Załącznik do Uchwały Nr 208/657/2022

Zarządu Powiatu Wyszkowskiego

z dnia 12 kwietnia 2022 r.

Plan Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy typu B w Wyszkowie na 2022 r.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lp. | **Usługi świadczone  w ŚDS w roku 2022** (przy poszczególnych usługach można zawrzeć syntetyczny opis działań) | **Osoba/osoby odpowiedzialna/e za realizację zadania** | **Liczba osób objętych usługami**  **(szacunkowa liczba)** | **Wymiar czasu/ częstotliwość** | **Metoda lub forma zajęć/ treningów/usług indywidualne/grupowe** | **Przewidywane efekty** |
| **I** | **Trening funkcjonowania w codziennym życiu.** | | | | | |
| 1. | Trening dbałości o wygląd zewnętrzny i zachowania zasad higieny | Wszyscy członkowie ZW-A | 40 | wg potrzeb/pięć razy w tygodniu, przez cały rok | Instruktaż słowny oraz pokaz czynności, pogadanki | Uczestnicy nabyli wiedzę dot. zachowania schludnego wyglądu. Potrafią utrzymywać odzież w czystości, prasować, dopasowywać ją do wieku, okoliczności i warunków pogodowych.  Uczestnicy nabyli właściwe nawyki higieniczne w zakresie mycia własnego ciała, korzystania ze środków higienicznych, regularnie zmieniają bieliznę osobistą. Potrafią zgłaszać potrzeby fizjologiczne i znają zasady intymności w sytuacji załatwiania potrzeb fizjologicznych. Stosują wyuczone czynności w życiu codziennym |
| 2. | Trening kulinarny | instruktor odpowiedzialny za prowadzenie zajęć w pracowni kulinarnej | 40 | pięć razy w tygodniu/praca ciągła przez cały rok | metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, pokaz, ćwiczenie, instruktaż | Uczestnicy potrafią zrobić kanapki, zapiekanki, piec ciasta, przygotować surówki, sałatki, desery, napoje, obsługiwać sprzęt AGD. W estetyczny sposób przygotowują i podają posiłki, a także znają zasady zachowania się podczas ich spożywania. |
| 3. | Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi | wszyscy członkowie ZW-A | 40 | wg potrzeb/dwa razy w tygodniu, przez cały rok | instruktaż słowny oraz pokaz czynności. Praca na materiałach pomocniczych | Uczestnicy potrafią rozpoznawać nominały 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). |
| **II** | **Trening umiejętności praktycznych** | | | | | |
| 1. | Trening porządkowy | Wszyscy członkowie ZW-A | 40 | Pięć razy w tygodniu/Praca ciągła przez cały rok | instruktaż słowny oraz demonstrowanie czynności | Potrafią dbać o porządek w pomieszczeniach Domu i wokół niego; regularnie dezynfekować pomieszczenia w placówce dbać o zieleń, podlewać rośliny, sadzić rośliny. Wykorzystują nabyte umiejętności w życiu codziennym. Przestrzegają zasad bezpieczeństwa. |
| 2. | Terapia zajęciowa prowadzona w pracowniach treningowych:  pracownia komputerowo-biurowa  pracownia krawiecka  pracownia rękodzieła artystycznego  Pracownia techniczno-ceramiczna |  | 40 | Pięć razy w tygodniu/Praca ciągła przez cały rok | instruktaż słowny oraz demonstrowanie czynności | Uczestnicy potrafią obsługiwać komputer, poprawnie korzystają ze sprzętów audiowizualnych, w bezpieczny sposób poruszają się w przestrzeni internetowej,  obsługują podstawowy sprzęt biurowy.  Uczestnicy potrafią nawlekać igłę, przyszywać guziki, zszyć rozdarty materiał. Posługują się poznanymi ściegami, szyją ręcznie lub maszynowo.  Uczestnicy wykonują prace manualne różnymi technikami plastycznymi, wykonują ozdobne przedmioty sztuki użytkowej, układają kompozycje, wykonują okolicznościowe kartki, upominki, sezonowe dekoracje.  Uczestnicy potrafią korzystać z podstawowych narzędzi, wykonują ramki do obrazków, artykuły dekoracyjne, upominki, pracują na kole garncarskim, wykonują odlewy gipsowe, kształtują glinę do końcowego wyrobu ceramicznego. |
