

PLAN PRACY

ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W ORZYSZU typu A, B, C, w tym również dla OSÓB ZE SPEKTRUM AUTYZMU LUB NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI SPRZĘŻONYMI w 2021 roku.

Oferta Środowiskowego Domu Samopomocy z lokalizacją przy ul. Wojska Polskiego 17B z miejscami całodobowego pobytu, przeznaczona jest dla osób przewlekle 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 wspierający – aktywizujący dostosowany jest do indywidualnych potrzeb i możliwości uczestników. Ma on za zadanie pomagać uczestnikom w niwelowaniu oraz likwidowaniu zaburzeń w zakresie przystosowania społecznego, podnoszeniu stopnia inteligencji, redukowaniu negatywnego wpływu środowiska, rozwijaniu oraz wspieraniu środowiska rodzinnego. Głównym celem terapii w ŚDS jest stworzenie warunków i sytuacji stymulujących uczestników do aktywności, rozwijanie ich działalności poznawczej, wspieraniu w zdobywaniu 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.

W 2021 roku ŚDS zamierza realizować działania, które w szczególności mają:

1. Kształtować umiejętności życiowe, społeczne, interpersonalne.
2. Spowodować przyspieszenie powrotu utraconych funkcji i ich sprawności a w przypadku zmian nieodwracalnych wyrobienie funkcji zastępczych u podopiecznych.
3. Powodować wychodzenie uczestników z sytuacji skrajnie trudnej socjalnie.
4. Sprzyjać budowaniu sieci oparcia społecznego i psychicznego.
5. Niwelować poczucie wyobcowania/osamotnienia.
6. Prowadzić do wszechstronnej aktywizacji uczestników.
7. Przeciwdziałać izolacji społecznej uczestników.
8. Służyć kształtowaniu postawy asertywnej podopiecznych.
9. Pomagać w odbudowaniu poczucia własnej wartości i autonomii.
10. Pomagać w zrozumieniu choroby i znalezieniu swojego miejsca w środowisku.
11. Prowadzić do poprawy jakości życia uczestników i ich rodzin.
12. Zapewnić możliwość skorzystania z gorącego posiłku w czasie pobytu.
13. Dbać o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu ze szczególnym uwzględnieniem profilaktyki w czasie pandemii COVID-19.
14. Pomagać w dostępie do świadczeń zdrowotnych.
15. Prowadzić zajęcia z zakresu szeroko rozumianej terapii zajęciowej.
16. Prowadzić profilaktykę w zakresie zdrowia psychicznego i somatycznego.
17. Udzielać kompleksowej pomocy przy rozwiązywaniu spraw i problemów zarówno dla podopiecznych jak i członków ich rodzin.
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 2021 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 – 2021 r.

L.p.	Zakres	Zadania	Termin realizacji	Osoby
1.	2.	3.	4.	5.
I	Postępowanie wspierające - aktywizujące	<p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:</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, podejmowania decyzji, ale również poczucie wspólnoty, społecznej odpowiedzialności i odwagi, rozwijanie umiejętności porozumiewania się z otoczeniem w sposób werbalny i niewerbalny.</p>	Praca ciągła, wg. potrzeb	Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego

	<p><u>Sposoby realizacji:</u></p> <p>1) psychoedukacja - 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;</p> <p>2) trening poznawczy - ćwiczy zdolności poznawcze, pamięć, uwagę, spostrzegawczość, obejmuje również tematykę zniekształceń poznawczych odnoszących do postaw i przekonań.</p> <p>3) trening umiejętności komunikacyjnych, 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>4) indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi</p>	<p>Według zauważonych potrzeb</p>	<p>Psycholog</p>
	<p>Według potrzeb</p>	<p>Według potrzeb</p>	<p>Terapeuta / Instruktor Terapii /psycholog</p>
	<p>Według potrzeb</p>	<p>Według potrzeb</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) trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi - uczestnicy w ramach treningu doskonałą 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) trening kulinarny - 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 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) trening higieniczny – wdrażanie do nawyków samodzielnego mycia się, dbania o estetyczny wygląd, ubiór adekwatny do pogody i pory roku,</p>	<p>praca ciągła</p> <p>według indywidualnych potrzeb</p> <p>Praca ciągła (przygotowywanie gorącego posiłku)</p> <p>praca indywidualna wg potrzeb zawartych w IPPWA</p>	<p>Terapeuta/Instruktor Terapii</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p>
----	--	--	--	--

