

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY PRZATÓWKU NA 2015 ROK

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.	Trening funkcjonowania w codziennym życiu - trening kulinarny	Uczestnicy ŚDS - zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco - aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco - aktywizującym danego uczestnika	Trening praktyczny, praca indywidualna, praca zbiorowa	Wykonywanie zadania wg instruktażu słownego terapeuty, metoda praktycznego działania, pokaz, obserwacja, odkrywanie, rozmowa, objaśnianie, wykorzystanie ilustracji z warzywami, owocami oraz innymi produktami kulinarnymi.	Trzy razy w tygodniu przez cały rok	Uczestnik: - współpracuje w grupie - kształtuje koncentrację uwagi - rozwija i doskonali zmysł smaku i zapachu podczas przygotowywania potraw - kształtuje nawyk posługiwania się sprzętem gospodarstwa domowego - współuczestniczy w przygotowaniu tygodniowego jadłospisu; - zapoznaje się ze sposobami przechowywania żywności tak by nie traciła na wartości ;	Terapeuta odpowiedzialny za prowadzenie zajęć w pracowni kulinarnej i gospodarstwa domowego
----	--	--	--	--	-------------------------------------	--	---

						<ul style="list-style-type: none">- udoskonala umiejętności rozpoznawania produktów po ich cechach i właściwościach odbieranych za pomocą zmysłów;- przed rozpoczęciem zajęć przygotowuje narzędzia kuchenne;- rozpoznaje owoce za pomocą smaku;- samodzielnie przygotowuje owocowe szaszłyki oraz kolorowe kanapki;-uczestniczy w uroczystej degustacji.	
--	--	--	--	--	--	---	--

2.	Trening funkcjonowania w codziennym życiu - trening samoobsługi i 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 wg instruktażu słownego terapeuty, pokaz, oraz obserwacja, rozmowy indywidualne, pogadanki grupowe.	Codziennie (od poniedziałku do piątku), przez cały rok	Uczestnik: - samodzielnie się ubiera (ubranie wierzchnie – kurtka, czapka, buty itp.) w asyście terapeuty czy osoby trzeciej: - rozumie jak ważny dla zdrowia jest właściwy dobór odzieży i obuwia; -codziennie zmienia bieliznę osobistą; - dba o higienę jamy ustnej; - regularnie myje swoje ciało z użyciem mydła lub innych detergentów; -odróżnia płyn do prania od płynu do płukania; - samodzielnie pierze brudną bieliznę; -potrafi podać choroby , które są skutkiem nieprzestrzegania higieny; - po załatwieniu spraw fizjologicznych zawsze myje ręce, również przed posiłkiem i po posiłku; - dba o czystość podczas spożywania posiłku posługując się sztućcami.	Instruktorzy terapii, terapeuci
----	--	---	--	---	--	---	---------------------------------

3.	Trening funkcjonowania w codziennym życiu - trening gospodarczo techniczny	Uczestnicy ŚDS - zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco - aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco - aktywizującym danego uczestnika	Trening praktyczny, praca zbiorowa,	Wykonywanie zadania wg instruktażu słownego terapeuty, pokaz, obserwacja	Codziennie (od poniedziałku do piątku), według ustalonych dyżurów oraz w zależności od potrzeb	<p>Uczestnicy:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dbają o porządek w pomieszczeniach ośrodka; - po zakończeniu zajęć układają przybory terapeutyczne na miejsce do tego przeznaczone; - wycierają stoliki; zamiatają podłogę; - odkurzają wykładzinę; - podlewają kwiaty doniczkowe - wynoszą śmieci; - po zakończeniu zajęć kulinarnych wkładają naczynia do zmywarki; - segregują sztućce, chowają deski i przybory kuchenne do szafek; - zabrudzone ściereczki kuchenne wkładają do pralki ; - w okresie wiosenno – letnim często spędzają czas w ogrodzie - wygrabiają liście z trawników; - podlewają kwiaty; - pielęgnują grządki. - zamiatają powierzchnię wokół budynku; - po zakończeniu zajęć segregują i konserwują narzędzia ogrodnicze; - pamiętają o schowaniu narzędzi do pomieszczenia gospodarczego 	Terapeuta odpowiedzialny za prowadzenie treningu gospodarczo-technicznego
----	---	--	-------------------------------------	--	--	--	---

UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNE I ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

