

**ZARZĄDZENIE Nr ŚDS/10/2015**  
**Wójta Gminy Świdwin**  
**z dnia 3 lutego 2015r.**

**w sprawie zatwierdzenia Programu działalności i Planu pracy na 2015 rok**  
**Środowiskowego Domu Samopomocy „Razem Łatwiej” w Kłęczewie**

Na podstawie art.30 ust.1 ustawy z dnia 8 marca 1990r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2013 r., poz.594 z późn. zm.) w związku z § 4 ust.1 pkt 3 i ust.2 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2010 r. Nr 238, poz.1586, Dz. U. z 2014 r. Poz.1752) zarządza się, co następuje:

**§ 1**

Zatwierdzam, w uzgodnieniu z Wojewodą Zachodniopomorskim:

1. Program działalności Środowiskowego Domu Samopomocy „Razem Łatwiej” w Kłęczewie, stanowiący załącznik Nr 1 do niniejszego Zarządzenia.
2. Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy „Razem Łatwiej” w Kłęczewie – typ A, B, C stanowiący załącznik Nr 2 do niniejszego Zarządzenia.

**§ 2**

Wykonanie zarządzenia powierzam Kierownikowi Środowiskowego Domu Samopomocy w Kłęczewie.

**§ 3**

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podjęcia.



**WÓJT**  
*mgr Kazimierz Lechocki*

## **Program Działalności Środowiskowego Domu Samopomocy „Razem Łatwiej” w Kłępczewie typu A B C na 2015 rok**

Misją Środowiskowego Domu Samopomocy „Razem Łatwiej” w Kłępczewie jest wsparcie osób przewlekłe psychicznie chorych, upośledzonych umysłowo oraz przejawiających inne zaburzenia czynności psychicznych w kształtowaniu swoich stosunków z otoczeniem, w podnoszeniu jakości ich życia, w zapobieganiu izolacji społecznej i dyskryminacji, a także motywowanie do szeroko pojętej integracji ze społeczeństwem. Programy działalności umożliwiają realizację celów oraz misji Domu.

### **Program działalności dla osób przewlekłe psychicznie chorych – typ A**

Wśród uczestników chorych psychicznie przeważają osoby ze schizofrenią, a także osoby z zaburzeniami depresyjnymi.

Ze względu na fakt, iż osoby te mają trudnościami w kontaktach z ludźmi oraz tracą wiarę we własne możliwości celem uczestnictwa w zajęciach jest doprowadzenie do zwiększenia poczucia pewności siebie i poczucia własnej wartości w kontaktach z innymi ludźmi, zwiększenie własnej aktywności, rozwijanie zainteresowań, wykształcenie umiejętności radzenia sobie z doświadczeniem choroby psychicznej, zapewnienie możliwości dzielenia się swoimi przeżyciami oraz poszukiwaniem rozwiązań, kształtowanie podstawowych umiejętności społecznych, poprawę wzajemnych relacji interpersonalnych.

### **Cel ogólny**

Postępowanie wspierająco - aktywizujące doprowadzić ma osoby przewlekłe psychicznie chore do jak najwyższego stopnia ich samodzielności i zaradności życiowej, poprawy sprawności psychofizycznej, wzmocnienia więzi rodzinnych i środowiskowych, a także mobilizować do aktywności, szczególnie w zakresie kompetencji społecznych i komunikacji.

### **Cele szczegółowe**

#### **1. Kształtowanie umiejętności społecznych i umiejętności z zakresu samoobsługi:**

- a) komunikacja i umiejętności interpersonalne,
- b) podejmowanie decyzji i próby rozwiązywania problemów,
- c) rozwój osobisty i sfery emocjonalnej,
- d) kształtowanie umiejętności w zakresie samoobsługi.

## **2. Wsparcie w zakresie zapewnienia uczestnikom psychiatrycznej opieki zdrowotnej:**

- a) stała współpraca z placówkami psychiatrycznej opieki zdrowotnej,
- b) okresowa ocena zdrowia psychicznego przez lekarza psychiatrę,
- c) działania pro zdrowotne oferowane w ŚDS ( m.in. trening lekowy i psychoedukacja ).

## **3. Integrowanie uczestników z ich środowiskiem lokalnym (w tym – rodzinnym) poprzez :**

- a) dążenie do nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych z sąsiadami, kolegami, znajomymi, rodziną bliższą i dalszą,
- b) zdobywanie umiejętności współpracy w grupie i komunikowania się,
- c) udział w konkursach, prezentacjach, przeglądach, zawodach sportowych, spotkaniach integracyjnych,
- d) prezentowanie własnej twórczości,
- e) okolicznościowe spotkania z okazji świąt, święta rodziny, świąt narodowych.

Istotnym czynnikiem w programie działalności domu będzie współpraca z rodzinami i opiekunami uczestników. Dom będzie prowadzić poradnictwo psychologiczne zarówno dla uczestników, jak i ich rodzin, będzie mediatorem w sytuacjach konfliktowych pomiędzy uczestnikami, a członkami ich rodzin.

