

UCHWAŁA Nr 49 / 452 / 16

ZARZĄDU POWIATU W PODDĘBICACH

z dnia 10 marca 2016 r.

w sprawie zatwierdzenia Programu Działalności Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie.

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

§ 1. Zatwierdza opracowany przez Kierownika Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie Program Działalności Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie, którego treść stanowi załącznik do niniejszej uchwały.

§ 2. Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Ryszard Rytter – Przewodniczący Zarządu

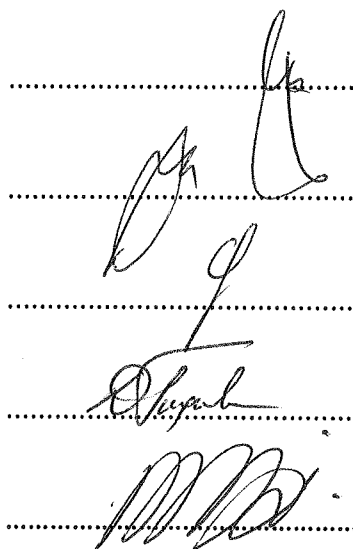
Członkowie Zarządu :

Piotr Binder

Leszek Chmielecki

Marek Długosz

Roman Morawski



.....

.....

.....

.....

.....



**Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy
w Czepowie**

Czepów 75, 99-210 Uniejów
tel./fax: 63/2889 126, tel. kom.: 607 035 077
e-mail: psds.czepow@interia.pl

PŚDS/ 17 /2016

STAROSTWO POWIATOWE w Poddębicach	
WPLYNĘŁO	07.03.16
ilość załączników	
2873	podpis

02
Czepów, dn. 04.03.2016r.

**Zarząd
Powiatu Poddębickiego**

Zgodnie z § 4 pkt 2 Rozporządzenia Ministra pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010r. z późn. zm. w sprawie Środowiskowych Domów Samopomocy, zwracam się z prośbą o zatwierdzenie wymienionych niżej i załączonych dokumentów:

- Programu Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie, typ A dla osób przewlekle psychicznie chorych,
- Programu Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie, typ B dla osób upośledzonych umysłowo,
- Programu Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie, typ C dla osób wykazujących inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych

Załączam także kserokopię Pismo Łódzkiego Urzędu Wojewódzkiego Wydział Polityki Społecznej nr PS-III.9421.11.2016 z dnia 29 lutego 2016r. o nie wniesieniu uwag do przedłożonego w dniu 24 lutego 2016r. Programu Działalności dla każdego typu Domu (ABC) Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie.

Z poważaniem

KIEROWNIK
Powiatowego Środowiskowego
Domu Samopomocy
w Czepowie
Maciej Grubiński

**ŁÓDZKI URZĄD WOJEWÓDZKI
W ŁODZI**

Wp. 04.03.2016r.
Grubski

Łódź, 29 lutego 2016 r.

PS-III.9421.11.2016

Pan
Maciej Grubski
Kierownik
Powiatowego Środowiskowego
Domu Samopomocy
w Czepowie

Szanowny Panie Kierowniku,

w związku § 4 ust. 2 i 3 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. Nr 238, poz. 1586 ze zm.), uprzejmie informuję, że nie wnoszę uwag do przedłożonego w dniu 24 lutego 2016 roku Programu Działalności dla każdego typu Domu (ABC) Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie.

Z poważaniem,

z up. WOJEWODY ŁÓDZKIEGO



Agnieszka Łukomska -Dulaj
Dyrektor Wydziału Polityki Społecznej



**Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy
w Czepowie**

Czepów 75, 99-210 Uniejów
tel./fax: 63/2889 126,
e-mail: psds.czepow@interia.pl

**PROGRAM DZIAŁANOŚCI
POWIATOWEGO ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
W CZEPOWIE, POWIAT PODDĘBICKI
DLA OSÓB PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYCH
(typ A)**

I. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA POWIATOWEGO ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZEPOWIE;

- a) Typ domu: A, B, C
b) Zasięg terytorialny wsparcia udzielanego przez Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w Czepowie:

POWIAT PODDĘBKICKI – gminy: Uniejów, Wartkowice, Poddębice;
- POWIAT ŁĘCZYCKI – gmina: Świnice Warckie, porozumienia zawarte 06.07.2009 r. pomiędzy Zarządem Powiatu Poddębickiego, a gminą Świnice Warckie

c) Statutowa liczba miejsc: 52;

d) Usytuowanie siedziby:

Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy mieści się w budynku po byłej Szkole Podstawowej w Czepowie, w gminie Uniejów, powiat: poddębicki, woj. łódzkie. Siedziba PŚDS w Czepowie to dwupiętrowy budynek z zagospodarowaną piwnicą i użytkowym poddaszem, otoczony zabytkowym parkiem, którego powierzchnia to 4,63 ha. Na terenie parku znajdują się także: pomieszczenia gospodarcze: garaż, szopa oraz stare ubikacje, które zostały zaadoptowane jako pomieszczenia gospodarcze, a także obiekty sportowe: boisko do piłki nożnej, boisko asfaltowe oraz zeskok do skoku w dal. Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy jest samodzielny użytkownikiem obiektu - budynków oraz parku;

e) Powierzchnia użytkowa domu : ok. 840,8 m².

f) Udogodnienia umożliwiające funkcjonowanie osobom niepełnosprawnym:

- dźwig do przewozu osób niepełnosprawnych

- schodolaz.

- łazienki i wc przystosowane do użytku przez osoby niepełnosprawne,

II. PRZESŁANKI DO SFORMUŁOWANIA CELU OGÓLNEGO DLA DOMU TYPU A:

a) analiza zapisów zawartych w strategii Powiatu Poddębickiego dotyczącej rozwiązywania problemów społecznych w obszarze wsparcia osób niepełnosprawnych;

b) bilans potrzeb w skali gminy, powiatu i województwa w oparciu o analizę dotyczącą danych aktualnych i potencjalnych adresatów oferty terapeutycznej PŚDS;

c) rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010r.

w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2010r. Nr 283, poz.1586 z późn. zmianami)

d) ustawy o pomocy społecznej z dnia 12 marca 2004r. (Dz. U.z.2009r Nr 175, poz. 1362 z późn. zmianami)

III. CEL OGÓLNY DLA DOMU TYPU A:

Sprawne funkcjonowanie PŚDS w stosunku do uczestników przewlekle psychicznie chorych oraz skuteczne realizowanie zadań przewidzianych w dokumentach organizacyjnych tj: Statutu Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie zatwierdzonego uchwałą nr XXXVII/219/13 Rady Powiatu Poddębickiego z dnia 14.11.2013r. oraz Regulaminu Organizacyjnego Powiatowego

Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie zatwierdzonego uchwałą nr 154/1228/14 Rady Powiatu Poddębickiego z dnia 15.05.2014r. Cel ogólny realizowany jest w szczególności poprzez:

- Optymalizację funkcjonowania uczestników PŚDS w kluczowych obszarach życia w kierunku integracji społecznej.
- Pracę wspierającą – aktywizującą mającą na celu maksymalną autonomię w funkcjonowaniu na płaszczyźnie poznawczej, wykonawczej, społecznej i innych.
- Koordynację pracy terapeutycznej wraz z oddziaływaniem najbliższego otoczenia rodzinnego, sąsiedzkiego, rówieśniczego celem tworzenia spójnego systemu wsparcia.
- Inspirowanie i motywowanie do aktywności w nowych obszarach – mecenat artystyczny, animacja działań kulturalnych, sportowych i innych.
- Reintegrację społeczną – pełne uczestnictwo w życiu społecznym a szczególnie w decyzjach i działaniach na rzecz osób przewlekle psychicznie chorych
- Udział w tworzenie spójnego systemu wsparcia lokalnego dla osób dysfunkcyjnych.
- Działania mające na celu przełamywanie barier mentalnych i oporu społecznego w stosunku do osób przewlekle psychicznie chorych.

IV. PRZESŁANKI DO SFORMUŁOWANIA CELÓW SZCZEGÓŁOWYCH:

- a) analiza potencjału uczestników z uwzględnieniem atutów i deficytów w różnych obszarach funkcjonowania (poznawczym, wykonawczym, społecznym i innych);
- b) rokowania dotyczące przyszłych sukcesów i ograniczeń;
- c) oferta terapeutyczna PŚDS w konfrontacji z potrzebami i możliwościami uczestników w kontekście bazy lokalowej i wyposażenia PŚDS;
- d) kluczowe obszary wsparcia, adekwatna oferta poszczególnych usług dostosowana do potrzeb i oczekiwań uczestników;
- e) zasady współpracy z otoczeniem uczestników – domem rodzinnym, sąsiadami, grupą rówieśniczą, organizacjami pozarządowymi działającymi na rzecz osób dysfunkcyjnych.
- f) wnioski ze współpracy z instytucjami pomocy społecznej

V. FORMY DZIAŁALNOŚCI DLA TYPU DOMU A - wszystkie podejmowane przez Dom działania, zmierzają do pełnej realizacji indywidualnego planu postępowania wspierającego – aktywizującego danego uczestnika poprzez:

1. Trening funkcjonowania w codziennym życiu

Realizacja poprzez:

- a) trening higieniczny
- b) trening kulinarny
- c) trening umiejętności praktycznych
- d) trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi

Cel ogólny:

Kształtowanie umiejętności samodzielnego funkcjonowania w życiu codziennym poprzez rozpoznawanie i zaspokajanie podstawowych potrzeb życiowych.

Cele szczegółowe:

Uczestnik potrafi:

- poprawnie samodzielnie wykonywać czynności życia codziennego (jedzenie, zachowanie czystości i porządku w najbliższym otoczeniu, wykonywanie prac związanych z gospodarstwem domowym),
- rozpoznać i hierarchizować własne potrzeby,
- rozróżnić stan zaspokojenia potrzeb oraz deprywacji i dyskomfortu,
- gospodarować własnymi środkami finansowymi, posługiwać się środkami płatniczymi,
- racjonalnie planować wydatki,
- wykazać się zaradnością życiową,
- zastosować w życiu codziennym podstawowe zasady Savoir – Vivre,
- dbać o estetykę
- wypracować nawyk celowej aktywności,

2. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów

Realizacja poprzez:

- a) trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów
- b) trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji
- c) trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych
- d) Zebrania społeczności

Cel ogólny:

Kształtowanie i utrwalanie podstawowych umiejętności interpersonalnych oraz nawyków umożliwiających funkcjonowanie w życiu codziennym.

Cele szczegółowe:

Uczestnik posiada:

- motywację do realizacji potrzeb w sposób społecznie akceptowany,
- umiejętność analizowania sytuacji w celu samodzielnego podejmowania decyzji, antycypowania skutków własnych działań, planowania,
- umiejętności interpersonalne w obszarze nawiązywania kontaktów,
- umiejętność skutecznej komunikacji,
- umiejętność decydowania o przebiegu relacji,
- umiejętność zachowania właściwego dystansu,
- szacunek dla granic,
- umiejętność konstruktywnego rozwiązywania konfliktów oraz kontroli ekspresji emocjonalnej,
- umiejętność kształtowania pozytywnych relacji z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury oraz przy okazji spotkań towarzyskich,
- świadomość repertuaru zachowań prospołecznych,
- umiejętność współuczestnictwa w życiu grup rówieśniczych
- umiejętność aktywnego uczestnictwa w sytuacjach interpersonalnych
- umiejętność korzystania z potencjału własnego i innych
- ukształtowaną postawę otwartości i wzajemnej akceptacji
- umiejętność świadomego podejmowania ról społecznych, kształtowanie umiejętności zachowań odpowiedzialnych
- umiejętność podejmowania ról społecznych adekwatnych do swojego potencjału
- umiejętność współdecydowania w sprawach społeczności poprzez zebrania Samorządu
- możliwość integracji ze środowiskiem lokalnym

3. Poradnictwo psychologiczne**Realizacja poprzez:**

- a) indywidualną terapię psychologiczną
- b) grupową terapię psychologiczną

Cel ogólny:

Optymalizacja funkcjonowania emocjonalnego, poznawczego i społecznego uczestników.

Cele szczegółowe:

a) uczestnik posiada:

- poczucie wsparcia w sytuacjach remisji choroby, zaostrzeń objawów psychiatrycznych, hospitalizacji, rekonwalescencji po pobycie w szpitalu
- możliwość uzyskania pomocy w sytuacjach trudnych, wsparcie w wychodzeniu z kłopotów oraz umiejętność postępowania w kryzysie,
- repertuar kompetencji społecznych niezbędnych w codziennym funkcjonowaniu
- satysfakcjonujące relacje z innymi,
- możliwość rozwijania funkcji intelektualnych i poznawczych
- możliwość uzyskania pomocy w rozwiązywaniu konfliktów
- poczucie współpracy i pełniejszego uczestnictwa rodzin i osób bliskich uczestnikowi poprzez wspólne spotkania i współdecydowanie o kierunkach spójnych oddziaływań terapeutycznych,

4. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych**Realizacja poprzez:**

a) wsparcie oraz bezpośrednią pomoc w załatwianiu spraw urzędowych

Cel ogólny:

Kształtowanie umiejętności samodzielnego załatwiania spraw urzędowych w celu pełniejszego funkcjonowania w środowisku lokalnym.

Cele szczegółowe:

a) uczestnik posiada:

- możliwie najpełniejszą orientację w rzeczywistości i umiejętność wykorzystania jej w codziennym funkcjonowaniu (pomoc w załatwianiu spraw w urzędzie, na poczcie, itp.,)
- umiejętność ubiegania się i korzystania z turnusów rehabilitacyjnych,
- możliwość uzyskania pomocy w dostępie do specjalistów,
- umiejętności i nawyki związane z zaradnością życiową,
- wsparcie oraz bezpośrednią pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, pomoc w sporządzaniu pism urzędowych,
- wsparcie oraz pomoc instytucji zajmujących się udzielaniem pomocy osobom niepełnosprawnym,
- wiedzę, umiejętności oraz wsparcie do samodzielnego załatwiania swoich spraw,
- umiejętność szukania pomocy w odpowiednich instytucjach.

