

**UCHWAŁA Nr 292/2017**  
**ZARZĄDU POWIATU TORUŃSKIEGO**  
**z dnia 8 marca 2017 r.**

**w sprawie zatwierdzenia planu pracy środowiskowych domów samopomocy na rok 2017**

Na podstawie art. 4 ust. 1 pkt 3 i 5 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie powiatowym (t.j. Dz. U. z 2016 r. poz. 814. z późn. zm.<sup>1</sup>), oraz § 4 ust. 1 i 2 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz.U. z 2010 r., Nr 238, poz. 1586 z późn. zm. <sup>2</sup>), uchwala się, co następuje:

§ 1. Zatwierdza się Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Chełmży na rok 2017, opracowany przez Dyrektora Jednostki, w uzgodnieniu z Wojewodą Kujawsko-Pomorskim, w brzmieniu jak w załączniku nr 1 do niniejszej Uchwały.

§ 2. Zatwierdza się Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Osieku na rok 2017, opracowany przez Kierownika Jednostki, w uzgodnieniu z Wojewodą Kujawsko-Pomorskim, w brzmieniu jak w załączniku nr 2 do niniejszej Uchwały.

§ 3. Wykonanie uchwały powierza się Wicestarście Toruńskiemu.

§ 4. Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Przewodniczący posiedzenia  
**Starosta Toruński**

**Mirosław Graczyk**

---

<sup>1</sup> Zmiany tekstu jednolitego wymienionej ustawy zostały ogłoszone w Dz. U. z 2016 r. poz. 1579 i poz. 1948.

<sup>2</sup> Zmiany tekstu jednolitego wymienionej ustawy zostały ogłoszone w Dz. U. z 2014 r. poz. 1752.

**PLAN PRACY**  
**ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CHEŁMŹY UL. HALLERA 25**  
**NA ROK 2017**

| <b>Treści i formy pracy z uczestnikiem z uwzględnieniem obszarów największych deficytów</b>   | <b>Cele oddziaływań terapeutycznych, spodziewane efekty zajęć.</b>  | <b>Czas realizacji zajęć (częstotliwość)</b>  | <b>Osoba prowadząca zajęcia</b>   |
|---|---|---|---|
| <p><b>Trening funkcjonowania w codziennym życiu</b></p> <p><b>- trening nauki higieny</b></p><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><p><b>- trening dbałości o wygląd zewnętrzny</b><br/>(zajęcia indywidualne i grupowe prowadzone w formie pogadarek, zajęć praktycznych, przeglądów poradników, zabaw edukacyjnych i in.)</p> | <p>- nabycie wiedzy zw. z higieną i samoobsługą ( zasady higieny, kosmetyki, środki piorące)<br/>- nabycie praktycznych umiejętności zw. z utrzymywaniem właściwej higieny ciała i porządku w najbliższym otoczeniu, ćwiczenie umiejętności, wyrabianie systematycznych nawyków</p> <p>Trening adresowany do grupy A, B, C</p> <p>- wzbudzanie motywacji do zmian<br/>- nabycie i poszerzanie wiedzy dotyczącej schludnego wyglądu oraz trenowanie umiejętności<br/>- nabycie umiejętności właściwego doboru garderoby<br/>- wypracowanie i ćwiczenie nawyków właściwej higieny i samoobsługi</p> | <p>- 2x w miesiącu po 30 min. lub wg potrzeb</p><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><p>2 godziny w miesiącu</p> | <p>Pielęgniarka</p><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><p>Zespół wspierający – aktywizujący</p><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><p>Alina Wysocka</p> |

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| <p>- <b>trening kulinarny</b><br/>(zajęcia w grupie w formie wykładu, pokaz, zajęć praktycznych, ocena nabytych umiejętności )</p> <p>- <b>trening umiejętności praktycznych</b><br/>(zajęcia prowadzone indywidualnie i w małych grupach w formie wykładu, pokaz, zajęć praktycznych )</p> <p>- <b>trening finansowy</b><br/>( zajęcia prowadzone w małych grupach i indywidualnie w formie wykładu, pokaz, zajęć praktycznych)</p> | <p>Trening adresowany do grupy A, B, C</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- poznanie podstawowych zasad obowiązujących w kuchni dot. zachowania czystości i bezpieczeństwa</li> <li>- poznanie przybornika kuchennego</li> <li>- nabycie praktycznych umiejętności wstępnej obróbki produktów oraz przygotowywania prostych posiłków</li> <li>- zwiększenie zasobu wiedzy związanej z żywieniem i odżywianiem, estetyką i zasadami zachowania przy stole</li> </ul> <p>Trening adresowany do grupy A, B, C</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nabywanie wiedzy i umiejętności związanych zw. z obsługą sprzętów gospodarstwa domowego i in. urządzeń współczesnej techniki</li> <li>- ćwiczenie umiejętności praktycznych zw. z utrzymaniem czystości i porządku</li> <li>- nauka i ćwiczenie umiejętności poruszania się w bliższym i dalszym otoczeniu oraz urzędach</li> </ul> <p>Trening adresowany do grupy A, B, C</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- gospodarowanie własnym budżetem, planowanie wydatków, dokonywanie drobnych zakupów,</li> <li>- umiejętność planowania budżetu domowego,</li> <li>- kształtowanie nawyku racjonalnego dysponowania własnym budżetem, nauka rozpoznawania nominałów pieniężnych,</li> <li>- uświadomienie konsekwencji wynikających z nieprzemysłanych decyzji finansowych ( pożyczki,</li> </ul> | <p>kulinarny</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- w kuchni ogólnej</li> </ul> <p>2 x 1,5godziny w tygodniu</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- w pracowni kulinarnej</li> </ul> <p>1 godzina 2 razy w miesiącu</p> <p>2 x w miesiącu po 30 minut</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- według potrzeb lub planu pracy</li> </ul> <p>trening:</p> <p>2x w miesiącu</p> | <p>Kucharka<br/>Maria Krauze</p> <p>Hanna Wyka</p> <p>Pielęgniarka</p> <p>Zespół wspierająco – aktywizujący</p> <p>Pracownik socjalny</p> |
|--|---|---|---|

