

PLAN PRACY
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOICY
„SŁONECZNY DOM” W GOŁDAPI
typu A, B, C
w 2020 roku.

Środowiskowy Dom Samopomocy „Słoneczny Dom” w Gołdapi jest ośrodkiem wsparcia prowadzonym w formie placówki dziennego pobytu i skierowanym do osób z zaburzeniami psychicznymi zwanych uczestnikami, które w wyniku upośledzenia niektórych funkcji organizmu lub zdolności adaptacyjnych wymagają pomocy w zakresie przystosowania do życia w środowisku rodzinnym i społecznym, w szczególności w celu zwiększenia zaradności i samodzielności życiowej, a także ich integracji społecznej.

Dom przeznaczony jest dla 45 dorosłych osób z zaburzeniami psychicznymi, w tym:

- osób przewlekle psychicznie chorych (typ A);
 - osób z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu głębokim, znacznym i umiarkowanym, a także osoby z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim, jeżeli jednocześnie występują inne zaburzenia, zwłaszcza neurologiczne (typ B);
 - osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych (typ C).
 - osób z niepełnosprawnościami sprzężonymi lub spektrum autyzmu, będących uczestnikami typu A, B i C,
- Dom dysponuje dwoma miejscami całodobowego pobytu.

Głównym celem Domu jest zapewnienie osobom z niepełnosprawnością możliwości aktywnego i autentycznego uczestnictwa w życiu społecznym i kulturalnym dającego im zadowolenie z życia, z zachowaniem związków rodzinnych oraz poczucia bliskich więzi z ludźmi oraz środowiskiem lokalnym, w warunkach bezpieczeństwa i akceptacji.

Cele szczegółowe działania Środowiskowego Domu Samopomocy „Słoneczny Dom” w Góldapi:

- 1) Zwiększenie zaradności życiowej, umiejętności życiowych, samodzielności uczestników Domu (praca, dom, społeczeństwo).
- 2) Poprawa funkcjonowania społecznego uczestników.
- 3) Poprawa i utrzymanie stanu psychofizycznego.
- 4) Rozbudzanie/rozwijanie wszechstronnego rozwoju uczestników.
- 5) Budzenie wiary we własne możliwości, odkrywanie potencjalnych zdolności i inspirowania do ujawniania zainteresowań.
- 6) Nabycie umiejętności efektywnego spędzania czasu wolnego.
- 7) Kształtowanie estetycznego postrzegania świata.
- 8) Wzrost pozytywnych relacji opartych na szacunku, autonomii, trosce, zaufaniu i wsparciu.
- 9) Zwiększenie poziomu aktywności, poprzez kontakt z muzyką i sztuką.
- 10) Zwiększenie odpowiedzialnego i twórczego zaangażowania uczestników w życie Domu.
- 11) Rozwijanie twórczej i patriotycznej postawy wobec siebie i świata.
- 12) Uwrażliwienie na piękno środowiska przyrodniczego i kulturowego.

PLAN PRACY DLA OSÓB PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYCH - TYP A

| Lp. | Zakres | Zadania | Termin realizacji | Osoby odpowiedzialne |
|-----|---------------------------------------|--|-------------------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | Postępowanie wspierające-aktywizujące | <p>Trening funkcjonowania w codziennym życiu w ramach którego uczestnicy doskonalą lub uczą się samodzielnego jedzenia, mycia się, ubierania, dbałości o wygląd zewnętrzny, nauki higieny, umiejętności kulinarnych, umiejętności praktycznych).</p> <p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów. Uczestnicy nabywają lub podtrzymują umiejętność nawiązywania kontaktu z innymi, pracy zespołowej, umiejętności słuchania, nadawania i przemawiania, wyrażania własnych opinii i odczuć, rozwiązywanie konfliktów, tworzenia atmosfery bezpieczeństwa i oparcia w grupie.</p> <p>Trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej. Wykorzystanie metod werbalnych i pozawerbalnych do komunikowania się. Dobór odpowiednich metod alternatywnych poprzez ocenę funkcjonowania poszczególnych zmysłów. Ustalenie wiodącego zmysłu pozwalającego na określenie techniki porozumiewania się oraz doboru materiału językowego (zdjęcie, obrazek, symbole, umowne gesty, itd.).</p> <p>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego - uczestnicy poznają różnorodne formy spędzania czasu wolnego: kino, prasa, książki, wycieczki i wyjazdy krajoznawcze, zwiedzanie</p> | Praca ciągła | Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego |
| | | | Praca ciągła | Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego |
| | | | Praca ciągła | Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego |
| | | | Praca ciągła | Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego |

muzeów, zabytków, zawody sportowe, występy i pokazy artystyczne, zajęcia muzyczne, taniec, gry stolikowe, itp.

Trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej.

Całodobowe treningi samoobsługi i umiejętności społecznych. Poprawa funkcjonowania uczestnika w zakresie samoobsługi i umiejętności społecznych, przygotowanie do samodzielnego życia.

Terapia zajęciowa, w ramach której funkcjonują pracownie:
Pracownia gospodarstwa domowego. Bardzo ważnym elementem oddziaływania terapeutycznego tej pracowni jest przeprowadzanie treningów uczących czynności przystosowujących do samodzielnego życia domowego. W pracowni uczestnicy przygotowują ciepły posiłek, wypiekają ciasta, przygotowują sałatki i surówki, przetwory na zimę, przygotowują poczęstunki na zabawy i uroczystości w ŚDS. Prowadzony jest również trening umiejętności samoobsługi, budżetowy, zaradności życiowej i funkcjonowania w codziennym życiu (estetyczne przygotowanie i spożywanie posiłków, kulturalne zachowanie się przy stole, poznawanie przepisów kulinarnych, nauka przygotowywania potraw, dobór artykułów spożywczych, zasady zdrowego odżywiania się, obsługa sprzętu AGD).