## **Dla osiągnięcia wyznaczonych w programie celów w środowiskowym domu samopomocy stosować się będzie następujące formy działalności:**

### 1. Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych:

- a) trening rozwiązywania problemów w trudnych sytuacjach międzyludzkich,
- b) trening w zakresie komunikacji społecznej,
- c) trening załatwiania spraw urzędowych.

### 2. Trening samodzielności:

- a) trening umiejętności spędzania czasu wolnego,
- b) trening w zakresie wyglądu zewnętrznego i higieny osobistej,
- c) trening kulinarny,
- d) trening budżetowy,
- e) trening techniczny,
- f) trening umiejętności praktycznych,
- g) trening farmakologiczny.

### 3. Terapia zajęciowa:

Prowadzona w następujących pracowniach:

- a) kulinarnej,
- b) plastyczno – technicznej,
- c) komputerowej,
- d) zaradności życiowej,
- e) polisensorycznej,
- f) rehabilitacyjnej.

Głównym zadaniem terapii zajęciowej jest usprawnianie psychiczne i fizyczne.

Usprawnianie psychiczne ma na celu przywrócenie danej osobie równowagi psychicznej, zdolności nawiązywania kontaktów oraz umiejętności współżycia z innymi ludźmi i dostosowania się do środowiska, w którym obecnie żyje. Usprawnianie fizyczne natomiast polega na odpowiednim doborze zajęć terapeutycznych, aby umożliwić zachowanie sprawności fizycznej, pozwalającej przynajmniej na samodzielne wykonywanie prostych czynności lub przywrócenie utraconej sprawności.

Terapia zajęciowa pozwala poznać się z różnorodnymi technikami pracy i daje namiastkę pracy zawodowej, ponadto pozwala podtrzymywać i rozwijać własne zainteresowania i uzdolnienia.

#### 4. Poradnictwo psychologiczne:

- a) grupowe,
- b) indywidualne.

Poradnictwo psychologiczne grupowe polega na pracy nad tematami dotyczącymi grupy zainteresowań w ten sposób, że uczestnicy znajdują bardziej efektywne sposoby funkcjonowania.

Poradnictwo psychologiczne indywidualne polega na poszukiwaniu rozwiązań osobistych problemów zgłaszanych przez uczestników.

#### **Możliwości realizacyjne poszczególnych form działania**

Placówka dysponuje odpowiednio wyposażonymi pomieszczeniami do realizacji zadań programowych. Pracownie wyposażone są w odpowiedni sprzęt, umożliwiający realizację programu działalności Domu.

#### **Program działalności dla osób upośledzonych umysłowo – typ B**

Równolegle do osób przewlekłe psychicznie chorych wsparcie w Domu otrzymują osoby upośledzone umysłowo. W SDS przebywają osoby upośledzone umysłowo w stopniu głębokim, znacznym i umiarkowanym. Upośledzenie umysłowe u większości uczestników związane jest z współistniejącymi wadami rozwojowymi, ale także z zaburzeniami zachowania i innymi.

Oferta programowa Domu typu B wychodzi naprzeciw potrzebom osób niepełnosprawnych intelektualnie, które potrzebują środowiskowego wsparcia ukierunkowanego

na terapię społeczną dającą im możliwość funkcjonowania w grupie społecznej, aktywnego spędzania czasu, rozwijania umiejętności z zakresu samoobsługi.

#### **Cel ogólny**

Dorosłym osobom upośledzonym umysłowo należy stworzyć odpowiednie warunki do zdobywania nowych umiejętności i prawidłowych zachowań poprzez podtrzymywanie i rozwijanie zainteresowań, kontaktów towarzyskich, umiejętności w zakresie samoobsługi. Każda osoba upośledzona umysłowo posiada swoje miejsce w społeczeństwie, posiada swoje prawa i obowiązki. Podstawowym prawem osoby niepełnosprawnej intelektualnie jest prawo do wszechstronnego rozwoju.

Ograniczenia w sferze intelektualnej pociągają za sobą trudności w rozumieniu siebie, otoczenia, funkcjonowania w życiu. Dlatego stałe korygowanie, kompensowanie i usprawnianie zaburzonych funkcji poznawczych jest najważniejszym celem w pracy z dorosłymi upośledzonymi umysłowo.

### **Cele szczegółowe**

#### **1. Kształtowanie umiejętności społecznych i umiejętności z zakresu samoobsługi:**

- a) rozwijanie potencjalnych możliwości i mocnych stron,
- b) usprawnianie niezaburzonych funkcji psychicznych i fizycznych,
- c) korygowanie zaburzeń rozwojowych,
- d) kompensowanie braków rozwoju psychicznego i fizycznego,
- e) podtrzymanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia,
- f) rozszerzanie zakresu zaradności i samodzielności życiowej adekwatnie do indywidualnego poziomu funkcjonowania,
- g) doprowadzenie do zwiększenia poczucia własnej wartości oraz pewności siebie w kontaktach z ludźmi,
- h) aktywizowanie uczestników zajęć, rozwijanie ich zainteresowań, indywidualnych uzdolnień poprzez udział w różnorodnych zajęciach terapeutycznych,
- i) komunikacja i umiejętności interpersonalne,
- j) podejmowanie decyzji i próby rozwiązywania problemów,
- k) rozwój osobisty i sfery emocjonalnej,
- l) kształtowanie umiejętności w zakresie samoobsługi.

