



Środowiskowy Dom Samopomocy w Żarach

Podsumowanie 2022

Środowiskowy Dom Samopomocy w Żarach

jest ośrodkiem wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi

W jednostce funkcjonują trzy typy Domów
typ A - dla osób przewlekle psychicznie chorych,
B - dla niepełnosprawnych intelektualnie,
D - dla osób ze spektrum autyzmu
i niepełnosprawnościami sprzężonymi.
Łącznie jednostka udziela wsparcia 45 osobom



WALENTYNKI

W dniu 14.02.2022r. Uczestnicy
Środowiskowego Domu Samopomocy w Żarach
uroczyście obchodzili Walentynki.













DZIEŃ OSÓB Z ZESPOŁEM DOWNA

21.03.2022r. razem ze wszystkimi uczestnikami ŚDS obchodziliśmy Światowy Dzień Zespołu Downa.

Ta data nie jest przypadkowa i nawiązuje do obecności u osób z zespołem Downa dodatkowego, trzeciego chromosomu w 21 parze chromosomów.

W tym dniu wszyscy okazujemy naszą solidarność z osobami i z trisomią 21. Dajemy osobom z zespołem Downa i ich bliskim czytelny znak naszego zainteresowania i aprobaty.

Drobne gesty mają znaczenie, mogą przysłużyć się niwelowaniu barier i przewyciężaniu krzywdzących stereotypów.

Niech 21 marca będzie świętem radosnym, a życie osób z zespołem Downa dobre i satysfakcjonujące.

Obdarzając szczerym uśmiechem integrujemy się symbolicznie i globalnie zakładając dziś kolorowe, najlepiej dwie różne, skarpetki.





#NiebieskieSercaDlaAutyzmu

W dniu 25.03.2022r. przyłączyliśmy się do akcji #niebieskie serca dla autyzmu. Celem akcji było zwiększanie świadomości społecznej na temat autyzmu i okazanie wsparcia osobom z autyzmem i ich rodzinom.

Organizatorem akcji było Przedszkole Dalej Razem w Żaganiu.







WIELKANOC

W dniu 13.04.2022r. odbyło się w naszym Domu Śniadanie Wielkanocne . W ogrodzie zawitał Zając Wielkanocny, dzięki któremu uśmiech nie schodził nam z twarzy . Wspólnie spędzony czas przy Wielkanocnym stole był dla społeczności Środowiskowego Domu Samopomocy bezcenny.













Akcja zbierania darów dla zwierząt z Ukrainy.

Wojna to nie tylko dramat ludzi ale i zwierząt. Środowiskowy Dom Samopomocy przyłączył się do akcji organizowanej przez Stowarzyszenie Serwus zbierania darów dla zwierząt z Ukrainy. W dniu 20.04.2022r. Uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy w Żarach przekazali zebraną karmę.





Święto Flagi

2 maja obchodzimy najmłodsze święto państwowe, ustanowione w 2004 roku – Dzień Flagi Rzeczypospolitej. Data nie jest przypadkowa, bo właśnie tego dnia, w 1945 roku, polscy żołnierze z 1 Dywizji Kościuszkowskiej zawiesili biało – czerwoną flagę na Kolumnie Zwycięstwa w Berlinie.

Flaga, to nasz najważniejszy obok godła symbol narodowy. Należy ją traktować z szacunkiem.

Zadbajmy więc o to, aby w ten dzień powiewała w naszych oknach i przypominała nam o wartościach patriotycznych.



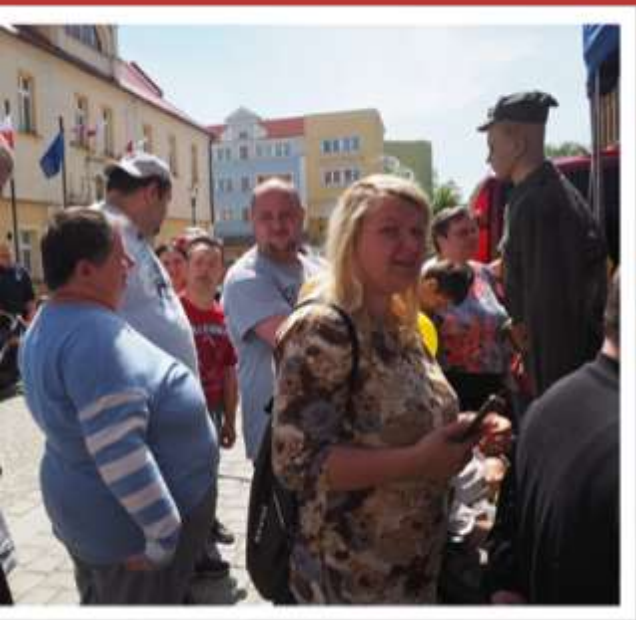


Dzień strażaka

Strażak to odpowiedzialny zawód. Dzięki oficjalnym obchodom Dnia Strażaka w żarskim rynku 18 maja mogliśmy z bliska zobaczyć naszych bohaterów, porozmawiać z Nimi, a siedząc w kabinie wozu strażackiego mogliśmy poczuć się jakbyśmy sami jechali na akcję.





