**VŠĮ LASS ŠIAURĖS RYTŲ CENTRAS ( aklieji)**

**Neįgaliųjų dienos užimtumo paslaugos** teiktos filialo patalpose Vandentiekio g. 17, Plungė, 2022- 01- 01 – 2022 - 12 – 30 (1 mėn. atostogos), 2 k./sav. po 4 val. Paslaugas gavo 12 tiesioginės naudos gavėjų, jiems suteikta 12 paslaugų. Paslaugas teikė 3 projekto veiklų įgyvendintojai: Rimantas Baginskis (nuo 2022 -01- 01 iki 2022 – 06- 30), nuo 2022 – 07 – 18 d. Janina Rupšienė ir Aldona Smagurienė.

**1.1. Socialinių įgūdžių ugdymas, palaikymas, atkūrimas**: 1k./sav. 4 val., paslaugas gavo 12 dalyvių. Užsiėmimų metu dalyviai dalinosi naujienomis, kasdienybe, patarimais vieni kitiems, aptartos TV laidos, vyko pokalbiai apie vasaros poilsį ir kaip stiprinti sveikatą, lankytasi parke, stebėti paukščiai ir vaistinių žolelių atpažinimas. Prie arbatos vyko pokalbiai įvairiomis temomis ir kaip nesijausti vienišiems. Buvo ruošiamas sveikas maistas, įvairių žolelių arbatos. Dalyviai mokėsi serviruoti stalą, tvarkyti indus, aptarta, kur galima ieškoti pagalbos, kaip praleisti laiką, skaityta meninė literatūra, klausytasi muzikos, atliekami ritminiai pratimai sveikatos stiprinimui. Buvo rengtos parodos kultūros centre ir filialo patalpose. Dalyvauta Plungės miesto Viešojoje Bibliotekoje vykusiame susitikime su bibliotekininkais ir kartu spręstas aklųjų literatūros skaitymo prieinamumas ir aplinkos pritaikymas. Dalyviai gamino kalėdinius papuošimus, karpė snaiges, pynė kalėdinius vainikus ir puošė filialo aplinką.

**1.2. Saviraiškos įgūdžių ir meninių gebėjimų lavinimas ir palaikymas:** 1k./sav. 4 val., paslaugas gavo 8 dalyviai. Veikė vokalinis ansamblis „Babrungėlis“. Buvo renkamas repertuaras, ieškota naujų tekstų, vyko bendros ir atskiros repeticijos su muzikantais, dainininkais, vyko pasiruošimas koncertams. Užsiėmimų metu lavinama meninė raiška, estetinis skonis. Buvo ruošiamasi pasirodymams Plungės miesto šventėje, Stanelių seniūnijoje, koncertuota Plungės Tremtinių renginyje ir Plungės Neįgaliųjų organizacijos šventėje.

Gaudami dienos užimtumo paslaugas regos neįgalieji turėjo ne tik užimtumą**,** tačiau buvo užtikrintas įdomus ir naudingas laisvalaikio leidimas, bendros veiklos palaikė bendravimo įgūdžius, padėjo įgyti pasitikėjimo savimi, aplinka, atsirado didesnės galimybės socialinei bendrystei, kas itin svarbu savirealizacijos jausmui užtikrinti, plėtė akiratį, ugdė kūrybiškumą, lavino meninius gebėjimus, didino savarankiškumą, visa tai įtakojo geresnę gyvenimo kokybę ir skatino aktyviau dalyvauti bendruomenės gyvenime.

Sunkumų buvo patirta dėl neįgaliųjų atvykimo į filialą. Į repeticijas žmonės vyko savo lėšomis, padedant artimiesiems, giminėms ir draugams, samdant taksi.

Lėšos (4 683 Eur.) panaudotos darbo užmokesčio, patalpų eksploatavimo, transporto nuomos, ryšių kaštams dengti. Nupirktos kanceliarinės, ūkio prekės.

**Individuali paslauga neįgaliajam teikta filialo patalpose** Vandentiekio g. 17, Plungė, rajono savivaldybės teritorijoje, pagal asmens poreikį visoje Lietuvoje nuo 2022-01-01 – 2022-12-30, (1 mėn. atostogos) 3 k./sav. po 8 val. Paslaugas teikė 2 projekto veiklų įgyvendintojai: nuo 2022–01-01 iki 2022–07-20 d. Rimantas Baginskis, nuo 2022–07- 18 iki 2022-12 –31 Janina Rupšienė. Per III ketvirtį suteikta 70 individualių paslaugų 41 tiesioginės naudos gavėjui. Per IV ketvirtį suteiktos 78 individualios paslaugos.

Lydėta į banką, į parduotuvę, į polikliniką pas akių gydytoją, į migracijos tarnybą.

Teikta informacija telefonu ir filialo patalpose prieinamu būdu – buvo padėta atrinkti įgarsintas knygas, informuojant ir perskaitant jų pavadinimus, skaitytas žurnalas „ Mūsų žodis“, informuota apie naują specialiųjų priemonių įsigijimo tvarką, padėta tvarkyti dokumentus specialiųjų priemonių įsigijimui, informuota apie LASS iniciatyvinę grupę ir jos veiklą, tvarkyti dokumentai dėl pakartotinio neįgalumo nustatymo, atrinktos Brailio knygos, teikta informacija apie neregių reabilitaciją, ieškota informacijos internete, informuota dėl išvykos į Nidą ir Platelius, perteikta informacija, kaip naudotis įgarsintu telefonu, informuota dėl reikiamų dokumentų sutvarkymo, padėta užsiregistruojant pas gydytojus specialistus.

