

Uchwała Nr 1562./35/2024
Zarządu Powiatu Garwolińskiego
z dnia 21 lutego 2024 r.

w sprawie zatwierdzenia planu pracy na rok 2024
Środowiskowego Domu Samopomocy w Miętnej

Na podstawie art. 32 ust.1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie powiatowym (Dz. U. z 2024 r. poz. 107) w związku z § 4 ust. 1 pkt 3 oraz ust. 2 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2020 r. poz. 249), Zarząd Powiatu Garwolińskiego uchwala, co następuje:

§ 1.

Zatwierdza się:

- 1) Program działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Miętnej typ A i B, w brzmieniu stanowiącym załącznik nr 1 do uchwały,
- 2) Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Miętnej typ A i B na rok 2024 w brzmieniu stanowiącym załącznik nr 2 do uchwały.

§ 2.

Wykonanie uchwały powierza się Kierownikowi Środowiskowego Domu Samopomocy w Miętnej.

§ 3.

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Mirosław Walicki
Marek Ziędalski
Krzysztof Ośka
Marta Serzysko
Jan Tywanek

Załącznik nr 1
do Uchwały Nr ~~156~~ 35./2024
Zarządu Powiatu Garwolińskiego
z dnia 21 lutego 2024 r.

PROGRAM DZIAŁALNOŚCI

ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY

W MIĘTNEM – TYP A i B

I

§1

Środowiskowy Domy Samopomocy w Miętnej jest dziennym ośrodkiem wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi, prowadzonym przez Powiat Garwoliński, przeznaczonym dla 50 osób z zaburzeniami psychicznymi – osób przewlekłe psychicznie chorych, z niepełnosprawnością intelektualną, w tym 10 miejsc dla osób ze spektrum autyzmu lub niepełnosprawnościami sprzężonymi zgodnie z art. 51c ust. 5 ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (t.j. Dz.U. z 2023 poz. 901 ze zm.).

§2

Głównym celem

Domu jest zapewnienie uczestnikom, którzy w wyniku upośledzenia niektórych funkcji organizmu lub zdolności adaptacyjnych wymagają pomocy do życia w środowisku rodzinnym i społecznym, w szczególności w celu zwiększania zaradności i samodzielności życiowej, a także ich integracji społecznej. Świadczy usługi w ramach indywidualnych lub zespołowych treningów samoobsługi i treningów umiejętności społecznych, polegających na nauce, rozwijaniu lub podtrzymywaniu umiejętności w zakresie czynności dnia codziennego i funkcjonowania w życiu społecznym.

Cele szczegółowe działania Środowiskowego Domu Samopomocy w Miętnej:

1. Zwiększenie zaradności życiowej, umiejętności życiowych, samodzielności uczestników Domu.
2. Poprawa funkcjonowania społecznego uczestników.
3. Poprawa i utrzymanie stanu psychofizycznego.
4. Rozbudzanie/rozwijanie wszechstronnego rozwoju uczestników.
5. Budzenie wiary we własne możliwości, odkrywanie potencjalnych zdolności i inspirowanie do ujawniania zainteresowań.
6. Nabycie umiejętności efektywnego spędzania czasu wolnego.
7. Kształtowanie estetycznego postrzegania świata.

8. Wzrost pozytywnych relacji opartych na szacunku, autonomii, trosce, zaufaniu i wsparciu.
9. Zwiększanie poziomu aktywności, poprzez kontakt z muzyką i sztuką.
10. Zwiększenie odpowiedzialnego i twórczego zaangażowania uczestników w życie Domu.
11. Uwrażliwienie na piękno środowiska przyrodniczego i kulturowego.

§4

Praca terapeutyczna Domu realizowana będzie poprzez:

1. Realizację treningów samoobsługi i zaradności życiowej w celu prawidłowego funkcjonowania w życiu codziennym.
2. Realizację terapii zajęciowej.
3. Zapewnienie integracji społecznej uczestników:
 - a) cykliczną organizację spotkań integracyjnych, imprez o charakterze kulturalnym i sportowym,
 - b) udział w wyjazdowych spotkaniach integracyjnych, konkursach, festiwalach.
 - c) współpraca z organizacjami pozarządowymi, placówkami oświatowymi i innymi organizacjami, instytucjami i osobami działającymi na rzecz integracji społecznej tj. rodzinami, opiekunami i innymi osobami bliskimi; ośrodkami pomocy społecznej oraz powiatowym centrum pomocy rodzinie, poradniami zdrowia psychicznego, szpitalem psychiatrycznym i innymi zakładami opieki zdrowotnej, powiatowym urzędem pracy, organizacjami pozarządowymi, kościołami i związkami wyznaniowymi, ośrodkami kultury i organizacjami kulturalno-rozrywkowymi, placówkami oświatowymi, innymi jednostkami świadczącymi usługi dla osób niepełnosprawnych, w tym: warsztatami terapii zajęciowej, zakładami aktywizacji zawodowej, spółdzielniami socjalnymi, centrami integracji społecznej i klubami integracji społecznej, innymi osobami lub podmiotami działającymi na rzecz integracji społecznej uczestników. lub świadczącymi usługi dla osób zagrożonych wykluczeniem społecznym.

§5

Formy działalności prowadzonej przez Dom

W Środowiskowym Domu Samopomocy w Miętnej znajdują się następujące sale oraz pracownie:

1. Sala ogólna

Sala ogólna to miejsce przeznaczone na spotkania indywidualne, grupowe, integracyjne oraz okolicznościowe całej społeczności Domu.

2. Pracownia gospodarstwa domowego z jadalnią.

Nadrzędnym celem codziennych działań terapeutycznych prowadzonych w pracowni jest wyposażenie uczestników w jak najszersze umiejętności i kompetencje umożliwiające samodzielne wykonywanie codziennych czynności życiowo – domowych. Uczestnicy uczą się planować zakupy i wydatki, układać jadłospisy, zapoznają się z zasadami prawidłowego przechowywania żywności, poznają zasady racjonalnego odżywiania się, nabywają umiejętności korzystania z przepisów kulinarnych, nabywają umiejętności przyrządzania posiłków codziennych i na różne okazje (Wigilia, imprezy okolicznościowe), uczą się obsługi sprzętu gospodarstwa domowego (robot wielofunkcyjny, piekarnik, kuchenka, zmywarka, kuchenka mikrofalowa, toster, gofrownica i innych urządzeń), a także innych czynności dnia codziennego np. pranie, prasowanie. Uczestnicy w ramach treningu kulinarnego przygotowują posiłki i spożywają je.

3. Pracownia informatyczna

W pracowni tej pozostają do dyspozycji uczestników stanowiska komputerowe z dostępem do internetu. Uczestnicy uczą się korzystać z możliwości globalnej sieci oraz zdobywać niezbędne im informacje. Zajęcia w tej pracowni będą zorientowane na praktyczną obsługę komputera, poznanie systemów operacyjnych i najważniejszych jego programów, a także korzystania z różnych gier komputerowych. Uczestnicy oswajają się z nowoczesną techniką, uczą się wykonywać prezentacje komputerowe oraz prace artystyczne. Biorą udział w aktualizacji strony internetowej. Przepisują i drukują pisma, wykonują zaproszenia i kartki okolicznościowe. Ma to na celu ułatwienie poruszania się w dzisiejszej rzeczywistości, poznawania jej i radzenia sobie z wyzwaniami jakie stawia współczesny świat.