5. Poradnictwo socjalne

Realizacja poprzez:

- a) indywidualne i grupowe poradnictwo socjalne
- b) współpracę ze środowiskiem lokalnym uczestnika

Cel ogólny:

Kształtowanie i rozwijanie samodzielności w funkcjonowaniu w środowisku lokalnym.

Cele szczegółowe:

a) Uczestnik posiada:

- możliwie największą samodzielność w funkcjonowaniu w rodzinie oraz w środowisku lokalnym,
- wsparcie i komfort funkcjonowania oraz rozwijania nabytych umiejętności społecznych,
- umiejętność szukania pomocy w odpowiednich instytucjach,
- wsparcie w postaci odpowiednich postaw rodziny i środowiska w kontekście choroby psychicznej,
- możliwość integrowania się ze społecznością PŚDS, środowiskiem rodzinnym oraz lokalnym,
- motywację do budowania pozytywnych relacji z osobami z najbliższego otoczenia (rodzina, społeczność lokalna).

6. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego

Realizacja poprzez:

- a) trening komputerowy
- b) realizację działań wg Harmonogramu Planowanych Imprez Okolicznościowych na dany rok – integracja środowiska, turystyka, wydarzenia sportowo – kulturalne jako formy spędzania czasu wolnego
- c) trening rozwijania zainteresowań literaturą, prasą, filmem, telewizją oraz radiem
- d) zajęcia świetlicowe
- e) terapię manualną
- f) muzykoterapię

Cel ogólny:

Kształtowanie i rozwijanie umiejętności aktywnego spędzania wolnego czasu i motywacji do rozwoju poznawczego.

Cele szczegółowe:

a) Uczestnik posiada:

- umiejętność spędzania wolnego czasu, wypoczynku i relaksacji
- zainteresowania związane z literaturą, prasą, filmem, telewizją, audycjami radiowymi, teatrem,
- umiejętności związane z obsługą z komputera, urządzeń biurowych, internetu w celu zdobywania informacji oraz efektywnego spędzania czasu wolnego,
- wykształcone i utrwalone pozytywne zachowania, zgodne z etyką,
- umiejętność integrowania się oraz pełnego uczestnictwa w życiu społecznym
- umiejętność korzystania z muzyki w celach związanych z optymalnym funkcjonowaniem,
- umiejętność kreatywnych zachowań w celu poszukiwania własnych środków wyrazu artystycznego,

uzewnętrzniania świata, własnych przeżyć i odczuć, do poszukiwania nowych, nieznanych form wyrazu,

- motywację do podejmowania własnych działań i umiejętności twórczych,
- motywację do ciągłego doskonalenia osiągniętych dotychczas umiejętności poznawczych.
- podstawową wiedzę o Polsce i świecie,

7. Terapia ruchowa

Realizacja poprzez:

- a) Zajęcia sportowe, rekreacja
- b) Zajęcia usprawniające w zakresie motoryki i lokomocji,
- c) Fizykoterapia

Cel ogólny:

Poprawa komfortu życia poprzez usprawnianie motoryki, minimalizację odczuwania dysfunkcji fizycznych oraz kształtowanie nawyku aktywnego wypoczyniania.

Cele szczegółowe:

- a) Uczestnik posiada:
 - chęć do wszechstronnego stymulowania rozwoju ruchowego,
 - nawyk dbania o prawidłową postawę ciała wypracowany podczas systematycznego uczestnictwa w gimnastyce kompensacyjnej,
 - umiejętność aktywnego wypoczynku,
 - umiejętność sterowania procesem kompensacji i adaptacji organizmu do wysiłku fizycznego,
 - umiejętność przeciwdziałania akinezji (bezruchowi),
 - motywację do doskonalenia cech motorycznych (szybkość, skoczność, zwinność),
 - większą ogólną wydolność organizmu, lepszą kondycję i sprawność,
 - przywrócony w możliwie najpełniejszym stopniu prawidłowy zakres ruchów, złagodzone odczuwanie dolegliwości bólowych, przykurczy i dyskomfortu oraz związane z tym lepsze ogólne samopoczucie
 - skorygowane w możliwie najpełniejszym zakresie wady postawy,
 - postawę odpowiedzialności za bezpieczeństwo swoje oraz osób współwiczających w grach i zabawach zespołowych,
 - aktywną postawę kibica oraz zawodnika,
 - umiejętność koncentracji i współpracy w grach i zabawach zespołowych,
 - zadowolenie z uczestnictwa w aktywności fizycznej,
 - możliwość rozwijania zainteresowań sportowo - rekreacyjnych

8. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym rynku pracy

Realizacja poprzez:

- a) ergoterapię
- b) pogadanki tematycznie związane z rynkiem pracy
- c) rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień w zakresie sportu, muzyki, stolarstwa, informatyki, kulinariów oraz gier stolikowych

Cel ogólny:

Kształtowanie i utrwalanie umiejętności przygotowujących do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej.

Cele szczegółowe:

Uczestnik posiada:

- motywację do rozwijania zainteresowań, zdolności i umiejętności,
- nawyk celowej aktywności,
- motywację i umiejętności do poszukiwania pracy dorywczej, sezonowej, na stanowiskach pracy chronionej i otwartym rynku pracy,
- nawyki pracownicze (punktualność, systematyczność, rzetelność, współpraca w zespole, samodzielność, dbałość o jakość),
- umiejętność współpracy w grupie,
- umiejętność związanego z pracą planowania działań, koncentrowania się na ich przebiegu i dążenia do uzyskania efektów,
- życiową samodzielność i zaradność

- świadomość konsekwencji podejmowanych działań
- umiejętność obsługi komputera zdobytą podczas treningu komputerowego (wyszukiwanie ofert pracy, pisanie na komputerze, tworzenie CV, obsługa podstawowych programów biurowych),
- możliwość integracji z uczestnikami Warsztatów Terapii Zajęciowej w celu motywacji i wymiany doświadczeń

9. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych

Realizowane poprzez:

- a) trening farmakologiczny
- b) profilaktykę zdrowotną
- c) uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza (m.in. psychiatry) oraz pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia

Cel ogólny:

Poprawa jakości życia poprzez umocnienie nawyku dbałości o zdrowie i pomoc w realizowaniu niezbędnych do tego celu działań.

Cele szczegółowe:

Uczestnik posiada:

- umiejętność i nawyk dbania o własne zdrowie,
- motywację i umiejętności do samodzielnego korzystania z pomocy lekarskiej itp.
- ułatwioną możliwość korzystania ze świadczeń medycznych zapewnianych przez NFZ w miejscu zamieszkania
- umiejętność poprawnego korzystania z terapii farmakologicznej zarówno przez uczestnika jak i jego opiekunów
- wsparcie w sytuacjach korzystania ze specjalistycznej pomocy psychiatrycznej zgodnie z zapisami ustawy o ochronie zdrowia psychicznego
- umiejętność podejmowania zachowań prozdrowotnych i realizowania zdrowego stylu życia,
- adekwatny do możliwości poziom świadomości w obszarach związanych z różnymi dziedzinami życia – higiena, szkodliwość nałogów, zdrowe odżywianie, rekreacja itp.,
- świadomość własnej seksualności i akceptowanych społecznie sposobów jej realizowania,

Rodzaj i zakres zajęć jest dostosowany do indywidualnych potrzeb i możliwości psychofizycznych uczestnika. Zajęcia prowadzone są w oparciu o Indywidualny Plan Postępowania Wspierająco – Aktywizującego opracowywany przez Zespół Wspierająco – Aktywizujący indywidualnie dla każdego uczestnika.

VI. SPOSOBY REALIZACJI:

1. Trening funkcjonowania w życiu codziennym

- trening higieniczny – zwracanie uczestnikom uwagi na estetykę wyglądu, kształtowanie doboru kolorystyki i doboru stroju adekwatnego do pór roku, wdrożenie dbałości o higienę jako umiejętność wprowadzona na stałe do repertuaru zachowań
- trening kulinarny - teoretyczna nauka zasad żywienia, rodzajów diet, kaloryczności posiłków. Nabywanie umiejętności racjonalnego planowania jadłospisu dostosowanego do możliwości finansowych oraz umiejętności higienicznego przygotowywania posiłków przez uczestników. Nauka posługiwania się podstawowym sprzętem kuchennym. Praktyczna nauka przygotowywania posiłków. Doskonalenie własnych zdolności i umiejętności posługiwania się narzędziami i urządzeniami znajdującymi się w kuchni, doskonalenie umiejętności zmywania naczyń, nakrywania i podawania do stołu, savoir – vivre, umiejętność zaplanowania posiłków na pewien okres (2,3 dni) – plan zakupów, etapy realizacji.
- trening umiejętności praktycznych - nabywanie nowych informacji dotyczących prawidłowego dbania o czystość pomieszczeń, mebli i sprzętu domowego, zachowania szczególnej higieny podczas wykonywania czynności porządkowych w toaletach i łazienkach, zachowania bezpieczeństwa podczas używania chemicznych środków czystości. Uczestnicy uczą się obsługiwać podstawowy sprzęt domowy, segregacji i wynoszenia odpadów. Nabytą wiedzę uczestnicy wykorzystują w trakcie zajęć praktycznych – sprzątanie ośrodka, pomoc w utrzymaniu parku.

- trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi - uczestnicy uczą się tworzenia własnego budżetu domowego, zasad oszczędzania, robienia zakupów, posługiwania się pieniędzmi, oszczędnego planowania wydatków, konsekwencji wynikających z zaciągania zobowiązań i kredytów. Poznają aktualne ceny wybranych produktów spożywczych i odzieżowych. Nabytą wiedzę wykorzystują w trakcie zajęć praktycznych – zajęcia symulowane, robienie zakupów w sklepie.

2. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów

- trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów
- trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych
- trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji
- Zebrania społeczności

Trening kształtowania pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury - zajęcia mają charakter teoretyczny (pogadanki i rozmowy) oraz praktyczny (odgrywanie scenek, wyjazdy do urzędu, instytucji kultury). Uczestnicy uczą się prowadzenia rozmowy, nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych, umiejętności współpracy w grupie. Uczą się kulturalnego zachowania oraz norm obowiązujących w społeczeństwie, szacunku i odnoszenia się do osób starszych. Poznają instytucje kultury, ich rodzaje i rolę jaka odgrywają w społeczeństwie.

Zebrania społeczności to spotkania umożliwiające wypowiedzianie się na forum grupy. Uczestnicy omawiają co zdarzyło się w ośrodku, czyje zachowanie było niepokojące, co chcieliby robić, jakie zajęcia się im podobają, a jakie nie. Jakie nowe formy zajęć wprowadzić. Jakie są plany na przyszłość. Uczestnicy podczas zebrań uczą się decydować i planować w sprawach, które ich dotyczą. Uczą się mechanizmów współdziałania w grupie.

3. Poradnictwo psychologiczne

- grupowa terapia psychologiczna - doskonalenie umiejętności funkcjonowania w grupie. Kształtowanie umiejętności konstruktywnego porozumiewania się i rozwiązywania problemów. Rozwijanie postaw życzliwości i szacunku wobec innych, przeciwdziałanie destrukcyjnym zachowaniom. Zachowanie w sytuacjach społecznej ekspozycji, nabywanie umiejętności brania odpowiedzialności za siebie i innych.
- indywidualna terapia psychologiczna. Spotkania mają na celu przyswajanie przez uczestników wiadomości i umiejętności psycho – społecznych potrzebnych w codziennym życiu. Są to zajęcia poświęcone kształtowaniu postaw akceptacji swojej choroby, nauka sposobów radzenia sobie ze stresem i złością. Wzmacnianie poczucia własnej wartości, umiejętność zachowań asertywnych, skuteczna komunikacja, adekwatna samoocena.

4. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych

- wsparcie oraz bezpośrednia pomoc w załatwianiu spraw urzędowych - uczestnicy razem z pracownikiem socjalnym załatwiają sprawy urzędowe, wypełniają dokumenty, odwiedzają instytucje użyteczności publicznej i zaznajamiają się z ich działalnością. Uczą się odpowiedniego zachowania w instytucjach. Zapoznają się ze wzorami pism i formularzy. Uczestnicy uczą się korzystania w takich sytuacjach z umiejętności posługiwania się komputerem i poruszania się w sieci.

5. Poradnictwo socjalne

- indywidualne i grupowe poradnictwo socjalne
- współpraca ze środowiskiem lokalnym uczestnika

Pracownik socjalny pomaga uczestnikom w różnych trudnych sytuacjach życiowych, pomaga napisać wnioski do PCPR o zapomogę, o przyznanie zaliczki z funduszu alimentacyjnego, o zasiłek pielęgnacyjny, pomaga załatwić dofinansowanie z NFZ na pieluchomajtki, z PEFRON na sprzęt ortopedyczny i in. Pomaga skompletować dokumenty do Powiatowego Zespołu do Spraw Orzekania o Stopniu Niepełnosprawności, do ZUS i KRUS o uzyskaniu renty inwalidzkiej lub rodzinnej. Pracownik socjalny sporządza co półroczną aktualizację wywiadów środowiskowych oraz aktualizację dotyczącą odpłatności. Pracownik socjalny jest w stałym kontakcie z rodzicami i opiekunami uczestników, informuje ich o zachowaniu się podopiecznego, sytuacjach trudnych, informuje i zaprasza do współpracy w planowanych imprezach i spotkaniach integracyjnych.

6. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego

- **trening komputerowy** - rozwijanie umiejętności korzystania z Internetu - wyszukiwania interesujących nas informacji i zapisywanie ich, korzystania z przeglądarek internetowych – instalacja i obsługa, zakładania folderów, edytowania dokumentów tekstowych, zakładania kont pocztowych, komunikowanie się na portalach społecznościowych – zakładanie profilu. Zapoznanie się z możliwością zakupów przez Internet – ułatwienia i zagrożenia. Poznawanie urządzeń współpracujących z komputerem (drukarki, kserokopiarki), posługiwanie się faksem, telefonem, gilotyną, laminarką, bindownicą. Korzystanie z wewnętrznej sieci PŚDS

- **realizacja działań wg Harmonogramu Planowanych Imprez Okolicznościowych na dany rok**

Tworzenie stałych form współpracy – inicjatywy wpisane na stałe w Harmonogram Planowanych Imprez Okolicznościowych na dany rok. Organizowanie spotkań i uroczystości okolicznościowych, udział w imprezach organizowanych w PŚDS i wyjazdy na zaproszenia – wg kalendarza sporządzanego co roku., organizowanie na terenie Domu uroczystości okolicznościowych takich jak: Śniadanie Wielkanocne, Wigilia, Dzień Kobiet, Walentynki itp., organizowanie imienin uczestników. Udział w przeglądach, wystawach, imprezach artystycznych, sportowych i innych, inicjowanie działań i imprez integracyjnych adresowanych do społeczności lokalnej, krzewienie tradycji i obyczajów, udział w imprezach, działaniach związanych z turystyką, ekologią. Organizowanie spacerów, wycieczek i wyjazdów grupowych, zwiedzanie najbliższej okolicy, nauka zachowania się w czasie spotkań towarzyskich. Tworzenie gazetek informacyjnych jako środek przekazu informacji, utrwalanie ważnych informacji. Integracja ze środowiskiem lokalnym, udział w wydarzeniach sportowo – kulturalnych o zasięgu gminnym, powiatowym, wojewódzkim.

- **trening rozwijania zainteresowań literaturą, prasą, filmem, telewizją oraz radiem** - nauka umiejętnego korzystania z radia i telewizji. Oglądanie wybranych filmów fabularnych i dokumentalnych, słuchanie audycji radiowych i dyskusja na ich temat w celu pobudzenia ciekawości poznawczej oraz poszerzenia horyzontów myślowych. Kształtowanie i utrwalanie umiejętności wybierania odpowiednich audycji telewizyjnych i radiowych zgodnych z własnymi zainteresowaniami i oczekiwaniami. Głośne czytanie odpowiednio dobranych lektur, które poszerzają wiedzę uczestnika o świecie, innych ludziach i kulturach. Dyskusje na temat przeczytanych utworów, czytanie i recytowanie wierszy. Przygotowywanie występów artystycznych z okazji różnych świąt i uroczystości okolicznościowych, wyjścia np. do biblioteki. Podczas zajęć omawiane są wydarzenia kulturalne w kraju i zagranicą, ich wpływ na życie człowieka. Forma aktywności stanowiąca rozrywkę oraz poszerzająca światopogląd uczestników. Oglądanie filmów o najciekawszych miejscach i zabytkach Polski. Udział w tradycyjnych spotkaniach świątecznych, kultywowanie obrzędów, pielęgnacja tradycji i obyczajów.

- **zajęcia świetlicowe.** Forma aktywności stanowiąca rozrywkę oraz poszerzająca wyobraźnię oraz umiejętności poznawcze uczestników. Aktywne spędzanie czasu wolnego poprzez zabawy ruchowe, gry świetlicowe (gry stolikowe: warcaby, szachy, chińczyk, memory, rummikub), gry i zabawy dydaktyczne, układanie puzzli. Nauka słuchania i mówienia. Stymulowanie funkcji percepcyjnych. Wzbogacanie słownictwa. Kształtowanie sprawności ortograficznych. Doskonalenie sprawności umysłowych, usprawnianie analizy i syntezy słuchowej oraz pamięci, koncentracji i zdolności kojarzenia.

- **terapia manualna** - zajęcia polegające na rozwijaniu umiejętności manualnych, uczące starannego wykonywania pracy, poprawiające koordynację wzrokowo – ruchową, ćwiczące koncentrację uwagi i usprawniające motorykę rąk oraz rozwijające wyobraźnię. Nauka malowania przy pomocy różnych technik, wycinanie, wyklejenie obrazów bibułą i kolorowymi kamykami, prace wykonywane w modelinie, masie solnej, glinie, dekorowanie przedmiotów metodą decoupage, wykonywanie dekoracji pomieszczeń, sporządzanie kart świątecznych oraz stroików.

- **muzykoterapia** - zajęcia warsztatowe i relaksacyjne z muzyką. Zajęcia z rytmiki, pogłębiające wiedzę z różnych dziedzin muzyki, warsztaty kultury ludowej. Rozwijanie wrażliwości słuchowej i ekspresji ruchowej. Przygotowywanie występów artystycznych z okazji różnych świąt i uroczystości okolicznościowych.

7. Terapia ruchowa

- zajęcia sportowe, rekreacja, usprawniające w zakresie motoryki i lokomocji - podnoszenie ogólnej sprawności fizycznej uczestników oraz rozwijanie zdolności motorycznych i koordynacji ruchowej.

Zachęcanie do wysiłku fizycznego poprzez ćwiczenia korekcyjne i ogólnousprawniające, gimnastykę poranną, gry i zabawy ruchowe.

- fizykoterapia – działania usprawniające w sytuacjach dysfunkcji, kontuzji, pogorszenia kondycji fizycznej

8. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym rynku pracy

- ergoterapia – nabywanie umiejętności pracy (nawyki, punktualność, odpowiedzialność), wykorzystywanie własnego potencjału, współpraca i współdziałanie w grupie, umiejętne planowanie, doskonalenie umiejętności wykonawczych. Zajęcia polegające na rozwijaniu umiejętności manualnych, uczące starannego wykonywania pracy, poprawiające koordynację wzrokowo – ruchową, ćwiczące koncentrację uwagi i usprawniające motorykę rąk. Prace w drewnie, naprawa mebli, wykonywanie ozdób świątecznych, nauka posługiwania się narzędziami stolarskimi.

- pogadanki tematycznie związane z rynkiem pracy (we współpracy z PUP w Poddębicach) - przyczyny i trudności w znalezieniu pracy przez osoby przewlekle psychicznie chore. Rola instytucji w pomocy tym osobom. Wskazanie dobrych przykładów i skutecznych rozwiązań.

- rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień uczestników. Praca na atutach uczestników o wysokim potencjale wykonawczym w danej dziedzinie.

Realizacja planów poszczególnych pracowni w następujących obszarach:

a) Sport - utrwalanie, doskonalenie umiejętności, udział w treningach sportowych, zawodach, mitingach w konkurencjach lekkoatletycznych, tenis stołowy, piłka nożna, siatkówka, przynależność do Olimpiad

Specjalnych POLSKA – łódzkie

b) Muzyka - utrwalanie, doskonalenie umiejętności, udział w próbach wokalne – instrumentalnych Zespołu Pozytywka, udział w Festiwalach i Przeglądach, doradztwo merytoryczne, współpraca z placówkami kulturalno – oświatowymi

c) Kulinaria - utrwalanie, doskonalenie umiejętności poprzez praktykę quizy i konkursy, estetykę wykonawczą, korzystanie z książek kulinarnych, motywowanie do poszukiwań nowych przepisów kulinarnych (internet, książka), próby w poszukiwaniu pracy sezonowej o tematyce gastronomicznej, samodzielność

d) Plastyka - realizacja własnych koncepcji plastycznych, poznanie nowych technik, praca nad estetyką, wzmacnianie umiejętności kreatywnego działania i cierpliwości. Utrwalanie poznanych umiejętności.

e) Gry stolikowe - stymulowanie procesów poznawczych, rozwijanie umiejętności współpracy i rywalizacji, kształtowanie samodzielności oraz utrwalanie i doskonalenie umiejętności w zakresie gier stolikowych, szczególnie: warcaby, szachy,

f) Informatyka - utrwalanie, doskonalenie umiejętności obsługi komputera i urządzeń biurowych, nabycie umiejętności pisania CV, wyszukiwania ofert pracy, samodzielność

9. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych

- trening farmakologiczny - nauka dozowania leków. Ćwiczenie pamięci, systematyczności i samodzielności w przyjmowaniu leków. Objawy uboczne w przyjmowaniu leków, nauka rozpoznawania i wczesnego reagowania na objawy choroby, skutki przerywania leczenia.

- profilaktyka zdrowotna - wsparcie i motywowanie uczestników do stałych kontaktów z poradniami specjalistycznymi a w szczególności z poradnią zdrowia psychicznego i lekarzem psychiatrą, regularne wizyty u lekarza i stosowanie się do jego zaleceń. Elementy edukacji zdrowotnej i terapii lekowej, pomoc w radzeniu sobie z objawami choroby i ciągłym lękiem przed ich powrotem.

- Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza (m.in. psychiatry, neurologa) oraz pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia - ścisła współpraca z Ośrodkami Zdrowia oraz z lekarzem psychiatrą i neurologiem. Pomoc uczestnikom w rejestracji do lekarza, przypominanie o wizytach kontrolnych.

VII. WYKAZ PARTNERÓW SPOŁECZNYCH I INSTYTUCJI, Z KTÓRYMI WSPÓŁPRACUJE DOM, DZIAŁAJĄCYMI NA RZECZ INTEGRACJI SPOŁECZNEJ UCZESTNIKÓW:

- a) współpraca z placówkami opieki zdrowotnej;
- b) współpraca z instytucjami pomocy społecznej;
- c) współpraca z placówkami i specjalistami w zakresie profilaktyki i terapii uzależnień;
- d) współpraca z rodzinami i otoczeniem uczestników;
- e) współpraca z placówkami lokalnymi;

- f) współpraca z innymi placówkami działającymi na rzecz osób niepełnosprawnych – lokalnymi, regionalnymi oraz na poziomie międzynarodowym;
- g) współpraca z lokalnymi jednostkami organizacyjnymi samorządu terytorialnego i organizacjami pozarządowymi.

VIII. OCENA EFEKTÓW DZIAŁALNOŚCI DOMU (KRYTERIA, METODY OCENY):

- a) systematyczna ocena kompleksowych działań Domu w sprawozdaniach merytorycznych
- b) indywidualna ocena postępów uczestników poprzez omówienie realizacji założonego planu wsparcia w okresie półrocznym w stosunku do każdego z uczestników – kryteria sformułowane w oparciu o atuty i ograniczenia uczestników – metoda spotkania zespołu wspierająco- aktywizującego
- c) ocena zmian w poziomie i specyfice wsparcia poprzez analizę celowości wydatkowanych środków, skuteczność zakupionego sprzętu i wyposażenia,
- d) konfrontacja celów i pożądaných zmian w ramach systematycznych zebrań zespołu wspierająco - aktywizującego, spotkań pracowników, projektowania dalszych działań, korygowanie zamierzeń.

IX. MOŻLIWOŚCI REALIZACYJNE PODEJMOWANYCH DZIAŁAŃ NA RZECZ UCZESTNIKÓW:

- a) lokalizacja Domu w otoczeniu parku – stwarza możliwość organizacji imprez plenerowych – zawodów sportowych, plenerów, imprez integracyjnych;
- b) baza lokalowa Domu pozwala na wygodne i skuteczne organizowanie zajęć wspierająco - aktywizujących ze względu na dużą powierzchnię i odpowiednią liczbę pomieszczeń;
- c) z racji możliwości lokalowych istnieje możliwość przyjęcia większej liczby uczestników z zachowaniem komfortu i skuteczności w działaniu;
- d) Dom dysponuje bardzo dobrze zorganizowanymi i wyposażonymi w sprzęt pracowniami – manualna, fizykoterapii, pracownia terapii ruchem, muzykoterapii, komputerowa i urządzeń biurowych, higieniczno-kosmetyczna, zajęć świetlicowych, kulinarna, stolarsko-techniczna,
- e) placówka zatrudnia odpowiednio wykwalifikowaną kadrę zgodnie z treścią § 10 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. z póź. zm. w sprawie środowiskowych domów samopomocy, regulaminem organizacyjnym, rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 18 marca 2009 r. w sprawie wynagradzania pracowników samorządowych.

X. INICJATYWY I KIERUNKI DALSZEGO ROZWOJU:

- rozszerzanie oferty wspierająco – aktywizującej dla osób korzystających ze wsparcia PŚDS oraz ich najbliższego otoczenie – możliwość uczestnictwa w nowych działaniach, poszukiwanie nowych rozwiązań terapeutycznych;
- rozbudowa repertuaru kompetencji zawodowych pracowników placówki poprzez podnoszenie kwalifikacji, udział w szkoleniach wewnętrznych, korzystanie z oferty szkoleń zewnętrznych, wsparcie w postaci superwizji i udziału w grupach Balinta;
- zaangażowanie w pozyskiwanie środków zewnętrznych, aplikowanie w konkursach, realizacja projektów finansowanych z grantów;
- organizacja cyklicznych imprez na skalę regionu propagujących integrację i akceptację w stosunku do osób dysfunkcyjnych
- organizacja spotkań merytorycznych w formule forum wymiany doświadczeń dla osób pracujących na rzecz osób dysfunkcyjnych.

Kierownik
Powiatowego Centrum Pomocy Społecznej
Dział Organizacji i Wspierania
M. G. G.

22. 02. 2016r.