Mokymai spręsti buityje kylančias problemas – suteikta pagalba buityje, tvarkant šaldytuvą ir rūšiuojant maisto produktus, pagalba virtuvėje, indų tvarkymas ir plovimas, daiktų rūšiavimas ir suradimas bute, pagalba, kaip saugiai tvarkytis buityje, kaip naudotis virykle, elektriniais prietaisais, kaip neapsideginti ruošiant maistą.

Gaudami individualią paslaugą, regos neįgalieji, padedant projekto veiklų įgyvendintojams lankėsi ir sprendė savo problemas įvairiose įstaigose, prieinama forma suteikta informacija, įvairių dokumentų pildymas padėjo neatsilikti nuo kasdieninio gyvenimo ritmo. Pagalba, sprendžiant buityje kilusias problemas ir didesnis savarankiškumas, orientavimosi ir judėjimo įgūdžių atkūrimas ir palaikymas, mokymas naudotis turima kompensacine technika padėjo suvaldyti turimą ligą ar negalės pasekmes ir mažiau priklausyti nuo šeimos narių, savarankiškai planuoti savo dienos rėžimą.

Lėšos (9 000 Eur.) panaudotos darbo užmokesčio, patalpų eksploatavimo, ryšių kaštams dengti. Nupirktos kanceliarinės, ūkio prekės.

**Iš viso panaudota** **13 683 Eur.**

**CEREBRINIO PARALYŽIAUS ASOCIACIJOS PLUNGĖS SKYRIUS**

Cerebrinio paralyžiaus asociacijos Plungės skyrius nuo 2012 metų vykdo Socialinės reabilitacijos paslaugų neįgaliesiems bendruomenėje projektus. 2022 m. projekto įgyvendinimui skirta 12 957 Eur. (10 957 Eur. – valstybės biudžeto lėšos ir 2 000 Eur. – savivaldybės biudžeto lėšos). Projektui skirtos lėšos panaudotos darbo užmokesčiui ir mokesčiams Sodrai (2 darbuotojai), projektui įgyvendinti reikalingoms priemonėms, įrangai, prekėms ir reikmenims įsigyti, patalpų skirtų projekto veikloms vykdyti išlaikymui, ryšio paslaugų išlaidoms, transporto išlaidoms, projekto viešinimui, banko mokesčiams bei tiesioginės naudos gavėjų maitinimui. Projekto veiklas vykdyti savanoriškais pagrindais padėjo socialinis darbuotojas.

Projektas įgyvendinamas apimant Neįgaliųjų dienos užimtumo veiklas, Individualią pagalbą neįgaliajam ir Pagalbą neįgaliųjų šeimos nariams.

**Neįgaliųjų dienos užimtumas**. Paslaugas teikėme organizacijos patalpose Vytauto g. 29. Veiklos vyko nuo sausio 3 d. iki gruodžio 30 d. du kartus per savaitę po 5 valandas (40 val. per mėnesį). Vykdėme neįgaliųjų savarankiškumo kasdienėje veikloje įgūdžių ugdymą: neįgaliųjų kasdienio gyvenimo įgūdžių (savitvarkos, asmens higienos, namų ruošos, aktyvios ir sveikos gyvensenos, mokymo spręsti dėl negalios buityje kylančias problemas, apsitarnauti kasdienėje veikloje, pažinti ir valdyti ligą ir (ar) negalią) ugdymas ir (ar) palaikymas, ir (ar) atkūrimas; socialinių įgūdžių (ryšio su artima aplinka užmezgimas) ugdymas ir (ar) palaikymas, ir (ar) atkūrimas individualiai ir (ar) pagalbos sau grupėse. Pažintinių funkcijų formavimas - bendrųjų žinių (rašymo, skaitymo, skaičiavimo, kompiuterinio raštingumo, dėmesio valdymo mokymas ar lavinimas, atminties lavinimas) taikomų praktiškai suteikimas ar lavinimas. Mokėmės kurti savaitės meniu, planuoti pirkinius ir savo biudžetą. Atlikome įvairias rašymo, skaičiavimo ir skaitymo užduotis. Žaidėme lavinamuosius žaidimus „Monopolis“, „Visa Lietuva“ ir pan. Paslaugos gavėjai pagilino savo savarankiško gyvenimo įgūdžius – atpažinti ir valdyti emocijas, bendrauti, bendradarbiauti tarpusavyje ir gaunant reikalingas paslaugas, tiek tiesiogiai, tiek nuotoliniu būdu. Plėtė sveikatos priežiūros ir traumų prevencijos žinias, kur kreiptis atsitikus nelaimei ir kaip suteikti pirmąją pagalbą. Veikloje per metus dalyvavo 16 neįgaliųjų. Vienas asmuo per metus užsiėmimuose dalyvavo nuo 2 iki 66 kartų. Veiklą vykdė socialinė pedagogė Kristina Drungilienė.

