

w Bystrzycy Kłodzkiej na rok 2015

Dom typu „A”

I Działania w ramach postępowania wspierająco – aktywizującego

1. Terapia zajęciowa

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	Pracownia gospodarstwa domowego: -utrwalanie podstawowych nawyków higienicznych i żywieniowych - estetyczne nakrywanie i podawanie do stołu, - kulturalne zachowanie się przy stole - sporządzanie list niezbędnych zakupów, -wstępna obróbka produktów, porcjowanie, krojenie, gotowanie , - przygotowywanie sałatek, kompotów, przetworów, - pieczenie ciast i przygotowanie deserów, -dokonywanie zakupów ze szczególnym uwzględnieniem terminów przydatności produktów, - obsługa sprzętu AGD i zapoznanie z zasadami bezpiecznego korzystania z tego sprzętu, - nauka zaradności życiowej poprzez naukę lub doskonalenie prania ręcznego, prasowania, składania ubrań itp. - dbanie o porządek w pracowni, - pogadanki na temat zdrowego żywienia .układanie jadłospisów -przygotowanie dekoracji na stół (w zależności od okoliczności) -przestrzeganie zasad savuar-vivre	I-XII 2015	terapeuta
2	Pracownia plastyczna: zapoznanie uczestników z technikami malarskimi i rysunkiem - wykonywanie dekoracji, ozdób, stroików świątecznych - przygotowywanie kartek świątecznych i okolicznościowych -malowanie na szkle, malowanie tkanin, wyklejanie plasteliną i modeliną, - malowanie farbami decoupage, - malowanie na kamieniach, -papieroplastyka, -origami -wykonywanie kompozycji z kaszy, ryżu, kawy ,makaronu itp.,	I-XII 2015	Opiekun

	<ul style="list-style-type: none"> -rysowanie węglem, patykiem i świecą - wykonywanie ozdób z gipsu i masy solnej, - układanie i wykonywanie kompozycji kwiatowych (kwiaty świeże ,suszone i zioła), Wykonanie witrażu - wykonanie dekoracji na imprezy - dekorowanie ramek drewnianych. 		
3	<p>Pracownia rękodzielnicza:</p> <ul style="list-style-type: none"> - przygotowywanie materiału do modelowania - praca ręczna w glinie - nauka toczenia na kole garncarskim - uczenie się wypełniania gliną ceramiczną gotowych form; - wypalanie w piecu form ceramicznych; - malowanie wypalonych przedmiotów farbami, - wykonywanie ozdób z masy solnej i gipsu. 	I-XII 2015	terapeuta
4	<p>Pracownia stolarsko –rzeźbiarska</p> <ul style="list-style-type: none"> - posługiwanie się narzędziami do obróbki drewna - czyszczenie, szlifowanie, malowanie, lakierowanie powierzchni drewnianych - naprawianie prostych mebli - wykonywanie ozdób i ramek z drewna - nauka wbijania gwoździ, wkrętów itp. 	I-XII 2015r /2x w tygodniu/	terapeuta
5	<p>Pracownia muzyczna</p> <ul style="list-style-type: none"> - doskonalenie umiejętności słuchania muzyki; - uczenie śpiewu indywidualnie i w zespole (w tym zajęcia karaoke) - przygotowywanie słowno -muzycznych występów okolicznościowych; - organizowanie terapii przez słuchanie muzyki - zabawy ruchowe (taniec, śpiew, wystukiwanie rytmu) - przygotowanie małych form teatralno- muzycznych 	I-XII 2015/ 1x w tygodniu	terapeuta
6	<p>Pracownia komputerowa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - nauka obsługi komputera – otwieranie i zamykanie systemu, -pisanie CV (pism, listów, mail) - praca w edytorze tekstu - nauka pisania, redagowania tekstu, formatowanie, drukowanie tekstu, - zabawy i gry na komputerze - nauka korzystania z internetu, - robienie zdjęć w programie GiMP, -nauka obsługi urządzenia wielofunkcyjnego (ksero skan, druk) - wykonywanie kartek okolicznościowych i dyplomów na komputerze 	I-XII 2015	Opiekun

	-promocja ośrodka(wykonanie broszur, plakatów, tomików poezji itp.) -prowadzenie księgi pamiątkowej oraz gazetki		
7	Pracownia zajęć praktyczno -użytecznych: - nauka posługiwania się igłą i nitką - ręczne naprawy odzieży; - uczenie się obsługi maszyny do szycia - maszynowe naprawy odzieży, szycie prostych form materiałowych - nauka haftowania i wyszywania; - robótki na drutach, szydełkowanie, - wykonywanie techniki patchwork w styropianie, - wykonanie obrazów ze skóry, gobelinów, ozdób z guzików - wykonanie opakowań na prezenty - wykonywanie prac łączących różne techniki -wyświetlanie filmów - prace ogrodnicze (w tym pielęgnacja kwiatów doniczkowych i ogrodowych)	I-XII 2015 /4x w tygodniu/	terapeuta
8.	Pracownia rehabilitacji ruchowej i masażu - indywidualne i grupowe zajęcia ruchowe - ćwiczenia na sprzęcie rehabilitacyjnym, masaże robione za pomocą „ masażerów „ oraz masaże relaksacyjne - - zajęcia z zakresu rehabilitacji, sportu, turystyki, wychowania fizycznego i aktywności fizycznej	I-XII 2015 /3x w tygodniu/	terapeuta

