

UCHWAŁA NR V-91/2018
ZARZĄDU POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO
z dnia 26 kwietnia r.

w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy na rok 2018 Środowiskowego Domu Samopomocy Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej w Radzyminie

Na podstawie art. 32 ust. 1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie powiatowym (t. j. Dz. U. z 2017 r. poz. 1868, z późn. zm.) oraz § 4 ust. 2 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. Nr 238, poz. 1586, z późn. zm.) Zarząd Powiatu Wołomińskiego uchwala, co następuje:

§ 1

Zatwierdza się opracowany przez Kierownika Środowiskowego Domu Samopomocy Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej w Radzyminie, w uzgodnieniu z Wojewodą Mazowieckim, Plan Pracy na rok 2018 Środowiskowego Domu Samopomocy Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej w Radzyminie, w brzmieniu stanowiącym załącznik do niniejszej uchwały.

§ 2

Wykonanie uchwały powierza się Kierownikowi Środowiskowego Domu Samopomocy Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej w Radzyminie.

§ 3

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.



STAROSTA
Kazimierz Rakowski

DYREKTOR
Powiatowego Centrum
Pomocy Rodzinie
w Wołominie
Maciej Burakowski

RADCA PRAWNY
Juliana Kapalska

ROCZNY PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W RADZYMINIE NA ROK 2018

ZAJĘCIA ARTYSTYCZNO - PLASTYCZNE

PROGRAM	CELE (wszystkie)
<p>Szkolenie z zakresu BHP w pracowni artystyczno-plastycznej.</p> <p>Origami płaskie z figur geometrycznych – tematyka dowolna.</p> <p>Pompony z wełnianej włóczki.</p> <p>Szufladki z papierowej wikliny.</p> <p>Prace z papierowej wikliny.</p> <p>Miska z papieru i krochmalu.</p> <p>Prace z wikliny naturalnej.</p> <p>Przygotowywanie wiosennej dekoracji pracowni plastycznej.</p> <p>”Dzień Kobiet” – kwiatki z filcu.</p> <p>”Wielkanocne motywy” – praca z masą solną.</p> <p>Wielkanocne kartki świąteczne.</p> <p>Obraz „trójwymiarowy” z wyciętych motyli.</p> <p>Upominek na „Dzień Mamy”.</p> <p>”Stemplowana łąka” – malowanie patyczkami higienicznymi.</p> <p>”Zwierzęta na papierowych talerzach” – praca z farbami akrylowymi.</p> <p>Przygotowywanie jesiennej dekoracji pracowni plastycznej.</p> <p>Przygotowywanie zimowej dekoracji pracowni plastycznej.</p> <p>”Rybki w akwariium” – praca plastyczna z wykorzystaniem różnych technik.</p> <p>”Zimowe ptasie drzewo” - praca plastyczna</p>	<p>- instruowanie w zakresie przestrzegania regulaminu, przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy;</p> <p>- nauka bezpiecznego korzystania z narzędzi i przyborów znajdujących się w pracowni;</p> <p>- ćwiczenie sprawności manualnej oraz koordynacji wzrokowo-ruchowej;</p> <p>- nauka umiejętności posługiwania się różnymi technikami plastycznymi;</p> <p>- wyrabianie nawyku ekonomicznego korzystania z przyborów oraz materiałów plastycznych;</p> <p>- nabywanie umiejętności prawidłowego posługiwania się narzędziami oraz materiałami;</p> <p>- trenowanie elementarnych umiejętności plastycznych (tj. odrysowywanie, rysowanie, wycinanie, klejenie);</p> <p>- ćwiczenie sprawności manualnej w zakresie dokładności, staranności i precyzji;</p> <p>- kształtowanie umiejętności planowania przeznaczenia oraz wykorzystywania stworzonych przez siebie prac;</p> <p>- nauka umiejętności spędzania wolnego czasu w sposób twórczy;</p> <p>- rozwijanie wyobraźni, kreatywności oraz zainteresowań uczestników;</p> <p>- kształtowanie umiejętności współpracy w grupie, wzajemnej pomocy i szacunku dla innych;</p>

