

Uchwała Nr 88/266/2020  
Zarządu Powiatu Wyszковского  
z dnia 12 maja 2020 r.

*w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy typu B w Wyszkowej na rok 2020*

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 2019 r., poz. 511 z późn. 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 2020, poz. 249) uchwała się, co następuje:

§ 1.

Po uzgodnieniu z Wojewodą Mazowieckim zatwierdza się Plan Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy typu B w Wyszkowej na rok 2020 stanowiący załącznik do niniejszej uchwały.

§ 2.

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

§ 3.

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

**STAROSTA**  
  
Jerzy Lukowski

**PLAN PRACY**  
**POWIATOWEGO ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY TYPU B**  
**w WYSZKOWIE**  
**na rok 2020**

Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy typu B (PŚDS) w Wyszkanie od 1 stycznia 2018 roku prowadzony jest na podstawie umowy o realizację zadania publicznego Nr 353/OR/2017 z dnia 19 grudnia 2017 roku, zawartej pomiędzy Powiatem Wyszowskim, a Polskim Stowarzyszeniem na rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym Koło w Wyszkanie. Jest ośrodkiem wsparcia dziennego dla 40 dorosłych osób, mieszkańców gmin powiatu wyszkowskiego z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu głębokim, znacznym i umiarkowanym, a także lekkim ze sprzężonymi zaburzeniami, zwłaszcza neurologicznymi (np. dysfunkcją narządu ruchu, epilepsją, autyzmem). Z oferty ośrodka od 1 stycznia 2020 roku korzysta 40 osób, z terenu powiatu wyszkowskiego. Wsparciem objęte są także ich rodziny i bliscy.

Siedziba Domu mieści się w miejscu wskazanym przez Powiat Wyszowski, tj. na II piętrze budynku przy ul. Świętojańskiej 89A, 07-202 Wyszaków, będącym w trwałym zarządzie Centrum Edukacji Zawodowej i Ustawicznej „Kopernik” w Wyszkanie.

PŚDS czynny jest przez 5 dni w tygodniu w godzinach 7.30 - 16.00. Zajęcia odbywają się zgodnie z ustalonym tygodniowym planem zajęć (załącznik nr 2).

Głównym celem działalności Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy jest wieloprofilowe postępowanie rehabilitacyjno-terapeutyczne, realizowane poprzez zespół działań zmierzających do osiągnięcia przez uczestników jak najpełniejszej zaradności i samodzielności życiowej, a także ich integracji społecznej jak również stworzenie dla osób z niepełnosprawnością intelektualną warunków, które w wyniku upośledzenia niektórych funkcji organizmu lub zdolności adaptacyjnych wymagają pomocy do życia w środowisku rodzinnym i społecznym, w szczególności w celu zwiększania zaradności i samodzielności życiowej, a także ich integracji społecznej.

Osoby korzystające z oferty mają możliwość aktywnego uczestnictwa w codziennym życiu, wyrażania swoich opinii i potrzeb, na poziomie ich możliwości intelektualnych.

Cele szczegółowe:

- poprawa kondycji fizycznej oraz wyrównywanie deficytów motorycznych poprzez

systematyczną rehabilitację ruchową indywidualną i grupową;

- reintegracja społeczna i przeciwdziałanie stereotypom;
- wieloprofilowe usprawnianie – ukierunkowane na podnoszenie umiejętności z zakresu samoobsługi oraz zaradności życiowej;
- zaszczepienie pasji twórczych;
- kształtowanie autonomii i samoświadomości, samooceny i postaw zaradności życiowej;
- aktywizacja zawodowa; rozwijanie podstawowych umiejętności zawodowych umożliwiających podjęcie pracy zarobkowej;
- środowiskowe wsparcie i pomoc rodzinom w sprawowaniu opieki nad osobą z upośledzeniem umysłowym;
- kreowanie i promowanie pozytywnego wizerunku osoby z niepełnosprawnością.

Cele terapeutyczne zawarte są w indywidualnych planach postępowania wspierająco-aktywizującego i są aktualizowane i modyfikowane na bieżąco według potrzeb lecz nie rzadziej niż raz na 6 miesięcy. Stopień realizacji celów terapeutycznych opisywany jest w ocenie poszczególnych uczestników.

W 2020 r. działania podejmowane wobec osób z niepełnosprawnością intelektualną obejmować będą cztery zasadnicze sfery, poprawiające ich stan i funkcjonowanie tj.:

1. Poprawa stanu ogólnego - poprawa kondycji fizycznej przez gimnastykę, sport, turystykę oraz poprawa kondycji psychicznej poprzez kontakt z ludźmi, satysfakcjonujące zajęcie, aktywność w czasie wolnym.
2. Rehabilitacja lecznicza - w przypadku sprzężonego kalectwa narządu ruchu, zmysłów, mowy, psychoterapia i inne.
3. Edukacja - przekazywanie szerokiego zakresu wiedzy o sobie, innych ludziach, otaczającym świecie, która przez ludzi o tzw. normalnym rozwoju opanowywana jest mimowolnie lub dzięki samodzielnej pracy. Działania w tej sferze obejmują także umiejętności kształtowane tak, aby przechodziły w nawyki, czyli aby przy ich wykonywaniu mogła być ograniczona świadoma kontrola.
4. Aktywność i wpływanie na własne życie, uczenie się i tworzenie warunków do samodzielności w jak największej liczbie zadań życiowych, od samoobsługi poczynając, poprzez załatwianie codziennych spraw i spędzanie czasu wolnego, do wyboru pracy i osiągania zadowolenia z pracy, miejsca zamieszkania i stylu życia.

