

Program działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Bystrzycy Kłodzkiej –dom typu A

Środowiskowy Dom Samopomocy w Bystrzycy Kłodzkiej jest ośrodkiem wsparcia typu A i typu B. Typ A- tzn. przeznaczony dla osób dorosłych z zaburzeniami psychicznymi, które nie wymagają leczenia szpitalnego, bądź opieki stacjonarnej i niepełnosprawnych intelektualnie, świadczącym usługi specjalistyczne, bez konieczności zmiany ich miejsca zamieszkania.

Nasze działania zmierzają do tego, aby każdy uczestnik ŚDS mógł mieć poczucie akceptacji przez najbliższe otoczenie. Praca z uczestnikami to także praca z jego najbliższymi, w tym z rodziną, między innymi poprzez doprowadzenie do takiego stanu, że uczestnik nie jest postrzegany przez swoich najbliższych jako ciężar, przedmiot ciągłej opieki i przeszkoda życiowa.

Środowiskowy Dom Samopomocy swoją działalnością wpływa na złamanie stereotypów funkcjonujących w naszym społeczeństwie, nie tylko na szczeblu lokalnym, ale też na ponad lokalnym. Naszym celem jest działać tak, by ukazywać piękno, wartości i sens życia osobom z problemami psychicznymi, jak również kształtować właściwe postawy społeczeństwa wobec nich.

Naszym zadaniem jest organizacja zajęć edukacyjnych, relaksacyjnych i terapeutycznych w naszych pracowniach, jak również organizacja imprez integracyjnych ze społeczeństwem w postaci spotkań kulturalnych i edukacyjnych. Poprzez realizację powyższych zadań pragniemy poprawić kondycję psychofizyczną naszych uczestników i przywrócić ich jako osoby pełnosprawne do życia w społeczeństwie.

Plan działań Środowiskowego Domu Samopomocy

1.Cel ogólny funkcjonowania domu typu A

Celem ogólnym funkcjonowania domu jest świadczenie dziennych usług w zakresie wsparcia terapeutycznego osób przewlekłe chorych psychicznie o zasięgu lokalnym i ponadlokalnym, zamieszkującym w Gminie Bystrzyca Kłodzka i Gminach ościennych.

Jednym z głównych zadań jest podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności osób uczestniczących w zajęciach domu, niezbędnych im do możliwie jak najbardziej samodzielnego życia.

Dlatego też wychodząc naprzeciw oczekiwaniom osób niepełnosprawnych i ich rodzin, w 1997 roku powstał Środowiskowy Dom Samopomocy. Od 2012 roku funkcjonuje jako samodzielna jednostka budżetowa.

Działalność domu finansowana jest z budżetu państwa jako zadanie zlecone gminie. Aktualnie w zajęciach domu uczestniczą osoby z zaburzeniami psychicznymi, znajdując w nim opiekę, pomoc i wsparcie. W tej grupie znajdują się przede wszystkim renciści i osoby korzystające ze świadczeń pomocy społecznej.

Biorąc pod uwagę złą sytuację materialną podopiecznych i ich rodzin ŚDS gwarantuje w czasie dnia posiłki.

2.Cele szczegółowe działania

- Kształtowanie umiejętności społecznych i umiejętności z zakresu samoobsługi
- Wsparcie z zakresu zapewnienia uczestnikom psychiatrycznej opieki zdrowotnej
- Integrowanie uczestników z ich środowiskiem lokalnym

3.Formy działalności prowadzone przez ŚDS

W Środowiskowym Domu Samopomocy prowadzone są następujące pracownie: gospodarstwa domowego, plastyczna, zajęć praktyczno- użytecznych, komputerowa, muzyczna, rękodzielnicza, rehabilitacji ruchowej i masażu. W tych pracowniach realizowane są programy terapeutyczne wg. planów rocznych i miesięcznych. Plany te przygotowane są przez terapeutów obsługujących każdą z pracowni.

Ponadto w domu prowadzone są treningi samodzielności, umiejętności społecznych i interpersonalne, spędzania wolnego czasu, rehabilitacja psycho-społeczna, fizyczna, terapia zajęciowa oraz gwarantujemy pomoc w dostępie do świadczeń zdrowotnych, w załatwianiu spraw urzędowych, zapewniamy uczestnikom formy współpracy z instytucjami oraz organizacjami oraz z rodzinami uczestników itp. w celu integracji społecznej.

ŚDS znajduje się w budynku wolnostojącym z dostępem do ogrodu. W dyspozycji domu mamy również salę telewizyjną, 5 pomieszczeń do terapii zajęciowej, sala terapii ruchowej i masażu, pokój wyciszeń, pomieszczenie kuchenne i jadalnię. Uczestnicy mają do dyspozycji 2 pomieszczenia treningowe, mogą korzystać na własne potrzeby z łazienek, toalet i kuchni. Wszystkie pomieszczenia wyposażone są w odpowiedni sprzęt umożliwiający pracę.

Dom typu „A”.

