

PLAN PRACY NA 2016 ROK ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W ZDUŃSKIEJ WOLI
PRZY ULICY DĄBROWSKIEGO 15

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

FUNKCJONOWANIE W CODZIENNYM ŻYCIU

1.	<i>Trening funkcjonowania w codziennym życiu – trening kulinarny</i>	Uczestnicy ŚDS- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym danego uczestnika	Trening praktyczny, praca indywidualna, praca zbiorowa	Wykonywanie zadania zgodnie z instruktażem słownym terapeuty oraz metodą praktycznego działania, pokaz, obserwacja, rozmowa, objaśnienie	Codziennie (od poniedziałku do piątku) przez cały rok	Poprzez udział w zajęciach uczestnik potrafi: - koncentrować swoją uwagę na wykonywanej czynności; - współpracuje w grupie; - dokładnie myje naczynia; - nakrywa stół; - rozwija i doskonali zmysł zapachu i smaku - korzysta z urządzeń AGD powszechnego użytku zgodnie z ich przeznaczeniem;	Terapeuta odpowiedzialny za prowadzenie zajęć w pracowni kulinarnej
----	---	---	--	--	---	--	---

						<ul style="list-style-type: none"> - uczestniczy w przygotowaniu tygodniowego jadłospisu; - przed rozpoczęciem zajęć przygotowuje narzędzia kuchenne; - kształtuje umiejętności rozpoznawania produktów po ich cechach za pomocą zmysłów zapachu i smaku; - dba o utrzymanie porządku w miejscu wykonywania zajęć 	
--	--	--	--	--	--	---	--

2.	Trening funkcjonowania w życiu codziennym – trening higieny osobistej	Uczestnicy ŚDS- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym danego uczestnika	Trening praktyczny, praca indywidualna, praca zbiorowa	Wykonywanie zadania zgodnie z instruktażem słownym terapeuty oraz metodą praktycznego działania, pokaz, obserwacja, rozmowa indywidualna, objaśnienie	Codziennie (od poniedziałku do piątku) przez cały rok	Uczestnik: <ul style="list-style-type: none"> - samodzielnie lub w asyście drugiej osoby ubiera się; - codziennie zmienia bieliznę osobistą; - regularnie kąpie się; - regularnie dba o higienę jamy ustnej; - dba o mycie rąk przed i po posiłku oraz po skorzystaniu z toalety 	Terapeuci , instruktorzy terapii, pedagog
----	--	---	--	---	---	---	---

3.	<i>Trening funkcjonowania w życiu codziennym- trening gospodarczy</i>	Uczestnicy ŚDS- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym danego uczestnika	Trening praktyczny, praca indywidualna, praca zbiorowa	Wykonywanie zadania zgodnie z instruktażem słownym terapeuty oraz metodą praktycznego działania, pokaz, obserwacja, rozmowa indywidualna, objaśnienie	Trzy razy w tygodniu przez cały rok, według ustalonych dyżurów	Uczestnik: - potrafi samodzielnie lub w asyście terapeuty obsłużyć pralkę automatyczną; - potrafi wieszać pranie na suszarce oraz składać po wyschnięciu; - potrafi samodzielnie lub w asyście terapeuty prasować odzież; - dba o porządek w pomieszczeniach placówki; - w sezonie wiosenno- letnim uprawia ogródek;	Terapeuci , instruktorzy terapii, pedagog
----	---	---	--	---	--	---	---

TRENING UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNYCH I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW

4.	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów – zajęcia pedagogiczne	Uczestnicy ŚDS- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym danego uczestnika	Zajęcia grupowe, spotkania indywidualne	Grupowe rozmowy oraz ćwiczenia dydaktyczne. Indywidualne rozmowy i wsparcie terapeutyczne. Ukierunkowane rozmowy, dyskusje, wymiana poglądów.	Praca ciągła, przez cały rok; poradnictwo indywidualne w zależności od potrzeb danego uczestnika.	Uczestnik: - buduje swoje relacje z otoczeniem; - doskonali umiejętność komunikowania się; - potrafi poradzić sobie z negatywnymi emocjami; -konstruktywnie rozwiązuje problemy; - bierze odpowiedzialność za swoje wypowiedzi oraz zachowania; - współpracuje w grupie;	Pedagog
----	--	---	---	---	---	--	---------

