

INTEGRA, o. z.

Pri mlyne 1430/1A, P. O. Box 11, 071 01 Michalovce
IČO: 31995381



VÝROČNÁ SPRÁVA ZA ROK 2018

Marec 2019

IDENTIFIKAČNÉ ÚDAJE ORGANIZÁCIE

Názov: Integra, o. z. – Združenie pre duševné zdravie

Sídlo: Pri mlyne 1430/1A, 071 01 Michalovce

Adresa pre poštové zásielky: P. O. Box 11, 071 01 Michalovce

Tel./Fax: +421 56 642 17 14

E-mail: integrami@gmail.com

Rada Integrity, o. z. pozostáva z členov:

MUDr. Pětr Nawka – predseda

Ing. Jana Hurová, PhD.

Bc. Kvetoslava Elefantová

Ing. Jaroslav Hura

Martina Džarová

Počet členov: 18

Počet pracovníkov: 9

Cieľová oblasť:

- najmä okresy Michalovce a Sobrance
- rozloha 1557 km²
- 132 863 obyvateľov

Cieľová skupina:

- ľudia s ťažkým duševným ochorením vo veku nad 18 rokov.

Poslaním Integrity

- je podporovať ľudí s duševnými poruchami dôstojne žiť a nachádzať možnosti seberealizácie v spoločnosti a zabezpečovať pre nich chýbajúce komunitné služby.

PREDMET ČINNOSTI:

- združuje ľudí, ktorí zažili duševné ochorenie, ich príbuzných, psychiatrov, psychologov, zdravotných a sociálnych pracovníkov a dobrovoľníkov,
- poskytuje komplexné odborné sociálne a zdravotné služby v neústavných podmienkach,
- obhajuje práva a záujmy ľudí s dlhodobými duševnými ochoreniami,
- spolupracuje s rodinou prijímateľa,
- presadzuje legislatívne a iné zmeny v oblasti psychiatrie a sociálnych služieb,
- informuje o problematike duševného zdravia a duševných ochorení,
- pripravuje akcie pre verejnosť,
- propaguje otvorený prístup k tolerancii k ľuďom s duševným ochorením,
- usporadúva stretnutia mládeže s ľuďmi, ktorí sa liečili na psychiatrii,
- aktívne podporuje vytváranie regionálneho a národného systému starostlivosti o duševné zdravie.

O ORGANIZÁCI

Integra, o. z. – Združenie pre duševné zdravie bolo založené 20. októbra 1994 v Michalovciach a následne dňa 4. novembra 1994 boli Stanovy občianskeho združenia registrované na Ministerstve vnútra Slovenskej republiky pod číslom: VVS/1-900/90-10078 v súlade so Zákonom č. 83/1990 Zb. o občianskych združeniach.

Impulzom k jeho založeniu bola **neexistencia služieb v komunite** pre pacientov odchádzajúcich z psychiatrickej nemocnice. (Reforma psychiatrie 1992 sa nerealizovala).

V roku 1997 sme usporiadali prvú medzinárodnú **tetralógovú konferenciu** v Michalovciach, ktorá oboznámila psychiatrických pacientov, ich príbuzných, profesionálov a verejnosť (štyri strany dialógu tzv. tetralógu) s našou víziou.

V roku 1998 bolo v Michalovciach, ako prvých na Slovensku, vytvorených 5 miest **chráneného bývania** a 20 miest **rehabilitačného strediska** pre ľudí s problémami duševného zdravia.

V roku 2001 sa Integra zapojila do svetového programu prekonávania stigmy a distriminácie kvôli schizofrénii „**Schizofrénia – Open the Doors**“ a následne na podporu tohto programu založili celoslovenské združenie „Otvorme dvere – otvorme srdcia“.

Podporovala vznik patientskych organizácií po celom Slovensku.

Aktívna spolupráca so zahraničím – 2001-2002 sme získali **dobrovoľníčku** z AMZ a následne jeden z nosných projektov financovaný Holandskom (**MATRA 2002 - 2005**). Boli stabilizované existujúce komunitné služby, rozšírené o ďalšie – **podporované zamestnávanie** (mediálna skupina a čajovňa) a zavedenie **terénnej starostlivosti** o duševné zdravie v okresoch Michalovce a Sobrance (prvá svojho druhu Psychiatrická agentúra domácej ošetrovateľskej starostlivosti). Počas projektu sme vytvorili sieť spolupráce relevantných inštitúcií na miestnej, národnej a medzinárodnej úrovni. Výsledkom jej vzájomnej spolupráce bolo vypracovanie 1. **Národného programu duševného zdravia SR**, ktorý bol v roku 2004 prijatý Vládou SR.

V októbri 2014, pri príležitosti **20. výročia** založenia Integry, sme usporiadali v Michalovciach konferenciu s medzinárodnou účasťou, ktorej prítomní účastníci sa dohodli na rezolúcii. V nej požadujú:

- *Vypracovať nový plán realizácie Národného programu duševného zdravia SR (NPDZ) na nasledujúce obdobie (2016-2026) v súlade s prijatým svetovým dokumentom Akčný plán duševného zdravia 2013 – 2020.*
- *Vytvoriť sieť efektívnej spolupráce všetkých organizácií, ktoré majú priamy alebo nepriamy vplyv na podporu, prevenciu, liečbu a rehabilitáciu v oblasti duševného zdravia.*”

NPDZ SR je základným dokumentom pre oblasť duševného zdravia na Slovensku. Budeme robiť naďalej to, čo sme robili i doteraz v prospech tých, ktorých zdravie a ľudská dôstojnosť sú najviac ohrozené. Pri tejto príležitosti sme vydali **informačnú brožúru o Integre**.

