

Uchwała Nr 305/1028/2024
Zarządu Powiatu Wyszowskiego
z dnia 6 lutego 2024 r.

*w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu
Samopomocy typu B w Wyszowie na rok 2024*

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 2024 r. poz. 107) 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 r. poz. 249) uchwała się, co następuje:

§ 1.

Po uzgodnieniu z Wojewodą Mazowieckim zatwierdza się Plan Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy typu B w Wyszowie na rok 2024 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.

w/z STAROSTY

Leszek Marszał
WICESTAROSTA

Załącznik do Uchwały Nr 305/1028/2024
Zarządu Powiatu Wyszowskiego
z dnia 6 lutego 2024 r.

Plan Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy typu B w Wyszowie na 2024 r.

Lp.	Usługi świadczone w ŚDS w roku 2024	Osoba/osoby odpowiedzialna/e za realizację zadania	Liczba osób objętych usługami (szacunkowo w liczbą)	Wymiar czasu/częstotliwość	Forma zajęć/treningów/usług; indywidualne/grupowe	Przewidywane efekty
1.	Trening funkcyjowania w codziennym życiu:					
1.	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny	Terapeuta, instruktor terapii zajęciowej, pracownik socjalny, młodszy opiekun	40	Od I do XII 5 razy w tygodniu/ 5 godz. tyg.	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.
2.	Trening nauki higieny	Terapeuta, instruktor terapii zajęciowej, pracownik	40	Od I do XII 5 razy w tygodniu/ 5 godz. tyg.	Instruktaż słowny oraz pokaz	Uczestnicy nabyli właściwe nawyki higieniczne w zakresie mycia własnego ciała, korzystania ze środków higienicznych, regularnie

		socialny, młodszy opiekun			czynności, pogadanki	zmieniają bieliznę osobistą. Potrafią zgłaszać potrzeby fizjologiczne i znają zasady intymności w sytuacji załatwiania potrzeb fizjologicznych. Stosują wyuczone czynności w życiu codziennym.
3.	Trening kulinarny	Instruktor terapii zajęciowej, młodszy opiekun, terapeuta	40	Od I do XII 5 razy w tygodniu/ 10 godz. tyg.	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. Wiedzą, że po zakończonej pracy czy spożyciu posiłku należy po sobie sprzątnąć (pozmywać naczynia, odłożyć na miejsce).
4.	Trening umiejętności praktycznych	Terapeuta, instruktor terapii zajęciowej, pracownik socialny, młodszy opiekun	40	Od I do XII 5 razy w tygodniu/ 5 godz. tyg.	Instruktaż słowny oraz pokaz czynności	Nabędą, rozwiną i wzmocnią samodzielność w zakresie doskonalenia podstawowych czynności dnia codziennego (pranie, suszenie odzieży, prasowanie, segregowanie odzieży, korzystanie z urządzeń elektrycznych służących do utrzymania właściwego poziomu higieny). Nauczają się zaspokajać

					swoje potrzeby zwiększając samodzielność i zaradność życiową.	
5.	Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi	Terapeuta, instruktor terapii zajęciowej, pracownik socjalny, młodszy opiekun, pedagog.	40	Od I do XII 2 razy w tygodniu/ 2 godz. tyg.	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).
6.	Trening porządkowy	Terapeuta, instruktor terapii zajęciowej, pracownik socjalny, młodszy opiekun	40	Od I do XII 5 razy w tygodniu/ 5 godz. tyg.	Instruktaż słowny oraz demonstrowanie czynności	Potrafią dbać o porządek w pomieszczeniach Domu i wokół niego; regularnie dezynfekować pomieszczenia w placówce, dbać o zieleń, podlewać i sadzić rośliny. Wykorzystują nabyte umiejętności w życiu codziennym. Przestrzegają zasad bezpieczeństwa.

