

**WÓJT GMINY
MAŁA WIEŚ**

**ZARZĄDZENIE NR 19/2024
WÓJTA GMINY MAŁA WIEŚ
z dnia 21 lutego 2024 roku**

**w sprawie zatwierdzenia rocznego planu pracy Środowiskowego Domu
Samopomocy w Starych Świącicach na 2024 r.**

Na podstawie art. 7 ust. 1 pkt 6 i art. 30 ust. 1 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (t.j. Dz. U. z 2023 roku, poz. 40 z późn. zm.) oraz § 5 ust. 5 Statutu Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Świącicach - Załącznik do Uchwały Nr 74/XI/2015 Rady Gminy Mała Wieś z dnia 29 października w sprawie uchwalenia Statutu Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Świącicach (Dz. U. Woj. Mazowieckiego z 2015 roku, poz. 10054) i § 4 ust. 2 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy (t.j. Dz. U. z 2020 roku, poz. 249)

zarządzam, co następuje:

§ 1. 1. Zatwierdzam uzgodniony z Wojewodą Mazowieckim Plan Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Świącicach na 2023 r. Typ domu A, który stanowi Załącznik nr 1 do niniejszego zarządzenia.

2. Zatwierdzam uzgodniony z Wojewodą Mazowieckim Plan Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Świącicach na 2023 r. Typ B, który stanowi Załącznik nr 2 do niniejszego zarządzenia.

§ 2. Wykonanie zarządzenia powierzam Kierownikowi Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Świącicach.

§ 3. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podjęcia.

**WÓJT GMINY
Mała Wieś**

Zygmunt Wojnarowski

Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Świącicach na 2024 rok ; Typ domu A

Lp.	Usługi świadczone w ŚDS w roku 2024	Osoba/ osoby odpowiedzialne za realizację zadania	Liczba osób objętych usługami	Wymiar czasu / częstotliwość	Forma zajęć/ treningów/ usług Indywidualne/grupowe	Przewidywane efekty
I TRENING FUNKCJONOWANIA W CODZIENNYM ŻYCIU						
1.	<p>Trening dbałości o wygląd zewnętrzny. Trening realizowany będzie zgodnie z przyjętą tematyką i indywidualnymi potrzebami każdego uczestnika. Uczestnicy doskonalić będą umiejętność samodzielnego dbania o wygląd zewnętrzny, estetycznego ubierania. Prowadzony będzie poprzez wyrabianie nawyków:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pielęgnację paznokci, -dbanie o wygląd zewnętrzny- strzyżenie włosów, golenie, -stosowanie odpowiednich przyborów toaletowych i kosmetyków, - dobór odzieży do okoliczności i pory roku, - dobór odzieży pod kątem estetycznym, - kształtowanie nawyku utrzymania w czystości bielizny osobistej i odzieży wierzchniej oraz obuwia. 	<p>Osoba prowadząca: - instruktor terapii zajęciowej, - asystent osoby niepełnosprawnej. Wspierająco: - opiekun.</p>	23	Trening realizowany 3 razy w tygodniu 20 minutowy.	<p>Trening indywidualny lub grupowy.</p> <p>Instruktaż słowny terapeuty.</p> <p>Ćwiczenia praktyczne. Ćwiczenia utrwalające.</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - nabywa umiejętności dbania o wygląd zewnętrzny - czystość ciała wpływa na nasze zdrowie i dobre samopoczucie, - posiada wiedzę na temat dbania o wygląd zewnętrzny, - potrafi zastosować odpowiednie przybory toaletowe, -nabywa umiejętność wykonania toalety całego ciała i poszczególnych jego części, - potrafi dobrać ubiór stosownie do pory roku i okoliczności, - wie, że estetyczny wygląd ułatwia nawiązywanie kontaktów z innymi ludźmi.
2.	<p>Trening nauki higieny. Trening ma na celu promowanie oraz utrwalanie wśród Uczestników samodzielnego dbania o higienę oraz uczyć</p>	<p>Osoba prowadząca: - instruktor terapii zajęciowej. Wspierająco: - asystent osoby niepełnosprawnej,</p>	23	Trening realizowany 4 razy w tygodniu 20 minutowy.	<p>Trening indywidualny lub grupowy. Instruktaż słowny terapeuty oraz demonstrowanie określonych czynności.</p>	<p>Uczestnik utrwała/udoskonala nawyki codziennego i prawidłowego dbania o higienę osobistą, wygląd zewnętrzny czystość ubioru i estetykę otoczenia, przez co wzmocni poczucie własnej</p>

	<p>się nabyte już umiejętności stosować w życiu codziennym.</p> <p>Obejmował będzie następujące czynności:</p> <ul style="list-style-type: none"> - mycie rąk w ciepłej, bieżącej wodzie z użyciem mydła, - kształtowanie nawyku konieczności mycia rąk po wyjściu z toalety, - kształtowanie nawyku estetycznego i higienicznego korzystania z toalety, - wycieranie dłoni papierowymi jednorazowymi ręcznikami, - dezynfekcja rąk płynem antybakteryjnym, - korzystania z przyborów toaletowych, - używania chusteczek higienicznych, - przestrzegania zasady niekorzystania z przyborów osobistego użytku należących do innych osób. 	- opiekun.			<p>Ćwiczenia praktyczne.</p> <p>Ćwiczenia utrwalające.</p>	<p>wartości, poczucie sprawstwa, samoocenę, a także zwiększył wiarę we własne możliwości.</p>
3.	<p>Trening kulinarny.</p> <p>Codzienny ciepły posiłek (obiad) przyrządzany w ramach treningu kulinarnego w pracowni gospodarstwa domowego.</p> <p>Trening realizowany w ramach pracowni kulinarnej, zgodnie z przyjętą tematyką zajęć, nabywanie, podtrzymywanie, doskonalenie i utrwalanie nabytych umiejętności.</p> <ul style="list-style-type: none"> - przygotowywanie ciepłych posiłków samodzielnie lub z pomocą instruktora terapii zajęciowej, 	<p>Osoba prowadząca:</p> <ul style="list-style-type: none"> - instruktor terapii zajęciowej. <p>Wspierająco:</p> <ul style="list-style-type: none"> - asystent osoby niepełnosprawnej, - opiekun. 	23	<p>Trening realizowany 5 razy w tygodniu w trakcie zajęć w pracowni gospodarstwa domowego przez 3,5 godziny dziennie.</p>	<p>Trening indywidualny lub grupowy w zależności od rodzaju wykonywanej czynności.</p> <p>Metody praktyczne – ćwiczebne, realizacja zadań ; metody problemowe- klasyczna, przypadków, burza mózgów.</p> <p>Pogadanka, praca z książką oraz czasopismami kulinarnymi.</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - potrafi samodzielnie przygotować posiłek, - potrafi korzystać z przepisów kulinarnych, - potrafi przygotować posiłek z zachowaniem zasad BHP, - potrafi obsługiwać sprzęt AGD z zachowaniem zasad BHP, - potrafi zaplanować kolejność zadań i właściwie gospodarować czasem, - zna zasady nakrywania do stołu oraz savoir vivre, - potrafi dbać o porządek i czystość w trakcie i po wykonanej pracy,

	<ul style="list-style-type: none"> - nauka obsługi sprzętu AGD z uwzględnieniem konieczności zachowania zasad BHP, - kształtowanie zasad spożywania posiłków z uwzględnieniem konieczności zachowania czystości i zasad BHP, - dbanie o porządek i czystość w pracowni kulinarnej, - kształtowanie umiejętności nakrywania do stołu oraz zasad savoir vivre, - kształtowanie umiejętności organizacji pracy z uwzględnieniem kolejności wykonywanych zadań, - kształtowanie umiejętności zorganizowania miejsca pracy z uwzględnieniem ergonomii pracy, - kształtowanie umiejętności korzystania z przepisów kulinarnych, - kształtowanie umiejętności doboru, ważenia i przeliczania ilości produktów, - kształtowanie umiejętności przechowywania żywności, - umiejętność gospodarowania czasem. 					<ul style="list-style-type: none"> - potrafi zorganizować miejsce pracy z uwzględnieniem ergonomii pracy, - podtrzymuje/doskonali umiejętności kulinarne, - potrafi korzystać z przepisów kulinarnych, - potrafi dobrać, zważyć i przeliczyć ilości produktów do przyrządzenia posiłku, - zwiększa wiarę we własne możliwości, - rozwija swoje umiejętności, - współpracuje z innymi, - wyrobi poczucie estetyki i wyobraźni, - wzmacnia poczucie własnej wartości i samoocenę.
4.	<p>Trening umiejętności praktycznych/ trening porządkowy</p> <p>Utrwalenie i doskonalenie obsługi sprzętów takich jak: pralka automatyczna, odkurzacz, myjka do okien, żelazko, odkurzacz piorący. Kształtowanie/wyrabianie nawyku wykonywania czynności porządkowych, takich jak:</p>	<p>Osoba prowadząca:</p> <ul style="list-style-type: none"> - instruktor terapii zajęciowej. <p>Wspierająco:</p> <ul style="list-style-type: none"> - asystent osoby niepełnosprawnej, - opiekun. 	20	Trening realizowany 5 razy w tygodniu, 15 minutowy.	Trening grupowy. Instruktaż słowny. Instruktaż pokazowy. Wykonanie danej czynności przez uczestnika po okiem terapeuty. Ćwiczenia utrwalające.	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - nabywa umiejętność wykonywania prostych czynności porządkowych, takich jak: zmiatanie, ścieranie kurzu, odkurzanie, mycie podłóg, itp., - potrafi obsługiwać sprzęty gospodarstwa domowego, - wie jaki sprzęt wykorzystać do danej czynności porządkowej,

	<ul style="list-style-type: none"> - prawidłowa obsługa pralki, w tym dostosowanie odpowiedniego programu prania do odpowiedniej tkaniny, - pranie, rozwieszanie odzieży, - odkurzanie, zamiatanie, ścieranie kurzu, segregowanie i składanie odzieży, - dobór i dozowanie detergentów do wykonywanej czynności, - prasowanie, - mycie okien, - dbanie o czystość urządzeń sanitarnych, mycie armatury, - mycie i konserwacja podłóg, - obsługa żelazka z zastosowaniem deski do prasowania, - zapoznanie z zasadami bezpieczeństwa podczas prania, prasowania, - obsługa sprzętu AGD/RTV, - uświadamianie zagrożeń wynikających z nieprawidłowego użytkowania sprzętów pod napięciem takich jak: pralka automatyczna, suszarka do włosów, maszynka do golenia, odkurzacz itp. - segregowanie i wynoszenie śmieci itp. 					<ul style="list-style-type: none"> - potrafi dobrać, dozować i zastosować odpowiednie środki piorące i czyszczące, - będzie (w miarę możliwości) samodzielny, niezależny, będzie potrafił dbać o ład i porządek najbliższego otoczenia, - posiada potrzebę przebywania w pomieszczeniach uporządkowanych i czystych, - widzi potrzebę sprzątnięcia, - zauważy różnicę pomiędzy porządkiem, a nieładem, - wzmocni poczucie własnej wartości, wiarę we własne możliwości, - będzie szanował pracę własną i cudzą.
5.	<p>Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi (budżetowy)</p> <p>Zajęcia mają na celu:</p> <ul style="list-style-type: none"> - podtrzymywanie umiejętności gospodarowania niewielkimi kwotami pieniędzy. - nabywać/kształtować umiejętność racjonalnego planowania wydatków 	<p>Osoba prowadząca:</p> <ul style="list-style-type: none"> - instruktor terapii zajęciowej. <p>Wspierająco:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kierowca/opiekun. 	15	<p>Raz w tygodniu w wymiarze 20 minut – trening na terenie ŚDS.</p> <p>Raz w tygodniu w formie wyjazdu do pobliskiego sklepu celem dokonania zakupów – grupa</p>	<p>Pogadanka</p> <p>Ćwiczenia w prowadzeniu budżetu domowego.</p> <p>Dokonywanie zakupów pod nadzorem terapeuty.</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - wie, że powinien mieć odłożoną niewielką ilość środków finansowych w razie pojawienia się nieoczekiwanych wydatków, - zna wartość pieniądza, - samodzielnie dysponuje swoimi finansami,

	<p>miesięcznych z uwzględnieniem zakupów, opłacania rachunków,</p> <ul style="list-style-type: none"> - kształtowanie umiejętności rozpoznawania nominałów pieniądza, - kształtowanie umiejętności planowania oszczędności np. na zakup opału na zimę. 			<p>max – 3 osobowa, wymiarze 1 godziny.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - potrafi oszacować swoje dochody i wydatki, - ma wiedzę na temat swoich możliwości finansowych.
II TRENING UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNYCH I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW						
1	<p>Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami i innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, urzędach, instytucjach kultury (TUS)</p> <p>obejmować będzie:</p> <ul style="list-style-type: none"> -nabywanie/utrwalanie umiejętności nawiązywania i podtrzymywania kontaktów, -doskonalenie umiejętności prowadzenia rozmowy i udzielania informacji zwrotnej, - doskonalenie umiejętności używania zwrotów grzecznościowych, -kształtowanie umiejętności zachowania równowagi emocjonalnej, -kształtowanie pozytywnych relacji z osobami z bliskiego otoczenia, rodziną i sąsiadami, - nabywanie / utrwalanie umiejętności współpracy, zarówno w czasie wspólnej pracy jak i zabawy, - doskonalenie umiejętności bycia asertywnym, 	<p>Osoba prowadząca:</p> <ul style="list-style-type: none"> - instruktor terapii zajęciowej. <p>Wspierająco:</p> <ul style="list-style-type: none"> - psycholog. 	23	<p>Trening realizowany 4 razy w tygodniu 20 minutowy.</p>	<p>Dyskusja. Pogadanka edukacyjna. Udział w warsztatach wyjazdowych (w miarę możliwości finansowych placówki). Zabawy i gry towarzyskie. Zabawy integracyjne. Zebrania społeczności lokalnej. Projekcje filmowe. Wyjścia do instytucji użyteczności publicznej. Rozmowy i ćwiczenia indywidualne. Trening realizowany indywidualnie lub grupowo.</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - z własnej inicjatywy prosi o pomoc, - odnajduje się w grupie, lepiej współpracuje z innymi, - potrafi nazwać emocje, jakie w danym momencie nim kierują i poprawnie na nie zareagować, - potrafi nawiązać, poprowadzić i zakończyć rozmowę, - stosuje zwroty grzecznościowe adekwatnie do sytuacji, - ma większą kontrolę nad własnymi działaniami i utrzymywanie równowagi emocjonalnej, -posiada świadomość pełnienia ról społecznych, - potrafi prawidłowo zachować się w miejscach użyteczności publicznej.

