

## PLAN PRACY

### **ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W ORZYSZU typu A, B, C, w tym również dla OSÓB ZE SPEKTRUM AUTYZMU LUB NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI SPRZĘŻONYMI w 2020 roku.**

Oferta Środowiskowego Domu Samopomocy z lokalizacją przy ul. Wojska Polskiego 17B z miejscami całodobowego pobytu, przeznaczona jest dla osób przewlekłe psychicznie chorych (typ A), osób z niepełnosprawnością intelektualną (typ B), osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych (typ C), w tym również dla osób ze spektrum autyzmu lub niepełnosprawnościami sprzężonymi. Proponowany przez Środowiskowy Dom Samopomocy program wspierająco – aktywizujący dostosowany jest do indywidualnych potrzeb i możliwości uczestników i ma pomagać uczestnikom w likwidowaniu zaburzeń w zakresie przystosowania społecznego, podnoszeniu stopnia inteligencji, niwelowaniu negatywnego wpływu środowiska, rozwijaniu oraz wspieraniu środowiska rodzinnego. Głównym celem terapii w ŚDS jest stworzenie warunków i sytuacji pobudzających uczestników do aktywności, rozwijanie ich działalności podczas zdobywania wiedzy, motywowanie do pracy nad pozytywną zmianą postawy i zachowań, pomoc uczestnikowi w uświadomieniu jego własnej indywidualności przy jednoczesnym poszanowaniu odrębności innych.

Celem usług Środowiskowego Domu Samopomocy skierowanych dla jego podopiecznych jest przyspieszenie powrotu utraconych funkcji i ich sprawności a w przypadku zmian nieodwracalnych wyrobienie funkcji zastępczych. W myśl Ustawy z dn. 27 VIII 1997r o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych – „rehabilitacja osób niepełnosprawnych oznacza zespół działań leczniczych, psychologicznych, technicznych, szkoleniowych edukacyjnych i społecznych, zmierzających do osiągnięcia przy aktywnym uczestnictwie tych osób, możliwie najwyższego poziomu ich funkcjonowania, jakości życia i integracji społecznej”. Jest to istota działania placówek tworzących sieć oparcia psychicznego i społecznego (w tym ŚDS). Celem działania ŚDS jest - towarzyszyć stosując różnego rodzaju oddziaływania terapeutyczne.



18. Pomagać w pielęgnowaniu więzi rodzinnych podopiecznych oraz nawiązywaniu i podtrzymywaniu więzi społecznych.

#### Miejsca całodobowego okresowego pobytu.

W przypadku wystąpienia potrzeby spowodowanej sytuacją życiową lub rodzinną albo potrzebą realizacji całodobowego treningu samoobsługi i umiejętności społecznych w ramach indywidualnego planu postępowania wspierająco-aktywizującego, ŚDS zapewnia pobyt całodobowy.

W 2020 roku ŚDS będzie koncentrował uwagę na realizacji zadań szczegółowo opisanych poniżej w tabeli:

#### PLAN PRACY DLA OSÓB PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYCH – TYP A, w tym również dla OSÓB ZE SPEKTRUM AUTYZMU LUB NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI SPRZĘŻONYMI – 2020 r.

L.p.	Zakres	Zadania	Termin realizacji	Osoby prowadzące/odpowiedzialne
1.	2.	3.	4.	5.
I	Postępowanie wspierająco - aktywizujące	<p><b>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:</b></p> <p><u>Cel:</u></p> <p>Funkcje treningów interpersonalnych dotyczą osobowości i zachowań uczestników pod względem zmian właściwości i mechanizmów psychicznych. Dąży się do rozwoju takich cech jak: kreatywność, wytrwałość, zdolność podejmowania decyzji, ale również poczucie wspólnoty, społecznej odpowiedzialności i odwagi,</p>	praca ciągła	

18

	<p>rozwijanie umiejętności porozumiewania się z otoczeniem w sposób werbalny i niewerbalny.</p> <p><b><u>Sposoby realizacji:</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>zebrania społeczności terapeutycznej</b> - stanowią istotny element oddziaływań rehabilitacyjnych, mający na celu budowanie poczucia bezpieczeństwa, zrozumienia i akceptacji, dają możliwość omawiania i rozwiązywania przez uczestników wzajemnych problemów pojawiających się w codziennym życiu;</li> <li>2) <b>psychoedukacja</b> - dostarcza informacji o czynnikach sprzyjających zdrowieniu, poznaniu sposobów radzenia sobie z przewlekłymi objawami psychotycznymi, formułowaniu planu postępowania w sytuacji nawrotu, możliwościach terapii farmakologicznej i psychosocjalnej, zachęca do wypracowania własnych, ale bezpiecznych strategii radzenia sobie z chorobą;</li> <li>3) <b>trening poznawczy</b> - ćwiczy zdolności poznawcze, pamięć, uwagę, spostrzegawczość, obejmuje również tematykę zniekształceń poznawczych odnoszących do postaw i przekonań.</li> <li>4) <b>trening umiejętności komunikacyjnych</b>, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej – stymuluje zdolności w porozumiewaniu się w sposób</li> </ol>	<p><b>Praca ciągła</b></p> <p><b>Według zauważonych potrzeb</b></p> <p><b>Według potrzeb</b></p>	<p><b>Psycholog / Dyrektor ŚDS/ Przewodniczący zespołu wspierająco-aktywnizującego</b></p> <p><b>Psycholog</b></p> <p><b>Terapeuta / Instruktor Terapii /psycholog</b></p>
--	---	--	--

	<p>werbalny i niewerbalny, jak najlepiej wykorzystując potencjał uczestnika</p> <p>5) Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi</p>	<p>Według potrzeb</p>	<p>Terapeuta / Instruktor Terapii /psycholog</p>
II	<p><b>Treningi funkcjonowania w codziennym życiu:</b></p> <p><u>Sposoby realizacji i cele:</u></p> <p>1) <b>trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi</b> - uczestnicy w ramach treningu doskonalą umiejętność racjonalnego planowania zakupów, orientacji w cenach i dokonywania obliczeń, wychodzą wspólnie do sklepów, dokonują zakupów, uczą się odraczania większych zakupów, odkładania środków;</p> <p>2) <b>trening kulinarny</b> - zawiera zarówno codzienne kształtowanie nawyków poprzez pełnienie dyżurów związanych z przygotowaniem do posiłku jak i treningi praktyczne mające na celu wyrobienie praktycznych umiejętności przygotowania potraw. Na zajęciach w pracowni uczestnicy przygotowują śniadania oraz gorące posiłki. Równocześnie prowadzone są treningi zaradności życiowej tj. przygotowanie posiłku, samodzielne dokonywanie zakupów, dbanie o czystość i porządek w swoim otoczeniu. Prowadzone są również zajęcia poprawiające zdolności manualne: praca z masą</p>	<p>praca ciągła</p> <p>według indywidualnych potrzeb</p> <p>Praca ciągła (przygotowywanie gorącego posiłku)</p>	<p>Terapeuta/Instruktor Terapii</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p>

