

ZARZĄDZENIE Nr ŚDS/4/2016
Wójta Gminy Świdwin
z dnia 18 stycznia 2016r.

w sprawie zatwierdzenia Planu pracy na 2016 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 2015 r., poz.1515) 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, Plan pracy typu A, B, C na 2016r. Środowiskowego Domu Samopomocy „Razem Łatwiej” w Kłęczewie – stanowiący załącznik Nr 1 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

PLAN PRACY DOMU TYPU A,B,C na 2016 ROK ŚRODOWISKOWY DOM SAMOPOMOCY w KŁĘPCZEWIE

Środowiskowy Dom Samopomocy „Razem łatwiej” w Kłępczewie w 2016 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 przewlekle psychicznie chorych, upośledzonych umysłowo oraz osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych.

W ramach pracy z uczestnikami będzie kontynuowany plan pracy mający na celu utrwalanie posiadanej wiedzy i umiejętności, korygowanie nieprawidłowych postaw i zachowań oraz integrację nowo przyjętych osób z zadomowionymi już Uczestnikami

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
UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNE				
Pomoc psychologiczna	1. Warsztaty grupowe 2. Konsultacje indywidualne dla Uczestników 3. Konsultacje indywidualne dla członków rodzin Uczestników	Praca ciągła	- Wskazywanie możliwości poznawczych, rozwojowych uczestników oraz ich potrzeb, a także form aktywności odpowiadającej zainteresowaniom, umiejętnościom, zdolnościom uczestnika, - Kształtowanie i rozwijanie umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów - Wsparcie dla rodzin i opiekunów Uczestników	Psycholog
Komunikacja Interpersonalna	Rozmowy, scenki sytuacyjne na temat: - nawiązywania kontaktów społecznych, - inicjowania rozmowy z drugą osobą, - używania form grzecznościowych.	Praca ciągła	Nabywanie i doskonalenie umiejętności: - nawiązywania kontaktów i podtrzymywania rozmowy, - aktywnego słuchania, - asertywności, - empatii, - wiary we własne możliwości, - budowania poczucia własnej wartości, - uczenie się: odpowiedzialności, zasad	Pracownicy Domu

			współpracy i partnerstwa, rozwiązywania problemów i konfliktów grupowych - kształtowanie poczucia samodzielności, - tworzenia atmosfery wzajemnej akceptacji, - uświadomienie powszechnych obowiązujących form grzecznościowych oraz stosownego zachowania w miejscach publicznych;	
Ludoterapia - terapia zabawą - konkursy, - zabawy: karnawałowe, andrzejkowe, urodzinowe - gry dydaktyczne - imprezy lokalne	Praca ciągła		- Usprawnienie fizyczne, psychiczne - Rozładowanie napięć wewnętrznych - Współdziałanie w grupie - Poznanie swoich możliwości - Określenie swoich możliwości - Obrona własnych interesów - Wzajemne wspieranie emocjonalne - Uczestniczenie w życiu społecznym w zakresie określonym przez normy prawne i obyczajowe - Kształtowanie samodzielności i zasad współżycia w środowisku	Pracownicy Domu
Filmoterapia: - prezentacje filmów; - dyskusja po projekcji; - dzielenie się refleksjami	1 raz w miesiącu		- Respektowanie zasad podczas dyskusji - Nauka wzajemnego słuchania i komunikowania - Dzielenie się emocjami wyzwalanymi w trakcie projekcji - Poznawanie opinii innych	Pracownicy Domu
Biblioterapia: - czytanie indywidualne książek, czasopism, - słuchanie tekstu czytanego, - rozmowa na temat „Co przeczytałem”- czytanie ze zrozumieniem	Zależny od potrzeb uczestników		- Umiejętne korzystanie z biblioteki - Rozwijanie zainteresowań uczestnika - Nauka samodzielnego poszerzanie wiedzy na dany temat - Ukierunkowanie rozwoju osobowości - Umiejętność opowiadania tekstu - Walka ze stresem podczas głośnego czytania	Pracownicy Domu
Fotografika: - wykonywanie zdjęć przez Uczestników	Zależny od potrzeb uczestników		- Poznawanie zasad fotografii - Rozwój twórczości fotograficznej - Zaznajomienie z obsługą aparatu fotograficznego - Inicjowanie nowych form aktywności	Pracownicy Domu
Rozmowy telefoniczne: - rejestracja do lekarzy specjalistów	Zależny od potrzeb uczestników		- Nauka komunikacji przez telefon - Obrona własnych	Pracownicy Domu

