

**Uchwała Nr 133/404/2014**  
**Zarządu Powiatu w Ostródzie**  
**z dnia 22 stycznia 2014r.**

**w sprawie zatwierdzenia planów pracy Powiatowego Środowiskowego Domu  
Samopomocy w Ostródzie oraz Środowiskowego Domu Samopomocy  
w Morągu na 2014 rok**

Na podstawie §4 ust. 2 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. Nr 238, poz. 1586).

Zarząd Powiatu uchwala, co następuje:

**§ 1**

Zatwierdza się plany pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Ostródzie oraz Środowiskowego Domu Samopomocy w Morągu na 2014 r. , które stanowią załącznik Nr 1 i 2 do niniejszej uchwały.

**§ 2**

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

1. Włodzimierz Brodiuk – Starosta .....
2. Stanisław Brzozowski – Wicestarosta .....
3. Irena Jara – Członek Zarządu .....
4. Jerzy Adamowicz - Członek Zarządu .....
5. Bogdan Głowacz - Członek Zarządu .....

## **PLAN PRACY POWIATOWEGO ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAAMOPOMOCY NA ROK 2014**

### **PRIORYTETY DZIAŁANIA**

Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy jako ośrodek wsparcia dziennego w swojej bieżącej działalności realizuje zadania z zakresu pomocy społecznej, udzielając oparcia społecznego osobom z upośledzeniem umysłowym, mającymi trudności z kształtowaniem swoich stosunków z otoczeniem, pozwalającego na zaspokojenie ich podstawowych potrzeb życiowych i integrację społeczną.

W ramach pracy z uczestnikami Dom realizować będzie zadania wynikające z zapisów ustawy o pomocy społecznej : świadczenie usług specjalistycznych , zmierzających do podtrzymania i rozwijania umiejętności niezbędnych do samodzielnego, aktywnego życia oraz zapisów Rozporządzenia MPiPS z 09 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy.

Swoimi działaniami Dom zamierza:

- 1) organizować całokształt spraw zmierzających do realizacji usług zgodnie z indywidualnymi planami postępowania wspierająco-aktywizującego każdego uczestnika,
- 2) pomagać w dostępie do świadczeń zdrowotnych,
- 3) prowadzić zajęcia z zakresu terapii zajęciowej,
- 4) prowadzić profilaktykę w zakresie zdrowia psychicznego i somatycznego,
- 5) zapewnić możliwość skorzystania z jednego gorącego posiłku w czasie pobytu,
- 6) zapewnić możliwość skorzystania z usługi transportowej, polegającej na dowożeniu na zajęcia,
- 7) prowadzi grupowe bądź indywidualnie zajęcia rehabilitacji ruchowej zgodnie z zaleceniami lekarskimi, w celu ogólnej poprawy lub podtrzymania kondycji fizycznej uczestników,
- 8) dążyć do pełnej integracji osób niepełnosprawnych z społecznością lokalną,
- 9) udzielać kompleksowej pomocy przy rozwiązywaniu indywidualnych spraw i problemów,
- 10) współpracować z rodziną w zakresie kształtowania odpowiednich postaw wobec uczestnika oraz innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy, w zakresie niezbędnym, gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników,
- 11) dbać o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu,
- 12) zapewnić właściwy poziom usług,
- 13) dążyć do poprawy jakości życia uczestników,
- 14) pozyskiwać fundusze pomocowe na potrzeby ponad standardowych zadań.

