

UCHWAŁA NR VI-184/2022
ZARZĄDU POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO
Z DNIA 15 CZERWCA 2022

w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy na rok 2022 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 2022 r., poz. 528 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 2022 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.

/-/ Piotr Borczyński

Plan pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy nr 3 w Tłuszczu na 2022 r.

Lp.	Usługi świadczone w ŚDS w roku 2022 (przy poszczególnych usługach można zawrzeć syntetyczny opis działań)	Osoba/osoby odpowiedzialna /e za realizację zadania	Liczba osób objętych usługami (szacunkowa liczba)	Wymiar czasu/ częstotliwość	Forma zajęć/ treningów/ usług indywidual ne/grupowe	Przewidywane efekty
I.	Trening funkcjonowania w codziennym życiu - pogadanki na temat dbania o higienę osobistą, naukę samodzielnego mycia się i ubierania, samodzielnego nakrywania do stołu itp. -zajęcia porządkowe, segregowanie odpadów.	terapeuta	23 uczestników	3 razy w tygodniu w wymiarze 6 godz. tygodniowo grupy od 4-5 osób	grupowo/ indywidualni e	- nabycie umiejętności funkcjonowania w życiu codziennym ; -nabywane umiejętności praktycznych.
1.	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny - rozmowy, pogadanki y na temat dbania o wygląd zewnętrzny i otoczenia, dbania o higienę osobistą, nauka samodzielnego mycia się i ubierania, nauka wiązania butów, zakładania sznurówek i odzieży.	terapeuta	23 uczestników	4 razy w tygodniu w wymiarze 8 godz. tygodniowo grupy 4-5 osób	grupowo/ indywidualnie	-dbanie o wygląd zewnętrzny.
2.	Trening nauki higieny	terapeuta	23 uczestników	4 razy w tygodniu w wymiarze 8 godz. tygodniowo	grupowo/ indywidualnie	- dbanie o higienę ciała.

	- rozmowy, pogadanki na temat dbania o wygląd zewnętrzny i otoczenia, dbania o higienę osobistą - nauka samodzielnego mycia się i ubierania.			grupy 4-5 osób		
3.	Trening kulinarny - naukę savoir-vivre, naukę poznawania ciekawostek kulinarnych, planowanie posiłku, zakupu artykułów spożywczych, obsługa urządzeń gospodarstwa domowego, wyrabianie nawyku zakładania odzieży ochronnej, obróbka produktów tj. mycia warzyw, owoców, poznawanie sposobów parzenia kawy i herbaty, sporządzanie prostych potraw, dań, nauka prawidłowego przechowywania żywności.	terapeuta	23 uczestników	3 razy w tygodniu w wymiarze 6 godz. tygodniowo grupy 4-5 osób	grupowo	-estetyczne przygotowywanie potraw; -nauka savoir-vivre, -poznawanie przepisów kulinarnych, - nauka obsługi urządzeń gospodarstwa domowego; -wyrabianie nawyku zakładania odzieży ochronnej;

						-poznawanie sposobów parzenia kawy, herbaty; - nauka prawidłowego przechowywania żywności; - nabywanie umiejętności przygotowywania prostych potraw.
4.	Trening umiejętności praktycznych - pogadanki, rozmowy na temat prawidłowej segregacji odpadów, zajęcia porządkowe, dbanie o	terapeuta	23	5 razy w tygodniu w wymiarze	grupowo	-nabywanie umiejętności sprzątania;

	estetyczny wygląd ośrodka, nauka pielęgnacji roślin doniczkowych, poznawanie wartości pieniądza, wyjazdy, spotkania okolicznościowe, przedstawienia itp. -rękodzieło, ceramika, plastyka.			25 godz. tygodniowo grupy 4-5 osób		- dbanie o estetyczny wygląd placówki; -nabywanie umiejętności obsługi pralki; - nauka segregowania odpadów; -nauka pielęgnacji roślin doniczkowych; -podtrzymywanie umiejętności wiązania butów oraz prawidłowego zakładania odzieży.
5.	Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi - rozmowy, pogadanki; -nauka poznawania wartości pieniądza poprzez wyjścia do sklepów, robienie osobistych zakupów przez uczestników, wyjścia do banku, poczty.	terapeuta	20	3 razy w tygodniu w wymiarze 6 godz. tygodniowo grupy 4-5 osób	grupowo/indywidualnie	- nabywanie umiejętności poznawania wartości pieniądza; -robienie listy zakupów.