**Individuali pagalba neįgaliajam**. Paslaugas teikėme paslaugų gavėjų namuose arba atitinkamoje įstaigoje pagal poreikį. Paslaugos teiktos nuo sausio 3 d. iki gruodžio 31 d. po 2-3 val. 5 kartus per savaitę (44 val. per mėnesį). Veiklą vykdė medicinos darbuotoja Genovaida Navickaitė ir socialinė darbuotoja Kristina Drungilienė. Per metus paslaugas gavo 11 asmenų nuo 12 iki 55 kartų per metus vienam neįgaliajam. Individuali paslauga neįgaliajam apima palydėjimą ir (ar) pagalbą neįgaliajam lankantis įstaigose ir (ar) pavėžėjimo organizavimą; informacijos suteikimą prieinama forma, būdu ir priemonėmis, asmeniui, kuriam nustatytas sunkus ar vidutinis neįgalumo lygis arba 0-40 procentų darbingumo lygis arba specialiųjų poreikių lygis, mokymąsi spręsti dėl jo negalios buityje kylančias problemas (mokymas sveikai gyventi, apsitarnauti kasdienėje veikloje, pažinti ir valdyti ligą ir (ar) negalią, savarankiškai spręsti kasdienes problemas. Daugiausia dėmesio skyrėme asmenų, kuriems nustatytas 0-40 procentų darbingumo lygis arba didelių ar vidutinių specialiųjų poreikių lygis, mokymams spręsti dėl jų negalios buityje kylančias problemas. Pagal asmens galimybes mokėme apsitarnauti buityje, ugdėme bendravimo įgūdžius, skatinome naudotis kompiuteriu, ar esant reikalui pabūdavome su neįgaliuoju pakeisdami jo artimuosius. Taip pat padėjome apsipirkti, spręsti kitas kasdienes problemas. Žiemos laikotarpiu paslaugų teikimą apsunkina prastai prižiūrimi keliai.

**Pagalba neįgaliųjų šeimos nariams**. Pagalba neįgaliųjų šeimos nariams apimant individualią emocinę, informacinę pagalbą šeimos nariams, pagalbos sau ir šeimos paramos grupių veiklos organizavimą, mokant pasirūpinti neįgaliaisiais šeimoje, buityje, visuomeniniame gyvenime, pažinti ir valdyti neįgaliųjų ligą ir (ar) negalią, sprendžiant kylančias neįgaliųjų šeimos narių emocines, kitas problemas. Šią veiklą vykdėme 1 kartą per mėnesį, joje dalyvavo 16 neįgaliųjų artimųjų, susitikimas trukdavo iki 3 valandų. Veiklą savanoriškais pagrindais vykdė Genovaida Navickaitė ir Kristina Drungilienė. Susitikimai vyko organizacijos patalpose Vytauto g. 29, Plungėje, arba nuotoliniu būdu per „Facebook“ pokalbių programą. 1 asmuo per metus dalyvavo nuo 1 iki 7 susitikimų. Viename susitikime dalyvavo nuo 2 iki 8 artimųjų. Susitikimų metu aptardavome socialines paslaugas, įstatymų naujoves, dalijomės gyvenimiška patirtimi, palaikėme vieni kitus emociškai. Projekto lėšas panaudojome patalpų eksploatavimo išlaidoms, bei interneto paslaugoms.

Teikėme ir vienkartinio pobūdžio paslaugas – panaudodami rėmėjų ir asmenines lėšas organizavome 3 dienų savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymo stovyklą Palangoje.

**SERGANČIŲJŲ CUKRINIU DIABETU KLUBAS**

Sergančiųjų cukriniu diabetu klubo tikslas ir uždavinys – vienyti cukriniu diabetu sergančius ir visus geros valios žmones šios ligos kontrolei Plungėje ir Plungės rajone, padėti sergantiesiems cukriniu diabetu asmenims integruotis į visuomenę, darbo rinką, šalinti kliūtis, trukdančias integruotis. Skatinti ir stiprinti sergančių cukriniu diabetu vaikų, darbingo bei pagyvenusio amžiaus žmonių savarankiškumą, lygiavertiškumą ir pasitikėjimą savo jėgomis. Teikti sergantiesiems socialinę ir psichologinę pagalbą. Užkirsti kelią sergančių žmonių teisių pažeidimams. Aktyviai dalyvauti įvairių respublikinių ir tarptautinių organizacijų veikloje.

**Atlikti darbai. Atstovavimas įvairiose institucijose.**

Klubo pirmininkė A. Danylienė – Europos tarptautinės diabeto federacijos (TDF) valdybos narė (išrinkta 2019 m. gruodžio 04 d.), Lietuvos diabeto asociacijos (LDA) tarybos ir valdybos narė (išrinkta 2015 m. balandžio 10 d.). LDA visuotinis Tarybos narių susirinkimas taikant rašytinę procedūrą įvyko 2022-04-26 (A. Danylienė). LDA Valdybos posėdis įvyko 2022-01-25 nuotoliniu būdu (A. Danylienė). Valdyba nusprendė balandžio 26 d. organizuoti Tarybos posėdį ir LDA visuotinį narių susirinkimą rašytinės procedūros būdu dėl pritarimo LDA 2021 m. veiklos ataskaitai bei 2022 m. veiklos planui patvirtinti. Kvorumas buvo. Balandžio 26 d. įvyko Tarybos posėdis ir LDA visuotinis narių susirinkimas rašytinės procedūros būdu. LDA 2021 m. veiklos ataskaitai ir 2022 m. veiklos planui pritarta. Nutarta Pasaulinės diabeto dienos (PDD) renginį organizuoti lapkričio 14 d., Vilniuje. Kvorumas buvo. (A. Danylienė). Dalyvavimas Europos diabeto federacijos valdybos ir veiklos posėdžiuose nuotoliniu būdu – 2 kartai per mėnesį (A. Danylienė). Dalyvavimas TDF valdybos posėdyje Kopenhagoje 2022-03-30.