Plan pracy na 2020 r. opiera się na wypracowaniu nowych umiejętności oraz podtrzymaniu posiadanych u osób z deficytami w sferze kontaktów interpersonalnych oraz funkcjonowania w życiu codziennym. Działania wspierająco-aktywizujące wobec uczestników

realizowane będą w formie: treningów grupowych i indywidualnych oraz zajęć w pracowniach. Metody pracy dostosowane będą do poziomu funkcjonowania osoby z niepełnosprawnością intelektualną oraz wskazań zawartych w indywidualnym planie postępowania wspierająco-aktywizującego m.in.: instruktaż, pokaz, prezentacja, pogadanki, ćwiczenia, terapia ruchem, relaksacja.

PŚDS w 2020 r. świadczyć będzie usługi obejmujące:

- 1) trening funkcjonowania w codziennym życiu, w tym: trening dbałości o wygląd zewnętrzny, trening nauki higieny, trening kulinarny, trening umiejętności praktycznych, trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi;
- 2) trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów;
- 3) trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej;
- 4) trening umiejętności spędzania czasu wolnego;
- 5) poradnictwo psychologiczne;
- 6) pomoc w załatwianiu spraw urzędowych;
- 7) pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych;
- 8) niezbędną opiekę, w szczególności dla uczestników, o których mowa w art.51 c ust. 5 ustawy;
- 9) terapię ruchową;
- 10) inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia.

W trakcie roku, co najmniej raz na sześć miesięcy będą organizowane zajęcia i szkolenia dla pracowników PŚDS w zakresie tematycznym wynikającym ze zgłoszonych potrzeb, związanych z funkcjonowaniem domu. Ponadto ze szkolenia z zakresu treningu umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami porozumiewania się, skorzystają nowo zatrudnieni pracownicy Zespołu Wspierająco-Aktywizującego.

W 2020 r. PŚDS:

- 1) włączać będzie uczestników w prowadzenie działalności informacyjno-edukacyjnej poprzez stałe eksponowanie prac wykonanych przez uczestników PŚDS i na różnych wystawach okolicznościowych oraz poprzez udział, m.in. w wydarzeniach artystycznych;

- 2) informować będzie środowisko lokalne o działalności PŚDS, w tym, m.in.: w lokalnych mediach, przez stronę [www.psouu.org.pl](http://www.psouu.org.pl) (utworzona zakładka PŚDS) oraz innych dostępnych środkach przekazu;
- 3) zorganizuje jednodniowe oraz kilkudniowe wycieczki krajoznawczo-turystyczne dla uczestników oraz rajd pieszo-rowerowy. W planowanie w/w przedsięwzięć włączani będą uczestnicy, wykorzystujący księgozbiór PSOUU, poradniki Biblioteki Self Adwokata;
- 4) poweźmie działania w kierunku integracji uczestników ze społecznością lokalną poprzez: włączanie się w uroczystości i wydarzenia organizowane przez inne podmioty np. obchody: Kołędnicą w DPS w Niegowie, Wiosenne Spotkania z Wojskiem w WOSIR w Wyszkanie, Obchody Międzynarodowego Dnia Ziemi, uchwalenia Konstytucji 3 Maja, wybuchu II wojny światowej, Święta Niepodległości, Światowy Dzień Świadomości Autyzmu i Zespołu Downa, itp.;
- 5) współpracować będzie z rodzinami i osobami bliskimi uczestników, udzieli indywidualnego i grupowego wsparcia, mającego na celu poprawę relacji interpersonalnych, wymiany bieżących informacji w zakresie funkcjonowania uczestników w środowisku rodzinnym i społecznym.

W roku 2020 ogromną wagę będziemy nadal przykładali do rozwoju, współdziałania i samorządności uczestników oraz brania współodpowiedzialności za siebie jako społeczność oraz za PŚDS. Dlatego też będziemy wspierać działania „Samorządu Uczestników”, którego celem jest m.in. dbałość o godne i podmiotowe traktowanie wszystkich uczestników, inicjowanie zmian w funkcjonowaniu PŚDS oraz poszczególnych treningów, terapii i form aktywnego wypoczynku, współdziałania w rozwiązywaniu problemów i realizacji potrzeb.

Środowiskowy Dom Samopomocy w celu pełnej realizacji swoich zadań będzie współpracować z placówkami na terenie miasta i powiatu, działającymi w różnych obszarach życia osób z niepełnosprawnościami, w tym: OPS w Wyszkanie i gminnymi ośrodkami pomocy społecznej powiatu wyszkowskiego, PCPR w Wyszkanie, PUP w Wyszkanie, placówkami służby zdrowia, pomocy społecznej (DPS) oraz placówkami oświatowymi - SOSW w Wyszkanie i ZSS w Brańszczyku, szkołami - I LO, ZS Nr 1, CEZIU „Kopernik”, ZS Nr 3, SP nr 2, SP nr 1, SP nr 5 parafiami i organizacjami pozarządowymi; innymi podmiotami, również poza powiatem wyszkowskim. Będziemy kontynuować również współpracę z miejscowymi ośrodkami kultury takimi jak: Wyszkański Ośrodek Kultury „Hutnik” w Wyszkanie, Miejsko- Gminna Biblioteka Publiczna oraz Biblioteka Pedagogiczna w Wyszkanie, gdzie będziemy korzystać z bogatej oferty kulturalnej, między innymi wystaw,

spotkań filmowych, spektakli teatralnych, prelekcji tematycznych. Mając świadomość, że dla naszych uczestników ośrodki kultury to miejsca nauki i systematycznej pracy nad rozwojem posiadanych uzdolnień. Uczestnicy doświadczają tu mnóstwa przeżyć artystycznych – muzycznych, teatralnych, estetycznych jako i dobrą rozrywkę. Są to również miejsca spotkań z ciekawymi, wartościowymi ludźmi.

W PŚDS w 2020 r. realizowane będą również **programy autorskie:**  
**„Dbamy o zdrowie”** - celem edukacji zdrowotnej jest ukazanie uczestnikom wartości zdrowia jako potencjału, którym dysponują, kształtowanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie, wyposażenie ich w wiedzę i umiejętności, kształtowanie odpowiednich postaw i nawyków. Program będzie sprzyjał osiągnięciu zdrowia i dobrego samopoczucia zarówno fizycznego jak i psychicznego, zadowolenia i sukcesów na miarę możliwości każdego uczestnika.

