

Zarządzenie Nr 0050.2.2021

Burmistrza Bystrzycy Kłodzkiej

z dnia 08 stycznia 2021 r.

**w sprawie zatwierdzenia planów pracy Środowiskowego Domu Samopomocy
w Bystrzycy Kłodzkiej na 2021 rok**

Na podstawie art. 30 ust.1 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz.U. z 2019 r., poz. 506 z zm.) § 4 ust. 1 pkt.3 oraz §4 ust. 2 i 3 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz.U. z 2010 r. Nr 238, poz. 1586) zarządzam, co następuje:

§1.

Zatwierdza się:

1. Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Bystrzycy Kłodzkiej dla domu typu A na 2021 r., w brzmieniu stanowiącym załącznik nr 1 do niniejszego zarządzenia,
2. Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Bystrzycy Kłodzkiej dla domu typu B na 2021 r., w brzmieniu stanowiącym załącznik nr 2 do niniejszego zarządzenia.

§2.

Wykonanie zarządzenia powierza się Kierownikowi Środowiskowego Domu Samopomocy w Bystrzycy Kłodzkiej.

§3.

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

Burmistrz
Bystrzycy Kłodzkiej
[Podpis]
Krzysztof Surma

Załącznik Nr. 1
do Zarządzenia Nr.0050.2.2021
Burmistrza Bystrzycy Kłodzkiej
z dnia 08.01.2021

PLAN PRACY

**ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
W BYSTRZYCY KŁODZKIEJ
NA ROK 2021
TYP DOMU „A”**

I Działania w ramach postępowania wspierająco – aktywizującego

1. Terapia zajęciowa

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1.	Pracownia gospodarstwa domowego: - codzienne zapewnienie uczestnikom gorącego posiłku - układanie jadłospisów - utrwalanie podstawowych nawyków żywieniowych oraz higienicznych - przygotowywanie sałatek, gorących posiłków, przetworów oraz napojów - pieczenie ciast i przygotowywanie deserów - kreowanie postawy zdrowego stylu życia - nauka estetycznego nakrywania i podawania do stołu - obsługa sprzętu AGD, zapoznanie z zasadami BHP jego użytkowania - zajęcia z umiejętności kulturalnego zachowania się przy stole - sporządzanie niezbędnych zakupów - dokonywanie zakupów ze szczególnym uwzględnieniem terminów, cen, jakości oraz przydatności produktów - wstępna obróbka produktów, porcjowanie, krojenie, gotowanie - nauka i przestrzeganie zasad savuar-vivre oraz zasad higieny w kontakcie z żywnością - dbanie o porządek w pracowni - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021	terapeuta
2.	Pracownia plastyczna: Zapoznanie uczestników z technikami malarskimi i rysunkiem w tym: - dripping, suchy pędzel, szablon, pastel, malarstwo na szkle, - quilling, papieroplastyka oraz origami, - przygotowywanie kartek świątecznych - wykonywanie prac przestrzennych oraz płaskich techniką (filcowanie na sucho i mokro) - malowanie farbami; akrylowymi, olejnymi, witrażowymi, kredkami, pastelami, węglem - tworzenie dekoracji, ozdób, w tym stroików świątecznych - wyklejanie plasteliną i modeliną i okolicznościowych, podziękowań, zaproszeń	I-XII 2021	opiekun

	- wykonywanie ozdób z gipsu i masy solnej, - układanie i wykonywanie kompozycji kwiatowych, - dekorowanie ramek z gipsowych odlewów - wykonywanie obrazów z różnych materiałów: kasz, ryżu, makaronów itp. - wykonywanie dekoracji na imprezy - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021		
3.	Pracownia rękodzielnicza: - nauka pracy w glinie: techniki, rodzaje mas ceramicznych - praca ręczna w glinie - nauka wypełniania gliną ceramiczną gotowych form; - praca na kole garncarskim - BHP pracy z piecem do wypalania gliny oraz sposoby jego użytkowania - malowanie i dekorowanie wypalonych przedmiotów - przypomnienie sposobów posługiwania się narzędziami: ryłce, toczki, formy ceramiczne itp. - przygotowywanie materiału do modelowania - wykonywanie ozdób z masy ceramicznej i z gipsu. - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021	terapeuta
4.	Pracownia silvoterapii - wycieczki i spacer po lesie - relaks i odpoczynek wśród drzew, - czyszczenie, szlifowanie, malowanie lakierowanie powierzchni drewnianych - przygotowanie ozdób i ramek z drewna - zbieranie liści, szyszek, kasztanów, żołędzi, - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021 / 1 x w tygodniu	terapeuta
5.	Pracownia muzyczna - zabawy ruchowe (taniec, śpiew, wystukiwanie rytmu) - przygotowywanie słowno - muzycznych występów okolicznościowych; - choreoterapia - uczenie śpiewu indywidualnie i w zespole (zajęcia karaoke i chóralne) - doskonalenie umiejętności słuchania muzyki; - przygotowanie małych form teatralno- muzycznych - nauka obsługi sprzętu karaoke oraz XBOX kinect	I-XII 2021 / 1 x w tygodniu	terapeuta