**Plungės diabeto klubo tarybos posėdžiai.**

Sausio 27 d. – 2021 m. veiklos aptarimas. Mokymo organizavimas. Veiklos plano sudarymas. Padėka rėmėjams. Vasario 24 d. – visuotinio susirinkimo organizavimo klausimai. Aptarimas dėl atstovavimo Europos regioninės plėtros fondo projekte 2022. Kovo 31 d. – pasiruošimas dalyvauti LDA mokymo seminare Plateliuose. Balandžio 28 d. – kandidatų į diabeto mokymo stovyklas svarstymas, pasiruošimas dalyvauti LDA mokymo seminare Rietave. Gegužės 26 d. – dėl sunkiai sergančių klubo narių lankymo. Dėl dalyvavimo savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymo mokymuose „Gera cukrinio diabeto kontrolė – komplikacijų prevencija“, Marijampolėje. Dėl dalyvavimo Plungės miesto šventėje susitinkant su Tukumo miesto delegacija. Birželio 30 d. – klubo veiklos gerinimo klausimai. Transporto neįgaliesiems panaudojimo tvarka. Dėl respublikinės konferencijos slaugytojams diabetologams organizavimo Plungėje. Dėl dalyvavimo baidarių žygyje Baltosios Ančios upe. Liepos 28 d. – VLK pranešimų analizė. Aptartas dalyvavimas Druskininkų dviračių žygyje. Rugpjūčio 25 d. Pažintinės ekskursijos į Rundalės rūmus organizavimas. Rugsėjo 29 d. –Dėl dalyvavimo sporto šventėje Raseiniuose. Spalio 27 d. – PDD organizaciniai klausimai. Dėl dalyvavimo Kelmės diabeto klubo 30 metų jubiliejinėje šventėje. Lapkričio 24 d. pasiruošimas Šv. Kalėdų renginiams. Gruodžio 29 d. – 2022 metų veiklos aptarimas.

**Dalyvavimas darbo grupių posėdžiuose.**

Vasario 10 d. ir Spalio 10 d., nuotoliniu būdu vyko Cukrinio diabeto profilaktikos, gydymo ir kontrolės stebėsenos tarybos, kurios narė yra ir LDA viceprezidentė, Plungės diabeto klubo pirmininkė A. Danylienė, posėdis. Posėdžio metu aptartas Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymo „Dėl Sveikatos priežiūros paslaugų, teikiamų asmenims, sergantiems cukriniu diabetu, prieinamumo ir kokybės rodiklių ir jų stebėsenos tvarkos aprašo patvirtinimo“ projektas, kuris 2021-01-13 raštu Nr. (10.1.1.2E-422)10-191 buvo skelbtas TAIS Nr. 21-18255, gauti siūlymai.

**Paslaugų teikimas.**

Išsiaiškinta, su kokiais sunkumais susiduria diabetu sergantys žmonės gydymo įstaigose, kokios socialinės ir psichologinės problemos vargino Covid-19 pandemijos karantino sąlygomis. Veikla vyko nuo 2022-01-01 iki 2022-12-31. Dalyvavo 76 asmenys.

Plungės diabeto klubas teikė transporto paslaugas neįgaliesiems nuvykti į gydymo įstaigas. 2022 m. paslauga suteikta 140 kartų, transporto paslauga pasinaudojo 24 neįgalieji. Paslaugos teikiamos Plungės rajono savivaldybės, paskirtomis automobilio išlaikymui, lėšomis pagal Visuomeninių organizacijų rėmimo programą (automobilio išlaikymui ir paslaugoms teikti). Automobilio paslaugoms teikti 2022 m. Plungės diabeto klube įdarbinta 1 diabetu sergantis žmogus iš Plungės diabeto klubo (R. Knystautienė) ir 2 specialistai (A. Danylienė ir R. Arlauskis, nuo 2022-07-11 atleidus R. Arlauskį, įdarbintas P. Kungys) neterminuotai. Panaudota 12 000 Eur. savivaldybės biudžeto lėšų.

Rotacijos būdu individualiai sergantieji diabetu, diabeto mokymo kabinete, gilino žinias apie fizinio aktyvumo naudą, sudarinėjo mitybos planus. Mokėsi pažinti ir valdyti ligą ar negalią, savarankiškai spręsti kasdienes problemas, dėl negalios kylančias emocines problemas. Sužinojo kokių veiksmų reikia imtis, jeigu glikemija per aukšta arba žema. Apsiskaičiavo maksimalų pulso dažnį, vandens poreikį sportuojant. Kiekvienas vedė diabeto dienynus atsižymėdamas sau aktualią informaciją. Paslaugos teikiamos nuo 2018-02-27 iki 2022-12-31. Numatoma paslaugų teikimą tęsti Plungės rajono savivaldybės lėšomis.

**Dalyvavimas renginiuose.**

Balandžio 12 d. Platelių seniūnijos salėje ir gegužės 17 d. Rietavo savivaldybės salėje įvyko renginys „Neįgaliųjų teisių gynimas“. Jį organizavo Plungės diabeto klubas (pirmininkė A. Danylienė). Seminaruose dalyvavo 72 asmenys, iš jų 23 neįgalieji, dalyvavo 4 vaikai, iš jų 2 neįgalūs. Pagrindinis renginio rėmėjas – Neįgaliųjų reikalų departamentas prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos. Buvo atliekami gliukozės tyrimai sergantiesiems ir visiems norintiems bei turintiems rizikos faktorių Plungės savivaldybės bendruomenės nariams. Iš viso atlikta 71 tyrimas. Sergančiųjų ir visuomenės švietimą numatoma tęsti naujų projektų dėka.

