

Uchwała Nr *V-88/2015*  
Zarządu Powiatu Wołomińskiego  
z dnia *28 kwietnia 2015 r.*

w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy na rok 2015 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 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 ze zm.) Zarząd Powiatu Wołomińskiego uchwała, 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 2015 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.



*[Signature]*  
STAROSTA  
Kazimierz Rakowski

*[Signature]*  
DYREKTOR  
Powiatowego Centrum  
Pomocy Rodzinie  
w Wołominie  
Maciej Burakowski

RADCA PRAWNY  
WA-8661  
*[Signature]*  
Anna Kłosowska

## ROZNY PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W RADZYMINIE NA ROK 2015

<b>Zajęcia artystyczno - plastyczne</b>	<b>CELE (wszystkie)</b>
<p>Ozdabianie jajek wielkanocnych</p> <p>Karnety świąteczne (wielkanocne).</p> <p>Wielkanocne pisanki – technika dowolna.</p> <p>Wykonywanie dekoracji wiosennej.</p> <p>Biedronka z Filcu</p> <p>Pingwin z brystolu - praca z szablonem</p> <p>Jeżyk-wyklejanka z tkaniny i wełny</p> <p>Filcowe kwiaty na wykałaczkach</p> <p>Kwiatowy stroik z wykorzystaniem jabłka jako podstawy</p> <p>”Dzień Kobiet” – tworzenie biżuteryjnych upominków.</p> <p>”Dzień Matki” – laurka z życzeniami.</p> <p>”Kwitnące drzewko” – wydzieranka z elementami przestrzennymi z bibuły.</p> <p>Przygotowywanie letniej dekoracji pracowni.</p> <p>Papierowy koszyk z zajaczkami praca przestrzenna</p> <p>Ryba z kieszonką - praca z tkaniną</p> <p>Zajaczek z szyszki</p> <p>Kot ze skarpetki-maskotka</p> <p>Papierowy cudak z wiszącymi nogami</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- ćwiczenie sprawności manualnej oraz koordynacji wzrokowo-ruchowej;</li><li>- nauka bezpiecznego korzystania z narzędzi i przyborów znajdujących się w pracowni;</li><li>- utrwalenie wiedzy wcześniej zdobytej przez powtarzanie pewnych czynności</li><li>- kształcenie umiejętności posługiwania się środkami plastycznymi</li><li>- aktywizacja uczestników zajęć</li><li>- kształtowanie postaw koleżeńskich przez pracę w zespole</li><li>- poznawanie zagadnień z zakresu sztuki dawnej i współczesnej</li><li>- posługiwanie się różnymi narzędziami plastycznymi</li><li>- poznawanie technik plastycznych od strony teorii i praktyki</li><li>- pogłębianie wiedzy o sztuce współczesnej i dawnej</li><li>- nauka obserwacji</li><li>- doskonalenie naśladownictwa i odtwórczych zdolności</li><li>- budowanie poczucia odpowiedzialności za własną pracę</li><li>- budowanie poczucia piękna i harmonii</li><li>- budowanie poczucia własnej wartości</li></ul>