| 3. | Trening edukacyjny | Pedagog | 40 | praca ciągła przez cały rok;  w wyznaczone dni (grafik zajęć) | pokaz, ćwiczenia, instruktaż słowny, wykorzystanie tekstów łatwych do czytania | Uczestnicy składają własnoręczny podpis, czytają ze zrozumieniem proste informacje, poprawnie określają czas, dni tygodnia, miesiąca, pory roku. Mają utrwalone umiejętności szkolne w zakresie czytania, pisania, liczenia – przydatne w życiu codziennym; usprawniają nabyte/utrwalone umiejętności codziennego życia; zdobywają i poszerzają wiedzę o otaczającym ich świecie. |
| **III** | **Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów** | | | | | |
| 1. | Trening interpersonalny, budowania relacji i zachowań w sytuacjach konfliktowych. | Psycholog | 40 | Praca ciągła przez cały rok; wg potrzeb/dwa razy w tygodniu | zajęcia indywidualne/grupowe, warsztaty, mini wykłady, trening praktyczny, scenki, dyskusja, pogadanki, rozmowy kierowane | Uczestnicy podnoszą swoje kompetencje interpersonalne. Nawiązują satysfakcjonujące relacje oparte na szacunku. Okazują empatię i wsparcie. W sytuacjach konfliktowych potrafią przyjmować perspektywę drugiej strony. Ćwiczą umiejętności przyjmowania różnych perspektyw. Nie eskalują konfliktów. Nie oceniają i nie posługują się stereotypami. Potrafią dokonać analizy problemowej i dokonać wyboru na poziomie racjonalnym. |
| 2. | Trening budowania samooceny i poczucia własnej wartości;  trening asertywnej komunikacji;  trening nawiązywania i podtrzymywania relacji oraz kontaktów. | Pedagog | 40 | Praca ciągła przez cały rok;  w wyznaczone dni wg. tygodniowego harmonogramu /wg potrzeb | zajęcia indywidualne/grupowe, trening praktyczny, dyskusja, pogadanki, rozmowy kierowane | Uczestnicy znają zachowania asertywne przestrzegają norm społecznych, używają form grzecznościowych. Potrafią wyrażać emocje, radzą sobie z negatywnymi odczuciami, zachowaniami trudnymi. |
| **IV** | **Trening umiejętności komunikacyjnych** | | | | | |
| 1. | Trening komunikacyjno- interpersonalny | Psycholog | 40 | wg potrzeb/dwa razy w miesiącu | zajęcia indywidualne/ grupowe, warsztaty, mini wykłady, trening praktyczny, scenki, dyskusja | Uczestnicy potrafią otwarcie artykułować swoje potrzeby w sferach fizjologicznej i emocjonalnej. Potrafią jasno przedstawiać swoje stanowisko. Potrafią argumentować. Potrafią prowadzić dyskusje i konfrontować swój ogląd sytuacji ze zdaniem innych. Stosują komunikację bez przemocy. Potrafią korzystać z narzędzi asertywnej komunikacji. |
| 2. | Trening komunikacyjny z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami  w komunikacji werbalnej | Terapeuta/pedagog | 6 | Praca ciągła przez cały rok;  w wyznaczone dni | zajęcia indywidualne i grupowe, znaki graficzne i manualne, | Uczestnicy nauczą się skutecznie porozumiewać z innymi. Dowiedzą się, jak prawidłowo udzielać informacji zwrotnych oraz dbać o dobre kontakty z ludźmi. Poznają różne narzędzia i style komunikacyjne, nauczą się bez obaw wyrażać swoje zdanie na różne tematy, staną się bardziej pewni siebie i asertywni. |
