

**Uchwała Nr 87/268/2017**  
**Zarządu Powiatu w Ostródzie**  
**z dnia 10 stycznia 2017r.**

**w sprawie zatwierdzenia planów pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Ostródzie oraz Środowiskowego Domu Samopomocy w Morągu na rok 2017**

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

**§ 1**

Zatwierdza się plany pracy na rok 2017 Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Ostródzie oraz Środowiskowego Domu Samopomocy w Morągu, które stanowią załączniki Nr 1 i Nr 2 do niniejszej uchwały.

**§ 2**

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia i podlega podaniu do publicznej wiadomości.

1. Andrzej Wiczkowski – Starosta .....
2. Edmund Winnicki – Wicestarosta .....
3. Jan Kacprzyk – Członek Zarządu .....
4. Cezary Pec - Członek Zarządu .....
5. Piotr Strzylak - Członek Zarządu .....

**PLAN PRACY**  
**POWIATOWEGO ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAAMOPOMOCY NA ROK 2017**

**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 niepełnosprawnością intelektualną, mającymi trudności z kształtowaniem swoich stosunków z otoczeniem, pozwalającego na zaspokojenie ich podstawowych potrzeb życiowych i integrację społeczną.

W ramach pracy z uczestnikami Dom realizował 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) prowadzić 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.

LP.	NAZWA ZADANIA	SPOSÓB REALIZACJI	TERMINY	OSOBY ODPOWIEDZIALNE
1.	<u><i>Prowadzenie działalności informacyjno – edukacyjnej, praca socjalna.</i></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 z niepełnosprawnością intelektualną 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</p> <p>Kierownik Pracownik socjalny</p> <p>Kierownik Pracownik socjalny</p>
2.	<u><i>Wsparcie psychologiczno – socjalne</i></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 w 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
3.	<u><i>Rozwijanie i podtrzymywanie umiejętności uczestników w zakresie samoobsługi i zaradności życiowej.</i></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</li> </ul>	<p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p>	<p>Pielęgniarka, Instruktorzy terapii zajęciowej Pracownik socjalny</p>

		<p>prorowadzone będą:</p> <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> <li>- nauka obsługi sprzętu gospodarstwa domowego (kuchnia elektryczna, czajnik bezprzewodowy, zmywarka do naczyń itp.)</li> <li>• Prowadzenie treningu umiejętności praktycznych (oddziaływania aktywizujące, zmierzające do poprawy praktycznej zaradności uczestników):</li> <li>- nauka prania ręcznego oraz przy pomocy pralki automatycznej (obsługa pralki, suszarki),</li> <li>- nauka prasowania – obsługa żelazka,</li> <li>- nauka wykonywania drobnych napraw odzieży i sprzętów domowych – cerowanie, przyszywanie guzika,</li> <li>- nauka sprzątanania, posługiwania się odkurzaczem, stosowania odpowiednich detergentów</li> <li>• Trening samodzielnego poruszania się:</li> <li>- kształtowanie orientacji przestrzennej w najbliższym otoczeniu jak i obrębie swojej miejscowości.</li> </ul>	<p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej</p>
4.	<p><b><u>Rozwijanie umiejętności społecznych i interpersonalnych uczestników PŚDS.</u></b></p>	<p>Prowadzenie treningu umiejętności społecznych poprzez:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 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.</li> <li>• Kształtowanie umiejętności współpracy w grupie – nauka współdziałania i współzycia 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,</li> </ul>	<p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p>	<p>Pracownik socjalny, Pielęgniarka Instruktor terapii zajęciowej Technik fizjoterapii, Kierownik</p>