	<p>utrzymanie higieny otoczenia, odbywający się w formie teoretycznej jak i praktycznej - indywidualnie i grupowo ze szczególnym uwzględnieniem profilaktyki w czasie pandemii COVID-19.</p> <p>4) trening porządkowy - wdrażanie do nawyków celowej aktywności poprzez budowanie poczucia sprawstwa i odpowiedzialności w dbaniu o mienie;</p> <p>5) trening umiejętności praktycznych - 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) Trening funkcjonowania w codziennym życiu – nabywanie umiejętności lub ich doskonalenie w zakresie posługiwania się nieskomplikowanymi narzędziami znajdującymi się w gospodarstwie domowym, np. grabie, ściski stolarskie, śrubokręt, metrówka, klucze, papier ścienny, łopata, poziomica, młotek itp. Zajęcia mają na celu rozszerzanie umiejętności praktycznych, przydatnych w codziennym życiu, pracy zawodowej.</p> <p>7) Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów - kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w</p>	<p>praca ciągła</p> <p>praca indywidualna wg potrzeb zawartych w IPPWA</p> <p>Praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p> <p>Według potrzeb</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p>

10

		<p>środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury.</p> <p>8) Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi</p>		
III		<p>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego :</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><u>Sposoby realizacji:</u> 1) wycieczki i wyjścia (jeżeli sytuacja na to pozwoli) 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) gry i zabawy integracyjne</p>	<p>praca ciągła</p> <p>Według zauważonych i zgłaszanych potrzeb oraz możliwości finansowych</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p>

10

		<p>- (kalambury, bingo, quizy) włączające całą społeczność i mające na celu poprawę samopoczucia i doświadczanie poczucia współdziałania;</p> <p>3) filmoterapia - projekcje filmów o zróżnicowanej tematyce: edukacyjnej, dokumentalnej, fabularnej.</p> <p>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.</p> <p>5) wykonywanie prostych prac technicznych – nauka posługiwania się sprzętami takimi jak: wyrzynarka, piłka ręczna, wkrętarka. Obróbka małych elementów drewnianych (ramki, klocki), metalowych itp.</p> <p>6) Zadania do realizacji indywidualnie, w grupie dostosowane do możliwości, potrzeb osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi</p>	<p>Praca ciągła wg. potrzeb</p> <p>Praca ciągła wg. potrzeb</p> <p>Praca ciągła wg. potrzeb</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Psycholog</p> <p>Terapeuta/Instruktor Terapii</p> <p>Terapeuta/Instruktor Terapii</p>
IV		<p>Aktywizacja fizyczna:</p> <p>Cel: Zajęcia te mają na celu podtrzymywanie ogólnej sprawności ruchowej, usprawnianie jej i rozładowanie napięć psychicznych.</p>	<p>praca ciągła, wg. potrzeb</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p>

10/11

		<p><u>Sposoby realizacji:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ćwiczenia relaksacyjne, ćwiczenia ogólnousprawniające, poranna gimnastyka grupowa i indywidualna, gry i zabawy sportowe, spacer;; 2) zajęcia na siłowni napowietrznej zewnętrznej 3) udział w turniejach sportowych. 4) gra w bocce. 5) Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb, możliwości osób ze spectrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi. 	praca ciągła, wg. potrzeb	Terapeuta/ Instruktor Terapii
V		<p>Terapia zajęciowa:</p> <p><u>Cel:</u></p> <p>Pozwala na rozeznanie możliwości posługiwania się różnymi technikami pracy i może dawać namiastkę pracy zawodowej.</p> <p><u>Sposoby realizacji:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) zajęcia komputerowe - nabycie podstawowej umiejętności użytkowania: komputera PC, oprogramowania Windows jak również programu Word. 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 	praca ciągła	Terapeuta/ Instruktor Terapii

	<p>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) zajęcia rękodziela artystycznego – 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> <p>3) zajęcia teatralne - przygotowanie spektakli teatralnych, występów muzycznych - artystycznych z którym uczestnicy występować będą (jak w poprzednim roku) w ośrodkach kultury, na</p>	<p>praca ciągła</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p>
	<p>Praca wg. potrzeb</p>		<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p>

