



**Środowiskowy Dom Samopomocy**

11-400 Kętrzyn ul. Sikorskiego 76J

tel. (89) 751 04 87

e-mail: [sdsketrzyn@wp.pl](mailto:sdsketrzyn@wp.pl)

***PLAN PRACY***  
***ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY***  
***W KĘTRZYNIE***  
***na rok 2020***

Kętrzyn, listopad 2019

## **I. Cel główny**

Celem głównym działań Środowiskowego Domu Samopomocy w Kętrzynie jest osiągnięcie, przy aktywnym udziale uczestników, możliwie najwyższego poziomu funkcjonowania w ich naturalnym środowisku, w zakresie czynności dnia codziennego i w życiu społecznym.

## **II. Uczestnicy**

Środowiskowy Dom Samopomocy w Kętrzynie zapewnia miejsca dla 60 uczestników, pełnoletnich, obojga płci. Udzielając wsparcia osobom niepełnosprawnym zaliczamy ich do typu:

- typ A - dla osób przewlekłe psychicznie chorych
- typ B - dla osób upośledzonych umysłowo
- typ C - dla osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych
- typ D - dla osób ze spektrum autyzmu lub niepełnosprawnościami sprzężonymi

## **III. Czas pracy**

Środowiskowy Dom Samopomocy w Kętrzynie jest czynny 5 dni w tygodniu, od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30 – 15:30. Zajęcia, treningi prowadzone są przez terapeutów, rehabilitanta, specjalistę pracy socjalnej, pielęgniarkę, opiekuna w odpowiednio przydzielonych salach lub innych pomieszczeniach do treningów, które odbywają się zgodnie z zaplanowanym rocznym planem pracy placówki, miesięcznymi planami pracy, planem dnia z uwzględnieniem Indywidualnego Planu Postępowania Wspierająco-Aktywizującego każdego uczestnika.

## **IV. Zadania wspierająco-aktywizujące**

W 2020 roku w ramach pracy z uczestnikami Dom realizował będzie zadania wynikające z zapisów Ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej, Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy oraz Zarządzenia Wojewody Warmińsko-Mazurskiego w sprawie stosowania wytycznych dotyczących zasad i sposobu realizacji zadania z zakresu administracji rządowej w województwie warmińsko-mazurskim – środowiskowe domy samopomocy.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Kętrzynie w roku 2020 będzie świadczył usługi, w szczególności w ramach treningów dostosowanych do indywidualnych potrzeb i możliwości psychofizycznych uczestników:

L.p.	Trening / działanie	Szczegółowy trening/działanie
1.	trening funkcjonowania w codziennym życiu	trening umiejętności praktycznych, trening samoobsługowy, trening manualny, itp.
2.	trening kulinarny	spożywanie gorącego posiłku przygotowanego w ramach treningu kulinarnego, nauka obsługi urządzeń gospodarstwa domowego, umiejętne i rozsądne korzystanie ze sprzętów AGD zgodnie z ich przeznaczeniem, prowadzenie pogadank związanych z zachowaniami prozdrowotnymi, profilaktyką zdrowotną, sposobem zdrowego odżywiania, itp.
3.	trening budżetowy	trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi, działania nabycia/doskonalenia umiejętności w zakresie poznania wartości pieniądza, umiejętności samodzielnych zakupów, przygotowanie listy potrzebnych artykułów, rozpoznawanie przydatności do użycia poszczególnych produktów, orientacja w cenach i dokonywanie obliczeń, dokonywanie terminowych opłat za, np.: czynsz, energię, woda, itp.
4.	trening dbałości o wygląd zewnętrzny	trening higieniczny, nauka doboru ubrań stosownie do pór roku, nabycie umiejętności zapinania guzików, zamka, rzepów, zatrzasków, pasków, wiązania sznurówek, rozbudzanie zainteresowania własnym wyglądem i koniecznością dbania o niego, np. częste mycie włosów, czesanie się, schludny wygląd; nauka samodzielnego kompletowania garderoby, itp.
5.	trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w pojazdach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury, itp.
6.	trening umiejętności komunikacyjnych w tym z wykorzystaniem alternatywnych i usprawniających sposobów porozumiewania się w przypadku osób z problemami komunikacji werbalnej	umożliwienie oraz ułatwienie sposobu komunikowania się z otoczeniem poprzez: stworzenie możliwości nauki rozumienia i używania alternatywnego ośrodka komunikacji bez potrzeby stosowania mowy werbalnej np. w oparciu o znaki manualne, odczytywanie „mowy ciała”, znaki graficzne, pismo.