L P.	NAZWA ZADANIA	SPOSÓB REALIZACJI	TERMINY	OSOBY ODPOWIEDZIA LNE
2.	<u>Prowadzenie działalności informacyjno – edukacyjnej, praca socjalna.</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informowanie środowiska lokalnego o działalności Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy, poprzez między innymi: <ul style="list-style-type: none"> <li>- organizowanie spotkań z rodzicami i opiekunami uczestników,</li> <li>- organizowanie spotkań otwartych z udziałem specjalistów,</li> <li>- występy artystyczne, wystawy prac uczestników Domu na terenie miasta.</li> </ul> </li> <li>• Orientacja w zakresie potrzeb socjalno – bytowych uczestników PŚDS i ich rodzin. Udzielanie pomocy i wsparcia specjalistycznego w sytuacjach kryzysowych.</li> <li>• Zachęcanie uczestników i ich rodzin do aktywnego włączenia się w życie placówki – wspólne wyjścia, wyjazdy, występy artystyczne.</li> <li>• Działania mające na celu możliwie najszersze włączenie osób niepełnosprawnych i ich opiekunów do aktywnego uczestnictwa we wszystkich dziedzinach życia społecznego naszego miasta.</li> </ul>	<p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p>	<p>Kierownik Pracownik socjalny</p> <p>Pracownik socjalny Kierownik Prac.socjalny</p> <p>Kierownik Pracownik socjalny</p>
3.	<u>Wsparcie psychologiczno – socjalne</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poradnictwo specjalistyczne w szczególności psychologiczne, socjalne i prawne wg zdiagnozowanych potrzeb.</li> <li>• Psychoterapia indywidualna i grupowa, która wynika z indywidualnego planu wspierającego – aktywizującego uczestnika wg zdiagnozowanych potrzeb: <ul style="list-style-type: none"> <li>- umiejętność radzenia sobie ze stresem, nadmiernym napięciem emocjonalnym,</li> <li>- kształtowanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych,</li> <li>- rozwianie samoświadomości i samoakceptacji,</li> <li>- kształtowanie pozytywne samooceny,</li> <li>- rozumienie schematów własnych zachowań oraz pomoc zmianie na bardziej efektywniejsze funkcjonowanie,</li> <li>- pomoc w radzeniu sobie z napięciem psychicznym oraz negatywnymi stanami emocjonalnymi,</li> </ul> </li> <li>• Wsparcie w zakresie konsultacji lekarskich.</li> <li>• Współpraca z rodziną w zakresie kształtowania odpowiednich postaw wobec uczestnika</li> </ul>	wg zdiagnozowanych potrzeb	Psycholog Pracownik socjalny
4.	<u>Rozwijanie i podtrzymywanie umiejętności uczestników w zakresie samoobsługi i zaradności życiowej.</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prowadzenie treningu dbania o własne zdrowie: <ul style="list-style-type: none"> <li>- wyrabianie wśród uczestników nawyku systematycznego dbania o higienę osobistą i wygląd zewnętrzny;</li> <li>- wyrabianie i pielęgnowanie nawyku utrzymania czystości w miejscu pracy i w miejscu spożywania posiłków;</li> <li>- motywowanie uczestników do dbania o czystość i porządek we własnym mieszkaniu.</li> </ul> </li> <li>• Prowadzenie treningu umiejętności społecznych i zaradności życiowej, w ramach którego prowadzone będą: <ul style="list-style-type: none"> <li>- nauka samodzielnego przygotowywania posiłków zgodnie z zasadami prawidłowego i zdrowego żywienia;</li> <li>- nauka estetycznego podawania posiłków i nakrywania do stołu;</li> </ul> </li> </ul>	<p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p>	<p>Pielęgniarka, Instruktorzy terapii zajęciowej Pracownik socjalny Instruktor terapii zajęciowej</p>

		<p>- nauka obsługi sprzętu gospodarstwa domowego (kuchnia elektryczna, czajnik bezprzewodowy, zmywarka do naczyń itp.)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prowadzenie treningu umiejętności praktycznych (oddziaływania aktywizujące, zmierzające do poprawy praktycznej zaradności uczestników):</li> </ul> <p>- nauka prania ręcznego oraz przy pomocy pralki automatycznej (obsługa pralki, suszarki),</p> <p>- nauka prasowania – obsługa żelazka,</p> <p>- nauka wykonywania drobnych napraw odzieży i sprzętów domowych – cerowanie, przyszywanie guzika,</p> <p>- nauka sprzątanania, posługiwania się odkurzaczem, stosowania odpowiednich detergentów.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trening samodzielnego poruszania się:</li> </ul> <p>- kształtowanie orientacji przestrzennej w najbliższym otoczeniu jak i obrębie swojej miejscowości.</p>	Cały rok	
5.	<u>Rozwijanie umiejętności społecznych i interpersonalnych uczestników PŚDS.</u>	<p>Prowadzenie treningu umiejętności społecznych poprzez:</p> <p>Kształtowanie umiejętności komunikowania się (werbalnego i pozawerbalnego), wzbogacanie słownictwa, zachęcanie i wdrażanie do samodzielnych wypowiedzi – wypowiadanie prośb, życzeń, pytań, nauka aktywnego słuchania, podtrzymywanie rozmowy, używanie form grzecznościowych, nabywanie i doskonalenie umiejętności rozwiązywania trudnych sytuacji w stopniu podstawowym.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kształtowanie umiejętności współpracy w grupie – nauka współdziałania i współżycia w małych i większych grupach, rozwijanie cech moralnych takich jak życzliwość, szacunek, koleżeństwo – pomaganie mniej sprawnym w podstawowych czynnościach samoobsługowych, poszanowanie cudzej własności, budowanie więzi pomiędzy uczestnikami Domu, reagowanie na krytykę oraz jej wyrażanie w sposób akceptowalny przez osoby przebywające w otoczeniu uczestnika, trening asertywności, empatii.</li> <li>• Nauka umiejętności prawidłowego zachowania się w miejscach publicznych, adekwatnych zachowań w różnorodnych sytuacjach społecznych, przenoszenie wyuczonych pozytywnych zachowań na sytuację w życiu codziennym.</li> <li>• Poszerzanie wiedzy związanej z obchodzeniem różnych świąt i uroczystości, kulturowych tradycji – organizowanie wspólnych spotkań okolicznościowych pracowników Środowiskowego Domu z uczestnikami ich rodzicami i opiekunami.</li> <li>• Aktywne włączenie uczestników do organizowania imprez i spotkań towarzyskich na terenie Domu – wspólne obchodzenie urodzin uczestników i pracowników ŚDS.</li> <li>• Utrzymywanie kontaktów z innymi ośrodkami wsparcia, zaprzyjaźnionymi ŚDS, motywowanie uczestników do udziału w różnych imprezach towarzyskich i kulturalnych, promowanie działalności PŚDS biorąc udział w wystawach, konkursach, organizowanie stoisk z pracami podczas imprez na terenie miasta.</li> <li>• Trening spędzenia czasu wolnego - ma głównie na celu promowanie pozytywnych wzorców spędzania wolnego czasu takich jak turystyka, rekreacja, udział w imprezach kulturalnych a także rozwój zainteresowań i kształtowanie umiejętności aktywnej formy wypoczynku.</li> </ul> <p>- zapoznanie się z formami spędzania wolnego czasu - teatr, kino, filharmonia, odwiedzanie muzeów, wystaw,</p> <p>- uczestniczenie w występach i pokazach artystycznych,</p> <p>- organizowanie wyjść, wycieczek i wyjazdów,</p>	Cały rok	Pracownik socjalny, Pielęgniarka Instruktor terapii zajęciowej Technik fizjoterapii, Kierownik