II.	<p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:</p>					
1.	<p>Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z bliższym i dalszym otoczeniem w różnych sytuacjach życiowych</p>	<p>Pedagog, terapeuta, instruktor terapii zajęciowej, młodszy opiekun, pracownik socjalny</p>	40	<p>Od I do XII 5 razy w tygodniu/ 5 godz. tyg.</p>	<p>Indywidualne/ grupowe, warsztaty, mini wykłady, trening praktyczny, scenki, dyskusja</p>	<p>Uczestnicy znają zachowania asertywne, przestrzegają norm społecznych, używają form grzecznościowych. Potrafią wyrażać emocje, radzą sobie z negatywnymi odczuciami, zachowaniami trudnymi. Potrafią zachować się w sposób akceptowany społecznie m.in. w sklepach, środkach komunikacji, urzędach, instytucjach kultury.</p>
2.	<p>Trening interpersonalny, budowania relacji i zachowań w sytuacjach konfliktowych</p>	<p>Psycholog</p>	40	<p>Od I do XII 1 raz w tygodniu/ 2 godz. tyg.</p>	<p>Zajęcia indywidualne/ grupowe, warsztaty, mini wykłady, trening praktyczny, scenki, dyskusja, pogadanki, rozmowy kierowane</p>	<p>Uczestnicy podnoszą swoje kompetencje interpersonalne. Nawigują 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 postępują się stereotypami. Potrafią dokonać analizy problemowej i dokonać wyboru na poziomie racjonalnym.</p>

III.	Trening umiejętności komunikacyjnych:				
1.	W tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej	Terapeuta/ pedagog	7	Od I do XII, w wyznaczone dni/wg. tygodniowego harmonogramu	Zajęcia indywidualne i grupowe, znaki graficzne i manualne
2.	Trening komunikacyjno-interpersonalny	Psycholog	40	Od I do XII 1 raz w tygodniu/ 1 godz. tyg.	Indywidualne/ grupowe, warsztaty, mini wykłady, trening praktyczny, scenki, dyskusja
IV.	Trening umiejętności spędzania wolnego czasu:				Uczestnicy potrafią otwarcie artykułować swoje potrzeby w sferach fizjologicznej i emocjonalnej. Potrafią jasno przedstawiać swoje stanowisko. Potrafią argumentować. Potrafią prowadzić dyskusje i konfrontować swój ogłęd sytuacji ze zdaniem innych. Stosują komunikację bez przemocy. Potrafią korzystać z narzędzi asertywnej komunikacji.

1.	Trening rozwijania zainteresowań literaturą	Pracownik socjalny	40	Od I do XII 1 razy w tygodniu/ 1 godz. tyg.	Biblioterapia, zajęcia grupowe,	Uczestnicy poznają wybrane pozycje prozatorskie, poetyckie oraz dramatyczne. Słuchają fragmentów wybranych utworów oraz wypowiadają się na ich temat. Czytają bądź słuchają książek, audiobooków. Potrafią analizować poznane teksty bajek i opowiadań terapeutycznych.
2.	Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi lub telewizyjnymi	Terapeuta, instruktor terapii zajęciowej, młodszy opiekun, pracownik socjalny	40	Od I do XII 4 razy w tygodniu/ 3 godz. tyg.	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.	Trening rozwijania zainteresowań internetem	Terapeuta, instruktor terapii zajęciowej, młodszy opiekun,	40	Od I do XII 5 razy w tygodniu/ 10 godz. tyg.	Instruktaż słowny oraz demonstrowane czynności	Uczestnicy potrafią obsługiwać komputer, poprawnie korzystają ze sprzętów audiowizualnych, w bezpieczny sposób poruszają się w przestrzeni internetowej.
4.	Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych	Terapeuta, instruktor terapii zajęciowej, młodszy opiekun, pracownik socjalny	40	Od I do XII w zależności od 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.
5.	Zajęcia dodatkowe				Zajęcia grupowe	
	Bizuteria	Instruktor terapii zajęciowej	40	Od I do XII 1 raz w tygodniu/ 1 godz. tyg.		Uczestnicy wykonują kolczyki, bransoletki, naszyjniki, breloczki. Zajęcia wyciszają, pobudzają wyobraźnię, rozwijają poczucie piękna i estetyki, a także wpływają na usprawnianie motoryki małej oraz koordynacji wzrokowo-ruchowej.
	Tenis stołowy	Instruktor terapii zajęciowej	40	Od I do XII 1 raz w tygodniu/ 1 godz. tyg.		Uczestnicy usprawniają kondycję fizyczną, zajęcia wpływają na poprawę sprawności ruchowej oraz podniesienie samooceny. Sport uczy zawodników zaangażowania, zdrowej rywalizacji i samodyscypliny.
	Choreoterapia	Młodszy opiekun	40	Od I do XII 1 raz w tygodniu/ 1 godz. tyg.		Uczestnicy potrafią zadbać o ogólną sprawność ruchową. Poprzez taniec uczą się rozpoznawać, wyrażać i reagować na różne emocje, korzystać z technik relaksacyjnych. Poznają i wyrażają siebie, stają się