7.	trening umiejętności społecznych	trening umiejętności komunikacyjnych, trening modyfikowania zachowań na bardziej aprobowane społecznie, umiejętność współpracy w grupie, kształtowanie umiejętności rozwiązywania konfliktów, praca nad przestrzeganiem zasad, metody radzenia sobie z emocjami, uczenie się rozpoznawania emocji i potrzeb, odreagowanie napięć emocjonalnych, itp.
8.	trening umiejętności spędzania czasu wolnego	rozwijanie zainteresowań literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi, Internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych, itp.
9.	terapię ruchową	zajęcia sportowe, turystykę i rekreację, rehabilitację, silvoterapia, itp.
10.	pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych	uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek leczniczych, trening farmakologiczny, itp.
11.	poradnictwo socjalne	pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, informowanie o uprawnieniach do świadczeń systemu zabezpieczenia społecznego, przedstawianie oferty wsparcia realizowanej przez instytucje i organizacje pozarządowe, udzielanie wskazówek, pokazywanie różnych sposobów i możliwości działania w celu rozwiązania trudnej sytuacji życiowej, itp.
12.	poradnictwo psychologiczne	działania motywujące do funkcjonowania w oparciu o własne możliwości oraz kształtowanie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie, trening asertywności, trening rozpoznawania emocji, psychodrama, psychorysunek.
13.	niezbędna opieka	zapewnienie bezpieczeństwa podczas: transportu, pobytu na zajęciach, udziale w treningach, stanach złego samopoczucia.
14.	trening współpracy z rodziną/ opiekunami/ bliskimi uczestników	rozmowy z rodzinami na temat realizacji IPPW-A uczestników, motywowanie do kontaktów, wspólne spędzanie czasu wolnego, trening rozwiązywania problemów, nakierowany na poprawę postępowania z codziennymi problemami i konfliktami, radzenie sobie ze stresowymi wydarzeniami życiowymi, itp.

- Terapeuta sali kulinarnej
- Terapeuta sali konserwatorsko - technicznej z elementami ogrodnictwa
- Terapeuta sali teatralno - literackiej
- Terapeuta sali komputerowo - filmowej
- Terapeuta sali doświadczania świata
- Terapeuta sali edukacyjnej
- Terapeuta sali plastyczno - muzycznej
- Terapeuta sali „Za Życiem”
- Fizjoterapeuta sali rekreacji i sportu
- Pielęgniarka
- Opiekun

**VI. Dom w swojej bieżącej działalności będzie realizował harmonogram spotkań, wyjść na rok 2020, który jest zatwierdzony przez Dyrektora placówki.**

### Harmonogram na rok 2020

MIESIĄC	UROCZYSTOŚĆ
<b>STYCZEŃ</b>	Dzień babci i dziadka Bal karnawałowy Kulig Urodziny podopiecznych
<b>LUTY</b>	Walentynki Międzynarodowy Dzień Pizzy Tłusty Czwartek - warsztaty kulinarne z rodzinami 10 Rocznica powstania ŚDS w Kętrzynie Urodziny podopiecznych
<b>MARZEC</b>	Dzień kobiet Pierwszy dzień wiosny - topienie Marzanny Dzień Gier Planszowych Wyjazd do teatru Urodziny podopiecznych
<b>KWIECIEŃ</b>	Spotkanie Wielkanocne Wiosenne spacerzy - wykonywanie bukietów wiosennych z darów natury Światowy Dzień Tańca Urodziny podopiecznych