	- kinezyterapia poprzez taniec (zajęcia z kontrolerem ruchu XBOX) - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021		
6.	Pracownia komputerowa: - nauka obsługi komputera - otwieranie i zamykanie systemu, - nauka korzystania z internetu - zajęcia z obsługi edytora tekstu Open Office Writer - nauka pisania, redagowania tekstu, - przeglądanie ofert pracy ze strony internetowej PUP-u - prowadzenie strony internetowej ośrodka na FB - promocja ośrodka (wykonywanie broszur, plakatów, tomików poezji) - zabawy w edytorze graficznym GIMP - formatowanie, drukowanie tekstu, - Pisanie CV (pism, listów, wiadomości e-mail) - wykonywanie kartek okolicznościowych, zaproszeń oraz dyplomów na komputerze - obsługa urządzenia wielofunkcyjnego: kopiowanie, druk, skan - zajęcia fotograficzne z podopiecznymi - zabawy i gry na komputerze - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021	główny specjalista
7.	Pracownia zajęć praktyczno - użytecznych: - nauka posługiwania się igłą i nitką - ręczne naprawy odzieży; - dekoracje okolicznościowe z materiału - prace techniką patchworkową w styropianie, - wykonywanie prac łączących różne techniki - wykonanie obrazów z materiałów - uczenie się obsługi maszyny do szycia - maszynowe naprawy odzieży, szycie prostych form materiałowych - nauka haftowania i wyszywania; - robótki na drutach, szydełkowanie - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021/ 4 x w tygodniu	terapeuta

8.	Pracownia aktywności ruchowej i masażu - indywidualne i grupowe zajęcia ruchowe - ćwiczenia na sprzęcie rehabilitacyjnym, - masaże (robione za pomocą masażerów oraz masaż relaksacyjny i klasyczny(bańką chińska oraz ciepłymi kamieniami) - pogadanki na temat zdrowego trybu życia (odpowiednie odżywianie, walka z otyłością, złe nawyki żywieniowe) - zachowanie zasad bezpieczeństwa podczas korzystania ze sprzętu rehabilitacyjnego - zajęcia z zakresu rehabilitacji, sportu, turystyki, wychowania fizycznego i aktywności fizycznej - promowanie aktywności fizycznej i sportu - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021/ 4 x w tygodniu	terapeuta
----	---	-------------------------------------	-----------

2.Treningi:

Trening funkcjonowania w życiu codziennymi:

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- dbanie o estetyczny wygląd i higienę - dbanie o porządek otoczenia, utrzymywanie nawyku regularnego sprzątania - prace ogrodnicze (w tym pielęgnacja kwiatów doniczkowych i ogrodowych) - ćwiczenia umiejętności doboru odzieży stosownie do warunków atmosferycznych, - rozwijanie umiejętności korzystania z ofert usług medycznych - nauka obsługi podstawowych urządzeń domowych (pralka automatyczna, kuchenka mikrofalowa, żelazko, suszarka do włosów, zmywarka do naczyń), - kształtowanie nawyku regularnego prania odzieży, - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021	główny specjalista, terapeuci, opiekun

Trening dbałości o wygląd zewnętrzny i higieny

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- nauka dbania o wygląd zewnętrzny i higienę - nauka mycia rąk - obsługa żelazka (prasowanie obrusów, firanek oraz odzieży) - nauka mycia włosów oraz ich pielęgnacji - dostosowanie ubioru do pór roku - dbanie o stopy i paznokcie - nauka segregacji odzieży oraz zrozumienia oznakowań na metkach - doskonalenie umiejętności prania ręcznego - doskonalenie umiejętności obsługi pralki automatycznej - nauka dbania o higienę jamy ustnej - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021	główny specjalista, terapeuci, opiekun