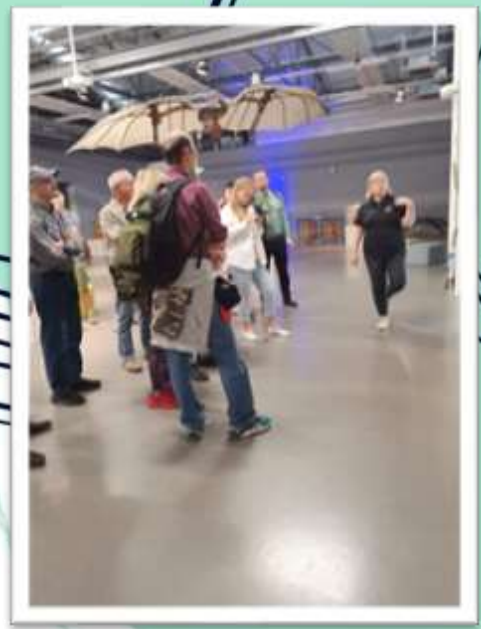


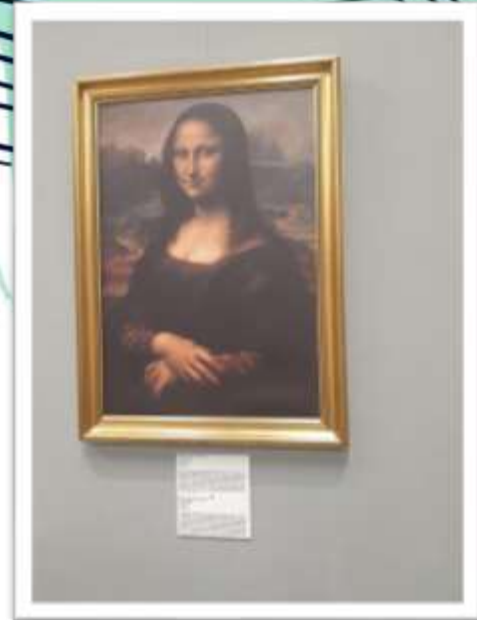


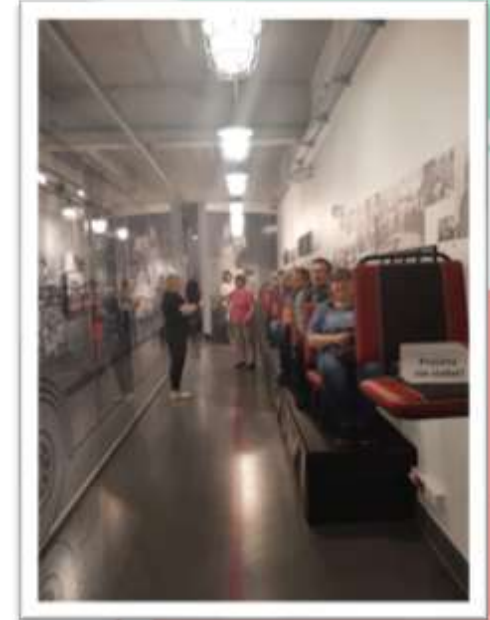


Wycieczka do Wrocławia

13 maja uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy udali się na wycieczkę do Wrocławia. Jedna grupa uczestników miała możliwość obejrzenia wystawy interaktywnej "Machiny Leonarda da Vinci" oraz "Wrocław 1945-2016" w centrum Historii Zajezdnia. Przewodnik opowiadał o mistrzu da Vinci i jego genialnych wynalazkach. Wystawa o Wrocławiu to podróż w czasie nie tylko związana z miastem, ale również z Polską i ziemiami zachodnimi. Większość z nas może się utożsamiać z bohaterami tej wystawy, gdyż i nasi przodkowie zamieszkali te ziemie w wyniku repatriacji.






