

UCHWAŁA NR V-49/2014
ZARZĄDU POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO
z dnia 28. marca 2014 r.

w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy na rok 2017 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 2016 r. poz. 814 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 2017 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
WA-10159

Monika Dąbrowska

ROCZNY PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W RADZYMINIE NA ROK 2017

ZAJĘCIA ARTYSTYCZNO- PLASTYCZNE	CELE (wszystkie)
<p>Szkolenie z zakresu BHP w pracowni artystyczno-plastycznej.</p> <p>„Zimowy krajobraz” – malowanie pastą do zębów.</p> <p>Dzień Babci - laurka</p> <p>Dzień Dziadka - laurka</p> <p>”Polarowy bałwanek” – pluszowa ozdoba zimowa.</p> <p>Walentynki – szmaciane serduszka</p> <p>”Dzień Kobiet” – tworzenie biżuteryjnych upominków.</p> <p>Prace o tematyce wiosennej.</p> <p>Wiosenne kwiaty – technika malowania świecą</p> <p>Dekoracja wiosenna – wykonywanie wiosennej dekoracji pracowni.</p> <p>Palma wielkanocna z krepiny, suszonych kwiatów itp.</p> <p>„Pani Wiosna” – wydrapywanka</p> <p>Wielkanocne pisanki – technika dowolna.</p> <p>Kwiaty metodą collage ze strużyn kredek,</p> <p>”Baranek” – praca z masą plastyczną.</p> <p>”Dzień Matki” – karnety z życzeniami.</p> <p>Wykonywanie dekoracji pracowni o tematyce</p>	<ul style="list-style-type: none"> - nauka bezpiecznego korzystania z narzędzi i przyborów znajdujących się w pracowni - ćwiczenie sprawności manualnej oraz koordynacji wzrokowo-ruchowej; - utrwalenie wiedzy wcześniej zdobytej przez powtarzanie pewnych czynności - kształcenie umiejętności posługiwania się środkami plastycznymi - aktywizacja uczestników zajęć - kształtowanie postaw koleżeńskich przez pracę w zespole - poznawanie zagadnień z zakresu sztuki dawnej i współczesnej - posługiwanie się różnymi narzędziami plastycznymi - poznawanie technik plastycznych od strony teorii i praktyki - pogłębianie wiedzy o sztuce współczesnej i dawnej - nauka obserwacji - doskonalenie naśladownictwa i odtwórczych zdolności - budowanie poczucia odpowiedzialności za własną pracę - budowanie poczucia piękna i harmonii - budowanie poczucia własnej wartości



<p>letniej.</p> <p>Szmacianki przytulanki – praca krawiecka.</p> <p>Obraz 3D z motyli.</p> <p>Przygotowywanie jesiennej dekoracji pracowni plastycznej.</p> <p>Wyklejanie z plasteliny gotowych rysunków jesiennych.</p> <p>Kolaż z darów natury.</p> <p>Róże z liści (bukiet). Korale z jarzębiny.</p> <p>Mozaika z liści – temat dowolny.</p> <p>Bombki z tiulu.</p> <p>Ozdoby choinkowe -technika dowolna</p> <p>Dekoracja zimowa – tworzenie elementów zimowego wystroju pracowni.</p> <p>Tworzenie kart świątecznych: Wielkanocnych, Bożonarodzeniowych</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.</p> <p>Poznawanie wirtualne Galerii i Muzeów świata.</p>	<p>poprzez pracę</p> <ul style="list-style-type: none"> - zapamiętywanie wiadomości - kształtowanie kreatywnej postawy i rozwijanie inicjatywy twórczej - poznawanie sztuki dawnej - reprodukcje - poznawanie zasad kompozycji - kształtowanie spostrzegawczości - wyrabianie dobrego smaku estetycznego - rozwój wyobraźni przestrzennej - nauka pracy w zespole - kształtowanie wrażliwości na piękno kształtów - rozwijanie ekspresji wypowiedzi - dostrzeganie wartości art. w poszczególnych formach - stosowanie zdobytych wiadomości w pracy twórczej i odtwórczej - poczucie uczestnictwa w kulturze - ćwiczenie umiejętności prawidłowego posługiwania się narzędziami oraz materiałami; - doskonalenia umiejętności wykonywania prostych czynności technicznych taki jak: rysowanie, odrysowywanie, wycinanie, klejenie; - poznawanie nowych technik i utrwalanie wcześniej poznanych - rozwijanie wyobraźni i aktywności twórczej - kształtowanie umiejętności planowania przeznaczenia i wykorzystywania zrobionych przez siebie prac;
--	--

