

UCHWAŁA NR 63/430/20  
ZARZĄDU POWIATU W PODDĘBICACH  
z dnia 11 lutego 2020 r.

w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Pęczniewie na 2020 rok.

Na podstawie art. 32 ust.1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998r. o samorządzie powiatowym (t.j. Dz. U. z 2019 r. poz. 511; zm.: Dz. U. z 2019 r. poz. 1571 i poz. 1815) oraz § 4 ust. 2 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2010 r. Nr 238, poz. 1586; zm.: Dz. U. z 2014 r. poz. 1752, z 2018 r. poz. 2411 oraz z 2019 r. poz. 967), Zarząd Powiatu w Poddębicach uchwala, co następuje:

§ 1. 1. Zatwierdza się Plan Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Pęczniewie na 2020 rok, opracowany przez jego Dyrektora w uzgodnieniu z Wojewodą Łódzkim.

2. Plan pracy, o którym mowa w ust. 1, stanowi załącznik do niniejszej uchwały.

§ 2. Wykonanie uchwały powierza się Dyrektorowi Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Pęczniewie.

§ 3. Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Małgorzata Komajda – Przewodniczący Zarządu


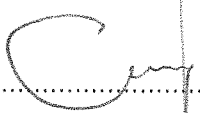
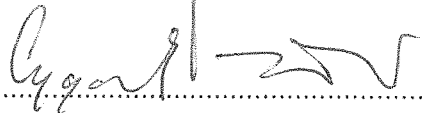


Członkowie Zarządu:

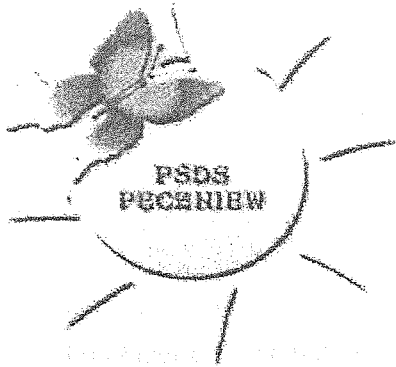
Piotr Majer

Zdzisław Cyganiak

Piotr Kozłowski

Beata Przybylska

  
.....  
  
.....  
  
.....  
  
.....  
  
.....



**PLAN PRACY  
POWIATOWEGO ŚRODOWISKOWEGO  
DOMU SAMOPOMOCY  
W PĘCZNIEWIE**

**NA 2020 ROK**

**DYREKTOR**  
Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy  
w Pęczniewie  
*Renata Wodziek*

## SPIS TREŚCI

1. Cel ogólny.....	3
2. Cele szczegółowe .....	5
3. Planowane formy pracy z uczestnikami w ramach postępowania wspierająco-aktywizującego, metody, cele, efekty, adresaci, wymiar czasu, prowadzący, miejsce realizacji.....	8
4. Kwalifikacje kadry prowadzącej .....	32
5. Planowane szkolenia osób wchodzących w skład zespołu aktywizująco-wspierającego.....	33
6. Działania o charakterze sporadycznym lub okazjonalnym .....	33
7. Informacje dotyczące współpracy z rodzinami uczestników, partnerami społecznymi.....	36
8. Planowane działania dotyczące spełnienia przez Dom obowiązujących standardów .....	38

## I. CEL OGÓLNY

Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w Pęczniewie jest placówką dziennego wsparcia dla 42 osób:

- Przewlekłe psychicznie chorych - typ A
- Z niepełnosprawnością intelektualną - typ B
- Wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych - typ C

Dom jest czynny pięć dni w tygodniu tj. od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.00 do 16.00, w tym co najmniej przez 6 godzin dziennie prowadzone są zajęcia z uczestnikami, a pozostały czas przeznaczony jest na czynności porządkowe, przygotowanie do zajęć, uzupełnianie prowadzonej dokumentacji, a także zapewnienie uczestnikom opieki w trakcie dowożenia na zajęcia i odwożenia po zajęciach. Dom zapewnia dodatkowo usługi transportowe dla uczestników PŚDS, w szczególności uczestnikom z zaburzeniami zachowania i/lub niepełnosprawnością fizyczną. Ewentualne przerwy w funkcjonowaniu Domu ustala się po uprzednim zasięgnięciu opinii uczestników lub ich opiekunów, jednak na okres nie dłuższy niż 15 dni roboczych w roku kalendarzowym.

Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w stosunku do swych uczestników świadczy usługi wynikające z rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej w sprawie środowiskowych domów samopomocy.

Działalność Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Pęczniewie na rok 2020 skupiać się będzie na zmniejszaniu barier jakie stanowią ograniczenia intelektualne, psychiczne, rozwojowe czy fizyczne z którymi borykają się uczestnicy czyli osoby przewlekłe psychicznie chore, z niepełnosprawnością intelektualną, wykazujące inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych. Osoby te mają zmniejszone szanse na samodzielne życie, samodzielne funkcjonowanie i na realizację charakterystycznych ze względu na dany okres rozwoju zadań.

W związku z powyższym za główny cel działalności PŚDS na rok 2020, stawia się stworzenie uczestnikom możliwości do samodzielności na miarę możliwości każdego uczestnika, samorealizacji poprzez proces odzyskiwania, kształtowania, doskonalenia umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia, samodzielnego funkcjonowania, do realizacji zadań i pełnienia ról społecznych.

Cel ten realizowany będzie poprzez działania wspierająco-aktywizujące wobec uczestników w formie zajęć zorganizowanych tj. treningów i zajęć w pracowniach, indywidualnych, grupowych oraz zespołowych:

1. **Trening funkcjonowania w codziennym życiu**, obejmujący trening dbałości o wygląd zewnętrzny wraz z treningiem odzieżowym, trening nauki higieny, trening kulinarny, trening umiejętności praktycznych, w tym posługiwania się sprzętem RTV i AGD, trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi. Celem treningu jest kształtowanie samodzielności rozumianej jako zdolności do samoobsługi i wykonywania podstawowych czynności dnia codziennego.
2. **Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów** będzie obejmował obszar emocjonalny, społeczny i poznawczy w tym: kształtowanie umiejętności rozpoznawania i nazywania uczuć, wyrażania uczuć, kierowania uczuciami, panowania nad impulsami, redukcja stresu, kształtowanie umiejętności z zakresu nawiązywania i utrzymywania poprawnych kontaktów społecznych, doskonalenie umiejętności i zachowań komunikacyjnych z uwzględnieniem umiejętności otrzymywania i udzielania informacji zwrotnych, rozwiązywanie problemów i konfliktów międzyludzkich (sposobów i rozumienia innych ludzi i samego siebie w trakcie kontaktów z innymi).
3. **Trening umiejętności komunikacyjnych** będzie prowadzony przy wykorzystaniu alternatywnych i wspomagających metod porozumiewania się, dotyczy to osób z zaburzeniami mowy, komunikacji werbalnej oraz osób, których zasadnicze kanały komunikacji są niedostępne lub ich wykorzystanie jest obciążone zbyt dużym wysiłkiem czy przekłamaniami (słaby słuch, wzrok, drżenie palców, kończyn górnych lub brak precyzyjnych ruchów przy korzystaniu z różnego rodzaju klawiatur). Ważne jest to by każdy uczestnik miał szansę zakomunikować coś, dokonać wyboru, oddziaływać na otoczenie, zaspokoić swoje potrzeby, potrzeby realizacji czynności życia codziennego.
4. **Trening umiejętności spędzania wolnego czasu** poświęcony będzie rozwijaniu zainteresowań literaturą, audycjami radiowymi i telewizyjnymi, internetem, sztuką i muzyką. Uczestnicy w ramach w/w treningu będą również usprawniać funkcje manualne, poprawiać koordynację wzrokowo-ruchową poprzez zastosowanie różnych form plastycznych. Na pracowni komputerowej nabędą, bądź rozwiną umiejętności z zakresu obsługi komputera, stosowania technik multimedialnych. Ponadto wszyscy uczestnicy będą brać udział w spotkaniach towarzyskich, kulturalnych i integracyjnych, zarówno organizowanych na terenie PŚDS, jak i poza placówką, zgodnie z harmonogramem imprez stanowiącym załącznik do niniejszego planu pracy.
5. **Poradnictwo psychologiczne** obejmuje udzielenie szeroko rozumianej pomocy z zakresu psychologii poprzez spotkania o charakterze indywidualnym i grupowym,

podczas których prowadzone są rozmowy na temat problemów i trudności życia codziennego. Podczas spotkań psycholog pomaga w znalezieniu rozwiązania trudności życiowych, a także pomaga w osiągnięciu dobrostanu psychicznego. Pomoc psychologiczna jest stosowana w sytuacjach kryzysowych, które przekraczają w swoich wymaganiach aktualne, adaptacyjne zdolności uczestnika. Rozmowa z psychologiem ma na celu ukazać uczestnikowi jego wyjątkowe zalety i zasoby oraz bogactwo własnych umiejętności i kompetencji, aby wykorzystać je jak najlepiej w sytuacji kryzysowej. Wsparcie rodzin, opiekunów prawnych.

6. **Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych** obejmuje koordynowanie działań, porady w sytuacji potrzeby, pomoc w pisaniu wniosków i dotarciu do instytucji. Korzystanie z usług poczty, banku, biblioteki, urzędów, wypracowanie umiejętności i nawyku monitorowania terminowości obowiązywania rent i świadczeń socjalnych, terminowości obowiązkowych opłat np.: za korzystanie z telefonu, energii elektrycznej itd.
7. **Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych**, w tym uzgadnianie i pilnowanie wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia.
8. **Niezbędną opiekę**, w szczególności dla uczestników, o których mowa w art. 51c ust. 5 ustawy o pomocy społecznej.
9. **Terapię ruchową**, w tym zajęcia sportowe, turystykę, rekreację, Nordic Walking oraz rehabilitację w miarę potrzeb uczestników oraz możliwości finansowych Domu.
10. **Inne formy postępowania** przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej.