		<p>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.</p> <ul style="list-style-type: none"> <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. <ul style="list-style-type: none"> <li>- zapoznanie się z formami spędzania wolnego czasu - teatr, kino, filharmonia, odwiedzanie muzeów, wystaw,</li> <li>- uczestniczenie w występach i pokazach artystycznych,</li> <li>- organizowanie wyjść, wycieczek i wyjazdów,</li> <li>- spotkania w ramach różnych kół zainteresowań,</li> <li>- aktywizowanie uczestników poprzez spacer, częste obcowanie z przyrodą,</li> <li>- zapoznanie się z różnymi świetlicowymi grami i zabawami towarzyskimi (domino, chińczyk),</li> <li>- zachęcanie do słuchania wybranych audycji radiowych i oglądania programów telewizyjnych.</li> </ul> </li> </ul>		
5.	<p><u>Terapia zajęciowa z elementami pracy.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>pedagogiczna</u></li> <li>• <u>kulinarna</u></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zajęcia grupowe i indywidualne: <ul style="list-style-type: none"> <li>- rozwijanie wiedzy ogólnej</li> <li>- ćwiczenia kształtujące logiczne myślenie;</li> <li>- podnoszenie sprawności intelektualnej;</li> <li>- pobudzanie do aktywnego działania;</li> <li>- rozwijania umiejętności klasyfikowania wg. koloru, kształtu i wielkości;</li> <li>- rozwijanie wyobraźni;</li> <li>- kształtowanie umiejętności wnioskowania o całości na podstawie części;</li> <li>- rozwijanie prawidłowego kojarzenia osób, rzeczy;</li> <li>- rozwijanie sprawności rachunkowej;</li> <li>- podnoszenie poczucia własnej wartości;</li> <li>- kształtowanie umiejętności koncentracji.</li> </ul> </li> <li>• Metody i techniki terapeutyczne wykorzystywane w procesie aktywizacji: <ul style="list-style-type: none"> <li>- elementy metody Dobrego Startu,</li> <li>- elementy metody Ruchu Rozwojowego Weroniki Sherborne,</li> <li>- Metoda Knilla,</li> <li>- Kinezylogia Edukacyjna Dennisona,</li> <li>- Techniki relaksacyjne,</li> <li>- Arteterapia,</li> <li>- Pedagogika zabawy.</li> </ul> </li> <li>- planowanie posiłku;</li> <li>- przygotowywanie list zakupów, wykonywanie zakupów w sklepie;</li> <li>- nauka samodzielnego przygotowywania posiłków;</li> </ul>	Praca ciągła wg. miesięcznych i tygodniowych planów pracy	Instruktor terapii zajęciowej i asystent ON

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>artystyczna</u></li>   <li>• <u>plastyczna</u></li>   <li>• <u>rękodzieła</u></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- śniadań;</li> <li>- nauka przygotowywania potraw, ciasta i ciasteczek na uroczystości okolicznościowe;</li> <li>- doskonalenie umiejętności przyrządzania prostych dań obiadowych, sałatek, surówek i deserów;</li> <li>- wdrażanie do zdrowego odżywiania;</li> <li>- nauka samodzielnego korzystania ze sprzętu AGD;</li> <li>- wdrażanie zasad higieny bezpieczeństwa;</li> <li>- podnoszenie sprawności manualnych;</li> <li>- uwrażliwienie smaku i węchu;</li> <li>- kształtowanie umiejętności kulturalnego zachowania się przy stole;</li> <li>- tworzenie gazetki ściennej o tematyce kulinarnej;</li> <li>- integracja podopiecznych.</li> <li>• Zajęcia grupowe i indywidualne: <ul style="list-style-type: none"> <li>- rozwijanie poczucia rytmu i wyobraźni;</li> <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> </ul> </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> </ul> </li> </ul>		
--	--	---	--	--

		- wykonywanie elementów dekoratorskich.		
6.	<b><u>Rehabilitacja ruchowa</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zajęcia grupowe i indywidualne:</li> <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.: <ul style="list-style-type: none"> <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.	<b><u>Współpraca z instytucjami działającymi na rzecz osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz rodzicami.</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utrzymywanie systematycznych kontaktów w zakresie wspólnego podejmowania działań na rzecz osób z niepełnosprawnością intelektualną;</li> <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> </ul> <p>wymiana doświadczeń i systematyczny udział uczestników w zajęciach wybranych pracowni zaprzyjaźnionego Środowiskowego Domu Samopomocy;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• utrzymywanie systematycznych kontaktów z rodzicami/opiekunami uczestników w celu realizacji wspólnego planu terapeutycznego</li> </ul>	Według potrzeb	Członkowie zespołu wspierająco – aktywizującego
8.	<b><u>Organizacja imprez okolicznościowych i integracyjnych.</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wsparcie w zakresie przeciwdziałania izolacji uczestników i kształtowanie właściwych więzi społecznych,</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <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>- organizacja spotkania walentynkowego;</li> <li>- organizacja imprezy integracyjnej pt. „Powitanie wiosny”;</li> <li>- obchody Dnia Flag 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>- impreza plenerowa „Pożegnanie lata”;</li> </ul>	Według potrzeb zgodnie z kalendarzem	Członkowie zespołu wspierająco - aktywizującego