2.Treningi:

Trening funkcjonowania w życiu codziennym

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- dbanie o estetyczny wygląd i higienę - dbanie o porządek otoczenia, utrzymywanie nawyku regularnego sprzątania - rozwijanie umiejętności korzystania z ofert usług medycznych - ćwiczenia umiejętności doboru odzieży stosownie do warunków atmosferycznych, - kształtowanie nawyku regularnego prania odzieży, - nauka obsługi podstawowych urządzeń domowych (pralka automatyczna, kuchenka mikrofalowa, żelazko, suszarka do włosów, zmywarka do naczyń),	I-XII 2015 /zgodnie z grafiką/	Terapeuci, opiekunowie

--	--	--	--

Trening kulinarny

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
2	<ul style="list-style-type: none"> -przygotowanie prostych posiłków -pogadanki na temat przechowywania żywności i prawidłowego odżywiania -wstępna obróbka produktów (krojenie, obieranie, smarowanie) -zapoznanie z przepisami kulinarnymi (pieczenie ciast i ciasteczek) -higiena żywienia, szkolenia z zakresu żywienia, bezpieczeństwa i higieny pracy 	I-XII 2015	Terapeuci, opiekunowie

Trening budżetowy

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
3	<ul style="list-style-type: none"> -nauka gospodarowania środkami finansowymi -sposoby oszczędnego gospodarowania pieniędzmi -dokonywanie zakupów -nauka praktycznego dokonywania zakupów, orientacja w cenach(planowanie zakupów na cały miesiąc) -dokonywanie stałych opłat - rozróżnianie nominałów i liczenie pieniędzy -qvizy- podsumowanie zajęć 	I-XII 2015	Terapeuci, opiekunowie

Trening dbałości o wygląd zewnętrzny i higieny

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
4	<ul style="list-style-type: none"> -nauka dbania o wygląd zewnętrzny i higienę -mycie rąk -doskonalenie prania bielizny -dostosowanie ubioru do pór roku -dbanie o stopy i paznokcie 	I-XII 2015	Terapeuci, opiekunowie

<ul style="list-style-type: none"> -sposoby suszenia bielizny -dbanie o włosy -dbanie o higienę jamy ustnej -prasowanie pościeli i bielizny -segregowanie odzieży -podsumowanie treningu higienicznego 		
--	--	--

Trening umiejętności praktyczno-technicznych

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
5	<ul style="list-style-type: none"> - dokonywanie napraw i usterek prostego sprzętu - nauka prania ręcznego i w pralce automatycznej - konserwacja i czyszczenie materiałów oraz butów - prasowanie - naprawa zniszczonej odzieży - cerowanie oraz szycie ręczne - powtórzenie wiadomości 	I-XII 2015	Terapeuci i opiekunowie

Trening umiejętności spędzania czasu wolnego

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
6	rozwijanie już posiadanych i poszukiwanie nowych zainteresowań: <ul style="list-style-type: none"> - czytanie książek, - lektura wybranych czasopism, - rozwiązywanie krzyżówek, - nauka korzystania z biblioteki gminnej, - oglądanie wybranych programów TV, filmów - zabawy taneczne - wyjazdy do kina i na basen - udział w imprezach integracyjnych - współorganizowanie świetlicowych gier towarzyskich - organizowanie spotkań z uczestnikami zaprzyjaźnionych domów, - spotkanie z ciekawymi ludźmi - zajęcia teatralne - piesze wycieczki po okolicy 	I-XII 2015 /codziennie/	Terapeuci, opiekunowie

Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
7	<ul style="list-style-type: none"> -kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi ,sąsiadami i innymi osobami - zwiększenie stopnia otwartości na innych uczestników, - doskonalenie umiejętności nawiązywania kontaktów społecznych (emocjonalnych i werbalnych) -elementy werbalnego i niewerbalnego komunikowania się, rozpoczynanie i podtrzymywanie rozmowy - nauka aktywnego słuchania i podtrzymywania rozmowy - trening nad jasnym i precyzyjnym formułowaniem swoich myśli, -szukanie rozwiązań problemów, ocena tych rozwiązań, plusy i minusy tych rozwiązań - uświadamianie uczestnikom pełnienia podstawowych ról społecznych: syn, córka, brat, siostra, - aktywizacja w grupie ŚDS, - motywowanie do nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych, w tym kontakt i praca z rodziną nad poprawą relacji, - zwracanie uwagi na prawidłowe zachowanie się w miejscach publicznych – kulturalne zachowanie się, - kształtowanie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie, - wyrabianie poczucia odpowiedzialności za swoje zobowiązania, - rozwijanie wśród uczestników aktywności i odpowiedzialności, - wyrabianie nawyku punktualności 	I-XII 2015	Opiekunowie, terapeuci, psycholog wg.potrzeb