<b>MAJ</b>	Majówka - gry, zabawy, grill Święto Narodowe Trzeciego Maja Dzień Rodziny, Dzień matki, Dzień ojca, Dzień dziecka Urodziny podopiecznych
<b>CZERWIEC</b>	Światowy dzień ochrony środowiska naturalnego - sprzątanie świata Wycieczka integracyjna Wyjście do kina Urodziny podopiecznych
<b>LIPIEC</b>	Piknik Wyjście na basen Spacery promujące zdrowy tryb życia Urodziny podopiecznych
<b>SIERPIEŃ</b>	Wyjście na basen Spacery promujące zdrowy tryb życia Urodziny podopiecznych
<b>WRZESIEŃ</b>	Zakończenie lata - powitanie jesieni - Dożynki Dzień chłopaka Dzień kultury fizycznej Ogólnopolski Dzień Czytania Urodziny podopiecznych
<b>PAŹDZIERNIK</b>	Światowy dzień muzyki Światowy Dzień Zwierząt - ZOO Dzień Ratownictwa Medycznego Dzień Jana Pawła II Urodziny podopiecznych
<b>LISTOPAD</b>	Dzień wszystkich świętych Święto Niepodległości Wyjście do kina Dzień pracownika socjalnego Andrzejki Urodziny podopiecznych
<b>GRUDZIEŃ</b>	Mikołajki Spotkanie opłatkowe Międzynarodowy dzień niepełnosprawnych Urodziny podopiecznych

## **VII. Współpraca z rodzinami, opiekunami prawnymi i innymi osobami bliskimi:**

Zakres współpracy z rodziną i opiekunami obejmuje:

- udzielanie porad i wskazówek;
- wsparcie psychiczne oraz psychologiczne;
- pomoc w poznaniu, rozumieniu i zaakceptowaniu potrzeb uczestnika;
- pomoc w poszukiwaniu rozwiązań narastających problemów rodzinnych, pokierowanie do odpowiednich instytucji;
- kształtowanie umiejętności niezbędnych do prowadzenia rehabilitacji w warunkach domowych;
- pomoc w dostępie do lecznictwa;
- udzielanie informacji o aktualnych problemach i postępach w zakresie terapii i rehabilitacji uczestnika;
- organizowanie spotkań z rodzinami i opiekunami w zależności od potrzeb;
- pomoc w organizacji różnych form wypoczynku dla podopiecznych i ich rodzin.



**Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Kętrzynie na rok 2020  
dla Typu A, B, C, D**

L.p.	Zakres	Zadania	Typ	Termin realizacji	Odpowiedzialny
1.	Postępowanie wspierająco – aktywizujące	<p><b>1. Trening funkcjonowania w życiu codziennym (metoda grupowa i indywidualna):</b></p> <p>a) trening dbałości o wygląd zewnętrzny i nauka higieny - dbanie o higienę osobistą, nauka i doskonalenie samodzielnego mycia się, ubierania odzieży oraz obuwia, załatwianie potrzeb fizjologicznych m.in. poprzez:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- przypomnianie o bezwzględnej konieczności systematycznego mycia całego ciała;</li> <li>- uświadamianie konieczności doboru ubrań adekwatnie do pory roku oraz warunków atmosferycznych;</li> <li>- rozwijanie umiejętności przeprowadzania samodzielnej kąpieli;</li> <li>- kształtowanie nawyku systematycznego dbania o higienę i estetyczny wygląd poprzez naukę suszenia włosów, ćwiczenia umiejętności doboru kosmetyków i ich wykorzystywanie itp.;</li> <li>- przypomnianie o zasadach bezpiecznego korzystania z ostrych przyborów celem zapobiegania skaleczeniom;</li> <li>- nauka bezpiecznego włączania i wyłączania np. suszarki, prostownicy, maszynki do włosów itp.</li> </ul>	Typ A, B, C,D	Praca w ciągu całego roku 2020	Członkowie Zespołu Wspierająco - Aktywizującego