## **II. CELE SZCZEGÓŁOWE**

Poniższe cele szczegółowe są realizowane w oparciu o zidentyfikowanie i uznanie zasobów wewnętrznych każdego z uczestników Domu:

- 1) Pomoc w nabywaniu i poszerzaniu umiejętności samodzielnego funkcjonowania oraz zaspokajania podstawowych potrzeb życiowych uczestników.
- 2) Pomoc w pokonywaniu barier jakie stanowią ograniczenia intelektualne, psychiczne, rozwojowe, fizyczne, które stoją na drodze do samorealizacji, samodzielności.
- 3) Pomoc w nabywaniu nowych kompetencji społecznych oraz umiejętności zawodowych.

- 4) Kształtowanie oraz wspieranie postawy wzajemnej pomocy w obrębie społeczności Domu.
- 5) Umożliwienie realizacji ekspresji twórczej i rozwoju zainteresowań uczestników PŚDS.
- 6) Inicjowanie zachowań zmierzających do integracji ze społecznością lokalną, w tym udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych.

**Cele szczegółowe w pracy z osobami chorymi psychicznie (typ A):**

- 1) budowanie poczucia bezpieczeństwa, przynależności i akceptacji,
- 2) promocja i ochrona zdrowia psychicznego,
- 3) poszerzanie wiedzy na temat danej choroby psychicznej,
- 4) kształtowanie świadomości tego jak ważne jest leczenie i przyjmowanie leków,
- 5) minimalizowanie obaw związanych z leczeniem i przyjmowaniem leków,
- 6) rozwijanie umiejętności radzenia sobie z objawami choroby psychicznej, zaburzenia psychicznego,
- 7) rozwijanie i utrwalanie umiejętności dotyczących utrzymania dobrych relacji z bliskimi osobami (rodzina, partner, partnerka, sąsiedzi, przyjaciele, znajomi),
- 8) zwiększenie umiejętności obniżania napięcia emocjonalnego poprzez zajęcia relaksacyjne i wyciszające,
- 9) doskonalenie umiejętności społecznych i interpersonalnych (rozpoznawanie emocji, kontekstu społecznego, radzenia sobie w interakcjach z innymi ludźmi),
- 10) podtrzymywanie umiejętności związanych z utrzymywaniem higieny osobistej i schludnego wyglądu,
- 11) rozwijanie, podtrzymywanie umiejętności przydatnych w prowadzeniu gospodarstwa domowego,
- 12) zmniejszenie izolacji społecznej poprzez uczestnictwo w zajęciach rekreacyjnych, kulturalno – rozrywkowych,
- 13) zapoznanie uczestników z nowymi możliwościami wykorzystania czasu wolnego w tym obcowanie z literaturą, przyrodą, zajęcia plastyczne, artystyczne, komputerowe,
- 14) mobilizowanie i zachęcanie do aktywności fizycznej w tym spaceru.

### Cele szczegółowe w pracy z osobami z niepełnosprawnością intelektualną (typ B):

- 1) rozwijanie i doskonalenie kompetencji w zakresie umiejętności społecznych i interpersonalnych dotyczących porozumiewania się, podejmowania decyzji, radzenia sobie ze stresem, asertywności, rozwiązywania konfliktów, przewidywania skutków,
- 2) rozwijanie i doskonalenie umiejętności emocjonalnych w tym rozpoznawanie i nazywanie uczuć, panowanie nad impulsami, kierowanie uczuciami,
- 3) rozwijanie doskonalenie i podtrzymywanie umiejętności poznawczych w tym: pamięć, spostrzeganie, koncentracja uwagi, funkcje wzrokowo-przestrzenne, uczenie się werbalne, uczenie się wzrokowe, wnioskowanie i rozwiązywanie problemów, prędkość przetwarzania,
- 4) zwiększenie poczucia własnej wartości i pewności siebie w kontaktach z ludźmi,
- 5) doskonalenie umiejętności komunikacyjnych w razie potrzeby z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, dotyczy to osób: z zaburzeniami ekspresji językowej, osób wymagających języka alternatywnego (osoby, które mają poważne problemy z rozumieniem mowy), osób wymagających wsparcia językowego (osoby, które posługują się mową werbalną ale wyrazistość ich wypowiedzi jest mocno ograniczona),
- 6) rozwijanie i utrwalanie (poprzez zautomatyzowanie odpowiednich nawyków) umiejętności związanych z utrzymaniem higieny osobistej, w tym dbanie o wygląd zewnętrzny, utrzymanie czystości całego ciała i noszonej odzieży oraz odpowiednie dopasowanie odzieży,
- 7) rozwijanie oraz doskonalenie umiejętności estetycznego i kulturalnego spożywania posiłków,
- 8) kształtowanie umiejętności związanych z samodzielnym przygotowaniem posiłku,
- 9) zapoznanie uczestników z nowymi możliwościami wykorzystania czasu wolnego, w tym obcowanie z przyrodą, zajęcia plastyczne, artystyczne, wyszywanie, komputerowe,
- 10) usprawnianie ruchowe w tym motoryka mała i motoryka duża,
- 11) dbanie o kondycje fizyczną.

### Cele szczegółowe w pracy z osobami wykazującymi inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych (typ C):

- 1) przeciwdziałanie pogłębianiu się zaburzeniom,
- 2) poprawa wzajemnych relacji interpersonalnych,



- 3) kształtowanie i doskonalenie umiejętności współpracy i pozytywnego komunikowania się w grupie,
- 4) poszerzanie wiedzy na temat choroby,
- 5) podtrzymywanie mobilizacji, determinacji uczestnika poprzez wsparcie i towarzyszenie mu w procesie zdrowienia,
- 6) wsparcie w momentach rezygnacji, poczucia bezradności i braku zrozumienia,
- 7) pomoc w dostępie do świadczeń zdrowotnych i rehabilitacyjnych,
- 8) kształtowanie poczucia odpowiedzialności za siebie, swoje postępowanie i swoje otoczenie,
- 9) zmniejszenie izolacji społecznej poprzez uczestnictwo w zajęciach rekreacyjnych, kulturalno – rozrywkowych,
- 10) zapoznawanie uczestników z nowymi możliwościami wykorzystania czasu wolnego w tym obcowanie z literaturą, przyrodą, zajęcia plastyczne, artystyczne, komputerowe,
- 11) doskonalenie umiejętności komunikacyjnych w razie potrzeby z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, dotyczy to osób: z zaburzeniami ekspresji językowej, osób wymagających wsparcia językowego (osoby, które posługują się mową werbalną ale wyrazistość ich wypowiedzi jest mocno ograniczona) oraz osób wymagających języka alternatywnego (osoby, które mają poważne problemy z rozumieniem mowy),
- 12) doskonalenie i podtrzymywanie umiejętności poznawczych w tym: pamięć, koncentracja uwagi, funkcje wzrokowo przestrzenne, uczenie się werbalne, uczenie się wzrokowe, wnioskowanie i rozwiązywanie problemów, prędkość przetwarzania,
- 13) rozładowywanie napięć psychicznych,
- 14) usprawnianie ruchowe, w tym motoryka mała i motoryka duża.

### **III. PLANOWANE FORMY PRACY Z UCZESTNIKAMI W RAMACH POSTĘPOWANIA WSPIERAJĄCO – AKTYWIZUJĄCEGO, METODY, CELE, EFEKTY, ADRESACI, WYMIAR CZASU, PROWADZĄCY, MIEJSCE REALIZACJI.**

Działania wspierająco - aktywizujące wobec uczestników realizowane są w formie zorganizowanych zajęć: treningów i zajęć w pracowniach, grupowych i indywidualnych.

Formy i metody pracy są w znacznym stopniu zindywidualizowane, zależnie od potrzeb uczestników. Indywidualizacja działań dotyczy również oceny funkcjonowania uczestników, dokonywanej co najmniej raz na 6 miesięcy przez zespół wspierająco - aktywizujący.

**Wykaz pomieszczeń przeznaczonych do realizacji przyjętych założeń programowych:**

- Sala ogólna umożliwiająca spotkanie się uczestników zajęć i ich rodzin, pełniąca również funkcję sali aktywizacji i terapii zajęciowej lub pomieszczenia do terapii ruchowej;
- Pomieszczenia wielofunkcyjne (po jednym na parterze i na pierwszym piętrze) do prowadzenia działalności wspierającej, aktywizującej i rehabilitacyjnej;
- Pokój do indywidualnego poradnictwa psychologicznego, socjalnego, terapii grupowej, pełniący ponadto funkcję pokoju wyciszenia oraz sali umuzykalniającej;
- Pomieszczenie kuchenne z niezbędnymi urządzeniami i sprzętem gospodarstwa domowego oraz wydzielonym pomieszczeniem na zmywalnię, pełniące funkcję pracowni kulinarnej;
- Jadalnia;
- Pracownia plastyczna;
- Pracownia komputerowa;
- Pracownia krawiecko – hafciarska;
- Pomieszczenie do terapii ruchowej;
- Łazienka na parterze wyposażona w natrysk oraz toalety osobno dla kobiet i mężczyzn, w tym jedna dla osób poruszających się na wózkach;
- Łazienka na pierwszym piętrze wyposażona w natrysk, dostosowana dla osób poruszających się na wózkach;
- Toaleta na pierwszym piętrze dla kobiet
- Toaleta na pierwszym piętrze dla mężczyzn;

Wszystkie pomieszczenia wyposażone są w meble i sprzęty odpowiednie do realizacji zadań wspierająco – aktywizujących:

- ♦ Sprzęt do treningu samoobsługi i zaradności życiowej, w tym: pralkę automatyczną, zmywarkę, żelazko, deskę do prasowania, maszynę do szycia, suszarkę do włosów oraz inne urządzenia w zależności od rodzaju prowadzonej terapii;

- ◆ Sprzęt sportowo – rekreacyjny, w tym kijki do Nordic Walking, bieżnia, rower stacjonarny, orbitrek, rotor ręczny i nożny, masażery, stół do pingponga i in.;
- ◆ Akcesoria muzyczne, w tym instrumenty muzyczne, sprzęt do odtwarzania muzyki;
- ◆ Sprzęt komputerowy, drukarka, skaner, TV- audio- video, laminator, bindownica;
- ◆ Sprzęt Sali Doświadczania Świata.