4. Pracownia techniczna

W tej pracowni uczestnicy nabywają umiejętności posługiwania się narzędziami ręcznymi, urządzeniami elektrycznymi typu szlifierka, wiertarka, wyrzynarka, które są przeznaczone do obróbki drewna i materiałów drewnopodobnych. Wykonując takie czynności jak klejenie, dłutowanie, malowanie, uczą się dokładności, cierpliwości, a także zaradności, ćwiczą sprawność manualną, dochodząc do pewnej precyzji przydatnej w życiu codziennym.

5. Pracownia dziewiarska

Pracownia ta ma na celu zdobycie i przyswojenie przez uczestników podstawowych umiejętności z zakresu krawiectwa i szycia, wykorzystywanych w życiu codziennym: szycia ręcznego (ściegami krawieckimi i ozdobnymi), szycia maszynowego (elementy szycia i krojenia, obsługa maszyny), wyszywanie i haftowanie, dzierganie na drutach, robótki szydełkowe. Prowadzone z tego zakresu zajęcia pozwalają na tworzenie wielu efektownych wyrobów i ciekawych prac z wykorzystaniem różnorodnych technik i materiałów. Czynności podejmowane przez podopiecznych w pracowni dziewiarskiej pozwalają na rozwijanie sprawności manualnych, odreagowanie negatywnych emocji, zagospodarowanie czasu wolnego, rozwijanie wyobraźni, wytrwałości i skupienia uwagi.

6. Pracownia artystyczna

Celem prac podejmowanych przez uczestników zajęć w ramach tej pracowni jest pobudzanie wyobraźni twórczej, wyszukiwanie i rozwijanie indywidualnych talentów i uzdolnień, promowanie twórczości artystycznej podopiecznych, a także usprawnianie zdolności manualnych poszczególnych uczestników. W trakcie warsztatów osoby z zaburzeniami psychicznymi pracują z wykorzystaniem różnorodnych form plastycznych i rękodzielniczych. Ponadto w ramach zajęć organizowane są konkursy plastyczne, wyjścia na wystawy plastyczne oraz udział w konkursach plastycznych organizowanych przez różne instytucje.

7. Pracownia multimedialna

Celem zajęć w pracowni jest przygotowanie do samodzielnego życia na miarę możliwości indywidualnych uczestników przez naukę i doskonalenie kompetencji społecznych, osobistych, komunikacji, rozumienie świata, siebie i innych ludzi. Uczestnicy biorą udział w grach i zabawach logicznych. Słuchają muzyki, śpiewają, oglądają filmy i rozwiązują zagadki muzyczne. Uczestniczą w terapii opartej na słowie: czytają, recytują wiersze, prowadzą pogadanki i dyskusje, wymieniają opinię na temat obejrzanych filmów czy spektakli, wysłuchanych audycji. Uczestnicy mają do dyspozycji aparat fotograficzny i kamerę, aby móc dokumentować wydarzenia.

8. Sala zajęć ruchowych

Celem działań podejmowanych w sali zajęć ruchowych jest zwiększenie kondycji i sprawności fizycznej uczestników, niwelowanie istniejących dysfunkcji ruchowych oraz kształtowanie postaw świadomej aktywności rekreacyjno – sportowej wśród osób z obniżoną sprawnością. Pracownia realizuje zajęcia indywidualne i grupowe, usprawniania ogólnoruchowego, sportu, rekreacji

ruchowej i szeroko pojętej turystyki. Pracownia wyposażona jest w przybory i sprzęt pomocny w ćwiczeniach równoważnych, koordynacyjnych, rozciągających, wzmacniających.

9. Pokój wyciszeń

Pokój przeznaczony do treningu relaksacyjnego, służący wyciszeniu, odreagowaniu napięć oraz odpoczynku.

10. Pokój indywidualnego poradnictwa.

Pokój do indywidualnego poradnictwa terapeutycznego oraz psychologicznego.

§6

Pracownicy domu, w celu zapewnienia integracji społecznej uczestników, współpracują z:

1. Rodzinami, opiekunami i innymi osobami bliskimi.
2. Ośrodkami pomocy społecznej oraz powiatowym centrum pomocy rodzinie.
3. Poradniami zdrowia psychicznego, szpitalem psychiatrycznym i innymi zakładami opieki zdrowotnej.
4. Powiatowym urzędem pracy.
5. Organizacjami pozarządowymi.
6. Kościołami i związkami wyznaniowymi.
7. Ośrodkami kultury i organizacjami kulturalno-rozrywkowymi.
8. Placówkami oświatowymi, innymi jednostkami świadczącymi usługi dla osób niepełnosprawnych, w tym: warsztatami terapii zajęciowej, zakładami aktywizacji zawodowej, spółdzielniami socjalnymi, centrami integracji społecznej i klubami integracji społecznej.
9. Innymi osobami lub podmiotami działającymi na rzecz integracji społecznej uczestników.

§7

1. Metody, sposoby i kryteria (ilościowe i jakościowe) oceny efektów działalności

Domu, w tym – postępów uczestników.

Każdy indywidualny plan wspierająco-aktywizujący uczestnika podlega ocenie zespołu wspierająco – aktywizującego. Ocena postępów uczestnika będzie opisowa, jej celem jest kompleksowa analiza postępów uczestnika, co będzie stanowić podstawę do konstruowania dalszych indywidualnych planów wspierająco aktywizujących. Aby dokonać poprawnej

i miarodajnej oceny postępów uczestników, każdy z terapeutów prowadzi dziennik zajęć, w którym wpisuje zakres i formę prowadzonych zajęć, wymienia uczestników oraz opisuje ich aktywność. Prowadzący dostosowują treści, metody i organizację zajęć do możliwości psychofizycznych uczestników, które będą okresowo oceniane, modyfikowane i doskonalone. Każdy z uczestników będzie traktowany podmiotowo zgodnie z możliwościami psycho – fizycznymi oraz indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym. Postępowanie wspierające będzie zindywidualizowane i oparte na elastycznym, długotrwałym procesie terapeutycznym. Kadra terapeutyczna zgodnie z §23 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (t.j. Dz. U. z 2020 poz. 249) będzie uczestniczyła w szkoleniach wynikających ze zgłaszanych potrzeb.

2. Rozwój działalności domu:

- 1) W celu zapewnienia wysokiej jakości świadczonych usług co najmniej raz na 6 miesięcy przeprowadzone będą szkolenia kadry w zakresie tematycznym wynikającym ze zgłoszonych przez personel potrzeb, związanych z funkcjonowaniem Domu.

II

Środowiskowy Dom Samopomocy Typu A i jego program działalności.

