

Środowiskowy Dom Samopomocy
w Wonorzu

Wonorze 36 88-133 Dąbrowa Biskupia
NIP 556 276 63 36 Regon 366006772

PLAN PRACY

Środowiskowego Domu Samopomocy w Wonorzu na rok 2018

Rozdział I Miejsce i czas pracy

Środowiskowy Dom Samopomocy jest jednostką organizacyjną z siedzibą w Wonorzu nr 36, 88 – 133 Dąbrowa Biskupia a jego obszar działania stanowi teren Gminy Dąbrowa Biskupia. Jest ośrodkiem wsparcia typu A, B i C przeznaczonym dla 25 osób dorosłych przewlekłe psychicznie chorych, upośledzonych umysłowo oraz wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych. Każda z grup korzystających ze Środowiskowego Domu Samopomocy w Wonorzu potrzebuje innych form pomocy środowiskowej, form leczenia i metod terapii.

Środowiskowy Dom Samopomocy działa od poniedziałku do piątku w godz. 7.00 – 15.00 za wyjątkiem dni ustawowo wolnych od pracy. Zajęcia z uczestnikami prowadzone są co najmniej 6 godzin dziennie, a pozostały czas przeznaczony jest na czynności porządkowe, przygotowanie do zajęć, prowadzenie dokumentacji lub zorganizowanie przywozu i odwozu uczestników.

Ilekcóż w Planie Pracy jest mowa o ŚDS należy przez to rozumieć Dom lub Środowiskowy Dom Samopomocy w Wonorzu.

Rozdział II Cele działalności Środowiskowego Domu Samopomocy

1. Cel główny:

Głównym celem Środowiskowego Domu Samopomocy w Wonorzu jest dążenie do poprawy sytuacji osób niepełnosprawnych, w tym psychicznie chorych na terenie Gminy Dąbrowa Biskupia poprzez niesienie pomocy i opieki osobom z zaburzeniami psychicznymi, upośledzonym umysłowo i wykazującym inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych. Ponadto ŚDS wspiera uczestników, ich rodziny i opiekunów, które z powodu choroby psychicznej lub upośledzenia umysłowego mają poważne trudności w życiu codziennym, zwłaszcza w kształtowaniu swoich stosunków z otoczeniem w zakresie edukacji, zatrudnienia oraz zaspokojenia potrzeb bytowych, których samodzielnie nie są w stanie przezwyciężyć wykorzystując swoje uprawnienia, środki i możliwości.

2. Cele szczegółowe:

- a) kształtowanie umiejętności społecznych i umiejętności z zakresu samoobsługi (m. in. wyrobienie umiejętności wykonywania podstawowych zadań życiowych jak: samodzielne prowadzenie gospodarstwa domowego, dbanie o higienę osobistą, racjonalne kierowanie budżetem, umiejętność załatwiania spraw urzędowych, branie odpowiedzialności za swoje działania i in.)
- b) wsparcie w zakresie zapewnienia uczestnikom opieki psychiatrycznej, psychologicznej i medycznej
- c) integrowanie uczestników ze środowiskiem lokalnym i rodzinnym

- d) zapobieganie nawrotom choroby i powtórny hospitalizacjom oraz minimalizowanie doznań chorobowych przez stosowanie zaleceń terapeutycznych oraz udział w oferowanych zajęciach
- e) mobilizowanie, utrzymywanie sprawności, aktywizowanie uczestników beczynnych oraz rozwijanie ich zainteresowań i uzdolnień
- f) tworzenie naturalnej grupy wsparcia oraz kształtowanie umiejętności współzycia w grupie
- g) zapewnienie uczestnikom poczucia zrozumienia, tolerancji, życzliwości, ochronę godności osobistej i poczucia intymności
- h) dbanie o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu
- i) aktywizacja do podjęcia zatrudnienia w kierunku Warsztatów Terapii Zajęciowej lub w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy
- j) organizowanie spotkań i zajęć integracyjnych poza Domem.

Wszystkie podejmowane formy aktywności wynikać będą z indywidualnego planu postępowania wspierająco - aktywizującego każdego uczestnika. Konstruowanie i wdrażanie zajęć terapeutycznych jest najważniejszym elementem prowadzenia działań wspierająco - aktywizujących. Każde zaplanowane działanie będzie konsultowane z Zespołem Wspierająco - Aktywizującym pracującym z uczestnikiem i poddawane weryfikacji. W miarę potrzeby, zaplanowane działania omawiane będą z rodziną lub opiekunami uczestnika.

W przeciągu całego roku Zespół Wspierająco - Aktywizujący mobilizować będzie uczestników do udziału w zajęciach ŚDS. Oferta Domu opiera się na działaniach długoterminowych, a formy pomocy dostosowane są do indywidualnych potrzeb i możliwości każdej z osób uczestniczących w zajęciach. Każdy uczestnik rozwija się we własnym tempie, bez presji czasu i tak też będzie realizować zaplanowane działania wspierająco - aktywizujące.

