

UCHWAŁA NR VI-81/2024
ZARZĄDU POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO
Z DNIA 6 marca 2024 r.

w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy na rok 2024 Środowiskowego Domu Samopomocy Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej w Radzyminie

Na podstawie art. 32 ust. 1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie powiatowym (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 107) 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 2020 r. poz. 249) Zarząd Powiatu Wołomińskiego uchwala, co następuje:

§ 1

Zatwierdza się opracowany przez Kierownika Środowiskowego Domu Samopomocy Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej w Radzyminie, w uzgodnieniu z Wojewodą Mazowieckim, Plan Pracy na rok 2024 Środowiskowego Domu Samopomocy Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej w Radzyminie, w brzmieniu stanowiącym załącznik do niniejszej uchwały.

§ 2

Wykonanie uchwały powierza się Kierownikowi Środowiskowego Domu Samopomocy Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej w Radzyminie.

§ 3

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

/-/ Adam Lubiak

Plan pracy ŚDS w Radzyminie na 2024 r.

Lp.	Usługi świadczone w ŚDS w roku 2024	Osoba/osoby odpowiedzialne za realizację zadania	Liczba osób objętych usługami (szacunkowa liczba)	Wymiar czasu/częstotliwość	Forma zajęć/treningów/usług; indywidualne/grupowe	Przewidywane efekty
I.	Trening funkcjonowania w codziennym życiu:					
1.	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny Załącznik nr.2	Psycholog Terapeuta Terapeuta	25	Wg potrzeb min. 1 x w miesiącu	Indywidualny i grupowy	- Nabywanie umiejętności doboru garderoby adekwatnego do pogody i okoliczności. - Dbłość o czystość i estetykę bielizny, odzieży i obuwia. - Samodzielność i dokładność w czynnościach rozbierania się i ubierania. - Umiejętność posługiwania się drobnym sprzętem AGD tj. suszarka, lokówka, prostownica.
2.	Trening nauki higieny	Psycholog Terapeuta	25	Wg potrzeb	Indywidualny i grupowy	- Umiejętność samodzielnego mycia ciała: rąk, twarzy, jamy ustnej, włosów itp. - Umiejętność bezpiecznego używania środków czystości, kosmetyków

	Załącznik nr.2	Terapeuta		min. 1 x w miesiącu		pielęgnacyjnych oraz przyborów toaletowych - Dbłość o czystość i estetykę białizny. - Kształtowanie nawyków dbania o codzienną higienę osobistą oraz estetycznego i higienicznego korzystania z toalety.
3.	Trening kulinarny Szkolenie z zakresu BHP w pracowni kulinarnej Zajęcia prowadzone będą w dużej kuchni wyposażonej w niezbędny sprzęt AGD. Podopieczni pod okiem terapeutów będą przygotowywali proste potrawy: zupy, zestawy daniowe, sałatki, ciasta, desery wykorzystując dostępny sprzęt i urządzenia.	Instruktor Terapii zajęciowej Terapeuta Terapeuta Terapeuta Psycholog	25	5 dni w tyg.	Indywidualny i grupowy	- Umiejętność prawidłowego i bezpiecznego korzystania z dostępnego sprzętu i elektro-sprzętu AGD. - Względna samodzielność z zakresu przygotowywania posiłków i zaspokajania podstawowej potrzeby życiowej jaką jest jedzenie. Wzmacnianie poczucie własnej wartości, odpowiedzialności i zaradności życiowej. Akcentowane higieny oraz czystości podczas przygotowywania posiłków
4.	Trening umiejętności praktycznych Zajęcia porządkowe Będą odbywały się codziennie, uczestnicy własnoręcznie ale w asyście terapeutów sprzątają sale oraz części wspólne ŚDS: korytarze, WC, oraz teren na zewnątrz.	Instruktor Terapii zajęciowej Terapeuta Terapeuta Terapeuta	25	Porządkowe-5 dni w tyg.	Indywidualny i grupowy	-Nauka zachowywania porządku i czystości w zajmowanych pomieszczeniach oraz wokół siebie. -Wyrabianie nawyku systematyczności. -Nabieranie umiejętności dbania o wspólne dobro.

		Psycholog Kierownik				
5.	Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi Załącznik nr. 2	Psycholog Terapeuta Terapeuta	25	Min.1 x w miesiącu	Indywidualny i grupowy	-Umiejętność dokonywania zakupów. -Racjonalne korzystanie z posiadanych środków finansowych. -Umiejętność planowania wydatków. -Rozgraniczenie pomiędzy wydatkami pierwszej potrzeby a drugorzędnymi.
6.	Zajęcia artystyczno-plastyczne Szkolenie w zakresie BHP w prac. artystyczno-plastycznej. Przykładowe tematy zaplanowanych zajęć: 1.Wiosenna, letnia, jesienna, zimowa; aranżacje pracowni plastycznej w zależności od pory roku (okna, drzwi, meble) 2. Kartki okolicznościowe - bożonarodzeniowe, wielkanocne 3. Prace o tematyce wiosennej, letniej, jesiennej, zimowej malowane farbami (akwarele,	Terapeuta Terapeuta	25	3 x w tyg.	Grupowe	-Podtrzymywanie i rozwój umiejętności manualnych i plastycznych uczestników. -Poznanie różnorodnych technik plastycznych. -Uwrażliwienie na estetykę prac. - Upamiętnianie ważnych okoliczności – święta, jubileusze. -Nauka bezpiecznego korzystania z narzędzi i przyborów znajdujących się w pracowni. -Ćwiczenie sprawności manualnej oraz koordynacji wzrokowo-ruchowej.

