

Uchwała Nr 128/391/2018
Zarządu Powiatu w Ostródzie
z dnia 24 stycznia 2018r.

w sprawie zatwierdzenia planów pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Ostródzie oraz Środowiskowego Domu Samopomocy w Morągu na rok 2018

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 uchwała, co następuje:

§ 1

Zatwierdza się plany pracy na rok 2018 Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Ostródzie oraz Środowiskowego Domu Samopomocy w Morągu, które stanowią załączniki Nr 1 i Nr 2 do niniejszej uchwały.

§ 2

Wykonanie uchwały powierza się Kierownikowi Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Ostródzie oraz Kierownikowi Środowiskowego Domu Samopomocy w Morągu.

§ 3

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
POWIATOWEGO ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAAMOPOMOCY NA ROK
2018

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	TERMIN Y	OSOBY ODPOWIEDZIALNE
1.	<u>Prowadzenie działalności informacyjno – edukacyjnej, praca socjalna.</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Informowanie środowiska lokalnego o działalności Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy, poprzez między innymi: <ul style="list-style-type: none"> - organizowanie spotkań z rodzicami i opiekunami uczestników, - organizowanie spotkań otwartych z udziałem specjalistów, - występy artystyczne, wystawy prac uczestników Domu na terenie miasta. • Orientacja w zakresie potrzeb socjalno – bytowych uczestników PŚDS i ich rodzin. Udzielanie pomocy i wsparcia psychologicznego, socjalnego, rehabilitacyjnego i pedagogicznego w sytuacjach wymagających wsparcia. • Zachęcanie uczestników i ich rodzin, znajomych i przyjaciół do aktywnego włączenia się w życie placówki – wspólne wyjścia, wyjazdy, występy artystyczne, zabawy. • Działania mające na celu możliwie najszersze włączenie osób z niepełnosprawnością intelektualną i ich opiekunów do aktywnego uczestnictwa we wszystkich dziedzinach życia społecznego naszego miasta. 	Cały rok	Kierownik Pracownik socjalny
2.	<u>Rozwijanie i podtrzymywanie umiejętności uczestników w zakresie samoobsługi i zaradności życiowej.</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Prowadzenie treningu dbania o własne zdrowie: <ul style="list-style-type: none"> - wyrabianie wśród uczestników nawyku systematycznego dbania o higienę osobistą i wygląd zewnętrzny, - zachęcanie do usamodzielniania się podczas posiłków, podejmowanie prób podczas treningu pokarmowego, - wyrabianie i pielęgnowanie nawyku utrzymania czystości w miejscu pracy i w miejscu spożywania posiłków, - motywowanie uczestników do dbania o czystość i porządek we własnym mieszkaniu. • Prowadzenie treningu umiejętności społecznych i zaradności życiowej, w ramach którego prowadzone będą: <ul style="list-style-type: none"> - rozwijanie świadomości własnego ciała i własnej osoby, - ograniczanie zachowań niepożądanych i stereotypowych, - poszerzanie zasobu słownictwa i umiejętności komunikacyjnych, - rozwijanie zainteresowań i pobudzanie do nawiązywania interakcji z rówieśnikami, - nauka samodzielnego przygotowywania posiłków zgodnie z zasadami prawidłowego i zdrowego żywienia, - nauka estetycznego podawania posiłków i nakrywania do stołu; - nauka obsługi sprzętu gospodarstwa domowego (kuchnia elektryczna, czajnik bezprzewodowy, zmywarka do naczyń, robot kuchenny, gofrownica, toster, opiekacz itp.) • Prowadzenie treningu umiejętności praktycznych (oddziaływanie aktywizujące, zmierzające do 	Cały rok	Pielęgniarka, Instruktorzy terapii zajęciowej Pracownik socjalny
			Cały rok	Instruktor terapii zajęciowej

