

**ZARZĄDZENIE NR 20/2019**

**Wójta Gminy Mała Wieś**

**z dnia 4 marca 2019 roku**

**w sprawie wprowadzenia zmian do Zarządzenia Nr 349/31/2018 Wójta Gminy Mała Wieś z dnia 13 kwietnia 2018 roku w sprawie zatwierdzenia Regulaminu Organizacyjnego Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Święcicach oraz Programów działalności i Planu Pracy na 2018 rok.**

Na podstawie art.7 ust. 1 pkt 6 i art. 30 ust. 1 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (t.j.Dz. U. z 2018 r., poz.994 z późn. zm.) oraz §5 ust. 5 Statutu Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Święcicach (Załącznik do Uchwały Nr 74/XI/2015 Rady Gminy Mała Wieś z dnia 29 października 2015 roku w sprawie uchwalenia Statutu Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Święcicach) (Dz. U. Woj. Mazowieckiego z 2015 roku, poz. 10054) i § 4 ust.2 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2010 roku, Nr 238, poz.1586 z późn. zm.)

**zarządzam, co następuje:**

**§ 1.**

Zmianie ulega § 1ust. 4 Zarządzenia Nr 349/31/2018 Wójta Gminy Mała Wieś z dnia 13 kwietnia 2018 roku w sprawie zatwierdzenia Regulaminu Organizacyjnego Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Święcicach oraz Programów działalności i Planu Pracy na 2018 rok oraz załącznik nr 4 do tego zarządzenia otrzymując brzmienie :„Zatwierdzam uzgodniony z Wojewodą Mazowieckim Roczny Plan Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Święcicach na 2019 rok Typ A, który stanowi załącznik nr 4 do niniejszego zarządzenia”.

**§ 2**

Zmianie ulega § 1ust. 5 Zarządzenia Nr 349/31/2018 Wójta Gminy Mała Wieś z dnia 13 kwietnia 2018 roku w sprawie zatwierdzenia Regulaminu Organizacyjnego Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Święcicach oraz Programów działalności i Planu Pracy na 2018 rok oraz załącznik nr 5 do tego zarządzenia otrzymując brzmienie: „Zatwierdzam uzgodniony z Wojewodą Mazowieckim Roczny Plan Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w

Starych Świącicach na 2019 rok Typ B, który stanowi załącznik nr 5 do niniejszego zarządzenia”.

**§ 3.**

Treść zmienionych załączników nr 4 i nr 5, o których mowa w § 1 i § 2 stanowią załączniki do niniejszego zarządzenia.

**§ 4.**

Wykonanie zarządzenia powierzam Kierownikowi Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Świącicach.

**§ 5.**

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podjęcia.

**WÓJT**  
Zygmunt Wojnarowski



## Roczny Plan Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Święcicach na 2019 rok

### Typ A

#### I Cel ogólny ŚDS w Starych Święcicach

Nadrzędnym celem Domu jest zapewnienie uczestnikom oparcia społecznego pozwalającego im na usamodzielnienie w takim zakresie, jakim jest to możliwe i integrację społeczną rozumianą, jako przywrócenie możliwości pełnienia powszechnie dostępnych w danej społeczności ról społecznych. Środowiskowy Dom Samopomocy w Starych Święcicach realizuje cel ogólny poprzez następujące cele szczegółowe:

Cele szczegółowe działalności placówki to:

1. Nabycie przez uczestnika zachowań prozdrowotnych, wykształcenie umiejętności radzenia sobie z trudnościami wynikającymi z choroby
2. Integracja uczestników z najbliższym środowiskiem lokalnym oraz zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi możliwości pełnego uczestnictwa w życiu społecznym, poprzez rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego funkcjonowania oraz aktywne uczestnictwo w życiu kulturalnym i społecznym społeczności lokalnej.
3. Umożliwienie osobom z zaburzeniami psychicznymi pełnienia jak największej liczby ról społecznych w rodzinie, środowisku, instytucjach.
4. Zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej i powszechnie dostępnej opieki zdrowotnej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym.
5. Zmotywowanie do celowej aktywności (w tym aktywności zawodowej).

Dom w roku 2019 realizować będzie zadania:

1. Prowadzenie terapii zajęciowej indywidualnej, grupowej oraz wspieranie działań samopomocowych w zakresie zdrowia psychicznego.
2. Współprace z rodzinami osób korzystających z działalności Domu.
3. Wsparcie i pomoc w rozwiązywaniu problemów życiowych.
4. Zaspokojenie w miarę możliwości tych potrzeb, które wpływają na duży stopień na rozwój psychofizyczny człowieka.

5. Organizowanie wycieczek, spotkań i zajęć integracyjnych poza Środowiskowym Domem Samopomocy mających na celu integrację z najbliższym otoczeniem.
6. Udział uczestników i ich rodzin w imprezach, spartakiadach, rajdach organizowanych poza Środowiskowym Domem Samopomocy.
7. Prowadzenie reintegracji zawodowej i społecznej uczestników.
8. Zapewnienie możliwości skorzystania z jednego gorącego posiłku w czasie pobytu, przygotowanego w ramach terapii kulinarnej.

## **II. Organizacja pracy w ŚDS w Starych Świątjach**

Środowiskowy Dom Samopomocy Starych Świątjach będzie czynny 5 dni w tygodniu (poniedziałek – piątek) w godzinach 8.00- 16.00. Zajęcia prowadzone będą przez instruktorów terapii zajęciowej oraz asystenta osoby niepełnosprawnej w odpowiednio przydzielonych pracowniach. Uczestnicy będą mieli zapewniony ciepły posiłek (obiad) przygotowany w pracowni gospodarstwa domowego w ramach treningu kulinarnego. Placówka zapewni (w miarę możliwości finansowych) także bezpłatny dowóz i odwóz na zajęcia dla uczestników, którzy zadeklarowali chęć korzystania z dowozów.

Zajęcia i treningi odbywać się będą według opracowanego Ramowego Tygodniowego Planu Pracy – zał. nr 1 oraz Miesięcznych Planów Pracy poszczególnych pracowni. Za opracowanie Miesięcznego Planu Pracy Pracowni odpowiedzialna jest osoba prowadzona daną pracownią. Miesięczny Plan Pracy Pracowni zgodny jest z Rocznym Planem Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy oraz z Planem imprez i wydarzeń na rok 2019 – zał. nr 2 do Planu. Plany opracowane są z uwzględnieniem Indywidualnych Planów Postępowania Wspierająco-Aktywizujących.

Zajęcia prowadzone będą w następujących pomieszczeniach wyposażonych w niezbędny sprzęt oraz materiały do realizacji zadań wspierająco-aktywizujących:

1. Pięciu pracowniach zajęciowych:
  - pracowni usprawniania ruchowego,
  - pracowni gospodarstwa domowego,
  - pracowni komunikacji i umiejętności społecznych,
  - pracowni artystycznej i ogrodniczej,
  - sali terapeutycznej – informatycznej.
2. Sali terapeutycznej przeznaczonej do samoobslugi i usamodzielniania się, pełniącej również funkcję pokoju wyciszeni.
3. Pokoju do indywidualnego poradnictwa psychologicznego, przeznaczonego do zajęć indywidualnych z psychologiem.
4. Jadalni, która pełni również funkcję sali ogólnej/spotkań.

## **III. Adresaci planu pracy:**

Plan skierowany jest do 23 uczestników przewlekłe psychicznie chorych. Dążymy do tego, aby osoby korzystające z usług naszego Domu osiągnęły umiejętności jak najbardziej samodzielne pełnienia ról życiowych oraz społecznych. W przeciagu całego roku Zespół wspierający – aktywniejszy stara się zachęcić do udziału w zajęciach wszystkich uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Świącicach. Oferta domu opiera się na działaniach długoterminowych, a formy pomocy są dostosowane do indywidualnych potrzeb i możliwości osób uczestniczących w zajęciach. Każdy uczestnik rozwija się we własnym tempie i bez presji czasu. Nieodzownym elementem funkcjonowania placówki jest integracja naszych podopiecznych ze społecznością lokalną poprzez społeczna aktywizację.

Dom w roku 2019 realizować będzie zadania wynikające z zapisów ustawy z dnia 12 marca 2004 roku o pomocy społecznej oraz z Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki z dnia 9 grudnia 2010r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy a także będą realizowane w ramach prowadzonych zajęć oraz treningów z uczestnikami.

Oferta Domu opiera się na działaniach długoterminowych a formy pomocy dostosowane są do indywidualnych potrzeb i możliwości każdej z osób uczestniczących w zajęciach.

Zakres działania	Metody, techniki, narzędzia, wykorzystywane przy realizacji zadania	Opis spodziewanych efektów/cel do osiągnięcia	Termin realizacji zadania	Osoby odpowiedzialne za realizację zadania
<b>TRENING FUNKCJONOWANIA W CODZIENNYM ŻYCIU</b>				
<p><b>Trening dbałości o wygląd zewnętrzny (trening higieny)</b></p> <p>Trening realizowany będzie zgodnie z przyjętą tematyką i indywidualnymi potrzebami każdego uczestnika.</p> <p>Obejmował będzie następujące czynności:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mycie całego ciała</li> <li>- mycie włosów</li> <li>- dbanie o stopy</li> <li>- higieny jamy ustnej</li> <li>- pielęgnacji paznokci,</li> <li>- dbanie o wygląd zewnętrzny- strzyżenie, golenie</li> </ul>	<p>Instruktaż słowny</p> <p>terapeuty oraz zademonstrowanie określonych czynności.</p> <p>Ćwiczenia praktyczne</p> <p>Ćwiczenia utrwalające</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wie, że czystość ciała wpływa na nasze zdrowie i dobre samopoczucie,</li> <li>- posiadał wiedzę na temat dbania o wygląd zewnętrzny,</li> <li>- potrafi zastosować odpowiednie przybory toaletowe,</li> <li>- nabył umiejętność wykonania toalety całego ciała i poszczególnych jego części,</li> <li>- potrafi dobrać ubiór stosownie do pory roku czy okoliczności,</li> <li>- wie, że estetyczny wygląd ułatwia nawiązywanie kontaktów z innymi ludźmi</li> </ul>	<p>Trening realizowany codziennie, wielokrotnie, indywidualnie i grupowo.</p>	<p>Asystent osoby niepełnosprawnej</p>