Podstawki w stylu śródziemnomorskim - decoupage	poprzez pracę
Jeżyk eko z kartonu i spinacz	- zapamiętywanie wiadomości
Kiść winogron - dekoracja flakon	- kształtowanie kreatywnej postawy i rozwijanie inicjatywy twórczej
Owady- praca relief z wykorzystaniem orzeszków i suszonych plasterów cytryny	- poznawanie sztuki dawnej - reprodukcje
Aniołek z kartonu ozdobiony serwetkami	- poznawanie zasad kompozycji
Szyszkowa choinka z koralikami	- kształtowanie spostrzegawczości
Serwetnik bożonarodzeniowy - choinka	- wyrabianie dobrego smaku estetycznego
Ozdoby choinkowe -technika dowolna	- rozwój wyobraźni przestrzennej
„O żabkach w czerwonych czapkach” - barwy kontrastowe - praca malarska	- nauka pracy w zespole
Polska sztuka współczesna -śledzenie najważniejszych wydarzeń	- kształtowanie wrażliwości na piękno kształtów
Światowa sztuka współczesna - praca z tekstem	- rozwijanie ekspresji wypowiedzi
Co to jest historia sztuki? poznawanie pojęć sztuka, malarstwo pejzażowe, portretowe, historyczne	- dostrzeganie wartości art. w poszczególnych formach
Kalkografia -poznawanie nowej formy grafiki	- stosowanie zdobytych wiadomości w pracy twórczej i odtwórczej
Dekoracja jesienna – tworzenie elementów jesiennego wystroju pracowni.	- poczucie uczestnictwa w kulturze
Kopiewanie dzieł mistrzów	- poznawanie nowych dzieł i nazwisk twórców
Mozaika z kolorowych kwadratów	- umiejętność rozpoznawania własnych uczuć zapoznanie się z pojęciem stylu w sztuce
Wazon z papieru decoupage	- ćwiczenie umiejętności prawidłowego posługiwania się narzędziami oraz materiałami;
Filcowe ozdoby na choinkę	- doskonalenia umiejętności wykonywania prostych czynności technicznych taki jak: rysowanie, odrysowywanie, wycinanie, klejenie;
Ikony - praca w technice decoupage	- poznawanie nowych technik i utrwalanie wcześniej poznanych
”Ryбки w akwarium” – origami płaskie.	
”Ulubione zwierzątko” – zawieszki z filcu.	



<p>”Gwiazdka” – tworzenie form przestrzennych metodą origami.</p> <p>Karnety świąteczne (bożonarodzeniowe).</p> <p>Dekoracja zimowa – wykonywanie zimowej dekoracji pracowni plastycznej.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozwijanie wyobraźni i aktywności twórczej</li> <li>- wdrażanie do przestrzegania podstawowych zasad estetyki wykonywanych prac;</li> <li>- kształtowanie umiejętności planowania przeznaczenia i wykorzystywania zrobionych przez siebie prac;</li> <li>- budzenie poczucia odpowiedzialności i satysfakcji z wykonanej pracy.</li> <li>- nauka spędzania czasu wolnego w sposób twórczy</li> <li>- nauka bezpiecznego korzystania z narzędzi i przyborów znajdujących się w pracowni</li> <li>- poznawanie nowych technik i utrwalanie wcześniej poznanych</li> <li>- kształtowanie umiejętności współdziałania w grupie i wzajemnego poszanowania</li> </ul>
---	--

### TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH I INTERPERSONALNYCH

TEMATY ZAJĘĆ	CELE SZCZEGÓŁOWE
Normy społeczne	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) ugruntowanie zachowań aprobowanych społecznie</li> <li>b) kultura zachowania</li> </ul>
Zasady dobrej i bezpiecznej współpracy w grupie.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) ustalenie zasad współdziałania w grupie</li> <li>b) budowanie atmosfery bezpieczeństwa i wzajemnego zaufania niezbędnych do kreatywnych działań</li> <li>c) kształtowanie poczucia współodpowiedzialności za funkcjonowanie grupy</li> <li>d) rozwijanie umiejętności podejmowania wspólnych decyzji</li> </ul>
Prace grupowe (prace z tekstem, dyskusje, materiały filmowe)	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) nauka współdziałania, komunikowania się w</li> </ul>



