

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2016 Z OSOBAMI Z UPOŚLEDZENIEM UMYSŁOWYM

W roku 2016 Dom zamierza organizować całokształt spraw zmierzających do realizacji usług zgodnie z indywidualnymi planami postępowania wspierająco-aktywizującego każdego uczestnika, w ramach indywidualnych lub zespołowych form postępowania, prowadząc:

- trening funkcjonowania w życiu codziennym,
- trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów,
- trening umiejętności komunikacyjnych,
- trening spędzania czasu wolnego,
- ergoterapię,
- terapię zajęciową,
- terapię ruchową,
- kulturoterapię,
- relaksację,
- zajęcia korekcyjno-kompensacyjne.
- poradnictwo psychologiczne,

Środowiskowy Dom Samopomocy udziela również pomocy w załatwianiu spraw urzędowych, w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych oraz świadczy niezbędną opiekę.

Dom dodatkowo:

- ✓ zapewnia możliwość skorzystania z jednego gorącego posiłku w czasie pobytu (obiad) w ramach terapii kulinarnej,
- ✓ zapewnia możliwość skorzystania z usługi transportowej, polegającej na dowożeniu na zajęcia i odwożeniu do domów po zakończeniu zajęć,
- ✓ dąży do pełnej integracji osób niepełnosprawnych poprzez reprezentowanie ich interesów w społeczności lokalnej,
- ✓ współpracuje z rodziną w zakresie kształtowania odpowiednich postaw wobec uczestnika oraz z innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy, w zakresie gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników,
- ✓ zapewnia właściwy poziom usług,
- ✓ dąży do poprawy jakości życia uczestników.

Szczegółowy plan pracy terapeutycznej:

L.p	Zakres	Zadania/zajęcia – cele	Sposób realizacji	Termin realizacji/ czas realizacji	Osoba odpowiedzialna
1.	2.	3.	4.	5.	6.
1.	Postępowanie wspierająco-aktywizujące	Trening interpersonalny i rozwiązywania problemów – kształtowanie pozytywnych relacji uczestników z osobami bliskimi, sąsiadami oraz innymi osobami w różnych sytuacjach życia codziennego. Uczestnicy doskonalą umiejętności nawiązywania kontaktów, uczą się odpowiedzialności, współpracy, zasad partnerstwa, kształtują się postawy lojalności, uczciwości, wartości moralne	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Pedagog

		Trening umiejętności komunikacyjnych , w tym: umiejętności słuchania, nawiązywania i kończenia rozmowy, zadawania pytań, wyrażania prośb, zbieranie informacji, udzielanie informacji zwrotnych	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Pedagog
		Trening umiejętności spędzania czasu wolnego – rozwijanie zainteresowań kulturą, teatrem, audycjami radiowymi oraz telewizyjnymi. Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych – umożliwia uczestnikom rozrywkę i rekreację, a także rozwijanie zainteresowań. Kształtują się prawidłowe zachowania w miejscach publicznych (biblioterapia, spacer, wycieczki, gry towarzyskie)	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Terapia ruchowa – zajęcia sportowe, turystyka, rekreacja; ma na celu podtrzymanie ogólnej aktywności ruchowej, usprawnianie, rozładowywanie napięć, usprawnianie motoryczne, polepszenie samopoczucia, pobudzenie aktywności	Grupowo	5 godzin w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Trening budżetowy – ma na celu przyswojenie przez uczestników wiedzy do czego służą pieniądze i w jaki sposób się je zdobywa, gdzie można dokonywać zakupów, w jaki sposób dokonywać zakupów,	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Terapia kulinarna – nabycie umiejętności przygotowywania posiłków, kulturalnego spożywania posiłków, dbania o higienę własną i otoczenia podczas przygotowywania potraw	Indywidualnie Grupowo	12 godzin w tygodniu 2 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Trening umiejętności praktycznych – nauka obsługi sprzętów i urządzeń domowych, nabycie umiejętności niezbędnych do prowadzenia gospodarstwa domowego (szycie, prasowanie, pranie, sprzątanie)	Grupowo Indywidualnie	3 godziny w tygodniu 1 godzina w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Zajęcia korekcyjno-kompensacyjne – rozwijanie i doskonalenie zmysłów uczestników, rozwijanie orientacji przestrzennej, rozwijanie procesów poznawczych, sprawności motorycznej i manualnej, rozwijanie i poprawa pamięci, mowy i innych	Grupowo Indywidualnie	2 godziny w tygodniu 2 godziny w tygodniu	Pedagog