15

		<p>przeглядach teatralnych organizowanych przez inne ŠDS-y</p> <p>4) Indywidualne ćwiczienia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb, możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</p>	Praca wg. potrzeb	Terapeuta/ Instruktor Terapii
VI		<p>Zajęcia z zakresu aktywizacji zawodowej:</p> <p><u>Cel i sposoby realizacji:</u></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>	praca indywidualna/grupowa zgodna z pojawiającymi się potrzebami	psycholog/pracownik socjalny instruktor terapii/terapeuta
VII	Postępowanie wspierające - aktywizujące	<p>Indywidualne konsultacje psychologiczne:</p> <p>Praca indywidualna psychologa Domu z uczestnikami oraz jego rodziną.</p>	Praca ciągła	psycholog

sta

		Indywidualne poradnictwo psychologiczne z uwzględnieniem potrzeb, możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.		
VIII	Postępowanie wspierające - aktywizujące	<p>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych i dostępie do świadczeń zdrowotnych:</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> <p>Indywidualne wsparcie społeczne, ćwiczenia, treningi ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb, możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</p>	praca ciągła wg potrzeb	pracownik socjalny
IX		<p>Niezbędna opieka:</p> <p>Zapewnienie opieki, wsparcia, pomocy w niezbędnych zakresach funkcjonowania oraz współpraca w zakresie farmakoterapii.</p>	praca ciągła	terapeuta/instruktor terapii/opiekun psycholog
X	Współpraca	Współpraca z innymi podmiotami:	praca ciągła, według potrzeb	dyrektor/pracownik socjalny
		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.		
XI	Szkolenia	Szkolenia zewnętrzne/wewnętrzne: Udział w szkoleniach organizowanych m.in. przez firmy szkolące, stowarzyszenia, fundacje w celu podnoszenia kompetencji zawodowych pracowników.	co najmniej 1 raz na 6 miesięcy	Dyrektor/organizatorzy spotkań/ specjaliści
XII		Opracowanie Planu Pracy Domu na 2022r. 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 wg potrzeb	Dyrektor/ Terapeuci/ Instruktorzy terapii/ psycholog/ pracownik socjalny

19

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	Zespół wspierająco-aktywizujący
		Do dnia 15 lutego po okresie sprawozdawczym	Dyrektor

Uzgodniono:
06.11.2020r.

Z UP. WOJEWODY
WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO
Marcin Jastrzębski
DYREKTOR
Wydziału Polityki Społecznej

Uzgodniono:

19.11.2020

BURMISTRZ

mgr Zdzisław Włodkowski

GŁÓWNY SPECJALISTA

Katarzyna Haraburda

Opis, data 15.10.2020r.

DYREKTOR
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Orzyszku
mgr Kamila Sokółowska

**PLAN PRACY DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ INTELEKTUALNĄ – TYP B w tym również dla OSÓB ZE SPEKTRUM
AUTYZMU LUB NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI SPRZĘŻONYMI – 2021 r.**

L.p.	Zakres	Zadania	Termin realizacji	Osoby prowadzące/odpowiedzialne
1.	2.	3.	4.	5.
I	Postępowanie wspierające - aktywizujące	<p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:</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) psychoedukacja - 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;</p>	praca ciągła	<p>Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego</p> <p align="center">Psycholog</p> <p align="center">Według zauważonych potrzeb</p>

		<p>2) trening poznawczy - ćwiczy zdolności poznawcze, pamięć, uwagę, spostrzegawczość, obejmuje również tematykę zniekształceń poznawczych odnoszących do postaw i przekonań.</p> <p>3) trening umiejętności komunikacyjnych, 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>4) Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</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) trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi - uczestnicy w ramach treningu przez zabawę i ćwiczenia poznają wartość 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) trening kulinarny - zawiera zarówno codzienne kształtowanie nawyków poprzez</p>	<p>praca ciągła</p> <p>według indywidualnych potrzeb</p> <p>Praca ciągła (przygotowywanie gorącego posiłku)</p>	<p>Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p>