§1

Oferta dla uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy typu A jest skierowana do osób przewlekłe psychicznie chorych. Doświadczenie choroby psychicznej wiąże się z poczuciem wyobcowania i osamotnienia oraz z trudnościami w kontaktach z ludźmi. Osoby te przeżywają niechęć do podejmowania jakichkolwiek działań. Tracą wiarę we własne możliwości. Trudno jest im znaleźć miejsce, w którym mogłyby dzielić się swoimi przeżyciami i pomysłami.

Przewiduje się również możliwość przyjęcia do Domu uczestników ze spektrum autyzmu lub niepełnosprawnościami sprzężonymi zgodnie z art. 51c ust. 5 ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (t.j. Dz.U. z 2023 poz. 901 ze zm.).

§2

Dom Typu „A” w swoim programie działalności zakłada następujące cele:

1. Zwiększenie poczucia pewności siebie i poczucia własnej wartości uczestników w kontaktach z ludźmi.
2. Zwiększenie własnej aktywności.
3. Wykształcenie umiejętności radzenia sobie z doświadczeniem choroby psychicznej.

4. Zapewnienie możliwości dzielenia się swoimi przeżyciami oraz poszukiwaniem rozwiązań.
5. Poprawę wzajemnych relacji interpersonalnych.
6. Integrację społeczną.
7. Zmianę postrzegania i wizerunku osób z chorobami psychicznymi w środowisku.

§3

Rodzaje treningów.

W Środowiskowym Domu Samopomocy w Miętnej dla uczestników typu A prowadzone będą następujące treningi:

1. Trening funkcjonowania w codziennym życiu, w tym: trening dbałości o wygląd zewnętrzny, trening nauki higieny, trening kulinarny, trening umiejętności praktycznych, trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi.
2. 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.
3. Trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej.
4. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego, w tym: rozwijanie zainteresowań literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi, internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych.
5. Poradnictwo psychologiczne.
6. Poradnictwo socjalne.
7. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.
8. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia.
9. Niezbędną opiekę, w szczególności dla uczestników, o których mowa w art. 51c ust. 5 ustawy o pomocy społecznej.
10. Terapię ruchową, w tym: zajęcia sportowe, turystykę i rekreację.
11. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy.

§4

Terapia ruchowa.

1. Prowadzenie terapii ruchowej w sali zajęć ruchowych mającej na celu poprawę kondycji i sprawności fizycznej, wydolności organizmu, niwelowanie istniejących dysfunkcji ruchowych, kształtowanie postaw świadomej aktywności rekreacyjno-sportowej uczestników. Prowadzone tu zajęcia mają na celu usprawnianie indywidualnych dysfunkcji układu ruchu, poprawę sprawności. Pracownia realizuje zajęcia indywidualne i grupowe z zakresu usprawniania ogólnoruchowego. Proponowane działania są wzmacnianie poprzez liczne inicjatywy rekreacyjne oraz zawody sportowe. W sali zajęć ruchowych będzie znajdował się sprzęt umożliwiający poprawianie kondycji fizycznej, koordynacji psychoruchowej. Będzie ona wyposażona w bieżnię, rowery treningowe, piłki, materace itp.

§5

Terapia zajęciowa.

1. Jest to ważna forma rehabilitacji, która pobudza do twórczości, uczy myślenia, poprawia koordynację, koncentrację, praca w grupie pozwala na wytworzenie atmosfery zaufania, szczerości i szacunku. W Środowiskowym Domu Samopomocy w Miętnej terapia odbywać się będzie w następujących pracowniach: gospodarstwa domowego, artystycznej, multimedialnej, informatycznej, dzielnicy, technicznej, ruchowej. Zajęcia odbywać się będą z wykorzystaniem różnych metod pracy, co ma na celu ujawnienie i rozwijanie zdolności uczestników w danej dziedzinie, poprawę percepcji, skupienia, wzrost poczucia własnej wartości.

§6

Zapewnienie integracji społecznej uczestników:

1. Cykliczna organizacja spotkań integracyjnych, imprez o charakterze kulturalno – oświatowym, sportowych.
2. Udział w wyjazdowych spotkaniach integracyjnych, konkursach, festiwalach. współpraca z organizacjami pozarządowymi, placówkami oświatowymi i innymi organizacjami, instytucjami i osobami działającymi na rzecz integracji społecznej lub świadczących usługi dla osób z zaburzeniami psychicznymi.

Wszystkie zajęcia dostosowane są do indywidualnych potrzeb uczestnika. Każdy rozwija się zgodnie z własnymi predyspozycjami, bez presji czasu.

III

Środowiskowy Dom Samopomocy typu B i jego program działalności.

§1

Dom typu B – jest placówką pobytu dziennego dla osób z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu głębokim, znacznym i umiarkowanym, a także osoby z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim, jeżeli jednocześnie występują inne zaburzenia, zwłaszcza neurologiczne, w tym osoby ze spektrum autyzmu lub niepełnosprawnością sprzężoną spełniające przesłanki wskazane w art. 51c ust. 5 ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (t.j. Dz.U. 2023 poz. 901 ze zm.).

§3

Oferta środowiskowego domu samopomocy typu B wychodzi naprzeciw potrzebom osób niepełnosprawnych intelektualnie, które potrzebują środowiskowego wsparcia ukierunkowanego na terapię społeczną dającą im możliwość funkcjonowania w grupie, aktywnego spędzania czasu, rozwijania umiejętności z zakresu samoobsługi. Program ukierunkowany jest na rozwój indywidualny osób niepełnosprawnych intelektualnie poprzez przygotowanie ich do niezależnego i godnego życia oraz przywrócenia im własnego miejsca w rodzinie i społeczeństwie.

§4

Program skierowany do uczestników w swoim programie zakłada następujące cele:

1. Podtrzymanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia.
2. Rozszerzenie zakresu zaradności i samodzielności życiowej adekwatnie do indywidualnego poziomu funkcjonowania.
3. Integrację społeczną.
4. Aktywizowanie uczestników zajęć, rozwijanie ich zainteresowań, indywidualnych uzdolnień poprzez udział w różnorodnych zajęciach terapeutycznych.
5. Doprowadzenie do zwiększenia poczucia własnej wartości oraz pewności siebie w kontaktach z ludźmi.
6. Środowiskowe wsparcie i pomoc rodzinie.
7. Wypracowywanie pozytywnego, realnego wizerunku osób niepełnosprawnych intelektualnie oraz przeciwdziałanie stereotypom.

Rodzaje treningów.

W Środowiskowym Domu Samopomocy w Miętnej dla uczestników typu B prowadzone będą następujące treningi:

1. Trening funkcjonowania w codziennym życiu, w tym: trening dbałości o wygląd zewnętrzny, trening nauki higieny, trening kulinarny, trening umiejętności praktycznych, trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi.
2. 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.
3. Trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej.
4. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego, w tym: rozwijanie zainteresowań literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi, internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych.
5. Poradnictwo psychologiczne.
6. Poradnictwo socjalne.
7. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.
8. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia.
9. Niezbędną opiekę, w szczególności dla uczestników, o których mowa w art. 51c ust. 5 ustawy o pomocy społecznej.
10. Terapię ruchową, w tym: zajęcia sportowe, turystykę i rekreację.
11. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy.