	akryle, plakatowe), kredkami (suche pastele, pastele olejne, świecowe, ołówkowe), wyklejane plasteliną, mozaiką z papieru, prace z darów natury, papieru, wytłoczek po jajkach, folii, wstążek, sznurków itp. 4. Prace ceramiczne: •miseczki serduszka na walentynki •miski w kwiaty, miski rzeźbione, miski z odciskami różnych faktur, miski z kulek i wałeczków •miseczki jeże •anioły stojące, wiszące •talerze z wzorami malowanymi angobami oraz wydrapywane, •doniczki z wzorem z serwetek, w kształcie zwierzątek, z kwiatami. •wiosenny wianek z kwiatami •wazon •świeczniki bożonarodzeniowe i wielkanocne •figurki: kurki, zajączki, mikołaje, słoniki, choinki					-Wyrabianie nawyku ekonomicznego korzystania z przyborów oraz materiałów plastycznych -Trenowanie podstawowych umiejętności plastycznych (odrysowywanie, rysowanie, wycinanie, klejenie). -Ćwiczenie sprawności manualnej w zakresie dokładności, staranności i precyzji. -Nauka umiejętności spędzania wolnego czasu w sposób twórczy. -Rozwijanie wyobraźni, kreatywności oraz zainteresowań uczestników. -Utrwalenie wiedzy wcześniej zdobytej przez powtarzanie czynności.
--	---	--	--	--	--	--

	5. Kwiaty z papieru ze wstążek, bibuły, wytłoczek po jajkach 6. Aranżacje na okna i drzwi o tematyce czterech pór roku 7. Prace z guzików i koralików 8. Anioły i gwiazdki z makramy 9. Praca z kamieni: obraz przedstawiający uczestników ośrodka 10. Prace robione techniką: quilingu decoupage oraz papierowej wikliny					
7.	Zajęcia modelarsko-stolarskie Szkolenie z zakresu BHP w pracowni Przykładowe tematy zaplanowanych zajęć: 1. Odnowienie stolika ogrodowego. 2. Odnowienie i naprawa ławki ogrodowej. 3. Półki pod kwiaty do ośrodka. 4. Drewniany karmnik dla ptaków. 5. Ramki do prac z batiku na Dzień Matki.	Terapeuta	25	2 x w tyg.	Grupowe	-Nabywanie umiejętności prawidłowego i bezpiecznego korzystania z dostępnych narzędzi. -Nabywanie umiejętności drobnych napraw. -Nabywanie umiejętności szlifowania za pomocą papieru ściernego o różnej gradacji. -Nabywanie umiejętności cięcia przy użyciu pił ręcznych i wyrzynarek elektrycznych. -Nabywanie umiejętności odpylania i malowanie lakierem bezbarwnym.

	7. Wypalanie wzorów geometrycznych w drewnie. 8. Prace stanowiące tło lub podstawy prac z pracowni plast. 9. Drobne prace konserwatorskie 10. Bożonarodzeniowe zawieszki z plastrów drewna ozdabiane decoupage, malowane farbami, wypalane wypalarką 11. Drewniane gry: memory, puzzle, układanki. 12. Drewniane figurki z kawałka drewna: mikołaje , skrzaty 13. Szopka betlejemska z drewna 17. Adventowy świecznik z drewna 18. Anioły z drewna					-Kształtowanie umiejętności twórczego myślenia. -Nabywanie umiejętności wykonywania połączeń wiązanych. -Nauka strugania i pasowania elementów drewnianych. -Kształtowanie umiejętności malowania, dekorowania, klejenia drewna i papieru.
8.	Zajęcia botaniczno-ogrodnicze Szkolenie z zakresu BHP w pracowni przyrodniczo-ogrodnicz. Przykładowe tematy zaplanowanych zajęć:	Terapeuta	20	1 x w tyg. IX-III a 2 x w tyg. IV-X	Grupowe	-Nabywanie umiejętności prawidłowego i bezpiecznego korzystania z dostępnych narzędzi ogrodniczych. -Doskonalenie umiejętności samodzielnego wykonywania prostych prac w ogródku. -Uwrażliwianie na piękno przyrody i świata roślin.

1. Zamiatanie chodnika i podjazdu przed ośrodkiem. 2. Zamiatanie kostki przed salką sportową i stolarnią. 3. Usuwanie chwastów z kostki przed ośrodkiem, salką sportową i stolarnią. 4. Przycinanie drzewek i krzewów na wiosnę. 5. Koszenie trawnika przed ośrodkiem. 6. Mycie chromowanych poręczy przed ośrodkiem. 7. Sprzątanie zwiędłych i przekwitniętych roślin z rabatek przed ośrodkiem i koło stolarni. 8. Odchwaszczanie rabatek przed ośrodkiem, salką sportową i koło stolarni. 9. Przycinanie regularne bluszczu. 10. Podlewanie roślin w donicach wystawionych przed wejściem do ośrodka. 11. Sadzenie nowych roślin w donicach przed ośrodkiem. 12. Przekopanie pergoli przed ośrodkiem w celu usunięcia					-Utrwalanie umiejętności posługiwania się narzędziami ogrodniczymi. -Nabranie umiejętności dbania o wspólne dobro. -Wyrabianie nawyku systematyczności poprzez pielęgnację roślin.
--	--	--	--	--	---