II.	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów - pomoc w rozwiązywaniu osobistych trudności w relacjach z kolegami, rodzicami, sąsiadami; - trening rozmów przez telefon; - zajęcia radzenia sobie ze stresem, wyjaśniania konfliktów, (rozmowy); - zajęcia socjoterapeutyczne (nauka właściwych zachowań społecznych-przenoszenie na praktykę); - wydarzenia kulturalne, wyjazdy, organizacja spotkań okolicznościowych, przedstawień.	terapeuta	22	3 razy w tygodniu w wymiarze 6 godz. tygodniowo grupy 4-5 osób	grupowe/ indywidualne	-nabywanie właściwych zachowań społecznych-przenoszenie na praktykę, radzenie sobie w trudnych sytuacjach; -nabywanie umiejętności formułowania poprawnych, krótkich wypowiedzi słownych; -radzenie sobie ze stresem (występy na scenie); -rozwiązywanie osobistych trudności w relacjach z

						kolegami, rodzicami; -nabywanie umiejętność kształtowania autoprezentacji, uwrażliwianie na sztukę, utrwalanie umiejętności zapamiętywania tekstu.
1.	Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami i innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, urzędach, instytucjach kultury -rozmowy, pogadanki; - trening rozmów przez telefon; -rozmowy na temat radzenia sobie ze stresem, w trudnych sytuacjach, wyjaśnianie konfliktów. - zajęcia ceramiczne, plastyczne, socjoterapia itp. - wyjazdy, wyjścia do banku, urzędów, poczty itp. przedstawień.	terapeuta	23	5 razy w tygodniu w wymiarze 25 godz. tygodniowo grupy 4-5 osób	grupowo/ indywidualnie	-nauka radzenie sobie ze stresem; -wyjaśnianie konfliktów; -nauka właściwych zachowań społecznych; -objaśnienia i instrukcje zachowań w przestrzeni publicznej.

III.	Trening umiejętności komunikacyjnych - rozmowy, pogadanki; - trening rozmów przez telefon; - rozmowy na temat radzenia sobie ze stresem, w trudnych sytuacjach, wyjaśnianie konfliktów. - zajęcia komputerowe, socjoterapeutyczne, ceramiczne, teatralne; - wyjazdy, wyjścia do banku, urzędów, poczty itp.	terapeuta	23	4 razy w tygodniu w wymiarze 8 godz. tygodniowo grupy 4-5 osób	grupowo/indywidualnie	zdobywanie umiejętności funkcjonowania w życiu codziennym, komunikowania się.
1.	W tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w	terapeuta	23	5 razy w tygodniu w wymiarze 25 godz. tygodniowo	grupowo/indywidualnie	- ćwiczenie umiejętności polegających na zastąpieniu niemożliwych do

	przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej -ćwiczenia polegające na zastąpieniu niemożliwych wypowiedzi , słów symbolami, znakami graficznymi, które mogą posłużyć do budowania podobnie jak mowa; - uzupełnianie mowy dodatkowymi znakami; - zajęcia manualne min. z wykorzystaniem plasteliny itp.; - zapisywanie wypowiedzi na kartkach dużymi drukowanymi literami lub na tablicy; -ćwiczenia przy pomocy gestów, mowy ciała, wyrazu twarzy, wyrazu oczu, gestykulacja rąk oraz dotyk.			grupy 4-5 osób		wypowiedzenia słów symbolami, znakami graficznymi, które mogą posłużyć do budowania wypowiedzi podobnie jak mowa; -uzupełnianie mowy dodatkowymi znakami; -zapisywanie wypowiedzi na kartkach dużymi, drukowanymi literami; -nauka radzenia sobie przy pomocy gestów itp.
--	---	--	--	----------------	--	---

VI.	Trening umiejętności spędzania wolnego czasu -muzykoterapia; -rękodzieło; -grupa teatralna; -praca w ogrodzie; - zajęcia czytelnicze, relaksacyjne, manualne, grafomotoryczne, -wyjazdy, zajęcia edukacyjne, komputerowe.	terapeuta	23	3 razy w tygodniu w wymiarze 6 godz. tygodniowo grupy od 4-5 osób	grupowo/indywidualnie	-nabywanie zdrowych nawyków sportowych na świeżym powietrzu, zajęcia taneczne; -rozwijanie sprawności ruchowej i rozwijającej zręczność; -poznawanie kalendarza poprzez wydarzenia kulturalne, integracyjne, rozrywkowe, wyjazdy okolicznościowe, -praca z tekstem,