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- wycieczka turystyczno – krajoznawcza ;</li> <li>- udział w festynie „ Łączymy ludzi nikt się nie nudzi” w ŚDS „ Barka” w Olsztynie;</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>		
9.	<b><u>Organizacja turystyki i rekreacji.</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zapewnienie możliwości udziału w wycieczkach turystyczno – krajoznawczych: <ul style="list-style-type: none"> <li>- rozbudzenia zainteresowań historią, geografią 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> </li> <li>• Organizacja imprez sportowych rekreacyjnych. <ul style="list-style-type: none"> <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> </li> </ul>	Według potrzeb	Członkowie zespołu wspierająco - aktywizującego
10.	<b><u>Diagnoza środowiska lokalnego w zakresie rehabilitacji osób z niepełnosprawnością intelektualną.</u></b>	<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
11.	<b><u>Organizacja procesu wspierająco – aktywizującego</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- posiedzenie zespołu wspierająco – aktywizującego;</li> <li>- omówienie i opracowanie indywidualnych planów postępowania wspierająco – aktywizującego;</li> <li>- ocena osiągniętych rezultatów oraz opracowanie dalszych kierunków działalności</li> <li>- szkolenie zespołu wspierająco – aktywizującego w zakresie tematycznym niezbędnym dla prawidłowego funkcjonowania Domu</li> <li>- ocena efektywności pracy zespołu wspierająco – aktywizującego oraz stopnia realizacji indywidualnych planów</li> <li>- opracowanie planów pracy, kierunków dalszej działalności na kolejny rok</li> <li>- opracowanie sprawozdawcze z działalności Domu w roku budżetowym, meldunków miesięcznych, sprawozdań finansowych kwartalnych</li> </ul>	1 x kwartał  1 x kwartał Cały rok Listopad Zgodnie z harmonogramem sprawozdań	Członkowie zespołu wspierająco - aktywizującego  Kierownik lub osoba upoważniona Kierownik Kierownik



Załącznik Nr 2 do uchwały  
 Nr 87/268/2017  
 Zarządu Powiatu w Ostródzie  
 z dnia 10 stycznia 2017r.

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY**

**w Morągu na 2017rok.**

Lp.	Zakres	Zadania	Termin realizacji	Odpowiedzialny	Typ osób
1	2	3	4	5	6
I.	<b>Trening funkcjonowania w codziennym życiu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Doskonalenie wiedzy w obszarze wyglądu zewnętrznego i higienicznego trybu życia:               <ul style="list-style-type: none"> <li>– zasady i nauka mycia całego ciała,</li> <li>– zasady i nauka dbania o stopy, paznokcie i włosy, dbania o higienę jamy ustnej,</li> <li>– wyrabianie nawyku mycia rąk przed posiłkami i po wyjściu z toalety,</li> <li>– nauka przestrzegania zasad higieny osobistej,</li> <li>– zasady dbania o bieliznę osobistą,</li> <li>– zasady estetycznego wyglądu zewnętrznego, doboru ubrania zgodnie z porą roku-okolicznością-miejscem,</li> <li>– zasady konserwacji i dbałości o obuwie i odzież,</li> <li>– nauka prasowania i składania ubrań, ręczników, ścierek itp., przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas prasowania żelazkiem.</li> </ul> </li> <li>2. Doskonalenie umiejętności dbania o czystość w ŚDS i w domach rodzinnych.</li> <li>3. Gospodarowanie własnymi środkami finansowymi: nauka dokonywania zakupów, utrwalanie znajomości wartości pieniądza, nauka orientacji w cenie, nauka przygotowania listy potrzebnych artykułów, nauka liczenia pieniędzy.</li> <li>4. Nauka właściwego zachowania się w miejscach publicznych: urządzie, sklepie, parku, poczcie, itp.</li> <li>5. Nauka posługiwania się telefonem.</li> <li>6. Nauka samodzielnego poruszania się środkami komunikacji miejskiej.</li> <li>7. Kształtowanie poczucia czasu (posługiwanie się zegarem, kalendarzem).</li> <li>8. Kształtowanie i utrwalanie umiejętności regularnego przyjmowania leków.</li> </ol>	praca ciągła	<p>terapeuci,            instruktor terapii,            psycholog, pomoc            terapeutę</p>	<p>A – w pełnym zakresie            B – w ograniczonym zakresie</p>

