

UCHWAŁA NR VI-87/2020
ZARZĄDU POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO
Z DNIA 8 KWIETNIA 2020 r.

w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy na rok 2020 Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy Nr 3 w Tłuszczu

Na podstawie art. 32 ust. 1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie powiatowym (t. j. Dz. U. z 2019r. poz. 511 z późn.zm.) oraz § 4 ust. 2 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (t.j. Dz. U. z 2020r. poz. 249) Zarząd Powiatu Wołomińskiego uchwala, co następuje:

§ 1

Zatwierdza się opracowany przez Kierownika Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy Nr 3 w Tłuszczu, w uzgodnieniu z Wojewodą Mazowieckim, Plan Pracy na rok 2020 Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy Nr 3 w Tłuszczu, w brzmieniu stanowiącym załącznik do niniejszej uchwały.

§ 2

Wykonanie uchwały powierza się Kierownikowi Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy Nr 3 w Tłuszczu.

§ 3

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

/-/ Adam Lubiak

Plan Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy Nr 3 w Tłuszczu na rok 2020

W 2020 roku w ramach bieżącej pracy terapeutycznej będzie realizował działania wynikające z rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. (Dz.U. Nr 238, poz. 1586 z późn. zm.) w sprawie środowiskowych domów samopomocy zapewniając:

I. Trening funkcjonowania w codziennym życiu- dbałość o wygląd zewnętrzny, trening nauki higieny realizowany jest poprzez

- rozmowę indywidualną terapeuty z osobą, której dbanie o wygląd zewnętrzny budzi zastrzeżenia,
- pogadanki na temat dbania o higienę osobistą naukę samodzielnego mycia się i ubierania,
- nauka samodzielnego i estetycznego nakrywania do stołu,
- różne wydarzenia kulturalne, integracyjne i rozrywkowe min. wyjazdy, spacer, wycieczki,
- u osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności nauka wiązania sznurówek, zakładania butów i odzieży.

Trening realizowany będzie w formie indywidualnej i/lub zespołowo

Trening funkcjonowania w codziennym życiu- trening kulinarny, umiejętności praktycznych gospodarowania własnymi środkami realizowany jest poprzez:

- zajęcia w pracowni kulinarnej (estetyczne przygotowanie posiłku, nauka savoir-vivre, nauka poznawania ciekawostek kulinarnych, planowanie posiłku, poznawanie przepisów kulinarnych, zakupy artykułów spożywczych, nauka obsługi urządzeń gospodarstwa domowego, wyrabianie nawyku zakładania odzieży ochronnej, obróbka produktów tj. mycie i obieranie warzyw, owoców, poznają sposoby parzenia kawy, herbaty, sporządzania potraw i prostych dań, nauka prawidłowego przechowywania żywności,
- rozmowy grupowe na temat segregacji odpadów,
- nabywanie umiejętności aktywnego poszukiwania pracy i sporządzanie dokumentów aplikacyjnych),
- zajęcia porządkowe (nauka sprzątan, dbanie o estetyczny wygląd ośrodka, nauka posługiwania się pralką itp.), nauka segregowania odpadów, nauka pielęgnacji roślin doniczkowych,
- zajęcia indywidualne (robienie osobistych zakupów przez uczestników poprzez wyjścia do sklepów, poznawanie wartości pieniądza, wyjścia do urzędów, biblioteki, poczty, banku),
- różne wydarzenia kulturalne, integracyjne i rozrywkowe min. wyjazdy, organizacja spotkań okolicznościowych, przedstawień itp.

Trening realizowany będzie w formie indywidualnej i/lub zespołowo

II. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, w tym kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach,

w instytucjach kultury, realizowany jest poprzez:

- zajęcia grupowe (wyjścia na przedstawienia, wyjazdy grupowe, w pracowniach, organizacja urodzin, spotkań okolicznościowych z udziałem zaproszonych gości min. rodziców, odwiedzanie dowolnego ośrodka i miejsca kultury),
- zajęcia indywidualne (podczas załatwiania spraw urzędowych, biblioteki, wizyty w przychodniach rodzinnych, u specjalistów),
- pomoc w rozwiązywaniu osobistych trudności w relacjach z kolegami z Ośrodka, rodzicami, sąsiadami itp.,
- trening rozmów przez telefon,
- zajęcia w grupie z radzenia sobie ze stresem, wyjaśniania konfliktów,
- ćwiczenia indywidualne i grupowe (głównie osoby ze znacznym stopniem niepełnosprawności): segregowanie, porównywanie, klasyfikowanie na konkretach,
- ćwiczenia formułowania krótkich, poprawnych wypowiedzi słownych,
- zajęcia socjoterapeutyczne (nauka właściwych zachowań społecznych- przenoszenie na praktykę, radzenie sobie w trudnych sytuacjach),
- zajęcia komputerowe,
- różne wydarzenia kulturalne, integracyjne i rozrywkowe min. wyjazdy, organizacja spotkań okolicznościowych, przedstawień itp.

*Trening realizowany będzie w formie **indywidualnej** i/lub **zespołowo***

III . Trening umiejętności spędzania wolnego czasu realizowany jest poprzez:

- zajęcia czytelnicze (odwiedzanie biblioteki),
- zajęcia sportowe i taneczne w ośrodku bądź na boisku sportowym Orlik w Tłuszczu, zajęcia relaksacyjne raz zajęcia ruchowe ,
- hipoterapia,
- dogoterapia,
- słuchanie muzyki relaksacyjnej,
- muzykoterapia,
- zajęcia rękodzielnicze,
- gry i zabawy świetlicowe, panele dyskusyjne i pogadanki,
- zajęcia manualne i grafomotoryczne z przeznaczeniem dla osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności,
- zajęcia edukacyjne,
- przedstawienia teatralne itp.
- różne wydarzenia kulturalne, integracyjne i rozrywkowe min. wyjazdy, organizacja spotkań okolicznościowych, przedstawień itp.