46

		<p>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>9) trening higieniczny – nauka/trening 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 ze szczególnym uwzględnieniem profilaktyki w czasie pandemii COVID-19.</p> <p>3) trening porządkowy - wdrażanie do nawyków celowej aktywności poprzez budowanie</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>
--	--	---	---	---

11

	<p>poczucia sprawstwa i odpowiedzialności w dbaniu o mienie.</p> <p>4) trening umiejętności praktycznych - 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>5) Trening funkcjonowania w codziennym życiu –uczenie/nabywanie umiejętności posługiwania się nieskomplikowanymi narzędziami znajdującymi się w gospodarstwie domowym, np. grabie, ścisiki stolarskie, śrubokręt, metrówka, klucze, papier ścierny, łopata, poziomica, młotek itp. Zajęcia mają na celu rozszerzanie umiejętności praktycznych, przydatnych w codziennym życiu, pracy zawodowej.</p> <p>6) Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów - 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>7) Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i</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</p>

10

		<p>możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi</p>		
III		<p>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego :</p> <p>Cel: 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>Sposoby realizacji: 1).wycieczki i wyjścia (jeżeli będzie to możliwe) 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)gry i zabawy integracyjne - (kalambury, bingo, quizy) włączające całą społeczność i mające na celu poprawę</p>	<p>praca ciągła</p> <p>Według zauważonych i zgłaszanych potrzeb oraz możliwości (również finansowych)</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/Opiekun</p>

		<p>samopoczucia i doświadczanie poczucia współdziałania;</p> <p>3) filmoterapia - projekcje filmów o różnicowanej tematyce: edukacyjnej, dokumentalnej, fabularnej.</p> <p>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.</p> <p>5) wykonywanie prostych prac technicznych – nauka posługiwania się sprzętami takimi jak: wycinarka, piłka ręczna, wkrętarka. Obróbka małych elementów drewnianych (ramki, klocki), metalowych itp.</p> <p>6) indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</p>	<p>Praca ciągła wg. potrzeb</p>	<p>Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun</p>
IV		<p>Aktywizacja fizyczna:</p> <p>Cel: Zajęcia te mają na celu podtrzymywanie ogólnej sprawności ruchowej, usprawnianie jej i rozładowanie napięć psychicznych.</p> <p>Sposoby realizacji: 1) ćwiczenia relaksacyjne, ćwiczenia ogólnousprawniające, poranna gimnastyka</p>	<p>praca ciągła, wg. potrzeb</p>	

15

		<p>grupowa i indywidualna, gry i zabawy sportowe, spacer;</p> <p>2) zajęcia na siłowni napowietrznej zewnętrznej</p> <p>3) udział w turniejach sportowych.</p> <p>4) gra w bocce.</p> <p>5) Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</p>	Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun
V	<p>Terapia zajęciowa:</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> <p>1) zajęcia komputerowe - nabywanie podstawowej umiejętności użytkowania: komputera PC, oprogramowania Windows jak również programu Word. Nabywanie 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</p>	<p>praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p>	Terapeuta/ Instruktor Terapii

	<p>wiedzy o współczesnym świecie z wykorzystaniem nowoczesnych technologii i urządzeń (drukarka, laminator, gilotyna);</p> <p>2) zajęcia rękodziela artystycznego – 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> <p>3) zajęcia teatralno-muzyczne przygotowanie spektakli teatralnych, występów muzyczno – artystycznych, z którymi uczestnicy występować będą (jak w poprzednim roku) w ośrodkach kultury, na przeglądach teatralnych organizowanych przez inne ŚDS-y.</p>	
	<p>Praca ciągła</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p>
	<p>Praca ciągła, wg potrzeb</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p>

10.

