

ZARZĄDZENIE Nr ŚDS/112/2019
Wójta Gminy Świdwin
z dnia 23 grudnia 2019r.

w sprawie zatwierdzenia Planu pracy na 2020 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 2019 r., poz.506 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 z późn.zm.) zarządza się, co następuje:

§ 1

Zatwierdzam, w uzgodnieniu z Wojewodą Zachodniopomorskim, Plan pracy typu A, B, C na 2020 r. Środowiskowego Domu Samopomocy „Razem Łatwiej” w Kłęczewie – stanowiący załącznik 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

ROCZNY PLAN PRACY NA 2020 r.

Środowiskowy Dom Samopomocy „Razem Łatwiej” w Kłępczewie jest placówką wsparcia dziennego pobytu typu ABC i zapewnia wsparcie społeczne osobom przewlekłe psychicznie chorym (typ A), osobom upośledzonym umysłowo (typ B) i osobom wykazującym inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych (typ C). Głównym celem działania Domu jest stałe kształcenie i doskonalenie funkcjonowania osób, przy jednoczesnym umożliwieniu im pozostawania w środowisku zamieszkania. Realizacja przyjętych założeń programowych odbywa się poprzez prowadzenie różnorodnych form aktywizacji psychofizycznej, polegającej na świadczeniu usług i udzielaniu wsparcia w celu zwiększenia zaradności i samodzielności życiowej, a także integracji społecznej mieszkańców Gminy Świdwin. W ramach poszczególnych treningów oraz imprez kulturalno-rozrywkowych, Plan pracy Domu w 2020 roku będzie również obejmować cykl zajęć poświęconych poznaniu kaszubskiej kultury, tradycji i zwyczajów żywieniowych, stylu życia i sposobów spędzania wolnego czasu.

RODZAJ ZAJĘĆ	METODY	FORMY	TERMIN REALIZACJI TRENINGU	REALIZATORZY ZAJĘĆ
TRENING FUNKCJONOWANIA W CODZIENNYM ŻYCIU - TFwCŻ				
Trening dbałości o wygląd zewnętrzny				
1. Kształtowanie i doskonalenie potrzeby dbania o wygląd zewnętrzny 2. Nauka prawidłowego ubierania się: - dobór kolorystyki - stosowny do pór roku - adekwatnie do okoliczności 3. Kontynuowanie i udoskonalanie nawyku: - mycia ciała, higienę jamy ustnej, pielęgnacji włosów, dłoni, paznokci - stosowanie czynności pielęgnacyjnych (golenie się, strzyżenie włosów) - zastosowanie przyborów toaletowych i kosmetyków	W ramach ergoterapii: - terapia pracą - pogadanki indywidualne i grupowe, prezentacja, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności, trening praktyczny	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Instruktorzy terapii - Opiekun - Kierownik

- doboru środków piorących - edukacja na temat konieczności codziennej zmiany bielizny osobistej - dbanie o czystość odzieży i obuwia itd.				
Trening nauki higieny				
1. Higiena rąk przed i po posiłku 2. Samodzielne korzystanie z prysznica 3. Higiena jamy ustnej 4. Toaleta całego ciała 5. Pielęgnacja włosów, dłoni, paznokci	W ramach ergoterapii: - terapia pracą - pogadanki indywidualne i grupowe, prezentacja, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności, trening praktyczny	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Instruktorzy terapii - Opiekun - Kierownik
Trening kulinarny				
1. Kształtowanie i utrwalanie umiejętności w zakresie samodzielnego planowania i przygotowywania prostych posiłków z wykorzystaniem wiedzy o zasadach racjonalnego odżywiania się 2. Kultywowanie tradycji świątecznych poprzez przygotowanie śniadania wielkanocnego i wieczerzy wigilijnej (przygotowanie potraw, pieczenie ciast) 3. Utrwalanie umiejętności samodzielnego jedzenia lub z pomocą opiekuna 4. Kształtowanie i utrwalanie nawyków prawidłowego posługiwania się sztucami 5. Kształtowanie i utrwalanie nawyków odpowiedniego zachowania się przy stole 6. Poznawanie przepisów kulinarnych 7. Dobór odpowiednich artykułów spożywczych w celu przygotowania prostych potraw i stosowanie wyuczonych	W ramach ergoterapii: - terapia pracą - pogadanki indywidualne i grupowe, prezentacja, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności, trening praktyczny	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Instruktorzy terapii - Opiekun - Kierownik