						- ruch z muzyką, -rozwijanie orientacji kierunkowo-przestrzennej.
1.	Trening rozwijania zainteresowań literaturą	terapeuta	22	W miarę bieżących potrzeb	grupowo/	-rozwijanie umiejętności czytelnich;

	- wyjazdy, - socjoterapia, - muzykoterapia, - wyjścia do biblioteki				indywidualnie	-uwrażliwianie na sztukę; -praca z tekstem, improwizacja; -ruch z muzyką.
2.	Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi lub telewizyjnymi -socjoterpia, -społeczność, - prasówka, - pogadanki, dyskusje, - grupa teatralna.	terapeuta	23	3 razy w tygodniu w wymiarze 6 godz. tygodniowo grupy 4-5 osób	grupowo/ indywidualnie	-poszerzanie umiejętności kulturalnych, rozrywkowych, społecznych itp.; -poznawanie ciekawostek z Polski i świata.
3.	Trening rozwijania zainteresowań Internetem - socjoterpia, -społeczność, - prasówka, - pogadanki, dyskusje, - grupa teatralna.	terapeuta	20	w miarę bieżących potrzeb	grupowo/ indywidualnie	- zdobywanie umiejętności komunikowania się; - nauka ćwiczenia pamięci oraz zręcznościowa; -rozwijanie orientacji kierunkowo-przestrzennej.

4.	Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych - socjoterapia, - grupa teatralna, - społeczność, - muzykoterapia, - wyjazdy, imprezy okolicznościowe.	terapeuta	23	w miarę bieżących potrzeb	grupowo	- zdobywanie umiejętności komunikowania się; - ćwiczenie umiejętności praktycznych.
V.	Poradnictwo psychologiczne Psycholog	psycholog	23	w miarę bieżących potrzeb	indywidualne rozmowy z psychologiem	- rozwiązywanie problemów, konfliktów oraz inne problemy

	-część uczestników korzysta z porad psychologa w POZ, część osób z usług psychologicznych psychologa z zewnątrz.					nurtujące uczestników.
VI.	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych (krótki opis) -placówka w miarę możliwości będzie pomagała w umawianiu wizyt, spraw w różnego rodzaju instytucjach, -treningi komputerowe, -rozmów przez telefon.	terapeuta	23	w miarę bieżących potrzeb	indywidualnie/grupowo	-rozwiązywanie problemów; - nabywanie umiejętności praktycznych, komunikowania się.
VII.	Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych - wyjścia/ wyjazdy do poradni PZP.POZ itp. -wyjścia do urzędów, - trening rozmów przez telefon, -zajęcia komputerowe, -zajęcia edukacyjne.	terapeuta	23	w miarę bieżących potrzeb	indywidualnie/grupowo	rozwiązywanie problemów; - nabywanie umiejętności praktycznych, komunikowania się; nauka odpowiedzialność i za zdrowie swoje i innych;
1.	Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza - trening rozmów przez telefon,	terapeuta	23	W miarę bieżących potrzeb	indywidualnie/grupowo	rozwiązywanie problemów; - nabywanie umiejętności

	-zajęcia komputerowe.					praktycznych, komunikowania się. -utrwalanie nawyków dbania o zdrowie.
2.	Pomoc w zakupie leków - trening budżetowy, - wyjścia do apteki, sklepów, - zajęcia komputerowe.	terapeuta	23	W miarę bieżących potrzeb	indywidualnie/grupowo	rozwiązywanie problemów; - nabywanie umiejętności praktycznych, komunikowania się.
3.	Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia - wyjścia/wyjazdy min. do POZ,PZP itp., -trening rozmów przez telefon, -zajęcia komputerowe.	terapeuta	23	w miarę bieżących potrzeb	indywidualnie/grupowo	rozwiązywanie problemów; - nabywanie umiejętności praktycznych, komunikowania się; -dbania o swoje zdrowie i otoczenia