	zachwaszczającej rośliny – „Podagrycznik” 13. Zbieranie szyszek świerkowych opadłych na teren przed naszym ośrodkiem. 14. Grabienie liści na jesień. 15. Dbanie o rośliny doniczkowe w ośrodku (dosypywanie ziemi , usuwanie zeschniętych liści). 16. Granie w gry o tematyce przyrodniczej(Na Grzyby, Sokole Oko , Łap Zwierzaka) jako pomoc i zachęta do rozmów na tematy przyrodnicze. 17. Oglądanie filmów przyrodniczych , rozmowa o ich treści i zdobytych informacjach. 18. Wykonywanie prac o tematyce przyrodniczej techniką batiku. 19. Przycięcie tui rosnących przed salką sportową. 20. Założenie albumu o motylach.					
II.	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	Psycholog	25	2 x w tyg.	Ind. i grupowe.	

1.	Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami i innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, urzędach, instytucjach kultury Przykładowe tematy zaplanowanych zajęć: 1.Rozwijanie umiejętności rozpoznawania, nazywania i wyrażania emocji. 2.Radzenie sobie z trudnymi emocjami, tj. złość, strach, zawstydzenie, odmowa 3.Kształtowanie umiejętności wyrażania uwag i krytyki oraz ich przyjmowania w sposób akceptowany społecznie 4.Rozwijanie umiejętności postępowania w sytuacji konfliktu; przedstawianie własnego stanowiska 5.Rozwijanie umiejętności postępowania w nowych i trudnych sytuacjach (np. sytuacja rywalizacji, porażki, choroby itp.)	Psycholog	25	2 x w tyg.	Ind. i grupowe.	-Przestrzeganie i stosowanie z większym zrozumieniem zasad funkcjonowania w grupie oraz współżycia społecznego. -Radzenie sobie w nowych i trudnych sytuacjach. -Rozumienie uczuć własnych oraz innych osób. -Odpowiednie reagowanie na krytykę i pochwałę. -Wzmocnienie poczucia własnej wartości. -Rozumienie związków przyczynowo-skutkowych. -Zwiększenie koncentracji i uwagi. -Podniesienie poziomu koordynacji wzrokowo – ruchowej. -Usprawnienie pamięci słuchowej i wzrokowej; -Zwiększenie kompetencji językowych (werbalizowanie opinii, konstruowanie wypowiedzi, płynność językowa, wzbogacenie słownictwa) -Uczenie samodzielności i dbałości o własne sprawy.
----	---	-----------	----	------------	-----------------	---

6.Radzenie sobie ze stresem 7.Poznawanie siebie, swoich mocnych i słabych stron 8.Budowanie poczucia własnej wartości i pozytywnej samooceny 9.Umiejętność wyrażania własnych potrzeb i asertywne prezentowanie swojego zdania. 10.Proszenie o pomoc i pomaganie innym. 11.Kształtowanie umiejętności zachowania się w miejscach publicznych 12.Rozwijanie i utrwalanie znajomości norm społecznych 13.Rozumienie i poprawne nazywanie cech i wartości tj.: odpowiedzialność, prawdomówność, sprawiedliwość, empatia 14.Rozwijanie kompetencji językowych i gotowości do samodzielnych wypowiedzi, wzbogacanie słownictwa 15.Usprawnianie pamięci oraz stymulowanie funkcji poznawczych 16.Rozwijanie umiejętności szukania i selekcji informacji					
--	--	--	--	--	--

	(przygotowywanie materiałów na gazetkę ścienną) 17.Trening edukacyjny (pisanie, czytanie, liczenie, poprawne określanie czasu, itp.) 18.Rozwijanie wiedzy na tematy społeczne, np. zdrowy styl życia, reklama, stereotypy, social media, ekologia.					
2.	Zajęcia społeczności	Kierownik Terapeuta	25	1 x w tygodniu dla dwóch grup	Grup.	Wspólne zebranie uczestników i kadry będą miały na celu omówienie różnych wydarzeń związanych z życiem ośrodka. Będzie to czas i miejsce na omówienie różnego rodzaju trudności interpersonalnych pojawiających się podczas codziennego wspólnego funkcjonowania. Przypominane będą normy i zasady ułatwiające wzajemne współżycie. Proponowane przez kadrę lub samych podopiecznych wspólne wyjścia lub inne formy spędzenia czasu. Będą zapadały decyzje na temat wspólnych wycieczek, imprez kulturalnych lub integracyjnych. Zebrania będą służyły również uczeniu się otwartości, komunikatywności, kompromisu, odpowiedzialności i wzajemnej tolerancji.

III	Trening umiejętności komunikacyjnych	Psycholog	20	min. 2 x w miesiącu		
1.	W tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej Załącznik nr.2	Psycholog	20	min. 2 x w miesiącu	Ind. i grup.	-Polepszenie komunikacji z wymienionymi osobami -Polepszenie komunikacji pomiędzy wszystkimi uczestnikami -Uświadomienie uczestnikom sposobów sprawniejszej komunikacji i lepszego zrozumienia ich gorzej funkcjonujących kolegów. -Kształtowanie współpracy i odczucia wspólnoty w grupie, wzajemnej pomocy i szacunku dla siebie; -Rozwijanie znajomości i świadomości komunikacji niewerbalnej -Piktogramy (alternatywna forma komunikacji)
IV.	Trening umiejętności spędzania wolnego czasu:	Instruktor Terapii zajęciowej Terapeuta Terapeuta Terapeuta	25	5 x w tyg.	Ind. i grup.	