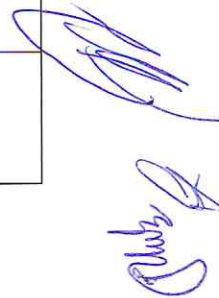




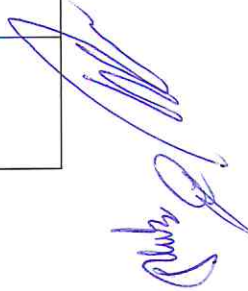
	<p>b) trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi - trening budżetowy - poznanie wartości pieniądza, orientacja w cenach, nauka robienia zakupów, planowanie wydatków miesięcznych oraz dokonywanie opłat m.in. poprzez:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kształtowanie i utrwalanie orientacji w wartości pieniądza i towaru,</li> <li>- planowanie najpotrzebniejszych zakupów,</li> <li>- planowanie wydatków na cały miesiąc,</li> <li>- oszczędne gospodarowanie oraz właściwe wydawanie pieniędzy,</li> <li>- naukę podstawowych pojęć ekonomicznych.</li> </ul> <p>Trening prowadzony jest w formie gotówkowej lub bezgotówkowej realizowany jest w oparciu o IPPW-A każdego uczestnika oraz wynika z indywidualnych możliwości psychofizycznych podopiecznych.</p> <p>c) trening kulinarny - przygotowanie posiłków, nauka i doskonalenie obsługi sprzętu AGD, samodzielne przygotowywanie posiłków, nauka pieczenia m.in. poprzez:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- naukę przygotowania różnego typu potraw oraz korzystania z przepisów kulinarnych;</li> <li>- naukę mycia naczyń kuchennych, estetycznego nakrywania stołu, estetyki spożywania posiłków, zasad zdrowego żywienia, dbania o czystość i higienę w kuchni;</li> <li>- naukę dbania o higienę osobistą oraz czystość odzieży;</li> <li>- wyrabianie zaradności życiowej i umiejętności zachowania adekwatnego do sytuacji;</li> <li>- ukształtowanie nawyku porządkowania miejsca pracy, otoczenia i wypoczynku, dbanie o czystość pomieszczeń;</li> </ul>	<p>Typ A, B, C,D</p> <p>Typ A, B, C,D</p>	<p>Praca w ciągu całego roku 2020</p> <p>Praca w ciągu całego roku 2020</p>	<p>Członkowie Zespołu Wspierająco - Aktywizującego</p> <p>Członkowie Zespołu Wspierająco - Aktywizującego</p>
--	--	---	---	---



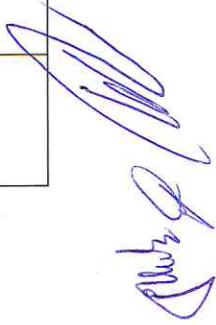
	<p>- uczenie współpracy z grupą i odpowiedzialności za powierzone zadanie, usprawnienie manualne, doskonalenie koordynacji i spostrzegawczości, wiara we własną wartość i przydatność społeczną, podniesienie samodzielności;</p> <p>- kształtowanie cierpliwości, wytrwałości oraz poczucia odpowiedzialności za wykonywaną pracę.</p> <p>d) trening umiejętności praktycznych – dbanie o czystość, porządek i estetykę otoczenia, wykonywanie prac porządkowych, itp. poprzez:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- naukę obsługi sprzętu np. pralki, żelazka, odkurzacza, kuchenki elektrycznej poprzez zapoznanie z poszczególnymi funkcjami sprzętu, naukę zachowania bezpieczeństwa podczas używania sprzętu, naukę włączania i wyłączania sprzętu;</li> <li>- uświadamianie zagrożeń wynikających z nieprawidłowego użytkowania sprzętów pod napięciem takich jak np. pralka automatyczna, suszarka do włosów, odkurzacz, żelazko, suszarka do prania;</li> <li>- kształtowanie właściwych nawyków postępowania w trakcie pracy ze sprzętem elektrycznym.</li> </ul> <p><b>2. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów (metoda grupowa i indywidualna):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nabywanie i doskonalenie umiejętności nawiązywania kontaktów, podtrzymywania rozmowy, pomoc w rozwiązywaniu problemów życiowych uczestnika, kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika</li> </ul>	<p>Typ A, B, C,D</p>	<p>Praca w ciągu całego roku 2020</p>	<p>Członkowie Zespołu Wspierająco - Aktywizującego</p>
		<p>Typ A, B, C,D</p>	<p>Praca w ciągu całego roku 2020</p>	<p>Członkowie Zespołu Wspierająco - Aktywizującego</p>