Rozdział III Działania wspierająco - aktywizujące

1. PRACOWNIA KULINARNA

Zakres	postępowanie wspierająco - aktywizujące
Formy pracy	praca indywidualna i grupowa
Uczestnicy (Typ)	A, B, C
Metody pracy	metody praktyczne - ćwiczebne, realizacji zadań metody problemowe - klasyczna, przypadków, sytuacyjna, burza mózgów metody asymilacji wiedzy - pogadanka, praca z książką i in.
Termin realizacji	zajęcia prowadzone codziennie zgodnie z tygodniowym harmonogramem zajęć Środowiskowego Domu Samopomocy w Wonorzu, min. 10 godz. w tygodniu, grupy min. 5 osobowe lub inny układ wynikający z planu zajęć dodatkowych, okolicznościowych, integracyjnych lub in.
Prowadzący	terapeuta zajęciowy/instruktor terapii zajęciowej
Cel główny	<ul style="list-style-type: none"> • rozwijanie zaradności życiowej, zwiększenie samodzielności

Michał

Cele szczegółowe	<ul style="list-style-type: none"> • rozwijanie umiejętności praktycznych, dotyczących konkretnych czynności niezbędnych podczas wykonywania zajęć w gospodarstwie domowym • planowanie i organizacja czasu oraz miejsca pracy • utrwalanie umiejętności prawidłowego przechowywania produktów • edukacja w zakresie prawidłowego odżywiania się
------------------	--

Działania:

- zapoznanie/utrwalanie regulaminu pracowni
- zapoznanie z zasadami utrzymania porządku w kuchni
- nauka korzystania z urządzeń gospodarstwa domowego: lodówka, zmywarka, mikser, szatkownica, robot kuchenny, maszynka do mielenia i in.
- zapoznanie z zasadami spożywania posiłku: zachowanie bezpieczeństwa w miejscu, w którym przygotowany jest posiłek, nakrywanie do stołu – zasady savoir vivre (ustawianie sztućców, talerzy, szklanek, kubków, krzeseł, serwetek, kolejność spożywania dań itp.)
- utrwalanie nawyków higienicznych w kuchni: mycie rąk, warzyw, owoców przed jedzeniem, zmywanie i wycieranie naczyń po posiłku, chowanie ich w wyznaczonym miejscu.
- nauka gotowania, smażenia, pieczenia, krojenia w kostkę, talarki, paski produktów spożywczych.
- i in.

Rezultaty:

- zna regulamin pracowni
- potrafi korzystać z urządzeń i narzędzi gospodarstwa domowego
- przestrzega higieny podczas przygotowywania i spożywania posiłków
- samodzielnie sprząta po posiłku: myje naczynia, wyciera je
- zna zasady savoir vivre
- potrafi samodzielnie przygotować posiłek gotowany, pieczony, smażony ze składników krojonych, szatkowanych, obranych, zmielonych.
- i in.

2. PRACOWNIA PLASTYCZNO – RĘKODZIELNICZA

Zakres	postępowanie wspierające – aktywizujące
Formy pracy	praca indywidualna i grupowa
Uczestnicy (Typ)	A, B, C
Metody pracy	metody praktyczne – ćwiczebne, realizacji zadań metody problemowe – klasyczna, przypadków, sytuacyjna, burza mózgów metody asymilacji wiedzy – pogadanka, praca z książką

Miel

Termin realizacji	zajęcia prowadzone codziennie zgodnie z tygodniowym harmonogramem zajęć Środowiskowego Domu Samopomocy w Wonorzu, min. 10 godz. w tygodniu, grupy min. 5 osobowe lub inny układ wynikający z planu zajęć dodatkowych, okolicznościowych, integracyjnych lub in.
Prowadzący	terapeuta zajęciowy/instruktor terapii zajęciowej
Cel główny	<ul style="list-style-type: none"> • rozbudzanie i kształtowanie estetycznego postrzegania świata
Cele szczegółowe	<ul style="list-style-type: none"> • rozwijanie twórczości artystycznej • kształtowania umiejętności odbioru, przeżywania i oceniania sztuki • rozwijanie twórczego myślenia, zainteresowania sztuką • kształcenie umiejętności posługiwania się różnymi technikami plastycznymi • rozwijanie aktywności twórczej poprzez wykonywanie prac plastycznych, tworzenie wystaw • dekorowanie poszczególnych pomieszczeń ośrodka • oglądanie albumów o sztuce i in. • rozwijanie wyobraźni i uzdolnień plastycznych uczestników • rozwijanie zainteresowań uczestników • doskonalenie umiejętności manualnych • nabycie/doskonalenie umiejętności planowania i przewidywania • rozwijanie wyobraźni i kreatywności • nauka spędzania czasu wolnego w sposób twórczy • rozwijanie umiejętności do brania udziału w konkursach plastycznych organizowanych przez różne instytucje • promocja uczestników i Domu w środowisku i regionie

Działania:

- zapoznanie/utrwalanie regulaminu pracowni
- zapoznanie z przyrządami i produktami do pracy w pracowni: pędzle, sztalugi, farby, pastele, węgiel, karton i in.
- zapoznanie z kołem barw (barwy ciepłe i zimne)
- malowanie na szkle, na płótnie
- malowanie butelek
- wyklejanie obrazów skrawkami skóry
- dekoracja butelek papierowymi serwetkami i wikolem
- wykonywanie kartek świątecznych
- wykonywanie prac z tasemek, z wykałaczek, z brystolu i ozdabianie ich grochem, kukurydzą, ryżem
- wykonywanie choinek z szyszek i ich dekoracja
- wykonanych ozdób okolicznościowych z różnych materiałów

- wykonywanie kul ozdobnych
- dekoracja Domu różnymi ozdobami
- kolorowanie, szkicowanie zamków, budowli
- kolorowanie motywów kwiatowych oraz motywów bajkowych
- wykonywanie kolażu
- wycinanie masek
- wykonywanie konfetti
- wykonywanie kwiatów, motyli z bibuły, z drutu, z materiału
- klejenie z modeliny, plasteliny, gliny, gipsu
- wydzieranka, wyklejanka, monotypia
- origami: wykonywanie kartek okolicznościowych, zwierzątek, kwiatów, zakładerek, okładek, ramek
- nauka i tworzenie obrazów z liści, płatków kwiatów
- oklejanie słoików, butelek, wełną, sznurkiem
- tworzenie obrazów typu collage
- nauka zdobienia metodą decoupage
- suszenie liści, gałęzi, kasztanów, szyszek, traw, nasion roślin, owoców, mchu, muszli, trzciny
- zdobnictwo i dekoratorstwo
- układanie różnorodnych kompozycji w wazonie, koszykach
- tworzenie stroików okazjonalnych na „cztery pory roku” wg własnej inwencji
- i in.

