

Tłuszcz, dn.23.01.2012 r

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

-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.

Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy Nr 3 w Tłuszczu informuje, że usługi określone w § 14 ww. rozporządzenia realizuje w następujący sposób:

- 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;
 - trening dbania o higienę podczas pracy w pracowni kulinarnej (mycie rąk)
- 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, nauka zmywania, nakrycie stołów;
 - zajęcia komputerowe (nauka obsługi komputera oraz posługiwanie się internetem);
 - zajęcia porządkowe (nauka sprzątania, dbanie o estetyczny wygląd ośrodka, nauka posługiwanie się pralką itp.);
 - zajęcia indywidualne (robienie osobistych zakupów przez uczestników poprzez wyjścia do sklepów, poznawanie wartości pieniądza);
 - zajęcia w ogrodzie (pielęgnacja roślin, rozwój indywidualnych uzdolnień, planowanie zagospodarowania ogródka, sianie roślin, podlewanie, pielienie ogródka; rośliny i warzywa zostają wykorzystane w pracowni kulinarnej);
- 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) pomoc w rozwiązywaniu osobistych trudności w relacjach z kolegami z Ośrodka,rodzicami, sąsiadami itp. ;

4. Trening umiejętności spędzania wolnego czasu realizowany jest poprzez:

-zajęcia czytelnicze (odwiedzanie biblioteki);

-zajęcia sportowe i taneczne w ośrodku bądź na boisku „ORLIK” w Tuszczu

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

-słuchanie muzyki relaksacyjnej;

- nauka szydełkowania, nauka doskonalenia wyszywania.

5. Poradnictwo psychologiczne realizowane jest poprzez:

-psychologa zatrudnionego w ŚDS

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:

-zajęć grupowych sportowych,

-zajęć z elementami tańca i choreografii

-spacery, wyjazdy.

8. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej realizowane są poprzez:

- zajęcia w pracowni artystyczno-plastycznej,

-zajęcia w pracowni kulinarnej,

-zajęcia w pracowni teatrano-tv,

-zajęcia w ogrodzie.

Usługi w Powiatowym Środowiskowym Domu Samopomocy Nr 3 w Tuszczu realizowane są w formie **indywidualnych i/lub zespołowych treningów**. Dobór formy zajęć zależy od przedmiotu treningu i aktualnych potrzeb, a także ogólnych możliwości. Większość zajęć odbywa się w formie grupowej, gdyż znacząca przewaga liczby uczestników nad liczbą pracowników uniemożliwia częste organizowanie zajęć indywidualnych. Na indywidualnej formie pracy skupia

się przede wszystkim zatrudniony w Placówce psycholog.

Dodatkowym obszarem treningu, szczególnie umiejętności nawiązywania kontaktów, podtrzymywania ich, prowadzenia rozmowy, są spotkania z uczestnikami innych środowiskowych domów samopomocy, stowarzyszeń oraz grup społecznościowych. Stąd Dom dba o utrzymywanie kontaktów z różnymi tego typu podmiotami, gdyż dostrzega pozytywny wpływ na integrację społeczną uczestników.

KIEROWNIK

mgr Agnieszka Brzostek

OGÓLNY HARMONOGRAM PLANU PRACY
Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy Nr 3 w Tuszczu