Od vzniku Integry až po jej súčasnosť si činnosť našej organizácie všimli i viaceré inštitúcie na Slovensku, od ktorých Integra získala významné ocenenia. Ide o:

- **Cena Nadácie Orange** (28. apríl 2015) – v šiestom ročníku Ceny Nadácie Orange v kategórii Sociálna inklúzia získala **1. miesto** naša organizácia - Združenie pre duševné zdravie - INTEGRA, o. z. v Michalovciach za výsledky dlhodobej činnosti pri poskytovaní starostlivosti ľuďom s duševnými poruchami.
- **Cena Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO)** na Slovensku (marec 2015) - za inovatívny prístup k podpore duševného zdravia, "za neoceniteľnú prácu na poli sociálnej inklúzie ľudí s duševnými poruchami, za inovácie pri destigmatizácii duševných porúch a za vynikajúcu prácu v komunitných službách".
- **Cena Ligy za duševné zdravie** (marec 2015) - za celoživotný prínos pre duševné zdravie pre zakladateľa Integry, psychiatra Petra Nawku za "priekopnícku prácu a za presadzovanie nových prístupov v psychiatrii".
- **Plaketa predsedu Košického samosprávneho kraja** – 22.09.2014 – pri príležitosti 20. výročia pôsobenia v oblasti duševného zdravia.
- **Cena primátora Mesta Michalovce** – 26.08.2014 – pri príležitosti 20. Výročia založenia občianskeho združenia v oblasti duševného zdravia.
- **Cena Nadácie Socie** – r. 2007 - za poskytovanie starostlivosti ľuďom s duševnými chorobami prostredníctvom komplexného, pružného a efektívneho systému komunitných služieb vychádzajúceho z individuálnych potrieb klientov.
- **Cena kvality udelená ministrom zdravotníctva SR** – r. 2003 - za zavedenie case manažmentu pri práci s ľuďmi s duševnými poruchami a zriadenie špecializovanej Agentúry domácej ošetrovateľskej starostlivosti (ADOS) pre psychiatrických pacientov.
- **Cena Ligy za duševné zdravie** – r. 2000 - za mimoriadny prínos v oblasti duševného zdravia na Slovensku – činnosť na báze tetralógu (od 1994), zriadenie prvých miest chráneného bývania a rehabilitačného strediska.

PERSONÁLNE ZABEZPEČENIE

Personálne aktivity Integrity, o. z. v roku 2018 zabezpečovali 9 zamestnanci pracujúci na základe pracovnej zmluvy, 1 pracovník na dohodu o vykonaní práce a niekoľko dobrovoľníkov vo vybraných aktivitách.

Personál Integrity, o. z. je rozdelený podľa stredísk takto:

Zariadenie podporovaného bývania:

Riaditeľka – 0,8 úväzok, ukončené vysokoškolské vzdelanie 3. stupňa, akreditovaný vzdelávací kurz v odbore v rozsahu 150 hodín.

Sociálna pracovníčka – 1 úväzok, ukončené vysokoškolské vzdelanie 1. stupňa v odbore sociálna práca, akreditovaný vzdelávací kurz v odbore v rozsahu 150 hodín.

Sociálna pracovníčka – 1 úväzok, ukončené vysokoškolské vzdelanie 2. stupňa v odbore sociálna práca.

Sociálna pracovníčka – 0,5 úväzok, ukončené úplné stredné vzdelanie v inom odbore, prax v odbore, akreditovaný vzdelávací kurz v odbore v rozsahu 150 hodín.

Ergoterapeut – 1 úväzok - ukončené vysokoškolské vzdelanie 2. stupňa v odbore sociálna práca.

Rehabilitačné stredisko:

Riaditeľka – 0,4 úväzok, ukončené vysokoškolské vzdelanie 3. stupňa, akreditovaný vzdelávací kurz v odbore v rozsahu 150 hodín.

Sociálna pracovníčka – 1 úväzok, ukončené vysokoškolské vzdelanie 2. stupňa v odbore sociálna práca.

Sociálna pracovníčka – 1 úväzok, ukončené vysokoškolské vzdelanie 2. Stupňa v odbore sociálna práca.

Ergoterapeut – 1 úväzok – ukončené vysokoškolské vzdelanie 2. stupňa v odbore sociálna práca.

Pomocný pracovník ergoterapeuta – 1 úväzok (dobrovoľníci).

Psychiatrická ambulancia:

Lekárka – psychiatrička – 0,7 úväzok, ukončené vysokoškolské vzdelania 2. stupňa v odbore, atestácia v odbore psychiatria.

Zdravotná sestra – 0,7 úväzok, ukončené úplné stredné vzdelanie v odbore, prax v odbore.

ČINNOSŤ ORGANIZÁCIE

Integra v roku 2011 poskytovala sociálne služby – zariadenie podporovaného bývania (podľa § 34 Zákona č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách) a rehabilitačné stredisko (podľa § 37 Zákona č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách) a zdravotné služby – psychiatrická ambulancia.

Zariadenie podporovaného bývania (ďalej ZpB)

Podporované bývanie je sociálnou službou poskytujúcou celoročný pobyt ľuďom s duševnou poruchou, ktorí sú schopní viesť samostatný život s pomocou inej osoby. Bývanie podporuje autonómiu klienta, pomáha mu pri dosiahnutí a udržaní optimálnej sociálnej úrovne, nezávislosti a sebestačnosti.

Podporované bývanie bolo v roku 2018 zabezpečované na Ulici pri mlyne 1430/1A, kde bývali 20 prijímatelia sociálnych služieb a na Ulici J. Hollého 56, kde bývali 3 prijímateľky sociálnych služieb. V priebehu roka odišli zo zariadenia 2 prijímatelia sociálnych služieb. Jeden bol umiestnený v inom type zariadenia sociálnych služieb s vyššou intenzitou starostlivosti a jeden sa osamostatnil a odišiel bývať do vlastného bytu. Do ZpB nastúpili 2 noví prijímatelia sociálnych služieb. Jeden prišiel z podporovaného bývania Červeného kríža zo Sniny, jedna klientka prišla z domáceho prostredia. Prijímatelia sociálnych služieb mali v zariadeniach možnosť bývať v jedno a dvojposteľových izbách, kde mali k dispozícii na obidvoch poschodiach plne vybavenú kuchynku, spoločné sociálne zariadenia - toalety a kúpeľňu, spoločenskú miestnosť s knižnicou, televízorom, rádiom a počítačom. Prijímatelia sociálnych služieb mali k dispozícii novú komunitnú miestnosť, ktorá bola využívaná predovšetkým na skupinovú prácu a komunitné stretnutia bývajúcich a v areáli zariadenia veľký dvor a altánok, ktorý využívali na spoločné aktivity - športové dni, grilovanie, ale aj individuálne posedenia pri káve a čaji.