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
| <p><b>- trening aktywizacji zawodowej</b><br/>( zajęcia prowadzone w małych grupach i indywidualnie w formie wykładu)</p> <p><b>- trening załatwiania spraw urzędowych</b><br/>( zajęcia prowadzone w małych grupach i indywidualnie w formie wykładu)</p> <p><b>- trening zdrowotny</b><br/>( zajęcia prowadzone w małych grupach i indywidualnie w formie wykładu, pokazu, instruktażu ,rozmów, praca z książką, filmy, spotkania, zajęć praktycznych)</p> | <p>kredyty, hazard...)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ukazywanie wszystkich aspektów podjęcia zatrudnienia</li> <li>- określenie czym jest praca, zawód oraz wskazanie na korzyści płynące z odpowiedzialnego wykonywania swoich zobowiązań zawodowych</li> <li>- poszerzanie wiadomości na temat aktualnego rynku pracy</li> </ul> <p>- prowadzenie treningów nabywania umiejętności pisania podań, wypełnianie wniosków, poprawnego rozumienia pism urzędowych</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- podstawowe zasady komunikacji w relacji petent – urzędnik</li> </ul> <p>Treningi adresowane do grupy A, B, C</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rozpoznawania objawów choroby, prowadzenie prawidłowej farmakoterapii – bezpieczne przyjmowanie leków, utrwalenie nawyku dbania o własne zdrowie,</li> <li>-przestrzegania zaleceń lekarskich, terminowa realizacja wizyt u specjalistów</li> <li>- edukacja w zakresie profilaktyki zdrowotnej</li> </ul> <p>Adresatem jest grupa A , C</p> | <p>1 x w miesiącu</p> <p>1 x w miesiącu</p> <p>1 x w miesiącu</p> | <p>Pracownik socjalny</p> <p>Pracownik socjalny</p> <p>Pielęgniarka</p> <p>Zespół wspierająco – aktywizujący</p> |
|--|--|---|--|

|   |   |                                |   |
|---|---|--------------------------------|---|
| <p><b>- trening farmakologiczny</b><br/>(zajęcia indywidualne i grupowe w formie dyskusji, pogadanek, prelekcji)</p>                        | <p>- nabycie wiedzy nt. profilaktyki zdrowotnej, rozpoznawania objawów zwiastunowych choroby, prowadzenie prawidłowej farmakoterapii</p> <p>Adresatem jest grupa A , B</p>  | <p>1x w miesiącu</p>           | <p>Pielęgniarka</p>   |
| <p><b>- trening kosmetyczny</b><br/>(zajęcia prowadzone indywidualnie i w małych grupach w formie wykładu, pokazu, zajęć praktycznych )</p> | <p>- nabycie wiedzy i umiejętności z zakresu kosmetyki podstawowej,<br/>- nabycie umiejętności praktycznych i wyrobienie nawyków związanych z właściwą pielęgnacją ciała i korygowaniem defektów urody</p> <p>Adresatem jest grupa A , B , C</p>  | <p>1 godzina 2x w miesiącu</p> | <p>Anna Szlendak</p>  |
| <p><b>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów</b><br/>( treningi indywidualne i grupowe)</p>                       | <p>- umiejętność nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych<br/>- kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z bliskimi, sąsiadami, innymi osobami w różnych sytuacjach dnia codziennego<br/>- aktywność i odpowiedzialność za siebie i innych<br/>- motywowanie do funkcjonowania w oparciu o własne możliwości,<br/>- kształcenie i nabywanie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie na zasadach otwartości, partnerstwa, wzajemności i solidarności</p> <p>Adresatem jest grupa A, B,</p> | <p>Treningi codziennie</p>     | <p>Psycholog terapeutyci</p> <p>Zespół wspierająco – aktywizujący</p> |

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
| <p><b>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego</b><br/>(zajęcia w formie wycieczek, wyjazdów, zawodów, konkursów, występów, wyjść, spotkań, spacerów, gier, zabaw....)</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- rozwijanie zainteresowań literaturą, czasopismami, filmem, audycjami radiowo-telewizyjnymi</li> <li>- rozwijanie zainteresowań Internetem, grami komputerowymi i stolikowymi</li> <li>- rozwijanie umiejętności korzystania z takich form spędzania czasu wolnego jak: turystyka, sport, rekreacja, udział w imprezach..</li> <li>- motywowanie do wychodzenia na zewnątrz Domu na wspólne spacer, wycieczki, wyjazdy, występy, pokazy</li> <li>- udział w spotkaniach w ramach różnych kół zainteresowań - chór, angielski na wesoło, klub filmowy, koło teatralne, klub szaradziarski</li> </ul> <p>Adresatem jest grupa A, B, C</p> | <p>zajęcia wg tygodniowego ramowego planu pracy, praca ciągła</p> | <p>Zespół wspierająco – aktywizujący</p> |
| <p>Terapia zajęciowa w pracowniach</p> <p><b>- pracownia artystyczna</b><br/>(zajęcia grupowe w formie zajęć praktycznych)</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- poznanie różnorodnych technik plastyczno - technicznych i ich systematyczne ćwiczenie – rysunek, malarstwo, rzeźba, zdobnictwo ...</li> <li>-poznanie metod i technik ergoterapii – dziewiarstwo, krawiectwo, stolarstwo, garncarstwo, haft,</li> <li>- usprawnianie manualne i rozwijanie wrażliwości estetycznej oraz twórczego myślenia</li> <li>- nabycie praktycznych umiejętności posługiwania się narzędziami i racjonalnego wykorzystywania materiałów</li> <li>- nauka organizacji wystaw i kiermaszy</li> </ul>  | <p>zajęcia wg tygodniowego ramowego planu pracy</p>               | <p>Terapeuci zajęciowi</p>               |

