

Zarządzenie Nr 2.2022
Wójta Gminy Baruchowo

z dnia 10 stycznia 2022 r.

**w sprawie zatwierdzenia planów pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Czarnem
na rok 2022**

Na podstawie art. 30 ust. 1 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2021 r. poz. 1372 z późn. zm.¹⁾) oraz § 4 ust. 2 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2020 r. poz. 249) zarządza się, co następuje:

§ 1. Zatwierdzam plany pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Czarnem na rok 2022:

- 1) plan pracy z osobami przewlekle psychicznie chorymi, w brzmieniu stanowiącym załącznik nr 1 do niniejszego zarządzenia;
- 2) plan pracy z osobami z upośledzeniem umysłowym, w brzmieniu stanowiącym załącznik nr 2 do niniejszego zarządzenia;
- 3) plan pracy z osobami wykazującymi inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych, w brzmieniu stanowiącym załącznik nr 3 do niniejszego zarządzenia.

§ 2. Wykonanie zarządzenia powierzam kierownikowi Środowiskowego Domu Samopomocy w Czarnem.

§ 3. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Wójt Gminy Baruchowo

Stanisław Sadowski

¹⁾ Zmiany wymienionej ustawy zostały ogłoszone w Dz. U. z 2021 r. poz. 1834.

Załącznik nr 1 do zarządzenia nr 2.2022

Wójta Gminy Baruchowo

z dnia 10 stycznia 2022 r.

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU
SAMOPOMOCY W CZARNEM
NA ROK 2022
Z OSOBAMI PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE
CHORYMI**

Środowiskowy Dom Samopomocy jest jednostką organizacją prowadzoną przez Urząd Gminy w Baruchowie. Swoją działalność prowadzi od 2004 roku, oferując wsparcie terapeutyczne 20 uczestnikom z terenu gminy. Dom jest placówką pobytu dziennego, przeznaczoną dla osób przewlekle psychicznie chorych (typ A), z niepełnosprawnością intelektualną (typ B) oraz osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych (typ C).

Środowiskowy Dom Samopomocy udziela również pomocy uczestnikom w załatwianiu spraw urzędowych, w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, socjalnych oraz świadczy niezbędną opiekę również w okresie ewentualnego zawieszenia zajęć z powodu pandemii poprzez zdalne prowadzenie zajęć terapeutycznych, dostarczanie im niezbędnych materiałów do realizacji zadań, stały kontakt z uczestnikami i ich bliskimi, zapewnianie uczestnikom w miarę potrzeb posiłków, zakupów, leków, udzielanie wsparcia terapeutycznego i psychologicznego.

Dom zapewnia jeden gorący posiłek w czasie pobytu w formie obiadu dwudaniowego przygotowywanego w ramach terapii kulinarnej, zapewnia możliwość skorzystania z usługi transportowej, polegającej na dowożeniu na zajęcia i odwożeniu do domów po zakończeniu zajęć, a w razie konieczności również do placówek medycznych. ŚDS stara się być godnym reprezentantem interesów osób niepełnosprawnych, dążąc do ich integracji ze społecznością lokalną, promując ich twórczość i aktywność.

Placówka pozostaje w stałym kontakcie i współpracy z rodzinami 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. W sytuacji zagrożenia epidemiologicznego Dom dostosowuje poziom, formy i metody usług do obowiązujących przepisów i zastosowanego reżimu sanitarnego. Bez względu na tryb pracy ŚDS dąży do poprawy jakości życia uczestników, zapobiega izolacji społecznej, aktywizuje i utrzymuje uczestników w środowisku.

W Domu zatrudniony jest merytorycznie przygotowany personel. Przewiduje się następujące etaty: pedagog – 1 etat, instruktorzy terapii zajęciowej - 2 etaty, asystent osoby niepełnosprawnej – 1 etat, psycholog – umowa zlecenie (prowadzi zajęcia jeden raz w tygodniu w godzinach od 8.00 do 13.00).

Liczba pracowników wynika z przeznaczenia, zadań, wielkości placówki i jej możliwości finansowych.

Kwalifikacje kadry:

- kierownik – wykształcenie wyższe pedagogiczne, roczny kurs kwalifikacyjny z zakresu oligofrenopedagogiki, ukończona specjalizacja z zakresu organizacji pomocy społecznej, 18,5-letni staż pracy w pomocy społecznej, w tym 17-letni staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi;
- pedagog – wykształcenie wyższe pedagogiczne, 12-letni staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi, szkolenie dotyczące prowadzenia treningów umiejętności społecznych w zakresie specjalistycznych usług opiekuńczych;
- asystent osoby niepełnosprawnej – wykształcenie wyższe pedagogiczne, 2,5-roczny staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi;

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM
NA ROK 2022
Z OSOBAMI PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYMI**

- instruktor terapii zajęciowej – ukończona dwuletnia szkoła pomaturalna w zakresie terapii zajęciowej, wykształcenie wyższe pedagogiczne – 12-letni staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi (w chwili obecnej przebywa na urlopie rodzicielskim);
- instruktor terapii zajęciowej – ukończona dwuletnia szkoła pomaturalna w zakresie terapii zajęciowej, wykształcenie średnie – 8-miesięczny staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi (umowa o zastępstwo za pracownika przebywającego na urlopie rodzicielskim);
- instruktor terapii zajęciowej – wykształcenie średnie zawodowe w zawodzie technik żywienia i gospodarstwa domowego, ukończona dwuletnia szkoła pomaturalna na kierunku terapia zajęciowa – 15-letni staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi;
- psycholog - wykształcenie wyższe psychologiczne, 8-letni staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi.

W roku 2022 Dom będzie realizował działania wynikające z rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy oraz udzielał uczestnikom wsparcia zgodnie z planami postępowania wspierająco-aktywizującego opracowanymi oddzielnie dla każdego uczestnika, w ramach zespołowych lub indywidualnych form zajęć, prowadząc:

- trening umiejętności praktycznych,
- trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów,
- trening umiejętności komunikacyjnych,
- trening spędzania czasu wolnego,
- trening lekowy,
- trening zdrowotny,
- trening higieniczny,
- trening kulinarny,
- trening budżetowy,
- poradnictwo psychologiczne,
- terapię ruchową,
- ergoterapię,
- terapię zajęciową obejmującą zajęcia rękodzielniczo-krawieckie i techniczno-plastyczne,
- kulturoterapię,
- relaksację,
- zajęcia korekcyjno-kompensacyjne
- kącik fotograficzny.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM
NA ROK 2022
Z OSOBAMI PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYMI

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 – rozwój gotowości i umiejętności nawiązywania i utrzymywania kontaktów, porozumiewania się w formach alternatywnych i werbalnych oraz samodzielności w myśleniu, działaniu i wypowiadaniu się, rozwijanie kreatywności i wytrwałości, zdolności do podejmowania decyzji, poczucie wspólnoty, społecznej odpowiedzialności, rozwijanie cech moralnych, poznawanie zasad partnerstwa w grupie, poszanowanie cudzej własności, mobilizowanie do wychodzenia poza grupę osób niepełnosprawnych, rozumienie innych ludzi i samego siebie w trakcie kontaktów z innymi, rozwijanie zdolności wyrażania myśli i uczuć oraz słuchanie z uwagą i zrozumieniem innych, doświadczanie głębokiego kontaktu z innymi, rozwijanie właściwości ważnych w kontaktach międzyludzkich tj. empatia, ciepło, szacunek, otwartość, zaangażowanie, odwaga, nauka radzenia sobie ze stresem i konfliktami w zespole. Trening umiejętności komunikacyjnych, w tym: rozwijanie prawidłowych sposobów komunikowania się z innymi. Uczestnicy treningu poznają zagadnienia związane z komunikacją interpersonalną. Zdobywają wiedzę na temat tego, jak w sposób otwarty i kulturalny prowadzić konwersację, jak nawiązywać i podtrzymywać rozmowę.	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Pedagog
			Grupowo	2 godziny w tygodniu	Pedagog

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM
NA ROK 2022
Z OSOBAMI PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYMI**