<p>5. <i>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów – zajęcia edukacyjne</i></p>	<p>Uczestnicy ŚDS- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym danego uczestnika</p>	<p>Zajęcia grupowe, praca w grupie</p>	<p>Grupowe ukierunkowane rozmowy oraz ćwiczenia</p>	<p>Codziennie (od poniedziałku do piątku), przez cały rok</p>	<p>Uczestnik: - posiada umiejętności społeczne i nawiązywania kontaktów z innymi osobami poprzez podtrzymywanie rozmowy na określony temat; - rozwija gotowość do samodzielnej wypowiedzi; - urozmaica słownik pojęciowy; - potrafi współpracować oraz komunikować się w grupie; -sukcesywnie poszerza wiedzę z zakresu funkcjonowania w codziennym życiu; - rozwija swoje zainteresowania poprzez oglądanie i słuchanie prezentacji na ciekawe tematy z różnorodnych dziedzin;</p>	<p>Instruktor do spraw kulturalno-oświatowych odpowiedzialny za pracownię edukacyjną</p>
---	--	--	---	---	---	--

TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO

6.	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego – trening muzyczno -teatralny	Uczestnicy ŚDS- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym danego uczestnika	Zajęcia grupowe, praca indywidualna	Pokaz, obserwacja, metody stosowane: wyobrażeniowe, kreatywne, relaksacyjne. Wykorzystywane narzędzia to: instrumenty muzyczne, płyty z utworami, teksty wierszy, śpiewniki	W zależności od potrzeb, przez cały rok zgodnie z Planem Spotkań Okolicznościowych	Poprzez uczestnictwo w treningu uczestnik: - rozbudza swoje potrzeby kulturalne; - rozwija wiedzę na temat określonych dziedzin teatru i literatury; - potrafi funkcjonować w różnych rolach społecznych; - ćwiczy zmysł wzroku i słuchu; - przejawia zachowania kreatywne; - nabył umiejętności prezentacji na scenie; - potrafi wyrażać uczucia i emocje poprzez mimikę, gest, mowę ciała; - operuje poprawną polszczyzną;	Terapeuta odpowiedzialny za pracownię muzyczną
----	---	---	-------------------------------------	---	--	--	--

7.	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego – zajęcia świetlicowe	Uczestnicy ŚDS- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym danego uczestnika	Zajęcia grupowe	Formy pracy zespołowej, metody pracy ułatwiające kontakt. Narzędzia wykorzystywane to: filmy dydaktyczne, gry planszowe, gry zespołowe, programy telewizyjne, krzyżówki, rebusy;	Codziennie od poniedziałku do piątku (przez cały rok)	Zajęcia mające na celu integrację uczestników, którzy spędzają czas wolny na: -oglądaniu interesujących programów telewizyjnych; - osoby w podeszłym wieku chętnie rozwiązują krzyżówki, przeglądają kolorowe czasopisma, oglądają interesujące ich programy telewizyjne; - uczestnicy z niepełnosprawnością intelektualną układają puzzle, tworzą budowle z klocków, biorą udział w zabawach w skojarzenia.	Instruktor do spraw kulturalno-oświatowych odpowiedzialny za salę spotkań
----	---	---	-----------------	--	--	---	---

8.	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego – trening kulturalno- turystyczny	Uczestnicy ŚDS- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym danego uczestnika		Organizacja wycieczek, wyjazdów oraz imprez	W zależności od potrzeb, przez cały rok zgodnie z Planem Spotkań Okolicznościowych, Imprez i Wycieczek	Uczestnicy biorą udział w spotkaniach integracyjnych oraz imprezach okolicznościowych, organizowanych również w ŚDS. Ponadto uczestniczą w wycieczkach, wyjazdach do kina czy teatru..	Instruktorzy terapii, terapeuci
----	---	---	--	---	--	--	---------------------------------

