

I Działania w ramach postępowania wspierająco – aktywizującego

1. Terapia zajęciowa

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	<p>Pracownia gospodarstwa domowego:</p> <ul style="list-style-type: none"> -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, gorącego posiłku (zup) kompotów, przetworów, - pieczenie ciast i przygotowanie deserów, -dokonywanie zakupów ze szczególnym uwzględnieniem terminów przydatności produktów, - obsługa sprzętu AGD , zapoznanie z zasadami bezpiecznego korzystania z tego sprzętu, - dbanie o porządek w pracowni, - pogadanki na temat zdrowego żywienia .układanie jadłospisów -przygotowanie dekoracji na stół (w zależności od okoliczności) -przestrzeganie zasad savuar-vivre oraz przestrzeganie zasad HACCAP 	I-XII 2016	terapeuta
2	<p>Pracownia plastyczna:</p> <ul style="list-style-type: none"> 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., -filcowanie, quilling - wykonywanie ozdób z gipsu i masy solnej, 	I-XII 2016	Opiekun

	<ul style="list-style-type: none"> - 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 - wykonanie płaskorzeźb z gliny -obklejanie gotowych form wykonanych z gliny -przypominanie wiadomości na temat ceramiki. 	I-XII 2016	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 - naprawianie drewnianych obrazów i przedmiotów z drewna - nauka wbijania gwoździ, wkrętów itp. 	I-XII 2016 /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) -doskonalenie umiejętności wokalnych - przygotowywanie słowno -muzycznych występów okolicznościowych; - organizowanie terapii przez słuchanie muzyki - zabawy ruchowe (taniec, śpiew, wystukiwanie rytmu) - przygotowanie małych form teatralno- muzycznych -nauka i przypominanie obsługi sprzętu do karaoke 	I-XII 2016/ 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 	I-XII 2016 (3 x w tygodniu)	terapeuta

	<p>wielofunkcyjnego (ksero skan, druk)</p> <ul style="list-style-type: none"> -wykonywanie kartek okolicznościowych i dyplomów na komputerze -promocja ośrodka(wykonanie broszur, plakatów, tomików poezji itp.) -prowadzenie księgi pamiątkowej oraz gazetki i strony internetowej na FB 		
7	<p>Pracownia zajęć praktyczno -użytecznych:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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, obrazów z materiałów tekstylnych ,gobelinów, ozdób z guzików - wykonanie ozdób świątecznych z róż - wykonywanie prac łączących różne techniki -wyświetlanie filmów 	I-XII 2016 /1x w tygodniu/	terapeuta
8.	<p>Pracownia rehabilitacji ruchowej i masażu</p> <ul style="list-style-type: none"> - indywidualne i grupowe zajęcia ruchowe - ćwiczenia na sprzęcie rehabilitacyjnym, masaże robione za pomocą „ masażerów „ oraz masaże relaksacyjne -pogadanki na temat zdrowego trybu życia(walka z otyłością, złe nawyki żywieniowe, odpowiednie odżywianie) -promowanie aktywności fizycznej i sportu -zachowanie zasad bezpieczeństwa podczas korzystania ze sprzętu rehabilitacyjnego -zajęcia z zakresu rehabilitacji, sportu, turystyki, wychowania fizycznego i aktywności fizycznej 	I-XII 2016 /3x w tygodniu/	terapeuta

2.Treningi:

Trening funkcjonowania w życiu codziennym

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	<ul style="list-style-type: none">- 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),-prace ogrodnicze (w tym pielęgnacja kwiatów doniczkowych i ogrodowych)	I-XII 2016 codziennie	Terapeuci, opiekun

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- podsumowanie treningu kulinarnego	I-XII 2016 1 x w tygodniu	Terapeuci, opiekun

Trening budżetowy

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
3	<ul style="list-style-type: none">-nauka gospodarowania środkami finansowymi-plusy i minusy zapisywania wydatków-sposoby oszczędnego gospodarowania pieniędzmi-dokonywanie zakupów-nauka praktycznego dokonywania zakupów,	I-XII 2016 1 x w tygodniu	Terapeuci, opiekun

orientacja w cenach(planowanie zakupów na cały miesiąc)		
-planowanie wydatków na cały miesiąc,		
-planowanie zakupów małych i dużych, zakupy na weekend		
-dokonywanie stałych opłat		
- rozróżnianie nominałów i liczenie pieniędzy		
-rozmowy na temat trudności w dokonywaniu zakupów		
-qvizy- podsumowanie zajęć		