Zaplanowane zajęcia realizować będą tematykę ujętą w planach miesięcznych lub tygodniowych natomiast adresaci zajęć ujęci będą według aktualnie obowiązujących Indywidualnych Planów Postępowania Wspierająco – Aktywizującego.

#### A. TRENING FUNKCJONOWANIA W CODZIENNYM ŻYCIU

##### FORMA:

Zajęcia odbywać się będą w formie pracy indywidualnej z uczestnikiem, pracy w grupie oraz zbiorowo. Zakres działań obejmować będzie:

1. trening higieniczny i dbałości o wygląd zewnętrzny
2. trening kulinarny,
3. trening porządkowy
4. trening umiejętności praktycznych
5. trening budżetowy

##### METODY PRACY:

- instruktaż słowny terapeuty, demonstrowanie czynności,
- pokaz/wykonywanie pod okiem terapeuty, z wykorzystaniem produktów i materiałów przeznaczonych dla danego treningu,
- rozmowa,
- pogadanki indywidualne i grupowe,
- trening praktyczny.

##### CEL GŁÓWNY:

Utrwalanie rozwiniętych umiejętności przydatnych w życiu codziennym i poszerzanie ich.

##### 1. CEL (trening higieniczny i dbałości o wygląd zewnętrzny)

Utrwalanie nawyków prawidłowego dbania o higienę osobistą, wygląd zewnętrzny.

### **1.1. CELE SZCZEGÓŁOWE/EFEKTY:**

- a) Stosuje codzienną higienę osobistą, myje całe ciało, ze szczególnym uwzględnieniem utrzymania higieny miejsc intymnych.
- b) Myje ręce, twarz i zęby.
- c) Potrafi samodzielnie umyć głowę i włosy.

#### **ADRESACI:**

cel szczegółowy 1.1.a): 1A, 3B, 3C

cel szczegółowy 1.1.b): 7B, 1C

cel szczegółowy 1.1.c): 3A, 3B, 2C

### **2. CEL (trening kulinarny)**

Nauka samodzielnego i estetycznego przygotowania i spożywania posiłków.

#### **2.1. CELE SZCZEGÓŁOWE/EFEKTY:**

- a) Uczestnik podczas spożywania posiłku – stara się na miarę własnych możliwości nie siorpać, nie bekać, nie mlaskać podczas jedzenia, stara się pamiętać o zamykaniu ust w momencie jedzenia.
- b) Uczestnik potrafi samodzielnie ugotować zupę (pomidorowa).

#### **ADRESACI:**

cel szczegółowy 2.1.a): 9B, 2C

cel szczegółowy 2.1.b): 3A, 3B, 2C

### **3. CEL (trening porządkowy)**

Wypracowanie poczucia obowiązku, dokładności, zaangażowania i samodyscypliny w zakresie czynności porządkowych. Zwiększenie zaradności, samodzielności.

#### **3.1. CELE SZCZEGÓŁOWE/EFEKTY:**

- a) Udoskonalił umiejętności porządkowe takie jak: wycieranie stolików, blatów kuchennych, zamiatanie, mycie podłóg mopem.

#### **ADRESACI:**

cel szczegółowy 3.1.a): 7-A, 6-B, 5-C

### **4. CEL (trening umiejętności praktycznych)**

Umiejętność prasowania, nauka obsługi żelazka, przestrzeganie zasad bezpieczeństwa by zapobiec poparzeniu.

#### **4.1. CELE SZCZEGÓŁOWE/EFEKTY:**

- a) Uczestnik samodzielnie prasuje swoją odzież - potrafi wyprasować, spodnie
- b) Potrafi ustawić odpowiednią temperaturę do danej tkaniny
- c) Potrafi poskładać odzież po wyprasowaniu,
- d) Przestrzega zasad bezpieczeństwa – wyłącza żelazko i odstawia w bezpieczne miejsce

#### **ADRESACI:**

cel szczegółowy 4.1.a): 2-A, 12-B, 4-C

cel szczegółowy 4.1.b): 2-A, 5-B, 4C

cel szczegółowy 4.1.c): 4-A, 8-B, 7-C

#### **5. CEL (trening budżetowy)**

Kształtowanie umiejętności rozsądnego gospodarowania własnymi środkami, znajomość pieniędzy

#### **5.1. CELE SZCZEGÓŁOWE/EFEKTY:**

- a) Samodzielne sporządza listę zakupów uwzględniając posiadane fundusze i potrzebę posiadania danej rzeczy,
- b) Potrafi kontrolować wydatki – wie ile wydał (zabiera paragony) i ile mu jeszcze zostało pieniędzy,
- c) Uczestnik podejmuje próby oszczędzania – ocenia na ile dana rzecz jest mu potrzebna, konsultuje to z terapeutą.

#### **ADRESACI:**

cel szczegółowy 5.1.a): 5A, 3B, 3C

cel szczegółowy 5.1.b): 7A, 16B, 5C

cel szczegółowy 5.1.c): 4A, 3B, 3C

**WYMIAR CZASU:** codziennie, grupowo i indywidualnie

**PROWADZĄCY:** starszy instruktor terapii zajęciowej, współudział członków zespołu wspierająco – aktywizującego.

**MIEJSCE REALIZACJI:** powyższe treningi i zajęcia będą realizowane stępujących pracowniach i pomieszczeniach: pracownia kulinarna, pracownia krawiecka, łazienka, sklep spożywczy, teren całego Domu, bank.

## **B. TRENING UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNYCH** **I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW:**

### **FORMA:**

Praca z uczestnikami odbywać się będzie w formie zajęć grupowych zgodnie z planem dnia oraz indywidualnie, zgodnie z możliwościami, a także potrzebami wynikającymi z IPPW-A uczestników. Powyższy trening obejmuje następujące zajęcia i treningi:

- ◆ Zajęcia z zakresu umiejętności społecznych dotyczący nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych poprzez niewerbalne komunikowanie przez kontakt wzrokowy, wyraz twarzy, ton głosu, gesty, werbalne, jasne stawianie pytań, nadawanie i odbieranie informacji, skuteczne reagowanie na uwagi krytyczne, opieranie się negatywnym wpływom, uważne wysłuchiwanie innych osób, pomaganie innym, co stwarza możliwość tworzenia pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, z sąsiadami, innymi osobami z otoczenia (podczas zakupów, w urzędach, w środkach komunikacji publicznej, w instytucjach kultury);
- ◆ Trening umiejętności emocjonalnych w tym rozpoznawanie i nazywanie uczuć, wyrażanie uczuć, ocenianie intensywności uczuć, kierowanie uczuciami, odkładanie zaspokojenia pragnień na później, panowanie nad impulsami, redukcja stresu, rozpoznawanie różnicy pomiędzy uczuciami a działaniami;
- ◆ Trening z zakresu umiejętności poznawczych w tym rozwijanie samoświadomości dzięki której tworzy się realistyczne oczekiwania co do własnej osoby, rozwijanie umiejętności rozumienia norm zachowania (tego co jest, a co nie jest dopuszczalnym zachowaniem), kształtowanie umiejętności rozumienia punktu widzenia innych, rozwijanie umiejętności korzystania z poszczególnych kroków procesu skutecznego rozwiązywania problemów i podejmowania decyzji, takich jak: panowanie nad impulsami, ustanowienie sobie celów, dostrzeganie alternatywnych posunięć, przewidywanie skutków.

### **METODY PRACY:**

Pogadanka, rozmowa indywidualna, wypowiedzi na forum, scenki sytuacyjne, nauka poprzez doświadczanie prawdziwych sytuacji społecznych, psychorysunek, psychodrama (eksperymentowanie z nowymi zachowaniami, inicjowanie scenek), metoda projekcyjna, obserwacja, pokaz, dawanie przykładu, burza mózgów, zabawa, muzykoterapia, wizualizacja, relaksacja.

## **CEL GŁÓWNY:**

Głównym założeniem treningu umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów jest doskonalenie umiejętności interpersonalnych uczestników, wzrost kompetencji i umiejętności psychospołecznych w aspekcie behawioralnym, umiejętne współdziałanie w grupie. Rozwój sfery emocjonalnej poprzez zwiększenie możliwości poprawnego i twórczego porozumiewania się w różnych sytuacjach, współdziałanie w grupie podczas zajęć (w zabawie i pracy), zdobycie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych. Celem treningu jest rozwój osobisty uczestnika, który może nastąpić poprzez budowanie pozytywnego obrazu samego siebie oraz kształtowanie poczucia własnej wartości. Ponadto rozwój sfery emocjonalnej który następuje poprzez zdobywanie umiejętności dostrzegania i wyrażania emocji, zdobywanie umiejętności zrównoważonego reagowania w sytuacjach trudnych, poznawanie sposobów odreagowywania napięć emocjonalnych. Ćwiczenia mają za zadanie rozwijać i doskonalić sprawność korzystania z umiejętności psychospołecznych w sytuacjach rzeczywistych oraz zmienić zaburzone i niewłaściwe zachowania. Trening ma na celu pomóc osobie z niepełnosprawnością w osiągnięciu możliwie najwyższego poziomu funkcjonowania na płaszczyźnie psychologicznej w społeczeństwie, z uwzględnieniem ograniczeń wynikających z niepełnosprawności fizycznej, psychicznej i/lub intelektualnej czy wieku. Trening umiejętności interpersonalnych wyposaża uczestników w wiedzę na temat autoprezentacji, skutecznej komunikacji, budowania poprawnych relacji interpersonalnych, nawiązywania wzajemnej współpracy, zarządzania własnymi emocjami, sposobów rozwiązywania konfliktów, radzenia sobie ze stresem i trudnościami. Pozwala na lepsze poznanie siebie i innych.