9.	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego – zajęcia komputerowe	Uczestnicy ŚDS- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym danego uczestnika	Zajęcia grupowe	Metody nauczania praktycznego; pokaz, obserwacja, rozwijanie umiejętności, instruktaż.	Codziennie (od poniedziałku do piątku), przez cały rok	Poprzez udział w zajęciach uczestnicy rozwijają swoje zainteresowania oraz poznają możliwości jakie daje komputer. Uczestnicy potrafią obsłużyć podstawowe programy komputerowe oraz odnajdują interesujące informacje w internecie. Dzięki zajęciom uczestnicy posiadają praktyczne umiejętności mające wpływ na ich funkcjonowanie w codziennym życiu.	Terapeuta odpowiedzialny za pracownię komputerową
----	---	---	-----------------	--	---	--	---

TRENING TWÓRCZOŚCI ARTYSTYCZNEJ

10.	Trening twórczości artystycznej- zajęcia plastyczne	Uczestnicy ŚDS- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym danego uczestnika	Trening plastyczny, praca zbiorowa, praca indywidualna	Metody nauczania praktycznego: pokaz, obserwacja, rozwijanie umiejętności, instruktaż, wspieranie twórczej aktywności. Narzędzia wykorzystywane: kredki, farby, kolorowe długopisy, plastelina, bibuła, farby, klej biurowy, klej na gorąco, papier kolorowy, blok	Codziennie (od poniedziałku do piątku), przez cały rok	Zajęcia plastyczne są wspaniałym sposobem na rozładowanie negatywnych napięć, emocji i agresji. Uczestnicy czerpią wiele radości podczas pracy z różnorodnymi materiałami plastycznymi, doskonali swoje umiejętności techniczne, rozwijając zainteresowania i uzdolnienia artystyczne. Poprzez	Terapeuta odpowiedzialny za pracownię plastyczną
-----	--	---	--	--	---	--	--

				rysunkowy, ozdoby, bibuła falista, filc, liście, gazeta, szyszki, żołądź, kasztany, masa solna, makaron, kasza, groch, ryż.		wykorzystywanie różnorodnych środków artystycznych poza tradycyjnymi uczestnicy rozwijają się twórczo, kształtują wyobraźnię, zdolność twórczego myślenia, zaspokajają potrzebę aktywności.	
--	--	--	--	---	--	---	--

II.	<i>Trening twórczości artystycznej- zajęcia manualne</i>	Uczestnicy ŚDS- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym danego uczestnika	Praca zbiorowa, praca indywidualna	Metody nauczania praktycznego: pokaz, obserwacja, rozwijanie umiejętności, instruktaż, wspieranie twórczej aktywności. Narzędzia wykorzystywane: drewno, sklejka, styropian, lakiery, farby, klej na gorąco, klej wikolowy, narzędzia ręczne (młotek, śrubokręt,	Trzy razy w tygodniu, przez cały rok	Zajęcia te są dostosowane do indywidualnych potrzeb oraz możliwości uczestnika. Poprzez udział w zajęciach uczestnik: - doskonalili zdolności i umiejętności techniczne, artystyczne,; - pobudza fantazję i twórcze myślenie; - poznaje nowatorskie techniki tworzenia	Terapeuta odpowiedzialny za pracownię manualną
------------	---	---	------------------------------------	---	--------------------------------------	---	--

				miara, gwoździe, zszywacz, dziurkacz), odzież ochronna, sprzęty warsztatowe.		i zdobienia drobnych przedmiotów użytkowych (szkatułki, ramki, karmniki dla ptaków, ozdoby okolicznościowe, stroiki świąteczne); - rozwija wyobraźnię twórczą i estetykę; - kształtuje sprawność manualną; - zaznajamia się z niestosowanymi dotychczas materiałami; - potrafi posługiwać się drobnym sprzętem warsztatowym; - potrafi współpracować w grupie, buduje wspólnotę i więź z innymi uczestnikami.	
--	--	--	--	--	--	---	--

