

**Sprawozdanie merytoryczne z działalności
Warszawskiego Koła Polskiego Stowarzyszenia
na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną (PSONI)
za rok 2025**

Dane organizacji:

**Warszawskie Koło
Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną (PSONI)**

Numer KRS: 0000162557

REGON: 011517690

NIP: 525-15-64-547

Adres: 00-873 Warszawa, ul. Ogrodowa 55

Kontakt:

tel. 22 624-05-74

strona: www.psoni.warszawa.pl

e-mail: zk.warszawa@psoni.org.pl

Data rejestracji w Krajowym Rejestrze Sądowym: 24.06.2003 r.

Data rejestracji jako Organizacja Pożytku Publicznego: 24.01.2007 r.

Zgodnie ze Statutem Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną misją Warszawskiego Koła PSONI jest:

Art. 3

- dbanie o godność, szczęście i jakość życia osób z niepełnosprawnością intelektualną, ich równoprawne miejsce w rodzinie i w społeczeństwie,*
- wspieranie rodzin osób z niepełnosprawnością intelektualną we wszystkich obszarach życia i sytuacjach, a zwłaszcza w ich gotowości niesienia pomocy innym.*

Art 4

Celem Stowarzyszenia jest działanie na rzecz wyrównywania szans osób z niepełnosprawnością intelektualną, tworzenia warunków przestrzegania wobec nich praw człowieka, prowadzenia ich ku aktywnemu uczestnictwu w życiu społecznym, działanie na rzecz ochrony ich zdrowia oraz wspieranie ich rodzin .

Zarząd i Komisja Rewizyjna Warszawskiego Koła PSONI

Zarząd Koła PSONI w Warszawie

W związku ze śmiercią Pani Krystyny Mrugalskiej-Wiceprzewodniczącej Warszawskiego Zarządu WKPSONI i Honorowej Prezes Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną, w roku sprawozdawczym w okresie od 01.01.2025 r. do 31.01.2025 r. Zarząd Koła działał w zmniejszonym składzie:

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------|
| 1. Grażyna Michalska | - Przewodnicząca Zarządu |
| 2. Monika Chrzanowska- Staszyńska | - Skarbnik Zarządu |
| 3. Agata Liszkiewicz | - Sekretarz Zarządu |
| 4. Waldemar Lisieski | - Członek Zarządu |
| 5. Jarosław Mochnacki | - Członek Zarządu |
| 6. Maria Krawczyńska | - Członek Zarządu |

1 lutego na podstawie Uchwały nr 1/02/25 dokonano wyboru nowego członka Zarządu i wybrano Wiceprzewodniczącego

W okresie od 1.02.2025 do 31.12.2025 Zarząd działał w następującym składzie:

- | | |
|----------------------------------|------------------------------|
| 1. Grażyna Michalska | - Przewodnicząca Zarządu |
| 2. Jarosław Mochnacki | - Wiceprzewodniczący Zarządu |
| 3. Monika Chrzanowska-Staszyńska | - Skarbnik |
| 4. Agata Liszkiewicz | - Sekretarz Zarządu |
| 5. Waldemar Lisieski | - Członek Zarządu |
| 6. Barbara Abramowska | - Członek Zarządu |
| 7. Maria Krawczyńska | - Członek Zarządu |

Komisja Rewizyjna Koła PSONI w Warszawie

W roku sprawozdawczym od 1.01.2025 do 31.12.2025 Komisja Rewizyjna Koła w Warszawie działała w składzie:

- | | |
|---------------------------|-------------------------------------|
| 1. Iwona Janus | - Przewodnicząca Komisji Rewizyjnej |
| 2. Stanisława Anna Syller | - Członek Komisji Rewizyjnej |
| 3. Barbara Piekut | - Członek Komisji Rewizyjnej |

Obecnie Warszawskie Koło PSONI zrzesza 250 członków (stan na dzień 31.12.2025) zapisanych na podstawie złożonej znowelizowanej deklaracji i uchwały Zarządu Warszawskiego Koła PSONI.

1. Ośrodek Rehabilitacyjno-Edukacyjno-Wychowawczy (OREW)

Ośrodek Rehabilitacyjno-Edukacyjno-Wychowawczy obejmował w roku 2025 systematyczną, kompleksową edukacją, terapią i rehabilitacją dzieci i młodzież z głębokim i znacznym stopniem niepełnosprawności intelektualnej, z wadami sprzężonymi.

W placówce w trybie ciągłym odbywały się:

- zajęcia rewalidacyjno-wychowawcze jako forma realizacji przez głęboko niepełnosprawne dzieci obowiązku szkolnego i obowiązku nauki – 22 wychowanków,
- zajęcia rewalidacyjne w ramach kształcenia specjalnego – 30 uczestników
- zajęcia z zakresu wczesnego wspomagania rozwoju –49 dzieci

Głównym zadaniem wszystkich podejmowanych w Ośrodku działań była kompleksowa wielodyscyplinarna pomoc edukacyjno – rehabilitacyjna, świadczona w odpowiednich warunkach z opieką dostosowaną do stanu psychofizycznego i wieku wychowanków Ośrodka. Przez cały rok placówka zajmowała się także wspieraniem rodzin, udzielała szeroko pojętej pomocy psychologicznej, rzeczowej i prawnej. Ośrodek współpracował z organizacjami pozarządowymi oraz organami samorządu terytorialnego.

W ramach zajęć rewalidacyjnych i rewalidacyjno-wychowawczych prowadzone były zajęcia usprawniające różne sfery aktywności:

- muzykoterapia kształtująca u dzieci świadomość muzyczną i usprawniająca percepcję słuchową
- zajęcia logopedyczne wykorzystujące pozawerbalne formy komunikacji (komunikacja AAC)
- usprawnianie małej motoryki ze szczególnym naciskiem na kształtowanie funkcji manipulacyjnych
- usprawnianie dużej motoryki z ćwiczeniami umożliwiającymi bezpieczne poznawanie przestrzeni i bezpośredni z nią kontakt (szeroko pojęta fizjoterapia)
- rozwijanie zainteresowania otoczeniem, kształtowanie umiejętności funkcjonowania w nim
- elementy z zakresu integracji sensorycznej – stymulującej układ przedsionkowy, słuchowy, proprioceptywny i wzrokowy
- trening umiejętności społecznych skupiający elementy zajęć z różnych dziedzin: logopedyczne, muzykoterapię, usprawnianie funkcji poznawczych, kinezyterapię powoli przygotowując dzieci do osiągnięcia dojrzałości szkolnej
- dogoterapia
- felinoterapia
- psychomotoryka wg. Procus and Block integrująca sferę ruchową z mową i myśleniem.