<p>-stosowanie odpowiednich przyborów toaletowych i kosmetyków,  - kształtowanie nawyku konieczności mycia rąk po wyjściu z toalety,  - kształtowanie nawyku estetycznego i higienicznego korzystania z toalety,  - dobór odzieży do okoliczności i pory roku,  - kształtowanie nawyku utrzymania w czystości bielizny osobistej i odzieży wierzchniej, obuwia.</p>				
<p><b>Trening kulinarny</b>  <b>Codzienny ciepły posiłek (obiad) przyrządzany w ramach treningu kulinarnego w pracowni gospodarstwa domowego.</b>  Trening realizowany w ramach pracowni kulinarniej, zgodnie z przyjętą tematyką zajęć, podtrzymywanie, doskonalenie i utrwalanie nabytych umiejętności.  -przygotowywanie ciepłych posiłków samodzielnie lub z pomocą opiekuna,  -nauka obsługi sprzętu AGD,  -kształtowanie zasad spożywania posiłków z uwzględnieniem konieczności zachowania czystości,  -dbanie o porządek i czystość w pracowni kulinarniej,  -kształtowanie umiejętności przechowywania żywności,  -umiejętność gospodarowania czasem.</p>	<p>Instruktaż słowny  Instruktaż pokazowy  Pogadanka  Rozmowa  Pokaz  Wykonanie danej czynności przez uczestnika po okiem terapeuty.</p>	<p>Uczestnik:  - potrafi samodzielnie przygotować posiłek,  - potrafi korzystać z przepisów kulinarnych,  - potrafi obsługiwać sprzęt AGD  - podtrzymuje/doskonali umiejętności kulinarne,  - wzmacnia poczucie własnej wartości i samoocenę  - zwiększa wiarę we własne możliwości.  - rozwija swoje umiejętności,  - współpracuje z innymi,  - wyrobi poczucie estetyki i wyobraźni.</p>	<p>Trening realizowany codziennie</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej</p>

<p><b>Trening porządkowy</b></p> <p>Kształtowanie/wyrabianie nawyku wykonywania czynności porządkowych, takich jak:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-odkurzanie, zamiatanie, ścieranie kurzy,</li> <li>-pranie, rozwieszanie odzieży</li> <li>-segregowanie i składanie odzieży,</li> <li>-prasowanie,</li> <li>-pielegnacja kwiatów</li> <li>-mycie okien,</li> <li>-dbanie o czystość urządzeń sanitarnych,</li> <li>mycie armatury,</li> <li>-mycie i konserwacja podłóg,</li> <li>-segregowanie i wyносzenie śmieci itp.</li> </ul>	<p>Instruktaż słowny</p> <p>Instruktaż pokazowy</p> <p>Wykonanie danej czynności przez uczestnika po okiem terapeuty</p> <p>Ćwiczenia utrwalające</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-nabędzie umiejętność wykonywania prostych czynności porządkowych, takich jak: zamiatanie, ścieranie kurzy, odkurzanie, mycie podłóg, itp.,</li> <li>-potrafi zastosować odpowiednie środki piorące i czyszczące</li> <li>-nabył umiejętność rozwieszania wypranej bielizny,</li> <li>-wie jak pielęgnować kwiaty: podlewanie, przesadzanie, nawożenie</li> <li>-będzie ( w miarę możliwości) samodzielny, niezależny, będzie potrafił dbać o ład i porządek najbliższego otoczenia</li> <li>-wzmocni poczucie własnej wartości, wiarę we własne możliwości,</li> <li>-będzie szanował pracę własną i cudzą.</li> </ul>	<p>Trening realizowany dwa do trzech razy w tygodniu.</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej</p> <p>Asystent osoby niepełnosprawnej</p>
<p><b>Trening umiejętności praktycznych</b></p> <p>Trening obejmować będzie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-naukę obsługi pralki automatycznej,</li> <li>-naukę prania ręcznego,</li> <li>-naukę odpowiedniej segregacji prania w zależności od kolorystyki i rodzaju materiału,</li> <li>-dobór odpowiednich detergentów do prania</li> <li>-obsługę żelazka, zapoznanie z funkcjami deski do prasowania,</li> <li>-zapoznanie z zasadami bezpieczeństwa podczas prasowania,</li> <li>-obsługa sprzętu AGD/RTV</li> <li>-uświadczenie zagrożeń wynikających z nieprawidłowego użytkowania sprzętów pod napięciem takich jak: pralka automatyczna,</li> </ul>	<p>Instruktaż pokazowy</p> <p>Pogadanka edukacyjne</p> <p>Ćwiczenia indywidualne</p> <p>Ćwiczenia grupowe</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-potrafi obsługiwać sprzęt AGD i RTV</li> <li>-potrafi segregować pranie</li> <li>-potrafi dobrać odpowiednie detergenty</li> <li>-potrafi zachować bezpieczeństwo przy obsłudze urządzeń elektrycznych</li> <li>-zdaje sobie sprawę z zagrożeń wynikających z nieprawidłowego użytkowania sprzętów pod napięciem.</li> </ul>	<p>Trening realizowany, codziennie.</p> <p>Praca ciągła przez cały rok.</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej</p> <p>Asystent osoby niepełnosprawnej</p>

<p>suszarka do włosów, maszynka do golenia, odkurzacz itp.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-kształtowanie właściwych nawyków</li> <li>postępowania w trakcie pracy ze sprzętem elektrycznym;</li> <li>-pozyskiwanie naturalnych materiałów na zajęcia (kwiaty, szyszki, orzechy, żółędzie, liście, nasiona, kamyki, muszle itp.)</li> <li>-pielęgnowanie roślin.</li> </ul>				
<p><b>Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi (budżetowy)</b></p> <p>Zajęcia mają na celu ułatwić umiejętność gospodarowania niewielkimi kwotami pieniędzy.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-nabywać/kształtować umiejętność racjonalnego planowania wydatków miesięcznych z uwzględnieniem zakupów, opłacania rachunków,</li> <li>-rozpoznać nominały pieniędzy,</li> <li>-planowania oszczędności</li> </ul>	<p>Pogadanka</p> <p>Prowadzenia budżetu domowego</p> <p>Dokonywanie zakupów pod nadzorem terapeuty</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wie, że powinien mieć odłożona niewielką ilość środków finansowych w razie pojawienia się nieoczekiwanych wydatków,</li> <li>- zna wartość pieniądza</li> <li>- samodzielnie dysponuje swoimi finansami.</li> </ul>	<p>Raz w tygodniu w formie pogadanki, dyskusji.</p> <p>Raz w tygodniu w formie wyjazdu do pobliskiego sklepu celem dokonania zakupów – grupa max – 3 osobowa</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej</p> <p>Asystent osoby niepełnosprawnej</p>
<b>TRENING UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNYCH I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW</b>				
<p>Trening obejmować będzie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-nabywanie/utrwalanie umiejętności nawiązywania i podtrzymywania kontaktów</li> <li>-doskonalenie umiejętności prowadzenia rozmowy i udzielania informacji zwrotnej,</li> <li>-doskonalenie umiejętności używania zwrotów grzecznościowych,</li> <li>-kształtowanie umiejętności zachowania równowagi emocjonalnej,</li> </ul>	<p>Dyskusja</p> <p>Pogadanka edukacyjna</p> <p>Udział w warsztatach wyjazdowych ( w miarę możliwości finansowych placówki)</p> <p>Zabawy i gry towarzyskie</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- z własnej inicjatywy prosi o pomoc,</li> <li>- odnajduje się w grupie, lepiej współpracuje z innymi,</li> <li>- potrafi nazwać emocje, jakie w danym momencie nim kierują i poprawnie na nie zareagować,</li> <li>Potrafi nawiązać, poprowadzić i zakończyć rozmowę,</li> </ul>	<p>Trening realizowany codziennie, wielokrotnie, indywidualnie i grupowo.</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej</p> <p>Psycholog</p> <p>Asystent osoby niepełnosprawnej</p> <p>Opiekun</p>