	W przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej możliwe jest wykorzystywanie alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, ćwiczenie umiejętności prowadzenia rozmowy, mowy wyrażnej, wzbogacanie słownictwa, zachęcanie i wdrażanie do samodzielnych wypowiedzi, wypowiadanie prośb, życzeń, pytań, własnej opinii.			
	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego – rozwijanie zainteresowań kulturą, sztuką, teatrem, tańcem, audycjami radiowymi oraz telewizyjnymi, Internetem. Udział w spotkaniach towarzyskich, kulturalnych – umożliwia uczestnikom rozrywkę i rekreację, a także rozwijanie zainteresowań. Kształtują się prawidłowe zachowania w miejscach publicznych (biblioterapia, spacer, wyjazdy do kina i teatru, wycieczki, gry towarzyskie), uczestnicy uczą się bądź doskonalą umiejętności w zakresie obsługi komputerów, tabletów, telefonów komórkowych.	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
	Terapia ruchowa – zajęcia sportowe, turystyka, wyjazdy na basen, Nordic Walking, Rekreacja ma na celu podtrzymanie ogólnej aktywności ruchowej, usprawnianie, rozładowywanie napięć, usprawnianie motoryczne, polepszenie samopoczucia, pobudzenie aktywności, udział w zdrowej rywalizacji, możliwość osiągnięcia sukcesu, podnoszenie odporności organizmu.	Grupowo	5 godzin w tygodniu	Pedagog
	Trening budżetowy – nauka właściwego dysponowania środkami pieniężnymi przez uczestników, przygotowanie listy zakupów, rozpoznawanie przydatności do spożycia, nabycie i doskonalenie orientacji w cenach i dokonywanie	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM
NA ROK 2022
Z OSOBAMI PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYMI**

	obliczeń, wyjazdy na zaplanowane zakupy, ćwiczenie odpowiedniego zachowania się sklepie.			
	Terapia kulinarna – nabycie bądź podtrzymywanie umiejętności przygotowywania posiłków, wyrabianie umiejętności prawidłowego żywienia, kulturalnego spożywania posiłków, dbania o higienę własną i otoczenia podczas przygotowywania potraw, poznawanie przepisów, zapoznanie się z obsługą sprzętu AGD, uczenie zasad zdrowego żywienia i wpływu diety na samopoczucie i zdrowie, opanowanie zasad podstawowej etykiety przy stole.	Indywidualnie Grupowo	11 godzin w tygodniu 2 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
	Trening umiejętności praktycznych – nauka obsługi sprzętów i urządzeń domowych, poprawa praktycznej zaradności uczestników (nauka prania ręcznego oraz przy pomocy pralki automatycznej, nauka prasowania, nauka wykonywania drobnych napraw odzieży i sprzętów domowych, nauka sprzątania, posługiwania się sprzętami i stosowania odpowiednich detergentów)., nauka planowania prac porządkowych, prowadzenia gospodarstwa domowego.	Grupowo Indywidualnie	1 godzina w tygodniu 2 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
	Trening lekowy – wytworzenie systematyczności i odpowiedzialności w przyjmowaniu leków, uzyskiwanie wpływu na większą świadomość swojej choroby, rozpoznawania jej objawów i radzenia sobie z nimi, nabycie odpowiedzialności za własne zdrowie i otaczających nas ludzi, radzenie sobie z chorobą, rozpoznawanie niepokojących czy nietypowych objawów, wykształcenie nawyków w zakresie dezynfekcji i zaleceń sanitarno-epidemiologicznych.	Grupowo Indywidualnie	1 godzina w tygodniu 2 godziny w tygodniu	Asystent osoby niepełnosprawnej
	Trening zdrowotny – kształtowanie postawy prozdrowotnej, motywowanie uczestników do prowadzenia higienicznego trybu życia, przestrzeganie	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Asystent osoby niepełnosprawnej

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM
NA ROK 2022
Z OSOBAMI PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYMI**

	przez sięganiem po używki, zdobywanie wiedzy w zakresie orientacji w schemacie własnego ciała, na temat najczęstszych schorzeń i właściwego ich leczenia, przyswajanie wiedzy na temat sposobów zapobiegania rozprzestrzenianiu się chorób zakaźnych, w tym koronawirusa, stosowania się do zaleceń sanitarno-epidemiologicznych, przyjmowanie odpowiedzialności za siebie i innych ludzi.	Indywidualnie	1 godzina w tygodniu	
	Zajęcia korekcyjno-kompensacyjne – kształtowanie pozytywnego nastawienia do podejmowania wysiłku intelektualnego, wzbogacanie słownictwa, usprawnianie funkcji percepcji wzrokowej, orientacji w przestrzeni, usprawnienie funkcji motorycznych, pozostałych kompetencji lingwistycznych, utrwalenie zasad poprawnej pisowni, usprawnianie pamięci i uwagi, wydłużanie czasu koncentracji, podtrzymywanie umiejętności czytania, pisanie, liczenia.	Grupowo	3 godziny w tygodniu	Asystent osoby niepełnosprawnej
		Indywidualnie	4 godziny w tygodniu	
	Zajęcia techniczno-plastyczne – usprawnianie manualne, stymulowanie i rozwijanie wrażliwości wzrokowej, dotykowej i słuchowej, pobudzanie wyobraźni i wrażliwości poprzez kontakt z wytworami sztuki, budowanie kreatywności, wyciszanie napięć, doskonalenie opanowanych technik plastycznych i zapoznanie z nowymi.	Grupowo	3 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Indywidualnie	1 godzina w tygodniu	
	Zajęcia rękodzielniczo-krawieckie – usprawnianie koordynacji wzrokowo-ruchowej, sprawności manualnej, doskonalenie umiejętności krawieckich oraz doskonalenie i uczenie się różnych technik rękodzielniczych, posługiwanie się odpowiednimi narzędziami w gospodarstwie domowym, uwrażliwienie na sztukę.	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Indywidualnie	1 godzina w tygodniu	
	Kulturoterapia – pobudzanie wszechstronnego rozwoju, podnoszenie poziomu samoakceptacji, wzrost	Grupowo	1 godzina	Pedagog

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM
NA ROK 2022
Z OSOBAMI PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYMI**

	zdolności percepcyjno-poznawczych, emocjonalno-społecznych, uzewnętrznianie przeżyć i doznań, socjalizacja, rozwijanie współpracy w grupie, budowanie poczucia odpowiedzialności wzajemnej, uwrażliwienie na sztukę i zapoznavanie uczestników z coraz to nowymi dziedzinami sztuki.		w tygodniu	
	Trening higieniczny – nabywanie, rozwijanie i podtrzymywanie w zakresie podstawowym czynności dnia codziennego koniecznych do samodzielnej egzystencji i tym samym pełniejszego zaspokajania potrzeb, dbanie o czystość poszczególnych części ciała, głównie dokładne mycie i dezynfekcję rąk, nauka makijażu, manicure i układania włosów, nauka i doskonalenie techniki mycia ciała, łącznie z nauką obsługi urządzeń sanitarnych, dbałość o wygląd zewnętrzny, zabiegi pielęgnacyjne w razie potrzeby.	Indywidualnie	5 godzin w tygodniu	Asystent osoby niepełnosprawnej
	Ergoterapia – celem zajęć się wspieranie uczestników w podejmowaniu aktywności i umożliwienie im czynnego udziału w codziennym życiu, ponadto nauka samodzielności i samowystarczalności, uczenie, jak radzić sobie z codziennymi czynnościami, zdobywać i poszerzać kompetencje zawodowych uczestników, wykonywać prace ogrodnicze, gospodarskie przy obejściu i w placówce; przygotowanie do udziału w warsztatach terapii zajęciowej oraz pracy w zakładach pracy chronionej, wyrobienie nawyku przestrzegania zasad bezpieczeństwa podczas posługiwania się sprzętem AGD.	Grupowo Indywidualnie	1 godzina w tygodniu 5 godzin w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
	Relaksacja - jej celem jest ochrona układu nerwowego, wprowadzenie w stan odpoczynku i odprężenia, rozwijanie wyobraźni, wzmacnianie koncentracji uwagi, wrażliwości z	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej Psycholog

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM
NA ROK 2022
Z OSOBAMI PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYMI**

		zastosowaniem różnych technik relaksacyjnych, muzyki, odgłosów przyrody, literatury.			
		Kącik fotograficzny – podnoszenie samooceny, pewności siebie, dodawanie odwagi i wsparcie rozwoju osobistego; zajęcia mają funkcję rekreacyjną, korekcyjną i edukacyjną; są sposobem na wyrażanie emocji, odprężenie, rozwój mowy pozawerbalnej.	Indywidualnie	1 raz w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Poradnictwo psychologiczne, terapia psychologiczna – wyciszanie lęków u uczestników, zmniejszanie ich napięć, wzrost odporności na frustracje, pomoc w adekwatnym wyrażaniu emocji do sytuacji, sposoby radzenia sobie ze stresem, depresją, w miarę możliwości niwelowanie psychologicznych skutków izolacji.	Indywidualnie Grupowo	1 godzina w tygodniu, według potrzeb 1 godzina w tygodniu	Psycholog
		Organizowanie imprez okolicznościowych (według załączonego kalendarza imprez, zależnie również od sytuacji epidemiologicznej w kraju i konieczności stosowania reżimu sanitarnego.)		Według kalendarza za imprez (stanowiącym załącznik do planu pracy)	Zespół Wspierający o-Aktywizujący
		Współpraca 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 Wspierający o-Aktywizujący
		Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, wypełnianiu dokumentów, prowadzeniu rozmów, kształtowanie samodzielności, zasad współżycia w środowisku	Indywidualnie	Według potrzeb	Pedagog/ instruktorzy terapii zajęciowej
2.	Współpraca z innymi	Współpraca z ośrodkiem zdrowia w Kłotnie:	Indywidualnie	Według potrzeb	Asystent osoby

