

ZARZĄDZENIE NR 43/2021
WÓJTA GMINY ZBUCZYN
z dnia 16 sierpnia 2021 r.

**w sprawie zatwierdzenia rocznego planu pracy Środowiskowego Domu
Samopomocy typu „A i B” w Tchórzewie na 2021 rok**

Na podstawie art. 30 ust. 1 ustawy z dnia 8 marca 1990 roku o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2021 r. poz. 1372) w związku z § 4 ust. 2 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. Nr 238, poz. 1586 ze zm.) oraz § 1 ust. 4 Statutu Środowiskowego Domu Samopomocy typu „A i B” w Tchórzewie, stanowiącego załącznik do uchwały Nr V/25/2019 Rady Gminy Zbuczyn z dnia 31 stycznia 2019 r. w sprawie utworzenia Środowiskowego Domu Samopomocy typu „A i B” w Tchórzewie zarządza się, co następuje:

§1

Zatwierdzam opracowany przez kierownika Środowiskowego Domu Samopomocy typu „A i B” w Tchórzewie w uzgodnieniu z Wojewodą Mazowieckim Roczny plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy typu „A i B” w Tchórzewie na 2021 rok, w brzmieniu stanowiącym załącznik do zarządzenia.

§2

Wykonanie zarządzenia powierza się Kierownikowi Środowiskowego Domu Samopomocy typu „A i B” w Tchórzewie.

§3

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

Pełniący funkcję
Wójta Gminy Zbuczyn

Dariusz Cegielski

Roczny plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy typu „A i B” w Tchórzewie na 2021 rok

Środowiskowy Dom Samopomocy w Tchórzewie Typu "A i B" jest wyodrębnioną jednostką organizacyjną Gminy Zbuczyn zorganizowaną w celu wykonywania zadań z zakresu administracji rządowej określonych w ustawie o pomocy społecznej i ustawie o ochronie zdrowia psychicznego.

Dom jest placówką pobytu dziennego, przeznaczoną dla osób powyżej 18 roku życia przewlekle psychicznie chorych, które nie wymagają leczenia szpitalnego i dla osób niepełnosprawnych intelektualnie w stopniu głębokim, znacznym i umiarkowanym, a także w stopniu lekkim, jeżeli jednocześnie występują inne zaburzenia, zwłaszcza neurologiczne. Ośrodek posiada 35 miejsc, w tym co najmniej 2 dla osób ze spektrum autyzmu lub niepełnosprawnościami sprzężonymi.

Uczestnicy mają zapewniony dowóz, docierają w odstępie czasowym (rozkład zajęć został dokładnie opracowany w harmonogramie). Podczas przejazdu uczestników zapewniona jest pomoc i opieka opiekuna ŚDS Tchórzew.

Placówka zapewnia uczestnikom jeden gorący posiłek w ramach treningu kulinarnego. W sytuacji epidemicznej proste gorące posiłki przygotowywane są przez wyznaczoną trzyosobową grupę uczestników pracowni kulinarnej pod nadzorem terapeuty i są rozwożone wózkami kelnerskimi do poszczególnych pracowni. Obowiązuje zakaz wchodzenia do pracowni kulinarnej innym osobom. Uczestnicy i pracownicy stosują się do procedur dotyczących bezpiecznych warunków uczestnictwa oraz zapobiegania i przeciwdziałania COVID – 19 wprowadzonych Zarządzeniem Nr 3/2020 Kierownika Środowiskowego Domu Samopomocy Typu „A i B” w Tchórzewie z dnia 29 maja 2020 r. Procedury powyższe zostały wydane na podstawie Rekomendacji dotyczących działalności placówek pobytu dziennego opracowanych przez Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej we współpracy z Ministerstwem Zdrowia oraz Państwową Inspekcją Sanitarną. Odebyły się także konsultacje z PPIS w Siedlcach. Szczególny nacisk w bieżącym roku położony jest na przestrzeganie zasad sanitarnych w związku z zapobieganiem i przeciwdziałaniem COVID -19. W związku z tym pracownie ŚDS wyposażone są w kącik sanitarny (płyn do dezynfekcji rąk, środki czystości, pojemnik na zużyte środki ochrony indywidualnej, maseczki, rękawiczki, mokre chusteczki, instrukcję jak chronić się przed koronawirusem, mycia rąk).

Plan pracy na 2021 r. opiera się na nauce nowych umiejętności w sferze kontaktów interpersonalnych i funkcjonowania w życiu codziennym oraz wzmacnianiu umiejętności, które uczestnik już posiada.