Trening kulinarny

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- przygotowanie prostych posiłków - doskonalenie obróbki wstępnej produktów (krojenie, obieranie, smarowanie, rozdrabnianie itp) - pogadanki na temat przechowywania żywności oraz prawidłowego odżywiania się - wyrabianie postawy dbania o porządek i czystość - zapoznanie z przepisami kulinarnymi (pieczenie ciast, ciasteczek oraz innych wyrobów cukierniczych) - praca nad higieną w kontakcie z żywnością - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021	główny specjalista, terapeuci, opiekun

Trening umiejętności praktyczno- technicznych

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- dokonywanie drobnych napraw usterek na terenie ośrodka - konserwacja i czyszczenie obuwia: dobór środków, techniki oraz narzędzia	I-XII 2021	główny specjalista, terapeuci, opiekun

	- naprawa zniszczonej odzieży; cerowanie i szycie - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021		
--	--	--	--

Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- nabywanie umiejętności gospodarowania własnymi środkami finansowymi - liczymy budżet - nauka wypełniania blankietów przelewów - dokonywanie opłat stałych - nauka tworzenia list zakupów (niezbędne produkty) - profilaktyka finansowa (zajęcia edukacyjne z zakresu konsekwencji zaciągania pożyczek i kredytów) - planowanie wydatków na cały miesiąc - planowanie zakupów dużych i małych - plusy i minusy notowania wydatków - sposoby oszczędnego gospodarowania pieniędzmi - nauka praktycznego dokonywania zakupów (wyjścia do sklepów) oraz orientacji w cenach - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021	główny specjalista, terapeuci, opiekun

Trening umiejętności komunikacyjnych w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w tym przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- nauka prawidłowych sposobów - alternatywne i wspomagające metody komunikacji (AAC) - komunikowania się z innymi - umiejętność udzielania informacji zwrotnych - ćwiczenia ortofoniczne - System Bliss (obrazkowy alfabet Lorma, alfabet głuchoniemych Lorma PJM, daktylografia (alfabet palcowy), obrazkowy Makaton, Alfabet Braille'a) - edukacja sensoryczna	I-XII 2021	Główny specjalista, terapeuci, opiekun

Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	-kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi (rodzina, najbliższe otoczenie) - zwiększenie stopnia otwartości na innych uczestników, - aktywizacja i motywacja w grupie ŚDS, - doskonalenie umiejętności nawiązywania kontaktów społecznych (w sferze emocjonalnej jak i werbalnej) - kreowanie prawidłowej postawy zachowania się w miejscach publicznych - nauka aktywnego słuchania i podtrzymywania rozmowy - wyrabianie poczucia odpowiedzialności za swoje zobowiązania, - elementy werbalnego i niewerbalnego komunikowania się rozpoczynanie i podtrzymywanie rozmowy - mocne i słabe strony, praca na zasobach - wyrabianie nawyku punktualności - praca nad jasnym i precyzyjnym formułowaniem swoich myśli, nazywanie potrzeb - pomoc w odgrywaniu podstawowych ról społecznych: syn, córka, brat, siostra, - motywowanie do nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych, w tym kontakt i praca z rodziną nad poprawą relacji, - kształtowanie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie, - rozwijanie wśród uczestników aktywności i odpowiedzialności, - nauka aktywnego słuchania - szukanie rozwiązań w sytuacjach problemowych - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021	główny specjalista, psycholog, terapeuci, opiekun wg. Potrzeb

Trening spędzania wolnego czasu:

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	-współorganizowanie świetlicowych gier towarzyskich -wyjazdy do kina, na basen - organizowanie spotkań z uczestnikami	I-XII 2021	główny specjalista, terapeuci, opiekun

	zaprzyjaźnionych domów - piesze wycieczki po okolicy - czytanie książek - zajęcia teatralne - oglądanie wybranych programów TV, filmów - zabawy taneczne - rozwiązywanie krzyżówek - rozwijanie już posiadanych zainteresowań, nabywanie nowych - spotkania z przedstawicielami kultury (np.artyści, poeci, muzycy, malarze, filmowcy itp) - lektura wybranych czasopism - gry stoliczkowe - nauka korzystania z biblioteki miejskiej - udział w imprezach integracyjnych		
--	--	--	--