	<p>grupie, radzenia sobie z sytuacjami konfliktowymi, praca nad przestrzeganiem zasad</p>
<p>Integracja i współpraca w grupie teatralnej.</p>	<p>a) kształtowanie wzajemnej uważności, nauka reagowania na sygnały wysyłane przez innych członków grupy aktorskiej</p> <p>b) kształtowanie umiejętności współpracy w parze</p> <p>c) rozwijanie zdolności współpracy w grupie – wspólny proces twórczy</p>
<p>Wystąpienia przed grupą</p>	<p>a) osvajanie się przed mówieniem do grupy</p> <p>b) radzenie sobie z sytuacją stresową,</p> <p>c) samokontrola, radzenie sobie z emocjami</p> <p>d) nabycie większej pewności siebie i wiary we własne możliwości;</p>
<p>Jaki, jaka jestem?</p>	<p>a) świadomość siebie / poznanie siebie</p>
<p>„Ja też jestem kimś ważnym” – samoakceptacja.</p>	<p>a) budowanie pozytywnej samooceny</p> <p>b) poznawanie swoich mocnych stron i możliwości</p> <p>c) rozwijanie poczucia przynależności do grupy</p>
<p>Radzenie sobie z nieśmiałością.</p>	<p>a) budowanie poczucia bezpieczeństwa i otwartości</p> <p>b) zachęcanie do spontanicznych zachowań</p> <p>c) kształtowanie umiejętności nawiązywania i podtrzymywania rozmowy</p>
<p>Sytuacja konfliktu, podważenia zdania, opinii</p>	<p>a) radzenie sobie z krytyką;</p> <p>b) kształtowanie umiejętności rozpoznawania i identyfikowania stanów emocjonalnych</p>
<p>Rozwijanie umiejętności społecznych:</p>	<p>a) rozróżnianie uczuć</p> <p>b) wyrażanie gniewu i</p>

<p>słuchania, zadawanie pytań, odmawiania, inicjowania rozmowy, dyskutowania, reagowanie w sposób akceptowany społecznie na krytykę, wyrażanie krytyki, radzenie sobie z uczuciami</p>	<p>rozczarowania, c) mówienia komplementów...);</p>
<p>Poszerzanie wiedzy na temat funkcjonowania ludzkiego organizmu;</p>	<p>a) nabycie podstawowych wiadomości o funkcjonowaniu psychicznym i biologicznym człowieka</p>
<p>Ćwiczenia pantomimiczne</p>	<p>a) rozumienie uczuć własnych oraz innych na podstawie przekazu niewerbalnego;</p>
<p>Jak komunikować się bez słów – mowa ciała.</p>	<p>a) kształtowanie samoświadomości w sferze osobowościowej i emocjonalnej b) nauka otwartego wyrażania swoich przeżyć za pomocą gestów i mimiki c) rozwijanie umiejętności odczytywania mowy ciała</p>
<p>Dyskusja na temat problemowy</p>	<p>a) analiza sytuacji trudnych i wspólne szukanie rozwiązań, b) ćwiczenie swobodnego wypowiedzania się;</p>
<p>Zajęcia prasowe – tematyka popularnonaukowa, zagadnienia społeczne, interpersonalne</p>	<p>a) kształtowanie umiejętności czytania ze zrozumieniem, b) umiejętność podejmowania, swobodnej dyskusji c) zwiększanie poziomu wiedzy ogólnej d) kształtowanie umiejętności poszukiwania konkretnych informacji</p>
<p>Warsztaty z zakresu mechanizmów przeżywania emocji</p>	<p>a) kształtowanie umiejętności rozpoznawania i identyfikowania stanów emocjonalnych b) kształtowanie umiejętności nazywania emocji c) kształtowanie umiejętności regulacji emocji w różnych kontekstach</p>