Pracownia plastyczna. Doskonalenie umiejętności manualnych, sprawności oraz spostrzegawczości poprzez zastosowanie technik plastyczno-artystycznych. Nauka różnorodnych technik w zakresie plastyki, papieroplastyki, malarstwa oraz rękodzieła: rysowanie, malowanie różnymi rodzajami farb, wycinanie, odrysowywanie, kopiowanie wzorów, szkicowanie, modelowanie

| | | |
|--|---|---|
| muzeów, zabytków, zawody sportowe, występy i pokazy artystyczne, zajęcia muzyczne, taniec, gry stolikowe, itp. | Praca ciągła | Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego |
| Trening umiejętności komunikacyjnych , w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej. | Zgodnie z indywidualnym planem postępowania wspierająco-aktywizującego uczestnika | Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego |
| Całodobowe treningi samoobsługi i umiejętności społecznych . Poprawa funkcjonowania uczestnika w zakresie samoobsługi i umiejętności społecznych, przygotowanie do samodzielnego życia. | Praca ciągła | Terapeuci |

z mas plastycznych, tworzenie dekoracji z masy solnej, zimnej porcelany, praca z gipsem, odlewy gipsowe, nauka wyplatania papierowej wikliny oraz tworzenie dekoracji z jej elementów, wyplatanie dekoracji ze sznurków, nauka węzłów, nauka techniki découpage, quilingu, wykonywanie kartek okolicznościowych z wykorzystaniem poznanych technik, szycie ręczne oraz maszynowe, obrazy typu collage, tworzenie obrazów z wykorzystaniem dostępnych materiałów, filcowanie na mokro i sucho, doskonalenie filcowania w wytwarzaniu drobnych prac, obrazów, tworzenie biżuterii, nauka prostych prac krawieckich, Wykorzystanie sprzętu multimedialnego jako narzędzie edukacyjne w inspirowaniu, tworzeniu, rozwijaniu zainteresowań technikami plastycznymi oraz malarstwem. Rozwijanie zainteresowań, twórczego myślenia, zainteresowania sztuką i jej technikami. Nauka spędzania czasu wolnego, umiejętności wykorzystanie poznanych technik, łączenie ich podczas pracy z wykorzystaniem narzędzi dostępnych w pracowni. Łączenie arteterapii z elementami muzyki, czerpanie inspiracji z muzyki, poezji, malowanie muzyki, wyrażanie emocji.

Pracownia gospodarcza i techniczna

W tej pracowni uczestnicy nabywają umiejętności posługiwania się narzędziami ręcznymi oraz elektronarzędziami. Uczą się grawerowania, wypalania w drewnie, wykonują świece parafinowe oraz odlewy gipsowe oraz przedmioty z drewna, np. domki, płotki, świeczniki, karmniki dla ptaków, itp. Uczą się dokładności, cierpliwości, zaradności, a także ćwiczą sprawność manualną, dochodząc do pewnej precyzji przydatnej w życiu codziennym oraz do podjęcia zatrudnienia. Uczą się recyklingu, czyli segregowanie odpadów w celu ich ponownego użycia oraz ponownego wykorzystania materiałów. Kształtują świadomą aktywność i odpowiedzialność (dom i ogród jako przedmiot odpowiedzialności).

Pracownia twórczości interaktywnej oraz przyrodniczej. Uczestnicy zajęć przyswajają nowe umiejętności i kompetencje z zakresu obsługi komputera. Wykonują zadania na potrzeby Ośrodka, przepisują i drukują pisma, zaproszenia, ogłoszenia, dyplomy, itp. W pracy z komputerem wykorzystywane są również gry planszowe, gry online i programy edukacyjne. Nabywają umiejętność posługiwania się sprzętem RTV, aparatem cyfrowym, kamerą oraz rzutnikiem multimedialnym. Uczestnicy wykonują różnego rodzaju prace plastyczne rozwijające spostrzegawczość, umiejętność logicznego myślenia, uwagę, koncentrację, pamięć, wyobraźnię. Biorą udział w zajęciach ruchowych i muzycznych z wykorzystaniem urządzeń multimedialnych. Rozwijają i realizują własne zainteresowania. Dbają o ogród, rośliny doniczkowe oraz opiekują się zwierzętami w akwarium. W ramach animaloterapii: hipoterapii, dogotetarii, felinoterapii, mają bezpośredni kontakt ze zwierzętami. Mają kontakt z przyrodą poprzez spacery oraz wycieczki. Przy pracowni funkcjonuje szkołka wędkarska „Bóbr”.

Pracownia taneczno- teatralna.

Formy treningów w pracowni taneczno-teatralne mają na celu działanie wielokierunkowe oparte na wykorzystywaniu tkwiącego w każdym człowieku potencjału rozwojowego mającego źródło w naturalnych siłach vitalnych organizmu niezależnie od dysfunkcji. Istotą prowadzenia treningów w pracowni jest usprawnienie za pomocą określonych czynności oraz zajęć, które mogą mieć wartości kształtujące, wychowawcze raz rozwojowe. Zajęcia taneczne, teatralne, muzyczne, korekcyjno-gimnastyczne oraz prozdrowotne i edukacyjne są dostosowane do dysfunkcji uczestników. Przygotowanie do samodzielnego życia na miarę możliwości indywidualnych uczestników przez naukę i doskonalenie kompetencji społecznych, osobistych, komunikacji, rozumienie świata, siebie i innych ludzi. Biorą udział w grach i zabawach logicznych.

Słuchają muzyki, śpiewają, oglądają filmy i rozwiązują zagadki muzyczne. Uczestniczą w terapii opartej na słowie: czytają, recytują wiersze, prowadzą pogadanki i dyskusje, wymieniają opinie. Redagują tablicę ogłoszeń umieszczając informacje o bieżących wydarzeniach w Ośrodku.

Pracownia terapii ruchem z elementami muzykoterapii- ćwiczenia ogólnousprawniające, ćwiczenia manualne, ćwiczenia relaksacyjne, ćwiczenia oddechowe, ćwiczenia przy muzyce z elementami choreografii, gry i zabawy sportowe, spacerujące na celu podtrzymanie ogólnej sprawności ruchowej, usprawnianie motoryczne, rozładowanie napięć psychicznych, poprawę stanu psychofizycznego, polepszenie samopoczucia, pobudzenie aktywności, stymulowanie samodzielności, aromaterapia. Rozwijanie zdolności poznawczych: uwagi, spostrzegawczości, orientacji w przestrzeni, wyobraźni, umiejętności myślenia przyczynowo-skutkowego, przewidywania oraz podejmowania właściwych decyzji.