	<p>z osobami bliskimi, sąsiadami i innymi osobami, itp. m.in. poprzez:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- doskonalenie posiadanych umiejętności oraz wyrabianie pozytywnych nawyków i kształtowanie nowych przydatnych umiejętności;</li> <li>- naukę rozwiązywania konfliktów i problemów osobistych;</li> <li>- naukę kształtowania pozytywnych relacji w grupie;</li> <li>- nazywanie emocji i nauka panowania nad nimi;</li> <li>- ćwiczenia i naukę zachowań w określonych sytuacjach, rozwój umiejętności społecznych;</li> <li>- naukę asertywności;</li> <li>- naukę aktywnego słuchania i wyrażania komunikatów w sposób czytelny.</li> </ul> <p><b>3. Trening umiejętności komunikacyjnych w tym z wykorzystaniem alternatywnych i usprawniających sposobów porozumiewania się w przypadku osób z problemami komunikacji werbalnej (metoda grupowa i indywidualna) poprzez:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- umożliwienie oraz ułatwienie sposobu komunikowania się z otoczeniem;</li> <li>- stworzenie możliwości nauki rozumienia i używania alternatywnego ośrodka komunikacji bez potrzeby stosowania mowy werbalnej;</li> <li>- rozwijanie umiejętności rozpoznawania, rozumienia i wyrażania uczuć.</li> </ul>	Typ A, B, C,D	Praca w ciągu całego roku 2020	Członkowie Zespołu Wspierająco - Aktywizującego
--	--	---------------	--------------------------------	---

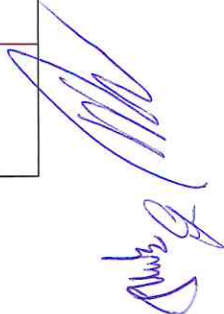


	<p><b>4. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego (metoda grupowa i indywidualna) poprzez:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rozwijanie zainteresowań, np. literaturą, Internetem, audycjami radiowymi, grami planszowymi i komputerami zapoznanie z obsługą telewizora, odtwarzacza DVD i radia, rozmowy na temat obejrzanego filmu, czy wysłuchanej audycji radiowej, motywowanie do czytania, zapoznanie uczestników z różnymi stylami muzyki;</li> <li>- zapoznanie z aktywnymi formami spędzania czasu wolnego m.in. gra w badminton, siatkówkę, piłkę nożną, ping - ponga oraz motywowanie do uprawiania sportu poza ośrodkami;</li> <li>- udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych poprzez m.in. wyjścia do kina, teatru, kawiarni;</li> <li>- nabywanie umiejętności korzystania z usług instytucji kulturalno - rozrywkowych oraz rozmowy na temat właściwego zachowania.</li> </ul>	Typ A, B, C,D	Praca w ciągu całego roku 2020	Członkowie Zespołu Wspierająco - Aktywizującego
	<p><b>5. Trening umiejętności społecznych (metoda grupowa i indywidualna) m.in. poprzez:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rundę terapeutyczną, burzę mózgów, pogadankę,</li> <li>- naukę kontrolowania sposobów odreagowania napięcia emocjonalnego i fizycznego;</li> <li>- wzmocnienie koncentracji uwagi i ćwiczenia tej umiejętności;</li> <li>- naukę pohamowania spontanicznych reakcji;</li> <li>- ćwiczenia i naukę poprawy samooceny.</li> </ul>	Typ A, B, C,D	Praca w ciągu całego roku 2020	Członkowie Zespołu Wspierająco - Aktywizującego

