

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY „SŁONECZNY DOM” W GOLDAPI typu A, B, C w 2021 roku.

ZAKA 2171 K 11 r 1
do Zbięciem 11 916 XII 2020
Burmistrz Goldapi z dnia 21 grudnia 2020 r.



Środowiskowy Dom Samopomocy „Słoneczny Dom” w Goldapi 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 przewlekłe 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 Goldapi:

- 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) Zwiększanie 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	Trening funkcjonowania w codziennym życiu w ramach którego uczestnicy doskonalią lub uczą się samodzielnego jedzenia, mycia się, ubierania, dbałości o wygląd zewnętrzny, nauki higieny, umiejętności kulinarnych, umiejętności praktycznych). 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. 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 umiejętności spędzania czasu wolnego - uczestnicy poznają różnorodne formy spędzania czasu wolnego: kino, prasa, książki, wycieczki i wyjazdy krajoznawcze, zwiedzanie 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	Praca ciągła	Zespół wspierająco-aktywizujący
			Praca ciągła	Zespół wspierająco-aktywizujący
			Praca ciągła	Zespół wspierająco-aktywizujący
			Praca ciągła	Zespół wspierająco-aktywizujący

porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalne.

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

Zespół wspierająco-aktywizujący

Zgodnie z indywidualnym planem postępowania wspierająco-aktywizującego uczestnika

Terapia zajęciowa, w ramach której funkcjonują pracowni: **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).

Terapeuci

Praca ciągła

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 maszynowe, obrazy typu colage, 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.

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 spacerowanie wycieczki. Kształtują świadomą aktywność i odpowiedzialność (dom i ogród jako przedmiot odpowiedzialności).

Przy pracowni funkcjonuje szkoła wędkarska „Bóbr”.

Pracownia taneczno- teatralna.

Formy treningów w pracowni taneczno-teatralnej 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 wartość kształcącą, wychowawczą raz rozwojową. 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. 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, spaceru mające 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.

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 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

Praca ciągła

Psycholog

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, OPS, 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.

Działania dotyczące organizacji pracy Domu.

Organizowanie posiedzeń zespołu wspierająco-aktywizującego.

Zespół wspierająco-aktywizujący

W zależności od potrzeb

Zespół wspierająco-aktywizujący

Praca ciągła

Zespół wspierająco-aktywizujący

Praca ciągła

Zespół wspierająco-aktywizujący

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

Wspodniawo w dniu:

17.11.2020

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

Joanna Kastrau

30.10.2020

Województwo Mazowieckie
Urząd Wojewody
Wydział Polityki Społecznej
Zastępca Dyrektora

GLÓWNY SPECJALISTA

Katarzyna Górska

W. M. WOLOV.

20

rozpoznawania przydatności do użycia, orientacji w cenach i dokonywania obliczeń.

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 pracę, których zadaniem będzie m.in. usprawnianie motoryki rąk małej i poprawa koordynacji wzrokowo – ruchowej.

Zespół wspierająco-aktywizujący

Zgodnie z indywidualnym planem postępowania wspierająco-aktywizującego uczestnika

Zespół wspierająco-aktywizujący

Praca ciągła

Zespół wspierająco-aktywizujący

Praca ciągła

Terapeuci

Praca ciągła

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 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.

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. Kształtują świadomą aktywność i odpowiedzialność (dom i ogród jako przedmiot odpowiedzialności). 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 witalnych organizmu niezależnie od dysfunkcji. Istotą prowadzenia treningów w pracowni jest usprawnienie za pomocą określonych czynności oraz zajęć, które mogą mieć wartości kształtujące, wychowawcze oraz 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 napięcia psychicznego, 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.

Poradnictwo psychologiczne Terapia indywidualna i grupowa, edukacja na temat chorób, 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,

Praca ciągła

Psycholog

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, OPS, 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.

Zespół wspierająco-aktywizujący

W zależności od potrzeb

Zespół wspierająco-aktywizujący

Zespół wspierająco-aktywizujący

Praca ciągła

Praca ciągła

Zespół wspierająco-aktywizujący

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

Wygodniowo w dniu;

20.10.2020.
opomocy
Małpi
17.10.2020

17.10.2020

Z UP. WOJEWODY
WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO
ZASTĘPCA DYREKTORA
Wydziału Polityki Społecznej

Joanna Kasprzak

GL WNV S. ECUALISTA

Kt

Kad. uzyn. G. rsk.2

10.11.2020.