W ramach zajęć z wczesnego wspomagania rozwoju dzieci organizowaliśmy terapię indywidualną oraz ćwiczenia ze specjalistami zgodnie z zaleceniami umieszczonymi w opiniach wydanych przez Poradnie Psychologiczno-Pedagogiczne. Szczególnym zainteresowaniem cieszyły się zajęcia prowadzone metodą EEG Biofeedback pozwalające na bezinwazyjny sposób leczenia dysfunkcji z jakimi borykają się dzieci z autyzmem, ADHD, dysleksją i dysgrafią.

W 2025 roku zorganizowaliśmy dwa turnusy edukacyjno-terapeutyczne : zimowy w Krynicy Morskiej oraz w Grzybowie niedaleko Kołobrzegu.

Wszyscy nasi nauczyciele i terapeuci czynnie uczestniczyli w szkoleniach mających na celu podniesienie kompetencji oraz wprowadzenie innowacyjnych rozwiązań modyfikujących znane już sposoby pracy.

Uczestniczyli w:

- warsztacie utrwalającym wiedzę z zakresu karmienia pegiem, prowadzonym przez lekarza rehabilitacji medycznej

- szkoleniu z zakresu pedagogiki
- warsztatach dotyczących alternatywnych technik komunikacji

Wzięliśmy także jednorazowy udział w tygodniowym wyjeździe edukacyjnym do Stambułu zorganizowanym przez Unię Europejskich Federalistów, podczas którego zapoznaliśmy się z systemem oświaty i szkolnictwa specjalnego obowiązującego na terenie tego wielokulturowego miasta.

Nasza placówka zadbała również o to, aby każde dziecko, które może już rozpocząć naukę szkolną otrzymało pełną, rzetelnie przygotowaną dokumentację pozwalającą na lepszy start w nowym środowisku.

Niezależnie od bieżącej działalności merytorycznej cały czas dbaliśmy o profesjonalne wyposażenie placówki w sprzęt dydaktyczno-rehabilitacyjny i odpowiednią aranżację dostosowaną do potrzeb naszych wychowanków.

2. NZOZ Ośrodek Rehabilitacyjny

Oddział dzienny rehabilitacji dla dzieci niepełnosprawnych działający w ramach NZOZ Ośrodek Rehabilitacyjny, objął w roku 2025 opieką rehabilitacyjną 374 pacjentów z wielorakimi uszkodzeniami neurologicznymi i zaburzeniami wieku rozwojowego.

Do głównych zadań prowadzonej przez nas terapii należała:

- poprawa stanu ruchowego dzieci z zaburzeniami motoryki dużej
- poprawa stanu ruchowego dzieci z zaburzeniami motoryki małej
- poprawa funkcjonowania sensorycznego (wzrokowego, słuchowego, dotykowego, proprioceptywnego)
- poprawa funkcjonowania społecznego
- poprawa komunikacji (usprawnianie funkcji mowy, uczenie alternatywnych metod komunikacji)
- poprawa funkcji poznawczych (podstawowych procesów myślenia, percepcji wzrokowej i słuchowej)

Realizowany przez nas program rehabilitacji ma w konsekwencji prowadzić do ograniczenia deficytów i niepełnosprawności, przywrócenia możliwej do osiągnięcia sprawności fizycznej i psychicznej oraz zdolności do samodzielnego funkcjonowania dziecka w środowisku. Indywidualne programy terapii dostosowane są do potrzeb i możliwości pacjenta.

Metody rehabilitacji stosowane w Ośrodku w roku sprawozdawczym 2025:

- fizjoterapia
- diagnoza i terapia logopedyczna
- diagnoza i terapia psychologiczna
- diagnoza i terapia pedagogiczna
- diagnoza i terapia integracji sensorycznej
- terapia muzyczna

Nasi pacjenci przebywali pod opieką lekarza rehabilitacji medycznej i neurologii dziecięcej

od 1991 r. do 2000 r. funkcjonował jako Ośrodek Terapii Dziecięcej, a od roku 2000 - OREW

I. POZOSTAŁA DZIAŁALNOŚĆ STATUTOWA



- Działając z ramienia nowego Zarządu w roku sprawozdawczym udało się:
- w ramach programu prowadzonego przez NGOS udzielić pomocy uchodźcom z Ukrainy
 - przeprowadzić szereg remontów i modernizacji szczególnie w Mieszkanium Wspomagany
 - rozpocząć zmianę struktury i sposobu pracy w Mieszkanium Wspomagany
 - zatrudnić profesjonalną osobę na stanowisku kadrowym
 - zakończyć weryfikację rejestrowania członków Warszawskiego Koła **PSONI**

DOM RODZINNY

Placówka „Dom Rodzinny” stanowi formę wsparcia mieszkaniowego i społecznego dla osób z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym i znacznym. Obecnie na stałe mieszka w niej 10 osób, którym zapewniane są usługi bytowe, opiekuńcze oraz wspomagające.

Mieszkańcy korzystają z systematycznej pracy terapeutycznej dostosowanej do indywidualnych potrzeb i możliwości każdej osoby. Podejmowane działania służą rozwijaniu samodzielności, podtrzymywaniu sprawności psychofizycznej oraz motywowaniu do aktywnego uczestnictwa w życiu codziennym. Wsparcie to przeciwdziała wykluczeniu społecznemu oraz ograniczeniom w pełnieniu ról społecznych. Funkcjonowanie w grupie sprzyja rozwijaniu kompetencji społecznych, umiejętności współpracy oraz radzenia sobie w sytuacjach trudnych i konfliktowych. Wszystkie działania realizowane są w formie praktycznych, możliwie najbardziej samodzielnych aktywności mieszkańców, prowadzonych przy wsparciu instruktora asystenta.

W placówce realizowany jest projekt pn. „Gotowi na samodzielność”, dofinansowany ze środków Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych w ramach konkursu nr 1/2023 „Możemy więcej”. Głównym celem projektu jest przygotowanie mieszkańców do możliwie samodzielnego funkcjonowania na równych prawach w środowisku społecznym, rozwijanie autonomii oraz umiejętności zaspokajania własnych potrzeb przy wsparciu instruktorów asystentów.

Realizacja projektu w istotny sposób wpływa na wzrost świadomości społecznej oraz poprawę wizerunku osób z niepełnosprawnością intelektualną. Podejmowane działania wyznaczają nowe standardy w zakresie wsparcia i opieki, przyczyniając się do wydłużenia okresu aktywnego i efektywnego funkcjonowania uczestników w życiu społecznym.

Indywidualne podejście do potrzeb i możliwości mieszkańców umożliwia odpowiednie dostosowanie form wsparcia, co przekłada się na znaczącą poprawę jakości ich życia. Wzmocnienie kompetencji społecznych sprzyja lepszemu funkcjonowaniu w środowisku lokalnym, które stanowi kluczowy obszar życia każdego człowieka. Osoby z

niepełnosprawnością intelektualną posiadają potencjał rozwojowy, który – przy zapewnieniu odpowiednich warunków – może być skutecznie rozwijany.