**„Jesteśmy częścią środowiska – żyjemy w zgodzie z ekologią”** - celem programu jest rozpowszechnianie wiedzy oraz rozwijanie zainteresowań problematyką ochrony środowiska. Poprzez działania wynikające z programu autorskiego kształtowane będą poglądy w zakresie zachowań proekologicznych, kształtowane poczucie odpowiedzialności za stan środowiska naturalnego, rozbudzana chęć dbania o środowisko oraz uświadamiane znaczenie i piękno otaczającego środowiska naturalnego.

W 2020 r. uczestnicy będą angażowani w działający w naszym Stowarzyszeniu ruch self –adwokatów, czyli formę współdziałania osób z niepełnosprawnością intelektualną mającą wpływ na działania naszej organizacji, władz publicznych i instytucji, podkreślającą i promującą rzeczywistą realizację praw człowieka osób z niepełnosprawnością intelektualną (grupa taka działa od lat w WTZ). Będą również pomagać w organizacji przedsięwzięć zaplanowanych przez Koło i jego placówki; Przeglądzie Form Artystycznych Osób z Niepełnosprawnościami, Amatorskim Turnieju Tenisa Stołowego Osób z Niepełnosprawnościami, Obchodach Dnia Godności Osoby z Niepełnosprawnością Intelektualną, Zimowym Turnieju Bocce o Puchar Starosty Powiatu i innych działań wynikających z Kalendarza Imprez PŚDS Wyszaków 2020 r. stanowiącego załącznik nr 1.

W 2020 r. PŚDS w ramach bieżącej pracy terapeutycznej będzie realizował działania wynikające z Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. 2020, poz. 249) według Planu Pracy na rok 2020 – harmonogramu zgodnie z załącznikiem nr 3.

**STAROSTA**  
  
Jerzy Żukowski

## KALENDARZ IMPREZ PŚDS WYSZKÓW 2020 r.

W realizacji imprez będziemy współpracować z podmiotami działającymi w różnych obszarach życia osób z niepełnosprawnościami, m.in. z: placówkami prowadzonymi przez PSOUU Koło w Wyszkanie (WTZ, OREW), DPS w Brańszczyku, DPS w Niegowie, ZSS w Brańszczyku, WOK "Hutnik", Wydziałem Promocji i Rozwoju Starostwa Powiatowego w Wyszkanie, Miejsko-Gminną Biblioteką Publiczną w Wyszkanie, Wyszkańskim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji w Wyszkanie, stowarzyszeniami działającymi w powiecie wyszkowskim na rzecz osób z niepełnosprawnościami oraz Komendą Powiatową Policji w Wyszkanie, Komendą Powiatową Państwowej Straży Pożarnej w Wyszkanie.

### STYCZEŃ

- Wyjście do Kina,
- Kolędnicza w DPS w Niegowie,
- Prezentacja Jasełek przygotowanych przez uczestników PŚDS (występy w placówkach Powiatu Wyszkańskiego).

### LUTY

- Impreza Walentynkowa (gry i zabawy),
- Zabawa Ostatkowa,
- Tłusty Czwartek,
- Turniej Tenisa Stołowego PŚDS.

### MARZEC

- Dzień Kobiet (występ artystyczny),
- Obchody 15-tej rocznicy śmierci Papieża Jana Pawła II,
- Pierwszy Dzień Wiosny,
- Wiosenne Spotkania z Wojskiem w WOSIR w Wyszkanie,

### KWIECIEŃ

- Marsz – „Światowy Dzień Świadomości Autyzmu i Zespołu Downa,
- „Misterium Męki Pańskiej” w DPS w Niegowie,
- Wielkanoc – Wspólne Śniadanie,

- VI Amatorski Turniej Tenisa Stołowego – Wyszków,
- Obchody Międzynarodowego Dnia Ziemi – program autorski.

#### MAJ

- Święto Flagi i rocznica uchwalenia Konstytucji 3 Maja,
- Wycieczka trzydniowa,
- Dzień Rodziny – grillowanie w PŚDS.

#### CZERWIEC

- Powiatowa Olimpiada Osób Niepełnosprawnych w Brańszczyku,
- Dzień Godności Osoby z Niepełnosprawnością Intelektualną,
- Zajęcia sportowe na Orliku,
- Światowy Dzień Ochrony Środowiska Naturalnego – program autorski.

#### LIPIEC

- Wyjście do kina,
- Spotkanie z policją – program autorski,
- Zajęcia sportowe na Orliku.

#### SIERPIEŃ

- Wycieczka jednodniowa,
- Zajęcia sportowe na Orliku,
- Turniej Kręgli Fińskich w PŚDS.

#### WRZESIEŃ

- Rocznicą wybuchu II wojny światowej,
- Przegląd Form Artystycznych Osób z Niepełnosprawnościami w Wyszkowie,
- Rajd pieszo-rowerowy,
- Dzień Chłopaka.

#### PAŹDZIERNIK

- Światowy Dzień Ludzi Starszych - występy dla seniorów,
- Wycieczka jednodniowa.



## LISTOPAD

- Dzień Wszystkich Świętych,
- Obchody Narodowego Święta Niepodległości,
- Dyskoteka Andrzejkowo-Ostatkowa.

## GRUDZIEŃ

- Wigilia w PŚDS,
- IV Zimowy Turniej Bocce o Puchar Starosty Powiatu Wyszowskiego.

**Zgodnie z ofertą realizowane będą według potrzeb programy autorskie.**

„Dbam o zdrowie” – zaplanowano spotkanie z trenerem żywienia, dietetykiem.

„Jesteśmy częścią środowiska – żyjemy w zgodzie z ekologią” – zaangażowanie ekspertów w dziedzinie ochrony środowiska oraz ekologii.