VIII.	Niezbędna opieka - trening rozmów przez telefon, - zajęcia edukacyjne, - zajęcia czytelnicze, - socjoterapia, - rękodzieło, ceramika, plastyka.	terapeuta	23	w miarę bieżących potrzeb/ przez cały tydzień	indywidualnie/grupowo	- dostarczanie uczestnikom bezpieczeństwa w czasie zajęć; - zdobywanie umiejętności funkcjonowania w życiu codziennym, komunikowania się; - <i>nabycie umiejętności funkcjonowania w życiu codziennym</i> ; - dostarczanie poczucia bezpieczeństwa
1.	w tym dla uczestników z niepełnosprawnościami sprzężonymi lub spektrum autyzmu, którzy posiadają orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności wraz ze wskazaniem konieczności stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji	terapeuta	8	w miarę bieżących potrzeb/ przez cały tydzień	grupowo/indywidualnie	- ćwiczenie umiejętności polegających na zastąpieniu niemożliwych do wypowiedzenia słów symbolami, znakami graficznymi itp. - nabywanie umiejętności porozumiewania

						się za pomocą gestów, mowy ciała, wyrazu twarzy, oczu oraz dotyk.
2.	INNE -Prace w ogrodzie -sezonowo (wiosna-lato)	terapeuta	23	w miarę bieżących potrzeb	grupowo/ indywidualnie	-nauka pielęgnacji roślin; -praca w ogrodzie warzywnym; Porządkowanie posesji, dbałość o trawnik; -zdobywanie umiejętności ogrodniczych, naprawczych, konserwacja narzędzi i urządzeń do pracy w ogrodzie.
IX.	Terapia ruchowa - gimnastyka, ćwiczenia ogólnokondycyjne, - gry i zabawy edukacyjne, na świeżym powietrzu, - muzykoterapia, -zajęcia taneczne,	terapeuta	23	3 razy w tygodniu w wymiarze 6 godz. tygodniowo grupy 4-5 osób	grupowo/ indywidualnie	-utrzymywanie dobrej kondycji fizycznej; - usprawnianie kończyn górnych i dolnych;

	-grupa teatralne, - karaoke, - spacery i wycieczki/wyjazdy.					- zwalnianie napięcia mięśniowego;
1.	Zajęcia sportowe (opis form) gry i zabawy edukacyjne, na świeżym powietrzu, w ogrodzie - muzykoterapia, -zajęcia taneczne, -grupa teatralne, - karaoke, - spacery i wycieczki/wyjazdy,	terapeuta	23	w miarę bieżących potrzeb	grupowo/ indywidualnie	-usprawnienie kondycji wzrokowo-ruchowej; - zachowanie i utrzymanie prawidłowej postawy ciała; -aktywność do utrzymania swobodnej

	-gimnastyka					ekspresji ruchowej; -rozwijanie właściwej motywacji; -kształtowanie orientacji w schemacie własnego ciała.
2.	Turystyka i rekreacja (zakres, forma) - zajęcia sportowe, - spacer/ wycieczki/wyjazdy, - zajęcia edukacyjne, -zajęcia komputerowe.	terapeuta	23	w miarę bieżących potrzeb	grupowo/ indywidualnie	-wspieranie nawyków zdrowego stylu życia; -wyzwalanie aktywności i samodzielności.
XI.	Umożliwienie uczestnikom skierowanym na pobyt dzienny spożywania gorącego posiłku (krótki opis) Zajęcia odbywały się będą w formie pogadarek, treningów wykonywania prostych potraw, w formie dyskusji, pogadarek, objaśnienia instrukcji, nauka parzenia kawy i herbaty, - metoda praktycznego działania.	terapeuta	23	w miarę bieżących potrzeb	grupowo/ indywidualnie	-kształtowanie zdrowych nawyków żywnościowych; -nauka samoobsługi (posługiwanie się sztucami itp.).
XII.	Usługi transportowe (krótki opis)	-kierownik	23	w miarę bieżących potrzeb	grupowo/	-wspólne zajęcia,

