

Uchwała Nr *IV-82/2014*
Zarządu Powiatu Wołomińskiego
z dnia *8 maja 2014 r.*

w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy na rok 2014 Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy Nr 3 w Tuszczu

Na podstawie art. 32 ust. 1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie powiatowym (t. j. Dz. U. z 2013 r. poz. 595 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) Zarząd Powiatu Wołomińskiego uchwala, co następuje:

§ 1

Po zaakceptowaniu przez Wojewodę Mazowieckiego zatwierdza się:

1) Plan Pracy na rok 2014 Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy Nr 3 w Tuszczu, stanowiący załącznik do niniejszej uchwały.

§ 2

Wykonanie uchwały powierza się Kierownikowi Środowiskowego Domu Samopomocy w Tuszczu.

§ 3

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.



wz. STAROSTY
Konrad Rytel
WICESTAROSTA

Zakres usług w Planie Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy Nr 3 w Tłuszczu na rok 2014

-szczegóły z uwzględnieniem art. 51 a ust. 2 Ustawy o pomocy społecznej oraz
§ 14 Rozporządzenia MPiPS z dnia 9 grudnia 2010 r. w spr. środowiskowych
domów samopomocy.

Celem głównym działań ŚDS w Tłuszczu jest osiągnięcie, przy aktywnym uczestnictwie podopiecznych, możliwie najwyższego poziomu ich funkcjonowania w ich naturalnym środowisku, w zakresie czynności dnia codziennego i funkcjonowania w życiu społecznym.

Swoimi działaniami w roku 2014 Dom zamierza organizować całokształt spraw zmierzających do realizacji usług opiekuńczych zgodnie z indywidualnymi planami postępowania wspierająco-aktywizującego każdego uczestnika, w ramach indywidualnych lub zespołowych form postępowania prowadząc:

1. Trening funkcjonowania w codziennym życiu- dbałość o wygląd zewnętrzny, trening nauki higieny realizowany jest poprzez:

- rozmowę indywidualną psychologa lub terapeuty z osobą, której dbanie o wygląd zewnętrzny budzi zastrzeżenia,
- pogadanki na temat dbania o higienę osobistą naukę samodzielnego mycia się i ubierania,
- nauka samodzielnego nakrywania do stołu oraz dekorowania podczas okazjonalnych spotkań w gronie gości (spotkanie wigilijne, wielkanocne)
- u osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności nauka wiązania sznurówek, zakładania butów i odzieży.

2. Trening funkcjonowania w codziennym życiu-trening kulinarny,umiejętności praktycznych gospodarowania własnymi środkami realizowany jest poprzez:

- zajęcia w pracowni kulinarnej (estetyczne przygotowanie posiłku, planowanie posiłku, poznawanie przepisów kulinarnych, zakupy artykułów spożywczych, nauka obsługi urządzeń gospodarstwa domowego w tym:mikrofalówka, zmywarka, mikser, blender, wyrabianie nawyku zakładania odzieży ochronnej, obróbka produktów tj. mycie i obieranie

warzyw, owoców, poznają sposoby parzenia kawy, herbaty, sporządzania potraw i prostych dań, nauka prawidłowego przechowywania żywności,

-nauka segregowania odpadów,

- zajęcia komputerowe (nauka obsługi komputera oraz posługiwanie się internetem, nabywanie umiejętności aktywnego poszukiwania pracy i sporządzanie dokumentów aplikacyjnych),

-zajęcia porządkowe (nauka sprzątania, dbanie o estetyczny wygląd ośrodka, nauka posługiwania się pralką itp.),

-zajęcia indywidualne (robienie osobistych zakupów przez uczestników poprzez wyjścia do sklepów, poznawanie wartości pieniądza).

3. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, w tym kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury, realizowany jest poprzez:

-zajęcia grupowe (wyjścia na przedstawienia, wyjazdy grupowe, w pracowniach, organizacja urodzin, spotkań okolicznościowych z udziałem zaproszonych gości min. rodziców, odwiedzanie dowolnego ośrodka kultury),

-zajęcia indywidualne (podczas załatwiania spraw urzędowych, wizyty w przychodniach rodzinnych, u specjalistów),

-zajęcia z psychologiem (poradnictwo psychologiczne, rozwiązywanie problemów) pomoc w rozwiązywaniu osobistych trudności w relacjach z kolegami z Ośrodka, rodzicami, sąsiadami itp.,

-konkurs wiedzy o zdrowiu,

-trening rozmów przez telefon,

- zajęcia w grupie z radzenia sobie ze stresem, wyjaśniania konfliktów,

- ćwiczenia indywidualne i grupowe (głównie osoby ze znacznym stopniem niepełnosprawności): segregowanie, porównywanie, klasyfikowanie na konkretach,

- ćwiczenia formułowania krótkich, poprawnych wypowiedzi słownych.