**STAROSTA**  
  
Jerzy Żukowski

TYGODNIOWY PLAN ZAJĘĆ  
Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy typu B

Godz.	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
7.30-8.00	Czas organizacyjny Terapia ruchowa.	Czas organizacyjny Terapia ruchowa.	Czas organizacyjny Terapia ruchowa.	Czas organizacyjny Terapia ruchowa.	Czas organizacyjny Terapia ruchowa.
8.00-13.00	Terapia zajęciowa. Trening interpersonalny i rozwiązywania problemów. Terapia ruchowa. Trening nauki higieny. Trening umiejętności praktycznych. Zajęcia reedukacyjne. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.*	Terapia zajęciowa. Trening interpersonalny i rozwiązywania problemów. Terapia ruchowa. Trening umiejętności komunikacyjnych. Zajęcia teatralne. Aktywizacja zawodowa.*	Terapia zajęciowa. Poradnictwo psychologiczne Terapia ruchowa. Trening dbałości o wygląd zewnętrzny. Trening umiejętności komunikacyjnych. Zajęcia reedukacyjne. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych.*	Terapia zajęciowa. Trening interpersonalny i rozwiązywania problemów. Terapia ruchowa. Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi. Trening umiejętności praktycznych. Zajęcia teatralne.	Terapia zajęciowa. Trening nauki higieny. Trening interpersonalny i rozwiązywania problemów. Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi. Trening umiejętności komunikacyjnych. Spacery, wyjścia do kina.*
10.00-11.20	Przerwa śniadaniowa (z podziałem na grupy)	Przerwa śniadaniowa (z podziałem na grupy)	Przerwa śniadaniowa (z podziałem na grupy)	Przerwa śniadaniowa (z podziałem na grupy)	Przerwa śniadaniowa (z podziałem na grupy)
13.00-13.30	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
13.30-16.00	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego. Zajęcia dodatkowe: - tenis stołowy, - choreoterapia (zajęcia taneczne grupy Fregata). Trening porządkowy.	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego. Zajęcia dodatkowe: - tenis stołowy, - ceramika. Trening porządkowy.	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego. Zajęcia dodatkowe: - biżuteria. Trening porządkowy.	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego. Zajęcia dodatkowe: - choreoterapia przy muzyce relaksacyjnej. Trening porządkowy.	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego. Zajęcia dodatkowe: - zajęcia muzyczne, - biblioterapia. Trening porządkowy.
	Uzupełnianie dokumentacji. Odwozy do domów.	Uzupełnianie dokumentacji. Odwozy do domów.	Uzupełnianie dokumentacji. Odwozy do domów.	Uzupełnianie dokumentacji. Odwozy do domów.	Uzupełnianie dokumentacji. Odwozy do domów.

\*działania realizowane w zależności od potrzeb

L.p	Nazwa zadania	Adresaci	Formy realizacji zadania	Metody, techniki, narzędzia wykorzystywane przy realizacji zadania	Termin realizacji zadania	Opis spodziewanych efektów	Osoby odpowiedzialne za realizację zadania
<b>Trening funkcjonowania w codziennym życiu</b>							
I	1. <u>Trening dbałości o wygląd zewnętrzny</u>	uczestnicy – zgodnie z ustaleniami ZW-A* i indywidualnym planem wspierającym – aktywnym danego uczestnika	trening praktyczny	instruktaż słowny oraz pokaz czynności	wg potrzeb/raz w tygodniu, przez cały rok	Uczestnicy nabyli, poszerzyli wiedzę dot. schludnego wyglądu (różnych części ciała) oraz umiejętności zachowania właściwego wyglądu. Potrafią prawidłowo przechowywać odzież i utrzymywać ją w czystości. Posiadają wiedzę dot. dopasowywania odzieży do wieku, okoliczności i warunków pogodowych. Mają określone preferencje dot. sposobu, stylu ubierania się.	wszyscy członkowie ZW-A*
	2. <u>Trening nauki higieny</u> - nauka samodzielnego mycia rąk, całego ciała, zębów, obcinanie paznokci, nauka zgłaszania i załatwiania potrzeb fizjologicznych	uczestnicy – zgodnie z ustaleniami ZW-A* i indywidualnym planem wspierającym – aktywnym danego uczestnika	trening praktyczny	pogadanki, instruktaż słowny oraz pokaz czynności	wg potrzeb/raz w tygodniu, przez cały rok	Uczestnicy nabyli właściwe nawyki higieniczne w zakresie: kąpiel całego ciała, obcinanie paznokci, higiena jamy ustnej i mycie rąk przed i po posiłku oraz wyjściu z toalety. Korzystają ze środków higienicznych, regularnie zmieniają bieliznę osobistą. Potrafią zgłaszać potrzeby fizjologiczne. Znają zasady intymności w sytuacji załatwiania potrzeb fizjologicznych. Stosują wyuczone czynności w życiu codziennym.	wszyscy członkowie ZW-A*