Pracovníčky dohľadu prijímateľom sociálnej služby podľa individuálnych potrieb pomáhali pri zvládaní pravidelného užívania liekov, domácich prác, hygieny, hospodárení s financiami. Bývajúci v zariadení podporovaného bývania si svojpomocne zabezpečovali upratovanie vlastných izieb, spoločných priestorov i okolia bývania a to napr. kosenie trávy, úprava pozemku vedľa budovy (výsadba okrasných kríkov a tráv, výsev nového trávnik, polievanie trávnik a kvetov), úprava pozemku pri bráne (skyprenie pôdy, presádzanie byliniek, úprava trávnik, výroba a osadenie uvítacej tabule z dreva). V jesennom období sa realizovalo prihnojovanie trávnik. Vďaka týmto prácam si prijímatelia sociálnej služby obnovili svoje pracovné zručnosti a prispeli k zútulneniu prostredia vlastnými silami.

V októbri začali prijímatelia - muži pracovať s drevom, pod dohľadom pracovníka zariadenia si osvojili prácu s pracovnými nástrojmi, určenými na spracovanie dreva, a to s ručnou frézou, gravírovačkou, vypaľovačkou do dreva. S pomocou týchto nástrojov a dreva sa im podarilo zhotoviť zaujímavé dekoračné a úžitkové predmety, napr. domček pre vtáčikov na zimné obdobie, vyrezávaný obraz, drevený vianočný stromček. Prijímatelia sa postupne oboznamovali s bezpečnou prácou s drevárskymi nástrojmi a ich údržbou. Táto práca s drevom bola pre prijímateľov nová a veľmi ich zaujala.

Pri poobedňajších aktivitách pre prijímateľov sme vytvárali priestor pre sociálne činnosti z oblasti kultúry, športu, zdravého životného štýlu. Využívali sme pri tom muzikoterapiu, arteterapiu a biblioterapiu. Sprostredkovali sme stretnutia s psychologičkou. Prijímatelia ZpB sa aktívne zapojili do prípravy tematicky zameraných činností pre spolubývajúcich (kvízy, vedomostné testy, športové aktivity, súťaže). Voľný čas využívali individuálne pre seba alebo spoločne napr. pri grilovaní, spoločenskými hrami alebo prácou na počítači. Aj počas roka 2018 mali ubytovaní prijímatelia ZpB k dispozícii posilňovňu, stolnotenisový stôl a náradie na hru boccia.

V priebehu roka sa pravidelne uskutočňovali komunitné stretnutia, a to raz týždenne, na ktorých boli riešené problémy a požiadavky bývajúcich v ZpB. Boli realizované nácviky sociálnych zručností, a to: obsluha elektrických spotrebičov, pranie a žehlenie, hospodárenie s finančnými prostriedkami, zásady osobnej hygieny, varenie jednoduchých jedál, pomoc a usmernenie pri vybavovaní úradných záležitostí. Uskutočňovali sa individuálne stretnutia prijímateľa s pracovníčkou dohľadu, s ktorými spoločne pracovali na tvorbe a hodnotení individuálneho plánu prijímateľa v ZpB. Zdravotný stav prijímateľov sociálnej služby bol okrem návštev prijímateľa u psychiatra, aj pravidelne konzultovaný v rámci stretnutí multidisciplinárneho tímu Integry, o. z.. O všetkých konzultáciách boli vedené písomné záznamy.

Rehabilitačné stredisko

Rehabilitačné stredisko Integry, o. z. je sociálnym zariadením poskytujúcim sociálnu službu ambulantnou, dennou formou ľuďom s duševnou poruchou v pracovných dňoch. Činnosti v rehabilitačnom stredisku sú zamerané na rehabilitáciu sociálnych a pracovných návykov, na obnovu najvyššie dosiahnuteľného stupňa osobnostného vývinu a fyzickej výkonnosti prijímateľov sociálnej služby.

Prvé rehabilitačné stredisko pre 20 klientov bolo zriadené v roku 1997. V roku 2004 bolo rehabilitačné stredisko – umelecko-keramická a krajčírka dielňa presťahované do vlastných svojpomocne zrekonštruovaných priestorov na Ul. školskej 8 v Michalovciach. Stredisko nachádzajúce sa v tejto vlastnej budove je každodenne využívané aj v súčasnosti.

V roku 2018 využívalo služby RS 25 prijímateľov, z toho 14 mužov a 11 žien vo veku 20 – 74 rokov. V priebehu tohto roka sme neukončili žiadnu zmluvu s prijímateľom, ale uzatvorili sme dve nové zmluvy s novými prijímateľkami. V tomto roku naďalej jedna prijímateľka pracuje na polovičný úväzok. Ostatní prijímatelia navštevovali RS pravidelne v rámci svojho zdravotného stavu a svojich možností. Niektorí boli v RS každý deň, iní iba v dni, kedy im to vyhovovalo najviac. Služby pre prijímateľov v RS sa takmer vždy prispôbovali ich potrebám. Každý prijímateľ mal vypracovaný svoj krátkodobý individuálny plán na obdobie pol roka, v rámci ktorého si určil svoj cieľ, na ktorom počas svojej prítomnosti v RS pracoval. Ciele si prijímateľ vyberal sám, podľa svojich schopností a záujmov, alebo podľa toho, v čom sa chcel zlepšiť a čo nové sa chcel naučiť. Najčastejšie sme pomáhali prijímateľom pri dosahovaní a plnení ich cieľov hlavne pri zabezpečovaní pomôcok, pomáhali sme aj pri vysvetľovaní postupov práce, ak niekto potreboval pomoc a snažili sme sa ich vždy za ich úspechy pochváliť a povzbudiť do ďalšej činnosti. Taktiež si pomáhali aj prijímatelia medzi sebou navzájom, ak niekto niektorú činnosť už ovládal vysvetľoval ju ostatným a pomáhal pri činnosti. Ciele, ktoré si prijímatelia dali boli vždy na konci obdobia vyhodnotené, a ak bolo potrebné

prepracované, čím sme sa chceli priblížiť viac k potrebám prijímateľov, aby ich lepšie zvládli a ak chceli, mohli v nich pokračovať dovtedy, kým cieľ nebude splnený. To znamená, že ak prijímateľ svoj cieľ zvládol splniť, je v tejto činnosti už samostatný. Prijímatelia sa chceli zlepšiť najmä pri činnostiach v domácnosti (ako napr. hospodárenie s peniazmi, pomoc pri príprave jedla, chceli sa naučiť variť jednoduché jedlá), alebo si chceli precvičovať a zlepšovať jemnú motoriku (skrúcali papieriky – quilling, skrúcali papierové ruličky, maľovali, ...). Niektorí prijímatelia sa chceli naučiť niečo nové (vyšívali krížikovým stehom, učili a zdokonaľovali sa v práci s hlinou a začali tkat koberce na krosnách).