		<p>poprawy praktycznej zaradności uczestników):</p> <ul style="list-style-type: none"> - nauka prania ręcznego oraz przy pomocy pralki automatycznej (obsługa pralki, suszarki), - nauka prasowania – obsługa żelazka, - nauka wykonywania drobnych napraw odzieży i sprzętów domowych – cerowanie, przyszywanie guzika, - nauka sprzątanania, posługiwania się odkurzaczem i mopem, stosowania odpowiednich detergentów. • Trening samodzielnego poruszania się: <ul style="list-style-type: none"> - kształtowanie orientacji przestrzennej w najbliższym otoczeniu jak i obrębie swojej miejscowości, - podejmowanie prób przemieszczania się i poruszania komunikacją miejską 	Cały rok	
3.	<u>Wsparcie psychologiczno – socjalne</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Poradnictwo specjalistyczne w szczególności psychologiczne, socjalne i prawne wg zdiagnozowanych potrzeb. • Psychoterapia indywidualna i grupowa, która wynika z indywidualnego planu wspierającego – aktywizującego uczestnika wg zdiagnozowanych potrzeb: <ul style="list-style-type: none"> - umiejętność radzenia sobie ze stresem, nadmiernym napięciem emocjonalnym, - kształtowanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych, - rozwianie samoświadomości i samoakceptacji, - kształtowanie pozytywne samooceny, - rozumienie schematów własnych zachowań oraz pomoc w zmianie na bardziej efektywniejsze funkcjonowanie, - pomoc w radzeniu sobie z napięciem psychicznym oraz negatywnymi stanami emocjonalnymi, - doskonalenie umiejętności przestrzegania zasad i norm panujących w społeczeństwie • Wsparcie w zakresie konsultacji lekarskich. • Współpraca z rodziną w zakresie kształtowania odpowiednich postaw wobec uczestnika 	wg. zdiagnozowanych potrzeb	Psycholog Pracownik socjalny
4.	<u>Rozwijanie umiejętności społecznych i interpersonalnych uczestników PŚDS.</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Prowadzenie treningu umiejętności społecznych poprzez: <p>Kształtowanie umiejętności komunikowania się (werbalnego i pozawerbalnego), wzbogacanie słownictwa, inicjowanie dialogu, 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> • 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. 	Cały rok Cały rok	Pracownik socjalny, Pielęgniarka Instruktor terapii zajęciowej Technik fizjoterapii, Kierownik

		<ul style="list-style-type: none"> • Nauka umiejętności prawidłowego zachowania się w miejscach publicznych, przestrzegania zasad i norm panujących w grupie i społeczeństwie, adekwatnych zachowań w różnorodnych sytuacjach społecznych, przenoszenie wyuczonych pozytywnych zachowań na sytuację w życiu codziennym. • Poszerzanie wiedzy związanej z obchodzeniem różnych świąt i uroczystości, kulturowych tradycji – organizowanie wspólnych spotkań okolicznościowych pracowników Środowiskowego Domu z uczestnikami ich rodzicami i opiekunami. • Aktywne włączenie uczestników do organizowania imprez i spotkań towarzyskich na terenie Domu – wspólne obchodzenie urodzin uczestników i pracowników PŚDS. • 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. • 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"> - zapoznanie się z formami spędzania wolnego czasu - teatr, kino, filharmonia, odwiedzanie muzeów, wystaw, - uczestniczenie w występach i pokazach artystycznych, - organizowanie wyjść, wycieczek i wyjazdów, - spotkania w ramach różnych kół zainteresowań, - aktywizowanie uczestników poprzez spacer, częste obcowanie z przyrodą, - zapoznanie się z różnymi świetlicowymi grami i zabawami towarzyskimi (domino, chińczyk), - zachęcanie do słuchania wybranych audycji radiowych i oglądania programów telewizyjnych. 	Cały rok	
			Cały rok	
			Cały rok	
			Cały rok	
5.	<p><u>Terapia zajęciowa z elementami pracy.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>pedagogiczna I</u> 	<ul style="list-style-type: none"> • Zajęcia grupowe i indywidualne: <ul style="list-style-type: none"> - ćwiczenia kształtujące logiczne myślenie, - podnoszenie sprawności intelektualnej, - rozwijania umiejętności klasyfikowania wg. koloru, kształtu i wielkości, - rozwijanie wyobraźni, - rozwijanie wiedzy ogólnej, - pobudzanie do aktywnego działania, - ćwiczenie motoryki małej i koordynacji wzrokowo- ruchowej - kształtowanie umiejętności wnioskowania o całości na podstawie części, - rozwijanie prawidłowego kojarzenia osób, rzeczy, - rozwijanie sprawności rachunkowej, - podnoszenie poczucia własnej wartości, - kształtowanie umiejętności koncentracji. 	Praca ciągła wg. miesięcznych i tygodniowych planów pracy	Instruktor terapii zajęciowej i asystent ON

