

UCHWAŁA NR 43/426/16  
ZARZĄDU POWIATU W PODDĘBICACH  
z dnia 28 stycznia 2016 r.

w sprawie zatwierdzania Planu Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Pęczniewie na rok 2016.


Na podstawie art. 32 ust.1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998r. o samorządzie powiatowym (Dz. U. z 2015r. poz. 1445, poz. 1045, poz. 1890) oraz § 4 ust. 2 rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2010r., Nr 238, poz. 1586, z 2014r. poz. 1752), Zarząd Powiatu w Poddębicach uchwala, co następuje:

§ 1. Zatwierdza opracowany przez Kierownika Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Pęczniewie, w uzgodnieniu z Wojewodą Łódzkim, *Plan Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Pęczniewie na 2016r.*, stanowiącym załącznik do niniejszej uchwały.

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

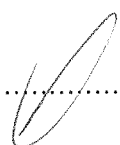
§ 3. Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Ryszard Rytter – Przewodniczący Zarządu

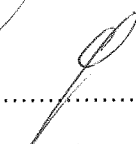
.....  


Członkowie Zarządu:


Piotr Binder

.....  


Leszek Chmielecki

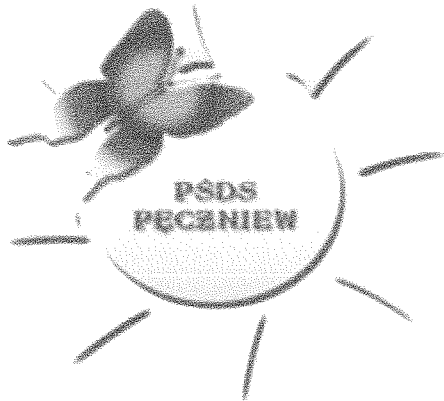
.....  


Marek Długosz

.....  


Roman Morawski

.....  

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

**NA 2016 ROK**

## SPIS TREŚCI

1. Cel ogólny .....	3
2. Cele szczegółowe .....	3
3. Planowane formy pracy z uczestnikami w ramach postępowania wspierająco – aktywizującego, metody, cele, efekty, adresaci, wymiar czasu, prowadzący.....	5
4. Kwalifikacje kadry prowadzącej.....	16
5. Planowane szkolenia osób wchodzących w skład zespołu aktywizująco - wspierającego.....	17
6. Działania o charakterze sporadycznym lub okazjonalnym.....	18
7. Informacje dotyczące współpracy z rodzinami uczestników, z partnerami społecznymi .....	21
8. Planowane działania dotyczące spełnienia przez Dom obowiązujących standardów .....	23

## **I. CEL OGÓLNY**

Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w Pęczniewie jest placówką dziennego pobytu typu ABC i zapewnia wsparcie społeczne osobom przewlekle psychicznie chorym (typ A), osobom upośledzonym umysłowo (typ B) i osobom wykazującym inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych (typ C).

Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w stosunku do swych uczestników świadczy usługi wynikające z rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej w sprawie środowiskowych domów samopomocy. Usługi te obejmują między innymi trening funkcjonowania w życiu codziennym, trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, trening umiejętności spędzania czasu wolnego, terapię ruchową, poradnictwo psychologiczne, pomoc socjalną m.in. pomoc w załatwianiu spraw urzędowych i pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych oraz usługi transportowe.

Podstawowym zadaniem Domu jest zapewnienie osobom zaburzonym psychicznie oparcia społecznego pozwalającego im na zaspokojenie ich potrzeb życiowych, usamodzielnienie i integrację społeczną, rozumianą jako przywrócenie możliwości pełnienia powszechnie dostępnych w danej społeczności ról społecznych.

Roczny plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Pęczniewie uwzględnia cele, formy i metody pracy z uczestnikami, które będą realizowane w poszczególnych pracowniach przez Zespół Wspierająco – Aktywizujący.

## **II. CELE SZCZEGÓŁOWE**

1. Rozwijanie i podtrzymanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia;
2. Zwiększenie możliwości poprawnego i twórczego porozumiewania się w różnych sytuacjach poprzez wzbogacanie zasobu słowno - pojęciowego;