	- załatwianie spraw w różnych instytucjach		interesów - Dokonywanie wyborów - Poczucie sprawstwa	
	Komunikacja internetowa: - korzystanie ze stron internetowych, - obsługa poczty elektronicznej e-mail	Praca ciągła	-Umiejętność komunikowania się przez Internet -Obrona własnych interesów -Dokonywanie wyborów - Poczucie sprawstwa - Obsługa komputera	Pracownicy Domu
	Muzykoterapia: - zabawy rytmiczne, taneczne, - wspólne śpiewanie, - nauka gry na instrumentach - relaksacja.	Praca ciągła	- Poznanie pieśni ludowych, współczesnych -Nabywanie umiejętności śpiewania na scenie przed publicznością - Stymulowanie kreatywności i wyobraźni -Przeżycie pozytywnych, przyjemnych doświadczeń - Poprawa koncentracji - Zwiększenie niezależności i autonomii - Redukowanie zachowań niepożądanych - Poprawa umiejętności komunikacyjnych	Pracownicy Domu
Edukacja	1. Nauka czytania na poziomie elementarnym. 2. Podtrzymywanie czytania na poziomie elementarnym.	Praca ciągła	- Poznanie i utrwalanie liter - Nabywanie umiejętności wykorzystywania swojej wiedzy do np. podpisywania się imieniem i nazwiskiem	Pracownicy Domu
	1. Nauka cyfr i liczb na poziomie podstawowym. 2. Utrwalanie cyfr i liczb na poziomie podstawowym. 3. Nauka rozróżniania nominałów banknotów i bilonu PLN (liczenie).	Praca ciągła	Nabywanie umiejętności: - dodawania i odejmowania liczb. - liczenia do 100 - posługiwania się pieniędzmi - 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
SAMOOBSŁUGA				
Ubieranie się	- rozmowy - pogadanki - ćwiczenia indywidualne	praca ciągła	- Nabywanie umiejętności dostosowywania rodzaju garderoby stosownie do pory roku - Uświadomienie elementów garderoby - Nabywanie umiejętności samodzielnego ubierania	Pracownicy Domu
Przygotowanie i spożywanie posiłku	- treningi kulinarne - spożywanie posiłków w Domu oraz na imprezach okolicznościowych - rozmowy na temat zachowania się przy stole	praca ciągła	- Nabycie i doskonalenie umiejętności estetycznego przygotowania i spożywania posiłków, -Kulturalne zachowanie się przy stole, - Poznanie przepisów kulinarnych, - Nauka przygotowywania	Pracownicy Domu

			potraw, - Nauka doboru artykułów spożywczych, - Nauka zasad zdrowego odżywiania się, - Nauka obsługi sprzętu AGD	
Higiena	Rozmowy i prezentacje na temat zagadnień: - mycie całego ciała, - mycie rąk, - dbanie o stopy, paznokcie, włosy, - higiena jamy ustnej, - pranie bielizny osobistej itp.	praca ciągła	- Wyrabianie prawidłowych nawyków higienicznych - Wyrabianie nawyku zmieniania bielizny oraz odzieży	Pracownicy Domu
Kształtowanie poczucia czasu	- nauka posługiwania się zegarem - określanie pór roku na podstawie obserwacji zjawisk przyrodniczych	praca ciągła	- uświadamianie poczucia czasu i jego upływu	Pracownicy Domu
	- Posługiwanie się kalendarzem, - Zapisywanie wizyt do lekarzy specjalistów, - 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 - Prezentacje multimedialne - Rozmowy na temat zdrowego odżywiania - Przygotowywanie posiłków zgodnie z zasadami zdrowego odżywiania	Praca ciągła	- Dostarczanie właściwej wiedzy na temat zdrowia - Nabywanie umiejętności niezbędnych dla zachowania zdrowia -Poznanie korzyści stosowania prawidłowego odżywiania - Rozpoznawanie podstawowych dolegliwości zdrowotnych oraz ich nazywanie i sygnalizowanie -Odpowiedzialność za własne zdrowie -Utrwalanie zachowań zapobiegających chorobom	Pracownicy Domu
	- Rozmowy na temat potrzeb seksualnych osób z niepełnosprawnością	Praca ciągła	- Wyrabianie prawidłowych nawyków higienicznych - Nabywanie prawidłowych zachowań seksualnych - Nabywanie wiedzy i zrozumienia związku pomiędzy seksem a ciążą - Nabywanie wiedzy i umiejętności podczas miesiączkowania. -Świadomość społecznych obyczajów - Nabywanie wiedzy o aspektach życia seksualnego -Ryzyko niestosowania	Pracownicy Domu