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM
NA ROK 2022
Z OSOBAMI PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYMI**

osobami i podmiotami działającymi w zakresie udzielania pomocy osobom niepełnosprawnym	– przedłużanie recept dla uczestników, umawianie na wizyty lekarskie, szczepienia, załatwianie zleceń na niezbędne przedmioty ortopedyczne, współpraca z pielęgniarką środowiskową - organizowanie dla uczestników konsultacji lekarskich w ŚDS.			niepełnosprawnej
	Współpraca z lekarzem psychiatrą – organizacja konsultacji psychiatrycznych, konsultacje w sprawie zaleconego przez psychiatrę sposobu dozowania leków, pilnowanie terminu wizyt psychiatrycznych, poradnictwo w sprawie oceny stanu psychicznego uczestników.	Indywidualnie	Według potrzeb	Asystent osoby niepełnosprawnej
	Współpraca z osobami świadczącymi uczestnikom specjalistyczne usługi opiekuńcze w miejscu ich zamieszkania - wymiana informacji o stanie psychicznym poszczególnych uczestników objętych pomocą, o sposobie radzenia sobie przez nich z prowadzeniem gospodarstwa domowego, wymiana informacji o ewentualnej pomocy ze strony rodziny, środowiska sąsiedzkiego; celem współpracy jest skoordynowanie działań pomocowych dla uzyskania poprawy funkcjonowania uczestników w środowisku.	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego/ Kierownik
	Współpraca z innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy (np. stowarzyszenia, fundacje itp.), w zakresie gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników.	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego/ Kierownik
	Współpraca z Urzędem Gminy Baruchowo – obejmuje szerokie spektrum spraw – od pomocy w załatwianiu spraw urzędowych, poprzez pomoc w załatwianiu spraw związanych z leczeniem i sprawami bytowymi uczestników.	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM
NA ROK 2022
Z OSOBAMI PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYMI**

					ego/Kierownik
		Współpraca z GOPS w Baruchowie – dotyczy sfery bytowej, rodzinnej i zdrowotnej uczestników.	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego-Aktywizującego/Kierownik
		Utrzymywanie kontaktu z byłymi uczestnikami - podtrzymywanie więzi, efektów terapeutycznych oraz doraźne wsparcie.	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego-Aktywizującego
3	Współpraca z innymi osobami oraz podmiotami w zakresie rehabilitacji zawodowej	Współpraca z Urzędem Gminy Baruchowo	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego-Aktywizującego/Kierownik
		Współpraca z GOPS w Baruchowie	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego-Aktywizującego/Kierownik
		Współpraca z lokalnymi przedsiębiorcami oraz osobami prywatnymi	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego-Aktywizującego/Kierownik

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM
NA ROK 2022
Z OSOBAMI PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYMI**

		Współpraca z innymi podmiotami o zasięgu ponadlokalnym	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego - Aktywizującego/Kierownik
4.	Plan pracy Zespołu Wspierającego - Aktywizującego	Spotkania zespołu wspierająco-aktywizującego – w celu ustalenia form i metod pracy , omówienie indywidualnych planów wspierająco-aktywizujących i osiągniętych rezultatów, a także ich ewentualnej modyfikacji.		Ocena realizacji indywidualnego planu terapeutycznego raz na sześć miesięcy	członkowie zespołu wspierająco - aktywizującego
5.	Zarządzanie i administracja	Koordynowanie i monitorowanie pracy Zespołu wspierająco-aktywizującego		Praca ciągła	Kierownik
		Dbanie o właściwy poziom usług oraz bezpieczeństwo i higienę pracy		Praca ciągła	Kierownik
		Organizowanie szkoleń i doskonalenie kadry - pracownicy podnoszą swoje kwalifikacje, udoskonala ją i nabywają umiejętności w zakresie organizacji pracy oraz pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi, zapoznają się z nowymi metodami i formami terapii.		Każdy pracownik bierze udział w co najmniej dwóch szkoleniach w ciągu roku	Kierownik
		Opracowanie planu pracy Domu		1 raz w roku	Kierownik
		Sprawozdanie z działalności Domu		1 raz w roku	Kierownik

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM
NA ROK 2022
Z OSOBAMI PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYMI**

Środowiskowy Dom Samopomocy w Czarnem prowadzi w chwili obecnej zajęcia w formie stacjonarnej. Kadra terapeutyczna nauczona przykładem ubiegłego i bieżącego roku jest przygotowana na prowadzenie zajęć w formie zdalnej, jednak praca w trybie stacjonarnym jest o wiele bardziej efektywna i korzystna dla uczestników. Podopieczni obawiają się kolejnego zawieszenia zajęć, są emocjonalnie bardzo związani z placówką. Kolejne okresy zawieszenia zajęć powodowały w niektórych uczestników apatię, obniżenie nastroju, bierność, mimo systematycznych odwiedzin pracowników w ich domach czy stałego kontaktu telefonicznego bądź z pomocą mediów społecznościowych. Zakładamy, że sytuacja epidemiologiczna będzie sukcesywnie ulegała poprawie i możliwe będą wyjazdy z uczestnikami, wycieczki czy imprezy integracyjne. W 2022 roku ŚDS zamierza brać udział w wydarzeniach kulturalnych, konkursach, festiwalach i olimpiadach dla osób niepełnosprawnych, odpowiadając na zaproszenia jak i organizując tego typu wydarzenia w Domu. Jest to dla uczestników bardzo ważny aspekt ich terapii, który pozwoli niwelować skutki izolacji, aktywizować i przeciwdziałać wycofaniu społecznemu.

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Czarnem

mgr Monika Kijek

KALENDARZ IMPREZ KULTURALNO-ROZRYWKOWYCH NA 2022 ROK

MIESIĄC	RODZAJ ZAJĘĆ
STYCZEŃ	• Zabawa karnawałowa • Obchody Dnia Babci i Dziadka, • Obchody imienin Genowefy, Mariusza, Mieczysława, Henryka • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
LUTY	• Konkurs Walentynkowy online na wykonanie wiersza o miłości: „Najpiękniej o miłości” z udziałem zaproszonych Domów • Wyjazd na basen do Gostynina, • 60-te urodziny uczestniczki • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
MARZEC	• Obchody imienin Kazimiery, Heleny, Tomasza i urodzin uczestniczki • Uroczystość Dnia Kobiet, • Powitanie wiosny, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
KWIECIEŃ	• Występ w Browarze B we Włocławku połączony z wystawą prac, • Wiosenny konkurs kanapkowy w ŚDS, • Wystawa prac artystycznych uczestników ŚDS o tematyce Świąt Wielkanocnych w Urzędzie Gminy Baruchowo, • Śniadanie wielkanocne w ŚDS połączone z konkursem na najładniejszą pisanekę, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
MAJ	• Akademia z okazji 3 Maja, • Obchody Dnia Matki • Wyjazd do Zoo Safari w Borysewie • Obchody imienin Marioli i Stanisława, • 60-te urodziny uczestniczki • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
CZERWIEC	• Obchody Dnia Dziecka - wspólne grillowanie, • Kostka w grze! – zabawa plenerowa z udziałem zaproszonych Domów • Obchody Dnia Ojca • Obchody imienin Piotra, Pawła i Ireneusza • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).

LIPIEC	• Obchody imienin Henryka, oraz urodzin uczestników, • Biesiada przy ognisku (grillu), • Wyjazd do Multikina we Włocławku, • Wyjazd rekreacyjny nad Jezioro Lubiechowskie • Dzień Pizzy • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
SIERPIEŃ	• Dwudniowa wycieczka do Trójmiasta • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
WRZESIEŃ	• Akademia z okazji rocznicy wybuchu II wojny światowej, • Nasza 18-tka! - obchody XVIII rocznicy powstania ŚDS z udziałem rodzin uczestników, • Turniej gry w Bule z udziałem zaproszonych Domów • Obchody Dnia Chłopaka w ŚDS, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
PAŹDZIERNIK	• Grzybobranie, • Turniej „Koło fortuny” z udziałem zaproszonych Domów • Obchody imienin Małgorzaty oraz Teresy, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
LISTOPAD	• Akademia z okazji Święta Niepodległości, • Andrzejkowy wieczór wróżb, • Udział w Festiwalu Twórczości Osób Niepełnosprawnych fART, organizowanym przez Fundację "Wiatrak", • Obchody imienin Katarzyny i Andrzeja, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
GRUDZIEŃ	• Wystawa prac uczestników ŚDS w Urzędzie Gminy Baruchowo połączona z akcją informacyjną nt. niepełnosprawności z okazji Międzynarodowego Dnia Osób Niepełnosprawnych, • Obchody imienin Barbary, • Wyjazd do Teatru Dramatycznego w Płocku, • Spotkanie opłatkowe w z udziałem zaproszonych władz samorządowych, • Zabawa sylwestrowa, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Czarnem
mgr Monika Kijek

Załącznik nr 2 do zarządzenia nr 2.2022

Wójta Gminy Baruchowo

z dnia 10 stycznia 2022 r.

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU
SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK
2022
Z OSOBAMI Z UPOŚLEDZENIEM
UMYSŁOWYM**

Środowiskowy Dom Samopomocy jest jednostką organizacją prowadzoną przez Urząd Gminy w Baruchowie. Swoją działalność prowadzi od 2004 roku, oferując wsparcie terapeutyczne 20 uczestnikom z terenu gminy. Dom jest placówką pobytu dziennego, przeznaczoną dla osób przewlekle psychicznie chorych (typ A), z niepełnosprawnością intelektualną (typ B) oraz osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych (typ C).