Plán činností RS na rok 2018 bol vypracovaný na základe požiadaviek a dohody s prijímateľmi sociálnej služby. V priebehu tohto roka sme sa spoločne zúčastnili viacerých podujatí. Boli sme na rôznych akciách, výstavách a výletoch. V rámci Michaloviec sme navštívili výstavy v ZOS a MsKS a výstavy v knižnici v Michalovciach. V marci sme si v Knižnici Gorazda Zvonického pozreli zaujímavý film „Michalovce posledných sto rokov“, kde si niektorí prijímatelia, hlavne michalovčania pospomínali na staré časy. Navštívili sme aj Východoslovenskú galériu v Košiciach a boli sme v Divadle Jonáša Záborského v Prešove. V auguste sme mali športový deň, ktorý bol plný zaujímavých hier. Tohto dňa sa zúčastnili aj naši hostia zo ZPP Radosť Košice. Začiatkom septembra sme si zorganizovali na dvore ZpB spoločný filmový večer spojený so spoločnou operačkou. Prijemne sme sa zabavili a pozreli sme si zaujímavý film, o ktorom sme neskôr diskutovali. Mali sme pravidelné stretnutia s odborníkmi z oblasti psychológie, psychiatrie a astronómie. Témy týchto stretnutí boli niekedy orientované podľa požiadaviek a záujmov prijímateľov, inokedy si ich odborníci pripravili pre prijímateľov podľa vlastného uváženia. Pri týchto stretnutiach sme spoznávali nielen svet okolo nás, vesmír a sami seba, ale dozvedeli sme sa množstvo užitočných a zaujímavých informácií. Prijímatelia mali možnosť zapojiť sa do diskusie a získať tak informácie, ktoré ich zaujímali a v prednáške neodznili.

Sociálne služby v RS sme zamerali na rozvoj, zlepšovanie a nácvik základných životných zručností prijímateľov, ako je napr. rozvoj jemnej motoriky, zlepšovanie pracovných schopností a zručností, cvičenie pozornosti, zvyšovanie sebavedomia a sebestačnosti, podporu samostatnosti a nezávislosti prijímateľov sociálnych služieb. V prípade potreby sme tu boli vždy pre prijímateľa, či už potreboval akúkoľvek pomoc alebo radu.

V umelecko – keramickej dielni sme sa aj v tomto roku zamerali na výrobu rôznych dekoračných predmetov z hliny, kde sa prijímatelia učili nové postupy a spôsoby spracovania hliny. Pokračovali sme vo vyrábaní hlinených výrobkov na hrnčiarskom kruhu. Vytvárali sme rôzne misky a nádoby, ktoré sa potom glazovali a vypaľovali. Odlievali sme výrobky z tekutej hliny - prasiatka, misky, kvetináče, popolníky, zvončeky a iné výrobky, ktoré sme po odliatí nechali vyschnúť. Po ich vysušení sme výrobky brúsili a nechali sme ich vypáliť v peci. Potom sme ich glazovali a maľovali. Z hliny sme i modelovali. Niektorí prijímatelia maľovali obrázky farbičkami – najmä mandaly, alebo maľovanky pre dospelých tzv. antistresové omaľovánky, kde si cvičili svoju precíznosť, jemnú motoriku, ale aj cit vo farebnosti.

V rámci **ergoterapie** sme sa v tomto roku venovali aj technike quilling, čo je technika, kde sa farebné papierové prúžky stáčajú, lepia, prípadne sa po krajoch stláčajú, čím vznikajú rôzne tvary, ktoré sa potom lepia na podklady alebo sa lepia k sebe a vytvárajú sa rôzne vzory. Pred Veľkou nocou sme touto technikou zdobili polystyrénové vajíčka a polystyrénové venčeky. Quillingovou technikou sme sa v tomto roku naučili vyrábať quillingové kvety a quillingových motýľov, ktoré sme potom využili v závesnej girlande. Pred Vianocami sme touto technikou vyrábali vianočné gule na stromček. Techniku si prijímatelia obľúbili, pretože nie je nenáročná

a dajú sa ňou vytvoriť zaujímavé výtvyry. Tiež sme skúšali nové nápady, ako napr. slniečka, včielky,

Niektorí prijímatelia pletli z vlny obliečky na vankúšiky a iní sa zas začali učiť tkat' na krosnách koberce za podpory iných prijímateľov. Pri práci sa využíval starý materiál a skúšali sa aj nové vzory. Zo starých novín sme vyrábali papierové rolky a tie sa využívali na výrobu košíkov na veľkonočné quillingové vajička. Papierové košíky prijímatelia potom farbili akrylovými farbami, zdobili ich farebnými glitrami a nakoniec sme ich dozdobili stužkami. Pred Vianocami sme z farebného papiera a iných dekoračných materiálov zhotovovali vianočné pozdravy, ktoré sme potom rozposlali. Niektoré prijímateľky začali šiť jednoduché výrobky z filcu. Šili prstové bábky. Vyrábali sme aj venčeky z bombuliek vlny, Mikulášov zo šišíek a vianočné stromčeky zo špagátu, ktoré sme dekoratívne dozdobili. Začali sme maľovať aj rôzne vzory na tašky.