**PROGRAM DZIAŁANOŚCI
POWIATOWEGO ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
W CZEPOWIE, POWIAT PODDĘBICKI
DLA OSÓB UPOŚLEDZONYCH UMYSŁOWO
(typ B)**

**I. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA POWIATOWEGO ŚRODOWISKOWEGO DOMU
SAMOPOMOCY W CZEPOWIE;**

- a) Typ domu: A, B, C
- b) Zasięg terytorialny wsparcia udzielanego przez Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w Czepowie:
 - POWIAT PODDĘBKICKI – gminy: Uniejów, Wartkowice, Poddębice;
 - POWIAT ŁĘCZYCKI – gmina: Świnice Warckie, porozumienia zawarte 06.07.2009 r. pomiędzy Zarządem Powiatu Poddębickiego, a gminą Świnice Warckie
- c) Statutowa liczba miejsc: 52;
- d) Usytuowanie siedziby:

Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy mieści się w budynku po byłej Szkole Podstawowej w Czepowie, w gminie Uniejów, powiat: poddębicki, woj. łódzkie. Siedziba PŚDS w Czepowie to dwupiętrowy budynek z zagospodarowaną piwnicą i użytkowym poddaszem, otoczony zabytkowym parkiem, którego powierzchnia to 4,63 ha. Na terenie parku znajdują się także: pomieszczenia gospodarcze: garaż, szopa oraz stare ubikacje, które zostały zaadoptowane jako pomieszczenia gospodarcze, a także obiekty sportowe: boisko do piłki nożnej, boisko asfaltowe oraz zeskok do skoku w dal. Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy jest samodzielnym użytkownikiem obiektu - budynków oraz parku;
- e) Powierzchnia użytkowa domu : ok. 840,8 m².
- f) Udogodnienia umożliwiające funkcjonowanie osobom niepełnosprawnym:
 - dźwig do przewozu osób niepełnosprawnych
 - schodolaz
 - łazienki i wc przystosowane do użytku przez osoby niepełnosprawne,

II. PRZESŁANKI DO SFORMUŁOWANIA CELU OGÓLNEGO DLA DOMU TYPU B:

- a) analiza zapisów zawartych w strategii Powiatu Poddębickiego dotyczącej rozwiązywania problemów społecznych w obszarze wsparcia osób niepełnosprawnych;
- b) bilans potrzeb w skali gminy, powiatu i województwa w oparciu o analizę dotyczącą danych aktualnych i potencjalnych adresatów oferty terapeutycznej PŚDS;
- c) rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2010r. Nr 283, poz.1586)
- d) ustawy o pomocy społecznej z dnia 12 marca 2004r. (Dz. U.z 2009r Nr 175, poz. 1362 z późn. zmianami)

III. CEL OGÓLNY DLA DOMU TYPU B:

Sprawne funkcjonowanie PŚDS w stosunku do uczestników upośledzonych umysłowo oraz skuteczne realizowanie zadań przewidzianych w dokumentach organizacyjnych tj: Statutu Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie zatwierdzonego uchwałą nr XXXVII/219/13 Rady Powiatu Poddębickiego z dnia 14.11.2013r. oraz Regulaminu Organizacyjnego Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie zatwierdzonego uchwałą nr 154/1228/14 Rady Powiatu Poddębickiego z dnia 15.05.2014r. Cel ogólny realizowany jest w szczególności poprzez:

- Optymalizację funkcjonowania uczestników PŚDS w kluczowych obszarach życia w kierunku integracji społecznej.

- Pracę wspierająco – aktywizującą mającą na celu maksymalną autonomię w funkcjonowaniu na płaszczyźnie poznawczej, wykonawczej, społecznej i innych.
- Koordynację pracy terapeutycznej wraz z oddziaływaniem najbliższego otoczenia rodzinnego, sąsiedzkiego, rówieśniczego celem tworzenia spójnego systemu wsparcia.
- Inspirowanie i motywowanie do aktywności w nowych obszarach – mecenat artystyczny, animacja działań kulturalnych, sportowych i innych.
- Reintegrację społeczną – pełne uczestnictwo w życiu społecznym a szczególnie w decyzjach i działaniach na rzecz osób przewlekle psychicznie chorych
- Udział w tworzenie spójnego systemu wsparcia lokalnego dla osób dysfunkcyjnych.
- Działania mające na celu przełamywanie barier mentalnych i oporu społecznego w stosunku do osób upośledzonych umysłowo.

IV. PRZESŁANKI DO SFORMUŁOWANIA CELÓW SZCZEGÓŁOWYCH:

- a) analiza potencjału uczestników z uwzględnieniem atutów i deficytów w różnych obszarach funkcjonowania (poznawczym, wykonawczym, społecznym i innych);
- b) rokowania dotyczące przyszłych sukcesów i ograniczeń;
- c) oferta terapeutyczna PŚDS w konfrontacji z potrzebami i możliwościami uczestników w kontekście bazy lokalowej i wyposażenia PŚDS;
- d) kluczowe obszary wsparcia, adekwatna oferta poszczególnych usług dostosowana do potrzeb i oczekiwań uczestników;
- e) zasady współpracy z otoczeniem uczestników – domem rodzinnym, sąsiadami, grupą rówieśniczą, organizacjami pozarządowymi działającymi na rzecz osób dysfunkcyjnych.

V. FORMY DZIAŁALNOŚCI DLA TYPU DOMU B - wszystkie podejmowane przez Dom działania, zmierzają do pełnej realizacji indywidualnego planu postępowania wspierająco – aktywizującego danego uczestnika poprzez:

1. Trening funkcjonowania w codziennym życiu

Realizacja poprzez:

- a) trening higieniczny
- b) trening kulinarny
- c) trening umiejętności praktycznych
- d) trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi

Cel ogólny:

Kształtowanie umiejętności samodzielnego funkcjonowania w życiu codziennym poprzez rozpoznawanie i zaspokajanie podstawowych potrzeb życiowych.

Cele szczegółowe:

Uczestnik potrafi:

- poprawnie samodzielnie wykonywać czynności życia codziennego (jedzenie, zachowanie czystości i porządku w najbliższym otoczeniu, wykonywanie prac związanych z gospodarstwem domowym),
- rozpoznać i hierarchizować własne potrzeby,
- rozróżnić stan zaspokojenia potrzeb oraz deprywacji i dyskomfortu,
- gospodarować własnymi środkami finansowymi, posługiwać się środkami płatniczymi,
- racjonalnie planować wydatki,
- wykazać się zaradnością życiową,
- zastosować w życiu codziennym podstawowe zasady Savoir – Vivre,
- dbać o estetykę
- wypracować nawyk celowej aktywności,

2. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów

Realizacja poprzez:

- a) trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów
- b) trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji
- c) trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych

d) Zebrania społeczności

Cel ogólny:

Kształtowanie i utrwalanie podstawowych umiejętności interpersonalnych oraz nawyków umożliwiających funkcjonowanie w życiu codziennym.

Cele szczegółowe:

Uczestnik posiada:

- motywację do realizacji potrzeb w sposób społecznie akceptowany,
- umiejętności interpersonalne w obszarze nawiązywania kontaktów,
- umiejętność skutecznej komunikacji,
- umiejętność decydowania o przebiegu relacji,
- umiejętność zachowania właściwego dystansu,
- szacunek dla granic,
- umiejętność konstruktywnego rozwiązywania konfliktów oraz kontroli ekspresji emocjonalnej,
- umiejętność kształtowania pozytywnych relacji z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury oraz przy okazji spotkań towarzyskich,
- świadomość repertuaru zachowań prospołecznych,
- umiejętność współuczestnictwa w życiu grup rówieśniczych
- umiejętność aktywnego uczestnictwa w sytuacjach interpersonalnych
- ukształtowaną postawę otwartości i wzajemnej akceptacji
- świadomość podstawowych konsekwencji swoich działań,
- umiejętność podejmowania ról społecznych adekwatnych do swojego potencjału
- umiejętność współdecydowania w sprawach społeczności poprzez zebrania Samorządu
- możliwość integracji ze środowiskiem lokalnym

3. Poradnictwo psychologiczne

Realizacja poprzez:

a) indywidualną terapię psychologiczną

b) grupową terapię psychologiczną

Cel ogólny:

Optymalizacja funkcjonowania emocjonalnego, poznawczego i społecznego uczestników.

Cele szczegółowe:

a) uczestnik posiada:

- możliwość uzyskania pomocy w sytuacjach trudnych, wsparcie w wychodzeniu z kłopotów oraz umiejętność postępowania w kryzysie,
- repertuar kompetencji społecznych niezbędnych w codziennym funkcjonowaniu
- satysfakcjonujące relacje z innymi,
- możliwość rozwijania funkcji intelektualnych i poznawczych
- możliwość uzyskania pomocy w rozwiązywaniu konfliktów
- poczucie współpracy i pełniejszego uczestnictwa rodzin i osób bliskich uczestnikowi poprzez wspólne spotkania i współdecydowanie o kierunkach spójnych oddziaływań terapeutycznych,

4. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych

Realizacja poprzez:

a) wsparcie oraz bezpośrednią pomoc w załatwianiu spraw urzędowych

Cel ogólny:

Kształtowanie umiejętności samodzielnego załatwiania spraw urzędowych w celu pełniejszego funkcjonowania w środowisku lokalnym.

Cele szczegółowe:

a) uczestnik posiada:

- możliwie najpełniejszą orientację w rzeczywistości i umiejętność wykorzystania jej w codziennym funkcjonowaniu (pomoc w załatwianiu spraw w urzędzie, na poczcie, itp.,)
- możliwość uzyskania pomocy w dostępie do specjalistów,
- umiejętności i nawyki związane z zaradnością życiową,
- wsparcie oraz bezpośrednią pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, pomoc w sporządzaniu pism

urzędowych,

- wsparcie oraz pomoc instytucji zajmujących się udzielaniem pomocy osobom niepełnosprawnym,
- wiedzę, umiejętności oraz wsparcie do samodzielnego załatwiania swoich spraw,
- umiejętność szukania pomocy w odpowiednich instytucjach.

5. Poradnictwo socjalne

Realizacja poprzez:

- a) indywidualne i grupowe poradnictwo socjalne
- b) współpracę ze środowiskiem lokalnym uczestnika

Cel ogólny:

Kształtowanie i rozwijanie samodzielności w funkcjonowaniu w środowisku lokalnym.

Cele szczegółowe:

- a) Uczestnik posiada:

- możliwie największą samodzielność w funkcjonowaniu w rodzinie oraz w środowisku lokalnym,
- wsparcie i komfort funkcjonowania oraz rozwijania nabytych umiejętności społecznych,
- umiejętność szukania pomocy w odpowiednich instytucjach,
- wsparcie w postaci odpowiednich postaw rodziny i środowiska w kontekście choroby psychicznej,
- możliwość integrowania się ze społecznością PŚDS, środowiskiem rodzinnym oraz lokalnym,
- motywację do budowania pozytywnych relacji z osobami z najbliższego otoczenia (rodzina, społeczność lokalna).

6. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego

Realizacja poprzez:

- a) trening komputerowy
- b) realizację działań wg Harmonogramu Planowanych Imprez Okolicznościowych na dany rok – integracja środowiska, turystyka, wydarzenia sportowo – kulturalne jako formy spędzania czasu wolnego
- c) trening rozwijania zainteresowań literaturą, prasą, filmem, telewizją oraz radiem
- d) zajęcia świetlicowe
- e) terapię manualną
- f) muzykoterapię

Cel ogólny:

Kształtowanie i rozwijanie umiejętności aktywnego spędzania wolnego czasu i motywacji do rozwoju poznawczego.

Cele szczegółowe:

- a) Uczestnik posiada:

- umiejętność spędzania wolnego czasu, wypoczynku i relaksacji
- zainteresowania związane z literaturą, prasą, filmem, telewizją, audycjami radiowymi, teatrem,
- umiejętności związane z obsługą z komputera, urządzeń biurowych, internetu w celu zdobywania informacji oraz efektywnego spędzania czasu wolnego,
- wykształcone i utrwalone pozytywne zachowania, zgodne z etyką,
- umiejętność integrowania się oraz pełnego uczestnictwa w życiu społecznym
- umiejętność korzystania z muzyki w celach związanych z optymalnym funkcjonowaniem,
- umiejętność kreatywnych zachowań w celu poszukiwania własnych środków wyrazu artystycznego, uzewnętrzniania świata, własnych przeżyć i odczuć, do poszukiwania nowych, nieznanymi form wyrazu,
- motywację do podejmowania własnych działań i umiejętności twórczych,
- motywację do ciągłego doskonalenia osiągniętych dotychczas umiejętności poznawczych.
- podstawową wiedzę o Polsce i świecie,

7. Terapia ruchowa

Realizacja poprzez:

- a) Zajęcia sportowe, rekreacja
- b) Zajęcia usprawniające w zakresie motoryki i lokomocji,
- c) Fizykoterapia

Cel ogólny:

Poprawa komfortu życia poprzez usprawnianie motoryki, minimalizację odczuwania dysfunkcji fizycznych oraz kształtowanie nawyku aktywnego wypoczyniania.

Cele szczegółowe:

a) Uczestnik posiada:

- chęć do wszechstronnego stymulowania rozwoju ruchowego,
- nawyk dbania o prawidłową postawę ciała wypracowany podczas systematycznego uczestnictwa w gimnastyce kompensacyjnej,
- umiejętność aktywnego wypoczynku,
- umiejętność przeciwdziałania akinezji (bezruchowi),
- motywację do doskonalenia cech motorycznych (szybkość, skoczność, zwinność),
- większą ogólną wydolność organizmu, lepszą kondycję i sprawność,
- przywrócony w możliwie najpełniejszym stopniu prawidłowy zakres ruchów, złagodzone odczuwanie dolegliwości bólowych, przykurczy i dyskomfortu oraz związane z tym lepsze ogólne samopoczucie
- skorygowane w możliwie najpełniejszym zakresie wady postawy,
- postawę odpowiedzialności za bezpieczeństwo swoje oraz osób współwiczających w grach i zabawach zespołowych,
- aktywną postawę kibica oraz zawodnika,
- umiejętność koncentracji i współpracy w grach i zabawach zespołowych,
- zadowolenie z uczestnictwa w aktywności fizycznej,
- możliwość rozwijania zainteresowań sportowo - rekreacyjnych

8. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym rynku pracy

Realizacja poprzez:

a) ergoterapię

b) pogadanki tematycznie związane z rynkiem pracy

c) rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień w zakresie sportu, muzyki, stolarstwa, informatyki, kulinariów oraz gier stolikowych

Cel ogólny:

Kształtowanie i utrwalanie umiejętności przygotowujących do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej.

Cele szczegółowe:

Uczestnik posiada:

- motywację do rozwijania zainteresowań, zdolności i umiejętności,
- nawyk celowej aktywności,
- motywację i umiejętności do poszukiwania pracy na stanowiskach pracy chronionej i otwartym rynku pracy,
- nawyki pracownicze (punktualność, systematyczność, rzetelność, współpraca w zespole, samodzielność, dbałość o jakość),
- umiejętność współpracy w grupie,
- umiejętność związanego z pracą planowania działań, koncentrowania się na ich przebiegu i dążenia do uzyskania efektów,
- życiową samodzielność i zaradność
- świadomość konsekwencji podejmowanych działań
- umiejętność obsługi komputera zdobytą podczas treningu komputerowego (wyszukiwanie ofert pracy, pisanie na komputerze, tworzenie CV, obsługa podstawowych programów biurowych),
- możliwość integracji z uczestnikami Warsztatów Terapii Zajęciowej w celu motywacji i wymiany doświadczeń

9. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych

Realizowane poprzez:

a) trening farmakologiczny

b) profilaktykę zdrowotną

c) uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza oraz pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia

Cel ogólny:

Poprawa jakości życia poprzez umocnienie nawyku dbałości o zdrowie i pomoc w realizowaniu niezbędnych do tego celu działań.