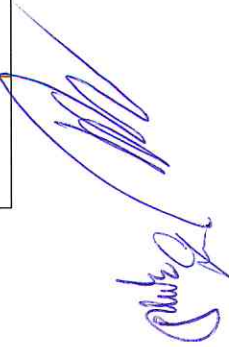




	<p><b>6. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych oraz dostępie do świadczeń zdrowotnych</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek leczniczych, pomoc w uzyskaniu świadczeń z pomocy społecznej, pomoc w poszukiwaniu pracy, pomoc w pisaniu pism urzędowych, pomoc w wypełnianiu wniosków, itp.</li> </ul> <p><b>7. Terapia ruchowa (metoda grupowa i indywidualna):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zajęcia sportowe, spacer, aerobik, gry sportowe (biegi, gra w piłkę itp.), ćwiczenia ogólnosporniające, ćwiczenia pobudzające motorykę małą i dużą, ćwiczenia wzrokowo-ruchowe m.in. poprzez: <ul style="list-style-type: none"> <li>- zapoznanie z zasadami bezpieczeństwa podczas stosowania sprzętu rehabilitacyjnego - opis działania przyrządów oraz przyborów, demonstracja używania oraz nauka poprawnego wykonywania ćwiczeń;</li> <li>- zapoznanie z zasadami wykonywanych ćwiczeń ruchowych poprzez rozmowy na temat niebezpieczeństw będącymi następstwem złego wykonywania ćwiczeń ruchowych.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>8. Poradnictwo psychologiczne i psychiatryczne (metoda indywidualna i grupowa) poprzez konsultacje psychologiczno-psychiatryczne w celu zapewnienia opieki psychologicznej oraz psychiatrycznej uczestnikom, okresowa diagnoza i rozwiązywanie problemu, zajęcia relaksacyjne. Prowadzenie terapii taktycznej przez</b></p>	<p>Typ A, B, C,D</p> <p>Typ A, B, C,D</p> <p>Typ A, B, C,D</p>	<p>Praca w ciągu całego roku 2020</p> <p>Praca w ciągu całego roku 2020</p> <p>Wnikające z potrzeb indywidualnych uczestników - praca w ciągu całego roku 2020</p>	<p>Starszy pracownik socjalny/ Pielęgniarka/ Opiekun</p> <p>Fizjoterapeuta sali rekreacji i sportu</p> <p>Psycholog</p>
--	--	--	--	---



	<p>psychologa.</p> <p><b>9. Terapia zajęciowa prowadzona w salach treningowych:</b></p> <p><b>a) sala plastyczno-muzyczna (zajęcia indywidualne i grupowe)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nauka własnej inwencji, pewności siebie, inicjatywy, pobudzenie wyobraźni i kreatywności, zachęcanie do prezentowania własnych możliwości, talentów, wyobraźni, motywacja uczestników do pogłębiania swoich zainteresowań, zachęcanie do aktywnego spędzania czasu wolnego, dbanie o estetykę otoczenia i czystości w sali, udział w spektaklach muzycznych, przedstawieniach, występach Karaoke, granie na instrumentach, muzykoterapia.</li> <li>- nauka posługiwania się przyborami i materiałami plastycznymi - kredki, modelina, plastelina, pastele, mazaki, papier, bibuła, klej, itp., zachęcanie do aktywnego spędzania czasu wolnego, nauka dbania o estetykę otoczenia i czystość w salach treningowych, udział w spektaklach muzycznych, przedstawieniach, występach Karaoke, nauka wystukiwania rytmu, itp.</li> <li>- rozwijanie koordynacji wzrokowo-ruchowej, nauka własnej inwencji, zachęcanie do prezentowania własnych możliwości, wyobraźni, motywacja uczestnika do pogłębiania swoich zainteresowań, zachęcanie do aktywnego spędzania czasu wolnego, dbanie o estetykę otoczenia i czystość w sali treningowej, udział w przedstawianych spektaklach, nauka wystukiwania rytmu, śpiewanie</li> </ul>	<p>Typ A, B, C,D</p>	<p>Praca w ciągu całego roku 2020</p>	<p>Terapeuta sali muzycznej</p> <p>plastyczno-</p>
--	--	----------------------	---------------------------------------	--