Planowane do realizacji w 2021 r. treningi dotyczą uczestników Domu Typu „A i B”; treningi prowadzone są zgodnie z tygodniowym harmonogramem. W 2021 r. ŚDS w Tchórzewie w ramach bieżącej pracy terapeutycznej usługi wynikające z rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy zapewniając: indywidualną i grupową terapię zajęciową dostosowaną do indywidualnych potrzeb i możliwości psychospołecznych każdego z uczestników. Każdy uczestnik podlega będzie półrocznej ocenie zespołu wspierająco-aktywizującego; w przypadku osób skierowanych do domu po raz pierwszy ocena ta dokonywana jest w okresie nie dłuższym niż trzy miesiące od przyjęcia uczestnika. Pracownicy zespołu wspierająco-aktywizującego dokumentują pracę w dziennikach, zgodnie z planem pracy na dany rok, planem pracowni i tygodniowym harmonogramem zajęć. Do dziennika wpisywane jest imię i nazwisko uczestników biorących udział w zajęciach, tematyka zajęć i sposób realizacji, uwagi o realizacji zajęć i aktywności uczestników, imię i nazwisko osoby prowadzącej.

Grupowe i indywidualne zajęcia prowadzone są w szczególności poprzez usługi:

- treningi funkcjonowania w codziennym życiu w tym: trening dbałości o wygląd zewnętrzny, trening nauki higieny, trening kulinarny, trening praktyczny, trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi;
- trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów w tym:
-kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury;
- trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej;
- trening umiejętności spędzania wolnego czasu w tym udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych, arteterapie; trening twórczy poprzez sztukę, trening relaksacyjny, trening teatralno-muzyczny, trening edukacyjny, trening informatyczny;
- terapię ruchową w tym zajęcia sportowe, turystykę i rekreację, zajęcia z fizjoterapeutą;
- poradnictwo psychologiczne;
- pomoc w załatwianiu spraw urzędowych;
- pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia, trening zdrowotny i lekowy;
- niezbędną opiekę, w szczególności dla uczestników z niepełnosprawnościami sprzężonymi lub spektrum autyzmu, którzy posiadają orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności wraz ze wskazaniem konieczności stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji;
- inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia; ergoterapia – terapia pracą w ogrodzie, zielarstwo, zajęcia techniczne z wykorzystaniem różnych metod pracy mające na celu ujawnienie i rozwijanie zdolności uczestników w danej dziedzinie jako jedna z form przygotowania zawodowego.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Tchórzewie świadczy poradnictwo psychologiczne na rzecz uczestników, ich rodzin i opiekunów pod kątem funkcjonowania uczestnika w ŚDS; poradnictwo realizowane jest w ośrodku wsparcia.

Plan pracy na 2021 r. uwzględnia również zadania zespołu wspierająco-aktywizującego związane z opracowywaniem indywidualnych planów wspierająco-aktywizujących oraz dokonywania oceny realizacji w/w planów i oceny efektów świadczonych usług, a także zadań związanych z organizowaniem zajęć i szkoleń dla pracowników jednostki w zakresie wynikającym ze zgłoszonych potrzeb. Pracownicy szkolą się w pierwszej kolejności w zakresie treningu umiejętności komunikacyjnego z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się z osobą zaburzoną komunikacją werbalną; osoby prowadzące te treningi podlegają szkoleniu nie rzadziej niż raz na trzy lata. Kadra uczestniczy w szkoleniach indywidualnie, zbiorowo, on-line. W przypadku organizacji szkolenia w placówce dopuszcza się możliwość w tym dniu zmian w harmonogramie.

Uczestnicy przebywający w placówce są podzieleni na grupy według typów Domu: grupa I – Typ „A”, grupa II- Typ „B”, grupa III- typ „ B”. Organizacja zajęć w ośrodku uzależniona jest od przyjazdu i odjazdu uczestników. Jeden środek transportu pokonuje trasę ok. 120 km w czasie 2,5 godziny po gminie zwożąc uczestników i taką samą odwożąc uczestników. Dowożenie odbywa się na dwie tury. Pierwsza tura przyjeżdża do ośrodka 8.15, a druga 9.30. Zarówno w pierwszej turze i drugiej są uczestnicy Typu „A” z grupa I. Grupa I jest grupą rozciągniętą w czasie od 8.15 do 15.30, a treningi powtarzają się, ponieważ przed południem uczestniczą ci którzy dotrą pierwszą turą, a po południu ci którzy dotrą drugą turą.

Uczestnicy biorą udział w zajęciach poszczególnych pracowni zmieniając pracownię co tydzień według wskazówek zegara, z tym, że do pracowni kulinarnej chodzą osoby które mają wyznaczony cel w indywidualnym planie postępowania wspierająco-aktywizującym, są to wyłonione podgrupy trzyosobowe.

Pracownia Nr 1 – pracownia arteterapii – zajęcia pięć razy w tygodniu
Pracownia Nr 2- pracownia zielarska -zajęcia pięć razy w tygodniu
Pracownia Nr 3- pracownia kulinarna – zajęcia cztery razy w tygodniu
Pracownia Nr 4 - pracownia muzyczno-teatralna- zajęcia dwa razy w tygodniu
Pracownia Nr 5 - pracownia usprawniania ruchowego -zajęcia raz w tygodniu z fizjoterapeutą
Pracownia Nr 6 – pracownia komputerowo -medialna – zajęcia raz w tygodniu (dla każdej grupy) dla każdej grupy
Pracownia Nr 7 – pracownia edukacyjna – zajęcia raz w tygodniu
Pracownia Nr 8 – terapeutyczno-relaksacyjna- według potrzeb
Pracownia Nr 9 - pracownia ogrodnicza – zajęcia dwa razy w tygodniu
Pracownia Nr 10 - pracownia techniczna – zajęcia raz w tygodniu (dla mężczyzn)

Każda pracownia ma przydzielonego opiekuna.