Lp.	Działania	Realizacja	Organizatorzy i instytucje współpracujące
1.	Prowadzenie treningu funkcjonowania w życiu codziennym: trening dbałości o wygląd zewnętrzny, trening kulinarny, trening umiejętności praktycznych, trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi oraz trening samoobsługi i zaradności życiowej oraz załatwianie spraw urzędowych	Praca ciągła przez cały rok	-ŚDS - Sklepy - OPS -PCPR -PEFRON -Poczta -ZUK -ZBK
2.	Prowadzenie treningów umiejętności	Praca ciągła	-ŚDS

	interpersonalnych i rozwiązywania problemów, w tym kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, rodziną i sąsiadami, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, instytucjach kultury	przez cały rok	-Urząd Miasta i Gminy -Dom Kultury
3.	Prowadzenie nauki, organizacji i spędzania wolnego czasu poprzez rozwijanie zainteresowań literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi, internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych.	Praca ciągła przez cały rok	- ŚDS - Miejska Biblioteka Publiczna -Dom Kultury
4.	Prowadzenie treningów umiejętności społecznych	Praca ciągła przez cały rok	-ŚDS
5.	Prowadzenie terapii ruchowej i zajęć ogólnie usprawniających	Praca ciągła przez cały rok	-ŚDS -boisko „Orlik”.
6.	Prowadzenie terapii indywidualnej i grupowej, psychoedukacji oraz zapewnienie dostępu do świadczeń zdrowotnych	Praca ciągła przez cały rok	-ŚDS - Praktyki lekarzy rodzinnych -Przychodnie specjalistyczne -Szpitale
7.	Organizacja wyjazdów turystycznych i kulturalnych, spotkań, wycieczek	Od marca do grudnia	-ŚDS
8.	Uczestnictwo w imprezach kulturalnych i uroczystościach organizowanych na terenie województwa; włączenie osób niepełnosprawnych w aktywne życie społeczności ponad lokalnej oraz współpraca ze środowiskiem lokalnym i rodzinami uczestników.	Od stycznia do grudnia	-ŚDS -Biblioteka Gmina -Szkoły -Związek Emerytów i Rencistów -Dom Pomocy Społecznej -Centrum Integracji Społecznej -Ośrodek Pomocy Społecznej -Parafia Rzymsko-Katolicka
9.	Aktywizacja zawodowa osób niepełnosprawnych	Od maja do grudnia	-ŚDS
10.	Doposażanie pomieszczeń i pracowni na terenie ŚDS	Od stycznia do grudnia	-ŚDS
11.	Szkolenia, podnoszenie kwalifikacji przez pracowników	W miarę potrzeb	-Kierownik ŚDS, osoba przez niego upoważniona lub instytucje szkolące

4. Obserwowane efekty działań terapeutycznych oraz treningów

- wzrost aktywności psychoruchowej oraz sprawności fizycznej
- wzrost umiejętności nawiązywania kontaktów interpersonalnych
- zainteresowanie uczestnictwem w zajęciach zorganizowanych
- poprawa motoryki małej i dużej

- wzrost zainteresowania sposobem spędzania wolnego czasu
- zainteresowanie bieżącymi wydarzeniami w najbliższej okolicy
- poprawa samopomocy
- poprawa relacji z rodziną i najbliższym środowiskiem

5. Metody, sposoby i kryteria oceny

Każdy z uczestników podlega ocenie zespołu wspierająco –aktywizującego.

Wnioski z terapii oraz postępowanie z uczestnikami opisane jest w Indywidualnym Planie Wspierająco –Aktywizującym, aktualizowanym od momentu przyjęcia co pół roku. Dokument opracowany jest przez wszystkich terapeutów.

Aby dokonać poprawnej i miarodajnej oceny uczestnika , każdy z terapeutów prowadzi dziennik terapii, w którym codziennie wpisuje zakres i formę prowadzonej terapii, wymienia uczestników terapii oraz opisuje ich aktywność.

Dane te są następnie wykorzystywane do sporządzenia ocen aktywizacji podopiecznych.

Program działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Bystrzycy Kłodzkiej –dom typu B

Środowiskowy Dom Samopomocy w Bystrzycy Kłodzkiej jest ośrodkiem wsparcia typu A i typu B. Typ B – tzn. przeznaczony dla osób dorosłych z niepełnosprawnością intelektualną, które nie wymagają leczenia szpitalnego, bądź opieki stacjonarnej, świadczącym usługi specjalistyczne, bez konieczności zmiany ich miejsca zamieszkania.

Nasze działania zmierzają do tego, aby każdy uczestnik ŚDS mógł mieć poczucie akceptacji przez najbliższe otoczenie. Praca z uczestnikami to także praca z jego najbliższymi, w tym z rodziną, między innymi poprzez doprowadzenie do takiego stanu, że uczestnik nie jest postrzegany przez swoich najbliższych jako ciężar, przedmiot ciągłej opieki i przeszkoda życiowa.