Sala ogólna- uczestnicy realizują wielopłaszczyznowe treningi, które uzależnione są od nasilenia otępienia, bazujące na dobrze zachowanych umiejętnościach, a jednocześnie wymagające od chorego wysiłku. Do takich treningów i terapii należą: waldacyjna, bazująca na potwierdzeniu i wykazywaniu rozumienia dla wyobrażeń chorego bez względu na jego realność. Daje to podopiecznemu poczucie bycia rozumianym i akceptowanym. Waldacji często towarzyszy terapia reminiscencyjna (wspomnieniowa) polegająca na przywoływaniu wspomnień chorego dotyczących jego przeszłości dalekiej i bliższej, czynności, które wykonywał, zdarzeń i ludzi dla niego ważnych. Realizują treningi dotyczące orientacji w rzeczywistości, czasie i przestrzeni. Wykonują ćwiczenia słowno-logiczne, konstrukcyjno-przestrzenne, językowe, manualne oraz w zakresie arteterapii. W zakres ćwiczeń wchodzi układanie różnego rodzaju puzzli, gry stolikowe, łamigłówki słowne,

pisanie, czytanie, opowiadanie treści rysunku, praca z materiałami sensorycznymi. Odbywają treningi z muzykoterapii obejmujące śpiewanie, słuchanie muzyki, relaksację, itp. Uczestnicy biorą udział w silwoterapii oraz postrzymują kontakty towarzyskie, biorąc udział w uroczystościach oraz zajęciach w innych pracowniach.

Biblioterapia – użycie materiałów czytelniczych jako pomocy terapeutycznej, a także poradnictwo w rozwiązywaniu problemów osobistych przez ukierunkowane czytanie. Biblioterapia zakłada wykorzystanie książek i czasopism dla regulacji systemu nerwowego i psychiki człowieka.

Poradnictwo psychologiczne Terapia indywidualna i grupowa, edukacja na temat choroby, rozmowy z uczestnikami, z rodzinami uczestników, pomoc w znalezieniu odpowiednich sposobów rozwiązywania zaistniałych problemów, uczenie umiejętności nawiązywania i podtrzymywania kontaktów społecznych, kształtowanie i utrzymywanie właściwych więzi społecznych, nauka współpracy w grupie, podnoszenie samooceny uczestników, zapobieganie izolacji społecznej, zwiększenie poczucia własnej wartości uczestników, nabycie umiejętności służących samodzielnemu życiu w otwartym środowisku, przełamywanie barier we wzajemnych kontaktach osób z zaburzeniami psychicznymi z innymi osobami z otoczenia, budowanie poczucia bezpieczeństwa, empatii, zachęty, otwartości, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach w sposób społecznie akceptowalny, rozwijanie umiejętności współdziałania w grupie, kształtowanie umiejętności różnicowania emocji, kształtowanie umiejętności komunikacyjnych, kształtowanie umiejętności aktywnego słuchania, rozwijanie umiejętności asertywnych, nabywanie umiejętności rozwiązywania konfliktów, rozwijanie myślenia twórczego, kształtowanie umiejętności planowania, kształtowanie podejmowania decyzji. Wsparcie w sytuacjach kryzysowych i konfliktowych.

Praca ciągła

Psycholog

Członkowie zespołu
wspierająco-
aktywizującego

W zależności od
potrzeb

Niezbędna opieka.

Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.

Pomoc uczestnikom w załatwianiu spraw urzędowych oraz dokumentacji potrzebnej do uzyskania świadczeń z ZUS, PCPR, MOPS, Współpraca z innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy, w zakresie niezbędnym, gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników.

Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych,

w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia.

Współpraca z rodziną. Spotkania z rodzicami/opiekunami, indywidualne kontakty z rodziną.

Inne formy postępowania przygotowujące do

uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub

podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy

chronionej na przystosowanym stanowisku pracy. Wizyty

w zakładach pracy, powiatowym urzędzie pracy, udział

w spotkaniach, itp., zajęcia w pracowniach przygotowujące

do podjęcia zatrudnienia: zapoznanie z zasadami bhp, techniki

i metody pracy.

Organizowanie posiedzeń zespołu wspierająco-aktywizującego.

Działania dotyczące
organizacji pracy
Domu.

Zgodnie z
Rozporządzeniem
w sprawie

środowiskowych
domów
samopomocy
oraz wedle
potrzeb.

Członkowie zespołu
wspierająco-
aktywizującego

Zapewnienie wysokiej jakości usług oferowanych uczestnikom
przez placówkę.

Zespół wspierająco-
aktywizujący

| | | |
|---|--|--------------------------------|
| Wewnętrzna kontrola dokumentacji indywidualnej uczestników. Prowadzenie dokumentacji zgodnie z wymogami. | Wedle potrzeb | Starszy terapeuta, Dyrektor |
| Organizowanie szkoleń dla personelu. | Zgodnie z Rozporządzeniem w sprawie środowiskowych domów samopomocy. | Dyrektor |
| Współpraca z jednostkami samorządowymi, organizacjami pozarządowymi oraz innymi instytucjami. | Praca ciągła | Dyrektor |
| Opracowanie planu pracy Domu i sprawozdań z działalności Domu. | Zgodnie z Rozporządzeniem w sprawie środowiskowych domów samopomocy oraz wedle potrzeb. | Dyrektor |

Uzgodniono w dniu

03.12.2019

Z up. WOJEWODY
WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO
Joanna Kastra
ZASTĘPCA DYREKTORA
Wydziału Pomocy Społecznej

DYREKTOR
Wydział Pomocy Społecznej
25.12.2019r.

PLAN PRACY DLA OSÓB Z NIEPELNOSPRAWNOŚCIĄ INTELEKTUALNĄ - TYP B

| Lp. | Zakres | Zadania | Termin realizacji | Osoby odpowiedzialne |
|-----|---------------------------------------|---|-------------------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | Postępowanie wspierające-aktywizujące | <p>Trening funkcjonowania w codziennym życiu.</p> <p>1. Samoobsługa między innymi dotycząca takich czynności jak np.: samodzielne mycie, ubieranie, jedzenie, załatwianie potrzeb fizjologicznych.</p> <p>2. Zaradność życiowa i funkcjonowanie w życiu codziennym, tzn. przygotowanie posiłków, dbanie o higienę osobistą i wygląd zewnętrzny, pranie, prasowanie, dbanie o czystość i porządek we własnym domu, uprawa i pielęgnacja zieleni, samodzielne dokonywanie drobnych zakupów, gospodarowanie własnym budżetem, itp.</p> <p>Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych:</p> <ul style="list-style-type: none"> - nawiązanie i utrzymywanie kontaktów społecznych - kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji, w urzędach, w instytucjach kultury, - aktywność i odpowiedzialność za siebie i innych, - motywowanie do funkcjonowania w oparciu o własne możliwości, - kształcenie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie na zasadach otwartości, partnerstwa, wzajemności i solidarności. <p>Trening budżetowy, w ramach którego uczestnicy poznają wartość pieniądza, uczą się robienia zakupów, przygotowywania listy potrzebnych artykułów, rozpoznawania przydatności do użycia, orientacji w cenach i dokonywania obliczeń.</p> | Praca ciągła | Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego |
| | | | Praca ciągła | Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego |
| | | | Praca ciągła | Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego |

Całodobowe treningi samoobsługi i umiejętności społecznych. Nauka, podtrzymywanie, utrwalanie i dalsze doskonalenie umiejętności uczestnika w zakresie samoobsługi i umiejętności społecznych, przygotowanie do samodzielnego życia.

Trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej. Wykorzystanie metod werbalnych i pozawerbalnych do komunikowania się. Dobór odpowiednich metod alternatywnych poprzez ocenę funkcjonowania poszczególnych zmysłów. Ustalenie wiodącego zmysłu pozwalającego na określenie techniki porozumiewania się oraz doboru materiału językowego (zdjęcie, obrazek, symbole, umowne gesty, itd.).

Trening spędzania czasu wolnego:

- rozwijanie zainteresowań lekturą czasopism i książek, a także audycjami telewizyjnymi, Internetem, grami stolikowymi i komputerowymi;
- rozwijanie umiejętności korzystania z takich form spędzania czasu wolnego jak: turystyka, rekreacja, udział w imprezach kulturalnych, sportowych, itp.,
- motywowanie do wychodzenia na zewnątrz Domu, np. wspólne spacery, wycieczki, wyjazdy do kina, muzeum.

Terapia zajęciowa, czyli oddziaływanie na uczestników poprzez określone czynności, zajęcia i prace, których zadaniem będzie m.in. usprawnianie motoryki rąk małej i poprawa koordynacji wzrokowo – ruchowej.

Pracownia plastyczna. Doskonalenie umiejętności manualnych, sprawności oraz spostrzegawczości poprzez zastosowanie technik plastyczno-artystycznych. Nauka

Zgodnie z indywidualnym planem postępowania wspierająco-aktywizującego uczestnika

Praca ciągła

Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego

Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego

Praca ciągła

Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego

Praca ciągła

Terapeuci

różnorodnych technik w zakresie plastyki, papieroplastyki, malarstwa oraz rękodzieła: rysowanie, malowanie różnymi rodzajami farb, wycinanie, odrysowywanie, kopiowanie wzorów, szkicowanie, modelowanie z mas plastycznych, tworzenie dekoracji z masy solnej, zimnej porcelany, praca z gipsem, odlewy gipsowe, nauka wyplatania papierowej wikliny oraz tworzenie dekoracji z jej elementów, wyplatanie dekoracji ze sznurków, nauka węzłów, nauka techniki découpage, quilingu, wykonywanie kartek okolicznościowych z wykorzystaniem poznanych technik, szycie ręczne oraz maszynowe, obrazy typu collage, tworzenie obrazów z wykorzystaniem dostępnych materiałów, filcowanie na mokro i sucho, doskonalenie filcowania w wytwarzaniu drobnych prac, obrazów, tworzenie biżuterii, nauka prostych prac krawieckich, Wykorzystanie sprzętu multimedialnego jako narzędzie edukacyjne w inspirowaniu, tworzeniu, rozwijaniu zainteresowań technikami plastycznymi oraz malarstwem. Rozwijanie zainteresowań, twórczego myślenia, zainteresowania sztuką i jej technikami. Nauka spędzania czasu wolnego, umiejętne wykorzystanie poznanych technik, łączenie ich podczas pracy z wykorzystaniem narzędzi dostępnych w pracowni. Łączenie arteterapii z elementami muzyki, czerpanie inspiracji z muzyki, poezji, malowanie muzyki, wyrażanie emocji.

Pracownia gospodarcza i techniczna.

W tej pracowni uczestnicy nabywają umiejętności postępowania się narzędziami ręcznymi oraz elektronarzędziami. Uczą się grawerowania, wypalania w drewnie, wykonują świece parafinowe oraz odlewy gipsowe oraz przedmioty z drewna, np. domki, płotki, świeczniki, karmniki dla ptaków, itp. Uczą się dokładności, cierpliwości, zaradności, a także ćwiczą sprawność manualną, dochodząc do pewnej precyzji przydatnej

w życiu codziennym oraz do podjęcia zatrudnienia. Uczą się recyklingu, czyli segregowanie odpadów w celu ich ponownego użycia oraz ponownego wykorzystania materiałów. Kształtują świadomą aktywność i odpowiedzialność (dom i ogród jako przedmiot odpowiedzialności).

Pracownia twórczości interaktywnej oraz przyrodniczej. Uczestnicy zajęć przyswajają nowe umiejętności i kompetencje z zakresu obsługi komputera. Wykonują zadania na potrzeby Ośrodka, przepisują i drukują pisma, zaproszenia, ogłoszenia, dyplomy, itp. W pracy z komputerem wykorzystywane są również gry planszowe, gry online i programy edukacyjne. Nabywają umiejętność posługiwania się sprzętem RTV, aparatem cyfrowym, kamerą oraz rzutnikiem multimedialnym. Uczestnicy wykonują różnego rodzaju prace plastyczne rozwijające spostrzegawczość, umiejętność logicznego myślenia, uwagę, koncentrację, pamięć, wyobraźnię. Biorą udział w zajęciach ruchowych i muzycznych z wykorzystaniem urządzeń multimedialnych. Rozwijają i realizują własne zainteresowania. Dbają o ogród, rośliny doniczkowe oraz opiekują się zwierzętami w akwarium. W ramach animaloterapii: hipoterapii, dogotetarii, felinoterapii, mają bezpośredni kontakt ze zwierzętami. Mają kontakt z przyrodą poprzez spacery oraz wycieczki. Przy pracowni funkcjonuje szkoła wędkarska „Bóbr”.

Pracownia taneczno- teatralna.