W pracowni usprawniania ruchowego, wydzielony jest kącik opiekuna medycznego. Odbywa się tam mierzenie ciśnienia tętniczego i wskaźnika cukru, temperatury i innych zabiegów medycznych.

Dopuszcza się możliwość modyfikacji powyższego planu pracy w sytuacjach wyjątkowych. Sytuację tą odnotowuje się w dzienniku.

W przypadku zawieszenia działalności placówki pracownicy ŚDS w Tchorzewie nadal świadczą usługi. Praca zespołu wspierająco – aktywizującego w okresie pandemii ukierunkowana jest na utrzymywanie stałego kontaktu telefonicznego terapeutów z uczestnikami oraz ich opiekunami, a także na prowadzenie monitoringu stanu psychicznego podopiecznych. Pracownicy będą odwiedzać w środowisku zamieszkania uczestników, dowozić materiały terapeutyczne, nadzorować wykonywane zadania oraz dokumentować wykonywaną pracę.

Nazwa treningu, cel, technika	Metody- Formy	Czas	Spodziewane rezultaty	Osoby odpowiedzialne
TRENING FUNKCJONOWANIA W CODZIENNYM ŻYCIU				
<p>1. Trening dbałości o wygląd zewnętrzny:</p> <p><u>cel:</u> nabywanie i doskonalenie umiejętności związanych z dbaniem o wygląd zewnętrzny</p> <p><u>technika:</u> samodzielne ubieranie się, zapinanie guzików, suwaka, nauka wiązania obuwia, prawidłowy dobór ubioru do okoliczności, dbałość o odzież i jej naprawa, prasowanie odzieży, pranie odzieży, rozwieszanie, nauka przyszywania guzików, obsługa suszarki i lokówki.</p>	<p>Indywidualne i grupowe, ćwiczenia praktyczne, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności.</p>	<p>raz w tygodniu</p>	<p>Uczestnicy będą potrafili dbać o schludny wygląd, o własną odzież, regulowanie zmiany bielizny osobistą, dobieranie odzieży stosownie do okoliczności i pogody. samodzielnie lub w asyście terapeuty ubierać wierzchnie ubranie (zakładać kurtkę, buty, sznurować obuwie, zapinać suwak). potrafią pracować, prasować ubrania, naprawić odzież, przyszyć guzik, wiązać obuwie.</p>	<p>pedagog</p>
<p>2. Trening higieny -</p> <p><u>cel:</u> przestrzeganie zasad sanitarnych, nabycie nawyku dbania o higienę ciała i poznanie podstaw wykonywania zabiegów higienicznych</p> <p><u>technika:</u> nauka korzystania z prysznica, nauka utrzymania higieny całego ciała, wytrenowanie nawyku częstego mycia rąk, dezynfekcji, higieny jamy ustnej, pielęgnacja paznokci, włosów nauka umiejętności korzystania z kosmetyków, nauka wykonywania prostych zabiegów higienicznych</p>	<p>Indywidualne i grupowe, ćwiczenia praktyczne, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności, pogadanki indywidualne i grupowe, prezentacja</p>	<p>pięć razy w tygodniu</p>	<p>Uczestnicy będą potrafili stosować się do zasad sanitarnych, dbać o higienę całego ciała, korzystać z przyborów toaletowych, kosmetyków, często myć ręce, korzystać z toalety, korzystać z przedmiotów osobistego użytku, stosować wyuczone czynności w życiu codziennym, poznają podstawy wykonywania prostych zabiegów</p>	<p>pedagog</p>

<p>3. Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi cel: poznanie wartości pieniądza, techniki: rozpoznawanie nominałów, planowanie i robienie zakupów, orientacja w cenach i dokonywanie obliczeń, nauka gospodarowania własnym budżetem, porównywanie cen,</p>	<p>Indywidualne i grupowe, trening praktyczny, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności. Praca na materiałach pomocniczych.</p>	<p>raz w tygodniu</p>	<p>kosmetycznych i higienicznych. Uczestnicy będą potrafili rozpoznawać nominały pieniężne, dokonywać zakupów, gospodarować własnym budżetem z uwzględnieniem opłat stałych, planować wydatki.</p>	<p>Terapeuta zajęciowy</p>
<p>4. Trening kulinarny: cel :nabywanie i doskonalenie umiejętności planowania oraz estetycznego przygotowywania i spożywania posiłków, kulturalnego zachowania się przy stole, postępowania się sztucami, doskonalenia samodzielnego jedzenia, techniki: -samodzielne lub w asyście terapeuty przygotowywanie posiłków - wykonywanie wstępnej obróbki produktów -poznanie przepisów kulinarnych, -dobór artykułów spożywczych, -poznanie zasad zdrowego odżywiania się, -kultywowanie tradycji świątecznych poprzez przygotowanie śniadania wielkanocnego i wieczery wigilijnej (przygotowywanie potraw, pieczenie ciast).</p>	<p>Grupowe, ćwiczenia praktyczne. Instruktaż słowny, demonstrowanie czynności.</p>	<p>cztery razy w tygodniu</p>	<p>Uczestnicy będą potrafili zaplanować oraz samodzielnie lub w asyście terapeuty przygotować posiłek, czytać ze zrozumieniem przepisy kulinarne, nalewać płyny, wybierać właściwe produkty do przygotowania określonego posiłku, układać jadłospis, wybierać właściwe sztućce i posługiwać się nimi, zmywać i wycierać naczynia, nauczą się prawidłowo przechowywać żywność, nabeżdżą wiedzę na temat tradycji świątecznych poprzez przygotowanie śniadania wielkanocnego oraz wieczery wigilijnej</p>	<p>Terapeuta zajęciowy</p>