Psychoedukacja i edukacja socjalna

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- pomoc w poszukiwaniu sposobów rozładowywania własnych napięć emocjonalnych stosownie do sytuacji i okoliczności, - dostarczenie wiedzy na temat choroby, metod i konieczności leczenia, - pomoc w tworzeniu planów postępowania terapeutycznego – wspierającego - wsparcie w rozwiązywaniu sytuacji trudnych i konfliktowych, - nauka technik relaksacyjnych, - praca nad kształtowaniem samoakceptacji w roli chorego - motywowanie do prowadzenia zdrowego i uregulowanego trybu życia, - dostarczenie wiedzy nt. działania leków i ich skutków ubocznych, - terapia indywidualna i grupowa	I – XII 2021	główny specjalista, psycholog, terapeuci, opiekun, pracownicy socjalni OPS na wolontariacie
2	- nadzór nad regulowaniem odpłatności uczestników za pobyt w ŚDS - pomoc w pisaniu podań o pomoc do OPS - kontakt z przedstawicielami policji, kuratorami, pracownikiem socjalnym - integracja z lokalną i ponadlokalną społecznością (imprezy integracyjne, warsztaty itp.) - wyjazdy do lekarzy specjalistów, umawianie terminów wizyt lekarskich - pomoc w załatwianiu spraw urzędowych	I-XII 2021	główny specjalista, terapeuci, opiekun

Aktywizacja zawodowa – doradztwo zawodowe

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- szkolenia zawodowe dla uczestników (nauka pisania CV, życiorysu, przygotowanie zawodowe itp.) - prowadzone w ramach zajęć na pracowni komputerowej - przekazywanie wiedzy na temat regionalnego/lokalnego rynku pracy - pomoc w zidentyfikowaniu zmian w stylu życia, które mogą wystąpić w związku z podjęciem pracy zawodowej - wzmocnienie poczucia własnej wartości i umożliwienie sprawdzenia się w pracy poza domem	I-XII 2021	główny specjalista,

- Środowiskowy Dom Samopomocy w Bystrzycy Kłodzkiej będzie zapewniał gorący posiłek przygotowywany podczas zajęć kulinarnych lub w formie cateringu.

II Organizacja domu

Lp.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1.	koordynowanie i monitorowanie pracy zespołu wspierająco- aktywizującego, kontrola realizacji indywidualnych planów wsparcia	Praca ciągła	Kierownik, w zastępstwie główny specjalista,
2.	opracowanie i przyjęcie planów pracy	Pod koniec roku	kierownik, w zastępstwie główny specjalista,
3.	dbanie o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu	Praca ciągła	Kierownik, w zastępstwie główny specjalista,
4.	dbanie o właściwy poziom usług	Praca ciągła	kierownik, w zastępstwie główny specjalista,
5.	organizacja szkoleń i doskonalenie pracowników	Raz na kwartał	kierownik, w zastępstwie główny specjalista,

III. Kalendarz imprez planowanych w 2021 r.

L.p.	Nazwa imprezy	Planowany termin	Cele	Uwagi / osoby odpowiedzialne
1	Zabawa karnawałowa z udziałem uczestników ŚDS	Luty 2021	Integracja uczestników	Wszyscy pracownicy
2	Warsztaty Integracyjne o tematyce wielkanocnej	Marzec 2021	Integracja uczestników z młodzieżą lokalną i szkołami	Koordinator Ewa Aktyka
3	Wystawa prac Wielkanocnych	Kwiecień 2021	Integracja uczestników ze społecznością lokalną	Koordinator Ewa Aftyka
4	„Hydropolis – centrum nauki i wiedzy o wodzie”	Maj 2021	Edukacja przyrodnicza oraz trening poruszania się środkami komunikacji publicznej	Koordinator Grzegorz Jadwisińczak, Paula Zielińska
5	Olimpiada sportowa	Czerwiec 2021	Propagowanie kultury fizycznej	Koordinator Elżbieta Skowrońska Grzegorz Jadwisińczak
6.	„Kwiaty Lata”	Sierpień 2021	Przygotowanie kompozycji kwiatowych, udział w konkursie	Wszyscy pracownicy
7.	Warsztaty integracyjne	Termin zależny od potrzeb	Impreza rekreacyjna	Poszczególni pracownicy w ramach prowadzonych pracowni
8.	„Anielska kuchnia”	Wrzesień 2021	Promocja zdrowego żywienia oraz integracja z lokalnymi ŚDS	Koordinator Izabela Sakowska
9.	„Bystrzycka Złota Jesień z Muzyką Organową” lub	Wrzesień – Październik	Integracja z lokalną społecznością,	Koncerty odbędą się w kościele pod wezwaniem św.