		-Rodzice/firma świadcząca usługi transportowe			indywidualnie	-stała i ciągła współpraca, -integracja
XIII.	Szkolenie kadry	kierownik/ firma zewnętrzna	kadra	raz na 6 miesięcy/w miarę zgłaszanych przez kadrę potrzeb	grupowo	-stała i ciągła współpraca, -integracja, -pomoc w nurtujących problemach, tematach, -wyjaśnianie konfliktów, nieporozumień
XIV.	Spotkania ZWA	kierownik	kadra	raz na 6 miesięcy/w miarę zgłaszanych przez kadrę potrzeb	grupowo	stała i ciągła współpraca, -integracja, -pomoc w nurtujących problemach, tematach, -wyjaśnianie konfliktów, nieporozumień
XV.	Współpraca ŚDS z innymi instytucjami (jakimi - wskazać) -poradnie POZ,PZP itp.	kierownik	kadra/ uczestnicy	w miarę bieżących potrzeb	grupowo/ indywidualnie	-stała i ciągła współpraca, -integracja,

	-urzędy, poczta, bank, -ośrodki kultury, sportu, -stowarzyszenia- szkoły i inne instytucje kultury, edukacyjne, -fundacje.					-wyjaśnianie konfliktów, nieporozumień - wymiana informacji. -wspólne spotkania, zabawy.
XVII.	Organizowanie imprez zgodnie z harmonogramem rocznym	-kierownik -kadra -firma zewnętrzna, -stowarzyszenia- fundacje itp.	23 uczestników oraz kadra	w miarę bieżących potrzeb	grupowo/ indywidualni e	- dostarczanie doznań związanych z ruchem; - czerpanie radości e wspólnej zabawy; -wzmacnianie procesu socjalizacji, poczucia własnej wartości; -integracja, polepszenie świadomości, przynależności; - wyzwalamie aktywności.

XVIII.	Kierunki dalszego rozwoju lub inne fakultatywne usługi (opis) Placówka w miarę możliwości podejmować będzie współpracę z różnego rodzaju instytucjami, stowarzyszeniami oraz fundacjami, będą prowadzone zajęcia z hipoterapii oraz dogoterapii. ŚDS będzie starał się promować swoją działalność.	kierownik/kadra	Uczestnicy/ kadra	w miarę bieżących potrzeb	grupowo/ indywidualnie	- pokonywanie leków, barier; - budowanie więzi; - wyrażanie swoich emocji; - pobudzanie empatii; - komunikacja ze światem.

Załącznikiem do planu pracy powinien być harmonogram zajęć (tygodniowy lub miesięczny), ewentualnie w podziale na grupy

Sporządził : Kierownik- Agnieszka Brzostek

.....
data i podpis dyrektora/ kierownika jednostki

Załącznik nr 1 do planu pracy
Powiatowego Środowiskowego Domu
Samopomocy nr3 w Tłuszczu

**RAMOWY TYGODNIOWY HARMONOGRAM PLANU PRACY POWIATOWEGO ŚRODOWISKOWEGO
DOMU SAMOPOMOCY NR 3 W TŁUSZCZU NA ROK 2022**

Godz.	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
8.00-8.45	Czas organizacyjny- min. organizacja dowozu	Czas organizacyjny- min. organizacja dowozu	Czas organizacyjny- min. organizacja dowozu	Czas organizacyjny- min. organizacja dowozu	Czas organizacyjny- min. organizacja dowozu
8.45-10.00	-zebranie całej grupy tzw. „społeczność ” -trening umiejętności praktycznych, dbałości o wygląd zewnętrzny <u>grupy 4-5 osób</u>	-trening umiejętności praktycznych- zajęcia ceramiczne ,zajęcia manualne, rękodzieło, - trening zainteresowania audycjami radiowymi i telewizyjnymi itp. <u>grupy 4-5 osób</u>	-trening rozwijania zainteresowań kulturą -trening rozwijania zainteresowań internetem, -muzykoterapia - socjoterapia <u>grupy 4-5 osób</u>	-trening budżetowy (robienie zakupów, poznawanie wartości pieniądz), -pomoc w załatwiania spraw- wyjścia do sklepu, urzędów, banku, poczty wg. potrzeb <u>grupy 4-5 osób</u>	-trening umiejętności praktycznych- zajęcia ceramiczne ,zajęcia manualne, rękodzieło, -trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi -muzykoterapia, -trening nauki higieny, dbałości o wygląd zewnętrzny. <u>grupy 4-5 osób</u>
10.00-11.00	-trening umiejętności praktycznych- zajęcia ceramiczne ,zajęcia manualne, rękodzieło, -terapia ruchowa , -muzykoterapia, socjoterapia -trening umiejętności interpersonalnych, komunikacyjnych z	-trening umiejętności społecznych, umiejętności praktycznych -zajęcia socjoterapii oraz muzykoterapii -trening umiejętności interpersonalnych, komunikacyjnych z wykorzystaniem	- terapia ruchowa przy muzyce, - zajęcia sportowe - trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi <u>grupy 4-5 osób</u>	-trening rozwijania zainteresowań kulturą, radiem i telewizją - terapia ruchowa, - zajęcia edukacyjne, -socjoterapia -trening umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem	terapia ruchowa, przy muzyce z elementami tańca -trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów. -trening umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych sposobów porozumiewania się w