Gegužės 21 – 23 d. Druskininkų VšĮ valstybės ir savivaldybės tarnautojų mokymo centre „Dainava“ vyko seminaras LDA kolektyvinių narių vadovams „Cukrinis diabetas. Sergančiųjų teisės“. Dalyvavo Plungės diabeto klubo pirmininkė A. Danylienė. Pagrindinis rėmėjas – Neįgaliųjų reikalų departamentas prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos. Mokymų metu buvo vertinamos dalyvių žinios, kasdien kelis kartus atliekami kraujo gliukozės tyrimai, vertinama ilgalaikė kraujo gliukozės kontrolė (glikuoto hemoglobino tyrimas).

Birželio 1 – 2 dienomisPlungės r. svečių namuose ,,Irvita“, LDA kartu su Plungės sergančiųjų cukriniu diabetu klubu (pirmininkė A. Danylienė) organizavo respublikinįseminarą slaugytojams diabetologams pagal 2022 m. Neįgaliųjų asociacijų veiklos rėmimo projektą „Specialistų kvalifikacijos tobulinimas”, „Slaugytojas diabetologas – sergančiųjų diabetu mokytojas“. Šiaulių Teritorinės ligonių kasos kontrolės skyriaus vedėja D. Ozolienė pateikė aktualią Valstybinės ligonių kasos informaciją slaugytojams diabetologams. Tarptautinės diabeto federacijos Europos regiono naujienomis pasidalijo V. Augustinienė. Dalyvavo 17 slaugytojų diabetologų iš visos Lietuvos. Pagrindinis renginio rėmėjas – Neįgaliųjų reikalų departamentas prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos. Rėmėjai: A. Klišonio k/f ”Inesa“, UAB „Viči“.

Birželio 8 d. Marijampolėje įvyko savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymo mokymai „Gera cukrinio diabeto kontrolė – komplikacijų prevencija“. Renginį organizavo Marijampolės diabeto klubas. Renginyje dalyvavo 10 Plungės diabeto klubo narių. Įvertintos dalyvių žinios. Atlikti glikuoto hemoglobino tyrimai. Pagrindinis renginio rėmėjas – Neįgaliųjų reikalų departamentas prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos.

Liepos 10 d. organizuotas respublikinis žygis baidarėmis Baltosios Ančios upe. Baidarėmis plaukė 7 Plungės diabeto klubo nariai. Pagrindinis žygio rėmėjas – Neįgaliųjų reikalų departamentas prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos.

Rugpjūčio 6 d. 9 Plungės diabeto klubo nariai dalyvavo respublikiniame dviračių žygyje aplink Platelių ežerą. Dviračiais keliavo 33 asmenys, iš jų 14 neįgaliųjų (tarp jų 11 vaikų, iš kurių 5 neįgalūs). Žygio tikslas – propaguoti aktyvų poilsį neįgaliesiems, skatinti žmones stiprinti savo sveikatą, mažinti svorį, gliukozės kiekį kraujyje, gerinti savijautą, ugdyti kantrybę, valią, gebėjimą bendrauti. Platelių ežero dviračių takas puikiausiai atitinka keliamus reikalavimus ir yra tikras atradimas tiems, kurie siekia susipažinti su natūralumą išlaikiusia gamta. Važiavimas dviračiu - puiki priemonė atitrūkti nuo kasdienių rūpesčių, tai skatina nervų įtampos bei streso mažinimą. Buvimas gryname ore padeda organizmui geriau pasisavinti deguonį, atsikratyti slogių minčių, atsipalaiduoti. Atstumas – 24 km. Tai žiedinis maršrutas. Keliaujant aplink Platelių ežerą, akį džiugina kalvotas kraštovaizdis, įdomūs turistiniai objektai, patogiai įrengtos stovyklavietės, švarus ežero vanduo.

Spalio 9 d. edukacinė išvyka į Rundalės rūmus. Ekskursija labai patiko. Buvo įdomu viskas – kambariai, jų interjeras, detalės, portretai, tarp kurių ieškojome pagrindinių šių rūmų istorijos herojų.

Spalio 26 d. Raseiniuose įvyko sporto varžybos sergantiesiems cukriniu diabetu. Dalyvavo 8 klubo nariai Bocios, smiginio, mėtymo į krepšį ir linksmosios estafetės rungtyse.

Lapkričio 14 d., Vilniuje, įvyko (PDD) minėjimas „Diabeto priežiūros paslaugų prieinamumas“, skirtas Pasaulinei diabeto ir Jungtinių Tautų dienai paminėti. Šia kampanija siekiama didinti informuotumą apie lemiamą slaugytojų vaidmenį, palaikant su diabetu gyvenančius žmones, nes jie susiduria su daugybe iššūkių. Dalyvavo 9 Plungės diabeto klubo nariai. Pagrindinis renginio rėmėjas – Neįgaliųjų reikalų departamentas prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos.

Konferencijos dalyviai pildė anketas apie sveikatos paslaugų prieinamumą.

