

UCHWAŁA NR VII-191/2026
ZARZĄDU POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO
Z DNIA 28 kwietnia 2026 r.

w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy na rok 2025 oraz Planu Pracy na rok 2026 Środowiskowego Domu Samopomocy w Rojkowie

Na podstawie art. 32 ust. 1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie powiatowym (t.j. Dz. U. z 2025 r., poz. 1684, z późn. zm.) oraz § 4 ust. 2 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (t.j. Dz. U. z 2020 r., poz. 249) Zarząd Powiatu Wołomińskiego uchwala, co następuje:

§ 1

1. Zatwierdza się opracowany przez Kierownika Środowiskowego Domu Samopomocy w Rojkowie, w uzgodnieniu z Wojewodą Mazowieckim, Plan Pracy na rok 2025 Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Rojkowie, w brzmieniu stanowiącym Załącznik Nr 1 do niniejszej uchwały.
2. Zatwierdza się opracowany przez Kierownika Środowiskowego Domu Samopomocy w Rojkowie, w uzgodnieniu z Wojewodą Mazowieckim, Plan Pracy na rok 2026 Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Rojkowie, w brzmieniu stanowiącym Załącznik Nr 2 do niniejszej uchwały.

§ 2

Wykonanie uchwały powierza się Kierownikowi Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Rojkowie.

§ 3

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

/-/ Arkadiusz Werelich

Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Rojkowie na 2025r.

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

Lp.	Usługi świadczone w ŚDS w roku 2025 <i>(przy poszczególnych usługach można zawrzeć syntetyczny opis działań)</i>	Osoba/osoby odpowiedzialna/e 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: Zajęcia ukierunkowane na kształtowanie samodzielności w życiu codziennym i wyrabianie właściwych nawyków.	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	30	5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz dodatkowo wymiennie z tr. spędzania czasu wolnego	grupowe lub indywidualne dla wybranych tematów treningowych	• dobieranie odzieży adekwatnie do okoliczności, pory roku i pogody, • umiejętność kontrolowania swojego wyglądu przed lustrem, • dbanie o stan i wygląd własnej odzieży, • nabycie poprawnych nawyków higienicznych, obserwacja swojego ciała i ewentualnych niepokojących zmian, • nabycie umiejętności prawidłowej obsługi sprzętu AGD, • samodzielne przygotowanie prostego posiłku, • umiejętność planowania posiłków i korzystania z przepisów kulinarnych, • poznanie zasad prawidłowego przechowywania żywności, • przestrzeganie diety, • poznanie wartości pieniądza oraz samodzielne dokonywanie zakupów.
1.	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	30	1 raz w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb,	grupowe lub indywidualne dla wybranych tematów treningowych	• dobieranie odzieży adekwatnie do okoliczności, pory roku i pogody, • dobieranie odzieży adekwatnie do rozmiaru, wieku, płci i upodobań uczestnika,

				wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu,		• umiejętność kontrolowania swojego wyglądu przed lustrem oraz dbania o schludny wygląd, • dbanie o stan i wygląd własnej odzieży, • umiejętność samodzielnego naprawiania odzieży, • umiejętność samodzielnego przebrania się w sytuacji zabrudzenia się itp., • nabycie umiejętności prawidłowej obsługi sprzętu AGD, prania, prasowania, układania ubrań.
2.	Trening nauki higieny	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny	30	1 raz w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu	grupowe lub indywidualne dla wybranych tematów treningowych	• regularna zmiana bielizny osobistej, • korzystanie z przedmiotów osobistego użytku, • nabycie prawidłowych nawyków higienicznych (dbanie o higienę osobistą całego ciała, właściwe korzystanie z przyborów toaletowych oraz różnych kosmetyków), • mycie rąk (po wyjściu z toalety, po powrocie do domu, przyjeździe z ulicy, przed posiłkami), • używanie chusteczek do nosa, • higiena jamy ustnej (stosowanie odpowiedniej pasty do zębów, regularna wymiana szczoteczki na nową) • poznanie i przestrzeganie zasad sanitarnych, • pielęgnacja paznokci (obcinanie paznokci obu rąk, posługiwanie się pilnikiem do paznokci) • pielęgnacja włosów (mycie, stosowanie odżywek, obsługa suszarki do włosów i przyrządów do modelowania), • obserwacja swojego ciała i ewentualnych niepokojących zmian, umiejętność skorzystania z wizyty u specjalisty

3.	Trening kulinarny	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • psycholog • opiekun medyczny podczas przerwy śniadaniowej i obiadu obecni są wszyscy pracownicy	30	5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowe podczas przerwy śniadaniowej i obiadu obecni są wszyscy uczestnicy	• nabycie i doskonalenie podstawowych umiejętności dla uczestników ze sprzętami: samodzielne spożycie posiłku, posługiwanie się sztućcami, odnoszenie po sobie naczyń, kulturalne zachowanie się przy stole i przestrzeganie zasad savoir vivre) • nabycie i doskonalenie podstawowych czynności: (krojenie, smarowanie i rozprowadzanie mas, gotowanie, smażenie, pieczenie - obróbka termiczna produktu przy wykorzystaniu różnych urządzeń), • samodzielne przygotowanie prostego posiłku, • bezpieczne korzystanie z narzędzi, przyborów i urządzeń kuchennych, obsługa sprzętu AGD, • praca zespołowa i wzajemna pomoc, • umiejętność dokonania zakupów (planowania posiłków, zakupy, płacenie za zakupy, poznanie zasad prawidłowego przechowywania żywności), • korzystanie z przepisów kulinarnych, • nabycie postaw prozdrowotnych oraz wiedzy dotyczącej konieczności stosowania diety, przestrzeganie diety, • nauka miar, wag i objętości, • umiejętność wykorzystania z dostępnych i alternatywnych produktów, nauka właściwości określonych produktów i ich wszechstronne wykorzystanie.
4.	Trening umiejętności praktycznych	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny	20	1 raz w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb,	grupowe lub indywidualne dla wybranych tematów treningowych	• obsługa sprzętu AGD, urządzeń i przyrządów gospodarstwa domowego (pralka, odkurzacze, żelazko, deska do prasowania, suszarka do ubrań, suszarka do włosów),

		psycholog		wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu,		- znajomość chemicznych środków czystości i ich przeznaczenia, - segregacja śmieci, ponowne wykorzystanie materiałów (recycling) - umiejętność dbania o otoczenie (sprzątanie pomieszczeń), - umiejętność estetycznego ślania łóżka, zmiany pościeli, - przestrzeganie zasad BHP urządzeń gospodarstwa domowego, - umiejętność pielęgnowania roślinności doniczkowej - umiejętność wykonywania drobnych czynności technicznych i serwisowych (wymiana worka w odkurzaczu, filtra, przykręcenie śrubki)
4.1	Zajęcia reedukacyjne Przypomnienie i ćwiczenie wiedzy powszechnej: czytanie, pisanie, rozumienie tekstu, kolory, kształty, zegar, godziny, itp.	- terapeuta zajęciowy - instruktor terapii zajęciowej - psycholog - opiekun medyczny	15	2 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu	grupowe	- reedukacja i podtrzymanie nabytych wcześniej umiejętności, - przypomnienie i utrwalanie wiadomości z zakresu wiedzy powszechnej, - ćwiczenie koncentracji i zapamiętywania, - ćwiczenie motoryki małej ułatwiającej pisanie - orientacja w czasie, odróżnianie pór roku i dnia.
5.	Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi	- terapeuta zajęciowy - instruktor terapii zajęciowej - psycholog	15	1 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu,	grupowe	- nauka liczenia, - poznanie wartości pieniądza i nominałów, - umiejętność dokonania zakupów (planowanie, zakupy, płacenie za zakupy) - orientacja w cenach, - korzystanie z usług banku, - obsługa bankomatu i osobistej karty płatniczej, - zarządzenie własnym budżetem, nauka oszczędzania,