## **CELE SZCZEGÓŁOWE, EFEKTY:**

- 1) uczestnik potrafi stawiać proste pytania w sposób zrozumiały dla rozmówcy,
- 2) uczestnik adekwatnie, skutecznie reaguje na uwagi krytyczne (nie zaprzecza im, nie wypiera, stosuje metody zaradcze np.: stara się zmienić zły nawyk przeklinania, reaguje w sposób asertywny, kiedy ktoś zachowa się niestosownie w stosunku do niego, broni własnego zdania),
- 3) uczestnik uzyskał wyższy poziom komunikacji poprzez umiejętne wykorzystywanie komunikacji niewerbalnej tzn.: utrzymuje kontakt wzrokowy, dopasowuje ton głosu, używa odpowiednich gestów, jeśli używa werbalizacji mówi w sposób spokojny, wolny, powtarza słowa, oczekuje na informację zwrotną,

- 4) uczestnik zdobył umiejętność aktywnego słuchania, potrafi wysłuchać komunikat do końca, przytakuje i zadaje stosowne do komunikatu pytania, udziela informacji zwrotnej,
- 5) uczestnik poprawił jakość relacji interpersonalnych potrafi pomagać innym i służy swoim doświadczeniem,
- 6) uczestnik przestrzega zasad kultury osobistej (nie bluźni przy innych i w miejscach publicznych oraz nie porusza publicznie tematów intymnych)
- 7) uczestnik nabył umiejętność rozpoznawania i nazywania podstawowych emocji, radzenia sobie z nimi i rozmawiania o nich, mówi kiedy jest zdenerwowany, smutny, zawiedziony, prosi o chwilę spokoju, zrozumienie, prosi o pomoc.
- 8) uczestnik potrafi wyrażać uczucia, emocje w sposób społecznie akceptowany (nie krzyczy, nie przeklina, nie obraża innych, nie ucieka, nie doprowadza się do stanu paniki, nie przejawia „lepkości” uczuciowej tzn. nie przytula się na siłę, nie uzależnia się od ciągłej obecności tej upatrzonej osoby, nie chodzi za nią i nie szuka ciągłego kontaktu zaburzającego jej funkcjonowanie),
- 9) uczestnik stosuje stosowne normy zachowania, wie co jest a co nie jest dopuszczalnym zachowaniem - nie zaczepia obcych i nie wypytuje w natrętny sposób o osobiste rzeczy, nie wyjawia osobistych, intymnych przeżyć wszystkim dookoła
- 10) uczestnik stosuje poszczególne kroki procesu skutecznego rozwiązywania problemów i podejmowania decyzji w tym: panuje nad impulsami, ustanawia sobie cele, dostrzega alternatywne posunięcia, przewiduje skutki, dopuszcza do swojej świadomości to, że druga osoba może mieć inny punkt widzenia danej sytuacji w inny niż oczekiwany sposób może ją interpretować.
- 11) podejmuje relacje interpersonalne, nie przejawia paralizującego go napięcia i lęku przed kontaktem z innymi osobami.

**ADRESACI:** trening głównie przeznaczony jest dla 27 uczestników (8A, 12B, 7C), pozostałe osoby towarzyszą w sposób doraźny.

Cel szczegółowy 1): 8 osób (2A, 5B, 1C)

Cel szczegółowy 2): 6 osób (1A, 4B, 1C)

Cel szczegółowy 3): 2 osoby (1A, 1B)

Cel szczegółowy 4): 7 osób (1A, 3B, 3C)

Cel szczegółowy 5): 2 osoby (1A, 1C)



Cel szczegółowy 6): 3 osoby (1A, 2 C)

Cel szczegółowy 7): 7 osób (1A, 4B, 2C)

Cel szczegółowy 8): 3 osoby (3B)

Cel szczegółowy 9): 3 osoby (1A, 2C)

Cel szczegółowy 10): 6 osób (2A, 1B, 3C)

Cel szczegółowy 11): 6 osób (4A, 2B)

**WYMIAR CZASU:** zajęcia zgodnie z przyjętym planem tygodniowym, indywidualne i z podziałem na grupy.

**PROWADZĄCY:** psycholog, współudział zespołu wspierająco – aktywizującego.

**MIEJSCE REALIZACJI:** powyższy trening realizowany będzie w następujących pomieszczeniach: sala ogólna, pomieszczenie wielofunkcyjne oraz urzędy i instytucje kultury: urząd gminy, GOPS, PCPR, bank, poczta, Zakład Ubezpieczeń Społecznych, Dom Kultury i Sportu, kino.

### C. TRENING UMIEJĘTNOŚCI KOMUNIKACYJNYCH

#### **FORMA:**

Praca z uczestnikami odbywać się będzie głównie w formie pracy indywidualnej oraz w grupie z uwzględnieniem możliwości i potrzeb uczestników, zawartych w IPPW – A uczestników:

- możliwości intelektualnych uczestnika: pamięci, percepcji, myślenia, uwagi, funkcji symbolicznych;
- możliwości adaptacyjnych oraz komunikacyjnych uczestnika;
- możliwości fizycznych: sprawności ruchowej, manualnej, napięcia mięśniowego.

Trening podzielony będzie na następujące etapy:

- wzbudzanie motywacji do komunikowania się,
- poszukiwanie optymalnego dla uczestnika sposobu komunikowania się,
- wprowadzanie symboli słów i pojęć, które są uczestnikowi bliskie, dobrze znane, najczęściej używane w codziennej komunikacji,
- poszerzanie słownika, kiedy mamy pewność, że wcześniejsze wyrazy są opanowane.

## **METODY PRACY:**

Komunikacja alternatywna i wspomagająca (system znakowo – obrazkowy: piktogramy, fotogramy, gesty, przedmioty rzeczywiste, tablice komunikacyjne np. dotyczące planu aktywności), pokaz, zabawy tematyczne, praca z literaturą, prostymi ilustracjami.

## **CEL GŁÓWNY:**

Usprawnianie zaburzonej werbalizacji, kształtowanie i rozwijanie alternatywnych i wspomagających metod porozumiewania się, usprawnianie zaburzonej werbalizacji, stworzenie możliwości poznania i używania alternatywnego środka komunikacji bez potrzeby stosowania mowy werbalnej, po to by móc pokonywać barierę milczenia i niezrozumienia. Umożliwienie uczestnikom komunikowania się z otoczeniem a tym samym stworzenie szansy na kontakt z drugim człowiekiem, możliwości sygnalizowania swoich potrzeb, zwiększenie samodzielności i poczucia bezpieczeństwa.

## **CELE SZCZEGÓŁOWE, EFEKTY:**

- 1) uczestnik lepiej rozumie świat i to co do niego mówimy, dzięki temu czuje się bezpieczniej - nie przejawia napadów agresji;
- 2) uczestnik dokonuje wyborów - potrafi wskazać co chce robić np. oglądać książkę, czy iść na spacer;
- 3) uczestnik wyraża swoje potrzeby, prośby, zgłasza niepokojące go stany – komunikuje, że chce pić, że jest mu za gorąco, że boli go głowa;
- 4) uczestnik rozwinął się poznawczo – zna nowe rzeczy, ich przeznaczenie, zdobył nowe informacje;
- 5) uczestnik komunikuje swoje myśli, uczucia i poglądy, bierze aktywny udział w życiu publicznym – włącza się do rozmowy z innymi uczestnikami;
- 6) uczestnik stał się bardziej samodzielny i w mniejszym stopniu jest zależny od innych;
- 7) uczestnik wyraźniej wymawia słowa, poszerzył zakres słowny;

**ADRESACI:** trening głównie przeznaczony jest dla 10 uczestników (8B, 2C), pozostałe osoby towarzyszą w sposób doraźny.

Cel szczegółowy 1): 3 osoby (2B, 1C)

Cel szczegółowy 2): 3 osoby (2B, 1C)

Cel szczegółowy 3): 3 osoby (2B, 1C)

Cel szczegółowy 4): 1 osoba (1B)

Cel szczegółowy 5): 2 osoby (1B,1C)

Cel szczegółowy 6): 1 osoba (1B)

Cel szczegółowy 7): 5 osób (5B)

**WYMIAR CZASU:** zajęcia zgodnie z przyjętym planem tygodniowym.

**PROWADZĄCY:** psycholog, współudział członków zespołu wspierająco- aktywizującego.

**MIEJSCE REALIZACJI:** pomieszczenie wielofunkcyjne.

#### **D. OPIEKA PSYCHOLOGICZNA:**

##### **FORMA:**

Opieka psychologiczna prowadzona będzie w formie indywidualnej, warsztatów, pracy w grupie. Powyższe oddziaływania realizowane będą w oparciu o potrzeby i możliwości uczestników oraz w zależności od zaistniałych sytuacji.

Opieka psychologiczna obejmuje:

1. Opinię psychologiczną dotyczącą funkcjonowania intelektualnego, emocjonalnego i społecznego
2. Diagnozę psychologiczną, która sporządzana jest na podstawie orzeczenia o stopniu niepełnosprawności, zaświadczeń lekarskich, opinii psychologicznej, wywiadu i obserwacji.  
W oparciu o diagnozę zespół wspierająco – aktywizujący, sporządza Indywidualny Plan Postępowania Wspierająco – Aktywizującego.
3. Pomoc w identyfikacji autentycznego, prawdziwego problemu, trudności, wspólne poszukiwanie optymalnych strategii zaradczych, rozwijanie świadomości i samowiedzy uczestnika.
4. Wsparcie w sytuacjach kryzysowych (w momentach rezygnacji, poczucia bezradności i braku zrozumienia) i konfliktowych. Poszerzanie wiedzy na temat choroby, zaburzenia.
5. Podtrzymywanie stanu mobilizacji, determinacji uczestnika poprzez wsparcie i towarzyszenie mu w procesie zdrowienia.
6. Kształtowanie poczucia odpowiedzialności za siebie, swoje postępowanie i swoje otoczenie. kształtowanie świadomości tego jak ważne jest leczenie i przyjmowanie leków, minimalizowanie obaw związanych z leczeniem i przyjmowaniem leków.
7. Rozwijanie umiejętności radzenia sobie z objawami choroby psychicznej, zaburzenia.

8. Trening funkcji poznawczych ukierunkowany na rozwijanie, doskonalenie i podtrzymanie zdolności poznawczych takich jak: pamięć, koncentracja uwagi, funkcje wzrokowo przestrzenne, uczenie się werbalne, uczenie się wzrokowe, wnioskowanie i rozwiązywanie problemów, prędkość przetwarzania.
9. Zajęcia relaksacyjne, których nadrzędnym celem jest uzyskanie stanu relaksu, a zatem opanowanie wegetatywnych objawów lęku, złego samopoczucia, napięcia emocjonalnego i uzyskanie odprężenia na płaszczyźnie zarówno psychicznej jak i fizycznej.