Środowiskowy Dom Samopomocy udziela również pomocy uczestnikom w załatwianiu spraw urzędowych, w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, socjalnych oraz świadczy niezbędną opiekę również w okresie ewentualnego zawieszenia zajęć z powodu pandemii poprzez zdalne prowadzenie zajęć terapeutycznych, dostarczanie im niezbędnych materiałów do realizacji zadań, stały kontakt z uczestnikami i ich bliskimi, zapewnianie uczestnikom w miarę potrzeb posiłków, zakupów, leków, udzielanie wsparcia terapeutycznego i psychologicznego.

Dom zapewnia jeden gorący posiłek w czasie pobytu w formie obiadu dwudaniowego przygotowywanego w ramach terapii kulinarnej, zapewnia możliwość skorzystania z usługi transportowej, polegającej na dowożeniu na zajęcia i odwożeniu do domów po zakończeniu zajęć, a w razie konieczności również do placówek medycznych. ŚDS stara się być godnym reprezentantem interesów osób niepełnosprawnych, dążąc do ich integracji ze społecznością lokalną, promując ich twórczość i aktywność.

Placówka pozostaje w stałym kontakcie i współpracy z rodzinami 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. W sytuacji zagrożenia epidemiologicznego Dom dostosowuje poziom, formy i metody usług do obowiązujących przepisów i zastosowanego reżimu sanitarnego. Bez względu na tryb pracy ŚDS dąży do poprawy jakości życia uczestników, zapobiega izolacji społecznej aktywizuje i utrzymuje uczestników w środowisku.

W Domu zatrudniony jest merytorycznie przygotowany personel. Przewiduje się następujące etaty: pedagog – 1 etat, instruktorzy terapii zajęciowej - 2 etaty, asystent osoby niepełnosprawnej – 1 etat, psycholog – umowa zlecenie (prowadzi zajęcia jeden raz w tygodniu w godzinach od 8.00 do 13.00).

Liczba pracowników wynika z przeznaczenia, zadań, wielkości placówki i jej możliwości finansowych.

Kwalifikacje kadry:

- kierownik – wykształcenie wyższe pedagogiczne, roczny kurs kwalifikacyjny z zakresu oligofrenopedagogiki, ukończona specjalizacja z zakresu organizacji pomocy społecznej, 18,5-letni staż pracy w pomocy społecznej, w tym 17-letni staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi;
- pedagog – wykształcenie wyższe pedagogiczne, 12-letni staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi, szkolenie dotyczące prowadzenia treningów umiejętności społecznych w zakresie specjalistycznych usług opiekuńczych;
- asystent osoby niepełnosprawnej – wykształcenie wyższe pedagogiczne, 2,5-roczny staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi;

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI Z UPOŚLEDZENIEM UMYŚŁOWYM**

- instruktor terapii zajęciowej – ukończona dwuletnia szkoła pomaturalna w zakresie terapii zajęciowej, wykształcenie wyższe pedagogiczne – 12-letni staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi (w chwili obecnej przebywa na urlopie rodzicielskim);
- instruktor terapii zajęciowej – ukończona dwuletnia szkoła pomaturalna w zakresie terapii zajęciowej, wykształcenie średnie – 8-miesięczny staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi (umowa o zastępstwo za pracownika przebywającego na urlopie rodzicielskim);
- instruktor terapii zajęciowej – wykształcenie średnie zawodowe w zawodzie technik żywienia i gospodarstwa domowego, ukończona dwuletnia szkoła pomaturalna na kierunku terapia zajęciowa – 15-letni staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi;
- psycholog - wykształcenie wyższe psychologiczne, 8-letni staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi.

W roku 2022 Dom będzie realizował działania wynikające z rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy oraz udzielał uczestnikom wsparcia zgodnie z planami postępowania wspierająco-aktywizującego opracowanymi oddzielnie dla każdego uczestnika, w ramach zespołowych lub indywidualnych form zajęć, prowadząc:

- trening umiejętności praktycznych,
- trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów,
- trening umiejętności komunikacyjnych,
- trening spędzania czasu wolnego,
- trening lekowy,
- trening zdrowotny,
- trening higieniczny,
- trening kulinarny,
- trening budżetowy,
- poradnictwo psychologiczne,
- terapię ruchową,
- ergoterapię,
- terapię zajęciową obejmującą zajęcia rękodzielniczo-krawieckie i techniczno-plastyczne,
- kulturoterapię,
- relaksację,
- zajęcia korekcyjno-kompensacyjne,
- kącik fotograficzny.

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 doskonalią umiejętności nawiązywania kontaktów, uczą się odpowiedzialności, współpracy, zasad partnerstwa, kształtują się postawy lojalności, uczciwości, wartości moralne; rozwija się takie cechy jak wytrwałość, zdolność do podejmowania decyzji, poczucie wspólnoty i odpowiedzialności społecznej, uczą się, jak unikać sytuacji konfliktowych, jak rozwiązywać konflikty i gdzie szukać pomocy w przypadku takich sytuacji.	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Pedagog
		Trening umiejętności komunikacyjnych , w tym: umiejętności słuchania, nawiązywania i kończenia rozmowy, zadawania pytań, wyrażania prośb, zbieranie informacji, udzielanie informacji zwrotnych, ćwiczenie mowy wyrażnej, rozbudowywanie słownika, zachęcanie i wdrażanie do samodzielnych wypowiedzi: wypowiadania swoich prośb,	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Pedagog

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI Z UPOŚLEDZENIEM UMYSŁOWYM**

	życzeń, werbalizowania potrzeb problemów, prowadzenie rozmów telefonicznych, przez komunikatory społecznościowe.			
	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego – rozwijanie zainteresowań kulturą, teatrem, audycjami radiowymi oraz telewizyjnymi. Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych – umożliwia to uczestnikom rozrywkę i rekreację, a także rozwijanie zainteresowań. Kształtują się prawidłowe zachowania w miejscach publicznych (biblioterapia, spacer, wyjazdy do kina i teatru, wycieczki, gry towarzyskie); zajęcia uczą pozytywnego wchodzenia w interakcje, współdziałania, zdrowej rywalizacji.	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
	Terapia ruchowa – zajęcia sportowe, turystyka, rekreacja; wyjazdy na basen, spacer z nordic walking, przygotowywanie się do udziału w olimpiadach i zawodach sportowych, ma na celu podtrzymanie ogólnej aktywności ruchowej, usprawnianie, poprawę koordynacji ruchowej, rozładowywanie napięć, usprawnianie motoryczne, polepszenie samopoczucia, pobudzenie aktywności, zmotywowanie do prowadzenia aktywnego trybu życia, podnoszenie odporności organizmu,	Grupowo	5 godzin w tygodniu	Pedagog

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI Z UPOŚLEDZENIEM UMYSŁOWYM**

	utrzymanie właściwej wagi ciała.			
	Trening budżetowy – ma na celu przyswojenie przez uczestników wiedzy do czego służą pieniądze i w jaki sposób się je zdobywa, rozpoznawania nominatów, zdobycia wiedzy, gdzie można dokonywać zakupów, w jaki sposób dokonywać zakupów, jak odpowiednio zachować się w sklepie, nabycia umiejętności samodzielnego dokonywania zakupów (wyjazdy na wspólne zakupy), przygotowania listy artykułów spożywczych i innych.	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
	Terapia kulinarna – nabycie umiejętności przygotowywania prostych posiłków, bądź jego komponentów, kulturalnego spożywania posiłków, dbania o higienę własną i otoczenia podczas przygotowywania potraw, posługiwania się sprzętami kuchennymi i sztucami, poznają zasady bezpieczeństwa i higieny, opanowanie zasad podstawowej etykiety przy stole.	Indywidualnie Grupowo	11 godzin w tygodniu 1 godzina 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), przyswajanie wiedzy na temat stosowania właściwych detergentów.	Grupowo Indywidualnie	1 godziny w tygodniu 2 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
	Zajęcia korekcyjno-kompensacyjne – rozwijanie i	Grupowo	4 godziny	Asystent osoby

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI Z UPOŚLEDZENIEM UMYSŁOWYM

		doskonalenie zmysłów uczestników, rozwijanie orientacji przestrzennej, w schemacie własnego ciała, rozwijanie procesów poznawczych, sprawności motorycznej i manualnej, rozwijanie i poprawa pamięci, mowy i innych systemów komunikowania się, wydłużanie czasu koncentracji, podtrzymywanie zdobytych umiejętności czytania, pisanie i liczenia, ćwiczenie intelektu.	Indywidualnie	4 godziny w tygodniu	niepełnosprawnej
		Zajęcia techniczno-plastyczne – usprawnianie manualne, poprawa koordynacji wzrokowo-ruchowej, pobudzanie wyobraźni i wrażliwości, wyciszanie napięć, rozładowywanie negatywnych napięć i emocji, wdrożenie w proces twórczy, pobudzenie wszechstronnego rozwoju.	Grupowo	3 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Zajęcia rękodzielniczo-krawieckie – usprawnianie koordynacji wzrokowo-ruchowej, sprawności manualnych, doskonalenie umiejętności krawieckich, wykonywanie czynności użytecznych na co dzień przy jednoczesnym zaangażowaniu w proces twórczy.	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Kulturoterapia – zmniejszanie introwersji, lęku, doświadczanie uczucia satysfakcji, uznania, odprężenia wywołanego udziałem w różnych formach twórczej aktywności, rozwijanie współpracy w grupie, wzrost zdolności percepcyjno-poznawczych,	Indywidualnie	1 godzina w tygodniu	
			Grupowo	2 godziny w tygodniu	Pedagog