Formy treningów w pracowni taneczno-teatralne mają na celu działanie wielokierunkowe oparte na wykorzystywaniu tkwiącego w każdym człowieku potencjału rozwojowego mającego źródło w naturalnych siłach vitalnych organizmu niezależnie od dysfunkcji. Istotą prowadzenia treningów w pracowni jest

usprawienie za pomocą określonych czynności oraz zajęć, które mogą mieć wartości kształcące, wychowawcze raz rozwojowe. Zajęcia taneczne, teatralne, muzyczne, korekcyjno-gimnastyczne oraz prozdrowotne i edukacyjne są dostosowane do dysfunkcji uczestników. Przygotowanie do samodzielnego życia na miarę możliwości indywidualnych uczestników przez naukę i doskonalenie kompetencji społecznych, osobistych, komunikacji, rozumienie świata, siebie i innych ludzi. Bardzo ważnym elementem oddziaływania terapeutycznego tej pracowni jest nauka czynności życia domowego poprzez wykonywanie czynności porządkowych (pranie, prasowanie, dbanie o porządek, itp.). Biorą udział w grach i zabawach logicznych. Słuchają muzyki, śpiewają, oglądają filmy i rozwiązują zagadki muzyczne.

Zajęcia kulinarne w pracowni gospodarstwa domowego

- nauka, podtrzymywanie, utrwalanie i dalsze doskonalenie umiejętności prawidłowego wykonywania czynności samoobsługowych: higiena osobista, przygotowywanie i spożywanie posiłków, nauka posługiwania się sztucami, czynności porządkowe, nakrywanie do stołu, mycie naczyń, dokonywanie potrzebnych zakupów, przygotowywanie składników i potrzebnych, obieranie owoców i warzyw, wykonanie wstępnej obróbki produktów - mycie, siekanie, porcjowanie, ucieranie, przygotowanie kanapek i ciepłych posiłków, sporządzanie surówek i sałatek, przygotowywanie napoi, nauka i podtrzymanie umiejętności korzystania ze sprzętu AGD.

Trening budżetowy - nabywanie umiejętności gospodarowania środkami finansowymi.

Pracownia terapii ruchem z elementami muzykoterapii
- ćwiczenia ogólnousprawniające, ćwiczenia manualne, ćwiczenia relaksacyjne, ćwiczenia oddechowe, ćwiczenia przy muzyce z elementami choreografii, gry i zabawy sportowe, spacerowanie na celu podtrzymanie ogólnej sprawności ruchowej, usprawnianie motoryczne, rozładowanie napięć psychicznych, poprawę stanu psychofizycznego, polepszenie samopoczucia, pobudzenie aktywności, stymulowanie samodzielności, aromaterapia. Rozwijanie zdolności poznawczych: uwagi, spostrzegawczości, orientacji w przestrzeni, wyobraźni, umiejętności myślenia przyczynowo-skutkowego, przewidywania oraz podejmowania właściwych decyzji.

Praca ciągła

Psycholog

Poradnictwo psychologiczne Terapia indywidualna i grupowa, edukacja na temat choroby, rozmowy z uczestnikami, z rodzinami uczestników, pomoc w znalezieniu odpowiednich sposobów rozwiązywania zaistniałych problemów, uczenie umiejętności nawiązywania i podtrzymywania kontaktów społecznych, kształtowanie i utrzymywanie właściwych więzi społecznych, nauka współpracy w grupie, podnoszenie samooceny uczestników, zapobieganie izolacji społecznej, zwiększenie poczucia własnej wartości uczestników, nabycie umiejętności służących samodzielnemu życiu w otwartym środowisku, przełamywanie barier we wzajemnych kontaktach osób z zaburzeniami psychicznymi z innymi osobami z otoczenia, budowanie poczucia bezpieczeństwa, empatii, zachęty, otwartości, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach w sposób społecznie akceptowalny, rozwijanie umiejętności współdziałania w grupie, kształtowanie umiejętności różnicowania emocji, kształtowanie umiejętności komunikacyjnych, kształtowanie umiejętności aktywnego słuchania, rozwijanie umiejętności asertywnych, nabywanie umiejętności rozwiązywania konfliktów, rozwijanie

myślenia twórczego, kształtowanie umiejętności planowania, kształtowanie podejmowania decyzji. Wsparcie w sytuacjach kryzysowych i konfliktowych.

Niezbędna opieka.

Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.

Pomoc uczestnikom w załatwianiu spraw urzędowych oraz dokumentacji potrzebnej do uzyskania świadczeń z ZUS, PCPR, MOPS, Współpraca z innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy, w zakresie niezbędnym, gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników.

Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń

zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia.

Współpraca z rodziną. zebrania z rodzicami/opiekunami, indywidualne kontakty z rodziną.

Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy.

Wizyty w zakładach pracy, powiatowym urzędzie pracy, udział w spotkaniach, itp., zajęcia w pracowniach przygotowujące do podjęcia zatrudnienia: zapoznanie z zasadami bhp, techniki i metody pracy.

Organizowanie posiedzeń zespołu wspierającego aktywizującego.

Działania dotyczące organizacji pracy Domu.

Członkowie zespołu wspierającego aktywizującego

W zależności od potrzeb

Członkowie zespołu wspierającego aktywizującego

Praca ciągła

Członkowie zespołu wspierającego aktywizującego

Praca ciągła

Członkowie zespołu wspierającego aktywizującego

Zgodnie z Rozporządzeniem w sprawie środowiskowych domów samopomocy oraz wedle potrzeb.

| | | |
|--|---|---------------------------------|
| Zapewnienie wysokiej jakości usług oferowanych uczestnikom przez placówkę. | Praca ciągła | Zespół wspierająco-aktywizujący |
| Wewnętrzna kontrola dokumentacji indywidualnej uczestników. Prowadzenie dokumentacji zgodnie z wymogami. | Wedle potrzeb | Starszy terapeuta, Dyrektor |
| Organizowanie szkoleń dla personelu | Zgodnie z Rozporządzeniem w sprawie środowiskowych domów samopomocy. | Dyrektor |
| Współpraca z jednostkami samorządowymi, organizacjami pozarządowymi oraz innymi instytucjami | Praca ciągła | Dyrektor |
| Opracowanie planu pracy Domu i sprawozdań z działalności. | Zgodnie z Rozporządzeniem w sprawie środowiskowych domów samopomocy oraz wedle potrzeb. | Dyrektor |

Uzgodniono w dniu

03.12.2019

Z up. WOJEWODY
WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO
Jolanta Kasprau
ZASTĘPCA DYREKTORA
Wydziału Polityki Społecznej

Dyrektor Samopomocy Społecznej
25.11.2019r.