<p>wykonywana za pomocą różnych farb.</p> <p>Ozdobna choinka z makaronu i butelki</p> <p>Prace z papierowej wikliny</p> <p>Bożonarodzeniowe kartki świąteczne.</p> <p>Tworzenie prac plastycznych metodą "Batik"- technika wykonywania prac na płótnie z wykorzystaniem wosku pszczelego.</p> <p>Wykonywanie różnych plac z gliny lejnjej i stałej. We wszystkich etapach: wykonanie manualne, suszenie, wstępny wypał (bisqik), szkliwienie, ostateczny wypał.</p> <p>Poznawanie najważniejszych obiektów artystycznych rzeźb, obrazów i innych – albumy, internet, filmy dokumentalne.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - utrwalenie wiedzy wcześniej zdobytej przez powtarzanie czynności; - aktywizacja uczestników zajęć; - kształtowanie postaw koleżeńskich przez pracę w zespole; - nauka obserwacji; - doskonalenie naśladownictwa i odtwórczych zdolności; - budowanie poczucia odpowiedzialności za własną pracę; - budowanie poczucia piękna i harmonii; - budowanie poczucia własnej wartości poprzez pracę; - rozwój wyobraźni przestrzennej; - kształtowanie wrażliwości na piękno kształtów; - rozwijanie ekspresji wypowiedzi; - ćwiczenie umiejętności prawidłowego posługiwania się narzędziami oraz materiałami; - doskonalenie umiejętności wykonywania prostych czynności technicznych taki jak: rysowanie, odrysowywanie, wycinanie, klejenie; - poznawanie nowych technik i utrwalanie wcześniej poznanych; - kształtowanie umiejętności planowania przeznaczenia i wykorzystywania zrobionych przez siebie prac; - budzenie poczucia odpowiedzialności i satysfakcji z wykonanej pracy.
--	---

TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH I INTERPERSONALNYCH

TEMATY ZAJĘĆ	CELE
<p>I.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nabycie i ćwiczenie umiejętności wyrażania swoich uczuć oraz właściwego reagowania na stany emocjonalne innych osób. • Radzenie sobie z gniewem i negatywnymi emocjami. • Kształtowanie umiejętności właściwego przyjmowania negatywnej oceny i krytyki. • Zachowanie się w nowych i trudnych sytuacjach. • Rozwijanie umiejętności postępowania w sytuacji konfliktu. <p>II.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rozwijanie świadomości swoich mocnych i słabych stron. • Budowanie poczucia własnej wartości. • Pomaganie i dzielenie się z innymi. • Komplementy i robienie niespodzianek innym. • Rozumienie i poprawne nazywanie cech i wartości tj. szacunek, życzliwość, sprawiedliwość. • Rozróżnianie koleżeństwa, przyjaźni, miłości. <p>III. Rozwijanie umiejętności</p>	<p>Cele ogólne:</p> <ul style="list-style-type: none"> – rozwijanie skutecznej i sprawnej komunikacji; – rozumienie uczuć własnych oraz innych osób; – odpowiednie reagowanie na krytykę i pochwałę; – radzenie sobie w nowych i trudnych sytuacjach; – wzmocnienie poczucia własnej wartości; – przestrzeganie i stosowanie z większym zrozumieniem funkcjonowania w grupie oraz zasad współżycia społecznego; – rozumienie związków przyczynowo-skutkowych; – zwiększenie koncentracji uwagi; – podniesienie poziomu koordynacji wzrokowo – ruchowej; – usprawnienie pamięci słuchowej i wzrokowej; – zwiększenie kompetencji językowych (werbalizowanie opinii, konstruowanie wypowiedzi, płynność językowa, wzbogacenie słownictwa...);