	<ul style="list-style-type: none"> • <u>kulinarna i umiejętności dnia codziennego</u> • <u>artystyczna</u> • <u>plastyczna</u> 	<ul style="list-style-type: none"> • Metody i techniki terapeutyczne wykorzystywane w procesie aktywizacji: <ul style="list-style-type: none"> - elementy metody Dobrego Startu, - stymulacja polisensoryczna wg. Abel, - Elementy metody Ruchu Rozwojowego Weroniki Sherborne, - Metoda Knilla, - Kinezylogia Edukacyjna Dennisona, - Techniki relaksacyjne, - Arteterapia, - Biblioterapia, - Pedagogika zabawy. - planowanie posiłku, - przygotowywanie list zakupów, wykonywanie zakupów w sklepie, - nauka samodzielnego przygotowywania posiłków – śniadań, - nauka przygotowywania potraw, ciasta i ciasteczek na uroczystości okolicznościowe, - doskonalenie umiejętności przyrządzania prostych dań obiadowych, sałatek, surówek i deserów, - wdrażanie do zdrowego odżywiania, - nauka samodzielnego korzystania ze sprzętu AGD, RTV, - wdrażanie zasad higieny bezpieczeństwa, - podnoszenie sprawności manualnych, - uwrażliwienie smaku i węchu, - kształtowanie umiejętności kulturalnego zachowania się przy stole, - tworzenie gazetki ściennej o tematyce kulinarnej, - integracja podopiecznych. • Zajęcia grupowe i indywidualne: <ul style="list-style-type: none"> - rozwijanie sprawności aparatu słuchowego, - kształtowanie koncentracji uwagi, pamięci, - doskonalenie prawidłowego oddechu, - zajęcia muzyczno-ruchowe (drama), - doskonalenie poprawnej wymowy, - poprawianie sprawności ruchów dłoni i palców, - zajęcia dekoratorskie, - rozwijanie poczucia rytmu i wyobraźni, - rozwijanie umiejętności zgodnej współpracy w grupie, - zajęcia z użyciem chusty animacyjnej, - zajęcia zawierające elementy arteterapii - rozwijanie, ćwiczenia rozwijające wyobraźnię • Zajęcia grupowe i indywidualne: 		
--	---	---	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> • <u>rekodziela</u> • <u>pedagogiczna II</u> 	<ul style="list-style-type: none"> - zapoznanie z rysunkiem, grafiką, malarstwem, - wykonywanie elementów dekoratorskich, - uwrażliwianie na barwy – paleta barw, - poszerzanie świadomości sensorycznej, - odblokowanie uśpionej kreatywności, - wspomaganie procesów psychoterapeutycznych przez sztukę, - odkrywanie uzdolnień osobistych, - zdobienia za pomocą decoupage, - ćwiczenie pracy palców i dłoni, - zabawy z : wydzierankami, kulkami, bibułą, plasteliną, masą solną i plastyczną itp. • Zajęcia grupowe i indywidualne: - pogłębianie wrażliwości odbioru bodźców, - budowanie poczucia własnej wartości, - poszerzanie zdolności manualnych, - poprawianie sprawności ruchów dłoni i palców, - nabywanie umiejętności drobnych prac w zakresie naprawy odzieży, - zapoznanie z kulturą ludową – wycinanki, filcowanie, biżuteria, lepienie