Środowiskowy Dom Samopomocy swoją działalnością wpływa na złamanie stereotypów funkcjonujących w naszym społeczeństwie, nie tylko na szczeblu lokalnym, ale też na ponadlokalnym. Naszym celem jest działać tak, by ukazywać piękno, wartości i sens życia osobom z upośledzeniem umysłowym, jak również kształtować właściwe postawy społeczeństwa wobec nich.

Naszym zadaniem jest organizacja zajęć edukacyjnych, relaksacyjnych i terapeutycznych w naszych pracowniach, jak również organizacja imprez integracyjnych ze społeczeństwem w postaci spotkań kulturalnych i edukacyjnych. Poprzez realizację powyższych zadań pragniemy poprawić kondycję psychofizyczną naszych uczestników i przywrócić ich jako osoby pełnosprawne do życia w społeczeństwie.

Plan działań Środowiskowego Domu Samopomocy

1. Cel ogólny funkcjonowania domu

Celem ogólnym funkcjonowania domu jest świadczenie dziennych usług w zakresie wsparcia terapeutycznego osób upośledzonych umysłowo o zasięgu lokalnym i ponad lokalnym.

Jednym z głównych zadań jest podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności osób uczestniczących w zajęciach domu, niezbędnych im do możliwie jak najbardziej samodzielnego życia.

Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom osób niepełnosprawnych i ich rodzin, w 1997 roku powstał Środowiskowy Dom Samopomocy. Od 2013 roku funkcjonuje jako samodzielna jednostka budżetowa.

Działalność domu finansowana jest z budżetu państwa jako zadanie zlecone gminie. Aktualnie w zajęciach domu uczestniczą osoby, znajdując w nim opiekę, pomoc i wsparcie. W tej grupie znajdują się przede wszystkim renciści i osoby korzystające ze świadczeń pomocy społecznej.

Biorąc pod uwagę złą sytuację materialną podopiecznych i ich rodzin ŚDS gwarantuje posiłki .

2.Cele szczegółowe działania

- Kształtowanie umiejętności społecznych i umiejętności z zakresu samoobsługi
- Wsparcie z zakresu zapewnienia uczestnikom psychiatrycznej opieki zdrowotnej
- Integrowanie uczestników z ich środowiskiem lokalnym

3.Formy działalności prowadzone przez ŚDS

W Środowiskowym Domu Samopomocy prowadzone są następujące pracownie: gospodarstwa domowego, plastyczna, zajęć praktyczno- użytecznych, komputerowa, rękodzielnicza, rehabilitacji ruchowej i masażu. W tych pracowniach realizowane są programy terapeutyczne wg. planów rocznych i miesięcznych. Plany te przygotowane są przez terapeutów obsługujących każdą z pracowni.

Ponadto w domu prowadzone są treningi samodzielności, umiejętności społecznych i interpersonalne, spędzania wolnego czasu, rehabilitacja psycho-społeczna, fizyczna, terapia zajęciowa oraz gwarantujemy pomoc w dostępie do świadczeń zdrowotnych, w załatwianiu spraw urzędowych , zapewniamy uczestnikom formy współpracy z instytucjami oraz organizacjami oraz z rodzinami uczestników itp. w celu integracji społecznej.

ŚDS znajduje się w budynku wolnostojącym z dostępem do ogrodu. W dyspozycji domu mamy również salę telewizyjną, jadalnię, 5 sal terapii zajęciowej, sala terapii ruchowej i masażu, pokój wyciszeń, pomieszczenia kuchenne oraz 2 sale do treningów. Uczestnicy na własne potrzeby korzystają z łazienek i kuchni.

Wszystkie pomieszczenia wyposażone są w odpowiedni sprzęt umożliwiającą pracę.

Dom typu „B”.

Lp.	Działania	Realizacja	Organizatorzy i instytucje współpracujące
1.	Prowadzenie treningu funkcjonowania w życiu codziennym: trening dbałości o wygląd zewnętrzny, trening nauki higieny, trening kulinarny, trening umiejętności praktycznych, trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi oraz trening samoobsługi i zaradności życiowej	Praca ciągła przez cały rok	-ŚDS - Sklepy
2.	Prowadzenie treningów umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, w tym kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów ,w środkach komunikacji publicznej,	Praca ciągła przez cały rok	-ŚDS - Urząd Miasta i Gminy -Dom Kultury