	<p>solną, krojenie, wyrabianie ciast itp. Wdrażane są nawyki kulturalnego zachowania przy stole. W ramach terapii przygotowywane są poczęstunki dla zapraszanych gości na imprezy okolicznościowe np. zabawę karnawałową, spotkanie wigilijne, itp.;</p> <p>3) <b>trening higieniczny</b> – wdrażanie do nawyków samodzielnego mycia się, dbania o estetyczny wygląd, ubiór adekwatny do pogody i pory roku, utrzymanie higieny otoczenia, odbywający się w formie teoretycznej jak i praktycznej - indywidualnie i grupowo;</p> <p>4) <b>trening porządkowy</b> - wdrażanie do nawyków celowej aktywności poprzez budowanie poczucia sprawstwa i odpowiedzialności w dbaniu o mienie jak i udziału w utrzymaniu w czystości ŚDS, poprzez pełnienie dyżurów porządkowych;</p> <p>5) <b>trening umiejętności praktycznych</b> - w ramach tego treningu uczestnicy nabywają/doskonalą umiejętności związane z obsługą podstawowych urządzeń domowych (pralki, zmywarki, miksera, kuchenki gazowej, piekarnika, żelazka, suszarki do włosów, itp.), jak i wymiany żarówki, dokonania drobnych napraw.</p> <p>6) <b>Trening funkcjonowania w codziennym życiu</b> – nabywanie umiejętności lub ich doskonalenie w zakresie posługiwania się nieskomplikowanymi narzędziami znajdującymi się w gospodarstwie domowym, np. grabie, ściski stolarskie, śrubokręt, metrówka, klucze, papier ścierny, łopata,</p>	<p>praca indywidualna wg potrzeb zawartych w IPPWA</p> <p>praca ciągła</p> <p>praca indywidualna wg potrzeb zawartych w IPPWA</p> <p>Praca ciągła</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p>
--	--	---	---

		<p>poziomica, młotek itp. Zajęcia mają na celu rozszerzanie umiejętności praktycznych, przydatnych w codziennym życiu, pracy zawodowej.</p> <p><b>7) Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów</b> - kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury.</p> <p><b>8) Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi</b></p>	Praca ciągła	Terapeuta/ Instruktor Terapii
III		<p><b>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego :</b></p> <p><u>Cel:</u> W jego ramach kształtuje się motywację do akceptowanych społecznie zachowań, obejmuje aktywność kulturalno – oświatowo – integracyjną. Polega głównie na umożliwieniu uczestnikom rozrywki i rekreacji a także na poszukiwaniu i rozwijaniu ich zainteresowań. Terapeuci zwracają uwagę uczestnikom na prawidłowe zachowanie się w miejscach publicznych: kinie, teatrze, kawiarni. Przez czytanie czasopism, książek, oglądanie wybranych programów i filmów zmierza się do rozwoju zainteresowań taką formą spędzania wolnego czasu.</p> <p><b>Sposoby realizacji:</b></p>	praca ciągła	Terapeuta/ Instruktor Terapii

	<p>1) <b>wycieczki i wyjścia</b> do miejsc związanych z dawną i dzisiejszą kulturą, których celem jest poznanie dziedzictwa kulturowego lub kontakt z przyrodą. Rozwój zainteresowań dotyczy również spędzania wolnego czasu w formach proponowanych przez szeroko pojęte środowisko lokalne;</p> <p>2) <b>gry i zabawy integracyjne</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (kalambury, bingo, quizy) włączające całą społeczność i mające na celu poprawę samopoczucia i doświadczanie poczucia współdziałania;</li> </ul> <p>3) <b>filmoterapia</b> - projekcje filmów o zróżnicowanej tematyce: edukacyjnej, dokumentalnej, fabularnej.</p> <p>4) <b>muzykoterapia</b> - słuchanie muzyki poznawanie instrumentów, wspólne śpiewanie, wzmocnienie integracji grupowej, pobudzenie pozytywnych emocji, zwiększenie tolerancji i wymiany poglądów, zmniejszenie napięcia, poprawa uwagi i koncentracji, rozwijanie i poszerzanie zainteresowań.</p> <p>5) <b>wykonywanie prostych prac technicznych</b> – nauka posługiwania się sprzętami takimi jak: wyrzynarką, piłką ręczną, wkrętarką. Obróbka małych elementów drewnianych (ramki, klocki), metalowych itp.</p> <p>6) <b>Zadania do realizacji indywidualnie, w grupie dostosowane do możliwości, potrzeb osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi</b></p>	<p>Według zauważonych i zgłaszanych potrzeb oraz możliwości finansowych</p> <p>Praca ciągła wg. potrzeb</p> <p>Praca ciągła wg. potrzeb</p> <p>Praca ciągła wg. Potrzeb</p> <p>Praca ciągła wg. potrzeb</p> <p>Praca ciągła wg. potrzeb</p>	<p>Terapeuta/Instruktor Terapii</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/ Psycholog</p> <p>Terapeuta/Instruktor Terapii</p> <p>Terapeuta/Instruktor Terapii</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p>
--	---	---	---

*KR*



IV	<p><b>Aktywizacja fizyczna:</b></p> <p><u>Cel:</u> Zajęcia te mają na celu podtrzymywanie ogólnej sprawności ruchowej, usprawnianie jej i rozładowanie napięć psychicznych.</p> <p><u>Sposoby realizacji:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ćwiczenia relaksacyjne, ćwiczenia ogólnousprawniające, poranna gimnastyka grupowa i indywidualna, gry i zabawy sportowe, spacery;</li> <li>2) zajęcia na siłowni napowietrznej zewnętrznej</li> <li>3) udział w turniejach sportowych.</li> <li>4) gra w bocce/organizowanie turnieju bocce</li> <li>5) Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb, możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</li> </ol>		praca ciągła, wg. potrzeb	Terapeuta/ Instruktor Terapii
V	<p><b>Terapia zajęciowa:</b></p> <p><u>Cel:</u> Pozwala na rozeznanie możliwości posługiwania się różnymi technikami pracy i może dawać namiastkę pracy zawodowej.</p> <p><u>Sposoby realizacji:</u></p>		praca ciągła	Terapeuta/ Instruktor Terapii

168

		<p>1) <b>zajęcia komputerowe</b> - nabycie podstawowej umiejętności użytkowania: komputera PC, oprogramowania Windows jak również programów Word, Excel, PowerPoint, Paint. Nabycie podstawowej umiejętności użytkowania Internetu: posługiwanie się przeglądarką internetową, umiejętność poruszanie się po zasobach internetowych (wyszukiwanie stron, portali internetowych, komunikowanie się za pomocą poczty internetowej). Podniesienie samooceny dzięki nabyciu nowych umiejętności. Nauka posługiwania się aparatem fotograficznym, obróbka zdjęć. Poszerzenie wiedzy o współczesnym świecie z wykorzystaniem nowoczesnych technologii i urządzeń (drukarka, laminator, gilotyna);</p> <p>2) <b>zajęcia rękodzieła artystycznego</b> – zajęcia manualno – rehabilitacyjne dostosowane do indywidualnych potrzeb i możliwości uczestników. Okazjonalnie wprowadzane są zajęcia podczas których wykonywane są karty, karty oraz przestrzenne kompozycje kwiatowe i stroiki świąteczne. Podczas zajęć artystycznych kładziony jest szczególny nacisk na staranne i estetyczne wykonywanie prac. Przygotowywane są dekoracje na imprezy okolicznościowe i przedstawienia. Uczestnicy biorą również aktywny udział w zajęciach plenerowych (malarskich) w budynku oraz na zewnątrz, nabywają podstawową wiedzę o prawidłowym dobieraniu farb, pędzli, podobrazia. Organizowane zajęcia mają na celu doskonalenie umiejętności manualnych, rozwijanie wyobraźni,</p>	<p><b>Praca ciągła</b></p> <p><b>Terapeuta/ Instruktor Terapii</b></p>	<p><b>praca ciągła</b></p> <p><b>Terapeuta/ Instruktor Terapii</b></p>
--	--	---	--	--