<p>-kształtowanie pozytywnych relacji z osobami z bliskiego otoczenia, rodziną i sąsiadami,</p> <p>- nabywanie / utrwalanie umiejętności współpracy, zarówno w czasie wspólnej pracy jak i zabawy,</p> <p>- doskonalenie umiejętności bycia asertywnym,</p> <p>-nabywanie/utrwalanie umiejętności podejmowania decyzji i rozwiązywania problemów oraz ocenianie konsekwencji swoich działań i stawianie sobie celów,</p> <p>-wzbudzanie empatii, niesienia pomocy innym,</p>	<p>Zabawy integracyjne</p> <p>Trening asertywności</p> <p>Zebrania społeczności lokalnej</p> <p>Projekcje filmowe.</p> <p>Wyjścia do instytucji użyteczności publicznej</p> <p>Rozmowy i ćwiczenia indywidualne</p> <p>Praca w grupie.</p>	<p>- stosuje zwroty grzecznościowe adekwatnie do sytuacji,</p> <p>- ma większą kontrola nad własnymi działaniami i utrzymywanie równowagi emocjonalnej,</p> <p>-radzi sobie z trudnościami, potrafi samodzielnie rozwiązywać problemy,</p> <p>- potrafi prawidłowo zachować się w miejscach użyteczności publicznej.</p>	
<b>TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO</b>			
<p>Zajęcia prowadzone będą poprzez:</p> <p>– rozwijanie zainteresowań indywidualnych lekturą książek i czasopism, wybranymi audycjami radiowymi, telewizyjnymi oraz filmowymi.</p> <p>- mobilizowanie do zdobywania umiejętności posługiwania się komputerem oraz Internetem,</p> <p>-mobilizowanie do udziału w zawodach sportowych organizowanych przez ośrodek oraz na zaproszenie placówki zewnętrznej,</p> <p>-udział w imprezach kulturalnych, okolicznościowych, towarzyskich organizowanych przez ośrodek oraz na zaproszenie placówki zewnętrznej,</p>	<p>Pogadanka</p> <p>Dyskusja</p> <p>Pokazy filmowe</p> <p>Biblioterapia</p> <p>Muzykoterapia</p> <p>Spotkania okolicznościowe, towarzyskie</p> <p>Wyjazdy do kina, teatru</p>	<p>-Zwiększenie korzyści związanych z posiadaniem czasu wolnego,</p> <p>-doskonalenie umiejętności wybierania najciekawszych i najkorzystniejszych dla siebie form aktywności związanej z czasem wolnym,</p> <p>-ćwiczenie umiejętności planowania czasu wolnego,</p> <p>-uzyskanie wiedzy na temat własnych możliwości, -aktywny udział w zajęciach spędzania czasu wolnego, m.in. biblioterapia, muzykoterapia, itp.</p>	<p>Praca ciągła w zależności od potrzeb przez cały rok.</p> <p>Praca zgodna z harmonogramem imprez na 2019 r.</p> <p>Wszyscy członkowie Zespołu Wspierającego-Aktywizującego.</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- udział w muzykoterapii,</li> <li>- zaangażowanie się w prowadzenie kroniki Domu</li> <li>- gry towarzyskie, stolikowe, rozwiązywanie krzyżówek,</li> <li>- zainteresowanie, takimi formami spędzania czasu wolnego jak: wyjścia do kina, teatru, na wystawy, koncerty,</li> <li>- luźne rozmowy przy kawie i herbacie, wymiana doświadczeń.</li> </ul>	<p>Odwiedzanie zaprzyjaźnionych placówek, organizowanie wspólnych spotkań towarzyskich np. Bal Andrzejkowy, Bal Walentynkowy, Wycieczki</p>			
<b>PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE</b>				
<p>Zajęcia z psychologiem obejmować będą:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- poradnictwo psychologiczne,</li> <li>- psychoterapię indywidualną,</li> <li>- psychoterapię grupową,</li> <li>- diagnoza uczestnika i jego sytuacji życiowej</li> <li>- trening asertywności,</li> <li>- trening umiejętności interpersonalnych,</li> <li>- trening radzenia sobie w trudnych sytuacjach,</li> <li>- edukacja na temat choroby oraz radzenia sobie z wynikającymi z niej ograniczeniami,</li> <li>- stała współpraca z rodziną uczestnika (pomoc w znalezieniu odpowiednich sposobów rozwiązywania zaistniałych problemów),</li> <li>- rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach w sposób społecznie akceptowalny,</li> <li>- rozwijanie umiejętności współdziałania w grupie,</li> </ul>	<p><b>Dialog terapeutyczny:</b> psycholog stuchając wypowiedzi uczestnika stara się zrozumieć to, czego dana osoba sama o sobie nie wie i uprzytomnić mu to, co może ułatwić odzyskanie kontroli nad sobą i sytuacją, <b>Sterowane wyobrażenia:</b> polega na zachęcaniu uczestnika, by w stanie relaksu wyobrażał sobie rozmaite sceny, które dla większości osób mają istotne symboliczne znaczenie.</p>	<p>Celem pracy psychologa z uczestnikiem jest:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- uruchomienie procesu zmian,</li> <li>- poprawa stanu psychofizycznego uczestnika oraz jego społecznego funkcjonowania,</li> <li>- doskonalenie takich umiejętności uczestników, jak: komunikowanie się z innymi osobami, dostrzeganie, rozpoznawanie i nazywanie własnych emocji, zaspokajanie własnych potrzeb oraz rozpoznawanie potrzeb innych osób, rozróżnianie odmienności innych i uczenie się tolerancji wobec odmienności, dostrzeganie swych ograniczeń, wzmacnianie zaufania wobec siebie i innych, stawianie się bardziej otwartym i szczerym, szukanie oparcia w otoczeniu i nawiązywanie trwałych więzi, współpraca i współdziałanie z innymi</li> </ul>	<p>Praca cały rok. Zajęcia prowadzone będą raz w tygodniu przez 5 godzin w formie zajęć grupowych lub indywidualnych (w zależności od potrzeb uczestników).</p>	<p>Psycholog</p>

-kształtowanie umiejętności różnicowania emocji	<p><b>Rysunek psychologiczny:</b> rysowanie może być procedurą diagnostyczną, ale również sam kontakt ze sztuką ma w pewnym stopniu funkcję uzdrawiającą,</p>			
<b>POMOC W ZAŁATWIANIU SPRAW URZĘDOWYCH</b>				
Ułatwienie kontaktu z instytucjami, np. ZUS, KRUS, GOPS, PCPR, bankami, pocztą - pomoc w wypełnianiu niezbędnych dokumentów, wniosków oraz ich wysyłanie pod wskazany adres, - pomoc w uzyskaniu różnych form pomocy w zależności od sytuacji życiowej.	Zajęcia praktyczne – pisanie pism, wypełnianie wniosków, -rozmowy na temat zachowania się w urzędach, bankach, itp.	Uczestnik wie, w której instytucji, urzędzie załatwi daną interesującą Go sprawę, potrafi samodzielnie wypełnić oraz skompletować niezbędną dokumentację.	Praca ciągła w zależności od potrzeb, przez cały rok.	Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego.
<b>POMOC W DOSTĘPIE DO NIEZBĘDNYCH ŚWIADCZEŃ ZDROWOTNYCH</b>				
Pomoc realizowana będzie zawsze w porozumieniu i za zgodą uczestnika bądź opiekuna uczestnika i obejmuje: - pomoc w rejestracji do lekarza pierwszego kontaktu, - wyszukanie oraz pomoc w zapisaniu się do poradni specjalistycznych, - edukację i promocję zdrowotną, - kontrolowanie terminów kolejnych wizyt lekarskich, - monitorowanie farmakoterapii i terminów wizyt w Poradni Zdrowia Psychicznego.	Kontakt osobisty  Kontakt telefoniczny  Dowóz na wizyty lekarskie oraz do przychodni	Uczestnik: -potrafi sam zarejestrować się u danego specjalisty telefonicznie lub osobiście, - monitoruje terminy kolejnych wizyt, -sam potrafi zorganizować dojazd na wizytę.	Praca ciągła w zależności od potrzeb, przez cały rok.	Instruktor Terapii zajęciowej, Asystent osoby niepełnosprawnej, Kierowca/Opiekun

<b>NIEZBĘDNA OPIEKA</b>			
<p>Pomoc realizowana będzie poprzez:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- monitorowanie stanu psychofizycznego uczestnika w czasie pobytu w domu oraz podczas wyjazdów,</li> <li>- sprawowanie stałego nadzoru i opieki przez pracowników placówki w celu zapewnienia bezpieczeństwa osobom tego wymagającym,</li> <li>- udzielanie pomocy przy czynnościach związanych z utrzymaniem higieny osobistej i wyglądem zewnętrznym.</li> </ul> <p>Czynności te wykonywane są za pisemną zgodą udzieloną przez uczestnika lub jego opiekuna prawnego.</p>	<p>Instruktaż pokazowy</p> <p>Instruktaż słowny</p> <p>Demonstracja</p> <p>Pogadanka</p>	<p>Uczestnik nabywa i podtrzymuje umiejętności podstawowej samoobsługi.</p>	<p>Praca ciągła w zależności od potrzeb, przez cały rok.</p> <p>Asystent osoby niepełnosprawnej Kierowca/Opiekun</p>
<b>TERAPIA RUCHOWA</b>			
<p>Zajęcia usprawniania ruchowego obejmować będą:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-gry i zabawy ruchowe,</li> <li>-ćwiczenia indywidualne i grupowe ogólnousprawniające</li> <li>-ćwiczenia ułatwiające sprawne poruszanie się</li> <li>-ćwiczenia ułatwiające samoobsługę</li> <li>-zajęcia poza ŚDS: wycieczki rowerowe, spacery, NORDIC WALKING</li> <li>-wyjazdy rekreacyjno - sportowe</li> </ul>	<p>Metody pracy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-metoda zabawowa,</li> <li>-metoda zadaniowa,</li> <li>-poglądowa,</li> <li>-słowna,</li> <li>-pokaz,</li> <li>-naśladownictwo,</li> <li>-masaż klasyczny.</li> </ul>	<p>Uczestnicy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- podnoszą kondycję fizyczną, sprawność ruchową,</li> <li>- integrują się z grupą,</li> <li>- utrzymują prawidłową postawę ciała.</li> <li>- podnoszą wiarę w siebie i we własne możliwości,</li> </ul>	<p>Praca ciągła, w zależności od potrzeb oraz możliwości finansowych jednostki (wyjazdy, wycieczki) przez cały rok</p> <p>Instruktor terapii zajęciowej</p>
<b>INNE FORMY POSTEPOWANIA PRZYGOTOWUJĄCE DO UCZESTNICTWA W WARSZTATACH TERAPII ZAJĘCIOWEJ LUB PODJĘCIA ZATRUDNIENIA</b>			
<p>Kontynuowanie zajęć mających na celu nabywanie i utrwalenie umiejętności niezbędnych do przekierowania do</p>	<p>- pisanie dokumentów potrzebnych do podjęcia pracy,</p>	<p>Praca ciągła w zależności od potrzeb uczestników</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej, Asystent osoby niepełnosprawnej,</p>