Cele szczegółowe:

Uczestnik posiada:

- umiejętność i nawyk dbania o własne zdrowie,
- motywację i umiejętności do samodzielnego korzystania z pomocy lekarskiej itp.
- ułatwioną możliwość korzystania ze świadczeń medycznych zapewnianych przez NFZ w miejscu zamieszkania
- umiejętność poprawnego korzystania z terapii farmakologicznej zarówno przez uczestnika jak i jego opiekunów
- wsparcie w sytuacjach korzystania ze specjalistycznej pomocy lekarskiej zgodnie z zapisami ustawy o ochronie zdrowia psychicznego
- umiejętność podejmowania zachowań prozdrowotnych i realizowania zdrowego stylu życia,
- adekwatny do możliwości poziom świadomości w obszarach związanych z różnymi dziedzinami życia – higiena, szkodliwość nałogów, zdrowe odżywianie, rekreacja itp.,
- świadomość własnej seksualności i akceptowanych społecznie sposobów jej realizowania,

Rodzaj i zakres zajęć jest dostosowany do indywidualnych potrzeb i możliwości psychofizycznych uczestnika. Zajęcia prowadzone są w oparciu o Indywidualny Plan Postępowania Wspierająco – Aktywizującego opracowywany przez Zespół Wspierająco – Aktywizujący indywidualnie dla każdego uczestnika.

VI. SPOSOBY REALIZACJI:

1. Trening funkcjonowania w życiu codziennym

- trening higieniczny – nauka części odzieży, zwracanie uczestnikom uwagi na jej czystość, kształtowanie doboru kolorystyki i doboru stroju adekwatnego do pór roku. – nauka rozróżniania środków do higieny osobistej (co to jest mydło, szampon, pasta i szczoteczka do zębów, grzebień) i do czego służą te przedmioty, pokaz ich używania, zachęcanie do samodzielnego korzystania z w/w środków, przedmiotów.
- trening kulinarny - nauka rozróżniania podstawowych produktów spożywczych (chleb, kiełbasa, sery, warzywa, owoce, itp.), jak i materiałów do sporządzania napoi (kawa, herbata, owoce, itp.), wykorzystanie produktów w działaniach kulinarnych, podejmowanie prób przez uczestnika do zrobienia prostych kanapek, czy herbaty. Nauka rozróżniania sztuczków. Nabywanie umiejętności nakrywania i podawania do stołu, nakładanie potraw na talerze, nalewanie napojów, estetyka spożywania posiłków.
- trening umiejętności praktycznych – nauka rozróżniania środków czyszczących (do podłogi, mebli itp.) i wykorzystania ich w praktyce poprzez instruktaz terapeutę, nauka segregacji i wynoszenia odpadów, pranie ręczne, posługiwanie się żelazkiem, suszarką do włosów, korzystanie z lodówki, proste czynności porządkowe w domu i parku.
- trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi – nauka rozróżniania nominałów pieniężnych. Poznają aktualne ceny wybranych produktów spożywczych i odzieżowych. Trening w warunkach symulacji dokonywania prostych transakcji, płacenie, odbieranie reszty, odbieranie paragonu.

2. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów

- trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów
- trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych
- trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji
- Zebrania społeczności

Trening kształtowania pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury - zajęcia mają charakter teoretyczny (pogadanki i rozmowy) oraz praktyczny (odgrywanie scenek, wyjazdy do urzędu, instytucji kultury). Uczestnicy uczą się prowadzenia rozmowy, nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych, umiejętności współpracy w grupie. Uczą się kulturalnego zachowania oraz norm obowiązujących w społeczeństwie, szacunku i odnoszenia się do osób starszych. Poznają instytucje kultury, ich rodzaje i rolę jaką odgrywają w społeczeństwie.

Zebrania społeczności to spotkania umożliwiające wypowiedzianie się na forum grupy. Uczestnicy omawiają co zdarzyło się w ośrodku, czyje zachowanie było niepokojące, co chcieliby robić, jakie zajęcia się im podobają, a jakie nie. Jakie nowe formy zajęć wprowadzić. Jakie są plany na przyszłość. Uczestnicy podczas zebrań uczą się decydować i planować w sprawach, które ich dotyczą. Uczą się mechanizmów współdziałania w grupie.

3. Poradnictwo psychologiczne

- grupowa terapia psychologiczna - doskonalenie umiejętności funkcjonowania w życiu codziennym. Kształtowanie umiejętności konstruktywnego porozumiewania się. Rozwijanie postaw życzliwości i szacunku wobec innych, przeciwdziałanie destrukcyjnym zachowaniom. Umiejętność korzystania z pomocy innych, współdziałanie w sytuacjach korzystania pomocy.

- indywidualna terapia psychologiczna - spotkania mają na celu przyswajanie przez uczestników wiadomości i umiejętności psycho – społecznych potrzebnych w codziennym życiu. Nauka określenia własnych stanów emocjonalnych. Wzmacnianie poczucia własnej wartości. Skuteczna komunikacja, postawa asertywna, odnalezienie się w sytuacji trudnej. Konflikt – generowanie i unikanie.

4. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych

- wsparcie oraz bezpośrednia pomoc w załatwianiu spraw urzędowych - uczestnicy razem z pracownikiem socjalnym załatwiają sprawy urzędowe, wypełniają dokumenty, odwiedzają instytucje użyteczności publicznej i zaznajamiają się z ich działalnością. Uczą się odpowiedniego zachowania w instytucjach. Zapoznają się ze wzorami pism i formularzy.

5. Poradnictwo socjalne

- indywidualne i grupowe poradnictwo socjalne
- współpraca ze środowiskiem lokalnym uczestnika

Pracownik socjalny pomaga uczestnikom w różnych trudnych sytuacjach życiowych, pomaga napisać wnioski do PCPR o zapomogę, o przyznanie zaliczki z funduszu alimentacyjnego, o zasiłek pielęgnacyjny, pomaga uzyskać dofinansowanie z NFZ na pieluchomajtki, z PFRON na sprzęt ortopedyczny i in. Pomaga skompletować dokumenty do Powiatowego Zespołu do Spraw Orzekania o Stopniu Niepełnosprawności, do ZUS i KRUS o uzyskaniu renty inwalidzkiej lub rodzinnej. Pracownik socjalny sporządza co półroczną aktualizację wywiadów środowiskowych oraz aktualizację dotyczącą odpłatności. Pracownik socjalny jest w stałym kontakcie z rodzicami i opiekunami uczestników, informuje ich o zachowaniu się podopiecznego, w sytuacjach trudnych, informuje i zaprasza do współpracy w planowanych imprezach i spotkaniach integracyjnych.

6. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego

- *trening komputerowy* - nabywanie podstawowych informacji na temat komputerów i podstawowych umiejętności korzystania z Internetu. Korzystanie z programu Paint i prostych gier.

- *realizacja działań wg Harmonogramu Planowanych Imprez Okolicznościowych na dany rok* (integracja środowiska, turystyka, ekologia, wydarzenia sportowo – kulturalne jako formy spędzania czasu wolnego) - poszerzenie wiedzy poznawczej o Polsce i świecie. Organizowanie spacerów - zwiedzanie najbliższej okolicy, wycieczek i wyjazdów grupowych. Nauka zachowania się w czasie spotkań towarzyskich - wykształcenie i utrwalenie pozytywnych zachowań. Uczestnicy biorą udział w różnych imprezach organizowanych na terenie Domu lub przez inne placówki. Organizowanie spotkań i uroczystości okolicznościowych, udział w imprezach organizowanych w PŚDS i wyjazdy na zaproszenia – wg kalendarza sporządzanego co roku. Organizowanie na terenie Domu uroczystości okolicznościowych takich jak: Śniadanie Wielkanocne, Wigilia, Dzień Kobiet, Walentynki itp. oraz organizowanie imienin uczestników.

- *trening rozwijania zainteresowań literaturą, prasą, filmem, telewizją oraz radiem* - nauka umiejętnego korzystania z radia i telewizji. Oglądanie wybranych filmów fabularnych i dokumentalnych, słuchanie audycji radiowych i dyskusja na ich temat w celu pobudzenia ciekawości poznawczej oraz poszerzenia horyzontów myślowych. Kształtowanie i utrwalanie umiejętności wybierania odpowiednich audycji telewizyjnych i radiowych zgodnych z własnymi zainteresowaniami i oczekiwaniami. Głośne czytanie odpowiednio dobranych lektur, które poszerzają wiedzę uczestnika o świecie, innych ludziach i kulturach. Dyskusje na temat przeczytanych utworów, czytanie i recytowanie wierszy. Udział w występach artystycznych z okazji różnych świąt i uroczystości okolicznościowych. Podczas zajęć omawiane są wydarzenia kulturalne w kraju i zagranicą, ich wpływ na życie człowieka

Oglądanie filmów o najciekawszych miejscach i zabytkach Polski. Udział w tradycyjnych spotkaniach świątecznych, kultywowanie obrzędów, pielęgnacja tradycji i obyczajów

- **zajęcia świetlicowe** - aktywne spędzanie czasu wolnego poprzez zabawy ruchowe, gry świetlicowe, gry i zabawy dydaktyczne, układanie puzzli, gry zespołowe. Forma aktywności stanowiąca rozrywkę oraz poszerzająca wyobraźnię uczestników. – nauka pisania, czytania, liczenia, słuchania i mówienia. Stymulowanie funkcji percepcyjno – motorycznych. Wzbogacanie słownictwa i zakresu używanych pojęć.

- **terapia manualna** - zajęcia polegające na rozwijaniu umiejętności manualnych, uczące starannego wykonywania pracy, poprawiające koordynację wzrokowo – ruchową, ćwiczące koncentrację uwagi i usprawniające motorykę rąk oraz rozwijają wyobraźnię. Nauka trzymania np. kredki. Podejmowanie prób samodzielnego wykonywania różnych prac.

- **muzykoterapia** - zajęcia warsztatowe i relaksacyjne z muzyką. Zajęcia z rytmiki, pogłębiające wiedzę z różnych dziedzin muzyki, warsztaty kultury ludowej. Rozwijanie wrażliwości słuchowej i ekspresji ruchowej. Udział w występach artystycznych z okazji różnych świąt i uroczystości okolicznościowych.

7. Terapia ruchowa

- zajęcia sportowe, rekreacja, usprawniające w zakresie motoryki i lokomocji - podnoszenie ogólnej sprawności fizycznej uczestników oraz rozwijanie zdolności motorycznych i koordynacji ruchowej. Zachęcanie do wysiłku fizycznego poprzez ćwiczenia korekcyjne i ogólnousprawniające, gimnastykę poranną, gry i zabawy ruchowe.

- fizykoterapia – działania usprawniające w sytuacjach dysfunkcji, kontuzji, pogorszenia kondycji fizycznej

8. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym rynku pracy

- ergoterapia – doskonalenie umiejętności wykonawczych - zajęcia polegające na rozwijaniu umiejętności manualnych, uczące starannego wykonywania pracy, poprawiające koordynację wzrokowo – ruchową, ćwiczące koncentrację uwagi i usprawniające motorykę rąk. Drobne prace w drewnie, wykonywanie ozdób świątecznych, nauka rozróżniania i posługiwania się narzędziami stolarskimi.

- pogadanki tematycznie związane z rynkiem pracy (we współpracy z PUP w Poddębicach) - przyczyny i trudności w znalezieniu pracy przez osoby upośledzone umysłowo. Charakterystyka rynku pracy chronionej. Wskazania i przeciwwskazania do pracy osób z dysfunkcją intelektualną

- rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień uczestników. Praca na atutach uczestników o wysokim potencjale wykonawczym w danej dziedzinie.

Realizacja planów poszczególnych pracowni w następujących obszarach:

a) Sport - utrwalanie, doskonalenie umiejętności, udział w treningach sportowych, zawodach, meczach w konkurencjach lekkoatletycznych, tenis stołowy, piłka nożna, siatkówka, przynależność do Olimpiad Specjalnych POLSKA – łódzkie

b) Muzyka - utrwalanie, doskonalenie umiejętności, udział w próbach wokalnno – instrumentalnych Zespołu Pozytywka, udział w Festiwalach i Przeglądach,

c) Kulinaria - utrwalanie, doskonalenie umiejętności poprzez praktykę, wytworzenie nawyku dbałości estetykę wykonawczą, korzystanie z książek kulinarnych,

d) Plastyka - poznanie nowych technik, praca nad estetyką, wzmacnianie umiejętności kreatywnego działania i cierpliwości. Utrwalanie poznanych umiejętności.

e) Gry stolikowe - stymulowanie procesów poznawczych, rozwijanie umiejętności współpracy i rywalizacji, kształtowanie samodzielności oraz utrwalanie i doskonalenie umiejętności w zakresie gier stolikowych, szczególnie: warcaby, memory

f) Informatyka - utrwalanie, doskonalenie umiejętności podstawowej obsługi komputera i urządzeń biurowych, nabycie umiejętności pisania CV, samodzielność

9. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych

- trening farmakologiczny – nauka rozróżniania i dozowania leków. Ćwiczenie pamięci, systematyczności i samodzielności w przyjmowaniu leków.

- profilaktyka zdrowotna - wsparcie i motywowanie uczestników do stałych kontaktów z poradniami specjalistycznymi a w szczególności z lekarzem psychiatrą / neurologiem - uczy regularnych wizyt u lekarza i stosowania się do jego zaleceń.

- Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza (m.in. psychiatry, neurologa) oraz pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia - ścisła współpraca z Ośrodkami Zdrowia oraz z lekarzem

psychiatrą/neurologiem. Pomoc uczestnikom w rejestracji do lekarza, przypominanie o wizytach kontrolnych.