#### **2. Wsparcie w zakresie zapewnienia uczestnikom psychiatrycznej opieki zdrowotnej:**

- a) stała współpraca z placówkami psychiatrycznej opieki zdrowotnej,
- b) okresowa ocena zdrowia psychicznego przez lekarza psychiatrę,
- c) podtrzymywanie i rozwijanie nawyków do dbania o własne zdrowie, wygląd, higienę i bezpieczeństwo,
- d) działania pro zdrowotne oferowane w ŚDS ( m.in. trening lekowy i psychoedukacja ).

#### **3. Integrowanie uczestników z ich środowiskiem lokalnym (w tym – rodzinnym) poprzez :**

- a) kształtowanie umiejętności i nawyków niezbędnych w kontaktach i współżyciu i innymi ludźmi.
- b) integrowanie uczestników z ich środowiskiem lokalnym (koledzy, znajomi, rodzina, społeczność lokalna),
- c) dążenie do nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych z sąsiadami, kolegami, znajomymi, rodziną bliższą i dalszą,
- d) zdobywanie umiejętności współpracy w grupie i komunikowania się,
- e) przygotowanie na miarę możliwości do udziału w kulturze.
- f) udział w konkursach, prezentacjach, przeglądach, zawodach sportowych, spotkaniach integracyjnych,
- g) prezentowanie własnej twórczości,
- h) okolicznościowe spotkania z okazji świąt, święta rodziny, świąt narodowych,

- i) wypracowywanie pozytywnego, realnego wizerunku osób niepełnosprawnych intelektualnie oraz przeciwdziałanie stereotypom.

Istotnym czynnikiem w programie działalności domu będzie współpraca z rodzinami i opiekunami uczestników. Dom będzie prowadzić poradnictwo psychologiczne zarówno dla uczestników, jak i ich rodzin, będzie mediatorem w sytuacjach konfliktowych pomiędzy uczestnikami, a członkami ich rodzin.

***Dla osiągnięcia wyznaczonych w programie celów w środowiskowym domu samopomocy stosować się będzie następujące formy działalności:***

**1. Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych:**

- a) trening rozwiązywania problemów w trudnych sytuacjach międzyludzkich,
- b) trening załatwiania spraw w instytucjach,
- c) trening z zakresu komunikacji społecznej.

**2. Trening samodzielności:**

- a) trening umiejętności spędzania czasu wolnego,
- b) trening w zakresie wyglądu zewnętrznego i higieny osobistej,
- c) trening kulinarny,
- d) trening budżetowy,
- e) trening techniczny,
- f) trening umiejętności praktycznych.

**3. Terapia zajęciowa:**

Prowadzona w następujących pracowniach:

- a) kulinarniej,
- b) plastyczno – technicznej,
- c) komputerowej,
- d) zaradności życiowej,
- e) polisensorycznej,
- f) rehabilitacyjnej.

**4. Zajęcia rewalidacyjno – wychowawcze:**

Praca rewalidacyjna prowadzona będzie w obszarach:

- a) funkcji poznawczych,
- b) samoobsługi,
- c) zachowań społecznych,
- d) komunikacji z otoczeniem.

**5. Poradnictwo psychologiczne:**

- a) grupowe,
- b) indywidualne

- skierowane w stronę rodziny osoby upośledzonej umysłowo lub innych osób z otoczenia uczestnika ŚDS.

**Możliwości realizacyjne poszczególnych form działania**

Placówka dysponuje odpowiednio wyposażonymi pomieszczeniami do realizacji zadań programowych. Pracownie wyposażone są w odpowiedni sprzęt, umożliwiający realizację programu działalności Domu.

### **Program działalności dla osób wykazujących inne zaburzenia czynności psychicznych – typ C**

Wśród osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych przeważają osoby z zaburzeniami depresyjno - lękowymi, zmiennością nastrojów, zaburzeniami psychicznymi spowodowanymi ZZA, zaburzeniami nerwicowymi.

Celem uczestnictwa w zajęciach Domu typu C przeznaczonego dla osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych jest usamodzielnianie uczestników, kształtowanie umiejętności zaspokajania podstawowych potrzeb życiowych i umiejętności społecznego funkcjonowania, motywowanie do dbania o zdrowie oraz podjęcia aktywności zawodowej.

#### **Cel ogólny**

Celem Domu jest stworzenie możliwości i poprawa jakości życia uczestników w ich własnym otoczeniu. To także stworzenie uczestnikom placówki systemu wsparcia społecznego poprzez zaspokojenie ich potrzeb bytowych, zdrowotnych, edukacyjnych i społecznych, ukierunkowanych na podtrzymanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia, w miarę możliwości przy udziale najbliższej rodziny.