czynności w życiu codziennym 8. Nakrywanie do stołu 9. Wypracowywanie poczucia obowiązku, dokładności i systematyczności poprzez zmywanie naczyń bezpośrednio po posiłku 10. Nauka i utrwalanie umiejętności samodzielnej obsługi sprzętu gospodarstwa domowego (kuchnia elektryczna, kuchnia mikrofalowa, zmywarka, urządzenia AGD itp.). 11. Poznanie tradycji i zwyczajów żywieniowych oraz kuchni kaszubskiej				
Trening umiejętności praktycznych				
1. Obsługa sprzętu AGD: pralki, żelazka, odkurzacza 2. Dokonywanie zakupów, porównywanie cen 3. Korzystanie z urzędów użyteczności publicznej 4. Dbanie o odzież, naprawa i przeróbki 5. Nauka dbania o obuwie 6. Przyszywanie guzików 7. Umiejętność posługiwania się zegarem 8. Pielęgnacja kwiatów i roślin 9. Doskonalenie podpisywania się na liście obecności 10. Prace porządkowe.	W ramach ergoterapii: - terapia pracą - pogadanki indywidualne i grupowe, prezentacja, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności, trening praktyczny	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Instruktorzy terapii - Opiekun - Kierownik
Trening budżetowy				
1. Rozpoznawanie nominałów 2. Poznanie wartości pieniądza – co mogę za to kupić 3. Planowanie i robienie zakupów 4. Nauka korzystania ze sklepu samoobsługowego wielobranżowego,	W ramach ergoterapii: - terapia pracą - pogadanki indywidualne i grupowe, prezentacja, instruktaż słowny, demonstrowanie	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Instruktorzy terapii - Opiekun - Kierownik

mięsnego 5. Poznawanie aktualnych cen niezbędnych produktów 6. Tworzenie własnego budżetu 7. Nauka systematycznego regulowania zobowiązań (czynsz, energia) 8. Zasady oszczędzania 9. Zakładanie konta 10. Bankomat jak z niego korzystać	czynności, trening praktyczny.			
Terapia zajęciowa				
Pracownia plastyczna i rękodzieła: - Dziewiarstwo: szydełkowanie, robienie na drutach, Upcycling - dywaniki z „odzysku” - Krawiectwo: reperowanie ubrań, szycie rzeczy użytkowych i dekoracyjnych: „przytulaśne” poduszki, stroje do spektakli - Hafciarstwo: haft kaszubski - serwetki, obrazy, chusteczki - Tkactwo – „łapacze snów”	- terapia poprzez zajęcia manualne: pogadanki indywidualne i grupowe, prezentacja, instruktaż słowny, praca z książką demonstrowanie czynności, trening praktyczny, praktyczne działanie	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Instruktorzy terapii - Opiekun - Kierownik
Pracownia techniczna: 1. Zdobywanie/doskonalenie umiejętności posługiwanie się podstawowymi narzędziami z zachowaniem zasad bezpieczeństwa 2. Nauka i utrwalenie drobnych prac naprawczych. 3. Stolarstwo: renowacja sprzętów, prace w drewnie np. płaskorzeźby, rzeźby, domki, pudełka, ramy do obrazów, podobrazia (również z listewek, patyków)	- terapia poprzez zajęcia manualne: pogadanki indywidualne i grupowe, prezentacja, instruktaż słowny, praca z książką demonstrowanie czynności, trening praktyczny, praktyczne działanie	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Opiekun pracowni
Pracownia ogrodnicza:	- terapia poprzez zajęcia manualne: pogadanki	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Instruktorzy terapii

- Ogrodnictwo: prace ogrodnicze i porządkowe np. sadzenie, kopanie, sianie; pielęgnowanie roślin doniczkowych	indywidualne i grupowe, prezentacja, instruktaż słowny, praca z książką demonstrowanie czynności, trening praktyczny, praktyczne działanie			- Opiekun - Kierownik
TRENING UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNYCH I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW – TUIiRP				
Kształtowanie, utrwalanie i doskonalenie: 1. Umiejętności nawiązywania i podtrzymywania kontaktów 2. Podtrzymywania rozmowy i aktywnego słuchania 3. Współpracy, asertywności, odpowiedzialności, zasad partnerstwa, 4. Rozwiązywania problemów, właściwej komunikacji interpersonalnej 5. Stosowania form grzecznościowych adekwatnych do sytuacji 6. Poszanowania godności osobistej innych 7. Udzielania informacji zwrotnych z poszanowaniem drugiej osoby 8. Rozwiązywania konfliktów w sposób społecznie akceptowalny 9. Stosownego zachowania w miejscach publicznych, w czasie codziennych zajęć w Domu i podczas wyjazdów kulturalno - rekreacyjnych, zgodnie z przyjętymi zasadami 10. Kształtowania samodzielności i zasad	W ramach socjoterapii: - mini-wykład - pogadanka - gry integracyjne - praca w podgrupach - projekty i zadania realizowane zespołowo - burza mózgów W ramach psychoterapii: - warsztaty psychologiczne - prezentacja - mini-wykład - gry integracyjne - gra symulacyjna - praca w podgrupach - projekty i zadania realizowane indywidualnie i zespołowo - burza mózgów	- indywidualna - grupowa	styczeń –grudzień (w toku codziennych zajęć)	- Psycholog - Terapeuta - Instruktorzy terapii - Opiekun - Kierownik