3. Skuteczne porozumiewanie się i utrzymywanie dobrych relacji interpersonalnych (aktywne słuchanie drugiej osoby, przekazywanie i słuchanie informacji zwrotnych, komunikowanie werbalne i niewerbalne);
4. Nabywanie umiejętności wykorzystywania i przetwarzania informacji;
5. Kształtowanie empatii czyli umiejętności wczuwania się w uczucia drugiej osoby w celu redukcji egocentryzmu;
6. Rozwijanie umiejętności rozładowywania napięcia i złości w sposób społecznie akceptowany;
7. Kształtowanie rozwoju moralnego;
8. Kształtowanie poczucia odpowiedzialności za siebie i swoje otoczenie oraz umiejętności pracy w grupie;
9. Kształtowanie kultury osobistej;
10. Nabywanie umiejętności przestrzegania norm i zasad obowiązujących w relacjach społecznych w Domu i szerszej społeczności;
11. Wyrażanie własnych potrzeb w sposób czytelny i sprecyzowany;
12. Kształtowanie umiejętności proszenia o pomoc;
13. Pobudzanie działań twórczych, rozwój osobowości, wzrost kreatywności, pełniejsze i swobodniejsze wyrażanie siebie;
14. Nabycie i wzrost umiejętności z zakresu samoobsługi i higieny osobistej;
15. Rozwijanie potrzeby troski o wygląd zewnętrzny i zdrowie;
16. Rozwijanie umiejętności związanych z wykonywaniem czynności z zakresu prowadzenia gospodarstwa domowego tj. obsługę podstawowych urządzeń elektrycznych, m.in. (pralki, miksera, kuchenki gazowej, piekarnika, żelazka, suszarki do włosów);
17. Bezpośrednie usprawnianie ruchowe, kształtowanie i poprawa umiejętności motorycznych;
18. Rehabilitacja ruchowa i masaże - poprawa funkcjonowania poszczególnych układów organizmu;
19. Mobilizacja do systematycznej pracy nad rozwojem sprawności ruchowej;
20. Propagowanie zdrowego stylu życia;
21. Rehabilitacja społeczna - wyrabianie zaradności osobistej i pobudzanie aktywności społecznej, wyrabianie umiejętności samodzielnego wypełniania ról społecznych.

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

Wykaz pomieszczeń przeznaczonych do realizacji przyjętych założeń programowych:

- Sala ogólna umożliwiająca spotkanie się uczestników zajęć i ich rodzin;
- Pokój do indywidualnego poradnictwa psychologicznego, socjalnego, pełniący ponadto funkcję pokoju wyciszenia i sali umuzykalniającej;
- Wydzielone pomieszczenie kuchenne z niezbędnymi urządzeniami i sprzętem gospodarstwa domowego, 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 poruszających się na wózkach;
- Łazienka na pierwszym piętrze wyposażona w natrysk dostosowany do osób poruszających się na wózkach oraz toaletę osobno dla kobiet i mężczyzn;
- Łazienka na pierwszym piętrze wyposażona tylko w toaletę 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, żelazko, deskę do prasowania, suszarkę do włosów oraz inne urządzenia w zależności od rodzaju prowadzonej terapii
- Sprzęt sportowo – rekreacyjny
- Akcesoria muzyczne
- Sprzęt komputerowy
- Sprzęt Sali Doświadczania Światła

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

➤ **W obszarze samoobsługi**

**A. Trening funkcjonowania w codziennym życiu:**

**FORMA:**

- trening korzystania z usług związanych z estetyką wyglądu, pielęgnacją ciała;
- trening umiejętności praktycznych;
- trening obsługi sprzętu codziennego użytku i AGD;
- trening kulinarny;
- trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi.

**1. CELE:**

Rozpoczęcie lub kontynuacja nauki z zakresu higieny jamy ustnej, dbania o włosy (czesanie, mycie, strzyżenie), higiena dłoni i paznokci (w tym odpowiednie mycie rąk). Działania mające na celu wykształcenie u uczestników umiejętności i nawyku wykonywania zabiegów pielęgnacyjnych (mycie całego ciała), doboru odpowiednich przyborów toaletowych i kosmetyków, sygnalizowania potrzeb fizjologicznych. Przypominanie o obowiązku utrzymania w czystości bielizny osobistej, odzieży wierzchniej i obuwia. Edukacja na temat konieczności doboru odzieży do okoliczności, pory roku i dnia.

**EFEKTY:**

Dzięki prowadzonym treningom uczestnik nabędzie, podtrzyma lub udoskonali umiejętności w zakresie higieny osobistej. Będzie miał świadomość tego, jak ważną czynnością jest mycie rąk przed posiłkiem i po skorzystaniu z toalety. Prowadzenie higienicznego trybu życia pomoże uczestnikom w zachowaniu i utrzymaniu zdrowia. To z kolei przyczyni się do pozytywnego odbioru w społeczeństwie, wzmocnieniu poczucia własnej wartości.

## **2. CELE:**

Uczestnicy będą nabywać umiejętność lub ją doskonalić w zakresie dbałości o czystość odzieży i elementarny porządek wokół siebie i w Domu. Osiągną tą umiejętność dzięki nauce prania (czyli odpowiedniego dobierania prania w zależności od kolorów tkaniny i faktury materiału, doboru detergentów, sposobu wywabiania plam, a także zdolności obsługi pralki), prasowania, składania odzieży, sprzątania obejmującego m.in. ścieranie kurzy, zmiatanie, zmywanie podłóg, zmywanie naczyń, czyszczenie parapetów, mycie okien, drzwi.