		<p>naukę współpracy w grupie, rozwój inwencji twórczej poprzez projektowanie prac, dobór kolorów, rozwijanie koordynacji wzrokowo-ruchowej;</p> <p>3) <b>zajęcia teatralne</b> - przygotowanie spektakli teatralnych, wystąpień muzyczno - artystycznych z którym uczestnicy występować będą (jak w poprzednim roku ) w ośrodkach kultury, na przeglądach teatralnych organizowanych przez inne ŚDS-y</p> <p>4) Indywidualne ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb, możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</p>	Praca wg. potrzeb	Terapeuta/ Instruktor Terapii
VI	<p><b>Zajęcia z zakresu aktywizacji zawodowej:</b></p> <p><b>Cel i sposoby realizacji:</b></p> <p>Rolą zajęć jest przygotowanie uczestników do przyszłego podjęcia pracy. Zajęcia mają uświadamiać znaczenie pracy w życiu człowieka, uczyć przygotowywania dokumentów osobowych, zapoznać uczestników z zasadami pisania CV, życiorysu. Prowadzone będą również zajęcia z papieroplastyki przy użyciu maszyny tnąco-wyłaczającej. Ponadto zajęcia obejmują udział w projektach aktywizujących zawodowo, udział w targach pracy. Przygotowują również uczestników do udziału w Warsztatach</p>	Według potrzeb	praca indywidualna/grupowa zgodna z pojawiającymi się potrzebami	psycholog/pracownik socjalny instruktor terapii/terapeuta

KŚ

		Terapii Zajęciowej, Zawodowej.	Zakładach	Aktywności		
VII	Postępowanie wspierająco - aktywizujące	<b>Indywidualne konsultacje psychologiczne:</b>  Praca indywidualna psychologa Domu z uczestnikami oraz jego rodziną.  Indywidualne poradnictwo psychologiczne z uwzględnieniem potrzeb, możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.	<b>Praca ciągła</b>		<b>psycholog</b>	
VIII	Postępowanie wspierająco - aktywizujące	<b>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych i dostępie do świadczeń zdrowotnych:</b>  Stala praca z uczestnikami obejmująca diagnozę sytuacji uczestnika jak i pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, pomoc w dostępie do placówek służby zdrowia i innych instytucji, pomoc w umawianiu wizyt lekarskich oraz pilnowaniu terminów.  Indywidualne wsparcie socjalne, ćwiczenia, treningi ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb, możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.	<b>praca ciągła wg potrzeb</b>		<b>pracownik socjalny</b>	

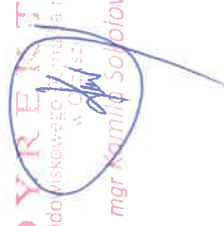
<b>IX</b>		<b>Niezbędna opieka:</b>  Zapewnienie opieki, wsparcia, pomocy w niezbędnych zakresach funkcjonowania oraz współpraca w zakresie farmakoterapii.	<b>praca ciągła</b>	<b>terapeuta/instruktor terapii/opiekun psycholog</b>
<b>X</b>	<b>Współpraca</b>	<b>Współpraca z innymi podmiotami:</b>  Środowiskowy Dom Samopomocy by zapewnić lepszą realizację zadań będzie współpracował m. in. Z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej, ŚDS-ami z terenu województwa warmińsko-mazurskiego, Warsztatami Terapii Zajęciowej, Zakładami Aktywności Zawodowej, organizacjami pozarządowymi (Orzyskie Stowarzyszenie „Szansa na...”, placówkami służby zdrowia, ośrodkami kultury, Miejskim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji w Orzyszu, instytucjami oświatowymi, Caritas i innymi według potrzeb.	<b>praca ciągła</b>	<b>dyrektor/pracownik socjalny</b>
<b>XI</b>	<b>Szkolenia</b>	<b>Szkolenia zewnętrzne/wewnętrzne:</b> Udział w szkoleniach organizowanych m.in. przez firmy szkolące, stowarzyszenia, fundacje w celu podnoszenia kompetencji zawodowych pracowników.	<b>co najmniej 1 raz na 6 miesięcy</b>	<b>Dyrektor/organizatorzy spotkań/ specjaliści</b>
<b>XII</b>		<b>Opracowanie Planu Pracy Domu na 2021r. dla uczestników typu :A, B, C.</b>	<b>1 raz w roku</b>	<b>Dyrektor</b>

*KŚ*

XIII	Działanie wspierająco-aktywizujące	Organizowanie imprez/ spotkań/ wycieczek/wyjazdów/wydarzeń zgodnie z harmonogramem.	Praca ciągła wg potrzeb	Dyrektor/ Terapeuci/ Instruktorzy terapii/ psycholog/ pracownik socjalny
XIV	Organizacja Domu	Spotkania zespołu wspierająco-aktywizującego, celem omówienia realizacji indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizującego i osiągniętych rezultatów, a także ewentualnej możliwości ich modyfikacji.  Sporządzenie sprawozdania z działalności Domu za rok poprzedni	Co najmniej raz na 6 miesięcy  Do dnia 15 lutego po okresie sprawozdawczym	Zespół wspierająco-aktywizujący  Dyrektor

Uzgodniono  
30.12.2019.  
BURMISTRZ  
  
mgr Zbigniew Włodkowski

Uzgodniono 15 dni  
28.11.2019  
Z up. Wojewody  
WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO  
Joanna Jankowska-Kastrak  
ZASTĘPCA DYREKTORA  
Wydziału Polityk Społecznej

Opis, data 13.11.2019.  
DIREKTOR  
Środowiskowego Centrum Pomocy  
W Olsztynie  
  
mgr Kamila Solajowska

GLÓWNY SPECJALISTA  
  
Katarzyna Górka

**PLAN PRACY DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ INTELEKTUALNĄ – TYP B w tym również dla OSÓB ZE SPEKTRUM  
AUTYZMU LUB NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI SPRZĘŻONYMI – 2020 r.**

L.p.	Zakres	Zadania	Termin realizacji	Osoby prowadzące/odpowiedzialne
1.	2.	3.	4.	5.
1	Postępowanie wspierająco - aktywizujące	<p><b>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:</b></p> <p><u>Cel:</u></p> <p>Funkcje treningów interpersonalnych dotyczą osobowości i zachowań uczestników pod względem zmian właściwości i mechanizmów psychicznych. Dąży się do rozwoju takich cech jak: kreatywność, wytrwałość, zdolność podejmowania decyzji, ale również poczucie wspólnoty, społecznej odpowiedzialności i odwagi, rozwijanie/ćwiczenie posiadanych umiejętności porozumiewania się z otoczeniem w sposób werbalny i niewerbalny.</p> <p><u>Sposoby realizacji:</u></p> <p>1) <b>zebrania społeczności terapeutycznej</b> - stanowią istotny element oddziaływań rehabilitacyjnych, mający na celu budowanie poczucia bezpieczeństwa, zrozumienia i akceptacji, dają możliwość omawiania i rozwiązywania przez uczestników wzajemnych problemów pojawiających się w codziennym życiu;</p> <p>2) <b>psychoedukacja</b> - dostarcza informacji o czynnikach sprzyjających zdrowieniu,</p>	praca ciągła	Psycholog / Dyrektor ŚDS/ Przewodniczący zespołu wspierająco-aktywizującego
			Praca ciągła	Psycholog