|   |   |   |                            |
|---|---|---|----------------------------|
| <p><b>- pracownia edukacyjna</b><br/>(zajęcia grupowe, indywidualne metody oparte na słowie, metody oglądowe, metody praktyczne i problemowe)</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- nabywanie i poszerzanie wiedzy ogólnej</li> <li>-podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności szkolnych</li> <li>-nauka samodzielnego i twórczego zdobywania wiedzy oraz jej wykorzystywania w życiu codziennym</li> <li>- rozwijanie umiejętności poruszania się w urzędach i instytucjach</li> <li>- rewalidacja osób dotkniętych niepełnosprawnością intelektualną</li> </ul>   | <p>zajęcia wg tygodniowego ramowego planu pracy</p> | <p>Terapeuci zajęciowi</p> |
| <p><b>- pracownia kulinarna</b><br/>(zajęcia grupowe i indywidualne w formie ćwiczeń praktycznych )</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- utrwalanie zasady czystości i porządku w kuchni</li> <li>- nabywanie wiedzy i umiejętności praktycznych w zakresie przygotowywania posiłków, surówek, sałatek, przetworów owocowo – warzywnych, pieczenia ciast</li> <li>-doskonalenie umiejętności estetycznego przygotowywania, dekorowania i spożywania posiłków</li> <li>- poznawanie przepisów kulinarnych ( zapisywanie przepisów w formie poradnika”)</li> <li>- nabycie umiejętności przygotowania jadłospisu, planowania i dokonywania zakupów</li> <li>-zwiększenie zasobu wiedzy związanej z żywieniem i odżywianiem i in.</li> </ul> | <p>zajęcia wg tygodniowego ramowego planu pracy</p> | <p>Hanna Wyka</p>          |
| <p><b>- pracownia komputerowa</b><br/>(zajęcia grupowe i indywidualne w formie ćwiczeń praktycznych)</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- nabywanie nowych i udoskonalanie nabytych umiejętności z zakresu obsługi programów komputerowych i wykorzystywania Internetu</li> <li>- nabycie umiejętności obsługi urządzeń współdziałających z komputerem</li> <li>- bezpieczeństwo w sieci</li> <li>- przygotowywanie materiałów na potrzeby Społeczności,</li> </ul>  | <p>zajęcia wg tygodniowego ramowego planu pracy</p> | <p>Terapeuci zajęciowi</p> |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <p><b>- pracownia przyrodnicza</b><br/>( zajęcia grupowe i indywidualne, metody praktyczne, film, pokaz, książka )</p> <p><b>- pracownia gospodarczo-porządkowa</b><br/>(zajęcia grupowe i indywidualne, metody praktyczne, pogadanki, pokazy, filmy)</p> <p>- siłownia<br/>( zajęcia indywidualne i grupowe w formie zajęć praktycznych)</p> <p>- rehabilitacja</p> | <p>prowadzenie kroniki i dokumentacji fotograficznej</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nabycie umiejętności pielęgnacji roślin doniczkowych, ziół, kwiatów ogrodowych</li> <li>- poszerzenie i utwalenie wiedzy na temat fauny i flory otaczającego świata przyrodniczego</li> <li>- kształtowanie poczucia odpowiedzialności za najbliższe otoczenie przyrodnicze, opieka nad psem mieszkającym na terenie ŚDS,</li> <li>- nauka systematycznej pracy w ogrodzie i przy pielęgnacji roślin w domu zgodnie z kalendarzem przyrodniczym</li> <li>- nauka wykorzystywania naturalnego materiału przyrodniczego podczas zajęć i warsztatów rękodzielniczych, plastycznych</li> </ul> <p>- nauka i doskonalenie umiejętności praktycznych - prania ręcznego, prasowania, składania ubrań, rozwieszania, sprzątania, naprawy sprzętów, napraw krawieckich</p> <p>- obsługa sprzętu AGD</p> <p>- podnoszenie kondycji fizycznej poprzez ruch</p> <p>- przywracanie sprawności fizycznej i psychicznej w możliwym do osiągnięcia zakresie</p> <p>- ćwiczenia specjalistyczne / w tym zlecone przez lekarza /, usprawniające, manualne mające na celu podtrzymanie sprawności ruchowej, usprawnianie motoryczne</p> | <p>zajęcia wg tygodniowego ramowego planu pracy</p> <p>zajęcia wg tygodniowego ramowego planu pracy</p> <p>zajęcia wg tygodniowego ramowego planu pracy</p> <p>wg planu fizjoterapeuty</p> | <p>Alina Wysocka</p> <p>Pielęgniarka Zespół wspierająco-aktywizujący</p> <p>Terapeuci zajęciowi</p> <p>Pielęgniarka Fizjoterapeuta zewnętrzny</p> |
|--|--|--|---|