w glinie, robienie odlewów glinianych i gipsowych, prace z papieru, tkanina, pasmanteria, - wykonywanie elementów dekoratorskich. • Zajęcia grupowe i indywidualne: - ćwiczenia kształtujące logiczne myślenie, - podnoszenie sprawności intelektualnej, - rozwijanie wyobraźni, - rozwijanie wiedzy ogólnej, - pobudzanie do aktywnego działania, - ćwiczenie motoryki małej i koordynacji wzrokowo- ruchowej - kształtowanie umiejętności wnioskowania o całości na podstawie części, - rozwijanie prawidłowego kojarzenia osób, rzeczy, - podnoszenie poczucia własnej wartości, - kształtowanie umiejętności koncentracji, - ćwiczenia wzmacniające przestrzeganie zasad i norm panujących w grupie i społeczeństwie • Metody i techniki terapeutyczne wykorzystywane w procesie aktywizacji: - elementy metody Dobrego Startu, - stymulacja polisensoryczna wg. Abel, - Elementy metody Ruchu Rozwojowego Weroniki Sherborne, - Metoda Knilla, - Kinezyjologia Edukacyjna Dennisona, 		
--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> - Techniki relaksacyjne, - Arteterapia, - Biblioterapia, - Terapia behawioralna, - muzykoterapia, - Terapia małych kroków, - Chromoterapia, - Arteterapia, - Pedagogika zabawy. 		
6.	<u>Rehabilitacja ruchowa</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Zajęcia grupowe i indywidualne: 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"> - ćwiczenia wzmacniające mięśnie brzucha, grzbietu, pośladków, - ćwiczenia koordynacji nerwowo-mięśniowe, - ćwiczenia czynne wolne, - ćwiczenia równoważne, - trening stacyjny - ćwiczenia z elementami gier zespołowych i rywalizacji grupowej, - przygotowanie i udział w imprezach sportowych. • Rehabilitacja przez zabawę: <ul style="list-style-type: none"> - chodzenie po narysowanej linii, - zwroty w określonym kierunku, - naśladowanie ruchów, - pokonywanie toru przeszkód, - toczenie piłki w określonym kierunku, - rzuty do celu, - dotykanie na przemian prawym łokciem lewego kolana i na przemian. 		Fizjoterapeuta w przypadku zajęć grupowych instruktorzy terapii zajęciowej i asystent ON
7.	<u>Współpraca z instytucjami działającymi na rzecz osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz rodzicami.</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Utrzymywanie systematycznych kontaktów w zakresie wspólnego podejmowania działań na rzecz osób z niepełnosprawnością intelektualną, • udział w projektach skierowanych na integrację społeczną, • realizacja wspólnych działań poszerzających możliwości wsparcia uczestników, • 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, • wymiana doświadczeń i systematyczny udział uczestników w zajęciach wybranych pracowni 	Według potrzeb	Członkowie zespołu wspierająco – aktywizującego