	<p>poznaniu sposobów radzenia sobie z przewlekłymi objawami psychicznymi, formułowaniu planu postępowania w sytuacji nawrotu, możliwościach terapii farmakologicznej i psychosocjalnej, zachęca do wypracowania własnych, ale bezpiecznych strategii radzenia sobie z chorobą;</p> <p>3) <b>trening poznawczy</b> - ćwiczy zdolności poznawcze, pamięć, uwagę, spostrzegawczość, obejmuje również tematykę zniekształceń poznawczych odnoszących do postaw i przekonań.</p> <p>4) <b>trening umiejętności komunikacyjnych</b>, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej – stymuluje zdolności w porozumiewaniu się w sposób werbalny i niewerbalny, jak najlepiej wykorzystując potencjał uczestnika</p> <p>5) <b>Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</b></p>	<p>Według potrzeb</p> <p>Według potrzeb</p> <p>Według potrzeb</p>	<p>Terapeuta / Instruktor Terapii Opiekun/psycholog</p> <p>Terapeuta/Instruktor terapii/psycholog</p> <p>Terapeuta/Instruktor terapii/Psycholog</p>
II	<p>Treningi funkcjonowania w codziennym życiu:</p> <p><u>Sposoby realizacji i cele:</u></p> <p>1) <b>trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi</b> - uczestnicy w ramach treningu przez zabawę i ćwiczenia poznają wartość</p>	<p>praca ciągła</p> <p>według indywidualnych potrzeb</p>	<p>Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun</p>



		<p>pieniądza, uczą się planowania zakupów, orientacji w cenach i dokonywania obliczeń, wychodzą wspólnie do sklepów, dokonują zakupów, uczą się odraczania większych zakupów, odkładania środków;</p> <p>2) <b>trening kulinarny</b> - zawiera zarówno codzienne kształtowanie nawyków poprzez pełnienie dyżurów związanych z przygotowaniem do gorącego posiłku jak i treningi praktyczne mające na celu wyrobienie praktycznych umiejętności przygotowania prostych potraw. Na zajęciach w pracowni uczestnicy przygotowują śniadania oraz gorące posiłki. Równocześnie prowadzone są treningi zaradności życiowej tj. przygotowanie posiłku, samodzielne dokonywanie zakupów, dbanie o czystość i porządek w swoim otoczeniu. Prowadzone są również zajęcia poprawiające zdolności manualne: krojenie, wyrabianie ciast itp. Wdrażane są nawyki kulturalnego zachowania przy stole. W ramach terapii przygotowywane są poczęstunki dla zapraszanych gości na imprezy okolicznościowe np. zabawę karnawałową, spotkanie wigilijne, itp.;</p> <p>3) <b>trening higieniczny</b> – nauka/trening samodzielnego mycia się, dbania o estetyczny wygląd, ubiór adekwatny do pogody i pory roku, utrzymywanie higieny otoczenia, odbywający się</p>	<p><b>Praca ciągła</b> (przygotowywanie gorącego posiłku)</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p>
			<p><b>Praca indywidualna</b> wg. potrzeb zawartych w IPPWA</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p>
			<p><b>Praca ciągła</b></p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p>

	<p>w formie teoretycznej jak i praktycznej - indywidualnie i grupowo;</p> <p>4) <b>trening porządkowy</b> - wdrażanie do nawyków celowej aktywności poprzez budowanie poczucia sprawstwa i odpowiedzialności w dbaniu o mienie jak i udziału w utrzymaniu w czystości ŚDS, poprzez pełnienie dyżurów porządkowych;</p> <p>5) <b>trening umiejętności praktycznych</b> - w ramach tego treningu uczestnicy uczą się/nabywają umiejętności związane z obsługą podstawowych urządzeń domowych (pralki, zmywarki, miksera, kuchenki gazowej, piekarnika, żelazka, suszarki do włosów, itp.), jak i wymiany żarówki, dokonania drobnych napraw.</p> <p>6) <b>Trening funkcjonowania w codziennym życiu</b> –uczenie/nabywanie umiejętności posługiwania się nieskomplikowanymi narzędziami znajdującymi się w gospodarstwie domowym, np. grabie, ściski stolarskie, śrubokręt, metrówka, klucz, papier ścierny, łopata, poziomica, młotek itp. Zajęcia mają na celu rozszerzanie umiejętności praktycznych, przydatnych w codziennym życiu, pracy zawodowej.</p> <p>7) <b>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów</b> - kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami</p>	<p>Praca indywidualna wg. potrzeb zawartych w IPPWA</p> <p>Praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p>
--	--	---	---

*Kg*

		<p>bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury.</p> <p><b>8) Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi</b></p>	Praca ciągła	Terapeuta/ Instruktor Terapii
III		<p><b>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego :</b></p> <p><b>Cel:</b> W jego ramach kształtuje się motywację do akceptowanych społecznie zachowań, obejmuje aktywność kulturalno – oświatowo – integracyjną. Polega głównie na umożliwieniu uczestnikom rozrywki i rekreacji a także na poszukiwaniu i rozwijaniu ich zainteresowań. Terapeuci zwracają uwagę uczestnikom na prawidłowe zachowanie się w miejscach publicznych: kinie, teatrze, kawiarni. Przez czytanie czasopism, książek, oglądanie wybranych programów i filmów zmierza się do rozwoju zainteresowań taką formą spędzania wolnego czasu.</p> <p><b>Sposoby realizacji:</b> 1).wycieczki i wyjścia do miejsc związanych z dawną i dzisiejszą kulturą, których celem jest poznanie dziedzictwa kulturowego lub kontakt z przyrodą. Rozwój zainteresowań dotyczy również spędzania wolnego czasu w formach proponowanych przez szeroko pojęte środowisko lokalne;</p>	<p>praca ciągła</p> <p>Według zauważonych i zgłaszanych potrzeb oraz możliwości finansowych</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun</p>

IV	2)gry i zabawy integracyjne - (kalambury, bingo, quizy) włączające całą społeczność i mające na celu poprawę samopoczucia i doświadczanie poczucia współdziałania;	Praca ciągła wg. potrzeb	Praca ciągła wg. potrzeb	Terapeuta/ Instruktor Terapii/Psycholog/Opiekun
	3)filmoterapia - projekcje filmów o zróżnicowanej tematyce: edukacyjnej, dokumentalnej, fabularnej.	Praca ciągła wg. potrzeb	Praca ciągła wg. potrzeb	Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun
	4)muzykoterapia - słuchanie muzyki, poznawanie instrumentów, wspólne śpiewanie, wzmocnienie integracji grupowej, pobudzanie pozytywnych emocji, zwiększenie tolerancji i wymiany poglądów, zmniejszenie napięcia, poprawa uwagi i koncentracji, rozwijanie i poszerzanie zainteresowań.	Praca ciągła wg. potrzeb	Praca ciągła wg. potrzeb	Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun
	5)wykonywanie prostych prac technicznych – nauka posługiwania się sprzętami takimi jak: wyrzynarka, piłka ręczna, wkrętarka. Obróbka małych elementów drewnianych (ramki, klocki), metalowych itp.	Praca ciągła wg. potrzeb	Praca ciągła wg. potrzeb	Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun
	6)Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.	Praca ciągła wg. potrzeb	Praca ciągła wg. potrzeb	Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun
IV	<b>Aktywizacja fizyczna:</b>  <b>Cel:</b> Zajęcia te mają na celu podtrzymywanie ogólnej sprawności ruchowej, usprawnianie jej i rozładowanie napięć psychicznych.	praca ciągła, wg. potrzeb	praca ciągła, wg. potrzeb	