#### **Cele szczegółowe**

##### **1. Kształtowanie umiejętności społecznych i umiejętności z zakresu samoobsługi:**

- a) wdrażanie do osiągania optymalnego poziomu samodzielności w podstawowych sferach życia,
- b) doprowadzenie do zwiększenia poczucia pewności siebie i poczucia własnych możliwości w kontaktach z ludźmi,
- c) zapewnienie możliwości dzielenia się swoimi przeżyciami i poszukiwania rozwiązań,
- d) kształtowanie podstawowych umiejętności społecznych uczestników odpowiednio do ich potrzeb i możliwości – pomoc w powrocie do zadowalającego funkcjonowania w grupie i w społeczeństwie,
- e) komunikacja i umiejętności interpersonalne,
- f) podejmowanie decyzji i próby rozwiązywania problemów,
- g) rozwój osobisty i sfery emocjonalnej,
- h) kształtowanie umiejętności w zakresie samoobsługi.

##### **2. Wsparcie w zakresie zapewnienia uczestnikom psychiatrycznej opieki zdrowotnej:**

- a) stała współpraca z placówkami psychiatrycznej opieki zdrowotnej,
- b) okresowa ocena zdrowia psychicznego przez lekarza psychiatrę,

- c) motywowanie do leczenia i rehabilitacji,
- d) wykształcenie umiejętności radzenia sobie z doświadczeniem procesu choroby;
- e) działania pro zdrowotne oferowane w ŚDS ( m.in. trening lekowy i psychoedukacja ).

**3. Integrowanie uczestników z ich środowiskiem lokalnym (w tym – rodzinnym) poprzez :**

- a) dążenie do nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych z sąsiadami, kolegami, znajomymi, rodziną bliższą i dalszą,
- b) zdobywanie umiejętności współpracy w grupie i komunikowania się,
- c) integrowanie uczestników ze środowiskiem poprzez współpracę z innymi ośrodkami, instytucjami;
- d) motywowanie do aktywności zawodowej w ramach terapii zajęciowej;
- e) stopniowe zwiększanie własnej aktywności i rozwój zainteresowań;
- f) udział w konkursach, prezentacjach, przeglądach, zawodach sportowych, spotkaniach integracyjnych,
- g) prezentowanie własnej twórczości,
- h) okolicznościowe spotkania z okazji świąt, święta rodziny, świąt narodowych,
- i) wzajemna pomoc i wsparcie współuczestników w placówce i poza nią,
- j) usamodzielnianie i pomoc w załatwianiu spraw urzędowych niezbędnych do samodzielnego funkcjonowania np. załatwianie mieszkania, dodatku mieszkaniowego, wyrobienie dowodu osobistego;
- k) kreowanie pozytywnego, realnego wizerunku osób przejawiających zaburzenia psychiczne i przeciwdziałanie stereotypom.

Istotnym czynnikiem w programie działalności domu będzie współpraca z rodzinami i opiekunami uczestników. Dom będzie prowadzić poradnictwo psychologiczne zarówno dla uczestników, jak i ich rodzin, będzie mediatorem w sytuacjach konfliktowych pomiędzy uczestnikami, a członkami ich rodzin.

***Dla osiągnięcia wyznaczonych w programie celów w środowiskowym domu samopomocy stosować się będzie następujące formy działalności:***

**1. Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych:**

- a) trening rozwiązywania problemów w trudnych sytuacjach międzyludzkich,
- b) trening w zakresie komunikacji społecznej,
- c) trening załatwiania spraw urzędowych.

**2. Trening samodzielności:**

- a) trening umiejętności spędzania czasu wolnego,
- b) trening w zakresie wyglądu zewnętrznego i higieny osobistej,
- c) trening kulinarny,
- d) trening budżetowy,
- e) trening techniczny,
- f) trening umiejętności praktycznych,
- g) trening farmakologiczny.

**3. Terapia zajęciowa:**

Prowadzona w następujących pracowniach:

- a) kulinarnej,

- b) plastyczno – technicznej,
- c) komputerowej,
- d) zaradności życiowej,
- e) polisensorycznej,
- f) rehabilitacyjnej.

Głównym zadaniem terapii zajęciowej jest usprawnianie psychiczne i fizyczne.

Usprawnianie psychiczne ma na celu przywrócenie danej osobie równowagi psychicznej, zdolności nawiązywania kontaktów oraz umiejętności współżycia z innymi ludźmi i dostosowania się do środowiska, w którym obecnie żyje. Usprawnianie fizyczne natomiast polega na odpowiednim doborze zajęć terapeutycznych, aby umożliwić zachowanie sprawności fizycznej, pozwalającej przynajmniej na samodzielne wykonywanie prostych czynności lub przywrócenie utraconej sprawności.

Terapia zajęciowa pozwala poznać się z różnorodnymi technikami pracy i daje namiastkę pracy zawodowej, ponadto pozwala podtrzymywać i rozwijać własne zainteresowania i uzdolnienia.

#### 4. Poradnictwo psychologiczne:

- a) grupowe,
- b) indywidualne.

Poradnictwo psychologiczne grupowe polega na pracy nad tematami dotyczącymi grupy zainteresowań w ten sposób, że uczestnicy znajdują bardziej efektywne sposoby funkcjonowania.