## **EFEKTY:**

Uczestnicy dbają o estetyczny ubiór, potrafią wywabić plamy z ubrań, prawidłowo składać ubrania, dbają o czystość we własnym domu i placówce, a wyuczone czynności stosują w życiu codziennym.

## **3. CELE:**

Kształtowanie umiejętności z zakresu samodzielnego (bądź z pomocą opiekuna) przygotowywania posiłków. Zapoznanie się z zasadami prawidłowego przechowywania żywności, racjonalnego odżywiania się, stosownego zachowania przy stole. Ponadto uczestnicy nabywają umiejętność obsługi sprzętu gospodarstwa domowego (robot wielofunkcyjny, piekarnik, kuchenka gazowa).

## **EFEKTY:**

Dzięki treningom uczestnicy potrafią samodzielnie lub z czyjąś pomocą przygotować posiłek. Znają zasady kulturalnego zachowania się przy stole. Radzą sobie z obsługą sprzętu AGD. Opanowanie tych umiejętności wzbudza w nich poczucie satysfakcji. Uczestnicy od razu widzą efekty swojej działalności. Duma z własnych osiągnięć staje się czynnikiem wzmacniających ich JA. Nabyte umiejętności pomogą w utrzymaniu elementarnego porządku w domu i wokół siebie.

## **4. CELE:**

W ramach treningu uczestnicy poznają wartość pieniądza. Nabywają umiejętność racjonalnego planowania wydatków, przygotowywania listy potrzebnych artykułów, robienia zakupów, przestrzegania terminów przydatności do spożycia, orientacji w cenach i dokonywania obliczeń. Pogłębiać będą wiedzę dotyczącą umiejętności bezpiecznego przechowywania pieniędzy w miejscach publicznych.



## **EFEKTY:**

Uczestnicy znają wartość bilonu, samodzielnie lub w obecności opiekuna robią zakupy, planują miesięczne wydatki, umieją ustrzec się przed kradzieżą i posiadają konto w banku. Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi daje uczestnikom poczucie bezpieczeństwa i przewidywalności, zarazem chroni uczestnika przed poczuciem skrzywdzenia oraz niweluje poczucie niepewności i zakłopotania w trakcie zakupów.

**ADRESACI:** trening głównie przeznaczony jest dla 15 osób (9 z grupy B i 6 z grupy C) pozostali uczestnicy czyli 28 osób (9 z grupy A, 13 z grupy B i 6 z grupy C) towarzyszą w treningu w sposób doraźny

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

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

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

➤ **W obszarze kształtowania umiejętności społecznych:**

**B. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:**

## **FORMA:**

- trening nawiązywania kontaktów z innymi
- trening umiejętności komunikacyjnych, tj. komunikacji werbalnej i niewerbalnej
- trening zachowań asertywnych
- trening rozwiązywania konfliktów
- trening wzmacniający poczucie pewności siebie

## **1. CELE:**

Poznanie i nabycie zasad kulturalnego rozpoczynania, prowadzenia i kończenia rozmowy w różnych kontekstach społecznych. Redukcja lęku społecznego utrudniającego prowadzenie konwersacji z innymi osobami. Uczestnik zna i powszechnie stosuje zwroty grzecznościowe świadczące o szacunku do swojego rozmówcy, potrafi udzielać innym pozytywnych wzmocnień w celu podtrzymania relacji interpersonalnej.

Pokonanie barier występujących w procesie komunikowania się poprzez ukształtowanie umiejętności uważnego słuchania, nadawania informacji, przemawiania, w tym zarządzania przekazem werbalnym niewerbalnym. Nabycie umiejętności szanowania samego siebie poprzez asertywne wyrażanie własnych potrzeb, pragnień, wartości i opinii.

Nabycie umiejętności identyfikacji typów zachowań występujących w codziennym życiu nie będących zachowaniami asertywnymi. Wzbudzenie tolerancji na antagonizmy (różnicę poglądów, interesów). Nabycie umiejętności pozytywnego myślenia o sobie, poznanie, definiowanie swoich mocnych i słabych stron, wzmocnienie wewnętrzne umiejscowienie kontroli uczestnika w celu nabrania większej pewności siebie w codziennym działaniu.