		<p><b><u>Sposoby realizacji:</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ćwiczenia relaksacyjne, ćwiczenia ogólnousprawniające, poranna gimnastyka grupowa i indywidualna, gry i zabawy sportowe, spacer;</li> <li>2) zajęcia na siłowni napowietrznej zewnętrznej</li> <li>3) udział w turniejach sportowych.</li> <li>4) gra w bocce/organizowanie turnieju bocce</li> <li>5) Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</li> </ol>		<p>Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun</p>
V		<p><b>Terapia zajęciowa:</b></p> <p><b><u>Cel:</u></b> Pozwala na rozeznanie możliwości posługiwania się różnymi technikami pracy i może dawać namiastkę pracy zawodowej.</p> <p><b><u>Sposoby realizacji:</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) zajęcia komputerowe - nabycie podstawowej umiejętności użytkowania: komputera PC, oprogramowania Windows jak również programów Word, Excel, PowerPoint, Paint. Nabycie podstawowej umiejętności użytkowania Internetu: posługiwanie się przeglądarką internetową, umiejętność poruszanie się po zasobach internetowych (wyszukiwanie stron, portali internetowych,</li> </ol>	<p>praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p>

KŚ

	komunikowanie się za pomocą poczty internetowej). Podniesienie samooceny dzięki nabyciu nowych umiejętności. Nauka posługiwania się aparatem fotograficznym, obróbka zdjęć. Poszerzenie wiedzy o współczesnym świecie z wykorzystaniem nowoczesnych technologii i urządzeń (drukarka, laminator, gilotyna);		
	<p><b>2) zajęcia rękodzieła artystycznego</b> – zajęcia manualno – rehabilitacyjne dostosowane do indywidualnych potrzeb i możliwości uczestników. Okazjonalnie wprowadzane są zajęcia podczas których wykonywane są karty, karnety oraz przestrzenne kompozycje kwiatowe i stroiki świąteczne. Podczas zajęć artystycznych kładziony jest szczególny nacisk na staranne i estetyczne wykonywanie prac. Przygotowywane są dekoracje na imprezy okolicznościowe i przedstawienia. Uczestnicy biorą również aktywny udział w zajęciach plenerowych (malarskich) w budynku oraz na zewnątrz, nabywają podstawową wiedzę o prawidłowym dobieraniu farb, pędzli, podobrazia. Organizowane zajęcia mają na celu doskonalenie umiejętności manualnych, rozwijanie wyobraźni, naukę współpracy w grupie, rozwój inwencji twórczej poprzez projektowanie prac, dobór kolorów, rozwijanie koordynacji wzrokowo- ruchowej;</p>	Praca ciągła	Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun
		Praca ciągła, wg potrzeb	Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun

		<p><b>3) zajęcia teatralno-muzyczne</b> przygotowanie spektakli teatralnych, wystąpień muzycznych – artystycznych, z którymi uczestnicy występować będą (jak w poprzednim roku ) w ośrodkach kultury, na przeglądach teatralnych organizowanych przez inne SDS-y.</p> <p><b>4)</b> Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</p>			
VI		<p><b>Zajęcia z zakresu aktywizacji zawodowej:</b></p> <p><b>Cel i sposoby realizacji:</b></p> <p>Rolą zajęć jest przygotowanie uczestników do przyszłego podjęcia pracy. Zajęcia mają uświadamiać znaczenie pracy w życiu człowieka, uczyć przygotowywania dokumentów osobowych, zapoznać uczestników z zasadami pisania CV, życiorysu. Prowadzone będą również zajęcia z papieroplastyki przy użyciu maszyny tnąco-wyłaczającej. Ponadto zajęcia obejmują udział w projektach aktywizujących zawodowo, udział w targach pracy. Przygotowują również uczestników do udziału w Warsztatach Terapii Zajęciowej, Zakładach Aktywności Zawodowej.</p>	Według potrzeb	praca indywidualna/grupowa zgodna z pojawiającymi się potrzebami	psycholog/pracownik socjalny instruktor terapii/terapeuta/Opiekun
VII	Postępowanie wspierające - aktywizujące	<p><b>Indywidualne konsultacje psychologiczne:</b></p> <p>Praca indywidualna psychologa Domu z uczestnikiem oraz jego rodziną.</p>	Praca ciągła		psycholog



		Indywidualne poradnictwo, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.		
VIII	Postępowanie wspierająco - aktywizujące	<p><b>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych i dostępie do świadczeń zdrowotnych:</b></p> <p>Stala praca z uczestnikami obejmująca diagnozę sytuacji uczestnika jak i pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, pomoc w dostępie do placówek służby zdrowia i innych instytucji, pomoc w umawianiu wizyt lekarskich oraz pilnowaniu terminów. Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</p>	praca ciągła wg potrzeb	pracownik socjalny
IX		<p><b>Niezbędna opieka:</b></p> <p>Zapewnienie opieki, wsparcia, pomocy w niezbędnych zakresach funkcjonowania oraz współpraca w zakresie farmakoterapii.</p>	praca ciągła	terapeuta/instruktor terapii/ psycholog
X	Współpraca	<p><b>Współpraca z innymi podmiotami:</b></p> <p>Środowiskowy Dom Samopomocy by zapewnić lepszą realizację zadań będzie współpracował m. in. Z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej, ŚDS-ami z terenu województwa warmińsko-mazurskiego,</p>	praca ciągła	dyrektor/pracownik socjalny



		Warsztatami Terapii Zajęciowej, Zakładami Aktywności Zawodowej, organizacjami pozarządowymi (Orzyskie Stowarzyszenie „Szansa na...”, placówkami służby zdrowia, ośrodkami kultury, Miejskim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji w Orzyszu, instytucjami oświatowymi, Caritas i innymi według potrzeb.		
XI	<b>Szkolenia</b>	<b>Szkolenia zewnętrzne:</b> Udział w szkoleniach organizowanych mi.in. firmy szkolące, stowarzyszenia, fundacje w celu podnoszenia kompetencji zawodowych pracowników.	Co najmniej 1 x na 6 miesięcy	dyrektor/organizatorzy spotkań/ specjaliści
XII		Opracowanie Planu Pracy Domu na 2021r. dla uczestników typu :A, B, C.	1 raz w roku	Dyrektor
XIII	<b>Działanie wspierające aktywizujące</b>	<b>Organizowanie imprez/ spotkań/ wycieczek/wyjazdów/wydarzeń zgodnie z harmonogramem.</b>	Praca ciągła wg potrzeb	Dyrektor/ Terapeuci/ Instruktorzy terapii/ psycholog/ pracownik socjalny

XIV	Organizacja Domu	Spotkania zespołu wspierająco-aktywizującego, celem omówienia realizacji indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizującego i osiągniętych rezultatów, a także ewentualnej możliwości ich modyfikacji.	Co najmniej raz na 6 miesięcy	Zespół wspierająco – aktywizujący
		Sporządzenie sprawozdania z działalności Domu za rok poprzedni	Do dnia 15 lutego po okresie sprawozdawczym	Dyrektor

Uzgodniono  
30.12.2019r.