W ramach projektu realizowane są treningi usamodzielniające obejmujące m.in.: trening umiejętności praktycznych, trening kulinarny, trening budżetowo-ekonomiczny, trening uspołeczniający, usprawnianie ruchowe oraz wsparcie nocne. Zajęcia koncentrują się na rozwijaniu kompetencji niezbędnych w codziennym funkcjonowaniu. Obejmują między innymi planowanie i przygotowywanie posiłków, dokonywanie zakupów, gospodarowanie środkami finansowymi, obsługę sprzętów AGD, dbanie o higienę osobistą i estetyczny wygląd, utrzymywanie porządku w najbliższym otoczeniu, a także korzystanie z instytucji publicznych i usług społecznych, takich jak wizyty lekarskie, poczta, fryzjer czy kosmetyczka. Mieszkańcy uczą się również załatwiania spraw urzędowych, uczestnictwa w życiu społecznym i kulturalnym, planowania czasu wolnego oraz rozwijania własnych zainteresowań i pasji. Istotnym elementem wsparcia jest także kształtowanie umiejętności współpracy w grupie, rozwiązywania problemów dnia codziennego, nawiązywania relacji interpersonalnych oraz przestrzegania norm społecznych.

Zajęcia usprawniania ruchowego mają na celu utrzymanie i poprawę kondycji fizycznej mieszkańców oraz przeciwdziałanie pogłębianiu się istniejących ograniczeń ruchowych. W godzinach nocnych mieszkańcom zapewniane jest wsparcie instruktora-asystenta, co zwiększa ich poczucie bezpieczeństwa i umożliwia szybką reakcję w sytuacjach wymagających pomocy.

W 2025 roku mieszkańcy uczestniczyli również w trzech wyjazdach integracyjno-turystycznych, które sprzyjały rozwijaniu samodzielności, integracji społecznej oraz aktywnemu spędzaniu czasu wolnego. Brali także udział w licznych wydarzeniach okolicznościowych oraz wyjściach do miejsc kultury i rekreacji, takich jak kino, teatr czy wystawy, co umożliwiało im aktywne uczestnictwo w życiu społecznym i kulturalnym.

Stowarzyszenia na rzecz Osób
z Niepełnosprawnością Intelektualną

1. MIESZKANIE CHRONIONE-TRENINGOWE – Dom który uczy życia

Placówka funkcjonuje w ramach konkursu: „Prowadzenie mieszkań chronionych-treningowych dla osób z niepełnosprawnością intelektualną wraz z miejscem interwencyjnym” i jest współfinansowana ze środków m. st. Warszawa.

Warszawskie Koło PSONI prowadzi mieszkanie treningowe dla Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną przy ul. Oszmiańskiej 10 od połowy 2010 r. Nasze doświadczenia zdobyte w trakcie tego okresu pozwalają na stałe podnoszenie poziomu świadczonej usługi i sprawniejszą koordynację działań zaplanowanych w ramach oferty projektowej.

Naszym głównym celem jest:

- prowadzenie zajęć z zakresu terapii społecznej na bazie mieszkania chronionego - treningowego mających na celu przygotowanie dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną (18-45r.ż) do samodzielnego lub przy minimalnym wsparciu życia w otwartym środowisku oraz ochrona ich przed wykluczeniem społecznym.

Cele pośrednie:

- Zintegrowanie rodzin i środowiska działającego na co dzień na rzecz osób z niepełnosprawnością intelektualną w celu wypracowania modelowych rozwiązań zmierzających do ich samodzielnego życia w otwartym środowisku na bazie mieszkań chronionych lub małych domów rodzinnych
- praca z rodzinami osób z niepełnosprawnością intelektualną w celu pokazania innego modelu ich dorosłości opartego o ofertę mieszkań chronionych oraz zmiany sposobu myślenia o ich usamodzielnieniu
- współpraca z warszawskimi ośrodkami pomocy społecznej w celu wydania decyzji kierujących osoby z niepełnosprawnością intelektualną wskazane przez koordynatora projektu do dwumiesięcznego zamieszkania w mieszkaniu treningowym.

W ramach zadania zrealizowaliśmy następujące treningi:

- Trening kulinarny - planowanie posiłków, przygotowywanie posiłków, nakrywanie stołu, sprzątanie po posiłku - usługa świadczona średnio 20 godzin tygodniowo, z treningu korzysta dwóch uczestników jednocześnie, co drugi dzień - średnio 10 godzin tygodniowo/uczestnika
- Trening ekonomiczny - kształtowanie i podtrzymywanie znajomości wartości pieniądza, planowanie zakupów, zakupy stacjonarne, zakupy przez Internet. Wspólne zakupy i indywidualne uczestników zadania - usługa świadczona średnio 8 godzin tygodniowo, 1 uczestnik średnio 2h tygodniowo.
- Trening społeczny - praca nad umiejętnościami: samokontroli, współpracy w grupie, stosowanie się do zasad, asertywnej odmowy, kontrolowania emocji, planowania i podejmowania decyzji, redukcji zachowań niepożądanych, planowania i gospodarowania czasem wolnym - usługa świadczona w formie grupowej, średnio 24 godzin tygodniowo/uczestnik
- Trening praktyczny - kształtowanie umiejętności: dbania o własne zdrowie, dbanie o higienę osobistą, estetyczny wygląd, czynności porządkowych wykonywanych w mieszkaniu - usługa świadczona średnio 12 godzin tygodniowo, z treningu korzysta dwóch uczestników jednocześnie –średnio 6 godzin tygodniowo/uczestnika

Oraz oferowaliśmy poradnictwo w zakresie:

- Poradnictwa zawodowego - wsparcie w aktywnym poszukiwaniu bezpłatnych kursów/szkoleń, podnoszących kwalifikacje zawodowe, zapoznanie z miejscami, w których osoby z niepełnosprawnością intelektualną mogą uzyskać informację na temat pracy - usługa świadczona średnio 2 godziny tygodniowo (zajęcia grupowe) bądź indywidualnie średnio 30 minut tygodniowo
- Poradnictwa psychologicznego, zajęć psychoedukacyjnych - warsztaty grupowe z zakresu poszerzania umiejętności interpersonalnych, komunikacyjnych, rozpoznawania emocji, rozwiązywania trudności w sytuacjach społecznych, indywidualne wsparcie psychologiczne świadczone według potrzeb - usługa świadczona średnio 2 godziny tygodniowo/uczestnik (zajęcia grupowe) bądź indywidualnie średnio 30 min Jednorazowo w mieszkaniu przebywały 4 dorosłe osoby

z niepełnosprawnością intelektualną. Cały czas prowadziliśmy też pracę z rodzinami nad zmianą sposobu myślenia o dorosłości ich niepełnosprawnego dziecka, oraz wspólna praca nad zaplanowaniem jego bezpiecznej przyszłości. Staraliśmy się też ustawicznie pracować nad integracją naszych rodzin wokół problematyki związanej z dorosłością i samodzielnością osób z niepełnosprawnością intelektualną w otwartym środowisku. Równie ważnym elementem co praca z rodzinami stała się współpraca ze środowiskiem uczestników treningu, pracownikami ich placówek i miejsc pracy w celu wypracowywania modelowych rozwiązań wspierających ich samodzielność i zaradność życiową.