<p>3. <u>Trening</u> <u>gospodarowania</u> <u>własnymi środkami</u> <u>finansowymi</u></p>	<p>uczestnicy – zgodnie z ustaleniami ZW-A* i indywidualnym planem wspierającym – aktywizującym danego uczestnika</p>	<p>trening praktyczny i teoretyczny</p>	<p>instruktaż słowny oraz pokaz czynności. Praca na materiałach pomocniczych</p>	<p>wg potrzeb/dwa razy w tygodniu, przez cały rok</p>	<p>Uczestnicy potrafią samodzielnie lub przy wsparciu rozpoznawać nominaty pieniężne. Posiadają wiedzę i orientację dot. wartości pieniądza. Korzystają z osobistego konta bankowego. Prawidłowo gospodarują własnym budżetem z uwzględnieniem opłat stałych, planują wydatki. Mają orientację co do oferty okolicznych sklepów z uwagi na atrakcyjność oferty jak i możliwość swobodnego dotarcia i bezpiecznego poruszania się w miejscu dokonywania zakupów. Znają konsekwencje zaciągania proponowanych przez różne instytucje i osoby pożyczek, kredytów (asertywna forma odmowy).</p>	<p>wszyscy członkowie ZW-A*</p>
<p>4. <u>Trening praktyczny</u> - <u>samodzielnego</u> <u>ubierania się</u> , - <u>samodzielnego</u> <u>spożywania posiłków</u> , - <u>prania</u> ,  - <u>prasowania</u></p>	<p>uczestnicy – zgodnie z ustaleniami ZW-A* i indywidualnym planem wspierającym – aktywizującym danego uczestnika</p>	<p>trening praktyczny/teoretycz ny</p>	<p>instruktaż słowny oraz demonstrowanie czynności</p>	<p>wg potrzeb/ przez cały rok</p>	<p>Uczestnicy samodzielnie lub przy wsparciu potrafią: -zakładać wierzchnie ubranie (kurtkę, buty); -spożywać posiłki, posługują się sztućcami; -prać ręcznie i obsłużyć pralkę automatyczną, prawidłowo dobrać kolory, tkaniny i temperaturę wody, wieszać pranie na suszarce oraz składać po wyschnięciu;  - przygotować stanowisko do prasowania, prasować proste ubrania, poskładać odzież po wyprasowaniu;</p>	<p>wszyscy członkowie ZW-A*</p>

<p>- porządkowy</p> <p>- edukacyjny</p>		<p>utrwalanie wiedzy zdobytej w szkole z zakresu czytania, pisania, liczenia, wiedzy o świecie</p>	<p>pokaz, ćwiczenia, instruktaż, wykorzystanie łatwych tekstów do czytania</p>	<p>dwa razy w tygodniu \ przez cały rok \ wg harmonogramu</p>	<p>- dbać o porządek w pomieszczeniach Domu i wokół (zamiatanie, grabienie);</p> <p>- dbać o zieleń, podlewać rośliny;</p> <p>Wykorzystują nabyte umiejętności w życiu codziennym. Przestrzegają zasad bezpieczeństwa.</p> <p>Uczestnicy zdobywają umiejętność podpisania się, czytania ze zrozumieniem prostych informacji. Potrafią poprawnie określić czas, dni tygodnia, miesiące, pory roku, liczą. Wykorzystują nabyte/utrwalone umiejętności w codziennym życiu.</p>	<p>pedagog</p>
<p><b>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów</b></p>						
<p>II</p> <p>- trening budowania własnej samooceny, poczucia własnej wartości</p> <p>- trening asertywnej komunikacji</p>	<p>uczestnicy – zgodnie z zebrań ustaleniemi ZW-A* i indywidualnym planem wspierająco – aktywnym danego uczestnika.</p>	<p>indywidualne rozmowy i ćwiczenia; rozmowy terapeutyczne, wspierające; ukierunkowana rozmowa oparta na dobrym przykładzie w grupie; dyskusje; wymiana poglądów, scenki;</p>	<p>indywidualne rozmowy i ćwiczenia; rozmowy terapeutyczne, wspierające; ukierunkowana rozmowa oparta na dobrym przykładzie w grupie; dyskusje; wymiana poglądów, scenki;</p>	<p>trzy razy w tyg./przez cały rok</p>	<p>Uczestnicy doskonali umiejętność wyrażania emocji, radzenia sobie z negatywnymi emocjami i zachowaniami trudnymi.</p> <p>Uczą się zachowań asertywnych i przestrzegania norm społecznych. Używają form grzecznościowych.</p>	<p>psycholog</p>

<p>- trening kształtowania pozytywnych relacji z osobami bliskimi, sąsiadami i innymi osobami w czasie zakupów, w urzędach, itp.</p> <p>- trening rozwiązywania problemów w relacjach interpersonalnych</p> <p>- stymulacja polisensoryczna</p>		<p>sala doświadczenia świata</p>	<p>bodźce wzrokowe, smakowe, dotykowe</p>	<p>według potrzeb</p>	<p>Uczestnicy potrafią nawiązywać kontakt z otoczeniem. Kształtują umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie na zasadach otwartości, partnerstwa i solidarności. Korzystają z komunikatorów : e-mail, prowadzenia rozmów telefonicznych.</p> <p>Otrzymują wskazówki, jak rozwiązywać problemy, z którymi się borykają. Wzmacniane są pozytywne zachowania.</p> <p>Poprawa precyzji ruchowej, rozwijanie wrażliwości dotykowej, rozwój aktywności ruchowej; poprawienie koncentracji uwagi; rozwój procesów poznawczych; zwiększenie poczucia bezpieczeństwa.</p>	<p>psycholog we współpracy z terapeutą integracji sensorycznej (wolontariusz)</p>
---	--	----------------------------------	---	-----------------------	---	---

### Trening umiejętności komunikacyjnych

III	wykorzystanie alteratywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się	uczestnicy – zgodnie z ustaleniami ZW-A* i indywidualnym planem wspierającym – aktywizującym danego uczestnika.	trening praktyczny i teoretyczny	zajęcia indywidualne i grupowe; piktogram, alfabet literowy, tablica komunikacyjna, metoda rysunkowa	3 razy w tygodniu przez cały rok	Uczestnicy nauczą się skutecznie porozumiewać z innymi. Dowiedzą się, jak prawidłowo udzielać informacji zwrotnych oraz dbać o dobre kontakty z ludźmi. Poznąją różne narzędzia i style komunikacyjne oraz dowiedzą się, jak je dostosować do swoich rozmówców. Nauczą się bez obaw wyrażać swoje zdanie na różne tematy, staną się bardziej pewni siebie i asertywni.	wszyscy członkowie ZW-A*
<b>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego</b>							
IV		uczestnicy – zgodnie z ustaleniami ZW-A* i indywidualnym planem wspierającym – aktywizującym danego uczestnika.	zajęcia teatralne	zajęcia grupowe	dwa razy w tygodniu	Uczestnicy rozwijają zainteresowania literaturą, sztuką. Potrafią wyrażać uczucia, emocje, identyfikować się z postacią odgrywaną, opanowują na pamięć swoje role. Przygotowują dekoracje. Pokonują treść przed występami publicznymi.	pedagog teatru
			zajęcia muzyczne: śpiew,	zajęcia grupowe	raz w tygodniu	Uczestnicy rozwijają zainteresowania muzyką. Potrafią śpiewać piosenki biesiadne, kolędy, przeboje.	instruktorzy terapii zajęciowej