4. Trening umiejętności spędzania wolnego czasu realizowany jest poprzez:

-zajęcia czytelnicze (odwiedzanie biblioteki),


-zajęcia sportowe i taneczne w ośrodku bądź na boisku sportowym w Tłuszczu,

-różnego rodzaju wspólne wyjazdy, wyjścia np. basen, kręgle, wystawy, koncerty, muzea itp.

-słuchanie muzyki relaksacyjnej,

- zajęcia plastyczne i rękodzieła,

-gry i zabawy świetlicowe, panele dyskusyjne,

- zajęcia manualne i grafomotoryczne z przeznaczeniem dla osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności,
 - zajęcia przy użyciu metody „porannego kręgu”,
 - zajęcia z podstaw nauki języka angielskiego.
- 5. Poradnictwo psychologiczne realizowane jest poprzez:**
- psychologa zatrudnionego w ŚDS (rozwiązywanie problemów, zajęcia indywidualne bądź grupowe).
- 6. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych realizowana jest poprzez:**
- zajęcia indywidualne,
 - pomoc w umawianiu wizyt u lekarzy specjalistów.
- 7. Terapia ruchowa, w tym zajęcia sportowe, turystykę i rekreację realizowana jest poprzez:**
- gimnastyka, ćwiczenia ogólnokondycyjne;
 - gry i zabawy zespołowe,
 - zajęcia sportowe dostosowane do potrzeb uczestników,
 - spacery i wycieczki dostosowane do tematyki zajęć,
 - ćwiczenia usprawniające staw nadgarstkowy, palce rąk i koordynację wzrokowo-ruchową,
 - ćwiczenia płynnych ruchów pisarskich,
 - ćwiczenia ogólnej sprawności ruchowej i rozwijającej zręczność,
 - ćwiczenia relaksacyjne,
 - zajęć z elementami tańca, śpiewu i choreografii.
- 8. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej realizowane są poprzez:**
- Zajęcia w pracowni ceramiczno-artystyczno-plastycznej:*
- wykonywanie z krepiny, bibuły kwiatów,
 - wyklejanie obrazków na tekturze kulkami z bibuły, kolorowych gazet, ozdabianie ramek do obrazów,
 - wykonywanie masy papierowej, tworzenie z niej figur o różnych kształtach, po wyschnięciu zdobnictwo (z wykorzystaniem balonów),
 - wykonywanie kartek okolicznościowych,
 - wykonywanie sezonowych dekoracji placówki itp.
 - poznawanie różnych technik, stosowanie ich na papierze, płótnie, szkłe, glinie, tekturze, kawałku drewna, itp.
- 

- malowanie różnymi rodzajami materiału farba plakatowa, farba akrylowa, farba do szkła, pastele olejne, pastele suche, kredki ołówkowe i świecowe, ołówki,
- nauka zdobienia metodą decoupage,
- nauka na kole garncarskim, lepienie i wyrabianie z gliny, szklwienie.

Zajęcia w pracowni teatralno-tv:

- uczestnicy wystawiają przedstawienia z podziałem na role (przedstawienia dobierane do tematyki imprez okolicznościowych),
- występy scenach Domów Kultury,
- dobór odpowiedniej choreografii.

Zajęcia w ogrodzie w okresie wiosna-lato:

- pielęgnacja roślin doniczkowych,
- praca w ogrodzie warzywnym (kopanie, sianie, pielęgnacja roślin itd.),
- utrzymanie, pielęgnacja ogrodu kwiatowego,
- zakładanie i utrzymanie klombów,
- porządkowanie posesji, dbałość o trawnik itp.,
- naprawy, konserwacja narzędzi i urządzeń do pracy w ogrodzie,

ŚDS w Tłuszczu zapewnia miejsca dla 23 uczestników. Podzieleni zostaną oni na 2-3 grupy, według kryterium posiadanych umiejętności społecznych i sprawności psychofizycznej. Biorąc pod uwagę osoby ze znacznym stopniem niepełnosprawności. Będą oni odpowiednio przydzieleni opiekunom grup. Środowiskowy Dom Samopomocy w Tłuszczu czynny będzie 5 dni w tygodniu w godzinach 8⁰⁰- 16⁰⁰. Zajęcia prowadzone będą przez opiekunów i terapeutów w odpowiednio przydzielonych pracowniach i warsztatach. Zajęcia i treningi będą odbywać się według opracowanego tygodniowego planu pracy w godz. 8³⁰-15³⁰.

Usługi w Powiatowym Środowiskowym Domu Samopomocy Nr 3 w Tłuszczu realizowane są w formie **indywidualnych i/lub zespołowych treningów**. Dobór formy zajęć zależy od przedmiotu treningu i aktualnych potrzeb, a także ogólnych możliwości.