§6

Terapia ruchowa.

1. Prowadzenie terapii ruchowej w sali zajęć ruchowych mającej na celu poprawę kondycji i sprawności fizycznej, wydolności organizmu, niwelowanie istniejących dysfunkcji ruchowych, kształtowanie postaw świadomej aktywności rekreacyjno-sportowej uczestników. Prowadzone tu zajęcia mają na celu usprawnianie indywidualnych dysfunkcji układu ruchu, poprawę sprawności. Pracownia realizuje zajęcia indywidualne i grupowe z zakresu usprawniania ogólnoruchowego. Proponowane działania są wzmacnianie poprzez liczne inicjatywy rekreacyjne oraz zawody sportowe. W sali zajęć ruchowych będzie znajdował się sprzęt umożliwiający poprawianie kondycji fizycznej, koordynacji psychoruchowej. Będzie ona wyposażona w bieżnię, rowery treningowe, piłki, materace itp.

§7

Terapia zajęciowa.

1. Jest to ważna forma rehabilitacji, która pobudza do twórczości, uczy myślenia, poprawia koordynację, koncentrację, praca w grupie pozwala na wytworzenie atmosfery zaufania, szczerości i szacunku. W Środowiskowym Domu Samopomocy w Miętne terapia odbywać się będzie w następujących pracowniach: gospodarstwa domowego, artystycznej, multimedialnej, informatycznej, dziewiarskiej, technicznej, ruchowej. Zajęcia odbywać się będą z wykorzystaniem różnych metod pracy, co ma na celu ujawnienie i rozwijanie zdolności uczestników w danej dziedzinie, poprawę percepcji, skupienia, wzrost poczucia własnej wartości.

§8

Zapewnienie integracji społecznej uczestników:

1. Cykliczna organizacja spotkań integracyjnych, imprez o charakterze kulturalno – oświatowym, sportowych.
2. Udział w wyjazdowych spotkaniach integracyjnych, konkursach, festiwalach. współpraca z organizacjami pozarządowymi, placówkami oświatowymi i innymi organizacjami, instytucjami i osobami działającymi na rzecz integracji społecznej lub świadczących usługi dla osób z zaburzeniami psychicznymi.

Wszystkie zajęcia dostosowane są do indywidualnych potrzeb uczestnika. Każdy rozwija się zgodnie z własnymi predyspozycjami, bez presji czasu.

Załącznik nr 2

do Uchwały Nr ~~1564~~ **1562** ~~2024~~ **25**./2024

Zarządu Powiatu Garwolińskiego

z dnia 21 lutego 2024 r.

PLAN PRACY

w

Środowiskowym Domu Samopomocy

w

Miejscem typ A i B

na 2024 r.

Plan pracy ŚDS w Miętmem na 2024 r.

Plan pracy w szczególności powinien zawierać planowane usługi, ze wskazanym okresem ich realizacji oraz przewidywane efekty

Lp.	Usługi świadczone w ŚDS w roku 2024 (przy poszczególnych usługach można zawrzeć syntetyczny opis działań)	Osoba/osoby odpowiedzialne/za realizację zadania	Liczba osób objętych usługami (szacunkowa liczba)	Wymiar czasu/ częstotliwość	Forma zajęć/ treningów/usług indywidualne/grupowe	Przewidywane efekty
1.	Trening funkcjonowania w codziennym życiu:	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII 5 razy w tygodniu w ramach zajęć w pracowniach.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadków, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład.	Nabywanie, rozwinięcie i wzmocnienie samodzielności w zakresie doskonalenia podstawowych czynności dnia codziennego i tym samym pełniejszego zaspokajania potrzeb osoby niepełnosprawnej- zwiększenie samodzielności i zaradności życiowej.
1.	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII, w wymiarze 1 godzina raz w tygodniu.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadków, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład.	Nabywanie/doskonalenie umiejętności w zakresie dbania o wygląd zewnętrzny: pielęgnacja paznokci (obcinanie paznokci obu rąk), posługiwanie się pilnikiem do paznokci, golenie się, pielęgnacja włosów (mycie, suszenie, układanie włosów, strzyżenie włosów), przestrzeganie zasady nie korzystania z przedmiotów osobistego użytku należących do innych osób, itp.
2.	Trening nauki higieny	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII, w wymiarze 1 godziny raz w tygodniu.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadków, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład.	Nabywanie/doskonalenie umiejętności: dbania o higienę osobistą całego ciała, higiena podczas mycia, korzystanie z przyborów toaletowych oraz różnych kosmetyków np.: dezodorantów, kremów, balsamów itp. posiadanie nawyków higienicznych, zwłaszcza prawidłowe mycie rąk (po wyjściu z toalety, po powrocie do domu, przyjeździe z ulicy, przed posiłkami), używanie chusteczek do nosa, higiena jamy ustnej.
3.	Trening kulinarny	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII, 5 razy w tygodniu w wymiarze 3,5 godz., wszyscy uczestnicy spożywający posiłek.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadków, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład.	Nabywanie/doskonalenie umiejętności: planowania posiłków, poznanie zasad prawidłowego przechowywania żywności, korzystanie z przepisów kulinarnych, obsługi sprzętu AGD, dbałość o estetykę podczas jedzenia, dekorowanie stołu na co dzień i od święta, posługiwanie się sztućcami, odnoszenie po sobie naczyń, zasady zdrowego odżywiania się itp.

4.	Trening umiejętności praktycznych	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII, 5 razy w tygodniu po 2,5 godziny dziennie w ramach zajęć w poszczególnych pracowniach.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadków, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład.	Celem treningu jest nabywanie i wzmacnianie samodzielności w zakresie doskonalenia podstawowych czynności dnia codziennego (pranie, suszenie odzieży, prasowanie, segregowanie odzieży, korzystanie z urządzeń elektrycznych itp.) i tym samym pełniejszego zaspokojenia potrzeb osoby niepełnosprawnej – zwiększenie samodzielności i zaradności życiowej.
5.	Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII, 2 razy w miesiącu w wymiarze 1 godz. oraz w ramach zajęć pracowni gospodarstwa domowego.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadków, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład.	Nabywanie/doskonalenie umiejętności w zakresie: poznania wartości pieniędza, umiejętności samodzielnych zakupów, przygotowanie listy potrzebnych artykułów, rozpoznawanie przydatności do użycia poszczególnych produktów, orientacja w cenach i dokonywanie obliczeń, dokonywanie terminowych opłat za np.: czynsz, światło woda, itp., odpowiedzialność za zawieranie umów (na telefon, Internet, TV), odpowiedzialność za kredyt i pożyczki (tzw. Chwilówki).
6.	Inne (jeśli są prowadzone)					
II.	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII, 2 razy w miesiącu w wymiarze 1 godz.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadków, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład, realizacja również w ramach zebrań społecznych.	Nabywanie, doskonalenie umiejętności w zakresie: nawiązywania kontaktów, podtrzymywania rozmowy, aktywnego słuchania, asertywności, uczestnik uczy się odpowiedzialności, współpracy, zasad partnerstwa, rozwiązywania problemów, właściwej komunikacji interpersonalnej. Stosowne zachowanie w miejscach publicznych.
I.	Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami i innymi osobami, w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII w ramach treningu umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów 2 razy w miesiącu w wymiarze 1 godz. oraz indywidualnych zajęć z psychologiem	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadków, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład, zajęcia w terenie.	Nabywanie, doskonalenie umiejętności w zakresie: Załatwiania samodzielnie spraw urzędowych, pomoc w wypełnianiu dokumentów, prowadzenie rozmowy z urzędnikami, możliwość samodzielnego uzyskania dofinansowania ze środków NFZ do zaopatrzenia ortopedycznego, mat. pomocniczych, profilaktyka zdrowotna, poszukiwanie pracy np. sezonowej). Najbliższa rodzina - role, zajęcia i obowiązki domowe, wykonywane zawody, obchody świąt rodzinnych, dom rodzinny/mieszkanie, funkcje, wyposażenie, adres, Kolega, przyjaciel, opiekun, normy współżycia w grupie, formy grzecznościowe, współuczestnictwo w zabawie i pracy zespołowej, utrzymanie ładu i porządku w miejscu pobytu.