			bezpiecznego seksu -Uświadomienie potrzeby Intymności i prywatności -Uświadamianie różnic między kobietą a mężczyzną; różnic ról społecznych, różnic w anatomii, fizjonomii, fizjologii.	
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	- Ćwiczenia manualne, ogólnousprawniające, relaksacyjne, oddechowe, - Ćwiczenia przy muzyce z elementami choreografii, gry i zabawy sportowe, - Kinezylogia edukacyjna - Nordic walking - Siłwoterapia - spacer po lesie, parku	Praca ciągła	- Nabywanie, doskonalenie i podtrzymanie ogólnej sprawności ruchowej, - Usprawnianie motoryczne, - Rozładowywanie napięć psychicznych, - Poprawa stanu psychofizycznego, polepszenie samopoczucia, - Pobudzenie aktywności, stymulowanie samodzielności; - Nabywanie umiejętności doboru rodzaju aktywności do panującej pory roku, - Nabywanie nowych form spędzania wolnego czasu	Pracownicy Domu

PLANOWANE IMPREZY I UROCZYSTOŚCI NA 2016 ROK

TERMIN	NAZWA UROCZYSTOŚCI/IMPREZY	OSOBY ODPOWIEDZIALNE
STYCZEŃ	- Zabawa Karnawałowa - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
LUTY	- Tłusty Czwartek - Bał Walentynkowy - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
MARZEC	- Dzień Kobiet i Mężczyzn - Spotkanie Wielkanocne z Rodzinami Uczestników i zaproszonymi gośćmi - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
KWIECIEŃ	- Międzypowiatowy Turniej Gier Towarzyskich - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
MAJ	- Obchody Święta Rodziny - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
CZERWIEC	- Udział w Spartakiadzie Osób Niepełnosprawnych - Biwak - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
LIPIEC	- Powitanie wakacji na sportowo w ŚDS - Spotkanie z członkami Rodzin Uczestników - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
SIERPIEŃ	- Turniej Sołectw o Szablę Wójta - czynny udział w imprezie lokalnej (prezentacje artystyczne i wystawa prac Uczestników) - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu

WRZESIEŃ	- „Święto Pieczonego Ziemniaka” - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
PAŹDZIERNIK	- Dzień Seniora - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
LISTOPAD	- Udział w Gali Twórczości Osób Niepełnosprawnych - Zabawa andrzejkowa - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
GRUDZIEŃ	- II Wystawa Prac Plastycznych i Rękodzieła Uczestników ŚDS z Powiatu Świdwińskiego - Spotkanie Wigilijne z Rodzinami Uczestników i zaproszonymi gośćmi - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Kłępczewie
Opracował: 18.12.2015r. (data i podpis kierownika SDS)
mgr Sylwia Zmuda-Kowalczyk

Uzgodniono: 08.01.2016r. (data i podpis z up. Wojewody Zachodniopomorskiego)
mgr Piotr Domagalski
z up. WOJEWODY ZACHODNIOPOMORSKIEGO
DIREKTOR Wydziału Opieki Społecznej

WÓJT
Zatwierdzam: mgr Kazimierz Lechocki (data i podpis jednostki prowadzącej lub zlecającej
Prezydenta/Burmistrza/Wójta/Starosty)