V dielni kuchyňa sa prijímatelia sociálnych služieb naďalej učili samostatne pracovať, ale aj pomáhať pri pomocných prácach, ako je čistenie zeleniny, prestieranie stolov, umývanie riadov a podobne. Väčšinou si stravu pripravovali pod dohľadom skúsenejšieho prijímateľa alebo zamestnanca, ktorý im pomáhal a usmerňoval ich pri postupe alebo im zadával práce, ktoré potreboval urobiť. Prijímatelia sa počas rannej komunity sami rozhodovali čo sa bude variť, kto z nich bude variť a kto pôjde na nákup. Ak potrebovali nejakú pomoc napr. pri normovaní, varení alebo pri nejakom novom recepte, pomohli sme im. Pred spoločnou vianočnou kapustnicou sme si zorganizovali spoločné vianočné pečenie. Každý prijímateľ sa snažil aspoň troškou svojej práce do tejto činnosti zapojiť. Niekedy sme varili spoločne a skúšali sme navariť nové jedlá. Ich recepty si prijímatelia potom podrobne zapisovali, aby si neskôr vyskúšali navariť tieto jedla sami.

Krátkodobé individuálne ciele prijímateľov boli zamerané na rozvoj a nácvik zručnosti, podporu samostatnosti, zvýšenie sebaistoty, dodržiavanie hygienických pravidiel, starostlivosť o domácnosť, práca v kuchyni...

Sociálna činnosť aj v tomto roku bola zameraná na individuálnu a skupinovú prácu. Pri individuálnej práci s prijímateľom sociálnej služby sme využívali hlavne sociálne poradenstvo, kde sme brali ohľad na potreby prijímateľov. Najčastejšie sme využívali rozhovor, kde sa prijímatelia snažili vyriešiť svoje problémy. Niekedy stačilo prijímateľa iba vypočuť a spoločnými silami sa dostať k cieľu. Prijímatelia sa nás obracali aj v prípade zhoršeného zdravotného stavu, prípadne sme sa ich snažili nasmerovať na vhodného odborníka, ktorý by im pomohol viac ako my. Často sme komunikovali aj s niektorými príbuznými, ktorí potrebovali poradiť alebo chceli poznať správanie svojho rodinného príslušníka v RS prípadne, čo tu prijímatelia robia a ako im to ide. S rodinnými príslušníkmi sme komunikovali telefonicky alebo v niektorých prípadoch aj osobne.

Skupinovej práci sme sa venovali každý deň. Boli dni, kde sme mali presne určený harmonogram na dennú činnosť, ale v prípade potrieb sme program prispôbili aktuálnym podmienkam. Utoroky sme hrávali rôzne spoločenské hry, ktoré boli a sú veľkou obľubou u prijímateľov. Často si prijímatelia aj z domu nosili svoje spoločenské hry, ktoré sa potom postupne učili hrať. Niektoré hry boli ľahko zvládnuteľné, ale iné zas dosť náročné. Stredy boli vyhradené na sledovanie filmov, kde si prijímatelia vyberali rôzne žánre. Štvrtky sme vyhradili pre arteterapiu s názvom „Spoznaj sám seba“. Každý štvrtok sme na veľký papier zobrazovali iného prijímateľa. Snažili sme sa na papieri zachytiť jeho vonkajší vzhľad a kolážou pomocou farieb, papiera, vlny, látok alebo iných materiálov sme pomerne presne vystihli jeho výzor. Potom sme ku každej osobe napísali, alebo nakreslili čo ju vystihuje, čo má ten ktorý prijímateľ

rád, čo nemá rád, o čo zaujíma, aké sú jeho kladné ale aj aké sú jeho záporné vlastnosti. Často sme sa venovali aj hre Boccia, ktorú si prijímatelia veľmi obľúbili. Prijímatelia si v rámci sociálnej činnosti na začiatku roka napísali svoje sny a predsavzatia na papier a k nim si lepili obrázky. Na konci roka sme vyhodnotili, čo sa im podarilo splniť a čo nie. Niekedy sa počúvala hudba na želanie, kde sa spomínalo na rôznych interpretov. Cez leto sme sa zamerali na aktivity, ktoré zorganizovali a vymysleli jednotliví prijímatelia - „Deň podľa seba“. V rámci tohto nášho projektu sme boli na Vinnom jazere, boli sme na opekačke v Porube pod Vihorlatom, na Zemplínskej šírave, navštívili sme Palacinkáreň, kde sme si výborne pochutili na rôznych palacinkách. Mali sme aj besedu s kňazom, oddychový deň pri jazierku Baňa. Navštevovali sme spoločne rôzne výstavy, chodili sme na výlety do prírody, do divadla alebo len tak na krátku prechádzku po okolí. Často v letnom období sme chodili na ihrisko, kde sme hrali loptové hry alebo sme šli na prechádzku po okolí. Tiež sme mali rôzne stretnutia s odborníkmi v oblasti psychológie, psychiatrie, astronómie, na ktoré sa prijímatelia tešili, pretože sa dozvedeli veľa nových informácií z oblasti zdravia i sveta. Často sme si čítali knihu, o ktorej sme následne diskutovali.

V **krajčírskych dielni** sme vyrábali nové výrobky, tematicky zamerané na sviatky – veľkonočné a vianočné, podľa ročných období v podobe zvieratiek, rozprávkových postáv, rôzne ozdoby a bytové dekorácie z filcu a bavlnených látok. Kvôli príprave darčkových predmetov na psychiatrickú konferenciu, ktorá sa bude konať v septembri 2019 v Bratislave, sme pokračovali s výrobou ručne maľovaných textilných tašiek. Pre túto príležitosť sme zvolili maľovanie slovenských folklórnych motívov jednou farbou. Maľovanie tašiek zaujalo viac prijímateľov, ako sme dúfali a do konca roka 2018 sa nám podarilo ušit' a vymaľovať viac ako 200 kusov textilných tašiek. Pri výrobe dekoratívnych predmetov sme používali nielen textil, papier, modelovaciu hmotu, ale i odpadový materiál, ako napr. reklamné letáky, noviny a staré CD-nosiče. Niekoľko prijímateľov sa cielene venovalo maľbe na sklo vitrážovými farbami. Pri týchto činnostiach sa naši prijímatelia mohli kreatívne vyjadriť a zároveň vytvoriť niečo nové. V rámci krajčírskych dielne si tiež prijímatelia zdokonaľovali zručnosti pri ručných prácach ako vyšívanie, pletenie a háčkovanie a tým si precvičovali jemnú motoriku rúk. Súčasťou práce v krajčírskych dielni boli i samostatné drobné úpravy odevov, napr. skrátenie dĺžky nohavíc, výmena zipsu, zašívanie chýbajúcich gombíkov, navliekanie novej gumy, oprava roztrhnutých častí odevu. Výrobky z krajčírskych dielne s jesennou tematikou a autorské práce prijímateľov, ktorí maľovali na sklo, sme vystavovali v Zemplínskom osvetovom stredisku v Michalovciach. Kontakt: Školská 8, Michalovce, tel.: 056/6421639