współzycia w środowisku 11. Relaksacja polisensoryczna				
Terapia skoncentrowana na rozwiązaniach: 1. Koncentracja na pozytywach 2. Nastawienie na przyszłość przy wykorzystywaniu teraźniejszości 3. Wydobywanie i tworzenie zasobów	Słowne (rozmowa, pogadanka) Praktyczne działanie Projekty i zadania realizowane indywidualnie	- indywidualna	styczeń -grudzień	- Kierownik
TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO - TUSCW				
Pracownia plastyczna i rękodzieła: rozwijanie zainteresowań plastycznych: 1. Rysowanie ołówkiem, kredkami ołówkowymi, świecowymi, pastelami, kredą, węglem 2. Malowanie: farbami, woskiem - batik 3. Sztuki użytkowe: zaproszenia, ulotki reklamowe; kaszubskie lampiony, ozdoby z butelek PET, łapacze snów – upcykling , 4. Zdobnictwo i dekoratorstwo: zdobienie różnych przedmiotów metalowych, drewnianych, szklanych, papierowych – embossing, scrapbooking 5. Ikebana – układanie kompozycji z suszonych i żywych kwiatów, roślin, owoców oraz darów natury, np. kory drzewa, szyszek, mchu, piór, muszli, drewna, itp., kompozycje w wazonie, w ramach obrazów, koszykach 6. Dekoracje - okolicznościowe, świąteczne,	W ramach arteterapii: - terapia sztuką, - kontakt bierny lub czynny ze sztuką i kulturą - terapia poprzez zajęcia manualne: słowne (rozmowa, pogadanka, instruktaż), oglądowe (pokaz, wystawy, itp.), swobodnej ekspresji, zadań inspirujących, odtwórcza, aktywizująca, eksponująca (film, itp.), ćwiczeń utrwalających	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Instruktorzy terapii - Opiekun - Kierownik

np. stroiki bożonarodzeniowe, wielkanocne, wycinane ozdoby z papieru z okazji świąt i uroczystości, dekoracyjne przedmioty użytkowe				
Pracownia techniczna: 1. Umożliwienie zaspokajania potrzeby samorealizacji poprzez wykonywanie prostych prac stolarskich: dekoracje sceniczne na okazjonalne imprezy, świąteczne ozdoby, drobne przedmioty użytkowe - postarzanie itp.) 2. Zdobywanie/doskonalenie umiejętności posługiwania się podstawowymi narzędziami z zachowaniem zasad bezpieczeństwa 3. Naukę i utrwalenie drobnych prac naprawczych	- terapia poprzez zajęcia manualne: słowne (rozmowa, pogadanka, instruktaż), oglądowe (pokaz, wystawy, itp.), swobodnej ekspresji, zadań inspirujących, odtwórcza, aktywizująca, eksponująca (film, itp.), ćwiczeń utrwalających	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Opiekun
Pracownia multimedialna: - rozwijanie zainteresowania literaturą, audycjami telewizyjnymi, filmem, teatrem, muzyką: 1. Muzykoterapia czynna: muzykowanie (instrumenty klawiszowe, gitara i inne), nauka śpiewania nowych piosenek, śpiewanie utworów znanych i lubianych, popularnych, ludowych czy biesiadnych, konkursy karaoke 2. Biblioterapia – słuchanie czytanych tekstów, samodzielne czytanie, wspólne czytanie z podziałem na role i rozmowa po przeczytaniu	W ramach arteterapii: - terapia sztuką, - kontakt bierny lub czynny ze sztuką i kulturą	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Instruktorzy terapii - Opiekun - Kierownik