	<ul style="list-style-type: none"> -nabywanie/utrwalanie umiejętności podejmowania decyzji i rozwiązywania problemów oraz ocenianie konsekwencji swoich działań i stawianie sobie celów, -wzbudzanie empatii, niesienia pomocy innym, -kształtowanie świadomości pełnienia ról społecznych, - kształtowanie umiejętności komunikowania o swoim problemie i szukania jego rozwiązań. 					
2.	<p>Zajęcia korekcyjno-kompensacyjne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozwój umiejętności wykonywania czynności życia codziennego, - stymulowanie i usprawnianie zaburzonych procesów psychomotorycznych poprzez wszechstronne ćwiczenia analizatora wzrokowego, słuchowego i kinestetyczno-ruchowego, - rozwijanie logicznego myślenia, - ćwiczenia koncentracji uwagi z wykorzystaniem pomocy dydaktycznych, - zabawy słowne, krzyżówki, gry interaktywne, - oddziaływanie psychoterapeutyczne ogólnie uspokajające 	<p>Osoba prowadząca:</p> <ul style="list-style-type: none"> - instruktor terapii zajęciowej. <p>Wspierająco:</p> <ul style="list-style-type: none"> - psycholog. 	23	Zajęcia realizowane raz w tygodniu w wymiarze 30 minut	<p>Metody pracy:</p> <ul style="list-style-type: none"> zadaniowa, zabawowa, poglądowa, słowna, pokaz, naśladownictwo, ćwiczenia praktyczne, indywidualne poradnictwo, zabawy i gry ruchowe. 	<p>Ma na celu poprawę zaradności osobistej, sprawności psychofizycznej i przystosowanie do funkcjonowania społecznego.</p>
3.	<p>Trening interpersonalny.</p> <p>Ma na celu integrację uczestników grupy, zbieranie cennych informacji zwrotnych na temat własnego</p>	<p>Osoba prowadząca:</p> <ul style="list-style-type: none"> - psycholog. <p>Wspierająco:</p>	23	Trening grupowy, realizowany raz w tygodniu w	<p>Dyskusja.</p> <p>Praca w parach.</p> <p>Praca w podgrupach.</p> <p>Burzę mózgów.</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zwiększa asertywność, - zmniejsza społeczny lęk,

	zachowania, lepszego rozumienia zachowań innych osób i funkcjonowania w grupie.	- instruktor terapii zajęciowej.		wymiarze 1 godziny.	Niedokończone zdania, informacje. Psychodramę. Gry i zabawy. Rysunek. Projekcje filmów.	- rozwija umiejętności społeczne przejawiane w różnych sytuacjach, - kształtuje zdolności do podejmowania działań wyrażających troskę o własną osobę.
III TRENING UMIEJĘTNOŚCI KOMUNIKACYJNYCH						
1.	Trening umiejętności komunikacyjnych - zwiększenie wiedzy w zakresie komunikacji, - uświadomienie znaczenia aktywnego słuchania, - rozwijanie umiejętności konstruktywnego komunikowania się z innymi, - poznanie zagadnień związanych z komunikacją interpersonalną, - zdobywanie wiedzy na temat tego, jak w sposób otwarty i kulturalny prowadzić konwersację, - zdobywanie umiejętności jak nawiązywać i podtrzymywać rozmowę.	Osoba prowadząca: - instruktor terapii zajęciowej. Wspierająco: - psycholog.	23	Trening realizowany dwa razy w tygodniu w wymiarze 1,5 godziny. Poniedziałek – 30 minut. Środa – 1 godz.	Trening grupowy. Ćwiczenia w grupie. Rozmowa. Scenki pokazowe. Aktywne słuchanie.	Uczestnik potrafi: - w sposób otwarty i kulturalny prowadzić konwersację, - nawiązywać i podtrzymywać rozmowę.

IV TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO						
1.	<p>Kontynuacja działań mających na celu zachęcenie uczestników do aktywnego sposobu spędzania czasu wolnego, realizując jednocześnie swoje zainteresowania, pasje oraz poszerzając zakres umiejętności.</p> <p>W ramach treningu spędzania czasu wolnego prowadzone będą następujące treningi:</p> <p>Trening rozwijania zainteresowań literaturą (biblioterapia) –</p> <ul style="list-style-type: none"> - biblioterapia uczestnictwo w grupowym czytaniu wybranych utworów literackich – słuchanie, - recytacja własnych utworów, - bajkoterapia –słuchanie czytanych przez instruktora bajek lub poprzez audiobooki. 	<p>Osoba prowadząca:</p> <ul style="list-style-type: none"> - instruktor terapii zajęciowej <p>Wspierająco:</p> <ul style="list-style-type: none"> - psycholog, - asystent osoby niepełnosprawnej, - opiekun. <p>Osoba prowadząca:</p> <ul style="list-style-type: none"> - instruktor terapii zajęciowej. 	23	Trening realizowany raz w tygodniu, w wymiarze 30 minut.	Zajęcia odbywać się będą w formie zajęć grupowych. Biblioterapia.	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dostrzega korzyści związane z posiadaniem czasu wolnego i potrafi go zagospodarować, - doskonalą umiejętności wybierania najciekawszych i najkorzystniejszych dla siebie form aktywności związanej z czasem wolnym, - potrafi planować czas wolny, - uzyskuje wiedzę na temat własnych możliwości, - bierze aktywny udział w zajęciach spędzania czasu wolnego, m.in. biblioterapia, muzykoterapia, relaksację itp. - poszerza zainteresowania, - rozwija hobby, - nawiązuje nowe kontakty towarzyskie, - potrafi zagospodarować czas wolny z użyciem komputera, - poznaje nowych ludzi, zawiera znajomości, przyjaźnie, - wymienia się spostrzeżeniami, przemyśleniami, dyskutuje z innymi na różne tematy, - potrafi się zrelaksować, wyciszyć.
2	<p>Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi i telewizyjnymi-</p> <p>Ma na celu zainteresowanie uczestników wybranymi audycjami radiowymi, telewizyjnymi oraz filmowymi ze szczególnym uwzględnieniem treści z zakresu muzykoterapii, filmoterapii, bajkoterapii</p>	<p>Osoba prowadząca:</p> <ul style="list-style-type: none"> - instruktor terapii zajęciowej, - asystent osoby niepełnosprawnej, 	23	Trening realizowany raz w tygodniu, w wymiarze 30 minut.	<p>Filmoterapia</p> <p>Muzykoterapia</p> <p>Bajkoterapia</p> <p>Trening realizowany grupowo.</p>	
3	<p>Trening rozwijania zainteresowań Internetem (kółko komputerowe)</p> <ul style="list-style-type: none"> - mobilizowanie do zdobywania umiejętności posługiwania się komputerem oraz Internetem. 	<p>Osoba prowadząca:</p> <ul style="list-style-type: none"> - instruktor terapii zajęciowej, - asystent osoby niepełnosprawnej. 	10	Trening realizowany raz w tygodniu, w wymiarze 1 godziny.	Trening realizowany w pracowni komputerowo-informacyjnej	

	- zachęcanie do rozwijania swoich zainteresowań - wyszukiwanie interesujących treści w Internecie: muzyka, film, bajki.					
4	Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych - udział w spotkaniach kulturalnych, okolicznościowych, integracyjnych organizowanych przez ośrodek oraz na zaproszenie placówki zewnętrznej.	Osoba prowadząca: - instruktor terapii zajęciowej, - psycholog, - asystent osoby niepełnosprawnej, - opiekun.	20	Praca zgodna z harmonogramem imprez na 2024 r.	Zajęcia odbywać się będą w formie zajęć grupowych i indywidualnych. Gry, zabawy towarzyskie. Odwiedzanie zaprzyjaźnionych placówek, organizowanie wspólnych spotkań integracyjnych np. Bal Andrzejkowy, Bal Walentynkowy. Organizacja wycieczek, wyjazdów.	
5	Relaksacja – poprzez udział w zajęciach wyciszających w sali doświadczania świata. Jeśli uczestnik zgłosi potrzebę odpoczynku, wyciszenia się udaje się do pokoju wyciszeni, który służy także do przeprowadzania treningu czasu wolnego w formie relaksacji.	Osoba prowadząca: - instruktor terapii zajęciowej, - psycholog, - asystent osoby niepełnosprawnej, - opiekun.	23	Jeśli zachodzi taka potrzeba relaksacja może być prowadzona w trakcie całego pobytu w placówce - w zależności od aktualnych potrzeb Uczestników.	Relaksację prowadzimy grupowo lub indywidualnie, uzależnione jest to od aktualnych potrzeb Uczestników.	
V PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE						
1	Zajęcia z psychologiem obejmować będą: - poradnictwo psychologiczne, - zajęcia indywidualne	Osoba prowadząca: Psycholog.	23	Od I – XII 2024 r. raz w tygodniu w wymiarze 5 godzin	Dialog terapeutyczny: psycholog słuchając wypowiedzi uczestnika	Celem pracy psychologa z uczestnikiem jest: - uruchomienie procesu zmian,

	<ul style="list-style-type: none"> - zajęcia grupowe, - trening asertywności, - trening umiejętności interpersonalnych, - trening radzenia sobie w trudnych sytuacjach, - edukacja na temat choroby oraz radzenia sobie z wynikającymi z niej ograniczeniami, - stała współpraca z rodziną uczestnika (pomoc w znalezieniu odpowiednich sposobów rozwiązywania zaistniałych problemów), - rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach w sposób społecznie akceptowalny, - rozwijanie umiejętności współdziałania w grupie, - kształtowanie umiejętności różnicowania emocji 			<p>w formie zajęć grupowych lub indywidualnych (w zależności od aktualnych potrzeb uczestników).</p>	<p>stara się rozumieć to, czego dana osoba sama o sobie nie wie i uświadomić mu to, co może ułatwić odzyskanie kontroli nad sobą i sytuacją.</p> <p>Sterowane wyobrażenia: polega na zachęcaniu uczestnika, by w stanie relaksu wyobrażał sobie rozmaite sceny, które dla większości osób mają istotne symboliczne znaczenie.</p> <p>Rysunek psychologiczny: rysowanie może być procedurą diagnostyczną, ale również sam kontakt ze sztuką ma w pewnym stopniu funkcję uzdrawiającą.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - poprawa stanu psychofizycznego uczestnika oraz jego społecznego funkcjonowania, - doskonalenie takich umiejętności uczestników jak: komunikowanie się z innymi osobami, dostrzeganie, rozpoznawanie i nazywanie własnych emocji, zaspokajanie własnych potrzeb oraz rozpoznawanie potrzeb innych osób, rozróżnianie odmienności innych i uczenie się tolerancji wobec odmienności, dostrzeganie swych ograniczeń, wzmacnianie zaufania wobec siebie i innych, stawanie się bardziej otwartym i szczerym, szukanie oparcia w otoczeniu i nawiązywanie trwałych więzi, współpraca i współdziałanie z innymi.
VI POMOC W ZAŁATWIANIU SPRAW URZĘDOWYCH						
1.	<p>Uczestnicy w miarę możliwości wspierani przez Instruktora terapii zajęciowej załatwiają samodzielnie swoje sprawy urzędowe, wypełniają dokumenty, prowadzą rozmowy z urzędami poprzez:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kontakt telefoniczny, - dowóz uczestników do ww. instytucji, - pomoc w pisaniu i redagowaniu pism, - kompletowanie dokumentacji, - wysyłanie dokumentacji pod wskazany 	<p>Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej.</p> <p>Wspierający:</p> <ul style="list-style-type: none"> - asystent osoby niepełnosprawnej, - kierowca, - opiekun. 	17	Praca według aktualnych potrzeb uczestników.	<p>Metody pracy:</p> <ul style="list-style-type: none"> kontakt telefoniczny, poczta elektroniczna, kontakt osobisty, dowóz uczestników do ww. instytucji, wysyłanie pism, pomoc opiekunom prawnym lub faktycznym. 	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - otrzyma pomoc i wsparcie, zarówno on i jego najbliżsi, ze strony terapeutów przez co: - potrafi samodzielnie załatwić sprawy urzędowe, - zdobywa umiejętność rozmowy z urzędnikiem, - potrafi napisać pismo urzędowe, - potrafi wypełnić różnego