						• umiejętność realizowania własnych potrzeb i zainteresowań.
6.	Zebranie społeczności	• kierownik • psycholog • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny	30	1 raz w tygodniu w wymiarze 1 godz.	grupowe	• kształtowanie w uczestnikach poczucia sprawczości i wpływu na życie ośrodka, • zebranie pomysłów uczestników na temat ewentualnych wydarzeń, zmian w planie zajęć, propozycji wyjść i wycieczek, • zebranie informacji zwrotnych od uczestników na temat aktualnie przeprowadzanych zajęć i bieżących spraw.
II.	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów: Kształtowanie pozytywnego wizerunku osoby niepełnosprawnej w miejscach publicznych; praktykowanie samodzielnego wypowiadania się i przytaczania swoich argumentów; zapoznanie z zasadami dyskusji.	• psycholog • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny	30	1 raz w tygodniu w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb w sytuacjach konfliktowych	grupowe lub indywidualne* (Zajęcia realizowane w formie psychodramy, pogadanki lub wyjść treningowych) *w sytuacjach konfliktowych, gdy wskazana jest konsultacja indywidualna	• nabycie umiejętności: (zachowań przydatnych w życiu społecznym i towarzyskim, rozpoznawanie własnych emocji oraz zarządzanie nimi, radzenie sobie w trudnych sytuacjach życiowych, rozwiązywanie problemów, radzenie sobie ze stresem, rozwiązywanie konfliktów w relacjach międzyludzkich) • nauka autoprezentacji, • poznawanie własnych możliwości oraz swoich mocnych i słabych stron, • wypełnianie ról społecznych, • rozumienie relacji społecznych i norm • przewidywanie konsekwencji (kształtowanie myślenia przyczynowo - skutkowego), • dbałość o kulturę języka i poprawność językową, • zachowanie uwzględniające kontekst (formalny, nieformalny), • stawianie granic własnych i respektowanie cudzych; • wyrażanie emocji przez sztukę oraz pisanie wierszy.
1.	Kształtowanie pozytywnych relacji	• terapeuta zajęciowy	25	1 razy w tygodniu w wymiarze 1 godziny dziennie	grupowe lub	• kształtowanie umiejętności rozpoznawania, nazywania, wyrażania

	uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami i innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, urzędach, instytucjach kultury	• instruktor terapii zajęciowej • psycholog		oraz stosownie do potrzeb	indywidualne* *w sytuacjach budowania relacji z osobą bliską	emocji oraz nauka skutecznego zarządzania nimi, • poznawanie własnych możliwości, w zakresie samodzielnego wypełniania ról społecznych, • rozumienie relacji i norm społecznych, • przewidywanie konsekwencji (myślenie przyczynowo - skutkowe), • kształtowanie pozytywnych relacji w społeczeństwie, • kulturalne zachowywanie się i wypowiadanie w miejscach publicznych; • radzenie sobie z konfliktami interpersonalnymi oraz rozumienie punktu widzenia innych,
III.	Trening umiejętności komunikacyjnych: Trening obejmuje doskonalenie kompetencji językowych, czyli zdolności do wybierania odpowiednich struktur językowych, poszerzania zasobu słownictwa, uwzględniania sytuacji mówienia oraz zachowania kultury języka (z uwzględnieniem możliwości poznawczych uczestnika)	• psycholog • terapeuta zajęciowy	30	2 razy w tygodniu w wymiarze 1 godziny oraz stosownie do potrzeb	Indywidualne lub w małych grupach	• kształtowanie wypowiedzi z uwzględnieniem sytuacji mówienia, pokazania symbolu lub znaku niewerbalnego, • poszerzanie zasobu słownictwa również niewerbalnego, • samodzielność wypowiedzi, • nabycie wiedzy na temat budowania poprawnych zdań, • poznanie zasad kulturalnej wypowiedzi i dyskusji, • rozwiązywanie problemów i trudności w komunikacji, • umiejętność doboru argumentów, • rozpoznanie znaczenia znaków niewerbalnych, • kształtowanie motywacji do porozumiewania się, • umiejętność wyrażania emocji i potrzeb.
1.	W tym z wykorzystaniem alternatywnych i	• psycholog • terapeuta zajęciowy	5	3 razy w tygodniu w wymiarze 0,5	Indywidualne lub w małych grupach o	• umożliwienie osobie z problemami w komunikacji werbalnej stosować

	wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej			godziny oraz stosownie do potrzeb		alternatywny sposób porozumiewania się, • poznanie znaczenia znaków niewerbalnych, • używanie elementów języka migowego, makatonu, • wykorzystanie piktogramów i obrazków, mówik, • poznanie funkcjonalnego i/lub podstawowego zasobu pojęć, o kluczowym znaczeniu dla codziennej komunikacji, • samodzielność wypowiedzi.
2.	<i>Inne...(jeśli są prowadzone)</i>	-	-	-	-	-
IV.	Trening umiejętności spędzania wolnego czasu: Umożliwienie uczestnikom rozrywki i rekreacji, a także zachęcanie do poszukiwania i rozwijania zainteresowań, pasji, uzdolnień oraz hobby, spacerów.	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog • kierownik	30	5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami	grupowe	• rozwijanie zainteresowań audycjami radiowymi, telewizyjnymi, literaturą, muzyką i sztuką, • nabywanie i rozwijanie umiejętności korzystania z multimedialnych, • rozwijanie zainteresowań grami zespołowymi (zabawy wymagające współpracy), • udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych typu pikniki, festyny, spotkania integracyjne i inne, • uczestniczenie w konkursach i spotkaniach integracyjnych.
1.	Trening rozwijania zainteresowań literaturą Zajęcia realizowane w formie biblioterapii i prasówki oraz współpracy z biblioteką miejską	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	30	2 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu	grupowe	• uczestniczenie w zajęciach w Bibliotece Publicznej w Wołominie, • rozwijanie zainteresowań literaturą i prasą, • poszerzanie wiedzy aktualizowanie informacji o otaczającym świecie, • ćwiczenie zdolności poznawczych (pamięci, słownictwa, logicznego myślenia, doboru argumentów),

				umiejętności spędzania czasu wolnego,		• branie udziału w lekcjach bibliotecznych, • wypożyczanie książek.
2.	Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi lub telewizyjnymi	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	30	5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego	grupowe	• rozwijanie zainteresowań audycjami radiowymi i telewizyjnymi, • poszerzanie wiedzy aktualizowanie informacji o otaczającym świecie, • rozwój biernego słownictwa (rozumienie mowy) • aktywizacja uczestników
3.	Trening rozwijania zainteresowań Internetem	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej	25	3 razy w tygodniu, w wymiarze 1,5 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego,	grupowe	• rozwijanie zainteresowań, • nauka obsługi komputera, • nauka korzystania z Internetu, • nabycie umiejętności wyszukiwania w Internecie informacji, dotyczących bieżących tematów i wydarzeń, • nabycie umiejętności korzystania z programów do odtwarzania plików zdjęciowych, muzycznych czy filmowych, • korzystanie z seansów filmowych w kinie Helios, • bezpieczne korzystanie z Internetu, • korzystanie z kont serwisów społecznościowych, • nauka pisania na klawiaturze, • obsługa programów graficznych, • podstawowa obsługa pakietu Ms Office, • obsługa drukarki, • tworzenie przepiśnika kulinarnego, • pisanie ośrodkowego bloga,

4.	Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog • kierownik	30	ustalane w ramach zebrań zw-a i zebrań społeczności organizowane wymiennie z innymi zajęciami	grupowe	• udział w spotkaniach integracyjnych, wydarzeniach kulturalnych, • zwiedzanie wystaw w muzeach, skansenach, domach kultury, itp. • doskonalenie umiejętności w zakresie zachowań przydatnych w życiu społecznym i towarzyskim (zwroty grzecznościowe, zachowanie się w domu, na ulicy, w sklepie, na wyjeździe), • dobieranie stosownej odzieży do okoliczności, • spędzanie wolnego czasu w grupie, • respektowanie zasad i stosowanie się do poleceń terapeutów w czasie wyjść.
5.	Aktywności poza ośrodkiem w tym zajęcia wokół ŚDS	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • kierownik	20	ustalane w ramach zebrań zw-a i zebrań społeczności organizowane wymiennie z innymi zajęciami	grupowe	• spędzanie wolnego czasu w grupie, • spacer, wycieczki lokalne, • zajęcia ze zwierzętami, • respektowanie zasad i stosowanie się do poleceń terapeutów w czasie wyjść, • relaksacja na świeżym powietrzu, • gry i zabawy integracyjne, • umiejętność pielęgnowania roślinności ogródkowej, • poznawanie nowej roślinności i ich właściwości, • umiejętność sprzątania ogródka, koszenia trawy, • umiejętność bezpiecznego posługiwania się narzędziami.
6.	Zajęcia plastyczno-rękodzielnicze z elementami arteterapii	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii • opiekun medyczny	20	3 razy w tygodniu, w wymiarze 1,5 godzin dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami	grupowe	• poznanie i korzystanie z różnych technik plastycznych i arteterapeutycznych,; • szycie - tworzenie maskotek i pacynek, torebek, itp. • uczestnictwo w konkursach plastycznych, • wykonywanie kart okolicznościowych, • wykonywanie dekoracji okolicznościowych,