Rezultaty:

- przestrzega regulaminu pracowni
- opanował podstawowe umiejętności obsługi narzędzi i produktów w pracowni
- umie samodzielnie dobierać i tworzyć kolory – rozróżnia kolory ciepłe i zimne
- potrafi malować na szkle, na płótnie, na butelkach, wyklejać, wydzierać, modelować z masy solnej, gipsu, gliny, modeliny i plasteliny
- potrafi szkicować, odwzorowywać, posługiwać się ołówkiem, węglem
- wykonuje ozdoby i dekoracje okolicznościowe wykorzystując różne materiały
- potrafi korzystać z różnych technik plastyczno – technicznych
- potrafi wykonywać origami
- potrafi wykorzystywać „dary natury” w pracach rękodzielniczych
- umie tworzyć obrazy typu collage
- umie zdobić metodą decoupage
- potrafi układać różnorodne kompozycje w wazonie, koszykach
- potrafi tworzyć stroiki okazjonalne wg własnej inwencji
- i in.

Amia

3. PRACOWNIA KRAWIECKA

Zakres	postępowanie wspierająco – aktywizujące
Formy pracy	praca indywidualna i grupowa
Uczestnicy (Typ)	A, B, C
Metody pracy	metody praktyczne – ćwiczebne, realizacji zadań metody problemowe – klasyczna, przypadków, sytuacyjna, burza mózgów metody asymilacji wiedzy – pogadanka, praca z książką
Termin realizacji	zajęcia prowadzone codziennie zgodnie z tygodniowym harmonogramem zajęć Środowiskowego Domu Samopomocy w Wonorzu, min. 10 godz. w tygodniu, grupy min. 5 osobowe lub inny układ wynikający z planu zajęć dodatkowych, okolicznościowych, integracyjnych lub in.
Prowadzący	terapeuta zajęciowy/instruktor terapii zajęciowej
Cel główny	<ul style="list-style-type: none"> • rozbudzanie i kształtowanie estetycznego postrzegania świata
Cele szczegółowe	<ul style="list-style-type: none"> • rozwijanie umiejętności twórczego myślenia, zdolności manualnych, poczucia estetyki • nauka wyrażania swoich przeżyć, emocji, uczuć poprzez wykonywanie drobnych prac krawieckich • zapoznanie się z wieloma różnorodnymi formami zajęć • umożliwianie uczestnictwa i współpracy z instytucjami o charakterze kulturalnym (teatr, wystawy, festiwale artystyczne)

Działania:

- zapoznanie/utrwalanie regulaminu pracowni
- nauka i doskonalenie haftowania w zakresie haftu – płaskiego, krzyżykowego, richelieu
- nauka szydełkowania: robienie łańcuszka z wełny, nauka robienia słupków z wełny, nauka robienia
- serwetek z wełny, nauka robienia szalika, czapki, papci, zwierzątek na okolicznościowe święta, aniołków, peruki.
- nauka robienia na drutach: zapoznanie z rozłożeniem drutów w dłoniach,
- zapoznanie prostymi ściegami np. prawo-lewo, robienie czapek, szalików, serwetek, laleczek, pacynek
- nauka odmierzenia materiału z wykorzystaniem linijki i mydełka krawieckiego na np. serwetki świąteczne – różne wielkości, odzież, pacynki.
- nauka korzystania z maszyny krawieckiej – zakładanie nici, bębienka, igły, nauka obszywania brzegów materiału, serwetek okolicznościowych, odzieży.
- nauka wyszywania: serwetek z motywem Bożonarodzeniowym, Wielkanocnym, kwiatów, zwierząt ściegiem łańcuszkowym, ściegiem krzyżykowym, ściegiem maszynowym
- drobne naprawy odzieży: przyszywanie guzików, zszywanie brzegów odzieży, cerowanie.

- łączenie różnych umiejętności wyniesionych z pracowni: wybór i cięcie materiału na maskotki zwierzęta, serduszka, kwiatki, poduszki, ryby, torby lniane na zakupy, fartuszki kuchenne, zasłony, firanki, pacynki, szycie, wyszywanie, naszywanie elementów typu cekiny, naszywki, guziki, wypruwanie.
- tematyka zajęć związana będzie z porą roku
- i in.

Rezultaty:

- przestrzega regulaminu pracowni
- potrafi posługiwać się szydełkiem: robić łańcuszki, słupki, serwetki, szalik, czapki, papcie, zwierzątka na okolicznościowe święta, aniołki, peruki z wełny.
- potrafi robić na drutach: ścieg prawo – lewo.
- odmierza materiał z wykorzystaniem linijki i mydełka krawieckiego np. na serwetki świąteczne – różne wielkości, odzież, pacynki.
- potrafi korzystać z maszyny krawieckiej – zakładać nici, bębenek, igły, obszywać brzegi materiału, serwetek okolicznościowych, odzieży.
- wyszywa serwetki z różnymi wzorami ściegiem łańcuszkowym, ściegiem krzyżykowym, ściegiem maszynowym.
- dokonuje drobne naprawy odzieży.
- potrafi wykorzystać różne techniki tworzenia m. in. maskotek, toreb, fartuszków kuchennych za pomocą doboru materiału, wyszywania, naszywania elementów typu cekiny, naszywki, guziki, wypruwania.
- i in.

4. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

Zakres	postępowanie wspierająco – aktywizujące
Formy pracy	praca indywidualna i grupowa
Uczestnicy (Typ)	A, B, C
Metody pracy	metody praktyczne – ćwiczebne, realizacji zadań metody problemowe – klasyczna, przypadków, sytuacyjna, burza mózgów metody asymilacji wiedzy – pogadanka, praca z książką
Termin realizacji	zajęcia prowadzone codziennie zgodnie z tygodniowym harmonogramem zajęć Środowiskowego Domu Samopomocy w Wonorzu, min. 10 godz. w tygodniu, grupy min. 5 osobowe lub inny układ wynikający z planu zajęć dodatkowych, okolicznościowych, integracyjnych lub in.
Prowadzący	terapeuta zajęciowy/instruktor terapii zajęciowej
Cel główny	<ul style="list-style-type: none"> • nabywanie i doskonalenie umiejętności z zakresu podstaw obsługi komputera
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • nabycie umiejętności włączania komputera, korzystanie z myszki,

Miel

szczegółowe	<p>klawiatury, tworzenie i otwieranie plików i folderów, nauka zapisywania pliku, nauka zapisywania na płytce CD, drukowanie</p> <ul style="list-style-type: none"> • nabycie, doskonalenie umiejętności z zakresu programów Paint, Office Word – korzystanie • z przybornika, rysowanie figur, wypełnianie kolorem, praca w edytorze tekstów, pisanie tekstu, poprawianie i uzupełnianie tekstu, zmiana fragmentów tekstu, zaznaczanie, kopiowanie, przenoszenie, wycinanie fragmentów tekstu, wyrównywanie tekstu • wzrost wiedzy na temat ostrożności w obsłudze – zagrożenia utraty materiału • nabycie umiejętności wykorzystania wiedzy w praktyce – tworzenie stron kalendarza, redagowanie kroniki, gazetki • rozwijanie umiejętności intelektualnych poprzez pracę w programach edukacyjnych • nabycie umiejętności wyszukiwania w Internecie informacji dotyczących bieżących tematów i wydarzeń, • nabycie umiejętności korzystania z programów do odtwarzania plików zdjęciowych, muzycznych czy filmowych, • rozwijanie zainteresowań oraz poszerzanie wiedzy o otaczającym ich świecie.
-------------	---

Działania:

- zapoznanie/utrwalanie regulaminu pracowni
- zapoznanie ze sprzętem komputerowym – myszka, monitor, klawiatura itp.
- nauka korzystania z komputera oraz innych urządzeń komputerowych np. z drukarki, skanera, CD-room, (włączanie, wyłączenie)
- nauka korzystania z systemu Windows: uruchamianie edytora tekstu WORD, praca z tekstem w programie WORD – zapoznanie z formatowaniem tekstu (m. in. rozmiar, styl, kolor czcionek, wyrównywanie do lewej, prawej, wyśrodkuj), tworzenie, kopiowanie, zapisywanie plików i folderów na twardym dysku oraz na dyskietkach, płytach CD oraz pendrive, nauka wstawiania obrazków w WORD (łączenie tekstu z grafiką), punktowanie tekstu, wstawianie tabeli, rozmieszczanie tekstu w kolumnach i wierszach
- praca z klawiaturą – zapoznanie z rozmieszczeniem znaków, liter, zasady używania poszczególnych klawiszy
- nauka korzystania z programu graficznego PAINT: uruchamianie programu, rysowanie obrazków, kolorowanie, malowanie przy użyciu pędzla, ołówka, sprayu, rysowanie figur geometrycznych, wstawianie obrazów z pliku
- gry i ćwiczenia edukacyjne: wykorzystanie gier systemowych do poszerzania zdolności poznawczych, logicznego myślenia, zręczności manualnej np. pasjans, saper, pinball, klocki, kulki
- nauka korzystania z Internetu: uruchamianie i obsługa przeglądarek internetowych, poznanie programów rozmówczych (np. Gadu-Gadu, czat, Skype), zakładanie kont pocztowych korzystanie z poczty elektronicznej

Handwritten signature or mark in the bottom right corner.

- wyszukiwanie informacji za pomocą Google, zapisywanie plików ściągniętych z Internetu m. in. na twardym dysku, dyskietce lub Pendrive
- zapoznanie z programami zabezpieczającymi komputer
- redagowanie gazetki „JESTEŚMY – Gazetka Środowiskowego Domu Samopomocy w Wonorzu” (kwartalnik)
- zajęcia edukacyjne: uczenie i wychowanie przez doświadczenia życiowe, zajęcia edukacyjno – rewalidacyjne: nauka czytania, pisania, liczenia, poprawnej składni zdania, zdobywanie wiedzy o otaczającym świecie, wymiana doświadczeń, refleksji i światopoglądu, wzbogacenie wiedzy, itp.
- i in.