#### **METODY PRACY:**

Rozmowa indywidualna, badanie psychologiczne za pomocą stosownych narzędzi psychometrycznych, zajęcia wspierające, edukujące, metoda projekcyjna (psychorysunek), obserwacja, pokaz, dawanie przykładu, pogadanka, burza mózgów, wypowiedzi na forum, retrospekcja, zabawa, zajęcia z muzyką, wizualizacja, relaksacja.

#### **CEL GŁÓWNY:**

Udzielenie szeroko rozumianej pomocy z zakresu psychologii poprzez spotkania o charakterze indywidualnym i grupowym, podczas których prowadzone są rozmowy na temat problemów i trudności życia codziennego. Podczas spotkań psycholog pomaga w rozwiązywaniu utrudnień życiowych, a także pomaga w osiągnięciu lepszej jakości życia. Pomoc psychologiczna jest stosowana w sytuacjach kryzysowych, które przekraczają w swoich wymaganiach aktualne, adaptacyjne zdolności uczestnika. Uczestnik natomiast posiada potencjał wewnętrzny, który to pomyślnie pozwala przezwyciężyć trudne sytuacje. Poprzez rozmowę z psychologiem osoba odkrywa swoje wyjątkowe zalety i zasoby oraz bogactwo własnych umiejętności i kompetencji, aby wykorzystać je jak najlepiej do stawiania czoła życiowym wyzwaniom.

#### **CELE SZCZEGÓŁOWE, EFEKTY:**

- 1) uczestnik korzysta z pomocy psychologa w celu zdefiniowania źródła dyskomfortu psychicznego, współpracuje z psychologiem w celu pokonania trudności, problemów,
- 2) uczestnik potrafi rozpoznać swoje uczucia, emocje, zna związek między myślami, uczuciami i działaniami – potrafi mówić i mówi o natrętnych, nieprzyjemnych myślach, które go niepokoją,
- 3) uczestnik unika bodźców, sytuacji wyzwalających objawy chorobowe – nie izoluje się, podejmuje aktywność np. pali w piecu, sprząta, ogląda TV,

- 4) uczestnik ma świadomość tego jak ważne jest przyjmowanie leków – prosi o pomoc w pozyskaniu recept kiedy skończą się leki, pamięta o przyjmowaniu leków,
- 5) uczestnik posiada podstawowe informacje dotyczące jego choroby, zaburzenia,
- 6) uczestnik chętnie korzysta z rozmów z psychologiem w celu podtrzymania stanu mobilizacji, determinacji - współpracuje z terapeutami, aktywnie uczestniczy w proponowanych treningach, sam prosi o pomoc, zauważa swoje błędy i stara się modyfikować swoje zachowanie,
- 7) uczestnik potrafi redukować negatywne skutki stresu oraz potrafił opanować się w sytuacjach konfliktowych – nie działa pod wpływem emocji, potrafi odroczyć działanie po to by się uspokoić .
- 8) uczestnik osiągnął poprawę w zakresie:
  - pamięci słownej i bezsłownej,
  - logicznego myślenia,
  - kojarzenia faktów i percepcji,
  - czasu reakcji i funkcji planowania,
  - odtwarzania w pamięci itd.

**ADRESACI:** opieka psychologiczna obejmuje 44 uczestników (11A , 20B i 13C) natomiast w szczególności 16 uczestników ( 7A, 4B, 5C).

Cel szczegółowy 1): 9 osób (5A, 1B, 3C)

Cel szczegółowy 2): 6 osób (3A, 2B, 1C)

Cel szczegółowy 3): 2 osoby (1A, 1C)

Cel szczegółowy 4): 1 osoba (1A)

Cel szczegółowy 5): 2 osoby (2A)

Cel szczegółowy 6): 5 osób (1A, 2B, 2C)

Cel szczegółowy 7): 3 osoby (1A, 1B, 1C)

Cel szczegółowy 8): 3 osoby (1B, 2C)

**WYMIAR CZASU:** zajęcia zgodnie z przyjętym planem tygodniowym, i w zależności od potrzeby uczestników

**PROWADZĄCY:** psycholog.

**MIEJSCE REALIZACJI:** pokój poradnictwa psychologicznego, pomieszczenie wielofunkcyjne.

## E. WSPÓLPRACA Z RODZICAMI / OPIEKUNAMI

**FORMA:** spotkania z rodzinami, opiekunami uczestników

### **CEL GŁÓWNY:**

Celem spotkań będzie:

- motywowanie do współuczestnictwa w procesie poprawy jakości życia uczestników oraz w rozwijaniu i wspieraniu ich samodzielności;
- pomoc w rozwiązywaniu bieżących problemów wynikających ze stanu psychofizycznego uczestnika;
- zapobieganie sytuacjom kryzysowym;
- rozpoznawanie wczesnych sygnałów ostrzegawczych przed nawrotem choroby.

### **CELE SZCZEGÓŁOWE, EFEKTY:**

- 1) Rodzice i opiekunowie są bardziej zaangażowani w proces poprawy jakości życia swych bliskich (uczestników) np. stosują się w domu do zaleceń psychologa oraz zespołu wspierająco – aktywizującego, odwiedzają ośrodek by podzielić się uwagami, spostrzeżeniami odnośnie funkcjonowania uczestnika,
- 2) Nie czują się osamotnieni w pokonywaniu trudności związanych z opieką nad osobami (bliskimi) z zaburzeniami psychicznymi, np. dzwonią po to, by się podzielić problemem, wspólnie z psychologiem ustalić plan działania,
- 3) Posiadają większą świadomość możliwości, które można wykorzystać w celu poprawy jakości życia swojego oraz niepełnosprawnego dziecka, osoby bliskiej np. rodzic wie, że może ubiegać się o dofinansowanie na sprzęt rehabilitacyjny, pampersy, wie jakie należy przygotować dokumenty.

**ADRESACI:** rodzice lub/i opiekunowie.

**WYMIAR CZASU:** spotkania odbywają się stosownie do potrzeb.

**PROWADZĄCY:** psycholog, członkowie zespołu wspierająco- aktywizującego.

**MIEJSCE REALIZACJI:** pokój poradnictwa psychologicznego, sala ogólna.

## F. WSPARCIE W ZAKRESIE KONSULTACJI MEDYCZNYCH

### - pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych

#### - niezbędna opieka

#### **FORMA:**

Praca z uczestnikami prowadzona w formie pracy indywidualnej, pracy w grupie oraz gdy sytuacja będzie tego wymagała – zbiorowo. Pomoc w dostępie do świadczeń zdrowotnym świadczona jest we współpracy z opiekunami uczestników.

Istotne znaczenie w poprawie funkcjonowania uczestników ma wypracowanie prawidłowych nawyków dbania o własne zdrowie, jest to szeroko rozumiana profilaktyka i promocja zdrowia. Uczestnicy poszerzają wiedzę i świadomość na temat własnej choroby, nabywają umiejętności dbania o zdrowie i w razie potrzeby korzystają z pomocy Domu w zakresie dotarcia do odpowiednich jednostek ochrony zdrowia. W wypadku takich możliwości podejmowana jest współpraca z opiekunami lub rodziną uczestnika w celu optymalizacji rezultatów postępowania terapeutycznego.

#### **METODY PRACY:**

Metody wykorzystywane w pracy z uczestnikiem i/lub jego opiekunami to: metoda objaśnienia i instrukcji, obserwacji i pokazu, osobisty przykład pracownika socjalnego, praca własna – zadaniowa, pogadanka z elementami wykładu, dyskusja – burza mózgów, koordynacja działań przez pracownika/opiekuna.

#### **CEL GŁÓWNY:**

Poprawa lub utrzymanie dobrej kondycji psychofizycznej uczestnika oraz wydłużenie remisji w chorobie. Wykształcenie gotowości do konsultacji i leczenia się w Poradni Zdrowia Psychicznego – pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia. Zapewnienie podstawowej opieki. Zapewnienie możliwie najlepszego stanu zdrowia psychicznego uczestników.

#### **CELE SZCZEGÓŁOWE, EFEKTY:**

- 1) uczestnik posiada dostęp do niezbędnej opieki psychiatrycznej (w tym umawianie wizyt, kontynuacja recept, monitorowanie regularności wizyt lekarskich),
- 2) uczestnik posiada świadomość choroby i zna jej objawy,
- 3) uczestnik nabył umiejętności związane z aktywnym udziałem we własnym leczeniu,
- 4) uczestnik rozumie potrzebę systematycznej, zalecanej przez lekarza farmakoterapii,
- 5) uczestnik postępuje w myśl zasady „lepiej zapobiegać, niż leczyć”,

- 6) uczestnik otrzymuje wsparcie podczas hospitalizacji (odwiedziny, pomoc organizacji pobytu w szpitalu, transport),
- 7) uczestnik otrzymuje usługi opiekuńcze w postaci pomocy w utrzymaniu higieny, nakarmieniu oraz opieki podczas dowozów do PŚDS.

**ADRESACI:**

wszyscy uczestnicy wg potrzeb i możliwości w uzgodnieniu z opiekunami.

**WYMIAR CZASU:** według potrzeb

**PROWADZĄCY:** pracownik socjalny, współpraca członków zespołu wspierająco – aktywizującego.

**MIEJSCE REALIZACJI:** praca w ośrodku, praca w poszczególnych ośrodkach zdrowia, poradniach specjalistycznych, szpitalach, poradniach zdrowia psychicznego.

**G. TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO**  
**PRACOWNIA PLASTYCZNA**

**FORMY PRACY:**

Powyższy trening będzie realizowany w formie zajęć grupowych prowadzonych zgodnie z planem dnia na dany tydzień, oraz indywidualnych zgodnie z możliwościami, a także potrzebami wynikającymi z IPPW-A uczestników.