## TRENING FUNKCJONOWANIA W CODZIENNYM ŻYCIU

PROGRAM	CELE
1. Kształtowanie umiejętności i planowania wydatków i dokonywanie zakupów.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kształtowanie i rozwijanie umiejętności i rozpoznawania nominałów</li> <li>• Kształtowanie umiejętności znajomości wartości pieniędzy</li> <li>• Kształtowanie umiejętności samodzielnego planowania wydatków i dokonywania zakupów</li> </ul>
2. Trening codziennych umiejętności praktycznych w domu (sprząatanie, pranie, etc.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nabywanie umiejętności praktycznych w tym zakresie</li> </ul>
3. Trening w zakresie wyglądu zewnętrznego i higieny osobistej	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kształtowanie świadomości wizerunku, ważności i umiejętności dbania o siebie.</li> </ul>
4. Doskonalenie i utrwalenie umiejętności z zakresu przemieszczania się	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kształtowanie umiejętności zachowania się w miejscach publicznych</li> <li>• Trening orientacji w czasie i przestrzeni</li> </ul>
5. Doskonalenie i utrwalenie umiejętności z zakresu zaradności w ubieraniu się	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utrwalenie umiejętności samodzielnego ubierania wszystkich elementów garderoby, sznurowanie, wiązanie, rozróżnienia przodu i tyłu, strony prawej i lewej</li> <li>• Utrwalenie umiejętności dopasowania odzieży do panujących warunków atmosferycznych</li> </ul>
6. Mam sprawę – nie ma sprawy – trening zachowań w instytucjach użyteczności publicznej	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rozwijanie asertywności i umiejętności artykułowania potrzeb</li> <li>• zmniejszanie oporów i tremy związanej z załatwianiem spraw urzędowych</li> <li>• zwiększanie znajomości norm i zasad obowiązujących w instytucjach czasu wolnego</li> </ul>
10. Nauka norm społecznych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ugruntowanie zachowań aprobowanych, zasad savoir vivru</li> </ul>

## TRENING KULINARNY

<p>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>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</p>
---	---



	dotyczące walorów odżywczych przygotowywanych posiłków. Mocno akcentowane są higiena oraz czystość podczas przygotowywania posiłków jak i samej konsumpcji.
--	---

## TRENING UMIEJETNOŚCI SPEDZANIA WOLNEGO CZASU

<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gry edukacyjne, telewizyjne i multimedialne.</li> <li>2. Zagadki, krzyżówki, łamigłówki.</li> <li>3. Biblioterapia (opowiadania, artykuły, książki).</li> <li>4. Organizowanie konkursów z różnych dziedzin.</li> <li>5. Zajęcia filmowe</li> <li>6. Rozmowy tematyczne.</li> <li>7. Zajęcia sportowe.</li> <li>8. Zajęcia aktywizujące – fizyczne mogą poprzedzać zajęcia dydaktyczne lub być autonomiczne.</li> <li>9. Tenis stołowy, piłkarzyki, zabawy z piłką, badminton.</li> </ol>	<p>CELE:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kształtowanie i utrwalanie wiedzy na temat kreatywnych spędzania czasu wolnego.</li> <li>- wdrażanie i aktywizowanie w zakresie różnych form: biblioterapia, gry towarzyskie i edukacyjne, pogadanki, zajęcia filmowe, zajęcia edukacyjne;</li> <li>- kształtowanie umiejętności koncentracji oraz skupienia;</li> <li>- poszerzanie wiedzy ogólnej (historia, geografia, przyroda);</li> <li>- nabywanie i trenowanie umiejętności dokonywania podstawowych działań matematycznych (dodawanie i odejmowanie);</li> <li>- kształtowanie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie na zasadach otwartości, partnerstwa i tolerancji</li> <li>- ćwiczenie umiejętności wyciągania wniosków;</li> <li>- usprawnianie funkcjonowania w grupie.</li> <li>- ćwiczenie umiejętności koncentracji i skupienia.</li> <li>- ćwiczenie spostrzegawczości i pamięci;</li> <li>- ćwiczenie umiejętności myślenia przyczynowo – skutkowego oraz myślenia logicznego.</li> <li>- zdobywanie wiedzy z różnych dziedzin nauki (historia, geografia, przyroda).</li> <li>- kształtowanie umiejętności pracy w grupach (szacunek, tolerancja, współdziałanie).</li> <li>- dokonywanie oceny postępowania głównych bohaterów.</li> <li>- ćwiczenie pamięci (streszczenie filmu).</li> </ul>
---	--