	koncert w szkole muzycznej	2021	kreowanie postawy aktywności kulturalnej	Michała Archaniola w Bystrzycy Kłodzkiej Koordynator Elżbieta Skowrońska
10.	Warsztaty „Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego”	Październik 2021	Warsztaty integracyjne z młodzieżą lokalną w celu przełamywania stereotypów	Koordynator Tomasz Strycharczuk
11.	Zaduszki poetyckie	Listopad 2021	Uczczenie pamięci zmarłych, wspólne wyjście na cmentarz	Kwiaty i znicze, stroiki tworzone w ramach prowadzonych pracowni Koordynator Ewa Aftyka
12.	Zabawa Andrzejkowa	Listopad 2021	Zabawa uczestników, lanie wosku, konkursy i zabawy	Wszyscy pracownicy
13.	Wystawa prac bożonarodzeniowych	Grudzień 2021	Integracja uczestników rodziną i społecznością lokalną	Wszyscy pracownicy w ramach prowadzonych pracowni
14.	Wigilia i jasełka	Grudzień 2021	Wprowadzenie świątecznego nastroju, integracja z bliskimi oraz społecznością lokalną oraz zaprzyjaźnionymi organizacjami	Koordynator Paula Zielińska

Sporządza:

11

Burmistrz
Bystrzycy Kłodzkiej
[Signature]
Burmistrz

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Bystrzycy Kłodzkiej
[Signature]
mgr Grażyna Wila

Załącznik Nr.2
do Zarządzenia Nr.0050.2.2021
Burmistrza Bystrzycy Kłodzkiej
z dnia 08.01.2021

PLAN PRACY
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
W BYSTRZYCY KŁODZKIEJ
NA ROK 2021
TYP DOMU „B”

I Działania w ramach postępowania wspierająco – aktywizującego

1. Terapia zajęciowa

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1.	Pracownia gospodarstwa domowego: -codzienne zapewnienie uczestnikom gorącego posiłku - wstępna obróbka produktów, porcjowanie, krojenie, - pieczenie ciast i przyrządzanie deserów, - sporządzanie list niezbędnych zakupów, - nauka zaradności życiowej poprzez edukację lub doskonalenie takich czynności jak: pranie ręczne, prasowanie, składanie ubrań itp. -przygotowywanie sałatek, napojów, przetworów, - nakrywanie i podawanie do stołu, - kulturalne zachowanie się przy stole dbanie o porządek w pracowni, - nauka i obsługa sprzętu AGD, - pogadanki na temat zdrowego żywienia. - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021	terapeuta
2.	Pracownia plastyczna: Zapoznanie uczestników z technikami malarskimi i rysunkiem w tym: - malowanie farbami decoupage -wykonanie dekoracji na imprezy - układanie i wykonywanie kompozycji kwiatowych, - przygotowywanie kartek świątecznych i okolicznościowych wykonywanie dekoracji, ozdób, w tym stroików świątecznych - malowanie na szkle, wyklejanie plasteliną, - wykonywanie ozdób z gipsu i z masy solnej, - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021	opiekun
3.	Pracownia rękodzielnicza: - wykonywanie różnorodnych ozdób z masy solnej i z gipsu - przygotowywanie materiału do modelowania; - praca ręczna w glinie - malowanie wypalonych przedmiotów farbami, w tym w aerozolu; - uczenie się wypełniania gliną ceramiczną gotowych form,	I-XII 2021	terapeuta

	- praca na kole garncarskim - wypalanie w piecu różnorodnych form ceramicznych, - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021		
4.	Pracownia silvoterapii: - wycieczki i spacery do lasu - zbieranie liści, szyszek, kasztanów, żołądź, - przygotowanie ozdób i ramek z drewna - relaks i odpoczynek wśród drzew, - czyszczenie, szlifowanie, malowanie lakierowanie powierzchni drewnianych - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021 / 1 x w tygodniu	terapeuta
5.	Pracownia muzyczna - nauka obsługi sprzętu karaoke oraz XBOX-u kinect - doskonalenie umiejętności słuchania muzyki; - organizowanie słuchania „książki mówionej”. - uczenie śpiewu indywidualnie i w zespole (zajęcia karaoke i chóralskie) - kinezyterapia poprzez taniec (zajęcia z kontrolerem ruchu XBOX) - przygotowywanie słowno - muzycznych występów okolicznościowych; - organizowanie terapii przez słuchanie muzyki - zabawy ruchowe (taniec, śpiew, wystukiwanie rytmu) - przygotowanie małych form teatralno- muzycznych - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021 / 1 x w tygodniu	terapeuta
6.	Pracownia komputerowa: - nauka obsługi komputera - otwieranie i zamykanie systemu, - nauka korzystania z Internetu - wykonywanie kartek okolicznościowych i dyplomów na komputerze - zabawy i gry na komputerze - prowadzenie księgi pamiątkowej oraz strony internetowej ośrodka na FB - praca w programie Open Office Writer - nauka pisania, redagowania tekstu, - formatowanie, drukowanie tekstu, - nauka obsługi aparatu oraz fotografowania - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021	główny specjalista
7.	Pracownia zajęć praktyczno -użytecznych: - nauka posługiwania się igłą i nitką	I-XII 2021	terapeuta