		Psycholog Kierownik				
1.	Trening rozwijania zainteresowań literaturą Streszczenia, fragmenty, opowiadania, bajki, wiersze. Znane i popularne utwory – czytane lub odtwarzane z audiobooka	Instruktor Terapii zajęciowej Terapeuta Terapeuta Terapeuta Psycholog	w tym jw.	w tym jw.	i Indywidualny grupowy	-Zaznajamianie z literaturą i poezją. -Kreatywne spędzanie wolnego czasu z literaturą i poezją.
2.	Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi lub telewizyjnymi	Instruktor Terapii zajęciowej Terapeuta Terapeuta Terapeuta Psycholog	w tym jw.	w tym jw.	i grupowy Indywidualny	Nauka umiejętności dokonywania, wyrażania oceny postępowania głównych bohaterów(zajęcia filmowe). Omawianie tematu, problemu danego słuchowiska bądź audycji radiowej.
3.	Trening rozwijania zainteresowań Internetem	Instruktor	w tym jw.	w tym jw.	Indywidu alny i grupowy	Nabycie umiejętności szukania potrzebnych informacji oraz tematów z kręgu zainteresowań.

		Terapii zajęciowej Terapeuta Terapeuta Terapeuta Psycholog				
4.	Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych	Kierownik	25	wg. harmonogramu na dany rok Zał. Nr 2	Indywidualny i grupowy	- Organizacja spotkań na terenie ŚDS umożliwia lepszą integrację uczestników między sobą, wzmacnia poczucie przynależności. - Udział uczestników w konkursach i przeglądach artystycznych powoduje poszerzenie zainteresowań oraz stworzenie możliwości zaprezentowania własnych pasji i talentów. -Wyjazdy, wycieczki, spotkania w innych placówkach sprzyjają integracji społecznej oraz powodują poszerzenie ogólnej wiedzy o kulturze, sztuce oraz otaczającym świecie.
5.	Zajęcia muzyczne	Terapeuta	w tym jw.	w tym jw.	Grup.	-Kształtowanie wrażliwości muzycznej.

	- Wspólne śpiewanie wybranych piosenek ze śpiewnika - Elementy taneczne z wykorzystaniem muzyki i ruchu ciała - Ćwiczenia rytmiczne – nauka i utrwalanie rytmiki w utworach - Odgadywanie muzycznych zagadek - Dopasowywanie rytmu do piosenki, z wykorzystaniem posiadanych instrumentów, lub z wykorzystaniem innych dostępnych sposobów - Zachęcanie do śpiewu indywidualnego na forum grupy - Ćwiczenia dykcji, połączone z rozgrzaniem i ćwiczeniem aparatu artykulacyjnego					-Zainteresowanie różnymi formami kontaktu z muzyką. -Rozwijanie i utrwalanie uzdolnień muzycznych, poczucia rytmu. -Kształtowanie percepcji muzycznej. -Dobra zabawa.
6.	Zajęcia integracyjne - Ćwiczenie spostrzegawczości na bazie posiadanych gier - Wspólne omawianie pytań z gier 5sekund/kalamburów itp - Omawianie różnych zawodów oraz cech dla nich	Terapeuta Terapeuta	w tym jw.	w tym jw.	Grup.	-Ćwiczenie spostrzegawczości i pamięci. -Umiejętności dopasowywania się do zasad i reguł. -Budowanie pozytywnych relacji w grupie.

	charakterystycznych - Ćwiczenie umiejętności czytania - Grupowe i indywidualne ćwiczenie funkcji poznawczych (treningi pamięciowe, na bazie różnych ćwiczeń) - Zagadki					-Zaspokajanie potrzeby akceptacji i poczucia bezpieczeństwa w grupie. -Zapoznavanie z technikami twórczego myślenia. -Ćwiczenie umiejętności myślenia przyczynowo – skutkowego. -Zwiększenie koncentracji uwagi.
V.	Poradnictwo psychologiczne (krótki opis) Indywidualne spotkania z uczestnikami lub rodzicami i opiekunami w celu porady dotyczącej bieżącej sytuacji, problemu, zagadnienia.	Psycholog	wg potrzeb	wg potrzeb	Indywidualnie	-Pomoc w rozwiązaniu bieżącej, trudnej lub konfliktowej sytuacji. -Wsparcie psychologiczne. -Pomoc w zrozumieniu i akceptacji trudnej sytuacji lub zdarzenia.
VI.	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych (krótki opis)	Instruktor Terapii zajęciowej Terapeuta Terapeuta Terapeuta	wg potrzeb	wg potrzeb	indywidualnie	Terapeuci służą radą, kontaktują się z rodzicami oraz jeśli jest taka potrzeba sami pozyskują informacje na temat spraw urzędowych oraz pokazują jak można zdobyć potrzebne informacje lub załatwić konkretną sprawę. Udostępnienie samochodu lub wspólny wyjazd do urzędu, przychodni, punktu konsultacyjnego itp.

