

Uchwała Nr 10/25/2015
Zarządu Powiatu Wyszowskiego
z dnia 30 stycznia 2015 r.

w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy typu B w Wyszowie na rok 2015

Na podstawie art. 4 ust.1 pkt 3 i art. 32 ust. 1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie powiatowym (Dz. U. z 2013 r., poz. 595 ze zm.) w związku z § 4 ust. 2 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2010r. Nr 238, poz.1586 ze zm.) uchwała się, co następuje:

§ 1.

Zatwierdza się Plan Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy typu B w Wyszowie na rok 2015 stanowiący załącznik do niniejszej uchwały;

§ 2.

Wykonanie uchwały powierza się Dyrektorowi Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Wyszowie.

§ 3.

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.


STAROSTA
Bogdan Mirasław Pogowski

**PLAN PRACY
POWIATOWEGO ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY TYPU B
W WYSZKOWIE NA ROK 2015
ul. I Armii W.P. 89a, 07-200 Wyszków**

Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy typu B w Wyszkanie zwany dalej „Domem”, dzienny ośrodek wsparcia dla 40 dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną – upośledzeniem umysłowym w stopniu głębokim, znacznym i umiarkowanym, a także z lekkim upośledzeniem umysłowym, gdy jednocześnie występują inne zaburzenia, zwłaszcza neurologiczne – prowadzony przez Stowarzyszenie „Ważna Róża” jako zadanie zlecone z zakresu administracji rządowej finansowane z budżetu Wojewody przez Powiat Wyszковский, w 2015 roku kontynuować będzie pracę z Uczestnikami w oparciu o 3 nadrzędne zasady:

- kształtowania motywacji do akceptowanych przez otoczenie zachowań,
- wyrabiania nawyków celowej aktywności,
- treningu w sposobie życia zbliżonym do zwyczajowych norm.

Praca z Uczestnikami przebiegać będzie poprzez następujące treningi funkcjonowania w życiu codziennym.

A. Trening dbałości o wygląd zewnętrzny i trening higieniczny.

I. Cel zajęć:

- mobilizowanie do codziennego, samodzielnego dbania o higienę osobistą,
- dbanie o schludny wygląd,
- kształtowanie samodzielności w czynnościach samoobsługowych.

II. Tematyka:

1. Edukacja w zakresie higieny osobistej i wyglądu zewnętrznego.
2. Dbanie o wygląd zewnętrzny, ubranie.
3. Dbanie o czystość ciała – higiena osobista (w tym kąpiele).
4. Zabiegi kosmetyczne i pielęgnacyjno-upiększające.

III. Czas realizacji:

Każdy uczestnik bierze udział w terapii minimum 3 razy w tygodniu – zgodnie z harmonogramem dnia stanowiącym załącznik do Rocznego Planu Pracy.

IV. Wykonawcy:

Terapeuci, pedagog.

B. Trening kulinarny.

I. Cel zajęć:

- nabycie umiejętności obsługi urządzeń AGD – opanowanie umiejętności bezpiecznego korzystania z urządzeń elektrycznych,
- nauka przyrządzania posiłków i gotowania,
- nauka estetycznego nakrywania do stołu,
- utrwalenie wiadomości na temat racjonalnego żywienia,
- nabycie umiejętności przestrzegania higieny,
- utrwalenie wiadomości na temat kulturalnego zachowania się przy stole.

II. Tematyka:

1. Bezpieczne korzystanie z urządzeń AGD.
2. Przygotowywanie prostych i złożonych posiłków – w tym wykonywanie wstępnej obróbki warzyw i owoców.
3. Wykonywanie przetworów z sezonowych owoców i warzyw.
4. Wpływ żywienia na funkcje organizmu.
5. Zasady sanitarno-higieniczne w kuchni.
6. Zasady zachowania się przy stole.

III. Czas realizacji:

Uczestnicy podzieleni na 5 grup, trening każdej grupy trwał będzie przez 1 tydzień, ponawiany co 5 tygodni zgodnie z harmonogramem dnia stanowiącym załącznik do Rocznego Planu Pracy.

IV. Wykonawcy:

Terapeuta odpowiedzialny za prowadzenie pracowni.

C. Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi.

I. Cel zajęć:

- wyrabianie samodzielności,
- umiejętne planowanie budżetu domowego,
- nauka oszczędzania,
- przeciwdziałanie zadłużeniom.

II. Tematyka:

1. Opłaty stałe i bieżące zakupy - planowanie.
2. Zasady zachowania się w sklepie - dokonywanie zakupów.
3. Trudności - pokonywanie, sposoby rozwiązywania.
4. Sposoby oszczędnego gospodarowania pieniędzmi.

III. Czas realizacji:

Każdy uczestnik bierze udział w terapii minimum 1 razy w tygodniu – zgodnie z harmonogramem dnia stanowiącym załącznik do Rocznego Planu Pracy.

