

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZARNEM NA ROK 2017 Z OSOBAMI PRZEWLEKLE PSYCHICZNIE CHORYMI

W roku 2017 Dom zamierza udzielać uczestnikom wsparcia zgodnie z planami postępowania wspierająco-aktywizującego opracowanymi oddzielnie dla każdego uczestnika, w ramach zespołowych lub indywidualnych form zajęć, prowadząc:

- trening umiejętności praktycznych,
- trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów,
- trening umiejętności komunikacyjnych,
- trening spędzania czasu wolnego,
- trening lekowy,
- trening zdrowotny,
- trening higieniczny,
- trening kulinarny,
- trening budżetowy,
- poradnictwo psychologiczne,
- terapię ruchową,
- ergoterapię,
- terapię zajęciową obejmującą zajęcia rękodzielniczo-krawieckie i techniczno-plastyczne,
- kulturoterapię,
- relaksację,
- zajęcia korekcyjno-kompensacyjne.

Środowiskowy Dom Samopomocy udziela również pomocy w załatwianiu spraw urzędowych, w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych oraz świadczy niezbędną opiekę i pielęgnację zgodnie z zaleceniami lekarskimi.

Dom dodatkowo:

- zapewnia możliwość skorzystania z jednego gorącego posiłku w czasie pobytu (obiad dwudaniowy),
- zapewnia możliwość skorzystania z usługi transportowej, polegającej na dowożeniu na zajęcia i odwożeniu do domów po zakończeniu zajęć, dowożeniu – w przypadku zaistnienia takiej konieczności – do placówek medycznych,
- dąży do pełnej integracji osób niepełnosprawnych ze środowiskiem lokalnym poprzez reprezentowanie ich interesów w społeczności lokalnej, włączanie ich w życie lokalnej społeczności,
- współpracuje z rodzinami w zakresie kształtowania odpowiednich postaw wobec uczestników oraz z innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy, w zakresie gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników,
- zapewnia właściwy poziom usług,
- dąży do poprawy jakości życia uczestników.

Szczegółowy plan pracy terapeutycznej:

L.p	Zakres	Zadania/zajęcia – cele	Sposób realizacji	Termin realizacji/ czas realizacji	Osoba odpowiedzialna
1.	2.	3.	4.	5.	6.
1.	Postępowanie wspierająco-aktywizujące	Trening interpersonalny i rozwiązywania problemów – kształtowanie pozytywnych relacji uczestników z osobami bliskimi,	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Pedagog

		sąsiadami oraz innymi osobami w różnych sytuacjach życia codziennego. Trening ma na celu podnoszenie samoświadomości uczestników i ich umiejętności głębszego poznawania siebie i wglądu we własne doświadczenia. Uczestnicy doskonalą umiejętności nawiązywania kontaktów, podtrzymywania rozmowy, aktywnego słuchania, asertywności, uczą się odpowiedzialności, współpracy, zasad partnerstwa, kształtują się postawy lojalności, uczciwości, wartości moralne.			
		Trening umiejętności komunikacyjnych , w tym: umiejętności słuchania, nawiązywania i kończenia rozmowy, zadawania pytań, wyrażania prośb, zbieranie informacji, udzielanie informacji zwrotnych, wydawanie poleceń, prowadzenie dyskusji, negocjowanie i przekonywanie innych.	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Pedagog
		Trening umiejętności spędzania czasu wolnego – rozwijanie zainteresowań kulturą, teatrem, audycjami radiowymi oraz telewizyjnymi, Internetem. Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych – umożliwia uczestnikom rozrywkę i rekreację, a także rozwijanie zainteresowań. Kształtują się prawidłowe zachowania w miejscach publicznych (biblioterapia, spacer, wycieczki, gry towarzyskie)	Grupowo	5 godzin w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Terapia ruchowa – zajęcia sportowe, turystyka. Rekreacja ma na celu podtrzymanie ogólnej aktywności ruchowej, usprawnianie, rozładowywanie napięć, usprawnianie motoryczne, polepszenie samopoczucia, pobudzenie aktywności	Grupowo	5 godzin w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Trening budżetowy – nauka właściwego dysponowania środkami pieniężnymi przez uczestników, planowanie wydatków, nabycie umiejętności prawidłowego dokonywania zakupów	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej

		Terapia kulinarna – nabycie bądź podtrzymywanie umiejętności przygotowywania posiłków, wyrabianie umiejętności prawidłowego żywienia, kulturalnego spożywania posiłków, dbania o higienę własną i otoczenia podczas przygotowywania potraw, poznawanie przepisów	Indywidualnie Grupowo	12 godzin w tygodniu 1 godzina w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Trening umiejętności praktycznych – nauka obsługi sprzętów i urządzeń domowych, nabycie umiejętności niezbędnych do prowadzenia gospodarstwa domowego (szycie, prasowanie, pranie sprzątanie)	Grupowo Indywidualnie	2 godziny w tygodniu 1 godzina w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Trening lekowy – kształtowanie nawyków przyjmowania leków zgodnie z zaleceniami lekarskimi, nabycie odpowiedzialności za własne zdrowie, radzenie sobie z chorobą	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Pedagog
		Trening zdrowotny – kształtowanie postawy prozdrowotnej, motywowanie uczestników do prowadzenia higienicznego trybu życia	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Pedagog
		Zajęcia korekcyjno-kompensacyjne – rozwijanie i doskonalenie zmysłów uczestników, rozwijanie orientacji przestrzennej, rozwijanie procesów poznawczych, sprawności motorycznej i manualnej, rozwijanie i doskonalenie pamięci, mowy i innych systemów komunikowania się, wydłużanie czasu koncentracji, podtrzymywanie umiejętności czytania, pisanie, liczenia	Grupowo Indywidualnie	1 godzina w tygodniu 2 godziny w tygodniu	Pedagog
		Zajęcia techniczno-plastyczne – usprawnianie manualne, poprawa koordynacji wzrokowo-ruchowej, pobudzanie wyobraźni i wrażliwości, wyciszanie napięć, nabycie umiejętności dokonywania drobnych napraw w gospodarstwie domowym, posługiwanie się odpowiednimi narzędziami w gospodarstwie domowym	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Zajęcia rękodzielniczo-krawieckie – usprawnianie koordynacji wzrokowo-ruchowej, sprawności manualnej, doskonalenie umiejętności krawieckich oraz doskonalenie i uczenie się różnych technik plastycznych	Grupowo	1 godzina w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Kulturoterapia – zmniejszanie introwersji, lęku, doświadczanie uczucia satysfakcji, odprężenia	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Pedagog