						bardziej otwarcia na drugiego człowieka. Rozwijają swoją wyobraźnię i zyskują więcej pewności siebie.
	Zajęcia muzyczne	Terapeuta	40	Od I do XII 1 raz w tygodniu/ 1 godz. tyg.		Uczestnicy rozwijają zainteresowania muzyką. Potrafią śpiewać piosenki biesiadne, kolędy, przeboje.
V.	Poradnictwo psychologiczne - wspieranie uczestników oraz ich rodzin, pomoc w rozwiązywaniu konfliktów, zajęcia psychoedukacyjne, działania profilaktyczne	Psycholog	40	Od I do XII 1 raz w tygodniu/ 2 godz. tyg.	Zajęcia indywidualne, rozmowa	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.
VI.	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych: System działań wspierających, zwiększających samodzielność jednostki	Pracownik socjalny	Wg. potrzeb 24	Od I do XII 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. Potrafią samodzielnie lub ze wspomaganie odnajdywać wybrane lokalizacje instytucji publicznych.

						Otrzymują pomoc w zrozumieniu pism urzędowych, sporządzaniu podań i wypełnianiu wniosków, jak również sprawnej komunikacji z urzędnikiem.
VII.	Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych:					
1.	Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza	Pracownik socjalny	Wg. potrzeb 24	od I do XII w zależności od potrzeb	Asystentura, indywidualnie	Uczestnik ma zapewnioną pomoc i wsparcie w umówieniu wizyty lekarskiej i pilnowaniu terminów wizyt.
2.	Pomoc w zakupie leków	Pracownik socjalny	Wg. potrzeb 24	Od I do XII w zależności od potrzeb	Asystentura, indywidualnie	Uczestnik ma zapewnioną pomoc i wsparcie w zakupie leków.
3.	Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia	Pracownik socjalny	Wg. potrzeb 24	Od I do XII w zależności od potrzeb	Asystentura, indywidualnie	Uczestnik ma zapewnioną pomoc i wsparcie w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia.
4.	Pomiar wagi i ciśnienia tętniczego	Pracownik socjalny	40	Od I do XII 1 raz w kwartale/ 2 godz.	Indywidualnie	Uczestnik kontroluje masę ciała i ciśnienie tętnicze.
VIII.	Niezbędna opieka					

1.	w tym dla uczestników z niepełnosprawnościami sprzężonymi lub spektrum autyzmu, którzy posiadają orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności wraz ze wskazaniem konieczności stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji	Młodszy opiekun, terapeuta, instruktor terapii zajęciowej	10	Od I do XII w zależności od potrzeb	Czynności pielęgnacyjne	Uczestnicy mają zapewnioną opiekę podczas spożywania posiłków i wsparcie przy realizacji treningu higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny. Uczestnicy czują się bezpiecznie.
IX.	Terapia ruchowa:					
1.	Zajęcia sportowe- (tenis stołowy, bocce, badminton, piłka nożna, koszykówka, korzystanie z	Fizjoterapeuta, instruktor terapii zajęciowej. terapeuta, młodszy opiekun	40	Od I do XII w zależności od potrzeb	Instruktaż, ćwiczenia	Uczestnictwo w zajęciach sportowych na boisku i w parku pozwala poznać podstawowe zasady gier zespołowych, tenisa stołowego. Uczestnicy są przygotowani do