IV. Wykonawcy:

Pracownik socjalny, pedagodzy, terapeuci.

D. Trening funkcjonowania w życiu codziennym w tym umiejętności spędzania czasu wolnego.

I. Cel zajęć:

- kształtowanie zainteresowań,
- zdobywanie nowych umiejętności,
- podbudowywanie poczucia własnej wartości,
- integracja ze środowiskiem społecznym,
- stymulacja potrzeb wyższych,
- prezentacja możliwości zagospodarowania czasu wolnego.

II. Tematyka:

1. Terapia zajęciowa (uczestnictwo w zajęciach w pracowniach plastyczno-edukacyjnej, multimedialnej, technicznej, krawiecko-hafciarskiej).
2. Arteterapia.

3. Choreoterapia.
4. Terapia zabawą.
5. Oglądanie filmów, słuchanie radia, słuchowisk, czytanie czasopism, książek.
6. Korzystanie z komputera, Internetu.
7. Wyjścia do biblioteki, ośrodka kultury, kina - na wernisaże wystaw artystycznych, imprezy kulturalne (np. widowiska taneczne), seanse filmowe itp.
8. Wyjścia i spotkania towarzyskie.

III. Czas realizacji:

Codziennie uczestnictwo każdej osoby w jednej z form aktywności – zgodnie z harmonogramem dnia stanowiącym załącznik do Roczego Planu Pracy.

IV. Wykonawcy:

Terapeuci odpowiedzialni za prowadzenie poszczególnych pracowni, pedagodzy, pracownik socjalny, psycholog.

E. Trening umiejętności praktycznych.

I. Cel zajęć:

- utrwalanie nawyku systematycznego sprzątania,
- bezpieczne korzystanie z urządzeń RTV i AGD,
- stosowanie odpowiednich środków chemicznych,
- nabycie samodzielności w gospodarstwie domowym.

II. Tematyka:

1. Codzienne czynności porządkowe.
2. Bezpieczna obsługa urządzeń RTV i AGD.
3. Pranie i prasowanie odzieży.
4. Szycie ręczne, przyszywanie guzika, cerowanie odzieży.
5. Majsterkowanie i drobne naprawy.
6. Pielęgnacja roślin.

III. Czas realizacji:

Uczestnicy podzieleni na 5 grup, trening każdej grupy trwał będzie przez 1 tydzień, ponawiany co 5 tygodni – zgodnie z harmonogramem dnia stanowiącym załącznik do Roczego Planu Pracy.

IV. Wykonawcy:

Terapeuci, pracownik socjalny, pedagog.

F. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów.

I. Cel zajęć:

- nauka wyrażania własnych potrzeb i emocji,
- wyrabianie kompetencji w zakresie prowadzenia rozmowy,
- wchodzenie w adekwatne role społeczne,
- radzenie sobie w sytuacjach trudnych,
- wzmacnianie systemu wzajemnej pomocy,
- nauka załatwiania spraw urzędowych,
- zaznajamianie z zasadami i regułami życia społecznego,
- kształtowanie umiejętności adekwatnego, dostosowanego funkcjonowania w środowisku,
- niwelowanie wykluczenia społecznego.

II. Tematyka:

1. Nawiązywanie i utrzymywanie kontaktów społecznych.
2. Zasady współpracy w grupie i sposoby komunikowania.
3. Elementy treningu asertywności.
4. Aktywność w miejscach publicznych typu: urząd, instytucja, kawiarnia itp.
5. Rozwijanie umiejętności korzystania z różnych ofert.
6. Koordynowanie działań pomocowych w zakresie pomocy społecznej.
7. Poradnictwo w sprawach świadczeń socjalnych.

III. Czas realizacji:

1-2 – w trakcie prowadzenia codziennych zajęć; 3-4 – zakwalifikowani uczestnicy co 2 tygodnie; 5-7 – według potrzeb wybranych uczestników, zgodnie z harmonogramem dnia stanowiącym załącznik do Rocznego Planu Pracy.

IV. Wykonawcy:

Psycholog, pracownik socjalny, pedagodzy, terapeuci.

G. Terapia ruchowa i rehabilitacja

I. Cel zajęć:

- przywrócenie maksymalnie możliwej sprawności fizycznej i komfortu życia Uczestników,
- usprawnianie formy fizycznej,
- poprawa samopoczucia,
- integracja,
- poszerzanie wiedzy o otaczającym świecie,
- utrzymywanie znajomości,
- usprawnianie fizyczne.

II. Tematyka:

1. Masaż leczniczy.
2. Kinezyterapia.
3. Gimnastyka, korzystanie z bieżni magnetycznej, jazda na rowerze treningowym, rotorze itp.
4. Ćwiczenia ogólnousprawniające.
5. Nauka tańca.
6. Choreoterapia.
7. Rekreacja i turystyka.
8. Spacerzy na świeżym powietrzu.