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>plastyczna</u></li>   <li>• <u>rękodzieła</u></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozwijanie sprawności aparatu słuchowego;</li> <li>- kształtowanie koncentracji uwagi, pamięci;</li> <li>- doskonalenie poprawnej wymowy;</li> <li>- poprawianie sprawności ruchów dłoni i palców;</li> <li>- doskonalenie prawidłowego oddechu;</li> <li>- zajęcia muzyczno-ruchowe (drama);</li> <li>- zajęcia dekoratorskie;</li> <li>- rozwijanie umiejętności zgodnej współpracy w grupie.</li> <li>• Zajęcia grupowe i indywidualne: <ul style="list-style-type: none"> <li>- wspomaganie procesów psychoterapeutycznych przez sztukę;</li> <li>- odkrywanie uzdolnień osobistych;</li> <li>- poszerzanie świadomości sensorycznej;</li> <li>- uwrażliwianie na barwy – paleta barw;</li> <li>- odblokowanie uśpionej kreatywności;</li> <li>- zdobienia za pomocą decoupage,</li> <li>- zapoznanie z rysunkiem, grafiką, malarstwem;</li> <li>- wykonywanie elementów dekoratorskich.</li> </ul> </li> <li>• Zajęcia grupowe i indywidualne: <ul style="list-style-type: none"> <li>- poszerzanie zdolności manualnych;</li> <li>- pogłębianie wrażliwości odbioru bodźców;</li> <li>- budowanie poczucia własnej wartości;</li> <li>- poprawianie sprawności ruchów dłoni i palców;</li> <li>- zapoznanie z kulturą ludową – wycinanki, filcowanie, biżuteria, lepienie w glinie, robienie odlewów glinianych i gipsowych, prace z papieru, tkanina, pasmanteria;</li> <li>- nabywanie umiejętności drobnych prac w zakresie naprawy odzieży;</li> <li>- wykonywanie elementów dekoratorskich.</li> </ul> </li> </ul>		
	<u>Rehabilitacja ruchowa</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zajęcia grupowe i indywidualne: <ul style="list-style-type: none"> <li>Ćwiczenia specjalistyczne – zlecone przez lekarza oraz ćwiczenia i zajęcia mające na celu: podtrzymanie ogólnej sprawności ruchowej, usprawnianie motoryczne, rozładowanie napięć psychicznych, poprawę stanu psychofizycznego, polepszenie samopoczucia, pobudzenie aktywności, stymulowanie samodzielności, korekcja braków rozwojowych m.in.:</li> <li>- ćwiczenia wzmacniające mięśnie brzucha, grzbietu, pośladków,</li> <li>- ćwiczenia koordynacji nerwowo-mięśniowe,</li> <li>- ćwiczenia czynne wolne,</li> <li>- ćwiczenia równoważne,</li> <li>- trening stacyjny</li> <li>- ćwiczenia z elementami gier zespołowych i rywalizacji grupowej,</li> <li>- przygotowanie i udział w imprezach sportowych.</li> </ul> </li> </ul>		Fizjoterapeuta w przypadku zajęć grupowych instruktorzy terapii zajęciowej i asystent ON
7.	<u>Współpraca z</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utrzymywanie systematycznych kontaktów w zakresie wspólnego podejmowania działań na rzecz osób z</li> </ul>	Według	Członkowie