	siłowni, ćwiczenia ogólnorozwijające)					udziału w zawodach sportowych i biorą w nich czynny udział. Znają zasady fair play. Potrafią współdziałać w grupie oraz prawidłowo zachowywać się podczas ćwiczeń zespołowych. Poprawiają siłę oraz sprawność motoryczną.
2.	Turystyka i rekreacja - wycieczki, wyjścia do ośrodków turystycznych, teatru, kina, na wystawy oraz do innych miejsc rekreacji organizowanych przez PŚDS	Fizjoterapeuta, instruktor terapii zajęciowej, terapeuta, młodszy opiekun, pracownik socjalny, pedagog	40	Od I do XII w zależności od potrzeb	Wyjścia grupowe, wycieczki	Uczestnicy poznają nowe miejsca, poszerzają horyzonty. Poznają obiekty kulturalne. Uczestnicy rozwijają zainteresowania związane z muzyką, filmem.
3.	Kinezyterapia, terapia manualna	Fizjoterapeuta	40	Od I do XII 3 razy w tygodniu/ w zależności od potrzeb	Instruktaż słowny oraz demonstrowanie czynności, indywidualna praca z uczestnikami	Uczestnicy osiągają/podtrzymują podstawowe cechy motoryczne poprzez wykonywanie w zależności od potrzeb ćwiczeń biernych, czynno-biernych oraz dzięki indywidualnej terapii dopasowanej do potrzeb uczestników. Została podniesiona/podtrzymana kondycja fizyczna. Potrafią koordynować ruchy ciała. Potrafią przyjmować prawidłową postawę ciała- biorą udział w

						zajęciach korekcyjnych, gimnastyce ogólnousprawniającej. Uczestnicy uczą się prawidłowo zachowywać podczas ćwiczeń ruchowych.
X.	Całodobowe wyżywienie dla uczestników skierowanych na pobyt całodobowy	Nie dotyczy				
XI.	Umożliwienie uczestnikom skierowanym na pobyt dzienny spożywania gorącego posiłku	Pracownik socjalny, instruktor terapii zajęciowej pracowni kulinarnej	40	Od I do XII 5 razy w tygodniu	Nie dotyczy	Uczestnicy mają możliwość spożywania gorącego posiłku, zamawianego w Spółdzielni Socjalnej „Integracja” Znają jadłospis na każdy dzień. Nakrywają do stołu, pomagają w roznoszeniu zamówionego posiłku. Sprzątają po obiedzie.
XII.	Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej - aktywizacja zawodowa	Instruktor terapii zajęciowej, terapeuta	30	Od I do XII 1 raz w tygodniu/ 1 godz. tyg.		Zajęcia grupowe i indywidualne; treningi praktyczne, zwiedzanie zakładów pracy

1.	<p>Terapia zajęciowa prowadzona w pracowniach treningowych:</p> <p>pracownia komputerowo-biurowa</p> <p>pracownia krawiecka</p> <p>pracownia rękodzieła artystycznego</p>	Instruktor terapii zajęciowej, Terapeuta, młodszy opiekun	40	Od I do XII 5 razy w tygodniu/ 10 godz. tyg.	Instruktaż słowny oraz demonstrowane czynności	<p>Uczestnicy potrafią obsługiwać komputer, poprawnie korzystają ze sprzętów audiowizualnych, w bezpieczny sposób poruszają się w przestrzeni internetowej, obsługują podstawowy sprzęt biurowy.</p> <p>Uczestnicy potrafią dokonywać drobnych napraw odzieży, tj. cerować i zszywać rozdartą odzież, przyszywać guziki. Szyć ręcznie lub maszynowo poznaczonymi ściegami. Zapoznają się z różnymi technikami ozdabiania materiałów haftem oraz uczą się wyszywać na kanwach z nadrukiem.</p> <p>Uczestnicy wykonują prace manualne różnymi technikami plastycznymi, wykonują ozdobne przedmioty sztuki użytkowej, układają kompozycje,</p>
----	---	---	----	--	--	---