BURMISTRZ

mgr Zbigniew Włodkowski

Uzgodniono 15 dnin.  
28.11.2018

Z up. WOJEWODY  
WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

Joanna Jabłunko-Kastrau  
ZASTĘPCA DYREKTORA  
Wydziału Polityki Społecznej

Omylnie 13.11.2019r.

DYREKTOR  
Środowiskowej Organizacji Samopomocy

mgr Kamila Sokołowska

GŁÓWNY SPECJALISTA

Katarzyna Górską

**PLAN PRACY DLA OSÓB WYKAZUJĄCYCH INNE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH – TYP C w tym również dla OSÓB ZE SPEKTRUM AUTYZMU LUB NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI SPRZEŻONYMI – 2020 r.**

L.p.	Zakres	Zadania	Termin realizacji	Osoby prowadzące/odpowiedzialne
1.	2.	3.	4.	5.
I	Postępowanie wspierające - aktywizujące	<p><b>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:</b></p> <p><u>Cel:</u></p> <p>Funkcje treningów interpersonalnych dotyczą osobowości i zachowań uczestników pod względem zmian właściwości i mechanizmów psychicznych. Dąży się do rozwoju takich cech jak: kreatywność, wytrwałość, zdolność podejmowania decyzji, ale również poczucie wspólnoty, społecznej odpowiedzialności i odwagi, rozwijanie/ćwiczenie posiadanych umiejętności porozumiewania się z otoczeniem w sposób werbalny i niewerbalny.</p> <p><u>Sposoby realizacji:</u></p> <p>1) <b>zebrania społeczności terapeutycznej</b> - stanowią istotny element oddziaływań rehabilitacyjnych, mający na celu budowanie poczucia bezpieczeństwa, zrozumienia i akceptacji, dają możliwość omawiania i rozwiązywania przez uczestników wzajemnych problemów pojawiających się w codziennym życiu;</p> <p>2) <b>psychoedukacja</b> - dostarcza informacji o czynnikach sprzyjających zdrowieniu, poznaniu sposobów radzenia sobie z przewlekłymi objawami</p>	praca ciągła	Psycholog / Dyrektor ŚDS/ Przewodniczący zespołu wspierająco-aktywizującego
			Według zauważonych potrzeb	Psycholog

*1/5*

	<p>psychotycznymi, formułowaniu planu postępowania w sytuacji nawrotu, możliwościach terapii farmakologicznej i psychosocjalnej, zachęca do wypracowania własnych, ale bezpiecznych strategii radzenia sobie z chorobą;</p> <p>3) <b>trening poznawczy</b> - ćwiczy zdolności poznawcze, pamięć, uwagę, spostrzegawczość, obejmuje również tematykę zniekształceń poznawczych odnoszących do postaw i przekonań.</p> <p>4) <b>trening umiejętności komunikacyjnych</b>, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej – stymuluje zdolności w porozumiewaniu się w sposób werbalny i niewerbalny, jak najlepiej wykorzystując potencjał uczestnika.</p> <p>5) <b>Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</b></p>	<p>Według potrzeb</p> <p>Praca ciągła/według potrzeb</p>	<p>Terapeuta / Instruktor Terapii /psycholog</p> <p>Terapeuta / Instruktor Terapii /psycholog</p>
II	<p><b>Treningi funkcjonowania w codziennym życiu:</b></p> <p><u>Sposoby realizacji i cele:</u></p> <p>1) <b>trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi</b> - uczestnicy w ramach treningu nabywają /doskonają umiejętności racjonalnego planowania zakupów, orientacji w cenach i</p>	<p>praca ciągła</p> <p>według indywidualnych potrzeb</p>	<p>Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun</p>

	<p>dokonywania obliczeń, wychodzą wspólnie do sklepów, dokonują zakupów, uczą się odraczania większych zakupów, odkładania środków;</p> <p>2) <b>trening kulinarny</b> - zawiera zarówno codzienne kształtowanie nawyków poprzez pełnienie dyżurów związanych z przygotowaniem do posiłku jak i treningi praktyczne mające na celu wyrobienie praktycznych umiejętności przygotowania potraw. Na zajęciach w pracowni uczestnicy przygotowują śniadania. Równocześnie prowadzone są treningi zaradności życiowej tj. przygotowanie posiłku, samodzielne dokonywanie zakupów, dbanie o czystość i porządek w swoim otoczeniu. Prowadzone są również zajęcia poprawiające zdolności manualne: praca z masą solną, krojenie, wyrabianie ciast itp. Wdrażane są nawyki kulturalnego zachowania przy stole. W ramach terapii przygotowywane są poczęstunki dla zapraszanych gości na imprezy okolicznościowe np. zabawę karnawałową, spotkanie wigilijne, itp.;</p>	<p>Praca ciągła (przygotowywanie gorącego posiłku)</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p>
	<p>3) <b>trening higieniczny</b> – wdrażanie do nawyków samodzielnego mycia się, dbania o estetyczny wygląd, ubiór adekwatny do pogody i pory roku, utrzymywanie higieny otoczenia, odbywający się w formie teoretycznej jak i praktycznej - indywidualnie i grupowo;</p> <p>4) <b>trening porządkowy</b> - wdrażanie do nawyków celowej aktywności poprzez budowanie poczucia sprawstwa i odpowiedzialności w dbaniu o mienie</p>	<p>praca indywidualna wg potrzeb zawartych w IPPWA</p> <p>praca ciągła</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p>

	<p>jak i udziału w utrzymaniu w czystości SDS, poprzez pełnienie dyżurów porządkowych;</p> <p><b>5) trening umiejętności praktycznych</b> - w ramach tego treningu uczestnicy nabywają/doskonalą umiejętności związane z obsługą podstawowych urządzeń domowych (pralki, zmywarki, miksera, kuchenki gazowej, piekarnika, żelazka, suszarki do włosów, itp.), jak i wymiany żarówki, dokonania drobnych napraw.</p> <p><b>6) Trening funkcjonowania w codziennym życiu</b> – nabywanie/doskonalenie umiejętności postępowania się nieskomplikowanymi narzędziami znajdującymi się w gospodarstwie domowym, np. grabie, ściski stolarskie, śrubokręt, metrówka, klucz, papier ścierny, łopata, poziomica, młotek itp. Zajęcia mają na celu rozszerzanie umiejętności praktycznych, przydatnych w codziennym życiu, pracy zawodowej.</p> <p><b>7) Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów</b> - kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury.</p> <p><b>8) Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</b></p>	<p>praca indywidualna wg potrzeb zawartych w IPPWA</p> <p>Praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p> <p>Praca ciągła/według potrzeb</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Psycholog</p>
--	---	---	--