	<u>instytucjami działającymi na rzecz osób niepełnosprawnych oraz rodzicami.</u>	<p>niepełnosprawnością intelektualną;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• udział w projektach skierowanych na integrację społeczną;</li> <li>• realizacja wspólnych działań poszerzających możliwości wsparcia uczestników;</li> <li>• nawiązanie stałej współpracy z Centrum Integracji Społecznej, Powiatowym Urzędem Pracy, Uczelniami w celu odbycia stażu, praktyk w naszej placówce i integracji z osobami z niepełnosprawnością intelektualną;</li> <li>• wymiana doświadczeń i systematyczny udział uczestników w zajęciach wybranych pracowni zaprzyjaźnionego Środowiskowego Domu Samopomocy;</li> <li>• utrzymywanie systematycznych kontaktów z rodzicami/opiekunami uczestników w celu realizacji wspólnego planu terapeutycznego.</li> </ul>	potrzeb	zespołu wspierająco – aktywizującego
8.	<u>Organizacja imprez okolicznościowych i integracyjnych.</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wsparcie w zakresie przeciwdziałania izolacji uczestników i kształtowanie właściwych więzi społecznych,</li> <li>- zdobywanie umiejętności przygotowywania i organizacji różnych spotkań towarzyskich;</li> <li>- pomoc w obchodach uroczystości osobistych tj. urodziny, imieniny uczestników;</li> <li>- uroczyste obchody świąt okolicznościowych tj. Boże Narodzenie, Wielkanoc;</li> <li>- organizacja zabaw tanecznych;</li> <li>- zabawa integracyjna z zaprzyjaźnionymi Środowiskowymi Domami Samopomocy;</li> <li>- obchody Dnia Babci i Dziadka;</li> <li>- organizacja spotkania walentynkowego;</li> <li>- organizacja imprezy integracyjnej pt. „Powitanie wiosny”;</li> <li>- obchody Dnia Flagi i rocznicy Konstytucji 3 go maja;</li> <li>- obchody Dnia Rodziny;</li> <li>- wystawa rękodzieła na zamku;</li> <li>- udział w festynie integracyjnym organizowanym przez Urząd Marszałkowski;</li> <li>- uczestnictwo w Mistrzostwach Ośrodków Wsparcia w Kapsle,</li> <li>- obchody Dni Ostródy;</li> <li>- impreza plenerowa „Pożegnanie lata”;</li> <li>- wycieczka turystyczno – krajoznawcza ;</li> <li>- udział w festynie „ Łączymy ludzi nikt się nie nudzi” w ŚDS „ Barka” w Olsztynie;</li> <li>- Przegląd Artystyczny - Stowarzyszenie Rozwoju i Przedsiębiorczości Ziemi Suskiej w Suszu</li> <li>- obchody święta niepodległości;</li> <li>- organizacja zabawy andrzejkowej;</li> <li>- organizacja Spotkania Wigilijnego z udziałem przedstawicieli rodzin i opiekunów oraz władz miasta, organizacji społecznych i kościoła;</li> <li>- udział w „TOPPO” – wystawa prac, występ artystyczny.</li> </ul>	Według potrzeb zgodnie z kalendarzem	Członkowie zespołu wspierająco - aktywizującego
9.	<u>Organizacja turystyki i rekreacji.</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zapewnienie możliwości udziału w wycieczkach turystyczno – krajoznawczych:</li> <li>- rozbudzenia zainteresowań historią, geografiją oraz turystyką;</li> <li>- umożliwienie uczestnikom zobaczenia najpiękniejszych i najciekawszych miejsc kraju;</li> <li>- rozbudzenie postaw patriotycznych oraz miłości do ojczyzny poprzez zapoznanie z historią i tradycjami regionu.</li> </ul>	Według potrzeb	Członkowie zespołu wspierająco – aktywizującego