<p>warsztatów terapii zajęciowej lub Zakładu Aktywności Zawodowej min.:</p> <p><b>Terapia zajęciowa</b> - ma na celu usprawnianie poprzez zastosowanie różnych planowych i celowych zajęć typu manualnego, jej celem jest też pobudzenie do spontanicznej twórczości, zaspokojenie u uczestników potrzeby osiągnięcia sukcesu, użyteczności ponieważ daje namiastkę pracy zawodowej; w jej ramach odbywają się następujące typy zajęć:</p> <p>Zajęcia rękodzielniczo-krawieckie – mają na celu usprawnienie koordynacji wzrokowo-ruchowej jednocześnie rozładowywanie napięć emocjonalnych,</p> <p>Zajęcia techniczno-plastyczne – mają na celu usprawnienie manualne, poprawę koordynacji wzrokowo-ruchowej, pobudzanie wyobraźni i wrażliwości, wyciszanie napięć emocjonalnych;</p> <p><b>Ergoterapia</b> - jej celem jest zdobywanie i poszerzanie kompetencji zawodowych przez uczestników przewlekle psychicznie chorych do podjęcia pracy w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy; ma na celu nabycie przez uczestników odpowiedzialności za zadanie, pobudzenie celowej aktywności, odkrywanie mocnych stron, podnoszenie przez nich własnej samooceny (pewności i wiary w siebie) i zaspokajanie potrzeby użyteczności;</p> <p><b>Hortikultura</b> - Uczestnicy zdobywają/ utrwalają umiejętność dbania o teren</p>	<p>Dokładnego wykonania powierzonych czynności,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- punktualności, pracy w określonych normach czasowych, staranności wykonania.</li> <li>-potrafi napisać i skompletować dokumenty potrzebne do podjęcia pracy</li> <li>-potrafi przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej,</li> <li>-chce i wie gdzie szukać pracy.</li> <li>-będzie miał możliwość odreagowania negatywnych, tłumionych emocji,</li> <li>-wyciszy się, zrelaksuje,</li> <li>-wzmocni poczucie własnej wartości,</li> <li>-poszerzy swoje umiejętności poprzez poznanie nowych technik malarskich,</li> <li>-dostrzeże piękno w otaczającym go świecie (walory estetyczne przedmiotów, zjawiska w przyrodzie, różnorodność barw itp.),</li> <li>-będzie zwracał większą uwagę na staranność wykonanej pracy,</li> <li>-usprawni pracę rąk w zakresie percepcji dotykowej i sprawności manipulacyjnej palców i dłoni,</li> <li>-rozwinie swoją wyobraźnię i kreatywność, spostrzegawczość, samodzielność w działaniu,</li> <li>-wzbogaci życie emocjonalne,</li> <li>-zdobędzie umiejętność zaplanowania czasu wolnego.</li> </ul>	<p>Opiekun</p>
--	---	----------------

<p>przylegający bezpośrednio do ośrodka. Każdego roku zakładany jest ogródek warzywny. Uczestnicy wykonują tam prace sezonowe - wiosną sieją i sadzą rośliny, latem pieją je i podlewają, a jesienią grabią liście i przygotowują ogródki do zimy. Dzięki temu poznają zasady uprawy i cyklów życiowych roślin, ale także nabywają praktycznych umiejętności posługiwania się narzędziami ogrodniczymi takimi jak: kosiarka, grabie, szpadel czy sekator, które mogą im się przydać.</p>				
--	--	--	--	--

Uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Świecicach podlegać będą ocenie Zespołu Wspierającego – Aktywizującego. Zespół Wspierający – Aktywizujący raz do roku sporządzi dla każdego uczestnika Indywidualny Plan Postępowania Wspierającego – Aktywizującego dostosowany do jego możliwości psychofizycznych. Co pół roku członkowie Zespołu dokonają oceny wyników postępowania wspierającego –aktywizującego. Dodatkowo prowadzony będzie „Zeszyt obserwacji uczestnika”, w którym członkowie zespołu na bieżąco dokonywać będą wpisów z obserwacji aktywności, zachowań, motywacji do zajęć uczestnika. Każdy Instruktor terapii zajęciowej oraz Asystent osoby niepełnosprawnej będzie prowadził „Dziennik Zajęć Terapeutycznych”, w którym dokonywać będą zapisów z prowadzonych zajęć na danej pracowni.

IV. Zarządzanie, administracja i organizacja Domu

Zarządzanie, administracja i organizacja Domu		
Formy, metody pracy	Termin realizacji	Osoba odpowiedzialna
Koordinowanie i monitorowanie pracy Zespołu Wspierającego – Aktywizującego, kontrola realizacji Indywidualnych Planów Postępowania Wspierającego – Aktywizującego		Kierownik
Opracowanie i przyjęcie kierunków pracy.	Styczeń	Kierownik
Sporządzenie sprawozdania z działalności Domu	Styczeń - Luty	
Dbanie o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu	Praca ciągła	Kierownik
Dbanie o właściwy poziom usług	Praca ciągła	Kierownik
Organizacja szkoleń i doszkacanie pracowników, udział w szkoleniach wewnętrznych i zewnętrznych (tematyka szkolenia dobierana jest na bieżąco, w zależności od potrzeb zgłaszanych przez pracowników).	Szkolenie wewnętrzne – raz na trzy miesiące Szkolenie zewnętrzne – nie rzadziej niż raz na 6 miesięcy	Kadra ŚDS
Pozyskiwanie funduszy pomocowych na potrzeby ponad standardowych zadań	Praca ciągła	Kierownik
Wewnętrzna kontrola dokumentacji zbiorczej i indywidualnej uczestników prowadzonej zgodnie z wymogami Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki z dnia 9 grudnia 2010r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy	Na bieżąco	Kierownik
Spotkania z rodzicami/ opiekunami, kontakt indywidualny, kontakt telefoniczny; Współpraca z społecznością lokalną, instytucjami, organizacjami działającymi na rzecz osób niepełnosprawnych	Praca ciągła - w zależności od bieżących potrzeb	Zespół Wspierająco - Aktywizujący

Imprezy organizowane przez ŚDS – zgodnie z załączonym harmonogramem.	Przez cały rok – zgodnie z harmonogramem	Zespół Wspierająco – aktywizujący
Imprezy integracyjne organizowane poza ośrodkiem: udział w imprezach integracyjnych organizowanych przez inne środowiskowe domy, domy pomocy społecznej, stowarzyszenia, warsztaty terapii zajęciowe	Przez cały rok	Zespół Wspierająco – Aktywizujący
Udział w przeglądach twórczości osób niepełnosprawnych, konkursach, itp.		
Wyjazdy rekreacyjno – sportowo – turystyczne .		
Spotkania Zespołu Wspierająco – aktywizującego, omawiane są bieżące sprawy dotyczące uczestników oraz ich dokumentacji.	Zgodnie z harmonogramem	Zespół Wspierająco – Aktywizujący
Zebrania personelu, na których pracownicy omawiają bieżące sprawy dotyczące pracy w Środowiskowym Domu Samopomocy oraz ustalania imprez i wyjazdów.	Raz w miesiącu Raz na dwa tygodnie	Zespół Wspierająco – Aktywizujący Wszyscy pracownicy.
Dowóz uczestników do placówki i dowóz do miejsca zamieszkania.	Codziennie - 28 osób	Kierowca/ opiekun

KIEROWNIK  
Środowiskowego Domu  
Samopomocy

*Bogumila Kadzka*

Sporządził: ..... 15.01.2019 r. ....

Data i podpis

*WÓJT*  
Zygmunt Wojnarowski

Zatwierdził: .....

data i podpis



## Ramowy Tygodniowy Plan Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Świącicach na rok 2019 Typ A

Od – do	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
8.00-9.00	Przygotowanie do zajęć. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas dowozu na zajęcia.	Przygotowanie do zajęć. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas dowozu na zajęcia.	Przygotowanie do zajęć. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas dowozu na zajęcia.	Przygotowanie do zajęć. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas dowozu na zajęcia.	Przygotowanie do zajęć. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas dowozu na zajęcia.
9.00 – 9.15	Gimnastyka usprawniająca	Gimnastyka usprawniająca	Gimnastyka usprawniająca	Gimnastyka usprawniająca	Gimnastyka usprawniająca
9.15- 13.00	Praca w grupach na poszczególnych pracowniach	Praca w grupach na poszczególnych pracowniach	Praca w grupach na poszczególnych pracowniach	Praca w grupach na poszczególnych pracowniach. Zajęcia z psychologiem – zajęcia indywidualne	Praca w grupach na poszczególnych pracowniach
13.00- 13.30	Obiad - sprzątnięcie stołówek po posiłku.	Obiad - sprzątnięcie stołówek po posiłku.	Obiad - sprzątnięcie stołówek po posiłku.	Obiad - sprzątnięcie stołówek po posiłku.	Obiad - sprzątnięcie stołówek po posiłku.
13.30-14.30	Zajęcia w ramach treningu spędzania czasu wolnego- wybór zajęć dowolny.	Zajęcia w ramach treningu spędzania czasu wolnego – muzykoterapia	Biblioterapia	Zajęcia z psychologiem – zajęcia grupowe	Zajęcia w ramach treningu spędzania czasu wolnego- wybór zajęć dowolny.
14.30 – 15.00	Zajęcia w ramach treningu praktycznego	Zajęcia w ramach treningu praktycznego	Zajęcia w ramach treningu praktycznego	Zajęcia w ramach treningu praktycznego	Zajęcia w ramach treningu praktycznego
15.00-16.00	Uzupełnianie dokumentacji. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas odwozu po zajęciach.	Uzupełnianie dokumentacji. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas odwozu po zajęciach.	Uzupełnianie dokumentacji. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas odwozu po zajęciach.	Uzupełnianie dokumentacji. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas odwozu po zajęciach.	Uzupełnianie dokumentacji. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas odwozu po zajęciach.

## Plan imprez i wydarzeń o charakterze kulturowo- rekreacyjnym

### 1. Styczeń

- Zebrania społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Zabawa taneczna

### 2. Luty

- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Bal Karnawałowy – walentynkowy – wyjazd do Środowiskowego Domu Samopomocy Słupno
- Impreza Walentynkowa – zabawa taneczna, czytanie wierszy, słodki poczęstunek

### 3. Marzec

- Zebranie społeczności Domu
- Obchody Dnia Kobiet
- Topienie Marzanny – Pierwszy Dzień Wiosny
- Imieniny miesiąca

### 4. Kwiecień

- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Konkurs „Najpiękniejsza pisanka”
- Śniadanie Wielkanocne
- Dzień Ziemi - pogadanka edukacyjna (promowanie postaw proedukacyjnych w społeczeństwie).