**TELŠIŲ APSKRITIES SERGANČIŲJŲ**

**NERVŲ-RAUMENŲ LIGOMIS ASOCIACIJOS**

Telšių apskrities sergančiųjų nervų-raumenų ligomis asociacija yra veikianti jau 28 metus Plungės rajono savivaldybėje. Asociacija vienija 52 narius iš jų – 95 procentai, turintys negalią. Asociacija veikia neįgaliųjų socialinės integracijos srityje, atstovauja savo narių interesus, padeda savo nariams įgyvendinti socialinius poreikius, dalinasi aktualia informacija, teikia socialines paslaugas, vykdo neįgaliųjų užimtumo veiklas, kurios apima asmenybės saviraiškos ugdymą, organizuoja individualią pagalbą neįgaliesiems ir jų šeimos nariams.

2022 metais Asociacija vykdė **Socialinės reabilitacijos paslaugų teikimo neįgaliesiems bendruomenėje projektą** **„Asmenybės saviraiška“**, kuris buvo finansuotas iš valstybės ir savivaldybės biudžeto, **viso: 12 647 eurai** (10 647 Eur – valstybės biudžeto lėšų ir 2 000 Eur – savivaldybės biudžeto lėšų) projektui vykdyti. Projekto vykdymo metu buvo suteiktos socialinės reabilitacijos paslaugos 31 asociacijos nariui: 24 neįgaliesiems ir 7 neįgaliųjų šeimų nariams. Projektas buvo vykdomas nuo 2022 m. sausio 1 dienos iki gruodžio 31 dienos.

Projekto tikslas – gerinti neįgaliųjų socialinę integraciją į visuomenę, siekiant neįgalaus asmens fizinės ir dvasinės harmonijos, atkurti, ugdyti ir/ar palaikyti savarankiško gyvenimo įgūdžius, didinti jų užimtumą ir aktyviai dalyvauti bendruomenės gyvenime.

Projektas buvo įgyvendinamas vykdant 3 veiklas:

**I.** ***Neįgaliųjų dienos užimtumas***, kuris vyko du kartus per savaitę po 4 val. (32 val. per mėnesį) ir apėmė veiklas:

1) *Ekologiško maisto svarba* (12 val. per mėnesį), kuri buvo skirta neįgaliųjų aktyvios ir sveikos gyvensenos praktikavimui, mokymo spręsti dėl negalios buityje kylančias problemas, apsitarnauti kasdienėje veikloje. Reikia pažymėti, kad Plungės bendruomenės centre (PBC) įrengta virtuvė, kuri pritaikyta neįgaliesiems ir su visa reikalinga buitine technika ir virtuvės įrankiais leido optimaliai įgyvendinti projekte numatytą veiklą, kuri skirta neįgaliųjų kasdienio gyvenimo įgūdžiams atkurti, ugdyti ir/ar palaikyti, (maisto gamyboje, savitvarkoje, namų ruošoje). Vykdant šią veiklą, periodiškai buvo pasitelkta Plungės visuomenės sveikatos biuro specialisčių pagalba, jų suteiktos teorinės žinios neįgaliesiems aktyvios ir sveikos gyvensenos srityse paskatino neįgaliuosius atsakingiau rūpintis savo sveikata, labiau pažinti negalią.

2) *Kompiuteriniai gebėjimai* (8 val. per mėnesį). Nesudėtingų kompiuterinių galimybių naudojimo gebėjimo ugdymas, mąstymo skatinimas, atminties, dėmesio išlaikymo lavinimas. Neįgalieji mokėsi surinkti tekstus, mokėsi internete ieškoti naujienų, naudotis internetine bankininkyste, SoDra, VMI tinklalapiais, įgytas žinias pritaikyti įvairiuose socialiniuose tinkluose.

3) *Spalvų terapija* (8 val. per mėnesį) – viena iš mėgstamiausių neįgaliųjų dienos užimtumo veiklų. Dailės užsiėmimuose neįgalieji buvo mokomi tapyti įvairiomis technikos priemonėmis, buvo lavinami neįgaliųjų gebėjimai tapyboje, o pažengusieji tobulino jau turimas žinias. Buvo surengtos neįgaliųjų dailės darbų parodos: Plungės rajono viešosios bibliotekos miesto bibliotekoje, Alsėdžių bibliotekoje, Plungės bendruomenės centre, Žemaitės memorialiniame muziejuje.

4) *Mes kuriame grožį* (4 val. per mėnesį). Šioje veikloje dalyvavo neįgalieji, nelinkę tapyti. Lankydami šią veiklą neįgalieji mokėsi puokščių komponavimo įvairioms progoms, šventinių stalų, šventinių vainikų, renginių, kalėdinių ir kitų švenčių dekoro darymo.

**II.** ***Individuali paslauga neįgaliajam.*** *Tau padėsiu ir palydėsiu* (56 val. per mėnesį) –asistento – vairuotojo pagalba su pavėžėjimo paslaugos suteikimu. Neįgalieji buvo nuvežti, parvežti ir palydėti į neįgaliųjų dienos užimtumo veiklas, užimtumo veiklose neįgaliesiems buvo suteikiama pagalba pasiruošiant veikloms, esant poreikiui WC, sveikatos priežiūros centrus, įvairias įstaigas, viešąsias erdves. Šios pagalbos dėka neįgalieji aktyviau dalyvauja visuomenės gyvenime, įgauna didesnį savarankiškumą, tampa labiau mobilūs, mažėja jų socialinė atskirtis.