	<p>adres,</p> <ul style="list-style-type: none"> - pomoc w uzyskaniu różnych form pomocy w zależności od sytuacji życiowej (dofinansowanie do dostosowania mieszkań do potrzeb osób z niepełnosprawnościami, pomocy z GOPS), - ułatwianie kontaktu z instytucjami, np.: ZUS, PCPR. GOPS, bankami, pocztą, kuratorami, sądem, - pomoc w uzyskaniu różnych form pomocy w zależności od sytuacji życiowej. 					<p>rodzaju wnioski i druki,</p> <ul style="list-style-type: none"> - wzmocni poczucie własnej wartości i wiarę we własne możliwości, - potrafi skompletować dokumenty na komisję, - zna swoje słabe i mocne strony, - wzmocnia poczucie odpowiedzialności za siebie, - utrwala pozytywny obraz własnej osoby.
VII POMOC W DOSTĘPIE DO NIEZBĘDNYCH ŚWIADCZEŃ ZDROWOTNYCH						
(uzgadnianie i planowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia)						
1.	<p>Pomoc realizowana będzie zawsze w porozumieniu i za zgodą uczestnika bądź opiekuna uczestnika i obejmuje:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pomoc w rejestracji do lekarza pierwszego kontaktu, - wyszukanie oraz pomoc w zapisaniu się do poradni specjalistycznych, - edukację i promocję zdrowotną, - kontrolowanie terminów kolejnych wizyt lekarskich, - monitorowanie farmakoterapii i terminów wizyt w Poradni Zdrowia Psychicznego. - pomoc w zakupie leków; - w miarę możliwości dowiezienie uczestnika na wizyty lekarskie, do poradni specjalistycznych, do apteki w celu wykupienia leków. 	<p>Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej.</p> <p>Wspierający:</p> <ul style="list-style-type: none"> - asystent osoby niepełnosprawnej, - kierowca, - opiekun. 	23	Praca według aktualnych potrzeb uczestników.	<p>Kontakt osobisty.</p> <p>Kontakt telefoniczny.</p> <p>Dowóz na wizyty lekarskie oraz do przychodni.</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> -potrafi sam zarejestrować się u danego specjalisty telefonicznie lub osobiście, - monitoruje terminy kolejnych wizyt, -sam potrafi zorganizować dojazd na wizytę, - komunikuje o napotkanych trudnościach, potrafi poprosić o pomoc.
VIII NIEZBĘDNA OPIEKA						
1.	Monitorowanie stanu psychofizycznego uczestników podczas zajęć w Domu oraz w czasie wyjazdów plenerowych,	Osoba prowadząca:	22	Niezbędna opieka realizowana jest codziennie,	Metody pracy: rozmowa indywidualna,	<ul style="list-style-type: none"> - stabilny stan psychofizyczny uczestników, - zadowolenie uczestników

<p>- udzielanie pomocy uczestnikom Domu przy czynnościach związanych z utrzymaniem higieny osobistej i wyglądem zewnętrznym (samodzielne jedzenie, mycie się, załatwianie potrzeb fizjologicznych, przypominanie o konieczności korzystania z toalety, ubieranie się, wiązanie obuwia, zapinanie guzików itd.),</p> <p>- sprawowanie doraźnej opieki i nadzoru przez personel Domu w celu zapewnienia bezpieczeństwa osobom tego wymagającym,</p> <p>- pomoc osobom z zaburzeniami równowagi w przemieszczaniu się po ośrodku,</p> <p>- zapobieganie niekontrolowanemu oddalaniu się uczestników z ośrodka,</p> <p>- sprawowanie opieki nad osobami tego wymagającymi w czasie dowozu uczestników do ŚDS i odwozu do miejsc zamieszkania.</p> <p>W tym dla uczestników z niepełnosprawnościami sprzężonymi, którzy posiadają orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności wraz ze wskazaniem konieczności stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby związku ze znacznie ograniczoną możliwością w samodzielnej egzystencji.</p>	<p>- instruktor terapii zajęciowej.</p> <p>- asystent osoby niepełnosprawnej</p> <p>Wspierająco:</p> <p>- opiekun.</p>	<p>1 osoba z programu „Za życiem”.</p>	<p>według aktualnych potrzeb uczestników.</p>	<p>obserwacja, pierwsza pomoc przedmedyczna, kontakt z lekarzem i rodziną uczestników.</p>	<p>z otrzymanego wsparcia,</p> <p>- aktywne uczestnictwo w zajęciach.</p>
--	--	--	---	--	---

IX TERAPIA RUCHOWA

1	<p>Zajęcia sportowe Zajęcia sportowe obejmować będą: - gry i zabawy ruchowe i integracyjne, - ćwiczenia indywidualne i grupowe ogólnousprawniające, - ćwiczenia ułatwiające sprawne poruszanie się, - ćwiczenia ułatwiające samoobsługę, - zajęcia poza ŚDS: wycieczki rowerowe, spacer, NORDIC WALKING, - wyjazdy rekreacyjno – sportowe, - mobilizowanie do udziału w zawodach sportowych organizowanych przez ośrodek oraz na zaproszenie placówki zewnętrznej.</p>	<p>Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej. Wspierający: - asystent osoby niepełnosprawnej, -opiekun</p>	23	<p>Zajęcia realizowane 5 razy w tygodniu w trakcie zajęć w pracowni usprawniania ruchowego.</p>	<p>Instruktaż pokazowy. Instruktaż słowny. Demonstracja. Trening indywidualny lub grupowy.</p>	<p>Uczestnicy: - podnoszą kondycję fizyczną oraz sprawność ruchową, - integrują się z grupą, - utrzymują prawidłową postawę ciała, - kształtują postawę aktywności, - podnoszą wiarę w siebie i we własne możliwości, - usprawniają motorykę małą i dużą, - poprawiają stan zdrowia.</p>
2.	<p>Turystyka i rekreacja Zajęcie mają na celu: - pokazanie uczestnikom jak ważny dla człowieka jest kontakt z przyrodą, która przyczynia się do regeneracji sił psychofizycznych, zdobywania wiedzy, relaksuje oraz uczy, - zachęcanie uczestników do poznania tradycji, kultury narodowej i przyrody ze szczególnym uwzględnieniem regionu, w którym mieszkamy, - organizowanie wycieczek oraz aktywne w nich uczestniczenie – z uwzględnieniem aktualnej sytuacji epidemiologicznej i związanych z nią procedur bezpieczeństwa, - wyszukiwanie za pomocą Internetu ciekawych miejsc w Polsce w celu wyjazdu na wycieczkę, - zdobycie umiejętności zorganizowania wyjazdu rekreacyjnego, sprawdzenie dojazdu, wynajęcie noclegu, sprawdzenie</p>	<p>Osoba prowadząca: - instruktor terapii zajęciowej. Wspierający: - asystent osoby niepełnosprawnej, -opiekun</p>	23	<p>Praca ciągła, w zależności od potrzeb oraz możliwości finansowych jednostki (wyjazdy, wycieczki) przez cały rok.</p>	<p>Silwoterapia. Wycieczki. Wyjazdy. Praca z komputerem z wykorzystaniem Internetu.</p>	<p>Uczestnik: - jest zmotywowany do wychodzenia z domu, - potrafi racjonalnie spożytkować czas wolny, - rozwija wiedzę i zainteresowania, -zdobywa umiejętności organizacyjne, -potrafi wyszukać potrzebne informacje z wykorzystaniem Internetu.</p>

	ciekawych miejsc do zwiedzania w danej okolicy.					
X UMOŻLIWIENIE UCZESTNIKOM SKIEROWANYM NA POBYT DZIENNY SPOŻYWANIA GORĄCEGO POŚIŁKU						
	W ramach uczestnictwa w zajęciach w ŚDS uczestnik spożywa gorący posiłek, który przygotowywany jest w pracowni gospodarstwa domowego w ramach treningu kulinarnego.	Osoba prowadząca: - instruktor terapii zajęciowej.	23	Codziennie	Trening kulinarny	Poprzez zapewnienie mu podstawowej potrzeby fizjologicznej człowieka (jedzenia) Uczestnik czuje się bezpieczny, spokojniejszy, zaopiekowany.
X INNE FORMY POSTĘPOWANIA PRZYGOTOWUJĄCE DO UCZESTNICTWA W WARSZTATACH TERAPII ZAJĘCIOWEJ LUB PODJĘCIA ZATRUDNIENIA						
1	<p>Kontynuowanie zajęć mających na celu nabywanie i utrwalenie umiejętności niezbędnych do przekierowania do Warsztatów Terapii Zajęciowej lub Zakładu Aktywizacji Zawodowej min.:</p> <p>Terapia zajęciowa - ma na celu usprawnianie poprzez zastosowanie różnych planowych i celowych zajęć typu manualnego, jej celem jest też pobudzenie do spontanicznej twórczości, zaspokojenie u uczestników potrzeby osiągnięcia sukcesu, użyteczności, ponieważ daje namiastkę pracy zawodowej;</p> <p>w jej ramach odbywają się następujące typy zajęć:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zajęcia rękodzielniczo-krawieckie - mają na celu usprawnienie koordynacji wzrokowo-ruchowej jednocześnie rozładowywanie napięć emocjonalnych, - zajęcia techniczno-plastyczne – mają na celu usprawnienie manualne, poprawę koordynacji wzrokowo-ruchowej, pobudzanie wyobraźni i wrażliwości, wyciszanie napięć emocjonalnych; 	<p>Osoba prowadząca:</p> <ul style="list-style-type: none"> - instruktor terapii zajęciowej, - asystent osoby niepełnosprawnej. <p>Wspierająco:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kierowca/opiekun 	23	Praca ciągła przez cały rok, codziennie. Pracownia gospodarstwa domowego – 3,5 godz., pracownia usprawniania ruchowego - 3,5 godz., pracownia komunikacji i umiejętności społecznych – 3,5 godz., pracownia informatyczno-komputerową – 3,5 godz.,	Treningi indywidualne/grupowe, Metoda zadaniowa Instruktaż pokazowy Instruktaż słowny Demonstracja	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - potrafi napisać dokumenty potrzebne do podjęcia pracy, - potrafi dokładnie wykonać powierzone czynności, - jest punktualny, potrafi wykonać pracę w określonych normach czasowych, z uwzględnieniem staranności wykonania, - przestrzega dyscypliny czasu pracy, - potrafi napisać i skompletować dokumenty potrzebne do podjęcia pracy, - potrafi przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej, - chce i wie gdzie szukać pracy, - będzie miał możliwość odreagowania negatywnych, tłumionych emocji, - wyciszy się, zrelaksuje, - wzmocni poczucie własnej wartości, - wzmocni poczucie sprawczości „chcę-mogę-potrafię”,

2.	<p>- praca z komputerem – nabywanie umiejętności obsługi komputera oraz urządzeń peryferyjnych, korzystania z zasobów internetu, poszerzanie kompetencji zawodowych, kształtowanie umiejętności pisania dokumentów aplikacyjnych oraz odpowiadania na oferty pracy.</p> <p>Ergoterapia - jej celem jest zdobywanie i poszerzanie kompetencji zawodowych przez uczestników przewlekle psychicznie chorych do podjęcia pracy w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy; ma na celu nabycie przez uczestników odpowiedzialności za zadanie, pobudzenie celowej aktywności, odkrywanie mocnych stron, podnoszenie przez nich własnej samooceny (pewności i wiary w siebie) i zaspokajanie potrzeby użyteczności;</p>	<p>Osoba prowadząca: - instruktor terapii zajęciowej, - asystent osoby niepełnosprawnej.</p> <p>Wspierająco: - kierowca/opiekun</p>	14	<p>pracownia artystyczna i ogrodnicza – 3,5 godz.</p> <p>Praca ciągła przez cały rok. Wszystkie pracownie.</p>	<p>Trening indywidualny /grupowy Metoda nauczania praktycznego – rozwijanie umiejętności, pokaz, ćwiczenia, instruktaż.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - dostrzeże piękno w otaczającym go świecie (walory estetyczne przedmiotów, zjawiska w przyrodzie, różnorodność barw itp.), - będzie zwracał większą uwagę na staranność wykonanej pracy, - usprawni pracę rąk w zakresie percepcji dotykowej i sprawności manipulacyjnej palców i dłoni, - rozwinie swoją wyobraźnię i kreatywność, spostrzegawczość, samodzielność w działaniu, - wzbogaci życie emocjonalne, - potrafi uprawiać i pielęgnować rośliny w ogrodzie, - dostrzeże korzyści wynikające z uprawy i spożywania roślin ekologicznych, - zdobędzie umiejętność zaplanowania czasu wolnego,
3.	<p>Hortikuloterapia - Uczestnicy zdobywają/ utrwalają umiejętność dbania o teren przylegający bezpośrednio do ośrodka. Każdego roku zakładany jest ogródek warzywny. Uczestnicy wykonują tam prace sezonowe - wiosną sieją i sadzą rośliny, latem pielęgnują je i podlewają, a jesienią grabią liście i przygotowują ogródki do zimy. Dzięki temu poznają zasady uprawy i cyklów życiowych roślin, ale także nabywają praktycznych umiejętności posługiwania się narzędziami ogrodniczymi takimi jak: kosiarka, szpadel czy sekator, które mogą im się przydać. Uczą się systematyczności, planowania i odpowiedzialności za zadania.</p>	<p>Osoba prowadząca: - instruktor terapii zajęciowej, - asystent osoby niepełnosprawnej. Wspomagająco: - opiekun.</p>	20	<p>W okresie od IV-X 2024 r. w miarę potrzeby wynikających z specyfiki zajęć.</p>	<p>Trening indywidualny /grupowy Metoda nauczania praktycznego – rozwijanie umiejętności, pokaz, ćwiczenia, instruktaż</p>	<ul style="list-style-type: none"> - organizacja stanowiska pracy i przebiegu prostych czynności związanych z wykonywaniem prac w ogrodzie, - rozwijanie umiejętności samokontroli tempa pracy, - integracja z innymi uczestnikami, - zrozumienie istoty samodzielności i odpowiedzialności za wykonywane zadanie oraz powierzone materiały, - nabycie umiejętności technicznych przy wykonywaniu prostych prac gospodarskich.
4.						