<p>5. Trening umiejętności praktycznych: cel: zdobycie umiejętności praktycznych, obsługa urządzeń AGD, utrzymywanie czystości i porządku, dbania o swój wygląd zewnętrzny, zdrowie psychiczne i fizyczne, rozwijania umiejętności wzajemnej współpracy</p> <p>techniki: obsługa sprzętu AGD: kuchenki, zmywarki, mikrofalówki, robota kuchennego, pralki, żelazka, odkurzacza, nakrywanie do stołu, samoobsługa, sprzątanie po posiłkach, dbałość o odzież i jej naprawa, przyszywanie guzików, postępowanie się zegarem, pielęgnowanie roślin, zbieranie ziół, wykonywanie prac technicznych,</p>	<p>Indywidualne i grupowe, ćwiczenia praktyczne. Instruktaż słowny, demonstrowanie czynności.</p>	<p>cztery razy w tygodniu</p>	<p>Uczestnicy będą potrafili obsługiwać sprzęt AGD (samodzielnie lub przy pomocy terapeuty). samodzielnie lub przy pomocy terapeuty spożywać posiłki, postępować się tyżką, widelcem, odnosić naczynia po spożyciu posiłku, sprzątać, dbać o swój wygląd zewnętrzny, zdrowie psychiczne i fizyczne odczuwać potrzebę wdrażania nabytych umiejętności w życie codzienne</p>	<p>asystent osoby niepełnosprawnej terapeuta zajęciowy pedagog</p>
USŁUGI W ZAKRESIE ZDROWIA				
<p>6. Trening zdrowotny i lekowy Cel: nabycie i podtrzymanie umiejętności zasad prawidłowego przyjmowania zleconych leków.</p> <p>techniki: ćwiczenie pamięci poprzez przypominanie, wyrabianie systematyczności, samodzielności w przyjmowaniu leków, uświadamianie konieczności i zasadności przestrzegania czasu oraz dawki leku, edukacja na temat chorób i zapobiegania,</p>	<p>Indywidualne i grupowe, pogadanka, instruktaż słowny, wykład, dyskusja</p>	<p>raz w tygodniu- grupa 1- Typ A</p>	<p>Uczestnicy zapoznają się z przebiegiem własnej choroby, nauczą się wychwytywania objawów, zapoznają się z procesem lekoterapii, nabeżdżą umiejętności prawidłowego przyjmowania zleconych leków, systematyczności oraz samodzielności w przyjmowaniu leków, uświadamiają sobie konieczność</p>	<p>terapeuta zajęciowy/opiekun medyczny/asystent osoby niepełnosprawnej</p>
<p>7. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów</p>		<p>według potrzeb</p>		

<p>wizyt u lekarza, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia</p> <p>8. Niezbędna opieka, dla uczestników z niepełnosprawnościami sprzężonymi</p>		według potrzeb	<p>przestrzegania czasu oraz dawki leku, posiadają wiedzę na zapobiegania chorobom, uzyskają pomoc w dotarciu do placówek służby zdrowia, będą systematycznie korzystać z usług lekarzy</p>	
<p>TRENING UMIEJĘTNOŚCI KOMUNIKACYJNYCH w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej ;</p>				
<p>1. Trening umiejętności komunikacyjnych</p> <p>cel : rozwijanie u uczestników umiejętności komunikowania się z otoczeniem</p> <p>techniki: ćwiczenia relaksacyjne, oddechowe, artykulacyjne, słuchanie i analizowanie czytanych tekstów, aktywizowanie werbalne do działań teatralnych, muzycznych, posługiwanie się obrazkami, gestami, etykietowanie otoczenia, wprowadzanie i postugiwanie się ACC,</p>	Grupowe i Indywidualne	raz w tygodniu grupa B	<p>Uczestnik będzie zainteresowany słowem mówionym, czytaniem, śpiewaniem, rozwinięciem umiejętności komunikowania się ze światem zewnętrznym poprzez wykorzystanie alternatywnych metod porozumiewania się</p>	
<p>POMOC W ZAŁATWIANIU SPRAW URZĘDOWYCH</p>				
<p>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych</p>	Praca indywidualna dostosowana do potrzeb uczestnika	według indywidualnych potrzeb	<p>Uczestnicy otrzymają pomoc i wsparcie podczas załatwiania spraw w urzędach, placówkach ochrony zdrowia, sądach, ZUS,</p>	zespół wspierająco-aktywizujący