II.	<b>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Relacje z pracownikami i uczestnikami: <ul style="list-style-type: none"> <li>- nauka inicjowania, podtrzymywania kontaktu z jedną osobą i z grupą osób,</li> <li>- nauka współpracy z jedną osobą i grupą,</li> <li>- kształtowanie umiejętności rozwiązywania konfliktów (negocjacje, mediacje, kompromis).</li> </ul> </li> <li>2. Kształtowanie zachowań asertywnych (asertywna odmowa, poszanowanie granic własnych i innych ludzi).</li> <li>3. Nauka form grzecznościowych.</li> <li>4. Nauka pomagania i dzielenia się z innymi.</li> <li>5. Rozwijanie cech moralnych takich jak: życzliwość, sprawiedliwość, szacunek, koleżeńskość, tolerancja.</li> <li>6. Uwrażliwianie na potrzeby innych.</li> <li>7. Utrzymywanie kontaktów z innymi ośrodkami wsparcia.</li> </ol>	praca ciągła	psycholog, instruktor terapii i terapeuci, pomoc terapeuty, kierownik	A – w pełnym zakresie B- W ograniczonym zakresie
III.	<b>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego</b>	<p>Wdrażanie i aktywizowanie w zakresie różnych form spędzania czasu wolnego:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rozwijanie zainteresowań audycjami telewizyjnymi i radiowymi,</li> <li>- udział w warsztatach muzycznych i teatralnych,</li> <li>- rozwijanie zainteresowań czytelniczych i społecznych,</li> <li>- udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych,</li> <li>- udział w wycieczkach krajoznawczych i imprezach okolicznościowych,</li> <li>- rozwijanie zainteresowań sztuką (film, teatr, malarstwo itp.)</li> <li>- udział w zajęciach relaksacyjnych,</li> <li>- rozwijanie umiejętności korzystania z gier edukacyjno-towarzyskich (karty, warcaby, szachy, itp.),</li> <li>- nauka korzystania z miejsc kulturalno-rozrywkowych,</li> <li>- zachęcanie do udziału w konkursach wewnętrznych i zewnętrznych,</li> <li>- aktywizowanie poprzez spędzanie czasu na świeżym powietrzu np. spacer, pikniki itp</li> </ul>	praca ciągła	Kierownik, terapeuci, pomoc terapeuty, instruktor terapii, fizjoterapeuta	A,B – w pełnym zakresie
IV.	<b>Pomoc w załatwieniu spraw urzędowych i dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych</b>	<p>Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, poradnictwo zdrowotne. Pomoc i wsparcie podczas załatwiania spraw urzędowych, sądach, ZUS i bankach i innych instytucjach.</p>	praca ciągła	kierownik	A,B – w pełnym zakresie
V.	<b>Treningi oddziałujące w formie pracy prowadzone w poszczególnych salach</b>	<p><b>Sala kulinarna w tym umiejętności życia codziennego</b></p> <p>Trening kulinarny w tym umiejętności życia codziennego prowadzony przez terapeutę po przez:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- codzienne przygotowywanie posiłku według ustalonego jadłospisu-nabywanie i doskonalenie umiejętności przygotowywania posiłków,</li> <li>- naukę przygotowywania przetworów z owoców i warzyw sezonowych,</li> <li>- naukę przygotowywania dań jednogarnkowych (bigos z młodej kapusty, leczo, fasola po bretońsku itp.),</li> <li>- wykonywanie przez uczestników wstępnej obróbki produktów - mycie i obieranie</li> </ul>			