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| <p>- basen</p> <p><b>Poradnictwo psychologiczne<br/>psychoterapia</b><br/>(indywidualna i grupowa )</p> | <p>- ćwiczenia usprawniające i rekreacyjne mające na celu poprawę kondycji fizycznej, poprawę stanu psychofizycznego, stymulowanie aktywności i samodzielności</p> <p>Adresatami są grupy A, B, C</p> <p>- wykonywanie diagnoz psychologicznych niezbędnych do opracowań indywidualnych planów terapeutycznych,<br/>- nabycie wiedzy przez uczestnika nt: prawidłowego funkcjonowania w różnych sytuacjach i radzenia sobie z problemami codziennej egzystencji – trening umiejętności społecznych<br/>- nabycie wiary we własne możliwości,<br/>- nauka asertywności - elementy treningu asertywności<br/>- pokonywanie nieśmiałości, przełamywanie bierności, odkrywanie mocnych stron<br/>- nabywanie umiejętności kontrolowania uczuć, regulowania emocji<br/>- rozwijanie empatii<br/>- kształtowanie umiejętności radzenia sobie z negatywnymi emocjami<br/>- poradnictwo dla rodziców<br/>- Warsztaty psychologiczne</p> <p>Adresatami są grupy A, B, C</p> | <p>zajęcia wg tygodniowego ramowego planu pracy</p> <p>Według planu pracy psychologa</p> <p>Raz na dwa miesiące</p> | <p>Terapeuci zajęciowi</p> <p>Terapeuci zajęciowi</p> <p>Psycholog kliniczny</p> <p>Psycholog kliniczny</p> |
|---|--|---|---|

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| <p><b>Poradnictwo socjalno-bytowe</b></p> <p><b>Poradnictwo logopedyczne</b></p> <p>Logoterapia<br/>( praca indywidualna, metody praktyczne- ćwiczebne, zadaniowe, instruktaż, pokaz )</p> <p><b>Inne :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- udział w imprezach integracyjnych,</li> <li>- uczestnictwo w wycieczkach turystyczno- krajoznawczych,</li> <li>- spacery,</li> <li>- konkursy</li> <li>- spotkania z ciekawymi ludźmi</li> <li>- spotkania świąteczne</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- współpraca z rodzinami uczestników</li> <li>- współpraca z innymi osobami, instytucjami działającymi na rzecz osób niepełnosprawnych</li> <li>- pomoc przy rozwiązywaniu problemów dnia codziennego w sferze rodzinnej, bytowej, urzędowej i mieszkaniowej</li> <li>- wsparcie w zakresie dążenia uczestników do samodzielności</li> <li>- wsparcie w podejmowaniu decyzji dotyczących przyszłości</li> </ul> <p>Adresatami są grupy A, B, C</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wykonywanie diagnoz logopedycznych niezbędnych do opracowań indywidualnych programów terapeutycznych</li> <li>- niwelowanie wad wymowy</li> <li>- nauka prawidłowego wymawiania głosek</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rozwijanie zainteresowań, ćwiczenie umiejętności funkcjonowania w środowisku, nauka zagospodarowania wolnego czasu w sposób efektywny, planowanie dnia</li> </ul> | <p>praca ciągła przez cały rok</p> <p>Praca ciągła przez cały rok zgodnie z planem pracy ( 0,5 godziny na 1 osobę tygodniowo)</p> <p>Wg planu pracy terapeuty i kalendarza imprez</p> | <p>Pracownik socjalny</p> <p>Zespół wspierająco-aktywizujący</p> <p>Logopeda<br/>Lucyna Szymańska</p> <p>Wszyscy członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego</p> |
|---|---|---|--|

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- obchody urodzin</li> <li>- udział w festynach</li> <li>- pikniki</li> <li>- zawody sportowe</li> <li>- wyjazdy do kina, teatru, filharmonii, muzeów</li> <li>- wyjścia na basen</li> <li>- spotkania w restauracjach, kawiarniach.....</li> <li>- udział w koncertach</li> <li>- uczestnik ŚDS wolontariuszem</li> </ul> <p><b>Współpraca z rodziną</b></p> <p><b>Współpraca z innymi osobami</b> lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy w zakresie niezbędnym gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- współpraca dotycząca realizacji wspólnego planu terapeutycznego</li> <li>- wspieranie rodzin w codziennych trudnościach związanych z niepełnosprawnością uczestników</li> <li>- pomoc w zakresie konsultacji lekarskich</li> <li>- angażowanie rodzin do pracy na rzecz ŚDS – zaproszenia na wspólne imprezy i warsztaty</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- optymalizowanie działań na rzecz osób niepełnosprawnych na zasadzie działań partnerskich, poszerzających możliwości objęcia jak największym wsparciem uczestników</li> <li>- wsparcie i współpraca interdyscyplinarna</li> </ul> | <p>Według potrzeb</p> <p>Według potrzeb</p> | <p>Wszyscy członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego</p> <p>Pracownik socjalny</p> |
|---|--|---|--|

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
| <p><b>Utrzymywanie kontaktu z byłymi uczestnikami</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- podtrzymywanie więzi</li> <li>- doraźne wsparcie</li> </ul>   | <p>Według potrzeb</p>                                  | <p>Wszyscy członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego</p>                     |
| <p><b>Spoleczność terapeutyczna</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- rozwijanie umiejętności psychospołecznych</li> <li>- rozwiązywanie bieżących spraw organizacyjnych, problemów, konfliktów</li> <li>- pozytywne wzmacnianie, mobilizowanie, wsparcie emocjonalne</li> </ul>                                | <p>2 x w miesiącu po 1 godzinie<br/>lub wg potrzeb</p> | <p>Wszyscy członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego</p>                     |
| <p><b>Organizacja domu:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- koordynowanie pracy zespołu wspierająco-aktywizującego,</li> <li>- dbanie o właściwy poziom usług</li> <li>- organizacja szkoleń i doształcania pracowników</li> <li>- pozyskiwanie funduszy pomocowych na potrzeby zadań ŚDS</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- nadzór nad prawidłowym funkcjonowaniem domu</li> <li>- różnorodne formy pracy z uczestnikami</li> <li>- systematyczne szkolenia wewnętrzne i zewnętrzne</li> <li>- realizacja dodatkowych usług</li> <li>- doposażenie ośrodka</li> </ul> | <p>Praca ciągła</p>                                    | <p>Dyrektor ŚDS</p> <p>Wszyscy członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego</p> |