	w urzędach, instytucjach kultury.		
3.	Prowadzenie nauki, organizacji i spędzania wolnego czasu poprzez rozwijanie zainteresowań literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi, internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych.	Praca ciągła przez cały rok	- ŚDS - Miejska Biblioteka Publiczna - Dom Kultury
4.	Organizowanie pomocy uczestnikom w załatwianiu spraw urzędowych oraz w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych	Od I do XII - w miarę potrzeb	-ŚDS - Urząd Miasta i Gminy w Bystrzycy Kłodzkiej - Urząd Skarbowy - Zakład Ubezpieczeń Społecznych - Przychodnie i poradnie lekarskie - szpitale
5.	Prowadzenie terapii ruchowej i zajęć ogólnie- usprawniających	Praca ciągła przez cały rok	-ŚDS -boisko „Orlik”.
6.	Prowadzenie terapii indywidualnej i grupowej oraz psychoedukacji	Praca ciągła przez cały rok	-ŚDS
7.	Organizacja wyjazdów turystycznych i kulturalnych, spotkań, wycieczek	Od marca do grudnia	-ŚDS
8.	Uczestnictwo w imprezach kulturalnych i uroczystościach organizowanych na terenie województwa; włączenie osób niepełnosprawnych w aktywne życie społeczności ponad lokalnej	Od stycznia do grudnia	-ŚDS
9.	Współpraca ze środowiskiem lokalnym	Od I do XII	ŚDS -Biblioteka Gmina -Szkoły -Dom Pomocy Społecznej -Centrum Integracji Społecznej -Ośrodek Pomocy Społecznej -Parafia Rzymsko-Katolicka Forum Młodzieży Wolontariat)
10.	Doposażanie pomieszczeń i pracowni na terenie ŚDS	Od I do grudnia	-ŚDS
11.	Szkolenia, podnoszenie kwalifikacji przez pracowników	Od stycznia do grudnia	-Kierownik ŚDS, osoba przez niego upoważniona lub instytucje szkolące

ŚDS pomaga rodzinom osób upośledzonych umysłowo poprzez:

- organizowanie spotkań i konsultacji z psychologiem

- stałe kontakty zespołu wspierająco aktywizującego i wspieranie w rozwiązywaniu problemów życiowych
- edukację w zakresie problemów wynikających z faktu upośledzenia umysłowego i możliwości radzenia sobie z nimi
- pełnienie funkcji mediatora w sytuacjach konfliktowych w rodzinie, poszukując rozwiązania narastających problemów rodzinnych poprzez kierowanie do odpowiednich instytucji pomocowych.

W ramach zajęć uspołeczniających i integracyjnych uczestnicy domu biorą udział w comiesięcznych zabawach urodzinowych.

4. Obserwowane efekty działań terapeutycznych oraz treningów

- wzrost aktywności psychoruchowej oraz sprawności fizycznej
- wzrost umiejętności nawiązywania kontaktów interpersonalnych
- zainteresowanie uczestnictwem w zajęciach zorganizowanych
- poprawa motoryki małej i dużej
- wzrost zainteresowania sposobem spędzania wolnego czasu
- zainteresowanie bieżącymi wydarzeniami w najbliższej okolicy
- poprawa samopomocy
- poprawa relacji z rodziną i najbliższym środowiskiem

5. Metody, sposoby i kryteria oceny

Każdy z uczestników podlega ocenie zespołu wspierająco –aktywizującego.

Wnioski z terapii oraz postępowanie z uczestnikami opisane jest w Indywidualnym Planie Wspierająco –Aktywizującym, aktualizowanym od momentu przyjęcia co pół roku. Dokument opracowany jest przez wszystkich terapeutów.

Aby dokonać poprawnej i miarodajnej oceny uczestnika , każdy z terapeutów prowadzi dziennik terapii, w którym codziennie wpisuje zakres i formę prowadzonej terapii, wymienia uczestników terapii oraz opisuje ich aktywność. Dane te są następnie wykorzystywane do sporządzenia ocen aktywizacji podopiecznych.

**Plan Pracy z uczestnikami Środowiskowego Domu Samopomocy
w Bystrzycy Kłodzkiej na rok 2013
Dom typu „A”**

I Działania w ramach postępowania wspierająco – aktywizującego

1. Terapia zajęciowa

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1.	Pracownia gospodarstwa domowego: - nakrywanie i podawanie do stołu, - kulturalne zachowanie się przy stole - sporządzanie list niezbędnych zakupów, -wstępna obróbka produktów, porcjowanie, krojenie, - przygotowywanie sałatek, kompotów, przetworów, - pieczenie ciast i deserów, - obsługa sprzętu AGD, - nauka zaradności życiowej poprzez naukę lub doskonalenie prania ręcznego, prasowania, składania ubrań itp. - dbanie o porządek w pracowni, - pogadanki na temat zdrowego żywienia -układanie jadłospisów	I-XII 2013	terapeuci, opiekun
2.	Pracownia plastyczna: zapoznanie uczestników z technikami malarskimi i rysunkiem w tym: - wykonywanie dekoracji, ozdób, stroików świątecznych - przygotowywanie kart świątecznych i okolicznościowych malowanie na szkle, wyklejanie plasteliną, - malowanie farbami decoupage, - wykonywanie ozdób z gipsu i masy solnej, - układanie i wykonywanie kompozycji kwiatowych, - wykonanie dekoracji na imprezy - dekorowanie ramek drewnianych.	I-XII 2013	Instruktor terapii zajęciowej