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

Lp.	Zakres	Zadania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	2	3	4	5
1	Postępowanie wspierająco-aktywizujące	Trening umiejętności samoobsługi, w ramach którego uczestnicy doskonalą lub uczą się samodzielnego jedzenia, mycia się, ubierania, dbałości o wygląd zewnętrzny, nauki higieny, umiejętności kulinarnych, umiejętności praktycznych). 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. 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, obrazy, symbole, umowne gesty, itd.). Trening umiejętności spędzania czasu wolnego- uczestnicy poznają różnorodne formy: kino, wycieczki i wyjazdy krajoznawcze, zwiedzanie muzeów, zabytków, zawody sportowe,	Praca ciągła	Zespół wspierająco-aktywizujący
			Praca ciągła	Zespół wspierająco-aktywizujący
			Praca ciągła	Zespół wspierająco-aktywizujący

występy i pokazy artystyczne, zajęcia muzyczne, taniec, 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 wspierającego aktywizującego uczestnika.

Zespół wspierająco-aktywizujący

Terapia zajęciowa, w ramach której codziennie działają pracownicy:

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 découpé, quilingu, wykonywanie kartek okolicznościowych z

Terapeuci

Praca ciągła

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 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.

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 akwariium. W ramach animaloterapii: hipoterapii, dogotetarii, felinoterapii, mają bezpośredni kontakt ze zwierzętami. Mają kontakt z przyrodą poprzez spacery oraz wycieczki. Kształtują świadomą aktywność i odpowiedzialność (dom i ogród jako przedmiot odpowiedzialności).
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 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. 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.

Pracownia terapii ruchem z elementami muzykoterapii -
ćwiczenia ogólnousprawniające, ćwiczenia manualne, ćwiczenia

relaksacyjne, ćwiczenia oddechowe, ćwiczenia przy muzyce z elementami choreografii, gry i zabawy sportowe, spacerując mające 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.

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.

Psycholog
W zależności od potrzeb

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, OPS, 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 wspierająco-aktywizującego.

Działania dotyczące organizacji pracy Domu.

Zespół wspierająco-aktywizujący

W zależności od potrzeb

Zespół wspierająco-aktywizujący

Praca ciągła

Zespół wspierająco-aktywizujący

Praca ciągła

Zespół wspierająco-aktywizujący

Zgodnie z Rozporządzeniem w sprawie środowiskowych



domów samopomocy.		
Zapewnienie wysokiej jakości usług oferowanych uczestnikom przez placówkę.	Praca ciągła	Zespół wspierający aktywnie
Wewnętrzna kontrola dokumentacji indywidualnej uczestników. Prowadzenie dokumentacji zgodnie z wymogami.	Wedle potrzeb	Dyrektor, starszy terapeuta
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

Wzgodnione w dniu:

17.11.2020

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

Joanna Kasprau

20.10.2020.

20.10.2020.
Dyrektor samopomocy

MS

GLÓWNY KONTAKT

Kontakt z Głównym KONTAKT

10.11.2020 r.

Wykaz imprez kulturalnych, sportowych, rekreacyjnych i turystycznych planowanych w 2021 roku uczestnikom Środowiskowego Domu Samopomocy „Słoneczny Dom” w Gołdapi.

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	Dni rodziny
6	Czerwiec	Dzień przyjaciela.
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	Celebrowanie urodzin uczestników.
14	Cały rok	Inne zadania na bieżące potrzeby uczestników.

Harmonogram Środowiskowego Domu Samopomocy „Słoneczny Dom” w Goldapi.

Godziny	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
6.20 – 8.20	Dowóz uczestników.	Dowóz uczestników.	Dowóz uczestników.	Dowóz uczestników.	Dowóz uczestników.
7:00 – 8:40	Przygotowania do zajęć. Spotkanie integracyjne w ramach treningu spędzania czasu wolnego i aktywności interpersonalnych i rozwiązywania problemów oraz treningu umiejętności spędzania czasu wolnego.	Przygotowania do zajęć. Spotkanie integracyjne w ramach treningu spędzania czasu wolnego i aktywności treningu umiejętności spędzania czasu wolnego.	Przygotowania do zajęć. Spotkanie integracyjne w ramach treningu spędzania czasu wolnego i aktywności treningu umiejętności spędzania czasu wolnego.	Przygotowania do zajęć. Spotkanie integracyjne w ramach treningu spędzania czasu wolnego i aktywności treningu umiejętności spędzania czasu wolnego.	Przygotowania do zajęć. Spotkanie integracyjne w ramach treningu spędzania czasu wolnego i aktywności 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

30.10.2023.

Wojciech Samopomocy Goldapi

Wojciech