		systemów komunikowania się, wydłużanie czasu koncentracji			
		Zajęcia techniczno-plastyczne – usprawnianie manualne, poprawa koordynacji wzrokowo-ruchowej, pobudzanie wyobraźni i wrażliwości, wyciszanie napięć, nabycie umiejętności dokonywania drobnych napraw w gospodarstwie domowym, posługiwanie się odpowiednimi narzędziami w gospodarstwie domowym	Grupowo	4 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Zajęcia rękodzielniczo-krawieckie – usprawnianie koordynacji wzrokowo-ruchowej, sprawności manualnej, doskonalenie umiejętności krawieckich	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Kulturoterapia – zmniejszanie introwersji, lęku, doświadczanie uczucia satysfakcji, odprężenia wywołanego udziałem w różnych formach twórczej aktywności, rozwijanie współpracy w grupie	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Pedagog
		Trening higieniczny – wyrabianie nawyków w zakresie utrzymania prawidłowej higieny osobistej i otoczenia, dbanie o czystość poszczególnych części ciała, dbałość o wygląd zewnętrzny	Indywidualnie	3 godziny w tygodniu	Pedagog
		Ergoterapia – zdobywanie i poszerzanie kompetencji zawodowych uczestników, zajęcia z zakresu ogrodnictwa, nauka utrzymania porządku, przygotowanie do udziału w warsztatach terapii zajęciowej	Grupowo Indywidualnie	4 godziny w tygodniu 2 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Relaksacja - jej celem jest uzyskanie stanu relaksu, a zatem opanowanie wegetatywnych objawów lęku i uzyskanie odprężenia psychicznego	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej Psycholog
		Poradnictwo psychologiczne, terapia psychologiczna – wyciszanie lęków u uczestników, zmniejszanie ich napięć, wzrost odporności na frustracje, pomoc w adekwatnym wyrażaniu emocji do sytuacji	Indywidualnie Grupowo	Według potrzeb raz w tygodniu	Psycholog
		Organizowanie imprez okolicznościowych		Według kalendarza imprez (stanowiący m załącznik do planu pracy)	Zespół Wspierająco-Aktywizujący

		Współ/praca z rodziną w szerokim aspekcie spraw dotyczących funkcjonowania uczestnika i wpływu rodziny na jego funkcjonowanie	Indywidualnie Grupowo – spotkanie z rodzinami uczestników	Według potrzeb Wrzesień	Zespół Wspierająco-Aktywizujący
		Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, wypełnianiu dokumentów, prowadzeniu rozmów, kształtowanie samodzielności, zasad współżycia w środowisku	Indywidualnie	Według potrzeb	Pedagog/instruktor terapii zajęciowej
2.	Współpraca z innymi osobami i podmiotami działającymi w zakresie udzielania pomocy osobom niepełnosprawnym	Współpraca z ośrodkiem zdrowia w Kłótnie: – przedłużanie recept dla uczestników, umawianie na wizyty lekarskie, - wizyta lekarza rodzinnego w ŚDS u uczestników	Indywidualnie Grupowo	Według potrzeb Według potrzeb, raz w miesiącu	Pedagog
		Współpraca z innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy, w zakresie gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierająco-Aktywizującego/ Kierownik
		Utrzymywanie kontaktu z byłymi uczestnikami - podtrzymywanie więzi, efektów terapeutycznych oraz doraźne wsparcie	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierająco-Aktywizującego
3	Współpraca z innymi osobami oraz podmiotami w zakresie rehabilitacji zawodowej	Współpraca z Urzędem Gminy Baruchowo	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierająco-Aktywizującego/Kierownik
		Współpraca z GOPS w Baruchowie	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierająco-Aktywizującego/Kierownik
		Współpraca z lokalnymi przedsiębiorcami oraz osobami prywatnymi	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierająco-Aktywizującego/Kierownik
		Współpraca z innymi podmiotami o zasięgu ponadlokalnym	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierająco-Aktywizującego/Kierownik