		<ul style="list-style-type: none"> <li>Organizacja imprez sportowych rekreacyjnych.</li> <li>- zapewnienie możliwości rozwiązywania problemów związanych z zabezpieczeniem imprez;</li> <li>- mobilizowanie do wzmożonego wysiłku w celu osiągnięcia lepszych rezultatów sportowych,</li> <li>- rozbudzanie wiary we własne siły i możliwości.</li> </ul>		
	<u>Diagnoza środowiska lokalnego w zakresie rehabilitacji osób z upośledzeniem umysłowym.</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stała współpraca z rodzicami i opiekunami uczestników PŚDS;</li> <li>Współpraca z Ośrodkiem Pomocy Społecznej, szkołami, organizacjami pozarządowymi oraz innymi ośrodkami wsparcia w obszarze udzielania pomocy w zakresie niezbędnym, gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań,</li> <li>Wyszukiwanie nowych kontaktów do PŚDS, gromadzenie ich dokumentacji, prowadzenie ewidencji osób oczekujących na przyjęcie do PŚDS.</li> </ul>	Cały rok Cały rok Cały rok	Pracownik socjalny, instruktorzy terapii zajęciowej, psycholog, Pielęgniarka, Kierownik Pracownik socjalny
10	<u>Organizacja procesu wspierająco – aktywizującego</u>	- posiedzenie zespołu wspierająco – aktywizującego; - omówienie i opracowanie indywidualnych planów postępowania wspierająco – aktywizującego; - ocena osiągniętych rezultatów oraz opracowanie dalszych kierunków działalności	1 x kwartał	Członkowie zespołu wspierająco - aktywizującego
		- szkolenie zespołu wspierająco – aktywizującego w zakresie tematycznym niezbędnym dla prawidłowego funkcjonowania Domu	1 x kwartał	Kierownik lub osoba upoważniona
		- ocena efektywności pracy zespołu wspierająco – aktywizującego oraz stopnia realizacji indywidualnych planów	Cały rok	Kierownik
		- opracowanie planów pracy, kierunków dalszej działalności na kolejny rok	Listopad	Kierownik
		- opracowanie sprawozdawcze z działalności Domu w roku budżetowym, meldunków miesięcznych, sprawozdań finansowych kwartalnych	Zgodnie z harmonogramem sprawozdań	Kierownik



**Plan Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Morągu na rok 2014**

L.p.	Nazwa zadania	Adresaci zadania	Typ osób	Metody, techniki, narzędzia wykorzystywane przy realizacji zadania	Termin realizacji zadania	Opis spodziewanych efektów	Osoby odpowiedzialne za realizację zadania
------	---------------	------------------	----------	--	---------------------------	----------------------------	--

**FUNKCJONAWANIE W CODZIENNYM ŻYCIU**

1.	Trening umiejętności życia codziennego - trening kulinarny	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym danego uczestnika.	A,B	Wykonywanie zadania według instruktażu słownego terapeuty oraz demonstrowania czynności.	Codziennie trening i przez cały rok.	Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty przygotować posiłki. czytać ze zrozumieniem przepisy kulinarne, nalewać płyny, wybierać właściwe produkty do określonego posiłku, układać jadłospis, dobierać i obsługiwać sprzęt AGD, wybierać właściwe sztućce i posługiwać się nimi, zmywać i wycierać naczynia. Uczestnicy potrafią przygotowywać przetwory na zimę. Znają sposoby prawidłowego przechowywania żywności (przetworzonej i surowej). Uczestnicy kultywują tradycje świąteczne poprzez przygotowanie śniadania wielkanocnego (samodzielne lub w asyście terapeuty przygotowanie potraw i pieczenie ciast) oraz wieczery wigilijnej(samodzielne lub w asyście terapeuty przygotowanie potraw i pieczenie ciast).	Terapeuta odpowiedzialny za prowadzenie zajęć w sali kulinarnej w tym umiejętności życia codziennego
2.	Trening umiejętności życia codziennego - trening prania	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym danego uczestnika.	A,B	Wykonywanie zadania według instruktażu słownego terapeuty oraz demonstrowania czynności.	Raz w tygodniu, przez cały rok.	Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty prac ręcznie i obsłużyć pralkę automatyczną. Prawidłowo dobrać kolory, tkaniny i temperaturę wody, wieszac pranie na suszarce oraz układać po wyschnięciu. Poprzez udział w treningach uczestnicy odczuwają potrzebę wdrażania nabytych umiejętności w życie codzienne.	Terapeuta odpowiedzialny za prowadzenie zajęć w sali kulinarnej w tym umiejętności życia codziennego