**III. *Pagalba neįgaliojo šeimos nariams*** – *Atokvėpio ir pagalbos grupė* (2 val. per mėnesį). Buvo teikiama pagalba neįgaliųjų šeimos nariams, suorganizuoti neįgaliųjų šeimos narių susitikimai, pasidalyta tarpusavio patirtimi, identifikuotos kasdienės problemos, surasti problemų sprendiniai, dalytasi patirtimi ir gebėjimu suvaldyti neįgalaus šeimos nario emocijas bei kitas kylančias problemas, esant poreikiui buvo kviečiama specialistų (psichologo) pagalba.

2022 m. Socialinės reabilitacijos paslaugų teikimą neįgaliesiems bendruomenėje projekte „Asmenybės saviraiška“ vykdė 6 darbuotojai, projekto veiklos vykdytojai, kurie per savaitę dirbo po 2 darbo valandas, 4 kartus per mėnesį. Vairuotojas – asistentas per mėnesį dirbo 56 valandas.

**Problemos, vykdant projektą „Asmenybės saviraiška“.**

Socialinės reabilitacijos paslaugų teikimo neįgaliesiems bendruomenėje projektas „Asmenybės saviraiška“ įgyvendintas pilnai, iškelti uždaviniai įvykdyti, užsibrėžti rezultatai pasiekti, visos skirtos lėšos įsisavintos pagal paskirtį, vykdymo ataskaitos pateiktos, pažeidimų nenustatyta.

2022 m. lapkričio 10 d. pateiktas prašymas dėl akredituotų socialinių paslaugų teikimo. Gruodžio 12 d. Plungės rajono savivaldybės administracijos direktoriaus įsakymu Nr. DE-1316 yra suteikta teisė 3 metams Telšių apskrities sergančiųjų nervų - raumenų ligomis asociacijai nuo 2023 m. sausio 1 d. teikti AKREDITUOTAS SOCIALINES PRIEŽIŪROS PASLAUGAS – socialinę reabilitaciją neįgaliesiems bendruomenėje – vaikams su negalia ir jų šeimoms.

**Aktualijos vykdant 2022 m. projektą „Asmenybės darna“:**

1. Nebuvo skirta lėšų transporto priemonės eksploatacijos (einamajam remontui, privalomam civilinės transporto priemonės valdytojų atsakomybės draudimui, techniniams aptarnavimams – sezoninių padangų, transporto priemonės skysčių keitimai ir pan.) kaštams padengti.

2. 2022 m. aukštas infliacijos lygis paveikė paslaugų teikimą neįgaliesiems, pavyzdžiui, perkamos prastesnės priemonės vykdyti veikloms (dažai, popierius, įvairios dekoravimo priemonės ir pan.).

3. Nebuvo gautas pritarimas vykdyti veiklą „Aktyviai gyvenu-vadinasi ESU", kuria buvo siekta gilinti neįgaliųjų pasaulėžiūrą, mažinti saviizoliaciją, kad pabūtų kitoje erdvėje nei namai, gautų galimybę lankyti įvairus kultūros renginius, muziejus, išvykti į pažintines savo krašto ekskursijas, kartu ir stiprinti savitarpio ryšį. Būtent šios veiklos neįgalieji labiausiai pageidauja.

Asociacija yra ne pelno siekianti organizacija, todėl savų lėšų nesugeneruoja, išskyrus surinktoas nario mokesčio lėšas ir iš valstybės gaunamą biudžeto skirtą GPM dalį, o tai sudaro vidutiniškai kasmet apie 250-350 eurų, kurie išleidžiami asociacijos kasdienės veiklos, nesusijusios su projektų įgyvendinimu, vykdymui.

**Šiandienos aktualijos:**

1. Nėra pėsčiųjų perėjos netoli Plungės Bendruomenės centro kertant Vytauto g. iš Bažnyčios automobilio aikštelės. Arčiausia pėsčiųjų perėja kirsti Vytauto g. yra prie Plungės rajono savivaldybės administracijos pastato.

2. Plungės sporto ir rekreacijos centro publikuotame paslaugų kainoraštyje (lankymasis baseine) nurodyta, kad neįgaliesiems suteikiama 20 proc. nuolaida, o neįgaliajam iki 21 metų taikoma 100 proc., o jį lydinčiam asmeniui - 50 procentų kainos nuolaida. Toks kainos nuolaidos taikymas gali būti traktuojamas, kaip diskriminuojantis pagal neįgaliųjų amžių ir negalios sunkumą. Vadovaujantis publikuotu kainoraščiu, jei neįgalusis yra vyresnis (daugiau nei 21 m.) ir jam yra nustatytas toks pat neįgalumo lygis ir poreikis lydinčio asmens pagalbos, vadinasi vyresniam neįgaliajam ir jį lydinčiam asmeniui nėra taikomos didesnės nuolaidos, priešingai nei neįgaliajam iki 21m. Šiuo atveju, vyresniam neįgaliajam bus taikoma tik 20 proc. nuolaida, o lydinčio asmens mokama kaina būtų 100 proc. kainos ir visiškai neatsižvelgiama, kad vyresnis neįgalusis, pavyzdžiui, turi tik 20 proc. darbingumo lygį ir be kito asmens pagalbos jis negali judėti savarankiškai ir pasinaudoti baseino teikiamomis paslaugomis. Tokia susidariusi situacija yra netoleruotina vyresnių neįgaliųjų atžvilgiu ir privalo būti išnagrinėta nedelsiant, atsižvelgiant į iškeltus klausimus: 1) kodėl vyresniam neįgaliajam (daugiau nei 21 m.) nėra taikoma tokia pat nuolaida, kaip ir neįgaliajam iki 21 m. ir jį lydinčiam asmeniui, jei minėtiems neįgaliesiems nustatytas toks pat neįgalumo lygis ir kito asmens pagalbos poreikis? 2) kodėl neįgalus asmuo, kuriam būtina kito asmens pagalba turi mokėti už lydintį asmenį (juk asmeninis asistentas ar soc. darbuotojas, kuris lydi neįgalųjį į baseiną neturi įsipareigojimo mokėti už save mokesčius, rinkliavas visur, kur jis lydi neįgalųjį), vadinasi neįgalusis asmeniškai turės mokėti už jį lydintį asmenį, ir tai jau galima traktuoti kaip dvigubą neįgalaus asmens apmokestinimą.

