

Zarządzenie Nr 223/2018
Wójta Gminy Olawa
z dnia 18 grudnia 2018 roku

w sprawie: zatwierdzenia Programu działalności i Planu pracy Środowiskowego Domu
Samopomocy w Oleśnicy Małej na 2019 rok.

Na podstawie art. 30 ust. 1 ustawy z dnia 8 marca 1990r. o samorządzie gminnym (Dz.U. 2018 poz. 994) oraz § 4 ust. 2 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. Nr 238, poz. 1586 ze zm.)

zarządza co następuje:

§1

1. Zatwierdza się, po uprzednim uzgodnieniu z Wojewodą Dolnośląskim, Program działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Oleśnicy Małej dla osób przewlekle psychicznie chorych- typ A, stanowiący załącznik nr 1 do niniejszego zarządzenia.
2. Zatwierdza się, po uprzednim uzgodnieniu z Wojewodą Dolnośląskim, Program działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Oleśnicy Małej dla osób upośledzonych umysłowo- typ B, stanowiący załącznik nr 2 do niniejszego zarządzenia.
3. Zatwierdza się, po uprzednim uzgodnieniu z Wojewodą Dolnośląskim, Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Oleśnicy Małej, stanowiący załącznik nr 3 do niniejszego zarządzenia.

§2

Zarządzeni wchodzi w życie z dniem podpisania.

OSOBA PEŁNIĄCA FUNKCJĘ
WÓJTA GMINY OLAWA

mgr Henryk Kuriata

Rozdział I

Postanowienia ogólne

Środowiskowy Dom Samopomocy w Oleśnicy Małej nr 52 to ośrodek wsparcia dziennego pobytu, przeznaczony dla 30 osób przewlekłe psychicznie chorych- typu A i dla osób upośledzonych umysłowo- typu B z terenu Gminy Oława oraz Miasta Oława (dzięki umowie międzygminnej Gminy i Miasta Oława) oraz z terenu Gminy Jelcz-Laskowice i Gminy Wiązów (dzięki porozumieniu międzygminnemu Gminy Oława i Gminy Jelcz-Laskowice oraz Gminy Oława i Gminy Wiązów).

Podstawowym zadaniem Środowiskowego Domu Samopomocy w Oleśnicy Małej jest zapewnienie pomocy do godnego życia w środowisku społecznym i rodzinnym, osobom przewlekłe psychicznie chorym i upośledzonym umysłowo. Pomoc ta rozumiana jest jako zapewnienie oparcia społecznego, które pozwoli zaspokoić indywidualne potrzeby uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy, rozwinię umiejętności, które prowadzić będą do usamodzielnienia się i zwiększą integrację ze społeczeństwem.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Oleśnicy Małej 52 będąc jednostką wsparcia dziennego pobytu, świadczy usługi w celu poprawy funkcjonowania uczestników w życiu społecznym oraz rodzinnym poprzez indywidualne i grupowe zajęcia terapeutyczno-rehabilitacyjne, przy uwzględnieniu ich indywidualnych możliwości psychofizycznych, potrzeb i predyspozycji.

Uczestnikami Środowiskowego Domu Samopomocy mogą być osoby, które ukończyły 18 rok życia i zamieszkują na terenie Gminy Oława i / lub Miasta Oława, gminy Jelcz-Laskowice i Gminy Wiązów.

Skierowanie do Środowiskowego Domu Samopomocy odbywa się na podstawie decyzji administracyjnej wydanej przez Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Oławie, na wniosek osoby zainteresowanej lub opiekuna prawnego.

Rozdział II

Cele i zadania Środowiskowego Domu Samopomocy

Głównym celem działalności Środowiskowego Domu Samopomocy jest integracja i aktywizacja społeczna osób niepełnosprawnych przewlekłe psychicznie chorych i upośledzonych umysłowo w ramach proponowanych form wsparcia, które poprawią jakość życia z naciskiem na ogólne usprawnienie, rozwój umiejętności wykonywania umiejętności życia codziennego, integrację ze społeczeństwem- wyjście z kręgu osób zagrożonych wykluczeniem społecznym oraz podniesienie kompetencji osobistych i społecznych.

Prowadzone zajęcia będą zmierzały do wzrostu umiejętności, kompetencji i kwalifikacji osobistych, społecznych oraz rozwoju umiejętności wykonywania umiejętności życia codziennego.

Dla osób niepełnosprawnych przewlekłe psychicznie chorych nacisk kładziony będzie na pomoc psychologiczną, natomiast dla osób niepełnosprawnych upośledzonych umysłowo na zajęcia z treningu umiejętności życia codziennego.

Główne cele Środowiskowego Domu Samopomocy zgodnie z jego Statutem:

- 1) ogólne usprawnienie- rozwój umiejętności wykonywania umiejętności życia codziennego oraz doskonalenie już nabytych umiejętności życia codziennego;
- 2) integracja ze społeczeństwem – wyjście z kręgu osób zagrożonych wykluczeniem społecznym;
- 3) kształtowanie właściwych postaw społecznych wobec osób z zaburzeniami psychicznymi i ich rodzin, zwłaszcza zrozumienia, tolerancji, życzliwości, a także przeciwdziałanie ich dyskryminacji;
- 4) stwarzanie warunków do nabycia nowych umiejętności wykonywania podstawowych czynności życia codziennego;
- 5) zwiększenie własnej aktywności;
- 6) usamodzielnienie uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy w zakresie podstawowych umiejętności życiowych;
- 7) doprowadzenie do zwiększenia poczucia pewności siebie i poczucia własnej wartości w kontaktach z ludźmi;
- 8) zmiana postawy dotyczącej własnej osoby;
- 9) podniesienie kompetencji społecznych, osobistych;



Załącznik nr 1
do Zarządzenia Nr 223/2018
Wójta Gminy Olawa
z dnia 18 grudnia 2018 roku

PROGRAM DZIAŁALNOŚCI

ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY

W OLEŚNICY MAŁEJ

ustanowiony dla uczestników przewlekle psychicznie chorych
(TYP A)

NA ROK 2019

PROGRAM DZIAŁALNOŚCI

ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 USTANOWIONY DLA OSÓB PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYCH

TYP A

Oferta dla uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy Typu A jest skierowana do osób przewlekle psychicznie chorych, którzy czują się wyobcowani, osamotnieni i mają trudności w nawiązaniu zdrowych relacji z innymi. Społeczeństwo nie znające problemu choroby psychicznej często odczuwa zagrożenie i niechęć do osób przewlekle psychicznie chorych. Wynika to ze strachu i lęku, a także z różnych niezrozumiałych dla społeczeństwa zachowań osoby przewlekle psychicznie chorej. Przez to osoby przewlekle psychicznie chore są pozostawione same sobie. Są odizolowane od społeczeństwa, przez co tracą wiarę we własne możliwości. Trudno odnaleźć im miejsce w społeczeństwie, przez co zaburzone zostają relacje w kontaktach z innymi. Prowadzi to do wyobcowania, do trudności w samodzielnym funkcjonowaniu społecznym. Odrzucenie i napiętnowanie osób chorych psychicznie prowadzi do zerwania kontaktów i izolacji.

Podstawowym zadaniem Środowiskowego Domu Samopomocy Typu A jest przede wszystkim integracja ze społeczeństwem – wyjście z kręgu osób zagrożonych wykluczeniem społecznym, zapobieganie izolacji społecznej, zwiększenie własnej aktywności, zmiany postawy dotyczącej własnej osoby oraz udzielenie wsparcia psychicznego.

Środowiskowy Dom Samopomocy świadczy usługi w formie zajęć indywidualnych i grupowych. Usługi w Domu obejmują w szczególności:

- 1) trening umiejętności życia codziennego (trening budżetowy, trening umiejętności praktycznych oraz trening higieniczny);
- 2) trening umiejętności społecznych;
- 3) trening aktywnego spędzania czasu wolnego (trening kosmetyczny, praca przy komputerze (zajęcia komputerowe));
- 4) trening arteterapii (rysunek, muzykoterapia, biblioterapia, teatroterapia, choreoterapia);
- 5) trening ergoterapii (trening krawiectwa i trening ogrodniczy);

- 6) trening kulinarny;
- 7) trening rehabilitacji ruchowej;
- 8) indywidualne poradnictwo psychologiczne;
- 9) pomoc w załatwianiu spraw urzędowych;
- 10) pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych;
- 11) pracę socjalną.

Treningi prowadzone w Środowiskowym Domu Samopomocy

Treningi są dostosowywane do indywidualnych możliwości psychofizycznych, predyspozycji, potrzeb oraz do aktualnego stanu fizycznego, intelektualnego i psychicznego każdego uczestnika. Treningi prowadzone są w ramach indywidualnego planu postępowania wspierająco-aktywizującego.

1. Trening umiejętności społecznych- socjoterapia (praca indywidualna i grupowa, metody problemowe i praktyczne) –osoba prowadząca: Psycholog

Cele i formy wsparcia:

- doskonalenie kompetencji społecznych, osobistych;
- kształtowanie umiejętności komunikacyjnych;
- współpraca w grupie: kształtowanie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie na zasadach otwartości, partnerstwa i wzajemności;
- utrwalanie prawidłowych zachowań w społeczeństwie;
- nawiązywanie pozytywnych relacji interpersonalnych, w tym: kształtowanie pozytywnych relacji z bliskimi (rodzina, opiekunowie, przyjaciele) i otoczeniem;
- wykształcenie zachowań asertywnych (asertywna odmowa, poszanowanie granic własnych i innych ludzi);

- utrwalanie zasad prawidłowych zachowań potrzebnych do funkcjonowania w społeczeństwie;
- nabycie umiejętności rozwiązywania sytuacji konfliktowych;
- umiejętności radzenia sobie ze stresem (identyfikowanie źródła stresu, likwidowanie źródła stresu);
- rozwijanie cech moralnych: szacunek, koleżeńskość, tolerancja itd.
- uczenie się rozpoznawania emocji i potrzeb- kontrola nad własnymi uczuciami;
- odreagowanie napięć emocjonalnych;
- metody radzenia sobie z emocjami;
- właściwe reakcje na pochwały i krytykę;

2. Trening umiejętności życia codziennego (praca indywidualna i grupowa, metody problemowe i praktyczne) – osoba prowadząca: Pedagog i/ lub Pracownik socjalny.