	wykorzystaniem alternatywnych sposobów porozumiewania się w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej <u>grupy 4-5 osób</u>	alternatywnych sposobów porozumiewania się w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej <u>grupy 4-5 osób</u>		alternatywnych sposobów porozumiewania się w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej <u>grupy 4-5 osób</u>	przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej <u>grupy 4-5 osób</u>
11.00-12.30	-trening kulinarny, -trening umiejętności praktycznych-zajęcia ceramiczne, rękodzieło, - trening umiejętności komunikacyjnych (grupa teatralna) - trening rozwijania zainteresowań internetem, radiem i telewizją. <u>grupy 4-5 osób</u>	-trening kulinarny (planowanie przepisów, ciekawostek kulinarnych, -trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi <u>grupy 4-5 osób</u>	-zajęcia edukacyjne <u>grupy 4-5 osób</u>	-trening umiejętności praktycznych- zajęcia ceramiczne, zajęcia manualne, rękodzieło, - trening umiejętności komunikacyjnych (grupa teatralna), - zajęcia manualne, - trening rozwijania zainteresowań internetem, radiem i telewizją. -poradnictwo psychologiczne <u>grupy 4-5 osób</u>	-trening kulinarny <u>grupy 4-5 osób</u>
12.30-13.30	Przerwa obiadowa	Przerwa obiadowa	Przerwa obiadowa	Przerwa obiadowa	Przerwa obiadowa
13.30-14.30	-trening umiejętności społecznych, -nauka rozmów przez telefon <u>grupy 4-5 osób</u>	-trening umiejętności komunikacyjnych (grupa teatralna) <u>grupy 4-5 osób</u>	-trening zaradności życiowej -trening higieniczny, dbałości o wygląd zewnętrzny <u>grupy 4-5 osób</u>	-trening dbałości o wygląd zewnętrzny, higienę ciała, umiejętności praktycznych <u>grupy 4-5 osób</u>	trening dbałości o wygląd zewnętrzny, higieny ciała <u>grupy 4-5 osób</u>
14.30-15.00	-trening zaradności życiowej, trening higieniczny , dbania o wygląd zewnętrzny -trening umiejętności praktycznych <u>grupy 4-5 osób</u>	-trening spędzania czasu wolnego, -trening umiejętności praktycznych <u>grupy 4-5 osób</u>	-trening spędzania czasu wolnego <u>grupy 4-5 osób</u>	-trening umiejętności interpersonalnych, komunikacyjnych- pomoc w rozwiązywaniu osobistych trudności w relacjach z kolegami, rodzicami i sąsiadami <u>grupy 4-5 osób</u>	-trening spędzania czasu wolnego -zajęcia indywidualne, - trening umiejętności praktycznych <u>grupy 4-5 osób</u>
15.00-15.30	-prace porządkowe (dbanie o estetyczny wygląd ŚDS), -uzupełnianie dokumentacji	-prace porządkowe, (dbanie o estetyczny wygląd ŚDS), -uzupełnianie dokumentacji	-prace porządkowe, (dbanie o estetyczny wygląd ŚDS), -uzupełnianie dokumentacji	-prace porządkowe, (dbanie o estetyczny wygląd ŚDS), -uzupełnianie dokumentacji	-prace porządkowe, (dbanie o estetyczny wygląd ŚDS) -uzupełnianie dokumentacji

15.30-16.00	Organizacja dowozu	Organizacja dowozu	Organizacja dowozu	Organizacja dowozu	Organizacja dowozu
-------------	--------------------	--------------------	--------------------	--------------------	--------------------

Ramowy tygodniowy harmonogram planu pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy nr 3 w Tłuszczu na rok 2022 będzie realizowany ze szczególnym uwzględnieniem tematyki dotyczącej obecnej sytuacji epidemicznej, w tym ze szczególnym podkreśleniem wagi utrzymywania właściwej higieny osobistej i otoczenia oraz dystansu społecznego. Zajęcia odbywać się będą w małych grupach po 2-3 osoby. Kontakt między grupami będzie ograniczony.