	<p>Zajęcia techniczne - w ramach zajęć uczestnicy będą wykonywać (w miarę swoich możliwości psychofizycznych) takie czynności jak:</p> <ul style="list-style-type: none"> - czyszczenie listew i kawałków drewna, rysowanie oraz wycinanie w deskach różnorodnych konturów wykorzystywanych w trakcie zajęć w pracowni artystycznej, - szpachlowanie dziur, dorabianie farby, malowanie ławek, - dokonywanie drobnych napraw na terenie ośrodka. 	<p>Osoba prowadząca:</p> <ul style="list-style-type: none"> - instruktor terapii zajęciowej, - asystent osoby niepełnosprawnej. <p>Wspierająco:</p> <ul style="list-style-type: none"> - opiekun. 	10	<p>Zajęcia prowadzone przez cały rok, w miarę potrzeb wynikających z specyfiki zajęć.</p>	<p>Trening indywidualny /grupowy</p> <p>Metoda nauczania praktycznego – rozwijanie umiejętności, pokaz, ćwiczenia, instruktaż</p>	
XII Usługa transportowa						
1.	<p>Dowóz uczestników do placówki i odwóz do miejsca zamieszkania.</p> <p>Z terenu Gminy Mała Wieś osoby dowożone są naszym środkiem transportu busem 9 osobowym.</p> <p>Z terenu Gminy Bulkowo ŚDS transport uczestników świadczy wynajęta przez ŚDS firma transportowa.</p>	<p>Kierowca na trasie Mała Wieś.</p> <p>Osoba sprawująca opiekę w czasie dowozów na trasie Bulkowo</p>	28 uczestników w (14 z terenu gminy Mała Wieś, 14 z terenu Gminy Bulkowo, 2 osoby docierają do ośrodka samodzielnie).	Usługa świadczona przez cały rok.	Dzięki transportowi realizowanemu przez jednostkę uczestnicy mogą dotrzeć na zajęcia ponieważ na naszym terenie praktycznie nie mamy komunikacji praktycznej	
XIII Szkolenia kadry						
1.	Organizacja szkoleń i doszkącanie pracowników, udział w szkoleniach wewnętrznych i zewnętrznych (tematyka	Kierownik	9 pracowników	Szkolenie zewnętrzne realizowane jest minimum raz na 6 miesięcy. W roku 2024 planowane są dwa szkolenia zewnętrzne oraz 2 szkolenie wewnętrzne.		

	szkolenia dobierana jest na bieżąco, w zależności od potrzeb zgłaszanych przez pracowników). Ponadto na bieżąco realizowane są wszystkie szkolenia wynikające z przepisów prawa pracy.			
XIV Spotkania Zespołu Wspierająco-Aktywizującego				
1.	Spotkania Zespołu Wspierająco – Aktywizującego, omawiane są bieżące sprawy dotyczące uczestników oraz ich dokumentacji.	Kierownik	Zespół Wspierająco - Aktywizujący	Raz w miesiącu. W przypadku konieczności omówienia dodatkowych, nieprzewidzianych zdarzeń spotkania odbywają się dwa razy w miesiącu lub na prośbę członka ZWA.
XV Współpraca ŚDS z innymi instytucjami				
1	<p>Współpraca ze społecznością lokalną, instytucjami pozarządowymi oraz organizacjami działającymi na rzecz osób niepełnosprawnych w celu poprawy funkcjonowania osób przewlekle psychicznie chorych.</p> <p>Współpraca z Gminnymi Ośrodkami Pomocy Społecznej w Małej Wsi oraz Bulkowie w celu zapewnienia jak najlepszej opieki i wsparcia dla Uczestników w tym: wydawanie decyzji administracyjnych kierujących do ośrodka, przeprowadzanie wywiadów środowiskowych, bieżąca wymiana informacji na temat sytuacji rodzinnej, bytowej uczestnika.</p> <p>Współpraca z Ośrodkami zdrowia na terenie Gminy Mała Wieś oraz Gminy Bulkowo w celu zapewnienia podstawowej opieki zdrowotnej.</p>	<p>Wszyscy pracownicy jednostki.</p> <p>Kierownik. Instruktor terapii zajęciowej .</p> <p>Kierownik . Instruktor terapii zajęciowej</p>	<p>23</p> <p>23</p> <p>23</p>	<p>Praca ciągła przez cały rok</p> <p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - otrzymuje pomoc w rozwiązywaniu problemów dnia codziennego w sferze urzędowej (pomoc w napisaniu pisma urzędowego, wypełnieniu wniosku oraz różnego rodzaju druków), - zdobywa umiejętność rozmowy z urzędnikiem, - zwiększa zaradność, samodzielność i niezależność życiową, - zwiększa poczucie własnej wartości („ktoś mi pomógł- jestem dla niego ważny”), - zwiększa wiarę w swoje możliwości, <p>Rodziny uczestników otrzymują pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.</p>

	Planujemy współpracę z następującymi jednostkami: Gmina Mała Wieś, Gmina Bulkowo, PCPR Płock, Gminne centrum Kultury „MultiOsada” w Małej Wsi, Fundacja „Salomon” oraz prowadzony przez fundację Sklep Charytatywny „Kopalnia” w Warszawie, Szkołami Podstawowymi z terenu gminy Mała Wieś i Bulkowo. 21 Gromada Zuchowa „Podgórskie Borowiki” działająca przy Szkole Podstawowej w Podgórzu.	wyznaczony przez kierownika				
XVI Organizacja imprez zgodnie z harmonogramem rocznym						
1.	Imprezy organizowane są zgodnie z załączonym harmonogramem, który stanowi załącznik nr 2 do planu . Imprezy integracyjne organizowane poza ośrodkiem: udział w imprezach integracyjnych organizowanych przez inne środowiskowe domy, domy pomocy społecznej, stowarzyszenia, warsztaty terapii zajęciowej. Udział w przeglądach twórczości osób niepełnosprawnych, konkursach, itp.	Wszyscy pracownicy. Instruktor terapii zajęciowej. Instruktor terapii zajęciowej.	23	Praca zgodnie z załączonym harmonogramem	Wyjazdy. Konkursy. Udział w warsztatach. Organizacja wydarzeń i apeli okolicznościowych. Organizacja spotkań na terenie domu.	Uczestnik aktywnie bierze udział w życiu społecznym oraz kulturalnym. Zwiększa umiejętności komunikacyjne i społeczne. Aktywnie spędza czas wolny.
XVII Kierunki dalszego rozwoju lub inne fakultatywne usługi						
1.	Fizjoterapia. Ma na celu poprawę kondycji psychofizycznej uczestnika, niwelowanie napięcia mięśniowego, walkę z ograniczeniami ruchowymi,	Fizjoterapeuta	20	Od I – XII 2024 r. w wymiarze 38 godzin miesięcznie w formie zajęć grupowych lub indywidualnych (w	Ćwiczenia ogólnorozwojowe. Ćwiczenia bierne i czynne. Complex	Poprawa kondycji fizycznej. Zwiększenie zakresu ruchu. Niwelowanie napięcia mięśniowego. Poprawa sprawności motorycznej.

	poprawę i utrzymanie sprawności motorycznej u uczestników oraz ogólne utrzymanie organizmu w dobrej kondycji, podtrzymywanie zdolności uczestników do samodzielnego funkcjonowania.			zależności od aktualnych potrzeb uczestników).	Drenaż limfatyczny. Ćwiczenia z użyciem sprzętu rehabilitacyjnego. Pinopresura.	Poprawa nastroju, samooceny Uczestników.
2.	Wyjazdy na pływalnie.	Instruktor terapii zajęciowej. Asystent osoby niepełnosprawnej. Kierowca/opiekun.	10	W okresie od III do XII 2024r. raz w miesiącu. Cały wyjazd z dojazdem oraz powrotem zajmie około 4 godzin.	Zajęcia na pływalni	Poprawa sprawności fizycznej Uczestnika. Aktywne spędzanie czasu wolnego. Poprawa integracji w grupie. Nabywanie umiejętności zachowania się w miejscach publicznych. Relaksacja, poprawa nastroju.

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu
Samopomocy
Bogumila Radzka
Sporządził: 05.02.2024 r.

Data i podpis

Środowiskowy Dom Samopomocy
w Starych Święcicach
Stare Święcice 22, 09-460 Mała Wieś
NIP: 7743225496 REGON: 362965820

WÓJT GMINY
Mała Wieś
Zatwierdził: 21.02.2024 r. *Eryk Wojnarowski*

Data i podpis

Ramowy Tygodniowy Plan Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Świącicach na rok 2024 Typ A

Od – do	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
8.00-9.00	Zapewnienie opieki uczestnikom podczas dowozu na zajęcia, przyjazd do ośrodka, przygotowanie do zajęć	Zapewnienie opieki uczestnikom podczas dowozu na zajęcia, przyjazd do ośrodka, przygotowanie do zajęć	Zapewnienie opieki uczestnikom podczas dowozu na zajęcia, przyjazd do ośrodka, przygotowanie do zajęć	Zapewnienie opieki uczestnikom podczas dowozu na zajęcia, przyjazd do ośrodka, przygotowanie do zajęć	Zapewnienie opieki uczestnikom podczas dowozu na zajęcia, przyjazd do ośrodka, przygotowanie do zajęć
9.00 – 9:20	Trening higieniczny	Trening budżetowy	Trening higieniczny	Trening higieniczny	Trening higieniczny
9:20 – 9:40	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny		Trening dbałości o wygląd zewnętrzny	Trening budżetowy	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny
9:40-10:00	Trening umiejętności społecznych		Trening umiejętności społecznych	Trening umiejętności społecznych	Trening umiejętności społecznych
10:00 – 10:30	Trening komunikacyjny	Zajęcia korekcyjno-kompensacyjne	Trening komunikacyjny	Trening rozwijania zainteresowań Internetem (kółko komputerowe)	Trening interpersonalny
10:30 – 11:00	Trening rozwijania zainteresowań literaturą	Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi i telewizyjnymi			
11.00- 13.00	Terapia zajęciowa w pracowni gospodarstwa domowego/usprawniania ruchowego/umiejętności i komunikacji społecznych/komputerowo-informatycznej/artystycznej i ogrodniczej. Zmiana pracowni następuje co tydzień	Terapia zajęciowa w pracowni gospodarstwa domowego/usprawniania ruchowego/umiejętności i komunikacji społecznych/komputerowo-informatycznej/artystycznej i ogrodniczej.	Terapia zajęciowa w pracowni gospodarstwa domowego/usprawniania ruchowego/umiejętności i komunikacji społecznych/komputerowo-informatycznej/artystycznej i ogrodniczej.	Terapia zajęciowa w pracowni gospodarstwa domowego/usprawniania ruchowego/umiejętności i komunikacji społecznych/komputerowo-informatycznej/artystycznej i ogrodniczej.	Terapia zajęciowa w pracowni gospodarstwa domowego/usprawniania ruchowego/umiejętności i komunikacji społecznych/komputerowo-informatycznej/artystycznej i ogrodniczej.
13.00- 13.15	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
13.15-14.45	cd. terapii zajęciowej w pracowniach	cd. terapii zajęciowej w pracowniach	cd. terapii zajęciowej w pracowniach	cd. terapii zajęciowej w pracowniach	cd. terapii zajęciowej w pracowniach
14.45 – 15.00	Trening umiejętności praktycznych/porządkowych	Trening umiejętności praktycznych/porządkowych	Trening umiejętności praktycznych/porządkowych	Trening umiejętności praktycznych/porządkowych	Trening umiejętności praktycznych/porządkowych
15.00-16.00	Uzupełnianie dokumentacji. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas odwozu po zajęciach.	Uzupełnianie dokumentacji. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas odwozu po zajęciach.	Uzupełnianie dokumentacji. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas odwozu po zajęciach.	Uzupełnianie dokumentacji. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas odwozu po zajęciach.	Uzupełnianie dokumentacji. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas odwozu po zajęciach.

W każdy piątek od godziny 8:30 do godziny 14:30 do dyspozycji uczestników pozostaje psycholog.

W każdy wtorek od godziny 8:00 do godziny 15:00 oraz co drugi czwartek od 9:00-14:00 do dyspozycji uczestników pozostaje fizjoterapeuta.

HARMONOGRAM PLANOWANYCH ZADAŃ, IMPREZ OKOLICZNOŚCIOWYCH I SPOTKAŃ NA ROK 2024; Typ A

Zadania, imprezy okolicznościowe i spotkania zaplanowane na rok 2024 mogą ulec zmianie z uwagi zgłoszonych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych jednostki.