Rezultaty:

- przestrzega regulaminu pracowni
- opanował podstawowe umiejętności obsługi komputera
- zna skutki braku ochrony antywirusowej i konieczność zabezpieczenia przez wirusami
- potrafi samodzielnie uruchomić komputer
- potrafi samodzielnie korzystać z programu WORD oraz go zamykać – pisać, edytować, formatować tekst, używać przycisków funkcyjnych, wstawiać tabele, obrazki, konstruować np. kartki, grafiki
- potrafi samodzielnie zapisywać, przechowywać, kopiować pliki, foldery na twardym dysku, dyskietce, płycie CD, pendrive
- zna funkcje przycisków klawiatury, rozmieszczenie znaków
- potrafi samodzielnie uruchomić i wyłączyć program graficzny PAINT – kolorować, malować, używać przycisków funkcyjnych, wstawiać obiekty z pliku, kopiować, zapisywać pliki, foldery
- rozwija zainteresowania, logiczne myślenie, zręczność, poszerza zdolności poznawcze, uczy się posługiwać klawiaturą, myszką, poszerza wiedzę o otaczającym świecie
- zna zasady korzystania z Internetu, wyszukiwarek, wpisuje adresy strony internetowej
- samodzielnie korzysta z poczty elektronicznej, wysyła e-maile, odbiera wiadomości, załącza pliki
- potrafi komunikować się za pomocą programu Gadu – Gadu, Skype, czat
- zna programy antywirusowe oraz potrafi je wykorzystać
- potrafi redagować gazetkę ŚDS'u.
- i in.

5. PRACOWNIA OGRODNICZA

Zakres	postępowanie wspierająco – aktywizujące
Formy pracy	praca indywidualna i grupowa
Uczestnicy (Typ)	A, B, C

M. S.

Metody pracy	metody praktyczne – ćwiczebne, realizacji zadań metody problemowe – klasyczna, przypadków, sytuacyjna, burza mózgów metody asymilacji wiedzy – pogadanka, praca z książką
Termin realizacji	zajęcia prowadzone 2 dni w tygodniu zgodnie z tygodniowym harmonogramem zajęć Środowiskowego Domu Samopomocy w Wonorzu, min. 4 godz. w tygodniu, grupy min. 5 osobowe lub inny układ wynikający z planu zajęć dodatkowych, okolicznościowych, integracyjnych lub in.
Prowadzący	terapeuta zajęciowy/instruktor terapii zajęciowej
Cel główny	<ul style="list-style-type: none"> • nabywanie i rozwijanie zainteresowań przyrodą
Cele szczegółowe	<ul style="list-style-type: none"> • poznanie podstawowych zasad higieny pracy na wolnym powietrzu • nauka nazw i specyfiki otaczającej nas przyrody • nauka korzystania z poszczególnych narzędzi ogrodowych • spacer, tlenoterapia • inne działania zmierzające do pełnej integracji i usamodzielnienia uczestnika

Działania:

- zapoznanie/utrwalanie regulaminu pracowni
- spacer (tlenoterapia, silwoterapia)
- nauka korzystania z narzędzi ogrodowych
- nauka sadzenia, pielęgnowania kwiatów, warzyw, krzewów itp.
- dbanie o wygląd ogrodu: przycinanie trawy, zbieranie liści i śmieci
- nauka układania skalniaków i dbanie o nie
- aktywne spędzanie czasu wolnego na powietrzu
- i in.

Rezultaty:

- przestrzega regulaminu pracowni
- korzysta z zajęć w terenie – spaceru (tlenoterapia, silwoterapia)
- potrafi zadbać o czystość w ogrodzie
- potrafi sadzić, pielęgnować kwiaty, warzywa i inne
- potrafi skomponować skalniaki
- i in.

(Plany pracy oraz rezultaty działań poszczególnych pracowni terapeutycznych opracowywane są przez pracowników raz na miesiąc.)

Ponadto Środowiskowy Dom Samopomocy chciałby zaoferować swoim uczestnikom poniższe formy wsparcia (praca ciągła):

- poradnictwo psychologiczne, w celu dokonania diagnozy dotyczącej funkcjonowania intelektualnego, emocjonalnego i społecznego uczestników, psycholog wspiera zespół terapeutyczny podczas opracowywania planów wspierająco – aktywizujących, zajmuje się poradnictwem psychologicznym dla uczestników oraz ich rodzin, daje również wsparcie w sytuacjach kryzysowych i konfliktowych
- poradnictwo socjalne w zakresie spraw socjalno – bytowych, prawno – urzędowych, rodzinnych oraz pracy w środowisku a także wizyty w domach uczestników (monitoring środowiskowy), ścisła współpraca z Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej
- poradnictwo duchowe
- wsparcie w zakresie konsultacji lekarskich: konsultacje psychiatryczne, stały kontakt telefoniczny bądź osobisty z rodzinami, bieżące informowanie o stanie zdrowia, zaleceniach lekarskich, ustalanych wizytach kontrolnych, pomoc w poznawaniu zleconych leków, pomoc w wykupieniu leków, wsparcie w hospitalizacji, pomoc zaopatrzeniu ortopedycznym, obserwacje stanu zdrowia, zabezpieczenie doraźne w problemach zdrowotnych, kontrola ciśnienia tętniczego, masy ciała
- zajęcia integracyjne oraz dotyczące wychowania rodzinnego oraz seksualności człowieka
- trening funkcjonowania w codziennym życiu: praca indywidualna i grupowa, metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań, metody problemowe – klasyczna, przypadków, sytuacyjna, burza mózgów, metody asymilacji wiedzy – pogadanka, dyskusja, wykład
- trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów: praca indywidualna i grupowa, metody praktyczne ćwiczebne, realizacji zadań, metody problemowe – klasyczna, przypadków, sytuacyjna, burza mózgów, metody asymilacji wiedzy-pogadanka, dyskusja, wykład, praca z książką
- trening umiejętności spędzania czasu wolnego: praca indywidualna i grupowa, metody praktyczne-ćwiczebne, realizacji zadań, metody problemowe – klasyczna, przypadków, sytuacyjna, metody asymilacji wiedzy-pogadanka, dyskusja, wykład, praca z książką itp.
- organizacja i uczestnictwo w spotkaniach okolicznościowych: nabycie i doskonalenie umiejętności organizacji spotkań, wcielenie się w rolę gospodarza i odbiorcy imprez
- współpraca z rodziną w zakresie kształtowania odpowiednich postaw wobec uczestnika: współpraca dotycząca realizacji wspólnego planu terapeutycznego, wspieranie w obliczu codziennych trudności związanych z niepełnosprawnością, pomoc w zakresie konsultacji lekarskich
- współpraca z innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy, w zakresie niezbędnym, gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników
- utrzymanie kontaktu z byłymi uczestnikami: podtrzymanie więzi, efektów terapeutycznych oraz możliwości doraźnego wsparcia.