Rok utworzenia 1.09.2010 r.

Sprawozdanie z turnusu usprawniająco – rekreacyjnego w Koszelówce

1. Jednostka Organizacyjna: Warszawskie Koło Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną, ul. Ogrodowa 55/84, 00-873 Warszawa

2. Miejsce turnusu: Ośrodek Wypoczynkowy „Zacisze Bis” w Koszelówce, Zaciszna 2, 09-520 Koszelówka

3. Data rozpoczęcia i data zakończenia turnusu: 31.07.2025-10.08.2025 r.

4. Rodzaj turnusu: usprawniająco – rekreacyjny

5. Liczba uczestników:

- **43 osób z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym i znacznym;**
- **4 wychowawców;**
- **12 pomocy wychowawcy;**
- **1 kierownik;**
- **1 pielęgniarka;**
- **2 opiekunki nocne;**
- **4 opiekunów indywidualnych, zatrudnionych przez rodziców uczestników.**

6. Cel turnusu: rozwój fizyczny, psychiczny i społeczny osób z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym i znacznym poprzez uczestnictwo w zajęciach prowadzonych przez kadrę turnusu oraz kadrę, zatrudnioną przez ośrodek.

7. Plan dnia:

07:30 - pobudka,

07:30 – 8:00 - higiena osobista

08:00 – 8:30 - gimnastyka poranna

08:30 – 9:30 - śniadanie

09:30 - zajęcia sportowo-rekreacyjne, spacer edukacyjny, zajęcia w grupach prowadzone przez wychowawcę, przygotowanie do zajęć ogólnoturnusowych, zajęcia na plaży, zajęcia ruchowe w wodzie (jezioro)

13:30 – 14:30 – obiad

14.30-15:30 – przerwa poobiednia

15:30 - 18:30 - zajęcia ogólnoturnusowe: zajęcia kulturalno-oświatowe, zajęcia świetlicowe, zajęcia w grupach prowadzone przez wychowawcę: socjoterpia

18:30 – 19:30 – kolacja

19:30 – 20:30 - zajęcia wieczorne, tj: dyskoteka, spacer, czytanie bajek

20:30 – 22:00 - higiena osobista

22: 00 - cisza nocna

9. Działania:

Zajęcia indywidualne: spacer, wycieczki krajoznawcze, wykonywanie prac plastycznych, przygotowanie materiałów, scenek, piosenek, wierszy na zajęcia ogólnoturnusowe, głośne czytanie bajek, zajęcia poprawiające manualność, tj.: układanie puzzli, rysowanie, kolorowanie, metoda Weroniki Scherbourne, zajęcia fizyczne tj.: gra w piłkę nożną, gimnastyka, zabawy Chustą Klanza,

Zajęcia ogólnoturnusowe: wycieczka ciuchcią po okolicy, dyskoteki, prezentowanie przygotowanych wcześniej materiałów tj.: piosenki, wiersze, prace plastyczne; wspólne posiłki, ogniska, karaoke, olimpiada sportowa, Hawajske Eco Party, Twoja Twarz Brzmi Znajomo, Randa w Ciemno, Taniec z Gwiazdami, gry i zabawy zespołowe, chrzest wodny, Escape Day, Kreatywna Plastyka, Olimpiada Sportowa, wycieczka do Muzeum Wsi Mazowieckiej w Sierpcu, podchody idiańskie, rejs rowerkami wodnymi po jeziorze Zdworskim itp.

10. Rezultaty: uspołecznienie, rozwój umiejętności samoobsługowych, rozwój motoryki małej i dużej, uspołecznienie, rozwój umiejętności samoobsługowych, rozwój umiejętności pracy w grupach, rozwój orientacji w przestrzeni, nawiązanie nowych kontaktów interpersonalnych, rozwój umiejętności radzenia sobie w nowej sytuacji.

Warszawskie Koło Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób
z Niepełnosprawnością Intelktualną

Warszawa, dn. 14.05.2026 r.

Sprawozdanie merytoryczne za rok 2025 dla WK PSONI Środowiskowy Dom Samopomocy – ul. Wilcza 9a m3 00-538 Warszawa

Placówka przy ul. Wilczej 9a m3 typ B przeznaczona jest dla 25 dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną. Funkcjonuje w ramach zadania publicznego w całości finansowanego ze środków Wojewody Mazowieckiego na „Prowadzenie środowiskowego domu samopomocy typ B na terenie Dzielnicy Śródmieście m. st. Warszawy. Mieści się w zabytkowej kamienicy, powierzchnia placówki to 204 m². Uczestnicy zajęć kierowani są do ośrodka decyzją administracyjną wystawianą przez Centrum Pomocy Społecznej Dzielnicy Śródmieście im. prof. A. Tymowskiego.

W roku 2025 uczestnikami zajęć w placówce było 27 dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim, umiarkowanym i znacznym oraz z niepełnosprawnościami sprzężonymi, w wieku od 25 do 70 lat. Placówka świadczyła usługi przez 5 dni w tygodniu w godzinach 7.00 – 16.00, zapewniając wsparcie uczestnikom zajęć oraz ich opiekunom. W prowadzonej w placówce 8 pracowni zajęciowych:

1. Pracownia kulinarna
2. Pracownia plastyczna
3. Pracownia stolarska
4. Pracownia dziewiarska
5. Pracownia komputerowa
6. Pracownia muzykoterapii
7. Pracownia ruchowa
8. Pracownia kosmetyczna

Głównym celem placówki jest codzienne wsparcie i postępowanie wspierające -aktywizujące dążące do osiągnięcia przez uczestników zajęć jak największej samodzielności życiowej. Usługi realizowane w placówce poprzez treningi indywidualne jak i grupowe miały za zadanie poprawę lub utrzymanie jak najwyższego poziomu funkcjonowania w życiu codziennym. Miały utrzymać właściwe funkcjonowanie w życiu, zaradność, samodzielność, dobrą sprawność psychofizyczną i przeciwdziałać szeroko pojętemu wykluczeniu społecznemu.