III		<p><b>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego :</b></p> <p><b>Cel:</b> W jego ramach kształtuje się motywację do akceptowanych społecznie zachowań, obejmuje aktywność kulturalno – oświatowo – integracyjną. Polega głównie na umożliwieniu uczestnikom rozrywki i rekreacji a także na poszukiwaniu i rozwijaniu ich zainteresowań. Terapeuci zwracają uwagę uczestnikom na prawidłowe zachowanie się w miejscach publicznych: kinie, teatrze, kawiarni. Przez czytanie czasopism, książek, oglądanie wybranych programów i filmów mierza się do rozwoju zainteresowań taką formą spędzania wolnego czasu.</p> <p><b>Sposoby realizacji:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>wycieczki i wyjścia</b> do miejsc związanych z dawną i dzisiejszą kulturą, których celem jest poznanie dziedzictwa kulturowego lub kontakt z przyrodą. Rozwój zainteresowań dotyczy również spędzania wolnego czasu w formach proponowanych przez szeroko pojęte środowisko lokalne;</li> <li>2) <b>gry i zabawy integracyjne</b> - (kalambury, bingo, quizy) włączające całą społeczność i mające na celu poprawę samopoczucia i doświadczanie poczucia współdziałania;</li> <li>3) <b>filmoterapia</b> - projekcje filmów o zróżnicowanej tematyce: edukacyjnej, dokumentalnej, fabularnej.</li> </ol>	<p>praca ciągła</p>	<p>Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Według zauważonych i zgłaszanych potrzeb oraz możliwości finansowych</p> <p>Praca ciągła wg. potrzeb</p> <p>Praca ciągła wg. potrzeb</p> <p>Praca ciągła wg. potrzeb</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Psycholog/Opiekun</p> <p>Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun</p>
-----	--	---	---------------------	--

		<p>4) <b>muzykoterapia</b> - słuchanie muzyki, poznawanie instrumentów, wspólne śpiewanie, wzmocnienie integracji grupowej, pobudzenie pozytywnych emocji, zwiększenie tolerancji i wymiany poglądów, zmniejszenie napięcia, poprawa uwagi i koncentracji, rozwijanie i poszerzanie zainteresowań.</p> <p>5) <b>wykonywanie prostych prac technicznych</b> – nauka/doskonalenie umiejętności posługiwania się sprzętami takimi jak: wyrzynarką, piłką ręczną, wkrętarka. Obróbka małych elementów drewnianych (ramki, klocki), metalowych itp.</p> <p>6) <b>Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</b></p>	<p>Praca ciągła wg. potrzeb</p> <p>Praca ciągła wg. potrzeb</p>	<p>Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/Instruktor Terapii/Psycholog</p>
IV		<p><b>Aktywizacja fizyczna:</b></p> <p><u>Cel:</u> Zajęcia te mają na celu podtrzymywanie ogólnej sprawności ruchowej, usprawnianie jej i rozładowanie napięć psychicznych.</p> <p><u>Sposoby realizacji:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ćwiczenia relaksacyjne, ćwiczenia ogólnousprawniające, poranna gimnastyka grupowa i indywidualna, gry i zabawy sportowe, spacer;</li> <li>2) zajęcia na siłowni napowietrznej zewnętrznej</li> <li>3) udział w turniejach sportowych.</li> <li>4) gra w bocce/organizowanie turnieju bocce</li> </ol>	<p>praca ciągła wg potrzeb</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p>



		Indywidualn ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.		
V		<p><b>Terapia zajęciowa:</b></p> <p><b>Cel:</b> Pozwala na rozeznanie możliwości posługiwania się różnymi technikami pracy i może dawać namiastkę pracy zawodowej.</p> <p><b>Sposoby realizacji:</b> 5) <b>zajęcia komputerowe</b> - nabycie podstawowej umiejętności użytkowania: komputera PC, oprogramowania Windows jak również programów Word, Excel, PowerPoint, Paint. Nabycie podstawowej umiejętności użytkowania Internetu: posługiwanie się przeglądarką internetową, umiejętne poruszanie się po zasobach internetowych (wyszukiwanie stron, portali internetowych, komunikowanie się za pomocą poczty internetowej). Podniesienie samooceny dzięki nabyciu nowych umiejętności. Nauka posługiwania się aparatem fotograficznym, obróbka zdjęć. Poszerzenie wiedzy o współczesnym świecie z wykorzystaniem nowoczesnych technologii i urządzeń (drukarka, laminator, gilotyna);</p> <p>6) <b>zajęcia rękodziela artystycznego</b> – zajęcia manualno – rehabilitacyjne dostosowane do</p>	praca ciągła	
			Praca ciągła	Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun
			Praca ciągła	Terapeuta/ Instruktor Terapii

	indywidualnych potrzeb i możliwości uczestników. Okazjonalnie wprowadzane są zajęcia podczas których wykonywane są karty, karnety oraz przestrzenne kompozycje kwiatowe i stroiki świąteczne. Podczas zajęć artystycznych kładziony jest szczególny nacisk na staranne i estetyczne wykonywanie prac. Przygotowywane są dekoracje na imprezy okolicznościowe i przedstawienia. Uczestnicy biorą również aktywny udział w zajęciach plenerowych (malarskich) w budynku oraz na zewnątrz, nabywają podstawową wiedzę o prawidłowym dobieraniu farb, pędzli, podobrazia. Organizowane zajęcia mają na celu doskonalenie umiejętności manualnych, rozwijanie wyobraźni, naukę współpracy w grupie, rozwój inwencji twórczej poprzez projektowanie prac, dobór kolorów, rozwijanie koordynacji wzrokowo-ruchowej;		
	7) <b>zajęcia teatralno-muzyczne</b> przygotowanie spektakli teatralnych, przedstawień, występów artystycznych, z którym uczestnicy występować będą (jak w poprzednim roku ) w ośrodkach kultury, na przeglądach teatralnych organizowanych przez inne ŚDS-y.	<b>Praca wg potrzeb</b>	<b>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</b>
	8) <b>Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</b>	<b>Praca ciągła wg potrzeb</b>	<b>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Psycholog</b>

VI		<p><b>Zajęcia z zakresu aktywizacji zawodowej:</b></p> <p><b>Cel i sposoby realizacji:</b></p> <p>Rolą zajęć jest przygotowanie uczestników do przyszłego podjęcia pracy. Zajęcia mają uświadamiać znaczenie pracy w życiu człowieka, uczyć przygotowywania dokumentów osobowych, zapoznać uczestników z zasadami pisania CV, życiorysu. Prowadzone będą również zajęcia z papieroplastyki przy użyciu maszyny tnąco-wytlaczającej. Ponadto zajęcia obejmują udział w projektach aktywizujących zawodowo, udział w targach pracy. Przygotowują również uczestników do udziału w Warsztatach Terapii Zajęciowej, Zakładach Aktywności Zawodowej.</p>	<p>praca ciągła</p> <p>praca indywidualna/grupowa zgodna z pojawiającymi się potrzebami</p>	<p>psycholog/pracownik socjalny instruktor terapii/terapeuta</p>
VII	Postępowanie wspierające - aktywizujące	<p><b>Indywidualne konsultacje psychologiczne:</b></p> <p>Praca indywidualna psychologa Domu z uczestnikiem oraz jego rodziną.</p> <p>Indywidualne poradnictwo, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</p>	Praca ciągła	psycholog
VIII	Postępowanie wspierające - aktywizujące	<p><b>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych i dostępie do świadczeń zdrowotnych:</b></p> <p>Stala praca z uczestnikami obejmująca diagnozę sytuacji uczestnika jak i pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, pomoc w dostępie do placówek służby zdrowia i innych instytucji, pomoc w umawianiu wizyt lekarskich oraz pilnowaniu terminów.</p>	praca ciągła wg potrzeb	pracownik socjalny