				w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego		• umiejętne i bezpieczne korzystanie z narzędzi i przyborów znajdujących się w pracowni, • wyrażanie emocji przez twórczość, • odkrywanie i rozwijanie talentów plastycznych, • usprawnianie motoryki małej i koordynacji wzrokowo-ruchowej.
7.	Ludoterapia Układanie puzzli, gra w planszówki, gra w warcaby, szachy, kalambury, tworzenie własnych gier.	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	25	2 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godz. dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu,		• umiejętność respektowania zasad, • umiejętność radzenia sobie ze stresem i sytuacjami trudnymi • umiejętność współpracy, • umiejętność abstrakcyjnego i logicznego myślenia, • aktywna forma spędzania czasu wolnego.
V.	Poradnictwo psychologiczne Kanalizowanie trudnych emocji oraz nauka rozwijania inteligencji emocjonalnej, pomoc i wsparcie przy rozwiązywaniu problemów życiowych i interpersonalnych, pomoc w usprawnieniu komunikacji.	• psycholog	30	stosownie do potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich opiekunów, w godzinach pracy ŚDS	indywidualnie	• wypracowanie planu wsparcia w sytuacjach trudnych, • zwiększenie poczucia własnej wartości, • budowanie poczucia bezpieczeństwa, empatii, otwartości, • kształtowanie umiejętności różnicowania emocji, zarządzania nimi i ich kanalizowania, • kształtowanie umiejętności komunikacyjnych oraz umiejętności aktywnego słuchania, • nabywanie umiejętności rozwiązywania konfliktów, • ćwiczenie skutecznych sposobów postępowania w sytuacjach trudnych, • rozwijanie asertywności,

						• eliminowanie zachowań niepożądanych, • podnoszenie sprawności oraz samodzielności w życiu codziennym.
VI.	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych Zajęcia obejmują spotkania z Urzędem – prelekcje lub wizyty studyjne mające na celu przybliżenie działania różnych urzędów, wsparcie informacyjne i techniczne dla uczestników oraz opiekunów w kontakcie z urzędem, szpitalem, sądem.	• kierownik • kierowca • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	5	1 raz na kwartał lub doraźnie w przypadku potrzeby wsparcia	grupowe lub indywidualne	• informowanie o przysługujących uprawnieniach • informowanie o trwających programach jak np. opieka wychnieniowa oraz asystent osoby niepełnosprawnej. • poznanie specyfiki oraz przedmiotu działalności wybranych urzędów oraz sposobu załatwiania spraw administracyjnych,
VII.	Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych: doraźnie w przypadku konieczności umówienia wizyty lekarskiej, z uwagi na dawkowanie leków, zauważenie nietypowego zachowania lub niepokojących objawów zaobserwowanych u uczestnika.	• kierowca • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog • kierownik	5	stosownie do potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich opiekunów, w godzinach pracy ŚDS	indywidualne	• nabycie wiedzy na temat niezbędnych świadczeń zdrowotnych oraz sposobu rejestracji wizyty lekarskiej, • asystowanie w przyjmowaniu leków przez uczestnika, • wsparcie terapeuty w formie umówienia wizyty lekarskiej dla uczestnika, • wsparcie terapeuty w trakcie wizyty lekarskiej, • zachęcanie do regularnych wizyt lekarskich w tym ginekologicznych, • wizyta terapeuty z uczestnikiem w przychodni w celu podania leku.
1.	Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	5	stosownie do potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich opiekunów,	indywidualne	• nabycie wiedzy na temat niezbędnych świadczeń zdrowotnych, przyjmowanych leków oraz sposobu rejestracji wizyty lekarskiej,

		• kierowca		w godzinach pracy ŚDS		• rozmowa z opiekunem dotycząca nietypowych zachowań uczestnika w celu konsultacji lekarskiej, • możliwość skorzystania z auta przystosowanego do przewozu osób z niepełnosprawnością.
2.	Pomoc w zakupie leków	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog • kierowca	1	stosownie do potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich opiekunów	indywidualne	• pomoc w zakupie leków, • realizowanie recepty / e-recepty, • możliwość skorzystania z auta przystosowanego do przewozu osób z niepełnosprawnością
3.	Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • opiekun • psycholog • kierowca	1	stosownie do potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich opiekunów, w godzinach pracy ŚDS	indywidualne	• pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia, • możliwość skorzystania z busa przystosowanego do przewozu osób z niepełnosprawnością.
VIII.	Niezbędna opieka	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny	5	codziennie w godzinach pracy ŚDS	grupowe lub indywidualne	• pomoc przy czynnościach związanych z zakładaniem i zdejmowaniem odzieży wierzchniej uczestnikom wymagającym tej pomocy, • pomoc w załatwianiu spraw fizjologicznych i innych niezbędnych czynności uczestnikom wymagającym tej pomocy, potrzebnych do zachowania higieny osobistej, • karmienie lub asystowanie przy posiłkach, • dbałość o bezpieczeństwo i komfort uczestników.
1.	w tym dla uczestników z niepełnosprawnościami	• opiekun medyczny	5	codziennie w godzinach pracy ŚDS	grupowe lub indywidualne	• pomoc przy czynnościach związanych z zakładaniem i zdejmowaniem odzieży

	sprzężonymi lub spektrum autyzmu, którzy posiadają orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności wraz ze wskazaniem konieczności stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji					wierzchniej uczestnikom wymagającym tej pomocy, • wykonywanie niezbędnych zabiegów higienicznych, • pomoc w załatwianiu spraw fizjologicznych i innych, niezbędnych czynności uczestnikom wymagającym tej pomocy, potrzebnych do zachowania higieny osobistej, • karmienie lub asystowanie przy posiłkach, • dbałość o bezpieczeństwo i komfort uczestników
2.	<i>Inne (jeśli są prowadzone)</i>	-	-	-	-	-
IX.	Terapia ruchowa:	• kierownik • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny	30	5 razy w tygodniu w wymiarze 0,5 godziny dziennie, oraz ćwiczenia usprawniające i gimnastyka, wymiennie w ramach treningu spędzania wolnego czasu	grupowe	• przywracanie maksymalnej/satysfakcjonującej sprawności fizycznej, • nabycie, doskonalenie sprawności ruchowej, w ramach ćwiczeń koordynacyjnych, ogólnousprawniających, manualnych, relaksacyjnych, oddechowych, równoważnych, • nauka prawidłowych wzorów ruchowych, • poprawa siły mięśni posturalnych i funkcjonowania motorycznego • gimnastyka korekcyjno-kompensacyjna, • poprawa sprawności osłabionych obszarów ciała, • poprawa samodzielności poprzez osiągnięcie celów funkcjonalnych,

						• dotlenienie organizmu, • rozładowanie napięć psychicznych, relaksacja i zmniejszenie długotrwałego stresu, • koordynowanie ruchów z obserwacją pozycji ciała przy użyciu lustra, • gry i zabawy sportowe, • spacer.
1.	Zajęcia sportowe zakres terapii ruchowej przy wykorzystaniu gier zespołowych i zajęć sportowych.	• kierownik • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny	20	1 raz w tygodniu w wymiarze 1,5 godziny dziennie, oraz ćwiczenia usprawniające i gimnastyka, wymiennie w ramach treningu spędzania wolnego czasu	grupowe	• spacer, • uczestniczenie w zajęciach sportowych organizowanych na terenie miejskiej, plenerowej siłowni, • uczestniczenie w sportowych zabawach integracyjnych i konkursach sprawnościowych, • aerobik i spontaniczne wyrażanie siebie przy muzyce.
2.	Turystyka i rekreacja Wycieczki krajoznawcze, autokarowe, ogniska, zwiedzanie wybranych miejsc, spacer.	• kierownik • psycholog • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny	30	zgodnie z harmonogramem oraz zgłoszeniami uczestników organizowane wymiennie z innymi zajęciami	grupowe	• poszerzanie wiedzy o otaczającym świecie, • nawiązywanie nowych znajomości, • kształtowanie samodzielności, • rozwijanie zainteresowań i hobby, • zachęcanie do aktywnego wypoczynku, • walka z wykluczeniem, • aktywizacja uczestników, • integracja i spędzanie wolnego czasu w grupie, • doskonalenie umiejętności w zakresie zachowań przydatnych w życiu społecznym i towarzyskim (zwroty grzecznościowe, zachowanie się w domu, na ulicy, w sklepie, na wyjeździe),