3. Jei asmuo judantis vežimėlyje ir jį lydintis asmuo yra skirtingų lyčių, kaip yra sprendžiama tokia situacija, kokioje zonoje neįgalusis ir lydintis asmuo turėtų lankytis, kadangi baseine nėra išskirta atskira patalpa neįgaliesiems, yra išskirtos bendros zonos tik moterims ir vyrams.

4. Įlipti/išlipti iš baseino yra kopėtėlės, o nevaikštantiems keltuvas (kėdutė), vaikų zonoje yra laipteliai (be turėklų). Neįgaliesiems ir ne tik, ar kurie nemoka plaukti, ar sunkiau judantiems nėra užtikrintas patogus ir saugus būdas įlipti/išlipti iš baseino (būtų galima pasinaudoti vaikų zona, bet nėra turėklų).

5. Pačiame baseine, pakraščiuose nėra laikiklių/turėklų, kad asmenys, kurie nemoka plaukti ar neįgalieji galėtų saugiai įsikibę pasilaikyti.

*Rekomendacija:* Plungės sporto ir rekreacijos centro paslaugų kainų nuolaidas neįgaliesiems nustatyti atsižvelgiant į nustatytus jiems darbingumo procentus, o ne amžių. Mažiausią darbingumo lygį turintiems neįgaliesiems bei juos lydintiems asmenims (pavyzdžiui, 0-20 proc. ir jį lydintis asmuo) suteikti galimybę naudotis baseino paslaugomis nemokamai.

Taip pat primygtinai prašome, kad ateityje projektuojant, įrengiant ir/ar pritaikant visuomeninius pastatus, viešąsias erdves būtų pakviestas neįgaliųjų organizacijų atstovas, kuris juda vežimėlyje, ir kad į išsakytas pastabas būtų atsižvelgta, nes jei pastatas ir/ar erdvė bus pritaikyta pagal silpniausiųjų visuomenės narių poreikius, kuriems reikalinga ir kito asmens pagalba judėti, ir/ar judantiems savarankiškai vežimėlio pagalba, tai tokiu pritaikytu pastatu ir/ar erdve galės saugiai naudotis visi: neįgalieji ir sveikieji visuomenės nariai.

**PLUNGĖS RAJONO NEĮGALIŲJŲ DRAUGIJA**

Plungės rajono neįgaliųjų draugija praėjusiais metais vykdė 3 veiklas. Jose dalyvavo apie 36 neįgaliuosius. Draugija praėjusiais metai vienijo 654 narius. Draugijos pagrindinė tikslinė grupė –neįgalieji, turintys didelių ir vidutinių specialiųjų poreikių lygį.

Mūsų įgyvendinamomis veiklomis siekiame atkurti ir palaikyti neįgaliųjų socialinio savarankiškumo įgūdžius, bei galimybes gyventi bendruomenėje savarankiškai.

1. Neįgaliųjų kasdienio gyvenimo įgūdžių ugdymas, palaikymas ir atkūrimas (asmens savitvarkos, higienos įgūdžių mokymai, sveikos gyvensenos užsiėmimai, paskaitos apie sveiką mitybą, jos svarbą žmogaus organizmui). Užsiėmimo metu žmonės gavo daug teorinių ir praktinių žinių, sportavo, keliavo. Sergančiųjų yra daug ir įvairiomis ligomis, todėl stengiamės išaiškinti, kaip tos ligos atsiranda, kokios atsiradimo priežastys, kaip tas priežastis galima šalinti. Šiai veiklai skirta 4 451 Eur. lėšų.
2. Saviraiškos ir kūrybiškumo ugdymas. Siuvimas labai svarbus gyvenime, čia būtinas kruopštumas, susikaupimas, mąstymas. Buvo siuvami žaislai, taisomi rūbai. Šiai veiklai skirta 2 838 eurai.
3. Meninių gebėjimų lavinimas. Šiai veiklai skirta – 2 746 eurai.

Sunkumų kyla su muzikos vadovais, nes reikia daug kantrybės ir atsidavimo dirbant. Turime kapelą „Linai “. Buvome išvykę į konkursą „Vilties paukštė“. Džiaugiamės gerai pasirodę.

Repeticijos vyksta kiekvieną savaitę, ruošiamės kitam konkursui. Dalyvavome Rietavo ir Telšių neįgaliųjų draugijų šventėse.

Kaip ir visada, stengiamės jungti žmones, bendrauti, išsikalbėti. Daug laiko praleisti gamtoje, sveikai maitintis. Išvykos dažnos – sportuojame lauke, grožimės atsinaujinančia Plunge. Išvykų metu renkame vaistinius augalus, valgome atsineštus sveikai pagamintus sumuštinius. Būdami lauke stengiamės nepasiduoti depresijai. Mūsų šūkis – „Šypsokimės, kad ir kaip bebūtų“.