W skład treningu umiejętności spędzania czasu wolnego wchodzi:

1. Trening rekreacyjno – turystyczny obejmujący wycieczki krajoznawcze, spacery, gry towarzyskie (piłkarzyki, tenis, gry w karty, warcaby, chińczyk), rozwiązywanie krzyżówek, kalambury, quizy.
2. Trening kulturalno – rozrywkowy skupiający się na organizacji ale również na udziale w uroczystościach okolicznościowych, wyjazdach do kina, teatru, muzeum, organizacji spotkań integracyjnych, organizacji przedstawień i występów okolicznościowych, udział w konkursach artystycznych.
3. Zajęcia plastyczne – rękodzieło artystyczne w tym wykonywanie prac plastycznych typu obrazy, odlewy gipsowe, fotografie, wzornictwo, zdobnictwo z wykorzystaniem różnych metod i technik oraz przyborów i narzędzi i materiałów. Układanie kompozycji kwiatowych, przystrajanie wnętrza na różne okoliczności, tworzenie kostiumów na przedstawienia.



4. Trening procesów i funkcji poznawczych – zajęcia świetlicowe, trening ten opiera się na doskonaleniu i usprawnianiu funkcjonowania poznawczego na treningu tym wykorzystywane są edukacyjne gry planszowe i pamięciowe, domino, puzzle, karty do gry, warcaby, szachy, gry zręcznościowe, zagadki słowne i rebusy, krzyżówki, rymowanki, układanie krótkich wierszy, opowiadań, kalambury, zabawy poprzez ruch, naśladownictwo, odpowiedzi na pytania, podobieństwa i różnice itp.
5. Hortikuloterapia - obcowanie z przyrodą między innymi spacer, opieka, nad roślinami doniczkowymi, prace ogrodnicze na świeżym powietrzu (grabienie liści, zamiatanie chodnika, sianie kwiatów, sadzenie drzew, roślin ozdobnych, pielnie, tworzenie klombów, rabatek).

#### **METODY PRACY:**

Spotkania integracyjne, imprezy okolicznościowe, pokazy, obserwacja, zajęcia przy muzyce, spacer, wyjazdy, wycieczki, metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, instruktor, ekspozycje, metody twórcze, metody odtwórcze, metoda pracy z zastosowaniem zasady stopniowania trudności, pogadanki, praca z tekstem. Metody bezpośrednie (realizowane w kontakcie z naturą, np. sadzenie roślin, stymulacja zapachem, kolorem, fakturą). Metody pośrednie (oglądanie filmów, słuchanie muzyki o tematyce związanej z naturą, rozbudzanie wyobraźni pod wpływem emitowanych obrazów i dźwięków).

Narzędzia pracy – gry edukacyjne, planszowe, gry pamięciowe, karty do gry, szachy, gry zręcznościowe, materiały do zajęć plastycznych, narzędzia do ogrodnictwa (grabie, miotły, szczotki, łopaty, taczka itp.).

#### **CEL GŁÓWNY:**

Umiejętne zarządzanie czasem wolnym z uwzględnieniem indywidualnych zainteresowań poprzez zachęcanie uczestników do aktywnego sposobu spędzania czasu wolnego przy realizacji własnych pasji i zainteresowań poszerzających zakres umiejętności.

#### **CELE SZCZEGÓŁOWE, EFEKTY:**

- 1) uczestnicy w aktywny sposób uczestniczą w życiu kulturalnym regionu,
- 2) uczestnicy prezentują większy poziom zmobilizowania do pracy, chętniej podejmują działania i bardziej się angażują dzięki temu, że dostrzegają efekty swojej pracy,
- 3) uczestnik potrafi zachować się w miejscach publicznych oraz pamięta o zasadach bezpieczeństwa w miejscach publicznych,

- 4) uczestnik ma możliwość pokazania szerszej publiczności swoich talentów, jest dowartościowany,
- 5) uczestnik osiągnął wyższy stopień funkcjonowania procesów pamięciowych, pamięta teksty piosenek i wierszy,
- 6) uczestnik wprowadził się w lepszy nastrój, jest pogodny i zadowolony co objawia się tym, że uśmiecha się do innych, zwraca się w miły sposób, i chętnie rozmawia, nawiązuje kontakt,
- 7) uczestnik potrafi „oderwać” się od codziennych problemów i cierpienia związanego z chorobą – śmieje się, rozmawia, jest w pogodnym nastroju,
- 8) prezentuje wyższy poziom wyobraźni,
- 9) uczestnik ma poczucie sprawstwa, czuje się potrzebny i pożyteczny, odczuwa radość kiedy może pochwalić się tym co zrobił przed rodziną, znajomymi, społeczeństwem,
- 10) uczestnik prezentuje mniejszy poziom napięcia i lęku, otwiera się podczas wspólnego śpiewania i słuchania muzyki,
- 11) uczestnik usprawnił umiejętność pisania i czytania,
- 12) uczestnik zwiększył tempo pracy,
- 13) uczestnik potrafi zajmować się pielęgnacją i uprawą roślin, podlewa rośliny doniczkowe, potrafi je przesadzać i umie pielnić rabatki przez co osiąga również poprawę kondycji psychofizycznej,
- 14) uczestnik uzyskał poprawę kondycji ruchowej, rozwój zainteresowań,
- 15) uczestnik wyrobił u siebie nawyk systematyczności, dba o codzienne podlewanie roślin,
- 16) uczestnik osiągnął poprawę stanu psychicznego poprzez kontakt z naturą.

#### **ADRESACI:**

Trening rekreacyjno – turystyczny głównie przeznaczony jest dla:

Cel szczegółowy 1): 6 osób (5A,1C)

Cel szczegółowy 2): 10osób ( 2A,2B,6C)

Cel szczegółowy 3): 5 osób (5B)

Trening muzyczno - teatralny głównie przeznaczony jest dla:

Cel szczegółowy 4): 14 osób (5A,7B,2C)

Cel szczegółowy 5): 17osób ( 5A,10B,2C)

Cel szczegółowy 6): 10 osób (5A,4B, 1C)

Zajęcia plastyczne – rękodzieło artystyczne głównie przeznaczone są dla:

Cel szczegółowy 7): 14 osób (6A,4B,4C)

Cel szczegółowy 8): 6 osób ( 2A,3B,1C)

Cel szczegółowy 9): 9 osób (3A,3B, 3C)

Cel szczegółowy 10): 11 osób (7A,1B,3C)

Trening procesów i funkcji poznawczych głównie przeznaczony jest dla:

Cel szczegółowy 11): (11B)

Cel szczegółowy 12): (9B)

Hortikuloterapia - zajęcia te przeznaczone są dla:

Cel szczegółowy 13): 9 osób (4A,2B,3C)

Cel szczegółowy 14): 10 osób (2A,6B,2C)

Cel szczegółowy 15): 14 osób (5A,8B,1C)

Cel szczegółowy 16): wszyscy uczestnicy

pozostałe osoby towarzyszą w sposób doraźny.

#### **WYMIAR CZASU:**

Codziennie grupowo lub indywidualnie.

#### **PROWADZĄCY:**

terapeuta, współdziałal członków zespołu wspierająco – aktywizującego.

#### **MIEJSCE REALIZACJI:**

pracownia plastyczna, sala ogólna, sala ogólna pełniąca funkcję pokoju wyciszenia i sali umuzykalniającej, teren całego Domu, okoliczne tereny gminy i powiatu, kino, teatr, muzeum oraz wszystkie placówki, z którymi PŚDS w Pęczniewie nawiązało współpracę, miejsca wycieczek, zwiedzania.

### **H. TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPEDZANIA CZASU WOLNEGO**

#### **PRACOWNIA KOMPUTEROWA:**

#### **FORMA:**

Praca z uczestnikami odbywać się będzie w formie indywidualnej i grupowej, zgodnie z planem dnia na dany tydzień. Zakres działań obejmować będzie:

1. Filmoterapia
2. Słuchanie muzyki
3. Biblioterapia
4. Prowadzenie kroniki ośrodka

5. Realizowanie zadań na wybrany temat z wykorzystaniem komputera, Internetu, drukarki, laminatora, bindownicy (tworzenie zaproszeń, kartek okolicznościowych, ulotek, wizytówek itp.)
6. Aktualizacja strony internetowej ośrodka
7. Prowadzenie strony na portalu społecznościowym Facebook

#### **METODY PRACY:**

Metody pracy z zastosowaniem zasady stopniowania trudności – przejście od zadań prostych do coraz trudniejszych. Podział uczestników na aktywnych i biernych w zakresie obsługi komputera.

- Rozmowy inspirowane
- Wykłady terapeutyczne, prezentacje komputerowe
- Obserwacja i pokaz
- Zabawa
- Praca własna uczestnika:
  - słuchanie muzyki, audycji radiowych, śpiew
  - oglądanie filmów, bajek, kabaretów itp.
  - gry i zabawy komputerowe
  - rozwiązywanie krzyżówek, łamigłówek, ćwiczenia pamięci i in.

#### **CEL GŁÓWNY:**

Rozwój indywidualnych zainteresowań poprzez otwarcie się na świat, co sprzyja ułatwieniu komunikacji z innymi osobami, efektywniejszemu spędzaniu czasu wolnego oraz wspomaganie terapii artystycznej.

#### **CELE SZCZEGÓŁOWE, EFEKTY:**

- 1) uczestnicy nabywają umiejętności obsługi komputera, drukarkę, laminator oraz bindownicę, z większą łatwością korzystają z Internetu, znają zasady zachowania ostrożności w sieci.
- 2) uczestnicy potrafią określić swoje możliwości i wierzą w siebie, wzmocnili poczucie własnej wartości, pokonują własne bariery, mają poczucie wsparcia psychicznego.