### **Wykaz kadry prowadzącej:**

- Psycholog kliniczny - psychologia kliniczna
- Terapeuta - pedagogika( wyższe magisterskie)
  - socjoterapia( studia podyplomowe)
  - studium pomocy psychologicznej (studia podyplomowe)
- Terapeuta/logopeda - pedagogika ( wyższe magisterskie)
  - logopedia ( studia podyplomowe)
- Terapeuta - pedagogika (wyższe magisterskie)
  - resocjalizacja ( studia podyplomowe)
  - oligofrenopedagogika ( studia podyplomowe )
- Terapeuta - pedagogika ( wyższe magisterskie)
  - socjoterapia (studia podyplomowe)
  - studium pomocy psychologicznej (studia podyplomowe)
- \* Pracownik socjalny - praca socjalna (studia licencjackie)
- \* Pielęgniarka/opiekun - studium medyczne
- \* Kucharz - zawodowa szkoła gastronomiczna
- \* Dyrektor ŚDS - pedagogika ( wyższe magisterskie)
  - informatyka ( studia podyplomowe)
  - organizacja pomocy społecznej (studia podyplomowe)

**PLAN PRACY**  
**ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY , TYP A, B, W OSIEKU NAD WISŁĄ**  
**NA ROK 2017 .**

| L.p. | Nazwa zadania   | Adresaci zadania  | Formy realizacji zadania | Metody, techniki, narzędzia wykorzystywane przy realizacji zadania (jeżeli są możliwe do określenia)  | Termin realizacji zadania       | Opis spodziewanych efektów  | Osoby odpowiedzialne za realizację zadania |
|------|---|---|--------------------------|---|---------------------------------|---|--|
| 1.   | <b>Doskonalenie samoobsługi i zaradności życiowej:</b><br>Kształtowanie umiejętności lub utrzymanie już nabytych w zakresie:<br>1. Samodzielności w przygotowywaniu posiłków,<br>2. Dbania o higienę i wygląd zewnętrzny,<br>3. Dbalność o stosowny i estetyczny ubiór,<br>4. Trening gospodarowania pieniędzmi,<br>5. Dbalność o czystość i porządek w domu,<br>6. Treningi umiejętności | Uczestnicy ŚDS, zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym. | Treningi indywidualne    | Ćwiczenia przedmiotowe, wielokrotne wykonywanie czynności przez uczestnika dla nabycia wprawy i uzyskania co raz wyższej sprawności w praktyce, instruktaż. | Zadania ciągłe, przez cały rok. | - Uczestnik potrafi samodzielnie przygotować posiłek,<br>- Uczestnik utrzymuje siebie w odpowiedniej czystości,<br>- Uczestnik potrafi ubrać się estetycznie i dobrać ubiór stosownie po pogody,<br>-Uczestnik potrafi dobrze gospodarować własnym budżetem, planować wydatki,<br>- uczestnik wykonuje codziennie czynności | Pracownicy zespołu                         |

|    |  |  |  |   |  |   |                    |
|----|--|--|--|---|--|---|--------------------|
|    | praktycznych,<br>7. nauka bezpiecznego korzystania z dróg publicznych jako pieszych.   |  | Treningi grupowe   |   |  | domowe,<br>Potrafi bezpiecznie poruszać się w mieście.  |                    |
| 2. | <b>Komunikowanie się:</b><br>Kształtowanie umiejętności lub utrzymanie już nabytych w zakresie:<br>1. Posługiwanie się językiem zrozumiałym dla otoczenia,<br>2. Pomiar czasu na zegarze,<br>3. Nauka korzystania z telefonu,<br>4. Podtrzymywanie umiejętności czytania, pisania, liczenia,<br>5. Nauka posługiwania się linijką, taśmą do mierzenia itd. | Uczestnicy zajęć zgodnie z indywidualnym planem postępowania wspierająco-aktywizującego. | Treningi indywidualne i grupowe, wielokrotne powtarzania określonej czynności przez uczestnika | Pokaz, demonstrowanie uczestnikom zadań przy użyciu telefonu, zegara itd.<br>Objaśnianie zasad działania używanych modeli, ćwiczenia czytania ze zrozumieniem tekstu, liczenia, podpisywania się. | Zadania ciągle rzez cały rok.<br><br>2 godziny w tygodniu    | -Uczestnik potrafi dobrze nawiązać kontakt z otoczeniem,<br>- Uczestnik umie poprawnie określić czas,<br>- Uczestnik odbiera telefony i daje sensowne odpowiedzi,<br>- Uczestnik potrafi prawidłowo się podpisać, czyta i rozumie proste informacje w prasie, czyta książki, liczy, umie posługiwać się linijką, taśmą. | Pracownicy zespołu |
| 3. | <b>Uspołecznienie:</b><br>Kształtowanie umiejętności lub utrzymanie już nabytych w zakresie:<br>1. dokonywania zakupów w sklepach samoobsługowych i innych,<br>2. Nauka form grzecznościowych,<br>3. Współdziałanie w grupie i nie wywoływanie konfliktów swoim zachowaniem,<br>4. Nauka zaradności społecznej,  | Uczestnicy ŚDS zgodnie z indywidualnym planem postępowania wspierająco-aktywizującego.   | Treningi indywidualne, grupowe, wielokrotne powtarzanie określonej czynności, instruktaż       | Instruktaż, praktyczne dokonywanie zakupów w sklepach, treningi kształtujące samowiedzę i dojrzałość społeczną uczestników.   | Zadanie ciągle, przez cały rok.<br><br>2 godziny w tygodniu. | -Uczestnik sam robi zakupy w różnych sklepach<br>- Uczestnik grzecznie się zachowuje,<br>- Uczestnik współdziała z grupą i nie wywołuje konfliktów,<br>- uczestnik potrafi odpowiednio zachować się w różnych sytuacjach życiowych,   | Pracownicy zespołu |

