkoły podstawowe, Gimnazja i Szkoły Ponadgimnazjalne, Średnie Szkoły Artystyczne i inne o profilu, którego brak na terenie miasta

ISTOTA PROJEKTU

Pomoc dzieciom szczególnie uzdolnionym z rodzin ubogich objętych wsparciem finansowym ze strony Ośrodka.

UZASADNIENIE PROJEKTU

Sytuacja materialna rodzin objętych pomocą Ośrodka jest trudna. Przyznawane środki nie zabezpieczają w pełni podstawowych potrzeb rodziny. W rodzinach tych dzieci szczególnie zdolne nie mają możliwości rozwoju i pogłębiania w większym zakresie wiedzy czy umiejętności.

Przyznanie stypendium pozwoliłoby na zaspokojenie tych potrzeb, a tym samym rozwój osobowości, zdobycia zawodu i wyjścia z kręgu podopiecznych Ośrodka.

Stypendia skierowane byłyby do dzieci uczęszczających do placówek oświatowych z terenu naszego miasta, jak i poza terenem w przypadku innych szkół.

SPOSÓB REALIZACJI

Stypendia wypłaca Ośrodek Pomocy Społecznej bezpośrednio pedagogowi szkolnemu po zaopiniowaniu wniosku przez Komisję.

PODSTAWOWE KRYTERIA KWALIFIKACJI

- ✓ Szkoły typują po 1 osobie na 100 uczniów z rodzin ubogich do przyznania stypendium.
Pracownik socjalny dokonuje oceny sytuacji materialnej rodziny i przedstawia wywiad Komisji ds. Przyznawania Stypendium.
- ✓ Stypendium przyznawane jest na wniosek szkoły.
- ✓ Okres na który może być przyznawane stypendium nie może przekroczyć 10 m-cy w danym roku szkolnym.
- ✓ Wysokość stypendium ustala się w zależności od rodzaju szkoły:
 - Szkoła Podstawowa 50 zł.
 - Gimnazjum 70 zł.
 - Szkoła Ponadgimnazjalna 90 zł.

- ✓ Stypendia przyznaje powołana do tego celu Komisja w skład której wchodzi: dyrektor szkoły, pedagog szkolny, pracownik socjalny.

REALIZATORZY PROJEKTU

- Szkoły
- Ośrodek Pomocy Społecznej

ŹRÓDŁA FINANSOWANIA

Budżet Gminy

TERMIN REALIZACJI

Realizacja od lutego 2011r. do grudnia 2015r.