Poradnictwo psychologiczne indywidualne polega na poszukiwaniu rozwiązań osobistych problemów zgłaszanych przez uczestników.

#### **Możliwości realizacyjne poszczególnych form działania**

Placówka dysponuje odpowiednio wyposażonymi pomieszczeniami do realizacji zadań programowych. Pracownie wyposażone są w odpowiedni sprzęt, umożliwiający realizację programu działalności Domu.

#### **Metody, sposoby i kryteria oceny postępów uczestników w Domu typu A B C**

Podstawową metodą oceny postępów uczestników w ŚDS będzie ocena zespołu wspierająco – aktywizującego.

Wszystkie działania prowadzone wobec uczestników domu środowiskowego prowadzone będą w oparciu o Indywidualny Plan wspierająco - aktywizujący, sporządzany dla każdego uczestnika. Zaplanowane działania będą konsultowane w zespole wspierająco - aktywizującym i poddawane weryfikacji, w miarę możliwości będą także konsultowane z rodziną uczestnika.

Zespół wspierająco-aktywizujący raz na pół roku będzie dokonywać oceny postępów w zakresie umiejętności życia codziennego, funkcjonowania społecznego i interpersonalnego oraz spędzania czasu wolnego każdego uczestnika. Ocena zapisywana będzie w Karcie Okresowej Oceny Wyników Postępowania Wspierająco – Aktywizującego i przedstawiana będzie rodzinie uczestnika. Na podstawie zebranych ocen z każdego półrocza zespół będzie posiadać niezbędne informacje,

służące ewentualnej weryfikacji i aktualizacji do Indywidualnego Planu Wspierająco – Aktywizującego dla każdego Uczestnika.

### **Przyjęte kierunki dalszego rozwoju**

Aby jakość świadczonych usług wobec Uczestników była jak najwyższa, Dom będzie prowadzić następujące działania:

1. uzupełni zasoby odpowiednio wykwalifikowanej kadry,
2. będzie organizować systematyczne szkolenia dla pracowników,
3. będzie organizować nowe formy terapii i wsparcia,
4. będzie dążyć do odbudowania właściwych relacji uczestnika z najbliższymi,
5. będzie dokonywać systematycznej oceny postępów uczestników,
6. będzie angażować do współpracy społeczność lokalną.

### **Informacja o przedsięwzięciach dodatkowych towarzyszących działalności Domu, prowadzonych w ramach współpracy Domu z innymi podmiotami.**

Środowiskowy Dom Samopomocy w Kłęczewie współpracować będzie z wieloma podmiotami, które mogą służyć pomocą uczestnikom ŚDS. Do najważniejszych należą:

1. Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Świdwinie.
2. Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Świdwinie – dofinansowanie do zaopatrzenia ortopedycznego dla uczestników, turnusów rehabilitacyjnych.
3. Placówki Opieki Zdrowotnej – stałe świadczenia medyczne w poradni ogólnej, poradniach specjalistycznych.
4. Świetlica wiejska w Kłęczewie.
5. Środowiskowe Domy Samopomocy z terenu Powiatu Świdwińskiego oraz z terenu województwa Zachodniopomorskiego.
6. Stacja Sanitarno - Epidemiologiczna w Świdwinie - spotkania w ramach programów profilaktycznych.
7. Kościoły i związki wyznaniowe – organizacja obchodów świąt i imprez okolicznościowych.
8. Powiatowy Zespół do Spraw Orzekania o Stopniu Niepełnosprawności w Świdwinie – stała współpraca w zakresie orzekania o stopniu niepełnosprawności dla uczestników ŚDS posiadających orzeczenia czasowe o stopniu niepełnosprawności.
9. Organizacje pozarządowe - współpraca integracyjna, organizacja imprez okolicznościowych, możliwość prezentacji osiągnięć.

**WÓJT**

*mgr Kazimierz Lechocki*

## PLAN PRACY DOMU TYPU A,B,C na 2015 ROK ŚRODOWISKOWY DOM SAMOPOMOCY w KLĘPCZEWIE

Środowiskowy Dom Samopomocy „Razem Łatwiej” w Kłępczewie w 2015 roku będzie realizował zadania wynikające z zapisów ustawy o pomocy społecznej oraz rozporządzenia w sprawie środowiskowych domów samopomocy, polegające na świadczeniu usług i udzielaniu wsparcia w celu zwiększenia zaradności i samodzielności życiowej, a także integracji społecznej osób przewlekłe psychicznie chorych, upośledzonych umysłowo oraz osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych.

ŚDS „Razem Łatwiej” w Kłępczewie rozpoczął swoją działalność w grudniu 2013 roku dla 15 uczestników. Od grudnia 2014 roku uruchomionych zostało kolejnych 15 miejsc i sukcesywnie dołączają do obecnej grupy Domowników nowe osoby, w związku z tym w 2015 roku w ramach pracy z uczestnikami będzie kontynuowany plan pracy mający na celu integrację nowo przyjętych osób z zadomowionymi już Uczestnikami, utrwalanie posiadanej wiedzy i umiejętności, korygowanie nieprawidłowych postaw i zachowań.