|    |   |   |   |   |   |  |                    |
|----|---|---|---|---|---|--|--------------------|
|    | umiejętności zachowania się w nieznanych sytuacjach,<br>5. Wytworzenie nawyku systematycznie pracy i odpowiedzialności za jej wykonanie.  |   |   |   |   | - uczestnik wykonuje czynności systematycznie, dokładnie i bez nadzoru,<br>- uczestnik zna pojęcie odpowiedzialności za wykonywaną pracę.  |                    |
| 4. | <p><b>Terapia zajęciowa</b><br/>Nabywanie i doskonalenie umiejętności w pracowniach:</p> <p><b>Kulinarnej i gospodarstwa domowego</b></p> <p>1. Trening kulinarny:<br/>- prawidłowego posługiwania się nożem przy przygotowywaniu posiłków: krojenie warzyw, chleba, obieranie warzyw i owoców, rozsmarowywanie masła, dżemu,<br/>- przygotowywanie kanapek,<br/>- umiejętności ugotowania prostych posiłków,<br/>- prawidłowego sposobu przechowywania żywności przetworzonej i surowej,</p> <p>2. Kształtowanie umiejętności utrzymanie już nabytych w zakresie<br/>- obsługi sprzętu AGD.<br/>- BHP,<br/>Samodzielne przygotowanie odpowiedniego miejsca do jedzenia, samodzielne używanie</p> | Uczestnicy zajęć- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i zgodnie z planem postępowania wspierająco-aktywizującego | Treningi indywidualne i zespołowe w pracowni kulinarnej i gospodarstwa domowego | Instruktaż, ćwiczenia przedmiotowe, wielokrotne wykonywanie czynności dla nabycia określonych umiejętności i wprawy w praktyce. | Zadania ciągłe, przez cały rok.<br><br>2 godziny w tygodniu | - Uczestnik zna pracownię, zna zasady BHP,<br>- Uczestnik potrafi posługiwać się nożem przy przygotowywaniu posiłków,<br>- Uczestnik potrafi samodzielnie ugotować prosty posiłek, zrobić kanapkę,<br>- zna zasady przechowywania żywności,<br>- uczestnik zna przeznaczenie i obsługuje sprzęt AGD,<br>- uczestnik potrafi sprzątać i pracować ręcznie. | Pracownicy zespołu |

|  |  |   |   |   |   |                           |
|--|--|---|---|---|---|---------------------------|
| <p>sztućców przy posiłku, opanowanie zasad kulturalnego zachowania się przy stole, - dbanie o porządek, czystość w miejscu przygotowywania posiłku.</p> <p>3. Trening podstawowych umiejętności domowych: wycieranie kurzu, zmiatanie podłóg, posługiwanie się odkurzaczem, pranie ręczne.</p>   |  |   |   |   |   |                           |
| <p><b>Pracowni rękodziela i plastycznej:</b></p> <p>1. Kształtowanie umiejętności w zakresie: rysowania, malowania, papieroplastyki.</p> <p>2. Ergoterapia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wyszywanie i tkactwo,</li> <li>- samodzielny wybór treści pracy, odpowiedzialnej kolorystyki wełny, kordonka,.</li> <li>- nabycie/ utrzymanie umiejętności dbania o estetykę pracy,</li> <li>- wdrażanie do wytrwałości w wykonywaniu pracy, odpowiedzialności za zadania.</li> <li>- nabycie/ utrzymanie wiedzy na temat BHP.</li> </ul> | <p>Uczestnicy zajęć- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i zgodnie z planem postępowania wspierająco-aktywizującego</p> | <p>Treningi indywidualne i grupowe w pracowni rękodziela i plastycznej, zajęcia rozwijające zainteresowania i zdolności uczestnika.</p> | <p>Praktyczny pokaz z wykorzystaniem ilustracji , rysunków, materiałów plastycznych, tkackich i innych.</p> | <p>Zadania ciągle przez cały rok.</p> <p>10 godzin w tygodniu</p>   | <p>Uczestnik wykonuje samodzielnie pracę. Zajęcia sprawiają mu wyraźną przyjemność i z chęcią podchodzi do zadanej czynności.</p> | <p>Pracownicy zespołu</p> |
| <p><b>Pracowni krawieckiej:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-nabycie i utrzymanie umiejętności szycia ręcznego, umiejętności cięcia różnorodnych materiałów, zapoznanie się z instrukcją obsługi urządzeń, działanie</li> </ul>   | <p>Uczestnicy zajęć- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i zgodnie z planem</p>   | <p>Treningi indywidualne i zespołowe, zajęcia rozwijające zainteresowania i uzdolnienia</p>   | <p>Instruktaż, ćwiczenia praktyczne, szycie ręczne.</p>   | <p>Zadanie ciągle, przez cały rok.</p> <p>10 godzin w tygodniu.</p> | <p>Uczestnik przestrzega zasad BHP, potrafi szyć ręcznie, wyszywa, haftuje, potrafi naprawić uszkodzoną odzież.</p>               | <p>Pracownicy zespołu</p> |