	<ul style="list-style-type: none"> - budzenie poczucia odpowiedzialności i satysfakcji z wykonanej pracy. - nauka spędzania czasu wolnego w sposób twórczy - poznanie nowej techniki. Doskonalenie zdolności manualnych. Ćwiczenie cierpliwości i dokładności - kształtowanie umiejętności współdziałania w grupie i wzajemnego poszanowania
--	--

TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH I INTERPERSONALNYCH

TEMATY ZAJĘĆ	CELE
<p>1) Rozwijanie umiejętności społecznych</p> <p>a) <i>Rozwijanie umiejętności komunikacyjnych n/w zakresach:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - nawiązywanie, podtrzymywanie i kończenie rozmowy (umiejętność rozpoznawania sygnałów zachęcających i zniechęcających do rozmowy) - zadawanie pytań, udzielanie odpowiedzi, uważne słuchanie - posługiwanie się zwrotami grzecznościowymi adekwatnie do sytuacji - budowanie wypowiedzi, formułowanie opinii, prowadzenie dyskusji - normy społeczne, adekwatne zachowania w miejscach publicznych, zgodne z przyjętymi zasadami akceptowanymi społecznie <p>b) <i>Rozwijanie znajomości i świadomości komunikacji niewerbalnej (zwracanie uwagi na wygląd</i></p>	<p>Cele ogólne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozwijanie skutecznej i sprawnej komunikacji - zwiększenie umiejętności nawiązywania i podtrzymywania rozmowy - 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 norm i zasad funkcjonowania w grupie oraz zasad współżycia społecznego - rozumienie związków przyczynowo-skutkowych - zwiększenie koncentracji uwagi - podniesienie poziomu koordynacji

zewnątrzny, gestykulację, kontakt wzrokowy, pozycję ciała, mimikę...)

c) Rozwijanie umiejętności radzenia sobie z emocjami w zakresie:

- rozpoznawania i nazywania emocji
- wyrażania uczuć
- radzenia sobie w nowych i trudnych sytuacjach
- kształtowania właściwej reakcji na krytykę i pochwałę
- okazywania wyrozumiałości i szacunku dla innych

d) Rozwijanie umiejętności postępowania w sytuacji konfliktu; przedstawianie własnego stanowiska; negocjowanie; wypracowanie kompromisu

e) Rozwijanie umiejętności współpracy; komunikowanie się w grupie; wspólne poszukiwanie rozwiązań

f) Zwiększenie świadomości swoich mocnych i słabych stron; podnoszenie i ugruntowanie poczucia własnej wartości

2) Trening funkcji poznawczych w zakresie: koncentracji, rozumowania i logicznego myślenia, orientacji przestrzennej, pamięci, koordynacji wzrokowo-ruchowej

3) Rozbudzanie zainteresowań, rozwijanie umiejętności poszukiwania i selekcji informacji (korzystanie z internetu, prasy, książek...)