3.	Pracownia rękodzielnicza: - przygotowywanie materiału do modelowania; - praca ręczna w glinie - uczenie się wypełniania gliną ceramiczną gotowych form; - wypalanie w piecu form ceramicznych; - malowanie wypalonych przedmiotów farbami, - wykonywanie ozdób z masy solnej i gipsu. - praca na kole garncarskim	I-XII 2013	terapeuta
4.	Pracownia stolarsko –rzeźbiarska - posługiwanie się narzędziami do obróbki drewna - czyszczenie, szlifowanie, malowanie, lakierowanie powierzchni drewnianych - naprawianie prostych mebli - wykonywanie ozdób i ramek z drewna - nauka wbijania gwoździ, wkrętów itp.	I-XII 2013	terapeuta
5.	Pracownia muzyczna - doskonalenie umiejętności słuchania muzyki; - uczenie śpiewu indywidualnie i w zespole (w tym zajęcia karaoke) - przygotowywanie słowno -muzycznych występów okolicznościowych; - organizowanie terapii przez słuchanie muzyki - zabawy ruchowe (taniec, śpiew, wystukiwanie rytmu) - przygotowanie małych form teatralno- muzycznych	I-XII 2013	terapeuta
6.	Pracownia komputerowa: - nauka obsługi komputera – otwieranie i zamykanie systemu, - praca w programie WORD - nauka pisania, redagowania tekstu, formatowanie, drukowanie tekstu, - zabawy i gry na komputerze - nauka korzystania z internetu, - robienie zdjęć, prowadzenie księgi pamiątkowej oraz gazetki	I-XII 2013	terapeuta
7.	Pracownia zajęć praktyczno -użytecznych: - nauka posługiwania się igłą i nitką - ręczne naprawy odzieży; - uczenie się obsługi maszyny do szycia - maszynowe naprawy odzieży; - nauka haftowania i wyszywania; - robótki na drutach. - wykonywanie techniki patchwork w styropianie, - wykonanie obrazów ze skóry - wykonanie opakowań na prezenty - wykonywanie prac łączących różne techniki	I-XII 2013	terapeuta

	-wyświetlanie filmów - prace ogrodnicze (w tym pielęgnacja kwiatów)		
8.	Pracownia rehabilitacji ruchowej i masażu - indywidualne i grupowe zajęcia ruchowe - ćwiczenia na sprzęcie rehabilitacyjnym, masaże - zajęcia z zakresu rehabilitacji, sportu, turystyki, wychowania fizycznego i aktywności fizycznej	I-XII 2013	terapeuta

2.Treningi:

Trening samodzielności:

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- dbanie o estetyczny wygląd i higienę - dbanie o porządek otoczenia, utrzymywanie nawyku regularnego sprzątania - rozwijanie umiejętności korzystania z ofert usług medycznych - ćwiczenia umiejętności doboru odzieży stosownie do warunków atmosferycznych, - kształtowanie nawyku regularnego prania odzieży, - nauka obsługi podstawowych urządzeń domowych (pralka automatyczna, kuchenka mikrofalowa, żelazko, suszarka do włosów, zmywarka do naczyń), - wyrabianie umiejętności gospodarowania własnymi środkami finansowymi(w tym rozróżnianie nominałów i liczenie), - ćwiczenie umiejętności racjonalnego dokonywania zakupów, załatwianie spraw urzędowych, bankowych	I-XII 2013	Terapeuci, instruktor terapii zajęciowej, opiekun

Trening spędzania wolnego czasu:

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	rozwijanie już posiadanych i poszukiwanie nowych zainteresowań: - czytanie książek, - lektura wybranych czasopism, - rozwiązywanie krzyżówek, - nauka korzystania z biblioteki gminnej, - oglądanie wybranych programów TV,	I-XII 2013	Terapeuci, instruktor terapii zajęciowej, opiekun
2	zabawa taneczna z udziałem uczestników z zaprzyjaźnionych ŚDS , DPS,	V 2013	Terapeuci instruktor terapii zajęciowej

			opiekun
3	wyjazd do kina	V 2013	Terapeuci
4	wyjazd na wycieczkę integracyjną i na basen	V 2013	Terapeuci
5	udział w imprezach integracyjnych	I-XII 2013	Terapeuta, opiekun
6	udział w imprezie integracyjnej „Pożegnanie lata”	VIII 2013	Instruktor terapii zajęciowej , opiekun
7	współorganizowanie świetlicowych gier towarzyskich	IX 2013	Instruktor terapii Zajęciowej, opiekun, terapeuci
8	organizowanie spotkań z uczestnikami zaprzyjaźnionych domów	I –XII 2013	terapeuci, instruktor terapii zajęciowej
9	wycieczki piesze po okolicy	III – XI 2013	Instruktor terapii zajęciowej terapeuci
10	przygotowanie i wystawienie „Jasełek” przed Wigilią	XII 2013	Terapeuci, instruktor terapii zajęciowej, opiekun

Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	- zwiększenie stopnia otwartości na innych uczestników, - doskonalenie umiejętności nawiązywania kontaktów społecznych (emocjonalnych i werbalnych) - nauka aktywnego słuchania i podtrzymywania rozmowy - trening nad jasnym i precyzyjnym formułowaniem swoich myśli, - uświadamianie uczestnikom pełnienia podstawowych ról społecznych: syn, córka, brat, siostra, - aktywizacja w grupie ŚDS, - motywowanie do nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych, w tym kontakt i praca z rodziną nad poprawą relacji, - zwracanie uwagi na prawidłowe zachowanie się w miejscach publicznych – kulturalne zachowanie się, - kształtowanie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie, - wyrabianie poczucia odpowiedzialności za swoje zobowiązania,	I-XII 2013	Instruktor terapii zajęciowej , terapeuci, psycholog