3. Filmoterapia - udział w seansach filmowych w kinie i dyskusja po projekcji filmu				
4. Teatrotterapia - oglądanie spektakli teatralnych i kabaretowych, odgrywanie scenek pantomimicznych				
Zajęcia komputerowe - rozwijanie zainteresowania Internetem, korzystanie z wyszukiwarek internetowych, czytanie wiadomości z kraju, ze świata, słuchanie muzyki, czytanie e-booków	słowne (rozmowa, pogadanka, instruktaż), oglądowe (pokaz, wystawy, itp.), swobodnej ekspresji, zadań inspirujących, odtwórcza, aktywizująca, eksponująca (film, itp.), ćwiczeń utrwalających.	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Instruktorzy terapii - Opiekun - Kierownik
Pracownia terapii ruchowej: - Rehabilitacja ruchowa - Choreoterapia – taniec, imprezy taneczne - Fitness z elementami aerobiku - Bilard, tenis stołowy	W ramach socjoterapii: - rekreacja - ludoterapia	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Rehabilitant - Instruktor tańca - Terapeuta - Instruktorzy terapii - Opiekun - Kierownik
Życie towarzyskie: 1. Udział w spotkaniach towarzyskich, kulturalnych, 2. Organizacja spotkań i imprez okolicznościowych	W ramach socjoterapii: - rekreacja - ludoterapia	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Instruktorzy terapii - Opiekun - Kierownik
Imprezy turystyczno - rekreacyjne: Zwiedzanie – obserwowanie czynności wykonywanych przez inne osoby, np. występów artystycznych, zawodów sportowych lub rezultatów ich pracy, np. oglądanie wystaw	W ramach socjoterapii: - rekreacja - ludoterapia	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Instruktorzy terapii - Opiekun - Kierownik

Zabawy i gry towarzyskie: Zabawy manipulacyjne Zabawy tematyczne Zabawy konstrukcyjne Zabawy rytmiczno - ruchowe Zabawy i gry dydaktyczne	W ramach socjoterapii: - rekreacja - ludoterapia	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Instruktorzy terapii - Opiekun - Kierownik
PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE - PP				
1. Cykliczna praca z grupą w oparciu o proces 2. Warsztaty psychologiczne: a) Trening myślenia ukierunkowanego na cel - czym są cele, rodzaje celów - cechy dobrze sformułowanego celu umożliwiające jego realizację - co to jest myślenie ukierunkowane na cel b) Treningi asertywności c) Trening rozwiązywania konfliktów d) Trening umiejętności radzenia sobie ze złością e) Trening odreagowania napięć emocjonalnych f) Warsztaty komunikacji interpersonalnej g) Nauka nowych umiejętności społecznie aprobowanych h) Wspomaganie funkcjonowania społecznego	- prezentacja - mini-wykład - gry integracyjne - gra symulacyjna - praca w podgrupach - projekty i zadania realizowane indywidualnie i zespołowo - burze mózgów	- grupowa	styczeń -grudzień	Psycholog
Poradnictwo psychologiczne	- konsultacje - interwencja - psychoterapia	- indywidualna	styczeń -grudzień	Psycholog
TRENING UMIEJĘTNOŚCI KOMUNIKACYJNYCH				

Trening umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem wspomagających i alternatywnych sposobów porozumiewania się, mający na celu: - podejmowanie wokalizacji; - zmniejszanie frustracji wynikającej z nierozumienia złożonych komunikatów; - zmniejszenie poczucia izolacji; - komunikowania postaw i emocji; - wspomagania komunikacji lub zastępowanie mowy u osób z: - z zaburzeniami mowy - z problemami rozumienia i mówienia - z osobami z zaburzeniami wzroku	a) system znaków graficznych (litery, sylaby, wyrazy; obrazki,; zdjęcia; PIC – piktogramy; b) system znaków manualnych (znaki manualne Makaton) c) system znaków przestrzenno-dotykowych (system symboli jednoznacznych - przedmioty, ich miniatury lub fragmenty symbolizujące dany przedmiot)	- indywidualna (w toku zajęć indywidualnych - grupowa (w toku codziennych zajęć grupowych)	styczeń –grudzień	- Terapeuta - Neurologopeda - Instruktorzy terapii - Opiekun - Kierownik
POMOC W ZAŁATWIANIU SPRAW URZĘDOWYCH - PwZSU				
Kształtowanie i utrwalanie umiejętności załatwiania samodzielnie spraw urzędowych przez uczestników poprzez: - wypełnianie dokumentów - prowadzenie rozmów telefonicznych z pracownikami urzędów i instytucji - dowóz uczestników do ww. instytucji - pomoc w pisaniu i redagowaniu pism - kompletowanie dokumentacji - pomoc w uzyskaniu różnych form pomocy w zależności od sytuacji życiowej	- wspierająco - aktywizujące, w tym: kontakt telefoniczny, kontakt osobisty, dowóz uczestników do ww. instytucji, pomoc rodzicom/ opiekunom prawnym w załatwianiu formalności	- indywidualna	styczeń –grudzień wg potrzeb	- Instruktor terapii - Kierownik