<p>komunikacyjnych (komunikacja werbalna i niewerbalna).</p> <p>IV. Rozwijanie kompetencji językowych i gotowości do samodzielnych wypowiedzi.</p> <p>V.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Właściwe zachowanie się w miejscach publicznych, przestrzeganie norm społecznych. • Zasady savoir vivre (przy stole, w ŚDS). <p>VI. Usprawnianie pamięci oraz funkcji poznawczych.</p> <p>VII. Tradycje i zwyczaje świąteczne.</p> <p>VIII. Trening umiejętności szkolnych tj.: pisanie, czytanie, liczenie, poprawne określanie czasu, dni tygodnia, miesięcy, pór roku.</p>	
--	--

TRENING KULINARNY

<p>Szkolenie z zakresu BHP w pracowni kulinarnej</p> <p>Zajęcia prowadzone będą w dużej kuchni wyposażonej w niezbędny sprzęt AGD. Podopieczni pod okiem terapeutów będą przygotowywali proste potrawy: zupy, zestawy daniowe, sałatki, ciasta, desery wykorzystując dostępny sprzęt i urządzenia.</p>	<p>Ćwiczenie umiejętności prawidłowego i bezpiecznego korzystania z dostępnego sprzętu i elektro-sprzętu AGD</p> <p>Zajęcia uczą samodzielności z zakresu zaspokajania podstawowej potrzeby życiowej jaką jest jedzenie. Wzmacniają poczucie własnej wartości, odpowiedzialności i zaradności życiowej. Zajęcia uczą pracy zespołowej. Podczas zajęć staramy się przekazywać podopiecznym wiadomości dotyczące walorów odżywczych przygotowywanych posiłków. Mocno akcentowane są higiena oraz czystość podczas przygotowywania posiłków jak i samej konsumpcji.</p>
--	--



TRENING SPĘDZANIA WOLNEGO CZASU

<ul style="list-style-type: none"> • Zajęcia aktywizujące – fizyczne mogą poprzedzać zajęcia dydaktyczne lub być autonomiczne. • Tenis stołowy, cymbergaj, piłkarzyki, zabawy z piłką, badminton. • Gry edukacyjne, telewizyjne i multimedialne. • Zagadki, krzyżówki, łamigłówki. • Biblioterapia (opowiadania, artykuły, książki). • Organizowanie konkursów z różnych dziedzin. • Zajęcia filmowe. • Rozmowy tematyczne. 	<p>CELE:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ kształtowanie i utrwalanie wiedzy na temat kreatywnego spędzania czasu wolnego; ○ utrzymanie sprawności fizycznej; ○ wdrażanie i aktywizowanie w zakresie różnych form spędzania czasu; ○ kształtowanie umiejętności koncentracji oraz skupienia na zadaniu; ○ poszerzanie wiedzy ogólnej (historia, geografia, przyroda); ○ kształtowanie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie na zasadach otwartości, partnerstwa i tolerancji; ○ usprawnianie funkcjonowania w grupie; ○ ćwiczenie spostrzegawczości i pamięci; ○ ćwiczenie umiejętności myślenia przyczynowo – skutkowego oraz myślenia logicznego; ○ nauka umiejętności dokonywania i wyrażania oceny postępowania głównych bohaterów; ○ ćwiczenie pamięci (streszczenie filmu).
---	---

ZAJĘCIA MODELARSKO-STOLARSKIE

PROGRAM	CELE
<ol style="list-style-type: none"> 1. Szkolenie z zakresu BHP w pracowni stolarsko - modelarskiej. 2. Półka na chlebak w pracowni kulinarnej. 3. Budowa zabezpieczenia do stojaka tablicy koszykarskiej. 4. Budowa prostych modeli aut, samolotów z własnych materiałów. 5. Składanie gotowych (kupnych) modeli 	<ol style="list-style-type: none"> a) Nabywanie umiejętności prawidłowego i bezpiecznego korzystania z dostępnych narzędzi i elektronarzędzi. b) Nabywanie umiejętności sprzątania i zmiatania pozostałości po pracach stolarskich. c) Kształtowanie umiejętności nanoszenia powłoki lakierniczej. d) Nabywanie umiejętności