	- rozwijanie wśród uczestników aktywności i odpowiedzialności, - wyrabianie nawyku punktualności		
--	---	--	--

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, - nauka technik relaksacyjnych, - praca nad kształtowaniem samoakceptacji w roli chorego - dostarczenie wiedzy na temat choroby, metod i konieczności leczenia, - dostarczenie wiedzy nt. działania leków i ich skutków ubocznych, - wsparcie w rozwiązywaniu sytuacji trudnych i konfliktowych, - terapia indywidualna i grupowa - motywowanie do prowadzenia zdrowego i uregulowanego trybu życia, - pomoc w tworzeniu planów postępowania wspierająco - aktywizującego	I – XII 2013	Psycholog, Terapeuci, instruktor terapii zajęciowej, opiekun
2	- współpraca z rodzinami (w tym próby rozwiązywania konfliktów w rodzinach) - nadzór nad regulowaniem odpłatności za ŚDS, - wyjazdy do lekarzy specjalistów, umawianie terminów wizyt.	I-XII 2013	Terapeuci, instruktor terapii zajęciowej, opiekun

Aktywizacja zawodowa – doradztwo zawodowe

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1	szkolenia zawodowe dla uczestników (nauka pisania CV, życiorysu, przygotowanie zawodowe itp.)	IX-XII 2013	Terapeuci, instruktor terapii zajęciowej, opiekun

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
2.	opracowanie i przyjęcie planów pracy	Pod koniec roku	kierownik
3.	dbanie o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu	Praca ciągła	kierownik
4.	dbanie o właściwy poziom usług	Praca ciągła	kierownik
5.	organizacja szkoleń i doskonalenie pracowników	Raz na kwartał	kierownik

III. Kalendarz imprez planowanych w 2013 r.

L.p.	Nazwa imprezy	Planowany termin	cel	Uwagi
1	zabawa karnawałowa z udziałem uczestników ŚDS	Luty 2013	Integracja uczestników	Poczęstunek dla uczestników zabawy zapewniają sponsorzy i ŚDS, dekorację przygotuje pracownia plastyczna a nagłośnienie i oprawę muzyczną pracownia muzyczna
2	Dzień Kobiet	Marzec 2013	Propagowanie tradycji	Poczęstunek i prezenty przygotowane zostają przez uczestników ŚDS
3	wystawa prac Wielkanocnych	Marzec 2013	Integracja uczestników ze społeczeństwem lokalnym	Wystawę przygotowują wszyscy pracownicy
4	zabawa taneczna	Maj 2013	j/w	wszyscy pracownicy ŚDS i sponsorzy
5	wyjazd do kina	Maj 2013	Wyjazd integracyjny	Środki śds i uczestnicy
6	wyjazd na wycieczkę integracyjną	Maj 2013	j/w	Środki własne śds uczestników
7.	olimpiada sportowa, wyjazd na basen	Czerwiec 2013	Propagowanie kultury	Środki własne śds

			fizycznej	
8.	warsztaty integracyjne	Sierpień 2013	Impreza rekreacyjna	Środki własne śds i sponsorzy
9.	zabawa Andrzejkowa	Listopad 2013	Wprowadzenie uczestników w świat magii i czarów	Zabawa składkowa uczestników
10.	zaduszki poetyckie	Listopad 2013	Uczczenie pamięci naszych bliskich i wspólne wyjście na cmentarz	Kwiaty i znicze przynoszą uczestnicy, stroiki przygotowuje pracownia plastyczna
11.	wystawa prac bożonarodzeniowych	Grudzień 2013	Integracja uczestników ze społeczeństwem lokalnym	Środki własne śds
12.	Wigilia i jasełka	Grudzień 2013	Wprowadzenie świątecznego nastroju	Środki własne śds i sponsorzy

W każdym miesiącu organizowana jest impreza z okazji urodzin uczestników.