III. Czas realizacji:

Każdy uczestnik bierze udział w terapii minimum 3 razy w tygodniu.

IV. Wykonawcy:

Fizjoterapeuta, terapeuci.

H. Poradnictwo psychologiczne.

I. Cel zajęć:

- wzmacnianie poczucia bezpieczeństwa,
- wzmocnienie Uczestników w realizowanych przez nich zmianach,
- poszukiwanie nowych sposobów radzenia sobie z trudnościami,
- wsparcie dla rodzin/opiekunów Uczestników.

II. Tematyka:

1. Indywidualne konsultacje psychologiczne.
2. Terapia indywidualna.
3. Zajęcia indywidualne dostosowane do potrzeb uczestników (rozpoznanie emocji, trening zachowań).
4. Trening poznawczy.
5. Zajęcia grupowe – psychoedukacja (emocje, komunikacja, asertywność).
6. Promocja i profilaktyka zdrowia: wsparcie grupowe.

III. Czas realizacji:

Zajęcia grupowe i indywidualne dla wybranych Uczestników i ich rodziców/opiekunów – zgodnie z harmonogramem dnia stanowiącym załącznik do Roczego Planu Pracy.

IV. Wykonawcy:

Psycholog, pedagodzy, pracownik socjalny.

I. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych i dostępie do świadczeń zdrowotnych.

I. Cel zajęć:

- przybliżenie celu i sposobu działania podstawowych urzędów,
- rozwijanie samodzielności w załatwianiu spraw formalnych,
- wsparcie dla rodzin/opiekunów Uczestników.

II. Tematyka:

1. Informacyjne zajęcia grupowe.
2. Indywidualne wyjścia z uczestnikami w celu załatwienia spraw urzędowych.

III. Czas realizacji:

Zajęcia grupowe raz w miesiącu – zgodnie z harmonogramem dnia stanowiącym załącznik do Roczego Planu Pracy; wyjścia zgodnie z potrzebami uczestników i wyznaczonymi terminami załatwiania spraw.

IV. Wykonawcy: Pracownik socjalny, pedagodzy, terapeuci.

Wszyscy uczestnicy zajęć otoczeni będą niezbędną opieką, by czuli się bezpiecznie i zaspokojone były ich wszystkie potrzeby życiowe.

Osoby, które w wyniku realizacji indywidualnego planu wspierająco-aktywizującego w opinii zespołu terapeutycznego kwalifikować się będą do przejścia do warsztatów terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia i sami wyrażą na to zgodę objęci zostaną dodatkową opieką i zaproponowane im zostaną inne formy postępowania przygotowujące ich do podjęcia się nowych zadań – dostosowane do specyfiki i charakteru czynności zawodowych, które będą mieli podjąć.

STAROSTA

Bogdan Mirosław Pagowski

HARMONOGRAM DNIA W POWIATOWYM ŚRODOWISKOWYM DOMU SAMOPOMOCY TYPU B W WYSZKOWIE

GODZINY	AKTYWNOŚĆ
7.00-8.00	Przywozy do ośrodka. Przygotowanie do zajęć w poszczególnych pracowniach.
8.00-10.00	Zajęcia w pracowniach poszczególnych 5-8 osobowych grup. Dyżur poranny w kuchni – trening kulinarny wyznaczonej grupy.
10.00-10.30	Śniadanie.
10.30-12.30	Porządki po śniadaniu – w ramach treningu umiejętności praktycznych wyznaczonej grupy. Pozostałe 5-8 osobowe grupy kontynuują zajęcia w pracowniach lub biorą udział w którymś z treningów: praktycznym, umiejętności interpersonalnych lub funkcjonowania w życiu codziennym lub biorą udział w ćwiczeniach ogólnousprawniających (rehabilitacji). Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych i dostępie do świadczeń osobom tego potrzebującym. Indywidualne konsultacje psychologiczne.
12.30-13.30	Udział poszczególnych 5-8 osobowych grup w treningach: dbałości o wygląd zewnętrzny, higieniczny, gospodarowania środkami finansowymi, umiejętności spędzania czasu wolnego lub treningu ruchowym (rehabilitacji). Dyżur poranny w kuchni – trening kulinarny wyznaczonej grupy. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych i dostępie do świadczeń osobom tego potrzebującym. Indywidualne konsultacje psychologiczne.
13.30-14.30	Obiad.
14.30-16.00	Porządkowanie jadalni, poszczególnych pracowni i dyżury porządkowe wyznaczonych grup. Pozostali: czas wolny, zajęcia świetlicowe lub zebrania społeczności. Odwozy do domów.