Styczeń

- Zebrania społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Aktywne uczestnictwo w XXXI Finale Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy.
- Zabawa karnawałowa- wyjazd na spotkanie integracyjne do ŚDS Słupno

Luty

- Imieniny miesiąca
- Dzień Zakochanych, zabawy i konkursy muzyczne- zabawa walentynkowa na terenie domu.
- 16 luty Dzień Naleśnika – warsztaty kulinarne
- Wyjazd do Teatru Dramatycznego w Płocku

Marzec

- Obchody Dnia Kobiet i Dnia Mężczyzny - występ okolicznościowy przygotowany przez uczestników
- Warsztaty plastyczne „Zajątek wielkanocny”- organizowane wspólnie z uczniami Szkoły Podstawowej w Podgórzu.
- Uroczyste Śniadanie Wielkanocne. Wystawa prac uczestników o tematyce wielkanocnej
- Imieniny miesiąca

Kwiecień

- Turniej układania puzzli
- Dzień Czekolady – warsztaty cukiernicze
- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny miesiąca

Maj

- Akademia z okazji Dnia Konstytucji Narodowej
- Obchody Dnia Godności Osób Niepełnosprawnych – wspólne ognisko z rodzinami uczestników, wystawa prac artystycznych
- „Poznajemy lokalną historię” - Skansen Osadnictwa Nadwiślańskiego w Wiączeminię Polskim
- Imieniny miesiąca

Czerwiec

- Uczestnictwo w „Dniach Gminy Bulkowo”- wystawa prac artystycznych uczestników
- Wycieczka do Miejskiego Ogrodu Zoologicznego w Płocku – zwiedzanie ZOO z przewodnikiem.
- Zabawy integracyjne oraz grill z okazji Dnia Dziecka „W każdym z nas tkwi dziecko” . Dzień zorganizowany wspólnie z Szkołą Podstawową w Bulkowie.
- Dni Humoru i Satyry – integracja uczestników ze środowiskiem lokalnym wyjazd do Domu Pomocy Społecznej w Zakrzewie
- Imieniny miesiąca

Lipiec

- Zebranie społeczności Domu
- Wyjazd nad jezioro – letnie plażowanie.
- Imieniny miesiąca

Sierpień

- Uczestnictwo w „Święcie Plonów” – Gmina Blichowo
- Imieniny miesiąca
- Rajd pieszy „Razem raźniej” zorganizowany wspólnie z 21 Gromadą Zuchową „Podgórskie Borowiki”

Wrzesień

- Obchody rocznicy wybuchu II wojny światowej
- Uczestnictwo w „Dniach Gminy Mała Wieś”- przygotowanie stołu regionalnego oraz wystawa prac artystycznych.
- III Piknik Przyjaźni – spotkanie sportowo-rekreacyjne organizowane przez naszą placówkę.
- Imieniny miesiąca

Październik

- Zebranie społeczności Domu.
- Dzień Zdrowia Psychicznego – dzień otwarty w ŚDS.
- Imieniny miesiąca.
- Grzybobranie. Wyjazd do lasu.
- Obchody Dnia Dyni. Zabawa integracyjna z tańcami.

Listopad

- Wspólny wyjazd na cmentarz z okazji Dnia Wszystkich Świętych.
- Akademia z okazji Narodowego Święta Niepodległości.
- Bal Andrzejkowy – impreza integracyjna z ŚDS Słupno, ŚDS Wyszogród.
- Konkurs recytatorski w ŚDS.
- Imieniny miesiąca.

Grudzień

- Zebranie społeczności Domu – podsumowanie minionego roku.
- Mikołajki – wspólne dekorowanie budynku na nadchodzące święta.
- Wyjazd do Płocka na ogrody świateł.
- Wspólne kolędowanie- spotkanie z rodzinami uczestników oraz przyjaciółmi Domu „Spotkanie opłatkowe”.
- Wystawy prac uczestników o tematyce bożonarodzeniowej.

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu
Samopomocy
Bogumila Rudzka
Bogumila Rudzka

Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Świącicach na 2024 rok - Typ domu B

Lp.	Usługi świadczone w ŚDS w roku 2024	Osoba/ osoby odpowiedzialne za realizację zadania	Liczba osób objętych usługami	Wymiar czasu / częstotliwość	Forma zajęć/ treningów/ usług Indywidualne/grupowe	Przewidywane efekty
I TRENING FUNKCJONOWANIA W CODZIENNYM ŻYCIU						
1.	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny Trening realizowany będzie zgodnie z przyjętą tematyką oraz możliwościami psychofizycznymi uczestnika poprzez kształtowanie oraz podtrzymywanie umiejętności nabytych w zakresie: - stosowanie zabiegów pielęgnacyjnych (golenie się, obcinanie paznokci, strzyżenie i czesanie włosów), - przypomnienie o konieczności utrzymania w czystości bielizny osobistej i odzieży wierzchniej, obuwia - doboru odzieży pod kątem estetycznym oraz dostosowania jej do okoliczności i pory roku,	Asystent osoby niepełnosprawnej. Instruktor terapii zajęciowej.	7	Trening realizowany 3 razy w tygodniu po 20 minut.	Instruktaż słowny terapeuty oraz zademonstrowanie określonych czynności. Ćwiczenia praktyczne. Ćwiczenia utrwalające.	Uczestnik: - wie, że czystość ciała wpływa na nasze zdrowie i dobre samopoczucie, - posiada wiedzę na temat dbania o wygląd zewnętrzny, - potrafi zastosować odpowiednie przybory toaletowe, - nabywa w pełni lub częściowo umiejętność wykonania toalety całego ciała i poszczególnych jego części. Uczestnik wzmocni poczucie własnej wartości, poczucie sprawstwa, samoocenę, a także zwiększył wiarę we własne możliwości.
2.	Trening nauki higieny Trening realizowany będzie zgodnie z indywidualnymi potrzebami każdego uczestnika poprzez podtrzymywanie oraz doskonalenie nabytych umiejętności. Obejmował będzie następujące czynności: - mycie ciała, włosów, higieny jamy ustnej, pielęgnacji skóry, - używanie przyborów toaletowych i kosmetyków, - kształtowanie nawyku konieczności mycia rąk po wyjściu z toalety,	Instruktor terapii zajęciowej. Asystent osoby niepełnosprawnej. Opiekun.	7	Trening realizowany 4 razy w tygodniu po 20 minut.	Instruktaż słowny terapeuty. Ćwiczenia praktyczne. Ćwiczenia utrwalające. Trening indywidualny.	Kształtowanie nawyku dbania o codzienną higienę osobistą, ochronę własnego zdrowia poprzez właściwe mycie i dezynfekcję rąk. Poprawienie postrzegania wizerunku uczestników przez siebie samych i otoczenie.

	<ul style="list-style-type: none"> - dezynfekcja rąk płynem antybakteryjnym, - kształtowanie nawyku estetycznego i higienicznego korzystania z toalety. 					
3.	<p>Trening kulinarny Pomoc w przygotowaniu codziennego ciepłego posiłku (obiad) przyrządzanego w ramach treningu kulinarnego w pracowni gospodarstwa domowego.</p> <p>Trening realizowany w ramach pracowni kulinarnej, zgodnie z przyjętą tematyką zajęć, podtrzymywanie, doskonalenie i utrwalanie nabytych umiejętności takich, jak:</p> <ul style="list-style-type: none"> - przygotowywanie ciepłych posiłków samodzielnie lub z pomocą opiekuna, - radzenie sobie z obsługą sprzętu AGD, - kształtowanie zasad spożywania posiłków z uwzględnieniem konieczności zachowania czystości i zasad BHP, - dbanie o porządek i czystość w pracowni kulinarnej, - kształtowanie umiejętności nakrywania do stołu oraz zasad savoir vivre, - umiejętność gospodarowania czasem. 	<p>Instruktor terapii zajęciowej. Asystent osoby niepełnosprawnej.</p>	5	<p>Trening realizowany 5 razy w tygodniu w trakcie zajęć w pracowni gospodarstwa domowego przez 3,5 godziny.</p>	<p>Instruktaż pokazowy czynności. Ćwiczenie samodzielnych czynności. Pogadanka.</p> <p>Trening indywidualny lub grupowy w zależności od rodzaju wykonywanej czynności.</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - potrafi z pomocą terapeuty przygotować posiłek, - potrafi przygotować posiłek z zachowaniem zasad BHP, - potrafi obsługiwać wybrane urządzenia AGD, - zna zasady nakrywania do stołu oraz savoir vivre, - potrafi dbać o porządek i czystość w trakcie i po wykonanej pracy, - podtrzymuje/doskonali umiejętności kulinarne, - zwiększa wiarę we własne możliwości, - rozwija swoje umiejętności, - współpracuje z innymi, - wyrobi poczucie estetyki i wyobraźni, - wzmacnia poczucie własnej wartości i samooceny.
4.	<p>Trening umiejętności praktycznych/ trening porządkowy Trening obejmować będzie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - naukę obsługi pralki automatycznej, - naukę odpowiedniej segregacji prania w zależności od kolorystyki, - dobór odpowiednich detergentów oraz ich dozowania do pralki automatycznej, - dobór odpowiedniego programu prania w pralce automatycznej, 	<p>Instruktor terapii zajęciowej. Asystent osoby niepełnosprawnej.</p>	5	<p>Trening realizowany 5 razy w tygodniu po 15 minut.</p>	<p>Instruktaż pokazowy. Pogadanka. Zajęcia praktyczne i teoretyczne wykonywane pod kierunkiem instruktora lub samodzielnie. Ćwiczenia indywidualne. Ćwiczenia grupowe.</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - z pomocą terapeuty potrafi obsługiwać sprzęt AGD i RTV, - potrafi segregować pranie, - z pomocą terapeuty potrafi dobrać odpowiednie detergenty, - potrafi zachować bezpieczeństwo przy obsłudze urządzeń elektrycznych,

	<ul style="list-style-type: none"> - zapoznanie z zasadami bezpieczeństwa podczas używania sprzętu AGD, - obsługa sprzętu AGD/RTV, - uświadamianie zagrożeń wynikających z nieprawidłowego użytkowania sprzętów pod napięciem takich jak: pralka automatyczna, suszarka do włosów, maszynka do golenia, odkurzacz itp., - obsługa komputera. <p>Trening porządkowy Kształtowanie/wyrabianie nawyku wykonywania czynności porządkowych, takich jak:</p> <ul style="list-style-type: none"> - odkurzanie, zamiatanie, ścieranie kurzu, - pranie, rozwieszanie odzieży, - segregowanie i składanie odzieży, - dobór i dozowanie detergentów do wykonywanej czynności, - pielęgnacja roślin doniczkowych - mycie okien, - dbanie o czystość urządzeń sanitarnych, mycie armatury, - mycie i konserwacja podłóg, - segregowanie i wynoszenie śmieci itp. 					<ul style="list-style-type: none"> - zdaje sobie sprawę z zagrożeń wynikających z nieprawidłowego użytkowania sprzętów pod napięciem, - spędza czas użytecznie, - kształtuje postawę aktywną, - czerpie przyjemność z wykonywanej pracy oraz jej efektów, - zna podstawową obsługę komputera.
4	<p>Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi (trening budżetowy) Nauka/ poszerzenie oraz utrwalanie umiejętności takich jak:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozpoznawanie wartości nominalów pieniężnych, - nauka odejmowania i dodawania pieniędzy w niewielkich kwotach, - kontrolowanie uzyskiwanej reszty podczas robienia zakupów, 	Instruktor terapii zajęciowej . Asystent osoby niepełnosprawnej.	5	Raz w tygodniu w wymiarze 20 minut – trening na terenie ŚDS. Raz w tygodniu w formie wyjazdu do pobliskiego sklepu celem dokonania	Instruktaż pokazowy. Praca na materiałach pomocniczych. Zajęcia praktyczne wykonywane pod kierunkiem instruktora lub samodzielnie (wyjazd do sklepu).	Uczestnicy: <ul style="list-style-type: none"> - znają bądź orientują się w wartości nominalów, - potrafią wykonywać proste działania matematyczne (dodawanie i odejmowanie) w niewielkich kwotach, - samodzielnie lub w asyście robią zakupy, - zwracają uwagę na wydawaną im resztę podczas robienia zakupów,

	- orientacja w cenach danych produktów, planowanie zakupów w odniesieniu do posiadanych środków, - nauka korzystania z sklepu samoobsługowego, wielobranżowego, mięsnego.			zakupów grupa max 3 osobowa – w wymiarze 1 godziny.		- rozróżniają sklepy, - umieją używać zwrotów grzecznościowych, prosić personel sklepu o pomoc.
II TRENING UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNYCH I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW						
1	Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami i innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, urzędach, instytucjach kultury (TUS) obejmować będzie: -nabywanie/utrwalanie umiejętności nawiązywania i podtrzymywania kontaktów, -doskonalenie umiejętności prowadzenia rozmowy i udzielania informacji zwrotnej, - doskonalenie umiejętności używania zwrotów grzecznościowych, -kształtowanie pozytywnych relacji z osobami z bliskiego otoczenia, rodziną i sąsiadami (funkcjonowanie w grupie) -wzbudzanie empatii, niesienia pomocy innym, -kształtowanie świadomości pełnienia ról społecznych, - kształtowanie umiejętności poprawnego zachowania się w miejscach publicznych, -kształtowanie umiejętności zachowania równowagi emocjonalnej, - nabywanie / utrwalanie umiejętności współpracy, zarówno w czasie wspólnej pracy jak i zabawy, - doskonalenie umiejętności bycia asertywnym, - nabywanie/utrwalanie umiejętności podejmowania decyzji i rozwiązywania	Instruktor terapii zajęciowej. Psycholog. Asystent osoby niepełnosprawnej.	7	Trening realizowany 4 razy w tygodniu, 20 minutowy.	Dyskusja. Pogadanka edukacyjna. Udział w warsztatach wyjazdowych (w miarę możliwości finansowych placówki). Zabawy i gry towarzyskie. Zabawy integracyjne. Trening asertywności. Zebrania społeczności lokalnej. Projekcje filmowe. Wyjścia do instytucji użyteczności publicznej. Rozmowy i ćwiczenia indywidualne. Trening realizowany indywidualnie lub grupowo.	Uczestnik: - z własnej inicjatywy prosi o pomoc, - odnajduje się w grupie, lepiej współpracuje z innymi, - potrafi nawiązać, poprowadzić i zakończy rozmowę, - stosuje zwroty grzecznościowe adekwatnie do sytuacji, -posiada świadomość pełnienia ról społecznych, - potrafi prawidłowo zachować się w miejscach użyteczności publicznej, - lepiej funkcjonuje w grupie, - potrafi przestrzegać norm społecznych.