						- dobieranie stosownej odzieży do okoliczności, - respektowanie zasad i stosowanie się do poleceń terapeutów w czasie wyjść.
3.	<i>Inne....(jeśli są prowadzone)</i>	-	-	-	-	-
X.	Całodobowe wyżywienie dla uczestników skierowanych na pobyt całodobowy (krótki opis)	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy
XI.	Umożliwienie uczestnikom skierowanym na pobyt dzienny spożywania gorącego posiłku umożliwienie przygotowania dowolnej, ciepłej potrawy w ramach zajęć kulinarnych lub prostego posiłku w miarę posiadanych możliwości.	- kierownik - psycholog - terapeuta zajęciowy - instruktor terapii zajęciowej - opiekun medyczny	30	5 razy w tygodniu	grupowe	umożliwienie uczestnikom spożywania gorącego posiłku przygotowanego w ramach zajęć kulinarnych (trening funkcjonowania w życiu codziennym)
XII.	Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia	- kierownik - terapeuta zajęciowy - instruktor terapii zajęciowej - opiekun medyczny - psycholog	2	organizowane w ramach zajęć	grupowe	- odkrywanie potencjału i mocnych stron uczestnika, - nauka pisania CV, - nabywanie kompetencji ćwiczonych podczas wszystkich warsztatów i zajęć, które sprzyjają: podniesieniu samooceny uczestnika i wiary we własne możliwości,

	zatrudnienia, w tym w warunkach pracy					motywując i aktywizując do podejmowania samodzielnych działań, • rozmowy wspierające z uczestnikiem i opiekunem, • spotkania integracyjne z uczestnikami z WTZ i zapoznanie się z ich działalnością.
XIII.	Usługi transportowe	• kierowca • terapeuta zajęciowy • opiekun medyczny • instruktor terapii zajęciowej	15	zgodnie z ustalonym grafikiem	grupowe	• umożliwienie uczestnikom dotarcie i powrót do ŚDS, • transport w czasie wycieczek poza ośrodkiem, • pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia • pomoc w zakupie leków.
XIV.	Szkolenie kadry	• kierownik	6	2 razy w roku oraz zgodnie z zapotrzebowaniem i zgłoszeniem pracowników	grupowe	• umożliwienie podnoszenia kwalifikacji zawodowych wszystkim pracownikom, • szkolenia wewnętrzne prowadzone przez pracowników dla całej kadry, • uczestniczenie kadry w webinariach i konferencjach.
XV.	Spotkania ZWA	• kierownik	6	1 raz w miesiącu oraz stosownie do zaistniałych potrzeb	grupowe	• omówienia realizacji indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizującego i osiągniętych rezultatów, a także ewentualnej możliwości ich modyfikacji, • weryfikacja okresowej karty oceny wspierająco – aktywizującej, • omówienie sytuacji i poziomu funkcjonowania uczestników oraz aktualnych spraw dotyczących ŚDS.
XVI.	Współpraca ŚDS z innymi instytucjami • Caritas DW-P • Biblioteka Publiczna • Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wołominie	• kierownik • psycholog • kierowca • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej		doraźnie lub zgodnie z planem	indywidualnie bądź grupowo w przypadku organizowanych zajęć	• wymiana informacji w zakresie oferty ŚDS w stosunku do potencjalnych uczestników, • wymiana doświadczeń w pracy osobami niepełnosprawnymi intelektualnie, • uzupełnianie materiału diagnostycznego, • uczestniczenie w wspólnych projektach, • wsparcie i aktywizacja uczestników.

	• Przychodnia Rejonowa w Poświętnem • Zespół Szkół Specjalnych w Wołominie ul. Miła 22 • Straż Miejska w Wołominie • Komenda Powiatowa Policji w Wołominie • Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Wołominie • Kino Helios w Wołominie • Madame Justine • Warsztaty Terapii Zajęciowej • Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy nr 3 Tłuszcz • Środowiskowy Dom Samopomocy Koła Towarzystwa Przyjaciół Dzieci w Ząbkach • Warsztat Terapii Zajęciowej w Mińsku Mazowieckim	• opiekun medyczny				
XVII .	Zajęcia klubowe (dni, godziny)	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy
XVII I.	Organizowanie imprez, spotkań okolicznościowych *	załącznik	załącznik	załącznik	załącznik	załącznik
XIX.	Kierunki dalszego rozwoju lub inne fakultatywne usługi (opis)					

1	Kontakt z rodziną	• kierownik • kierowca • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	rodzice i opiekunowie uczestników ŚDS	cyklicznie w ramach współpracy z rodziną;	grupowe lub indywidualnie	• wspólne aktywności i obchodzenie imprez okolicznościowych, • wymiana informacji dotyczących aktywności dla uczestników • utworzenie grupy samopomocy rodziców i opiekunów
2	praca nad wyuczoną bezradnością: zachęcenie do samodzielności i aktywności społecznej	• kierownik • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	rodzice i opiekunowie uczestników ŚDS	cyklicznie w ramach współpracy z rodziną;	grupowe	• współpraca ze środowiskiem lokalnym, • nauka proszenia o pomoc, • komunikowanie potrzeb, • przywrócenie sprawczości nad własnym losem, • utworzenie sieciującej grupy wsparcia • nauka bycia odważnym i opuszczenie strefy komfortu, • wsparcie wzajemnej komunikacji pomiędzy uczestnikami oraz ich opiekunami.

* 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)

11.12.2025 r. /-/ Norbert Wielgos

.....
data i podpis dyrektora/kierownika ŚDS

Załącznik nr 1 - Harmonogram zajęć w tygodniu

Godz.	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
08.00 09.00	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata audycje radiowe	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata audycje radiowe	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata audycje radiowe	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata audycje radiowe	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata audycje radiowe
09.00 - 09.30	Terapia ruchowa i zajęcia sportowe	Terapia ruchowa i zajęcia sportowe.	Terapia ruchowa i zajęcia sportowe	Terapia ruchowa i zajęcia sportowe	Terapia ruchowa – relaksacja
	Tr. um. komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów	-	Tr. um. komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów	-	Tr. um. komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów
	Poradnictwo psychologiczne	Poradnictwo psychologiczne	Poradnictwo psychologiczne	Poradnictwo psychologiczne	Poradnictwo psychologiczne
09.30 - 10.30	Przerwa śniadaniowa + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	Przerwa śniadaniowa + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	Przerwa śniadaniowa + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	Przerwa śniadaniowa + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	Przerwa śniadaniowa + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny
10.30 - 11.30	Trening funkcjonowania w życiu codziennym	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	Trening umiejętności komunikacyjnych	Trening funkcjonowania w życiu codziennym	Zebrania społeczności
		Trening umiejętności komunikacyjnych	Trening umiejętności spędzania wolnego czasu		
		Trening umiejętności spędzania wolnego czasu			
11.30 - 13.00	Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu/ spacer Tr. kulinarny	Zajęcia sportowe Tr. funkcjonowania w życiu codziennym Tr. kulinarny	Tr. funkcjonowania w życiu codziennym Tr. kulinarny	Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu/ spacer Tr. kulinarny	Tr. funkcjonowania w życiu codziennym Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu/ Tr. kulinarny
13.00 - 14.00	Obiad + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	Obiad + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	Obiad + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	Obiad + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	Obiad + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny

14.00-15.00	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu)	Tr. Praktyczny – sprzątanie ŚDS Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu
15.00-16.00	Audycje radiowe Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Audycje radiowe Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Audycje radiowe Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Audycje radiowe Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Audycje radiowe Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji

Zajęcia nieuwzględnione w tygodniowym planie:

- wycieczki, zajęcia teatralne,
- cykl spotkań z Urzędem – prelekcja mająca na celu przybliżenie działania różnych urzędów,
- pomoc w załatwianiu spraw urzędowych,
- pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych,
- niezbędna opieka,
- szkolenie kadry,
- spotkania ZW-A,
- zebrania z rodzicami,
- współpraca z innymi instytucjami.

Podopieczni przybywający do placówki we własnym zakresie, mogą uczestniczyć w zajęciach codziennie. Uczestnicy korzystający z transportu ŚDS ze względu na ograniczone możliwości osobowe pojazdu oraz czas dojazdu, podzieleni są na grupy. Chętni, do dyspozycji mają grupę pierwszą (poniedziałek, środa, co drugi piątek) lub grupę drugą (wtorek, czwartek, co drugi piątek), uczestnicy docierający do ŚDS za pośrednictwem własnego transportu uczęszczają do dowolnie wybranej grupy lub codziennie. Częstotliwość i wymiar prowadzonych treningów w dużej mierze zależą od frekwencji w danym dniu/ tygodniu pracy ŚDS.

Kryterium doboru grupy przy realizacji poszczególnych treningów stanowią zainteresowania, posiadane umiejętności, wzajemne sympatie, zbliżony stan psychofizyczny, preferencje uczestników, jak również potrzeby wynikające z indywidualnego planu postępowania wspierająco –aktywizującego. Zakłada się zmienny skład grup, w zależności od predyspozycji, potrzeb uczestników jak i stopnia skomplikowania prowadzonych zajęć oraz frekwencji w danym dniu lub tygodniu.