						Uczestnicy i pracownicy ŚDS, stosunki między nimi, ich funkcje, budynki, pomieszczenia, przeznaczenie, otoczenie, ogród, ulica, nazwa, adres placówki. Sąsiedzi, znajomi, role społeczne, okolica, władze lokalne, region, tradycje – obyczaje. Sklepy, asortyment, placenie, punkty usługowe, poczta, telekomunikacja, lokale gastronomiczne, komunikacja i środki transportu, książka, prasa, radio, telewizja, kino, teatr, koncert, muzeum.
2.	Imię...					Trening obejmuje doskonalenie kompetencji komunikacyjnych czyli zdolności do wybierania odpowiednich struktur językowych oraz umiejętność uwzględniania sytuacji mówienia, na którą składają się właściwości poznawcze i emocjonalne mówiącego, pełnione przez niego role społeczne, system norm i wartości. W wyniku tego treningu uczestnicy powinni nabyć wiedzę na temat budowania zdań odpowiednich do sytuacji społecznych, rang rozmówców oraz celów wypowiedzi. Uczestnicy w akcie komunikacji powinni dostrzegać sytuacyjne uwarunkowania wypowiedzi, a wśród nich takie komponenty jak miejsce i czas rozmowy, kanał przekazu informacji i gatunek wypowiedzi oraz temat rozmowy, zależnie od liczby rozmówców stosować formę monologową, dialogową, polilogową. Uczestnicy uwzględnić mają w wypowiedziach czas rozmowy, który wyznacza trzy typy interakcji między nadawcą a odbiorcą, gdy zachodzi w tym samym dla uczestników czasie lub gdy nadawca zwraca się do odbiorców w przyszłości. Uczestnicy poznają uwarunkowane wypowiedzi, na które składają się społeczne role językowe, realizowane przez mówiących w sytuacjach komunikacyjnych. Role tworzą układ hierarchiczny a każda z nich dysponuje innym zasobem środków językowych. O rolach językowych decydują: ranga rozmówców, ich wzajemna pozycja, rodzaj kontaktu (oficjalny lub nieoficjalny), indywidualny lub grupowy, trwały lub sporadyczny. Uczestnicy stosownie do okoliczności wybierają odpowiedni gatunek np. propozycja, rada wspomnienie, protest, ostrzeżenie, zakaz, nakaz, prośba, polecenie.
III.			42	Od I do XII, 2 razy w miesiącu po 1 godzinie.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadków, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład, zajęcia w terenie.	
					Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	

						W czasie ćwiczeń uczestnicy zwracają uwagę na różnicowanie sposobów mówienia w zależności od rodzaju kontaktu (pośredni i bezpośredni, oficjalny i nieoficjalny oraz relacji (równorzędna i nierównorzędna) pomiędzy rozmówcami. Sytuacje ćwiczeń obejmują interakcje z jedną lub kilkoma osobami a znaczenie komunikatu wyznacza także umiejętności interpretowania znaków niewerbalnych (gestów, mimiki, dystansu przestrzennego między osobami). W czasie ćwiczeń uczestnicy korzystają z fotografii, dla których proponują kilka wariantów zachowań komunikacyjnych, uzupełniając brakujące elementy komunikatów w różnych kontekstach sytuacyjnych, podejmując próby interpretowania przekazów.	Nabywanie umiejętności porozumiewania się za pomocą gestów i symboli graficznych.	W czasie ćwiczeń uczestnicy korzystają z fotografii, dla których proponują kilka wariantów zachowań komunikacyjnych, uzupełniając brakujące elementy komunikatów w różnych kontekstach sytuacyjnych, podejmując próby interpretowania przekazów.
1.	W tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	8	Od I do XII, 2 razy w miesiącu po 1 godzinie.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadków, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład, zajęcia w terenie.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadków, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład, zajęcia w terenie. Realizowany w ramach zajęć muzykoterapii, filmoterapii, ludoterapii, biblioterapii oraz pracy w poszczególnych pracowniach.	Nabywanie i doskonalenie umiejętności spędzania czasu wolnego. Pobudzenie zainteresowań uczestnika (film, muzyka, gry planszowe, hafl, malowanie, tworzenie kartek okolicznościowych itp.).	Nabywanie i doskonalenie umiejętności spędzania czasu wolnego. Pobudzenie zainteresowań uczestnika (film, muzyka, gry planszowe, hafl, malowanie, tworzenie kartek okolicznościowych itp.).
2.	Inne ...							
IV.	Trening umiejętności spędzania wolnego czasu:	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII w ramach zajęć pracowni oraz treningów zgodnie z ramowym tygodniowym planem pracy.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadków, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład, zajęcia w terenie. Realizowany w ramach zajęć muzykoterapii, filmoterapii, ludoterapii, biblioterapii oraz pracy w poszczególnych pracowniach.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadków, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład.	Nabywanie i doskonalenie umiejętności spędzania czasu wolnego. Pobudzenie zainteresowań uczestnika (film, muzyka, gry planszowe, hafl, malowanie, tworzenie kartek okolicznościowych itp.).	Nabywanie i doskonalenie umiejętności spędzania czasu wolnego. Pobudzenie zainteresowań uczestnika (film, muzyka, gry planszowe, hafl, malowanie, tworzenie kartek okolicznościowych itp.).
1.	Trening rozwijania zainteresowań literaturą	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII, 2 razy w miesiącu w wymiarze 1 godz. w ramach zajęć z biblioterapii.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadków, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadków, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład.	Pobudzenie zainteresowań literaturą oraz wykorzystywanie jej wartości poprzez zmniejszenie stresu, wyeliminowanie poczucia osamotnienia i wykluczenia.	Pobudzenie zainteresowań literaturą oraz wykorzystywanie jej wartości poprzez zmniejszenie stresu, wyeliminowanie poczucia osamotnienia i wykluczenia.