	<p>piosenek, nauka zapamiętywania tekstu piosenki.</p> <p><b>b) sala rekreacji i sportu</b> - (zajęcia indywidualne i grupowe)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ćwiczenia ogólnousprawniające, poprawa koordynacji ruchowej i sprawności fizycznej, aktywne spędzanie czasu wolnego, stosowanie technik relaksacyjnych, gier sportowych i zabaw ruchowych na świeżym powietrzu - ćwiczenia poznawczo-ruchowe w terenie.</li> </ul> <p><b>c) sala teatralno-literacka</b> - (zajęcia indywidualne i grupowe)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- udział w przedstawieniach w celu przełamania nieśmiałości i zahamowań, ruch sceniczny, pantomima, etudy i inscenizacje, nauka tańców towarzyskich, zabawy integracyjne, pisanie tekstów piosenek i ich śpiewanie, trening gustów i ruchów, ćwiczenia dykcyjne i emisyjne, poznawanie sztuki teatralnej i literackiej, wyjścia na wystawy, spektakle, biblioterapia</li> <li>- nauka czytania, nauka recytowania krótkich wierszy i prozy, nauka ruchu scenicznego, pantomimy i inscenizacje, nauka tańców towarzyskich, ćwiczenia dykcyjne, nauka pisania testów, przepisywanie wierszy, udział w przedstawieniach.</li> <li>- ćwiczenia pamięciowe - przepisywanie tekstów wierszy, opowiadań, nauka poprawnego czytania i pisanie oraz zapamiętywanie krótkich tekstów, udział w spotkaniach kulturalno-oświatowych.</li> </ul>	<p>Typ A, B, C,D</p> <p>Typ A, B, C,D</p>	<p>Praca w ciągu całego roku 2020</p> <p>Praca w ciągu całego roku 2020</p>	<p>Terapeuta sali rekreacji i sportu</p> <p>Terapeuta sali teatralno-literackiej</p>
--	--	---	---	--

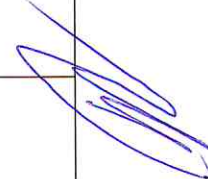


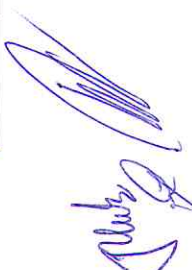
	<p><b>d) sala komputerowo-filmowa</b> - (zajęcia indywidualne i grupowe)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zapoznanie uczestników z różnymi programami komputerowymi (Power Point, Word, Excel, itp.), rozwijanie umiejętności korzystania z zasobów Internetu, praca z peryferiami komputerowymi i sprzętem multimedialnym, nauka poruszania się po portalach społecznościowych, pisanie listów drogą elektroniczną;</li> <li>- zapoznanie uczestników z obsługą komputera (klawiatura, myszka, włączanie i wyłączenie, proste programy edukacyjne, itp.), rozwijanie umiejętności korzystania z zasobów Internetu, nauka poruszania się po portalach społecznościowych; nauka pisania i czytania za pomocą komputera. Zapoznanie z podstawowym sprzętem (komputer, kamera, aparat fotograficzny, ksero, skaner i drukarka).</li> </ul>	Typ A, B, C,D	Praca w ciągu całego roku 2020	Terapeuta sali komputerowo-filmowej
	<p><b>e) sala doświadczenia świata</b> - (zajęcia indywidualne i grupowe) wsparcie psychiczne uczestników, runda terapeutyczna, warsztaty samorozwojowe, zajęcia relaksacyjne, biblioterapia, fototerapia; stosowanie sprzętu sali doświadczenia świata (łóżko wodne, kolumna wodna, tor świetlny, itp.), pobudzanie bodźców i zmysłów zapachem, światłem, muzyką; wyciszanie, odprężenie, relaksacja; Silwoterapia.</p>	Typ A, B, C,D	Praca w ciągu całego roku 2020	Terapeuta sali doświadczenia świata
	<p><b>f) sala kulinarna</b> – (zajęcia indywidualne i grupowe)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wprowadzenie zasad zdrowego żywienia, nauka dekorowania</li> </ul>	Typ A, B, C,D	Praca w ciągu całego roku 2020	Terapeuta sali kulinarnej