gry stolikowe	zajęcia grupowe	codziennie	Uczestnicy poznają zasady różnorodnych gier stolikowych. Samodzielnie podejmują decyzje, dotyczące wyboru ulubionej gry. Potrafią współpracować w grupie, integrują się.	wszyscy członkowie ZW-A*
choreoterapia	zajęcia grupowe	dwa razy w tygodniu	Uczestnicy dbają o sprawność psychofizyczną, potrafią okazywać i wyrażać emocje poprzez ruch. Potrafią korzystać z technik relaksacyjnych.	instruktorzy terapii zajęciowej
biblioterapia	zajęcia grupowe	raz w tygodniu	Uczestnicy słuchają bądź czytają książki. Potrafią analizować bajki i teksty terapeutyczne. Samodzielnie sięgają po czasopisma, korzystają z biblioteczki. Odzwierciedlają poznane teksty, poprzez wykonywanie prac manualnych.	instruktor terapii zajęciowej
biżuteria	zajęcia grupowe	raz w tygodniu	Uspornianie motoryki małej, koordynacji wzrokowo-ruchowej. Uczestnicy wykonują piękne ozdoby. Zajęcia wyciszają, rozwijają wyobraźnię.	instruktorzy terapii zajęciowej, pedagog
ceramika	zajęcia grupowe	raz w tygodniu	Uczestnictwo w całym procesie wytwórczym od ugnięcia poprzez kształtowanie do gotowego wyrobu. Poprawa sprawności manualnej, rozwoju intelektualnego, rozwoju postrzegania i wyobraźni uczestników.	instruktor terapii zajęciowej



korzystanie ze sprzętów audiowizualnych	instruktaż słowny oraz demonstrowanie czynności	codziennie	Potrąfią obsługiwać sprzęt, wybierają audycje telewizyjne lub radiowe zgodne z zainteresowaniami czy potrzebami.	wszyscy członkowie ZW-A*
udział w wyjściach do ośrodków kultury i rekreacji	wyjścia grupowe	zgodnie z kalendarzem imprez 2020 r.	Uczestnicy integrują się społecznie, nabywają umiejętności korzystania z dóbr kultury. Mają potrzebę uczestnictwa w życiu kulturalnym.	wszyscy członkowie ZW-A*
organizowanie wspólnych spotkań okolicznościowych pracowników Domu z uczestnikami i ich rodzicami lub opiekunami	zajęcia grupowe, instruktaż słowny	zgodnie z kalendarzem imprez 2020 r.	Uczestnicy wybierają formę organizowania danej uroczystości (spektakl, układ choreograficzny, gra na instrumentach, śpiew). Przygotowują w pracowni kulinarnej okolicznościowy poczęstunek. Integrują się z opiekunami, rodzicami pozostających uczestników.	wszyscy członkowie ZW-A*
wycieczki krajoznawczo-turystyczne	planowanie, "burza mózgów", pogadanka, wyjścia grupowe	zgodnie z kalendarzem imprez 2020 r.	Uczestnicy potrafią planować (trasy wycieczek, środki komunikacji), określają własne preferencje. Uczestnicy poznali walory: krajobrazowe, turystyczne, architektoniczne. Zwiedzili ciekawe miejsca : zabytki, obiekty, korzystali z atrakcji oraz spędzali czas na świeżym powietrzu. Integracja grupy.	wszyscy członkowie ZW-A*

**Terapia zajęciowa- trening umiejętności praktycznych**

<p>V</p>	<p>Prowadzenie terapii zajęciowej w pracowni krawiecko-hafciarskiej Zajęcia klubowe</p>	<p>uczestnicy – zgodnie z ustaleniami ZW-A* i indywidualnym planem wspierającym aktywizującym danego uczestnika</p>	<p>terapia zajęciowa</p>	<p>metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, pokaz, ćwiczenie, instruktaż</p>	<p>praca ciągła przez cały rok</p>	<p>Uczestnicy potrafią nawlekać igłę, fastrygować, dokonywać drobnych napraw odzieży. Potrafią samodzielnie lub przy wsparciu przyszywać guziki oraz zszyć rozdarty materiał, posługują się poznaczonymi ścięgami, np. krzyżkowym. Kształtują umiejętności w zakresie cięcia materiału i szycia na maszynie. Wyczone czynności wprowadzają w życie.</p>	<p>instruktor odpowiedzialny za prowadzenie zajęć w pracowni</p>
<p>Prowadzenie terapii zajęciowej w pracowni plastycznej</p>	<p>uczestnicy – zgodnie z ustaleniami ZW-A* i indywidualnym planem wspierającym aktywizującym danego uczestnika</p>	<p>terapia zajęciowa</p>	<p>praca ciągła przez cały rok</p>	<p>metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, pokaz, ćwiczenie, instruktaż</p>	<p>Uczestnicy potrafią samodzielnie lub przy asyście instruktora wykonywać prace manualne różnymi technikami: (wycinanie, wyklejanie, malowanie, rysowanie, collage, witraż, decoupage, origami). Wykonują ozdoby z metalu, drewna, masy solnej, papierowej. Kształtują umiejętności tworzenia sztuki użytkowej, np. biżuteria. Układają kompozycje, zdobią, dekorują, wykonują okolicznościowe kartki, upominki, sezonowe dekoracje.</p>	<p>instruktor odpowiedzialny za prowadzenie zajęć w pracowni</p>	
<p>Prowadzenie terapii zajęciowej w pracowni technicznej</p>	<p>uczestnicy – zgodnie z ustaleniami ZW-A* i indywidualnym planem wspierającym aktywizującym danego uczestnika</p>	<p>terapia zajęciowa</p>	<p>praca ciągła przez cały rok</p>	<p>metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, pokaz, ćwiczenie, instruktaż</p>	<p>Uczestnicy potrafią korzystać z podstawowych narzędzi: wiertarka, młotek, śrubokręt, dokonywać drobnych napraw, pracować na kole garncarskim, wykonywać odlewy gipsowe (miski, gamki, wazon). Wykonują ramki do obrazków oraz różnego rodzaju artykuły dekoracyjne z drewna, upominki.</p>	<p>instruktor odpowiedzialny za prowadzenie zajęć w pracowni</p>	