4.	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco - aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco - aktywizującym danego uczestnika	Zebrania wszystkich uczestników spotkania indywidualne, spotkania grupowe	Indywidualne rozmowy i ćwiczenia . Rozmowy terapeutyczne, wspierające. Ukierunkowana rozmowa, oparta na dobrym przykładzie w grupie. Dyskusje, wymiana poglądów, pogadanki .	Praca ciągła przez cały rok ; w zależności od potrzeb	Uczestnicy: - Podtrzymują i poszerzają kontakty interpersonalne w środowisku osób niepełnosprawnych i poza nim; -poprawiają poczucie własnej wartości dzięki prezentacji swoich umiejętności i ukrytego talentu; - nabywają nowe doświadczenia, są bardziej samodzielni dzięki wyjazdom poza miejsce zamieszkania; - poznają instytucje działające na terenie powiatu; -poznają własny region, jego kulturę i tradycję, - poprawnie określają czas, dni tygodnia , miesiące, pory roku; - rozwijają i utrwalają umiejętności czytania, pisania oraz liczenia; - rozróżniają koleżeństwo przyjaźń i miłość.	Instruktor terapii odpowiedzialny za prowadzenie pracowni pedagogiczno – manualnej z pomocą pozostałych terapeutów
----	---	--	---	--	---	--	--

TRENING SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO

5.	<p>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego - trening muzyczno - teatralny</p>	<p>Uczestnicy ŚDS - zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco - aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco - aktywizującym danego uczestnika</p>	<p>Praca indywidualna, praca grupowa</p>	<p>Pokaz ,obserwacja, metody stosowane: relaksacyjne, kreatywne, wyobrazeniowe. Narzędzia wykorzystywane : Instrumenty muzyczne, płyty z utworami , teksty wierszy, śpiewniki</p>	<p>W zależności od potrzeb, przez cały rok oraz zgodnie z Planem Spotkań Okolicznościowych</p>	<p>Zajęcia dają możliwość wyeksponowania i rozwoju twórczych zdolności uczestników . Już sam fakt, że sami podopieczni mogą uczyć się, tworzyć i prezentować efekty swojej pracy przed szeroką publicznością, świadczy o tym, że czują się dowartościowani , ważni dla innych, a przede wszystkim realizują swoje marzenia . Zajęcia to także relaks przy spokojnych dźwiękach muzyki, uczestnicy uczą się jak odpoczywać i wyciszać swoje emocje. Nie brakuje tu również dobrej zabawy i ruchu. Podopieczni poznają również wybrane utwory literackie, kształtują zdolności do skupienia się na wykonaniu zadania. Wspólnie z terapeutą ustalają, jakie stroje, rekwizyty i dekoracje będą potrzebne do planowanego przedstawienia. Poprzez recytowanie wierszy lub czytanie krótkich tekstów do wyznaczonej roli doskonalą umiejętności prawidłowego</p>	<p>Instruktorzy terapii, terapeuci</p>
----	---	---	--	---	--	--	--

						gospodarowania oddechem, śpiewania oraz wyrazistego wypowiedzenia się.	
--	--	--	--	--	--	--	--

6.	Trening spędzania czasu wolnego - zajęcia świetlicowe	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym danego uczestnika	Praca w grupie	Metody pracy ułatwiają kontakt, formy pracy zespołowej. Narzędzia wykorzystywane: gry planszowe, filmy dydaktyczne, karty do gier zespołowych, puzzle skojarzenia ,klocki, warcaby, chińczyk, baśnie bajki.	Codziennie (od poniedziałku do piątku), przez cały rok	Uczestnicy: spędzają czas wolny na słuchaniu bajek z morałem, następnie przenoszą swoje odczucia na kartkę papieru, -rozwiązują rebusy, krzyżówki, zagadki , -słuchają audycji radiowych, -mając do dyspozycji papier i kolorowe pisaki, tworzą plakaty z ciekawymi hasłami, - przeglądają kolorowe czasopisma, - starsi uczestnicy oglądają programy publicystyczne, przyrodnicze, sportowe, - panie oglądają ulubione serie telewizyjne, biorą udział w grach zespołowych, najczęściej są to karty do gry w tysiąca czy oczko, - uczestnicy z niepełnosprawnością intelektualną tworzą piękne budowle z klocków, układają puzzle piankowe, biorą udział w zabawach w skojarzenia , -efektem zajęć świetlicowych jest wspólna integracja uczestników.	Instruktorzy terapii, terapeuci
----	--	--	----------------	---	--	--	---------------------------------