PLAN PRACY DLA OSÓB WYKAZUJĄCYCH PRZEWLEKLE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH - TYP C

| Lp. | Zakres | Zadania | Termin realizacji | Osoby odpowiedzialne |
|-----|--|--|---|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | <p>Postępowanie wspierająco-aktywizujące</p> | <p>Trening umiejętności samoobsługi, w ramach którego uczestnicy doskonalią lub uczą się samodzielnego jedzenia, mycia się, ubierania, dbałości o wygląd zewnętrzny, nauki higieny, umiejętności kulinarnych, umiejętności praktycznych).</p> <p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów. Uczestnicy nabywają lub podtrzymują umiejętność nawiązywania kontaktu z innymi, pracy zespołowej, umiejętności słuchania, nadawania i przemawiania, wyrażania własnych opinii i odczuć, rozwiązywanie konfliktów, tworzenia atmosfery bezpieczeństwa i oparcia w grupie.</p> <p>Trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej. Wykorzystanie metod werbalnych i pozawerbalnych do komunikowania się. Dobór odpowiednich metod alternatywnych poprzez ocenę funkcjonowania poszczególnych zmysłów, oraz rozpoznawanie jego kompetencji. Ustalenie wiodącego zmysłu pozwalającego na określenie techniki porozumiewania się oraz doboru materiału językowego (zdjęcie, obrazek, symbole, umowne gesty, itd.).</p> <p>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego- uczestnicy poznają różnorodne formy: kino, wycieczki i wyjazdy krajoznawcze, zwiedzanie muzeów, zabytków, zawody sportowe, występy i pokazy artystyczne, zajęcia muzyczne, taniec,</p> | <p>Praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p> | <p>Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego</p> <p>Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego</p> <p>Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego</p> |

1002017

wdrażanie i aktywizowanie w zakresie różnych form: świetlicowe gry towarzyskie, spacer, wycieczki, gry i zabawy ruchowe.

Całodobowe treningi samoobsługi i umiejętności społecznych. Poprawa funkcjonowania uczestnika w zakresie samoobsługi i umiejętności społecznych, przygotowanie do samodzielnego życia.

Zgodnie z indywidualnym planem postępowania wspierająco-aktywizującego uczestnika.

Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego

Terapia zajęciowa, w ramach której codziennie działają pracownie:

Pracownia gospodarstwa domowego - w pracowni podopieczni przygotowują ciepły posiłek, wypiekają ciasta, robią sałatki i surówki, przetwory na zimę, przygotowują poczęstunki na zabawy i uroczystości w ŚDS; w pracowni prowadzony jest również trening umiejętności samoobsługi, zaradności życiowej i funkcjonowania w codziennym życiu (estetyczne przygotowanie i spożywanie posiłków, kulturalne zachowanie się przy stole, poznawanie przepisów kulinarnych, nauka przygotowywania potraw, dobór artykułów spożywczych, zasady zdrowego odżywiania się, obsługa sprzętu AGD: zmywarka, mikser, robot kuchenny, ekspres do kawy, itp.

Pracownia plastyczna. Doskonalenie umiejętności manualnych, sprawności oraz spostrzegawczości poprzez zastosowanie technik plastyczno-artystycznych. Nauka różnorodnych technik w zakresie plastyki, papieroplastyki, malarstwa oraz rękodzieła: rysowanie, malowanie różnymi rodzajami farb, wycinanie, odrysowywanie, kopiowanie wzorów, szkicowanie, modelowanie z mas plastycznych, tworzenie dekoracji z masy solnej, zimnej porcelany, praca z gipsem, odlewy gipsowe, nauka wyplatania papierowej wikliny oraz tworzenie dekoracji z jej elementów, wyplatanie dekoracji ze sznurków, nauka węzłów, nauka techniki découpage, quilingu, wykonywanie kartek okolicznościowych z wykorzystaniem poznanych technik, szycie ręczne oraz

Terapeuci

maszynowe, obrazy typu collage, tworzenie obrazów z wykorzystaniem dostępnych materiałów, filcowanie na mokro i sucho, doskonalenie filcowania w wytwarzaniu drobnych prac, obrazów, tworzenie biżuterii, nauka prostych prac krawieckich, Wykorzystanie sprzętu multimedialnego jako narzędzie edukacyjne w inspirowaniu, tworzeniu, rozwijaniu zainteresowań technikami plastycznymi oraz malarstwem. Rozwijanie zainteresowań, twórczego myślenia, zainteresowania sztuką i jej technikami. Nauka spędzania czasu wolnego, umiejętne wykorzystanie poznanych technik, łączenie ich podczas pracy z wykorzystaniem narzędzi dostępnych w pracowni. Łączenie arteterapii z elementami muzyki, czerpanie inspiracji z muzyki, poezji, malowanie muzyki, wyrażanie emocji..

Pracownia gospodarcza i techniczna.

W tej pracowni uczestnicy nabywają umiejętności posługiwania się narzędziami ręcznymi oraz elektronarzędziami. Uczą się grawerowania, wypalania w drewnie, wykonują świece parafinowe oraz odlewy gipsowe oraz przedmioty z drewna, np. domki, płotki, świeczniki, karmniki dla ptaków, itp. Uczą się dokładności, cierpliwości, zaradności, a także ćwiczą sprawność manualną, dochodząc do pewnej precyzji przydatnej w życiu codziennym oraz do podjęcia zatrudnienia. Uczą się recyklingu, czyli segregowanie odpadów w celu ich ponownego użycia oraz ponownego wykorzystania materiałów. Kształtują świadomą aktywność i odpowiedzialność (dom i ogród jako przedmiot odpowiedzialności).

Pracownia twórczości interaktywnej oraz przyrodniczej.