KIEROWNIK

mgr Agnieszka Brzostek

RAMOWY TYGODNIOWY PLAN PRACY POWIATOWEGO ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOZY NR 3 W TŁUSZCZU

Godz.	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
8.00-8.45	Czas organizacyjny, min. organizacja dowozu	Czas organizacyjny, min. organizacja dowozu	Czas organizacyjny, min. organizacja dowozu	Czas organizacyjny, min. organizacja dowozu	Czas organizacyjny, min. organizacja dowozu
8.45-10.00	-zebranie całej grupy tzw. "społeczność terapeutyczna", -pogadanki na temat zdrowego żywienia (co tydzień inna tematyka)	-zajęcia ceramiczne (zajęcia plastyczne i rękodzieła)	-rozwój indywidualnych uzdolnień, indywidualne, zajęcia ogrodnicze (pielęgnacja roślin doniczkowych	-trening budżetowy (robienie zakupów, poznawanie wartości pieniądza), -wyjścia do sklepu i urzędów	-zajęcia plastyczne i rękodzieła, -trening budżetowy
10.00-11.00	-zajęcia indywidualne lub w małych grupach:rehabilitacja ruchowa, ćwiczenia ogólnokondycyjne przy muzyce, -zajęcia manualne i grafomotoryczne z głównym przeznaczeniem dla osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności	-trening umiejętności społecznych -konkurs wiedzy o zdrowiu	-zajęcia indywidualne lub w małych grupach:rehabilitacja ruchowa, ćwiczenia ogólnokondycyjne przy muzyce, - zajęcia sportowe wg potrzeb uczestników	-biblioterapia (zwiedzanie biblioteki, czytanie książek, -zajęcia komputerowe indywidualne	-zajęcia indywidualne lub w małych grupach:rehabilitacja ruchowa, -ćwiczenia ogólnokondycyjne , manualne przy muzyce , -zajęcia radzenie sobie ze stresem i wyjaśniania konfliktów
11.00-12.30	-zajęcia kulinarne -zajęcia ceramiczne, -zajęcia teatralne,	-zajęcia kulinarne, -ćwiczenia relaksacyjne, rehabilitacja ruchowa	-zajęcia kulinarne	-zajęcia kulinarne -zajęcia ceramiczne, -zajęcia teatralne,	-zajęcia kulinarne

	-zajęcia metodą „porannego kręgu”	(ćwiczenia korekcyjne, manualne, oddechowe)	Przerwa obiadowa	-zajęcia taneczne i nauki śpiewu	Przerwa obiadowa
12.30-13.30	Przerwa obiadowa	Przerwa obiadowa	Przerwa obiadowa	Przerwa obiadowa	Przerwa obiadowa
13.30-14.30	-poradnictwo psychologiczne (rozwiązywanie problemów zajęcia indywidualne lub grupowe), - trening umiejętności społecznych -nauka rozmów przez telefon	-zajęcia teatralne z elementami choreografii -zajęcia z elementami tańca i śpiewu	-trening zaradności życiowej (nauka prania, prasowania, składania ubrań), trening higieniczny samoobsługi (nauka mycia się i ubierania, sznurowania i zakładania butów i odzieży)	-zajęcia z podstaw nauki języka angielskiego w mowie i piśmie, -zajęcia indywidualne (nauka samodzielnego mycia się i ubierania, dbania o wygląd zewnętrzny), -zajęcia indywidualne (nauka sznurowania i zakładania butów)	Przerwa obiadowa trening higieniczny samoobsługi (nauka doskonalenia ubierania, dbania o wygląd zewnętrzny), -zajęcia indywidualne (nauka sznurowania i zakładania butów)
14.30-15.00	-trening zaradności życiowej (nauka prania, prasowania, składania ubrań), trening higieniczny samoobsługi (nauka doskonalenia samodzielnego mycia się i ubierania), -nauka obsługi urządzeń gospodarstwa domowego	-gry i zabawy świetlicowe, panele dyskusyjne, -ćwiczenia indywidualne (segregowanie, porównywanie, klasyfikowanie na konkretnych)	-gry i zabawy świetlicowe, -panele dyskusyjne	-poradnictwo psychologiczne (rozwiązywanie problemów zajęcia indywidualne lub grupowe), -pomoc w rozwiązywaniu osobistych trudności w relacjach z kolegami, rodzicami i sąsiadami	-gry i zabawy świetlicowe, -panele dyskusyjne, -zajęcia indywidualne, -zajęcia z elementami tańca, śpiewu i choreografii
15.00-15.30	-prace porządkowe (dbanie o estetyczny wygląd ŚDS), -uzupełnianie dokumentacji	-prace porządkowe, (dbanie o estetyczny wygląd ŚDS), -uzupełnianie dokumentacji	-prace porządkowe, (dbanie o estetyczny wygląd ŚDS), -uzupełnianie dokumentacji	-prace porządkowe, (dbanie o estetyczny wygląd ŚDS), uzupełnianie dokumentacji	-prace porządkowe, (dbanie o estetyczny wygląd ŚDS), -uzupełnianie dokumentacji
15.30-16.00	Organizacja dowozu	Organizacja dowozu	Organizacja dowozu	Organizacja dowozu	Organizacja dowozu

Powyższy harmonogram uzupełniany jest w planie działalności wydarzeniami integracyjnymi, kulturalnymi i rozrywkowymi