## ZAJĘCIA MODELARSKO - STOLARSKIE



l.p	RODZAJ ZAJĘĆ	CELE SZCZEGÓŁOWE
1	Szkolenie z zakresu BHP w pracowni stolarsko - modelarskiej.	Nabywanie umiejętności prawidłowego i bezpiecznego korzystania z narzędzi i elektronarzędzi dostępnych w pracowni stolarsko-modelarskiej.
2	Odnawianie kostki brukowej przed ośrodkiem.	nabywanie umiejętności obsługi skrobaków do kostki brukowej. usuwanie ziemi i mchu spomiędzy kostki brukowej.
3	Porządkowanie pracowni stolarsko-modelarskiej.	nabywanie przyzwyczajenia każdorazowego czyszczenia i konserwacji narzędzi. nabywanie przyzwyczajenia sprzątania i zmiatania pozostałości po pracach stolarskich.
4	Dalsze wieszanie nowo nabytych narzędzi na tablicy narzędziowej.	nabywanie umiejętności rozplanowania i wieszania narzędzi za pomocą haków wkręcanych gwintowanych.
5	Coroczna konserwacja okuć meblowych.	nabywanie umiejętności dokręcania śrub mocujących w szufladach. nabywanie umiejętności regulacji zawiasów drzwiczek za pomocą śrub regulujących.
6	Budowa prostych instrumentów muzycznych.	kształtowanie umiejętności wiercenia otworów za pomocą wiertarki elektrycznej. kształtowanie umiejętności obróbki i skrawania elementów drewnianych przy pomocy tokarki. kształtowanie umiejętności nanoszenia powłoki lakierniczej. nabywanie umiejętności szlifowania za pomocą papieru ściernego o różnej gradacji.
7	Budowa prostych gier planszowych.	nabywanie umiejętności cięcia przy użyciu pił ręcznych i wyrzynarek elektrycznych. kształtowanie umiejętności obróbki i skrawania elementów drewnianych przy pomocy tokarki. nabywanie umiejętności szlifowania za pomocą papieru ściernego o różnej gradacji.
8	Przygotowywanie szopki i ozdób bożonarodzeniowych.	Nabywanie umiejętności cięcia przy użyciu pił ręcznych i wyrzynarek elektrycznych.
9	Budowa małych gier	Nabywanie umiejętności cięcia przy użyciu pił ręcznych i

9	zręcznościowych.	wyrzynarek elektrycznych.
		Nabywanie umiejętności woskowania drewna.
		Kształtowanie umiejętności twórczego myślenia.
10	Budowa latawców.	Nabywanie umiejętności cięcia przy użyciu pił ręcznych i wyrzynarek elektrycznych.
		Kształtowanie umiejętności malowania i dekorowania.
		Nabywanie umiejętności klejenia drewna i papieru.
		Nabywanie umiejętności wykonywania połączeń wiązanych.
11.	Budowa prostych skrzynek i pojemników.	Nabywanie umiejętności klejenia drewna.
		Nabywanie umiejętności wykonywania połączeń grzebieniowych.
12	Wycinanie puzzli z drewna.	Nabywanie umiejętności cięcia przy użyciu pił ręcznych i wyrzynarek elektrycznych.
13	Budowa wieszaka na mopy i szczotki.	Nabywanie umiejętności cięcia przy użyciu pił ręcznych i wyrzynarek elektrycznych.
14	Budowa stolnicy do wyrabiania ciasta.	Nabywanie umiejętności cięcia przy użyciu pił ręcznych i wyrzynarek elektrycznych.
15	Drobne naprawy i konserwacja wózka inwalidzkiego.	Nabywanie umiejętności klejenia drewna i papieru.
16	Oprawianie trzonków przy narzędziach ogrodniczych.	Nauka strugania i pasowania elementów drewnianych.
17	Budowa drewnianego serwetnika.	Nabywanie umiejętności cięcia przy użyciu pił ręcznych i wyrzynarek elektrycznych.
		Nabywanie umiejętności klejenia drewna i papieru.
18	Wycinanie ozdobnego krzyża z drewna.	Nabywanie umiejętności cięcia przy użyciu pił ręcznych i wyrzynarek elektrycznych.
19	Nauka ozdobnego wypalania w drewnie.	Kształtowanie umiejętności malowania i dekorowania.
20.	Budowa prostego gwizdka i fletu.	kształtowanie umiejętności nanoszenia powłok lakierniczych.
21	Budowa lampy elektrycznej z drewna rzeźbionego i	kształtowanie umiejętności nanoszenia powłok lakierniczych.