Cele i formy wsparcia:

- nabycie, doskonalenie oraz rozwijanie umiejętności praktycznych, wzmacnianie samodzielności podczas wykonywania podstawowych czynności w gospodarstwie domowym np. obsługa sprzętu gospodarstwa domowego;
- nabycie wiedzy i doskonalenie zasad utrzymywania higieny osobistej, wyrabianie nawyków higienicznych.
- nabycie wiedzy i trenowanie umiejętności planowania wydatków;
- nauka właściwego prowadzenia własnego gospodarstwa domowego;
- planowanie i organizacja czasu oraz miejsca pracy.

a) trening budżetowy

Cele i formy wsparcia:

- trening ekonomiczny/budżetowy, poznanie wartości pieniądza poprzez zabawę i ćwiczenia (rozpoznawanie pieniędzy, używanie ich);
- trening zakupowy i planowania wydatków (planowanie i wykonywanie);

- doskonalenie umiejętności decydowania o przeznaczeniu własnych środków finansowych-
hierarchia;
- trening samodzielnego gospodarowania środkami pieniężnymi (wydawanie i oszczędzanie itp.)
- uczenie się sposobów oszczędnego gospodarowania i planowania wydatków;
- trenowanie umiejętności wydatków miesięcznych;
- nabycie umiejętności kontrolowania własnych wydatków;
- poznanie zasad funkcjonowania instytucji finansowych na rynku oraz konsekwencji zaciągania zobowiązań.

b) trening umiejętności praktycznych

Cele i formy wsparcia:

- rozwijanie i nabywanie umiejętności praktycznych , dotyczących czynności dnia codziennego;
- kształtowanie właściwych nawyków;
- wzmacnianie samodzielności;
- nauka prania, prasowania, korzystania z urządzeń służących do utrzymania czystości;
- uświadamianie zagrożeń wynikających z nieprawidłowego użytkowania sprzętów gospodarstwa domowego, które są pod napięciem (pralka, żelazko, odkurzacz itd.);
- organizacja czasu i miejsca pracy.

c) trening higieniczny

Cele i formy wsparcia:

- wyrabianie nawyku dbania o zachowanie czystości całego ciała;
- wyrabianie nawyków higienicznych i dbania o czystość otoczenia;
- nabycie, poszerzanie wiedzy i trenowanie umiejętności utrzymania czystości różnych części ciała z uwzględnieniem umiejętności codziennego wykonywania czynności higienicznych;
- wyrabianie wśród uczestników nawyku systematycznego dbania o higienę osobistą;
- nauka dobierania stosownej odzieży do okoliczności, pory dnia i roku;
- kształtowanie estetyki wyglądu zewnętrznego;
- wyrabianie nawyku codziennego mycia zębów itd.

- nauka prania, prasowania, składnia ubrań, rozwieszania wypranej bielizny.

d) prowadzenie indywidualnych oraz grupowych pogadanek na temat konieczności przyjmowania leków

Cele i formy wsparcia:

- nabywanie umiejętności związanych z aktywnym udziałem we własnej farmakoterapii;
- nabywanie i podtrzymywanie umiejętności zasad prawidłowego przyjmowania zleconych leków;
- ćwiczenie pamięci systematyczności oraz samodzielności w przyjmowaniu leków;
- nauka konsekwencji odstawienia leków i łączenia z alkoholem;
- uświadamianie konieczności i zasadności przestrzegania czasu oraz dawki leku.

3. Trening umiejętności spędzania wolnego czasu- socjoterapia (praca indywidualna i grupowa, metody praktyczne) –osoba prowadząca: Pedagog, Pracownik socjalny i Psycholog.

Cele i formy wsparcia:

- zaspokojenie potrzeby samorealizacji i rozwój osobisty;
- poprawa samopoczucia psychicznego;
- odkrywanie nowych źródeł spędzania czasu wolnego.
- wyrażanie swoich emocji;
- usprawnienie koncentracji uwagi i koordynacji wzrokowo-ruchowej;
- pielęgnowanie i poszukiwanie własnych zainteresowań;
- oddziaływanie pięknem przyrody- spacery po lesie;
- gry i zabawy zespołowe;
- zwiedzanie.

a) trening kosmetyczny: osoba prowadząca: Pedagog.

Cele i formy wsparcia:

- nauka dbania o wygląd zewnętrzny;
- nauka wykonywania prostych zabiegów kosmetycznych i higienicznych;

- nauka umiejętności korzystania z kosmetyków;
- zwiększenie poczucia własnej wartości;

b) praca przy komputerze (zajęcia komputerowe): osoba prowadząca: pracownik socjalny.

Cele i formy wsparcia:

- poznawanie i doskonalenie umiejętności pracy z komputerem;
- rozwijanie zainteresowań;
- odkrywanie nowych źródeł spędzania czasu wolnego;
- nauka gospodarowania czasem;
- praca z Internetem;
- nabycie umiejętności wyszukiwania informacji;
- nauka pisania i obsługi podstawowych programów komputerowych;
- wzrost kompetencji w zakresie obsługi komputera, drukarki.

4. Trening arteterapii (praca grupowa). Osoba prowadząca: Pedagog.

Cele i formy wsparcia:

- rozwijanie umiejętności zdolności manualnych, twórczego myślenia oraz poczucia estetyki;
- rozwijanie spontaniczności;
- rozwijanie wyobraźni;
- nauka wyrażania swoich przeżyć, emocji, uczuć poprzez różne techniki plastyczne;
- zapoznanie się z wieloma różnorodnymi formami zajęć plastycznych;
- uczenie się dokładności;
- podniesienie samooceny;
- uczenie się wytrwałości i konsekwencji w dążeniu do celu;
- redukcja stresu- zmniejszenie poziomu napięcia i uwolnienie negatywnych emocji.

a) trening muzykoterapii: osoba prowadząca: Pedagog.

Cele i formy wsparcia:

- nauka różnych form relaksu i wyciszenia;
- dostarczenie pozytywnych przeżyć;
- rozładowanie negatywnych emocji;
- zmiana nieprawidłowych zachowań psychofizycznych;
- stymulacja rozwoju psychoruchowego;
- rozwój, poszerzenie zainteresowań muzycznych;
- poprawa samopoczucia psychicznego;
- zaspokojenie potrzeb emocjonalnych;
- integracja rytmiczno-ruchowa;
- poszerzenie wrażliwości;
- wzbogacenie osobowości;
- integracja w grupie.

b) trening biblioterapii: osoba prowadząca: Pedagog

Cele i formy wsparcia:

- nauka pisania i czytania;
- wzmocnienie motywacji do uczenia się;
- rozwój osobisty;
- rozładowanie napięcia emocjonalnego;
- wzmocnienie poczucia własnej wartości;
- samorealizacja;

c) trening teatroterapii: osoba prowadząca: Pedagog.

Cele i formy wsparcia:

- pantomima (scenki pantomimiczne);
- drama;
- psychodrama;
- wzmocnienie motywacji do uczenia się;
- samorealizacja;
- odreagowanie nagromadzonych emocji;
- rozwój twórczy wyobraźni;
- wspiera proces kształtowania emocji;
- rozładowanie napięcia.

d). trening choreoterapii: osoba prowadząca: Pedagog.

Cele i formy wsparcia:

- ćwiczenia muzyczno-ruchowe;
- taniec;
- uzewnętrznienie uczuć i emocji;
- improwizacje ruchowe przy muzyce;
- wzrost pewności siebie;
- rozładowanie stresu i napięć;
- zwiększenie świadomości i akceptacji swoje ciała;
- otworenie się na własne potrzeby;
- poprawa koordynacji ruchowej;
- wzrost wydolności fizycznej organizmu.

5. Trening ergoterapii: osoba prowadząca: Pedagog, pracownik socjalny.

Cele i formy wsparcia:

- zwiększenie aktywności;
- motoryka mała i duża;
- osiągnięcie niezależności i odpowiedniej sprawności manualnej;
- rozwijanie zdolności manualnych;
- zwiększenie samodzielności;

a) trening krawiectwa: osoba prowadząca: pedagog i/ lub pracownik socjalny.

Cele i formy wsparcia:

- kształtowanie uzdolnień manualnych;
- rozwój;
- kształtowanie umiejętności bezpiecznego posługiwania się narzędziami typu: maszyna do szycia, nożyczki, igły, szpilki itd.
- dostrzeganie potrzeby samokształcenia;
- samorealizacja;
- możliwość wykorzystania materiałów już niepotrzebnych- rozwijanie świadomości ekologicznej;
- kształtowanie umiejętności współpracy i współdziałania w grupie.

b) trening ogrodniczy: osoba prowadząca: pedagog i/lub pracownik socjalny.

Cele i formy wsparcia:

- poznanie podstawowych zasad higieny pracy na wolnym powietrzu;
- nauka pielęgnacji roślin doniczkowych;
- rozwijanie umiejętności do wykonywania prac ogrodowych;
- nauka systematyczności poprzez uprawę ogródka;
- nauka pielęgnacji roślin w ogródku- sadzenie, podlewanie, itd.;
- kształtowanie sprawności manualnych;

- relaks na wolnym powietrzu;
- współpraca w grupie.

6. Trening Kulinaryny (praca indywidualna i grupowa, metody praktyczne) – osoba prowadząca: zespół wspierająco-aktywizujący.

Cele i formy wsparcia:

- nabycie i doskonalenie umiejętności przyrządzania prostych potraw;
- nabycie wiedzy jak estetycznie przygotować posiłek;
- nabycie umiejętności planowania wartościowego posiłku;
- nabycie wiedzy dotyczącej ilości i składu do przygotowania posiłków;
- gospodarowanie czasem podczas przygotowania posiłków;
- kształtowanie i utrwalanie umiejętności prawidłowego przechowywania żywności;
- nauka prawidłowego zachowania się przy stole;
- nauka radzenia sobie z obsługą sprzętu AGD;
- rozwijanie umiejętności współpracy w grupie.