			bankach i innych instytucjach.	
TRENING UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNYCH I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW				
<p>Trening umiejętności społecznych</p> <p>Cel : nabywanie umiejętności społecznych z zakresu samoświadomości, empatii, radzenia sobie z samym sobą i w relacji z innymi, aktywnego słuchania, nazywania i ujawniania uczuć, rozwiązywania sytuacji konfliktowych, radzenia sobie ze stresem, samooceny</p> <p>Techniki : kręgu bliskości, grania roli, modelowania zachowań, demonstracji, instruowania, informacji zwrotnych</p>	<p>Praca indywidualna i grupowa,</p> <p>burza mózgów</p> <p>ruch kreatywny, ćwiczenia, film, miniedukacja, dyskusja, elementy arteterapii</p>	<p>raz w tygodniu</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - będzie przestrzegał normy i zasady funkcjonowania w placówce - będzie potrafił nawiązać i podtrzymać rozmowę, , - będzie potrafił aktywnie słuchać, - nabeędzie umiejętność „zarządzania” własnymi emocjami, - nabeędzie umiejętność bycia asertywnym, - będzie bardziej odporny na stres, - będzie umiał asertywnie zareagować na krytykę, pochwałę, - nabeędzie umiejętność radzenia sobie ze stresem - odnajdzie swoje miejsce w grupie, nauczy się współpracy - nauczy się rozpoznawać potrzeby i poczuje się wartościowym człowiekiem 	<p>pedagog, który ukończył odpowiednie szkolenie</p>

TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPĘDZANIA WOLNEGO CZASU

<p>1. Trening umiejętności spędzania wolnego czasu - spotkania towarzyskie i kulturalne cel: nabycie umiejętności korzystania z dóbr kultury, bycia w towarzystwie innych, sięgania po książkę, wybierania programów tematycznych, nabycie informacji o otaczającym regionie,</p> <p>technika : słuchanie audycji, oglądanie filmu tematycznego, wypożyczanie książek, czytanie, pogadanki o historii miejscowości, wydarzeniach zapisanych w kalendarzu ŚDS, wyjścia i wyjazdy, spotkania integracyjne</p>	<p>grupowe</p> <p>Dyskusja, wypowiedzianie się, słuchanie ze zrozumieniem</p>	<p>raz w tygodniu- zgodnie z indywidualnymi potrzebami uczestników</p>	<p>Uczestnicy rozwinięta zainteresowania życiem społecznym i otaczającym ich światem. Uczestnicy rozwinięta zainteresowania literaturą i sztuką. Samodzielnie będą sięgać po czasopisma . Będą na bieżąco informowani o wydarzeniach znaczących w regionie, nadchodzących świętach i uroczystościach. Będą mieli potrzebę przebywania ze sobą.</p>	<p>pedagog/ terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej</p>
<p>2. Trening edukacyjny Cel: nauka, utrwalanie wiedzy, pamięci, ćwiczenia zaburzonych funkcji poznawczych, analizatora wzrokowego, słuchowego i kinestetyczno- ruchowego, doskonalenie umiejętności czytania i pisania.</p> <p>techniki : ćwiczenia grafomotoryczne, wykorzystanie gier towarzyskich, stolikowych, klocków, układanek, puzzli, nawlekanek, nakładanek</p>	<p>Grupowe, indywidualne metody aktywizujące</p>	<p>raz w tygodniu</p>	<p>Uczestnicy poznają zasady różnorodnych gier stolikowych. Nauczą się współpracować w grupie, nauczą się liter i cyfr, podpisywać, postugiwać zegarem, odróżniać dni tygodnia i pory roku.</p>	<p>pedagog</p>
<p>3. Trening relaksacyjny cel: przyniesienie odprężenia, rozładowania napięć, ulgi</p> <p>techniki : elementy relaksacji Jabsona, elementy treningu Schultza, ćwiczenia oddechowe, spacer,</p>	<p>Indywidualne i grupowe, ilustrowanie tematyki muzyką</p>	<p>codziennie</p>	<p>Uczestnicy poczują potrzebę i naberą umiejętności relaksowania się i wypoczywania.</p>	<p>pedagog/terapeuta zajęciowy/asystent osoby niepełnosprawnej</p>