21	bambusa.	Kształtowanie umiejętności malowania i dekorowania.
		Nabywanie umiejętności cięcia przy użyciu pił ręcznych i wyrzynarek elektrycznych.
22	Budowa Świecznika z bambusa na tealight'y.	kształtowanie umiejętności nanoszenia powłok lakierniczych.
		Nabywanie umiejętności cięcia przy użyciu pił ręcznych i wyrzynarek elektrycznych.
		Kształtowanie umiejętności malowania i dekorowania.
24	Budowa prostych zabawek z drewna.	Nabywanie umiejętności cięcia przy użyciu pił ręcznych i wyrzynarek elektrycznych.
		kształtowanie umiejętności nanoszenia powłok lakierniczych.
25	Wycinanie wisiorów na szyję.	kształtowanie umiejętności nanoszenia powłok lakierniczych.
		Kształtowanie umiejętności malowania i dekorowania.
		nabywanie umiejętności szlifowania za pomocą papieru ściernego o różnej gradacji.

#### CELE GŁÓWNE

- 1) Rozwijanie umiejętności korzystania z narzędzi i elektronarzędzi.
2. Rozwijanie wiedzy z zakresu BHP w warunkach pracy w stolarni.
3. Rozwijanie umiejętności konserwacji sprzętów i urządzeń domowych.
4. Rozwijanie zdolności budowy prostych narzędzi, zabawek, sprzętów z drewna
5. Rozwijanie umiejętności konserwacji i malowania drewna.
6. Rozwijanie twórczego myślenia.

#### ZAJĘCIA BOTANICZNO - OGRODNICZE

PROGRAM	CELE
1. Szkolenie z zakresu BHP w pracowni przyrodniczo-ogrodniczej	a) nauka umiejętności współpracy.
2. Przypomnienie wiadomości z zakresu prac ogrodniczych w okresie wiosennym, letnim, jesiennym oraz zimowym,	b) utrwalanie umiejętności posługiwania się narzędziami ogrodniczymi