### CELE SZCZEGÓŁOWE:

- kształtowanie umiejętności społecznych i umiejętności z zakresu samoobsługi
- wsparcie w zakresie zapewnienia uczestnikom opieki zdrowotnej
- aktywizowanie w zakresie samorozwoju i spędzania wolnego czasu
- integrowanie uczestników domu z ich środowiskiem lokalnym

| Wsparcie w obszarze           | Sposób realizacji                                                                                                     | Termin       | Cel zajęć                                                                                                                                                                                                                                                                 | Odpowiedzialni  |
|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| <b>UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNE</b> |                                                                                                                       |              |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                 |
| Pomoc psychologiczna          | Konsultacje indywidualne<br>Warsztaty grupowe                                                                         | Praca ciągła | -Wskaazywanie możliwości poznawczych, rozwojowych uczestników oraz ich potrzeb, a także form aktywności odpowiadającej zainteresowaniom, umiejętnościom, zdolnościom uczestnika,<br>- Kształtowanie i rozwijanie umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów | Psycholog       |
| Komunikacja Interpersonalna   | Rozmowy, scenki sytuacyjne na temat:<br>- nawiązywania kontaktów społecznych,<br>- inicjowania rozmowy z drugą osobą, | Praca ciągła | Nabywanie i doskonalenie umiejętności:<br>- nawiązywania kontaktów i podtrzymania rozmowy,<br>- aktywnego słuchania,<br>- asertywności,                                                                                                                                   | Pracownicy Domu |

|  |                                                                                                                                                                                                                                           |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                 |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- używania form grzecznościowych.</li> </ul>                                                                                                                                                       |                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- empatii,</li> <li>- wiary we własne możliwości,</li> <li>- budowania poczucia własnej wartości,</li> <li>- uczenie się: odpowiedzialności, zasad współpracy i partnerstwa, rozwiązywania problemów i konfliktów grupowych</li> <li>- kształtowanie poczucia samodzielności,</li> <li>- tworzenia atmosfery wzajemnej akceptacji,</li> <li>- uświadomienie powszechnych obowiązujących form grzecznościowych oraz stosownego zachowania w miejscach publicznych;</li> </ul> |                 |
|  | <p>Ludoterapia – terapia zabawą</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-konkursy,</li> <li>- zabawy:karnawałowe, andrzejkowe, urodzinowe</li> <li>- gry dydaktyczne</li> <li>- imprezy lokalne</li> </ul>                             | Praca ciągła                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Usprawnienie fizyczne, psychiczne</li> <li>- Rozładowanie napięć wewnętrznych</li> <li>- Współdziałanie w grupie</li> <li>- Poznanie swoich możliwości</li> <li>- Określenie swoich możliwości</li> <li>- Obrona własnych interesów</li> <li>-Wzajemne wspieranie emocjonalne</li> <li>- Uczestniczenie w życiu społecznym w zakresie określonym przez normy prawne i obyczajowe</li> <li>- Kształtowanie samodzielności i zasad współżycia w środowisku</li> </ul>        | Pracownicy Domu |
|  | <p>Filmoterapia</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- prezentacje filmów;</li> <li>- dyskusja po projekcji;</li> <li>- dzielenie się refleksjami</li> </ul>                                                                        | 1 raz w miesiącu               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Respektowanie zasad podczas dyskusji</li> <li>- Nauka wzajemnego słuchania i komunikowania</li> <li>- Dzielenie się emocjami wyzwalanymi w trakcie projekcji</li> <li>- Poznawanie opinii innych</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                | Pracownicy Domu |
|  | <p>Biblioterapia</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- czytanie indywidualne i grupowe książek, czasopism</li> <li>- słuchanie tekstu czytanego</li> <li>- rozmowa na temat „Co przeczytałem”- czytanie ze zrozumieniem</li> </ul> | Zależny od potrzeb uczestników | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Umiejętne korzystanie z biblioteki</li> <li>-Rozwijanie zainteresowań uczestnika</li> <li>- Nauka samodzielnego poszerzanie wiedzy na dany temat</li> <li>- Ukierunkowanie rozwoju osobowości</li> <li>-Umiejętność opowiadania tekstu</li> <li>-Walka ze stresem podczas głośnego czytania</li> </ul>                                                                                                                                                                     | Pracownicy Domu |