2.	Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi lub telewizyjnymi	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII, 1 raz w tygodniu w wymiarze 1 godz. w ramach zajęć z filmoterapii oraz zajęć pracowni multimedialnej.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadek, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład.	Uwrażliwienie na sztukę i film, kształtowanie gustu muzycznego, zwiększenie możliwości pamięciowych – opanowanie krótkich tekstów i piosenek.
3.	Trening rozwijania zainteresowań Internetem	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII 5 razy w tygodniu w wymiarze 3 godz. Realizowany w ramach zajęć pracowni informatycznej	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadek, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład.	Pobudzenie zainteresowań Internetem. Nabycie, doskonalenie umiejętności z zakresu podstaw obsługi komputera; włączania komputera, korzystanie z myszki, klawiatury, tworzenie i otwieranie plików oraz folderów, nauka zapisywania pliku oraz pisanie i wypełnianie dokumentów. Nabycie umiejętności wyszukiwania w Internecie informacji dotyczących bieżących tematów i wydarzeń.
4.	Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII, realizowany w ramach kalendarza wydarzeń.	Zajęcia grupowe realizowane na terenie ośrodka oraz poza nim.	Integrowanie i upowszechnianie różnych form aktywności społecznej w zakresie kultury we wszystkich jej postaciach i w różnych środowiskach. Budowanie więzi pomiędzy uczestnikami domu.
5.	Inne... (jeśli są prowadzone)					
V.	Poradnictwo psychologiczne (krótka opis)	Psycholog	50	Od I do XII, 5 razy w tygodniu w wymiarze 6 godzin dziennie.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadek, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład.	Poprawa funkcjonowania psychicznego i społecznego uczestników.
VI.	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych (krótka opis)	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII realizowane w przypadku potrzeb, przedłużeniu decyzji umożliwiającej pobyt w ŚDS i innych	Praca indywidualna; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadek.	Nabycie, doskonalenie umiejętności w zakresie: załatwiania samodzielnie spraw urzędowych, wypełnianiu dokumentacji.
VII.	Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń	Instruktor terapii zajęciowej/	50	Od I do XII realizowane	Rozmowa indywidualna pomoc w umówieniu wizyty, w umówieniu wizyty, dotarciu do lekarza.	Nabycie umiejętności i pomoc w umówieniu wizyty, uświadomienie możliwości uzyskania świadczeń

zdrutowotnych:	terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/ psycholog/ pedagog		w przypadku potrzeb, choroby,			
1.	Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza	50	Od I do XII realizowane w przypadku potrzeb.	Rozmowa indywidualna pomoc w umówieniu wizyty, dotarcia do lekarza.	Nabywanie umiejętności i pomoc w umówieniu wizyty, uswiadomienie możliwości uzyskania świadczeń zdrowotnych.	zdrutowotnych oraz możliwość dofinansowania z środków NFZ zaopatrzenia ortopedycznego, mat. pomocniczych, profilaktyka zdrowotna.
2.	Pomoc w zakupie leków	50	Od I do XII realizowane w przypadku potrzeb.	Rozmowa indywidualna, w przypadku trudności pomoc w realizacji zakupu leków	Nabywanie umiejętności niezbędnych do samodzielnej realizacji zakupu w przypadku wystąpienia trudności towarzyszenie przy zakupie.	
3.	Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia	50	Od I do XII realizowane w przypadku potrzeb.	Rozmowa indywidualna, w przypadku trudności pomoc w realizacji.	Nabywanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego dotarcia do placówki służby zdrowia, wyszukiwanie możliwości dotarcia (komunikacja miejska) w przypadku wystąpienia trudności towarzyszenie przy dotarciu do placówki.	
VIII.	Niezbędna opieka	19	Codziennie w czasie pobytu w Domu, podczas wyjść poza teren placówki oraz w czasie świadczenia usług transportowych	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe – przypadków.	Nabywanie umiejętności samodzielnego załatwiania potrzeb fizjologicznych, spożywania posiłków, samodzielnego ubierania się.	
1.	w tym dla uczestników z niepełnosprawnościami sprzężonymi lub spektrum autyzmu, którzy posiadają orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności	19	Od I do XII realizowane w przypadku potrzeb.	Praca indywidualna	Pomoc w załatwieniu potrzeb fizjologicznych, przypominanie o konieczności skorzystania z toalety. Pomoc w spożywaniu posiłku, ubieraniu się.	

	wraz ze wskazaniem konieczności stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji <i>Inne... (jeśli są prowadzone).</i>	psycholog/ pedagog					
2.							
IX.	Terapia ruchowa:	Instruktor terapii zajęciowej/ terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/ psycholog/ pedagog	50	Od I do XII, r 5 razy w tygodniu w wymiarze 6 godz. realizowana w ramach zajęć w sali zajęć ruchowych	Praca indywidualna i grupowa, grupy 3-7 osób.	Nabywanie, doskonalenie sprawności ruchowej w ramach ćwiczeń koordynacyjnych, ogólnosprawniających, manualnych, relaksacyjnych, oddechowych, równoważnych, ćwiczeń przy muzyce, gry i zabawy sportowe.	
I.	Zajęcia sportowe (opis form)	Instruktor terapii zajęciowej/ terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/ psycholog/ pedagog	50	Realizowana od I do XII w ramach zajęć w sali zajęć ruchowych.	Zajęcia grupowe	Nabywanie i poznanie różnych dyscyplin sportowych. Udział w zabawach i grach zespołowych (gra w piłkę, gra w badminton, ping-ponga itp.).	
2.	Turystyka i rekreacja (zakres, forma)	Instruktor terapii zajęciowej/ terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/ psycholog/ pedagog	50	Realizacja od I do XII, zgodnie z przyjętym harmonogramem	Zajęcia grupowe	Dzięki organizowanemu wycieczkom uczestnicy mają możliwość bezpośredniego poznania własnego środowiska, regionu, właściwości geograficznych, etnicznych, historycznych, kulturowych lub gospodarczych ojczyzny czy innych krajów. Udział w uroczystościach różnego rodzaju, pozwala uczestnikom poznać i utrwalenie tradycji, obyczajów, celebrowania imienin i urodzin uczestników, (dobrowolność udziału).	
3.	<i>Inne... (jeśli są prowadzone)</i>						
X.	Całodobowe wyżywienie dla uczestników skierowanych na pobyt całodobowy (krótki opis)	Instruktor terapii zajęciowej/ terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/ psycholog/ pedagog	Nie dotyczy	Nie dotyczy	Nie dotyczy	Nie dotyczy	