Psychiatrická ambulancia

Do komplexu služieb patrí aj vlastná psychiatrická ambulancia pre dospelých, ktorá bola zriadená v roku 2005. Ambulancia sa nachádza v prenajatých priestoroch v objekte IDEA na Ul. J. Hollého 60 v Michalovciach. Poskytuje špecializovanú ambulatnú starostlivosť osobám s duševnými poruchami, ktoré nevyžadujú ústavnú zdravotnú starostlivosť.

Za rok 2018 bol celkový počet ošetrení 5978, počet ošetrených 1223 pacientov. Najviac ošetrení bolo s diagnózami z úzkostne depresívneho spektra a organicky podmienené poruchy. Za rok 2018 sme mali prírastky na ambulanciu 250, úbytky 22. Z tohto počtu bolo 151 osôb vyšetrených prvýkrát v živote, z toho 75 žien.

Ambulancia je situovaná samostatne. Pozostáva z vyšetrovne a ošetrovne. Pri vyšetrení je lekár s pacientom sám. Na hospitalizáciu sú pacienti odoslaní podľa psychického stavu buď urgentne alebo po objednaní do PN n. o. Michalovciach. Ambulantný psychiater úzko spolupracuje s psychológom.

Kontakt: Hollého 60, Michalovce, tel.: 056/6420271

Dobrovoľníctvo

V roku 2018 sme sa zapojili do stretnutia, ktoré organizovalo Dobrovoľnícke centrum Košického kraja. V novembri sme sa zúčastnili valného zhromaždenia OZ Dobrovoľnícke centrum Košického kraja.

V rámci Týždňa dobrovoľníctva 2018 (17.09. - 28.09.2018) sa v RS dobrovoľníci zapojili do tvorivých činností. Modelovali s hlinou, vyskúšali si prácu na hrnčiarskom kruhu, maľovali vypálené hlinené výrobky podľa vlastnej fantázie (maľovali sovičky a prasiatka). Dobrovoľníci z Únie sluchovo postihnutých si pre nás v rámci Týždňa dobrovoľníctva pripravili kurz prvej pomoci. Ukázali nám, ako podať prvú pomoc a ako sa zachovať v takýchto situáciách. Dobrovoľníčky zo Strednej odbornej školy obchodu a služieb v Michalovciach nám jeden deň v rámci Týždňa dobrovoľníctva zorganizovali Beauty deň, kde naše prijímateľky skrášlili, namaľovali, urobili manikúru a masáž rúk a tak nám obohatili deň. Do týždňa dobrovoľníctva sa v RS zapojilo 89 dobrovoľníkov a odpracovali (strávili s nami) 236 hodín.

Práca s dobrovoľníkmi aj v tomto roku bola veľmi náročná a ťažká, najmä čo sa týkalo získania dobrovoľníkov. V tomto roku sme mali aktívnych niekoľkých dobrovoľníkov, ktorí nám pomáhali skvalitňovať sociálnu službu.

V Zariadení podporovaného bývania sa dobrovoľníci zapojili hlavne do skrášenia dvora zariadenia. Študenti zo Strednej zdravotnej školy Michalovce pomáhali pri čistení a maľovaní vstupnej brány zariadenia a pri trhaní buriny na pozemku, ale aj pri príprave stravy- obeda pre prijímateľov zariadenia.

Do týždňa dobrovoľníctva sa v zariadení podporovaného bývania zapojilo 37 dobrovoľníkov a odpracovali spolu 122 hodín.

Školský projekt

Aj v roku 2018 sme realizovali preventívno-podporný program pre školy s názvom „*Šialený? No a!*“ Záujem o projekt mali školy v Michalovciach a blízkom okolí, a to stredné i základné. Prvý projektový deň sme pripravili pre študentov zo Strednej zdravotníckej školy z Michaloviec, s ktorou máme dlhoročnú spoluprácu. Projekt sme zrealizovali pre 3 triedy, spolu pre 70 študentov. Ďalšie stretnutie v rámci tohto programu sme mali na Strednej odbornej škole Cyrila a Metoda v Michalovciach, ktorého sa zúčastnilo 12 študentov z jednej triedy.

Každý projektový deň trval jeden školský deň (5-6 vyučovacích hodín). Projekt bol rozdelený do 3 blokov. V prvej časti sa študenti zoznamujú s témou duševného zdravia. Študenti píšú svoje otázky týkajúce sa duševného zdravia na papier umiestnený v strede triedy. Na tieto otázky dostali odpovede na konci projektového dňa.

Druhá časť pozostáva zo samostatnej práce v skupinkách, kde si študenti vyberajú tému, nad ktorou sa potom zamýšľajú a spracovávajú ju. Svoje tvorivé výstupy následne odprezentujú pred celou triedou.

Posledná časť predstavuje priamu diskusiu študentov s ľuďmi, ktorí majú skúsenosť s duševnou chorobou a psychiatrickou liečbou (experti s vlastnou skúsenosťou). V tejto časti experti s vlastnou skúsenosťou odpovedali na otázky študentov, ktoré študenti zapisovali na papier počas celého projektového dňa. Táto časť projektu bola pre všetkých účastníkov najzaujímavejšia. Študenti sa dozvedeli nové a neskreslené informácie o duševných chorobách a o duševnom zdraví, experti s vlastnou skúsenosťou (ľudia s duševným postihnutím) sa cítili užitoční, že takto mohli pomôcť mladým ľuďom a zároveň rozprávanie o svojej chorobe im dodáva odvahu a sebavedomie, čo v konečnom dôsledku vedie k zlepšeniu kvality ich začleňovania do spoločnosti.