	problemów oraz ocenianie konsekwencji swoich działań i stawianie sobie celów, - kształtowanie umiejętności komunikowania o swoim problemie i szukania jego rozwiązań.					
2.	Zajęcia korekcyjno-kompensacyjne: - rozwój umiejętności wykonywania czynności życia codziennego, - stymulowanie i usprawnianie zaburzonych procesów psychomotorycznych poprzez wszechstronne ćwiczenia analizatora wzrokowego, słuchowego i kinestetyczno-ruchowego, - rozwijanie logicznego myślenia, - ćwiczenia koncentracji uwagi z wykorzystaniem pomocy dydaktycznych, - zabawy słowne, krzyżówki, gry interaktywne, - oddziaływanie psychoterapeutyczne ogólnie uspokajające	Instruktor terapii zajęciowej. Psycholog.	7	Zajęcia realizowane raz w tygodniu w wymiarze 30 minut	Metody pracy: zadaniowa, zabawowa, poglądowa, słowna, pokaz, naśladownictwo, ćwiczenia praktyczne, indywidualne poradnictwo, zabawy i gry ruchowe.	Ma na celu poprawę zaradności osobistej, sprawności psychofizycznej i przystosowanie do funkcjonowania społecznego.
3.	Trening interpersonalny. Ma na celu integrację uczestników grupy, zbieranie cennych informacji zwrotnych na temat własnego zachowania, lepszego rozumienia zachowań innych osób i funkcjonowania w grupie.	Instruktor terapii zajęciowej. Psycholog		Trening grupowy, realizowany raz w tygodniu w wymiarze 1 godziny.	Dyskusja. Praca w parach. Praca w podgrupach. Burzę mózgów. Niedokończone zdania, informacje. Psychodramę. Gry i zabawy. Rysunek. Projekcje filmów	Uczestnik: - zwiększa asertywność, - zmniejsza społeczny lęk, - rozwija umiejętności społeczne przejawiane w różnych sytuacjach, - kształtuje zdolności do podejmowania działań wyrażających troskę o własną osobę.
III TRENING UMIEJĘTNOŚCI KOMUNIKACYJNYCH						
1.	Trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej. Trening obejmować będzie:	Instruktor terapii zajęciowej. Psycholog. Asystent osoby. Niepełnosprawnej.	2	Trening realizowany codziennie w trakcie całego pobytu w ŚDS.	Dla uczestnika dobiera się najodpowiedniejszą dla niego metodę w zależności od jego możliwości i ograniczeń: -w pracy z osobą ze słabo rozwiniętą motoryką (np. z	Uczestnik: - lepiej rozumie świat i to, co do niego mówimy, dzięki temu czuje się bezpiecznie, - dokonuje wyborów, dzięki temu jest niezależny i samodzielny,

	<ul style="list-style-type: none"> - komunikację alternatywną stosowaną w przypadku osób, które całkowicie utraciły zdolność mówienia, np. w wyniku udaru mózgu, bądź nigdy jej nie nabyły i nie są w stanie się jej nauczyć. U takich uczestników alternatywne metody mają w całości zastąpić język mówiony, - komunikacja wspomagająca stosowana jest u uczestników, którzy posługują się mową w sposób ograniczony, na przykład mówią niewyraźnie. Wówczas pomoc polega na wzbogaceniu ich kompetencji komunikacyjnych i ułatwieniu porozumiewania się. 	Kierowca/Opiekun.			<p>powodu mózgowego porażenia dziecięcego) stosowane są gesty Makatonu lub systemy oparte na znakach graficznych;</p> <ul style="list-style-type: none"> - osobom z niepełnosprawnością sprzężoną, które mają często problemy z mową, poleca się metodę ułatwionej komunikacji. <p>U osób nie posługujących się mową wykorzystuje się tablet z oprogramowaniem „Mówik”.</p> <p>Treningi indywidualne.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - uczestnik może wyrażać swoje prośby i potrzeby; być lepiej rozumianym przez inne osoby, - rozmawia ze swoim terapeutą – poszerza się w ten sposób krąg partnerów komunikacyjnych, - rozwija się poznawczo – poznaje nowe rzeczy, zdobywa nowe informacje, - mówi o tym, co było lub o tym, co będzie – może nam opowiedzieć o swoich lękach, zmartwieniach, problemach oraz o tym, co go cieszy, - może zadawać pytania, - może aktywnie uczestniczyć w sytuacjach komunikacyjnych, - nie pozostaje bierny - symbole AAC są idealnym sposobem na pokazanie uczestnikowi, że jego sposób komunikacji „działa” i w ten sposób motywuje go do mówienia, - na końcu, w sytuacji braku pojawienia się mowy, są one alternatywą dla komunikacji.
2.	<p>Trening umiejętności komunikacyjnych</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozwijaniu prawidłowych sposobów komunikowania się z innymi, - poznanie zagadnień związanych z komunikacją interpersonalną, - zdobywają wiedzę na temat tego, jak w sposób otwarty i kulturalny prowadzić konwersację, - zdobywanie umiejętności jak nawiązywać i podtrzymywać rozmowę. 	<p>Instruktor terapii zajęciowej.</p> <p>Psycholog.</p> <p>Asystent osoby niepełnosprawnej.</p> <p>Kierowca/Opiekun.</p>	5	<p>Trening realizowany codziennie w trakcie całego pobytu w ŚDS.</p>	<p>Rozwijanie umiejętności komunikacyjnych poprzez codzienne rozmowy.</p> <p>Kształtowanie umiejętności nawiązywania, prowadzenia i podtrzymywania rozmowy, uważnego słuchania, wyciągania wniosków, dbania o poprawność wypowiedzi.</p>	
IV TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO						
1	<p>Trening rozwijania zainteresowań literaturą</p> <ul style="list-style-type: none"> - biblioterapia uczestnictwo w grupowym czytaniu wybranych utworów literackich – słuchanie. - bajkoterapia –słuchanie czytanych przez instruktora bajek lub poprzez audiobooki. 	<p>Instruktor terapii zajęciowej.</p> <p>Asystent osoby niepełnosprawnej.</p>	7	<p>Trening realizowany raz w tygodniu po 30 minut.</p>	<p>Biblioterapia.</p> <p>Bajkoterapia.</p> <p>Zajęcia indywidualne lub grupowe w zależności od aktualnych preferencji uczestników.</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - doskonali umiejętności wybierania najciekawszych i najkorzystniejszych dla siebie form aktywności związanej z czasem wolnym, - potrafi dobrze wykorzystać czas wolny,
2	<p>Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi i telewizyjnymi</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej.</p>	7	<p>Trening realizowany raz</p>	<p>Filmoterapia.</p> <p>Muzykoterapia.</p>	

	-ma na celu zainteresowanie uczestników wybranymi audycjami radiowymi, telewizyjnymi oraz filmowymi ze szczególnym uwzględnieniem treści z zakresu muzykoterapii, filmoterapii, bajkoterapii.	Asystent osoby niepełnosprawnej.		w tygodniu przez 30 minut.	Bajkoterapia. Trening realizowany grupowo.	- uzyskuje wiedzę na temat własnych możliwości, - bierze aktywny udział w zajęciach spędzania czasu wolnego, m.in. biblioterapia, muzykoterapia, itp. - poszerza zainteresowania, - rozwija hobby, - potrafi zagospodarować czas wolny z użyciem komputera. - potrafi się zrelaksować, wyciszyć.
3	Trening rozwijania zainteresowań Internetem „Kółko komputerowe” - mobilizowanie do zdobywania umiejętności posługiwania się komputerem oraz Internetem. - zachęcanie do rozwijania swoich zainteresowań - wyszukiwanie interesujących treści w Internecie: muzyka, film, bajki	Instruktor terapii zajęciowej. Asystent osoby niepełnosprawnej.	3	Raz w tygodniu 1 godzina	Trening realizowany w pracowni komputerowo-informacyjnej.	
4	Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych - udział w spotkaniach kulturalnych, okolicznościowych, integracyjnych organizowanych przez ośrodek oraz na zaproszenie placówki zewnętrznej.	Wszyscy członkowie Zespołu Wspierająco-Aktywizującego.	7	Praca zgodna z harmonogramem imprez na 2024 r.	Organizacja spotkań kulturalnych, okolicznościowych na terenie ośrodka. Wyjazdy do kina, teatru. Ludoterapia – gry, zabawy towarzyskie. Odwiedzanie zaprzyjaźnionych placówek, organizowanie wspólnych spotkań integracyjnych np. Bal Andrzejkowy, Bal Walentynkowy, Organizacja wycieczek, wyjazdów.	
5	Relaksacja – poprzez udział w zajęciach relaksacyjnych w sali doświadczania świata. Jeśli uczestnik zgłosi potrzebę wypoczynku, wyciszenia się udaje się do pokoju wyciszeni, który służy także do prowadzenia treningu czasu wolnego w formie relaksacji	Instruktor terapii zajęciowej. Asystent osoby niepełnosprawnej. Psycholog.	7	Jeśli zachodzi taka potrzeba relaksacja może być prowadzona w trakcie całego pobytu w placówce – w zależności od	Relaksację prowadzimy grupowo lub indywidualnie, uzależnione jest to od aktualnych potrzeb uczestników.	

				aktualnych potrzeb uczestników.		
V PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE						
1	Zajęcia z psychologiem obejmować będą: - poradnictwo psychologiczne, - zajęcia indywidualne - zajęcia grupowe, - trening asertywności, - trening umiejętności interpersonalnych, - trening radzenia sobie w trudnych sytuacjach, - edukacja na temat choroby oraz radzenia sobie z wynikającymi z niej ograniczeniami, - stała współpraca z rodziną uczestnika (pomoc w znalezieniu odpowiednich sposobów rozwiązywania zaistniałych problemów), - rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach w sposób społecznie akceptowalny, - rozwijanie umiejętności współdziałania w grupie, - kształtowanie umiejętności różnicowania emocji	Psycholog.	7	Planujemy od I – XII 2024 r. raz w tygodniu w wymiarze 5 godzin w formie zajęć grupowych lub indywidualnych (w zależności od aktualnych potrzeb uczestników).	Dialog terapeutyczny: psycholog słuchając wypowiedzi uczestnika stara się zrozumieć to, czego dana osoba sama o sobie nie wie i uprzytomnić mu to, co może ułatwić odzyskanie kontroli nad sobą i sytuacją. Sterowane wyobrażenia: polega na zachęcaniu uczestnika, by w stanie relaksu wyobrażał sobie rozmaite sceny, które dla większości osób mają istotne symboliczne znaczenie. Zajęcia korekcyjno-kompensacyjne ukierunkowane na korygowanie i kompensowanie zaburzeń psychoruchowych uczestnika. Usprawnianiu funkcji spostrzegania wzrokowego, funkcji słuchowej, orientacji przestrzennej, koordynacji wzrokowo-ruchowej, funkcji motorycznej.	Celem pracy psychologa z uczestnikiem jest: - uruchomienie procesu zmian, - poprawa stanu psychofizycznego uczestnika oraz jego społecznego funkcjonowania, - doskonalenie takich umiejętności uczestników, jak: komunikowanie się z innymi osobami, dostrzeganie, rozpoznawanie i nazywanie własnych emocji, zaspokajanie własnych potrzeb oraz rozpoznawanie potrzeb innych osób, rozróżnianie odmienności innych i uczenie się tolerancji wobec odmienności, dostrzeganie swych ograniczeń, wzmacnianie zaufania wobec siebie i innych, stawanie się bardziej otwartym i szczerym, szukanie oparcia w otoczeniu i nawiązywanie trwałych więzi, współpraca i współdziałanie z innymi.