Uczestnicy będą mieć zapewniony ciepły posiłek i podstawowe napoje.

Zajęcia terapeutyczne prowadzone będą przez osoby posiadające kwalifikacje i doświadczenie zawodowe zgodnie z wymogami Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej.

**Wstępny plan imprez okolicznościowych
w Środowiskowym Domu Samopomocy w Wonorzu
w roku 2018**

Termin:	Działania:
Styczeń	<ol style="list-style-type: none">1. Uroczyste Obchody 1 Rocznicy Działalności ŚDS w Wonorzu (4 stycznia)2. Dzień Słomki do Picia (3 stycznia)3. Dzień Bitej Śmietany (5 stycznia)4. Spotkanie z Rodzinami i Opiekunami uczestników5. Dzień Popcornu (19 stycznia)6. Dzień Łamigłówek (29 stycznia)7. Światowy Dzień Przytulania (31 stycznia)8. Praca z uczestnikami w poszczególnych pracowniach
Luty	<ol style="list-style-type: none">1. Dzień Pozytywnego Myślenia (2 luty)2. Światowy Dzień Nutelli (5 luty)3. Tłusty czwartek (8 luty)4. Międzynarodowy Dzień Pizzy (9 luty)5. Światowy Dzień Chorego (11 luty)6. Walentynki (13 luty)7. Dzień Chorych na Padaczkę (14 luty)8. Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją (23 luty)9. Praca z uczestnikami w poszczególnych pracowniach
Marzec	<ol style="list-style-type: none">1. Narodowy Dzień Pamięci „Żołnierzy Wyklętych” (1 marca)2. Międzynarodowy Dzień Chorego (3 marca)3. Dzień Kobiet (8 marca)4. Dzień Mężczyzn (9 marca)5. Światowy Dzień Zespołu Downa (21 marca)6. Powitanie wiosny (21 marca)7. Śniadanie Wielkanocne (28 marca)8. Praca z uczestnikami w poszczególnych pracowniach
Kwiecień	<ol style="list-style-type: none">1. Dzień Tęczy (3 kwietnia)2. Światowy Dzień Sportu (6 kwietnia)3. Dzień Osób z Chorobą Parkinsona (11 kwietnia)4. Dzień Czystych Okien (12 kwietnia)5. Europejski Dzień Praw Pacjenta (18 kwietnia)6. Międzynarodowy Dzień Jazzu (30 kwietnia)7. Praca z uczestnikami w poszczególnych pracowniach

- Maj
1. Dzień Unii Europejskiej (9 maja)
 2. Święto Polskiej Muzyki (15 maja)
 3. Dzień Matki i Ojca (25 maja)
 4. Światowy Dzień Hamburgera (28 maja)
 5. Praca z uczestnikami w poszczególnych pracowniach
- Czerwiec
1. Dzień Dziecka (1 czerwca)
 2. Dzień Ochrony Środowiska (5 czerwca)
 3. Święto Dobrych Rad (13 czerwca)
 4. Światowy Dzień Praw Osób Starszych (15 czerwca)
 5. Dzień Leniwych Spacerów (19 czerwca)
 6. Dzień Kultury Fizycznej (22 czerwca)
 7. Dzień Walki z Cukrzycą (27 czerwca)
 8. Praca z uczestnikami w poszczególnych pracowniach
- Lipiec
1. Święto Hot – Doga (4 lipca)
 2. Dzień Frytek (13 lipca)
 3. Międzynarodowy Dzień Szachów (20 lipca)
 4. II Wewnętrzna Spartakiada (27 lipca)
 5. Międzynarodowy Dzień Sernika (30 lipca)
 6. Praca z uczestnikami w poszczególnych pracowniach
- Sierpień
1. Narodowy Dzień Pamięci Powstania Warszawskiego (1 sierpnia)
 2. Międzynarodowy Dzień Osób Leworęcznych (13 sierpnia)
 3. Dzień Pozytywne Zakreconych (17 sierpnia)
 4. Światowy Dzień Optymisty (21 sierpnia)
 5. Światowy Dzień Publicznego Czytania Komiksów (28 sierpnia)
 6. Praca z uczestnikami w poszczególnych pracowniach
- Wrzesień
1. Międzynarodowy Dzień Dobroczynności (5 września)
 2. Światowy Dzień Zdrowia Jamy Ustnej (12 września)
 3. Grzybobranie (14 września)
 4. Międzynarodowy Dzień Mówienia jak Pirat (19 września)
 5. Światowy Dzień Choroby Alzheimerera (21 września)
 6. Praca z uczestnikami w poszczególnych pracowniach
- Październik
1. Międzynarodowy Dzień Osób Starszych (1 października)
 2. Międzynarodowy Dzień bez Przemocy (2 października)
 3. Światowy Dzień Uśmiechu (5 października)
 4. Międzynarodowy Dzień Pisania Listów (9 października)
 5. Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego (10 października)