7. Trening rehabilitacji ruchowej (praca indywidualna, metody praktyczne, fizjoterapia) – osoba prowadząca: Fizjoterapeuta.

Cele i formy wsparcia:

- kształtowanie prawidłowej postawy ciała;
- poprawa koordynacji ruchowej;
- poprawa sprawności fizycznej i wydolności;
- rehabilitacja ruchowa zmierzająca do wszechstronnego rozwoju uczestnika;
- usprawnienie psychofizyczne;
- zwiększenie aktywności fizycznej;
- poprawa nastroju;

- odprężenie nerwowe;
- podtrzymanie lub podwyższenie sprawności funkcji upośledzonych narządów ruchu;
- zlikwidowanie granic i przeszkód natury architektonicznej, urbanistycznej, transportowej;
- ćwiczenia relaksacyjne, gimnastyka, zabawy i zajęcia sportowe, spacer i rekreacja;
- wykonywanie ćwiczeń i zabiegów fizjoterapeutycznych zleconych przez lekarza.

8. Indywidualne poradnictwo psychologiczne (praca indywidualna, metody teoretyczne)

– osoba prowadząca: Psycholog.

Cele i formy wsparcia:

- wsparcie psychologiczne uczestników zajęć;
- praca nad motywacją;
- zwiększenie aktywności uczestnika w procesie własnego leczenia;
- zidentyfikowanie trudności i poszukiwanie sposobów radzenia sobie z nimi;
- poszukiwanie nowych sposobów rozwiązania trudności;
- podniesienie samooceny;
- wzmacnianie mocnych stron, praca nad pozytywnym myśleniem;
- pomoc w akceptacji własnej choroby i radzenia sobie w relacjach z innymi;
- wspomaganie rozwoju cech sprzyjających poradzeniu sobie w aktualnych trudnościach;
- motywowanie do uczestnictwa w treningach w ramach indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizujących.

9. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych. Osoba prowadząca: Pracownik socjalny

- pomoc w zakresie rozwiązywania problemów dnia codziennego w sferze rodzinnej, bytowej, mieszkaniowej, urzędowej i zdrowotnej;

- wsparcie w tym zakresie polega na informowaniu uczestników o posiadanych uprawnieniach i możliwościach;
- motywowanie do podejmowania działań;
- doradztwo oraz pomoc w pisaniu pism urzędowych i pomoc w kontakcie z urzędami.

10. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych. Osoba prowadząca: pracownik socjalny.

- pomoc w zakresie uzgadniania i pilnowania terminów wizyt lekarskich uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy;
- pilnowanie terminów zabiegów i pobyków w szpitalu;
- pomoc w zakresie leków;
- mobilizowanie do dbałości o zdrowie i korzystanie ze świadczeń służby zdrowia- regularne wizyty, promocja zdrowia i higieniczny styl życia;
- pomoc w uzyskiwaniu dofinansowania zakupów w zakresie zaopatrzenia uczestników w sprzęt ortopedyczny, rehabilitacyjny itd.

11. Współpraca z rodzinami uczestników, innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy. Osoba odpowiedzialna: Kierownik i zespół wspierająco-aktywizujący.

- pomoc w zakresie niezbędnym, gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników.

12. Organizowanie spotkań okolicznościowych i integracyjnych zgodnie z kalendarzem imprez. Osoba odpowiedzialna: Kierownik.

W ramach tych uczestnicy:

- skorzystają z zaplanowanych i przygotowanych imprez oraz wycieczek;
- uczestniczyć będą w wycieczkach o charakterze kulturalnym (teatr, wystawy, festiwale artystyczne, kino);

- uczestniczyć będą w wyjazdach na wycieczki i imprezy integracyjne, zajęciach sportowych.

Środowiskowy Dom Samopomocy prowadzi działalność przez cały rok, pięć dni w tygodniu od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00 – 16:00.

Zajęcia terapeutyczne w dziennym oddziale Środowiskowego Domu Samopomocy odbywać się będą od godziny 8:30 do godziny 15:30. Przed każdym dniem roboczym na organizację pracy domu i zajęć dnia bieżącego poświęcone będzie 30 min. (usprawni to funkcjonowanie domu i współpracę kadry). Do godziny 8:30 planowane jest przybycie wszystkich uczestników zajęć. Część terapeutyczna zajęć kończyć się będzie o godzinie 15:30 – pozostały czas poświęcony będzie na prace porządkowe i czas na powrót uczestników zajęć do domów oraz prace organizacyjne zespołu wspierająco-aktywizującego. Istnieje możliwość prowadzenia w uzasadnionych przypadkach dodatkowych zajęć kulturalnych, sportowych i turystycznych w godzinach popołudniowych oraz w dni wolne od zajęć.

Dopuszcza się możliwość zamknięcia Domu w czasie ferii letnich lub zimowych, na okres świąteczny, itd. na okres nie dłuższy niż 15 dni roboczych w roku kalendarzowym, po uprzednim uzgodnieniu z uczestnikami lub/ i ich opiekunami prawnymi. Zamknięcie Domu zostaje zaakceptowane także przez Dolnośląski Urząd Wojewódzki we Wrocławiu. W ramach działalności Środowiskowego Domu Samopomocy, za zgodą kierownika Domu, w wyznaczonych przez niego dniach i godzinach, mogą odbywać się zajęcia klubowe przeznaczone dla osób oczekujących na przyjęcie do Domu oraz byłych uczestników. Dom zapewnia usługi transportowe polegające na dowożeniu uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy w Oleśnicy Małej 52 na zajęcia z miejsca zamieszkania lub z innego uzgodnionego miejsca i odwożeniu po zajęciach. Dom zapewnia uczestnikom spożywanie gorącego posiłku w ramach treningu kulinarnego.

Grupy terapeutyczne dobierane są na podstawie indywidualnych potrzeb i możliwości psychofizycznych uczestników zajęć. Zespół wspierająco-aktywizujący przygotowuje indywidualny plan postępowania wspierająco-aktywizujący dla każdego uczestnika Domu. Plan zostaje uzgodniony z uczestnikiem i/lub jego opiekunem prawnym.

Zajęcia terapeutyczne będą prowadzone indywidualnie i grupowo. Dobór rodzaju terapii jest zależny od indywidualnego planu postępowania wspierająco-aktywizującego.

W ramach Środowiskowego Domu Samopomocy utworzone będą:

- a) Pracownia Umiejętności Społecznych;
- b) Pracownia Umiejętności Życia Codziennego;
- c) Pracownia Fizjoterapii;
- d) Pracownia Psychologiczna;
- e) Pracownia Terapii Zajęciowej;
- f) Pracownia Informatyczna;
- g) Pracownia Kulinarna.

Tygodniowy Plan Pracy:

Poniedziałek – Piątek

8:00 8:30	Przywóz uczestników zajęć, zajęcia organizacyjne zespołu wspierająco-aktywizującego (przygotowanie zajęć), kawiarenka.
8:30 11:30	Zajęcia grupowe w pracowniach.
11:30 12:00	Gorący posiłek / Kawiarenka.
12:00 15:30	Zajęcia indywidualne i grupowe w pracowniach.
15:30 16:00	Czynności porządkowe, odwożenie uczestników zajęć do domów, omówienie pracy zespołu wspierająco-aktywizującego (bilans zajęć, określenie celów na najbliższe zajęcia, itd.).

Tygodniowy Plan Pracy może ulegać zmianie ze względu na planowane imprezy, wycieczki oraz inne zajęcia mające na celu pomoc w rehabilitacji uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy.

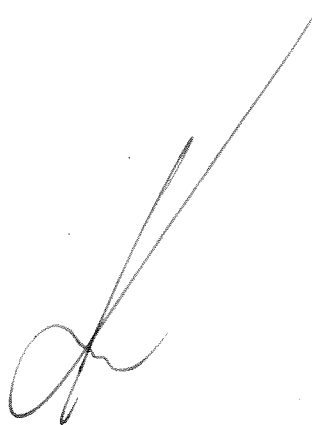
Kadra ŚDS:

1. Kierownik ŚDS
2. Pracownik socjalny
3. Psycholog
4. Fizjoterapeuta
5. Pedagog
6. Obsługa administracyjno-księgowa
7. Pracownik porządkowy (sprzątaczką)
8. i inni specjaliści uwarunkowani aktualnymi potrzebami.

W czasie działalności Środowiskowego Domu Samopomocy, planowane jest w celu zapewnienia integracji społecznej uczestników zapoczątkowanie oraz kontynuowanie współpracy z wieloma podmiotami, organizacjami, placówkami o podobnym charakterze, między innymi z:

- a) Rodzinami, opiekunami prawnymi uczestników zajęć Środowiskowego Domu Samopomocy w Oleśnicy Małej i innymi osobami bliskimi;
- b) Ośrodkami pomocy społecznej, między innymi z Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Oławie, Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Oławie, Miejsko - Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Jelczu-Laskowicach oraz Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Wiązowie;
- c) Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Oławie;
- d) Powiatowym Urzędem Pracy w Oławie;
- e) Domami Pomocy Społecznej, między innymi z Domem Pomocy Społecznej w Oławie;
- f) Poradniami Zdrowia Psychicznego, szpitalami psychiatrycznymi i innymi zakładami opieki zdrowotnej;
- g) Organizacjami pozarządowymi;
- h) Ośrodkami kultury i organizacjami kulturalno-rozrywkowymi;
- i) Kościołami i związkami wyznaniowymi;
- j) Placówkami oświatowymi;

- k) Jednostkami świadczącymi usługi dla osób niepełnosprawnych w tym: warsztatami terapii zajęciowej, spółdzielniami socjalnymi, zakładem aktywności zawodowej;
- l) Innymi osobami lub podmiotami działającymi na rzecz integracji społecznej uczestników.

A handwritten signature in black ink, consisting of a stylized, cursive letter 'L' with a long, sweeping horizontal stroke extending to the right.