**Plan Pracy z uczestnikami Środowiskowego Domu Samopomocy
w Bystrzycy Kłodzkiej na rok 2013
Dom typu „B”**

I Działania w ramach postępowania wspierająco – aktywizującego

1. Terapia zajęciowa

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1.	Pracownia gospodarstwa domowego: - nakrywanie i podawanie do stołu, - kulturalne zachowanie się przy stole - sporządzanie list niezbędnych zakupów, - wstępna obróbka produktów, porcjowanie, krojenie, - przygotowywanie sałatek kompotów, przetworów, - pieczenie ciast i robienie deserów, - obsługa sprzętu AGD, - nauka zaradności życiowej poprzez naukę lub doskonalenie prania ręcznego, prasowania, składania ubrań itp. - dbanie o porządek w pracowni, - pogadanki na temat zdrowego żywienia - układanie jadłospisu	I-XII 2013	opiekun, terapeuta
2.	Pracownia plastyczna: zapoznanie uczestników z technikami malarskimi i rysunkiem w tym: - wykonywanie dekoracji, ozdób, w tym stroików świątecznych - przygotowywanie kart świątecznych i okolicznościowych - malowanie na szkło, wyklejanie plasteliną, - malowanie farbami decoupage, - wykonywanie ozdób z gipsu i masy solnej, - układanie i wykonywanie kompozycji kwiatowych, - wykonanie dekoracji na imprezy - dekorowanie ramek drewnianych.	I-XII 2013	Instruktor terapii zajęciowej,
3.	Pracownia rękodzielnicza: - przygotowywanie materiału do modelowania; - praca ręczna w glinie - uczenie się wypełniania gliną ceramiczną gotowych form; - wypalanie w piecu różnorodnych form ceramicznych;	I-XII 2013	terapeuta

	- malowanie wypalonych przedmiotów farbami, w tym w aerozolu; - wykonywanie różnorodnych ozdób z masy solnej i gipsu. - praca na kole garncarskim		
4.	Pracownia stolarsko –rzeźbiarska - posługiwanie się narzędziami do obróbki drewna - czyszczenie, szlifowanie, malowanie , lakierowanie powierzchni drewnianych - naprawianie prostych mebli - wykonanie ozdób i ramek z drewna - nauka wbijania gwoździ, wkrętów itp.	I-XII 2013	terapeuta
5.	Pracownia muzyczna - doskonalenie umiejętności słuchania muzyki; - uczenie śpiewu indywidualnie i w zespole (zajęcia karaoke) - przygotowywanie słowno -muzycznych występów okolicznościowych; - organizowanie terapii przez słuchanie muzyki - organizowanie słuchania „książki mówionej”. - zabawy ruchowe (taniec, śpiew, wystukiwanie rytmu) - przygotowanie małych form teatralno- muzycznych	I-XII 2013	terapeuta
6.	Pracownia komputerowa: - nauka obsługi komputera – otwieranie i zamykanie systemu, - praca w programie WORD - nauka pisania, redagowania tekstu, -formatowanie, drukowanie tekstu, - zabawy i gry na komputerze - nauka korzystania z internetu, - robienie zdjęć, prowadzenie gazetki i książki pamiątkowej	I-XII 2013	terapeuta
7.	Pracownia zajęć praktyczno -użytecznych: - nauka posługiwania się igłą i nitką - ręczne naprawy odzieży; - uczenie się obsługi maszyny do szycia - maszynowe naprawy odzieży; - nauka haftowania i wyszywania; - robótki na drutach. - wykonywanie techniki patchwork w styropianie, - wykonanie obrazów ze skóry - wykonanie opakowań na prezenty - wykonywanie prac łączących różne techniki -wyświetlanie filmów -prace ogrodnicze (w tym pielęgnacja kwiatów)	I-XII 2013	terapeuta

8.	Pracownia rehabilitacji ruchowej i masażu - indywidualne i grupowe zajęcia ruchowe - ćwiczenia na sprzęcie rehabilitacyjnym, masaże - zajęcia z zakresu rehabilitacji, sportu, turystyki, wychowania fizycznego i aktywności fizycznej	I-XII 2013	terapeuta
----	--	------------	-----------

2.Treningi:

Trening samodzielności:

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1.	- dbanie o estetyczny wygląd i higienę - dbanie o porządek otoczenia, utrzymywanie nawyku regularnego sprzątania - rozwijanie umiejętności korzystania z ofert usług medycznych - ćwiczenia umiejętności doboru odzieży stosownie do warunków atmosferycznych, - kształtowanie nawyku regularnego prania odzieży, - nauka obsługi podstawowych urządzeń domowych (pralka automatyczna, kuchenka mikrofalowa, żelazko, suszarka do włosów, zmywarka do naczyń), - wyrabianie umiejętności gospodarowania pieniędzmi, rozróżnianie nominałów i liczenie, - ćwiczenie umiejętności racjonalnego dokonywania zakupów, załatwianie spraw urzędowych, bankowych	I-XII 2013	Terapeuci, opiekunka

Trening spędzania wolnego czasu:

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1.	Rozwijanie już posiadanych i poszukiwanie nowych zainteresowań: - lektura wybranych czasopism, - rozwiązywanie krzyżówek, - nauka korzystania z biblioteki gminnej, - oglądanie wybranych programów TV,	I-XII 2013	terapeuci
2.	Zabawa taneczna z udziałem uczestników z zaprzyjaźnionych ŚDS , DPS,	V.2013	Terapeuci, opiekun
3.	Wyjazd do kina	V 2013	Terapeuci
4.	Wyjazd na wycieczkę integracyjną	V 2013	Terapeuci