Počas roka sme zrealizovali aj osobitné stretnutia programového tímu, aby sme si vymenili získané skúsenosti a zdokonalili svoju prácu.

Ohlasy na projekt boli pozitívne, čomu sme veľmi radi. Máme školy, ktoré navštevujeme pravidelne a máme s nimi veľmi dobrú spoluprácu, aj mimo školského projektu.

V septembri nás oslovila po prvýkrát Základná škola v Zalužiciach, kde sme projekt zrealizovali pre 26 žiakov ôsmeho a deviateho ročníka a VII. Základná škola v Michalovciach, kde sme projekt zrealizovali pre 32 žiakov deviateho ročníka.

V októbri, pri príležitosti „Dňa duševného zdravia“ sme pripravili prednášku o duševnom zdraví v priestoroch Zemplínskeho osvetového strediska Michalovce.

Teší nás, že o duševné zdravie sa stále viac zaujímajú aj vzdelávacie inštitúcie a uvedomujú si jeho dôležitosť.

ĎALŠIE VÝZNAMNÉ AKTIVITY V ROKU 2018

Rok 2018 bol bohatý aj na kultúrne zážitky. V Integre sme usporiadali už 20. ročník tetralógového plesu na ktorom sa zúčastnili aj hostia iných zariadení z Košíc a Zvolena. S prijímateľmi sme navštívili kultúrne pamiatky v okolí Michaloviec, ale aj mimo. Boli to výstavy „Plenéry Zemplinského múzea, výstava Janka Lehotského, ktorý je známy nielen ako spevák ale aj ako výtvarník, výstava porcelánových bábik. V Zemplínskej knižnici sme sa s prijímateľmi zúčastnili na premietaní dokumentárneho filmu „Michalovce posledných sto rokov“. Navštívili sme Východoslovenské múzeum v Košiciach, kde sme si prezreli zaujímavú výstavu s názvom „Situácia po príchode poplašnej hliadky“. Bola to vizuálna esej, umeleckým stvárnením topografie násilia na československej hranici, jej aktérov a hlavne jej obeti, boli sme na výstave v Košiciach Marka Blaže – Horror Vacui. Išlo o výstavu koláží, kresieb, počítačových grafik. Boli sme na divadelnom predstavení Nikola šuhaj v Prešovskom divadle. Rozvíjali sme priateľské vzťahy s partnerskými organizáciami, vzájomne sme sa stretávali s prijímateľmi občianskeho združenia Radosť a neziskovej organizácie FACILITAS z Košíc. Znovu sme zorganizovali športový deň v Integre, o. z., kde sa stretli prijímatelia našich zariadení pri športových aktivitách. Na spestrenie programu k nám boli pozvané aj policajné zložky z Michaloviec, z oddelenia kynológie. V lete sme si užili návštevu termal parku Šírava, Vinné jazero, Zemplínska Šírava. Koniec leta sme ukončili filmovým večerom v zariadení podporovaného bývania spojeným s opekačkou. V tomto roku sme aktívne spolupracovali aj s pracovníkmi ZOS Michalovce, ktorí pre nás pripravili tvorivé dielne, kde sme mali možnosť vyskúšať si vyrobiť bábiky z látky bez použitia ihly a nite a vyrobiť látkové tekvičky. Koniec roka 2018 sa niesol v znamení výnimočných kultúrnych podujatí, boli sme na predstavení ochotníckeho „Divadla pri fontáne“ s názvom „Penzion familia“, zúčastnili sme sa Abilymiady v ZOS Michalovce, kde sme súťažili v zdobení veľkonočného vajička, nmaľovanie na textil a recyklácii odpadu. Všetkým prijímateľom sa podarilo umiestniť na popredných miestach. Príchod Vianoc nám pripomenuli kultúrnym programom študenti Gymnázia Michalovce. Počas roka sme sa prezentovali našimi výrobkami na viacerých predajno-prezentačných výstavách: na Úrade Košického samospravného kraja, na Strednej zdravotníckej škole v Michalovciach, v Galérii Zemplínskeho osvetového strediska – výstava Moja duša. Naše výrobky boli z krajčírkej dielne, a to bytové dekorácie, hračky - domáce zvieratká, ručne maľované textilné tašky a vrecúška a z keramickej dielne, napr. hlinené dekoračné predmety, sviečky, dekorácie z papiera a pod.

PARTNERSTVÁ

Na miestnej a regionálnej úrovni Integra, o. z. spolupracovala s Mestom Michalovce, ktoré má vytvorenú Radu občanov so zdravotným postihnutím, v ktorej má Integra svojho zástupcu. Ďalej spolupracovala s Psychiatrickou nemocnicou, n. o. v Michalovciach, s Úniou sluchovo postihnutých, s Pro Mente, n. o., s OZ Radosť Košice.

Na národnej úrovni Integra, o. z. spolupracovala s Ligou za duševné zdravie, s Radou pre poradenstvo v sociálnej práci, so Sociou – nadáciou na podporu sociálnych zmien, so Slovenskou psychiatrickou spoločnosťou, a s Asociáciou organizácií zdravotne postihnutých občanov na Slovensku. Integra má svojho zástupcu v Rade duševného zdravia vytvorenej na Ministerstve zdravotníctva SR za účelom realizácie Národného programu duševného zdravia.

Na medzinárodnej úrovni spolupracovala v rámci rôznych aktivít a projektov s World Psychiatry Association, kanceláriou WHO na Slovensku, s Global Initiative on Psychiatry, Holandsko, London School of Economics, Irrsinnig Menschlich, e.V, Nemecko, Fokus, Praha, University of California, Berkeley a Inclusion Europe, Belgicko.

POĎAKOVANIE

Poskytovanie sociálnych služieb je spolufinancované Košickým samosprávnym krajom a Prešovským samosprávnym krajom. Ďalšie aktivity boli spolufinancované Ministerstvom práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky, Mestom Michalovce. Viaceré aktivity boli realizované v spolupráci s partnerskou organizáciou Pro Mente, n. o.