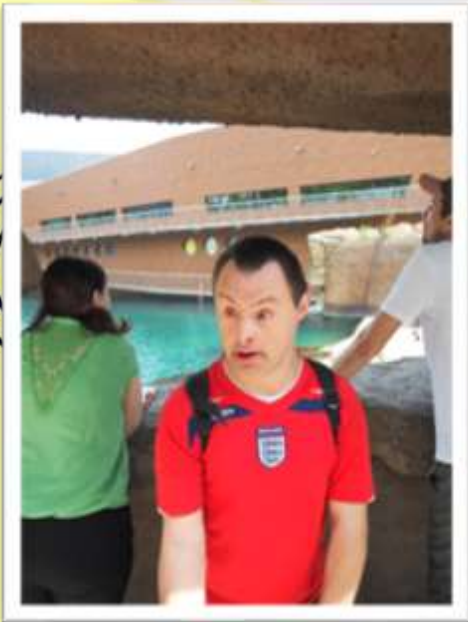




ZOO Wrocław

Druga część grupy udała się na wycieczkę do wrocławskiego ZOO. Piękna pogoda sprzyjała spacerom alejkami, gdzie mogliśmy oglądać różnorodność fauny, a przy okazji poszerzać wiedzę dotyczącą gatunków zwierząt. Obowiązkowo odwiedziliśmy również oceanarium.



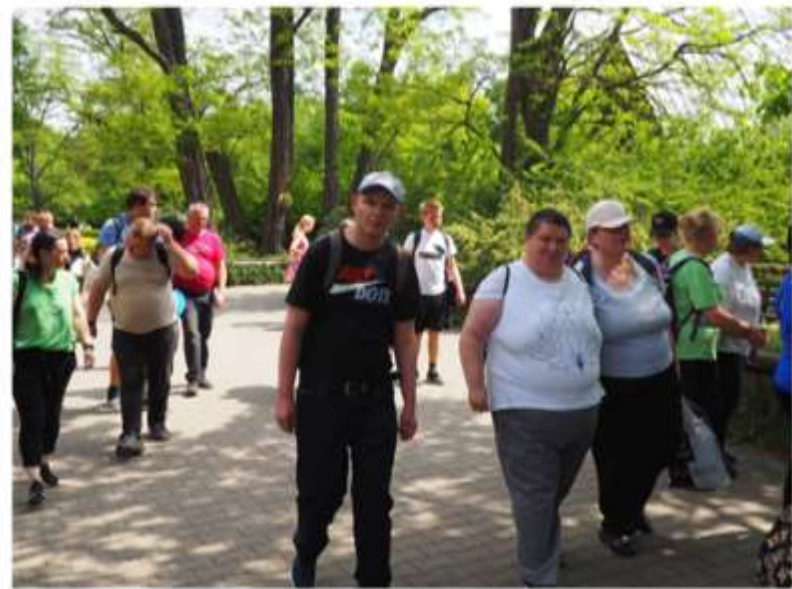








A decorative background featuring several hand-drawn illustrations. In the top left, there is a camera. In the top center, a shark is shown swimming. To the right, a map with a location pin is visible. In the bottom right, a starfish is depicted. On the far left, a partial illustration of a person's face is shown. The background is composed of large, overlapping circles in shades of orange, green, and yellow.











Piknik rodzinny

21.07.2022r. w naszym ośrodku odbyło się zebranie Pani Kierownik z rodzicami/opiekunami naszych uczestników. Korzystając z okazji wspólnego spotkania oraz pięknej pogody zorganizowaliśmy wspólny grill.

Wszyscy świetnie się bawili. Dziękujemy rodzicom/opiekunom za tak liczne przybycie, spędzenie wspólnie czasu oraz przygotowanie ciast.













Z dniem 1.08.2022 roku nasza podopieczna podjęła zatrudnienie.
Obecnie jej dewizą życiową jest stwierdzenie „ Moje doświadczenia – moją siłą ”

Poniżej opowiada swoją historię.

Do Środowiskowego Domu Samopomocy w Żarach uczęszczam od 8 lat.
Od 2018r. mieszkam w mieszkaniu chronionym prowadzonym przez ten Dom.
Chętnie przychodzę do tego ośrodka, ponieważ spotykam się z przyjaciółmi. Mogę zawsze liczyć na wsparcie i pomoc terapeutów.
W moim życiu doświadczyłam wielu strat (śmierć mamy, utrata dziecka). Zostałam sama, nie mogłam liczyć na wsparcie i pomoc. Zakończyła się również moja relacja z mężem. Czułam wiele emocji : smutek, żal, złość, nie rozumiałam dlaczego to mnie spotkało! Często popadałam w złość, ogromną nerwowość, nie potrafiłam sobie z tym poradzić. Pobyt w ŚDS pomógł mi nauce nazywania i rozpoznawania swoich emocji i ich wpływu na moje zachowanie.
Teraz ćwiczę cały czas cierpliwość, spokój, opanowanie.
Od sierpnia 2022r. pracuję w 105 Szpitalu Wojskowym w Żarach. Kiedy czuję wewnętrzny spokój to staram się wykonywać swoją pracę dokładnie i robię to dobrze.
Lubię swoją pracę, czasami jest ciężko... ale jestem dumna z tego, że mam swoje pieniądze, jestem niezależna.