		<p>4) Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</p>		
VI		<p>Zajęcia z zakresu aktywizacji zawodowej:</p> <p><u>Cel i sposób realizacji:</u></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 różnych dokumentów rekrutacyjnych. Prowadzone będą również zajęcia z papieroplastyki przy użyciu maszyny tnąco-wytlaczającej. Ponadto zajęcia obejmują udział w projektach aktywizujących zawodowo. Przygotowują również uczestników do udziału w Warsztatach Terapii Zajęciowej, Zakładach Aktywności Zawodowej.</p>	<p>Według potrzeb</p> <p>praca indywidualna/grupowa zgodna z pojawiającymi się potrzebami</p>	<p>psycholog/pracownik socjalny instruktor terapii/terapeuta/Opiekun</p>
VII	<p>Postępowanie wspierające - aktywizujące</p>	<p>Indywidualne konsultacje psychologiczne:</p> <p>Praca indywidualna psychologa Domu z uczestnikami oraz jego rodziną.</p> <p>Indywidualne poradnictwo, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</p>	<p>Praca ciągła</p>	<p>psycholog</p>

23

VIII	Postępowanie wspierające - aktywizujące	<p>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych i dostępie do świadczeń zdrowotnych:</p> <p>Stała 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, członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego
IX		<p>Niezbędna opieka:</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>Współpraca z innymi podmiotami:</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: Udział w szkoleniach organizowanych m.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 2022r. dla uczestników typu :A, B, C.	1 raz w roku	Dyrektor
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

CELOWNY SPECJALISTA
Katarzyna Haraburda

Uzgodniono: 06.11.2020r.
Z UP. WOJEWODY
WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO
Marek Jastrzębski
DYREKTOR
Wydziału Polityki Społecznej

Uzgodniono: 19.11.2020
BURMISTRZ
Młkowski

Omyła, dnia 15.10.2020r.
DYREKTOR
Środowiskowego Domu Samopomocy
mgr Katarzyna Łukotowska

PLAN PRACY DLA OSÓB WYKAZUJĄCYCH INNE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH – TYP C w tym również dla OSÓB ZE SPEKTRUM AUTYZMU LUB NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI SPRZĘŻONYMI – 2021 r.

L.p.	Zakres	Zadania	Termin realizacji	Osoby
1.	2.	3.	4.	5.
I	Postępowanie wspierające - aktywizujące	<p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:</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) psychoedukacja - 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;</p> <p>2) trening poznawczy - ćwiczy zdolności poznawcze, pamięć, uwagę, spostrzegawczość, obejmuje</p>	praca ciągła	Psycholog / Dyrektor ŚDS/ Przewodniczący zespołu wspierająco-aktywizującego
		Według zauważonych potrzeb		Psycholog

49

		<p>również tematykę zniekształceń poznawczych odnoszących do postaw i przekonań.</p> <p>3) trening umiejętności komunikacyjnych, 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>4) Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</p> <p>Treningi funkcjonowania w codziennym życiu:</p> <p><u>Sposoby realizacji i cele:</u></p> <p>1) trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi - uczestnicy w ramach treningu nabywają /doskonałą umiejętności 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) trening kulinarny - zawiera zarówno codzienne kształtowanie nawyków poprzez pełnienie dyżurów związanych z przygotowaniem do posiłku jak i treningi praktyczne mające na celu wyrobienie</p>	<p>Według potrzeb</p> <p>Praca ciągła/według potrzeb</p> <p>praca ciągła</p> <p>według indywidualnych potrzeb</p>	<p>Terapeuta / Instruktor Terapii /psycholog</p> <p>Terapeuta / Instruktor Terapii</p> <p>Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p>
II				

46

	<p>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>10) trening higieniczny – 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 ze szczególnym uwzględnieniem profilaktyki w czasie pandemii COVID-19.</p> <p>3) trening porządkowy - wdrażanie do nawyków celowej aktywności poprzez budowanie poczucia sprawstwa i odpowiedzialności w dbaniu o mienie.</p> <p>4) trening umiejętności praktycznych - w ramach tego treningu uczestnicy nabywają/doskonają umiejętności związane z obsługą podstawowych urządzeń domowych (pralki, zmywarki, miksera, kuchenki gazowej, piekarnika, żelazka, suszarki do</p>	<p>Praca ciągła (przygotowywanie gorącego posiłku)</p> <p>Praca indywidualna wg potrzeb zawartych w IPPWA</p> <p>praca ciągła</p> <p>praca indywidualna wg potrzeb zawartych w IPPWA</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p>
--	--	---