	<p>i nakrywania do stołu, przygotowywanie śniadań, ciast, deserów i obiadów w ramach treningu kulinarnego; dbanie o porządek i czystość w sali, wyszukiwanie przepisów kulinarnych, użytkowanie sprzętu AGD, przestrzeganie zasad BHP, itp.</p> <p>- nauka zasad zdrowego żywienia, nauka dekorowania i nakrywania do stołu, nauka samodzielnego spożywania posiłków, nauka parzenia kawy, herbaty, nabywanie umiejętności kulturalnego zachowania się przy stole, dbanie o porządek swojego otoczenia, przepisywanie przepisów, nauka obsługi sprzętu AGD.</p> <p><b>g) sala konserwatorsko-techniczna z elementami ogrodnictwa - (zajęcia indywidualne i grupowe)</b></p> <p>- nauka wykonywania prac konserwatorsko-technicznych, wykonywanie i montaż elementów i wyrobów świątecznych i dekoracyjnych, działania zachęcające do udziału w zajęciach i treningach, poznanie materiałów „niedrewnianych” w pracach stolarskich i praca z nimi - metal, plastik, szkło; permanentne przestrzeganie przepisów BHP, doskonalenie i nabywanie umiejętności posługiwania się różnymi narzędziami, utrzymywanie porządku i estetyki posesji Domu - strzyżenie żywopłotów, krzewów, koszenie trawy, grabienie liści, wyrób przedmiotów z drewna, plastiku, szkła, itp., np. kwietniki, kosze, karmniki, ozdoby świąteczne, podstawki pod kubek, itp.</p> <p>- zapoznanie się z podstawowymi narzędziami oraz sprzętem sali,</p>	<p>Typ A, B, C,D</p>	<p>Praca w ciągu całego roku 2020</p>	<p>Terapeuta sali konserwatorsko-technicznej z elementami ogrodnictwa</p>
--	---	----------------------	---------------------------------------	---

	<p>poznawanie materiałów wykorzystywanych w pracy, np. drewno, plastik, szkło, papier; nauka posługiwania się różnymi sprzętem ogrodniczym, np. grabie, motyka; nauka utrzymania porządku na stanowisku pracy.</p> <p><b>h) sala edukacyjna – (zajęcia indywidualne i grupowe)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wprowadzanie w świat kulturalno-oświatowy, wyjścia rekreacyjne w celu poznania własnej miejscowości (instytucji kultury, urzędy, instytucje działające na rzecz osób niepełnosprawnych, itp.).</li> <li>- nauka pisania, czytania, mówienia, liczenia (dodawanie, odejmowanie, mnożenie, itp.), trening pamięciowy, zajęcia przyrodnicze, kulturalno-oświatowe, rysowanie szlaczków, wzorów i liter, zajęcia logopedyczne.</li> </ul>	<p>Typ A, B, C,D</p>	<p>Praca w ciągu całego roku 2020</p>	<p>Terapeuta sali edukacyjnej</p>
	<p><b>10. Współpraca z rodzinami/opiekunami prawnymi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pomoc w rozwiązywaniu problemów dotyczących uczestników, informowanie o przepisach prawa dotyczącego niepełnosprawnych i pomocy społecznej, poradnictwo psychologiczne i socjalne, kształtowanie odpowiednich postaw uczestników wobec osób bliskich, organizacja spotkań ŚDS,</li> <li>- Konsultowanie efektów realizacji Indywidualnego Planu Postępowania Wspierająco-Aktywizującego.</li> </ul>	<p>Typ A, B, C,D</p>	<p>Praca w ciągu całego roku 2020</p>	<p>Członkowie Zespołu Wspierająco - Aktywizującego</p>

		12. Prowadzenie ewidencji uczestników oraz dokumentacji zbiorczej i indywidualnej uczestników			Praca w ciągu całego roku 2020
		13. Prowadzenie sprawozdań dotyczących uczestników			Praca w ciągu całego roku 2020
		14. Pozyskiwanie środków na rzecz wspomaganie działalności ŚDS			Praca w ciągu całego roku 2020
		15. Zapewnienie dowozu uczestnikom na zajęcia i odwozu po zajęciach do miejsca zamieszkania			Praca w ciągu całego roku 2020
					Specjalista ds. księgowo-kadrowych/starszy pracownik socjalny
					Specjalista ds. księgowo-kadrowych
					Dyrektor ŚDS
					Dyrektor ŚDS Kierowca-pracownik gospodarczy/ Opiekun

Plan pracy opracował:

Joanna Kuśmierczuk - Dyrektor ŚDS

*Wzycie i oddanie*

15.11.2019

Z up. WOJEWÓDZKI  
WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO  
Joanna Jabłonna-Kastrau  
ZASTĘPCA DYREKTORA  
Wydziału Polityki Społecznej

GŁÓWNY SPECJALISTA

Magdalena Gedrowicz

DYREKTOR  
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY  
W KŁYPIŃCACH

mgr Joanna Kuśmierczuk

BURMISTRZ MIASTA  
Ryszard Niedziółka

16.12.2019

Data i podpis Dyrektora ŚDS