	- wykonywanie techniki „patchwork” w styropianie, - ręczne naprawy odzieży; - robótki na drutach. - nauka haftowania i wyszywania; - nauka obsługi maszyny do szycia - maszynowe naprawy odzieży; - wykonywanie prac łączących (różne techniki) - wykonanie opakowań na prezenty - wykonanie obrazów ze skóry - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	4 x w tygodniu	
8.	Pracownia aktywności ruchowej i masażu - indywidualne i grupowe zajęcia ruchowe - zajęcia z zakresu rehabilitacji, sportu, turystyki, - masaże: robione za pomocą masażerów oraz masaż relaksacyjny oraz klasyczny, bańką chińską - ćwiczenia na sprzęcie rehabilitacyjnym, masaże wychowania fizycznego i aktywności fizycznej - inne zajęcia wynikające indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021 / 4 x w tygodniu	terapeuta

2.Treningi:

Trening funkcjonowania w życiu codziennym

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1.	- dbanie o estetyczny wygląd i higienę - dbanie o porządek otoczenia, utrzymywanie nawyku regularnego sprzątania - ćwiczenia umiejętności doboru odzieży stosownie do warunków atmosferycznych, - prace ogrodnicze (w tym pielęgnacja kwiatów doniczkowych i ogrodowych) - nauka obsługi podstawowych urządzeń domowych (pralka automatyczna, kuchenka mikrofalowa, żelazko, suszarka do włosów, zmywarka do naczyń), - kształtowanie nawyku regularnego prania odzieży, - rozwijanie umiejętności korzystania z ofert usług medycznych - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021	główny specjalista, terapeuci, opiekun

Trening dbałości o wygląd zewnętrzny i higieny

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- nauka segregacji odzieży oraz zrozumienia oznakowani na metkach - dbanie o stopy i paznokcie - doskonalenie umiejętności obsługi pralki automatycznej - nauka mycia włosów oraz ich pielęgnacji - nauka dbania o wygląd zewnętrzny i higieny - nauka mycia rąk - obsługa żelazka (prasowanie obrusów, firanek oraz odzieży) - nauka dbania o higienę jamy ustnej - dostosowanie ubioru do pór roku - doskonalenie umiejętności prania ręcznego - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021	główny specjalista, terapeuci, opiekun

Trening kulinarny

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
------	-----------	-------------------	----------------------

1	- przygotowanie prostych posiłków - wyrabianie postawy dbania o porządek i czystość - praca nad higieną w kontakcie z żywnością - pogadanki na temat przechowywania żywności oraz prawidłowego odżywiania się - doskonalenie obróbki wstępnej produktów - zapoznanie z przepisami kulinarnymi (pieczenie ciast, ciasteczek oraz innych wyrobów cukierniczych) (krojenie, obieranie, smarowanie, rozdrabnianie itp) - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021	główny specjalista, terapeuci, opiekun
---	---	---------------	--

Trening umiejętności praktyczno- technicznych

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- naprawa zniszczonej odzieży; cerowanie i szycie - dokonywanie drobnych napraw usterek na terenie ośrodka - konserwacja i czyszczenie obuwia: dobór środków, techniki oraz narzędzia - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	I-XII 2021	główny specjalista, terapeuci, opiekun

Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- nabywanie umiejętności gospodarowania własnymi środkami finansowymi	I-XII 2021	główny specjalista,