- zdrowie (zdrowy styl życia; funkcjonowanie organizmu człowieka...)

wzrokowo-ruchowej

- usprawnienie pamięci słuchowej i wzrokowej
- zwiększenie kompetencji językowych (werbalizowanie opinii, konstruowanie wypowiedzi, płynność językowa, wzbogacenie słownictwa...)
- rozbudzenie intelektualne i emocjonalne

Uczestnicy nabywają i ćwiczą nowe umiejętności poprzez:

- omówienie określonych umiejętności
- analizę przykładów, dyskusję
- odgrywanie ról i scenek
- oglądanie i analizę materiałów filmowych
- ćwiczenia na materiale abstrakcyjnym
- przygotowywanie materiałów do wypowiedzi lub gazetki ściennej
- gry zespołowe

<ul style="list-style-type: none"> - krajoznawstwo (atrakcje turystyczne) - odkrycia naukowe - mechanizmy pogodowe - znani ludzie - style muzyczne - reedukacja <p>4) Trening w zakresie wyglądu zewnętrznego i higieny osobistej</p> <p>5) Trening codziennych umiejętności praktycznych (sprzątanie, przygotowywanie prostych posiłków, przygotowanie się do wyjazdu...)</p> <p>6) Rozwijanie kreatywności i twórczego myślenia</p> <p>1.</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 elektroprzetu 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

<ol style="list-style-type: none"> 1. Gry edukacyjne, telewizyjne i multimedialne. 2. Zagadki, krzyżówki, łamigłówki. 3. Biblioterapia (opowiadania, artykuły, książki). 4. Organizowanie konkursów z różnych dziedzin. 5. Zajęcia filmowe 6. Rozmowy tematyczne. 7. Zajęcia sportowe. 8. Zajęcia aktywizujące – fizyczne mogą poprzedzać zajęcia dydaktyczne lub być autonomiczne. 9. Tenis stołowy, cymbergaj, piłkarzyki, zabawy z piłką, badminton. 	<p>CELE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kształtowanie i utrwalanie wiedzy na temat kreatywnego spędzania czasu wolnego. - wdrażanie i aktywizowanie w zakresie różnych form: biblioterapia, gry towarzyskie i edukacyjne, pogadanki, zajęcia filmowe, zajęcia edukacyjne; - kształtowanie umiejętności koncentracji oraz skupienia; - 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. - zdobywanie wiedzy z różnych dziedzin nauki (historia, geografia, przyroda). - nauka umiejętności dokonywania i wyrażania oceny postępowania głównych bohaterów. - ćwiczenie pamięci (streszczenie filmu).
--	--

ZAJĘCIA MODELARSKO-STOLARSKIE

PROGRAM	CELE
<p>✓ Szkolenie z zakresu BHP w pracowni stolarsko - modelarskiej.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Budowa koła garncarskiego 2. Oprawki na zdjęcia 3. Wisiorki z drewna na szyję 4. Ostrzenie noża do kosiarki 5. Półki ścienne 	<ol style="list-style-type: none"> a) Nabywanie umiejętności prawidłowego i bezpiecznego korzystania z dostępnych narzędzi i elektronarzędzi. b) Nabywanie umiejętności sprzątanania i zamiętania pozostałości po pracach stolarskich. c) Kształtowanie umiejętności wiercenia otworów za pomocą

<p>6. Tablica ekspozycyjna z płyty pilśniowej</p> <p>7. Anioł na ścianę</p> <p>8. Kalendarz urodzinowy wszystkich uczestników.</p> <p>9. Drewniana, ozdobna podstawa pod gorący garnek.</p> <p>10. Osłonka do kwiatów</p> <p>11. Odnawianie kostki brukowej przed ośrodkiem.</p> <p>12. Porządkowanie pracowni stolarsko-modelarskiej.</p> <p>13. Budowa prostych instrumentów muzycznych.</p> <p>14. Coroczna konserwacja okuć meblowych.</p> <p>15. Budowa prostych skrzynek i pojemników.</p> <p>16. Drobne naprawy i konserwacja wózka inwalidzkiego.</p> <p>17. Budowa drewnianych serwetników</p> <p>18. Budowa pergoli do ogrodu</p> <p>19. Naprawa drewnianych mebli ogrodowych</p> <p>22. Ramki na zdjęcia</p> <p>23. Drewniane breloczki do kluczy w kształcie serduszek</p>	<p>wiertarki elektrycznej.</p> <p>d) Kształtowanie umiejętności nanoszenia powłoki lakierniczej</p> <p>e) Nabywanie umiejętności szlifowania za pomocą papieru ściernego o różnej gradacji.</p> <p>f) Kształtowanie umiejętności obróbki i skrawania elementów drewnianych przy pomocy tokarki.</p> <p>g) Nabywanie umiejętności cięcia przy użyciu pił ręcznych i wyrzynarek elektrycznych.</p> <p>h) Nabywanie umiejętności odpylania i malowanie lakierem bezbarwnym.</p> <p>i) Nabywanie umiejętności woskowania drewna.</p> <p>j) Kształtowanie umiejętności twórczego myślenia.</p> <p>k) Nabywanie umiejętności klejenia drewna i papieru.</p> <p>l) Nabywanie umiejętności wykonywania połączeń wiązanych.</p> <p>m) Nabywanie umiejętności wykonywania połączeń grzebieniowych.</p> <p>n) Nauka strugania i pasowania elementów drewnianych.</p> <p>o) Kształtowanie umiejętności malowania i dekorowania.</p>
--	---