TERAPIA RUCHOWA

12.	Kinezyterapia	Uczestnicy ŚDS- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco- aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco- aktywizującym danego uczestnika; zgodnie ze skierowaniem od lekarza prowadzącego.	Gimnastyka indywidualna i zbiorowa	Narzędzia wykorzystywane: materace, piłki, UGUL, rowerek stacjonarny, stepper, ciężarki, rotory, tablica do ćwiczeń manualnych, ławeczka uniwersalna, orbitrek, drabinki, taśmy, poduszki sensoryczne.	W zależności od potrzeb: przez cały rok.	Poprzez udział w zajęciach uczestnik: - lepiej dotlenia komórki mózgowe; -rozumie celowość ruchów; -usprawniania motorykę ciała; - doskonali ogólną sprawność ruchową; - rozluźniania i uelastycznia zbyt silne napięcia mięśniowe; - usprawnia ogólną koordynację ruchów i kontrolę nad własnym ciałem; - kształtuje świadomość własnego ciała; - w zależności od ćwiczeń biernych i czynno- biernych uczestnik podnosi sprawność układu ruchowego i aparatu oddechowego; - kształtuje zmysł równowagi, koordynacji ruchowej i ogólnej sprawności.	Fizjoterapeuta
-----	----------------------	--	--	--	---	--	----------------

13.	Zabiegi fizykoterapeutyczne	Uczestnicy ŚDS- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco- aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco- aktywizującym danego uczestnika; zgodnie ze skierowaniem od lekarza prowadzącego	Praca indywidualna z każdym uczestnikiem; praca zespołowa	Narzędzia wykorzystywane do realizacji zadania: lampa solux, aparat do zabiegów prądowych, aquawibron, aparat do krioterapii.	W zależności od potrzeb, przez cały rok.	Poprzez zabiegi fizykoterapeutyczne uczestnik osiąga lepsze ukrwienie danej okolicy ciała poddawanej zabiegowi, działa to również przeciwbólowo, powoduje zmniejszenie napięcia mięśniowego.	Fizjoterapeuta
-----	------------------------------------	---	---	--	---	---	----------------

14.	Działania profilaktyczne, gry i zabawy	Uczestnicy ŚDS- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco- aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco- aktywizującym danego	Praca indywidualna z każdym uczestnikiem; praca zespołowa	Narzędzia wykorzystywane do realizacji zadania: piłki, skakanki, piłkarzyki	W zależności od potrzeb: przez cały rok.	Uczestnicy biorą udział w zajęciach korekcyjnych, gimnastyce ogólnousprawniającej, zajęciach sportowych na świeżym powietrzu.	Fizjoterapeuta
-----	---	--	---	---	---	---	----------------

		uczestnika.					
--	--	-------------	--	--	--	--	--

POMOC W ZAŁATWIANIU SPRAW URZĘDOWYCH

15.	<i>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych</i>	Uczestnicy ŚDS-zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym danego uczestnika.	Praca indywidualna, ukierunkowana na uczestnika	Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia, urzędów, instytucji.	W zależności od potrzeb: przez cały rok.	Uczestnik otrzymuje indywidualne wsparcie i pomoc podczas załatwiania spraw w urzędach, placówkach ochrony zdrowia, sądach, ZUS, bankach i innych instytucjach, możliwość dofinansowania z środków NFZ zaopatrzenia ortopedycznego.	Pracownik socjalny z pozostałymi członkami zespołu wspierająco-aktywizującego
------------	--	---	---	---	--	---	---

PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE

16.	Poradnictwo psychologiczne	Uczestnicy ŚDS-zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym danego uczestnika.	Spotkania indywidualne danego uczestnika	Rozmowy, badania psychologiczne, opinie psychologiczne, motywowanie do działania w oparciu o własne możliwości.	W zależności od potrzeb.	Uczestnik otrzymuje: - pełną diagnozę psychologiczną - wsparcie psychologiczne w sytuacjach kryzysowych również w domu uczestnika.	Psycholog
-----	-----------------------------------	---	--	---	--------------------------	--	-----------

INNE FORMY WSPARCIA

17.	Współpraca z rodzinami	Rodziny uczestników ŚDS.	Praca indywidualna, praca grupowa	Dyskusje, wymiana doświadczeń podczas spotkań okolicznościowych i imprez integracyjnych, podczas spotkań integracyjnych, podczas wspólnych wyjazdów.	W zależności od potrzeb: przez cały rok.	Wsparcie i dzielenie się doświadczeniem w pokonywaniu codziennych problemów związanych z niepełnosprawnością członka rodziny. Stworzenie frontu oddziaływania na uczestnika w celu jego mobilizacji, zmotywowania do podnoszenia poziomu umiejętności i sprawności.	Zespół wspierająco-aktywizujący
-----	-------------------------------	--------------------------	-----------------------------------	--	--	---	---------------------------------