XI.	Umożliwienie uczestnikom skierowanym na pobyt dzienny spożywania gorącego posiłku	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII, 5 razy w tygodniu w wymiarze 1 godz.	Zajęcia indywidualne i grupowe, realizowane w ramach treningu kulinarnego realizowanego w pracowni gospodarstwa domowego.	Spożywanie posiłku w ŚDS podczas pobytu na zajęciach.
XII.	Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII, 5 razy w tygodniu w ramach zajęć w poszczególnych pracowniach oraz treningów zgodnie z ramowym tygodniowym planem pracy.	Praca indywidualna i grupowa; metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań; metody problemowe- przypadek, sytuacyjna, burza mózgów; metody asymilacji wiedzy, pogadanka, dyskusja, wykład, zajęcia w terenie. Realizowane w ramach zajęć muzykoterapii, filioterapii, biblioterapii oraz pracy w poszczególnych pracowniach.	Pracownia techniczna- prace ogrodnicze, stolarskie, renowacja i malowanie mebli, organizacja przestrzeni roboczej. Pracownia artystyczna- zdobienie ozdób, optymalne wykorzystanie materiałów, zachowanie ostrożności przy wykorzystaniu różnych materiałów i sprzętów (wypalanie, klejenie, cięcie, itp.), prawidłowe posługiwanie się materiałami- narzędziami i urządzeniami biurowymi, umiejętne wykorzystanie możliwości oferowanych przez współczesną technikę (np. praca z ploterem). Pracownia komputerowa- korzystanie z programów, szukanie ofert pracy, wyszukiwanie informacji dotyczących rynku pracy, pisanie CV, nauka wykorzystywania urządzeń techniki informatycznej do dokumentowania życia społeczności ŚDS. Pracownia multimedialna- obsługa sprzętu (TV, aparat, kamera, głośnik z mikrofonem), uwalnianie na dźwięk, obraz, wykorzystywanie wyobraźni do celów zawodowych, nabywanie umiejętności przetwarzania obrazu i dźwięku, rozwijanie umiejętności samokształcenia zawodowego. Pracownia dziewiarska- obsługa sprzętu dziewiarskiego, nauka szycia i kroju, rękodzieło dziewiarskie, usprawnianie motoryki małej. Pracownia gospodarstwa domowego- nauka zasad BHP, obsługa sprzętu AGD, obróbka kulinarna wg zamierzonego celu, estetyka wytworów kulinarnych i ich serwowania. Pracownia ruchu- ćwiczenia koordynacji ruchowej przygotowujące do pracy zawodowej, usprawnianie motoryki dużej, usprawnianie pracy układu nerwowego. Dzięki usłudze transportowej uczestnicy mają możliwość dotarcia do placówki pod opieką pracownika ośrodka.
XIII.	Usługi transportowe (krótki opis)	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby	46	Od I do XII, 5 razy w tygodniu w wymiarze ok. 8 godzin dziennie	Grupowo do 7 osób	

XIV.	Szkolenie kadry	niepełnosprawnej/ psycholog/ pedagog	14	Od I do XII zgodnie z §23Rozporządzeni a Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2020 poz. 249) oraz wynikających ze zgłaszanych potrzeb.	Indywidualnie i grupowo	Poprawa jakości świadczonych usług w ŚDS.
XV.	Spotkania ZWA	Aktywizującego	14	Od I do XII, 1 raz w tygodniu po 1 godzinie oraz każdorazowo przed ukończeniem terminu IPPWA uczestników, nie razdziej jak raz na 6 miesięcy.	Grupowo	Cotygodniowe spotkania mają na celu omówienie spraw bieżących związanych z uczestnikami oraz funkcjonowaniem placówki. Spotkania odbywające się przed ukończeniem IPPR uczestników mają na celu omówienie funkcjonowania każdego z uczestników osobno oraz ustalenie i omówienie jego dalszych potrzeb.
XVI.	Współpraca ŚDS z innymi instytucjami (jakimi - wskazać)	Instruktor terapii zajęciowej/ terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/ psycholog/ pedagog	14	Od I do XII, praca ciągła wynikająca z potrzeb uczestnika/placówki	Kontakt telefoniczny, mailowy, pocztowy, osobisty.	Utrzymanie dobrej współpracy i kontaktu z urzędami i instytucjami itp.
XVII.	Zajęcia klubowe (dni, godziny)	Nie dotyczy	Nie dotyczy	Nie dotyczy	Nie dotyczy	Nie dotyczy

XVIII	Organizowanie imprez, spotkań okolicznościowych *	Instruktor terapii zajęciowej/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej/psycholog/pedagog	50	Od I do XII, zgodnie z harmonogramem na rok 2024 stanowiącym załącznik nr 2 do planu pracy	Grupowo	Dzięki organizowanym wycieczkom uczestnicy mają możliwość bezpośredniego poznania własnego środowiska, regionu, właściwości geograficznych, etnicznych, historycznych, kulturowych lub gospodarczych ojczyzny czy innych krajów. Udział w uroczystościach pozwala uczestnikom poznanie i utrwalenie tradycji, obyczajów, celebrowania imienin i urodzin uczestników, udziału w uroczystościach kościelnych (dobrowolność udziału).
XIX	Kierunki dalszego rozwoju lub inne fakultatywne usługi (opis)	Organ prowadzący	-	Rok 2024	-Złożenie wniosku o dofinansowanie zakupu auta do przewozu osób niepełnosprawnych -Realizacja programu dostępną przestrzeń publiczną (budowa dojścia do SDS oraz miejsce parkingowych dla osób niepełnosprawnych).	Dalszy rozwój placówki umożliwiający świadczenie odpowiednio dostosowanej pomocy większej liczbie uczestników.

* jeśli jest dołączony harmonogram jako załącznik do planu - nie trzeba uzupełniać pól w tabeli

Załączniki do planu pracy:

Załącznik nr 1 - Harmonogram zajęć w tygodniu (w podziale na grupy lub uczestników biorąc pod uwagę typ domu); zajęcia, które będą prowadzone rzadziej niż raz w tygodniu proszę wykazać poza harmonogramem - w formie opisu ze wskazaniem rodzaju i wymiaru/częstotliwości;

***Załącznik nr 2 - Harmonogram planowanych imprez, spotkań okolicznościowych** (fakultatywnie jeśli nie jest wypełniany pkt XVIII w tabeli)

.....
data i podpis dyrektora/kierownika SDS

Załącznik nr 1. Ramowy tygodniowy plan pracy.