PROGRAM DZIAŁALNOŚCI
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
W OLEŚNICY MAŁEJ

ustanowiony dla uczestników upośledzonych umysłowo
(TYP B)

NA ROK 2019

PROGRAM DZIAŁALNOŚCI
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52
USTANOWIONY DLA OSÓB UPOŚLEDZONYCH UMYSŁOWO

TYP B

Nadrzędnym celem działalności Domu ukierunkowanym na osoby upośledzone umysłowo jest powrót do pełnego funkcjonowania w społeczeństwie, czyli budowanie samodzielności i niezależności od otoczenia, zapewnienie oparcia społecznego osobom mającym trudności z kształtowaniem swoich stosunków z otoczeniem poprzez współdziałanie ze środowiskiem rodzinnym oraz rozbudzaniem i rozwijaniem działań samopomocowych wśród samych uczestników.

GLÓWNE PRIORYTETY

Formy działalności Środowiskowego Domu Samopomocy to przede wszystkim treningi terapeutyczne oraz inne formy zajęć wspierająco-aktywizujących jak imprezy, wycieczki, zajęcia integracyjne.

Zajęcia terapeutyczne prowadzone są w oparciu o indywidualne plany postępowania wspierająco-aktywizującego, które określają zdolności uczestników zajęć i plany ramowe terapii oraz efekty do jakich ma dążyć terapia. Plany postępowania wspierająco-aktywizujące są aktualizowane minimum co 6 miesięcy przez zespół wspierająco-aktywizujący złożony z pracowników Środowiskowego Domu Samopomocy. Zespół opracowuje plany i jest odpowiedzialny za ich wdrażanie.

Zespół wspierająco-aktywizujący zbiera się w zależności od potrzeb, jednak co najmniej raz na 6 miesięcy, celem omówienia realizacji indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizującego i osiągniętych rezultatów, a także ewentualnej możliwości ich modyfikacji.

Środowiskowy Dom Samopomocy świadczy usługi w formie zajęć indywidualnych i grupowych. Usługi w Domu obejmują w szczególności:

- 1) trening umiejętności życia codziennego (trening budżetowy, trening umiejętności praktycznych oraz trening higieniczny);
- 2) trening umiejętności społecznych;

- 3) trening aktywnego spędzania czasu wolnego (trening kosmetyczny, praca przy komputerze (zajęcia komputerowe));
- 4) trening arteterapii (rysunek, muzykoterapia, biblioterapia, teatroterapia, choreoterapia);
- 5) trening ergoterapii (trening krawiectwa i trening ogrodniczy);
- 6) trening kulinarny;
- 7) trening rehabilitacji ruchowej;
- 8) indywidualne poradnictwo psychologiczne;
- 9) pomoc w załatwianiu spraw urzędowych;
- 10) pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych;
- 11) pracę socjalną.

Każda z wyżej wymienionych form wsparcia dobierana jest do indywidualnych potrzeb i możliwości psychoruchowych każdego uczestnika zajęć.

Treningi prowadzone w Środowiskowym Domu Samopomocy

Treningi są dostosowywane do potrzeb, możliwości psychofizycznych oraz do aktualnego stanu fizycznego, intelektualnego i psychicznego każdego uczestnika. Treningi prowadzone są w ramach indywidualnego planu postępowania wspierająco-aktywizującego. Dla osób upośledzonych umysłowo nacisk kładziony będzie na:

- zwiększenie sprawności intelektualnej;
- zwiększenie sprawności manualnej i grafomotorycznej;
- zwiększenie sprawności psychologiczno-społecznej (główny nacisk kładziony jest na społeczny aspekt upośledzenia, na jego konsekwencje dla umiejętności interpersonalnych i samodzielnego funkcjonowania w społeczeństwie (np. załatwianie spraw formalnych, prowadzenie domu).
- zwiększenie sprawności funkcjonowania społecznego;
- stymulowanie rozwoju społecznego, intelektualnego, twórczego i estetycznego każdego uczestnika Środowiskowego Domu Samopomocy w Oleśnicy Małej z z niepełnosprawnością intelektualną;
- opieranie się na pozytywach- akcentująca to, co jest mocą poznawczą uczestnika, ukazujemy przede wszystkim „mocne strony uczestnika”;

- zwiększenie sprawności ruchowej;
- aktywizacja.

1. Trening umiejętności społecznych- socjoterapia (praca indywidualna i grupowa, metody problemowe i praktyczne) –osoba prowadząca: psycholog

Cele i formy wsparcia:

- doskonalenie kompetencji społecznych, osobistych;
- kształtowanie umiejętności komunikacyjnych;
- współpraca w grupie: kształtowanie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie na zasadach otwartości, partnerstwa i wzajemności;
- utrwalanie prawidłowych zachowań w społeczeństwie;
- nawiązywanie pozytywnych relacji interpersonalnych, w tym: kształtowanie pozytywnych relacji z bliskimi (rodzina, opiekunowie, przyjaciele) i otoczeniem;
- wykształcenie zachowań asertywnych (asertywna odmowa, poszanowanie granic własnych i innych ludzi);
- utrwalanie zasad prawidłowych zachowań potrzebnych do funkcjonowania w społeczeństwie;
- nabycie umiejętności rozwiązywania sytuacji konfliktowych;
- umiejętności radzenia sobie ze stresem (identyfikowanie źródła stresu, likwidowanie źródła stresu);
- rozwijanie cech moralnych: szacunek, koleżeństwo, tolerancja itd.
- uczenie się rozpoznawania emocji i potrzeb- kontrola nad własnymi uczuciami;
- odreagowanie napięć emocjonalnych;
- metody radzenia sobie z emocjami;
- właściwe reakcje na pochwały i krytykę.

2. Trening umiejętności życia codziennego (praca indywidualna i grupowa, metody problemowe i praktyczne) – osoba prowadząca: pedagog i/ lub pracownik socjalny.

Cele i formy wsparcia:

- nabycie, doskonalenie oraz rozwijanie umiejętności praktycznych, wzmacnianie samodzielności podczas wykonywania podstawowych czynności w gospodarstwie domowym np. obsługa sprzętu gospodarstwa domowego;
- nabycie wiedzy i doskonalenie zasad utrzymywania higieny osobistej, wyrabianie nawyków higienicznych.
- nabycie wiedzy i trenowanie umiejętności planowania wydatków;
- nauka właściwego prowadzenia własnego gospodarstwa domowego;
- planowanie i organizacja czasu oraz miejsca pracy.

a) trening budżetowy

Cele i formy wsparcia:

- trening ekonomiczny/budżetowy, poznanie wartości pieniądza poprzez zabawę i ćwiczenia (rozpoznawanie pieniędzy, używanie ich);
- trening zakupowy i planowania wydatków (planowanie i wykonywanie);
- doskonalenie umiejętności decydowania o przeznaczeniu własnych środków finansowych-hierarchia;
- trening samodzielnego gospodarowania środkami pieniężnymi (wydawanie i oszczędzanie itp.)
- uczenie się sposobów oszczędnego gospodarowania i planowania wydatków;
- trenowanie umiejętności wydatków miesięcznych;
- nabycie umiejętności kontrolowania własnych wydatków;
- poznanie zasad funkcjonowania instytucji finansowych na rynku oraz konsekwencji zaciągania zobowiązań.

b) trening umiejętności praktycznych

Cele i formy wsparcia:

- rozwijanie i nabywanie umiejętności praktycznych , dotyczących czynności dnia codziennego;
- kształtowanie właściwych nawyków;
- wzmacnianie samodzielności;
- nauka prania, prasowania, korzystania z urządzeń służących do utrzymania czystości;
- uświadamianie zagrożeń wynikających z nieprawidłowego użytkowania sprzętów gospodarstwa domowego, które są pod napięciem (pralka, żelazko, odkurzacz itd.);
- organizacja czasu i miejsca pracy.

c) trening higieniczny

Cele i formy wsparcia:

- wyrabianie nawyku dbania o zachowanie czystości całego ciała;
- wyrabianie nawyków higienicznych i dbania o czystość otoczenia;
- nabycie, poszerzanie wiedzy i trenowanie umiejętności utrzymania czystości różnych części ciała z uwzględnieniem umiejętności codziennego wykonywania czynności higienicznych;
- wyrabianie wśród uczestników nawyku systematycznego dbania o higienę osobistą;
- nauka dobierania stosownej odzieży do okoliczności, pory dnia i roku;
- kształtowanie estetyki wyglądu zewnętrznego;
- wyrabianie nawyku codziennego mycia zębów itd.
- nauka prania, prasowania, składnia ubrań, rozwieszania wypranej bielizny.

d) prowadzenie indywidualnych oraz grupowych pogadań na temat konieczności przyjmowania leków

Cele i formy wsparcia:

- nabywanie umiejętności związanych z aktywnym udziałem we własnej farmakoterapii;
- nabywanie i podtrzymywanie umiejętności zasad prawidłowego przyjmowania zleconych leków;
- ćwiczenie pamięci systematyczności oraz samodzielności w przyjmowaniu leków;
- nauka konsekwencji odstawienia leków i łączenia z alkoholem;
- uświadamianie konieczności i zasadności przestrzegania czasu oraz dawki leku.

3. Trening umiejętności spędzania wolnego czasu- socjoterapia (praca indywidualna i grupowa, metody praktyczne) –osoba prowadząca: pedagog, pracownik socjalny i psycholog.

Cele i formy wsparcia:

- zaspokojenie potrzeby samorealizacji i rozwój osobisty;
- poprawa samopoczucia psychicznego;
- odkrywanie nowych źródeł spędzania czasu wolnego.
- wyrażanie swoich emocji;
- usprawnienie koncentracji uwagi i koordynacji wzrokowo-ruchowej;
- pielęgnowanie i poszukiwanie własnych zainteresowań;
- oddziaływanie pięknem przyrody- spacery po lesie;
- gry i zabawy zespołowe;
- zwiedzanie.

a) trening kosmetyczny: osoba prowadząca: pedagog.