Uczestnicy zajęć przyswajają nowe umiejętności i kompetencje z zakresu obsługi komputera. Wykonują zadania na potrzeby Ośrodka, przepisują i drukują pisma, zaproszenia, ogłoszenia, dyplomy, itp. W pracy z komputerem wykorzystywane są również gry planszowe, gry online i programy edukacyjne. Nabywają umiejętność posługiwania się sprzętem RTV, aparatem

cyfrowym, kamerą oraz rzutnikiem multimedialnym. Uczestnicy wykonują różnego rodzaju prace plastyczne rozwijające spostrzegawczość, umiejętność logicznego myślenia, uwagę, koncentrację, pamięć, wyobraźnię. Biorą udział w zajęciach ruchowych i muzycznych z wykorzystaniem urządzeń multimedialnych. Rozwijają i realizują własne zainteresowania. Dbają o ogród, rośliny doniczkowe oraz opiekują się zwierzętami w akwarium. W ramach animaloterapii: hipoterapii, dogotetarii, felinoterapii, mają bezpośredni kontakt ze zwierzętami. Mają kontakt z przyrodą poprzez spacery oraz wycieczki. Przy pracowni funkcjonuje szkółka wędkarska „Bóbr”.

Pracownia taneczno - teatralna.

Formy treningów w pracowni taneczno-teatralne mają na celu działanie wielokierunkowe oparte na wykorzystywaniu tkwiącego w każdym człowieku potencjału rozwojowego mającego źródło w naturalnych siłach witalnych organizmu niezależnie od dysfunkcji. Istotą prowadzenia treningów w pracowni jest usprawnienie za pomocą określonych czynności oraz zajęć, które mogą mieć wartości kształtujące, wychowawcze i rozwojowe. Zajęcia taneczne, teatralne, muzyczne, korekcyjno-gimnastyczne oraz prozdrowotne i edukacyjne są dostosowane do dysfunkcji uczestników. Przygotowanie do samodzielnego życia na miarę możliwości indywidualnych uczestników przez naukę i doskonalenie kompetencji społecznych, osobistych, komunikacji, rozumienie świata, siebie i innych ludzi. Biorą udział w grach i zabawach logicznych. Słuchają muzyki, śpiewają, oglądają filmy i rozwiązują zagadki muzyczne. Uczestniczą w terapii opartej na słowie: czytają, recytują wiersze, prowadzą pogadanki i dyskusje, wymieniają opinię.

Pracownia terapii ruchem z elementami muzykoterapii - ćwiczenia ogólnousprawniające, ćwiczenia manualne, ćwiczenia relaksacyjne, ćwiczenia oddechowe, ćwiczenia przy muzyce

z elementami choreografii, gry i zabawy sportowe, spacery mające na celu: podtrzymanie ogólnej sprawności ruchowej, usprawnianie motoryczne, rozkładowanie napięć psychicznych, poprawę stanu psychofizycznego, polepszenie samopoczucia, pobudzenie aktywności, stymulowanie samodzielności, aromaterapia. Rozwijanie zdolności poznawczych: uwagi, spostrzegawczości, orientacji w przestrzeni, wyobraźni, umiejętności myślenia przyczynowo-skutkowego, przewidywania oraz podejmowania właściwych decyzji.

Sala ogólna- uczestnicy realizują wielopłaszczyznowe treningi, które uzależnione są od nasilenia ośpienia, bazujące na dobre zachowanych umiejętnościach, a jednocześnie wymagające od chorego wysiłku. Do takich treningów i terapii należą: walidacyjna, bazująca na potwierdzaniu i wykazywaniu rozumienia dla wyobrażeń chorego bez względu na jego realność. Daje to podopiecznemu poczucie bycia rozumianym i akceptowanym. Walidacji często towarzyszy terapia reminiscencyjna (wspomnieniowa) polegająca na przywoływaniu wspomnień chorego dotyczących jego przeszłości dalekiej i bliższej, czynności, które wykonywał, zdarzeń i ludzi dla niego ważnych. Realizują treningi dotyczące orientacji w rzeczywistości, czasie i przestrzeni. Wykonują ćwiczenia słowno-logiczne, konstrukcyjno-przestrzenne, językowe, manualne oraz w zakresie arteterapii. W zakres ćwiczeń wchodzi układanie różnego rodzaju puzzli, łamigłówek słowne, pisanie, czytanie, opowiadanie treści rysunku, praca z materiałami sensorycznymi. Odbywają treningi z muzykoterapii obejmujące śpiewanie, słuchanie muzyki, relaksację, itp. Uczestnicy biorą udział w silwoterapii oraz postrzegają kontakty towarzyskie, biorąc udział w uroczystościach oraz zajęciach w innych pracowniach.

Biblioterapia – użycie materiałów czytelnictwa jako pomocy terapeutycznej, a także poradnictwo w rozwiązywaniu

problemów osobistych przez ukierunkowane czytanie. Biblioterapia zakłada wykorzystanie książek i czasopism dla regulacji systemu nerwowego i psychiki człowieka.

Poradnictwo psychologiczne Terapia indywidualna i grupowa, edukacja na temat choroby, rozmowy z uczestnikami, z rodzinami uczestników, pomoc w znalezieniu odpowiednich sposobów rozwiązywania zaistniałych problemów, uczenie umiejętności nawiązywania i podtrzymywania kontaktów społecznych, kształtowanie i utrzymanie właściwych więzi społecznych, nauka współpracy w grupie, podnoszenie samooceny uczestników, zapobieganie izolacji społecznej, zwiększenie poczucia własnej wartości uczestników, nabycie umiejętności służących samodzielnemu życiu w otwartym środowisku, przełamywanie barier we wzajemnych kontaktach osób z zaburzeniami psychicznymi z innymi osobami z otoczenia, budowanie poczucia bezpieczeństwa, empatii, zachęty, otwartości, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach w sposób społecznie akceptowalny, rozwijanie umiejętności współdziałania w grupie, kształtowanie umiejętności różnicowania emocji, kształtowanie umiejętności komunikacyjnych, kształtowanie umiejętności aktywnego słuchania, rozwijanie umiejętności asertywnych, nabywanie umiejętności rozwiązywania konfliktów, rozwijanie myślenia twórczego, kształtowanie umiejętności planowania, kształtowanie podejmowania decyzji. Wsparcie w sytuacjach kryzysowych i konfliktowych.

Niezbędna opieka.

Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.

Pomoc uczestnikom w załatwianiu spraw urzędowych oraz dokumentacji potrzebnej do uzyskania świadczeń z ZUS, PCPR, MOPS, Współpraca z innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy, w zakresie niezbędnym, gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników.

W zależności od potrzeb

Psycholog

Członkowie zespołu
wspierająco-
aktywizującego

W zależności od potrzeb

Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia.