		<p>zaprzyjaźnionego Środowiskowego Domu Samopomocy,</p> <ul style="list-style-type: none"> utrzymywanie systematycznych kontaktów z rodzicami/opiekunami uczestników w celu realizacji wspólnego planu terapeutycznego. 		
8.	<u>Organizacja imprez okolicznościowych i integracyjnych.</u>	<ul style="list-style-type: none"> Wsparcie w zakresie przeciwdziałania izolacji uczestników i kształtowanie właściwych więzi społecznych, - zdobywanie umiejętności przygotowywania i organizacji różnych spotkań towarzyskich, - pomoc w obchodach uroczystości osobistych tj. urodziny, imieniny uczestników, - uroczyste obchody świąt okolicznościowych tj. Boże Narodzenie, Wielkanoc, - organizacja zabaw tanecznych, - zabawa integracyjna z zaprzyjaźnionymi Środowiskowymi Domami Samopomocy, - organizacja spotkania walentynkowego, - organizacja imprezy integracyjnej pt. „Powitanie wiosny”, - organizacja Spotkania Wielkanocnego z udziałem przedstawicieli rodzin i opiekunów oraz władz miasta, organizacji społecznych i kościoła, - obchody Dnia Flagi i rocznicy Konstytucji 3 go maja, 11 Listopada, - obchody Dnia Rodziny, - wystawa rękodzieła na zamku, - udział w festynie integracyjnym organizowanym przez Urząd Marszałkowski, - impreza plenerowa „Pożegnanie lata”, - wycieczka turystyczno – krajoznawcza , - udział w festynie „ Łączymy ludzi nikt się nie nudzi” w ŚDS „ Barka” w Olsztynie, - organizacja zabawy andrzejkowej, - organizacja Spotkania Wigilijnego z udziałem przedstawicieli rodzin i opiekunów oraz władz miasta, organizacji społecznych i kościoła, - udział w „TOPPO” – wystawa prac, występ artystyczny. 	Według potrzeb zgodnie z kalendarzem	Członkowie zespołu wspierająco - aktywizującego
9.	<u>Organizacja turystyki i rekreacji.</u>	<ul style="list-style-type: none"> Zapewnienie możliwości udziału w wycieczkach turystyczno – krajoznawczych: <ul style="list-style-type: none"> - rozbudzenia zainteresowań historią, geografiją oraz turystyką, - umożliwienie uczestnikom zobaczenia najpiękniejszych i najciekawszych miejsc kraju, - rozbudzenie postaw patriotycznych oraz miłości do ojczyzny poprzez zapoznanie z historią i tradycjami regionu. Organizacja imprez sportowych rekreacyjnych. <ul style="list-style-type: none"> - zapewnienie możliwości rozwiązywania problemów związanych z zabezpieczeniem imprez, - mobilizowanie do wzmożonego wysiłku w celu osiągnięcia lepszych rezultatów sportowych, - rozbudzanie wiary we własne siły i możliwości. 	Według potrzeb	Członkowie zespołu wspierająco - aktywizującego
10.	<u>Diagnoza środowiska lokalnego w zakresie rehabilitacji osób</u>	<ul style="list-style-type: none"> Stała współpraca z rodzicami i opiekunami uczestników PŚDS, Współpraca z Ośrodkiem Pomocy Społecznej, szkołami, organizacjami pozarządowymi oraz innymi ośrodkami wsparcia w obszarze udzielania pomocy w zakresie niezbędnym, 	Cały rok	Pracownik socjalny, instruktorzy terapii