Formy prowadzonej w placówce działalności w roku 2025.

1. Trening funkcjonowania w życiu codziennym (trening samoobsługi, trening kulinarny, trening umiejętności praktycznych, trening higieniczny, trening porządkowy, trening budżetowy, trening dbałości o wygląd zewnętrzny), w ramach treningu kulinarnego przygotowywany jest codzienny ciepły posiłek dla wszystkich uczestników zajęć.
2. Trening spędzania czasu wolnego (muzykoterapia, relaksacja, wyjścia do kina, projekcje filmów, wyjścia na wystawy, udział w spotkaniach między ośrodkowych, spotkania z artystami Filharmonii Narodowej w cyklicznych zajęciach).
3. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów (ugruntowanie pozytywnych wzorców zachowania w miejscach publicznych, trening konstruktywnego rozwiązywania problemów, trening radzenia sobie w trudnych sytuacjach, trening właściwych zachowań społecznych w relacjach z rówieśnikami i osobami obcymi).
4. Trening umiejętności komunikacyjnych (z wykorzystaniem alternatywnych sposobów porozumiewania się).

5. Terapia ruchowa (zajęcia ruchowe , zajęcia na ogólnodostępnej siłowni ,spacery , ćwiczenia z wykorzystaniem stacjonarnych urządzeń treningowych, zajęcia dla osób z orzeczeniem o znacznej niepełnosprawności prowadzone przez fizjoterapeutę w ramach indywidualnych umów z NFZ).

6. Terapia zajęciowa realizowana w prowadzonych w placówce pracowniach : pracownia kulinarna , pracownia plastyczna, pracownia dziewiarska , pracownia kosmetyczna , pracownia stolarska i pracownia komputerowa)

7. Zajęcia edukacyjne mające na celu podtrzymywanie nabytych w szkole umiejętności pisania i czytania itp.

W roku 2025 w ramach poradnictwa psychologicznego zatrudniony był w placówce w wymiarze ¼ etatu ,psycholog prowadzący zajęcia indywidualne i grupowe z uczestnikami ,oraz oferujący wsparcie dla opiekunów . Psycholog dostępny był w poniedziałki i piątki w godzinach 8.00 -13.00.

Zespół wspierająco -aktywizujący uczestniczył w roku 2025 w 6 sesjach superwizji zewnętrznej oraz w 3 szkoleniach tematycznych.

w ciągu 2025 roku odbyły się 2 zebrania z rodzicami i opiekunami . Zrealizowano 2 autokarowe ,całodniowe wycieczki dla uczestników zajęć połączone z warsztatami .

W wyniku całorocznych zajęć prowadzonych w ramach oferty realizowanej przez placówkę w roku 2025 obserwujemy u uczestników :

- utrzymanie dobrej formy psychofizycznej
- utrzymanie dobrej frekwencji
- utrzymanie dobrej sprawności fizycznej i aktywności życiowej
- rozwój własnych pasji i zainteresowań

Kierownik Środowiskowego Domu Samopomocy
Ul. Wilcza 9a m3 00-538 Warszawa

Paweł Kosim

Sprawozdanie merytoryczne z działalności Mieszkania Wspomagane im. Teresy Dłuskiej za rok 2025

W okresie: 01.04.2025 do 31.12.2025 roku, ciągłą i kompleksową rehabilitacją społeczną objętych było 7 Beneficjentów Ostatecznych (BO), działania były dostosowane to potrzeb i

możliwości psychofizycznych BO. Umożliwiły one wzrost i rozwój kompetencji społecznych, poprawiły jakość życia, oraz zapełniły niezbędne poczucie bezpieczeństwa.

Wsparcie realizowano poprzez treningi prowadzone z BO:

1. trening samodzielności;
2. trening społeczny;
3. systematyczne usprawnianie ruchowe, utrzymanie dobrej formy fizycznej, ogólne wzmocnienie organizmu;
4. wsparcie asystenta osoby niepełnosprawnej, wsparcie nocne zapewniające poczucie bezpieczeństwa i dające możliwość szybkiego reagowania w nieprzewidzianych sytuacjach;
5. Wsparcie wolontariusza.

Wszystkie treningi odbywały się w ramach rehabilitacji społecznej.

W ramach treningu samodzielności BO projektu ćwiczyli bezpieczne poruszanie się komunikacją publiczną, wspólnie przygotowywali posiłki, ćwiczyli nakrywanie do stołu, korzystali z treningu ekonomicznego, planując i wykonując zakupy zgodnie z listą, planując posiłki. Trening samodzielności obejmuje również trening czystościowy i higieniczny BO projektu ćwiczyli sprzątanie całego mieszkania, części wspólnych jak i własnych pokoi, składało się na to: mycie podłóg, dbanie o czystość toalet, pranie i prasowanie odzieży, dbanie o rośliny doniczkowe, oraz utrwalanie i kształtowanie nawyków związanych z codzienną toaletą i estetycznym wyglądem osobistym, doborem odpowiedniej odzieży do panujących warunków atmosferycznych.

BO nauczyli się jak dbać o porządek i czystość w najbliższym otoczeniu, codzienne treningi higieny osobistej przyczyniły się do podniesienia jej poziomu wśród mieszkańców. W trakcie treningu samodzielności BO codziennie ćwiczą przygotowywanie prostych posiłków, przygotowywanie kawy czy herbaty. Treningi odbywają się z wykorzystaniem sprzętów kuchennych, trening pozwala opanować obsługę takich urządzeń jak kuchenka indukcyjna z piekarnikiem, mikrofalówka czy zmywarka do naczyń oraz małego AGD takiego jak mikser czy blender. BO rozwinęli swoje możliwości jeżeli chodzi o przygotowywanie prostych posiłków. BO ćwiczyli planowanie wydatków związanych z zakupem artykułów spożywczych niezbędnych do przygotowywania posiłków, beneficjenci samodzielnie planują zakupy i bezpośrednio robią je w pobliskich sklepach. Trening taki pozwala także lepiej panować nad własnymi środkami finansowymi przy zakupach kosmetyków czy prasy, ćwiczone jest także używanie innych form płatności jak płacenie kartą czy wykonywanie przelewów korzystając z dostępu do konta przez internet. Świadomość tego że wszystko co robią, robią dla siebie oraz brak osób wyręczających ich we wszystkich czynnościach sprawił, że bardzo angażowali się w pracę nad porządkiem i czystością mieszkania.