- 3) zwiększyli i rozwinęli swoje umiejętności intelektualne, pamięciowe, wiedzę ogólną o świecie, wzbogacili wewnętrzne życie, zmobilizowali się do aktywności, uspołecznili,
- 4) wzmocnili koordynację wzrokowo-ruchową, koncentrację i spostrzegawczość, skupienie uwagi, wzmocnili pozytywne uczucia związane z estetycznym przeżywaniem sztuki filmowej, nastąpiło rozluźnienie psycho - fizyczne.
- 5) rozwinęli w minimalnym stopniu umiejętność czytania i pisania, rozumieją tekst czytany, utrwalili wzorce zachowań i nadają im znaczenie, skorygowali emocjonalnie zaburzone zachowania, nastąpił rozwój ogólny.
- 6) odkryli preferencje muzyczne, pobudzili ekspresję własnych uczuć i przeżyć.
- 7) biernie uczestniczą w zajęciach oglądając, słuchając różne treści (filmoterapia, słuchanie muzyki, biblioterapia).

#### **ADRESACI:**

Trening przeznaczony dla wszystkich uczestników, w szczególności dla:

Cel szczegółowy 1): 25 osób: 4A, 15B, 6C

Cel szczegółowy 2): 25 osób: 4A, 15B, 6C

Cel szczegółowy 3): 32 osoby: 10A, 13 B, 9C

Cel szczegółowy 4): 21 osób: 4A, 11B, 6C

Cel szczegółowy 5): 31 osób: 10A, 10B, 11C

Cel szczegółowy 6): 37 osób: 9A, 17B, 11C

Cel szczegółowy 7): 27 osób: 5A, 10B, 12C

#### **WYMIAR CZASU:**

Codziennie grupowo lub indywidualnie.

#### **PROWADZĄCY:**

Starszy instruktor terapii zajęciowej.

#### **MIEJSCE REALIZACJI:**

Pracownia komputerowa (prezentacje komputerowe, filmoterapia, słuchanie muzyki, biblioterapia).

## I. TERAPIA RUCHEM:

### **FORMA:**

Praca będzie realizowana w formie grupowej z uczestnikami. Proces usprawniania ruchowego uczestników będzie postępować wg planu dostosowanego do psychofizycznego stanu uczestnika, wydolności jego organizmu oraz aktualnego samopoczucia. Indywidualne dysfunkcje, wiek, choroby uczestników będą miały znaczący wpływ na postępowanie terapeutyczne, wybór form i metod pracy.

1. **Nordic Walking** - realizacja systematycznych marszów z kijami, jak najbardziej możliwą do wyćwiczenia techniką chodu nordyckiego.
2. **Klub spacerowicza** – spacer jako naturalna forma ruchu dostępna prawie dla każdego.
3. **Siłownia (pod chmurką i na sali)** - ćwiczenie poszczególnych partii mięśni. Rozciąganie ciała. Korzystanie z urządzeń: bieżnia, orbitrek, rower, rotor ręczny i nożny.
4. **Choreoterapia** – terapia tańcem, zumba, fitness, usprawnienie kondycji fizycznej. Ćwiczenie rytmu i koordynacji wzrokowo-ruchowej.
5. **Gry i zabawy sportowe** – piłka, badminton, woreczki, ringo, pink pong, boccia., itp.

### **METODY:**

- dyskusje i pogadanki
- wspólne wyjścia na zewnątrz w celu różnej aktywności sportowej
- zajęcia typu naśladowczego, w rytm muzyki
- ćwiczenia na urządzeniach typu: bieżnia, orbitrek, rower, rotor ręczny i nożny
- zawody sportowe

### **CEL GŁÓWNY:**

Przywrócenie maksymalnie możliwej sprawności fizycznej, poprawienie ogólnej kondycji uczestników, poprawienie sylwetki, ogólnego samopoczucia.

### **CELE SZCZEGÓŁOWE, EFEKTY:**

- 1) poprawiona ogólna kondycja fizyczna, poprawa ogólnego zdrowia,
- 2) poprawiona koordynacja wzrokowo-ruchowa, poczucie rytmu, lepsza kontrola nad ciałem, umiejętność taneczna,
- 3) poprawna postawa ciała, umiejętności chodu nordyckiego oraz modelowanie sylwetki, odprężenie i relaksacja,

- 4) polepszona ruchomość w stawach małych i dużych, sprawniejsze i rozciągnięte ciało;
- 5) większa świadomość wpływu ruchu na zdrowie ciała i umysłu, nabranie nawyku systematycznej aktywności sportowej,
- 6) większa świadomość na temat wpływu prawidłowej diety na zdrowie uczestnika,
- 7) wzmocniona siła i masa mięśniowa,
- 8) dobra współpraca w grupie, nabycie koleżeńskich relacji, zdrowej i uczciwej rywalizacji.

#### **ADRESACI:**

Wszyscy uczestnicy, zależnie od możliwości indywidualnych, intelektualnych, fizycznych.

Cel szczegółowy 1): 25 osób: 5A, 18B, 2C

Cel szczegółowy 2): 29 osób: 7A, 18B, 4C

Cel szczegółowy 3): 22 osoby: 5A, 15B, 2C

Cel szczegółowy 4): 25 osób: 5A, 18B, 2C

Cel szczegółowy 5): 25 osób: 5A, 18B, 2C

Cel szczegółowy 6): 25 osób: 5A, 18B, 2C

Cel szczegółowy 7): 25 osób: 5A, 18B, 2C

Cel szczegółowy 8): 42 osoby: 9A, 21B, 12C

#### **WYMIAR CZASU:**

Codziennie z podziałem na grupy.

#### **PROWADZĄCY:**

Starszy instruktor terapii zajęciowej

#### **MIEJSCE REALIZACJI:**

Terapia ruchem prowadzona będzie w sali, na boisku i siłowni przy Zespole Szkół w Pęczniewie, w lesie, na terenie ośrodka.

### **J. PORADNICTWO SOCJALNE**

#### **FORMA:**

Zajęcia mają charakter indywidualnego podejścia do każdego uczestnika biorąc pod uwagę jego osobiste potrzeby i możliwości.

Forma pracy: poradnictwo indywidualne dla uczestnika i/lub jego rodziny, w formie grupowej – w grupach z podziałem na określony problem oraz zbiorowej – trenowanie ogólnych założeń.

### **METODY PRACY:**

- praca własna – zadaniowa
- dyskusja, pogadanka
- objaśnienia i instrukcja
- psychodrama – praktyczne ćwiczenia konkretnych sytuacji
- osobisty przykład pracownika, innego uczestnika
- wypowiedzi na forum
- wykład - opieranie się na źródłach literatury fachowej

### **CEL GŁÓWNY:**

Wspieranie uczestników w działaniach samopomocowych w obszarze życia osobistego i społecznego, przeciwdziałanie marginalizacji i wykluczeniu społecznemu. Celem podstawowym jest udzielenia wsparcia i usprawnienie uczestnika na tyle, by możliwe było prawidłowe pełnienie ról społecznych. Osiągnięcie przez uczestników możliwie najwyższego stopnia zaradności życiowej i umiejętności samostanowienia.

### **CELE SZCZEGÓŁOWE, EFEKTY:**

- 1) Osiągnięcie w zależności od możliwości indywidualnych najwyższego poziomu umiejętności w załatwianiu spraw urzędowych, występowania z wnioskami w sprawach przyznania różnych form pomocy uczestników,
- 2) Pełnienie w sposób właściwy określonych ról społecznych w środowisku (np. roli dziecka, uczestnika, rodzica, pracownika),

Praca socjalna wykracza poza ramy Ośrodka i wkracza w funkcjonowanie środowiska rodzinnego, sąsiedzkiego i lokalnego. Celem jest kształtowanie odpowiednich postaw wobec uczestników w ich środowisku rodzinnym i lokalnym. W realizacji tego celu ogromne znaczenie ma promowanie ośrodka w społeczności, w tym zachęcanie osób wymagających wsparcia i korzystania z usług Środowiskowego Domu Samopomocy.

### **ADRESACI:**

wszyscy uczestnicy wraz z rodzinami w zależności od potrzeb i możliwości.

**WYMIAR CZASU:** według potrzeb

**ODPOWIEDZIALNY:** pracownik socjalny



**MIEJSCE WYKONYWANIA ZADAŃ:** praca w ośrodku: pracownie wielofunkcyjne, praca w terenie: w domu rodzinnym uczestnika, w instytucjach: ZUS, KRUS, PUP, BANK, POCZTA, M-GOPS, urząd gminy, sołtysi.

#### IV. KWALIFIKACJE KADRY PROWADZĄCEJ

Lp.	Stanowisko	Forma zatrudnienia i wymiar czasu pracy	Kwalifikacje
1	dyrektor	umowa o pracę 1 etat	mgr pedagogiki w zakresie oświaty dorosłych, specjalizacja z organizacji pomocy społecznej
2	psycholog	umowa o pracę 1 etat	mgr psychologii w specjalności: psychologia zdrowia i kliniczna, Akademii Psychologii Terapeutycznej
3	starszy pracownik socjalny	umowa o pracę 1 etat	mgr pedagogiki w zakresie doradztwa zawodowego,
4	terapeuta	umowa o pracę 1 etat	mgr pedagogiki w zakresie psychopedagogiki;
5	starszy instruktor terapii zajęciowej	umowa o pracę 1 etat	średnie oraz policealna szkoła odpowiedniej specjalności,
6	starszy instruktor terapii zajęciowej	umowa o pracę 1 etat	studium zawodowe - tytuł instruktora terapii zajęciowej
7	opiekun	umowa o pracę 1 etat	liceum ogólnokształcące
8	opiekun	umowa o pracę 1 etat	mgr – stosunki międzynarodowe, specjalność: międzynarodowe stosunki polityczne
9	opiekun	umowa o pracę 1 etat	liceum ogólnokształcące

Wszyscy członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego posiadają minimum 3-miesięczne doświadczenie zawodowe z osobami z zaburzeniami psychicznymi.

V. PLANOWANE SZKOLENIA OSÓB WCHODZĄCYCH W SKŁAD ZESPOŁU WSPIERAJĄCO - AKTYWIZUJĄCEGO

Lp.	Tematyka szkolenia	Planowana liczba uczestników	Termin realizacji szkolenia	Ocena efektów szkolenia
1	Efektywna praca z osobami z niepełnosprawnością sprzężoną – autyzm, spektrum autyzmu	9	do końca czerwca 2020r.	Uczestnicy szkolenia posiadają wiedzę dotyczącą modeli zachowań osób z autyzmem, spektrum autyzmu . Wiedzę niezbędną do nawiązania efektywnej współpracy terapeutycznej.
2	Metody efektywnego motywowania uczestników do uczestnictwa w proponowanych formach terapii	9	do końca grudnia 2020r.	Uczestnicy szkolenia zdobyli praktyczne umiejętności stosowania technik motywowania i mobilizowania uczestników PŚDS do korzystania z proponowanych form terapii.