	pracownia techniczno-ceramiczna					wykonyją okolicznościowe kartki, upominki, sezonowe dekoracje.
XIII.	Usługi transportowe – samochodami PSOOU Koło w Wyszakowie, transportem podnajętym oraz niewielka pomoc w dowozie gmin ościennych	Kierownik PŚDS	Wg. potrzeb 24	Od I do XII 5 razy w tygodniu	Nie dotyczy	Uczestnicy dojeżdżają z domu do placówki PŚDS oraz z placówki do domu. Uczestnicy potrafią korzystać z podstawowych narzędzi, wykonują prace z zakresu sztuki użytkowej, artykuły dekoracyjne, upominki, wykonują odlewy gipsowe, kształtują glinę do końcowego wyrobu ceramicznego.

XIV.	Szkolenie kadry	Kierownik PŚDS	Pracownicy y PŚDŚ - 11	Minimum 2 razy w roku	Szkolenia: zewnętrzne, wewnętrzne	Pracownicy podnoszą swoje kwalifikacje, doskonala i nabywają nowe umiejętności w zakresie organizacji pracy oraz pracy z osobą niepełnosprawną.
XV.	Spotkania ZWA	Kierownik PŚDS	Pracownicy y PŚDŚ - 11	Od I do XII w zależności od potrzeb	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 wyszowskiego, PCPR w	Terapeuta, instruktor terapii zajęciowej, młodszy opiekun, pedagog, pracownik socialny,	40	Od I do XII w zależności od potrzeb	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

	<p>Wyszukowie, PUP w Wyszukowie, 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</p>	fizjoterapeuta kierownik				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,	Wg. potrzeb	5 razy w tygodniu/ 20 godz. tyg./ w zależności od potrzeb	Metody nauczenia praktycznego: rozwiązywanie umiejętności, pokaz,	"Klubowicz" nie będzie objęty indywidualnym planem postępowania wspierającego-aktywizującego i nie będzie podlegać ocenie efektów prowadzonej terapii. Zajęcia ułatwią osobom oczekującym

		młodszy opiekun, fizjoterapeuta			ćwiczenie, instruktaż	adaptację w nowym środowisku a byłym uczestnikom stworzą szansę na podtrzymanie kontaktów.
XVII I.	Organizowanie imprez, spotkań okolicznościowych *	Instruktor terapii zajęciowej, terapeuta, pedagog, psycholog, młodszy opiekun, fizjoterapeuta, kierownik	40	Od I do XII w zależności od potrzeb	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” oraz „Time for English”	Instruktor terapii zajęciowej, terapeuta, pedagog, psycholog, młodszy opiekun, fizjoterapeuta, kierownik	40	Od I do XII w zależności od potrzeb	Rozwijanie umiejętności, pokaz, ćwiczenie, instruktaż	Podniesienie świadomości zdrowotnej uczestników. Uczestnicy nauczą się podstawowych zwrotów języka angielskiego.

* jeśli jest dołączony harmonogram jako załącznik do planu - nie trzeba uzupełniać pól w tabeli
Załączniki do planu pracy:
Załącznik nr 1 - Harmonogram zajęć w tygodniu (w podziale na grupy lub uczestników biorąc pod uwagę typ domu);

zajęcia, które będą prowadzone rzadziej niż raz w tygodniu proszę wykazać poza harmonogramem - w formie opisu ze wskazaniem rodzaju i wymiaru/częstotliwości;

Załącznik nr 2 - Harmonogram planowanych imprez, spotkań okolicznościowych

WZ STAROSTY
Leszek Marzec
Leszek Marzec
MICESTAROSTA

TYGODNIOWY PLAN ZAJĘĆ
Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy typu B w Wyszkowie