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy

mgr Katarzyna Korpusińska

KALENDARZ IMPREZ KULTURALNO-ROZRYWKOWYCH NA 2016 ROK

MIESIĄC	RODZAJ ZAJĘĆ
STYCZEŃ	• Zabawa karnawałowa z udziałem uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy w Kowalu i mieszkańców Domu Pomocy Społecznej w Wilkowiczkach, • Dzień Babci i Dziadka • Kolęda w ŚDS • Imieniny uczestników: Genowefy, Edwarda, Mariusza,
LUTY	• Zabawa ostatkowa połączona z walentynkową randką w ciemno z udziałem zaproszonych gości ze Środowiskowego Domu Samopomocy w Kowalu, Janikowie, Radziejowie, Rypinie, Nowej Wsi Wielkiej, Inowrocławiu • Udział w Turnieju w Piłkarzyki organizowanym przez Fundację Brata Alberta w Toruniu,
MARZEC	• Imieniny uczestników: Kazimierzy, Heleny, Grzegorza, Zbigniewa i Tomasza, • Uroczystość Dnia Kobiet, • Występy w Teatrze Impresaryjnym we Włocławku połączone z wystawą prac, • Powitanie wiosny, • Udział w XIX Wystawie Rękodzieła Artystycznego o tematyce Świąt Wielkanocnych w Urzędzie Marszałkowskim w Toruniu • Śniadanie wielkanocne w ŚDS połączone z konkursem na najładniejszą pisanekę,
KWIECIEŃ	• Prima Aprilis – zabawy i konkursy, • Wiosenny konkurs kanapkowy w ŚDS, • Występ artystyczny w ŚDS zaproszonej grupy teatralnej, • Wyjazd do Kina „Warszawa” w Gostyninie,
MAJ	• Akademia z okazji 3 Maja, • Udział w Turnieju Szachowym w ŚDS w Kowalu, • Obchody Dnia Matki i Ojca, • Imieniny uczestników: Marioli i Stanisława, • Wyjazd do ZOO, do Płocka,
CZERWIEC	• Obchody Dnia Dziecka - wspólne grillowanie, • Szukanie skarbu – zabawa plenerowa (podchody) z udziałem uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy w Kowalu, w Aleksandrowie Kujawskim, w Rypinie, w Radziejowie, w Nowej Wsi Wielkiej, w Inowrocławiu, • Imieniny uczestników: Piotra i Pawła,

LIPIEC	• Udział w XI Olimpiadzie Sportowej Środowiskowych Domów Samopomocy w Nowej Wsi Wielkiej, • Imieniny uczestnika Henryka, • Biesiada przy ognisku (grillu), • Wyjazd na basen w Gostyninie,
SIERPIEŃ	• Imieniny uczestnika Bogusława, • Pobyt na Zielonej w Szkole połączony z rajdem rowerowym, • Wycieczka do Ciechocinka,
WRZESIEŃ	• Akademia z okazji rocznicy wybuchu II wojny światowej, • Obchody XII rocznicy powstania ŚDS z udziałem rodzin uczestników, • Udział w Kulinariadzie w Rypinie, • Udział w konkursie fotograficznym organizowanym przez ŚDS w Radziejowie, • Obchody Dnia Chłopaka w ŚDS,
PAŹDZIERNIK	• Grzybobranie, • Turniej „Jeden z dziesięciu” z udziałem zaproszonych gości z zaprzyjaźnionych ŚDS, • Obchody imienin uczestniczki Małgorzaty, • Udział w Festiwalu Twórczości Osób Niepełnosprawnych fART, organizowanym przez Fundację "Wiatrak"
LISTOPAD	• Akademia z okazji Święta Niepodległości, • Występ artystyczny w ŚDS zaproszonej grupy teatralnej, • Andrzejkowy wieczór wróżb, • Imieniny uczestników: Katarzyny, Witolda, Andrzejów, • Konkurs tenisa stołowego,
GRUDZIEŃ	• Wystawa prac uczestników ŚDS w Urzędzie Gminy Baruchowo połączona z akcją informacyjną nt. niepełnosprawności z okazji Międzynarodowego Dnia Osób Niepełnosprawnych, • Imieniny uczestniczki Barbary, • Mikołajkowy konkurs kartek świątecznych, • Udział w XX Wystawie Rękodzieła Artystycznego o tematyce Świąt Bożego Narodzenia w Urzędzie Marszałkowskim w Toruniu, • Wigilia z udziałem zaproszonych władz samorządowych, • Zabawa sylwestrowa,

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
mgr Katarzyna Korpusińska