## **EFEKTY:**

Uczestnicy wiedzą w jaki sposób można zacząć, podtrzymać oraz zakończyć rozmowę, wiedzą jak ważną rolę odgrywa kulturalne zachowanie w relacjach interpersonalnych i stosują je na co dzień. Umieją zarządzać swoim przekazem werbalnym i niewerbalnym w taki sposób by inni mogli zrozumieć co poprzez dany komunikat pragną przekazać. Posiadają świadomość swoich praw, pragnień, potrzeb i potrafią je wyrazić w sposób nie naruszający prawa innych osób. Uczestnicy posiadają umiejętność przyjmowania cudzych opinii na ich temat bez nadmiernej ekspresji emocjonalnej prowadzącej do konfliktu, posiadają większą tolerancję w stosunku do osób mających inne zdanie i poglądy niż oni.

**ADRESACI:** trening głównie przeznaczony jest dla 23 osób (8 osób z grupy A, 12 z grupy B i 3 z grupy C) pozostali uczestnicy czyli 20 osób (1 z grupy A, 10 z grupy B i 9 z grupy C) towarzyszą w treningu w sposób doraźny

**WYMIAR CZASU:** codziennie z podziałem na grupy

**PROWADZĄCY:** psycholog, współpraca członków zespołu wspierająco – aktywizującego

**MIEJSCE REALIZACJI:** powyższy trening realizowany będzie w następujących pracowniach, pomieszczeniach, urzędach i instytucjach kultury: sala ogólna, sala ogólna pełniąca funkcję pokoju wyciszenia i sali umuzykalniającej, urząd gminy, Bank, Poczta, Zakład Ubezpieczeń Społecznych, Dom Kultury i Sportu, Kino.

- **W obszarze kształtowania zachowań prozdrowotnych:**
- C. Wsparcie w zakresie konsultacji medycznych:**

**FORMA:**

Ćwiczenia w kształtowaniu nawyku dbania o własne zdrowie, podnoszeniu świadomości prozdrowotnej, pomoc w uzgadnianiu i pilnowaniu terminowości wizyt lekarskich, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia, stały kontakt z rodzinami i wymiana informacji o stanie zdrowia uczestnika, współpraca z rodzinami uczestników mająca na celu poprawę lub utrzymanie stanu zdrowia uczestnika.

**1. CELE:**

Poprawa lub utrzymanie dobrego stanu zdrowia, podnoszenie świadomości znaczenia dbania o własne zdrowie.

**ADRESACI:** osoby z grupy A 9, B 22, C 12

**WYMIAR CZASU:** według potrzeb

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

- **W obszarze wsparcia w zakresie zapewnienia psychiatrycznej opieki zdrowotnej:**

**D. Konsultacje psychiatryczne**

**FORMA:** Wizyty indywidualne w poradni zdrowia psychicznego.

## 1. CELE:

Zapewnienie możliwości dbania o własne zdrowie psychiczne, zapewnienie komfortu psychicznego uczestnikom.

**ADRESACI:** przede wszystkim osoby z grupy A 9, grupa B 22 i C 12

**WYMIAR CZASU:** według potrzeb

**PROWADZĄCY:** lekarz psychiatra

## **E. Opieka Psychologiczna:**

**FORMA:** diagnoza psychologiczna

Diagnoza psychologiczna tworzona jest w oparciu o wywiad, obserwację, rozmowę psychologiczną, badanie diagnostyczne, dokumentację medyczną. Dotyczy ona stanu psychicznego, emocjonalnego, zdrowia fizycznego oraz poziomu funkcjonowania umysłowego uczestnika na podstawie, której tworzony jest indywidualny plan wspierająco – aktywizujący.

Terapia w *formie indywidualnej*, której celem jest wsparcie psychologiczne

Kontakt indywidualny mający na celu udzielanie wsparcia i pomocy w znalezieniu odpowiednich sposobów rozwiązywania zaistniałych problemów, uświadamianie na temat choroby, rozbudzenie motywacji, budowanie relacji terapeutycznej opartej na zasadach otwartości, empatii, postawie nieoceniającej, akceptacji.

Terapia w *formie grupowej*:

- trening interpersonalny,
- trening wzmacniania poczucia własnej wartości,
- trening komunikacji,
- trening radzenia sobie ze stresem i emocjami,
- trening rozładowywania napięcia,

- trening pamięci obejmujący wzbogacenie wiedzy ogólnej,
- trening zachowań asertywnych,
- trening kształtowania pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi,
- zajęcia relaksacyjne.

## **1. CELE:**

Wzbudzenie zaufania, redukcja lęku, pomoc w rozwiązywaniu bieżących problemów, stworzenie możliwości do samopoznania, rozwoju osobistego, zrozumienia własnych motywów postępowania. Zwiększenie wrażliwości na potrzeby oraz rozbudzenie wyrozumiałości w stosunku do ograniczeń innych osób, wzmożenie współdziałania, integracja grupy.