### 5. Maj

- Zebranie społeczności Domu

- Imieniny miesiąca
- Akademia z okazji Dnia Konstytucji Narodowej
- Majówka - ognisko- pieczenie kiełbasek, gry i zabawy na świeżym powietrzu

#### **6. Czerwiec**

- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Spotkanie z pielęgniarką środowiskową w ramach promowania zdrowego trybu życia
- Wyjazd na Letnią Olimpiadę Osób Niepełnosprawnych w Nowym Miszewie

#### **7. Lipiec**

- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Dni Humoru i Satyry – integracja uczestników ze środowiskiem lokalnym wyjazd do DPS Zakrzewo
- Wspólne grillowanie

#### **8. Sierpień**

- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Spływ kajakowy

#### **9. Wrzesień**

- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Obchody Roczniczy wybuchu II wojny światowej
- Piknik Integracyjny „Pożegnanie Lata” – zabawa rekreacyjno- sportowa, zaproszenie zaprzyjaźnionych Środowiskowych Domów Samopomocy ze Słupna i Wyszogrodu.

#### **10. Październik**

- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Dzień Pieczonego Ziemniaka – konkurs na najlepszą potrawę z ziemniaka, ognisko i pieczenie ziemniaków.

#### **11. Listopad**

- Zebranie Społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Wspólny wyjazd na cmentarz z okazji Dnia Wszystkich Świętych
- Akademia z okazji Narodowego Święta Niepodległości
- Bal Andrzejkowy - impreza wewnętrzna.

#### **12. Grudzień**

- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny Miesiąca
- Mikołajki – wspólne przystrojenie budynku na nadchodzące Święta Bożego Narodzenia.
- Spotkanie Wigilijne - spotkanie okolicznościowe z rodzinami uczestników oraz z zaproszonymi gośćmi.

## Roczny Plan Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Świątcach na 2019 rok

### Typ B

#### I Cel ogólny ŚDS w Starych Świątcach

Nadrzędnym celem Domu jest zapewnienie uczestnikom oparcia społecznego pozwalającego im na usamodzielnienie w takim zakresie, jakim jest to możliwe i integrację społeczną rozumianą, jako przywrócenie możliwości pełnienia powszechnie dostępnych w danej społeczności ról społecznych. Środowiskowy Dom Samopomocy w Starych Świątcach realizuje cel ogólny poprzez następujące cele szczegółowe:

Cele szczegółowe działalności placówki to:

1. Nabywanie i podtrzymywanie umiejętności życia codziennego takich jak: dbanie o higienę osobista i wygląd zewnętrzny, przygotowanie prostych posiłków, utrzymanie porządku w najbliższym otoczeniu.
2. Integracja uczestników z najbliższym środowiskiem lokalnym oraz zapewnienie osobom z niepełnosprawnością intelektualną możliwość pełnego uczestnictwa w życiu społecznym, poprzez rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego funkcjonowania oraz aktywne uczestnictwo w życiu kulturalnym i społecznym.
3. Nabywanie i utrwalanie umiejętności spędzania czasu wolnego poprzez rozwijanie zainteresowań własnych (własne hobby np. modelowanie, muzyka i taniec, rysunek), szeroko rozumianą kulturą (wystawy, koncerty, pokazy), udział w imprezach okolicznościowych, sportowo – rekreacyjnych.
4. Umożliwienie osobom z niepełnosprawnością intelektualną pełnienia jak największej liczby ról społecznych w rodzinie, środowisku, instytucjach.
5. Zapewnienie osobom z niepełnosprawnością intelektualną wielostronnej i powszechnie dostępnej opieki zdrowotnej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym.
6. Nabywanie i utrwalanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia, niedoprowadzenie do regresu w tym zakresie.
7. Pomoc i wsparcie rodzin/opiekunów prawnym w opiece nad uczestnikiem.

Dom w roku 2019 realizować będzie zadania:

1. Prowadzenie terapii zajęciowej indywidualnej, grupowej oraz wspieranie indywidualnego potencjału uczestnika.
2. Współprace z rodzinami osób korzystających z działalności Domu (konsultacje psychologiczne).
3. Wsparcie i pomoc w rozwiązywaniu problemów życiowych uczestników.
4. Zaspokojenie w miarę możliwości tych potrzeb, które wpływają w dużym stopniu na rozwój psychofizyczny uczestnika.
5. Organizowanie wycieczek, spotkań i zajęć integracyjnych poza Śródowniskowym Domem Samopomocy mających na celu integrację z najbliższym otoczeniem oraz zapobiegających izolacji.
6. Prowadzenie, dostosowanych do możliwości psychofizycznych uczestnika, działań zmierzających do przekierowania podopiecznego do Warsztatu Trapi Zajęciowej/ Zakładu Aktywizacji Zawodowej
8. Zapewnienie możliwości skorzystania z jednego gorącego posiłku w czasie pobytu, przygotowanego w ramach terapii kulinarnej.
9. Zapewnienie możliwości dowozu i odwozu uczestnika do placówki oraz zapewnianie opieki na czas transportu.

## II. Organizacja pracy w ŚDS w Starych Święcicach

Śródowniskowy Dom Samopomocy Starych Święcicach będzie czynny 5 dni w tygodniu (poniedziałek – piątek) w godzinach 8.00- 16.00. Zajęcia prowadzone będą przez instruktorów terapii zajęciowej oraz asystenta osoby niepełnosprawnej w odpowiednio przydzielonych pracowniach. Uczestnicy będą mieli zapewniony ciepły posiłek (obiad) przygotowany w pracowni gospodarstwa domowego w ramach treningu kulinarnego. Placówka zapewni (w miarę możliwości finansowych) także bezpłatny dowóz i odwóz na zajęcia dla uczestników, którzy zadeklarowali chęć korzystania z dowozów.

Zajęcia i treningi odbywać się będą według opracowanego Ramowego Tygodniowego Planu Pracy – zał. nr 1 oraz Miesięcznych Planów Pracy poszczególnych pracowni. Za opracowanie Miesięcznego Planu Pracy Pracowni odpowiedzialna jest osoba prowadzona daną pracownią. Miesięczny Plan Pracy Pracowni zgodny jest z Rocznym Planem Pracy Śródowniskowego Domu Samopomocy oraz z Planem imprez i wydarzeń na rok 2019 – zał. nr 2 do Planu. Plany opracowywane są z uwzględnieniem Indywidualnych Planów Postępowania Wspierająco-Aktywizujących.

Zajęcia prowadzone będą w następujących pomieszczeniach wyposażonych w niezbędny sprzęt oraz materiały do realizacji zadań wspierająco-aktywizujących:

1. Pięciu pracowniach zajęciowych:
  - pracowni usprawniania ruchowego,
  - pracowni gospodarstwa domowego,
  - pracowni komunikacji i umiejętności społecznych,
  - pracowni artystycznej i ogrodniczej,

- pracowni komputerowo – informatycznej.
2. Sali terapeutycznej przeznaczonej do samoobsługi i usamodzielniania się, pełniącej również funkcję pokoju wyciszeni.
  3. Pokoju do indywidualnego poradnictwa psychologicznego, przeznaczonego do zajęć indywidualnych z psychologiem.
  4. Jadalni, która pełni również funkcję sali ogólnej/spotkań.

### III. Adresaci planu pracy:

Plan skierowany jest do 7 uczestników z niepełnosprawnością intelektualną. Dążymy do tego, aby osoby korzystające z usług naszego Domu osiągnęły umiejętność jak najbardziej samodzielnego pełnienia ról życiowych oraz społecznych. W ciągu całego roku Zespół wspierający – aktywny stary się zachęcić do udziału w zajęciach wszystkich uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Świączkach. Oferta domu opiera się na działaniach długoterminowych, a formy pomocy są dostosowane do indywidualnych potrzeb i możliwości osób uczestniczących w zajęciach. Każdy uczestnik rozwija się we własnym tempie i bez presji czasu. Nieodłącznym elementem funkcjonowania placówki jest integracja naszych podopiecznych ze społecznością lokalną poprzez społeczna aktywizację.

Dom w roku 2019 realizować będzie zadania wynikające z zapisów ustawy z dnia 12 marca 2004 roku o pomocy społecznej oraz z Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy, a także będą realizowane w ramach prowadzonych zajęć oraz treningów z uczestnikami.

Oferta Domu opiera się na działaniach długoterminowych a formy pomocy dostosowane są do indywidualnych potrzeb i możliwości każdej z osób uczestniczących w zajęciach.

Zakres działania	Metody, techniki, narzędzia, wykorzystywane przy realizacji zadania	Opis spodziewanych efektów/cel do osiągnięcia	Termin realizacji zadania	Osoby odpowiedzialne za realizację zadania
<b>TRENING FUNKCJONOWANIA W CODZIENNYM ŻYCIU</b>				
<b>Trening dbałości o wygląd zewnętrzny (trening higieny)</b> Trening realizowany będzie zgodnie z przyjętą tematyką i indywidualnymi potrzebami każdego uczestnika.	Instruktaż słowny terapeuty oraz zademonstrowanie określonych czynności.	Uczestnik: - wie, że czystość ciała wpływa na nasze zdrowie i dobre samopoczucie, - posiadał wiedzę na temat dbania o wygląd zewnętrzny,	Trening realizowany codziennie, wielokrotnie, indywidualnie i grupowo.	Instruktor terapii zajęciowej, Asystent osoby niepełnosprawnej