6. Dzień Papieża Jana Pawła II (16 października)
7. II Przegląd DISCO – Dobra Inteligentna Sztuka Człowieka Odważnego (26 października)
8. Praca z uczestnikami w poszczególnych pracowniach

Listopad

1. Dzień Postaci z Bajek (5 listopada)
2. Dzień Kotleta Schabowego (7 listopada)
3. Światowy Dzień Bicia Rekordów (12 listopada)
4. Światowy Dzień Rzucania Palenia Papierosów (15 listopada)
5. Dzień Tolerancji (16 listopada)
6. Dzień Pracownika Socjalnego (21 listopada)
7. Andrzejkowa zabawa (30 listopada)
8. Praca z uczestnikami w poszczególnych pracowniach

Grudzień

1. Światowy Dzień AIDS (1 grudzień)
2. Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych (3 grudzień)
3. Dzień Praw Człowieka (10 grudnia)
4. Dzień bez Przekleństw (17 grudnia)
5. Spotkanie Wigilijne (20 grudnia)
6. Dzień Odpoczynku po Świątach (27 grudnia)
7. Praca z uczestnikami w poszczególnych pracowniach

Każda w/w impreza okolicznościowa zorganizowana będzie przez Środowiskowy Dom Samopomocy w Wonorzu. Istnieje możliwość zaproszenia Gości na występy, poczęstunek i inne atrakcje zorganizowane przez pracowników i uczestników Domu. Dopuszcza się zmiany w/w terminów imprez ze względu na inne niezaplanowane działania.

Ponadto Środowiskowy Dom Samopomocy w Wonorzu zorganizuje:

1. Urodziny Uczestników – ostatni wtorek miesiąca lub inny wcześniej ustalony dzień.
2. Zebrania Społeczności – każdy wtorek miesiąca.
3. Wyjazdy kulturalno – oświatowe zgodnie z zapotrzebowaniem Uczestników i pracowników a także z możliwościami finansowymi Domu.
4. Wycieczki jednodniowe zgodnie z zapotrzebowaniem uczestników i pracowników a także z możliwościami finansowymi Domu.
5. Udział w szkoleniach, wykładach, pogadankach dla pracowników jak i uczestników.
6. Udział w konkursach, olimpiadach, prelekcjach, przeglądach zorganizowanych przez inne ośrodki działające na rzecz osób niepełnosprawnych.
7. Inne działania mające na celu poprawę sprawności psychofizycznej uczestników zajęć.

Sporządziła: KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy

Wonorzu
mgr Paulina Michałak
Wonorze, dnia 19.10.2017

**Wykaz kadry prowadzącej zajęcia w Środowiskowym Domu Samopomocy w Wronorzu
wraz z opisem posiadanych przez nią kwalifikacji oraz doświadczenia zawodowego**

Lp.	Stanowisko	Kwalifikacje oraz doświadczenie zawodowe
1.	Kierownik	<p><u>Wykształcenie:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy (2010), studia podyplomowe: organizacja pomocy społecznej;• Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu (2005), studia magisterskie, kierunek: oligofrenopedagogika;• Liceum Medyczne w Zespole Szkół Medycznych w Inowrocławiu (2000), specjalność: opiekunka dziecięca. <p><u>Doświadczenie zawodowe zgodnie z Rozporządzeniem MPiPS z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• staż pracy 8 lat 8 m – cy <p><u>Szkolenia:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• II Forum Kujawsko – Pomorskie Psychiatrii Środowiskowej (2017);• Nowelizacja Kodeksu Postępowania Administracyjnego (2017);• Praca z osobą z depresją, seksualność osób niepełnosprawnych intelektualnie (2017);• Konferencja: Zwróć twarz ku słońcu a cień zostanie w tyle (2017);• Szkolenie dla pełnomocników oraz członków i kandydatów do Komisji PiRPA (2013);• Jak efektywnie organizować pomoc (2010);• Szkolenie z zakresu pisania projektów unijnych POKL dla pracowników organizacji pozarządowych (2009 – 2010);• Konferencja szkoleniowa: Pomóżny sobie w rodzinie – europejskie inspiracje – nowoczesne metody pracy z rodzinami wykluczonymi społecznie ze szczególnym uwzględnieniem metody Konferencja Grupy Rodzinnej (2009);• Udział w projekcie: Akademia Pacjenta (2009);• Trening umiejętności społecznych dla osób niepełnosprawnych intelektualnie (2008);• Prowadzenie treningów umiejętności społecznych w zakresie specjalistycznych usług opiekuńczych (2008);• Udział w IV Kongresie EUFAMI (2007);• Warsztaty doskonalenia zawodowego nauczycieli w zakresie arteterapii (2005);• Realizacja programu profilaktycznego dla młodzieży pn. Uzależnieniom – NIE! (2003).
2.	Instruktor terapii zajęciowej	<p><u>Wykształcenie:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Medyczo – Społeczne Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Inowrocławiu, kierunek: terapia zajęciowa (w trakcie nauki)• Kujawsko – Pomorska Szkoła Wyższa w Bydgoszczy, studia magisterskie (2013), kierunek: wychowanie obronne z zarządzaniem kryzysowym;• Kujawsko – Pomorska Szkoła Wyższa w Bydgoszczy, studia licencjackie, (2011), kierunek: resocjalizacja z profilaktyką społeczną• Technikum Handlowe przy Zespole Szkół Ponadgimnazjalnych Nr 4 w Inowrocławiu (2006), zawód: technik handlowiec.