Godz.	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
7:30-8:30	Czas organizacyjny Przywóz uczestników	Czas organizacyjny Przywóz uczestników	Czas organizacyjny Przywóz uczestników	Czas organizacyjny Przywóz uczestników	Czas organizacyjny Przywóz uczestników.
8:00-16:00	Terapia zajęciowa ** Trening funkcjonowania w codziennym życiu **				
	gr. I pr. techniczno-ceramiczna gr. II pr. krawiecka gr. III pr. komputerowo - biurowa gr. IV pr. rękodzieła artystycznego gr. V pr. kulinarna	gr. I pr. techniczno-ceramiczna gr. II pr. krawiecka gr. III pr. komputerowo - biurowa gr. IV pr. rękodzieła artystycznego gr. V pr. kulinarna	gr. I pr. techniczno-ceramiczna gr. II pr. krawiecka gr. III pr. komputerowo - biurowa gr. IV pr. rękodzieła artystycznego gr. V pr. kulinarna	gr. I pr. techniczno-ceramiczna gr. II pr. krawiecka gr. III pr. komputerowo - biurowa gr. IV pr. rękodzieła artystycznego gr. V pr. kulinarna	gr. I pr. techniczno-ceramiczna gr. II pr. krawiecka gr. III pr. komputerowo - biurowa gr. IV pr. rękodzieła artystycznego gr. V pr. kulinarna
8:00-16:00			Trening umiejętności komunikacyjnych		Trening umiejętności komunikacyjnych

8:00 – 8:50			1 osoba		1 osoba
9:00 – 9:50			1 osoba		1 osoba
10:00 – 10:50			1 osoba		1 osoba
11:00 – 11:50			1 osoba		1 osoba
12:00 – 12:50			1 osoba		1 osoba
13:30 – 14:20			1 osoba		1 osoba
14:30 – 15:30	Zajęcia wyciszające: do 4 osób				
8:00 – 16:00	Aktywizacja zawodowa * Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych *				
8:20 – 14:30	Terapia ruchowa				
8:20 - 8:55	gr. I, III, IV (3 osoby)	gr. II, IV (3 osoby)	gr. I, III, V (3 osoby)	-----	-----
9:10 – 9:45	gr. I, II, V (4 osoby)	gr. III, IV, V, (3 osoby)	gr. I, II, IV, V (4 osoby)	-----	-----
10:00 – 10:30	gr. I, II, IV (4 osoby)	gr. V (3 osoby)	gr. IV (3 osoby)	-----	-----

10:45 –11:15	gr. I, III, IV (3 osoby)	gr. II, III, IV (3 osoby)	gr. I, IV, V (3 osoby)	-----	-----	-----
11:30 –12:00	gr. II, III (4 osoby)	gr. I, III, V (3 osoby)	gr. II, III (3 osoby)	-----	-----	-----
12:15-12:45	gr. IV (4 osoby)	gr. II, III, V (4 osoby)	gr. II, III, V (4 osoby)	-----	-----	-----
13:20-13:50	gr. I (1 osoba)	gr. I (1 osoba)	gr. I (1 osoba)	-----	-----	-----
14:00-14:30	gr. I, III (2 osoby)	gr. I, III (3 osoby)	-----	-----	-----	-----

**Trening umiejętności interpersonalnych
i rozwiązywania problemów
Trening pedagogiczny
(pedagog)**

11:00 –11:30			gr. II, IV (2 osoby)			
11:30 –12:00			gr. I (2 osoby)			
12:00 –12:30			gr. III (2 osoby)			gr. II, III, V (3 osoby)
12:30 –13:00			gr. III (1 osoba)			
13:00 –13:30			gr. III, V (2 osoby)			gr. I, IV (2 osoby)