(dofinansowania do czynszu, pomocy z GOPS) - pomoc w kontakcie z instytucjami, np.: UG, ZUS, PCPR, GOPS, itp.				
POMOC W DOSTĘPIE DO NIEZBĘDNYCH ŚWIADCZEŃ ZDROWOTNYCH – PwDdNŚZ				
Terapia neurologopedyczna: - korygowanie wszelkich zakłóceń procesu porozumiewania się - usuwanie zaburzeń mowy - przywracanie mowy w przypadku jej utraty - wypracowanie odpowiedniego poziomu sprawności językowej - przyczyn i skutków pierwotnych oraz skutków wtórnych	- fonetyczne - mechaniczne	- indywidualna	styczeń –grudzień wg potrzeb	- Neurologopeda
Kształtowanie i utrwalanie umiejętności: - rejestracji do lekarza rodzinnego i do poradni specjalistycznych - monitorowanie regularnej farmakoterapii i terminów wizyt w poradniach specjalistycznych - stały kontakt telefoniczny bądź osobisty z rodzinami np. przekaz informacji o stanie zdrowia - pomoc w ponawianiu zleconych leków (recepty POZ)	- wspierająco - aktywizujące, w tym: kontakt telefoniczny, kontakt osobisty, dowóz uczestników do placówek służby zdrowia, pomoc rodzicom/ opiekunom prawnym w załatwianiu formalności	- indywidualna	styczeń –grudzień wg potrzeb	- Terapeuta - Instruktorzy terapii - Opiekun - Kierownik
NIEZBĘDNA OPIEKA - NO				
1. Monitorowanie stanu psychofizycznego uczestników podczas zajęć w ŚDS oraz w czasie wyjazdów plenerowych	- wspierająco - aktywizujące, w tym: rozmowa indywidualna,	indywidualna	styczeń –grudzień	- Opiekun grupy - Terapeuta - Instruktorzy terapii

2. Udzielanie pomocy uczestnikom ŚDS przy czynnościach związanych z utrzymaniem higieny osobistej i dbałością o wygląd zewnętrzny (samodzielne jedzenie, mycie się, załatwianie potrzeb fizjologicznych, ubieranie się, wiązanie obuwia, zapinanie guzików itp.) 3. Sprawowanie doraźnej opieki i nadzoru w celu zapewnienia bezpieczeństwa wszystkim uczestnikom zajęć 4. Zapobieganie niekontrolowanemu oddalaniu się uczestników z ŚDS 5. Stały dozór sprawowany przez pracowników 6. Sprawowanie opieki nad osobami tego wymagającymi w czasie dowozu uczestników do ŚDS i odwozu do miejsca ich zamieszkania	obserwacja, pierwsza pomoc przedmedyczna, kontakt z rodziną uczestników			- Kierownik
TERAPIA RUCHOWA – TR				
Zajęcia sportowe: - ćwiczenia ruchowe usprawniające - gry i zabawy ruchowe (połączone z elementami rytmiki i tańca) - tenis stołowy - bilard - udział w zawodach sportowych Zajęcia rekreacyjne: - silwoterapia (oddziaływanie pięknem przyrody – terapia przez spacer po lesie, nad morzem, nad jeziorem, uprawa kwiatów w ogrodzie i warzyw w ogródku warzywnym)	Terapia ruchem: - kinezyterapia - masaż leczniczy - gry ruchowe - choreoterapia	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Rehabilitant - Terapeuta - Instruktorzy terapii - Opiekun - Instruktor tańca - Kierownik

- nordic walking - zabawy taneczne - fitness z elementami aerobiku Zajęcia turystyczne - wycieczki do parku - wycieczki do lasu - wycieczki krajoznawcze				
INNE FORMY POSTĘPOWANIA PRZYGOTOWUJĄCE DO UCZESTNICTWA W WTZ LUB PODJĘCIA ZATRUDNIENIA				
Pracownia polisensoryczna: - zajęcia aktywizujące - relaksacyjne w Sali Doświadczania Świata	- ćwiczenia bierne - ćwiczenia czynne	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Kierownik - Terapeuta
1. Edukacja polonistyczna 2. Edukacja matematyczna 3. Edukacja informatyczna 4. Edukacja prozdrowotna: - cykl zajęć pn. „Dbam o zdrowie, zapobiegam chorobom” 5. Zajęcia warsztatowe	- podające - aktywizujące - eksponujące - programowane - praktyczne	- indywidualna - grupowa	styczeń - grudzień	- Kierownik - Terapeuci - Instruktorzy terapii