ZAJĘCIA BOTANICZNO - OGRODNICZE

PROGRAM	CELE
1. Szkolenie z zakresu BHP w pracowni przyrodniczo-ogrodniczej	a) Nabywanie umiejętności

<ol style="list-style-type: none"> 2. Porządkowanie terenu po zimie 3. Grabienie 4. Pielenie chwastów na rabatach przy wejściu głównym , przy salce sportowej i przy stolarni 5. Sadzenie nowych roślin 6. Przesadzanie krzewów na inne miejsca 7. Przcycinanie bukszpanów 8. Przcycinanie wierzby 9. Zamiatanie chodnika 10. Układanie nowych obrzeży oddzielających rabaty od trawnika 11. Koszenie trawy 12. Obsypywanie korą by zabezpieczyć ziemię przed nadmiernym wysychaniem i przed rozsiewaniem chwastów 13. Podlewanie ogrodu w okresach suchych 14. Usuwanie chwastów z chodnika 15. Montowanie pergoli wykonanej w pracowni stolarskiej. 16. Wysiewanie nowych roślin i rozsada młodych sadzonek 17. Dbanie o rośliny (oczyszczanie z zeschniętych liści, podsypywanie nawozem) 18. Zbieranie orzechów 19. Przcycinanie krzewów w okresie jesiennym 20. Kopczykowanie krzewów przed zimą 21. Grabienie opadłych liści 22. Odśnieżanie w okresie zimowym 23. Prace w budynku: 24. Podlewanie i pielęgnacja roślin doniczkowych 	<p>prawidłowego i bezpiecznego korzystania z dostępnych narzędzi ogrodniczych.</p> <ol style="list-style-type: none"> b) Nauka umiejętności współpracy. c) Utrwalanie umiejętności posługiwania się narzędziami ogrodniczymi d) Uwrażliwianie na piękno przyrody i świat roślin. e) Doskonalenie umiejętności samodzielnego wykonywania prostych prac w ogródku f) Dbanie o wspólne dobro. g) Wyrabianie nawyku systematyczności poprzez pielęgnację roślin . h) Doskonalenie zdolności manualnych. Ćwiczenie dokładności i pomysłowości
---	---

Aktywności kulturalno – rekreacyjne

Wśród licznych aktywności kulturalno - rekreacyjnych planowane są:

1. Trzydniowa wycieczka do Wrocławia (20,21,22.06.2017) 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 i Sokołowie Podlaskim.
3. Aktywny udział przynajmniej w jednej imprezie o charakterze artystyczno- estradowym – np. „Przegląd Twórczości Osób Niepełnosprawnych w Wołominie”

Częstotliwość poszczególnych zajęć

Zajęcia, które odbywają się **codziennie**

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**

Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych	12 - 16 godz. tyg.	(3- 4 h x 4 dni)
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, 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
NIP: 113-10-79-818, Regon 040013088
tel. /22/ 786 54 74

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
Caritas OWP w Radzyminie
mgr Jarosław Załucki
mgr Jarosław Załucki