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI Z UPOŚLEDZENIEM UMYŚŁOWYM**

	emocjonalno-społecznych, uzewnętrznianie przeżyć, nabycie odpowiedzialności za podjęte zadanie.			
	Trening higieniczny – wyrabianie nawyków w zakresie utrzymania prawidłowej higieny osobistej i otoczenia, dbanie o czystość poszczególnych części ciała, głównie o dokładne mycie i dezynfekcję rąk, dbałość o wygląd zewnętrzny, w tym odzież; zabiegi pielęgnacyjne w razie potrzeb, nauka makijażu, manicure i układania włosów.	Indywidualnie	5 godzin w tygodniu	Asystent osoby niepełnosprawnej
	Trening zdrowotny - kształtowanie postawy prozdrowotnej, motywowanie uczestników do prowadzenia higienicznego trybu życia, poszerzanie wiedzy na temat funkcjonowania organizmu i sygnałów przez niego wysyłanych, nabywanie umiejętności opisywania swoich dolegliwości, wskazywania miejsca bólu, przyswajanie wiedzy na temat sposobów zapobiegania rozprzestrzenianiu się chorób zakaźnych, w tym koronawirusa, stosowania się do zaleceń sanitarno-epidemiologicznych.	Grupowo Indywidualnie	1 godzina w tygodniu 1 godzina w tygodniu	Asystent osoby niepełnosprawnej
	Trening lekowy – kształtowanie nawyków przyjmowania leków zgodnie z zaleceniami lekarskimi oraz kupowanymi bez recepty, suplementów diety, nabycie odpowiedzialności za własne zdrowie, radzenie sobie z chorobą, wykształcenie	Grupowo Indywidualnie	1 godzina w tygodniu 2 godziny	Asystent osoby niepełnosprawnej

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI Z UPOŚLEDZENIEM UMYSŁOWYM

	nawyków w zakresie dezynfekcji i zaleceń sanitarno-epidemiologicznych.		w tygodniu	
	Ergoterapia – zdobywanie i poszerzanie kompetencji zawodowych uczestników, zajęcia z zakresu ogrodnictwa, nauka utrzymania porządku, posługiwania się narzędziami technicznymi, przygotowanie do udziału w warsztatach terapii zajęciowej, wyrobienie nawyku przestrzegania zasad bezpieczeństwa podczas posługiwania się sprzętem AGD.	Grupowo Indywidualnie	1 godzina w tygodniu 5 godzin w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
	Relaksacja - jej celem jest uzyskanie stanu relaksu, a zatem opanowanie wegetatywnych objawów lęku i uzyskanie odprężenia psychicznego, odpoczynku z wykorzystaniem muzyki, odgłosów przyrody, literatury.	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej Psycholog
	Kącik fotograficzny – podnoszenie samooceny, pewności siebie, dodawanie odwagi i wsparcie rozwoju osobistego; zajęcia mają funkcję rekreacyjną, korekcyjną i edukacyjną; są sposobem na wyrażanie emocji, odprężenie, rozwój mowy pozawerbalnej.	Indywidualnie	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, sytuacyjna	Indywidualnie Grupowo	1 godzina w tygodniu, według potrzeb 1 godzina	Psycholog

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI Z UPOŚLEDZENIEM UMYSŁOWYM**

		pomoc w rozwiązywaniu sytuacji trudnych, w miarę możliwości niwelowanie psychologicznych skutków izolacji.		w tygodniu	
		Organizowanie imprez okolicznościowych (według załączonego kalendarza imprez, zależnie również od sytuacji epidemiologicznej w kraju i konieczności stosowania reżimu sanitarnego.)		Według kalendarza imprez (stanowiącym załącznikiem do planu pracy)	Zespół Wspierający o-Aktywizujący
		Współpraca 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 Wspierający o-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 Kłotnie: – przedłużanie recept dla uczestników, umawianie na wizyty lekarskie, szczepienia, - organizowanie dla uczestników konsultacji lekarskich w ŚDS.	Indywidualnie	Według potrzeb	Asystent osoby niepełnosprawnej
		Współpraca z lekarzem psychiatrą – organizacja konsultacji psychiatrycznych, konsultacje w sprawie zaleconego przez psychiatrę sposobu dozowania leków, pilnowanie terminu wizyt psychiatrycznych, poradnictwo w sprawie oceny	Indywidualnie	Według potrzeb	Asystent osoby niepełnosprawnej

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI Z UPOŚLEDZENIEM UMYŚLOWYM

	stanu psychicznego uczestników.			
	Współpraca z osobami świadczącymi uczestnikom specjalistyczne usługi opiekuńcze w miejscu ich zamieszkania - wymiana informacji o stanie psychicznym poszczególnych uczestników objętych pomocą, o sposobie radzenia sobie przez nich z prowadzeniem gospodarstwa domowego, wymiana informacji o ewentualnej pomocy ze strony rodziny, środowiska sąsiedzkiego; celem współpracy jest skoordynowanie działań pomocowych dla uzyskania poprawy funkcjonowania uczestników w środowisku.	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego/ Kierownik
	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 Wspierającego- Aktywizującego/ Kierownik
	Współpraca z Urzędem Gminy Baruchowo – obejmuje szerokie spektrum spraw – od pomocy w załatwianiu spraw urzędowych, poprzez pomoc w załatwianiu spraw bytowych uczestników.	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego/ Kierownik

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI Z UPOŚLEDZENIEM UMYSŁOWYM**

		Współpraca z GOPS w Baruchowie dotyczy sfery bytowej, rodzinnej i zdrowotnej uczestników.	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego/Kierownik
		Utrzymywanie kontaktu z byłymi uczestnikami - podtrzymywanie więzi, efektów terapeutycznych oraz doraźne wsparcie.	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego
3	Współpraca z innymi osobami oraz podmiotami w zakresie rehabilitacji zawodowej	Współpraca z Urzędem Gminy Baruchowo	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego/Kierownik
		Współpraca z GOPS w Baruchowie	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego/Kierownik
		Współpraca z lokalnymi przedsiębiorcami oraz osobami prywatnymi	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego/Kierownik
		Współpraca z innymi podmiotami o zasięgu ponadlokalnym	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI Z UPOŚLEDZENIEM UMYSŁOWYM**

					cego/Kierownik
	Plan pracy Zespołu Wspierająco - Aktywizującego	Spotkania zespołu wspierająco-aktywizującego – w celu ustalenia form i metod pracy , omówienie indywidualnych planów wspierająco-aktywizujących i osiągniętych rezultatów, a także ich ewentualnej modyfikacji.		Ocena realizacji indywidualnego planu terapeutycznego raz na sześć miesięcy	członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego
	Zarządzanie i administracja	Koordynowanie i monitorowanie pracy Zespołu wspierająco-aktywizującego		Praca ciągła	Kierownik
		Dbanie o właściwy poziom usług oraz bezpieczeństwo i higienę pracy		Praca ciągła	Kierownik
		Organizowanie szkoleń i doszkącanie kadry - pracownicy podnoszą swoje kwalifikacje, udoskonalają i nabywają umiejętności w zakresie organizacji pracy oraz pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi, zapoznają się z nowymi metodami i formami terapii.		Każdy pracownik bierze udział w co najmniej dwóch szkoleniach w ciągu roku	Kierownik
		Opracowanie planu pracy Domu		1 raz w roku	Kierownik
		Sprawozdanie z działalności Domu		1 raz w roku	Kierownik

Środowiskowy Dom Samopomocy w Czarnem prowadzi w chwili obecnej zajęcia w formie stacjonarnej. Kadra terapeutyczna nauczona przykładem ubiegłego i bieżącego roku jest przygotowana na prowadzenie zajęć w formie zdalnej, jednak praca w trybie stacjonarnym jest o wiele bardziej efektywna i korzystna dla uczestników. Podopieczni obawiają się kolejnego zawieszenia zajęć, są emocjonalnie bardzo związani z placówką. Kolejne okresy zawieszenia zajęć powodowały w niektórych uczestników apatię, obniżenie nastroju, bierność, mimo systematycznych odwiedzin pracowników w ich domach czy stałego kontaktu telefonicznego bądź z pomocą mediów społecznościowych. Zakładamy, że sytuacja epidemiologiczna będzie sukcesywnie ulegała poprawie i możliwe będą wyjazdy z

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI Z UPOŚLEDZENIEM UMYSŁOWYM

uczestnikami, wycieczki czy imprezy integracyjne. W 2022 roku ŚDS zamierza brać udział w wydarzeniach kulturalnych, konkursach, festiwalach i olimpiadach dla osób niepełnosprawnych, odpowiadając na zaproszenia jak i organizując tego typu wydarzenia w Domu. Jest to dla uczestników bardzo ważny aspekt ich terapii, który pozwoli niwelować skutki izolacji, aktywizować i przeciwdziałać wycofaniu społecznemu.