|   |  |  |   |  |   |   |
|---|--|--|---|--|---|---|
| <p>praktyczne, nabycie i utrzymanie wiedzy na temat BHP.</p> <p><b>Pracowni modelarsko-stolarskiej:</b><br/> 1. Majsterkowanie:<br/> - nabycie i utrzymywanie wiedzy na temat posługiwania się prostymi narzędziami technicznymi,<br/> - wykonywanie prostych prac w drewnie, metalu,<br/> - BHP.<br/> 2. Praca z gipsem:<br/> - wyrabianie gipsu potrzebnego do wykonywania prac plastycznych,<br/> - wykonywanie odlewów, płaskorzeźb, figur.<br/> - szlifowanie, wygładzanie,<br/> Malowanie, lakierowanie,<br/> - wdrażanie do estetyki wykonywania prac,<br/> - BHP.</p> <p><b>Pracowni komputerowej:</b><br/> - nabycie i utrzymanie umiejętności obsługiwanie się podstawowymi programami komputerowymi.</p> | <p>postępowania wspierająco-aktywizującego</p> <p>Uczestnicy zajęć- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i zgodnie z planem postępowania wspierająco-aktywizującego</p> <p>Uczestnicy zajęć- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i zgodnie z planem postępowania wspierająco-</p> | <p>uczestnika.</p> <p>Treningi indywidualne w pracowni modelarsko-stolarskiej.</p> <p>Treningi indywidualne w pracowni komputerowej.</p> | <p>Instruktaż, wykonywanie prostych prac modelarskich i stolarskich.</p> <p>Instruktaż, praca uczestnika przy komputerze.</p> | <p>Zadania ciągłe, przez cały rok, 10 godzin w tygodniu.</p> <p>Przynajmniej 2 razy w tygodniu po 2 godziny.</p> | <p>Uczestnik przestrzega zasad BHP, potrafi wykonać samodzielne prace w drewnie, metalu, wykonuje samodzielne prace w gipsie.</p> <p>Uczestnik potrafi posługiwać się oprogramowaniem pozwalającym pisać.</p> | <p>Pracownicy zespołu</p> <p>Pracownicy zespołu</p> <p>Pracownicy zespołu</p> |
|---|--|--|---|--|---|---|

|    |  |  |   |  |  |  |                           |
|----|--|--|---|--|--|--|---------------------------|
|    | <p><b>Zajęcia teatralno- muzyczne:</b><br/> 1. zajęcia teatralne,<br/> 2. Muzykoterapia:<br/> - ukierunkowanie uczestników na słuchanie odpowiednio dobranej muzyki,<br/> - regulacja stanów napięcia i pobudzenia, wyciszenie poprzez aktywne przeżywanie muzyki.<br/> 3. zajęcia relaksacyjne:<br/> - regulacja stanów napięcia, i pobudzenia, wyciszenie poprzez wchodzenie w stan relaksu,<br/> - ćwiczenia oddechowe.</p> | <p>aktywizującego</p> <p>Uczestnicy zajęć- zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego i zgodnie z planem postępowania wspierająco-aktywizującego</p> | <p>Zajęcia indywidualne i grupowe rozwijające zainteresowania i uzdolnienia uczestników, ćwiczenia relaksacyjne, oddechowe, gry i zabawy.</p> | <p>Ćwiczenia relaksacyjne, oddechowe, zajęcia wokalne, muzyczne, teatralne, gry i zabawy.</p>        | <p>Przynajmniej raz w tygodniu po 2 godziny.</p> | <p>Uczestnik bierze udział w przedstawieniach teatralnych, rozwija talenty muzyczne, śpiew, grę na instrumentach, zna techniki rozładowywania napięć.</p>  |                           |
| 5. | <p><b>Zachowania prozdrowotne i wsparcie w zakresie opieki zdrowotnej:</b><br/> Kształtowanie umiejętności lub utrzymanie już nabytych w zakresie:<br/> - dbanie o siebie w przypadku zachorowania na choroby sezonowe,<br/> - rozpoznawanie pierwszych objawów choroby,<br/> - znajomość leków, dawkowania, skutków ubocznych,<br/> - regularne wizyty u lekarzy specjalistów.</p>  | <p>Uczestnicy zajęć.</p>   | <p>Treningi indywidualne, treningi grupowe, wielokrotne powtarzanie danej czynności przez uczestnika.</p>                                     | <p>Psychoterapia indywidualna, grupowa, instruktaż, utrwalanie nabytej wiedzy, pomoc pracownika.</p> | <p>Zadania ciągłe przez cały rok.</p>            | <p>Uczestnik potrafi zadbać o swoje zdrowie, w tym sam rozpoznawać objawy choroby, udać się do lekarza, kupić lek w aptece,<br/> - zna dawkowanie i skutki uboczne leku, który zażywa,<br/> - wie, jak zachować się przy lekkim skaleczeniu.</p> | <p>Pracownicy zespołu</p> |
| 6. | <p><b>Gospodarowanie własnym czasem:</b><br/> 1. Treningi umiejętności spędzania wolnego czasu,<br/> 2. rozwijanie zainteresowań</p>   | <p>Uczestnicy zajęć zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-</p>  | <p>Treningi indywidualne i grupowe odbywają się przynajmniej</p>  | <p>Metody rozwijające czytelnictwo, pogadanki, wyjścia do biblioteki, korzystanie ze</p>             | <p>Przynajmniej raz w tygodniu po 2 godziny.</p> | <p>- Uczestnik potrafi zaplanować wolny czas,<br/> - uczestnik sam bierze udział w spotkaniach</p>   | <p>Pracownicy zespołu</p> |