	<u>z niepełnosprawnością intelektualną.</u>	<p>gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań,</p> <ul style="list-style-type: none"> Wyszukiwanie nowych kontaktów do PŚDS, gromadzenie ich dokumentacji, prowadzenie ewidencji osób oczekujących na przyjęcie do PŚDS. 	Cały rok Cały rok	zajęciowej, psycholog, Pielęgniarka, Kierownik Pracownik socjalny
11.	<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

Załącznik Nr 2 do uchwały
 Nr 128/391/2018
 Zarządu Powiatu w Ostródzie
 z dnia 24 stycznia 2018r.

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
 w Morągu na 2018rok.**

Lp	Zakres	Zadania	Termin realizacji	Odpowiedzialny	Typ Domu
1	2	3	4	5	6
I.	Trening funkcjonowania w codziennym życiu	<ul style="list-style-type: none"> - codzienne prace porządkowe po zakończonych zajęciach – wdrażanie do dbałości o porządek i estetykę otoczenia, - nauka nakrywania do stołu (rozkładanie sztućców, noży, serwetek), - 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, - nabywanie i utrwalanie zasad dotyczących estetycznego wyglądu zewnętrznego, doboru ubrania zgodnie z porą roku- okolicznością-miejscem, - nauka prasowania i składania ubrań, ręczników, ścierek itp., przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas prasowania żelazkiem, - nauka dokonywania zakupów, utrwalanie znajomości wartości pieniądza, nauka orientacji w cenie, nauka przygotowania listy potrzebnych artykułów, nauka liczenia pieniędzy, - nauka właściwego zachowania się w miejscach publicznych: urzędzie, sklepie, parku, poczcie, kinie, teatrze, muzeum, - nauka samodzielnego poruszania się środkami komunikacji, - kształtowanie i utrwalanie umiejętności regularnego przyjmowania leków, - kształtowanie nawyku codziennej zmiany bielizny, - nauka samodzielnego ubierania się (zapinanie guzików, suwaka, sznurowanie obuwia), - nauka posługiwania się sztućcami (łyżka, widelec, nóż), - nauka sygnalizowania potrzeb fizjologicznych. 	praca ciągła	terapeuci, instruktor terapii, psycholog,	A – w pełnym zakresie B – w ograniczonym zakresie

II.	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	<p>1.Relacje z pracownikami i uczestnikami: - nauka inicjowania, podtrzymywania kontaktu z jedną osobą i z grupą osób, - nauka współpracy z jedną osobą i z grupą osób, - kształtowanie umiejętności rozwiązywania konfliktów, - modelowanie prawidłowego zachowania w grupie osób,</p> <p>2.Kształtowanie zachowań asertywnych, 3. Nauka zwrotów grzecznościowych, 4. Nauka powitania i pożegnania z użyciem form grzecznościowych, 5. Nauka pomagania i dzielenia się z innymi, 6.Uwarżliwianie na potrzeby innych, 7. Utrzymywanie kontaktów z innymi ośrodkami wsparcia.</p>	praca ciągła	psycholog, instruktor terapii i terapeuci, kierownik	A – w pełnym zakresie B- W ograniczonym zakresie
III.	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego	<ul style="list-style-type: none"> - rozwijanie zainteresowań audycjami telewizyjnymi i radiowymi, -rozwijanie zainteresowań czytelniczych, społecznych, muzycznych, -udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych, -udział w wycieczkach krajoznawczych i imprezach okolicznościowych, -rozwijanie zainteresowań sztuką (film, teatr, malarstwo itp.) - rozwijanie umiejętności korzystania z gier edukacyjno-towarzyskich (karty, warcaby, szachy, itp.), - nauka korzystania z miejsc kulturalno-rozrywkowych, - zachęcanie do udziału w konkursach wewnętrznych i zewnętrznych, - aktywizowanie poprzez spędzanie czasu na świeżym powietrzu np. spacer, piknik, ognisko, gril itp. 	praca ciągła	Kierownik, terapeuci, instruktor terapii, fizjoterapeuta	A,B – w pełnym zakresie
IV.	Pomoc w załatwieniu spraw urzędowych i dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych	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, w sądach, ZUS, bankach, Powiatowym Zespole ds. Orzekania o Niepełnosprawności, Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie i innych instytucjach.	praca ciągła	kierownik	A,B – w pełnym zakresie
V.	Zajęcia prowadzone w poszczególnych salach	<p>Sala kulinarna w tym umiejętności życia codziennego</p> <ul style="list-style-type: none"> - codzienne przygotowywanie posiłku według ustalonego jadłospisu- nabywanie i doskonalenie umiejętności przygotowywania posiłków, - nauka przygotowywania przetworów z owoców i warzyw sezonowych, 			