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Czarnem

mgr Monika Kijek

KALENDARZ IMPREZ KULTURALNO-ROZRYWKOWYCH NA 2022 ROK

MIESIĄC	RODZAJ ZAJĘĆ
STYCZEŃ	• Zabawa karnawałowa • Obchody Dnia Babci i Dziadka, • Obchody imienin Genowefy, Mariusza, Mieczysława, Henryka • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
LUTY	• Konkurs Walentynkowy online na wykonanie wiersza o miłości: „Najpiękniej o miłości” z udziałem zaproszonych Domów • Wyjazd na basen do Gostynina, • 60-te urodziny uczestniczki • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
MARZEC	• Obchody imienin Kazimiery, Heleny, Tomasza i urodzin uczestniczki • Uroczystość Dnia Kobiet, • Powitanie wiosny, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
KWIECIEŃ	• Występ w Browarze B we Włocławku połączony z wystawą prac, • Wiosenny konkurs kanapkowy w ŚDS, • Wystawa prac artystycznych uczestników ŚDS o tematyce Świąt Wielkanocnych w Urzędzie Gminy Baruchowo, • Śniadanie wielkanocne w ŚDS połączone z konkursem na najładniejszą pisanekę, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
MAJ	• Akademia z okazji 3 Maja, • Obchody Dnia Matki • Wyjazd do Zoo Safari w Borysewie • Obchody imienin Marioli i Stanisława, • 60-te urodziny uczestniczki • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
CZERWIEC	• Obchody Dnia Dziecka - wspólne grillowanie, • Kostka w grze! – zabawa plenerowa z udziałem zaproszonych Domów • Obchody Dnia Ojca • Obchody imienin Piotra, Pawła i Ireneusza • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).

LIPIEC	• Obchody imienin Henryka, oraz urodzin uczestników, • Biesiada przy ognisku (grillu), • Wyjazd do Multikina we Włocławku, • Wyjazd rekreacyjny nad Jezioro Lubiechowskie • Dzień Pizzy • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
SIERPIEŃ	• Dwudniowa wycieczka do Trójmiasta • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
WRZESIEŃ	• Akademia z okazji rocznicy wybuchu II wojny światowej, • Nasza 18-tka! - obchody XVIII rocznicy powstania ŚDS z udziałem rodzin uczestników, • Turniej gry w Bule z udziałem zaproszonych Domów • Obchody Dnia Chłopaka w ŚDS, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
PAŹDZIERNIK	• Grzybobranie, • Turniej „Koło fortuny” z udziałem zaproszonych Domów • Obchody imienin Małgorzaty oraz Teresy, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
LISTOPAD	• Akademia z okazji Święta Niepodległości, • Andrzejkowy wieczór wróżb, • Udział w Festiwalu Twórczości Osób Niepełnosprawnych fART, organizowanym przez Fundację "Wiatrak", • Obchody imienin Katarzyny i Andrzeja, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
GRUDZIEŃ	• Wystawa prac uczestników ŚDS w Urzędzie Gminy Baruchowo połączona z akcją informacyjną nt. niepełnosprawności z okazji Międzynarodowego Dnia Osób Niepełnosprawnych, • Obchody imienin Barbary, • Wyjazd do Teatru Dramatycznego w Płocku, • Spotkanie opłatkowe w z udziałem zaproszonych władz samorządowych, • Zabawa sylwestrowa, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).

KIEROWNIK
Środowiskowego Druku Samopomocy
w Czarnem
mgr Monika Kijek

Załącznik nr 3 do zarządzenia nr 2.2022

Wójta Gminy Baruchowo

z dnia 10 stycznia 2022 r.

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU
SAMOPOMOCY W CZARNEM
NA ROK 2022
Z OSOBAMI WYKAZUJĄCYMI INNE
PRZEWLEKŁE ZABURZENIA CZYNNOŚCI
PSYCHICZNYCH**

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI WYKAZUJĄCYMI INNE PRZEWLEKŁE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH**

Środowiskowy Dom Samopomocy jest jednostką organizacją prowadzoną przez Urząd Gminy w Baruchowie. Swoją działalność prowadzi od 2004 roku, oferując wsparcie terapeutyczne 20 uczestnikom z terenu gminy. Dom jest placówką pobytu dziennego, przeznaczoną dla osób przewlekłe psychicznie chorych (typ A), z niepełnosprawnością intelektualną (typ B) oraz osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych (typ C).

Środowiskowy Dom Samopomocy udziela również pomocy uczestnikom w załatwianiu spraw urzędowych, w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, socjalnych oraz świadczy niezbędną opiekę również w okresie ewentualnego zawieszenia zajęć z powodu pandemii poprzez zdalne prowadzenie zajęć terapeutycznych, dostarczanie im niezbędnych materiałów do realizacji zadań, stały kontakt z uczestnikami i ich bliskimi, zapewnianie uczestnikom w miarę potrzeb posiłków, zakupów, leków, udzielanie wsparcia terapeutycznego i psychologicznego.

Dom zapewnia jeden gorący posiłek w czasie pobytu w formie obiadu dwudaniowego przygotowywanego w ramach terapii kulinarnej, zapewnia możliwość skorzystania z usługi transportowej, polegającej na dowożeniu na zajęcia i odwożeniu do domów po zakończeniu zajęć, a w razie konieczności również do placówek medycznych. ŚDS stara się być godnym reprezentantem interesów osób niepełnosprawnych, dążąc do ich integracji ze społecznością lokalną promując ich twórczość i aktywność.

Placówka pozostaje w stałym kontakcie i współpracy z rodzinami 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. W sytuacji zagrożenia epidemiologicznego Dom dostosowuje poziom, formy i metody usług do obowiązujących przepisów i zastosowanego reżimu sanitarnego. Bez względu na tryb pracy ŚDS dąży do poprawy jakości życia uczestników, zapobiega izolacji społecznej aktywizuje i utrzymuje uczestników w środowisku.

W Domu zatrudniony jest merytorycznie przygotowany personel. Przewiduje się następujące etaty: pedagog – 1 etat, instruktorzy terapii zajęciowej - 2 etaty, asystent osoby niepełnosprawnej – 1 etat, psycholog – umowa zlecenie (prowadzi zajęcia jeden raz w tygodniu w godzinach od 8.00 do 13.00).

Liczba pracowników wynika z przeznaczenia, zadań, wielkości placówki i jej możliwości finansowych.

Kwalifikacje kadry:

- kierownik – wykształcenie wyższe pedagogiczne, roczny kurs kwalifikacyjny z zakresu oligofrenopedagogiki, ukończona specjalizacja z zakresu organizacji pomocy społecznej, 18,5-letni staż pracy w pomocy społecznej, w tym 17-letni staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi;
- pedagog – wykształcenie wyższe pedagogiczne, 12-letni staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi, szkolenie dotyczące prowadzenia treningów umiejętności społecznych w zakresie specjalistycznych usług opiekuńczych;

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI WYKAZUJĄCYMI INNE PRZEWLEKŁE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH**

- asystent osoby niepełnosprawnej – wykształcenie wyższe pedagogiczne, 2,5-letni staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi;
- instruktor terapii zajęciowej – ukończona dwuletnia szkoła pomaturalna w zakresie terapii zajęciowej, wykształcenie wyższe pedagogiczne – 12-letni staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi (w chwili obecnej przebywa na urlopie rodzicielskim);
- instruktor terapii zajęciowej – ukończona dwuletnia szkoła pomaturalna w zakresie terapii zajęciowej, wykształcenie średnie – 8-miesięczny staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi (umowa o zastępstwo za pracownika przebywającego na urlopie rodzicielskim);
- instruktor terapii zajęciowej – wykształcenie średnie zawodowe w zawodzie technik żywienia i gospodarstwa domowego, ukończona dwuletnia szkoła pomaturalna na kierunku terapia zajęciowa – 15-letni staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi;
- psycholog - wykształcenie wyższe psychologiczne, 8-letni staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi.

W roku 2022 Dom będzie realizował działania wynikające z rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy oraz udzielał uczestnikom wsparcia zgodnie z planami postępowania wspierająco-aktywizującego opracowanymi oddzielnie dla każdego uczestnika, w ramach zespołowych lub indywidualnych form zajęć, prowadząc:

- trening umiejętności praktycznych,
- trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów,
- trening umiejętności komunikacyjnych,
- trening spędzania czasu wolnego,
- trening lekowy,
- trening zdrowotny,
- trening higieniczny,
- trening kulinarny,
- trening budżetowy,
- poradnictwo psychologiczne,
- terapię ruchową,
- ergoterapię,
- terapię zajęciową obejmującą zajęcia rękodzielniczo-krawieckie i techniczno-plastyczne,
- kulturoterapię,
- relaksację,
- zajęcia korekcyjno-kompensacyjne
- kącik fotograficzny.