<p>Obejmował będzie następujące czynności:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mycie całego ciała</li> <li>- mycie włosów</li> <li>- dbanie o stopy</li> <li>- higieny jamy ustnej</li> <li>- pielęgnacji paznokci,</li> <li>- dbanie o wygląd zewnętrzny- strzyżenie, golenie</li> <li>-stosowanie odpowiednich przyborów toaletowych i kosmetyków,</li> <li>- sygnalizowania potrzeb fizjologicznych,</li> <li>- kształtowanie nawyku konieczności mycia rąk po wyjściu z toalety,</li> <li>- kształtowanie nawyku estetycznego i higienicznego korzystania z toalety,</li> <li>- dobór odzieży do okoliczności i pory roku,</li> <li>- kształtowanie nawyku utrzymania w czystości bielizny osobistej i odzieży wierzchniej, obuwia.</li> </ul>	<p>Ćwiczenia praktyczne</p> <p>Ćwiczenia utrwalające</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- potrafi zastosować odpowiednie przybory toaletowe,</li> <li>-nabył umiejętności wykonania toalety całego ciała i poszczególnych jego części,</li> <li>- potrafi dobrać ubiór stosownie do pory roku czy okoliczności,</li> <li>- wie, że estetyczny wygląd ułatwia nawiązywanie kontaktów z innymi ludźmi</li> </ul>	<p>Trening realizowany codziennie</p> <p>Instruktor terapii zajęciowej</p>
<p><b>Trening kulinarny</b></p> <p><b>Codzienny ciepły posiłek (obiad) przyrządzany w ramach treningu kulinarnego w pracowni gospodarstwa domowego.</b></p> <p>Trening realizowany w ramach pracowni kulinarnej, zgodnie z przyjętą tematyką zajęć, podtrzymywanie, doskonalenie i utrwalanie nabytych umiejętności.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-przygotowywanie ciepłych posiłków samodzielnie lub z pomocą opiekuna,</li> <li>-nauka obsługi sprzętu AGD,</li> <li>-kształtowanie zasad spożywania posiłków</li> </ul>	<p>Instruktaż słowny</p> <p>Instruktaż pokazowy</p> <p>Pogadanka</p> <p>Rozmowa</p> <p>Pokaz</p> <p>Wykonanie danej czynności przez uczestnika po okiem terapeuty.</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- potrafi samodzielnie przygotować posiłek,</li> <li>- potrafi korzystać z przepisów kulinarnych,</li> <li>- potrafi obsługiwać sprzęt AGD</li> <li>- podtrzymuje/doskonali umiejętności kulinarne,</li> <li>- wzmacnia poczucie własnej wartości i samoocenę</li> <li>- zwiększa wiarę we własne możliwości.</li> <li>- rozwija swoje umiejętności,</li> <li>- współpracuje z innymi,</li> <li>- wyrobili poczucie estetyki i wyobraźni.</li> </ul>	<p>Trening realizowany codziennie</p> <p>Instruktor terapii zajęciowej</p>



<p>z uwzględnieniem konieczności zachowania czystości,          -dbanie o porządek i czystość w pracowni kulinarnej,          -kształtowanie umiejętności przechowywania żywności,          -umiejętność gospodarowania czasem.</p>				
<p><b>Trening porządkowy</b></p> <p>Kształtowanie/wyrabianie nawyku wykonywania czynności porządkowych, takich jak:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-odkurzanie, zamiatanie, ścieranie kurzy,</li> <li>-pranie, rozwieszanie odzieży</li> <li>-segregowanie i składanie odzieży,</li> <li>-prasowanie,</li> <li>-pielęgnacja kwiatów</li> <li>-mycie okien,</li> <li>-dbanie o czystość urządzeń sanitarnych, mycie armatury,</li> <li>-mycie i konserwacja podłóg,</li> <li>-segregowanie i wynoszenie śmieci itp.</li> </ul>	<p>Instruktaż słowny          Instruktaż pokazowy</p> <p>Wykonanie danej czynności przez uczestnika po okiem terapeuty</p> <p>Ćwiczenia utrwalające</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-nabędzie umiejętność wykonywania prostych czynności porządkowych, takich jak: zamiatanie, ścieranie kurzy, odkurzanie, mycie podłóg, itp.,</li> <li>-potrafi zastosować odpowiednie środki piorące i czyszczące</li> <li>-nabył umiejętność rozwieszania wypranej bielizny,</li> <li>-wie jak pielęgnować kwiaty: podlewanie, przesadzanie, nawożenie</li> <li>-będzie ( w miarę możliwości) samodzielny, niezależny, będzie potrafił dbać o ład i porządek najbliższego otoczenia</li> <li>-wzmocni poczucie własnej wartości, wiarę we własne możliwości,</li> <li>-będzie szanował pracę własną i cudzą.</li> </ul>	<p>Trening realizowany dwa do trzech razy w tygodniu.</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej,          Asystent osoby niepełnosprawnej</p>
<p><b>Trening umiejętności praktycznych</b></p> <p>Trening obejmować będzie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-naukę odpowiedniej segregacji prania w zależności od kolorystyki i rodzaju materiału,</li> <li>-dobór odpowiednich detergentów do prania</li> <li>-obsługę żelazka, zapoznanie z funkcjami deski do prasowania,</li> </ul>	<p>Instruktaż pokazowy</p> <p>Pogadanka edukacyjne</p> <p>Ćwiczenia indywidualne</p> <p>Ćwiczenia grupowe</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-potrafi obsługiwać sprzęt AGD i RTV</li> <li>-potrafi segregować pranie</li> <li>-potrafi dobrać odpowiednie deterenty</li> <li>-potrafi zachować bezpieczeństwo przy obsłudze urządzeń elektrycznych</li> <li>-zdaje sobie sprawę z zagrożeń wynikających z nieprawidłowego użytkowania sprzętów pod napięciem.</li> </ul>	<p>Trening realizowany, codziennie.          Praca ciągła przez cały rok.</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej          Asystent osoby niepełnosprawnej</p>

<p>- zapoznanie z zasadami bezpieczeństwa podczas prasowania,          -obsługa sprzętu AGD/RTV          -uświadczanie zagrożeń wynikających z nieprawidłowego użytkowania sprzętów pod napięciem takich jak: pralka automatyczna, suszarka do włosów, maszynka do golenia, odkurzacz itp.          -kształtowanie właściwych nawyków postępowania w trakcie pracy ze sprzętem elektrycznym;          -pozyskiwanie naturalnych materiałów na zajęcia (kwiaty, szyszki, orzechy, żółędzie, liście, nasiona, kamyki, muszle itp.)          -pielęgnowanie roślin.</p>				
<p><b>Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi (budżetowy)</b>          Zajęcia mają na celu ułatwić umiejętność gospodarowania niewielkimi kwotami pieniędzy.          - rozpoznać nominały pieniądza,          - nabywać/kształtować umiejętność dokonywania podstawowych zakupów,</p>	<p>Pogadanka          Zajęcia edukacyjne          Dokonywanie zakupów pod nadzorem terapeuty</p>	<p>Uczestnik:          - rozpoznaje nominały pieniężne,          - wie jak i gdzie dokonać podstawowych zakupów.</p>	<p>Raz w tygodniu w formie pogadanki, dyskusji.          Raz w tygodniu w formie wyjazdu do pobliskiego sklepu celem dokonania zakupów – grupa max – 3 osobowa</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej          Asystent osoby niepełnosprawnej</p>
<b>TRENING UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNYCH I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW</b>				
<p>Trening obejmować będzie:          -nabywanie/utrwalanie umiejętności nawiązywania i podtrzymywania kontaktów          -doskonalenie umiejętności prowadzenia rozmowy i udzielania informacji zwrotnej,</p>	<p>Dyskusja          Pogadanka edukacyjna          Udział w warsztatach wyjazdowych ( w miarę</p>	<p>Uczestnik:          - z własnej inicjatywy prosi o pomoc,          - odnajduje się w grupie, lepiej współpracuje z innymi,</p>	<p>Trening realizowany codziennie, wielokrotnie, indywidualnie i grupowo.</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej          Psycholog          Asystent osoby niepełnosprawnej          Opiekun</p>

<p>- doskonalenie umiejętności używania zwrotów grzecznościowych, -kształtowanie umiejętności zachowania równowagi emocjonalnej, -kształtowanie pozytywnych relacji z osobami z bliskiego otoczenia, rodziną i sąsiadami, - nabywanie / utrwalanie umiejętności współpracy, zarówno w czasie wspólnej pracy jak i zabawy, - doskonalenie umiejętności bycia asertywnym, -nabywanie/utrwalanie umiejętności podejmowania decyzji i rozwiązywania problemów oraz ocenianie konsekwencji swoich działań i stawianie sobie celów, -wzbudzanie empatii, niesienia pomocy innym,</p>	<p>możliwości finansowych (placówki)</p> <p>Zabawy i gry towarzyskie</p> <p>Zabawy integracyjne</p> <p>Trening asertywności</p> <p>Zebrań społeczności lokalnej</p> <p>Projekcje filmowe.</p> <p>Wyjścia do instytucji użyteczności publicznej</p> <p>Rozmowy i ćwiczenia indywidualne</p> <p>Praca w grupie.</p>	<p>- potrafi nazwać emocje, jakie w danym momencie nim kierują i poprawnie na nie zareagować, Potrafi nawiązać, poprowadzić i zakończyć rozmowę, - stosuje zwroty grzecznościowe adekwatnie do sytuacji, - ma większą kontrola nad własnymi działaniami i utrzymywanie równowagi emocjonalnej, -radzi sobie z trudnościami, potrafi samodzielnie rozwiązywać problemy, - potrafi prawidłowo zachować się w miejscach użyteczności publicznej.</p>	
<b>TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO</b>			
<p>Zajęcia prowadzone będą poprzez: - rozwijanie zainteresowań indywidualnych lekturą książek i czasopism, wybranymi audycjami radiowymi, telewizyjnymi oraz filmowymi. - mobilizowanie do zdobywania umiejętności posługiwania się komputerem oraz Internetem,</p>	<p>Pogadanka</p> <p>Dyskusja</p> <p>Pokazy filmowe</p> <p>Biblioterapia</p> <p>Muzykoterapia</p>	<p>-Zwiększenie korzyści związanych z posiadaniem czasu wolnego, -doskonalenie umiejętności wybierania najciekawszych i najkorzystniejszych dla siebie form aktywności związanej z czasem wolnym, -ćwiczenie umiejętności planowania czasu wolnego, -uzyskanie wiedzy na temat własnych możliwości,</p>	<p>Praca ciągła w zależności od potrzeb przez cały rok. Praca zgodna z harmonogramem imprez na 2019 r.</p> <p>Wszyscy członkowie Zespołu Wspierającego-Aktywizującego.</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>-mobilizowanie do udziału w zawodach sportowych organizowanych przez ośrodek oraz na zaproszenie placówki zewnętrznej,</li> <li>-udział w imprezach kulturalnych, okolicznościowych, towarzyskich organizowanych przez ośrodek oraz na zaproszenie placówki zewnętrznej,</li> <li>- udział w muzykoterapii,</li> <li>- zaangażowanie się w prowadzenie kroniki Domu</li> <li>-gry towarzyskie, stolikowe,</li> <li>- zainteresowanie, takimi formami spędzania czasu wolnego jak: wyjścia do kina, teatru, na wystawy, koncerty,</li> <li>- luźne rozmowy przy kawie i herbacie, wymiana doświadczeń.</li> </ul>	<p>Spotkania okolicznościowe, towarzyskie</p> <p>Wyjazdy do kina, teatru</p> <p>Odwiedzenie zaprzyjaźnionych placówek, organizowanie wspólnych spotkań towarzyskich np. Bal Andrzejkowy, Bal Walentynkowy</p> <p>Wycieczki</p>	<p>-aktywny udział w zajęciach spędzania czasu wolnego, m.in. biblioterapia, muzykoterapia, itp.</p>	
---	--	--	--

### PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE

<p>Zajęcia z psychologiem obejmować będą:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- poradnictwo psychologiczne,</li> <li>- psychoterapię indywidualną,</li> <li>- psychoterapię grupową,</li> <li>- diagnoza uczestnika i jego sytuacji życiowej</li> <li>- trening asertywności,</li> <li>- trening umiejętności interpersonalnych,</li> <li>- trening radzenia sobie w trudnych sytuacjach,</li> <li>- stała współpraca z rodziną uczestnika (pomoc w znalezieniu odpowiednich sposobów rozwiązywania zaistniałych problemów),</li> <li>-rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach w sposób społecznie akceptowalny,</li> </ul>	<p><b>Dialog terapeutyczny:</b> psycholog słuchając wypowiedzi uczestnika stara się rozumieć to, czego dana osoba sama o sobie nie wie i uprzytomnić mu to, co może ułatwić odzyskanie kontroli nad sobą i sytuacją, <b>Sterowane wyobrażenia:</b> polega na zachęcaniu uczestnika, by w stanie relaksu wyobrażał sobie</p>	<p>Celem pracy psychologa z uczestnikiem jest:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- uruchomienie procesu zmian,</li> <li>- poprawa stanu psychofizycznego uczestnika oraz jego społecznego funkcjonowania,</li> <li>- doskonalenie takich umiejętności uczestników, jak: komunikowanie się z innymi osobami, dostrzeganie, rozpoznawanie i nazywanie własnych emocji, zaspokajanie własnych potrzeb oraz rozpoznawanie potrzeb innych osób, rozróżnianie odmienności innych i uczenie się tolerancji wobec odmienności, dostrzeganie swych ograniczeń, wzmacnianie zaufania wobec siebie i innych, stawianie się bardziej otwartym i szczerym, szukanie oparcia w otoczeniu i</li> </ul>	<p>Praca ciągła w zależności od potrzeb przez cały rok.</p> <p>Zajęcia prowadzone będą raz w tygodniu przez 5 godzin w formie zajęć grupowych lub indywidualnych (w zależności od potrzeb i możliwości uczestników).</p> <p style="text-align: right;">Psycholog</p>
--	---	--	--

<p>-rozwijanie umiejętności współdziałania w grupie, -kształtowanie umiejętności różnicowania emocji</p>	<p>rozmaite sceny, które dla większości osób mają istotne symboliczne znaczenie. <b>Rysunek psychologiczny:</b> rysowanie może być procedurą diagnostyczną, ale również sam kontakt ze sztuką ma w pewnym stopniu funkcję uzdrawiającą.</p>	<p>nawiązywanie trwałych więzi, współpraca i współdziałanie z innymi</p>	
--	---	--	--

### POMOC W ZAŁATWIANIU SPRAW URZĘDOWYCH

<p>Pomoc realizowana będzie zawsze w porozumieniu i za zgodą uczestnika bądź opiekuna uczestnika. Ułatwienie kontaktu z instytucjami, np. ZUS, KRUS, GOPS, PCPR, bankami, pocztą - pomoc rodzinie/ opiekunom prawnym w wypełnianiu niezbędnych dokumentów, wniosków. - pomoc w uzyskaniu różnych form pomocy ( sprzęt rehabilitacyjny, turnusy) w zależności od sytuacji życiowej uczestnika.</p>	<p>Pomoc w odnalezieniu danych teleadresowych placówki. Rozmowy na temat zachowania się w miejscach publicznych. Pomoc w dotarciu do placówki.</p>	<p>Uczestnik orientuje się gdzie może udać się po pomoc (Gmina , GOPS) w obrębnię miejsca zamieszkania. Uczestnik wie, jak zachować się w urzędach.</p>	<p>Praca ciągła w zależności od potrzeb, przez cały rok.</p>	<p>Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego.</p>
---	--	---	--	---

### POMOC W DOSTĘPIE DO NIEZBEDNYCH ŚWIADCZEŃ ZDROWOTNYCH

<p>Pomoc realizowana będzie zawsze w porozumieniu i za zgodą uczestnika bądź opiekuna uczestnika i obejmuje: - pomoc w rejestracji do lekarza pierwszego kontaktu,</p>	<p>Kontakt osobisty Kontakt telefoniczny</p>	<p>Pomoc w rejestracji do lekarza. Pomoc rodzinom/opiekunom uczestników w monitorowaniu terminów w poradniach specjalistycznych. Pomoc w dotarciu do danego specjalisty.</p>	<p>Praca ciągła w zależności od potrzeb uczestnika, przez cały rok.</p>	<p>Instruktor Terapii zajęciowej, Asystent osoby niepełnosprawnej, Kierowca/Opiekun</p>
--	--	--	---	---

<p>- wyszukanie oraz pomoc w zapisaniu się do poradni specjalistycznych,  - edukacja i promocja zdrowotną,  - pomoc w kontrolowaniu terminów kolejnych wizyt lekarskich,  - monitorowanie terminów wizyt w Poradni Zdrowia Psychicznego.</p>	<p>Dowóz na wizyty lekarskie oraz do przychodni</p>			
<b>NIEZBĘDNA OPIEKA</b>				
<p>Pomoc realizowana będzie poprzez:  - monitorowanie stanu psychofizycznego uczestnika w czasie pobytu w domu oraz podczas wyjazdów,  - sprawowanie stałego nadzoru i opieki przez pracowników placówki w celu zapewnienie bezpieczeństwa osobom tego wymagającym,  - udzielanie pomocy przy czynnościach związanych z utrzymaniem higieny osobistej i wyglądem zewnętrznym,  - pomoc w spożywaniu posiłku (karmienie).  - ośrodek zapewnia opiekę podczas dowozu i odwozu uczestników na zajęcia,  Czynności te wykonywane są za pisemną zgodą udzieloną przez uczestnika lub jego opiekuna prawnego.</p>	<p>Instruktaż pokazowy  Instruktaż słowny  Demonstracja  Pogadanka</p>	<p>Uczestnik nabywa i podtrzymuje umiejętności podstawowej samoobsługi.</p>	<p>Praca ciągła w zależności od potrzeb, przez cały rok.</p>	<p>Asystent osoby niepełnosprawnej,  Kierowca/Opiekun</p>
<b>TERAPIA RUCHOWA</b>				
<p>Zajęcia usprawniania ruchowego obejmować będą:  -gry i zabawy ruchowe,  ćwiczenia indywidualne i grupowe ogólnousprawniające  -ćwiczenia ułatwiające sprawne poruszanie się</p>	<p>Metody pracy:  -metoda zabawowa,  -metoda zadaniowa,  -poglądowa,  -słowna,  -pokaz,</p>	<p>Uczestnicy:  - podnoszą kondycję fizyczną, sprawność ruchową,  - integrują się z grupą,  - utrzymują prawidłową postawę ciała.</p>	<p>Praca ciągła, w zależności od potrzeb oraz możliwości finansowych jednostki (wyjazdy,</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej,</p>

<p>-ćwiczenia ułatwiające samoobstugę</p> <p>-zajęcia poza ŚDS: wycieczki rowerowe, spacery, NORDIC WALKING</p> <p>-wyjazdy rekreacyjno – sportowe.</p> <p><b>W ramach kompleksowego programu wsparcia rodzin „Za życiem” Środowiskowy Dom Samopomocy w Starych Świecicach planuje w roku 2019 zapewnić dodatkowe zajęcia fizjoterapeutyczne.</b></p>	<p>-pokaz,</p> <p>-naśladownictwo,</p> <p>-masaż klasyczny.</p> <p>-Kinezyterapia</p> <p>-Piloterapia</p> <p>-Masaż leczniczy</p> <p>-Światłolecznictwo</p>	<p>- podnoszą wiarę w siebie i we własne możliwości,</p> <p>- niwelowanie napięcia mięśniowego</p> <p>- pobudzenie ośrodkowego układu nerwowego</p> <p>-relaksacja</p>	<p>wycieczki) przez cały rok</p> <p><b>Zajęcia prowadzone 6 razy w miesiącu po 5 godzin dziennie.</b></p>	<p><b>Fizjoterapia</b></p>
<p><b>INNE FORMY POSTĘPOWANIA PRZYGOTOWUJĄCE DO UCZESTNICTWA W WARSZTATACH TERAPII ZAJĘCIOWEJ LUB PODJĘCIA ZATRUDNIENIA</b></p>				
<p>Kontynuowanie zajęć mających na celu nabywanie i utrwalenie umiejętności niezbędnych do przekierowania do warsztatów terapii zajęciowej lub Zakładu Aktywizacji Zawodowej min.:</p> <p><b>Terapia zajęciowa</b> - ma na celu usprawnianie poprzez zastosowanie różnych planowych i celowych zajęć typu manualnego, jej celem jest też pobudzenie do spontanicznej twórczości, zaspokojenie u uczestników potrzeby osiągnięcia sukcesu, użyteczności, ponieważ daje namiastkę pracy zawodowej; w jej ramach odbywają się następujące typy zajęć:</p> <p>Zajęcia rękodzielniczo-krawieckie – mają na celu usprawnienie koordynacji wzrokowo-ruchowej jednocześnie rozładowywanie napięć emocjonalnych,</p> <p>Zajęcia techniczno-plastyczne – mają na celu usprawnienie manualne, poprawę koordynacji</p>	<p>Instruktaż słowny</p> <p>Instruktaż pokazowy</p> <p>Zadania inspirujące</p> <p>Ćwiczenia utrwalające</p> <p>Zajęcia praktyczne</p>	<p>Uczestnik nabywa i utrwała umiejętności:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- dokładnego wykonania powierzonych czynności,</li> <li>- punktualności, pracy w określonych normach czasowych, staranności wykonania.</li> <li>-chce i wie gdzie szukać pracy.</li> <li>-będzie miał możliwość odreagowania negatywnych, tłumionych emocji,</li> <li>-wyciszy się, zrelaksuje,</li> <li>-wzmocni poczucie własnej wartości,</li> <li>-poszerzy swoje umiejętności poprzez poznanie nowych technik malarskich,</li> <li>-dostrzeże piękno w otaczającym go świecie (walory estetyczne przedmiotów, zjawiska w przyrodzie, różnorodność barw itp.),</li> <li>-będzie zwracał większą uwagę na staranność wykonanej pracy,</li> <li>-usprawni pracę rąk w zakresie percepcji dotykowej i sprawności manipulacyjnej palców i dłoni,</li> <li>-rozwinie swoją wyobraźnię</li> </ul>	<p>Praca ciągła w zależności od potrzeb uczestników oraz ich możliwości psychofizycznych.</p> <p>Praca przez cały rok.</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej</p> <p>Asystent osoby niepełnosprawnej</p> <p>Opiekun</p>