--	--	--	--	--	--	--	--

7.	Trening spędzania czasu wolnego - trening kulturalno - turystyczny	Uczestnicy ŚDS – zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym danego uczestnika	Praca w grupie	Organizacja wyjazdów, wycieczek oraz imprez	Zgodnie z Planem Imprez , spotkań okolicznościowych i wycieczek	Uczestnicy biorą udział : -w spotkaniach integracyjnych, również organizowanych w naszym domu ; - w olimpiadach sportowych; -w konkursach prac plastycznych i manualnych, - w zabawach tanecznych np. z okazji Andrzejek, - lubią wyjazdy do kina lub do teatru, najczęściej w porze wiosenno-letniej, korzystają z wycieczek krajoznawczych, np. Zakopane, Łeba, Toruń, Wrocław. - odwiedzają również muzea, ogrody botaniczne, parki ochrony roślin. - mają kontakt z reprezentantami i twórcami kultury lokalnej, - biorą udział w turniejach: tenisa stołowego , warcabowym, piłki siatkowej.	Instruktorzy terapii, terapeuci
----	---	--	----------------	---	---	---	---------------------------------

TRENING TWÓRCZOŚCI ARTYSTYCZNEJ

8.	<p>Trening twórczości artystycznej - zajęcia plastyczne</p>	<p>Uczestnicy ŚDS - zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco - aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco - aktywizującym danego uczestnika</p>	<p>Trening plastyczny, praca indywidualna, praca zbiorowa</p>	<p>Metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, pokaz, obserwacja, instruktaż, wspieranie aktywności twórczej, eksponowanie. Narzędzia wykorzystywane: Kredki, plastelina, pisaki kolorowe, farby, nożyczki, blok rysunkowy, techniczny, papier kolorowy, bibuła, groch, mąka, kasza, wata.</p>	<p>Codziennie (od poniedziałku do piątku), przez cały rok</p>	<p>Uczestnicy bardzo lubią zajęcia plastyczne, które są dla nich wspaniałą zabawą, sposobem na odreagowanie nadmiernych napięć emocjonalnych. Prowokują uczestników do samodzielnego wysiłku, dają wiele radości podczas pracy z materiałami plastycznymi, pozwalają doskonalić swoje umiejętności techniczne. Podopieczni oprócz tradycyjnych kredek, farb czy plasteliny, często sięgają po tak nietypowe materiały plastyczne jak: ryż, kasza, mąka, wata. Wszystko po to by mogli rozwijać się twórczo, kształtować wyobraźnię plastyczną, zdolność myślenia, zaspokajają potrzebę aktywności. Zajęcia plastyczne odgrywają dużą rolę w uwrażliwianiu dłoni. Uczestnicy bardzo lubią malować dłońmi. Najprostszą formą zajęć jest odciskanie na papierze dłoni lub stopy zamoczonej w farbie, odcisk też można</p>	<p>Instruktor terapii odpowiedzialny za prowadzenie zajęć w pracowni plastycznej</p>
----	--	---	---	--	---	--	--

						również wykonać w masie solnej, glinie, piasku czy ziarnach grochu. Po zakończeniu zajęć porządkują miejsce pracy.	
--	--	--	--	--	--	---	--

9.	Trening twórczości artystycznej - zajęcia rękodzieła artystycznego	Uczestnicy ŚDS - zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco - aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco - aktywizującym danego uczestnika	Zajęcia grupowe, zajęcia indywidualne	Wykonywane zadania wg instruktażu słownego terapeuty oraz demonstrowania czynności, pokaz, obserwacja, Narzędzia wykorzystywane : - włóczki , kordonki, mulina, szydełka, druty, igły dziewiarskie, płótno, papier, bibuła, różne materiały, igły, nici	Codziennie(od poniedziałku do piątku)przez cały rok	Zajęcia dostosowane są do indywidualnych możliwości i potrzeb uczestnika, Uczestnik: - rozwija zdolności i umiejętności artystyczne, fantazję i twórcze myślenie - poznaje nowatorskie techniki np. malowanie na szkle, desce, barwiąc tkaniny, szyjąc, filcując, tkając gobeliny, wykonując prace z papieru i kleju, bukiety z kwiatów, kolorowej bibuły, biżuterię z kordonka oraz galanterię, - zaznajamiają się z niestosowanymi dotychczas materiałami, -kształtuje umiejętności planowania pracy, - kształtuje sprawność manualną , - rozwija wyobraźnię twórczą i estetykę, Zajęcia rękodzieła artystycznego są bowiem okazją do podejmowania	Terapeuta odpowiedzialny za zajęcia rękodzieła artystycznego
-----------	---	--	---------------------------------------	---	---	--	--