18.	<p><i>Współpraca ze środowiskiem lokalnym:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Zduńskiej Woli; - Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Zduńskiej Woli; - Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej Centrum Opieki Socjalnej w Zduńskiej Woli; - Domami Pomocy Społecznej; - Środowiskowymi Domami Samopomocy; - Szkołami, przedszkolami, organizacjami pozarządowymi. 	Uczestnicy ŚDS.	Spotkanie integracyjne na terenie placówki, związane z obchodami Dnia Babci i Dziadka		Styczeń 2016	Integracja uczestników ŚDS w Zduńskiej Woli, ukierunkowana rozmowa mająca za zadanie budowanie pozytywnych relacji wśród uczestników	Zespół wspierająco-aktywizujący
			Thusty Czwartek		Luty 2016	Integracja uczestników dwóch Środowiskowych Domów Samopomocy w Zduńskiej Woli, wspólna zabawa.	Zespół wspierająco-aktywizujący
			Bal Ostatkowy			Integracja uczestników naszego Domu z uczestnikami pozostałych ŚDS-ów	Zespół wspierająco-aktywizujący
			Powitanie wiosny – topienie marzanny		Marzec 2016	Integracja uczestników, wspólna zabawa	Zespół wspierająco-aktywizujący

			<p>Śniadanie Wielkanocne</p>			<p>Integracja uczestników z zaproszonymi gośćmi</p>	<p>Zespół wspierająco-aktywizujący</p>
			<p>Udział w XI Wojewódzkiej Olimpiadzie Osób Niepełnosprawnych Intelktualnie „ZIEMIA ŁÓDZKA 2016” organizowanej przez Regionalne Centrum Polityki Społecznej w Łodzi</p>		<p>Maj 2016</p>	<p>Integracja, wspólna zabawa, zawody sportowe, pielęgnowanie nawiązywanych znajomości, przyjaźni, nawiązywanie nowych znajomości.</p>	<p>Zespół wspierająco-aktywizujący</p>
			<p>„Majówka”- impreza taneczna na świeżym powietrzu organizowana na terenie naszego ośrodka, przy współpracy z: - Środowiskowym Domem Samopomocy w Zduńskiej Woli; - Środowiskowym Domem Samopomocy w Przatówku; - Domem Pomocy</p>			<p>Integracja, wspólna zabawa, pielęgnowanie nawiązywanych znajomości, przyjaźni, nawiązywanie nowych znajomości.</p>	<p>Zespół wspierająco-aktywizujący</p>

			<p>Społecznej w Zduńskiej Woli; - Domem Pomocy Społecznej w Przatówku; - Środowiskowym Domem Samopomocy w Łasku;</p>				
			<p>Powitanie lata- zabawa taneczna na świeżym powietrzu organizowana przez ŚDS w Przatówku</p>		Lipiec 2016	<p>Integracja, wymiana doświadczeń, wspólna zabawa, nawiązywanie nowych znajomości.</p>	<p>Zespół wspierająco-aktywizujący</p>
			<p>Pożegnanie lata- powitanie jesieni- impreza plenerowa na terenie ŚDS organizowana przy współpracy z ŚDS w Zduńskiej Woli oraz ŚDS w Przatówku</p>		Wrzesień 2016	<p>Integracja, wymiana doświadczeń, wspólna zabawa, nawiązywanie nowych znajomości.</p>	<p>Zespół wspierająco-aktywizujący</p>

			Wigilia w ŚDS wspólnie z rodzinami uczestników i zaproszonymi gośćmi		Grudzień 2016	Kultywowanie tradycji Świąt Bożego Narodzenia, integracja uczestników z rodzinami oraz ze środowiskiem lokalnym.	Zespół wspierająco- aktywizujący
--	--	--	---	--	----------------------	--	--