VI. WYKAZ PARTNERÓW SPOŁECZNYCH I INSTYTUCJI, Z KTÓRYMI WSPÓŁPRACUJE DOM, DZIAŁAJĄCYMI NA RZECZ INTEGRACJI SPOŁECZNEJ UCZESTNIKÓW:

- a) współpraca z placówkami opieki zdrowotnej;
- b) współpraca z instytucjami pomocy społecznej;
- c) współpraca z placówkami i specjalistami w zakresie profilaktyki i terapii uzależnień;
- d) współpraca z rodzinami i otoczeniem uczestników;
- e) współpraca z placówkami lokalnymi;
- f) współpraca z innymi placówkami działającymi na rzecz osób niepełnosprawnych – lokalnymi, regionalnymi oraz na poziomie międzynarodowym;
- g) współpraca z lokalnymi jednostkami organizacyjnymi samorządu terytorialnego i organizacjami pozarządowymi.

VII. OCENA EFEKTÓW DZIAŁALNOŚCI DOMU (KRYTERIA, METODY OCENY):

- a) systematyczna ocena kompleksowych działań Domu w sprawozdaniach merytorycznych
- b) indywidualna ocena postępów uczestników poprzez omówienie realizacji założonego planu wsparcia w okresie półrocznym w stosunku do każdego z uczestników – kryteria sformułowane w oparciu o atuty i ograniczenia uczestników – metoda spotkania zespołu wspierająco- aktywizującego
- c) ocena zmian w poziomie i specyfice wsparcia poprzez analizę celowości wydatkowanych środków, skuteczność zakupionego sprzętu i wyposażenia,
- d) konfrontacja celów i pożądaných zmian w ramach systematycznych zebrań zespołu wspierająco - aktywizującego, spotkań pracowników, projektowania dalszych działań, korygowanie zamierzeń .

VIII. MOŻLIWOŚCI REALIZACYJNE PODEJMOWANYCH DZIAŁAŃ NA RZECZ UCZESTNIKÓW:

- a) lokalizacja Domu w otoczeniu parku – stwarza możliwość organizacji imprez plenerowych – zawodów sportowych, plenerów, imprez integracyjnych;
- b) baza lokalowa Domu pozwala na wygodne i skuteczne organizowanie zajęć wspierająco - aktywizujących ze względu na dużą powierzchnię i odpowiednią liczbę pomieszczeń;
- c) z racji możliwości lokalowych istnieje możliwość przyjęcia większej liczby uczestników z zachowaniem komfortu i skuteczności w działaniu;
- d) Dom dysponuje bardzo dobrze zorganizowanymi i wyposażonymi w sprzęt pracowniami – manualna, fizykoterapii, pracownia terapii ruchem, muzykoterapii, komputerowa i urządzeń biurowych, higieniczno-kosmetyczna, zajęć świetlicowych, kulinarna, stolarsko-techniczna,
- e) placówka zatrudnia odpowiednio wykwalifikowaną kadrę zgodnie z treścią § 10 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. z późn. zm. w sprawie środowiskowych domów samopomocy, regulaminem organizacyjnym, rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 18 marca 2009 r. w sprawie wynagradzania pracowników samorządowych.

IX. INICJATYWY I KIERUNKI DALSZEGO ROZWOJU:

- rozszerzanie oferty wspierająco – aktywizujące dla osób korzystających ze wsparcia PŚDS oraz ich najbliższego otoczenie – możliwość uczestnictwa w nowych działaniach, poszukiwanie nowych rozwiązań terapeutycznych;
- rozbudowa repertuaru kompetencji zawodowych pracowników placówki poprzez podnoszenie kwalifikacji, udział w szkoleniach wewnętrznych, korzystanie z oferty szkoleń zewnętrznych, wsparcie w postaci superwizji i udziału w grupach Balinta;
- zaangażowanie w pozyskiwanie środków zewnętrznych, aplikowanie w konkursach, realizacja projektów finansowanych z grantów;
- organizacja cyklicznych imprez na skalę regionu propagujących integrację i akceptację w stosunku do osób dysfunkcyjnych
- organizacja spotkań merytorycznych w formule forum wymiany doświadczeń dla osób pracujących na rzecz osób dysfunkcyjnych.

22.02.2016r.



**PROGRAM DZIAŁANOŚCI
POWIATOWEGO ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
W CZEPOWIE, POWIAT PODDĘBICKI
DLA OSÓB WYKAZUJĄCYCH
INNE PRZEWLEKŁE ZABURZENIA CZYNNOŚCI PSYCHICZNYCH
(typ C)**

**I. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA POWIATOWEGO ŚRODOWISKOWEGO DOMU
SAMOPOMOCY W CZEPOWIE;**

- a) Typ domu: A, B, C
b) Zasięg terytorialny wsparcia udzielanego przez Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w Czepowie:

- POWIAT PODDĘBKICKI – gminy: Uniejów, Wartkowice, Poddębice;
- POWIAT ŁĘCZYCKI – gmina: Świnice Warckie, porozumienia zawarte 06.07.2009 r. pomiędzy Zarządem Powiatu Poddębickiego, a gminą Świnice Warckie

c) Statutowa liczba miejsc: 52;

d) Usytuowanie siedziby:

Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy mieści się w budynku po byłej Szkole Podstawowej w Czepowie, w gminie Uniejów, powiat: poddębicki, woj. łódzkie. Siedziba PŚDS w Czepowie to dwupiętrowy budynek z zagospodarowaną piwnicą i użytkowym poddaszem, otoczony zabytkowym parkiem, którego powierzchnia to 4,63 ha. Na terenie parku znajdują się także: pomieszczenia gospodarcze: garaż, szopa oraz stare ubikacje, które zostały zaadoptowane jako pomieszczenia gospodarcze, a także obiekty sportowe: boisko do piłki nożnej, boisko asfaltowe oraz zeskok do skoku w dal. Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy jest samodzielnym użytkownikiem obiektu - budynków oraz parku;

e) Powierzchnia użytkowa domu : ok. 840,8 m².

f) Udogodnienia umożliwiające funkcjonowanie osobom niepełnosprawnym:

- dźwig do przewozu osób niepełnosprawnych

- schodolaz

- łazienki i wc przystosowane do użytku przez osoby niepełnosprawne,

II. PRZESŁANKI DO SFORMUŁOWANIA CELU OGÓLNEGO DLA DOMU TYPU C:

a) analiza zapisów zawartych w strategii Powiatu Poddębickiego dotyczącej rozwiązywania problemów społecznych w obszarze wsparcia osób niepełnosprawnych;

b) bilans potrzeb w skali gminy, powiatu i województwa w oparciu o analizę dotyczącą danych aktualnych i potencjalnych adresatów oferty terapeutycznej PŚDS;

c) rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010r.

w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2010r. Nr 283, poz.1586)

d) ustawy o pomocy społecznej z dnia 12 marca 2004r. (Dz. U.z 2009r Nr 175, poz. 1362 z późn. zmianami)

III. CEL OGÓLNY DLA DOMU TYPU C:

Sprawne funkcjonowanie PŚDS w stosunku do uczestników wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych oraz skuteczne realizowanie zadań przewidzianych w dokumentach organizacyjnych tj: Statutu Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie zatwierdzonego uchwałą nr XXXVII/219/13 Rady Powiatu Poddębickiego z dnia 14.11.2013r. oraz

Regulaminu Organizacyjnego Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie zatwierdzonego uchwałą nr 154/1228/14 Rady Powiatu Poddębickiego z dnia 15.05.2014r. Cel ogólny realizowany jest w szczególności poprzez:

- Optymalizację funkcjonowania uczestników PŚDS w kluczowych obszarach życia w kierunku integracji społecznej.
- Pracę wspierającą – aktywizującą mającą na celu maksymalną autonomię w funkcjonowaniu na płaszczyźnie poznawczej, wykonawczej, społecznej i innych.
- Koordynację pracy terapeutycznej wraz z oddziaływaniem najbliższego otoczenia rodzinnego, sąsiedzkiego, rówieśniczego celem tworzenia spójnego systemu wsparcia.
- Inspirowanie i motywowanie do aktywności w nowych obszarach – mecenat artystyczny, animacja działań kulturalnych, sportowych i innych.
- Reintegrację społeczną – pełne uczestnictwo w życiu społecznym a szczególnie w decyzjach i działaniach na rzecz osób przewlekle psychicznie chorych
- Udział w tworzenie spójnego systemu wsparcia lokalnego dla osób dysfunkcyjnych.
- Działania mające na celu przełamywanie barier mentalnych i oporu społecznego w stosunku do osób wykazujących inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych

IV. PRZESŁANKI DO SFORMUŁOWANIA CELÓW SZCZEGÓŁOWYCH:

- a) analiza potencjału uczestników z uwzględnieniem atutów i deficytów w różnych obszarach funkcjonowania (poznawczym, wykonawczym, społecznym i innych);
- b) rokowania dotyczące przyszłych sukcesów i ograniczeń;
- c) oferta terapeutyczna PŚDS w konfrontacji z potrzebami i możliwościami uczestników w kontekście bazy lokalowej i wyposażenia PŚDS;
- d) kluczowe obszary wsparcia, adekwatna oferta poszczególnych usług dostosowana do potrzeb i oczekiwań uczestników;
- e) zasady współpracy z otoczeniem uczestników – domem rodzinnym, sąsiadami, grupą rówieśniczą, organizacjami pozarządowymi działającymi na rzecz osób dysfunkcyjnych;
- f) wnioski ze współpracy z instytucjami pomocy społecznej.

V. FORMY DZIAŁALNOŚCI DLA TYPU DOMU C - wszystkie podejmowane przez Dom działania, zmierzają do pełnej realizacji indywidualnego planu postępowania wspierającego – aktywizującego danego uczestnika poprzez:

1. Trening funkcjonowania w codziennym życiu

Realizacja poprzez:

- a) trening higieniczny
- b) trening kulinarny
- c) trening umiejętności praktycznych
- d) trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi

Cel ogólny:

Kształtowanie umiejętności samodzielnego funkcjonowania w życiu codziennym poprzez rozpoznawanie i zaspokajanie podstawowych potrzeb życiowych.

Cele szczegółowe:

Uczestnik potrafi:

- poprawnie samodzielnie wykonywać czynności życia codziennego (jedzenie, zachowanie czystości i porządku w najbliższym otoczeniu, wykonywanie prac związanych z gospodarstwem domowym),
- rozpoznać i hierarchizować własne potrzeby,
- rozróżnić stan zaspokojenia potrzeb oraz deprywacji i dyskomfortu,
- gospodarować własnymi środkami finansowymi, posługiwać się środkami płatniczymi,
- racjonalnie planować wydatki,
- wykazać się zaradnością życiową,
- zastosować w życiu codziennym podstawowe zasady Savoir – Vivre,
- dbać o estetykę
- wypracować nawyk celowej aktywności,

2. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów

Realizacja poprzez:

- a) trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów
- b) trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji
- c) trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych
- d) Zebrania społeczności

Cel ogólny:

Kształtowanie i utrwalanie podstawowych umiejętności interpersonalnych oraz nawyków umożliwiających funkcjonowanie w życiu codziennym.

Cele szczegółowe:

Uczestnik posiada:

- motywację do realizacji potrzeb w sposób społecznie akceptowany,
- umiejętność analizowania sytuacji w celu samodzielnego podejmowania decyzji, antycypowania skutków własnych działań, planowania,
- umiejętności interpersonalne w obszarze nawiązywania kontaktów,
- umiejętność skutecznej komunikacji,
- umiejętność decydowania o przebiegu relacji,
- umiejętność zachowania właściwego dystansu,
- szacunek dla granic,
- umiejętność konstruktywnego rozwiązywania konfliktów oraz kontroli ekspresji emocjonalnej,
- umiejętność kształtowania pozytywnych relacji z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury oraz przy okazji spotkań towarzyskich,
- świadomość repertuaru zachowań prospołecznych,
- umiejętność współuczestnictwa w życiu grup rówieśniczych
- umiejętność aktywnego uczestnictwa w sytuacjach interpersonalnych
- umiejętność korzystania z potencjału własnego i innych
- ukształtowaną postawę otwartości i wzajemnej akceptacji
- umiejętność świadomego podejmowania ról społecznych, kształtowanie umiejętności zachowań odpowiedzialnych
- umiejętność podejmowania ról społecznych adekwatnych do swojego potencjału
- umiejętność współdecydowania w sprawach społeczności poprzez zebrania Samorządu
- możliwość integracji ze środowiskiem lokalnym

3. Poradnictwo psychologiczne

Realizacja poprzez:

- a) indywidualną terapię psychologiczną
- b) grupową terapię psychologiczną

Cel ogólny:

Optymalizacja funkcjonowania emocjonalnego, poznawczego i społecznego uczestników.

Cele szczegółowe:

a) uczestnik posiada:

- możliwość uzyskania pomocy w sytuacjach trudnych, wsparcie w wychodzeniu z kłopotów oraz umiejętność postępowania w kryzysie,
- repertuar kompetencji społecznych niezbędnych w codziennym funkcjonowaniu
- satysfakcjonujące relacje z innymi,
- możliwość rozwijania funkcji intelektualnych i poznawczych
- możliwość uzyskania pomocy w rozwiązywaniu konfliktów
- poczucie współpracy i pełniejszego uczestnictwa rodzin i osób bliskich uczestnikowi poprzez wspólne spotkania i współdecydowanie o kierunkach spójnych oddziaływań terapeutycznych,

4. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych

Realizacja poprzez:

- a) wsparcie oraz bezpośrednią pomoc w załatwianiu spraw urzędowych

Cel ogólny:

Kształtowanie umiejętności samodzielnego załatwiania spraw urzędowych w celu pełniejszego funkcjonowania w środowisku lokalnym.

Cele szczegółowe:

a) uczestnik posiada:

- możliwie najpełniejszą orientację w rzeczywistości i umiejętność wykorzystania jej w codziennym funkcjonowaniu (pomoc w załatwianiu spraw w urzędzie, na poczcie, itp.)
- umiejętność ubiegania się i korzystania z turnusów rehabilitacyjnych,
- możliwość uzyskania pomocy w dostępie do specjalistów,
- umiejętności i nawyki związane z zaradnością życiową,
- wsparcie oraz bezpośrednią pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, pomoc w sporządzaniu pism urzędowych,
- wsparcie oraz pomoc instytucji zajmujących się udzielaniem pomocy osobom niepełnosprawnym,
- wiedzę, umiejętności oraz wsparcie do samodzielnego załatwiania swoich spraw,
- umiejętność szukania pomocy w odpowiednich instytucjach.