		Psycholog Kierownik				
VII.	Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych	Instruktor Terapii zajęciowej Terapeuta Terapeuta Terapeuta Psycholog Kierownik	wg potrzeb	wg potrzeb	Indywidualnie lub grup.	Udostępnienie samochodu lub wspólny wyjazd do przychodni, punktu konsultacyjnego itp.
1.	Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza	jw.	wg potrzeb	wg potrzeb	wg potrzeb	Dotychczas - brak potrzeb
2.	Pomoc w zakupie leków	jw.	wg potrzeb	wg potrzeb	wg potrzeb	Wspólne z uczestnikiem wyjście do apteki.
3.	Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia	jw.	wg potrzeb	wg potrzeb	wg potrzeb	Wspólne z uczestnikiem wyjście do przychodni, punktu konsultacyjnego itp. lub zawieszenie uczestnika samochodem służbowym.
VIII.	Niezbędna opieka					
1.	w tym dla uczestników z niepełnosprawnościami sprzężonymi lub spektrum	Instruktor	wg potrzeb	wg potrzeb	Indywidualnie lub grup.	W stosunku do wymienionych uczestników roztoczona będzie indywidualna opieka terapeutyczna oraz indywidualne zajęcia. Najslabiej

	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	Terapii zajęciowej Terapeuta Terapeuta Terapeuta Psycholog Kierownik				funkcjonujący uczestnicy mają dostosowany program indywidualnej pracy w ŚDS. Podczas wspólnych wyjazdów na pikniki, spotkania lub wycieczki będą również pod opieką lepiej funkcjonujących kolegów. W celu zapewnienia jeszcze większego bezpieczeństwa i opieki podczas wyjazdów zapraszani będą rodzice słabiej funkcjonujących uczestników.
IX.	Terapia ruchowa:	Terapeuta Terapeuta Instruktor Terapii zajęciowej	25	3 dni w tyg.	Indywidualnie lub grup.	
1.	Zajęcia sportowe - Doskonalenie umiejętności gry w „Bule” na nieco uproszczonych zasadach - Ćwiczenia ruchowe na świeżym powietrzu z wykorzystaniem dostępnych sportowych przyborów - Ćwiczenie umiejętności rzutu i chwytania piłki,	Terapeuta Terapeuta Instruktor Terapii zajęciowej	25	3 dni w tyg.	Indywidualnie lub grup.	- Kształtowanie i utrwalanie wiedzy na temat aktywnego spędzania czasu wolnego. - Utrzymanie sprawności fizycznej. - Wdrażanie i aktywizowanie w zakresie różnych form aktywnego spędzania czasu. - Kształtowanie umiejętności koncentracji na zadaniu. - Wspólna zabawa

	- Piłkarzyki, Tenis stołowy, Airhokey					
2.	Turystyka i rekreacja 1.Jednodniowa wycieczka autokarowa - nie ustalono jeszcze miejsca (maj-czerwiec) 2.Jednodniowa wycieczka autokarowa - nie ustalono jeszcze miejsca (wrzesień-październik) 3.Udział przynajmniej w jednej imprezie sportowej lub integracyjnej (maj - wrzesień)	Instruktor Terapii zajęciowej Terapeuta Terapeuta Terapeuta Psycholog Kierownik	25	Wg. harmonogramu na dany rok Załącz. Nr 2	Grup.	
X.	Całodobowe wyżywienie dla uczestników skierowanych na pobyt całodobowy	Nie dotyczy				
XI.	Umożliwienie uczestnikom skierowanym na pobyt dzienny spożywania gorącego posiłku 1) Posiłek przygotowywany będzie głównie w ramach treningu kulinarnego. 2) Uczestnicy będą mogli korzystać z posiłków	Instruktor Terapii zajęciowej Terapeuta Terapeuta Terapeuta	25	5 dni w tygodniu	Grup.	1) Możliwość spożywania gorącego posiłku połączona z ćwiczeniem umiejętności jego przygotowania. 2) Możliwość spożycia gorącego posiłku z uwzględnieniem indywidualnej diety lub zaleceniami lekarza. 3) Możliwość spożycia gorącego posiłku podczas nieprzewidywanych zdarzeń np.

	przynoszonych przez siebie, które na ich życzenie będą podgrzewane w kuchni elektrycznej lub mikrofalowej. 3) W razie potrzeby będą zamawiane usługi cateringowe.	Psycholog				awarii kuchni, kuchenki, przerwy w dostawie prądu, gazu itp.
XII.	Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy					Formami przygotowującymi do ewentualnego podjęcia pracy będą zajęcia modelarsko-stolarskie gdzie uczestnicy będą mieli do czynienia z nabywaniem umiejętności posługiwania się narzędziami naprawczymi. Zajęcia ogrodnicze i wykonywanie prac związanych z dbaniem o ogród oraz zajęcia kulinarne.
XIII.	Usługi transportowe Stan funkcjonowania uczestników nie wymaga asysty terapeuty podczas jazdy. Za rozkład jazdy, dowóz oraz zadanie odpowiedzialny jest kierownik	Kierowca	25	5 dni w tygodniu	grupowo	ŚDS Radzymin dysponuje samochodem marki Ford Transit Custom Trend Kombi (9 os.) z 2016 roku. Samochód jest własnością Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej. Wszelkie koszty związane z eksploatacją samochodu ponosi ŚDS Radzymin. Aktualnie z usług transportu korzysta 23 uczestników ŚDS Radzymin.
XIV.	Szkolenie kadry	Kierownik ŚDS				Zgodnie z §23 Rozporządzenia planuje się co najmniej raz na 6 miesięcy, szkolenie dla pracowników w zakresie tematycznym wynikającym ze zgłoszonych przez nich potrzeb, związanych z funkcjonowaniem domu. Jedno szkolenie