## **EFEKTY:**

Poczucie bezpieczeństwa, przynależności, akceptacji, umiejętność adekwatnego do sytuacji wyrażania emocji, uczestnicy potrafią być empatyczni w stosunku innych, wzrasta ich poczucie własnej wartości.

**ADRESACI:** osoby z grupy A9, B 22

**WYMIAR CZASU:** terapia grupowa codziennie po 1h,  
terapia indywidualna w zależności od potrzeb

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

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

## **2. CELE:**

Zachęcanie do współdziałania w procesie rehabilitacji poprzez uczestnictwo rodziców, opiekunów w ćwiczeniach i treningach swoich bliskich (uczestników) w formie obserwatorów, udzielanie wsparcia rodzinie, opiekunom uczestników, pomoc w rozwiązywaniu problemów dotyczących opieki nad osobami z zaburzeniami psychicznymi.

**EFEKTY:**

Rodzice i opiekunowie są bardziej zaangażowani w proces poprawy jakości życia swych bliskich (uczestników), nie czują się osamotnieni w pokonywaniu trudności związanych z opieką nad osobami (bliskimi) z zaburzeniami psychicznymi.

**ADRESACI:** rodzice lub/i opiekunowie

**WYMIAR CZASU:** spotkania organizowane co trzy miesiące i indywidualne według potrzeb.

**PROWADZĄCY:** psycholog

➤ **W obszarze wsparcia w zakresie rehabilitacji społecznej:**

**F. Trening umiejętności spędzania wolnego czasu:**

**FORMA:**

Uczestnicy korzystać będą z zajęć o tematyce sportowej, w tym udział w zawodach sportowych zewnętrznych i wewnętrznych, gry - tenis stołowy, gry planszowe, puzzle. Udział w zajęciach kulturalno - rozrywkowych, imprezy zewnętrzne i wewnętrzne. Obcowanie z literaturą (wyjścia do biblioteki, czytanie książek, słuchanie nagrań). Obcowanie z przyrodą - spacer, opieka nad roślinami doniczkowymi, prace ogrodnicze na świeżym powietrzu. Szycie, szydełkowanie, robienie na drutach, malowanie. Oglądanie telewizji, korzystanie z Internetu, wyjazdy do kina, wyjazdy na fitness.

**1. CELE:**

Nabywanie i rozwijanie nowych zainteresowań i umiejętności między innymi obsługa komputera, doskonalenie umiejętności plastycznych, krawieckich a przede wszystkim aktywne spędzanie wolnego czasu.

**EFEKTY:**

Uczestnicy potrafią obsługiwać komputer z łatwością korzystają z Internetu, poznają swoje zainteresowania i talenty, nabierają pewności siebie, oddają się swoim pasjom oraz przyjemnie i aktywnie spędzają czas wolny.

**ADRESACI:** trening przeznaczony głównie dla 3 osób (1 osoba z grupy A, 1 osoba z grupy B 1 osoba z grupy C) natomiast pozostali uczestnicy czyli 40 osób (8 osób z grupy A, 21 osoby z grupy B, 11 osób z grupy C) towarzyszą w sposób doraźny.

**WYMIAR CZASU:** codziennie

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

**MIEJSCE REALIZACJI :** pracownia plastyczna, Publiczna Biblioteka w Pęczniewie, Przedszkole w Pęczniewie, Zespół Szkół w Pęczniewie, Dom Kultury Warta, Dom Kultury i Sportu w Poddębicach.

#### **G. Terapia ruchowa:**

**FORMA:** zajęcia kondycyjne, ogólnousprawniające aparat ruchu, masaż, turystyka i rekreacja, zajęcia fitness.

##### **1. CELE:**

Rozwój oraz doskonalenie umiejętności i nawyków ruchowych poprzez ćwiczenia bierne, ćwiczenia czynne zwiększające zakres ruchomości w stawach, ćwiczenia korekcyjne, kształtujące, ćwiczenia manualne z elementami kinezyterapii, ćwiczenia ogólnorozwojowe oraz nauka chodu. Doskonalenie cech motorycznych (siła, szybkość, wytrzymałość i gibkość). Gry i zabawy sportowe oraz spacer w terenie.

**EFEKTY:** wzrost wydolności i sprawności ruchowej, rozładowanie napięć, poprawa samopoczucia, wzrost samodzielności i aktywności.

**ADRESACI:** trening przeznaczony głównie dla 2 osób (2 osoby z grupy C) natomiast pozostali uczestnicy czyli 41 osób (9 osób z grupy A, 22 osoby z grupy B, 10 osób z grupy C) towarzyszą w sposób doraźny

**WYMIAR CZASU:** codziennie

**PROWADZACY:** masażysta/ fizjoterapeuta

**MIEJSCE REALIZACJI:** sala rehabilitacyjna, boisko przy Zespole Szkół w Pęczniewie, las, Dom Kultury i Sportu w Poddębicach.