Załącznik nr 2 - Harmonogram planowanych imprez, spotkań okolicznościowych na terenie domu z podziałem na miesiące

Styczeń	Luty	Marzec	Kwiecień	Maj	Czerwiec
-	-	-	-	-	-
Lipiec	Sierpień	Wrzesień	Październik	Listopad	Grudzień
-	-	-	-	-	• dzień adaptacyjny dla uczestników i opiekunów • obchody urodzin uczestników

Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Rojkowie na 2026 r.

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

Lp.	Usługi świadczone w ŚDS w roku 2026 <i>(przy poszczególnych usługach można zawrzeć syntetyczny opis działań)</i>	Osoba/osoby odpowiedzialna/e 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: Zajęcia ukierunkowane na kształtowanie samodzielności w życiu codziennym i wyrabianie właściwych nawyków.	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	30	5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz dodatkowo wymiennie z tr. spędzania czasu wolnego	grupowe lub indywidualne dla wybranych tematów treningowych	• dobieranie odzieży adekwatnie do okoliczności, pory roku i pogody, • umiejętność kontrolowania swojego wyglądu przed lustrem, • dbanie o stan i wygląd własnej odzieży, • nabycie poprawnych nawyków higienicznych, obserwacja swojego ciała i ewentualnych niepokojących zmian, • nabycie umiejętności prawidłowej obsługi sprzętu AGD, • samodzielne przygotowanie prostego posiłku, • umiejętność planowania posiłków i korzystania z przepisów kulinarnych, • poznanie zasad prawidłowego przechowywania żywności, • przestrzeganie diety, • poznanie wartości pieniądza oraz samodzielne dokonywanie zakupów.
1.	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	30	1 raz w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb,	grupowe lub indywidualne dla wybranych tematów treningowych	• dobieranie odzieży adekwatnie do okoliczności, pory roku i pogody, • dobieranie odzieży adekwatnie do rozmiaru, wieku, płci i upodobań uczestnika,

				wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu,		• umiejętność kontrolowania swojego wyglądu przed lustrem oraz dbania o schludny wygląd, • dbanie o stan i wygląd własnej odzieży, • umiejętność samodzielnego naprawiania odzieży, • umiejętność samodzielnego przebrania się w sytuacji zabrudzenia się itp., • nabycie umiejętności prawidłowej obsługi sprzętu AGD, prania, prasowania, układania ubrań.
2.	Trening nauki higieny	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny	30	1 raz w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu	grupowe lub indywidualne dla wybranych tematów treningowych	• regularna zmiana bielizny osobistej, • korzystanie z przedmiotów osobistego użytku, • nabycie prawidłowych nawyków higienicznych (dbanie o higienę osobistą całego ciała, właściwe korzystanie z przyborów toaletowych oraz różnych kosmetyków), • mycie rąk (po wyjściu z toalety, po powrocie do domu, przyjeździe z ulicy, przed posiłkami), • używanie chusteczek do nosa, • higiena jamy ustnej (stosowanie odpowiedniej pasty do zębów, regularna wymiana szczoteczki na nową) • poznanie i przestrzeganie zasad sanitarnych, • pielęgnacja paznokci (obcinanie paznokci obu rąk, posługiwanie się pilnikiem do paznokci) • pielęgnacja włosów (mycie, stosowanie odżywek, obsługa suszarki do włosów i przyrządów do modelowania), • obserwacja swojego ciała i ewentualnych niepokojących zmian, umiejętność skorzystania z wizyty u specjalisty

3.	Trening kulinarny	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • psycholog • opiekun medyczny podczas przerwy śniadaniowej i obiadu obecni są wszyscy pracownicy	30	5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowe podczas przerwy śniadaniowej i obiadu obecni są wszyscy uczestnicy	• nabycie i doskonalenie podstawowych umiejętności dla uczestników ze sprzętami: samodzielne spożycie posiłku, posługiwanie się sztućcami, odnoszenie po sobie naczyń, kulturalne zachowanie się przy stole i przestrzeganie zasad savoir vivre) • nabycie i doskonalenie podstawowych czynności: (krojenie, smarowanie i rozprowadzanie mas, gotowanie, smażenie, pieczenie - obróbka termiczna produktu przy wykorzystaniu różnych urządzeń), • samodzielne przygotowanie prostego posiłku, • bezpieczne korzystanie z narzędzi, przyborów i urządzeń kuchennych, obsługa sprzętu AGD, • praca zespołowa i wzajemna pomoc, • umiejętność dokonania zakupów (planowania posiłków, zakupy, płacenie za zakupy, poznanie zasad prawidłowego przechowywania żywności), • korzystanie z przepisów kulinarnych, • nabycie postaw prozdrowotnych oraz wiedzy dotyczącej konieczności stosowania diety, przestrzeganie diety, • nauka miar, wag i objętości, • umiejętność wykorzystania z dostępnych i alternatywnych produktów, nauka właściwości określonych produktów i ich wszechstronne wykorzystanie.
4.	Trening umiejętności praktycznych	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny	20	1 raz w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb,	grupowe lub indywidualne dla wybranych tematów treningowych	• obsługa sprzętu AGD, urządzeń i przyrządów gospodarstwa domowego (pralka, odkuracz, żelazko, deska do prasowania, suszarka do ubrań, suszarka do włosów),

		psycholog		wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu,		- znajomość chemicznych środków czystości i ich przeznaczenia, - segregacja śmieci, ponowne wykorzystanie materiałów (recycling) - umiejętność dbania o otoczenie (sprzątanie pomieszczeń), - umiejętność estetycznego ślania łóżka, zmiany pościeli, - przestrzeganie zasad BHP urządzeń gospodarstwa domowego, - umiejętność pielęgnowania roślinności doniczkowej - umiejętność wykonywania drobnych czynności technicznych i serwisowych (wymiana worka w odkurzaczu, filtra, przykręcenie śrubki)
4.1	Zajęcia reedukacyjne Przypomnienie i ćwiczenie wiedzy powszechnej: czytanie, pisanie, rozumienie tekstu, kolory, kształty, zegar, godziny, itp.	- terapeuta zajęciowy - instruktor terapii zajęciowej - psycholog - opiekun medyczny	15	2 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu	grupowe	- reedukacja i podtrzymanie nabytych wcześniej umiejętności, - przypomnienie i utrwalanie wiadomości z zakresu wiedzy powszechnej, - ćwiczenie koncentracji i zapamiętywania, - ćwiczenie motoryki małej ułatwiającej pisanie - orientacja w czasie, odróżnianie pór roku i dnia.
5.	Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi	- terapeuta zajęciowy - instruktor terapii zajęciowej - psycholog	15	1 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu,	grupowe	- nauka liczenia, - poznanie wartości pieniądza i nominałów, - umiejętność dokonania zakupów (planowanie, zakupy, płacenie za zakupy) - orientacja w cenach, - korzystanie z usług banku, - obsługa bankomatu i osobistej karty płatniczej, - zarządzenie własnym budżetem, nauka oszczędzania,

						• umiejętność realizowania własnych potrzeb i zainteresowań.
6.	Zebranie społeczności	• kierownik • psycholog • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny	30	1 raz w tygodniu w wymiarze 1 godz.	grupowe	• kształtowanie w uczestnikach poczucia sprawczości i wpływu na życie ośrodka, • zebranie pomysłów uczestników na temat ewentualnych wydarzeń, zmian w planie zajęć, propozycji wyjść i wycieczek, • zebranie informacji zwrotnych od uczestników na temat aktualnie przeprowadzanych zajęć i bieżących spraw.
II.	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów: Kształtowanie pozytywnego wizerunku osoby niepełnosprawnej w miejscach publicznych; praktykowanie samodzielnego wypowiadania się i przytaczania swoich argumentów; zapoznanie z zasadami dyskusji.	• psycholog • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny	30	1 raz w tygodniu w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb w sytuacjach konfliktowych	grupowe lub indywidualne* (Zajęcia realizowane w formie psychodramy, pogadanki lub wyjść treningowych) *w sytuacjach konfliktowych, gdy wskazana jest konsultacja indywidualna	• nabycie umiejętności: (zachowań przydatnych w życiu społecznym i towarzyskim, rozpoznawanie własnych emocji oraz zarządzanie nimi, radzenie sobie w trudnych sytuacjach życiowych, rozwiązywanie problemów, radzenie sobie ze stresem, rozwiązywanie konfliktów w relacjach międzyludzkich) • nauka autoprezentacji, • poznawanie własnych możliwości oraz swoich mocnych i słabych stron, • wypełnianie ról społecznych, • rozumienie relacji społecznych i norm • przewidywanie konsekwencji (kształtowanie myślenia przyczynowo - skutkowego), • dbałość o kulturę języka i poprawność językową, • zachowanie uwzględniające kontekst (formalny, nieformalny), • stawianie granic własnych i respektowanie cudzych; • wyrażanie emocji przez sztukę oraz pisanie wierszy.
1.	Kształtowanie pozytywnych relacji	• terapeuta zajęciowy	30	1 razy w tygodniu w wymiarze 1 godziny dziennie	grupowe lub	• kształtowanie umiejętności rozpoznawania, nazywania, wyrażania

	uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami i innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, urzędach, instytucjach kultury	• instruktor terapii zajęciowej • psycholog		oraz stosownie do potrzeb	indywidualne* *w sytuacjach budowania relacji z osobą bliską	emocji oraz nauka skutecznego zarządzania nimi, • poznawanie własnych możliwości, w zakresie samodzielnego wypełniania ról społecznych, • rozumienie relacji i norm społecznych, • przewidywanie konsekwencji (myślenie przyczynowo - skutkowe), • kształtowanie pozytywnych relacji w społeczeństwie, • kulturalne zachowywanie się i wypowiadanie w miejscach publicznych; • radzenie sobie z konfliktami interpersonalnymi oraz rozumienie punktu widzenia innych,
III.	Trening umiejętności komunikacyjnych: Trening obejmuje doskonalenie kompetencji językowych, czyli zdolności do wybierania odpowiednich struktur językowych, poszerzania zasobu słownictwa, uwzględniania sytuacji mówienia oraz zachowania kultury języka (z uwzględnieniem możliwości poznawczych uczestnika)	• psycholog • terapeuta zajęciowy	30	3 razy w tygodniu w wymiarze 1 godziny oraz stosownie do potrzeb	Indywidualne lub w małych grupach	• kształtowanie wypowiedzi z uwzględnieniem sytuacji mówienia, pokazania symbolu lub znaku niewerbalnego, • poszerzanie zasobu słownictwa również niewerbalnego, • samodzielność wypowiedzi, • nabycie wiedzy na temat budowania poprawnych zdań, • poznanie zasad kulturalnej wypowiedzi i dyskusji, • rozwiązywanie problemów i trudności w komunikacji, • umiejętność doboru argumentów, • rozpoznanie znaczenia znaków niewerbalnych, • kształtowanie motywacji do porozumiewania się, • umiejętność wyrażania emocji i potrzeb.
1.	W tym z wykorzystaniem alternatywnych i	• psycholog • terapeuta zajęciowy	5	2 razy w tygodniu w wymiarze 0,5	Indywidualne lub w małych grupach o	• umożliwienie osobie z problemami w komunikacji werbalnej stosować

	wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej			godziny oraz stosownie do potrzeb		alternatywny sposób porozumiewania się, • poznanie znaczenia znaków niewerbalnych, • używanie elementów języka migowego, makatonu, • wykorzystanie piktogramów i obrazków, mówik, • poznanie funkcjonalnego i/lub podstawowego zasobu pojęć, o kluczowym znaczeniu dla codziennej komunikacji, • samodzielność wypowiedzi.
2.	<i>Inne...(jeśli są prowadzone)</i>	-	-	-	-	-
IV.	Trening umiejętności spędzania wolnego czasu: Umożliwienie uczestnikom rozrywki i rekreacji, a także zachęcanie do poszukiwania i rozwijania zainteresowań, pasji, uzdolnień oraz hobby, spacerów.	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog • kierownik	30	5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami	grupowe	• rozwijanie zainteresowań audycjami radiowymi, telewizyjnymi, literaturą, muzyką i sztuką, • nabywanie i rozwijanie umiejętności korzystania z multimedialnych, • rozwijanie zainteresowań grami zespołowymi (zabawy wymagające współpracy), • udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych typu pikniki, festyny, spotkania integracyjne i inne, • uczestniczenie w konkursach i spotkaniach integracyjnych.
1.	Trening rozwijania zainteresowań literaturą Zajęcia realizowane w formie biblioterapii i prasówki oraz współpracy z biblioteką miejską	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	30	2 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu	grupowe	• uczestniczenie w zajęciach w Bibliotece Publicznej, • rozwijanie zainteresowań literaturą i prasą, • poszerzanie wiedzy aktualizowanie informacji o otaczającym świecie, • ćwiczenie zdolności poznawczych (pamięci, słownictwa, logicznego myślenia, doboru argumentów),

				umiejętności spędzania czasu wolnego,		• branie udziału w lekcjach bibliotecznych, • wypożyczanie książek.
2.	Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi lub telewizyjnymi	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	30	5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego	grupowe	• rozwijanie zainteresowań audycjami radiowymi i telewizyjnymi, • poszerzanie wiedzy aktualizowanie informacji o otaczającym świecie, • rozwój biernego słownictwa (rozumienie mowy) • aktywizacja uczestników
3.	Trening rozwijania zainteresowań Internetem	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej	25	3 razy w tygodniu, w wymiarze 1,5 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego,	grupowe	• rozwijanie zainteresowań, • nauka obsługi komputera, • nauka korzystania z Internetu, • nabycie umiejętności wyszukiwania w Internecie informacji, dotyczących bieżących tematów i wydarzeń, • nabycie umiejętności korzystania z programów do odtwarzania plików zdjęciowych, muzycznych czy filmowych, • korzystanie z seansów filmowych w kinie Helios, • bezpieczne korzystanie z Internetu, • korzystanie z kont serwisów społecznościowych, • nauka pisania na klawiaturze, • obsługa programów graficznych, • podstawowa obsługa pakietu Ms Office, • obsługa drukarki, • tworzenie przepiśnika kulinarnego, • pisanie ośrodkowego bloga,

4.	Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog • kierownik	30	ustalane w ramach zebrań zw-a i zebrań społeczności organizowane wymiennie z innymi zajęciami	grupowe	• udział w spotkaniach integracyjnych, wydarzeniach kulturalnych, • zwiedzanie wystaw w muzeach, skansenach, domach kultury, itp. • doskonalenie umiejętności w zakresie zachowań przydatnych w życiu społecznym i towarzyskim (zwroty grzecznościowe, zachowanie się w domu, na ulicy, w sklepie, na wyjeździe), • dobieranie stosownej odzieży do okoliczności, • spędzanie wolnego czasu w grupie, • respektowanie zasad i stosowanie się do poleceń terapeutów w czasie wyjść.
5.	Aktywności poza ośrodkiem w tym zajęcia wokół ŚDS	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • kierownik	20	ustalane w ramach zebrań zw-a i zebrań społeczności organizowane wymiennie z innymi zajęciami	grupowe	• spędzanie wolnego czasu w grupie, • spacer, wycieczki lokalne, • zajęcia ze zwierzętami, • respektowanie zasad i stosowanie się do poleceń terapeutów w czasie wyjść, • relaksacja na świeżym powietrzu, • gry i zabawy integracyjne, • umiejętność pielęgnowania roślinności ogródkowej, • poznawanie nowej roślinności i ich właściwości, • umiejętność sprzątania ogródka, koszenia trawy, • umiejętność bezpiecznego posługiwania się narzędziami.
6.	Zajęcia plastyczno-rękodzielnicze z elementami arteterapii	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii • opiekun medyczny	20	3 razy w tygodniu, w wymiarze 1,5 godzin dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami	grupowe	• poznanie i korzystanie z różnych technik plastycznych i arteterapeutycznych:., • szycie - tworzenie maskotek i pacynek, torebek, itp. • uczestnictwo w konkursach plastycznych, • wykonywanie kart okolicznościowych, • wykonywanie dekoracji okolicznościowych,

				w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego		• umiejętne i bezpieczne korzystanie z narzędzi i przyborów znajdujących się w pracowni, • wyrażanie emocji przez twórczość, • odkrywanie i rozwijanie talentów plastycznych, • usprawnianie motoryki małej i koordynacji wzrokowo-ruchowej.
7.	Ludoterapia Układanie puzzli, gra w planszówki, gra w warcaby, szachy, kalambury, tworzenie własnych gier.	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	25	2 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godz. dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu,		• umiejętność respektowania zasad, • umiejętność radzenia sobie ze stresem i sytuacjami trudnymi • umiejętność współpracy, • umiejętność abstrakcyjnego i logicznego myślenia, • aktywna forma spędzania czasu wolnego.
V.	Poradnictwo psychologiczne Kanalizowanie trudnych emocji oraz nauka rozwijania inteligencji emocjonalnej, pomoc i wsparcie przy rozwiązywaniu problemów życiowych i interpersonalnych, pomoc w usprawnieniu komunikacji.	• psycholog	30	stosownie do potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich opiekunów, w godzinach pracy ŚDS	indywidualnie	• wypracowanie planu wsparcia w sytuacjach trudnych, • zwiększenie poczucia własnej wartości, • budowanie poczucia bezpieczeństwa, empatii, otwartości, • kształtowanie umiejętności różnicowania emocji, zarządzania nimi i ich kanalizowania, • kształtowanie umiejętności komunikacyjnych oraz umiejętności aktywnego słuchania, • nabywanie umiejętności rozwiązywania konfliktów, • ćwiczenie skutecznych sposobów postępowania w sytuacjach trudnych, • rozwijanie asertywności,