13:30 –14:00			gr. II, V (2 osoby)		gr. I, II, III (3 osoby)
14:00 –14:30		gr. II, V (2 osoby)		gr. I, III, V (3 osoby)	gr. I, III (2 osoby)
14:30 –15:00		gr. IV, V (2 osoby)		gr. I (2 osoby)	gr. IV(2 osoby)
15:00 –15:30		gr. II, V (2 osoby)		gr. IV (2 osoby)	
15:30 –16:00		gr. II (2 osoby)		gr. IV (1 osoba)	
12.30 - 13.00	Gorący posiłek	Gorący posiłek	Gorący posiłek	Gorący posiłek	Gorący posiłek
13:00 - 13:30	Trening funkcjonowania w codziennym życiu (trening porządkowy)**				
	gr. I pr. techniczno-ceramiczna gr. II pr. krawiecka gr. III pr. komputerowo - biurowa gr. IV pr. rękodzieła artystycznego gr. V pr. kulinarna	gr. I pr. techniczno-ceramiczna gr. II pr. krawiecka gr. III pr. komputerowo - biurowa gr. IV pr. rękodzieła artystycznego gr. V pr. kulinarna	gr. I pr. techniczno-ceramiczna gr. II pr. krawiecka gr. III pr. komputerowo - biurowa gr. IV pr. rękodzieła artystycznego gr. V pr. kulinarna	gr. I pr. techniczno-ceramiczna gr. II pr. krawiecka gr. III pr. komputerowo - biurowa gr. IV pr. rękodzieła artystycznego gr. V pr. kulinarna	gr. I pr. techniczno-ceramiczna gr. II pr. krawiecka gr. III pr. komputerowo - biurowa gr. IV pr. rękodzieła artystycznego gr. V pr. kulinarna

13:00 - 15:00		Poradnictwo psychologiczne*	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów		
13:30 - 15:00	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego				
13:30 - 14:30	Zajęcia dodatkowe: - zajęcia muzyczne	Zajęcia dodatkowe: - tenis stołowy	Zajęcia dodatkowe: - zajęcia z biżuterii	Zajęcia dodatkowe: - choreoterapia (zajęcia taneczne)	Zajęcia dodatkowe: - biblioterapia
15:00 - 16:00	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

** zajęcia odbywają się w poszczególnych pracowniach dla każdej z pięciu grup w cyklu miesięcznym.

WIZ STAROSTY

 Leszek Marzał
 WICESTAROSTA

KALENDARZ IMPREZ PŚDS WYSZKÓW 2024 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 Wyszku (WTZ, OREW), DPS w Brańszczyku, DPS w Niegowie, ZSS w Brańszczyku, WOK "Hutnik", Miejsko-Gminną Biblioteką Publiczną w Wyszku, Wyszukowskim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji w Wyszku, stowarzyszeniami działającymi w powiecie wyszukowskim na rzecz osób z niepełnosprawnościami.

STYCZEŃ

1. Wyjście na Wystawę.

LUTY

1. Bał walentynkowo - karnawałowy.

MARZEC

1. Uroczyste obchody „Dnia kobiet”- spotkanie integracyjne przy kawie i ciastku zorganizowane przez Samorząd uczestników PŚDS i ich opiekuna.

KWIECIEŃ

1. Kiermasz Wielkanocny.
2. Spotkanie Wielkanocne.
3. Obchody Międzynarodowego Dnia Ziemi.

MAJ

1. Obchody Święta Flagi i rocznicy uchwalenia Konstytucji 3 Maja.
2. Dzień Godności Osoby z Niepełnosprawnością Intelektualną.

CZERWIEC

1. Dzień Rodziny – grillowanie w PŚDS.

LIPIEC

1. Wyjście do kina.
2. Spotkanie z dietetykiem.

SIERPIEŃ

1. Wyjście do kawiarni.
2. Wyjście do kina.

WRZESIEŃ

1. Obchody Dnia Chłopaka.

PAŹDZIERNIK

1. Światowy Dzień Ludzi Starszych- występy dla seniorów.

LISTOPAD

1. „Na zawsze w naszych sercach...” – Święto Zmarłych i Zaduszki – wyjście na cmentarz.
2. Obchody Narodowego Święta Niepodległości.
3. Dyskoteka andrzejkowo-ostatkowa.

GRUDZIEŃ

1. Spotkanie opłatkowe w PŚDS.
2. Udział w Jarmarku Bożonarodzeniowym.

Zgodnie z ofertą realizowane będą według potrzeb programy autorskie. „Recepta na zdrowie” i „Time for English” – zaplanowano spotkanie z trenerem żywienia, dietetykiem oraz edukatorem języka angielskiego, prowadzone wolontarystycznie.

w/z STAROSTY

Leszek Marszał
WICESTAROSTA