## **H. Poradnictwo socjalne**

### **FORMA:**

Współpraca z rodzinami uczestników, Miejsko – Gminnymi Ośrodkami Pomocy Społecznej w sprawach sytuacji socjalnej uczestników. Współpraca z Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Poddębicach w sprawach wsparcia usługami Domu. Przedstawianie uczestnikowi informacji o prawach i uprawnieniach związanych z jego trudną sytuacją życiową, pomoc w przygotowaniu pism urzędowych (np.: wniosek o ubezwłasnowolnienie, odwołanie od decyzji urzędowej, orzeczeń), przedstawienie konsekwencji działań, które mogą być przez niego podjęte. Ponadto poradnictwo obejmuje współpracę z ZUS-em, KRUS-em oraz innymi instytucjami działającymi na rzecz osób niepełnosprawnych (z zaburzeniami psychicznymi), tj. Zespoły ds. Orzekania o Niepełnosprawności, proboszczowie parafii.

### **1. CELE:**

Udzielenie rzetelnej i trafnej informacji dla uczestnika, udzielenie pomocy dla uczestnika w sprawach rentowych, uzyskania orzeczenia o stopniu niepełnosprawności, udzielenie pomocy w sprawach mieszkaniowych. Pomoc w uzyskaniu wsparcia dla rodzin uczestników. Wspieranie uczestnika w samodzielnym decydowaniu oraz poszukiwaniu rozwiązania jego problemu. Tym samym wspieranie go w odbudowywaniu pozytywnych relacji między uczestnikiem a społeczeństwem oraz przeciwdziałanie izolacji społecznej.

### **EFEKTY:**

Wzrost kompetencji niezbędnych do radzenia sobie w sytuacjach kontaktu z instytucjami i urzędami. Nabycie umiejętności korzystania z usług banków, poczty i innych



udogodnień technologicznych. Wypracowanie nawyku kontrolowania terminowości przyznawanych świadczeń (renta, zasiłki) w celu zapobiegania utraty źródła utrzymania. Wyształcenie umiejętności planowania własnych wydatków, nauka samodzielności i odpowiedzialności za własne decyzje, także i te bierno. Wzbudzenie potrzeby aktywności społecznej lub zawodowej w zależności od możliwości psychofizycznych uczestnika.

**ADRESACI:** osoby z grupy: A 9, B 22, C 12

**WYMIAR CZASU:** według potrzeb

**PROWADZĄCY:** pracownik socjalny

**MIEJSCE REALIZACJI :** Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w Pęczniewie oraz spotkania z uczestnikami lub ich rodzicami czy opiekunami w miejscu ich zamieszkania a także Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, Miejskie i Gminne Ośrodki Pomocy Społecznej, Zakład Opieki Zdrowotnej, Zakład Ubezpieczeń Społecznych, Powiatowy Urząd Pracy

#### IV. KWALIFIKACJE KADRY PROWADZĄCEJ

Lp.	Stanowisko	Forma zatrudnienia i wymiar czasu pracy	Kwalifikacje
1	<i>kierownik</i>	<i>umowa o pracę</i> <i>1 etat</i>	<i>studia magisterskie pedagogiczne, specjalizacja z organizacji pomocy społecznej</i>
2	<i>psycholog</i>	<i>umowa o pracę</i> <i>1 etat</i>	<i>licencjat administracja w zakresie administracja publiczna, studia magisterskie psychologiczne specjalność psychologia zdrowia i kliniczna, Akademia Liderów-Policealna Szkoła Trenerów i Menadżerów oraz Psychologii Terapeutycznej – instruktor terapii uzależnień</i>
3	<i>pracownik socjalny</i>	<i>umowa o pracę</i> <i>1 etat</i>	<i>studia magisterskie pedagogiczne w zakresie doradztwa zawodowego,</i>

4	<i>terapeuta</i>	<i>umowa o pracę 1 etat</i>	<i>studia magisterskie pedagogiczne specjalność psychopedagogika</i>
5	<i>starszy instruktor terapii zajęciowej</i>	<i>umowa o pracę 1 etat</i>	<i>policealne studium terapii zajęciowej,</i>
6	<i>technik fizjoterapii</i>	<i>umowa o pracę 1 etat</i>	<i>licencjat kierunek fizjoterapia, kurs masażu I i II stopnia, kurs I i II stopnia dla terapeutów zajęciowych,</i>
7	<i>opiekun</i>	<i>umowa o pracę 1 etat</i>	<i>studia magisterskie kierunek pedagogika społeczna w zakresie pracy opiekuńczej i socjalno – wychowawczej,</i>

Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego posiadają ponad 6-miesięczne doświadczenie zawodowe z osobami z zaburzeniami psychicznymi.