Trening dbałości o wygląd zewnętrzny i higieny

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
4	-nauka dbania o wygląd zewnętrzny i higienę -mycie rąk -doskonalenie prania bielizny -dostosowanie ubioru do pór roku -dbanie o stopy i paznokcie -sposoby suszenia bielizny -dbanie o włosy -dbanie o higienę jamy ustnej -prasowanie pościeli i bielizny -segregowanie odzieży -podsumowanie treningu higienicznego	I-XII 2016 1 x w tygodniu	Terapeuci, opiekun

Trening umiejętności praktyczno-technicznych

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
5	- dokonywanie napraw i usterek prostego sprzętu -nauka prania ręcznego i w pralce automatycznej -konserwacja i czyszczenie materiałów oraz butów -prasowanie	I-XII 2016	Terapeuci i opiekun

-naprawa zniszczonej odzieży		
-cerowanie oraz szycie ręczne		
-powtórzenie wiadomości		

Trening umiejętności spędzania czasu wolnego

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
6	rozwijanie już posiadanych i poszukiwanie nowych zainteresowań: - 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 2016 codziennie	Terapeuci, opiekun

Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
7	-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,	I-XII 2016 1x w tygodniu co drugi tydzień	Opiekun, terapeuci, psycholog wg.potrzeb

	<ul style="list-style-type: none"> - 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 		
--	--	--	--

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, - wsparcie w rozwiązywaniu sytuacji trudnych i konfliktowych, - terapia indywidualna i grupowa - motywowanie do prowadzenia zdrowego i uregulowanego trybu życia, - załatwianie spraw urzędowych 	I – XII 2016 1 raz w tygodniu co drugi tydzień	Psycholog, Terapeuci, opiekun , pracownicy socjalni OPS na wolontariacie
	<ul style="list-style-type: none"> - nadzór nad regulowaniem odpłatności uczestników 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 2016	Terapeuci, opiekun

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 2016	terapeuta
---	---	----------------	-----------

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 doszkąlanie pracowników	Raz na kwartał	kierownik

III. Kalendarz imprez planowanych w 2016 r.

L.p	Nazwa imprezy	Planowany termin	cel	Uwagi / osoby odpowiedzialne/
1	zabawa karnawałowa z udziałem uczestników ŚDS	Luty	Integracja uczestników	Izabela Sakowska
2	Dzień Kobiet	Marzec	Propagowanie tradycji	Ewa Aftyka
3	wystawa prac wielkanocnych	Marzec	Integracja uczestników ze społeczeństwem lokalnym	Wystawę przygotowują wszyscy pracownicy
4	zabawa taneczna lub przegląd twórczości artystycznej osób niepełnosprawnych	Maj	j/w	wszyscy pracownicy ŚDS
5	rajd	Maj	Wyjazd integracyjny	Tomasz Strycharczuk
6	wyjazd na wycieczkę integracyjną	Maj	j/w	Grzegorz Jadwiśńczak
7.	olimpiada sportowa, wyjazd na basen	Czerwiec	Propagowanie kultury fizycznej	Elżbieta Skowrońska
8.	warsztaty integracyjne	Przez cały rok w ramach	Impreza rekreacyjna	Poszczególni pracownicy w ramach

		potrzeb		pracownii
9.	zabawa andrzejkowa	Listopad	Wprowadzenie uczestników w świat magii i czarów	Zabawa składkowa uczestników, odpowiedzialni wszyscy pracownicy
10.	zaduszki poetyckie	Listopad	Uczczenie pamięci naszych bliskich i wspólne wyjście na cmentarz	Kwiaty i znicze przynoszą uczestnicy, Odpowiedzialna Ewa Aftyka
11.	wystawa prac bożonarodzeniowych	Grudzień	Integracja uczestników ze społeczeństwem lokalnym	Wszyscy pracownicy
12.	Wigilia i jasełka	Grudzień	Wprowadzenie świątecznego nastroju	Tomasz Strycharczuk

W każdym miesiącu organizowana jest impreza z okazji urodzin uczestników

W ramach prowadzonych zajęć dopuszcza się możliwość zmiany planu zajęć lub organizowania dodatkowych uroczystości nie uwzględnionych w planie oraz kalendarzu imprez na 2016 rok .

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Bystrzycy Kłodzkiej
[Signature]
mgr Grażyna Wiła