GODZINOWY ROZKŁAD DNIA

Godziny	TRENINGI
8.00 - 9.30	Trening umiejętności komunikacyjnych – ind. / gr. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów —TSR - ind. Trening funkcjonowania w codziennym życiu - ind./gr. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów - gr. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w WTZ lub podjęcia zatrudnienia - ind. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych - ind. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych – ind. Niezbędna opieka – ind. / gr.
9.30 - 11.30	Trening umiejętności komunikacyjnych – ind. / gr. Trening funkcjonowania w codziennym życiu - ind./ gr. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów - gr. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego - gr. Poradnictwo psychologiczne – ind./ gr. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w WTZ lub podjęcia zatrudnienia – ind. Terapia ruchowa – ind./gr. Niezbędna opieka – ind. / gr.
11.30 – 12.00	Posiłek – Trening funkcjonowania w codziennym życiu – ind./gr.
12.00 – 14.30	Trening umiejętności komunikacyjnych – ind. / gr. Trening funkcjonowania w codziennym życiu – ind./gr. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego – ind./gr. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w WTZ lub podjęcia zatrudnienia – ind./ gr. Niezbędna opieka – ind. / gr.

TYGODNIOWY PLAN PRACY

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
08.30 – 14.30 TUiIRP – gr., ind. TUK – gr., ind.	08.30 – 14.30 TUiIRP – gr., ind. TUK – gr., ind.	08.30 – 14.30 TUiIRP – gr., ind. TUK – gr., ind.	08.30 – 14.30 TUiIRP – gr., ind. TUK – gr., ind.	08.30 – 14.30 TUiIRP – gr., ind. TUK – gr., ind.
08.00 – 09.30 TUiIRP-ind. Konsultacje TSR TFwCŻ - ind. Pracownia zaradności życiowej: - trening nauki higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny - trening umiej. praktycznych ind. IFP - gr. Pracownia aktywizacji: - zajęcia edukacyjne PwDdNŚZ - ind. PwZSU – ind. TR –gr. - Fitness - Bilard, tenis stołowy	08.00 – 09.30 TUiIRP-ind. Konsultacje TSR TFwCŻ - ind. Pracownia zaradności życiowej: - trening nauki higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny IFP - gr. Pracownia aktywizacji: - zajęcia edukacyjne PwZSU – ind. PwDdNŚZ - ind.	08.00 – 09.30 TUiIRP-ind. Konsultacje TSR TFwCŻ - ind. Pracownia zaradności życiowej: - trening nauki higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny IFP - gr. Pracownia aktywizacji: - zajęcia edukacyjne PwZSU – ind. PwDdNŚZ - ind. TFwCŻ - gr. - trening porządkowy	08.00 – 10.00 TUiIRP-ind. Konsultacje TSR TFwCŻ - ind. Pracownia zaradności życiowej: - trening nauki higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny PwZSU – ind. PwDdNŚZ – ind. IFP - gr. Pracownia aktywizacji: - zajęcia edukacyjne 08.30 - 11.30 TUiIRP – gr.;PP - ind. Warsztat psychologiczny Konsultacje psychologiczne 09.00 – 10.30 IFP – ind. - Zajęcia logopedyczne	08.00 – 09.30 TUiIRP-ind. Konsultacje TSR TFwCŻ - gr. - trening gospodarowania środkami finansowymi – planowanie jadłospisu Pracownia zaradności życiowej: - trening nauki higieny IFP - gr. Pracownia aktywizacji: - zajęcia edukacyjne PwZSU – ind. PwDdNŚZ - ind. TR –gr. - Fitness - Bilard, tenis stołowy
09.30 - 11.30 TFwCŻ - gr.;TUSCW - gr. Pracownia plastyczna i rękodzieła Pracownia multimedialna - Ludoterapia TFwCŻ - ind., gr. Pracownia zaradności życiowej: - trening umiejętności praktycznych - trening gospodarowania środkami finansowymi 10.00 – 11.00 TR – gr. Pracownia terapii ruchowej: Choreoterapia	09.30 - 11.30 TFwCŻ - gr.;TUSCW - gr. Pracownia plastyczna i rękodzieła Pracownia techniczno-ogrodnicza Pracownia multimedialna - Ludoterapia TFwCŻ - ind., gr. Pracownia zaradności życiowej: - trening umiejętności praktycznych	09.30 - 11.30 TFwCŻ - gr.; TUSCW - gr. Pracownia plastyczna i rękodzieła Pracownia techniczno-ogrodnicza Pracownia multimedialna - Ludoterapia TFwCŻ - ind., gr. Pracownia zaradności życiowej: - trening umiejętności praktycznych	10.00 - 11.30 TFwCŻ - gr.;TUSCW - gr. Pracownia plastyczna i rękodzieła Pracownia techniczno-ogrodnicza Pracownia multimedialna - Ludoterapia TFwCŻ - ind., gr. Pracownia zaradności życiowej: - trening umiejętności praktycznych	09.30 - 11.30 TFwCŻ - gr.; TUSCW - gr. Pracownia plastyczna i rękodzieła Pracownia techniczno-ogrodnicza Pracownia multimedialna - Ludoterapia TFwCŻ - ind. Pracownia zaradności życiowej: - trening umiejętności praktycznych