<p>4. Trening teatralno-muzyczny cel : rozwijanie zdolności twórczych, aktywizowanie do prezentowania swoich umiejętności, rozwijanie mowy, postawy, pokonywanie barier społecznych, wyrażanie uczuć, techniki: psychodrama, drama, pantomima, oglądanie spektakli, ćwiczenia muzyczno – ruchowe, taniec, nauka ruchu scenicznego</p>	<p>elementy biblioterapii i muzykoterapii</p> <p>Grupowe elementy dramy, ćwiczenia językowe, burza mózgów</p>	<p>dwa razy w tygodniu</p>	<p>Uczestnicy nauczą się wyrażać uczucia, emocje, identyfikować się z postacią odgrywaną, usprawnią pamięć przez odgrywanie swoich ról, przełamią bariery przed publicznym występowaniem.</p>	<p>pedagog</p>
<p>5. Trening informatyczny cel: kształtowanie umiejętności efektywnego wykorzystania komputera jako rozwijanie własnych zainteresowań techniki: instruktaż, edukacja</p>	<p>Indywidualna i grupowa Ćwiczenia praktyczne, objaśnianie,</p>	<p>raz w tygodniu</p>	<p>Uczestnicy opanują podstawowe czynności związane z obsługą komputera, korzystaniem z komunikatorów elektronicznych, internetu, będą umieli wyszukiwać żądane informacje, rozwiną swe zainteresowania itp.</p>	<p>asystent osoby niepełnosprawnej/terapeuta zajęciowy/pedagog</p>
<p>6. Trening twórczy poprzez sztukę ; arteterapia – cel: rozwijanie umiejętności twórczego myślenia, zdolności manualnych, poczucia estetyki, wyrażania swoich emocji, koncentracji uwagi techniki: rysowanie kredkami ołówkowymi, świecowymi, wodnymi, pastelami, ołówkiem, kredą, węglem malowanie farbami : akryl, tempera, olejne collage-wyklejanie, wydzieranie z papieru -papieroplastyka, wiklina papierowa, linoryt Masy plastyczne: solna, plastelina, modelina Quiling, origami, stroiki, karty okolicznościowe, rzeźbienie w drewnie</p>	<p>Indywidualna i grupowa, Rysunek, malarstwo, grafika, rzeźba, sztuki użytkowe, zdobnictwo i dekoratorstwo</p>	<p>pięć razy w tygodniu</p>	<p>Uczestnicy poznają i będą umieli zastosować różnorodne techniki plastyczne, odbierać, przeżywać sztukę, wykonywać samodzielnie lub przy asyście terapeuty różnymi technikami prace, będą się bardziej skupiać i wyciszać, naucza się panować nad emocjami i itp.</p>	<p>arteterapeuta terapeuta zajęciowy</p>

<p>8. Integracja</p> <p>Organizacja wycieczek i imprez okolicznościowych, udział w konkursach</p> <p>cel: umożliwienie funkcjonowania w społeczeństwie, integracja, przeciwdziałanie dyskryminacji i marginalizacji wycieczki jednodniowe, wyjazdy do kina, teatru itp. ogniska, grille, dyskoteki imprezy okolicznościowe zaplanowane w kalendarzu</p> <p>Integracja uczestników z innymi osobami niepełnosprawnymi i społecznością lokalną</p> <p>spotkania integracyjne, pikniki, udział w uroczystościach lokalnych</p>	<p>Wymiana doświadczeń, integracja, współdziałanie</p>	<p>według kalendarza</p>	<p>Uczestnicy nawiążą nowe kontakty, ugruntują związane przyjaźnie, zintegrują się, wymienia doświadczenia, zdobędą umiejętności współpracy i współdziałania w grupie, będą promować środowisko osób niepełnosprawnych</p>	<p>zespoł współpracująco-aktywizujący</p>
<p>INNE FORMY</p>				
<p>1. Trening techniczny</p> <p>cel: nabycie umiejętności wykonywania drobnych prac, usprawnianie motoryki manualnej, ćwiczenie koordynacji wzrokowo-ruchowej</p> <p>techniki:</p> <ul style="list-style-type: none"> - wieszanie na ścianach elementów dekoracyjnych, składanie ramek do obrazów, - wykonywanie sztalug składanie drobnych elementów z drewna wypalanie wzorów ozdobnych w drewnie drobne naprawy w ŚDS itp. <p>2. Trening ogrodniczy</p> <p>cel:</p> <ul style="list-style-type: none"> -terapia poprzez pracę -poznawanie nazw i specyfiki otaczającej nas przyrody 	<p>Działanie praktyczne, wypalanie, montowanie, instruktaż słowny, wizualizacja</p> <p>Grupowa.</p> <p>Ergoterapia</p> <p>Ćwiczenia praktyczne Instruktaż</p>	<p>raz w tygodniu</p> <p>dwa razy w tygodniu</p>	<p>Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty dbać o porządek w pomieszczeniach ŚDS i na posesji, zimą – odśnieżać.</p> <p>Uczestnicy będą potrafilii rozróżniać, pielęgnować, sadzić oraz wykorzystywać w praktyce uprawiane warzywa i kwiaty.</p> <p>Uczestnicy będą dbali o</p>	<p>asystent osoby niepełnosprawnej/terapeuta zajęciowy</p> <p>pedagog</p>