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI WYKAZUJĄCYMI INNE PRZEWLEKŁE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH**

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 – rozwijanie kreatywności i wytrwałości, zdolności do podejmowania decyzji, poczucia wspólnoty, społecznej odpowiedzialności, rozwijanie cech moralnych, poznawanie zasad partnerstwa w grupie, poszanowanie cudzej własności, mobilizowanie do wychodzenia poza grupę osób niepełnosprawnych, rozumienie innych ludzi i samego siebie w trakcie kontaktów z innymi, rozwijanie zdolności wyrażania myśli i uczuć oraz słuchanie z uwagą i zrozumieniem innych, doświadczanie głębokiego kontaktu z innymi, rozwijanie właściwości ważnych w kontaktach międzyludzkich tj. empatia, ciepło, szacunek, otwartość, zaangażowanie, odwaga, nauka radzenia sobie ze stresem i konfliktami w zespole.	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Pedagog
		Trening umiejętności komunikacyjnych , w tym: uczenie się, jak w sposób otwarty i kulturalny prowadzić konwersację, jak nawiązać i podtrzymywać	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Pedagog

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI WYKAZUJĄCYMI INNE PRZEWLEKŁE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH**

	rozmowę, nabycie umiejętności słuchania, udzielanie informacji zwrotnych, wydawanie poleceń, prowadzenie dyskusji, negocjowanie i przekonywanie innych z jednoczesnym aktywnym słuchaniem, ćwiczenie mowy wyrażnej, wzbogacanie słownictwa, zachęcanie do samodzielnych wypowiedzi, tworzenie wypowiedzi na konkretny temat.			
	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego – rozwijanie zainteresowań kulturą, teatrem, audycjami radiowymi oraz telewizyjnymi, Internetem. Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych – trening umożliwia uczestnikom rozrywkę i rekreację, a także rozwijanie zainteresowań. Kształtują się prawidłowe zachowania w miejscach publicznych (biblioterapia, spacer, wyjazdy do kina i teatru, wycieczki, gry towarzyskie).	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
	Terapia ruchowa – zajęcia sportowe, turystyka, rekreacja, wyjazdy na basen, spacer z wykorzystaniem nordic walking; terapia ma na celu podtrzymanie ogólnej aktywności ruchowej, usprawnianie w zakresie motoryki małej i dużej, rozładowywanie napięć, usprawnianie motoryczne, polepszenie samopoczucia, pobudzenie aktywności,	Grupowo	5 godzin w tygodniu	Pedagog

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI WYKAZUJĄCYMI INNE PRZEWLEKŁE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH**

	podnoszenie odporności organizmu, utrzymanie właściwej wagi ciała.			
	Trening budżetowy – nauka właściwego dysponowania środkami pieniężnymi przez uczestników, przygotowanie listy zakupów, wyjazdy na zakupy, ćwiczenie właściwego zachowania się w sklepie, rozpoznawanie przydatności do spożycia określonych produktów, nabycie i doskonalenie orientacji w cenach i dokonywanie obliczeń.	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
	Terapia kulinarna – nabycie bądź podtrzymywanie umiejętności przygotowywania posiłków, wyrabianie umiejętności prawidłowego żywienia, kulturalnego spożywania posiłków, dbania o higienę własną i otoczenia podczas przygotowywania potraw, poznawanie przepisów, zapoznanie się z obsługą sprzętu AGD, uczenie zasad zdrowego żywienia i wpływu diety na samopoczucie i zdrowie, opanowanie zasad podstawowej etykiety przy stole.	Indywidualnie Grupowo	11 godzin w tygodniu 1 godzina w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
	Trening umiejętności praktycznych – nauka obsługi sprzętów i urządzeń domowych, nabycie/podtrzymywanie umiejętności niezbędnych do prowadzenia gospodarstwa domowego (szycie, prasowanie, pranie, sprzątanie), nauka sprzątania,	Grupowo Indywidualnie	1 godzina w tygodniu 2 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI WYKAZUJĄCYMI INNE PRZEWLEKŁE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH**

	posługiwania się sprzętami i stosowania odpowiednich detergentów).			
	Trening zdrowotny – kształtowanie postawy prozdrowotnej, motywowanie uczestników do prowadzenia higienicznego trybu życia, stosowania odpowiedniej diety, ilości odpoczynku i snu, przestrzeganie przed sięganiem po używki, zdobywanie wiedzy na temat zdrowego stylu życia, profilaktyki, przyswajanie wiedzy na temat sposobów zapobiegania rozprzestrzenianiu się chorób zakaźnych, w tym koronawirusa, stosowania się do zaleceń sanitarno-epidemiologicznych, przyjmowanie odpowiedzialności za siebie i innych ludzi.	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Asystent osoby niepełnosprawnej
		Indywidualnie	1 godzina w tygodniu	
	Trening lekowy – wytworzenie systematyczności i odpowiedzialności w przyjmowaniu leków, uzyskiwanie wpływu na większą świadomość swojej choroby, rozpoznawanie niepokojących symptomów i odpowiednie wcześnie zgłaszanie ich, nabycie odpowiedzialności za własne zdrowie, radzenie sobie z chorobą, wykształcenie nawyków w zakresie dezynfekcji i zaleceń sanitarno-epidemiologicznych.	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Asystent osoby niepełnosprawnej
		Indywidualnie	2 godziny w tygodniu	

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI WYKAZUJĄCYMI INNE PRZEWLEKŁE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH**

		Zajęcia korekcyjno-kompensacyjne – rozwijanie i doskonalenie zmysłów uczestników, rozwijanie orientacji przestrzennej, rozwijanie procesów poznawczych, sprawności motorycznej i manualnej, rozwijanie i doskonalenie pamięci, mowy i innych systemów komunikowania się, wydłużanie czasu koncentracji, podtrzymywanie umiejętności czytania, pisania, liczenia, usprawnianie procesów pamięciowych, myślenia przyczynowo skutkowego.	Grupowo	3 godziny w tygodniu	Asystent osoby niepełnosprawnej
			Indywidualnie	4 godziny w tygodniu	
		Zajęcia techniczno-plastyczne – usprawnianie manualne, poprawa koordynacji wzrokowo-ruchowej, pobudzanie wyobraźni i wrażliwości, wyciszanie napięć, doskonalenie i uczenie się różnych technik plastycznych, uwrażliwienie na sztukę.	Grupowo	3 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
			Indywidualnie	1 godzina w tygodniu	
		Zajęcia rękodzielniczo-krawieckie – usprawnianie koordynacji wzrokowo-ruchowej, sprawności manualnej, doskonalenie umiejętności krawieckich i uczenie się różnych technik rękodzielniczych.	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
			Indywidualnie	1 godzina w tygodniu	
		Kulturoterapia – zmniejszanie introwersji, lęku, doświadczanie uczucia satysfakcji, odprężenia wywołanego udziałem w różnych formach aktywności intelektualnej, pobudzanie	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Pedagog

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI WYKAZUJĄCYMI INNE PRZEWLEKŁE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH**

	wszechstronnego rozwoju, podnoszenie poziomu samoakceptacji, wzrost zdolności percepcyjno-poznawczych, emocjonalno-społecznych, uzewnętrznianie przeżyć i doznań, socjalizacja, rozwijanie współpracy w grupie, spotkania z różnymi dziedzinami sztuki i rozrywki.			
	Trening higieniczny – wyrabianie nawyków w zakresie utrzymania prawidłowej higieny osobistej i otoczenia, dbanie o czystość poszczególnych części ciała, dbałość o wygląd zewnętrzny, w tym odzież, włosy, paznokcie, nabywanie, rozwijanie i podtrzymywanie w zakresie podstawowym czynności dnia codziennego koniecznych do samodzielnej egzystencji i tym samym pełniejszego zaspokajania potrzeb.	Indywidualnie	5 godziny w tygodniu	Asystent osoby niepełnosprawnej
	Ergoterapia – zdobywanie i poszerzanie kompetencji zawodowych uczestników, zajęcia z zakresu ogrodnictwa, nauka utrzymania porządku, przygotowanie do udziału w warsztatach terapii zajęciowej oraz pracy w zakładach pracy chronionej.	Grupowo Indywidualnie	1 godzina w tygodniu 5 godzin w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
	Relaksacja - jej celem jest uzyskanie stanu relaksu, a zatem opanowanie wegetatywnych objawów lęku i uzyskanie odprężenia psychicznego z wykorzystaniem różnych technik relaksacyjnych,	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej Psycholog

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI WYKAZUJĄCYMI INNE PRZEWLEKŁE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH**

	muzyki, odgłosów przyrody i literatury.			
	Kącik fotograficzny – podnoszenie samooceny, pewności siebie, dodawanie odwagi i wsparcie rozwoju osobistego; zajęcia mają funkcję rekreacyjną, korekcyjną i edukacyjną; są sposobem na wyrażanie emocji, odprężenie, rozwój mowy pozawerbalnej.	Indywidualnie	1 raz w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
	Poradnictwo psychologiczne, terapia psychologiczna – wyciszanie lęków u uczestników, zmniejszanie ich napięć, wzrost odporności na frustracje, pomoc w adekwatnym wyrażaniu emocji do sytuacji, pomoc w radzeniu sobie ze stresem, depresją, w miarę możliwości niwelowanie psychologicznych skutków izolacji, sytuacyjna pomoc w momentach trudnych.	Indywidualnie Grupowo	1 godzina w tygodniu, wg potrzeb 1 godzina w tygodniu	Psycholog
	Organizowanie imprez okolicznościowych (według załączonego kalendarza imprez, zależnie również od sytuacji epidemiologicznej w kraju i konieczności stosowania reżimu sanitarnego).		Według kalendarza za imprez (stanowiącym załącznik do planu pracy)	Zespół Wspierający o- Aktywizujący
	Współpraca z rodziną w szerokim aspekcie spraw dotyczących funkcjonowania uczestnika i wpływu rodziny na jego funkcjonowanie.	Indywidualnie Grupowo - spotkanie z rodzinami	Według potrzeb Wrzesień	Zespół Wspierający o- Aktywizujący
	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, wypełnianiu	Indywidualnie	Według potrzeb	Pedagog/ instruktor