		<p>umiejętności związane z obsługą drukarki, dzięki którym powstaje gazetka ścienna oraz kronika z życia Ośrodka.</p> <p>Zajęcia multimedialne sprowadzają się do zdobywania nowych, a także doskonalenia nabytych już umiejętności związanych z wykorzystywaniem sprzętu RTV: prawidłowe posługiwanie się odbiornikiem telewizyjnym, odtwarzaczem płyt CD, DVD, aparatem cyfrowym. Zajęcia dostosowane są do indywidualnych potrzeb, możliwości i zainteresowań uczestników. Zdobyte umiejętności wykorzystywane będą podczas organizowania imprez (zaplecza technicznego i oprawy multimedialnej).</p> <p>Uczestnicy kształtują sprawność manualną poprzez wykonywanie różnego rodzaju kompozycji (kompozycje kwiatowe, stroiki okolicznościowe, ikebany, obrazy z suszonych kwiatów, choinki itp.). Wykonują prace plastyczne z wykorzystaniem naturalnych materiałów (ziarna, szyszki, kamyki, nasiona, liście). Wykonują półprodukty do stroików okolicznościowych, np. odlewy gipsowe, papierowa wiklina, malują gałęzie i szyszki.</p> <p>Zdobywają wiedzę z zakresu hodowli i pielęgnacji roślin: przygotowanie gleby do uprawy, uprawa roślin ozdobnych, rozmnażanie i sadzenie roślin, zbieranie materiałów przyrodniczych, prace gospodarczo - porządkowe. Nabywają umiejętności z zakresu posługiwania się narzędziami i sprzętami ogrodniczymi (kosiarka, grabie, szpadel, sekator). Wykonują określone czynności związane z pracą w ogrodzie (pielenie, koszenie, podlewanie roślin i krzewów, grabienie, zamiatanie i odśnieżanie terenu). Kształtują nawyk dbałości o estetyczny wygląd terenu wokół ośrodka.</p> <p>Sala rękodzielniczo-krawiecka</p> <p>Zasadniczym celem zajęć sali rękodzielniczo-krawieckiej jest nauczenie uczestników posługiwania się narzędziami krawieckimi (szydełko, igła, maszyna do szycia, krosna dziewiarskie, nożyczki) oraz rękodzielniczymi (np. Sizzix, pergamano, pirografia pędzle) i umiejętne wykorzystywanie ich do tworzenia prac lub napraw krawieckich, a w szczególności:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozwijanie zainteresowań pracami krawieckimi i rękodzielniczymi, -kształtowanie umiejętności bezpiecznego posługiwania się narzędziami typu: maszyna do szycia, nożyczki, szpilki, igły itp., -rozwijanie sprawności manualnej, - rozwijanie umiejętności w zakresie szycia ręcznego różnymi ściegami: za igłą, przed igłą, okrętkowym, dzierganym oraz przyszywanie guzików różnego rodzaju, -nauka odrysowywania wzorów na materiale i papierze, - nauka wykonywania półproduktów oraz stroików i kartek okolicznościowych, -kształtowanie umiejętności prawidłowej oceny przydatności wykonywanych wyrobów w życiu codziennym, 		<p>Instruktor terapii, terapeuci</p>	<p>zakresie B – w ograniczonym zakresie</p> <p>A – w pełnym zakresie B – w ograniczonym</p>
--	--	---	--	--------------------------------------	---