Prowadzenie terapii zajęciowej w pracowni kulinarnej (trening kulinarny)	uczestnicy – zgodnie z ustaleniami ZW-A* i indywidualnym planem wspierającym – aktywnym danego uczestnika	terapia zajęciowa	metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, pokaz, ćwiczenie, instruktaż	praca ciągła przez cały rok	Uczestnicy sporządzają kanapki, zapiekanki, pieką ciasta, przygotowują surówki, sałatki, desery, napoje, obsługują sprzęt AGD. Rozwijają samodzielność w dziedzinie zaspokajania podstawowych funkcji życiowych. Uczą się zaradności, odpowiedzialności i pracy zespołowej. Wyrabiają umiejętność estetycznego podawania i przygotowywania posiłków, a także zasad zachowania się podczas ich spożywania.	instruktor odpowiedzialny za prowadzenie zajęć w pracowni
Prowadzenie terapii zajęciowej w pracowni multimedialnej	uczestnicy – zgodnie z ustaleniami ZW-A* i indywidualnym planem wspierającym – aktywnym danego uczestnika	terapia zajęciowa	metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, pokaz, ćwiczenie, instruktaż	praca ciągła przez cały rok	Uczestnicy znają podstawową obsługę komputera, potrafią wyszukiwać informacje z Internetu. Utrzymują kontakty ze znajomymi przez Internet. Potrafią zrobić zdjęcia. Pomagają prowadzić stronę internetową Domu i Gazetkę PŚDS. Nagrywają i tworzą filmy z imprez okolicznościowych.	instruktor odpowiedzialny za prowadzenie zajęć w pracowni
Zajęcia klubowe	osoby oczekujące na przyjęcie oraz byli uczestnicy	terapia zajęciowa	metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, pokaz, ćwiczenie, instruktaż	według potrzeb	"Klubowicz" nie będzie objęty indywidualnym planem postępowania wspierająco-aktywizującym i nie będzie podlegał ocenie efektów prowadzonej terapii. Zajęcia ułatwią osobom oczekującym adaptację w nowym środowisku a byłym uczestnikom stworzą szansę na podtrzymywanie kontaktów.	instruktor terapii zajęciowej, terapeuta

**Edukacja zdrowotna i pomoc w dostępie do świadczeń zdrowotnych**

VI	Pomoc w dostępie do świadczeń zdrowotnych	uczestnicy Domu – w razie potrzeby	asysta, indywidualnie	towarzystwo w drodze do placówek ochrony zdrowia	w zależności od potrzeb	Uczestnik ma zapewnioną pomoc i wsparcie w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w zakupie leków. Regulaminie kontrolowane jest ciśnienie tętnicze oraz wykonywany jest pomiar masy ciała.	pracownik socjalny
	Zajęcia edukacyjne: spotkania z pielęgniarką, dietetykiem,	uczestnicy – zgodnie z ustaleniami ZW-A* i indywidualnym planem wspierającym aktywnym danego uczestnika	spotkania grupowe, indywidualne	pogadanki, rozmowy indywidualne, rozmowy w grupie, konsultacje	przez cały rok w zależności od potrzeb	Uczestnik potrafi zadbać o swoje zdrowie, dba o siebie w przypadku zachorowania na choroby sezonowe, rozumie potrzebę przeprowadzania badań profilaktycznych. Wie, jak zażywać leki, zna dawkowanie i skutki uboczne. Uczestnicy posiadają informacje o tym, co jest korzystne lub szkodliwe dla zdrowia. Rozpoznają objawy chorobowe, wiedzą jak wezwać pogotowie ratunkowe.	wszyscy członkowie ZW-A*
<b>Poradnictwo psychologiczne</b>							
VII	Prowadzenie poradnictwa psychologicznego	uczestnicy – zgodnie z ustaleniami ZW-A* i indywidualnym planem wspierającym danego uczestnika	spotkania indywidualne	rozmowy, badania psychologiczne, opinie psychologiczne	przez cały rok w zależności od potrzeb	Uczestnicy otrzymują diagnozę funkcjonalną, czyli ocenę możliwości rozwojowych oraz potrzeb emocjonalno-społecznych, opartą na testach psychologicznych, wywiadzie, rozmowie kierowanej i obserwacji klinicznej. Otrzymują wsparcie psychologiczne na terenie Domu.	psycholog