<p>samolotów.</p> <ol style="list-style-type: none"> 6. Zwierzątka drewniane z gałązek. 7. Świececzki na tealighty. 8. Zegar domino. 9. Kaktus z drewnianych kółek. 10. Króliczek wielkanocny z gałązek. 11. Nanoszenie zdjęć i obrazów na drewno 12. Budowa koła garncarskiego 13. Ostrzenie noża do kosiarki. 14. Anioł na ścianę. 15. Drewniana podstawka pod gorący garnek. 16. Osłonki do kwiatów. 17. Odnawianie kostki brukowej przed ośrodkiem. 18. Porządkowanie pracowni stolarsko-modelarskiej. 19. Coroczna konserwacja okuć meblowych. 20. Drobne naprawy i konserwacja wózka inwalidzkiego. 21. Budowa drewnianego serwetnika. 22. Budowa pergoli do ogrodu. 23. Naprawa drewnianych mebli ogrodowych. 24. Ramki na zdjęcia. 25. Rozbieranie na części zepsutych urządzeń i elektronarzędzi. 	<p>szlifowania za pomocą papieru ściernego o różnej gradacji.</p> <ol style="list-style-type: none"> e) Kształtowanie umiejętności obróbki i skrawania elementów drewnianych przy pomocy tokarki. f) Nabywanie umiejętności cięcia przy użyciu pił ręcznych i wyrzynarek elektrycznych. g) Nabywanie umiejętności odpylania i malowanie lakierem bezbarwnym. h) Nabywanie umiejętności woskowania drewna. i) Kształtowanie umiejętności twórczego myślenia. j) Nabywanie umiejętności wykonywania połączeń wiązanych. k) Nabywanie umiejętności wykonywania połączeń grzebieniowych. l) Nauka strugania i pasowania elementów drewnianych. m) Kształtowanie umiejętności malowania i dekorowania.
--	--

ZAJĘCIA BOTANICZNO - OGRODNICZE

PROGRAM	CELE
<p>Szkolenie z zakresu BHP w pracowni przyrodniczo-ogrodniczej</p> <p>Prace w ogrodzie:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Odsnieżanie w okresie zimowym. 2. Porządkowanie terenu po zimie. 3. Grabienie liści, porządkowanie. 4. Pielenie chwastów na rabatach przy wejściu głównym , przy salce sportowej i przy stolarni. 5. Sadzenie nowych roślin. 6. Przycinanie bukszpanów, wierzby, drzewka migdałowego. 7. Usuwanie niepotrzebnych , nadmiernych młodych pędów. 8. Regularne przycinanie bluszczu. 9. Zamiatanie chodnika. 10. Koszenie trawników. 11. Obsypywanie klombów korą. 12. Inne zabezpieczenia ziemi przed nadmiernym wysychaniem i przed rozsiewaniem chwastów. 13. Podlewanie ogrodu w okresach suchych. 14. Regularne usuwanie chwastów z chodnika. 15. Montowanie pergoli wykonanej w pracowni stolarskiej. 16. Obsadzenie nowej pergoli nowymi sadzonkami. 17. Wysiewanie nowych roślin i rozsada młodych sadzonek. 18. Dbanie o rośliny ogrodowe (oczyszczanie z zeschniętych liści, podsypywanie nawozem). 19. Przycinanie krzewów w okresie jesiennym. 20. Grabienie opadłych liści. 21. Wykładanie ścieżki ogrodowej pomiędzy rabatami kamieniami i kawałkami zabezpieczonego drewna. 22. Regularne czyszczenie metalowych barierek przy wejściu. 23. Podlewanie roślin doniczkowych, oraz ich pielęgnacja (dosypywanie ziemi, usuwanie zwiędłych liści ,rozsadzanie nowych roślin). 	<ol style="list-style-type: none"> a) Nabywanie umiejętności prawidłowego i bezpiecznego korzystania z dostępnych narzędzi ogrodniczych. b) Doskonalenie umiejętności samodzielnego wykonywania prostych prac w ogródku. c) Uważliwanie na piękno przyrody i świat roślin. d) Nauka umiejętności współpracy. e) Utrwalanie umiejętności posługiwania się narzędziami ogrodniczymi f) Dbanie o wspólne dobro. g) Wyrabianie nawyku systematyczności poprzez pielęgnację roślin .