	<p>warzyw i owoców,  - naukę przygotowywania kompotów z owoców sezonowych;  - naukę przygotowywania tradycyjnych potraw wigilijnych i wielkanocnych,  - naukę wypieku ciast,  - wdrażanie zasad higieny osobistej poprzez wyrabianie nawyku częstego mycia rąk: przed przystąpieniem do pracy, w trakcie wykonywania czynności i po zakończonych zajęciach,  - kształtowanie nawyku zakładania odzieży ochronnej, zwrócenie uwagi na estetykę i czystość odzieży własnej,  - wyrabianie nawyków higienicznych i estetycznych podczas wykonywania czynności kulinarnych,  - tworzenie książki kucharskiej – wyszukiwanie w kolorowej prasie ciekawych przepisów kulinarnych,  - nabywanie i rozwijanie umiejętności posługiwania się sprzętem gospodarstwa domowego: kuchenka, piekarnik, kuchenka mikrofalowa, zmywarka,  - wdrażanie do dbałości o porządek w sali kulinarnej,  - wykształcenie nawyku zachowania bezpieczeństwa podczas posługiwania się narzędziami ostrymi, używania sprzętu mechanicznego i w czasie gotowania, smażenia,  - doskonalenie przez uczestników umiejętności mycia naczyń,  - nauka estetycznego nakrywania do stołu, oraz zasad prawidłowego zachowania się przy stole podczas spożywania posiłków.  Prowadzenie pogadarek przez terapeutę na temat:  - „zasad prawidłowego przechowywania żywności ze szczególnym zwróceniem uwagi na termin przydatności do spożycia”;  - „dbałości o higienę osobistą”;  - „zasad stosowania i sposobów przechowywania środków czystości”;  - kultywowania tradycji świąt – „Spotkanie Wigilijne”, „Spotkanie Wielkanocne”;  - kształtowania umiejętności wzajemnej współpracy i wzajemnej pomocy podczas wykonywania zadań;  - sposobów przechowywania warzyw (mrożenie, pasteryzacja, kiszenie)  <b>Sala rękodzielniczo-plastyczna</b>  Uczestnicy kolorują kredkami oraz malują farbami z wyobraźnią. Doskonałą umiejętności w tworzeniu kwiatów z krepiny. Samodzielnie lub przy pomocy terapeuty projektują i tworzą kartki okolicznościowe. Przygotowują pisanki i inne ozdoby wielkanocne z wykorzystaniem różnorodnych materiałów (styropian, wełna, papier, wstążka, bibuła itp.). Tworzą wiklinę papierową oraz z niej przedmioty codziennego użytku. Doskonałą technikę decoupage stosując ją na drewnie oraz szkłe. Uczą się zbierania oraz wykorzystywania darów natury (liście, gałęzie, kasztany, szyszki, trawy i</p>			<p>A – w pełnym zakresie  B – w ograniczonym zakresie</p> <p>A – w pełnym zakresie  B – w ograniczonym zakresie</p>
--	--	--	--	---