Terapia ruchowa							
VIII	1. <u>Kinezyterapia</u>	uczestnicy – zgodnie z ustaleniami ZW-A* i indywidualnym planem wspierającym – aktywizującym danego uczestnika	praca indywidualna z każdym uczestnikiem, praca zespołowa	elementy integracji sensorycznej (narzędzia wykorzystywane przy realizacji zadania: materace, piłki, rowerki stacjonarne, stepper, atlas, drabinki gimnastyczne, ciężarki, tablica do ćwiczeń manualnych).	w zależności od potrzeb przez cały rok	uczestnicy osiągnęli/podtrzymują podstawowe cechy motoryczne poprzez zastosowanie w zależności od potrzeb ćwiczeń biernych, czynno-biernych. Została podniesiona kondycja fizyczna. Potrafią koordynować ruchy ciała. Potrafią przyjmować prawidłową postawę ciała, współdziałać w grupie oraz prawidłowo zachowywać się podczas ćwiczeń zespołowych i zajęć ruchowych.	fizjoterapeuta
	2. <u>Działania profilaktyczne, zajęcia sportowe i relaksacyjne</u>	uczestnicy – zgodnie z ustaleniami ZW-A* i indywidualnym planem wspierającym – aktywizującym danego uczestnika	praca indywidualna z każdym uczestnikiem, zajęcia grupowe	instruktaż, ćwiczenia	w zależności od potrzeb/ raz w tygodniu przez cały rok	uczestnicy biorą udział w zajęciach korekcyjnych, gimnastyce ogólno- usprawniającej, zajęciach sportowych na boisku, w parku. Uczą się grać w tenisa stołowego. Są przygotowani do udziału w zawodach sportowych.	fizjoterapeuta, wolontariusz

Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych							
IX	Działania w załatwianiu spraw urzędowych	uczestnicy Domu -- w razie potrzeby	praca indywidualna, ukierunkowana na uczestnika	pomoc w wypełnianiu dokumentów i dotarciu do urzędów, instytucji	przez cały rok w zależności od potrzeb	Uczestnicy otrzymują pomoc i wsparcie podczas załatwiania spraw w urzędach, placówkach ochrony zdrowia, sądach, ZUS, bankach i innych instytucjach.	pracownik socjalny
Postępowanie przygotowujące do podjęcia zatrudnienia							
X	Aktywizacja zawodowa	uczestnicy – zgodnie z ustaleniami ZW-A* i indywidualnym planem wspierającym – aktywnym danego uczestnika	treningi praktyczne - próbki pracy, zwiędzanie zakładów pracy	zajęcia grupowe i indywidualne	przez cały rok	Uczestnicy potrafią dokładnie wykonywać powierzone czynności, pracują w określonych normach czasowych. Uczą się odpowiedzialności, punktualności, staranności wykonania. Potrafią napisać CV, list motywacyjny, przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej.	instruktorzy terapii zajęciowej

Niezbędna opieka						
XI	Wspomaganie czynności pielęgnacyjnych, zapewnienie opieki podczas transportu	uczestnicy wymagający tego rodzaju wsparcia	czynności pielęgnacyjne, opieka podczas transportu	przez cały rok w zależności od potrzeb	Uczestnicy mają zapewnioną opiekę, czują się bezpieczni	Członkowie ZW-A*, asystent osoby niepełnosprawnej

Współpraca z rodziną					
XII	Zebrania oraz indywidualne spotkania z rodzinami uczestników: - bieżące kontakty telefoniczne z rodzinami bądź opiekunami, - przekazywanie w formie pisemnej spraw organizacyjnych rodzinom	rodziny uczestników PŚDS	praca grupowa i indywidualna	poradnictwo, rozmowa, wymiana doświadczeń	Wsparcie i dzielenie się doświadczeniem w pokonywaniu codziennych problemów, związanych z niepełnosprawnością członka rodziny. Zdiagnozowanie funkcjonowania rodziny w celu lepszego rozumienia potrzeb osób niepełnosprawnych.
Członkowie ZWA*					
XIII	Szkolenia pracowników Domu	pracownicy PŚDS	szkolenia: zewnętrzne, wewnętrzne	min. 2 razy w roku	Pracownicy podnoszą swoje kwalifikacje, doskonalą i nabywają nowe umiejętności w zakresie organizacji pracy oraz pracy z osobą niepełnosprawną
Szkolenia kadry zatrudnionej w SDS					
kierownik Domu					

\* ZW-A - Zespół Wspierająco-Aktywizujący w PŚDS

STAROSTA  
  
 Jerzy Żukowski

## Uzasadnienie

Na podstawie art. 20 ust.1 pkt 2 ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz. U. z 2019 r. poz. 1507 z późn. zm.) do zadań z zakresu administracji rządowej realizowanych przez powiat należy prowadzenie i rozwój infrastruktury ośrodków wsparcia dziennego dla osób z zaburzeniami psychicznymi.

Uchwałą Nr 165/583/2017 Zarządu Powiatowego w Wyszkanie z dnia 14 listopada 2017 roku realizację zadania publicznego z zakresu pomocy społecznej dotyczącego prowadzenia Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy typu B dla osób upośledzonych umysłowo na lata 2018 – 2021 powierzono Polskiemu Stowarzyszeniu na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym Koło w Wyszkanie.

Zgodnie z delegacją wynikającą § 4 ust. 2 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2020, poz. 249) Kierownik domu jest odpowiedzialny za opracowanie regulaminu organizacyjnego, programu działalności domu i planu pracy domu na każdy rok w uzgodnieniu z wojewodą. Dokumenty te zatwierdza jednostka prowadząca lub zlecająca.

W oparciu o w/w rozporządzenie Kierownik PŚDS w Wyszkanie w porozumieniu z Dyrektorem Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Wyszkanie opracował treść Planu Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy typu B w Wyszkanie na rok 2020, a Wojewoda Mazowiecki pismem znak WPS-I.9421.3.176.2020.MBK z dnia 18 marca 2020 r. zaakceptował powyższy dokument po wprowadzeniu zmian dotyczących stosowania odpowiedniego określenia do uczestników typu B – osoby z niepełnosprawnością intelektualną zgodnie z § 2 pkt 5 lit. b oraz uzupełnieniu planu o organizację szkoleń i zajęć dla pracowników zgodnie z § 23 ww. rozporządzenia

W związku z powyższym podjęcie projektowanej uchwały uznaje się za zasadne.

**STAROSTA**



Jerzy Żukowski