Cele i formy wsparcia:

- nauka dbania o wygląd zewnętrzny;
- nauka wykonywania prostych zabiegów kosmetycznych i higienicznych;
- nauka umiejętności korzystania z kosmetyków;

- zwiększenie poczucia własnej wartości.

b) praca przy komputerze (zajęcia komputerowe): osoba prowadząca: pracownik socjalny.

Cele i formy wsparcia:

- poznawanie i doskonalenie umiejętności pracy z komputerem;
- rozwijanie zainteresowań;
- odkrywanie nowych źródeł spędzania czasu wolnego;
- nauka gospodarowania czasem;
- praca z Internetem;
- nabycie umiejętności wyszukiwania informacji;
- nauka pisania i obsługi podstawowych programów komputerowych;
- wzrost kompetencji w zakresie obsługi komputera, drukarki.

4. Trening arteterapii (praca grupowa). Osoba prowadząca: pedagog.

Cele i formy wsparcia:

- rozwijanie umiejętności zdolności manualnych, twórczego myślenia oraz poczucia estetyki;
- rozwijanie spontaniczności;
- rozwijanie wyobraźni;
- nauka wyrażania swoich przeżyć, emocji, uczuć poprzez różne techniki plastyczne;
- zapoznanie się z wieloma różnorodnymi formami zajęć plastycznych;
- uczenie się dokładności;
- podniesienie samooceny;
- uczenie się wytrwałości i konsekwencji w dążeniu do celu;
- redukcja stresu- zmniejszenie poziomu napięcia i uwolnienie negatywnych emocji.

a) trening muzykoterapii: osoba prowadząca: pedagog.

Cele i formy wsparcia:

- nauka różnych form relaksu i wyciszenia;
- dostarczenie pozytywnych przeżyć;
- rozładowanie negatywnych emocji;
- zmiana nieprawidłowych zachowań psychofizycznych;
- stymulacja rozwoju psychoruchowego;
- rozwój, poszerzenie zainteresowań muzycznych;
- poprawa samopoczucia psychicznego;
- zaspokojenie potrzeb emocjonalnych;
- integracja rytmiczno-ruchowa;
- poszerzenie wrażliwości;
- wzbogacenie osobowości;
- integracja w grupie.

b) trening biblioterapii: osoba prowadząca: pedagog

Cele i formy wsparcia:

- nauka pisanie i czytania;
- wzmocnienie motywacji do uczenia się;
- rozwój osobisty;
- rozładowanie napięcia emocjonalnego;
- wzmocnienie poczucia własnej wartości;
- samorealizacja.

c) trening teatroterapii: osoba prowadząca: pedagog.

Cele i formy wsparcia:

- pantomima (scenki pantomimiczne);

- drama;
- psychodrama;
- wzmocnienie motywacji do uczenia się;
- samorealizacja;
- odreagowanie nagromadzonych emocji;
- rozwój twórczy wyobraźni;
- wspiera proces kształtowania emocji;
- rozładowanie napięcia.

d). trening choreoterapii: osoba prowadząca: pedagog.

Cele i formy wsparcia:

- ćwiczenia muzyczno-ruchowe;
- taniec;
- uzewnętrznienie uczuć i emocji;
- improwizacje ruchowe przy muzyce;
- wzrost pewności siebie;
- rozładowanie stresu i napięcie;
- zwiększenie świadomości i akceptacji swoje ciała;
- otworzenie się na własne potrzeby;
- poprawa koordynacji ruchowej;
- wzrost wydolności fizycznej organizmu.

5. Trening ergoterapii: osoba prowadząca: pedagog, pracownik socjalny.

Cele i formy wsparcia:

- zwiększenie aktywności;
- motoryka mała i duża;
- osiągnięcie niezależności i odpowiedniej sprawności manualnej;

- rozwijanie zdolności manualnych;
- zwiększenie samodzielności.

a) trening krawiectwa: osoba prowadząca: pedagog i/ lub pracownik socjalny.

Cele i formy wsparcia:

- kształtowanie uzdolnień manualnych;
- rozwój;
- kształtowanie umiejętności bezpiecznego posługiwania się narzędziami typu: maszyna do szycia, nożyczki, igły, szpilki itd.
- dostrzeganie potrzeby samokształcenia;
- samorealizacja;
- możliwość wykorzystania materiałów już niepotrzebnych- rozwijanie świadomości ekologicznej;
- kształtowanie umiejętności współpracy i współdziałania w grupie.

b) trening ogrodniczy: osoba prowadząca: pedagog i/lub pracownik socjalny.

Cele i formy wsparcia:

- poznanie podstawowych zasad higieny pracy na wolnym powietrzu;
- nauka pielęgnacji roślin doniczkowych;
- rozwijanie umiejętności do wykonywania prac ogrodnich;
- nauka systematyczności poprzez uprawę ogródka;
- nauka pielęgnacji roślin w ogródku- sadzenie, podlewanie, itd.;
- kształtowanie sprawności manualnych;
- relaks na wolnym powietrzu;
- współpraca w grupie.

6. Trening Kulinaryny (praca indywidualna i grupowa, metody praktyczne) – osoba prowadząca: zespół wspierająco-aktywizujący.

Cele i formy wsparcia:

- nabycie i doskonalenie umiejętności przyrządzania prostych potraw;
- nabycie wiedzy jak estetycznie przygotować posiłek;
- nabycie umiejętności planowania wartościowego posiłku;
- nabycie wiedzy dotyczącej ilości i składu do przygotowania posiłków;
- gospodarowanie czasem podczas przygotowania posiłków;
- kształtowanie i utrwalanie umiejętności prawidłowego przechowywania żywności;
- nauka prawidłowego zachowania się przy stole;
- nauka radzenia sobie z obsługą sprzętu AGD;
- rozwijanie umiejętności współpracy w grupie.

7. Trening rehabilitacji ruchowej (praca indywidualna, metody praktyczne, fizjoterapia)

– osoba prowadząca: fizjoterapeuta.

Cele i formy wsparcia:

- kształtowanie prawidłowej postawy ciała;
- poprawa koordynacji ruchowej;
- poprawa sprawności fizycznej i wydolności;
- rehabilitacja ruchowa zmierzająca do wszechstronnego rozwoju uczestnika;
- usprawnienie psychofizyczne;
- zwiększenie aktywności fizycznej;
- poprawa nastroju;
- odprężenie nerwowe;
- podtrzymanie lub podwyższenie sprawności funkcji upośledzonych narządów ruchu;
- zlikwidowanie granic i przeszkód natury architektonicznej, urbanistycznej, transportowej;
- ćwiczenia relaksacyjne, gimnastyka, zabawy i zajęcia sportowe, spacer i rekreacja;
- wykonywanie ćwiczeń i zabiegów fizjoterapeutycznych zleconych przez lekarza.

8. Indywidualne poradnictwo psychologiczne (praca indywidualna, metody teoretyczne)

– osoba prowadząca: psycholog.

Cele i formy wsparcia:

- wsparcie psychologiczne uczestników zajęć;
- praca nad motywacją;
- zwiększenie aktywności uczestnika w procesie własnego leczenia;
- zidentyfikowanie trudności i poszukiwanie sposobów radzenia sobie z nimi;
- poszukiwanie nowych sposobów rozwiązania trudności;
- podniesienie samooceny;
- wzmacnianie mocnych stron, praca nad pozytywnym myśleniem;
- pomoc w akceptacji własnej choroby i radzenia sobie w relacjach z innymi;
- wspomaganie rozwoju cech sprzyjających poradzeniu sobie w aktualnych trudnościach;
- motywowanie do uczestnictwa w treningach w ramach indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizujących.

9. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych. Osoba prowadząca: pracownik socjalny

- pomoc w zakresie rozwiązywania problemów dnia codziennego w sferze rodzinnej, bytowej, mieszkaniowej, urzędowej i zdrowotnej;
- wsparcie w tym zakresie polega na informowaniu uczestników o posiadanych uprawnieniach i możliwościach;
- motywowanie do podejmowania działań;
- doradztwo oraz pomoc w pisaniu pism urzędowych i pomoc w kontakcie z urzędami.

10. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych. Osoba prowadząca: pracownik socjalny.

- pomoc w zakresie uzgadniania i pilnowania terminów wizyt lekarskich uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy;
- pilnowanie terminów zabiegów i pobyków w szpitalu;
- pomoc w zakresie leków;

- mobilizowanie do dbałości o zdrowie i korzystanie ze świadczeń służby zdrowia- regularne wizyty, promocja zdrowia i higieniczny styl życia;
- pomoc w uzyskiwaniu dofinansowania zakupów w zakresie zaopatrzenia uczestników w sprzęt ortopedyczny, rehabilitacyjny itd.

11. Współpraca z rodzinami uczestników, innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy. Osoba odpowiedzialna: kierownik i zespół wspierająco-aktywizujący.

- pomoc w zakresie niezbędnym, gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników.

12. Organizowanie spotkań okolicznościowych i integracyjnych zgodnie z kalendarzem imprez. Osoba odpowiedzialna: kierownik.

W ramach tych uczestnicy:

- skorzystają z zaplanowanych i przygotowanych imprez oraz wycieczek;
- uczestniczyć będą w wycieczkach o charakterze kulturalnym (teatr, wystawy, festiwale artystyczne, kino);
- uczestniczyć będą w wyjazdach na wycieczki i imprezy integracyjne, zajęciach sportowych.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Oleśnicy Małej prowadzi działalność przez cały rok, pięć dni w tygodniu od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00 – 16:00. Zajęcia terapeutyczne w dziennym oddziale Środowiskowego Domu Samopomocy odbywać się będą od godziny 8:30 do godziny 15:30. Przed każdym dniem roboczym na organizację pracy domu i zajęć dnia bieżącego poświęcone będzie 30 min. (usprawni to funkcjonowanie domu i współpracę kadry). Do godziny 8:30 planowane jest przybycie wszystkich uczestników zajęć. Część terapeutyczna zajęć kończyć się będzie o godzinie 15:30. Pozostały czas poświęcony będzie na prace porządkowe i czas na powrót uczestników zajęć do domów oraz prace organizacyjne zespołu wspierająco-aktywizującego. Istnieje możliwość prowadzenia w uzasadnionych przypadkach dodatkowych zajęć kulturalnych, sportowych i turystycznych w godzinach popołudniowych oraz w dni wolne od zajęć.