TYGODNIOWY PLAN PRACY

09.30 - 12.30 TFwCZ - gr. Pracownia kulinarna: -trening nauki higieny -trening kulinarny	09.30 - 12.30 TFwCZ - gr. Pracownia kulinarna: -trening nauki higieny -trening kulinarny	09.30 - 12.30 TFwCZ - gr. Pracownia kulinarna: -trening nauki higieny -trening kulinarny	10.00 - 12.30 TFwCZ - gr. Pracownia kulinarna: -trening nauki higieny -trening kulinarny	09.30-12.00 TFwCZ - gr. Pracownia kulinarna: -trening nauki higieny -trening kulinarny
	10.00 – 13.00 TR – ind. Pracownia terapii ruchowej: - rehabilitacja ruchowa	10.00 – 13.00 TR – gr. Pracownia terapii ruchowej: - rehabilitacja ruchowa	10.00 – 13.00 TR – gr. Pracownia terapii ruchowej: - rehabilitacja ruchowa	
11.30 - 12.00 TFwCZ – ind. Posiłek - trening nauki higieny	11.30 - 12.00 TFwCZ – ind. Posiłek - trening nauki higieny	11.30 - 12.00 TFwCZ – ind. Posiłek - trening nauki higieny	11.30 - 12.00 TFwCZ – ind. Posiłek - trening nauki higieny	11.30 - 12.00 TFwCZ – ind. Posiłek - trening nauki higieny
12.00 - 14.30 TUK – ind. Zajęcia alternatywno-wspierające TUSCW – ind., gr. Biblioterapia IFP – ind., gr. Pracownia aktywizacji: - edukacja zdrowotna TUSCW - gr. Pracownia multimedialna: - Muzykoterapia/Teatroterapia TUFwCZ – ind./gr. Pracownia polisensoryczna: - stymulacja/relaksacja Silwoterapia/Spacer TUSCW, IFP - gr. Zajęcia hobbistyczne TFwCZ - gr. - trening porządkowy	12.00 - 14.30 TUK – ind. Zajęcia alternatywno-wspierające TUSCW – ind., gr. Biblioterapia IFP – ind., gr. Pracownia aktywizacji: - edukacja zdrowotna TUSCW, TR –gr. - Bilard, tenis stołowy TUSCW - gr. Pracownia multimedialna: - Muzykoterapia/Teatroterapia TUFwCZ – ind./gr. Pracownia polisensoryczna: - stymulacja/relaksacja Silwoterapia/Spacer TUSCW, IFP - gr. Pracownia komputerowa -zajęcia komputerowe TFwCZ - gr. - trening porządkowy	12.00 - 14.30 TUK – ind. Zajęcia alternatywno-wspierające TUSCW – ind., gr. Biblioterapia IFP – ind., gr. Pracownia aktywizacji: - edukacja zdrowotna TUSCW, TR –gr. - Bilard, tenis stołowy TUSCW - gr. Pracownia multimedialna: - Muzykoterapia/Teatroterapia TUFwCZ – ind./gr. Pracownia polisensoryczna: - stymulacja/relaksacja Silwoterapia/Spacer TUSCW, IFP - gr. -zajęcia hobbistyczne TFwCZ - gr. - trening porządkowy	12.00 - 14.30 TUK – ind. Zajęcia alternatywno-wspierające TUSCW – ind., gr. Biblioterapia IFP – ind., gr. Pracownia aktywizacji: - edukacja zdrowotna TUSCW, TR –gr. - Bilard, tenis stołowy TUSCW - gr. Pracownia multimedialna: - Muzykoterapia/Teatroterapia TUFwCZ – ind./gr. Pracownia polisensoryczna: - stymulacja/relaksacja Silwoterapia/Spacer TUSCW, IFP - gr. -zajęcia hobbistyczne TFwCZ - gr. - trening porządkowy	12.00-14.00 TULiRP - gr, - Społeczność Domu
				14.00 - 14.30 TUSCW - gr. - Pracownia polisensoryczna - gr. - stymulacja/relaksacja TUSCW – ind., gr. Biblioterapia TSCW, IFP – gr. Pracownia komputerowa -zajęcia komputerowe