	<p>włosów, itp.), jak i wymiany żarówki, dokonania drobnych napraw.</p> <p>5) Trening funkcjonowania w codziennym życiu – nabywanie/doskonalenie umiejętności posługiwania się nieskomplikowanymi narzędziami znajdującymi się w gospodarstwie domowym, np. grabie, ściski stolarskie, śrubokręt, młotek, klucze, papier ścierny, łopata, poziomica, młotek itp. Zajęcia mają na celu rozszerzanie umiejętności praktycznych, przydatnych w codziennym życiu, pracy zawodowej.</p> <p>6) Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów - 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>7) Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spectrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</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/Psycholog</p>
III	<p>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego :</p> <p>Cel:</p> <p>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. Terapeci zwracają</p>	<p>praca ciągła</p>	

ds

	<p>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>Sposoby realizacji:</p> <p>1) wycieczki i wyjścia (jeżeli będzie to możliwe)</p> <p>2) 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>3) gry i zabawy integracyjne - (kalambury, bingo, quizy) włączające całą społeczność i mające na celu poprawę samopoczucia i doświadczanie poczucia współdziałania;</p> <p>4) filmoterapia - projekcje filmów o różnicowanej tematyce: edukacyjnej, dokumentalnej, fabularnej.</p> <p>5) 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.</p>	<p>Według zauważonych i zgłaszanych potrzeb oraz możliwości (również finansowych)</p> <p>Praca ciągła wg. potrzeb</p> <p>Praca ciągła wg. potrzeb</p> <p>Praca ciągła wg. potrzeb</p>	<p>Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Psycholog/Opiekun</p> <p>Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun</p>

		<p>6) wykonywanie prostych prac technicznych – nauka/doskonalenie umiejętności posługiwania się sprzętami takimi jak: wyrzynarka, piłka ręczna, wkrętarka. Obróbka małych elementów drewnianych (ramki, klocki), metalowych itp.</p> <p>7) Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spectrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</p>	Praca ciągła wg. potrzeb	Terapeuta/Instruktor Terapii/Opiekun
IV		<p>Aktywizacja fizyczna:</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"> 1) ćwiczenia relaksacyjne, ćwiczenia ogólnousprawniające, poranna gimnastyka grupowa i indywidualna, gry i zabawy sportowe, spacer; 2) zajęcia na siłowni napowietrznej zewnętrznej 3) udział w turniejach sportowych. 4) gra w bocce. <p>Indywidualn ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spectrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</p>	praca ciągła wg. potrzeb	Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun

19

V	<p>Terapia zajęciowa:</p> <p>Cel: Pozwala na rozeznanie możliwości posługiwania się różnymi technikami pracy i może dawać namiastkę pracy zawodowej.</p> <p>Sposoby realizacji:</p> <p>5) zajęcia komputerowe - nabycie podstawowej umiejętności użytkowania: komputera PC, oprogramowania Windows jak również programu Word. 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>6) zajęcia rękodzieła artystycznego – 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 strolki świąteczne. Podczas zajęć artystycznych kładziony jest szczególny nacisk na staranne i estetyczne wykonywanie prac. Przygotowywane są dekoracje</p>	<p>Praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p> <p>Terapeuta/ Instruktor Terapii</p>
---	---	---	---

10

		<p>na imprezy okolicznościowe i przedstawienia. Uczestnicy biorą również aktywny udział w zajęciach plenarowych (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> <p>7) zajęcia teatralno-muzyczne 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.</p> <p>8) Indywidualne treningi, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spectrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</p>	<p>Praca wg potrzeb</p>	<p>Terapeuta/ Instruktor Terapii/Opiekun</p>
VI		<p>Zajęcia z zakresu aktywizacji zawodowej:</p> <p>Cel i sposób realizacji:</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</p>	<p>Praca ciągła wg potrzeb</p> <p>praca ciągła</p> <p>praca indywidualna/grupowa zgodna z pojawiającymi się potrzebami</p>	<p>psycholog/pracownik socjalny instruktor terapii/terapeuta</p>