| **V** | **Trening umiejętności spędzania wolnego czasu** | | | | | |
| 1. | Trening rozwijania zainteresowań literaturą | Pedagog teatru | 40 | wg potrzeb/raz w tygodniu | zajęcia grupowe, realizacja spektakli, krótkich form teatralnych, wspólne czytanie, | Uczestnicy poznają wybrane pozycje prozatorskie, poetyckie oraz dramatyczne. Biorą czynny udział w realizacjach scenicznych wybranych tekstów. Słuchają fragmentów wybranych utworów oraz wypowiadają się na ich temat. |
| 2. | Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi lub telewizyjnymi | Pedagog teatru | 40 | raz w tygodniu | zajęcia grupowe, realizacja słuchowisk, etiud filmowych | Uczestnicy planują i realizują krótkie formy audycji dźwiękowych i filmowych. Słuchają lub oglądają fragmenty wybranych utworów oraz wypowiadają się na ich temat. |
| 3. | Udział w wyjściach do ośrodków kultury i rekreacji; organizowanie spotkań okolicznościowych społeczności PŚDS | wszyscy członkowie ZW-A | 40 | Wg potrzeb | Wyjścia grupowe, spotkania w PŚDS, zajęcia grupowe | Uczestnicy integrują się społecznie, nabywają umiejętności korzystania z dóbr kultury. Mają potrzebę uczestnictwa w życiu kulturalnym. Uczestnicy wybierają formę organizowania danej uroczystości (spektakl, układ choreograficzny, gra na instrumentach, śpiew). Przygotowują w pracowni kulinarnej okolicznościowy poczęstunek. Integrują się z opiekunami, rodzicami pozostałych uczestników. |
| 4. | Zajęcia dodatkowe |  |  |  | zajęcia grupowe |  |
| a) | Biblioterapia | Pracownik socjalny | 40 | Jeden raz w tygodniu przez cały rok. |  | Uczestnicy czytają bądź słuchają książek, audiobooków. Potrafią analizować poznane teksty bajek i opowiadań terapeutycznych. |
| b) | Biżuteria | Instruktor terapii zajęciowej pracowni rękodzieła artystycznego | 40 | Jeden raz w tygodniu przez cały rok. |  | Usprawnianie motoryki małej, koordynacji wzrokowo-ruchowej. Uczestnicy wykonują ozdoby. Zajęcia wyciszają, rozwijają wyobraźnię. |
| c) | Tenis stołowy | Instruktor terapii zajęciowej pracowni komputerowo-biurowej. | 40 | Dwa razy w tygodniu przez cały rok |  | Uczestnicy usprawniają kondycję fizyczną, zajęcia wpływają na poprawę sprawności ruchowej oraz podniesienie samooceny. Sport uczy zawodników zaangażowania, zdrowej rywalizacji i samodyscypliny. |
| d) | Choreoterapia | Instruktor terapii zajęciowej pracowni kulinarnej | 40 | Jeden raz w tygodniu przez cały rok |  | Uczestnicy dbają o sprawność psychofizyczną, potrafią okazywać i wyrażać emocje poprzez ruch. Potrafią korzystać z technik relaksacyjnych. |
| e) | Zajęcia muzyczne | pedagog | 40 | Wg. potrzeb |  | Uczestnicy rozwijają zainteresowania muzyką. Potrafią śpiewać piosenki biesiadne, kolędy, przeboje. |
| **VI** | **Poradnictwo psychologiczne –** wspieranie uczestników oraz ich rodzin, pomoc w rozwiązywaniu konfliktów, zajęcia psychoedukacyjne, działania profilaktyczne. | Psycholog | 40 | wg potrzeb | zajęcia indywidualne, rozmowa, sesje relaksacji | Uczestnicy w rozmowach indywidualnych otrzymują wsparcie psychologiczne. Według potrzeb i możliwości uczestników, otrzymują oni wskazówki oraz informacje o narzędziach przydatnych dla wzmocnienia równowagi oraz podwyższenia swojego dobrostanu psychicznego. Uczestnik przetrenowuje różne modele zachowań w sytuacjach dla niego trudnych. |