						współpracy, budowania wspólnoty i wzajemnej integracji.	
--	--	--	--	--	--	---	--

TERAPIA RUCHOWA

10.	Kinezyterapia. Działania profilaktyczne, gry i zabawy.	Uczestnicy ŚDS - zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco - aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco - aktywizującym danego uczestnika; zgodnie ze skierowaniem od lekarza prowadzącego	Praca indywidualna, praca grupowa	Narzędzia wykorzystywane przy realizacji zadania : materace, piłki, UGUL, rowerki stacjonarne, stepper, atlas, wioślarz, ciężarki, pas wibracyjny, rotory, tablica do ćwiczeń manualnych.	W zależności od potrzeb : przez cały rok.	Uczestnik: - usprawnia ogólną koordynację ruchów i kontroli nad własnym ciałem; - kształtuje świadomość własnego ciała; -w zależności od ćwiczeń biernych i czynno-biernych podnosi sprawność aparatu oddechowego; - rozluźnia i uelastycznia zbyt silne napięcia mięśniowe, wyrabia płynność ruchu; - W zależności od pory roku stosuje się różne formy terapii ruchowej: -zimą odbywają się zabawy na śniegu i spacery do pobliskiego lasu, - latem gry i zabawy sportowe (np. rzut piłką do kosza, gra w kręgle, ringo, zabawa z piłką). Ma to efektywny wpływ na samodzielne funkcjonowanie w środowisku na miarę indywidualnych możliwości.	Fizjoterapeuta
-----	---	---	-----------------------------------	---	---	--	----------------

--	--	--	--	--	--	--	--

11.	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 : aquavibron, lampa, sollux, lampa bioptron, aparat do krioterapii	W zależności od potrzeb : przez cały rok	Poprzez zabiegi fizykoterapeutyczne uczestnik osiąga lepsze ukrwienie danej okolicy ciała poddawanej zabiegowi, zmniejszyły się dolegliwości bólowe, poprawiła się trofika, nastąpiła poprawa metabolizmu danej okolicy ciała i rozluźnienie tkanek.	Fizjoterapeuta
-----	------------------------------------	---	--	---	--	--	----------------

PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE

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

--	--	--	--	--	--	--	--

POMOC W ZAŁATWIANIU SPRAW URZĘDOWYCH

13.	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych	Uczestnicy ŚDS - zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco - aktywizującego i indywidualnym planem wspierająco - aktywizującym	Praca indywidualna, ukierunkowana na uczestnika	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, możliwość dofinansowania z środków NFZ zaopatrzenia ortopedycznego.	Pracownik socjalny z pozostałymi członkami zespołu wspierająco - aktywizującego
------------	---	--	---	---	---	---	---

--	--	--	--	--	--	--	--

INNE FORMY WSPARCIA

14.	Współpraca z rodzinami	Rodziny uczestników ŚDS	Praca grupowa ; praca indywidualna	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 z niepełnosprawnością członka rodziny. Stworzenie „frontu” oddziaływania na uczestnika w celu jego mobilizacji i zmotywowania do podnoszenia poziomu umiejętności i sprawności.	Zespół wspierająco-aktywizujący
------------	-------------------------------	-------------------------	---------------------------------------	--	---	---	---------------------------------

15.	Współpraca ze środowiskiem lokalnym . Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie, Miejsko - Gminnym Ośrodkiem Kultury w Szadku, Miejsko - Gminnym	Uczestnicy ŚDS	Spotkanie Noworoczne z Koncertem Kolęd organizowanym wspólnie z Domem Pomocy Społecznej w Przatówku (integracja z innymi instytucjami): - Warsztaty terapii		Styczeń 2015	Integracja i wspólna zabawa, pielęgnowanie zawiązywanych znajomości, przyjaźni, nawiązywanie nowych znajomości.	Zespół wspierająco-aktywizujący
------------	--	----------------	--	--	---------------------	---	---------------------------------