	-dokonywanie opłat stałych - liczymy budżet - profilaktyka finansowa (zajęcia edukacyjne z zakresu konsekwencji zaciągania pożyczek i kredytów) - plusy i minusy notowania wydatków - podstawowe działania matematyczne - planowanie zakupów dużych i małych - nauka wypełniania blankietów przelewów - nauka tworzenia list zakupów (niezbędne produkty) - planowanie wydatków na cały miesiąc - sposoby oszczędnego gospodarowania pieniędzmi - nauka praktycznego dokonywania zakupów (wyjścia do sklepów) oraz orientacji w cenach - poznawanie cyfr i znaków matematycznych inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021		terapeuci, opiekun
--	--	--	--------------------

Trening umiejętności komunikacyjnych w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w tym przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej

L.p	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- alternatywne i wspomagające metody komunikacji (AAC) - nauka prawidłowych sposobów komunikowania się z innymi -umiejętność udzielania informacji zwrotnych -edukacja sensoryczne - ćwiczenia ortofoniczne - System Bliss (obrazkowy alfabet Lorma, alfabet głuchoniemych Lorma PJM, daktylografia (alfabet palcowy), obrazkowy Makaton, Alfabet Braille'a)	I-XII 2021	Główny specjalista, terapeuci, opiekun

Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- zwiększenie stopnia otwartości na innych	I-XII	główny

	uczestników, - nauka aktywnego słuchania i podtrzymywania rozmowy - motywowanie do nawiązywania - doskonalenie umiejętności nawiązywania kontaktów społecznych (w sferze emocjonalnej jak i werbalnej) - wyrabianie poczucia odpowiedzialności za swoje zobowiązania, - wyrabianie nawyku punktualności - kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi (rodzina, najbliższe otoczenie) - kształtowanie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie, - praca nad jasnym i precyzyjnym formułowaniem swoich myśli, nazywanie potrzeb - pomoc w odgrywaniu podstawowych ról społecznych: syn, córka, brat, siostra, - aktywizacja i motywacja w grupie ŚDS, i utrzymywania kontaktów społecznych, w tym kontakt i praca z rodziną nad poprawą relacji, - kreowanie prawidłowej postawy zachowania się w miejscach publicznych - rozwijanie wśród uczestników aktywności i odpowiedzialności, - elementy werbalnego i niewerbalnego komunikowania się rozpoczynania i podtrzymywania rozmowy - mocne i słabe strony, praca na zasobach - nauka aktywnego słuchania - szukanie rozwiązań w sytuacjach problemowych - inne zajęcia wynikające z indywidualnych potrzeb uczestników zawartych w planie aktywizująco-wspierającym na rok 2021	2021	specjalista, terapeuci, opiekun, psycholog wg. potrzeb
--	--	------	--

Trening spędzania wolnego czasu:

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- udział w imprezach integracyjnych - rozwijanie już posiadanych zainteresowań, nabywanie nowych - czytanie książek - organizowanie spotkań z uczestnikami zaprzyjaźnionych domów - lektura wybranych czasopism - rozwiązywanie krzyżówek - gry stoliczkowe - zabawy taneczne - piesze wycieczki po okolicy - wyjazdy do kina, na basen	I-XII 2021	główny specjalista, terapeuci, opiekun,

	- nauka korzystania z biblioteki miejskiej - oglądanie wybranych programów TV, filmów - spotkania z przedstawicielami kultury (artyści, poeci, muzycy, malarze, filmowcy itp.) - zajęcia teatralne		
--	---	--	--

Psychoedukacja i edukacja socjalna

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1.	- motywowanie do prowadzenia zdrowego i uregulowanego trybu życia, - nauka technik relaksacyjnych, - praca nad kształtowaniem samoakceptacji w roli chorego - wsparcie w rozwiązywaniu sytuacji trudnych i konfliktowych, - terapia indywidualna i grupowa - pomoc w poszukiwaniu sposobów rozładowywania własnych napięć emocjonalnych stosownie do sytuacji i okoliczności, - dostarczenie wiedzy na temat choroby, metod i konieczności leczenia, - dostarczenie wiedzy nt. działania leków i ich skutków ubocznych, - edukacja seksualna (tożsamość i seksualność osób z niepełnosprawnością intelektualną)	I – XII 2021	główny specjalista, psycholog, terapeuci, opiekun, pracownicy socjalni na wolontariacie
2.	- spotkania z pracownikami OPS - wyjazdy do lekarzy specjalistów, umawianie terminów wizyt - współpraca z rodzinami, - załatwianie spraw urzędowych, - nadzór nad regulowaniem odpłatności za ŚDS,	I-XII 2021	główny specjalista, psycholog, terapeuci, opiekun,

Aktywizacja zawodowa – doradztwo zawodowe

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1.	szkolenia zawodowe dla uczestników (nauka pisania CV, życiorysu, przygotowanie zawodowe itp.) Prowadzone w ramach zajęć na pracowni komputerowej	I-XII 2021	główny specjalista

- Środowiskowy Dom Samopomocy w Bystrzycy Kłodzkiej będzie zapewniał gorący posiłek przygotowywany podczas zajęć kulinarnych lub w formie cateringu.