Inne usługi o których mowa w art. 51a ust.2 ustawy:

1. Poradnictwo psychologiczne
2. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.
3. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych.
4. Opracowywanie indywidualnych planów postępowania wspierająco - aktywizującego oraz dokonywanie oceny realizacji planów i realizacji świadczonych usług.
5. Organizowanie zajęć i szkoleń dla kadry.

Aktywności kulturalno – rekreacyjne

Wśród licznych aktywności kulturalno - rekreacyjnych planowane są:

1. Trzydniowa wycieczka do Wrocławia (19,20,21.06.2018) W tym celu został złożony w ub. roku wniosek do PFRON w Wołominie o dofinansowanie przedsięwzięcia.
 2. Udział przynajmniej w dwóch imprezach sportowo – integracyjnych.
 3. Aktywny udział przynajmniej w jednej imprezie o charakterze artystyczno-estradowym.
-
1. Zajęcia w Środowiskowym Domu Samopomocy odbywają się w grupach 3 - 5 osobowych, nad którymi opiekę sprawują terapeuci. Wyjątki stanowią zajęcia, w których pożądana jest obecność całej społeczności Domu: zebrania społeczności, wspólny posiłek, imprezy okolicznościowe, zajęcia rekreacyjno-sportowe.
 2. Kluczowym kryterium udziału uczestnika w danym treningu jest indywidualny plan postępowania wspierająco-aktywizującego. Dodatkowo o doborze grupy warsztatowej mogą stanowić zainteresowania, wzajemne sympatie, zbliżony stan psychofizyczny, preferencje uczestników.

ŚRODOWISKOWY DOM SAMOPOMOCY
CARITAS
DIECEZJI WARSZAWSKO-PRASKIEJ
05-250 Radzymin, ul. Polskiej Organizacji Wojskowej 1
NIP 113-10-79-818, Regon 040013098
tel. /22/ 786 54 74

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
Caritas DŚR w Radzyminie
mgr Jarosław Załucki