Zatrudnienie powyżej obowiązuje do dnia 31 grudnia 2015r. Plan zatrudnienia na rok 2016 jest zależny od środków finansowych.

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

Lp.	Tematyka szkolenia	Planowana liczba uczestników	Termin realizacji szkolenia	Ocena efektów szkolenia
1	Współpraca zespołu Wspierająco – Aktywizującego, potrzeby, oczekiwania, komunikacja, umacnianie współpracy - szkolenie wewnętrzne	7	Do końca czerwca 2016 r.	Poprawa jakości przepływu informacji, poznanie potrzeb i oczekiwań członków zespołu wspierająco – aktywizującego. Wzrost efektywności pracy zespołowej
2	Przećwiczenie reakcji właściwych w sytuacjach kryzysowych np. atak serca, napad złości, gniewu itp. - szkolenie wewnętrzne	7	Do końca grudnia 2016 r.	Zminimalizowanie niebezpieczeństwa, poprzez natychmiastowe podjęcie aktywności zaradczej

## **VI. DZIAŁANIA O CHARAKTERZE SPORADYCZNYM LUB OKAZJONALNYM**

### **STYCZEŃ**

- Prezentacja występów jasełkowych uczestników PŚDS przed społecznością lokalną – wyjście
- Turniej tańca dowolnego – wewnętrzny uczestników PŚDS
- Turniej układania puzzli
- Urodziny uczestników

### **LUTY**

- Dzień dobrych uczynków – spotkanie Walentynkowe na terenie placówki
- „Słodkie Ostatki” – przygotowanie słodkiego poczęstunku i zabawa taneczna
- Urodziny uczestników

### **MARZEC**

- Dzień Kobiet i Dzień Mężczyzn – spotkanie wewnętrzne
- Konkurs „Sztuka jak Balsam” – przygotowanie prac na konkurs plastyczny
- Wiosenne porządki – prace w ogrodzie i na terenie placówki
- Urodziny uczestników
- Śniadanie Wielkanocne

### **KWIECIEŃ**

- Warsztaty muzyczne – „Jaka to melodia” - polskie przeboje
- Zajęcia z rękodzieła – integracja uczestników z dziećmi z Zespołu Szkół w Pęczniewie
- Urodziny uczestników

### **MAJ**

- Rocznica Konstytucji 3 Maja i Święto Polskiej Flagi, role symboli narodowych – patriotyczne warsztaty o charakterze edukacyjnym

- Wyjazd na Wojewódzką Olimpiadę Osób Niepełnosprawnych
- Dzień Rodziny – spotkanie z okazji Dnia Matki i Ojca, uroczystość dla uczestników i ich rodzin
- Gry i zabawy na świeżym powietrzu
- Wyjazd do kina
- Urodziny uczestników

## CZERWIEC

- Integracyjny Przegląd Twórczości Artystycznej w Warcie – wyjazd
- Noc Kupały w Skęczniewie – wyjazd
- Powiatowa Spartakiada dla Osób Niepełnosprawnych w Czepowie – wyjazd
- Integracyjna Mega Dyskoteka – wyjazd do ŚDS Osiek, klub „Protektor” Biała k. Wielunia
- Urodziny uczestników

## LIPIEC

- Boccia – wewnętrzne rozgrywki drużynowe uczestników PŚDS
- Bajkowy dzień – twórczość własna uczestników, opowieść lub bajka z morałem
- Wizyta w Banku – jak radzić sobie w urzędzie
- Urodziny uczestników

## SIERPIEŃ

- Spotkanie z książką – zajęcia w Publicznej Bibliotece w Pęczniewie
- Wizyta w Powiatowym Urzędzie Pracy w Poddębicach – jak sprawnie i efektywnie szukać pracy
- Urodziny uczestników

## WRZESIEŃ

- Prezentacja Domu podczas Powiatowych Dożynek w Poddębicach
- Wizyta w Zakładzie Ubezpieczeń Społecznych w Poddębicach – jak radzić sobie w urzędzie

- Sprzątanie świata – jesienne porządki w ogrodzie i na terenie placówki
- Festiwal Piosenki Różnej w Rożdżalach – wyjazd
- Urodziny uczestników

### PAŹDZIERNIK

- Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego połączony z jubileuszem – coroczne spotkanie z uczestnikami ŚDS i ich rodzinami
- Wizyta w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Poddębicach – zapoznanie się z rolą jaką pełni dana instytucja
- Grzybobranie
- Urodziny uczestników

### LISTOPAD

- Jesienne Prezentacje Twórczości Artystycznej „PRZEZ DZIURKĘ OD KLUCZA” w Aleksandrowie Łódzkim – udział w spotkaniu
- Wróżby Andrzejkowe
- Urodziny uczestników