|                    |                                                                                                                                                                                             |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                 |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
|                    | Fotografika                                                                                                                                                                                 | Zależny od potrzeb uczestników | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Poznanie zasad fotografii</li> <li>- Rozwój twórczości fotograficznej</li> <li>- Zaznajomienie z obsługą aparatu fotograficznego</li> <li>- Inicjowanie nowych form aktywności</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                              | Pracownicy Domu |
|                    | Rozmowy telefoniczne<br>- rejestracja do lekarzy specjalistów<br>- załatwianie spraw w różnych instytucjach                                                                                 | Zależny od potrzeb uczestników | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nauka komunikacji przez telefon</li> <li>- Obrona własnych interesów</li> <li>- Dokonywanie wyborów</li> <li>- Poczucie sprawstwa</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                           | Pracownicy Domu |
|                    | Komunikacja internetowa<br>- Korzystanie ze stron internetowych, obsługa poczty elektronicznej (email)                                                                                      | Praca ciągła                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Umiejętność komunikowania się przez Internet</li> <li>- Obrona własnych interesów</li> <li>- Dokonywanie wyborów</li> <li>- Poczucie sprawstwa</li> <li>- Obsługa komputera</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                 | Pracownicy Domu |
|                    | Muzykoterapia<br>- zabawy rytmiczne, taneczne<br>- relaksacja<br>- wspólne śpiewanie<br>- nauka gry na instrumentach                                                                        | Praca ciągła                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Poznanie pieśni ludowych, współczesnych</li> <li>- Nabywanie umiejętności śpiewania na scenie przed publicznością</li> <li>- Stymulowanie kreatywności i wyobraźni</li> <li>- Przeżycie pozytywnych, przyjemnych doświadczeń</li> <li>- Poprawa koncentracji</li> <li>- Zwiększenie niezależności i autonomii</li> <li>- Redukowanie zachowań niepożądanych</li> <li>- Poprawa umiejętności komunikacyjnych</li> </ul> | Pracownicy Domu |
| Edukacja           | Nauka lub podtrzymywanie czytania na poziomie elementarnym                                                                                                                                  | Praca ciągła                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Poznanie i utrwalanie liter</li> <li>- Nabywanie umiejętności wykorzystywania swojej wiedzy do np. odpisywania się imieniem i nazwiskiem</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                    | Pracownicy Domu |
|                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nauka lub podtrzymywanie cyfr i liczb na poziomie podstawowym</li> <li>- Nauka rozróżniania nominatów banknotów i bilonu PLN (liczenie)</li> </ul> | Praca ciągła                   | Nabywanie umiejętności:<br>- dodawania i odejmowania liczb.<br>- liczenia do 100<br>- posługiwania się pieniędzmi<br>- uświadomienie wartości pieniądza                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Pracownicy Domu |
|                    | Rozmowy na temat różnych faktów i wydarzeń historycznych związanych z naszą kulturą i tradycjami                                                                                            | Praca ciągła                   | Uświadomienie korzeni polskości, naszej kultury i tradycji                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Pracownicy Domu |
| <b>SAMOObsługa</b> |                                                                                                                                                                                             |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                 |
| Ubieranie się      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- rozmowy</li> <li>- pogadanki</li> <li>- ćwiczenia indywidualne</li> </ul>                                                                          | praca ciągła                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nabywanie umiejętności dostosowywania rodzaju garderoby stosownie do pory roku</li> <li>- Uświadomienie elementów garderoby</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Pracownicy Domu |

|                              |                                                                                                                                                      |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                 |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
|                              |                                                                                                                                                      |              | - Nabywanie umiejętności samodzielnego ubierania                                                                                                                                                                                                                                                                            |                 |
| Spożywanie posiłku           | - podczas posiłku w Domu oraz na imprezach okolicznościowych<br>- rozmowy na temat zachowania się przy stole                                         | praca ciągła | - Nabycie i doskonalenie umiejętności estetycznego przygotowania i spożywania posiłków,<br>-Kulturalne zachowanie się przy stole,<br>- Poznanie przepisów kulinarnych,<br>- Nauka przygotowywania potraw,<br>- Nauka doboru artykułów spożywczych,<br>- Nauka zasad zdrowego odżywiania się,<br>- Nauka obsługi sprzętu AGD | Pracownicy Domu |
| Higiena                      | - rozmowy na temat zagadnień; mycie całego ciała, mycie rąk, dbanie o stopy, paznokcie, włosy, o higienę jamy ustnej, pranie bielizny osobistej itp. | praca ciągła | - Wyrabianie prawidłowych nawyków higienicznych<br>- Wyrabianie nawyku zmieniania bielizny oraz odzieży                                                                                                                                                                                                                     | Pracownicy Domu |
| Kształtowanie poczucia czasu | - nauka posługiwania się zegarem<br>- określanie pór roku na podstawie obserwacji zjawisk przyrodniczych                                             | praca ciągła | - uświadamianie poczucia czasu i jego upływu                                                                                                                                                                                                                                                                                | Pracownicy Domu |
|                              | - Posługiwanie się kalendarzem<br>- Zapisywanie wizyt do lekarzy specjalistów,<br>- Zapisywanie spraw do załatwienia lub ich zapamiętywanie          | Praca ciągła | -Uświadomienie tygodnia, miesiąca, roku                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Pracownicy Domu |