M. G.

		<p><u>Doświadczenie zawodowe zgodnie z Rozporządzeniem MPiPS z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • staż pracy 1 rok 9 m – cy <p><u>Szkolenia:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Trening umiejętności społecznych dla pracowników ŚDS typu ABC (2017); • Praca z osobą z depresją, seksualność osób niepełnosprawnych intelektualnie (2017); • Kurs przygotowawczy dla kandydatów na wychowawców w placówkach wycieczki dla dzieci i młodzieży szkolnej (2007).
3.	Instruktor terapii zajęciowej	<p><u>Wykształcenie</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Medyczo – Społeczne Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Inowrocławiu, kierunek: terapia zajęciowa (w trakcie nauki); • Policealna Szkoła „Cosinus” w Inowrocławiu, kierunek: opiekun medyczny (w trakcie nauki); • Liceum Ekonomiczne w Inowrocławiu (1992). <p><u>Doświadczenie zawodowe zgodnie z Rozporządzeniem MPiPS z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • staż pracy 6 m-cy <p><u>Szkolenie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych z uczestnikami ŚDS (2017)
4.	Instruktor terapii zajęciowej	<p><u>Wykształcenie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Medyczo – Społeczne Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Inowrocławiu, kierunek: terapia zajęciowa (w trakcie nauki); • Akademia Humanistyczno – Ekonomiczna w Łodzi (2011), studia licencjackie, kierunek: pedagogika resocjalizacyjna; • Policealne Studium Ekonomiczne przy Centrum Kształcenia Ustawicznego w Inowrocławiu (1999), specjalność: ekonomika i organizacja przedsiębiorstw; • I Liceum Ogólnokształcące im. J. Kasprówicza w Inowrocławiu (1990). <p><u>Doświadczenie zawodowe zgodnie z Rozporządzeniem MPiPS z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • staż pracy 7 m-cy <p><u>Szkolenie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Prowadzenie treningów umiejętności społecznych (2017)
5.	Instruktor terapii zajęciowej	<p><u>Wykształcenie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Medyczo – Społeczne Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Inowrocławiu, kierunek: terapia zajęciowa (w trakcie nauki); • Medyczo – Społeczne Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Inowrocławiu, kierunek: opiekunka dziecięca (w trakcie nauki); • Centrum Nauki i Biznesu „Żak” we Włocławku, kierunek: technik BHP (w trakcie nauki); • Medyczo – Społeczne Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Inowrocławiu, kierunek: opiekun medyczny (2017); • Liceum Ogólnokształcące dla Dorosłych w Zespole Szkół Nr 1 Centrum Kształcenia Praktycznego w Aleksandrowie Kujawskim (2016). <p><u>Doświadczenie zawodowe zgodnie z Rozporządzeniem MPiPS z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • staż pracy 10 m-cy

MWA

		<p><u>Szkolenie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • II Forum Kujawsko – Pomorskie Psychiatrii Środowiskowej (2017); • Trening umiejętności społecznych dla pracowników ŚDS typu ABC (2017); • Konsultacje społeczne dotyczące ustaw wdrażających program kompleksowego wsparcia dla rodzin „Za życiem” (2017); • Praca z osobą z depresją, seksualność osób niepełnosprawnych intelektualnie (2017); • Biuro Karier przy Kujawskiej Szkole Wyższej we Włocławku, kurs Wychowawca wypoczynek (2017); • INFO – BIZ Profesjonalna Edukacja Marila Wiśniewska w Grudziądzu, kurs barman – kelner (2016); • Medyczo – Społeczne Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Inowrocławiu: Depresja – problem psychologiczny czy choroba (2016).
6.	Instruktor terapii zajęciowej	<p><u>Wykształcenie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Policealna Szkoła Terapeutów Zajęciowych „SKK” Sp. z o. o., kierunek: terapia zajęciowa (w trakcie nauki); • Polska Szkoła Opiekunów Medycznych w Olsztynie (2009), kierunek: opiekun medyczny; • Uniwersytet Warmińsko – Mazurski w Olsztynie (2004), kierunek: wychowanie techniczne w zakresie podstaw techniki i zastosowania informatyki; • Ministerstwo Obrony Narodowej, Szkoła Podchorążych Rezerwy (1998), kierunek: rozpoznanie artyleryjskie • Technikum Zawodowe w Żurominie (1992), specjalność: technik mechanik obróbka skrawania. <p><u>Doświadczenie zawodowe zgodnie z Rozporządzeniem MPiPS z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • staż pracy 2 lata 8 m – cy <p><u>Szkolenie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Trening umiejętności społecznych dla pracowników ŚDS typu ABC (2017); • Szkolenie wstępne dla Opiekunów i Opiekunek osób starszych (2014); • Masaż klasyczny z elementami masażu rehabilitacyjnego (2007); • Przeszkolenie podstawowe dla strażników gminnych (miejskich) w Komendzie Wojewódzkiej Policji w Olsztynie (2000); • Kurs obsługa programów komputerowych (1998).

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Włocławku
mgr Paulina Michalak