VI POMOC W ZAŁATWIANIU SPRAW URZĘDOWYCH						
1.	<p>Ułatwienie kontaktu z instytucjami, np. ZUS, KRUS, GOPS, PCPR, bankami, pocztą</p> <ul style="list-style-type: none"> - pomoc w wypełnianiu niezbędnych dokumentów, wniosków oraz ich wysyłanie pod wskazany adres, - pomoc w uzyskaniu różnych form pomocy w zależności od sytuacji życiowej. 	<p>Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego.</p>	1	<p>Praca ciągła w zależności od potrzeb, przez cały rok.</p>	<p>Zajęcia praktyczne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pisanie pism, wypełnianie wniosków, - rozmowy na temat zachowania się w urzędach, bankach, itp. 	<ul style="list-style-type: none"> - uczestnik wie, w której instytucji, urzędzie załatwi daną interesującą go sprawę, potrafi samodzielnie wypełnić oraz skompletować niezbędną dokumentację, - uczestnik potrafi zachować się w urzędzie, - uczestnik zna układ pism urzędowych, potrafi samodzielnie je sformułować. - uczestnik zapoznał się z drukami niezbędnymi do złożenia w urzędach w danej sprawie, wie gdzie ich szukać, -uczestnik podejmuje próbę wypełnienia dokumentów samodzielnie lub ze wsparciem terapeuty zajęciowego.
VII Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych (uzgadnianie i planowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia)						
1.	<p>Pomoc realizowana będzie zawsze w porozumieniu i za zgodą uczestnika bądź opiekuna uczestnika i obejmuje:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pomoc w rejestracji do lekarza pierwszego kontaktu, - wyszukanie oraz pomoc w zapisaniu się do poradni specjalistycznych, - dbanie o jak najmniejszą absencję uczestnika, - edukację i promocję zdrowotną, - kontrolowanie terminów kolejnych wizyt lekarskich, - monitorowanie terminów wizyt w Poradni Zdrowia Psychicznego, - pomoc w zakupie leków, - w miarę możliwości dowieszenie uczestnika na wizyty lekarskie, do poradni 	<p>Instruktor terapii zajęciowej. Asystent osoby niepełnosprawnej. Kierowca/Opiekun.</p>	7	<p>Praca ciągła w zależności od potrzeb, przez cały rok.</p>	<p>Kontakt osobisty. Kontakt telefoniczny. Dowóz na wizyty lekarskie oraz do przychodni.</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> -potrafi sam zarejestrować się u danego specjalisty telefonicznie lub osobiście, - monitoruje terminy kolejnych wizyt, -sam potrafi zorganizować dojazd na wizytę, - komunikuje o napotkanych trudnościach, potrafi poprosić o pomoc.

	<p>specjalistycznych, do apteki w celu wykupienia leków,</p> <p>- stały kontakt telefoniczny bądź osobisty z rodzinami np. przekaz informacji o stanie zdrowia,</p> <p>- wsparcie podczas hospitalizacji (odwiedziny w szpitalu, kontakt z lekarzem prowadzącym – za zgodą uczestnika lub opiekuna prawnego).</p>					
VIII NIEZBĘDNA OPIEKA						
1	<p>Niezbędna opieka dotyczy w szczególności uczestników z niepełnosprawnościami sprzężonymi, 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.</p> <p>Ponad to:</p> <p>- monitorowanie stanu psychofizycznego uczestnika w czasie pobytu w Środowiskowym Domu Samopomocy w Starych Świącicach oraz podczas wyjazdów,</p> <p>- sprawowanie stałego nadzoru i opieki przez pracowników placówki w celu zapewnianie bezpieczeństwa osobom tego wymagającym,</p> <p>- pomoc w spożywaniu posiłku</p> <p>- udzielanie pomocy przy czynnościach związanych z utrzymaniem higieny osobistej i wyglądem zewnętrznym (czynności te wykonywane są za pisemną zgodą udzieloną przez uczestnika lub jego opiekuna prawnego).</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej.</p> <p>Asystent osoby niepełnosprawnej.</p> <p>Opiekun.</p>	<p>3</p> <p>4</p>	<p>Praca ciągła w zależności od potrzeb, przez cały rok.</p>	<p>Instruktaż pokazowy.</p> <p>Instruktaż słowny.</p> <p>Demonstracja.</p> <p>Pogadanka.</p> <p>Trening indywidualny.</p>	<p>Uczestnik nabywa i podtrzymuje umiejętności podstawowej samoobsługi oraz zaradności życiowej.</p>

IX Terapia ruchowa						
1	Zajęcia sportowe Zajęcia sportowe obejmować będą: - ćwiczenia ogólnokondycyjne na sali usprawniania ruchowego z użyciem sprzętu sportowego, - gry i zabawy ruchowe i integracyjne - ćwiczenia indywidualne i grupowe ogólnousprawniające, - ćwiczenia ułatwiające sprawne poruszanie się, - ćwiczenia ułatwiające samoobsługę, - zajęcia poza ŚDS: spacer, wyjazdy rekreacyjno – sportowe, mobilizowanie do udziału w zawodach sportowych organizowanych przez ośrodki oraz na zaproszenie placówki zewnętrznej.	Instruktor terapii zajęciowej. Asystent osoby Niepełnosprawnej. Opiekun.	7	Terapia prowadzona codziennie.	Instruktaż pokazowy. Instruktaż słowny. Demonstracja. Metoda zabawowa, poglądowa, zadaniowa, naśladownictwo. Trening indywidualny lub grupowy.	Uczestnicy: - podnoszą kondycję fizyczną, sprawność ruchową, - integrują się z grupą, - utrzymują prawidłową postawę ciała, - kształtują postawę aktywności, - podnoszą wiarę w siebie i we własne możliwości, - usprawniają motorykę małą i dużą, - poprawiają stan zdrowia.
2.	Turystyka i rekreacja Zajęcia mają na celu: - pokazanie uczestnikom jak ważny dla człowieka jest kontakt z przyrodą, która przyczynia się do regeneracji sił psychofizycznych, zdobywania wiedzy, relaksuje oraz uczy, - zachęcanie uczestników do poznania tradycji, kultury narodowej i przyrody ze szczególnym uwzględnieniem regionu, w którym mieszkamy, - organizowanie wycieczek oraz aktywne w nich uczestniczenie, - wyszukiwanie za pomocą Internetu ciekawych miejsc w Polsce w celu wyjazdu na wycieczkę.	Instruktor terapii zajęciowej. Asystent osoby niepełnosprawnej. Opiekun.	7	Praca ciągła, w zależności od potrzeb oraz możliwości finansowych jednostki (wyjazdy, wycieczki) przez cały rok.	Silwoterapia. Wycieczki. Wyjazdy. Praca z komputerem z wykorzystaniem Internetu	Uczestnik: - jest zmotywowany do wychodzenia z domu, - potrafi racjonalnie spożytkować czas wolny, - rozwija wiedzę i zainteresowania, - zdobywa umiejętności organizacyjne, - potrafi wyszukać potrzebne informacje z wykorzystaniem Internetu.
X Umożliwienie uczestnikom skierowanym na pobyt dzienny spożywania gorącego posiłku						
1.	W ramach uczestnictwa w zajęciach w ŚDS uczestnik spożywa gorący posiłek,	Instruktor terapii zajęciowej.	7	Codziennie przez cały rok.	Trening kulinarny.	Poprzez zapewnienie mu podstawowej potrzeby fizjologicznej

	który przygotowany jest w pracowni gospodarstwa domowego w ramach treningu kulinarnego pod opieką instruktora terapii zajęciowej.	Asystent osoby niepełnosprawnej. Opiekun.				człowieka (jedzenia) uczestnik czuje się bezpieczniejszy, spokojniejszy, zaopiekowany.
XI Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia						
	<p>Kontynuowanie zajęć mających na celu nabywanie i utrwalenie umiejętności niezbędnych do przekierowania do warsztatów terapii zajęciowej lub zakładu aktywizacji zawodowej min.:</p> <p>Terapia zajęciowa - ma na celu usprawnianie poprzez zastosowanie różnych planowych i celowych zajęć typu manualnego, jej celem jest pobudzenie do spontanicznej twórczości, zaspokojenie u uczestników potrzeby osiągnięcia sukcesu, użyteczności, ponieważ daje namiastkę pracy zawodowej;</p> <p>W jej ramach odbywają się następujące typy zajęć:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zajęcia w pracowni gospodarstwa domowego, - zajęcia w pracowni usprawniania ruchowego, - zajęcia w pracowni umiejętności i komunikacji społecznej, - zajęcia w pracowni komputerowo-informatycznej, - zajęcia w pracowni artystycznej i ogrodniczej. <p>Rotacja między zajęciami następuje co tydzień.</p> <p>Hortikuloterapia - uczestnicy zdobywają/ utrwalają umiejętność dbania o teren przylegający bezpośrednio do ośrodka. Każdego roku zakładany jest ogródek warzywny. Uczestnicy wykonują tam prace sezonowe - wiosną sieją i sadzą</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej.</p> <p>Asystent osoby niepełnosprawnej.</p> <p>Wspomagająco: Opiekun.</p> <p>Instruktor terapii zajęciowej.</p> <p>Asystent osoby niepełnosprawnej.</p>	<p>7</p> <p>5</p>	<p>Praca ciągła przez cały rok, codziennie.</p> <p>Pracownia gospodarstwa domowego – 3,5 godziny.</p> <p>Pracownia usprawniania ruchowego- 3,5 godz.</p> <p>Pracownia komunikacji i umiejętności społecznych – 3,5 godz.</p> <p>Pracownia komputerowo informatyczna – 3,5 godz.</p> <p>Pracownia artystyczna i ogrodnicza- 3,5 godz.</p> <p>W okresie od IV-X 2024 r. dwa razy w tygodniu</p>	<p>Praca indywidualna i grupowa (w małych grupach), metody – praktyczne, ćwiczebne, realizacja zadań; metody problemowe- klasyczna, przypadków, sytuacyjna, burza mózgów; metoda asymilacji wiedzy- pogadanka, praca z książkami i czasopismami.</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozwinięta zaradność życiową i samodzielność, - będzie potrafił wykonać powierzoną mu czynność, - będzie punktualny, będzie potrafił wykonać pracę w określonych normach czasowych, z uwzględnieniem staranności wykonania, - nabędzie umiejętności techniczne prostych prac technicznych, niezbędnych do wykonywania prac gospodarskich, - nabędzie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie na zasadach otwartości, partnerstwa i wzajemności, - będzie miał możliwość odreagowania negatywnych, tłumionych emocji, - wyciszy się, zrelaksuje, - wzmocni poczucie własnej wartości, - wzmocni poczucie sprawczości „chcę-mogę-potrafię”,

	<p>rośliny, latem pielą je i podlewają, a jesienią grabią liście i przygotowują ogródki do zimy. Dzięki temu poznają zasady uprawy i cyklów życiowych roślin, ale także nabywają praktycznych umiejętności posługiwania się narzędziami ogrodniczymi takimi jak: kosiarka, szpadel czy sekator, które mogą im się przydać.</p>	<p>Wspomagająco: Opiekun.</p>				<ul style="list-style-type: none"> - poszerzy swoje umiejętności poprzez poznanie nowych technik malarskich, - dostrzeże piękno w otaczającym go świecie (walory estetyczne przedmiotów, zjawiska w przyrodzie, różnorodność barw itp.), - rozwinie swoją wyobraźnię i kreatywność, spostrzegawczość, samodzielność w działaniu, - będzie zwracał większą uwagę na staranność wykonanej pracy, - usprawni pracę rąk w zakresie percepcji dotykowej i sprawności manipulacyjnej palców i dłoni, - wzbogaci życie emocjonalne, - potrafi uprawiać i pielęgnować rośliny w ogrodzie, - dostrzeże korzyści wynikające z uprawy i spożywania roślin ekologicznych, - zdobędzie umiejętność zaplanowania czasu wolnego.
XII Usługa transportowa						
1.	<p>Dowóz uczestników do placówki i odwóz do miejsca zamieszkania. Z terenu Gminy Mała Wieś osoby dowożone są naszym środkiem transportu: busem 9 osobowym. Wykonywane są dwa kursy rano oraz dwa kursy popołudniowe. Z terenu Gminy Bulkowo ŚDS transport uczestników świadczy wynajęta przez ŚDS firma transportowa.</p>	<p>Kierowca na trasie Mała Wieś. Osoba sprawująca opiekę w czasie dowozów na trasie Bulkowo.</p>	<p>7 uczestników (5 z terenu gminy Mała Wieś, 2 z terenu Gminy Bulkowo).</p>	<p>Usługa świadczona przez cały rok.</p>		<p>Dzięki transportowi realizowanemu przez jednostkę uczestnicy mogą dotrzeć na zajęcia, ponieważ na naszym terenie praktycznie nie mamy komunikacji publicznej.</p>