<p>wzrokowo-ruchowej, pobudzanie wyobraźni i wrażliwości, wyciszanie napięć emocjonalnych;</p> <p><b>Ergoterapia</b> - jej celem jest zdobywanie i poszerzanie kompetencji zawodowych przez uczestników z niepełnosprawnością intelektualną mającą na celu możliwość przekierowania do Warsztatu Terapii Zajęciowej lub Zakładu Aktywizacji Zawodowej; ma na celu nabycie przez uczestników odpowiedzialności za zadanie, pobudzenie celowej aktywności, odkrywanie mocnych stron, podnoszenie przez nich własnej samooceny (pewności i wiary w siebie) i zaspokajanie potrzeby użyteczności;</p> <p><b>Hortikultura</b> - Uczestnicy zdobywają/utrwalają umiejętność dbania o teren przylegający bezpośrednio do ośrodka. Każdego roku zakładany jest ogródek warzywny. Uczestnicy wykonują tam prace sezonowe - wiosną sieją i sadzą rośliny, latem pielęgnują je i podlewają, a jesienią grabią liście i przygotowują ogródki do zimy. Dzięki temu poznają zasad uprawy i cykliów życiowych roślin, ale także nabywają praktycznych umiejętności posługiwania się narzędziami ogrodniczymi takimi jak: kosiarka, grabie, szpadel czy sekator, które mogą im się przydać.</p>		<p>i kreatywność, spostrzegawczość, samodzielność w działaniu, -wzbogaci życie emocjonalne, -zdobędzie umiejętność zaplanowania czasu wolnego.</p>	
---	--	--	--

Uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Świecicach podlegać będą ocenie Zespołu Wspierająco – Aktywizującego. Zespół Wspierająco – Aktywizujący raz do roku sporządzi dla każdego uczestnika Indywidualny Plan Postępowania Wspierająco – Aktywizującego dostosowany do jego możliwości



psychofizycznych. Co pół roku członkowie Zespołu dokonają oceny wyników postępowania wspierająco –aktywizującego. Dodatkowo prowadzony będzie „Zeszyt obserwacji uczestnika”, w którym członkowie zespołu na bieżąco dokonywać będą wpisów z obserwacji aktywności, zachowań, motywacji do zajęć uczestnika. Każdy Instruktor terapii zajęciowej oraz Asystent osoby niepełnosprawnej będzie prowadził „Dziennik Zajęć Terapeutycznych”, w którym dokonywać będą zapisów z prowadzonych zajęć na danej pracowni.

#### IV. Zarządzanie, administracja i organizacja Domu

Zarządzanie, administracja i organizacja Domu		
Formy, metody pracy	Termin realizacji	Osoba odpowiedzialna
Koordynowanie i monitorowanie pracy Zespołu Wspierająco – Aktywizującego – Aktywizującego, kontrola realizacji Indywidualnych Planów Postępowania Wspierająco – Aktywizującego	Na bieżąco	Kierownik
Opracowanie i przyjęcie kierunków pracy.	Styczeń	Kierownik
Sporządzenie sprawozdania z działalności Domu	Styczeń - Luty	Kierownik
Dbanie o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu	Praca ciągła	Kierownik
Dbanie o właściwy poziom usług	Praca ciągła	Kierownik
Organizacja szkoleń i doszktałanie pracowników, udział w szkoleniach wewnętrznych i zewnętrznych ( tematyka szkolenia dobierana jest na bieżąco, w zależności od potrzeb zgłaszanych przez pracowników).	Szkolenie wewnętrzne – raz na trzy miesiące  Szkolenie zewnętrzne – nie rzadziej niż raz na 6 miesięcy	Kadra ŚDS
Pozyskiwanie funduszy pomocowych na potrzeby ponad standardowych zadań	Praca ciągła	Kierownik

	Na bieżąco	Kierownik
Wewnętrzna kontrola dokumentacji zbiorczej i indywidualnej uczestników prowadzonej zgodnie z wymogami Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki z dnia 9 grudnia 2010r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy	Praca ciągła - w zależności od bieżących potrzeb	Zespół Wspierająco - Aktywizujący
Spotkania z rodzicami/ opiekunami, kontakt indywidualny, kontakt telefoniczny; Współpraca z społecznością lokalną, instytucjami, organizacjami działającymi na rzecz osób niepełnosprawnych	Przez cały rok – zgodnie z harmonogramem	Zespół Wspierająco – aktywizujący
Imprezy organizowane przez ŚDS – zgodnie z załączonym harmonogramem.	Przez cały rok	Zespół Wspierająco – Aktywizujący
Imprezy integracyjne organizowane poza ośrodkiem: udział w imprezach integracyjnych organizowanych przez inne środowiskowe domy, domy pomocy społecznej, stowarzyszenia, warsztaty terapii zajęciowe		
Udział w przeglądach twórczości osób niepełnosprawnych, konkursach, itp.		
Wyjazdy rekreacyjno – sportowo – turystyczne .		
Spotkania Zespołu Wspierająco – aktywizującego, omawiane są bieżące sprawy dotyczące uczestników oraz ich dokumentacji.	Zgodnie z harmonogramem	Zespół Wspierająco – Aktywizujący
Zebrania personelu, na których pracownicy omawiają bieżące sprawy dotyczące pracy w Środowiskowym Domu Samopomocy oraz ustalania imprez i wyjazdów.	Raz w miesiącu Raz na dwa tygodnie	Zespół Wspierająco – Aktywizujący Wszyscy pracownicy.
Dowóz uczestników do placówki i dowóz do miejsca zamieszkania.	Codziennie - 28 osób	Kierowca/ opiekun

KIEROWNIK  
Środowiskowego Domu  
Samopomocy

*Bogumila Radzka*

15.01.2019 r.

WÓJT

Zemunt Wojnarowski

Zatwierdził: .....  
data i podpis

Data i podpis

### Plan imprez i wydarzeń o charakterze kulturowo- rekreacyjnym

#### 1. Styczeń

- Zebrania społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Zabawa taneczna

#### 2. Luty

- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Bal Karnawałowo – walentynkowy – wyjazd do Środowiskowego Domu Samopomocy Słupno
- Impreza Walentynkowa – zabawa taneczna, czytanie wierszy, słodki poczęstunek

#### 3. Marzec

- Zebranie społeczności Domu
- Obchody Dnia Kobiet
- Topienie Marzanny – Pierwszy Dzień Wiosny
- Imieniny miesiąca

#### 4. Kwiecień

- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Konkurs „Najpiękniejsza pisanka”
- Śniadanie Wielkanocne
- Dzień Ziemi - pogadanka edukacyjna (promowanie postaw proekologicznych w społeczeństwie).

#### 5. Maj

- Zebranie społeczności Domu

- Imieniny miesiąca
- Akademia z okazji Dnia Konstytucji Narodowej
- Majówka - ognisko- pieczenie kiełbasek, gry i zabawy na świeżym powietrzu

#### **6. Czerwiec**

- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Spotkanie z pielęgniarką środowiskową w ramach promowania zdrowego trybu życia
- Wyjazd na Letnią Olimpiadę Osób Niepełnosprawnych w Nowym Miszewie

#### **7. Lipiec**

- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Dni Humoru i Satyry – integracja uczestników ze środowiskiem lokalnym wyjazd do DPS Zakrzewo
- Wspólne grillowanie

#### **8. Sierpień**

- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Spływ kajakowy

#### **9. Wrzesień**

- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Obchody Rocznicy wybuchu II wojny światowej
- Piknik Integracyjny „Pożegnanie Lata” – zabawa rekreacyjno- sportowa, zaproszenie zaprzyjaźnionych Środowiskowych Domów Samopomocy ze Słupna i Wyszogrodu.

#### **10. Październik**

- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Dzień Pieczonego Ziemniaka – konkurs na najlepszą potrawę z ziemniaka, ognisko i pieczenie ziemniaków.

#### **11. Listopad**

- Zebranie Społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Wspólny wyjazd na cmentarz z okazji Dnia Wszystkich Świętych
- Akademia z okazji Narodowego Święta Niepodległości
- Bal Andrzejkowy - impreza wewnętrzna.

#### **12. Grudzień**

- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny Miesiąca
- Mikołajki – wspólne przystrojenie budynku na nadchodzące Święta Bożego Narodzenia.
- Spotkanie Wigilijne - spotkanie okolicznościowe z rodzinami uczestników oraz z zaproszonymi gośćmi.