*Trening realizowany będzie w formie **indywidualnej** i/lub **zespołowo***

IV. Poradnictwo psychologiczne realizowane jest poprzez:

-indywidualne i grupowe zajęcia mające na celu min. rozwiązywanie problemów, konfliktów w ŚDS oraz problemy nurtujące uczestników ŚDS. Poradnictwo realizowane będzie w ŚDS przez psychologa z zewnątrz.

V. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych realizowana jest poprzez:

- pomoc w umawianiu wizyt u lekarzy specjalistów wg. potrzeb
- zajęcia indywidualne.

*Trening realizowany będzie w formie **indywidualnej** i/lub **zespołowo***

VI. Terapia ruchowa, w tym zajęcia sportowe, turystykę i rekreację realizowana jest poprzez:

- gimnastyka, ćwiczenia ogólnokondycyjne;
- gry i zabawy zespołowe,
- muzykoterapia,
- zajęcia sportowe dostosowane do potrzeb uczestników,
- spacer i wycieczki dostosowane do tematyki zajęć,
- ćwiczenia usprawniające staw nadgarstkowy, palce rąk i koordynację wzrokowo-ruchową,
- ćwiczenia płynnych ruchów pisarskich,
- ćwiczenia ogólnej sprawności ruchowej i rozwijającej zręczność,
- ćwiczenia relaksacyjne,
- karaoke,
- różne wydarzenia kulturalne, integracyjne i rozrywkowe min. wyjazdy itp.

*Trening realizowany będzie w formie **indywidualnej** i/lub **zespołowo***

VII. Trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej realizowany będzie poprzez:

- ćwiczenia polegające na zastąpieniu niemożliwych do wypowiedzenia słów symbolami, znakami graficznymi, które mogą posłużyć do budowania wypowiedzi podobnie jak mowa;
- uzupełnianie mowy dodatkowymi znakami;
- zajęcia manualne min. z wykorzystaniem plasteliny, gliny rzeźbiarskiej, modeliny;
- zapisywanie wypowiedzi na kartkach dużymi drukowanymi literami lub na tablicy przy użyciu kredy itp.;
- ćwiczenia przy pomocy gestów, mowy ciała, wyrazu twarzy, wyrazu oczu, gestykulacja rąk oraz dotyk.

*Trening realizowany będzie w formie **indywidualnej** i/ lub **zespołowo** (wezmą w nim udział osoby niepełnosprawne zupełnie pozbawione zdolności mówienia i te, których mowa nie spełnia wszystkich funkcji komunikacyjnych między innymi uczestnikami z upośledzeniem umysłowym, zaburzeniami ruchowymi, autyzmem, opóźnioną mową oraz innymi rozwojowymi lub nabytymi zaburzeniami mowy)*

VIII. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej realizowane są poprzez:

Zajęcia w pracowni ceramiczno-plastycznej:

- wykonywanie z krepiny, bibuły kwiatów,
- wyklejanie obrazków na tekturze kulkami z bibuły, kolorowych gazet, ozdabianie ramek do obrazów,
- wykonywanie masy papierowej, tworzenie z niej figur o różnych kształtach, po wyschnięciu zdobnictwo (z wykorzystaniem balonów),
- wykonywanie kartek okolicznościowych,
- wykonywanie sezonowych dekoracji placówki itp.
- poznawanie różnych technik, stosowanie ich na papierze, płótnie, szkłe, glinie, tekturze, kawałku drewna, itp.
- malowanie różnymi rodzajami materiału farba plakatu, farba akrylowa, farba do szkła, pastele olejne, pastele suche, kredki ołówkowe i świecowe, ołówek,
- nauka na kole garncarskim, lepienie i wyrabianie z gliny, szklwienie.

Zajęcia w pracowni teatralno-tv:

- uczestnicy wystawiają przedstawienia z podziałem na role (przedstawienia dobierane do tematyki imprez okolicznościowych),
- występy scenach Domów Kultury,
- dobór odpowiedniej choreografii.

Zajęcia w ogrodzie w okresie wiosna-lato:

- pielęgnacja roślin doniczkowych,
- praca w ogrodzie warzywnym (kopanie, sianie, pielęgnacja roślin itd.),
- utrzymanie, pielęgnacja ogrodu kwiatowego,
- zakładanie i utrzymanie klombów,
- porządkowanie posesji, dbałość o trawnik itp.,
- naprawy, konserwacja narzędzi i urządzeń do pracy w ogrodzie,

Zajęcia i treningi będą odbywać się według opracowanego tygodniowego planu pracy w godz. 8³⁰-15³⁰ (załącznik nr. 1) oraz harmonogramu uzupełnianego w planie działalności wydarzeniami integracyjnymi, kulturalnymi i rozrywkowymi (załącznik nr. 2). Dobór formy zajęć zależy od przedmiotu treningu i aktualnych potrzeb, a także możliwości uczestników Domu typu B. Ich poziom dostosowany będzie do poziomu funkcjonowania poszczególnych uczestników.

Zgodnie z rozporządzeniem Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy, w Środowiskowym Domu Samopomocy nr 3 w Tłuszczu raz na 6 miesięcy będą organizowane zajęcia i szkolenia dla pracowników w zakresie tematycznym wynikającym ze zgłoszonych przez nich potrzeb.

Sporządziła: Kierownik Powiatowego Środowiskowego
Domu Samopomocy Nr 3 w Tłuszczu
mgr Agnieszka Brzostek