Godz.	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
8.00-9.00	Dotarcie do ŚDS: -kawa, herbata	Dotarcie do ŚDS: -kawa, herbata Zebranie ZWA	Dotarcie do ŚDS: -kawa, herbata	Dotarcie do ŚDS: -kawa, herbata	Dotarcie do ŚDS: -kawa, herbata
9.00-10.00	- trening funkcjonowania w codziennym życiu, w tym, - terapia ruchowa Poradnictwo psychologiczne - indywidualne rozmowy w miarę potrzeb.	- trening funkcjonowania w codziennym życiu, w tym, - terapia ruchowa, Poradnictwo psychologiczne - indywidualne rozmowy w miarę potrzeb.	- trening funkcjonowania w codziennym życiu, w tym, - terapia ruchowa Poradnictwo psychologiczne - indywidualne rozmowy w miarę potrzeb.	- trening funkcjonowania w codziennym życiu Poradnictwo psychologiczne - indywidualne rozmowy w miarę potrzeb.	- trening funkcjonowania w codziennym życiu, Poradnictwo psychologiczne - indywidualne rozmowy w miarę potrzeb.
10.00-10.15	Przerwa śniadaniowa	Przerwa śniadaniowa	Przerwa śniadaniowa	Przerwa śniadaniowa	Przerwa śniadaniowa
10.15-11.30	- trening funkcjonowania w codziennym życiu, w tym: trening dbałości o wygląd zewnętrzny, trening nauki higieny, trening umiętności praktycznych, - pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia, - świadczenie niezbędnej opieki dla uczestników tego wymagającej, - terapia ruchowa, w tym : zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja, Poradnictwo psychologiczne - indywidualne rozmowy w miarę potrzeb.	- trening funkcjonowania w codziennym życiu, w tym: trening dbałości o wygląd zewnętrzny, trening nauki higieny, trening umiętności praktycznych, - pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia, - świadczenie niezbędnej opieki dla uczestników tego wymagającej, - terapia ruchowa, w tym : zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja, Poradnictwo psychologiczne - indywidualne rozmowy w miarę potrzeb.	- trening funkcjonowania w codziennym życiu, w tym: trening dbałości o wygląd zewnętrzny, trening nauki higieny, trening umiętności praktycznych, - pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia, - świadczenie niezbędnej opieki dla uczestników tego wymagającej, - terapia ruchowa, w tym : zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja, Poradnictwo psychologiczne - indywidualne rozmowy w miarę potrzeb.	- trening funkcjonowania w codziennym życiu, w tym: trening dbałości o wygląd zewnętrzny, trening nauki higieny, trening umiętności praktycznych, - pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia, - świadczenie niezbędnej opieki dla uczestników tego wymagającej, - terapia ruchowa, w tym : zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja, Poradnictwo psychologiczne - indywidualne rozmowy w miarę potrzeb.	- trening funkcjonowania w codziennym życiu, w tym: trening dbałości o wygląd zewnętrzny, trening nauki higieny, trening umiętności praktycznych, - pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia, - świadczenie niezbędnej opieki dla uczestników tego wymagającej, - terapia ruchowa, w tym : zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja, Poradnictwo psychologiczne - indywidualne rozmowy w miarę potrzeb.
11.30-11.45	Przerwa	Przerwa	Przerwa	Przerwa	Przerwa
11.45-13.00	- trening umiętności spędzania czasu wolnego, w tym rozwijanie zainteresowań literaturą, audycjami	- trening umiętności spędzania czasu wolnego, w tym rozwijanie zainteresowań literaturą, audycjami	- trening umiętności spędzania czasu wolnego, w tym rozwijanie zainteresowań	- trening umiętności spędzania czasu wolnego, w tym rozwijanie	- trening umiętności spędzania czasu wolnego, w tym rozwijanie zainteresowań literaturą, audycjami

	radiowymi, telewizyjnymi, internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych, - pomoc w załatwianiu spraw urzędowych- w miarę potrzeb - inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy. Poradnictwo psychologiczne - indywidualne rozmowy w miarę potrzeb.	radiowymi, telewizyjnymi, internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych, - pomoc w załatwianiu spraw urzędowych- w miarę potrzeb - inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy. Poradnictwo psychologiczne - indywidualne rozmowy w miarę potrzeb.	literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi, internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych, - pomoc w załatwianiu spraw urzędowych- w miarę potrzeb - inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy. Poradnictwo psychologiczne - indywidualne rozmowy w miarę potrzeb.	zainteresowań literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi, internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych, - pomoc w załatwianiu spraw urzędowych- w miarę potrzeb - inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy. Poradnictwo psychologiczne - indywidualne rozmowy w miarę potrzeb.	radiowymi, telewizyjnymi, internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych, - pomoc w załatwianiu spraw urzędowych- w miarę potrzeb - inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy. Poradnictwo psychologiczne - indywidualne rozmowy w miarę potrzeb.
13.00-14.00 14.00-15.00	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
	Ludoterapia -poniedziałki parzyste oraz trening budżetowy- trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi- poniedziałki nieparzyste.	Trening umiejętności komunikacyjnych w tym z wykorzystywaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej – wtorki parzyste oraz filmotherapia- wtorki nieparzyste.	Zebrania społeczności.	Trening nauki higieny w tym trening dbania o wygląd zewnętrzny.	Biblioterapia (w podziale na dwie grupy)- piątki parzyste oraz 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 w tym trening inteligencji emocjonalnej dla grupy wysoko funkcjonującej – piątki nieparzyste.
15.00-16.00	Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji

Podział na grupy do poszczególnych zajęć odbywa się z uwzględnieniem predyspozycji i zainteresowań uczestnika.

Załącznik nr 2. Wykaz planowanych wydarzeń okolicznościowych w Domu.

L.p.	Miesiąc	Okoliczność
1.	Styczeń	Bal karnawałowy, Dzień Introvertyka, Dzień Babci, Dzień Dziadka.
2.	Luty	Dzień Pozytywnego Myślenia, Dzień Bezpiecznego Internetu, Tłusty Czwartek, Dzień Numeru Alarmowego 112, Walentynki oraz Dzień Osób Chorych na Padaczkę, Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją.
3.	Marzec	Dzień Kobiet, Dzień Mężczyzn, Dzień Osób z Zespołem Downa, Wielkanoc.
4.	Kwiecień	Dzień Autyzmu, Światowy Dzień Zdrowia i Dzień Pracownika Służby Zdrowia.
5.	Maj	Uchwalenie Konstytucji 3 Maja, Dzień Strażaka, Dzień Matki, Święto pracy
6.	Czerwiec	Dzień Ojca, Dzień Rodziny
7.	Lipiec	Podsumowanie pracy i zabawa przed wakacjami
8.	Sierpień	Dzień Miłośników Książek, Dzień Wojska Polskiego.
9.	Wrzesień	Narodowe czytanie, Dzień Solidarności z Osobami Chorymi na Schizofrenię, Dzień <u>Głuchych i Języka Migowego</u> .
10.	Październik	Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego, Dzień Edukacji Narodowej, Dzień Terapeuty Zajęciowego, Światowy Dzień Walki z Otyłością.
11.	Listopad	Dzień Wszystkich Świętych, Dzień Odzyskania Niepodległości, Dzień Niewidomych, Dzień Pracownika Socjalnego, Dzień życzliwości, Andrzejką, Wielka Gala Integracji
12.	Grudzień	Dzień Osób Niepełnosprawnych, Dzień Wolontariatu, Mikołajki, Wigilia, Rocznicą otwarcia ŚDS

W ciągu roku poza ww. wykazem uroczystości i wydarzeń w placówce obchodzone są również urodziny i imieniny uczestników(dobrowolność udziału).

w/z STAROSTY
Marcin Zieliński
Wicestarosta