<p>3. Przypomnienie i utrwalanie podstawowych czynności ogrodniczych (sadzenie, podlewanie, spryskiwanie, nawożenie, pielenie, rozsadzanie, przycinanie.)</p> <p>4. Zdobywanie wiedzy dotyczącej możliwości współwystępowania roślin</p> <p>5. Nauka wykorzystywania roślin do celów estetycznych</p> <p>6. Prace wiosenne w ogrodzie: porządkowanie po zimie, grabienie, pielenie, sadzenie kwiatów.</p> <p>7. Obserwowanie zachodzących zmian podczas wzrastania poszczególnych roślin.</p> <p>8. Prace letnie w ogrodzie: korowanie, koszenie trawy, grabienie trawy, pielenie i troska o rośliny.</p> <p>9. Prace jesienne w ogrodzie: kopczykowanie krzewów, grabienie liści, przycinanie krzewów.</p> <p>10. Prace zimowe w ogrodzie: odśnieżanie ogrodu, odśnieżanie terenu wokół placówki doglądanie krzewów</p> <p>11. Prace wewnątrz ośrodka : przesadzanie kwiatów doniczkowych, zasilanie kwiatów.</p>	<p>c) uwrażliwianie na piękno przyrody i świat roślin</p> <p>d) doskonalenie umiejętności samodzielnego wykonywania prostych prac we własnym ogródku</p> <p>e) dbanie o wspólne dobro.</p> <p>f) wyrabianie nawyku systematyczności poprzez pielęgnację roślin .</p>
<p>12. Zapoznanie z "Batikiem"- techniką wykonywania prac na płótnie z wykorzystaniem wosku pszczelego.</p> <p>13. Omówienie materiałów potrzebnych do wykonania prac techniką „Batik”</p> <p>14. Omówienie kolejnych czynności wykonywanych podczas tworzenia batiku.</p> <p>15. Wykonanie pierwszej pracy instruktarskiej.</p> <p>16. Wykonywanie prac przez uczestników.</p>	<p>g) Poznanie nowej techniki. Doskonalenie zdolności manualnych. Ćwiczenie cierpliwości i dokładności.</p>
<p>17. Wykonywanie świec ozdobnych:</p> <p>a) zapoznanie z nową techniką .</p> <p>b) zapoznanie z kolejnością wykonywanych czynności</p>	<p>h) Doskonalenie zdolności manualnych. Ćwiczenie dokładności i pomysłowości</p>
<p>18. Wprowadzenie w świat zwierząt.</p> <p>19. Zapoznanie z najpopularniejszymi gatunkami fauny wszystkich kontynentów</p> <p>20. Zwierzęta Polski</p>	<p>i) Poznanie różnych gatunków zwierząt z całego świata i z naszego kraju</p> <p>j) Założenie albumu – NASZE ZOO z rysunkami zwierząt wykonanymi przez uczestników oraz krótkimi opisami</p> <p>k) Doskonalenie zdolności manualnych</p>

## Aktywności kulturalno – rekreacyjne

Wśród licznych aktywności kulturalno - rekreacyjnych planowane są:

1. Trzydniowa wycieczka – do Malborka, Sopotu i Gdyni. W tym celu został złożony w ub. roku wniosek do PFRON w Wołominie o dofinansowanie przedsięwzięcia.
2. Udział przynajmniej w dwóch imprezach sportowo – integracyjnych w m/in w Ostrowi Mazowieckiej.
3. Aktywny udział przynajmniej w jednej imprezie o charakterze artystyczno- estradowym – np. „Przeгляд Twórczości Osób Niepełnosprawnych w Wołominie”

### Częstotliwość poszczególnych zajęć

Zajęcia, które odbywają się **codziennie**

*Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych*

oraz *Trening zaradności życiowej* 15 - 20 godz. tyg. (3- 4 h x 5 dni)

*Trening kulinarny* 20 - 25 godz. tyg. (4 - 5 h x 5 dni)

*Zajęcia artystyczno- plastyczne* 20 – 25 godz. tyg. (4 - 5 h x 5 dni)

*Zajęcia porządkowe* 5 – 7 godz. tyg. (1 - 1,5 x 5 dni)

Zajęcia odbywające się z **mniejszą częstotliwością**

*Zajęcia modelarsko – stolarskie* 12 - 20 godz. tyg. (po 4 - 5 h x 3- 4 dni)

*Zajęcia botaniczno – ogrodnicze* 12 - 20 godz. tyg. (po 4 - 5 h x 3- 4 dni)

*Zajęcia społeczności* 1 raz w tygodniu 1 - 1,5 h dla wszystkich uczestników

*Trening umiejętności spędzania czasu wolnego w tym: sportowe, gimnastyka, gry i zabawy planszowe, zaj. filmowe*

*min. 2 x w tygodniu pomiędzy zajęciami lub po zajęciach*

1. Zajęcia w Środowiskowym Domu Samopomocy odbywają się w grupach 5 - 8 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 ale też 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  
tel. (022) 786-54-74  
NIP: 113-10-79-818, REGON: 040013098

**KIEROWNIK**  
Środowiskowego Domu Samopomocy  
Caritas DWP w Radzyminie  
*Jarostaw Zahucki*  
mgr Jarostaw Zahucki