Psychoedukacja i edukacja socjalna

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
8	<ul style="list-style-type: none"> - pomoc w poszukiwaniu sposobów rozładowywania własnych napięć emocjonalnych stosownie do sytuacji i okoliczności, - poradnictwo psychologiczne - nauka technik relaksacyjnych, - praca nad kształtowaniem samoakceptacji w roli chorego - dostarczenie wiedzy na temat choroby, metod i konieczności leczenia, - dostarczenie wiedzy nt. działania leków i ich skutków ubocznych, 	I – XII 2015	Psycholog, Terapeuci, opiekunowie , pracownicy socjalni OPS na wolontariacie

	- wsparcie w rozwiązywaniu sytuacji trudnych i konfliktowych, - terapia indywidualna i grupowa - motywowanie do prowadzenia zdrowego i uregulowanego trybu życia, - załatwianie spraw urzędowych		
	- nadzór nad regulowaniem odpłatności za ŚDS, - wyjazdy do lekarzy specjalistów, umawianie terminów wizyt lekarskich - pomoc w załatwianiu spraw urzędowych - integracja z lokalną i ponadlokalną społecznością (imprezy integracyjne, warsztaty itp.)	I-XII 2015	Terapeuci, opiekunowie

Aktywizacja zawodowa – doradztwo zawodowe

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
9	szkolenia zawodowe dla uczestników (nauka pisania CV, życiorysu, przygotowanie zawodowe itp. W ramach zajęć na pracowni komputerowej)	IX-XII 2015	Opiekun w ramach pracowni komputerowej

II Organizacja domu

Lp.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1.	koordynowanie i monitorowanie pracy zespołu wspierająco- aktywizującego, kontrola realizacji indywidualnych planów wsparcia	Praca ciągła	kierownik
2.	opracowanie i przyjęcie planów pracy	Pod koniec roku	kierownik
3.	dbanie o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu	Praca ciągła	kierownik
4.	dbanie o właściwy poziom usług	Praca ciągła	kierownik
5.	organizacja szkoleń i doszkadzanie pracowników	Raz na kwartał	kierownik

III. Kalendarz imprez planowanych w 2015 r.

L.p	Nazwa imprezy	Planowany termin	cel	Uwagi / osoby odpowiedzialne/
1	zabawa karnawałowa z udziałem uczestników ŚDS	Luty 2015	Integracja uczestników	Izabela Sakowska
2	Dzień Kobiet	Marzec 2015	Propagowanie tradycji	Ewa Aftyka

3	wystawa prac wielkanocnych	Marzec 2015	Integracja uczestników ze społeczeństwem lokalnym	Wystawę przygotowują wszyscy pracownicy
4	zabawa taneczna	Maj 2015	j/w	wszyscy pracownicy ŚDS
5	wyjazd do kina	Maj 2015	Wyjazd integracyjny	Tomasz Strycharczuk
6	wyjazd na wycieczkę integracyjną	Maj 2015	j/w	Grzegorz Jadwiśniczak
7.	olimpiada sportowa, wyjazd na basen	Czerwiec 2015	Propagowanie kultury fizycznej	Elżbieta Skowrońska
8.	warsztaty integracyjne	Sierpień 2015	Impreza rekreacyjna	Paula Zielińska
9.	zabawa andrzejkowa	Listopad 2015,	Wprowadzenie uczestników w świat magii i czarów	Zabawa składkowa uczestników, odpowiedzialni wszyscy pracownicy
10.	zaduszki poetyckie	Listopad 2015	Uczczenie pamięci naszych bliskich i wspólne wyjście na cmentarz	Kwiaty i znicze przynoszą uczestnicy, Odpowiedzialna Ewa Aftyka
11.	wystawa prac bożonarodzeniowych	Grudzień 2015	Integracja uczestników ze społeczeństwem lokalnym	Wszyscy pracownicy
12.	Wigilia i jasełka	Grudzień 2015	Wprowadzenie świątecznego nastroju	Paula Zielińska

W każdym miesiącu organizowana jest impreza z okazji urodzin uczestników

W ramach prowadzonych zajęć dopuszcza się możliwość organizowania dodatkowych uroczystości nie uwzględnionych w planie oraz kalendarzu imprez