5. Poradnictwo socjalne**Realizacja poprzez:**

- a) indywidualne i grupowe poradnictwo socjalne
- b) współpracę ze środowiskiem lokalnym uczestnika

Cel ogólny:

Kształtowanie i rozwijanie samodzielności w funkcjonowaniu w środowisku lokalnym.

Cele szczegółowe:

a) Uczestnik posiada:

- możliwie największą samodzielność w funkcjonowaniu w rodzinie oraz w środowisku lokalnym,
- wsparcie i komfort funkcjonowania oraz rozwijania nabytych umiejętności społecznych,
- umiejętność szukania pomocy w odpowiednich instytucjach,
- wsparcie w postaci odpowiednich postaw rodziny i środowiska w kontekście zaburzeń czynności psychicznych,
- możliwość integrowania się ze społecznością PŚDS, środowiskiem rodzinnym oraz lokalnym,
- motywację do budowania pozytywnych relacji z osobami z najbliższego otoczenia (rodzina, społeczność lokalna).

6. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego**Realizacja poprzez:**

- a) trening komputerowy
- b) realizację działań wg Harmonogramu Planowanych Imprez Okolicznościowych na dany rok – integracja środowiska, turystyka, wydarzenia sportowo – kulturalne jako formy spędzania czasu wolnego
- c) trening rozwijania zainteresowań literaturą, prasą, filmem, telewizją oraz radiem
- d) zajęcia świetlicowe
- e) terapię manualną
- f) muzykoterapię

Cel ogólny:

Kształtowanie i rozwijanie umiejętności aktywnego spędzania wolnego czasu i motywacji do rozwoju poznawczego.

Cele szczegółowe:

a) Uczestnik posiada:

- umiejętność spędzania wolnego czasu, wypoczynku i relaksacji
- zainteresowania związane z literaturą, prasą, filmem, telewizją, audycjami radiowymi, teatrem,
- umiejętności związane z obsługą z komputera, urządzeń biurowych, internetu w celu zdobywania informacji oraz efektywnego spędzania czasu wolnego,
- wykształcone i utrwalone pozytywne zachowania, zgodne z etyką,
- umiejętność integrowania się oraz pełnego uczestnictwa w życiu społecznym
- umiejętność korzystania z muzyki w celach związanych z optymalnym funkcjonowaniem,
- umiejętność kreatywnych zachowań w celu poszukiwania własnych środków wyrazu artystycznego,

uzewnętrzniania świata, własnych przeżyć i odczuć, do poszukiwania nowych, nieznanych form wyrazu,

- motywację do podejmowania własnych działań i umiejętności twórczych,
- motywację do ciągłego doskonalenia osiągniętych dotychczas umiejętności poznawczych.
- podstawową wiedzę o Polsce i świecie,

7. Terapia ruchowa

Realizacja poprzez:

- a) Zajęcia sportowe, rekreacja
- b) Zajęcia usprawniające w zakresie motoryki i lokomocji,
- c) Fizykoterapia

Cel ogólny:

Poprawa komfortu życia poprzez usprawnianie motoryki, minimalizację odczuwania dysfunkcji fizycznych oraz kształtowanie nawyku aktywnego wypoczyniania.

Cele szczegółowe:

a) Uczestnik posiada:

- chęć do wszechstronnego stymulowania rozwoju ruchowego,
- nawyk dbania o prawidłową postawę ciała wypracowany podczas systematycznego uczestnictwa w gimnastyce kompensacyjnej,
- umiejętność aktywnego wypoczynku,
- umiejętność sterowania procesem kompensacji i adaptacji organizmu do wysiłku fizycznego,
- umiejętność przeciwdziałania akinezji (bezruchowi),
- motywację do doskonalenia cech motorycznych (szybkość, skoczność, zwinność),
- większą ogólną wydolność organizmu, lepszą kondycję i sprawność,
- przywrócony w możliwie najpełniejszym stopniu prawidłowy zakres ruchów, złagodzone odczuwanie dolegliwości bólowych, przykurczy i dyskomfortu oraz związane z tym lepsze ogólne samopoczucie
- skorygowane w możliwie najpełniejszym zakresie wady postawy,
- postawę odpowiedzialności za bezpieczeństwo swoje oraz osób współwiczających w grach i zabawach zespołowych,
- aktywną postawę kibica oraz zawodnika,
- umiejętność koncentracji i współpracy w grach i zabawach zespołowych,
- zadowolenie z uczestnictwa w aktywności fizycznej,
- możliwość rozwijania zainteresowań sportowo - rekreacyjnych

8. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym rynku pracy

Realizacja poprzez:

- a) ergoterapię
- b) pogadanki tematycznie związane z rynkiem pracy
- c) rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień w zakresie sportu, muzyki, stolarstwa, informatyki, kulinariów oraz gier stolikowych

Cel ogólny:

Kształtowanie i utrwalanie umiejętności przygotowujących do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej.

Cele szczegółowe:

Uczestnik posiada:

- motywację do rozwijania zainteresowań, zdolności i umiejętności,
- nawyk celowej aktywności,
- motywację i umiejętności do poszukiwania pracy dorywczej, sezonowej, na stanowiskach pracy chronionej i otwartym rynku pracy,
- nawyki pracownicze (punktualność, systematyczność, rzetelność, współpraca w zespole, samodzielność, dbałość o jakość),
- umiejętność współpracy w grupie,
- umiejętność związanego z pracą planowania działań, koncentrowania się na ich przebiegu i dążenia do uzyskania efektów,
- życiową samodzielność i zaradność

- świadomość konsekwencji podejmowanych działań
- umiejętność obsługi komputera zdobytą podczas treningu komputerowego (wyszukiwanie ofert pracy, pisanie na komputerze, tworzenie CV, obsługa podstawowych programów biurowych),
- możliwość integracji z uczestnikami Warsztatów Terapii Zajęciowej w celu motywacji i wymiany doświadczeń

9. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych

Realizowane poprzez:

- a) trening farmakologiczny
- b) profilaktykę zdrowotną
- c) uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza (m.in. psychiatry) oraz pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia

Cel ogólny:

Poprawa jakości życia poprzez umocnienie nawyku dbałości o zdrowie i pomoc w realizowaniu niezbędnych do tego celu działań.

Cele szczegółowe:

Uczestnik posiada:

- umiejętność i nawyk dbania o własne zdrowie,
- motywację i umiejętności do samodzielnego korzystania z pomocy lekarskiej itp.
- ułatwioną możliwość korzystania ze świadczeń medycznych zapewnianych przez NFZ w miejscu zamieszkania
- umiejętność poprawnego korzystania z terapii farmakologicznej zarówno przez uczestnika jak i jego opiekunów
- wsparcie w sytuacjach korzystania ze specjalistycznej pomocy psychiatrycznej zgodnie z zapisami ustawy o ochronie zdrowia psychicznego
- umiejętność podejmowania zachowań prozdrowotnych i realizowania zdrowego stylu życia,
- adekwatny do możliwości poziom świadomości w obszarach związanych z różnymi dziedzinami życia – higiena, szkodliwość nałogów, zdrowe odżywianie, rekreacja itp.,
- świadomość własnej seksualności i akceptowanych społecznie sposobów jej realizowania,

Rodzaj i zakres zajęć jest dostosowany do indywidualnych potrzeb i możliwości psychofizycznych uczestnika. Zajęcia prowadzone są w oparciu o Indywidualny Plan Postępowania Wspierająco – Aktywizującego opracowywany przez Zespół Wspierająco – Aktywizujący indywidualnie dla każdego uczestnika.

VI. SPOSOBY REALIZACJI:

1. Trening funkcjonowania w życiu codziennym

- trening higieniczny – zwracanie uwagi uczestnikom na aspekty higieny osobistej, kształtowanie nawyków w tej dziedzinie.– zwracanie uczestnikom uwagi na estetykę wyglądu, doboru kolorystyki i doboru stroju adekwatnego do pór roku. Dbłość o wizerunek, stylizację, umiejętność korzystania z usług fryzjera, kosmetyczki, dobór kosmetyków, sięganie po inspiracje w zakresie mody.
- trening kulinarny - teoretyczna nauka zasad żywienia, rodzajach diet, kaloryczności posiłków. Nabywanie umiejętności racjonalnego planowania jadłospisu dostosowanego do możliwości finansowych oraz umiejętności higienicznego przygotowywania posiłków uczestników. Nauka posługiwania się podstawowym sprzętem kuchennym. Praktyczna nauka przygotowywania posiłków. Doskonalenie własnych zdolności i umiejętności posługiwania się narzędziami i urządzeniami znajdującymi się w kuchni, doskonalenie umiejętności zmywania naczyń, nakrywania i podawania do stołu, savoir – vivre, umiejętność zaplanowania posiłków na pewien okres (2,3 dni) – plan zakupów, etapy realizacji. Umiejętność dekorowania stołu .
- trening umiejętności praktycznych - nabywanie nowych informacji dotyczących prawidłowego dbania o czystość pomieszczeń, mebli i sprzętu domowego, zachowania szczególnej higieny podczas wykonywania czynności porządkowych w toaletach i łazienkach, zachowania bezpieczeństwa podczas używania chemicznych środków czystości. Uczestnicy uczą się obsługiwać podstawowy sprzęt domowy, segregacji i

wynoszenia odpadów. Nabytą wiedzę uczestnicy wykorzystują w trakcie zajęć praktycznych – sprzątanie ośrodka, pomoc w utrzymaniu parku. Umiejętność organizowania sobie pracy. Planowanie kolejnych etapów pracy. Nabycie umiejętności wykonania prania, prasowania, zmian pościeli, dbałość o rośliny doniczkowe. Samodzielne zorganizowanie większych porządków – mycie okien, odkurzanie, zmywanie. Korzystanie z telefonii komórkowej – bezpieczeństwo i racjonalne korzystanie z telefonu.

- trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi - uczestnicy uczą się tworzenia własnego budżetu domowego, zasad oszczędzania, robienia zakupów, posługiwania się pieniędzmi, oszczędnego planowania wydatków, konsekwencji wynikających z zaciągania zobowiązań i kredytów. Poznają aktualne ceny wybranych produktów spożywczych i odzieżowych. Nabytą wiedzę wykorzystują w trakcie zajęć praktycznych – zajęcia symulowane, robienie zakupów w sklepie. Korzystanie z usług banku, korzystanie z konta, kart płatniczych.

2. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów

- trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów

- trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych

- trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji

- Zebrania społeczności

Trening kształtowania pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury - zajęcia mają charakter teoretyczny (pogadanki i rozmowy) oraz praktyczny (odgrywanie scenek, wyjazdy do urzędu, instytucji kultury). Uczestnicy uczą się prowadzenia rozmowy, nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych, umiejętności współpracy w grupie. Uczą się kulturalnego zachowania oraz norm obowiązujących w społeczeństwie, szacunku i odnoszenia się do osób starszych. Poznają instytucje kultury, ich rodzaje i rolę jaką odgrywają w społeczeństwie.

Zebrania społeczności to spotkania umożliwiające wypowiedzianie się na forum grupy. Uczestnicy omawiają co zdarzyło się w ośrodku, czyje zachowanie było niepokojące, co chcieliby robić, jakie zajęcia się im podobają, a jakie nie. Jakie nowe formy zajęć wprowadzić. Jakie są plany na przyszłość. Uczestnicy podczas zebrania uczą się decydować i planować w sprawach, które ich dotyczą. Uczą się mechanizmów współdziałania w grupie.

3. Poradnictwo psychologiczne

- grupowa terapia psychologiczna - doskonalenie umiejętności funkcjonowania w grupie. Kształtowanie umiejętności konstruktywnego porozumiewania się i rozwiązywania problemów. Rozwijanie postaw życzliwości i szacunku wobec innych, przeciwdziałanie destrukcyjnym zachowaniom. Zachowanie w sytuacjach społecznej ekspozycji, nabywanie umiejętności brania odpowiedzialności za siebie i innych.

- indywidualna terapia psychologiczna. Spotkania mają na celu przyswajanie przez uczestników wiadomości i umiejętności psycho – społecznych potrzebnych w codziennym życiu. Są to zajęcia poświęcone kształtowaniu postaw akceptacji swojej choroby, nauka sposobów radzenia sobie ze stresem i złością. Wzmacnianie poczucia własnej wartości, umiejętność zachowań asertywnych, skuteczna komunikacja, adekwatna samoocena.

4. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych

- wsparcie oraz bezpośrednia pomoc w załatwianiu spraw urzędowych - uczestnicy razem z pracownikiem socjalnym załatwiają sprawy urzędowe, wypełniają dokumenty, odwiedzają instytucje użyteczności publicznej i zaznajamiają się z ich działalnością. Uczą się odpowiedniego zachowania w instytucjach. Zapoznają się ze wzorami pism i formularzy. Uczestnicy uczą się korzystania w takich sytuacjach z umiejętności posługiwania się komputerem i poruszania się w sieci.

5. Poradnictwo socjalne

- indywidualne i grupowe poradnictwo socjalne

- współpraca ze środowiskiem lokalnym uczestnika

Pracownik socjalny pomaga uczestnikom w różnych trudnych sytuacjach życiowych, pomaga napisać wnioski do PCPR o zapomogę, o przyznanie zaliczki z funduszu alimentacyjnego, o zasiłek pielęgnacyjny, pomaga zdobyć dofinansowanie z NFZ na pieluchomajtki, z PFRON na sprzęt ortopedyczny

i in. Pomaga skompletować dokumenty do Powiatowego Zespołu do Spraw Orzekania o Stopniu Niepełnosprawności, do ZUS i KRUS o uzyskaniu renty inwalidzkiej lub rodzinnej. Pracownik socjalny sporządza co półroczną aktualizację wywiadów środowiskowych oraz aktualizację dotyczącą odpłatności. Pracownik socjalny jest w stałym kontakcie z rodzicami i opiekunami uczestników, informuje ich o zachowaniu się podopiecznego, sytuacjach trudnych, informuje i zaprasza do współpracy w planowanych imprezach i spotkaniach integracyjnych.

6. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego

- **trening komputerowy** - rozwijanie umiejętności korzystania z Internetu - wyszukiwania interesujących nas informacji i zapisywanie ich, korzystania z przeglądarek internetowych – instalacja i obsługa, zakładania folderów, edytowania dokumentów tekstowych, zakładania kont pocztowych, komunikowanie się na portalach społecznościowych – zakładanie profilu. Zapoznanie się z możliwością zakupów przez Internet – ułatwienia i zagrożenia. Poznawanie urządzeń współpracujących z komputerem (drukarki, kserokopiarki), posługiwanie się faksem, telefonem, gilotyną, laminarką, bindownicą. Korzystanie z wewnętrznej sieci PŚDS. Zagrożenia związane z zakupami przez Internet.

- **realizacja działań wg Harmonogramu Planowanych Imprez Okolicznościowych na dany rok** (integracja środowiska, turystyka, ekologia, wydarzenia sportowo – kulturalne jako formy spędzania czasu wolnego) - poszerzenie wiedzy poznawczej o Polsce i świecie. Organizowanie spacerów - zwiedzanie najbliższej okolicy, wycieczek i wyjazdów grupowych. Nauka zachowania się w czasie spotkań towarzyskich - wykształcenie i utrwalenie pozytywnych zachowań. Uczestnicy biorą udział w różnych imprezach organizowanych na terenie Domu lub przez inne placówki. Organizowanie spotkań i uroczystości okolicznościowych, udział w imprezach organizowanych w PŚDS i wyjazdy na zaproszenia – wg kalendarza sporządzanego co roku. Organizowanie na terenie Domu uroczystości okolicznościowych takich jak: Śniadanie Wielkanocne, Wigilia, Dzień Kobiet, Walentynki itp. oraz organizowanie imienin uczestników.

- **trening rozwijania zainteresowań literaturą, prasą, filmem, telewizją oraz radiem** - nauka umiejętnego korzystania z radia i telewizji. Oglądanie wybranych filmów fabularnych i dokumentalnych, słuchanie audycji radiowych i dyskusja na ich temat w celu pobudzenia ciekawości poznawczej oraz poszerzenia horyzontów myślowych. Kształtowanie i utrwalanie umiejętności wybierania odpowiednich audycji telewizyjnych i radiowych zgodnych z własnymi zainteresowaniami i oczekiwaniami. Głośne czytanie odpowiednio dobranych lektur, które poszerzają wiedzę uczestnika o świecie, innych ludziach i kulturach. Dyskusje na temat przeczytanych utworów, czytanie i recytowanie wierszy. Przygotowywanie występów artystycznych z okazji różnych świąt i uroczystości okolicznościowych, wyjścia np. do biblioteki. Podczas zajęć omawiane są wydarzenia kulturalne w kraju i zagranicą, ich wpływ na życie człowieka. Forma aktywności stanowiąca rozrywkę oraz poszerzająca światopogląd uczestników. Oglądanie filmów o najciekawszych miejscach i zabytkach Polski. Uczestnicy sami wybierają literaturę jaką chcą czytać – rozmowy na ten temat z terapeutami. Oglądanie wybranych filmów, słuchanie audycji radiowych i dyskusja na ich temat w celu pobudzenia ciekawości poznawczej oraz poszerzenia horyzontów myślowych. Kształtowanie i utrwalanie umiejętności wybierania odpowiednich audycji telewizyjnych i radiowych zgodnych z własnymi zainteresowaniami i oczekiwaniami. Udział w tradycyjnych spotkaniach świątecznych, kultywowanie obrzędów, pielęgnowanie tradycji i obyczajów.

- **zajęcia świetlicowe**. Forma aktywności stanowiąca rozrywkę oraz poszerzająca wyobraźnię oraz umiejętności poznawcze uczestników. Aktywne spędzanie czasu wolnego poprzez zabawy ruchowe, gry świetlicowe (gry stolikowe: warcaby, szachy, chińczyk, memory, rummikub), gry i zabawy dydaktyczne, układanie puzzli. Nauka słuchania i mówienia. Stymulowanie funkcji percepcyjnych. Wzbogacanie słownictwa. Kształtowanie sprawności ortograficznych. Doskonalenie sprawności umysłowych, usprawnianie analizy i syntezy słuchowej oraz pamięci, koncentracji i zdolności kojarzenia.

- **terapia manualna** - zajęcia polegające na rozwijaniu umiejętności manualnych, uczące starannego wykonywania pracy, poprawiające koordynację wzrokowo – ruchową, ćwiczące koncentrację uwagi i usprawniające motorykę rąk oraz rozwijające wyobraźnię. Nauka malowania przy pomocy różnych technik, wycinanie, wyklejenie obrazów bibułą i kolorowymi kamykami, prace wykonywane w modelinie, masie solnej, glinie, dekorowanie przedmiotów metodą decoupage, wykonywanie dekoracji pomieszczeń, sporządzanie kart świątecznych oraz stroików.

- **muzykoterapia** - zajęcia warsztatowe i relaksacyjne z muzyką. Zajęcia z rytmiki, pogłębiające wiedzę z różnych dziedzin muzyki, warsztaty kultury ludowej. Rozwijanie wrażliwości słuchowej i ekspresji ruchowej. Przygotowywanie występów artystycznych z okazji różnych świąt i uroczystości okolicznościowych.

7. Terapia ruchowa

- zajęcia sportowe, rekreacja, usprawniające w zakresie motoryki i lokomocji - podnoszenie ogólnej sprawności fizycznej uczestników oraz rozwijanie zdolności motorycznych i koordynacji ruchowej. Zachęcanie do wysiłku fizycznego poprzez ćwiczenia korekcyjne i ogólnousprawniające, gimnastykę poranną, gry i zabawy ruchowe.

- fizykoterapia – działania usprawniające w sytuacjach dysfunkcji, kontuzji, pogorszenia kondycji fizycznej

8. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym rynku pracy

- ergoterapia – nabywanie umiejętności pracy (nawyki, punktualność, odpowiedzialność), wykorzystywanie własnego potencjału, współpraca i współdziałanie w grupie, umiejętne planowanie, doskonalenie umiejętności wykonawczych. Zajęcia polegające na rozwijaniu umiejętności manualnych, uczące starannego wykonywania pracy, poprawiające koordynację wzrokowo – ruchową, ćwiczące koncentrację uwagi i usprawniające motorykę rąk. Prace w drewnie, naprawa mebli, wykonywanie ozdób świątecznych, nauka posługiwania się narzędziami stolarskimi.

- pogadanki tematycznie związane z rynkiem pracy (we współpracy z PUP w Poddębicach) - przyczyny i trudności w znalezieniu pracy przez osoby z zaburzeniami psychicznymi. Rola instytucji w pomocy tym osobom. Wskazanie dobrych przykładów i skutecznych rozwiązań.

- rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień uczestników. Praca na atutach uczestników o wysokim potencjale wykonawczym w danej dziedzinie.

Realizacja planów poszczególnych pracowni w następujących obszarach:

a) Sport - utrwalanie, doskonalenie umiejętności, udział w treningach sportowych, zawodach, meczach w konkurencjach lekkoatletycznych, tenis stołowy, piłka nożna, siatkówka, przynależność do Olimpiad Specjalnych POLSKA – łódzkie

b) Muzyka - utrwalanie, doskonalenie umiejętności, udział w próbach wokalnno – instrumentalnych Zespołu Pozytywka, udział w Festiwalach i Przeglądach, doradztwo merytoryczne, współpraca z placówkami kulturalno – oświatowymi,

c) Kulinaria - utrwalanie, doskonalenie umiejętności poprzez praktykę quizy i konkursy, estetykę wykonawczą, korzystanie z książek kulinarnych, motywowanie do poszukiwań nowych przepisów kulinarnych (internet, książka), próby w poszukiwaniu pracy sezonowej o tematyce gastronomicznej, samodzielność

d) Plastyka - realizacja własnych koncepcji plastycznych, poznanie nowych technik, praca nad estetyką, wzmacnianie umiejętności kreatywnego działania i cierpliwości. Utrwalanie poznanych umiejętności.

e) Gry stolikowe - stymulowanie procesów poznawczych, rozwijanie umiejętności współpracy i rywalizacji, kształtowanie samodzielności oraz utrwalanie i doskonalenie umiejętności w zakresie gier stolikowych, szczególnie: warcaby, szachy,

f) Informatyka - utrwalanie, doskonalenie umiejętności obsługi komputera i urządzeń biurowych, nabycie umiejętności pisania CV, wyszukiwania ofert pracy, samodzielność

9. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych

- trening farmakologiczny – przypomnienie o systematycznym dozowaniu leków. Ćwiczenie pamięci, systematyczności i samodzielności w przyjmowaniu leków. Objawy uboczne w przyjmowaniu leków, nauka rozpoznawania i wczesnego reagowania na objawy choroby, skutki przerywania leczenia. Świadomość swoich ograniczeń spowodowanych chorobą.

- profilaktyka zdrowotna - wsparcie i motywowanie uczestników do stałych kontaktów z poradniami specjalistycznymi a w szczególności z poradnią zdrowia psychicznego i lekarzem psychiatrą, regularne wizyty u lekarza i stosowanie się do jego zaleceń. Elementy edukacji zdrowotnej i terapii lekowej, pomoc w radzeniu sobie z objawami choroby i ciągłym lękiem przed ich powrotem.

- Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza (m.in. psychiatry, neurologa) oraz pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia - ścisła współpraca z Ośrodkami Zdrowia oraz z lekarzem psychiatrą i neurologiem. Pomoc uczestnikom w rejestracji do lekarza, przypomnienie o wizytach kontrolnych.

VII. WYKAZ PARTNERÓW SPOŁECZNYCH I INSTYTUCJI, Z KTÓRYMI WSPÓLPRACUJE DOM, DZIAŁAJĄCYMI NA RZECZ INTEGRACJI SPOŁECZNEJ UCZESTNIKÓW:

- a) współpraca z placówkami opieki zdrowotnej;
- b) współpraca z instytucjami pomocy społecznej;
- c) współpraca z placówkami i specjalistami w zakresie profilaktyki i terapii uzależnień;
- d) współpraca z rodzinami i otoczeniem uczestników;
- e) współpraca z placówkami lokalnymi;
- f) współpraca z innymi placówkami działającymi na rzecz osób niepełnosprawnych – lokalnymi, regionalnymi oraz na poziomie międzynarodowym;
- g) współpraca z lokalnymi jednostkami organizacyjnymi samorządu terytorialnego i organizacjami pozarządowymi.

VIII. OCENA EFEKTÓW DZIAŁALNOŚCI DOMU (KRYTERIA, METODY OCENY):

- a) systematyczna ocena kompleksowych działań Domu w sprawozdaniach merytorycznych
- b) indywidualna ocena postępów uczestników poprzez omówienie realizacji założonego planu wsparcia w okresie półrocznym w stosunku do każdego z uczestników – kryteria sformułowane w oparciu o atuty i ograniczenia uczestników – metoda spotkania zespołu wspierająco- aktywizującego
- c) ocena zmian w poziomie i specyfice wsparcia poprzez analizę celowości wydatkowanych środków, skuteczność zakupionego sprzętu i wyposażenia,
- d) konfrontacja celów i pożądaných zmian w ramach systematycznych zebrań zespołu wspierająco - aktywizującego, spotkań pracowników, projektowania dalszych działań, korygowanie zamierzeń.

IX. MOŻLIWOŚCI REALIZACYJNE PODEJMOWANYCH DZIAŁAŃ NA RZECZ UCZESTNIKÓW:

- a) lokalizacja Domu w otoczeniu parku – stwarza możliwość organizacji imprez plenerowych – zawodów sportowych, plenerów, imprez integracyjnych;
- b) baza lokalowa Domu pozwala na wygodne i skuteczne organizowanie zajęć wspierająco - aktywizujących ze względu na dużą powierzchnię i odpowiednią liczbę pomieszczeń;
- c) z racji możliwości lokalowych istnieje możliwość przyjęcia większej liczby uczestników z zachowaniem komfortu i skuteczności w działaniu;
- d) Dom dysponuje bardzo dobrze zorganizowanymi i wyposażonymi w sprzęt pracownikami – manualna, fizykoterapii, pracownia terapii ruchem, muzykoterapii, komputerowa i urządzeń biurowych, higieniczno-kosmetyczna, zajęć świetlicowych, kulinarna, stolarsko-techniczna;
- e) placówka zatrudnia odpowiednio wykwalifikowaną kadrę zgodnie z treścią § 10 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. z póź. zm. w sprawie środowiskowych domów samopomocy, regulaminem organizacyjnym, rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 18 marca 2009 r. w sprawie wynagradzania pracowników samorządowych.

X. INICJATYWY I KIERUNKI DALSZEGO ROZWOJU:

- rozszerzanie oferty wspierająco – aktywizujące dla osób korzystających ze wsparcia PŚDS oraz ich najbliższego otoczenie – możliwość uczestnictwa w nowych działaniach, poszukiwanie nowych rozwiązań terapeutycznych;
- rozbudowa repertuaru kompetencji zawodowych pracowników placówki poprzez podnoszenie kwalifikacji, udział w szkoleniach wewnętrznych, korzystanie z oferty szkoleń zewnętrznych, wsparcie w postaci superwizji i udziału w grupach Balinta;
- zaangażowanie w pozyskiwanie środków zewnętrznych, aplikowanie w konkursach, realizacja projektów finansowanych z grantów;
- organizacja cyklicznych imprez na skalę regionu propagujących integrację i akceptację w stosunku do osób dysfunkcyjnych
- organizacja spotkań merytorycznych w formule forum wymiany doświadczeń dla osób pracujących na rzecz osób dysfunkcyjnych.

KOŃCOWY
Przewodniczący Komisji
i Domu Samopomocy
w Warszawie

22.02.2016r.