Trening społeczny organizowany był poprzez oglądanie filmów i telewizji, rozwiązywanie krzyżówek oraz dyskusję. W ramach tej działalności były organizowane wspólne wyjścia poza miejsce zamieszkania na spacer, zakupy czy do instytucji kulturalnych. Uczyli się rozwiązywania problemów i współdziałania w grupie, oraz jak najbardziej samodzielnego funkcjonowania w życiu codziennym. Kształtowano także właściwe zachowania w miejscach publicznych, umiejętności załatwiania prostych spraw urzędowych np. wyrobienie karty miejskiej czy wymiana dowodu osobistego na nowy. BO uczyli się jak dbać o zdrowie jak zapisać się do lekarza i iść na wizytę oraz jak wykupić leki w aptece. Najważniejszą rzeczą jakiej uczyli się BO było samo decydowanie o sobie, jak dobrać strój adekwatny do pogody, co zjeść co zrobić w wolnym czasie.

Usprawnianie ruchowe prowadzone systematycznie wpłynęło na poprawę stanu zdrowia (brak zachorowań w opisywanym okresie). Wszystkie zajęcia odbywały się zgodnie z

planem. Każdy z BO rozwinął swoje kompetencje zwiększając możliwości samodzielnego funkcjonowania w społeczeństwie.

Wsparcie asystenta osoby niepełnosprawnej zapewniane jest w okresie nocnym, gdyż ze względu na niepełnosprawność intelektualną beneficjenci wymagają wsparcia przez 24 godziny i to właśnie wsparcie w czasie nocy zapewnia asystent osoby niepełnosprawnej, dając poczucie bezpieczeństwa. Beneficjenci uczestniczyli także w życiu lokalnej społeczności biorąc udział w spotkaniach i festynach organizowanych w bezpośrednim sąsiedztwie ich zamieszkania . Wyjścia do kina, teatru czy na koncerty pozwalają na swobodne korzystanie z dóbr kultury i realizację swoich zainteresowań . Treningi prowadzone w miejscu zamieszkania sprawiają , że beneficjenci stali się niezależni od dotychczasowych opiekunów i rodziców , mają możliwość ciągłego rozwijania swoich kompetencji życiowych i przygotowywania się w miarę możliwości do samodzielnego życia.

Wsparcie wolontariusza poprawia jakość ćwiczeń prowadzonych przez fizjoterapeutę pomagając wykonywać trudniejsze ćwiczenia ,wspiera BO także w codziennych czynnościach i podczas wyjść poza placówkę. Wsparcie wolontariusza wpływało na zwiększenie jakości wsparcia udzielanego przez rehabilitanta pomoc podczas zajęć ruchowych była niezbędna podczas ćwiczeń z 7 osobową grupą osób z niepełnosprawnością. Wsparcie to było także bardzo istotne podczas wyjść z całą grupą poza placówkę .

Realizacja żadnego działania prowadzonego w projekcie nie była powierzona zewnętrznemu wykonawcy .

W czasie realizacji projektu pomiędzy mieszkańcami utrwały się rodzinne więzi, poczuli się odpowiedzialni za siebie i innych. BO zmienili także nieco dotychczasowe nawyki związane z planowaniem i spędzaniem wolnego czasu, zaczęli dbać o zdrowie i sprawność fizyczną.

Sprawozdanie z działalności Klubu ABC, w okresie od 1.01.2025 r. do 31.12.2025 roku.

Klub ABC jest działaniem Warszawskiego Koła Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną, które powstało w wyniku połączenia wcześniej funkcjonujących czterech klubów Warszawskiego Koła PSONI. Działalność Klubu ABC odbywa się w czterech grupach, co pozwala zachować charakter dotychczasowych działań, a jednocześnie rozszerzać je o nowe możliwości rozwoju i wsparcia uczestników.

Klub ABC liczy 80 uczestników – dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną, mieszkańców m.st. Warszawa. Uczestnicy biorą udział w różnych aktywnościach, w zależności od swoich potrzeb i zainteresowań. Działania grupy poddawane są cyklicznej ewaluacji, aby dostosować zajęcia do potrzeb i umiejętności uczestników. Klub ABC jest współfinansowany z M. St. Warszawa, a koordynatorem jest Krzysztof Romaniuk.

Zajęcia prowadzone w ramach Klubu ABC odbywają się w formie regularnych spotkań podczas których osoby z niepełnosprawnością intelektualną zwiększają m.in.: swoją samodzielność, rozwijają sprawność fizyczną oraz budują kompetencje społeczne.

Zakładane cele szczegółowe w ramach projektu to:

1. Doskonalenie samodzielnego funkcjonowania w środowisku oraz samoobsługi osób z niepełnosprawnością intelektualną;
2. Utrzymanie aktywności społecznej osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz integracja ze społecznością lokalną;
3. Rozwijanie predyspozycji i upodobań członków klubu poprzez różnego rodzaju aktywności (kulturalne, sportowe, turystyczne, taniec, muzyka).

GRUPA A

Na zajęcia grupy A uczęszcza 20 osób z niepełnosprawnością intelektualną. Podczas zajęć uczestnicy rozwijają m.in. swą autonomię, samodzielność oraz nabywają umiejętności pomagające im funkcjonować w społeczeństwie. Dzięki wspólnym działaniom uczestnicy grupy A uczą się także współpracy oraz budowania relacji opartych na wzajemnym szacunku i zrozumieniu. Bezpośredniego wsparcia uczestnikom udzielają trzy osoby: Krzysztof Walicki - pedagog specjalny, logopeda, Andrzej Staszyński - asystent osoby niepełnosprawnej oraz Krzysztof Romaniuk – pedagog specjalny. Zajęcia grupy A są realizowane w Ośrodku Rehabilitacyjno - Edukacyjno - Wychowawczym, przy ulicy Krasieńskiego 41a.

Działania i aktywności realizowanych przez grupę A form ujęte zostały w 4 grupy:

1. Zajęcia tańca towarzyskiego,
2. Prowadzenie ruchowych zajęć rekreacyjnych,
3. Trening umiejętności aktywnego spędzania czasu wolnego,
4. Organizowanie spotkań świątecznych (dwa razy w roku).

Ponadto uczestnicy Grupy A uczestniczą w wyjściach kulturalno – integracyjnych oraz wycieczkach.

GRUPA B

W realizacji zadania uczestniczy 28 osób z niepełnosprawnością intelektualną. Są to osoby wykazujące duże zainteresowanie tańcem oraz aktywnie i chętnie uczestniczące w proponowanych zajęciach. Osoby wpisane na listę uczestników Grupy B podczas zajęć rozwijają kompetencje społeczne, sprawność ruchową oraz wzmacniają poczucie własnej wartości i integrację społeczną. Wsparcia uczestnikom udzielają dwie osoby: Wojciech Gębski - instruktor tańca, choreograf oraz Julia Gumowska – asystent instruktora. Zajęcia Grupy B odbywają się w Mazowieckim Instytucie Kultury przy ul. Elektoralnej.