XIII Szkolenia kadry					
1.	Organizacja szkoleń i doszkalcenie pracowników, udział w szkoleniach wewnętrznych i zewnętrznych (tematyka szkolenia dobierana jest na bieżąco, w zależności od potrzeb zgłaszanych przez pracowników).	Kierownik.	9 pracowników	Szkolenie zewnętrzne realizowane jest minimum raz na 6 miesięcy. W roku 2024 planowane są dwa szkolenia zewnętrzne oraz 2 szkolenie wewnętrzne.	
XIV Spotkania Zespołu Wspierająco-Aktywizującego					
1.	Spotkania Zespołu Wspierająco – aktywizującego, omawiane są bieżące sprawy dotyczące uczestników oraz ich dokumentacji.	Kierownik.	Zespół Wspierająco - Aktywizujący.	Raz w miesiącu. W przypadku przedyskutowania dodatkowych, nieprzewidzianych zdarzeń spotkania będą odbywać się dwa razy w miesiącu lub na prośbę członka ZWA.	
XV Współpraca ŚDS z innymi instytucjami					
1	<p>Współpraca z społecznością lokalną, instytucjami pozarządowymi oraz organizacjami działającymi na rzecz osób niepełnosprawnych w celu poprawy funkcjonowania osób przewlekle psychicznie chorych.</p> <p>Współpraca z Gminnymi Ośrodkami Pomocy Społecznej w Małej Wsi, Bulkowie oraz Bodzanowie w celu zapewnienia jak najlepszej opieki i wsparcia dla uczestników w tym: wydawanie decyzji administracyjnych kierujących do ośrodka, przeprowadzanie wywiadów środowiskowych, bieżąca wymiana informacji na temat sytuacji rodzinnej, bytowej uczestnika oraz pozyskania nowych uczestników.</p> <p>Współpraca z ośrodkami zdrowia na terenie Gminy Mała Wieś oraz Gminy Bulkowo w celu zapewnienia podstawowej opieki zdrowotnej.</p>	<p>Wszyscy pracownicy jednostki.</p> <p>Kierownik Instruktor terapii zajęciowej.</p> <p>Kierownik. Instruktor terapii zajęciowej. wyznaczony przez kierownika.</p>	<p>7 uczestników</p> <p>7 uczestników</p> <p>7 uczestników</p>	Praca ciągła przez cały rok według potrzeb.	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - otrzymuje pomoc w rozwiązywaniu problemów dnia codziennego w sferze urzędowej (pomoc w napisaniu pisma urzędowego, wypełnieniu wniosku oraz różnego rodzaju druków), - zdobywa umiejętność rozmowy z urzędnikiem , - zwiększa zaradność, samodzielność i niezależność życiową, - zwiększa poczucie własnej wartości („ktoś mi pomógł, jestem dla niego ważny”), - zwiększa wiarę w swoje możliwości, - rodziny uczestników otrzymują pomoc w załatwianiu spraw urzędowych,

	Planujemy współpracę z następującymi jednostkami: Gmina Mała Wieś, Gmina Bulkowo, Gmina Bodzanów, Gminne Centrum Kultury „MultiOsada” w Małej Wsi, Fundacja „Salomon” oraz prowadzony przez fundację Sklep Charytatywny „Kopalnia” w Warszawie, Szkołami podstawowymi z terenu gminy Mała Wieś, 21 Gromada Zuchowa „Podgórskie Borowiki” działająca przy Szkole Podstawowej w Podgórzu.					
XVI Organizacja imprez zgodnie z harmonogramem rocznym						
1.	<p>Imprezy organizowane są zgodnie z załączonym harmonogramem, który stanowi załącznik nr 2 do Planu.</p> <p>Imprezy integracyjne organizowane poza ośrodkiem: udział w imprezach integracyjnych organizowanych przez inne środowiskowe domy, domy pomocy społecznej, stowarzyszenia, warsztaty terapii zajęciowej.</p> <p>Udział w przeglądach twórczości osób niepełnosprawnych, konkursach, itp.</p>	<p>Wszyscy pracownicy ŚDS.</p> <p>Instruktorzy terapii zajęciowej. Asystent osoby niepełnosprawnej. Opiekun.</p> <p>Instruktorzy terapii zajęciowej. Asystent osoby niepełnosprawnej.</p>	7 uczestników	Praca zgodnie z załączonym harmonogramem.	Wyjazdy, konkursy, udział w warsztatach, organizacja wydarzeń i apeli okolicznościowych, organizacja spotkań na terenie domu.	Uczestnik bierze aktywny udział w życiu społecznym oraz kulturalnym. Zwiększa umiejętności komunikacyjne i społeczne. Aktywnie spędza czas wolny.
XVII Kierunki dalszego rozwoju lub inne fakultatywne usługi						
1.	Fizjoterapia Ma na celu poprawę kondycji psychofizycznej uczestnika, niwelowanie	Fizjoterapeuta.	7 uczestników	Od I – XII 2024 r. w wymiarze 38 godzin miesięcznie w	Ćwiczenia ogólnorozwojowe. Ćwiczenia bierne i czynne. Compex.	Poprawa kondycji fizycznej. Zwiększenie zakresu ruchu. Niwelowanie napięcia mięśniowego. Poprawa sprawności motorycznej.

	napięcia mięśniowego, walkę z ograniczeniami ruchowymi, poprawę i utrzymanie sprawności motorycznej u uczestników oraz ogólne utrzymanie organizmu w dobrej kondycji oraz podtrzymywanie zdolności uczestników do samodzielnego funkcjonowania.			formie zajęć grupowych lub indywidualnych (w zależności od aktualnych potrzeb uczestników).	Drenaż limfatyczny. Ćwiczenia z użyciem sprzętu rehabilitacyjnego. Pinopresura.	Poprawa nastroju, samooceny uczestników.
2.	Wyjazdy na pływalnię	Instruktor terapii zajęciowej. Asystent osoby niepełnosprawnej. Kierowca/opiekun.	4 uczestników	W okresie od III do XII 2024r. raz w miesiącu. Cały wyjazd z dojazdem oraz powrotem zajmie około 4 godzin.	Zajęcia na pływalni.	Poprawia sprawności fizycznej uczestników. Aktywne spędzanie czasu wolnego. Poprawa integracji w grupie. Nabywanie umiejętności zachowania się w miejscach publicznych. Relaksacja, poprawa nastroju.

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu
Samopomocy

Sporządził: 05.02.2024r. *Bogumila Radzka*

Data i podpis

WÓJT GMINY
Mała Wieś

Zatwierdził: 21.02.2024r. *Zygmunt Wojnarowski*

Data i podpis

Środowiskowy Dom Samopomocy
w Starych Święcicach
Stare Święcice 22. 09-460 Mała Wieś
NIP:7743225496 REGON:362965820

Ramowy Tygodniowy Plan Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Starych Świącicach na rok 2024 Typ B

Od – do	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
8.00-9.00	Zapewnienie opieki uczestnikom podczas dowozu na zajęcia, przyjazd do ośrodka, przygotowanie do zajęć	Zapewnienie opieki uczestnikom podczas dowozu na zajęcia, przyjazd do ośrodka, przygotowanie do zajęć	Zapewnienie opieki uczestnikom podczas dowozu na zajęcia, przyjazd do ośrodka, przygotowanie do zajęć	Zapewnienie opieki uczestnikom podczas dowozu na zajęcia, przyjazd do ośrodka, przygotowanie do zajęć	Zapewnienie opieki uczestnikom podczas dowozu na zajęcia, przyjazd do ośrodka, przygotowanie do zajęć
9.00 – 9:20	Trening higieniczny	Trening budżetowy	Trening higieniczny	Trening higieniczny	Trening higieniczny
9:20 – 9:40	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny		Trening dbałości o wygląd zewnętrzny	Trening budżetowy	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny
9:40-10:00	Trening umiejętności społecznych		Trening umiejętności społecznych	Trening umiejętności społecznych	Trening umiejętności społecznych
10:00 – 10:30	Trening komunikacyjny	Zajęcia korekcyjno-kompensacyjne	Trening komunikacyjny	Trening rozwijania zainteresowań Internetem (kółko komputerowe)	Trening interpersonalny
10:30 – 11:00	Trening rozwijania zainteresowań literaturą	Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi i telewizyjnymi			
11.00- 13.00	Terapia zajęciowa w pracowni gospodarstwa domowego/usprawniania ruchowego/umiejętności i komunikacji społecznych/komputerowo-informatycznej/artystycznej i ogrodniczej. Zmiana pracowni następuje co tydzień	Terapia zajęciowa w pracowni gospodarstwa domowego/usprawniania ruchowego/umiejętności i komunikacji społecznych/komputerowo-informatycznej/artystycznej i ogrodniczej.	Terapia zajęciowa w pracowni gospodarstwa domowego/usprawniania ruchowego/umiejętności i komunikacji społecznych/komputerowo-informatycznej/artystycznej i ogrodniczej.	Terapia zajęciowa w pracowni gospodarstwa domowego/usprawniania ruchowego/umiejętności i komunikacji społecznych/komputerowo-informatycznej/artystycznej i ogrodniczej.	Terapia zajęciowa w pracowni gospodarstwa domowego/usprawniania ruchowego/umiejętności i komunikacji społecznych/komputerowo-informatycznej/artystycznej i ogrodniczej.
13.00- 13.15	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
13.15-14.45	cd. terapii zajęciowej w pracowniach	cd. terapii zajęciowej w pracowniach	cd. terapii zajęciowej w pracowniach	cd. terapii zajęciowej w pracowniach	cd. terapii zajęciowej w pracowniach
14.45 – 15.00	Trening umiejętności praktycznych/porzadkowych	Trening umiejętności praktycznych/porzadkowych	Trening umiejętności praktycznych/porzadkowych	Trening umiejętności praktycznych/porzadkowych	Trening umiejętności praktycznych/porzadkowych
15.00-16.00	Uzupełnianie dokumentacji. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas odwozu po zajęciach.	Uzupełnianie dokumentacji. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas odwozu po zajęciach.	Uzupełnianie dokumentacji. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas odwozu po zajęciach.	Uzupełnianie dokumentacji. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas odwozu po zajęciach.	Uzupełnianie dokumentacji. Zapewnianie opieki uczestnikom podczas odwozu po zajęciach.

W każdy piątek od godziny 8:30 do godziny 14:30 do dyspozycji uczestników pozostaje psycholog.

W każdy wtorek od godziny 8:00 do godziny 15:00 oraz co drugi czwartek od 9:00-14:00 do dyspozycji uczestników pozostaje fizjoterapeuta

HARMONOGRAM PLANOWANYCH ZADAŃ, IMPREZ OKOLICZNOŚCIOWYCH I SPOTKAŃ NA ROK 2024; Typ B

Zadania, imprezy okolicznościowe i spotkania zaplanowane na rok 2024 mogą ulec zmianie z uwagi zgłoszonych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych jednostki.

Styczeń

- Zebrania społeczności Domu
- Imieniny miesiąca
- Aktywne uczestnictwo w XXXI Finale Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy.
- Zabawa karnawałowa- wyjazd na spotkanie integracyjne do ŚDS Słupno

Luty

- Imieniny miesiąca
- Dzień Zakochanych, zabawy i konkursy muzyczne- zabawa walentynkowa na terenie domu.
- 16 luty Dzień Naleśnika – warsztaty kulinarne
- Wyjazd do Teatru Dramatycznego w Płocku

Marzec

- Obchody Dnia Kobiet i Dnia Mężczyzny - występ okolicznościowy przygotowany przez uczestników
- Warsztaty plastyczne „Zajaczek wielkanocny”- organizowane wspólnie z uczniami Szkoły Podstawowej w Podgórzu.
- Uroczyste Śniadanie Wielkanocne. Wystawa prac uczestników o tematyce wielkanocnej
- Imieniny miesiąca

Kwiecień

- Turniej układania puzzli
- Dzień Czekolady – warsztaty cukiernicze
- Zebranie społeczności Domu
- Imieniny miesiąca

Maj

- Akademia z okazji Dnia Konstytucji Narodowej

- Obchody Dnia Godności Osób Niepełnosprawnych – wspólne ognisko z rodzinami uczestników, wystawa prac artystycznych
- „Poznajemy lokalną historię” - Skansen Osadnictwa Nadwiślańskiego w Wiączeminie Polskim
- Imieniny miesiąca

Czerwiec

- Uczestnictwo w „Dniach Gminy Bulkowo”- wystawa prac artystycznych uczestników
- Wycieczka do Miejskiego Ogrodu Zoologicznego w Płocku – zwiedzanie ZOO z przewodnikiem.
- Zabawy integracyjne oraz grill z okazji Dnia Dziecka „W każdym z nas tkwi dziecko” . Dzień zorganizowany wspólnie z Szkołą Podstawową w Bulkowie.
- Dni Humoru i Satyry – integracja uczestników ze środowiskiem lokalnym wyjazd do Domu Pomocy Społecznej w Zakrzewie
- Imieniny miesiąca

Lipiec

- Zebranie społeczności Domu
- Wyjazd nad jezioro – letnie plażowanie.
- Imieniny miesiąca

Sierpień

- Uczestnictwo w „Święcie Plonów” – Gmina Blichowo
- Imieniny miesiąca
- Rajd pieszy „Razem raźniej” zorganizowany wspólnie z 21 Gromadą Zuchową „Podgórskie Borowiki”

Wrzesień

- Obchody Rocznicy wybuchu II wojny światowej
- Uczestnictwo w „Dniach Gminy Mała Wieś”- przygotowanie stołu regionalnego oraz wystawa prac artystycznych.
- III Piknik Przyjaźni – spotkanie sportowo-rekreacyjne organizowane przez naszą placówkę.
- Imieniny miesiąca

Październik

- Zebranie społeczności Domu.
- Dzień Zdrowia Psychicznego – dzień otwarty w ŚDS.
- Imieniny miesiąca.
- Grzybobranie. Wyjazd do lasu.

- Obchody Dnia Dyni. Zabawa integracyjna z tańcami.

Listopad

- Wspólny wyjazd na cmentarz z okazji Dnia Wszystkich Świętych.
- Akademia z okazji Narodowego Święta Niepodległości.
- Bal Andrzejkowy – impreza integracyjna z ŚDS Słupno, ŚDS Wyszogród.
- Konkurs recytatorski w ŚDS.
- Imieniny miesiąca.

Grudzień

- Zebranie społeczności Domu – podsumowanie minionego roku.
- Mikołajki – wspólne dekorowanie budynku na nadchodzące święta.
- Wyjazd do Płocka na ogrody świateł.
- Wspólne kolędowanie- spotkanie z rodzinami uczestników oraz przyjaciółmi Domu „Spotkanie opłatkowe”.
- Wystawy prac uczestników o tematyce bożonarodzeniowej.

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu
Samopomocy
Bogumiła Kwaśka
Bogumiła Kwaśka