5.	Udział w imprezach integracyjnych	I-XII 2013	Terapeuta, opiekun
6.	Udział w imprezie integracyjnej „Pożegnanie lata” wraz z rodzinami podopiecznych	VIII 2013	Instruktor terapii zajęciowej , opiekun
7.	Współorganizowanie świetlicowych gier towarzyskich	IX 2013	Instruktor terapii Zajęciowej
8.	Organizowanie spotkań z uczestnikami zaprzyjaźnionych domów	I – XII 2013	terapeuci, instruktor terapii zajęciowej
9.	Wycieczki piesze po okolicy	III – XI 2013	Instruktor terapii zajęciowej terapeuci
10	Przygotowanie i wystawienie „Jasełek” przed Wigilią	XII 2013	Terapeuta, opiekun

Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych

L.p.	Działania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1.	- zwiększenie stopnia otwartości na innych uczestników, - doskonalenie umiejętności nawiązywania kontaktów społecznych (emocjonalnych i werbalnych) - nauka aktywnego słuchania i podtrzymywania rozmowy - trening nad jasnym i precyzyjnym formułowaniem swoich myśli, - podtrzymywanie w pełnieniu podstawowych ról społecznych: syn, córka, brat, siostra, - aktywizacja w grupie ŚDS, - motywowanie do nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych, w tym kontakt i praca z rodziną nad poprawą relacji, - zwracanie uwagi na prawidłowe zachowanie się w miejscach publicznych – kulturalne zachowanie się, - kształtowanie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie, - wyrabianie poczucia odpowiedzialności za swoje zobowiązania, - rozwijanie wśród uczestników aktywności i odpowiedzialności, - wyrabianie nawyku punktualności, -trening w zakresie czytania i pisanie (zgodnie z możliwościami uczestnika)	I-XII 2013	Instruktor terapii zajęciowej , terapeuci, psycholog

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, - nauka technik relaksacyjnych, - praca nad kształtowaniem samoakceptacji w roli chorego - dostarczenie wiedzy na temat choroby, metod i konieczności leczenia, - dostarczenie wiedzy nt. działania leków i ich skutków ubocznych, -polisensoryczne poznawanie świata podczas zajęć w odpowiednich pracowniach - wsparcie w rozwiązywaniu sytuacji trudnych i konfliktowych, - terapia indywidualna i grupowa - motywowanie do prowadzenia zdrowego i uregulowanego trybu życia,	I – XII 2013	Psycholog, Terapeuci, instruktor terapii zajęciowej
2.	- współpraca z rodzinami - nadzór nad regulowaniem odpłatności za ŚDS, - wyjazdy do lekarzy specjalistów, umawianie terminów wizyt.	I-XII 2013	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.)	IX-XII 2013	Terapeuci

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
2.	opracowanie i przyjęcie planów pracy	Pod koniec roku	kierownik
3..	dbanie o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu	Praca ciągła	kierownik
4.	dbanie o właściwy poziom usług	Praca ciągła	kierownik
5.	organizacja szkoleń i doskonalenie pracowników	Raz na kwartał	kierownik

III. Kalendarz imprez planowanych w 2013 r.

L.p.	Nazwa imprezy	Planowany termin	cel	Uwagi
1	zabawa karnawałowa z udziałem uczestników ŚDS	Luty 2013	Integracja uczestników	Poczęstunek dla uczestników zabawy zapewniają sponsorzy i ŚDS, dekorację przygotowuje pracownia plastyczna a nagłośnienie i oprawę muzyczną pracownia muzyczna
2	Dzień Kobiet	Marzec 2013	Propagowanie tradycji	Poczęstunek i prezenty przygotowane zostają przez uczestników ŚDS
3	wystawa prac Wielkanocnych	Marzec 2013	Integracja uczestników ze społ. lokalnym	Wystawę przygotowują wszyscy pracownicy
4	zabawa taneczna	Maj 2013	j/w	wszyscy pracownicy ŚDS i sponsorzy
5	wyjazd do kina	Maj 2013	Wyjazd integracyjny	Środki śds i uczestnicy
6.	wyjazd na wycieczkę integracyjną	Maj 2013	J/w	Środki własne śds uczestników

7.	olimpiada sportowa, wyjazd na basen	Czerwiec 2013	Propagowanie kultury fizycznej	Środki własne śds
8.	warsztaty integracyjne	Sierpień 2013	Impreza rekreacyjna	Środki własne śds i sponsorzy
9.	zabawa Andrzejkowa	Listopad 2013	Wprowadzenie uczestników w świat magii i czarów	Zabawa składkowa uczestników
10.	Zaduszki poetyckie	Listopad 2013	Uczczenie pamięci naszych bliskich i wspólne wyjście na cmentarz	Kwiaty i znicze przynoszą uczestnicy, stroiki przygotowuje pracownia plastyczna
11.	wystawa prac bożonarodzeniowych	Grudzień 2013	Integracja uczestników ze społeczeństwem lokalnym	Środki własne śds
12.	Wigilia i jasełka	Grudzień 2013	Wprowadzenie świątecznego nastroju	Środki własne śds i sponsorzy

W każdym miesiącu organizowane są imprezy z okazji urodzin uczestników.