						będzie szkoleniem wewnętrznym. Organizacja szkoleń ZWA nie będzie zakłócała właściwej organizacji pracy domu.
XV.	Spotkania ZWA	Kierownik ŚDS		4 x w miesiącu		Są to co tygodniowe spotkania ZWA w ramach których omawiane są bieżące sprawy, problemy oraz omawiani są uczestnicy w ramach podsumowań półrocznych. Organizacja ww. zebrań ZWA nie będzie zakłócała właściwej organizacji pracy domu.
XVI.	Współpraca ŚDS z innymi instytucjami (jakimi - wskazać) OPS, PCPR, ŚDS	Instruktor Terapii zajęciowej Terapeuta Terapeuta Terapeuta Psycholog Kierownik	25	Zgodnie potrzebami uczestników w celu ich integracji społecznej		OPS/PCPR - współpraca będzie dotyczyła wymiany informacji na temat w oferty ŚDS w stosunku do aktualnych i potencjalnych uczestników, wywiadów środowiskowych oraz konsultacji w zakresie ew. problemów rodzinnych jak i formalnych. ŚDS Ząbki, ŚDS Tłuszcz, ŚDS Wołomin, ŚDS Nowy Dwór M., ŚDS Mrozy - Wymiana doświadczeń w pracy osobami niepełnosprawnymi intelektualnie. Konsultacje w zakresie pracy terapeutycznej i środowiskowej.
XVII.	Zajęcia klubowe	brak				brak
XVIII.	Organizowanie imprez i spotkań okolicznościowych.	Kierownik	25	wg. harmonogramu na dany rok	grupowo	- Organizacja spotkań na terenie ŚDS umożliwia lepszą integrację uczestników

						między sobą, wzmacnia poczucie przynależności. - Udział uczestników w konkursach i przeglądach artystycznych powoduje poszerzenie zainteresowań oraz stworzenie możliwości zaprezentowania własnych pasji i talentów. -Wyjazdy, wycieczki, spotkania w innych placówkach sprzyjają integracji społecznej, powodują poszerzenie ogólnej wiedzy o kulturze, sztuce oraz otaczającym świecie.
XIX.	Kierunki dalszego rozwoju lub inne fakultatywne usługi Dopuszcza się możliwość zorganizowania. warsztatów z zewnątrz.	Kierownik	25	1 – 2 x w roku	grupowe	Urozmaicenie zajęć poprzez warsztaty z zewnątrz.

Załączniki do planu pracy:

Załącznik nr 1 - Harmonogram zajęć w tygodniu

Załącznik nr 2 - Harmonogram zajęć prowadzonych rzadziej niż raz w tygodniu oraz harmonogram imprez, spotkań okolicznościowych, towarzyskich i kulturalnych.

/-/ Jarosław Załucki
data i podpis dyrektora/kierownika ŚDS

Załącznik nr 1

<i>RAMOWY, TYGODNIOWY HARMONOGRAM ZAJĘĆ ŚDS RADZYMIN</i>				
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Organizacja transportu 8.00 – 8.45 I gr. 8.45 – 9.30 II gr.	Organizacja transportu 8.00 – 8.45 I gr. 8.45 – 9.45 II gr.	Organizacja transportu 8.00 – 8.45 I gr. 8.45 – 9.45 II gr.	Organizacja transportu 8.00 – 8.45 I gr. 8.45 – 9.45 II gr.	Organizacja transportu 8.00 – 8.45. I gr. 8.45 – 9.45 II gr.
8.45 – 11.30 Zajęcia świetlicowe	8.45 – 9.45 Zajęcia świetlicowe I gr.	8.45 – 9.45 Zajęcia świetlicowe I gr.	8.45 – 9.45 Zajęcia świetlicowe I gr	8.45 – 9.45 Zajęcia świetlic. I gr
10.00 – 11.30 Zebranie terapeutów: - Omawianie Indywidualnych kart oceny postępowania wspierająco-aktywizującego dla 2-3 osób. - Omawianie bieżących spraw	9.45 – 11.30 Zajęcia w pracowniach: - kulinarnej, - stolarsko-modelarskiej, - botaniczno-ogrodniczej, - trening umiejętności społecznych i interspers., lub trening komunikacji - trening umiejętności organizacji czasu wolnego	9.45 – 11.30 Zajęcia w pracowniach: - kulinarnej, - artystyczno-plastycznej, - stolarsko-modelarskiej, - trening umiejętności społecznych i interspers. lub trening komunikacji - trening umiejętności organizacji czasu wolnego	9.45 – 11.30 Zajęcia w pracowniach: - kulinarnej, - artystyczno-plastycznej, - botaniczno-ogrodniczej, - trening umiejętności organizacji czasu wolnego - zajęcia ruchowe	9.45 – 11.30 Zajęcia w pracowniach: - kulinarnej, - artystyczno-plastycznej, - botaniczno-ogrodniczej, - stolarsko-modelarskiej - trening umiejętności organizacji czasu wolnego - zajęcia ruchowe
11.30 – 12.00 przerwa – drugie śniadanie	11.30 – 12.00 przerwa – drugie śniadanie	11.30 - 12.00 przerwa – drugie śniadanie	11.30 – 12.00 przerwa – drugie śniadanie	11.30- 12.00 przerwa – drugie śniadanie
12.00 – 12.10 Anioł Pański – dla chętnych 12.10 - 12.40 SPOŁECZNOŚĆ	12.00 – 12.10 Anioł Pański – dla chętnych 12.10 – 12.40 SPOŁECZNOŚĆ	12.00- 12.10 Anioł Pański – dla chętnych	12.00 – 12.10 Anioł Pański – dla chętnych	12.00- 12.10 Anioł Pański – dla chętnych