STAROSTA

Kazimierz Rekowski

RAMOWY, TYGODNIOWY HARMONOGRAM ZAJĘĆ

PNIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Organizacja dowozu 8.00 – 8.45 I gr. 8.45 – 9.45 II gr.	Organizacja dowozu 8.00 – 8.45.00 I gr. 8.45 – 9.45 II gr.	Organizacja dowozu 8.00 – 8.45 I gr. 8.45 – 9.45 II gr.	Organizacja dowozu 8.00 – 8.45 I gr. 8.45 – 9.45 II gr.	Organizacja dowozu 8.00 – 8.45. I gr. 8.45 – 9.45 II gr.
8.45 – 11.30 Zajęcia świetlicowe	8.45 – 9.45 Zajęcia świetlicowe I gr.	8.45 – 9.45 Zajęcia świetlicowe I gr.	8.45 – 9.45 Zajęcia świetlicowe I gr	8.45 – 9.45 Zajęcia świetlic. I gr
10.00 – 11.30 Zebranie terapeutów: - Omawianie indywidualnych kart oceny postępowania wspierającego- aktywizującego dla 2-3 osób. - Omawianie bieżących spraw	10.15 – 11.30 Zajęcia w grupach 3-5 osobowych -Trening kulinarny -Trening artystyczno-plastyczny -Trening botaniczno-ogrodniczy -Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych - Zajęcia stolarsko-modelarskie	10.15 – 11.30 Zajęcia w grupach 3-5 osobowych -Trening kulinarny -Trening artystyczno-plastyczny -Trening botaniczno-ogrodniczy - Zajęcia stolarsko-modelarskie	10.15 – 11.30 Zajęcia w grupach 3-5 osobowych -Trening kulinarny -Trening artystyczno-plastyczny -Trening botaniczno-ogrodniczy -Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych	10.15 – 11.30 Zajęcia w grupach 3-5 osobowych -Trening kulinarny -Trening artystyczno-plastyczny - Zajęcia stolarsko-modelarskie -Trening botaniczno-ogrodniczy
11.30 – 12.00 przerwa – drugie śniadanie	11.30 – 12.00 przerwa – drugie śniadanie	11.30 – 12.00 przerwa – drugie śniadanie	11.30 – 12.00 przerwa – drugie śniadanie	11.30- 12.00 przerwa – drugie śniadanie
12.00 – 12.10 Modlitwa Anioł Pański – dla chętnych	12.00 – 12.10 Modlitwa Anioł Pański – dla chętnych	12.00- 12.10 Modlitwa Anioł Pański – dla chętnych	12.00 – 12.10 Modlitwa Anioł Pański – dla chętnych	12.00- 12.10 Modlitwa Anioł Pański – dla chętnych
12.15 – 13.30 Zajęcia w grupach 3-5 osobowych - Trening kulinarny - Trening artystyczno-plastyczny - Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych - Zajęcia stolarsko-modelarskie	12.15 – 13.30 Zajęcia w grupach 3-5 osobowych -Trening kulinarny -Trening artystyczno-plastyczny -Trening botaniczno-ogrodniczy - Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych - Zajęcia stolarsko-modelarskie	12.15 – 13.30 Zajęcia w grupach 3-5 osobowych -Trening kulinarny -Trening artystyczno-plastyczny -Trening botaniczno-ogrodniczy - Zajęcia stolarsko-modelarskie	12.15 – 13.30 Zajęcia w grupach 3-5 osobowych -Trening kulinarny -Trening artystyczno-plastyczny -Trening botaniczno-ogrodniczy - Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych	12.15 – 13.30 Zajęcia w grupach 3-5 osobowych -Trening kulinarny -Trening artystyczno-plastyczny -Zajęcia stolarsko-modelarskie -Trening botaniczno-ogrodniczy
13.30 – 14.00 Przerwa obiadowa	13.30 – 14.00 Przerwa obiadowa	13.30 – 14.00 Przerwa obiadowa	13.30 – 14.00 Przerwa obiadowa	13.30 – 14.00 Przerwa obiadowa
14.00 – 16.00 - Ciąg dalszy powyższych treningów - Trening umiejętności organizacji czasu wolnego - Zajęcia porządkowe - Poradnictwo psychologiczne	14.00-14.40 Zajęcia społeczności 14.40 – 16.00 - Trening umiejętności organizacji czasu wolnego - Zajęcia porządkowe	14.30 – 16.00 - Trening umiejętności organizacji czasu wolnego - Zajęcia porządkowe - Zajęcia indywidualne, - Poradnictwo psychologiczne	14.00 – 14.40 Zajęcia społeczności 14.40 – 16.00 - Trening umiejętności organizacji czasu wolnego - Zajęcia porządkowe	14.30 – 16.00 - Trening umiejętności organizacji czasu wolnego - Zajęcia porządkowe - Zajęcia indywidualne
15.00 – 15.10 Koronka do Mitosierdzia Bożego – dla chętnych	15.00 – 15.10 Koronka do Mitosierdzia Bożego – dla chętnych	15.00 – 15.10 Koronka do Mitosierdzia Bożego – dla chętnych	15.00 – 15.10 Koronka do Mitosierdzia Bożego – dla chętnych	15.00-15.10 Koronka do Mitosierdzia Bożego – dla chętnych
15.00 – 16.00 - Organizacja transportu I,II gr.	14.50 – 16.00 - Organizacja transportu I,II gr.	14.50 – 16.00 - Organizacja transportu I,II gr.	14.50 – 16.00 - Organizacja transportu I,II gr.	14.50 – 16.00 - Organizacja transportu I,II gr.