| **VII** | **Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych –** nauka samodzielnego lub ze wspomaganiem odnajdywania wybranych lokalizacji instytucji publicznych, pomoc w samodzielnym odczytywaniu i rozumieniu pism urzędowych, sporządzaniu podań i wypełnianiu wniosków, jak również sprawnej komunikacji z urzędnikiem; system działań wspierających, zwiększających samodzielność jednostki. | Pracownik socjalny | Według potrzeb | Przez cały rok w zależności od potrzeb | praca indywidualna, ukierunkowana na uczestnika | Uczestnicy otrzymują pomoc i wsparcie podczas załatwiania spraw w urzędach, placówkach ochrony zdrowia, sądach, ZUS, bankach i innych instytucjach. |
| **VIII** | **Edukacja prozdrowotna i pomoc w dostępie do świadczeń medycznych** | | | | | |
| 1. | Pomoc w dostępie  do niezbędnych świadczeń zdrowotnych | Pracownik socjalny | Według potrzeb | Przez cały rok w zależności od potrzeb | asystentura, indywidualnie | Uczestnik ma zapewnioną pomoc i wsparcie w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w zakupie leków, w umówieniu wizyty lekarskiej. |
| 2. | Profilaktyka zdrowia | wszyscy członkowie ZW-A | Według potrzeb | Przez cały rok w zależności od potrzeb | pogadanki, rozmowy indywidualne, rozmowy w grupie, konsultacje | 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. |
| **IX** | **Niezbędna opieka** | | | | | |
| 1. | Wspomaganie czynności pielęgnacyjnych, zapewnienie opieki podczas transportu | Członkowie ZW-A | 40 | przez cały rok w zależności od potrzeb | czynności pielęgnacyjne, opieka podczas transportu | Uczestnicy mają zapewnioną opiekę, czują się bezpieczni. Uczestnicy mają zapewnioną opiekę podczas spożywania posiłków i wsparcie przy realizacji treningu higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny, |
| **X** | **Terapia ruchowa** | | | | | |
| 1. | Kinezyterapia | fizjoterapeuta | 40 | 3 razy w tygodniu/w zależności od potrzeb/ przez cały rok | elementy integracji sensorycznej | 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 |
| 2. | Działania profilaktyczne, zajęcia sportowe i relaksacyjne | fizjoterapeuta, wolontariusz | 40 | 3 razy w tygodniu/ w zależności od potrzeb/ przez cały rok | instruktaż, ćwiczenia | 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. |
| **XI** | **Postępowanie przygotowujące do uczestnictwa w WTZ lub podjęcia zatrudnienia.** | | | | | |
| 1. | Aktywizacja zawodowa | Instruktorzy terapii zajęciowej | 30 | Jeden raz w tygodniu/ wg. potrzeb/przez cały rok | Zajęcia grupowe i indywidualne; treningi praktyczne, zwiedzanie zakładów pracy | Uczestnicy potrafią wykonywać powierzone czynności, pracują w określonych normach czasowych. Opanowali odpowiedzialność, punktualność, dokładne i rzetelne wykonywanie zadań; potrafią wypełnić dokumenty wymagane przy podjęciu zatrudnienia, przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej. |
| **XII** | Umożliwienie uczestnikom skierowanym na pobyt dzienny  spożywania gorącego posiłku-zakup cateringu ze Spółdzielni Socjalnej „Integracja” w Adelinie lub sporządzanie posiłku w ramach treningu kulinarnego. | Pracownik socjalny/instruktor terapii zajęciowej pracowni kulinarnej | 40 | 5 razy w tygodniu przez cały rok | Nie dotyczy | Spożycie obiadu, zapewnienie gorącego posiłku - realizacja zgodnie z rozporządzeniem. |