Dopuszcza się możliwość zamknięcia Domu w czasie ferii letnich lub zimowych, na okres świąteczny, itd. na okres nie dłuższy niż 15 dni roboczych w roku kalendarzowym,

po uprzednim uzgodnieniu z uczestnikami lub/ i ich opiekunami. Zamknięcie Domu zostaje zaakceptowane także przez Dolnośląski Urząd Wojewódzki we Wrocławiu. W ramach działalności Środowiskowego Domu Samopomocy, za zgodą kierownika Domu, w wyznaczonych przez niego dniach i godzinach, mogą odbywać się zajęcia klubowe przeznaczone dla osób oczekujących na przyjęcie do Domu oraz byłych uczestników.

Dom zapewnia usługi transportowe polegające na dowożeniu uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy w Oleśnicy Małej 52 na zajęcia z miejsca zamieszkania lub z innego uzgodnionego miejsca i odwożeniu po zajęciach. Dom zapewnia uczestnikom spożywanie gorącego posiłku w ramach treningu kulinarnego.

Grupy terapeutyczne dobierane będą na podstawie indywidualnych cech i możliwości psychofizycznych uczestników zajęć i opracowanych planów terapeutycznych (indywidualny plan postępowania wspierająco-aktywizujący). Zajęcia terapeutyczne będą prowadzone indywidualnie i grupowo. Dobór rodzaju terapii jest zależny od indywidualnych możliwości i potrzeb każdego uczestnika.

W ramach Środowiskowego Domu Samopomocy utworzone będą:

- a) Pracownia Umiejętności Społecznych;
- b) Pracownia Umiejętności Życia Codziennego;
- c) Pracownia Fizjoterapii;
- d) Pracownia Psychologiczna;
- e) Pracownia Terapii Zajęciowej;
- f) Pracownia Informatyczna;
- g) Pracownia Kulinarna.

Tygodniowy Plan Pracy:

Poniedziałek – Piątek

8:00 8:30	Przywóz uczestników zajęć, zajęcia organizacyjne zespołu wspierająco-aktywizującego (przygotowanie zajęć), kawiarenka.
8:30 11:30	Zajęcia grupowe w pracowniach.
11:30 12:00	Gorący posiłek / Kawiarenka.

12:00	Zajęcia indywidualne i grupowe w pracowniach.
15:30	
15:30	Czynności porządkowe, odwożenie uczestników zajęć do domów, omówienie pracy zespołu wspierająco-aktywizującego (bilans zajęć, określenie celów na najbliższe zajęcia).
16:00	

Tygodniowy Plan Pracy może ulegać zmianie ze względu na planowane imprezy, wycieczki oraz inne zajęcia mające na celu pomoc w rehabilitacji uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy w Oleśnicy Małej 52.

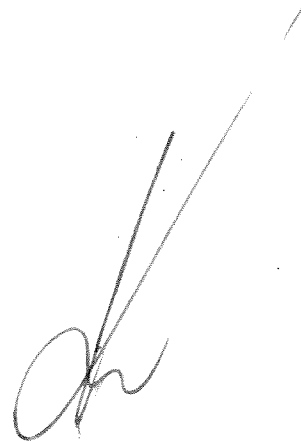
Kadra ŚDS:

1. Kierownik ŚDS
2. Pracownik socjalny
3. Psycholog
4. Fizjoterapeuta
5. Pedagog
6. Obsługa administracyjno-księgowa
7. Pracownik porządkowy (sprzątaczką)
8. i inni specjaliści uwarunkowani aktualnymi potrzebami.

W czasie działalności Środowiskowego Domu Samopomocy, planowane jest w celu zapewnienia integracji społecznej uczestników zapoczątkowanie oraz kontynuowanie współpracy z wieloma podmiotami, organizacjami, placówkami o podobnym charakterze, między innymi z :

- a) Rodzinami, opiekunami uczestników zajęć Środowiskowego Domu Samopomocy w Oleśnicy Małej i innymi osobami bliskimi;
- b) Ośrodkami pomocy społecznej, między innymi z Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Oławie, Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Oławie, Miejsko - Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Jelczu-Laskowicach oraz Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Wiązowie;
- c) Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Oławie;

- d) Powiatowym Urzędem Pracy w Oławie;
- e) Domami Pomocy Społecznej, między innymi z Domem Pomocy Społecznej w Oławie;
- f) Poradniami Zdrowia Psychicznego, szpitalami psychiatrycznymi i innymi zakładami opieki zdrowotnej;
- g) Organizacjami pozarządowymi;
- h) Ośrodkami kultury i organizacjami kulturalno-rozrywkowymi;
- i) Kościołami i związkami wyznaniowymi;
- j) Placówkami oświatowymi;
- k) Jednostkami świadczącymi usługi dla osób niepełnosprawnych w tym: warsztatami terapii zajęciowej, spółdzielniami socjalnymi, zakładem aktywności zawodowej;
- l) Innymi osobami lub podmiotami działającymi na rzecz integracji społecznej uczestników.

A handwritten signature in black ink, consisting of a stylized 'A' followed by a cursive flourish.

Załącznik nr 3
do Zarządzenia Nr 223/2018
Wójta Gminy Oława
z dnia 18 grudnia 2018 roku

PLAN PRACY

ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY

W OLEŚNICY MAŁEJ

DLA DOMU TYPU A i TYPU B

NA 2019 ROK

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Trening umiejętności społecznych	Trening umiejętności społecznych- podstawowych umiejętności prowadzenia rozmowy <u>Cele i formy wsparcia:</u> - kształtowanie umiejętności komunikacyjnych; - doskonalenie kompetencji społecznych oraz osobistych; - utrwalanie prawidłowych zachowań w społeczeństwie; - kształtowanie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie na zasadach otwartości, partnerstwa i wzajemności; - kształtowanie pozytywnych relacji z	Praca ciągła.	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Uczestnicy ŚDS nabędą zdolność nawiązywania kontaktów, prowadzenia rozmowy, odczytywania sygnałów ciała. Szanują godność osobistą innych, potrafią współpracować w grupie i integrować się ze środowiskiem.	<u>Osoba prowadząca:</u> psycholog <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa i według potrzeb praca indywidualna.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

		bliskimi; - utrwalanie zasad prawidłowych zachowań potrzebnych do funkcjonowania w społeczeństwie;					
Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Trening	Trening umiejętności społecznych	Trening rozwiązywania problemów w trudnych sytuacjach międzyludzkich <u>Cele i formy wsparcia:</u> - wykształcenie zachowań asertywnych (asertywna odmowa, poszanowanie granic własnych i innych ludzi); - właściwe reakcje na pochwałę i krytykę; - nabycie umiejętności rozwiązywania sytuacji konfliktowych; - umiejętności radzenia	Praca ciągła.	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Uczestnicy ŚDS potrafią radzić sobie ze stresem, stymulacja procesów poznawczych, pozytywny wpływ na stan emocjonalny uczestników i ich samoocenę.	<u>Osoba prowadząca:</u> psycholog <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa i według potrzeb praca indywidualna.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

		sobie ze stresem (identyfikowanie źródła stresu, likwidowanie źródła stresu); - uczenie się rozpoznawania emocji i potrzeb– kontrola nad własnymi uczuciami; - odreagowanie napięć emocjonalnych; - metody radzenia sobie z emocjami;					
Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Trening umiejętności życia codziennego	Trening budżetowy <u>Cele i formy wsparcia:</u> - poznanie wartości pieniądza poprzez ćwiczenia i zabawę; - uczenie się sposobów oszczędnego gospodarowania i planowania wydatków; - trenowanie umiejętności wydatków miesięcznych;	Praca ciągła	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – wkwtywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Uczestnicy ŚDS znają wartość pieniądza, potrafią się nimi posługiwać, wiedzą jak należy racjonalnie wydawać pieniądze i oszczędzać, potrafią planować.	<u>Osoba prowadząca:</u> pracownik socjalny i/lub pedagog <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa i według potrzeb praca indywidualna.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

		- doskonalenie umiejętności decydowania o przeznaczeniu własnych środków finansowych; - nabycie umiejętności kontrolowania własnych wydatków; - trening zakupowy i planowania wydatków: orientacja w cenach niezbędnych produktów - poznanie zasad funkcjonowania instytucji finansowych na rynku oraz konsekwencji zaciągania zobowiązań;					
Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Trening umiejętności życia codziennego	Trening umiejętności praktycznych <u>Cele i formy wsparcia:</u> - rozwijanie i nabywanie umiejętności praktycznych dotyczących czynności dnia codziennego;	Praca ciągła	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania	Uczestnicy ŚDS potrafią obsługiwać podstawowy sprzęt gospodarstwa domowego, nauczą się systematyczności i porządku. Uczestnicy potrafią dbać o	<u>Osoba prowadząca:</u> pracownik socjalny i/lub pedagog <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa i według potrzeb praca indywidualna.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

		- wzmacnianie samodzielności; - wypracowywanie poczucia obowiązku, dokładności, systematyczności; - kształtowanie właściwych nawyków; - nauka prania, prasowania, korzystania z urządzeń służących do utrzymania czystości; - uświadamianie zagrożeń wynikających z nieprawidłowego użytkowania sprzętów gospodarstwa domowego, które są pod napięciem (pralka, żelazko, odkurzacz itd.); - przypominanie o codziennym sprzątaniu pracowni, sal, łazienek, pomieszczeń w ŚDS; - organizacji czasu i miejsca pracy.		wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	porządek- ścieranie kurzy, zmiatanie, mycie podłogi.		
--	--	---	--	--	---	--	--