VI. DZIAŁANIA O CHARAKTERZE SPORADYCZNYM LUB OKAZJONALNYM

STYCZEŃ

- ♦ „Tworzymy postanowienia noworoczne” – spotkanie wewnętrzne uczestników.
- ♦ Występy Bożonarodzeniowe grupy teatralnej PŚDS „TO MY” w środowisku lokalnym
- ♦ „Jesteśmy widoczni na drodze” – odblaski (spotkanie z przedstawicielem KPP)
- ♦ Wyjazd do Warty – podziwianie szopki bożonarodzeniowej
- ♦ Urodziny uczestników.

LUTY

- ♦ Bal Maskowy
- ♦ Walentynki na terenie placówki.
- ♦ „Tłusty czwartek” – degustacja słodkości i zabawa.
- ♦ Urodziny uczestników.

## MARZEC

- ♦ Dzień Kobiet – „Odmień swój wygląd – trendy 2020”, nowa fryzura, makijaż, styl
- ♦ Konkurs „Sztuka jak Balsam” – przygotowanie prac na konkurs plastyczny.
- ♦ Integracja z Kołem Gospodyń Chropy – przedstawienie teatralne
- ♦ Hortikuloterapia – wiosenne porządki w ogrodzie i na terenie placówki.
- ♦ Urodziny uczestników.

## KWIECIEŃ

- ♦ Warsztaty integracyjne uczestników z dziećmi z Zespołu Szkół w Pęczniewie.
- ♦ „Bezkrwawe łowy” – fotografowanie liści, kwiatów, owadów. Wystawa prac.
- ♦ Wielkanocne spotkanie przy stole.
- ♦ Występy Wielkanocne grupy teatralnej PŚDS „TO MY” w środowisku lokalnym
- ♦ Sadzenie lasu – spotkanie z leśniczym (Nadleśnictwo Poddębice)
- ♦ Urodziny uczestników.

## MAJ

- ♦ Dzień hiszpański – (poznanie kultury, sztuki, tradycji, kuchni)
- ♦ Apiterapia – spotkanie z pszczelarzem, przybliżenie tematyki leczenia pszczelimi produktami.
- ♦ Dzień Matki i Ojca – zaproszenie rodziców.
- ♦ Turniej gier planszowych.
- ♦ Port Jachtowy „Marina” – piknik.
- ♦ Urodziny uczestników.

## CZERWIEC

- ♦ Integracyjny Przegląd Twórczości Artystycznej w Warcie – wyjazd.
- ♦ Spotkanie ze strażakiem – próba ewakuacji.
- ♦ Powiatowa Spartakiada dla Osób Niepełnosprawnych w Czepowie – wyjazd.
- ♦ Dyskoteka – wyjazd do klubu „Protektor” Biała k. Wielunia.
- ♦ Urodziny uczestników.

## LIPIEC

- ♦ „Bezpieczne wakacje” – spotkanie wewnętrzne uczestników.
- ♦ Wyjazd do Torunia – spacer po starówce.
- ♦ „Każdy artysta zaczynał jako amator” – formowanie balonów.
- ♦ Urodziny uczestników.

## SIERPIEŃ

- ♦ „Wspólne grillowanie” – spotkanie wewnętrzne na terenie ŚDS.
- ♦ Wyjazd do Nieborowa – warsztaty pieczenia chleba.
- ♦ Dzień kolorowy, ubieramy się na jeden kolor.
- ♦ Konkurs sztuki recytatorskiej wśród uczestników.
- ♦ Powiatowe Dożynki w Pęczniewie – promocja PŚDS w Pęczniewie.
- ♦ Urodziny uczestników.

## WRZESIEŃ

- ♦ Międzynarodowy Dzień Ziemi – przybliżenie tematyki ekologii.
- ♦ Konkurs sztuki recytatorskiej wśród uczestników.
- ♦ Warsztat psychologiczny – trening asertywności.
- ♦ Hortikuloterapia – jesienne porządki w ogrodzie i na terenie placówki.
- ♦ Wyjazd do Doliny Skrzatów – Park rozrywki we Florentynie.
- ♦ Urodziny uczestników.

## PAŹDZIERNIK

- ♦ Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego – spotkanie integracyjne.
- ♦ Pizzeria – wyjście grupowe.
- ♦ Wyjazd do Ceramilandii w Lutomiersku.
- ♦ Wspólne wyjścia i wyjazdy na cmentarze, zapalenie zniczy.
- ♦ Dzień Listonosza – spotkanie.
- ♦ Urodziny uczestników.

## LISTOPAD

- ♦ Wyjazd do Piotrkowa Trybunalskiego – malowanie bombek.
- ♦ Wyjazd do kina.
- ♦ Dzień wojskowy – spotkanie z żołnierzem.
- ♦ Andrzejki – zabawy, wróżby, przepowiednie.
- ♦ Urodziny uczestników.

## GRUDZIEŃ

- ♦ Mikołajki – impreza wewnętrzna.
- ♦ Spotkanie wigilijne – zaproszenie rodziców.
- ♦ „Postanowienia noworoczne” – podsumowanie.
- ♦ Urodziny uczestników.

VII. INFORMACJE DOTYCZĄCE WSPÓŁPRACY Z RODZINAMI UCZESTNIKÓW, Z PARTNERAMI SPOŁECZNYMI

Partner	Cele i zakres współpracy	Efekty
ŚDS w Rożdżalach	Festiwal Piosenki Różnej	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ integracja uczestników</li> <li>◆ rozwinięcie umiejętności, podtrzymywania prawidłowych relacji interpersonalnych</li> <li>◆ wzrost akceptacji siebie i innych</li> <li>◆ możliwość konfrontacji i wymiany doświadczeń wykonawców</li> <li>◆ pobudzanie do spontanicznych zachowań i odreagowywania napięć</li> </ul>
PŚDS w Czepowie	Otwarta Powiatowa Spartakiada dla Osób Niepełnosprawnych	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ integracja uczestników</li> <li>◆ poprawa fizycznej kondycji uczestników</li> <li>◆ wzrost samooceny i poczucia własnej wartości</li> <li>◆ zbudowanie i podtrzymanie prawidłowych relacji interpersonalnych</li> <li>◆ nabycie umiejętności zdrowej rywalizacji</li> </ul>
RCPS w Łodzi	Wojewódzka olimpiada dla osób niepełnosprawnych intelektualnie	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ integracja uczestników</li> <li>◆ poprawa fizycznej kondycji uczestników, obniżenie napięć psychoruchowych</li> <li>◆ wzrost samooceny i poczucia własnej wartości</li> <li>◆ zbudowanie prawidłowych relacji interpersonalnych</li> </ul>
RCPS w Łodzi i Wojewódzka Biblioteka Publiczna im. Marszałka Piłsudskiego w Łodzi przy honorowym patronacie Marszałka Województwa Łódzkiego	Konkurs plastyczny pn.: „Sztuka jak Balsam”	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ rozwinięcie umiejętności manualnej plastycznej uczestników</li> <li>◆ rozbudzenie ciekawości poznawczej uczestników</li> <li>◆ podnoszenie samooceny i pewności siebie uczestników</li> <li>◆ rozwinięcie wyobraźni, możliwość wyrażania własnej ekspresji twórczej, poczucia sprawstwa</li> <li>◆ zapobieganie izolacji społecznej</li> </ul>
Dom Kultury Warta, Stowarzyszenie „Razem możemy wiele”, Zespół Szkół Specjalnych w Warcie	Integracyjny Przegląd Twórczości Artystycznej pod hasłem: „Razem możemy wiele”	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ rozwinięcie umiejętności artystycznych i plastycznych uczestników</li> <li>◆ integracja uczestników z uczestnikami innych placówek</li> <li>◆ nabycie i rozwój umiejętności nawiązywania nowych znajomości</li> <li>◆ zapobieganie izolacji społecznej</li> </ul>
		◆ integracja uczestników z różnych

		i stresu
<p>ŚDS w Głownie</p>	<p>Wojewódzki Przegląd Twórczości Artystycznej Osób Niepełnosprawnych: „Nie zamieniaj serca w twardy głaz...”</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✦ zaktywizowanie do działań na rzecz własnych zainteresowań</li> <li>✦ szeroko pojęta integracja społeczna uczestników;</li> <li>✦ zapobieganie izolacji i odrzuceniu społecznemu</li> <li>✦ rozwinięcie i wzmocnienie umiejętności artystycznych, plastycznych; uczestników</li> </ul>
<p>ŚDS w Żeronicach</p>	<p>Spotkanie integracyjne</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✦ umożliwienie uczestnikowi na dzielenie się własnymi umiejętnościami z innymi</li> <li>✦ zmobilizowanie do aktywności własnej, nabywanie pewności siebie</li> <li>✦ integracja i zapobieganie izolacji społecznej</li> <li>✦ rozwinięcie umiejętności plastycznych</li> <li>✦ obudzenie i rozwijanie zainteresowania tradycjami, obrzędami i zwyczajami ludowymi;</li> </ul>
<p>ŚDS w Łasku</p>	<p>Konkurs plastyczny</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✦ integracja i zapobieganie izolacji społecznej</li> <li>✦ rozwinięcie umiejętności plastycznych</li> <li>✦ umożliwienie uczestnikowi na dzielenie się własnymi umiejętnościami z innymi</li> </ul>

#### VIII. PLANOWANE DZIAŁANIA DOTYCZĄCE SPEŁNIENIA PRZEZ DOM OBOWIĄZUJĄCYCH STANDARDÓW

1. „Przebudowa i modernizacja budynku Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Pęczniewie wraz z zagospodarowaniem terenu” - Program Inwestycji na rok 2020.

DYREKTOR  
Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy  
w Pęczniewie  
*Renata Wodziak*