12.40 – 13.30 Zajęcia w pracowniach: - kulinarnej, - artystyczno-plastycznej, - stolarsko-modelarskiej, - trening umiejętności społecznych i interspers. lub trening komunikacji - Zajęcia ruchowe	12.40 – 13.30 Zajęcia w pracowniach: - kulinarnej, - stolarsko-modelarskiej, - botaniczno-ogrodniczej, - trening umiejętności społecznych i interspers., lub trening komunikacji	12.10 – 13.30 Zajęcia w pracowniach: - kulinarnej, - artystyczno-plastycznej, - stolarsko-modelarskiej, - trening umiejętności społecznych i interspers. lub trening komunikacji	12.10 – 13.30 Zajęcia w pracowniach: - kulinarnej, - artystyczno-plastycznej, - botaniczno-ogrodniczej, - trening umiejętności organizacji czasu wolnego	12.10 – 13.30 Zajęcia w pracowniach: - kulinarnej, - artystyczno-plastycznej, - botaniczno-ogrodniczej, - stolarsko-modelarskiej - trening umiejętności organizacji czasu wolnego
13.30 – 14.00 Przerwa obiadowa	13.30 – 14.00 Przerwa obiadowa	13.30 – 14.00 Przerwa obiadowa	13.30 – 14.00 Przerwa obiadowa	13.30 – 14.00 Przerwa obiadowa
14.00 – 16.00 - Ciąg dalszy powyższych zajęć i treningów - Trening umiejętności organizacji czasu wolnego - Zajęcia porządkowe	14.00 – 16.00 - Trening umiejętności organizacji czasu wolnego - Zajęcia porządkowe - Poradnictwo psychologiczne - Zajęcia indywidualne	14.00 – 16.00 - Trening umiejętności organizacji czasu wolnego - Zajęcia porządkowe - Zajęcia indywidualne - Zajęcia ruchowe	14.00 – 16.00 - Trening umiejętności organizacji czasu wolnego - Zajęcia porządkowe - Poradnictwo psychologiczne - Zajęcia indywidualne	14.00 – 16.00 - Trening umiejętności organizacji czasu wolnego - Zajęcia porządkowe - Zajęcia indywidualne - Zajęcia ruchowe
Organizacja transportu 15.00 – 16.00 I gr. 16.00 – 17.00 II gr..	Organizacja transportu 15.00 – 16.00 I gr. 16.00 – 17.00 II gr.	Organizacja transportu 15.00 – 16.00 I gr. 16.00 – 17.00 II gr.	Organizacja transportu 15.00 – 16.00 I gr. 16.00 – 17.00 II gr.	Organizacja transportu 15.00 – 16.00 I gr. 16.00 – 17.00 II gr.

Załącznik nr 2

Trening dbałości o wygląd zewnętrzny

Opis działań	Przewidywane efekty
1. Kształtowanie pozytywnej postawy wobec siebie i swojego wyglądu. 2. Wygląd zewnętrzny -wpływ wizerunku na budowanie relacji i postrzeganie nas przez innych. 3. Uśmiech i pozytywne nastawienie do otoczenia. 4. Higieniczny tryb życia i jego wpływ na wygląd -czystość ciała i ubrań -regularne ćwiczenia, -higiena snu, -ochrona przed słońcem -zdrowe odżywianie -unikanie używek 5. Ubiór naszą wizytówką - czystość i schludność - dobór ubioru w zależności od pogody i okoliczności.	Nabywanie umiejętności doboru garderoby adekwatnego do pogody i okoliczności. - Dbłość o czystość i estetykę bielizny, odzieży i obuwia. - Samodzielność i dokładność w czynnościach rozbierania się i ubierania. - Umiejętność posługiwania się drobnym sprzętem AGD tj. suszarka, lokówka, prostownica.

6. Doskonalenie umiejętności higienicznych poszerzonych o zabiegi estetyczno-kosmetyczne -proste fryzury -malowanie paznokci, makijaż - stosowanie kosmetyków pielęgnacyjnych 7. Doskonalenie umiejętności samoobsługi przy użyciu prostego sprzętu (suszarka, lokówka) i dostarczenie informacji na temat przestrzegania zasad bezpieczeństwa używania urządzeń. 8.Rozwijanie zainteresowań modą i funkcjonalnością ubioru. Metody pracy: pogadanki, demonstracja na materiałach pomocniczych, film, instruktaż, trening praktyczny.	
--	--

Trening higieny

Opis działań	Przewidywane efekty
1. Higieniczny tryb życia i jego wpływ na zdrowie. 2. Higieniczny dom i jego otoczenie (czystość, oświetlenie, hałas, środki czystości). 3. Poznawanie podstawowych zasad higieny osobistej. 4. Higiena osobista (codzienne mycie i pielęgnacja ciała, prawidłowe mycie rąk).	Umiejętność samodzielnego mycia ciała: rąk, twarzy, jamy ustnej, włosów itp. - Umiejętność bezpiecznego używania środków czystości, kosmetyków pielęgnacyjnych oraz przyborów toaletow. - Dbłość o czystość i estetykę bielizny. - Kształtowanie nawyków dbania o codzienną higienę osobistą oraz

