

ZARZĄDZENIE Nr ŚDS/89/2022
Wójta Gminy Świdwin
z dnia 19 grudnia 2022 r.

w sprawie zatwierdzenia Planu pracy na 2023 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 2022 r., poz.559 z póź.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 2020 r. Poz. 249) zarządza się, co następuje:

§ 1

Zatwierdzam, w uzgodnieniu z Wojewodą Zachodniopomorskim, Plan pracy typu A, B, C na 2023 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 2023 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) oraz z niepełnosprawnością sprzężoną. 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 2023 roku będzie również obejmować cykl zajęć poświęconych poznaniu historii, kultury, tradycji i zwyczajów żywieniowych, stylu życia i sposobów spędzania wolnego czasu przez społeczność Wyspy Wolin.

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: - pielęgnacji ciała, higienę jamy ustnej, pielęgnacji włosów, dłoni, paznokci - stosowanie czynności pielęgnacyjnych (golenie się, strzyżenie włosów) - edukacja na temat konieczności codziennej zmiany bielizny osobistej - dbanie o czystość odzieży i obuwia itd. - zastosowanie przyborów toaletowych i kosmetyków i środków piorących	W ramach ergoterapii: - terapia pracą - pogadanki indywidualne i grupowe, prezentacja, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności, trening praktyczny	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik

Trening nauki higieny				
1. Zasady higieny obowiązujące w przeciwdziałaniu COVID-19 2. Higiena rąk przed i po posiłku 3. Samodzielne korzystanie z prysznica 4. Higiena jamy ustnej. 5. Toaleta całego ciała 6. 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 - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik
Trening kulinarny				
1. Kształtowanie i utrwalanie umiejętności w zakresie samodzielnego planowania i przygotowywania prostych posiłków z wykorzystaniem wiedzy o zasadach zdrowego i 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 sztućcami 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 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	W ramach ergoterapii: - terapia pracą - pogadanki indywidualne i grupowe, prezentacja, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności, trening praktyczny	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik

samodzielnej obsługi sprzętu gospodarstwa domowego (kuchnia elektryczna, kuchnia mikrofalowa, zmywarka, urządzenia AGD itp.). 11. Poznanie tradycji i zwyczajów żywieniowych oraz kuchni pomorskiej				
Trening umiejętności praktycznych				
1. Obsługa sprzętu AGD: pralki, żelazka, odkurzacza 2. Prace porządkowe 3. Pielęgnacja roślin ozdobnych 4. Dbanie o odzież, naprawa i przeróbki, przyszywanie guzików 5. Nauka dbania o obuwie 6. Umiejętność posługiwania się zegarem 7. Doskonalenie podpisywania się na liście obecności 8. Korzystanie z obiektów użyteczności publicznej 9. Dokonywanie zakupów, porównywanie cen	W ramach ergoterapii: - terapia pracą - pogadanki indywidualne i grupowe, prezentacja, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności, trening praktyczny	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik
Trening budżetowy				
1. Podstawowe informacje o bankach 2. Ile wart jest pieniądz 3. Rosnące ceny 4. Chwyty reklamowe – jak im nie ulegać 5. Co robić, aby oszczędzać energię elektryczną 6. Analizujemy swoje budżety domowe 7. Prace dorywcze 8. Miesiąc dla oszczędzanie 9. Jak dobrze wydać zaoszczędzone pieniądze 10. Kupowanie na raty – czy to się opłaca	W ramach ergoterapii: - terapia pracą - pogadanki indywidualne i grupowe, prezentacja, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności, trening praktyczny.	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik

Terapia zajęciowa				
Pracownia plastyczna i rękodzieła: - Ceramika – biała porcelana (róże), masa solna, masa z mydła i gazet (But Wikinga), masa plastyczna ze skorupki jaja (organizer), masa z wacików kosmetycznych (memo zapachowe), masa plastyczna silikonowa (hełm Wikinga) masa plastyczna z produktów spożywczych, masa plastyczna Slime - Rzeźba – sople ze skrzystalizowanej soli, odbijanie i utrwalanie jesiennych liści - Krawiectwo: reperowanie ubrań, szycie rzeczy użytkowych i dekoracyjnych - Tkactwo – sploty makramowe - DIY – świecące drzewa, świecąca kula	- 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 - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik
Pracownia techniczna: 1. Zdobywanie/doskonalenie umiejętności posługiwania się podstawowymi narzędziami z zachowaniem zasad bezpieczeństwa 2. Nauka i utrwalenie drobnych prac naprawczych. 3. Stolarstwo: renowacja sprzętów, prace w drewnie np. rzeźby, karmniki, skrzynki do kwiatów, pudełka, podobrazia, ramy do obrazów (również z listewek, patyków) 4. Przygotowywanie i obróbka materiałów do prac plastycznych (cięcie styropianu, pleksy, zużytych płyt CD)	- 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 - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik
Pracownia ogrodnicza: - Ogrodnictwo: prace ogrodnicze i porządkowe np. sadzenie, kopanie, sianie;	- terapia poprzez zajęcia manualne: pogadanki	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii

Pielęgnowanie krzewów i roślin rabatowych - Poznawanie roślin, tworzenie zielników – - Przegląd, konserwacja i naprawa sprzętu ogrodniczego	prezentacja, instruktaż słowny, praca z książką demonstrowanie czynności, trening praktyczny, praktyczne działanie			- 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 współżycia w środowisku 11. Relaksacja polisensoryczna	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 - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik
Psychoedukacja	- konsultacje	- indywidualna	styczeń -grudzień	- Psychiatra

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: 1. Rysowanie ołówkiem, kredkami ołówkowymi, świecowymi, pastelami, kolorowanki wyciszające (neurografika) 2. Malowanie: na mleku, farbami akrylowymi, emulsyjnymi (Zimowy pejzaż), malowanie dmuchawców patyczkami do uszu 3. Sztuki użytkowe: zaproszenia, ulotki reklamowe 4. Zdobnictwo i dekoratorstwo: zdobienie różnych przedmiotów metalowych, drewnianych, szklanych, papierowych, tulipany z rolek po papierze 5. Ikebana – układanie kompozycji z suszonych i żywych kwiatów, roślin, owoców oraz darów natury, np. kory drzewa, szyszek, mchu, piór, muszli, drewna, itp. 6. Dekoracje – okolicznościowe, świąteczne np. stroiki bożonarodzeniowe, wielkanocne, stroiki nagrobkowe, dekoracyjne przedmioty użytkowe wycinane ozdoby z papieru z okazji świąt 7. Sensoryczne techniki plastyczne	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 - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik

Pracownia techniczna: 1. Umożliwienie zaspokajania potrzeby samorealizacji poprzez wykonywanie prostych prac stolarskich: dekoracje sceniczne na okazjonalne imprezy, świąteczne ozdoby, drobne przedmioty użytkowe – postarzanie, modelarstwo 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	- Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik
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 - literatura piękna, obyczajowa, faktu - legendy: Wikingowie – Historia prawdziwa 3. Filmoterapia - udział w projekcjach filmowych w śds, w seansach filmowych w kinie i dyskusja po projekcji filmu - filmy obyczajowe, komedie - filmy dokumentalne, popularnonaukowe	W ramach arteterapii: - terapia sztuką, - kontakt bierny lub czynny ze sztuką i kulturą	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik

4. Teatrotterapia – teatr i warsztat aktora, oglądanie spektakli teatralnych i kabaretowych, przygotowywanie własnych spektakli teatralnych				
Zajęcia komputerowe - nauka i utrwalanie obsługi komputera, programów - rozwijanie zainteresowania Internetem, korzystanie z wyszukiwarek internetowych, czytanie wiadomości z kraju, ze świata, słuchanie muzyki, czytanie e-booków - zasady bezpiecznego korzystania z sieci internetowej	słowne (rozmowa, pogadanka, instruktaż), oglądowe (pokaz, wystawy, itp.), swobodnej ekspresji, zadań inspirujących, odtwórcza, aktywizująca, eksponująca (film, itp.), ćwiczeń utrwalających.	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - 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 - Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - 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 - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - 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 - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik
Zabawy i gry towarzyskie: Zabawy manipulacyjne Zabawy tematyczne Zabawy i gry dydaktyczne	W ramach socjoterapii: - rekreacja - ludoterapia	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - 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	- 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 niezrozumienia złożonych komunikatów;	a) system znaków graficznych (litery, sylaby, wyrazy; obrazki;; zdjęcia; PIC – piktogramy;	- indywidualna (w toku zajęć indywidualnych - grupowa (w toku codziennych zajęć grupowych)	styczeń –grudzień	- Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik

Środowiskowy Dom Samopomocy „Razem Łatwiej” w Kłępczewie

- 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	b) system znaków manualnych (znaki manualne Makaton) c) system znaków przestrzenno-dotykowych (system symboli jednoznacznych - przedmioty, ich miniatury lub fragmenty symbolizujące dany przedmiot)			
POMOC W ZAŁATWIANIU SPRAW URZĘDOWYCH - PwZSU				
Kształtowanie i utrwalanie umiejętności załatwiania samodzielnie spraw urzędowych przez uczestników poprzez pomoc w: - wypełnianiu dokumentów - prowadzenie rozmów telefonicznych z pracownikami urzędów i instytucji - pomoc w pisaniu i redagowaniu pism - kompletowanie dokumentacji - pomoc w uzyskaniu różnych form pomocy z CUS w zależności od sytuacji życiowej - pomoc w kontakcie z instytucjami, np.: UG, ZUS, PCPR, CUS, itp.	- wspierająco - aktywizujące, w tym: kontakt telefoniczny, kontakt osobisty, pomoc rodzicom/ opiekunom prawnym w załatwianiu formalności	- indywidualna	styczeń –grudzień wg potrzeb	- Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik
POMOC W DOSTĘPIE DO NIEZBĘDNYCH ŚWIADCZEŃ ZDROWOTNYCH – PwDdNŚZ				
Kształtowanie i utrwalanie umiejętności: - rejestracji do lekarza rodzinnego i do poradni specjalistycznych	- wspierająco - aktywizujące, w tym: kontakt telefoniczny,	- indywidualna	styczeń –grudzień wg potrzeb	- Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii

Środowiskowy Dom Samopomocy „Razem Łatwiej” w Kłępczewie

- 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)	kontakt osobisty, pomoc rodzicom/ opiekunom prawnym w załatwianiu formalności			- Kierownik
NIEZBĘDNA OPIEKA - NO				
1. Monitorowanie stanu psychofizycznego uczestników podczas zajęć w ŚDS oraz w czasie wyjazdów plenerowych 2. Udzielanie wsparcia 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	- wspierająco - aktywizujące, w tym: rozmowa indywidualna, obserwacja, pierwsza pomoc przedmedyczna, kontakt z rodziną uczestników	indywidualna	styczeń –grudzień	- Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - 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) - nordic walking - zabawy taneczne - fitness z elementami aerobiku Zajęcia turystyczne - wycieczki do parku - wycieczki do lasu - wycieczki krajoznawcze	Terapia ruchem: - kinezyterapia - masaż leczniczy - gry ruchowe - choreoterapia	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Rehabilitant - Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik
INNE FORMY POSTĘPOWANIA PRZYGOTOWUJĄCE DO UCZESTNICTWA W WTZ LUB PODJĘCIA ZATRUDNIENIA				
Pracownia polisensoryczna: - zajęcia aktywizująco - relaksacyjne w Sali Doświadczania Świata	- ćwiczenia bierne - ćwiczenia czynne	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Kierownik
Zajęcia korekcyjno – kompensacyjne i rewalidacja: 1. korygowanie i kompensowanie zaburzeń psychoruchowych	- ćwiczenia bierne - ćwiczenia czynne	- indywidualna - grupowa	styczeń -grudzień	- Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik

2. rozwijanie i aktywizowanie funkcji osobowościowych i intelektualnych				
Zajęcia edukacyjne: 1. Edukacja polonistyczna 2. Edukacja matematyczna 3. Edukacja informatyczna 4. Edukacja zdrowotna: - cykl zajęć z zakresu profilaktyki zakażeń COVID-19 - cykl zajęć edukacyjnych z zakresu profilaktyki zdrowotnej 5. Zajęcia warsztatowe	- podające - aktywizujące - eksponujące - programowane - praktyczne	- indywidualna - grupowa	styczeń - grudzień	- Terapeuta - Terapeuci zajęciowi - St. Instruktor terapii - Kierownik

GODZINOWY ROZKŁAD DNIA

Godziny	TRENINGI
8.00 - 11.30	Trening funkcjonowania w codziennym życiu - ind./gr. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów - gr. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów - TSR - ind. Trening umiejętności komunikacyjnych – ind. / gr. Poradnictwo psychologiczne – ind./ gr. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w WTZ lub podjęcia zatrudnienia – ind. Terapia ruchowa – ind./gr. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych - ind. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych – ind. Niezbędna opieka – ind. / gr.
11.30 – 12.00	Posiłek – Trening funkcjonowania w codziennym życiu
12.00 – 14.00	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego – ind./gr. Terapia ruchowa – ind./gr. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów - gr. Trening umiejętności komunikacyjnych – ind. / gr. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w WTZ lub podjęcia zatrudnienia – ind. Niezbędna opieka – ind. / gr.