3.	Trening umiejętności życia codziennego - trening prasowania	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym danego uczestnika.	A,B	Wykonywanie zadania według instruktażu słownego terapeuty oraz demonstrowania czynności.	Raz w tygodniu, przez cały rok.	Uczestnicy potrafią samodzielnie/ w asyście terapeuty prasować proste lub skomplikowane rzeczy, poskładać odzież po wyprasowaniu, przygotować stanowisko pracy oraz posprzątać po zakończonym treningu, stosować wyuczone czynności w życiu codziennym, potrafią skupić uwagę na wykonanej czynności. Przestrzegają zasad bezpieczeństwa podczas treningu.	Terapeuta odpowiedzialny za prowadzenie zajęć w sali kulinarnej w tym umiejętności życia codziennego
4.	Trening umiejętności życia codziennego - Treningi samoobsługi: samodzielnego jedzenia, mycia rąk, ubierania się, zgłaszania i załatwiania potrzeb fizjologicznych	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym danego uczestnika.	A,B	Wykonywanie zadania według instruktażu słownego terapeuty oraz demonstrowania czynności.	Codziennie treningi i przez cały rok.	Uczestnicy potrafią samodzielnie lub przy pomocy terapeuty spożywać posiłki, posługują się łyżką, widelcem. Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty ubierać wierzchnie ubranie ( zakładać kurtkę, buty). Uczestnicy potrafią samodzielnie załatwiać potrzeby fizjologiczne. Zgłaszają potrzeby fizjologiczne. Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty myć ręce.	Zespół wspierająco-aktywizujący
5.	Trening umiejętności życia codziennego – trening budżetowy	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym danego uczestnika.	A,B	Wykonywanie zadania według instruktażu słownego terapeuty oraz demonstrowania czynności. Praca na materiałach pomocniczych.	Raz w tygodniu, przez cały rok.	Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty rozpoznawać nominały pieniężne, rodzaje sklepów, dokonywać zakupów, prawidłowo gospodarować własnym budżetem z uwzględnieniem opłat stałych, planować wydatki.	Pracownik socjalny. Wszyscy terapeuci.
6.	Trening umiejętności życia codziennego – trening gospodarczo-techniczny	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco	A,B	Wykonywanie zadania według instruktażu słownego terapeuty oraz demonstrowania czynności.	Codziennie treningi i przez cały rok	Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty dbać o porządek w pomieszczeniach ŚDS i wokół, zimą –odsnieżać. Poprzez udział w treningach uczestnicy odczuwają potrzebę wdrażania nabytych umiejętności w życie codzienne w domu. Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty wykonać proste czynności naprawcze, w obrębie gospodarstwa domowego. Znają obsługę podstawowych narzędzi np. wiertarka, młotek, śrubokręt .	Wszyscy terapeuci

		– aktywizującym danego uczestnika.				Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty dbać o rośliny domowe, krzewy, drzewa w ogródku, sadzić i przesadzać kwiaty. Widzą potrzebę dbania o zieleni, pielienia, podlewania, zasilania. Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty obsługiwać i konserwować narzędzia ogrodnicze. Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty obsługiwać sprzęt domowego użytku (np. odkurzacz).	
7.	Trening umiejętności życia codziennego – trening higieniczny - teoretyczny praktyczny	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym danego uczestnika.	A,B	Pogadanki indywidualne i grupowe. Wykonywanie zadania według instruktażu słownego terapeuty oraz zademonstrowanie określonych czynności.	Codienne treningi i przez cały rok.	Uczestnicy potrafią dbać o higienę całego ciała, potrafią wykonać toaletę całego ciała, pamiętają o konieczności mycia rąk przed posiłkiem oraz po korzystaniu z toalety. Stosują wyuczone czynności w życiu codziennym.	Zespół wspierająco-aktywizujący

### UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNE I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW

8.	Komunikacja Treningi umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym danego uczestnika.	A,B	Indywidualne rozmowy i ćwiczenia. Rozmowy terapeutyczne, wspierające. Ukierunkowana rozmowa, oparta na dobrym przykładzie w grupie. Dyskusje. Wymiana poglądów. Pogadanki.	Praca ciągła przez cały rok	Uczestnicy potrafią nawiązywać kontakt z otoczeniem. Uczestnicy potrafią poprawnie określić czas, dni tygodnia, miesiące, pory roku. Uczestnicy potrafią prawidłowo się podpisać, czytają ze zrozumieniem proste informacje, liczą. Uczestnicy są wspierani i otrzymują wskazówki jak rozwiązywać problemy, z którym się borykają. Wzmacniane są pozytywne zachowania. Uczestnicy analizują własne cechy które sprzyjają osiągnięciu sukcesu, analizują własne zachowania. Uczestnicy doskonałą umiejętności wyrażania emocji, radzenia sobie z negatywnymi emocjami i zachowaniami trudnymi. Uczestnicy uczą się zachowań asertywnych. Nabywają wiedzę i umiejętności, która pozwala na uwolnienie ich od wewnętrznych, nieuświadomionych czynników hamujących ich rozwój w samodzielnym funkcjonowaniu w środowisku lokalnym. Uczestnicy uczą się przestrzegania norm społecznych. Używają form grzecznościowych. Rozpoznają komunikaty niewerbalne, mimiki, mowy ciała. Uczestnicy uczą się korzystania z komunikatorów : gadu-gadu, skype, e-mail, prowadzenia rozmów telefonicznych.	Zespół wspierająco - aktywizujący
----	---	---	-----	--	-----------------------------	---	-----------------------------------