5. Higiena włosów, skóry i paznokci. 6. Higiena jamy ustnej (skutki próchnicy dla zdrowia całego organizmu) 7. Skutki i konsekwencje zaniedbania higieny osobistej (choroby, pasożyty, zakażenia, ostracyzm społeczny) 8. Czystość, estetyka i funkcjonalność ubioru. 9. Bezpieczne odżywianie się. -zasady racjonalnego odżywiania i zwyczaje żywieniowe -zanieczyszczenia żywności (pasożyty, bakterie, skażenia chemiczne) - zasady „czystości” przy sporządzaniu posiłków 10. Odpoczynek, relaks, i sport formą na zachowanie higieny psychicznej. Metody pracy: filmy instruktażowe, pogadanki, praca z internetem, gry, zabawy, materiały poglądowe.	estetycznego i higienicznego korzystania z toalety.
--	--

Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi

Opis działań	Przewidywane efekty
Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi	-Umiejętność dokonywania zakupów. -Racjonalne korzystanie z posiadanych środków finansowych.

1. Czym jest pieniądz- poznawanie nominałów pieniądza. 2. Poznanie wartości pieniądza jako środka płatniczego-„czyli co można za to kupić”- nauka liczenia. 3. Budżet domowy – i jego planowanie. -opłacanie rachunków -zakup artykułów pierwszej potrzeby 4. Samodzielne zakupy i dokonywanie płatności. Paragon jako dowód zakupu. 5. Inne sposoby robienia zakupów (internet, aukcje ,sklep samoobsługowy, u sprzedawcy) 6. Nauka obsługi bankomatu i posługiwania się kartą bankomatową. - alternatywne sposoby płatności (karta, gotówka, blik, przelew) 7. Oszczędzanie (skarbonka, rodzaje kont bankowych, zakupy sezonowe) 8. Jak nie ulegać chwytom reklamowym? 9. Bezpieczne noszenie portfela, unikanie zagrożeń kradzieżą. 10. Stopniowanie potrzeb zakupowych. Metody pracy: rozmowy, instruktaż, gry, łamigłówki, scenki, demonstracja na materiałach pomocniczych. Metody pracy: praktyka w sklepie, w kasach, instruktaż, gry, łamigłówki, scenki, demonstracja na materiałach pomocniczych.	-Umiejętność planowania wydatków. -Rozgraniczenie pomiędzy wydatkami pierwszej potrzeby a drugorzędnymi.
--	--

Trening umiejętności komunikacyjnych

Opis działań	Przewidywane efekty
W tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej 1.Rozwijanie umiejętności komunikacyjnych (zadawanie pytań, uważne słuchanie, prowadzenie dyskusji, różnicowanie sposobów mówienia w zależności od rodzaju kontaktu oraz relacji pomiędzy rozmówcami, posługiwanie się zwrotami grzecznościowymi adekwatnie do sytuacji) 2.Rozwijanie świadomości i znajomości form komunikacji niewerbalnej 3.Piktogramy jako alternatywna forma komunikacji	-Polepszenie komunikacji z w/w osobami -Polepszenie komunikacji pomiędzy wszystkimi uczestnikami -Uświadomienie uczestnikom sposobów sprawniejszej komunikacji i lepszego zrozumienia ich gorzej funkcjonujących kolegów. -Kształtowanie współpracy i odczucia wspólnoty w grupie, wzajemnej pomocy i szacunku dla siebie; -Rozwijanie znajomości i świadomości komunikacji niewerbalnej -Piktogramy (alternatywna forma komunik.

Wszystkie wymienione powyżej zajęcia będą odbywały się z częstotliwością nie mniejszą niż opisaną w Planie Pracy na 2024.

Harmonogram imprez, spotkań okolicznościowych, towarzyskich i kulturalnych.

Opis działań	Przewidywane efekty
1. Organizacja Świąt Wielkanocnych dla uczestników (kwiecień) 2. Jednodniowa wycieczka autokarowa - nie ustalono jeszcze miejsca (maj-czerwiec)	- Organizacja spotkań na terenie ŚDS umożliwia lepszą integrację uczestników między sobą, wzmacnia poczucie przynależności.

3. Jednodniowa wycieczka autokarowa - nie ustalono jeszcze miejsca (wrzesień-październik) 4. Udział przynajmniej w jednej imprezie sportowej lub integracyjnej (maj lub wrzesień) 5. Aktywny udział przynajmniej w jednej imprezie o charakterze artystycznym lub estradowym (konkurs plastyczny, wokalny, taneczny) – IV kwartał 6. Udział w przedstawieniu teatralnym (październik) 7. Organizacja spotkania Bożonarodzeniowego (grudzień)	- Udział uczestników w konkursach i przeglądach artystycznych powoduje poszerzenie zainteresowań oraz stworzenie możliwości zaprezentowania własnych pasji i talentów. -Wyjazdy, wycieczki, spotkania w innych placówkach sprzyjają integracji społecznej oraz powodują poszerzenie ogólnej wiedzy o kulturze, sztuce oraz otaczającym świecie.
---	---