| **XIII** | Usługi transportowe –  polegające na dowożeniu na zajęcia z miejsca zamieszkania i odwożeniu po zajęciach uczestników placówki | Kierownik PŚDS | 28/według potrzeb | 5 razy w tygodniu przez cały rok | Nie dotyczy | Uczestnicy dojeżdżają z domu do placówki PŚDS oraz z placówki do domu. |
| **XIV** | Szkolenie kadry | Kierownik PŚDS | pracownicy PŚDŚ | Minimum 2 razy w roku | szkolenia: zewnętrzne, wewnętrzne | Pracownicy podnoszą swoje kwalifikacje, doskonalą i nabywają nowe umiejętności w zakresie organizacji pracy oraz pracy z osobą niepełnosprawną. |
| **XV** | Spotkania ZWA | Kierownik PŚDS | pracownicy PŚDŚ | w zależności od potrzeb przez cały rok | spotkania grupowe | Pracownicy sporządzają indywidualne plany postępowania wspierająco-aktywizującego, oceny realizacji IPPWA, planują organizację zajęć, omawiają bieżące sytuacje uczestników placówki. |
| **XVI** | Współpraca ŚDS z innymi instytucjami – inne organizacje pozarządowe, ośrodki pomocy społecznej powiatu wyszkowskiego, PCPR w Wyszkowie, PUP w Wyszkowie, poradnia zdrowia psychicznego i inne zakłady opieki zdrowotnej, samorządy, szkoły, kościoły  i związki wyznaniowe, ośrodki kultury i organizacje kulturalno-rozrywkowe, placówki oświatowe, inne jednostki świadczące usługi dla osób z niepełnosprawnościami, inne osoby lub podmioty działające na rzecz integracji społecznej. | Członkowie ZW-A | 40 | w zależności od potrzeb przez cały rok | Nie dotyczy | Utworzenie kręgu przyjaznego osobom z niepełnosprawnościami, tworzenie miejsc dostępnych dla aktywności uczestników, poszerzenie sieci kontaktów oraz identyfikacja i zaspokojenie potrzeb uczestników i ich rodzin. Zawarcie nowych kontaktów, wyedukowanie partnerów społecznych, zbudowanie długoterminowych relacji z nimi; wspólne organizowanie wydarzeń i aktywności, |
| **XVII** | Zajęcia klubowe  jeden raz w tygodniu/1 osoba; 4 godziny | instruktor terapii zajęciowej, terapeuta, pedagog, psycholog, asystent osoby niepełnosprawnej, fizjoterapeuta | Wg potrzeby | 1 raz w tygodniu/ wg. potrzeby | metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, pokaz, ćwiczenie, instruktaż | "Klubowicz" nie będzie objęty indywidualnym planem postępowania wspierająco-aktywizującego i nie będzie podlegać ocenie efektów prowadzonej terapii. Zajęcia ułatwią osobom oczekującym adaptację w nowym środowisku a byłym uczestnikom stworzą szansę na podtrzymywanie kontaktów. |
| **XVIII** | Organizowanie imprez zgodnie z harmonogramem rocznym | Członkowie ZW-A | 40 | Co najmniej 1 raz w miesiącu/przez cały rok | spotkania grupowe | Uczestnicy wezmą udział w: wystawach malarstwa, balu karnawałowym, wyjściach do kina, kiermaszu Wielkanocnym, spotkaniu wielkanocnym, wycieczkach, obchodach Dnia Godności OzNI, spotkaniach z dietetykiem, rozgrywkach kręgli fińskich oraz Turnieju Bocce, Tenisie stołowym, występach artystycznych, jarmarku Bożonarodzeniowym. |
| **XIX** | Kierunki dalszego rozwoju lub inne fakultatywne usługi-  Realizacja programów autorskich: „Recepta na zdrowie” i „Time for English” oraz zadań publicznych | Wolontariusze/ członkowie ZW-A | 40 | w zależności od potrzeb przez cały rok | pogadanki, rozmowy indywidualne, rozmowy w grupie, konsultacje, warsztaty grupowe, | 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.  Uczestnicy poznają podstawowe słownictwo i zwroty języka angielskiego. |