MEDIÁLNE PRÍSPEVKY

- 1) Schizofrénia, ako utrpenie a výzva: o segregácii a integrácii - Časopis Integrácia 1-2/2018.
- 2) Integra Michalovce pripravuje medzinárodnú konferenciu – Druhý breh 2/2018
- 3) Hľadá sa talent 2018 projekt Galérie Nezábudka – Pavol Butkovský ocenený – Druhý breh 2/2018.
- 4) Zborník z medzinárodnej konferencie Košice 4.10.2018 – Metódy sociálnej práce s osobami s duševným postihnutím.
- 5) Maškarný ples v Integre - Michalovčan č. 4 rok 2018
http://www.michalovce.sk/userfiles/file/Michalov%C4%8Dan/2018/michalovcan_4_2_4.pdf

ĎALŠIE INFORMÁCIE

Informácie o udalostiach osobitného významu, ktoré nastali po skončení účtovného obdobia: nie sú žiadne.

Informácie o predpokladanom budúcom vývoji činnosti organizácie: organizácia predpokladá pokračovať v rovnakých činnostiach – charaktere i rozsahu - v nasledujúcom období.

Informácie o nákladoch na činnosť v oblasti výskumu a vývoja: nie je náplň.

Informácie o nadobúdaní vlastných akcií, dočasných listov, obchodných podielov a akcií, dočasných listov a obchodných podielov materskej účtovnej jednotky: nie je náplň.

Informácie o návrhu na rozdelenie zisku alebo vyrovnanie straty: Zisk vykázaný za rok v sume 34 501,49 eur zúčtovať na účet 428 - Nevysporiadaný výsledok hospodárenia minulých rokov.

Informácie o údajoch požadovaných podľa osobitných predpisov: nie je náplň.

Informácia o tom, či účtovná jednotka má organizačnú zložku v zahraničí: nemá.

PREHĽAD O VÝNOSOCH (PRÍJMOCH) A NÁKLADOCH (VÝDAVKOCH)

| VÝNOSY(r. 2018) | Suma v eurách |
|--------------------------|-------------------|
| Tržby za vlastné výrobky | 428,30 |
| Tržby z predaja služieb | 69 653,00 |
| Úroky | 228,19 |
| Prijaté dary | 100,00 |
| Iné ostatné výnosy | 800,00 |
| Prijmy z 2 % dane | 498,52 |
| Dotácie | 160 113,04 |
| SPOLU | 231 821,05 |

| NÁKLADY (r. 2018) | Suma v eurách |
|----------------------|-------------------|
| Spotreba materiálu | 18 869,30 |
| Spotreba energie | 15 518,34 |
| Opravy a udržiavanie | 7 954,22 |
| Ostatné služby | 21 682,31 |
| Mzdové náklady | 89 412,27 |
| Odvody | 34 199,61 |
| Iné ostatné náklady | 2 610,76 |
| Odpisy | 7 029,41 |
| SPOLU | 197 276,22 |

PREHĽAD ZDROJOV PRÍJMOV v roku 2018

| Zdroj príjmu | Suma v eurách |
|---|-------------------|
| Finančný príspevok KSK(FP) | 63 248,09 |
| Finančný príspevok PSK | 3 303,66 |
| Úhrady od prijímateľov soc. sl. | 17 475,62 |
| Dotácia Mesto Michalovce | 500,00 |
| Dotácia MPSVaR | 93 061,30 |
| Prijmy z 2 % dane | 498,52 |
| Iné príjmy, za výrobky, dary, upsvar, úroky | 1 556,49 |
| Tržby zo zdravotných poisťovní | 51 787,37 |
| Úhrady od pacientov | 390,00 |
| SPOLU | 231 821,05 |

STAV A POHYB MAJETKU A ZÁVÄZKOV

| Aktíva(v eurách) | 2018 | Zmena (2018/2017) | 2017 |
|-------------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| Dlhodobý hmotný majetok | 40 134,05 | -3 729,41 | 43 863,46 |
| Zásoby | 0 | 0 | 0 |
| Krátkodobé pohľadávky | 1 190,29 | -1 684,54 | 2 874,83 |
| Finančné účty | 262 654,30 | 46 129,66 | 216 524,64 |
| Náklady budúcich období | 0 | 0 | 0 |
| Prijmy budúcich období | 3 755,65 | 680,19 | 3 075,46 |
| SPOLU | 307 734,29 | 41 395,90 | 266 338,39 |

| Pasíva (v eurách) | 2018 | Zmena (2018/2017) | 2017 |
|---|-------------------|-------------------|-------------------|
| Imanie a peňažné fondy | 187 439,13 | 0 | 187 439,13 |
| Fondy tvorené zo zisku | 63 635,14 | 0 | 63 635,14 |
| Nevysporiadaný výsledok hospodárenia minulých rokov | 9 972,78 | 28 215,65 | -18 242,87 |
| Výsledok hospodárenia za účtovný rok | 34 501,49 | 6 285,84 | 28 215,65 |
| Dlhodobé záväzky | 429,06 | -67,73 | 496,79 |
| Krátkodobé záväzky | 11 756,69 | 6962,14 | 4 794,55 |
| SPOLU | 307 734,29 | 41 395,90 | 266 338,39 |

EKONOMICKY OPRÁVNENÉ NÁKLADY (EON)

- EON na jedného prijímateľa sociálnej služby v zariadení podporovaného bývania za rok 2018 boli vo výške **5 417,28 eur**, celkové EON boli vo výške 124 597,46 eur na 23 prijímateľov v roku 2018, na jedného prijímateľa na mesiac sú 451,44 eur.
- EON na jedného prijímateľa sociálnej služby v rehabilitačnom stredisku za rok 2018 boli vo výške **2 529,21 eur**, celkové EON boli vo výške 50 584,13 eur na 20 prijímateľov v roku 2018, na jedného prijímateľa na mesiac sú 210,77 eur.

Prílohy

Príloha 1 Účtovná závierka (súvaha, výkaz ziskov a strát, poznámky) za rok 2018

Príloha 2 Správa audítora k účtovnej závierke za rok 2018