Załącznik nr 2 do planu pracy
Powiatowego Środowiskowego Domu
Samopomocy nr3 w Tłuszczu

Powyższy harmonogram uzupełniany jest w planie działalności wydarzeniami integracyjnymi, kulturalnymi i rozrywkowymi oraz szkoleniami kadry:

Termin realizacji	Uroczystość/ spotkanie okolicznościowe/ wyjazd/ szkolenie zewnętrzne/wewnętrzne
STYCZEŃ	Zabawa karnawałowa wprowadzająca w rok 2022
LUTY	Walentynki, Tłusty Czwartek
MARZEC	Dzień kobiet, Dzień mężczyzny, Szkolenie zewnętrzne./wewnętrzne
KWIECIEŃ	Spotkanie Wielkanocne, Wyjazd na kręgle

MAJ	Obchody Dnia Godności Osób Niepełnosprawnych, Dzień Matki, Wyjazd do kina.
CZERWIEC	Wyjazd na kręgle, Dzień dziecka, Szkolenie zewnętrzne/wewnętrzne
LIPIEC	Zajęcia z hipoterapii, dogoterapii
SIERPIEŃ	Zajęcia z hipoterapii, dogoterapii
WRZESIEŃ	Wyjścia na spacer, do lasu, zajęcia sportowe na boisku zewnętrznym, zajęcia integracyjne, wyjazd do agroturystyki.
PAŹDZIERNIK	Zajęcia w ogrodzie –przygotowywanie się do nadejścia jesieni
LISTOPAD	Odwiedzanie miejsc pamięci poległych, zajęcia w terenie, Dzień Pracownika Socjalnego, Zabawa Andrzejkowa
GRUDZIEŃ	Mikołajki, Spotkanie Wigilijne, Szkolenie zewnętrzne/wewnętrzne

Ponadto przynajmniej raz na 6 miesięcy będą organizowane zajęcia i szkolenia dla pracowników w zakresie tematycznym wynikającym ze zgłoszonych przez nich potrzeb. Szkolenia organizowane będą w sposób nie kolidujący z zajęciami przy zachowaniu właściwej organizacji pracy domu.

Wydarzenia kulturalne, integracyjne i rozrywkowe oraz szkolenia kadry Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy nr 3 w tłuszczu na rok 2022 będą realizowane ze szczególnym uwzględnieniem tematyki dotyczącej obecnej sytuacji epidemicznej, w tym ze szczególnym podkreśleniem wagi utrzymywania właściwej higieny osobistej i otoczenia oraz dystansu społecznego. Wszystkie wydarzenia kulturalne, integracyjne i rozrywkowe będą odbywały się zgodnie z zaleceniami Ministerstwa Zdrowia oraz Głównego Inspektora Sanitarnego.

W przypadku zawieszenia działalności środowiskowego domu samopomocy i braku możliwości fizycznego uczestnictwa w środowiskowym domu samopomocy, w związku z zagrożeniem rozprzestrzeniania się wirusa SARS-CoV-2, ŚDS będzie podejmował różnego rodzaju działania zmierzające do wspierania uczestników podczas różnego rodzaju okoliczności w ciągu roku:

- zajęcia prowadzone będą w formie zdalnej poprzez kontakt telefoniczny, mailowy, skype (w zależności od możliwości uczestników), materiały tematyczne będą wysyłane drogą mailową, pocztową oraz obiór osobisty;

- uczestnicy będą mieli możliwość uzyskania odpowiednich materiałów do wykonania prac plastycznych, kart okolicznościowych itp.

Do uczestników będą wysyłane różnego rodzaju foldery, link do stron internetowych oraz rozmowy przez skype. Często odbywać się to będzie przy pomocy rodziców, opiekunów. W większości przypadków konieczna będzie pomoc opiekuna/rodzica (w porozumieniu z rodzicami/opiekunami) ze względu na osoby niepełnosprawne pozbawione zdolności mówienia bądź słuchu. Stopień trudności materiałów dydaktycznych dostosowanych jest do indywidualnych możliwości uczestnika