| Poniedziałek | Wtorek | Środa | Czwartek | Piątek |
|--|---|--|---|--|
| <p>8.00-8.45 organizacja dowozu oraz dyżurów</p> <p>8.45-10.30 zebranie całej grupy tzw. "społeczność" (w celu omówienia problemów, wypowiedzenie się na tematy związane z ŚDS)</p> <p>10.30-12.00 -zajęcia kulinarne</p> <p>12.00-12.30 -zajęcia ceramiczne</p> <p>przerwa obiadowa (estetyczne przygotowanie posiłku), trening nauki higieny przy stole.</p> <p>12.30-14.00 poradnictwo psychologiczne (rozwiązywanie problemów z zajęcia indywidualne i grupowe)</p> | <p>8.00-8.45 organizacja dowozu oraz dyżurów</p> <p>8.45-10.30 biblioterapia (zwiedzanie biblioteki, czytanie książek)</p> <p>10.30-12.00 -trening kulinarny</p> <p>-zajęcia ceramiczne</p> <p>-zajęcia teatralne</p> <p>12.00-12.30 -przerwa obiadowa</p> <p>-pogadanki na temat zdrowego odżywiania się</p> <p>12.30-14.00 trening umiejętności i trening higieniczny samoobsługi (nauka doskonalenia samodzielnego jedzenia, mycia się i ubierania)</p> | <p>8.00-8.45 organizacja dowozu oraz dyżurów</p> <p>8.45-10.30 trening umiejętności społecznych i interpersonalnych w ramach którego uczestnicy nabywają i doskonala umiejętności kontaktów i rozmowy)</p> <p>10.30-12.30 przerwa obiadowa</p> <p>trening kulinarny</p> <p>trening teatralny (seans filmowy- pogadanki po zakończonym filmie)</p> <p>12.30-13.30 przerwa obiadowa</p> <p>trening budżetowy (robienie zakupów, przygotowanie listy artykułów, poznanwanie wartosci pieniądza)</p> | <p>8.00-8.45 organizacja dowozu oraz dyżurów</p> <p>8.45-10.00 gry i zabawy świetlicowe</p> <p>10.00-12.00 przerwa obiadowa</p> <p>trening kulinarny (poznawanie przepisów kulinarnych, dobór artykułów spożywczych, przygotowanie posiłku)</p> <p>12.00-12.30 -zajęcia teatralne z elementami choreografii</p> <p>12.30-14.00 zajęcia z podstaw nauki języka angielskiego w ramach wolontariatu</p> | <p>8.00-8.45 organizacja dowozu oraz dyżurów</p> <p>8.45-10.30 trening zaradności życiowej (nauka doskonalenia prania, prasowania, składanie ubrań</p> <p>nauka dbania o wygląd zewnętrzny i czystość</p> <p>10.30-12.00 przerwa obiadowa</p> <p>trening kulinarny</p> <p>12.00-14.00 rehabilitacja ruchowa</p> <p>ćwiczenia ogólnokondycyjne przy muzyce z elementami choreografii</p> <p>zawody sportowe</p> <p>ćwiczenia relaksacyjne</p> <p>14.00-15.00 opracowanie ozdób okolicznościowych i dekoracji gazetek, prezentów urodzinowych</p> |

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| <p>14.00-15.00 -zajęcia komputerowe -zajęcia ogrodnicze(pielęgnacj a roślin doniczkowych, rozwój indywidualnych uzdolnień) 15.00-16.00 -organizacja czasu wolnego, -organizacja dowozu</p> | <p>14.00-15.00 poradnictwo psychologiczne (rozwiązywanie problemów zajęcia indywidualne i grupowe) 15.00-16.00 zajęcia porządkowe z podziałem na dyżury, organizacja dowozu.</p> | <p>13.30-14.30 spacer, pomoc w załatwieniu spraw urzędowych odwiedzanie dowolnego ośrodka kultury bądź sportu w Tuszczu 14.30-15.30 gry świetlicowe zajęcia komputerowe 15.30-16.00 -organizacja czasu wolnego, -organizacja dowozu</p> | <p>14.00-15.00 poradnictwo psychologiczne (rozwiązywanie problemów zajęcia indywidualne i grupowe) 15.00-15.30 pogadanki na tematy wymyślane przez uczestników 15.30-16.00 -organizacja czasu wolnego, zajęcia świetlicowe -organizacja dowozu</p> | <p>15.00-15.30 prace porządkowe z podziałem na dyżury 15.30-16.00 -organizacja czasu wolnego, -organizacja dowozu</p> |
|--|--|--|---|---|

* Powyższy harmonogram uzupełninay jest w planie działalności wydarzeniami integracyjnymi, kulturalnymi, rozrywkowymi.

KIEROWNIK
mgr Agnieszka Brzostek