Działania i aktywności realizowanych przez grupę B form ujęte zostały w 3 grupy:

1. Próby taneczne,
2. Spotkania integracyjne (w tym spotkania świąteczne),
3. Wyjścia uspołeczniające i wycieczki krajoznawcze (do atrakcji turystycznych i kulturalnych Warszawy i okolic).

GRUPA C

W realizacji zadania uczestniczy 20 osób z niepełnosprawnością intelektualną, będących członkami Warszawskiego Koła PSONI. Każdy uczestnik klubu uczestniczy w zajęciach na zasadzie równości. Bezpośredniego wsparcia podczas prowadzenia zajęć udzielają uczestnikom dwie osoby: Tetiana Bilokin (terapeuta zajęciowy, trener w Mieszkanium Wspomagany przy ul. Hożej) - instruktor oraz Paweł Zawistowski – (student Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej w Warszawie) - asystent instruktora. Do grupy C przypisane są także dwie wolontariuszki, Edyta Marzyjanek oraz Patrycja Zielińska – Płusa, które wspierają prowadzących oraz uczestników podczas wyjść kulturalnych, wycieczek krajoznawczych a także podczas zajęć stacjonarnych. Zajęcia grupy C odbywają się w Środowiskowym Domu Samopomocy przy ul. Grochowskiej.

Działania i aktywności realizowanych form ujęte zostały w 4 grupy :

1. Spotkania stacjonarne grupy (w tym spotkania świąteczne),
2. Zajęcia z zakresu umiejętności cyfrowych,
3. Zajęcia z zakresu propagowania zdrowego trybu życia,
4. Wydarzenia kulturalne (w tym wycieczki).

GRUPA D

W realizacji zadania uczestniczy 12 osób z niepełnosprawnością intelektualną. Są to osoby z zainteresowaniami i zdolnościami muzycznymi. Grupa została podzielona na dwa zespoły: zespół muzyczny oraz grupę produkcyjną tworzącą materiały promocyjne zespołu. Podczas zajęć grupy D bezpośredniego wsparcia uczestnikom udziela trzech instruktorów: Natalia Czekąła (pianistka, absolwentka Uniwersytetu Muzycznego Fryderyka Chopina w Warszawie), Adam Buka (dokumentalista, reżyser i scenarzysta) oraz Krzysztof Guzewicz (muzykoterapeuta, muzyk, twórca kultury).

Działania i aktywności realizowanych przez grupę D form ujęte zostały w 7 grupach:

1. Zajęcia muzyczne dla zespołu oraz DJów (w tym spotkania z w tym spotkania z zaproszonymi gośćmi z różnych dziedzin sztuki),
2. Spotkania grupy produkcyjnej tworzącej materiały promocyjne zespołu,
3. Zamiejscowe koncerty zespołu muzycznego oraz kolektywu DJ-skiego,
4. Koncerty w pracowni Grupy D,
5. Tworzenie materiałów promocyjnych zespołu na social media - reportaże, podcasty, fotorelacje, wywiady z gośćmi,
6. Spotkania Klubu Filmowego - wspólna projekcja filmu połączona z dyskusją na jego temat,
7. Wyjście integracyjne w roku zespołu do restauracji bądź kawiarni.

Krzysztof Romaniuk - Koordynator

Sprawozdanie merytoryczne z działalności ŚDS Grochowska za 2025 rok

Placówka funkcjonuje w ramach zadania publicznego – działalność na rzecz osób z niepełnosprawnościami i jest w całości finansowana ze środków Wojewody Mazowieckiego, jako zadanie: Prowadzenie środowiskowego domu samopomocy typu B na terenie Dzielnicy Praga-Południe m. st. Warszawy.

Uczestnikami placówki są dorosłe osoby z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim, umiarkowanym, znacznym i głębokim oraz niepełnosprawnościami sprzężonymi. Oferta placówki, poprzez szeroko rozumiane działania wspierające i włączające, wychodzi naprzeciw potrzebom uczestników w zakresie funkcjonowania społecznego, przeciwdziałających wykluczeniu społecznemu.

W 2025 roku ośrodek świadczył usługi 5 dni w tygodniu w godzinach 7:00-16:30, zapewniając wsparcie osobom z niepełnosprawnością intelektualną, jak i ich rodzinom/opiekunom.

W 2025 roku z oferty placówki skorzystało 47 dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną i niepełnosprawnościami sprzężonymi, przyjęte zostały 3 nowe osoby. Wiek uczestników mieścił się pomiędzy 25 a 75 lat.

Celem głównym było wieloprofilowe postępowanie wspierająco-aktywizujące realizowane poprzez działania zmierzające do osiągnięcia przez uczestników jak najpełniejszej samodzielności życiowej. Świadczone usługi miały charakter indywidualnych i grupowych treningów, ze szczególnym naciskiem na trening umiejętności społecznych i trening funkcjonowania w życiu codziennym, które zwiększyły lub utrzymały samodzielność i zaradność życiową uczestników, przeciwdziałając wykluczeniu społecznemu, umożliwiły również poprawę kondycji psychofizycznej.

Formy stacjonarnych aktywności proponowanych uczestnikom w 2025 roku:

1. Trening funkcjonowania w życiu codziennym:

- Trening higieniczny - zrealizowany w formie wykładów oraz codziennych ćwiczeń praktycznych, według indywidualnych potrzeb uczestników (samodzielne mycie ciała, pomoc w korzystaniu z toalety, pomoc w jedzeniu posiłków itp.).
- Trening umiejętności praktycznych - zrealizowany w każdej z grup terapeutycznych ze wsparciem terapeuty prowadzącego. W czasie tych zajęć uczestnicy wykonywali takie czynności jak sprzątanie, mycie okien, obsługa pralki i rozwieszanie prania, korzystali z domowych urządzeń elektrycznych.
- Trening kulinarny – Miał on charakter rotacyjny. Przy wsparciu terapeuty, uczestnicy przygotowywali ciepły posiłek dla uczestników placówki, nakrywali do stołu i sprząkali po posiłku.
- Trening ekonomiczny - zrealizowany zgodnie z indywidualnymi potrzebami uczestników. Uczestnicy nabywali umiejętności potrzebne do gospodarowania środkami materialnymi, takich jak: poznanie wartości pieniądza, samodzielne przygotowanie listy zakupów, robienie zakupów, rozpoznawanie i orientacja dotycząca cen w sklepach.

2. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:

- Zajęcia psychoedukacyjne prowadzone przez psychologa, realizowane w grupach warsztatowych (4, 5 osób) Ponadto psycholog odbywał indywidualne konsultacje z uczestnikami i ich rodzicami zgodnie ze zgłaszanymi potrzebami.
- Wyjścia do miejsc użyteczności publicznej

3. Trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się (w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej).

4. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego:

- Ogólnoośrodkowe zajęcia grupowe - w ramach codziennych zajęć popołudniowych prowadzone były zajęcia z zakresu biblioterapii, oglądania filmów i koncertów, relaksacji.
- jednodniowa wycieczka rekreacyjna do Gospodarstwa Edukacyjnego Cuda i Wianki, warsztaty decoupage, ubijanie masła, przejażdżka bryczką, karmienie zwierząt, spacer po lesie obiad dla 35 uczestników (lipiec 2025 r.);
- cykl „Spotkania z muzyką” realizowany przez Filharmonię Narodową raz w miesiącu;
- imprezy i warsztaty organizowane w ośrodku: urodziny uczestników, bal karnawałowy, impreza integracyjne z udziałem rodziców w klimacie Harregon Pottera, impreza integracyjna z udziałem rodziców Hawajske Party (grill i tańce w ogrodzie przy ośrodku), konkurs muzyczny „Jaka to melodia?”, karaoke, kalambury, quizy tematyczne, spotkanie Wielkanocne i Wigilijne, wyjścia do kawiarni, spotkania z hejnalistą, wyjście na kajaki, świąteczny bazar prac uczestników, udział w Kiermaszu Świątecznym w

Ministerstwie Finansów, Teatr Cieni, wizyta w Muzeum Hutnictwa w Pruszkowie, wizyta w Muzeum Lniarstwa w Żyrardowie, wizyta w Muzeum Legii Warszawa, wizyta w Muzeum Farmacji. warsztaty czekolady w Manufakturze Czekolady, wizyta na tarasie widokowym PKiN, udział w konferencji APS, udział w podchodach na Woli, wizyta w Muzeum Etnograficznym, wizyta u Straży Pożarnej połączona z warsztatami edukacyjnymi, wizyta w Muzeum Motoryzacji w Otrębusach, wycieczka nad Świder, udział w Festiwalu Filmowym, zorganizowanym przez ŚDS Chata z Pomysłami. Ponadto, 10 uczestniczek wzięło udział w warsztatach edukacyjnych połączonych z brafittingiem.

5. Terapia ruchowa:

- Poranna gimnastyka prowadzona była codziennie przez godzinę (wsparcie 2 terapeutów), były to ćwiczenia ogólnorozwojowe w pozycji stojącej, siedzącej, klęcznej, leżącej w zależności od możliwości uczestników, prostego aerobiku, ćwiczeń na stepperach, rowerach stacjonarnych, gra w piłkarzyki, kręgle itp.
- Zajęcia rehabilitacji grupowej – prowadzone dwa razy w tygodniu przez fizjoterapeutę,
- Poprawie aktywności fizycznej służyły także wyjścia grupowe poza placówkę oraz częste spacerunki w parku Skaryszewskim.

7. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych: w placówce realizowana była pomoc i pośrednictwo w kontaktach z placówkami pomocy społecznej i wsparcie osób z niepełnosprawnością intelektualną m.in. w uzyskaniu dodatkowych usług specjalistycznych. Ponadto zespół wspomagał uczestników oraz ich rodziny, gdy wskazane było ukierunkowanie i poinformowanie ich o nowych możliwościach pracy z osobami z niepełnosprawnością, poprzez wskazanie innych placówek lub form wsparcia.

8. Inne formy terapii zajęciowej. Zajęcia i treningi dodatkowe planowane są w perspektywie rocznej, zgodnie z potrzebami uczestników. W 2025 r. prowadzone były następujące zajęcia dodatkowe, tj.: zajęcia indywidualne terapii ręki, zajęcia teatroterapii, zajęcia hipoterapii w formie wyjazdowej, muzykoterapii, dogoterapii, Sensoplastyki (do 30 czerwca).

W 2025 roku z dodatkowych środków otrzymanych na wsparcie 15 osób ze sprzężonymi niepełnosprawnościami:

- doposażono placówkę w materiały do terapii i sprzęt potrzebny do prowadzenia zajęć i treningów (m.in. tablety do treningów umiejętności cyfrowych, komunikatory AAC, sprzęt sportowy, specjalistyczne pomoce edukacyjne, wentylatory, odkurzacz i drobny sprzęt kuchenny potrzebny do realizacji treningu umiejętności praktycznych) oraz zmywarkę;
- prowadzono zajęcia dedykowane osobom ze sprzężonymi niepełnosprawnościami (m.in. Terapia Ręki, hipoterapia, dogoterapia, Sensoplastyka);
- przeprowadzono szkolenia kadry: cykliczna superwizja, raz w miesiącu przez 2 godz. - cały zespół; superwizja kierownicza – raz w miesiącu od kwietnia 2023 r.;
- szkolenie dla całego zespołu z zakresu komunikacji alternatywnej i wspomaganej, przeprowadzone przez Monikę Karwacką.
- w ramach kształcenia się zespołu terapeutycznego w zakresie AAC zorganizowano wyjazd szkoleniowy trzech osób z kadry do Środowiskowego Domu Samopomocy w Toruniu, prowadzonego przez Fundację Arkadia.

- w roku rozliczeniowym trzy osoby z kadry uczestniczyły w szkoleniu w zakresie seksualności osób z niepełnosprawnością intelektualną, prowadzonym przez dr Izabelę Fornalik.

W wyniku całorocznego oddziaływania terapeutycznego udało się u uczestników:

- utrzymać kondycję fizyczną,
- utrzymać dobrostan emocjonalny (zmniejszenie częstotliwości zachowań agresywnych i autoagresywnych),
- utrzymać poziom kompetencji społecznych.

Zaobserwowano również:

- utrzymanie kondycji psychicznej,
- utrzymanie sprawności ruchowej i motywacji do aktywnego spędzania czasu,
- utrzymanie aktywności życiowej, kompetencji społecznych i umiejętności podejmowania decyzji,
- utrzymanie samodzielności i zaradności życiowej w zakresie czynności dnia codziennego,
- utrzymanie zainteresowań w zakresie rękodzieła.

Rodzice i opiekunowie wszystkich osób uczęszczających do Środowiskowego Domu Samopomocy zostali wyposażeni w wiedzę, która dała im możliwość podjęcia dodatkowych działań rehabilitacyjnych i terapeutycznych oraz szukania innych możliwości oddziaływań specjalistycznych (bieżące monitorowanie stanu psychofizycznego uczestników, poradnictwo psychologiczne, wsparcie informacyjne w ubieganiu się o wsparcie Asystenta OzN, Mieszkanie Treningowe, Mieszkanie Wspomagane, transport dla OzN a także pomoc w uzupełnieniu wniosków o świadczenie wspierające oraz dofinansowania, m.in na turnusy rehabilitacyjne).

Przygotowała: Patrycja Zielińska - Płusa, kierownik ŚDS Grochowska Warszawskiego Koła PSONI