		<p>inne). Wyklejają obrazki kulkami z bibuły, plasteliną oraz techniką „wydzieranka”. Poprzez stosowanie różnych technik plastycznych usprawniają funkcje manualne oraz poprawiają koordynację wzrokowo – ruchową.</p> <p><b>Sala multimedialno – ogrodnicza</b>  Zajęcia multimedialne sprowadzają się do zdobywania nowych, a także doskonalenia nabytych już umiejętności związanych z wykorzystywaniem odbiornika RTV, odtwarzacza płyt CD/DVD, aparatu cyfrowego, komputera, kamery, skanera oraz drukarki.</p> <p>Uczestnicy nabywają, doskonalą i utrwalają swoje umiejętności z zakresu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nauki podstaw budowy komputera – obejmującej korzystanie z programów do odtwarzania plików, przeglądarek zdjęć, programów multimedialnych, programów graficznych, programów edukacyjnych oraz edytora tekstu,</li> <li>- nauki bezpiecznego oraz odpowiedzialnego korzystania z sieci Internet,</li> <li>- korzystania z programów On-Line oraz z portali społecznościowych,</li> <li>- obsługi poczty elektronicznej - redagowanie wiadomości i listów,</li> <li>- ćwiczeń związanych z wykorzystaniem zasobów internetowych: samodzielne wyszukiwanie informacji w sieci na podany temat oraz pobieranie danych celem praktycznego wykorzystania, np. do wykonywania dyplomów, zaproszeń, kart okolicznościowych, itp.,</li> <li>- obsługi aparatu cyfrowego i kamery poprzez naukę wykonywania zdjęć i filmów,</li> <li>- dbałości o powierzony sprzęt wykorzystywany podczas zajęć.</li> </ul> <p>Zdobyte umiejętności wykorzystywane będą podczas organizowania imprez (zaplecza technicznego i oprawy multimedialnej).</p> <p>Zajęcia ogrodnicze dostosowane są do zmieniających się pór roku, warunków atmosferycznych oraz indywidualnych predyspozycji uczestnika. Wykonując wspólnie wcześniej omówione i zaplanowane zadania, rozwijana jest umiejętność efektywnej współpracy w grupie. Zajęcia ogrodnicze to również miejsce w którym uczestnicy mają możliwość rozwoju umiejętności i zdobywania wiedzy między innymi z zakresu opieki nad roślinami, zdrowego stylu życia, zrozumienia zjawisk występujących w przyrodzie, ekologii, jak również posługiwania się, konserwacji narzędziami i sprzętem ogrodniczym. Poprzez prace w ogrodzie uczestnicy zdobywają fundamentalną wiedzę niezbędną wykonywania prac w ogrodnictwie.</p> <p><b>Sala rękodzielniczo-krawiecka</b>  Uczestnicy w dalszym ciągu doskonalą umiejętność szycia ręcznego podstawowymi ściegami, wyszywają serwetki, potrafią przyszywać guziki oraz zszywać materiał. Uczą się szyć na maszynie, wykonywać robótki ręczne na drutach, szydełku, tkania na krośnie oraz wyszywania haftem krzyżkowym. Ponadto utrwalają nawyk dbania o porządek na swoim miejscu pracy oraz w sali. W tym celu między innymi segregują oraz układają</p>			
--	--	--	--	--	--