		Indywidualne poradnictwo, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.		
IX		<p><b>Niezbędna opieka:</b></p> <p>Zapewnienie opieki, wsparcia, pomocy w niezbędnych zakresach funkcjonowania oraz współpraca w zakresie farmakoterapii.</p>	praca ciągła codziennie	terapeuta/instruktor terapii/ psycholog/opiekun
X	Współpraca	<p><b>Współpraca z innymi podmiotami:</b></p> <p>Środowiskowy Dom Samopomocy by zapewnić lepszą realizację zadań będzie współpracował m. in. Z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej, ŚDS-ami z terenu województwa warmińsko-mazurskiego, Warsztatami Terapii Zajęciowej, Zakładami Aktywności Zawodowej, organizacjami pozarządowymi (Orzyskie Stowarzyszenie „Szansa na...”, placówkami służby zdrowia, ośrodkami kultury, Miejskim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji w Orzyszu, instytucjami oświatowymi, Caritas i innymi według potrzeb.</p>	praca ciągła	dyrektor/pracownik socjalny

XI	Szkolenia	Szkolenia zewnętrzne/wewnętrzne: Udział w szkoleniach organizowanych m.in. przez Forum Środowiskowych Domów Samopomocy województwa warmińsko-mazurskiego, firmy szkolące w celu podnoszenia kompetencji zawodowych pracowników.	Co najmniej 1 x na 6 miesięcy	Dyrektor/organizatorzy spotkań/specjaliści
XII		Opracowanie Planu Pracy Domu na 2021 r. dla uczestników typu :A, B, C.	1 raz w roku	Dyrektor
XIII	Działanie wspierające aktywizujące	Organizowanie imprez/ spotkań/ wycieczek/wyjazdów/wydarzeń zgodnie z harmonogramem.	Praca ciągła według potrzeb	Dyrektor/ Terapeuci/ Instruktorzy terapii/ opiekun/psycholog/ pracownik socjalny
XIV	Organizacja Domu	Spotkania zespołu wspierająco-aktywizującego, celem omówienia realizacji indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizującego i osiągniętych rezultatów, a także ewentualnej możliwości ich modyfikacji.  Sporządzenie sprawozdania z działalności Domu za rok poprzedni	Co najmniej raz na 6 miesięcy  Do dnia 15 lutego po okresie sprawozdawczym	Zespół wspierająco-aktywizujący  Dyrektor

uzgodniono  
30.12.2019r.

BURMISTRZ

mgr Zbigniew Włodkowski

Uzgodniono w dniu

28.11.2019

Z up. WOJEWODY  
WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

Joanna Jachonka-Kostrau  
ZASTĘPCA DYREKTORA  
Wydziału Polityki Społecznej

Plan pracy opracowała:

Dmyn, 10.11.2019r.

DYREKTOR  
Środowiskowych Domów Samopomocy

mgr Katarzyna Górska

GŁÓWNY SPECJALISTA

Katarzyna Górska



**KALENDARZ IMPREZ  
W ŚRODOWISKOWYM DOMU SAMOPOMOCY  
W ORZYSZU  
NA 2020 ROK**

L.P.	MIESIĄC	WYDARZENIE	UWAGI
1.	STYCZEŃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>🚩 Dzień Babci</li> <li>🚩 Dzień Dziadka</li> <li>🚩 Zabawa Karnawałowa</li> <li>🚩 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS</li> </ul>	
2.	LUTY	<ul style="list-style-type: none"> <li>🚩 Tłusty Czwartek</li> <li>🚩 Ostatki</li> <li>🚩 Walentynki - Randka w ciemno</li> <li>🚩 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS</li> </ul>	
3.	MARZEC	<ul style="list-style-type: none"> <li>🚩 Dzień Kobiet</li> <li>🚩 Dzień Mężczyzn</li> <li>🚩 Powitanie Wiosny</li> <li>🚩 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS</li> </ul>	
4.	KWIECIEŃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>🚩 Prima Aprilis - integracyjne zabawy grupowe</li> <li>🚩 Wycieczka rowerowa</li> <li>🚩 Dzień Ziemi</li> <li>🚩 Udział w Kiermaszu Wielkanocnym</li> <li>🚩 Wielkanoc, Uroczyste śniadanie wielkanocne w ŚDS</li> <li>🚩 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS</li> </ul>	

5.	MAJ	<ul style="list-style-type: none"> <li>🚲 Wycieczka rowerowa</li> <li>👩 Dzień Matki</li> <li>👨 Udział w uroczystych obchodach Dni Rodziny</li> <li>👨 „Majowe grillowanie” w ŚDS – spotkanie integracyjne uczestników wraz z ich rodzinami oraz pracownikami ŚDS.</li> <li>👨 IV Orzyskie Spotkanie z Piosenką</li> <li>👨 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS</li> </ul>	
6.	CZERWIEC	<ul style="list-style-type: none"> <li>🚲 Wycieczka rowerowa</li> <li>👨 Dzień Ojca</li> <li>👨 Wycieczka nad morze</li> <li>👨 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS</li> </ul>	
7.	LIPIEC	<ul style="list-style-type: none"> <li>🚲 Wycieczka rowerowa</li> <li>👨 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS</li> </ul>	FERIE LETNIE
8.	SIERPIEŃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>👨 Pożegnanie lata</li> <li>🚲 Wycieczka rowerowa</li> <li>👨 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS</li> </ul>	FERIE LETNIE
9.	WRZESIEŃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>👨 Dożynki</li> <li>🚲 Wycieczka rowerowa</li> <li>👨 Pieczenie ziemniaka</li> <li>👨 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS</li> </ul>	



10.	PAŹDZIERNIK	<ul style="list-style-type: none"> <li>🚩 Porządki na grobach bliskich – wyjście na Cmentarz Komunalny w Orzyszu</li> <li>🚩 Powitanie Jesieni – wycieczka rowerowa</li> <li>🚩 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS</li> </ul>	
11.	LISTOPAD	<ul style="list-style-type: none"> <li>🚩 Święto zmarłych , Zaduszki</li> <li>🚩 Święto pracownika socjalnego</li> <li>🚩 Święto Niepodległości – udział w uroczystych obchodach. Andrzejk</li> <li>🚩 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS</li> </ul>	
12.	GRUDZIEŃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>🚩 Udział w Kiermaszu Bożonarodzeniowym</li> <li>🚩 Mikołajki</li> <li>🚩 Wigilia, Boże Narodzenie (wspólne kolędowanie)</li> <li>🚩 31.12.2019r. Sylwester</li> <li>🚩 Urodziny ŚDS</li> <li>🚩 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS</li> </ul>	

Orzysz, 10.11.2019r.

**DYREKTOR**  
 Środowiskowego Domu Samopomocy  
 w Orzyszu  
*mgr Kamila Sokołowska*

*KG*