### GRUDZIEŃ

- Hej Kolęda, Kolęda – wewnętrzny koncert kolęd i pastorałek uczestników PŚDS
- Spotkanie Wigilijne – spotkanie kulturalno-integracyjne uczestników z władzami gminy oraz rodzinami uczestników przy wigilijnym stole
- Zabawa Sylwestrowa – dyskoteka i zabawy integracyjne przy muzyce
- Urodziny uczestników

## VII. INFORMACJE DOTYCZĄCE WSPÓLPRACY Z RODZINAMI UCZESTNIKÓW, Z PARTNERAMI SPOŁECZNYMI

Partner	Cele i zakres współpracy	Efekty
ŚDS w Roźdzałach	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ spotkania organizowane przez PŚDS</li> <li>▪ udział w Festiwalu Piosenki Różnej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– integracja uczestników</li> <li>– rozwijanie umiejętności podtrzymywania prawidłowych relacji interpersonalnych</li> <li>– wzrastanie akceptacji siebie i innych</li> <li>– możliwość konfrontacji i wymiany doświadczeń wykonawców</li> </ul>
PŚDS w Czepowie	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ spotkania organizowane przez PŚDS</li> <li>▪ udział w powiatowej spartakiadzie dla osób niepełnosprawnych</li> </ul>	<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>– budowanie i podtrzymywanie prawidłowych relacji interpersonalnych</li> <li>– nabywanie umiejętności zdrowej rywalizacji</li> </ul>
RCPS w Łodzi oraz CSiR w Łasku	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ udział w wojewódzkiej olimpiadzie dla osób niepełnosprawnych intelektualnie</li> </ul>	<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>– budowanie prawidłowych relacji interpersonalnych</li> </ul>
RCPS w Łodzi i Wojewódzka Biblioteka Publiczna im. Marszałka Piłsudskiego w Łodzi przy honorowym patronacie Marszałka Województwa Łódzkiego	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ udział w konkursie plastycznym pt. : „Sztuka jak Balsam”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– rozwijanie umiejętności manualnej, plastycznej uczestników</li> <li>– rozbudzanie ciekawości poznawczej uczestników</li> <li>– podnoszenie samooceny i pewności siebie uczestników</li> <li>– rozwój 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	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ udział w Integracyjnym Przeglądzie Twórczości Artystycznej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– rozwijanie umiejętności artystycznych i plastycznych uczestników</li> <li>– integracja uczestników z uczestnikami innych placówek</li> <li>– nabywanie i rozwój umiejętności nawiązywania nowych znajomości</li> <li>– zapobieganie izolacji społecznej</li> </ul>
DPS w Skęczniewie	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ udział w Nocy Kupały</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– integracja uczestników z różnych placówek</li> <li>– rozwijanie umiejętności plastycznych, artystycznych i ruchowych</li> <li>– stymulowanie rozwoju emocjonalnego i twórczego</li> </ul>

<b>Przedszkole w Pęczniewie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ udział w uroczystościach okazjonalnych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– integracja uczestników ze środowiskiem lokalnym</li> <li>– uwrażliwianie dzieci na osoby niepełnosprawne</li> <li>– wzrost jakości relacji z innymi ludźmi</li> </ul>
<b>Zespół Szkół w Pęczniewie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ udział w dzieci w uroczystościach okazjonalnych</li> <li>▪ warsztaty z rękodzieła dla uczniów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– integracja uczestników ze środowiskiem lokalnym</li> <li>– uwrażliwianie dzieci na osoby niepełnosprawne</li> <li>– rozwijanie umiejętności współpracy i dzielenia się własnymi zdolnościami, zainteresowaniami i hobby</li> <li>– rozwijanie umiejętności plastycznych</li> </ul>
<b>Publiczna Biblioteka w Pęczniewie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ udział w spotkaniach z biblioterapii</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– integracja uczestników ze środowiskiem lokalnym</li> <li>– rozwijanie i poszukiwanie nowych form spędzania czasu wolnego</li> </ul>
<b>ŚDS w Osieku</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dyskoteka w Białej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– integracja z uczestnikami innych domów środowiskowych</li> <li>– budowanie i podtrzymywanie prawidłowej relacji społecznej</li> </ul>
<b>Młodzieżowy Dom Kultury w Aleksandrowie Łódzkim</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Jesienny Przegląd Twórczości Artystycznej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– rozwijanie zdolności artystycznych</li> <li>– integracja z uczestnikami z innych placówek</li> <li>– wzrost samooceny i poczucia sprawstwa</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” - Program inwestycji na rok 2016.
2. Podwyższenie wskaźnika zatrudnienia.