TYGODNIOWY PLAN PRACY

Załącznik Nr 2 do Planu pracy na 2023 r.

Godzina	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piatek
8.00 – 14.00 W toku wszystkich codziennych zajęć	Trening umiejętności komunikacyjnych	Trening umiejętności komunikacyjnych	Trening umiejętności komunikacyjnych	Trening umiejętności komunikacyjnych	Trening umiejętności komunikacyjnych
8.00 – 14.00 W toku wszystkich codziennych zajęć	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów
8.00 – 11.30 w toku zajęć 9.45 – 10.00 Terapia ruchowa: Spacer lub gimnastyka	TFwCZ - Trening nauki higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny - Zajęcia kulinarne - Trening umiejętności praktycznych TZ - Zajęcia plastycznie - technicznie - ogrodnicze - Zajęcia ludoterapii TR - Zumba IFP - Zajęcia rewalidacyjno - edukacyjne - Zajęcia komputerowe PwDdNŚZ PwZSU	TFwCZ - Trening nauki higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny - Zajęcia kulinarne - Trening umiejętności praktycznych PP - Warsztat psychologiczny TZ - Zajęcia plastycznie - technicznie - ogrodnicze - Zajęcia ludoterapii TR - Rehabilitacja ruchowa IFP - Zajęcia rewalidacyjno - edukacyjne - Zajęcia komputerowe PwDdNŚZ PwZSU	TFwCZ - Trening nauki higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny - Zajęcia kulinarne - Trening umiejętności praktycznych TZ - Zajęcia plastycznie - technicznie - ogrodnicze - Zajęcia ludoterapii TR - Rehabilitacja ruchowa IFP - Zajęcia rewalidacyjno - edukacyjne - Zajęcia komputerowe PwDdNŚZ PwZSU	TFwCZ - Trening nauki higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny - Zajęcia kulinarne - Trening umiejętności praktycznych TZ - Zajęcia plastycznie - technicznie - ogrodnicze - Zajęcia ludoterapii TR - Rehabilitacja ruchowa IFP - Zajęcia rewalidacyjno - edukacyjne - Zajęcia komputerowe PwDdNŚZ PwZSU	TFwCZ - Trening nauki higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny - Zajęcia kulinarne - Trening budżetowy TZ - Zajęcia plastycznie - technicznie - ogrodnicze - Zajęcia ludoterapii IFP - Zajęcia rewalidacyjno - edukacyjne - Zajęcia komputerowe PwDdNŚZ PwZSU
11.30 – 12.00	TFwCZ, TNH Posiłek	TFwCZ, TNH Posiłek	TFwCZ, TNH Posiłek	TFwCZ, TNH Posiłek	TFwCZ, TNH Posiłek
12.00 – 14.00 w toku zajęć 13.00 – 13.15 Terapia ruchowa: Spacer lub gimnastyka	TUSCW - Biblioterapia - Bilard / Tenis stołowy / Nordic Walking IFP - Edukacja zdrowotna - Zajęcia polisensoryczne - Zajęcia rewalidacyjne	TUSCW - Muzykoterapia - Teatrotterapia - Filmoterapia, IFP - Zajęcia polisensoryczne	TUSCW - Biblioterapia - Bilard / Tenis stołowy / Nordic Walking IFP - Edukacja zdrowotna - Zajęcia polisensoryczne - Zajęcia rewalidacyjne	TUSCW - Muzykoterapia - Teatrotterapia - Filmoterapia, IFP - Zajęcia polisensoryczne	SPOŁECZNOŚĆ

TFwCZ – trening funkcjonowania w codziennym życiu TUIRP – trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów PP – poradnictwo psychologiczne

TUK – trening umiejętności komunikacyjnych TUSCW – trening umiejętności spędzania czasu wolnego TZ – terapia zajęciowa

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

PwZSU – pomoc w załatwianiu spraw urzędowych PwDdNŚZ – pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych

MIESIĘCZNY PLAN PRACY

Lp.	Trening	Liczba godzin
1.	Trening funkcjonowania w codziennym życiu - indywidualne - grupowe	74
2.	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	126
	Trening umiejętności komunikacyjnych - indywidualne - grupowe	126
4.	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego - indywidualne - grupowe	42
	Poradnictwo psychologiczne - indywidualne - grupowe	12
6.	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych	20
7.	Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych	20
8.	Niezbędna opieka	126
9.	Terapia ruchowa - indywidualne - grupowe	56
10.	Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia - indywidualne - grupowe	105

KALENDARZ IMPREZ I UROCZYSTOŚCI NA 2023 r.

TERMIN	NAZWA UROCZYSTOŚCI / IMPREZY	OSOBY ODPOWIEDZIALNE
STYCZEŃ	- Urodziny Uczestników - Obchody Dnia Babci i Dziadka - Bal karnawałowy - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca”	Pracownicy Domu
LUTY	- Urodziny Uczestników - Walentynki - Tłusty Czwartek - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca”	Pracownicy Domu
MARZEC	- Urodziny Uczestników - Dzień Kobiet i Mężczyzn - Spektakl teatralny uczestników ŚDS - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca”	Pracownicy Domu
KWIECIEŃ	- Urodziny Uczestników - Spotkanie Wielkanocne - Konkurs Tańca w ŚDS - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca”	Pracownicy Domu
MAJ	- Urodziny Uczestników - Międzynarodowy Dzień Godności Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną - Święto Rodziny - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca”	Pracownicy Domu
CZERWIEC	- Urodziny Uczestników - Turniej Gier Towarzyskich w ŚDS - Festiwal Piosenki w Chojnie - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca”	Pracownicy Domu
LIPIEC	- Urodziny Uczestników - Międzygrupowe Zawody Sprawnościowe - Wycieczka edukacyjno-rekreacyjna - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca”	Pracownicy Domu

Środowiskowy Dom Samopomocy „Razem Łatwiej” w Kłępczewie

SIERPIEŃ	- „Wyjątkowy Dzień Miesiąca” - Urodziny Uczestników	Pracownicy Domu
WRZESIEŃ	- Urodziny Uczestników - Festiwal Filmowy „Integracja Ty i Ja” - Turniej Sołectw o Szablę Wójta - czynny udział w imprezie lokalnej (wystawa prac Uczestników) - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca”	Pracownicy Domu
PAŹDZIERNIK	- Międzygrupowy Konkurs Piosenki - Urodziny Uczestników - Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego - Dzień Seniora - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca”	Pracownicy Domu
LISTOPAD	- Urodziny Uczestników - Andrzejki - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca”	Pracownicy Domu
GRUDZIEŃ	- Urodziny Uczestników - 10. Urodziny ŚDS „Razem Łatwiej” - Mikołajki - Spotkanie Wigilijne - „Wyjątkowy Dzień Miesiąca”	Pracownicy Domu

TERMINARZ WYJĄTKOWYCH DNI w 2023 roku

Data	Wydarzenie
17 stycznia (wt)	DZIEŃ WSZYSTKICH FAJNYCH
9 lutego (czw)	NARODOWY DZIEŃ PIZZY
27 marca (pon)	MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ TEATRU
12 kwietnia (śr)	ŚWIATOWY DZIEŃ CZEKOLADY
8 maja (pon)	DZIEŃ BIBLIOTEKI I BIBLIOTEKARZY
19 czerwca (pon)	DZIEŃ LENIWYCH SPACERÓW
24 lipca (pon)	DZIEŃ POLICJANTA
29 sierpnia (wt)	DZIEŃ STRAŻNIKA GMINNEGO
4 września (pon)	NARODOWE CZYTANIE
24 października (wt)	DZIEŃ ORIGAMI
10 listopada (pt)	DZIEŃ JEŻA
4 grudnia (pon)	DZIEŃ GÓRNIKA

Opracował:

Z up. WÓJTA GMINY ŚWIDWIN
KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Białymostku

25.12.2021
mgr Sylwia Zdzisław Kowalczyk
(data i podpis kierownika ŚDS)

Uzgodniono:

13.12.2021
Boz
(data i podpis z up. Wojewody Zachodniopomorskiego)

Zatwierdzam:

WÓJT

mgr Kazimierz Lechocki

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