TFwCZ – trening funkcjonowania w codziennym życiu TULiRP – trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów

TUK – trening umiejętności komunikacyjnych TUSCW – trening umiejętności spędzania czasu wolnego TR – terapia ruchowa PP – poradnictwo psychologiczne

PwZSU – pomoc w załatwianiu spraw urzędowych

PwDdNŚZ – pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych

IFP – inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia

MIESIĘCZNY PLAN PRACY

Lp.	Trening	Liczba godzin
1.	Trening funkcjonowania w codziennym życiu	
	- indywidualne	116
	- grupowe	110
2.	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	138
3.	Trening umiejętności komunikacyjnych	
	- indywidualne	94
	- grupowe	132
4.	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego	55
	Poradnictwo psychologiczne	
5.	- indywidualne	8
	- grupowe	4
6.	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych	26
7.	Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych	16
8.	Niezbędna opieka	176
	Terapia ruchowa	
9.	- indywidualna	36
	- grupowa	30
10.	Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia	70

KALENDARZ IMPREZ I UROCZYSTOŚCI NA 2020 r.

TERMIN	NAZWA UROCZYSTOŚCI/IMPREZY	OSOBY ODPOWIEDZIALNE
STYCZEŃ	- Integracyjny Bal Karnawałowy - Obchody Dnia Babci i Dziadka - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca” - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
LUTY	- Walentynki - Tłusty Czwartek - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca” - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
MARZEC	- Dzień Kobiet i Mężczyzn - Dzień Jedności Kaszubów - Pierwszy Dzień Wiosny - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca” - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
KWIECIEŃ	- Spotkanie Wielkanocne - Wystawa Prac Uczestników ŚDS - Święto Tańca - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca” - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
MAJ	- Międzynarodowy Dzień Godności Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną - Święto Rodziny - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca” - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
CZERWIEC	- Międzypowiatowy Turniej Gier Towarzyskich - „Noc Świętojańska” - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca” - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
LIPIEC	- Wycieczka edukacyjno-rekreacyjna - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca” - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu

SIERPIEŃ	- Święto Flagi Kaszubskiej - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca” - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
WRZESIEŃ	- Festiwal Filmowy „Integracja Ty i Ja” - Turniej Sołectw o Szablę Wójta - czynny udział w imprezie lokalnej (wystawa prac Uczestników) - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca” - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
PAŹDZIERNIK	- Święto Muzyki - Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca” - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
LISTOPAD	- Dzień Seniora - Andrzejki - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca” - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
GRUDZIEŃ	- 7. Urodziny ŚDS „Razem Łatwiej” - Mikołajki - Spotkanie Wigilijne - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca” - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu

TERMINARZ WYJĄTKOWYCH DNI w 2020 roku

Data	Wydarzenie
10 stycznia (pt)	DZIEŃ OBNIŻANIA KOSZTÓW ENERGII
03 lutego (pn)	DZIEŃ CIASTA MARCHEWKOWEGO
04 marca (śr)	DZIEŃ MISTRZA GRY
29 kwietnia (śr)	MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ TAŃCA
25 maja (pn)	ŚWIATOWY DZIEŃ HIGIENY RĄK
09 czerwca (wt)	DZIEŃ PRZYJACIELA
24 lipca (pt)	DZIEŃ POLICJANTA
09 sierpnia (nd)	DZIEŃ MIŁOŚNIKÓW KSIĄŻEK
8 września (wt)	ŚWIATOWY DZIEŃ FIZJOTERAPII
28 października (śr)	DZIEŃ ODPOCZYNKU DLA ZSZARGANYCH NERWÓW
21 listopada (so)	ŚWIATOWY DZIEŃ ŻYCZLIWOŚCI
28 grudnia (pn)	DZIEŃ GRY W KARTY

Z WÓJTA GMINY ŚWIDWIN
KIEROWNIK
Środowiskowego Działu Samopomocy
w Międzyzdrojach

Opracował:

27.11.2018
.....
(data i podpis kierownika ŚDS)

z up. WOJEWODY ZACHODNIOPOMORSKIEGO

Uzgodniono:

.....
(data i podpis z up. Wojewody Zachodniopomorskiego)
mgr Mariola Węsta
DYREKTOR
Wydziału Zdrowia i Polityki Społecznej

WÓJT

mgr Kazimierz Lechocki

Zatwierdzam:

.....
(data i podpis jednostki prowadzącej lub zlecającej
Prezydenta/Burmistrza/Wójta/Starosty)