	<p>Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Szadku, Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Zduńskiej Woli, Publicznym Przedszkolem w Szadku, Domami Pomocy Społecznej oraz Środowiskowymi Domami Samopomocy.</p>		<p>zajęciowej w Zduńskiej Woli; - Dom Pomocy Społecznej w Zduńskiej Woli - ŚDS w Rozdzałach - ŚDS w Łasku - ŚDS w Łodzi - Miejsko - Gminny Ośrodek Kultury w Szadku (Kapela Szadkowiacy).</p>		<p>Luty 2015</p>	<p>Integracja, wspólna zabawa, nawiązywanie nowych znajomości.</p>	
--	--	--	--	--	-------------------------	--	--

- Tłusty Czwartek połączony z zabawą karnawałową.
Zaproszeni goście:
Dom Pomocy Społecznej w Przatówku, Dom Pomocy Społecznej w Zduńskiej Woli, Środowiskowy Dom Samopomocy

			<p>w Rożdżalach, ŚDS w Łasku.</p> <p>- Impreza Ostatkowa, występ Zespołu WRZOS z Miejsko- Gminnego Ośrodka Kultury w Szadku</p> <p>- Organizacja Majówki (współpraca z innymi instytucjami : - Miejsko Gminny Ośrodek Kultury w Szadku - Kapela Szadkowiacy - Dom Pomocy Społecznej w Przatówku - Warsztat terapii zajęciowej w Zduńskiej Woli - Środowiskowy Dom Samopomocy w Rożdżalach - Środowiskowy Dom Samopomocy w Łasku</p>		<p>Maj 2015</p>	<p>Integracja, wspólna zabawa, zawody sportowe, pielęgnowanie zawiązywanych znajomości, przyjaźni, nawiązywanie nowych znajomości.</p>	
--	--	--	---	--	------------------------	--	--

			<p>Impreza Integracyjna pn. „Tacy Sami”, Organizatorem jest Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zduńskiej Woli</p>		<p>Czerwiec 2015</p>	<p>Integracja, wymiana doświadczeń, pielęgnowanie zawiązywanych znajomości, przyjaźni, nawiązywanie nowych znajomości. Promocja twórczości artystycznej i rękodzielniczej osób niepełnosprawnych, zabawy sportowe.</p>	
			<p>- IV Piknik Rodzinny, zaproszeni goście: rodziny naszych uczestników.</p> <p>- Turniej Tenisa Stołowego, organizowanego przez Dom Pomocy Społecznej</p>		<p>Lipiec 2015</p>	<p>Wspólna zabawa</p> <p>Integracja, zawody.</p>	

			<p>w Przatówku</p> <p>- Turniej Warcabowy organizowany przez Dom Pomocy Społecznej w Przatówku</p> <p>- Dzień Seniora organizowany przez Miejsko - Gminny Ośrodek Kultury w Szadku</p>		<p>Październik 2015</p> <p>Listopad 2015</p>	<p>Integracja, zawody.</p> <p>Integracja, wymiana doświadczeń, pielęgnowanie nawiązywanych znajomości, przyjaźni, nawiązywanie nowych znajomości, wspólna zabawa.</p>	
--	--	--	--	--	--	---	--

Planowane działania zmierzające do osiągnięcia przez Dom standardów

Środowiskowy Dom Samopomocy w Przatówku planuje w roku 2015 :

1. Wzbogacanie form terapii (wprowadzanie nowych technik).
2. Koordynowanie i monitorowanie pracy Zespołu Wspierająco – Aktywizującego.
3. Organizowanie imprez integracyjnych przy współpracy ze środowiskiem lokalnym, ponadlokalnym i rodzinami uczestników.

4. Dopuszczenie pracowni terapeutycznych w materiały i pomoce terapeutyczne, niezbędne do pracy z uczestnikami w celu utrzymania wysokiego poziomu usług.
5. Szkolenia kadry zatrudnionej w Środowiskowym Domu Samopomocy w Przatówku w celu podnoszenia kwalifikacji i zwiększenia umiejętności pracy z osobami niepełnosprawnymi.
6. Współpraca z jednostkami samorządu terytorialnego, oraz organizacjami pozarządowymi.