Mam mieszkanie, psa Daisy, z którym jestem bardzo związana. Lubię wychodzić z nim na spacer. Marzę o drugim psie.
Mam chłopaka Marcina, wspieramy się nawzajem, chodzimy na spacer, jeździmy na rowerach, czasami idziemy do kina. Jestem zadowolona z tego co udało mi się osiągnąć.

Ewelina Gudelin – uczestniczka
ŚDS w Żarach



Akcja zbierania karmy dla zwierząt z schroniska .

Mamy wrażliwe serduszka i troszczymy się o naszych mniejszych braci. W związku z tym cyklicznie organizujemy zbiórki karmy dla bezdomnych zwierząt. 13 października odwiedziliśmy żarskie schronisko i przekazaliśmy na ręce P. Dyrektora Jolanty Jureczko zebraną przez nas karmę.











Wycieczka do Poznania

9.11.2022r. odbyła się wycieczka do Poznania. Zwiedzaliśmy Zamek Cesarski i Palmiarnię. W drodze na obiad mogliśmy podziwiać piękną architekturę miasta. Zajrzeliśmy również do Starego ZOO.









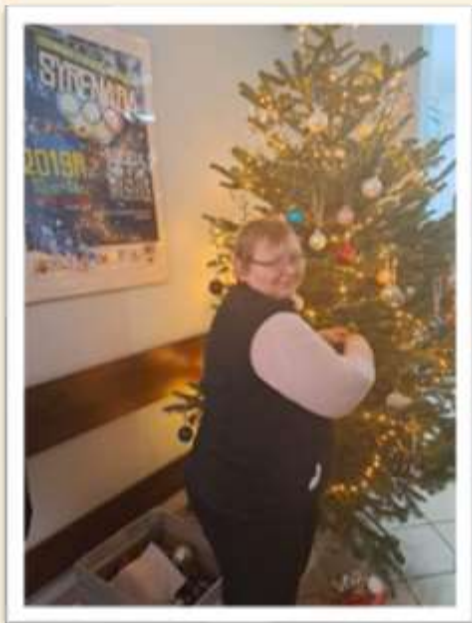




Ubieranie choinki

W dniu 6.12.2022r. Uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy w Żarach udali się po zakup choinki, którą wspólnie ubraliśmy. Otrzymaliśmy również słodkości od Mikołaja.







Mikołajki Promień Żary

Mikołaj w tym roku okazał się wyjątkowym darczyńcą i nie zapomniał o osobach niepełnosprawnych. Sprawił wiele radości obdarowanym Bardzo dziękujemy Mikołajowi KS Promień Żary :)







Wigilia

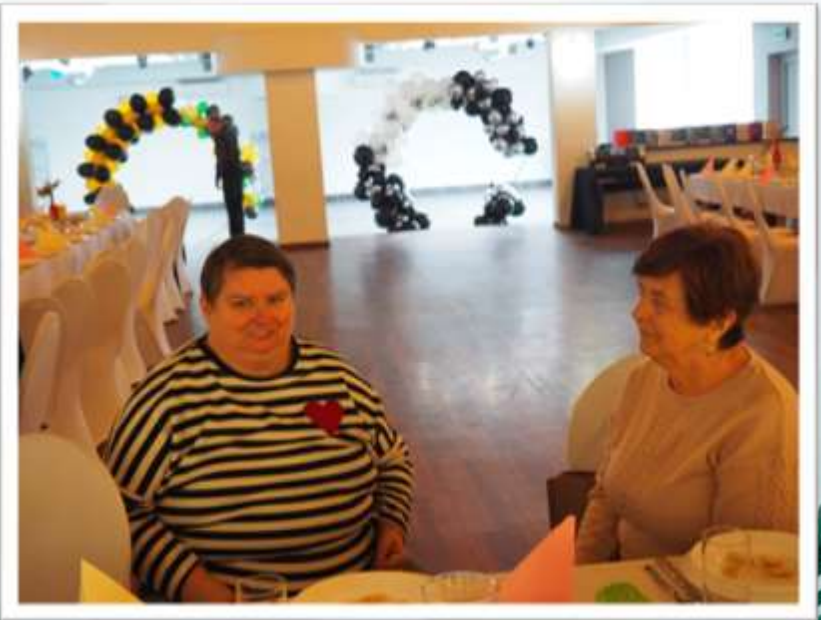
W dniu 20.12.2022r. uczestnicy, ich rodzice oraz pracownicy Środowiskowego Domu Samopomocy spędzili wspólny czas podczas Wigilii. Czas umiliły nam piękne, polskie kolędy i występ dzieci z Państwowej Szkoły Muzycznej I stopnia im. Georga Philippa Telemanna w Żarach. Tradycji dopełniło czytanie Pisma Świętego, wspólna modlitwa oraz dzielenie się opłatkiem. Był to czas wspaniałych wzruszeń.















Dziękujemy za uwagę