### POMOC W ZAŁATWIANIU SPRAW URZĘDOWYCH

9.	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych	Uczestnicy ŚDS	A, B	Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia, urzędów, instytucji.	Przez cały rok w zależności od potrzeb	Uczestnicy otrzymują pomoc i wsparcie podczas załatwiania spraw w urzędach, placówkach ochrony zdrowia, sądach, ZUS, bankach i innych instytucjach	Pracownik socjalny, Psycholog
----	--------------------------------------	----------------	------	---	--	--	-------------------------------

### TRENINGI UMIEJETNOŚCI SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO

10.	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego: - zajęcia muzyczne - zajęcia relaksacyjne, muzykoterapia - gry stolikowe - biblioterapia - zajęcia komputerowe	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierającego – aktywizującego i indywidualnym planem wspierającego – aktywizującym danego uczestnika	A,B		Praca ciągła przez cały rok	Uczestnicy rozwijają zainteresowania muzyką popularną i poważną . Potrafią śpiewać piosenki biesiadne, kolędy, polskie przeboje. Uczestnicy relaksują się i wypoczywają czynnie intelektualnie. Poznają zasady różnorodnych gier stolikowych. Samodzielnie podejmują decyzję dotyczące wyboru ulubionej gry. Potrafią współpracować w grupie. Uczestnicy dbają o sprawność psychofizyczną, potrafią okazywać i wyrażać emocje poprzez ruch, relaksują się. Uczestnicy słuchają bądź czytają książki. Potrafią analizować bajki i teksty terapeutyczne. Samodzielnie sięgają po czasopisma, korzystają z biblioteki. Uczestnicy znają podstawową obsługę komputera, potrafią wyszukiwać informacje z Internetu. Utrzymują kontakty ze znajomymi przez Internet. Uczestnicy uczą się korzystania z komunikatorów: gadu-gadu, skype, e-mail,. Korzystają z portali społecznościowych.	Zespół wspierający - aktywizujący
-----	---	--	-----	--	-----------------------------	--	-----------------------------------

### TERAPIA ZAJĘCIOWA

11.	Prowadzenie terapii zajęciowej w sali rękodzielniczo-krawieckiej	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierającego – aktywizującego i indywidualnym planem wspierającego – aktywizującym danego uczestnika.	A,B	Metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, pokaz, ćwiczenie, instruktaż,	Terapia zajęciowa odbywa się przez cały rok zgodni	Uczestnicy potrafią wyszywać ścięciem krzyżkowym na kanwie, wykonywać różnego rodzaju bieżniki, obrusy, serwety. Potrafią na drutach wykonać szaliki i czapki. Kształtują umiejętności w zakresie cięcia materiału i szycia na maszynie. Uczestnicy potrafią wykorzystać przede wszystkim dary natury wykonując prace okazjonalne m.in.: wianki, bukiety, stroiki. Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty przyszywać guziki z dwoma lub czterema dziurkami, na jednej nóżce oraz zszyć rozdarty materiał różnymi ścięgami. Wyuczone czynności wprowadzają	Terapeuta odpowiedzialny za prowadzenie zajęć w sali rękodzielniczo-krawieckiej
-----	--	---	-----	---	--	--	---

					e z planem pracy	w życie. Uczestnicy wykonuj półprodukty do stroików np. serduszka, kwiaty z tkanin itp.	
12.	Prowadzenie terapii zajęciowej w sali rękodzielniczo - plastycznej	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym danego uczestnika.	A,B	Metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, pokaz, ćwiczenie, instruktaż, inscenizacja	Terapia zajęciowa odbywa się przez cały rok zgodnie z planem pracy	Uczestnicy potrafią wykonywać samodzielnie lub przy asyście terapeuty kartki świąteczne różnymi technikami oraz pisanki wielkanocne. Wykonują ozdoby z masy solnej, masy papierowej, filcu, sznurka, tkaniny, wikliny papierowej. Potrafią także malować witraże na szkłe oraz rysować grafitti. Posługują się nowymi technikami –orgiami, pergamano i embosing. Uczestnicy potrafią kolorować kredkami i malować farbami z wyobraźni dzięki czemu znają podstawowe kolory. Uczestnicy potrafią wykonywać kompozycje z bibuły i ścinek rolety. Samodzielnie lub w asyście terapeuty dekorują przedmioty techniką decupage.	Terapeuta odpowiedzialny za prowadzenie zajęć w sali rękodzielniczo-plastycznej

### PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE

13.	Poradnictwo psychologiczne	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym danego uczestnika.	A,B	Rozmowy, badania psychologiczne, opinie psychologiczne, zabawy psychologiczne	Przez cały rok w zależności od potrzeb	Uczestnicy otrzymują pełną diagnozę psychologiczną, opinię psychologiczną celem przedstawienia w ZUS, Zespołowi do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności, Sądu. Uczestnicy otrzymują diagnozę funkcjonalną czyli ocenę możliwości rozwojowych oraz potrzeb emocjonalno-społecznych, opartą na testach psychologicznych, wywiadzie, rozmowie kierowanej i obserwacji klinicznej Uczestnicy otrzymują wsparcie psychologiczne. W sytuacjach kryzysowych również w domu uczestnika. Uczestnicy uczestniczą w warsztatach grupowych z psychologiem, które mają charakter psychoedukacyjny.	Psycholog
-----	----------------------------	---	-----	---	--	--	-----------

**TERAPIA RUCHOWA**

14.	Kinezyterapia	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym danego uczestnika	A,B	Narzędzia wykorzystywane przy realizacji zadania: materace, piłki, rowerek stacjonarne, stepper, atlas, drabinka gimnastyczna, ciężarki, lustro,	W zależności od potrzeb przez cały rok	Uczestnicy osiągnęli podstawowe cechy motoryczne poprzez zastosowanie w zależności od potrzeb ćwiczeń biernych, czynno-biernych. Została podniesiona kondycja fizyczna. Poprzez ruch uczestnicy mają świadomość własnego ciała. Potrafią wskazać odpowiednie części własnego ciała. Zwiększyli siłę mięśniową poprzez ćwiczenia na przyrządach. Potrafią oszczędnie korzystać z narządu ruchu. Potrafią koordynować ruchy ciała. Potrafią przyjmować prawidłową postawę ciała. Potrafią współdziałać w grupie oraz prawidłowo zachowywać się podczas gry zespołowej i zajęć ruchowych.	Fizjoterapeuta
15.	Zabiegi fizykoterapeutyczne	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym danego uczestnika	A,B	Narzędzia wykorzystywane do realizacji zadania: ultradźwięki, lampa sollux, lampa bioptron,	W zależności od potrzeb przez cały rok	Poprzez zabiegi fizykoterapeutyczne uczestnicy osiągnęli: lepsze ukrwienie danej okolicy ciała poddawanej zabiegowi, zmniejszyły się dolegliwości bólowe, poprawiła się trafika, nastąpiła poprawa metabolizmu danej okolicy ciała i rozluźnienie tkanek	Fizjoterapeuta
16.	Masaże	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym danego uczestnika	A,B	Narzędzia wykorzystywane przy realizacji zadania: materac, masaż manualny.	W zależności od potrzeb przez cały rok	Poprzez masaż poprawiła się trafika, zmniejszyły się dolegliwości bólowe, zwiększyła się elastyczność tkanek, dzięki czemu nastąpiła lepsza ruchomość w stawie	Fizjoterapeuta
17.	Działania profilaktyczne, zajęcia sportowe i relaksacyjne	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym danego uczestnika	A,B	Ćwiczenia	W zależności od potrzeb przez cały rok	Uczestnicy biorą udział w zajęciach korekcyjnych, gimnastyce ogólnie usprawniającej, zajęciach sportowych na boisku, w parku.	Fizjoterapeuta

**INTEGRACJA Z RODZINĄ I NSPOŁECZNOŚCIĄ LOKALNĄ**

18.	Współpraca z rodziną	Uczestnicy ŚDS	A, B		Przez cały rok w zależności od potrzeb	Rodziny uczestników współpracują w realizacji indywidualnych planów wspierająco-aktywizujących. Udział rodziny w imprezach i zabawach, wycieczkach organizowanych w ŚDS. Rodzice biorą udział w spotkaniach indywidualnych i grupowych celem omówienia spraw bieżących wynikających z działalności ŚDS.	Zespół wspierająco-aktywizujący
19.	Współpraca z społecznością lokalną	Uczestnicy ŚDS	A,B		Przez cały rok w zależności od potrzeb	- współpraca z organizacjami pozarządowymi, - współpraca z Ośrodkami Pomocy Społecznej z gmin, z terenu których pochodzą uczestnicy, - firmami i osobami fizycznymi, które wspierają rozwój ŚDS, - szkołami i uczelniami z terenu gmin, których obejmuje działalność ŚDS,	Zespół wspierająco-aktywizujący

**SZKOLENIA KADRY ZATRUDNIONEJ W ŚDS**

20.	Szkolenia pracowników ŚDS	Pracownicy ŚDS			Rok 2014	Pracownicy podniosą swoje kwalifikacje, udoskonalą i nabędą nowych umiejętności w zakresie organizacji pracy i pracy z osobą niepełnosprawną	Kierownik
-----	---------------------------	----------------	--	--	----------	--	-----------