II Organizacja domu

Lp.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1.	Koordynowanie i monitorowanie pracy zespołu wspierająco- aktywizującego ,kontrola realizacji indywidualnych planów wsparcia	Praca ciągła	kierownik, w zastępstwie główny specjalista
2.	Opracowanie i przyjęcie planów pracy	Pod koniec roku	kierownik, w zastępstwie główny specjalista
3.	Dbanie o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu	Praca ciągła	kierownik, w zastępstwie główny specjalista
4.	Dbanie o właściwy poziom usług	Praca ciągła	kierownik, w zastępstwie główny specjalista
5.	Organizacja szkoleń i doskonalenie pracowników	Raz na kwartał	kierownik, w zastępstwie główny specjalista

III. Kalendarz imprez planowanych w 2021 r.

L.p.	Nazwa imprezy	Planowany termin	Cele	Uwagi / osoby odpowiedzialne
1	Zabawa karnawałowa z udziałem uczestników ŚDS	Luty 2021	Integracja uczestników	Wszyscy pracownicy
2	Warsztaty integracyjne o tematyce wielkanocnej	Marzec 2021	Integracja uczestników z młodzieżą lokalną i szkołami	Koordynator Ewa Aftyka
3	Wystawa prac Wielkanocnych	Marzec 2021	Integracja uczestników ze społecznością lokalną	Koordynator Ewa Aftyka
4	„Hydropolis – centrum nauki i wiedzy o wodzie”	Maj 2021	Edukacja przyrodnicza oraz trening	Koordynator Grzegorz Jadwisińczak,

			poruszania się środkami komunikacji publicznej	Paula Zielińska
5	Olimpiada sportowa	Czerwiec 2021	Propagowanie kultury fizycznej	Koordinator Elżbieta Skowrońska Grzegorz Jadwiśńczak
6.	„Kwiaty Lata”	Sierpień 2021	Przygotowanie kompozycji kwiatowych, udział w konkursie	Wszyscy pracownicy
7.	„Anielska kuchnia”	Wrzesień 2021	Promocja zdrowego żywienia oraz integracja z lokalnymi ŚDS	Koordinator Izabela Sakowska
8.	Warsztaty integracyjne	Termin zależny od potrzeb	Impreza rekreacyjna	Poszczególni pracownicy w ramach prowadzonych pracowni
9.	„Bystrzycka Złota Jesień z Muzyką Organową” lub koncert w szkole muzycznej	Wrzesień – Październik 2021	Integracja z lokalną społecznością, kreowanie postawy aktywności kulturalnej	Koncerty odbędą się w kościele pod wezwaniem św. Michała Archaniola w Bystrzycy Kłodzkiej Koordinator Elżbieta Skowrońska
10.	Warsztaty „Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego”	Październik 2021	Warsztaty integracyjne z młodzieżą lokalną w celu przełamywania stereotypów	Koordinator Tomasz Strycharczuk
11.	Zaduszki poetyckie	Listopad 2021	Uczczenie pamięci zmarłych bliskich, wspólne	Kwiaty i znicze, stroiki tworzone w ramach prowadzonych pracowni

			wyjsie na cmentarz	Koordinator Ewa Aftyka
12.	Zabawa Andrzejkowa	Listopad 2021	Zabawa uczestnikow, lanie wosku, konkursy i zabawy	Wszyscy pracownicy
13.	Wystawa prac bozonarodzeniowych	Grudzien 2021	Integracja uczestnikow ze spolecznoscia lokalna	Wszyscy pracownicy w ramach prowadzonych pracowni
14.	Wigilia i jaselka	Grudzien 2021	Wprowadzenie swiatecznego nastroju, integracja z bliskimi oraz spolecznoscia lokalna	Koordinator Paula Zielińska

sporzadzila:

KIEROWNIK
rodziskowego Domu Samopomocy
w Bystrzycy Kłodzkiej
mgr Grażyna Wila

Burmistrz
Bystrzycy Kłodzkiej
Renata Surma