		-możliwości wykorzystania materiałów już niepotrzebnych – rozwijanie świadomości ekologicznej.			zakresie
VI.	Terapia ruchowa	<p>Zajęcia fizjoterapeuty mają formę pracy indywidualnej i grupowej, wynikają z indywidualnego planu postępowania wspierająco – aktywizującego uczestnika.</p> <p>1.Rehabilitacja indywidualna Kinezyterapia</p> <ul style="list-style-type: none"> - gimnastyka ogólnorozwojowa, - ćwiczenia bierne, czynno-bierne, czynno-wolne, - ćwiczenia pulmonologiczne, oddechowe, - ćwiczenia wzmacniające, - ćwiczenia rozciągające (poizometryczna relaksacja mięśni), - ćwiczenia korygujące wady postawy, pionizacja, - ćwiczenia aerobowe, ćwiczenia równowagi, - ćwiczenia relaksacyjne, rozluźniające, masaż, - zajęcia na pływalni. <p>Fizykoterapia - lampa sollux</p> <p>2.Rehabilitacja grupowa</p> <ul style="list-style-type: none"> - gry i zabawy, - zajęcia z elementami rzutnymi i kopnymi, - nauka podstawowych zasad w grach zespołowych, - tenis stołowy, - trening zasad fair play, - zajęcia na pływalni, - zajęcia siłowe z wykorzystaniem siłowni zewnętrznej – plenerowej, - zajęcia ruchowe poprzez zastosowanie gier interaktywnych np. kinect. 	praca ciągła	fizjoterapeuta	A,B – w pełnym zakresie
VI I.	Poradnictwo psychologiczne	<p>Psycholog zajmuje się poradnictwem psychologicznym dla uczestników oraz ich rodzin. Psycholog daje również wsparcie dla uczestników w sytuacjach kryzysowych i konfliktowych. Uczestniczy w opracowywaniu, modyfikowaniu i ocenianiu indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizującego uczestników Domu. Zajęcia z psychologiem mają charakter indywidualny i grupowy.</p> <p>Zajęcia z psychologiem mają na celu:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zwiększenie poczucia własnej wartości, - nabycie umiejętności służących samodzielnemu życiu w otwartym środowisku, - przełamywanie barier we wzajemnych kontaktach osób z zaburzeniami psychicznymi, niepełnosprawnością intelektualną, a z innymi osobami z otoczenia, 	praca ciągła	psycholog	A – w pełnym zakresie B – w ograniczonym

		<ul style="list-style-type: none"> - zmniejszenie poczucia izolacji społecznej, - kształtowanie i utrzymanie właściwych więzi społecznych, - budowanie poczucia bezpieczeństwa, empatii, zachęty, otwartości, - rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach w sposób społecznie akceptowalny, - rozwijanie umiejętności współdziałania w grupie, - kształtowanie umiejętności różnicowania emocji, - kształtowanie umiejętności komunikacyjnych, - kształtowanie umiejętności aktywnego słuchania, - rozwijanie umiejętności asertywnych, - nabywanie umiejętności rozwiązywania konfliktów, -rozwijanie myślenia twórczego, kształtowanie umiejętności planowania, - kształtowanie umiejętności podejmowania decyzji. 			zakresie
VI II.	Integracja z rodziną i społecznością lokalną	<ol style="list-style-type: none"> 1.Stała współpraca z rodzicami i opiekunami uczestników ŚDS. 2. Aktywna współpraca ze społecznością lokalną, ośrodkami pomocy społecznej, powiatowym centrum pomocy rodzinie, zakładami opieki zdrowotnej, organizacjami pozarządowymi, urzędami, ośrodkami kultury, organizacjami kulturalno-rozrywkowymi. 3. Współpraca ze szkołami, przedszkolami z terenu gmin, których działalność obejmuje ŚDS. 	praca ciągła	kierownik, terapeuci, instruktor terapii zajęciowej, psycholog	A,B - w pełnym zakresie
IX.	Organizacja Domu	<ol style="list-style-type: none"> 1.Zebrania zespołu wspierająco-aktywizującego mające na celu omówienie realizacji indywidualnych planów postępowania wspierająco – aktywizującego i osiągniętych rezultatów, a także ewentualnej możliwości ich modyfikacji. 2. Dbanie o wysoką jakość świadczonych usług i jak najwyższą ich skuteczność. 3. Dbanie o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu w ŚDS. 4. Planowanie i organizacja szkoleń wewnętrznych kadry. 5. Opracowanie planu pracy na 2019r. 6.Sprawozdanie z działalności Domu za 2017r. 7.Prowadzenie dokumentacji zgodnie z wymogami rozporządzenia w sprawie środowiskowych domów samopomocy. 8.Zaplanowanie zamknięcia Domu w 2018r, po uzgodnieniu z uczestnikami lub ich opiekunami, w czasie ferii letnich. 	praca ciągła	kierownik	A,B – w pełnym zakresie