						• eliminowanie zachowań niepożądanych, • podnoszenie sprawności oraz samodzielności w życiu codziennym.
VI.	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych Zajęcia obejmują spotkania z Urzędem – prelekcje lub wizyty studyjne mające na celu przybliżenie działania różnych urzędów, wsparcie informacyjne i techniczne dla uczestników oraz opiekunów w kontakcie z urzędem, szpitalem, sądem.	• kierownik • kierowca • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	5	1 raz na kwartał lub doraźnie w przypadku potrzeby wsparcia	grupowe lub indywidualne	• informowanie o przysługujących uprawnieniach, • informowanie o trwających programach jak np. opieka wychnieniowa oraz asystent osoby niepełnosprawnej. • poznanie specyfiki oraz przedmiotu działalności wybranych urzędów oraz sposobu załatwiania spraw administracyjnych.
VII.	Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych: doraźnie w przypadku konieczności umówienia wizyty lekarskiej, z uwagi na dawkowanie leków, zauważenie nietypowego zachowania lub niepokojących objawów zaobserwowanych u uczestnika.	• kierowca • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog • kierownik	5	stosownie do potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich opiekunów, w godzinach pracy ŚDS	indywidualne	• nabycie wiedzy na temat niezbędnych świadczeń zdrowotnych oraz sposobu rejestracji wizyty lekarskiej, • asystowanie w przyjmowaniu leków przez uczestnika, • wsparcie terapeuty w formie umówienia wizyty lekarskiej dla uczestnika, • wsparcie terapeuty w trakcie wizyty lekarskiej, • zachęcanie do regularnych wizyt lekarskich w tym ginekologicznych, • wizyta terapeuty z uczestnikiem w przychodni w celu podania leku.
1.	Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	5	stosownie do potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich opiekunów,	indywidualne	• nabycie wiedzy na temat niezbędnych świadczeń zdrowotnych, przyjmowanych leków oraz sposobu rejestracji wizyty lekarskiej,

		• kierowca		w godzinach pracy ŚDS		• rozmowa z opiekunem dotycząca nietypowych zachowań uczestnika w celu konsultacji lekarskiej, • możliwość skorzystania z auta przystosowanego do przewozu osób niepełnosprawnych.
2.	Pomoc w zakupie leków	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog • kierowca	1	stosownie do potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich opiekunów	indywidualne	• pomoc w zakupie leków, • realizowanie recepty / e-recepty, • możliwość skorzystania z auta przystosowanego do przewozu osób z niepełnosprawnością
3.	Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • opiekun • psycholog • kierowca	1	stosownie do potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich opiekunów, w godzinach pracy ŚDS	indywidualne	• pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia, • możliwość skorzystania z busa przystosowanego do przewozu osób niepełnosprawnych.
VIII.	Niezbędna opieka	• terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny	5	codziennie w godzinach pracy ŚDS	grupowe lub indywidualne	• pomoc przy czynnościach związanych z zakładaniem i zdejmowaniem odzieży wierzchniej uczestnikom wymagającym tej pomocy, • pomoc w załatwianiu spraw fizjologicznych i innych niezbędnych czynności uczestnikom wymagającym tej pomocy, potrzebnych do zachowania higieny osobistej, • karmienie lub asystowanie przy posiłkach, • dbałość o bezpieczeństwo i komfort uczestników.
1.	w tym dla uczestników z niepełnosprawnościami	• opiekun medyczny	5	codziennie w godzinach pracy ŚDS	grupowe lub indywidualne	• pomoc przy czynnościach związanych z zakładaniem i zdejmowaniem odzieży

	sprzężonymi lub spektrum autyzmu, którzy posiadają orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności wraz ze wskazaniem konieczności stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji					wierzchniej uczestnikom wymagającym tej pomocy, • wykonywanie niezbędnych zabiegów higienicznych, • pomoc w załatwianiu spraw fizjologicznych i innych, niezbędnych czynności uczestnikom wymagającym tej pomocy, potrzebnych do zachowania higieny osobistej, • karmienie lub asystowanie przy posiłkach, • dbałość o bezpieczeństwo i komfort uczestników.
2.	<i>Inne (jeśli są prowadzone)</i>	-	-	-	-	-
IX.	Terapia ruchowa:	• kierownik • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny	30	5 razy w tygodniu w wymiarze 0,5 godziny dziennie, oraz ćwiczenia usprawniające i gimnastyka, wymiennie w ramach treningu spędzania wolnego czasu	grupowe	• przywracanie maksymalnej/satysfakcjonującej sprawności fizycznej, • nabycie, doskonalenie sprawności ruchowej, w ramach ćwiczeń koordynacyjnych, ogólnousprawniających, manualnych, relaksacyjnych, oddechowych, równoważnych, • nauka prawidłowych wzorów ruchowych, • poprawa siły mięśni posturalnych i funkcjonowania motorycznego • gimnastyka korekcyjno-kompensacyjna, • poprawa sprawności osłabionych obszarów ciała, • poprawa samodzielności poprzez osiągnięcie celów funkcjonalnych,

						• dotlenienie organizmu, • rozładowanie napięć psychicznych, relaksacja i zmniejszenie długotrwałego stresu, • koordynowanie ruchów z obserwacją pozycji ciała przy użyciu lustra, • gry i zabawy sportowe, • spacer.
1.	Zajęcia sportowe zakres terapii ruchowej przy wykorzystaniu gier zespołowych i zajęć sportowych.	• kierownik • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny	20	1 raz w tygodniu w wymiarze 1,5 godziny dziennie, oraz ćwiczenia usprawniające i gimnastyka, wymiennie w ramach treningu spędzania wolnego czasu	grupowe	• spacer, • uczestniczenie w zajęciach sportowych organizowanych na terenie miejskiej, plenerowej siłowni, • uczestniczenie w sportowych zabawach integracyjnych i konkursach sprawnościowych, • aerobik i spontaniczne wyrażanie siebie przy muzyce.
2.	Turystyka i rekreacja Wycieczki krajoznawcze, autokarowe, ogniska, zwiedzanie wybranych miejsc, spacer.	• kierownik • psycholog • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny	30	zgodnie z harmonogramem oraz zgłoszeniami uczestników organizowane wymiennie z innymi zajęciami	grupowe	• poszerzanie wiedzy o otaczającym świecie, • nawiązywanie nowych znajomości, • kształtowanie samodzielności, • rozwijanie zainteresowań i hobby, • zachęcanie do aktywnego wypoczynku, • walka z wykluczeniem, • aktywizacja uczestników, • integracja i spędzanie wolnego czasu w grupie, • doskonalenie umiejętności w zakresie zachowań przydatnych w życiu społecznym i towarzyskim (zwroty grzecznościowe, zachowanie się w domu, na ulicy, w sklepie, na wyjeździe),

						- dobieranie stosownej odzieży do okoliczności, - respektowanie zasad i stosowanie się do poleceń terapeutów w czasie wyjść.
3.	<i>Inne....(jeśli są prowadzone)</i>	-	-	-	-	-
X.	Całodobowe wyżywienie dla uczestników skierowanych na pobyt całodobowy (krótki opis)	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy
XI.	Umożliwienie uczestnikom skierowanym na pobyt dzienny spożywania gorącego posiłku umożliwienie przygotowania dowolnej, ciepłej potrawy w ramach zajęć kulinarnych lub prostego posiłku w miarę posiadanych możliwości.	- kierownik - psycholog - terapeuta zajęciowy - instruktor terapii zajęciowej - opiekun medyczny	30	5 razy w tygodniu	grupowe	umożliwienie uczestnikom spożywania gorącego posiłku przygotowanego w ramach zajęć kulinarnych (trening funkcjonowania w życiu codziennym)
XII.	Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia	- kierownik - terapeuta zajęciowy - instruktor terapii zajęciowej - opiekun medyczny - psycholog	2	organizowane w ramach zajęć	grupowe	- odkrywanie potencjału i mocnych stron uczestnika, - nauka pisania CV, - nabywanie kompetencji ćwiczonych podczas wszystkich warsztatów i zajęć, które sprzyjają: podniesieniu samooceny uczestnika i wiary we własne możliwości,