|     |  |   |  |  |  |   |                                   |
|-----|--|---|--|--|--|---|-----------------------------------|
|     | literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi, Internetem,<br>3. Udział w spotkaniach integracyjnych, rekreacyjnych, towarzyskich, kulturalnych.  | aktywizującym oraz ustaleniami dokonanyimi przez zespół wspierająco-aktywizujący.   | raz w tygodniu, spotkania integracyjne nie rzadziej niż raz w miesiącu.  | sprzętu audiowizualnego, udział w spotkaniach integracyjnych.  | Przynajmniej jeden raz w miesiącu.   | integracyjnych, rekreacyjnych, towarzyskich, kulturalnych.  |                                   |
| 7.  | <b>Rehabilitacja medyczna i usprawnienie zaburzonych funkcji organizmu.</b>  | Uczestnicy zajęć zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym oraz ustaleniami dokonanyimi przez zespół wspierająco-aktywizujący. | Rehabilitacja medyczna wykonywana zgodnie z własnym harmonogramem pracy. | Ćwiczenia korekcyjne, kinezyterapia, masaże, hydroterapia, fizykoterapia, i inne z wykorzystaniem dostępnych urządzeń. | Zadanie ciągle, przez cały rok.  | Usprawnienie lub utrzymywanie na zaistniałym poziomie zaburzonych funkcji organizmu w celu polepszenia funkcjonowania uczestnika. | Rehabilitant DPS Dobrzejewice.    |
| 8.  | <b>Poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne i socjalne.</b>  | Dla wszystkich uczestników ŚDS i ich opiekunów.   | Indywidualne rozmowy.  | Rozmowy indywidualne, terapia pedagogiczna, psychoterapia indywidualna, grupowa, poradnictwo socjalne.                 | Zadanie ciągle, przez cały rok.<br><br>Zajęcia grupowe godzina w tygodniu, indywidualne w miarę potrzeb. | Uzyskanie porady psychologicznej, pedagogicznej, lub socjalnej uczestnika zajęć, opiekuna, lub rodzica.                           | Psycholog, pedagog.               |
| 9.  | <b>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.</b><br>1. Pomoc w uzyskaniu świadczeń socjalnych, emerytalno- rentowych,<br>2. pomoc w wypełnianiu dokumentów urzędowych,<br>3. Korzystanie z placówek użyteczności publicznej. | Dla wszystkich uczestników ŚDS.   | Pomoc indywidualna.  | Współpraca z odpowiednimi placówkami.  | W miarę potrzeb.   | Uzyskanie należnych świadczeń, samodzielne korzystanie z placówek użyteczności publicznej.  | Pracownik socjalny, radca prawny. |
| 10. | <b>Terapia ruchowa, w tym</b>  | Uczestnicy ŚDS.   | Treningi   | - codzienne spaceru,   | Przynajmniej   | Udział w treningach   | Pracownicy zespołu                |

|     |  |  |                                  |  |                              |  |                     |
|-----|--|--|----------------------------------|--|------------------------------|--|---------------------|
|     | <b>zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja.</b>  |  | grupowe.                         | - Nordic walking,<br>- aerobic,<br>- gry zespołowe,<br>- gimnastyka,<br>- wycieczki,<br>- turystyka. | raz w tygodniu.              | różnych dyscyplin sportowych, udział w olimpiadach specjalnych, zawodach sportowych i innych imprezach.                            |                     |
| 11. | <b>Postępowanie przygotowujące do podjęcia zatrudnienia.</b><br>1. wyrabianie cech osobowych niezbędnych do podjęcia pracy:<br>- punktualność, wytrwałość, zaangażowanie w pracę, motywacja wewnętrzna, umiejętność pracy w grupie,<br>2. nabycie umiejętności potrzebnych w trakcie rozmowy kwalifikacyjnej, autoprezentacja, umiejętność prowadzenia rozmowy,<br>3. umiejętność pisania pism potrzebnych do podjęcia zatrudnienia.<br>4. nabycie umiejętności potrzebnych w trakcie poszukiwania pracy: wyszukiwania ofert w PUP, rozeznanie na lokalnym rynku pracy i innych. | Uczestnicy zajęć zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym oraz ustaleniami zespołu wspierająco-aktywizującego. | Treningi indywidualne i grupowe. | Instruktaż, zajęcia praktyczne, wielokrotne powtarzanie danej czynności przez uczestnika.            | Przynajmniej raz w tygodniu. | Uczestnik potrafi napisać pisma niezbędne do podjęcia pracy, posiada umiejętność autoprezentacji, potrafi wyszukiwać oferty pracy. | Pracownicy zespołu. |

### **Wykształcenie pracowników merytorycznych ŚDS w Osieku n/Wisła**

1. Kierownik ŚDS – magister rewalidacji, specjalista z zakresu oligofrenopedagogiki, pielęgniarka dyplomowana, 20-letni staż pracy z osobami psychicznie chorymi, specjalizacja w zakresie organizacji pomocy społecznej, zatrudnienie w pomocy społecznej od 1997 roku
2. Pracownik socjalny – dyplom pracownika socjalnego, magister pedagogiki społecznej, w pomocy społecznej pracuje od 1996 roku.
3. Instruktor terapii zajęciowej – magister pedagogiki specjalnej, licencjat z oligofrenopedagogiki i terapii zajęciowej, zatrudnienie w pomocy społecznej od 2000 roku.
4. Instruktor K.O. – magister sztuki, zatrudnienie w pomocy społecznej od 2000 roku.
5. Psycholog – magister psychologii, specjalizacja z oligofrenopedagogiki, zatrudnienie od 2005 roku.
6. Opiekun w domu pomocy – absolwent studium podyplomowego pracowników służb społecznych. W pomocy społecznej pracuje od 1996 roku.
7. Pielęgniarka – pielęgniarka dyplomowana, specjalizacja z terapii zajęciowej I i II stopnia. W pomocy społecznej pracuje od 1996 roku.
8. Dietetyk – policealne studium dietetyków. W pomocy społecznej pracuje od 1998 roku.