16

		<p>przy użyciu maszyny tnąco-wyłaczającej. Ponadto zajęcia obejmują udział w projektach aktywizujących zawodowo. Przygotowują również uczestników do udziału w Warsztatach Terapii Zajęciowej, Zakładach Aktywności Zawodowej.</p>		
VII	<p>Postępowanie wspierające - aktywizujące</p>	<p>Indywidualne konsultacje psychologiczne: Praca indywidualna psychologa Domu z uczestnikami oraz jego rodziną. Indywidualne poradnictwo, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</p>	<p>Praca ciągła</p>	<p>psycholog</p>
VIII	<p>Postępowanie wspierające - aktywizujące</p>	<p>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych i dostępie do świadczeń zdrowotnych: 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 poradnictwo, ćwiczenia ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi.</p>	<p>praca ciągła wg potrzeb</p>	<p>pracownik socjalny</p>
IX		<p>Niezbędna opieka: Zapewnienie opieki, wsparcia, pomocy w niezbędnych zakresach funkcjonowania oraz współpraca w zakresie farmakoterapii.</p>	<p>praca ciągła codziennie</p>	<p>terapeuta/instruktor terapii/psycholog/opiekun</p>

X	Współpraca	Współpraca z innymi podmiotami:	praca ciągła	dyrektor/pracownik socjalny
		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 Orzysz, instytucjami oświatowymi, Caritas i innymi według potrzeb.		
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 wspierająco-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	Co najmniej raz na 6 miesięcy	Zespół wspierająco-aktywizujący

	osiągniętych rezultatów, a także ewentualnej możliwości ich modyfikacji. Sporządzenie sprawozdania z działalności Domu za rok poprzedni	Do dnia 15 lutego po okresie sprawozdawczym	Dyrektor

Uzgodniono: 06.11.2020r.

Z UR. WOJEWODY
WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO
Marcin Jastrzębski
DYREKTOR
Wydziału Polityki Społecznej

Plan pracy opracowała: Omgm, dnia 15.10.2020r.

DYREKTOR
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Olsztynie
mgr Kamila Sokółowska

Wzpałać

19.11.2020

BURMISTRZ
mgr Zdzisław Miodkowski

KALENDARZ IMPREZ W ŚRODOWISKOWYM DOMU SAMOPOMOCY W ORZYSZU NA 2021 ROK

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

16

5.	MAJ	<ul style="list-style-type: none"> 🚩 Dzień Matki 🚩 Wycieczka rowerowa 🚩 Udział w uroczystych obchodach Dni Rodziny 🚩 „Majowe grillowanie” w ŚDS – spotkanie integracyjne uczestników wraz z ich rodzinami oraz pracownikami ŚDS. 🚩 Święto Konstytucji II Maja, Święto Flagi 🚩 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS 	
6.	CZERWIEC	<ul style="list-style-type: none"> 🚩 Dzień Dziecka 🚩 Dzień Ojca 🚩 Wycieczka rowerowa 🚩 Orzyskie Spotkanie z piosenką -zjazd zaprzyjaźnionych ŚDS. 🚩 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS 	
7.	LIPIEC	<ul style="list-style-type: none"> 🚩 Prace porządkowe 🚩 Wycieczka rowerowa 🚩 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS 	FERIE LETNIE
8.	SIERPIEŃ	<ul style="list-style-type: none"> 🚩 Prace na zewnątrz 🚩 Pożegnanie lata 🚩 Wycieczka rowerowa 🚩 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS 	FERIE LETNIE
9.	WRZESIEŃ	<ul style="list-style-type: none"> 🚩 Dożynki 🚩 Pieczenie ziemniaka 🚩 Dzień Chłopaka 🚩 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS 	
10.	PAŹDZIERNIK	<ul style="list-style-type: none"> 🚩 Porządki na grobach bliskich – wyjście na Cmentarz Komunalny w Orzyszu 🚩 Powitanie Jesieni 🚩 Halloween 🚩 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS 	

11.	LISTOPAD	<ul style="list-style-type: none"> 🚩 Święto zmarłych , Zaduszki 🚩 Święto pracownika socjalnego 🚩 Święto Niepodległości 🚩 Andrzejk 🚩 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS 	
12.	GRUDZIEŃ	<ul style="list-style-type: none"> 🚩 Udział w Kiermaszu Bożonarodzeniowym 🚩 Mikołajki 🚩 Wigilia, Boże Narodzenie (wspólne kolędowanie) 🚩 31.12.2018r. Sylwester 🚩 Urodziny ŚDS 🚩 Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości finansowych ŚDS 	

Otrzyma, dnia 15.10.2020

DYREKTOR
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Orzeszu
mgr Kamila Sokołowska

da