### ZACHOWANIA PROZDROWOTNE

|         |                                                                                                                                                                                      |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                 |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| Higiena | - Rozmowy na temat chorób „brudnych rąk” oraz chorób odzwierzęcych                                                                                                                   | Praca ciągła | Wyrabianie nawyków higienicznych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Pracownicy Domu |
|         | - Rozmowy na temat szkodliwych nałogów<br>- Prezentacje multimedialne<br>- Rozmowy na temat zdrowego odżywiania<br>- Przygotowywanie posiłków zgodnie z zasadami zdrowego odżywiania | Praca ciągła | - Dostarczanie właściwej wiedzy na temat zdrowia<br>- Nabywanie umiejętności niezbędnych dla zachowania zdrowia<br>-Poznanie korzyści stosowania prawidłowego odżywiania<br>- Rozpoznawanie podstawowych dolegliwości zdrowotnych oraz ich nazywanie i sygnalizowanie<br>-Odpowiedzialność za własne zdrowie<br>-Utrwalanie zachowań zapobiegających chorobom | Pracownicy Domu |
|         | - Rozmowy na temat potrzeb seksualnych osób z niepełnosprawnością                                                                                                                    | Praca ciągła | - Wyrabianie prawidłowych nawyków higienicznych<br>- Nabywanie prawidłowych zachowań seksualnych<br>- Nabywanie wiedzy i zrozumienia związku pomiędzy seksem a ciążą<br>- Nabywanie wiedzy i                                                                                                                                                                  | Pracownicy Domu |

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                 |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              | <p>umiejętności podczas miesiączkowania.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Świadomość społecznych obyczajów</li> <li>- Nabywanie wiedzy o aspektach życia seksualnego</li> <li>-Ryzyko niestosowania bezpiecznego seksu</li> <li>-Uświadomienie potrzeby Intymności i prywatności</li> <li>-Uświadamianie różnic między kobietą a mężczyzną; różnic ról społecznych, różnic w anatomii, fizjonomii, fizjologii.</li> </ul>                                                        |                 |
| Ubieranie się      | Rozmowy, indywidualne ćwiczenia dotyczące dobierania odzieży adekwatnej do pogody i warunków atmosferycznych                                                                                                                                                                                                          | Praca ciągła | Korzyści płynące z prawidłowego ubierania się                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Pracownicy Domu |
| Aktywność fizyczna | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ćwiczenia manualne, ogólnousprawniające, relaksacyjne, oddechowe,</li> <li>- Ćwiczenia przy muzyce z elementami choreografii, gry i zabawy sportowe,</li> <li>- Kinezylogia edukacyjna</li> <li>- Nordic walking</li> <li>- Silwoterapia - spacer po lesie, parku</li> </ul> | Praca ciągła | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nabywanie, doskonalenie i podtrzymanie ogólnej sprawności ruchowej,</li> <li>- Usprawnianie motoryczne,</li> <li>- Rozładowywanie napięć psychicznych,</li> <li>- Poprawa stanu psychofizycznego, polepszenie samopoczucia,</li> <li>- Pobudzenie aktywności, stymulowanie samodzielności;</li> <li>- Nabywanie umiejętności doboru rodzaju aktywności do panującej pory roku,</li> <li>- Nabywanie nowych form spędzania wolnego czasu</li> </ul> | Pracownicy Domu |

  
**WÓJT**  
 mgr Kazimierz Lechocki

## PLANOWANE IMPREZY I UROCZYSTOŚCI NA 2015 ROK

| TERMIN      | NAZWA<br>UROCZYSTOŚCI/IMPREZY                                                                                                      | OSOBY<br>ODPOWIEDZIALNE |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| STYCZEŃ     | - Zabawa Karnawałowa<br>- Urodziny Uczestników                                                                                     | Pracownicy Domu         |
| LUTY        | - Bal Walentynkowy<br>- Urodziny Uczestników                                                                                       | Pracownicy Domu         |
| MARZEC      | - Dzień kobiet<br>- Urodziny Uczestników                                                                                           | Pracownicy Domu         |
| KWIECIEŃ    | - Spotkanie Wielkanocne<br>- Urodziny Uczestników                                                                                  | Pracownicy Domu         |
| MAJ         | - Obchody Święta Rodziny<br>- Urodziny Uczestników                                                                                 | Pracownicy Domu         |
| CZERWIEC    | - Udział w Spartakiadzie<br>Osób Niepełnosprawnych<br>- Urodziny Uczestników                                                       | Pracownicy Domu         |
| LIPIEC      | - Turniej Sołectw o Szablę<br>Wójta - czynny udział<br>w imprezie lokalnej<br>(wystawa prac Uczestników)<br>- Urodziny Uczestników | Pracownicy Domu         |
| SIERPIEŃ    | - Pożegnanie wakacji<br>na sportowo w ŚDS<br>- Urodziny Uczestników                                                                | Pracownicy Domu         |
| WRZESIEŃ    | - Pożegnanie Lata - Piknik<br>- Urodziny Uczestników                                                                               | Pracownicy Domu         |
| PAŹDZIERNIK | - „Święto Pieczonego<br>Ziemniaka”<br>- Urodziny Uczestników                                                                       | Pracownicy Domu         |
| LISTOPAD    | - Zabawa andrzejkowa<br>- Urodziny Uczestników                                                                                     | Pracownicy Domu         |
| GRUDZIEŃ    | - Spotkanie Wigilijne<br>- Urodziny Uczestników                                                                                    | Pracownicy Domu         |