		<p>tkaniny oraz przybory krawieckie i plastyczne.</p> <p>Uczestnicy wykonują kartki okolicznościowe oraz inne prace rękodzielniczo-plastyczne biorące udział w konkursach wewnętrznych ośrodka oraz organizowanych przez inne instytucje.</p> <p>Ponadto uczestnicy wykonują półprodukty do stroików np. odlewy gipsowe, kwiaty z tkaniny, malowane szyszki i gałęzie. Uczestnicy doskonalą wcześniej poznane techniki rękodzielnicze: decoupage, quilling, techniki plastyczne, scrapbooking, malowanie na szkle, decoupage na tkaninie, pirografia, pergamano.</p>			
<b>VI.</b>	<b>Terapia ruchowa</b>	<p>Zajęcia fizjoterapeuty mają formę pracy indywidualnej i grupowej, wynikające z indywidualnego planu wspierająco – aktywizującego uczestnika.</p> <p><b>Zajęcia grupowe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-zajęcia siłowe z wykorzystaniem siłowni zewnętrznej – plenerowej,</li> <li>- przygotowanie uczestników do zawodów sportowych,</li> <li>- gry i zabawy sportowe w terapii grupowej,</li> <li>- kształtowanie umiejętności pracy w grupie,</li> <li>- zajęcia gry w tenisa stołowego,</li> <li>-zajęcia ruchowe w basenie,</li> <li>-Zajęcia ruchowe poprzez zastosowanie gier interaktywnych np. kinect.</li> </ul> <p><b>Zajęcia indywidualne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ćwiczenia bierne kończyn górnych i dolnych,</li> <li>-ćwiczenia czynno bierne,</li> <li>- ćwiczenia czynno-wolne,</li> <li>- ćwiczenia oddechowe,</li> <li>-kontrola stanu zdrowia ( diagnostyka, BMI, ciśnienie krwi)</li> <li>- ćwiczenia wspomagane,</li> <li>- pionizacja i nauka prawidłowego stereotypu chodu,</li> <li>- ćwiczenia aerobowe,</li> <li>- ćwiczenia na sprzęcie rehabilitacyjnym,</li> <li>- ćwiczenia rozluźniające</li> </ul>	praca ciągła	fizjoterapeuta	A,B – w pełnym zakresie
<b>VII</b>	<b>Poradnictwo psychologiczne</b>	<p>Psycholog dokonuje diagnozy dotyczącej funkcjonowania społecznego, emocjonalnego i intelektualnego. Wspiera zespół terapeutyczny podczas opracowywania planów wspierająco - aktywizujących. Zajmuje się poradnictwem psychologicznym dla uczestników oraz ich rodzin. Psycholog daje również wsparcie w sytuacjach kryzysowych i konfliktowych.</p> <p>Zajęcia z psychologiem mają na celu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nabycie umiejętności służących samodzielnemu życiu w otwartym środowisku,</li> <li>- przełamywanie barier we wzajemnych kontaktach osób z zaburzeniami psychicznymi, niepełnosprawnością intelektualną, oraz z innymi osobami z otoczenia,</li> <li>- zmniejszenie poczucia izolacji społecznej,</li> </ul>	praca ciągła	psycholog	A – w pełnym zakresie B – w ograniczonym zakresie

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- kształtowanie i utrzymanie właściwych więzi społecznych,</li> <li>- budowanie poczucia bezpieczeństwa, empatii, zachęty, otwartości,</li> <li>- rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach w sposób społecznie akceptowalny,</li> <li>- rozwijanie umiejętności współdziałania w grupie,</li> <li>- kształtowanie umiejętności różnicowania emocji,</li> <li>- kształtowanie umiejętności aktywnego słuchania,</li> <li>- rozwijanie umiejętności asertywnych komunikacyjnych,</li> <li>- nabywanie umiejętności rozwiązywania konfliktów,</li> <li>-rozwijanie myślenia twórczego, kształtowanie umiejętności planowania.</li> </ul>			
<b>VII I.</b>	<b>Integracja z rodziną i społecznością lokalną</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Stała współpraca z rodzicami i opiekunami uczestników ŚDS.</li> <li>2. Socjalizacja mająca na celu aktywna współpracę ze społecznością lokalną, ośrodkami pomocy społecznej, powiatowym centrum pomocy rodzinie, zakładami opieki zdrowotnej, organizacjami pozarządowymi, urzędami, ośrodkami kultury, organizacjami kulturalno-rozrywkowymi.</li> <li>3. Współpraca ze szkołami, przedszkolami i uczelniami z terenu gmin, których działalność obejmuje ŚDS.</li> </ol>	praca ciągła	kierownik, terapeuci, instruktor terapii zajęciowej, psycholog	A,B - w pełnym zakresie
<b>IX.</b>	<b>Organizacja domu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zebrania zespołu wspierająco-aktywizującego mające na celu omówienie realizacji indywidualnych planów postępowania wspierająco – aktywizującego i osiągniętych rezultatów, a także ewentualnej możliwości ich modyfikacji.</li> <li>2. Dbanie o wysoką jakość świadczonych usług i jak najwyższą ich skuteczność.</li> <li>3. Dbanie o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu w ŚDS.</li> <li>4. Organizacja szkoleń i doszkalcenie kadry.</li> <li>5. Opracowanie planu pracy na 2018r.</li> <li>6. Sprawozdanie z działalności Domu za 2016r.</li> <li>7. Prowadzenie dokumentacji zgodnie z wymogami rozporządzenia w sprawie środowiskowych domów samopomocy.</li> </ol>	praca ciągła	kierownik	A,B – w pełnym zakresie