<p>- rozwijanie i nabywanie umiejętności pielęgnacji warzyw i kwiatów, - utrzymywanie porządku na działce i wokół budynku itp.</p> <p>Techniki : wysiewanie, sadzenie, pielienie, podlewanie, przekopywanie, sprzątanie</p> <p>3. Trening zielarski Cel :</p> <ul style="list-style-type: none"> - uwarzliwienie na piękno natury - uświadomienie o konieczności dbania o środowisko - nauka uprawiania i zbierania ziół i wykorzystywania dla zdrowia <p>Techniki : wysiewanie, sadzenie, pielienie, podlewanie, przekopywanie, zbieranie, suszenie, przerabianie, zastosowanie</p>	<p>słowny, demonstrowanie czynności,</p> <p>Grupowa.</p> <p>Ergoterapia</p> <p>Ćwiczenia praktyczne Instruktaż słowny, demonstrowanie czynności,</p>	<p>pięć razy w tygodniu</p>	<p>kwiaty doniczkowe znajdujące się w ośrodku oraz będą pielęgowali i udoskonali rabaty zdobiące otoczenie ośrodka.</p> <p>Uczestnicy będą potrafilii rozróżniać, pielęgnować, sadzić, zbierać oraz wykorzystywać w praktyce uprawiane i zbierane zioła.</p>	<p>opiekun/asystent osoby niepełnosprawnej</p>
TERAPIA RUCHOWA				
<p>1. Zajęcia usprawniania fizycznego: cel: wzrost sprawności ruchowej, rozładowywanie napięć, poprawa samopoczucia, wzrost samodzielności i aktywności techniki:</p> <ul style="list-style-type: none"> - prowadzenie gimnastyki ogólnousprawniającej, rozwijanie sprawności ruchowej poprzez ćwiczenia korekcyjne - nauka gier i zabaw jako rekreacja i przygotowanie do wyjazdów reprezentujących Dom na zawodach sportowych. - wycieczki, spacer, zajęcia na powietrzu <p>2. Zajęcia z fizjoterapeutą</p>	<p>Praca indywidualna, zajęcia grupowe.</p> <p>Nasładownictwo, pokaz, stawianie zadań ćwiczenia, gry i zabawy sportowe, zabawoterapia</p> <p>Indywidualne i grupowe</p>	<p>codziennie - zgodnie z indywidualnymi potrzebami uczestników</p> <p>raz w tygodniu</p>	<p>Uczestnicy rozwijają swoją sprawność ruchową, posiadają świadomość własnego ciała, potrafią wskazać odpowiednie części własnego ciała, koordynować ruchy ciała, przyjmować prawidłową postawę, rozładują napięcie i poprawią samopoczucie, będą bardziej aktywni. Uczestnicy naberą umiejętności współpracy w grupie. Uczestnicy z niepełnosprawnościami</p>	<p>zespół wspierająco-aktywizujący</p> <p>fizjoterapeuta</p>

					sprężonymi podniosą sprawność fizyczną.	
WSPÓŁPRACA Z RODZINĄ						
Zebrania z rodzicami/opiekunami, indywidualne i grupowe kontakty z rodziną (jeśli warunki epidemiologiczne pozwolą na stworzenie grupy wsparcia).	Zebrania z opiekunami, udział w uroczystościach. Praca indywidualna				Poprawa funkcjonowania uczestnika. Czynne uczestnictwo rodzin/opiekunów w życiu poprzez zapraszanie na uroczystości na terenie Domu. Rodzice nabeżdą umiejętności radzenia sobie w rozwiązywaniu trudnych osobistych problemów.	kierownik / zespół wspierająco-aktywizujący
Pomoc psychologiczna dla rodziców: otrzymują wsparcie w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach						
PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE						
Poradnictwo psychologiczne	Spotkania indywidualne i grupowe. Wsparcie psychologiczne.	Według indywidualnych potrzeb			Uczestnicy ŚDS otrzymują wsparcie psychologiczne.	psycholog
ZARZĄDZANIE I ADMINISTRACJA						
1. Koordynowanie pracy zespołu wspierająco-aktywizującego. 2. Kontrola dokumentacji indywidualnej i zbiorczej. 3. Dbanie o właściwy poziom usług i bezpieczeństwa, higienę pracy. 4. Współpraca z władzami samorządowymi, instytucjami oraz innymi podmiotami. 5. Opracowywanie rocznych planów pracy i sprawozdań z działalności ŚDS.						kierownik

opracowała:
Chojecka Krystyna
Kierownik ŚDS Tchórzew

zatwierdził:

Pełniący funkcję
Wójta Gminy Zbuczyn

Dariusz Cegielski

13

HARMONOGRAM IMPREZ
W ŚRODOWISKOWYM DOMU SAMOPOMOCY TYPU „A i B”
W TCHÓRZEWIE NA 2021 ROK

STYCZEŃ	Okres zawieszenia działalności.
LUTY	Okres zawieszenia działalności.
MARZEC	<ol style="list-style-type: none"> 1. Uroczyste obchody Dnia Kobiet – spotkanie przy kawie i ciastku zorganizowane przez Samorząd ŚDS. Krótkie przedstawienie teatralne. 2. Przywitanie Wiosny – wycieczka krajoznawcza „Gdzie Liwiec ma swój początek?”, połączona z topieniem marzanny. 3. Narodowy Dzień Teatru (wyjazd do teatru ew. prezentacja przedstawienia w ŚDS). 4. Kulturowanie tradycji wielkanocnych – konkurs na najładniejszą pisanekę, palmę. 5. Urodziny, imieniny uczestników.
KWIECIEŃ	<ol style="list-style-type: none"> 1. Prima Aprilis – dzień żartów. Występ grupy teatralnej. 2. Wielkanoc – spotkanie integracyjne z rodzicami i zaproszonymi gośćmi. Prezentacja twórczości uczestników ŚDS. 3. Dzień Czekolady. 4. Narodowy Dzień Leśnika i Drzewa – wycieczka do lasu, piknik na polanie. 5. Urodziny, imieniny uczestników.
MAJ	<ol style="list-style-type: none"> 1. Obchody Święta Flagi i Konstytucji 3 maja. 2. Dzień Praw Zwierząt. 3. Dzień Matki. 5. Urodziny, imieniny uczestników.
CZERWIEC	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pierwszy Dzień Lata – Noc Świętojańska – przypomnienie tradycji ludowych. 2. Wycieczka jednodniowa do Ziołowego Zakątka w Korycinach – działanie w ramach pracowni zielarskiej. 3. Dzień Rodziny piknik integracyjny z rodzicami, występy uczestników. 4. Dzień grecki – zapoznanie z kulturą, tradycją, kuchnią. 5. Urodziny, imieniny uczestników.
LIPIEC	<ol style="list-style-type: none"> 1. Światowy Dzień Hot-Doga. 2. Piknik integracyjny z zaproszonymi gośćmi. Występ uczestników, poczęstunek i wspólna zabawa. 3. Dzień Bez telefonu. 4. Wyjazd do Wólki Kamiennej – Lapidarium. 3. Spotkanie z ciekawym zawodem – Dzień Policjanta. 4. Urodziny, imieniny uczestników.
SIERPIEŃ	<ol style="list-style-type: none"> 1. Narodowy Dzień Pamięci Powstania Warszawskiego – wyjazd do Muzeum w Warszawie lub prezentacja multimedialna.

	<ul style="list-style-type: none"> 2. Obchody Święta Wojska Polskiego . 3. Dzień chiński – zapoznanie z kulturą, tradycją , kuchnią i ciekawostkami o kraju. 4. Urodziny, imieniny uczestników.
WRZESIEŃ	<ul style="list-style-type: none"> 1. Udział w Narodowym Czytaniu – współpraca z GOK Zbuczyn. 2. Dzień Postaci z Bajek – teatrzyk kukiełkowy (występ lub prezentacja multimedialna). 3. Astronomiczna jesień – Święto Pieczonego Ziemiaka – biesiada przy ognisku. 4. Dzień Chłopaka. 5. Grzybobranie. 6. Urodziny, imieniny uczestników.
PAŹDZIERNIK	<ul style="list-style-type: none"> 1. Światowy Dzień Poczty i Znaczka Poczтового. 2. Dzień papieski – konkurs wiedzy o Św. Janie Pawle II 3. Dzień Ratownika Medycznego. 4. Wyjazd uczestników na cmentarz – zaduma i modlitwa przed zbliżającym się Świętem Zmarłych. Zapalenie zniczy i złożenie kwiatów na grobie. 5. Urodziny, imieniny uczestników.
LISTOPAD	<ul style="list-style-type: none"> 1. Narodowe Święto Niepodległości 2. Dzień Seniora – wyjazd do Klubu Seniora w Zbuczynie. 3. Dzień Pluszowego Misia. 4. Zabawa andrzejkowa. 5. Urodziny, imieniny uczestników.
GRUDZIEŃ	<ul style="list-style-type: none"> 1. Obchody Dnia Osoby Niepełnosprawnej – prezentacja dorobku artystycznego uczestników ŚDS. Współpraca z GOPS, GOK Zbuczyn i innymi instytucjami. 2. Mikołajki w ŚDS. 3. Astronomiczna zima- najkrótszy dzień w roku -spotkanie z astronomem. 4. Boże Narodzenie, Jasełka – spotkanie integracyjne z rodzicami i zaproszonymi gośćmi. Prezentacja dorobku artystycznego uczestników. 5. Zebranie Wspólnoty ŚDS, podsumowanie roku 2021, prezentacja zdjęć, wspomnienia i plany na przyszły rok.

UWAGA : Na czas trwania pandemii COVID-19 zostały zawieszane wszelkie formy integracji uczestników placówki ze środowiskiem lokalnym lub zaprzyjaźnionymi placówkami, jeśli sytuacja unormuje się to udział w imprezach otwartych organizowanych przez zaprzyjaźnione placówki na terenie Województwa Mazowieckiego będzie w/g odrębnego harmonogramu zaproszeń.

opracowała:
 Krystyna Chojecka
 Kierownik ŚDS Tchórzew

zatwierdził:

Pełniący funkcję
 Wójta Gminy Zbuczyn

 Dariusz Cegielski