Współpraca z rodziną: zebrania z rodzicami/opiekunami, indywidualne kontakty z rodziną.

Praca ciągła

Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego

Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy. Wizyty w zakładach pracy, powiatowym urzędzie pracy, udział w spotkaniach, itp., zajęcia w pracowniach przygotowujące do podjęcia zatrudnienia: zapoznawanie z zasadami bhp, techniki i metody pracy.

Praca ciągła

Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego

Działania dotyczące organizacji pracy Domu.

Organizowanie posiedzeń zespołu wspierająco-aktywizującego.

Zgodnie z Rozporządzeniem w sprawie środowiskowych domów

Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego

Zapewnienie wysokiej jakości usług oferowanych uczestnikom przez placówkę.

Praca ciągła

Zespół wspierająco-aktywizujący

Wewnętrzna kontrola dokumentacji indywidualnej uczestników. Prowadzenie dokumentacji zgodnie z wymogami.

Wedle potrzeb

Dyrektor, starszy terapeuta

Organizowanie szkoleń dla personelu.

Zgodnie z

Dyrektor

Rozporządzeniem

w sprawie środowiskowych domów

samopomocy.

Współpraca z jednostkami samorządowymi, organizacjami pozarządowymi oraz innymi instytucjami.

Praca ciągła

Dyrektor

Opracowanie planu pracy Domu i sprawozdań z działalności.

Dyrektor

Zgodnie z
Rozporządzeniem
w sprawie
środowiskowych
domów
samopomocy
oraz wedle
potrzeb.

Uzgodniono w dniu

03.12.2019

Z up. WOJEWODY
WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

Joanna Kastrau

ZASTĘPCA DYREKTORA
Wydziału Polityki Społecznej

CEKOR
Centrum Pomocy
Rodzajni

[Signature]

25.11.2019r.

GLÓWNY SPECJALISTA

[Signature]
Magdalena Lipka-Podgórska

Wykaz imprez kulturalnych, sportowych, rekreacyjnych i turystycznych planowanych w 2020 roku uczestnikom Środowiskowego Domu Samopomocy „Słoneczny Dom” w Góldapi.

| L.p. | Miesiąc | Uroczystość, impreza, spotkanie |
|------|-------------|--|
| 1 | Styczeń | Dzień babci i dziadka. |
| 2 | Luty | Walentynki. |
| 3 | Marzec | Dzień kobiet i mężczyzn |
| 4 | Kwiecień | Światowy dzień zwierząt bezdomnych. Pielęgnowanie tradycji Wielkanocnych. |
| 5 | Maj | Dzień matki i ojca. Piknik majowy. |
| 6 | Czerwiec | Dzień przyjaciela. Biwak. |
| 7 | Lipiec | „Słoneczne” zakończenie roku. |
| 8 | Sierpień | Dzień optymisty. |
| 9 | Wrzesień | Dzień osób ze Schizofrenią i chorobą Alzheimera. |
| 10 | Październik | Wspomnienie tych co odeszli. |
| 11 | Listopad | Bezdomna kartka. |
| 12 | Grudzień | Pielęgnowanie tradycji świątecznych. |
| 13 | Cały rok | Obchody 450-lecia Góldapi. |
| 14 | Cały rok | Świętowanie urodzin. |
| 15 | Cały rok | Inne zadania na bieżące potrzeby uczestników. |

ŚRODOWISKOWY DOM SAMOPOMOZY „SŁONECZNY DOM” w Góldapi

[Signature]

Harmonogram Środowiskowego Domu Samopomocy „Słoneczny Dom” w Gołdapi.

| Godziny | Poniedziałek | Wtorek | Środa | Czwartek | Piątek |
|-------------|---|--|--|--|--|
| 6:20 – 8:05 | Dowóz uczestników. | Dowóz uczestników. | Dowóz uczestników. | Dowóz uczestników. | Dowóz uczestników. |
| 7:00 – 8:40 | Przygotowania do zajęć. Spotkanie integracyjne w ramach treningu spędzania umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów oraz treningu umiejętności spędzania czasu wolnego. | Przygotowania do zajęć. Spotkanie integracyjne w ramach treningu spędzania czasu wolnego i aktywizacji oraz treningu umiejętności spędzania czasu wolnego. | Przygotowania do zajęć. Spotkanie integracyjne w ramach treningu spędzania czasu wolnego i aktywizacji oraz treningu umiejętności spędzania czasu wolnego. | Przygotowania do zajęć. Spotkanie integracyjne w ramach treningu spędzania czasu wolnego i aktywizacji oraz treningu umiejętności spędzania czasu wolnego. | Przygotowania do zajęć. Spotkanie integracyjne w ramach treningu spędzania czasu wolnego i aktywizacji oraz treningu umiejętności spędzania czasu wolnego. |
| 8:05-8:30 | | | Spotkanie społeczności | | |
| 8:40-13:00 | Zajęcia grupowe w pracowniach. Zajęcia indywidualne. Trening kulinarny | Zajęcia grupowe w pracowniach. Zajęcia indywidualne. Trening kulinarny | Zajęcia grupowe w pracowniach. Zajęcia indywidualne. Trening kulinarny | Zajęcia grupowe w pracowniach. Zajęcia indywidualne. Trening kulinarny | Zajęcia grupowe w pracowniach. Zajęcia indywidualne. Trening kulinarny |
| 13:00-13:30 | | | | | |
| 13:30-14:00 | -Zajęcia indywidualne. -Zajęcia grupowe w pracowniach. -Spotkania integracyjne. | -Zajęcia indywidualne. -Zajęcia grupowe w pracowniach. -Spotkania integracyjne. | -Zajęcia indywidualne. -Zajęcia grupowe w pracowniach. -Spotkania integracyjne. | -Zajęcia indywidualne, -Zajęcia grupowe w pracowniach. -Spotkania integracyjne. | -Zajęcia indywidualne. -Zajęcia grupowe w pracowniach. -Spotkania integracyjne. |
| 13:30-15:30 | Odwożenie uczestników | Odwożenie uczestników | Odwożenie uczestników | Odwożenie uczestników | Odwożenie uczestników |

Możliwe są odstępstwa od codziennego planu.

Plan pracy opracował

Stowarzyszenie Samopomocy
 "Słoneczny Dom" w Gołdapi
 [Signature]