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Rodzaje terapii zajęciowej	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca	Uwagi
Treningi	Trening umiejętności życia codziennego	<u>Trening higieniczny</u> <u>Cele i formy wsparcia:</u> - nabycie, poszerzenie wiedzy i trenowanie umiejętności utrzymania czystości różnych części ciała z uwzględnieniem umiejętności codziennego wykonywania czynności higienicznych; - wyrabianie wśród uczestników nawyku systematycznego dbania o higienę osobistą; - wyrabianie nawyku dbania o zachowanie czystości całego ciała; - kształtowanie estetyki wyglądu zewnętrznego; - nauka dobierania stosownej odzieży do okoliczności, pór roku; - wyrabianie nawyków higienicznych i dbania	Praca ciągła	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Uczestnicy znają zasady dbania o higienę całego ciała, pamiętają o konieczności mycia rąk przed posiłkiem oraz po korzystaniu z toalety, pamiętają o konieczności codziennej zmiany bielizny, potrafią korzystać z urządzeń sanitarnych, z pralki i stosują wyuczone czynności w życiu codziennym.	<u>Osoba prowadząca:</u> pracownik socjalny i/lub pedagog <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa i według potrzeb praca indywidualna.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

		o czystość otoczenia; - nauka prania, prasowania, składania ubrań i rozwieszania wypranej bielizny; - wyrabianie nawyku codziennego mycia zębów itd. - przeprowadzanie pogadań grupowych i indywidualnych rozmów na temat konieczności dbania o higienę osobistą; - uświadamianie konsekwencji zaniedbań w tej sferze: choroby itd. - nauka korzystania z pralki i umożliwienie korzystania z niej w ŚDS.					
--	--	---	--	--	--	--	--

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Trening umiejętności życia codziennego	Prowadzenie indywidualnych oraz grupowych pogadań na temat konieczności regularnego przyjmowania leków: - nabywanie umiejętności związanych z aktywnym udziałem we własnej farmakoterapii; - nabywanie i podtrzymywanie umiejętności zasad prawidłowego przyjmowania zleconych leków; - ćwiczenie pamięci systematyczności oraz samodzielności w przyjmowaniu leków; - nauka konsekwencji odstawienia leków i łączenia z alkoholem; - uświadamianie konieczności i zasadności przestrzegania czasu oraz dawki leku.	1 raz w tygodniu.	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Uczestnicy ŚDS zapoznają się z procesem lekoterapii. Udzielanie porad dla uczestnika i osób z najbliższego otoczenia (opiekun prawny, rodzina).	<u>Osoba prowadząca:</u> pracownik socjalny <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa i indywidualna.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Trening aktywnego spędzania czasu wolnego	Trening aktywnego spędzania czasu wolnego - odkrywanie nowych źródeł spędzania czasu wolnego; - zabawy i gry zespołowe; - wzbogacenie osobowości; - poszerzenie wrażliwości; - integracja w grupie.	Praca ciągła	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego	Zostają zaspokojone potrzeby samorealizacji i rozwój osobisty, odkrywanie nowych źródeł spędzania czasu wolnego.	<u>Osoba prowadząca:</u> pedagog pracownik socjalny <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Trening aktywnego spędzania wolnego czasu	Trening kosmetyczny - nauka umiejętności korzystania z kosmetyków; - nauka dbania o wygląd zewnętrzny; - nauka wykonywania prostych zabiegów kosmetycznych i higienicznych; - zwiększenie poczucia własnej wartości.	Praca ciągła	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Uczestnicy poznają podstawy wykonywania prostych zabiegów kosmetycznych i higienicznych.	<u>Osoba prowadząca:</u> pedagog <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Trening aktywnego spędzania wolnego czasu	Praca przy komputerze (zajęcia komputerowe): - poznawanie i doskonalenie umiejętności pracy z komputerem; - rozwijanie własnych zainteresowań; - nauka gospodarowania czasem; - nauka pisania i obsługi podstawowych programów komputerowych; - nabycie umiejętności wyszukiwania informacji; - praca z Internetem; - wzrost kompetencji w zakresie obsługi komputera, drukarki.	Praca ciągła	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Uczestnicy znają podstawową obsługę komputera, potrafią wyszukiwać informacje z Internetu, rozwijają własne zainteresowania. Potrafią pisać różne pisma.	<u>Osoba prowadząca:</u> pracownik socjalny i/lub pedagog <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa, według potrzeb praca indywidualna.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Trening arteterapii	Trening arteterapii - rozwijanie umiejętności twórczego myślenia; - rozwijanie umiejętności manualnych i poczucia estetyki; - rozwijanie spontaniczności; - rozwijanie wyobraźni; - rozwijanie sprawności manualnych; - uczenie się dokładności; - uczenie się wytrwałości i konsekwencji dążenia do celu; - nauka wyrażania swoich przeżyć, emocji, uczuć poprzez różne techniki plastyczne; - zapoznanie się z wieloma różnorodnymi formami	Praca ciągła	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Uczestnicy będą mieli możliwość wyrażania tych przeżyć, które są trudne do przekazania w słowach, oraz odreagowywanie emocji i napięć. Uczestnicy poszerzą swoje umiejętności poprzez zapoznanie się z różnymi technikami, usprawnią koncentrację uwagi, koordynację wzrokowo – ruchową, zaspokoją potrzebę samorealizacji.	<u>Osoba prowadząca:</u> pedagog <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

		zajęć plastycznych; - podniesienie samooceny; - redukowanie stresu- zmniejszenie poziomu napęcia i uwolnienie negatywnych emocji. - umożliwianie uczestnictwa i współpracy z instytucjami o charakterze kulturalnym (teatr, wystawy, festiwale artystyczne). <u>Rysunek</u> Prowadzenie zajęć z zakresu takich technik jak: rysowanie kredkami, ołów- kiem, węglem, kredą, itp. <u>Malarstwo</u> Powiększenie umiejętności z zakresu technik: malowanie farba- mi plakatowymi, akwarelą, witrażowymi, olejnymi. <u>Sztuki użytkowe</u> Powiększanie zakresu umiejętności poprzez wykonywanie: kartek oko- licznościowych.					
--	--	--	--	--	--	--	--

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

		<u>Zdobnictwo</u> <u>i dekoratorstwo</u> Powiększanie zakresu umiejętności poprzez wykonywanie: stroików okazjonalnych, świątecznych ozdób, ozdób wykorzystywanych podczas różnego rodzaju imprez integracyjnych.					
--	--	---	--	--	--	--	--

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Trening arteterapii	Trening muzykoterapii - nauka różnych form relaksu i wyciszenia; - rozładowanie negatywnych emocji; - poprawa samopoczucia psychicznego; - dostarczenie pozytywnych emocji, przeżyć; - rozwój, poszerzenie zainteresowań muzycznych; - stymulacja rozwoju psychoruchowego; - zmiana nieprawidłowych zachowań psychofizycznych; - zaspokojenie potrzeb emocjonalnych; - wzbogacenie	Praca ciągła	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Muzykoterapia pobudza, porządkuje emocje, redukuje stres. Dzięki muzykoterapii uczestnicy będą mieli możliwość rozładowania napięcia. Muzykoterapia ułatwia współpracę, pomaga w nawiązywaniu kontaktów, pobudza emocjonalnie.	<u>Osoba prowadząca:</u> pedagog <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

		osobowości; - poszerzenie wrażliwości; - integracja rytmiczno-ruchowa; - integracja w grupie.					
Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Trening arteterapii	Trening biblioterapii - nauka pisania i czytania; - wzmocnienie motywacji do uczenia się; - rozwój osobisty; - wzmocnienie poczucia własnej wartości; - samorealizacji; - rozładowanie napięcia emocjonalnego.	Praca ciągła	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Uczestnicy poznają podstawy pisania, potrafią czytać. Analizują tekst czytany. Słuchają poezję.	<u>Osoba prowadząca:</u> pedagog <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa, według potrzeb praca indywidualna.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Trening arteterapii	Trening teatroterapii: - rozładowanie napięcia emocjonalnego; - rozładowanie stresu; - uzewnętrznienie uczuć i emocji; - wzrost pewności siebie; - poprawa koordynacji ruchowej.	Praca ciągła	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Dzięki teatroterapii uczestnicy będą mieli możliwość rozładowania napięcia. Teatroterapia ułatwia współpracę, pomaga w nawiązaniu kontaktów, pobudza emocje.	<u>Osoba prowadząca:</u> pedagog <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Trening arteterapii	Trening choreoterapii: - poprawa koordynacji ruchowej; - uzewnętrznienie emocji i uczuć; - wzrost wydolności fizycznej organizmu; - otworzenie się na własne potrzeby.	Praca ciągła	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Dzięki choreoterapii uczestnicy będą mieli możliwość poprzez ćwiczenia muzyczno-ruchowe rozładować stres, uzewnętrznic emocje i uczucia oraz wzrost wydolności fizycznej.	<u>Osoba prowadząca:</u> pedagog <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Trening ergoterapii:	Trening krawiectwa: - rozwój; - kształtowanie umiejętności; - kształtowanie uzdolnień manualnych; - samokształcenie.	Praca ciągła.	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Uczestnicy kształtują umiejętności posługiwania się narzędziami typu: maszyna do szycia, nożyczki, szpilki i igły itd.	<u>Osoba prowadząca:</u> pracownik socjalny i/lub pedagog <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa, według potrzeb praca indywidualna.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Trening ergoterapii:	Trening ogrodniczy: - poznanie podstawowych zasad higieny pracy na wolnym powietrzu; - rozwijanie umiejętności do wykonywania prac ogrodowych; - nauka pielęgnacji roślin doniczkowych; - kształtowanie sprawności manualnych; - nauka systematyczności poprzez uprawę ogródka; - nauka pielęgnacji roślin w ogródku- sadzenie, podlewanie, itd.; - relaks na wolnym powietrzu; - współpraca w grupie.	W okresie letnim praca ciągła, w okresie jesienno-zimowym 2 razy w tygodniu.	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Uczestnicy poznają podstawy jak pielęgnować rośliny doniczkowe i wiedzą jak uprawiać ogródek	<u>Osoba prowadząca:</u> pracownik socjalny i/lub pedagog <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Trening	Trening kulinarny	Trening kulinarny - nabycie i doskonalenie umiejętności przyrządzania prostych potraw; - nabycie wiedzy jak estetycznie przygotować posiłek; - nabycie wiedzy dotyczącej ilości i składu do przygotowania posiłku; - nabycie umiejętności planowania wartościowego posiłku; - gospodarowanie czasem podczas przygotowania posiłku; - kształtowanie i utrwalanie umiejętności prawidłowego przechowywania żywności; - nauka radzenia sobie z obsługą sprzętu AGD;	Praca ciągła.	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Uczestnicy potrafią samodzielnie przygotować proste posiłki, potrafią układać jadłospis, wybierać odpowiednie produkty. Uczestnicy potrafią obsługiwać sprzęt AGD, zmywać, wycierać naczynia itd.	<u>Osoba prowadząca:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca grupowa.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