	zatrudnienia, w tym w warunkach pracy					motywują i aktywizując do podejmowania samodzielnych działań, • rozmowy wspierające z uczestnikiem i opiekunem, • spotkania integracyjne z uczestnikami z WTZ i zapoznanie się z ich działalnością.
XIII.	Usługi transportowe Samochód dostosowany do przewozu wózków inwalidzkich.	• kierowca • terapeuta zajęciowy • opiekun medyczny • instruktor terapii zajęciowej	30	5 razy w tygodniu zgodnie z ustalonym grafikiem	grupowe oraz indywidualnie stosownie do zaistniałych potrzeb	• umożliwienie uczestnikom dotarcie i powrót do ŚDS, • transport w czasie wycieczek poza ośrodkiem, • pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia, • pomoc w zakupie leków, • realizowanie recepty / e-recepty.
XIV.	Szkolenie kadry	• kierownik	6	2 razy w roku oraz zgodnie z zapotrzebowaniem i zgłoszeniem pracowników	grupowe	• umożliwienie podnoszenia kwalifikacji zawodowych wszystkim pracownikom, • szkolenia wewnętrzne prowadzone przez pracowników dla całej kadry, • uczestniczenie kadry w webinariach i konferencjach.
XV.	Spotkania ZWA	• kierownik	7	1 raz w miesiącu oraz stosownie do zaistniałych potrzeb	grupowe	• omówienia realizacji indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizującego i osiągniętych rezultatów, a także ewentualnej możliwości ich modyfikacji, • weryfikacja okresowej karty oceny wspierająco – aktywizującej, • omówienie sytuacji i poziomu funkcjonowania uczestników oraz aktualnych spraw dotyczących ŚDS.
XVI.	Współpraca ŚDS z innymi instytucjami • Caritas DW-P • Biblioteka Publiczna • Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wołominie	• kierownik • psycholog • kierowca • terapeuta zajęciowy		doraźnie lub zgodnie z planem	indywidualnie bądź grupowo w przypadku organizowanych zajęć	• wymiana informacji w zakresie oferty ŚDS w stosunku do potencjalnych uczestników, • wymiana doświadczeń w pracy z osobami z niepełnosprawnościami, • uzupełnianie materiału diagnostycznego, • uczestniczenie w wspólnych projektach, • wsparcie i aktywizacja uczestników.

	• Przychodnia Rejonowa w Poświętnem • Zespół Szkół Specjalnych w Wołominie ul. Miła 22 • Straż Miejska w Wołominie • Komenda Powiatowa Policji w Wołominie • Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Wołominie • Kino Helios w Wołominie • Madame Justine • Warsztaty Terapii Zajęciowej • Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy nr 3 Tłuszcz • Środowiskowy Dom Samopomocy Koła Towarzystwa Przyjaciół Dzieci w Ząbkach • Warsztat Terapii Zajęciowej w Mińsku Mazowieckim	• instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny				
XVII .	Zajęcia klubowe (dni, godziny)	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy
XVII I.	Organizowanie imprez, spotkań okolicznościowych *	załącznik	załącznik	załącznik	załącznik	załącznik
XIX.	Kierunki dalszego rozwoju lub inne fakultatywne usługi (opis)					

1	Kontakt z rodziną	• kierownik • kierowca • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	rodzice i opiekunowie uczestników ŚDS	cyklicznie w ramach współpracy z rodziną;	grupowe lub indywidualnie	• wspólne aktywności i obchodzenie imprez okolicznościowych, • wymiana informacji dotyczących aktywności dla uczestników • utworzenie grupy samopomocy rodziców i opiekunów
2	praca nad wyuczoną bezradnością: zachęcenie do samodzielności i aktywności społecznej	• kierownik • terapeuta zajęciowy • instruktor terapii zajęciowej • opiekun medyczny • psycholog	rodzice i opiekunowie uczestników ŚDS	cyklicznie w ramach współpracy z rodziną;	grupowe	• współpraca ze środowiskiem lokalnym, • nauka proszenia o pomoc, • komunikowanie potrzeb, • przywrócenie sprawczości nad własnym losem, • utworzenie sieciującej grupy wsparcia • nauka bycia odważnym i opuszczenie strefy komfortu, • wsparcie wzajemnej komunikacji pomiędzy uczestnikami oraz ich opiekunami.

* 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)

11.12.2025 r. /-/ Norbert Wielgos

.....
data i podpis dyrektora/kierownika ŚDS

Załącznik nr 1 - Harmonogram zajęć w tygodniu

Godz.	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
08.00 09.00	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata audycje radiowe	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata audycje radiowe	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata audycje radiowe	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata audycje radiowe	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata audycje radiowe
09.00 - 09.30	Terapia ruchowa i zajęcia sportowe	Terapia ruchowa i zajęcia sportowe.	Terapia ruchowa i zajęcia sportowe	Terapia ruchowa i zajęcia sportowe	Terapia ruchowa – relaksacja
	Tr. um. komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów	-	Tr. um. komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów	-	Tr. um. komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów
	Poradnictwo psychologiczne	Poradnictwo psychologiczne	Poradnictwo psychologiczne	Poradnictwo psychologiczne	Poradnictwo psychologiczne
09.30 - 10.30	Przerwa śniadaniowa + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	Przerwa śniadaniowa + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	Przerwa śniadaniowa + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	Przerwa śniadaniowa + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	Przerwa śniadaniowa + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny
10.30 - 11.30	Trening funkcjonowania w życiu codziennym	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	Trening umiejętności komunikacyjnych	Trening funkcjonowania w życiu codziennym	Zebrania społeczności
		Trening umiejętności komunikacyjnych	Trening umiejętności spędzania wolnego czasu		
		Trening umiejętności spędzania wolnego czasu			
11.30 - 13.00	Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu/ spacer Tr. kulinarny	Zajęcia sportowe Tr. funkcjonowania w życiu codziennym Tr. kulinarny	Tr. funkcjonowania w życiu codziennym Tr. kulinarny	Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu/ spacer Tr. kulinarny	Tr. funkcjonowania w życiu codziennym Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu/ Tr. kulinarny
13.00 - 14.00	Obiad + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	Obiad + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	Obiad + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	Obiad + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	Obiad + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny

14.00-15.00	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu)	Tr. Praktyczny – sprzątanie ŚDS Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu
15.00-16.00	Audycje radiowe Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Audycje radiowe Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Audycje radiowe Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Audycje radiowe Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Audycje radiowe Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji

Zajęcia nieuwzględnione w tygodniowym planie:

- wycieczki, zajęcia teatralne,
- cykl spotkań z Urzędem – prelekcja mająca na celu przybliżenie działania różnych urzędów,
- pomoc w załatwianiu spraw urzędowych,
- pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych,
- niezbędna opieka,
- szkolenie kadry,
- spotkania ZW-A,
- zebrania z rodzicami,
- współpraca z innymi instytucjami.

Podopieczni przybywający do placówki we własnym zakresie, mogą uczestniczyć w zajęciach codziennie. Uczestnicy korzystający z transportu ŚDS ze względu na ograniczone możliwości osobowe pojazdu oraz czas dojazdu, podzieleni są na grupy. Chętni, do dyspozycji mają grupę pierwszą (poniedziałek, środa, co drugi piątek) lub grupę drugą (wtorek, czwartek, co drugi piątek), uczestnicy docierający do ŚDS za pośrednictwem własnego transportu uczęszczają do dowolnie wybranej grupy lub codziennie. Częstotliwość i wymiar prowadzonych treningów w dużej mierze zależą od frekwencji w danym dniu/ tygodniu pracy ŚDS.

Kryterium doboru grupy przy realizacji poszczególnych treningów stanowią zainteresowania, posiadane umiejętności, wzajemne sympatie, zbliżony stan psychofizyczny, preferencje uczestników, jak również potrzeby wynikające z indywidualnego planu postępowania wspierająco –aktywizującego. Zakłada się zmienny skład grup, w zależności od predyspozycji, potrzeb uczestników jak i stopnia skomplikowania prowadzonych zajęć oraz frekwencji w danym dniu lub tygodniu.

Załącznik nr 2 - Harmonogram planowanych imprez, spotkań okolicznościowych na terenie domu z podziałem na miesiące

Styczeń	Luty	Marzec	Kwiecień	Maj	Czerwiec
• obchody urodzin uczestników	• obchody urodzin uczestników • tłusty czwartek • walentynki (dyskoteka)	• obchody urodzin uczestników • międzynarodowy dzień kobiet • dzień mężczyzn	• obchody urodzin uczestników • Wielkanoc	• obchody urodzin uczestników • dzień matki	• obchody urodzin uczestników • dzień ojca • międzynarodowy dzień dziecka (dyskoteka)
Lipiec	Sierpień	Wrzesień	Październik	Listopad	Grudzień
• obchody urodzin uczestników	• obchody urodzin uczestników	• obchody urodzin uczestników	• obchody urodzin uczestników	• obchody urodzin uczestników • narodowe święto niepodległości • andrzejki	• obchody urodzin uczestników • uczestniczenie w przeglądzie „wierszem i sercem malowane” • mikołajki • Wigilia Bożego Narodzenia