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI WYKAZUJĄCYMI INNE PRZEWLEKŁE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH**

		dokumentów, prowadzeniu rozmów, kształtowanie samodzielności, zasad współżycia w środowisku			y terapii zajęciowej
2.	Współpraca z innymi osobami i podmiotami działającymi w zakresie udzielania pomocy osobom niepełnosprawnym	Współpraca z ośrodkiem zdrowia w Kłotnie: – przedłużanie recept dla uczestników, umawianie na wizyty lekarskie, - załatwianie zleceń na niezbędne przedmioty ortopedyczne, - organizowanie dla uczestników konsultacji lekarskich w ŚDS, - współpraca z pielęgniarką środowiskową.	Indywidualnie	Według potrzeb	Asystent osoby niepełnosprawnej
		Współpraca z lekarzem psychiatrą – organizacja konsultacji psychiatrycznych, konsultacje w sprawie zaleconego przez psychiatrę sposobu dozowania leków, pilnowanie terminu wizyt psychiatrycznych, poradnictwo w sprawie oceny stanu psychicznego uczestników.	Indywidualnie	Według potrzeb	Asystent osoby niepełnosprawnej
		Współpraca z osobami świadczącymi uczestnikom specjalistyczne usługi opiekuńcze w miejscu ich zamieszkania - wymiana informacji o stanie psychicznym poszczególnych uczestników objętych pomocą, o sposobie radzenia sobie przez nich z prowadzeniem gospodarstwa domowego, wymiana informacji o ewentualnej pomocy ze strony rodziny, środowiska sąsiedzkiego; celem współpracy jest	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego/ Kierownik

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI WYKAZUJĄCYMI INNE PRZEWLEKŁE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH**

		skoordynowanie działań pomocowych dla uzyskania poprawy funkcjonowania uczestników w środowisku.			
		Współpraca z innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy (np. stowarzyszenia, fundacje), w zakresie gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników.	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego/ Kierownik
		Współpraca z Urzędem Gminy Baruchowo – obejmuje szerokie spektrum spraw – od pomocy w załatwianiu spraw urzędowych, poprzez pomoc w załatwianiu spraw bytowych uczestników.	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego/Kierownik
		Współpraca z GOPS w Baruchowie dotyczy sfery bytowej, rodzinnej i zdrowotnej uczestników.	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego/Kierownik
		Utrzymywanie kontaktu z byłymi uczestnikami - podtrzymywanie więzi, efektów terapeutycznych oraz doraźne wsparcie.	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego
3	Współpraca z innymi osobami oraz podmiotami w zakresie	Współpraca z Urzędem Gminy Baruchowo	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego- Aktywizującego

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI WYKAZUJĄCYMI INNE PRZEWLEKŁE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH**

rehabilitacji zawodowej				cego/Kierownik
	Współpraca z GOPS w Baruchowie	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego-Aktywizującego/Kierownik
	Współpraca z lokalnymi przedsiębiorcami oraz osobami prywatnymi	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego-Aktywizującego/Kierownik
	Współpraca z innymi podmiotami o zasięgu ponadlokalnym	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierającego-Aktywizującego/Kierownik
Plan pracy Zespołu Wspierającego - Aktywizującego	Spotkania zespołu wspierająco-aktywizującego – w celu ustalenia form i metod pracy, omówienie indywidualnych planów wspierająco-aktywizujących i osiągniętych rezultatów, a także ich ewentualnej modyfikacji.		Ocena realizacji indywidualnego planu terapeutycznego raz na sześć miesięcy	członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego
Zarządzanie i administracja	Koordynowanie i monitorowanie pracy Zespołu wspierająco-aktywizującego.		Praca ciągła	Kierownik
	Dbanie o właściwy poziom usług oraz bezpieczeństwo i higienę pracy.		Praca ciągła	Kierownik
	Organizowanie szkoleń i doskonalenie kadry -		Każdy pracowni	Kierownik

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2022
Z OSOBAMI WYKAZUJĄCYMI INNE PRZEWLEKŁE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH**

		pracownicy podnoszą swoje kwalifikacje, udoskonalają i nabywają umiejętności w zakresie organizacji pracy oraz pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi, zapoznają się z nowymi metodami i formami terapii.		k bierze udział w co najmniej dwóch szkoleniach w ciągu roku	
		Opracowanie planu pracy Domu.		1 raz w roku	Kierownik
		Sprawozdanie z działalności Domu.		1 raz w roku	Kierownik

Środowiskowy Dom Samopomocy w Czarnem prowadzi w chwili obecnej zajęcia w formie stacjonarnej. Kadra terapeutyczna nauczona przykładem ubiegłego i bieżącego roku jest przygotowana na prowadzenie zajęć w formie zdalnej, jednak praca w trybie stacjonarnym jest o wiele bardziej efektywna i korzystna dla uczestników. Podopieczni obawiają się kolejnego zawieszenia zajęć, są emocjonalnie bardzo związani z placówką. Kolejne okresy zawieszenia zajęć powodowały w niektórych uczestników apatię, obniżenie nastroju, bierność, mimo systematycznych odwiedzin pracowników w ich domach czy stałego kontaktu telefonicznego bądź z pomocą mediów społecznościowych. Zakładamy, że sytuacja epidemiologiczna będzie sukcesywnie ulegała poprawie i możliwe będą wyjazdy z uczestnikami, wycieczki czy imprezy integracyjne. W 2022 roku ŚDS zamierza brać udział w wydarzeniach kulturalnych, konkursach, festiwalach i olimpiadach dla osób niepełnosprawnych, odpowiadając na zaproszenia jak i organizując tego typu wydarzenia w Domu. Jest to dla uczestników bardzo ważny aspekt ich terapii, który pozwoli niwelować skutki izolacji, aktywizować i przeciwdziałać wycofaniu społecznemu.

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Czarnem
[Podpis]
mgr Monika Kijek

KALENDARZ IMPREZ KULTURALNO-ROZRYWKOWYCH NA 2022 ROK

MIESIĄC	RODZAJ ZAJĘĆ
STYCZEŃ	• Zabawa karnawałowa • Obchody Dnia Babci i Dziadka, • Obchody imienin Genowefy, Mariusza, Mieczysława, Henryka • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
LUTY	• Konkurs Walentynkowy online na wykonanie wiersza o miłości: „Najpiękniej o miłości” z udziałem zaproszonych Domów • Wyjazd na basen do Gostynina, • 60-te urodziny uczestniczki • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
MARZEC	• Obchody imienin Kazimiery, Heleny, Tomasza i urodzin uczestniczki • Uroczystość Dnia Kobiet, • Powitanie wiosny, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
KWIECIEŃ	• Występ w Browarze B we Włocławku połączony z wystawą prac, • Wiosenny konkurs kanapkowy w ŚDS, • Wystawa prac artystycznych uczestników ŚDS o tematyce Świąt Wielkanocnych w Urzędzie Gminy Baruchowo, • Śniadanie wielkanocne w ŚDS połączone z konkursem na najładniejszą pisanekę, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
MAJ	• Akademia z okazji 3 Maja, • Obchody Dnia Matki • Wyjazd do Zoo Safari w Borysewie • Obchody imienin Marioli i Stanisława, • 60-te urodziny uczestniczki • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
CZERWIEC	• Obchody Dnia Dziecka - wspólne grillowanie, • Kostka w grze! – zabawa plenerowa z udziałem zaproszonych Domów • Obchody Dnia Ojca • Obchody imienin Piotra, Pawła i Ireneusza • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).

LIPIEC	• Obchody imienin Henryka, oraz urodzin uczestników, • Biesiada przy ognisku (grillu), • Wyjazd do Multikina we Włocławku, • Wyjazd rekreacyjny nad Jezioro Lubiechowskie • Dzień Pizzy • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
SIERPIEŃ	• Dwudniowa wycieczka do Trójmiasta • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
WRZESIEŃ	• Akademia z okazji rocznicy wybuchu II wojny światowej, • Nasza 18-tka! - obchody XVIII rocznicy powstania ŚDS z udziałem rodzin uczestników, • Turniej gry w Bule z udziałem zaproszonych Domów • Obchody Dnia Chłopaka w ŚDS, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
PAŹDZIERNIK	• Grzybobranie, • Turniej „Koło fortuny” z udziałem zaproszonych Domów • Obchody imienin Małgorzaty oraz Teresy, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
LISTOPAD	• Akademia z okazji Święta Niepodległości, • Andrzejkowy wieczór wróżb, • Udział w Festiwalu Twórczości Osób Niepełnosprawnych fART, organizowanym przez Fundację "Wiatrak", • Obchody imienin Katarzyny i Andrzeja, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).
GRUDZIEŃ	• Wystawa prac uczestników ŚDS w Urzędzie Gminy Baruchowo połączona z akcją informacyjną nt. niepełnosprawności z okazji Międzynarodowego Dnia Osób Niepełnosprawnych, • Obchody imienin Barbary, • Wyjazd do Teatru Dramatycznego w Płocku, • Spotkanie opłatkowe w z udziałem zaproszonych władz samorządowych, • Zabawa sylwestrowa, • Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Czarnem

mgr Monika Kijek