		- nauka prawidłowego zachowania się przy stole; - rozwijanie umiejętności współpracy w grupie.					
Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Trening rehabilitacji ruchowej	Terapia ruchowa - rehabilitacja ruchowa zmierzająca do wszechstronnego rozwoju uczestnika; - poprawa koordynacji ruchowej; - kształtowanie prawidłowej postawy ciała; - poprawa sprawności fizycznej i wydolności; - zwiększenie aktywności fizycznej; - odprężenie nerwowe; - poprawa nastroju; - usprawnienie psychofizyczne;	Praca ciągła.	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Uczestnicy osiągają podstawowe cechy motoryczne poprzez zastosowanie w zależności od potrzeb ćwiczeń biernych, czynno – biernych. Zostaje podniesiona kondycja fizyczna. Poprzez ruch uczestnicy mają świadomość własnego ciała.	<u>Osoba prowadząca:</u> fizjoterapeuta <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca indywidualna i grupowa.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

		- podtrzymanie lub podwyższenie sprawności funkcji upośledzonych narządów ruchu; - zlikwidowanie granic i przeszkód natury architektonicznej, urbanistycznej i transportowej; - ćwiczenia relaksacyjne, gimnastyka i zajęcia sportowe - spacer - wykonywanie ćwiczeń i zabiegów fizjoterapeutycznych zleconych przez lekarza					
--	--	--	--	--	--	--	--

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Indywidualne poradnictwo psychologiczne	Indywidualne poradnictwo psychologiczne - wsparcie psychologiczne uczestników zajęć - praca nad motywacją; - zidentyfikowanie trudności i poszukiwanie sposobów radzenia sobie z nimi; - poszukiwanie nowych sposobów rozwiązania trudności; - zwiększenie aktywności uczestnika w procesie własnego leczenia; - wzmacnianie mocnych stron, praca nad pozytywnym myśleniem; - pomoc w akceptacji własnej choroby i radzenia sobie w relacjach z innymi; - wspomaganie rozwoju	Praca ciągła według potrzeb uczestników	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Udzielanie porad uczestnikom, opiekunom prawnym uczestników oraz ich bliskim (rodzina).	<u>Osoba prowadząca:</u> psycholog <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca indywidualna.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

		cech sprzyjających poradzeniu sobie w aktualnych trudnościach; - podniesienie samooceny; - motywowanie uczestnika do uczestnictwa w treningach w ramach indywidualnych planów wspierająco- aktywizujących.					
Rodzaje terapii zajęciowej i	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych - rozwiązywanie problemów dnia codziennego w sferze rodzinnej, bytowej, mieszkaniowej, urzędowej i zdrowotnej; - wsparcie; - informowanie uczestnika o posiadanych uprawnieniach i możliwościach; - motywowanie do	Według potrzeb	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Uczestnicy osiągają podstawową wiedzę i umiejętności w pisaniu pism urzędowych oraz w kontakcie z urzędami. Udzielanie porad zarówno dla uczestnika jak i osób z najbliższej rodziny. Udzielania wsparcia w podejmowaniu decyzji i w sytuacjach kryzysowych,	<u>Osoba prowadząca:</u> pracownik socjalny <u>Specjaliści</u> <u>współpracujący:</u> zespół wspierająco- aktywizujący	Praca indywidualna.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

		podejmowania działań; - doradzanie; - pomoc w pisaniu pism urzędowych; - pomoc w kontakcie z urzędami.			wzmacnianie poczucia wartości i podnoszenia wiary we własne siły i możliwości.		
Rodzaje terapii zajęciowej 1	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca 2	Uwagi
Treningi	Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych	Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych - motywowanie do przestrzegania zaleceń lekarskich; - pomoc w rejestracji do lekarzy; - promocja zdrowia; - nabywanie umiejętności samodzielnego i bezpiecznego postępowania przy przyjmowaniu leków	Według potrzeb	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Udzielanie porad zarówno dla uczestników jak i opiekunów prawnych, oraz rodziny uczestników. Pomoc w wizytach lekarskich, pomoc w uzyskiwaniu dofinansowań, promocja zdrowia.	<u>Osoba prowadząca:</u> pracownik socjalny <u>Specjaliści współpracujący:</u> zespół wspierająco-aktywizujący	Praca indywidualna.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Rodzaje terapii zajęciowej	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca	Uwagi
Treningi	Współpraca z rodzinami uczestników, innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy	Współpraca z rodzinami uczestników, innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy - współpraca dotycząca realizacji indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizujących; - współpraca w celu polepszenia życia uczestników zajęć; - doradztwo; - wsparcie.	Praca ciągła.	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Ciągła współpraca z rodzinami i uczestnikami. Pomoc, wspieranie i doradzanie.	<u>Osoba prowadząca:</u> Kierownik i zespół wspierająco-aktywizujący	Praca indywidualna.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Rodzaje terapii zajęciowej	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca	Uwagi
Treningi	Rekreacja	Organizowanie spotkań okolicznościowych i integracyjnych - organizowanie wycieczek jednodniowych wyjazd do: muzeum, kino, teatr, zoo, ogród botaniczny itd.; - organizacja imprez integracyjnych, urodzin/imienin uczestników ŚDS; - spotkania okolicznościowe: Dzień Kobie, Dzień Mężczyzn, Śniadanie Wielkanocne, Spotkanie Wigilijne itd.; - motywowanie do udziału w uroczystościach: Spartakiada Osób Niepełnosprawnych w Oławie, Dni Oławy itd.; - zachęcanie do udziału w innych uroczystościach organizowanych przez inne	Praca bieżąca, według potrzeb.	Uczestnicy ŚDS i rodziny zgodnie z ustaleniami zespołu wspierająco – aktywizującego i indywidualnym planem postępowania wspierająco – aktywizującym danego uczestnika, opiekuna prawnego.	Uczestnicy nawiązują nowe kontakty, ugruntowują wcześniej zawiązane przyjaźnie, integrują się, wymieniają doświadczenia, współdziałają w większej grupie, poznają historię i dziedzictwo kulturowe, urokliwe zakątki oraz atrakcje turystyczne.	<u>Osoba prowadząca:</u> Kierownik	Praca grupowa.

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

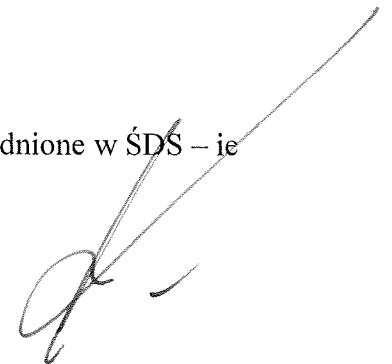
		Ośrodki; - umożliwienie funkcjonowania w społeczeństwie; - integracja; - przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu.					
Zarządzanie i administracja							
Zarządzanie i administracja		Wymiar czasu	Osoby współpracujące		Osoba odpowiedzialna		
Zarządzanie i administracja	Koordynowanie pracy zespołu wspierająco-aktywizującego	Praca bieżąca.	Zespół wspierająco-aktywizujący.		Kierownik ŚDS.		
	Kontrola dokumentacji indywidualnej i zbiorczej	Praca bieżąca.	Uczestnicy ŚDS i zespół wspierająco-aktywizujący.		Kierownik ŚDS.		
	Dbanie o właściwy poziom usług, bezpieczeństwo i higienę pracy	Praca bieżąca.	Pracownicy ŚDS.		Kierownik ŚDS.		

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OLEŚNICY MAŁEJ 52 NA ROK 2019

Zarządzanie i administracja		Wymiar czasu	Osoby współpracujące	Osoba odpowiedzialna
Zarządzanie i administracja	Współpraca z władzami samorządowymi, instytucjami oraz innymi podmiotami.	Praca bieżąca.	Organizacje samorządowe, instytucje, organizacje pozarządowe, itd.;	Kierownik ŚDS.
	Opracowanie rocznych planów pracy i sprawozdań rocznych z działalności ŚDS-u.	Praca z harmonogramem.	Organ prowadzący, DUW.	Kierownik ŚDS.
	Pozyskiwanie środków zewnętrznych na rzecz ŚDS-u.	Praca bieżąca.	Organizacje samorządowe, instytucje, organizacje pozarządowe, itd.;	Kierownik ŚDS.

1- W przeciągu całego roku zespół wspierająco – aktywizujący stara się zachęcić do udziału w zajęciach wszystkich Uczestników ŚDS. Oferta ŚDS – u opiera się na działaniach długoterminowych, a formy pomocy dostosowane są do indywidualnych potrzeb i możliwości każdej z osób uczestniczących w zajęciach. Każdy uczestnik rozwija się we własnym tempie, bez presji czasu.

2 – Placówka zatrudnia osoby niezbędne do realizacji zadań i zapewnienia sprawnego funkcjonowania placówki. Osoby zatrudnione w ŚDS – ie posiadają odpowiednie kwalifikacje i doświadczenie zawodowe.



Sporządziła:
Oleśnica Mała, 09.11.2018r.

p.o. KIEROWNIKA
Środowiskowego Działu Sanitarnego
w Oleśnicy Małej

Natalia Magierowska

.....
podpis kierownika ŚDS

Uzgodniono z Wojewodą Dolnośląskim w dniu 26 listopada 2018 roku.

Zatwierdziła jednostka prowadząca lub zlecająca

OSOBA PEŁNIĄCA FUNKCJĘ
WÓJTA GMINY OŁAWA

Ingr Henryk Kuriata

.....
Zatwierdza Wójt Gminy Oława