		wywołanego udziałem w różnych formach aktywności intelektualnej, rozwijanie współpracy w grupie			
		Trening higieniczny – wyrabianie nawyków w zakresie utrzymania prawidłowej higieny osobistej i otoczenia, dbanie o czystość poszczególnych części ciała, dbałość o wygląd zewnętrzny, zabiegi pielęgnacyjne w razie potrzeby	Indywidualnie	5 godzin w tygodniu	Pedagog
		Ergoterapia – zdobywanie i poszerzanie kompetencji zawodowych uczestników, wykonywanie prac ogrodniczych, gospodarskich przy obejściu i w placówce, przygotowanie do udziału w warsztatach terapii zajęciowej oraz pracy w zakładach pracy chronionej	Grupowo Indywidualnie	2 godziny w tygodniu 2 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej
		Relaksacja - jej celem jest uzyskanie stanu relaksu, a zatem opanowanie wegetatywnych objawów lęku i uzyskanie odprężenia psychicznego	Grupowo	2 godziny w tygodniu	Instruktor terapii zajęciowej Psycholog
		Poradnictwo psychologiczne, terapia psychologiczna – wyciszanie lęków u uczestników, zmniejszanie ich napięć, wzrost odporności na frustracje, pomoc w adekwatnym wyrażaniu emocji do sytuacji, sposoby radzenia sobie ze stresem, depresją	Indywidualnie Grupowo	1 godzina w tygodniu, według potrzeb 1 godzina w tygodniu	Psycholog
		Organizowanie imprez okolicznościowych		Według kalendarza imprez (stanowiący m załącznik do planu pracy)	Zespół Wspierająco-Aktywizujący
		Współ/praca z rodziną w szerokim aspekcie spraw dotyczących funkcjonowania uczestnika i wpływu rodziny na jego funkcjonowanie	Indywidualnie Grupowo – spotkanie z rodzinami uczestników	Według potrzeb Wrzesień	Zespół Wspierająco-Aktywizujący
		Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, wypełnianiu dokumentów, prowadzeniu rozmów, kształtowanie samodzielności, zasad współżycia w środowisku	Indywidualnie	Według potrzeb	Pedagog/ instruktorzy terapii zajęciowej
2.	Współpraca z innymi osobami i podmiotami działającymi w zakresie udzielania pomocy osobom	Współpraca z ośrodkiem zdrowia w Kłótnie: – przedłużanie recept dla uczestników, umawianie na wizyty lekarskie, załatwianie zleceń na niezbędne przedmioty ortopedyczne, - organizowanie dla uczestników konsultacji lekarskich w ŚDS	Indywidualnie	Według potrzeb	Pedagog

	niepełnosprawnym	Współpraca z lekarzem psychiatrą – organizacja konsultacji psychiatrycznych, konsultacje w sprawie zaleconego przez psychiatrę sposobu dozowania leków, pilnowanie terminu wizyt psychiatrycznych, poradnictwo w sprawie oceny stanu psychicznego uczestników	Indywidualnie	Według potrzeb	Pedagog
		Współpraca z osobami świadczącymi uczestnikom specjalistyczne usługi opiekuńcze w miejscu ich zamieszkania - wymiana informacji o stanie psychicznym poszczególnych uczestników objętych pomocą, o sposobie radzenia sobie przez nich z prowadzeniem gospodarstwa domowego, wymiana informacji o ewentualnej pomocy ze strony rodziny, środowiska sąsiedzkiego; celem współpracy jest skoordynowanie działań pomocowych dla uzyskania poprawy funkcjonowania uczestników w środowisku	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wsparajaco-Aktywizującego o/ Kierownik
		Współpraca z innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy (np. stowarzyszenia, fundacje itp.), w zakresie gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wsparajaco-Aktywizującego o/ Kierownik
		Współpraca z Urzędem Gminy Baruchowo – obejmuje szerokie spektrum spraw – od pomocy w załatwianiu spraw urzędowych, poprzez pomoc w załatwianiu spraw związanych z leczeniem i bytowych uczestników	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wsparajaco-Aktywizującego o/Kierownik
		Współpraca z GOPS w Baruchowie – dotyczy sfery bytowej, rodzinnej i zdrowotnej uczestników	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wsparajaco-Aktywizującego o/Kierownik
		Utrzymywanie kontaktu z byłymi uczestnikami - podtrzymywanie więzi, efektów terapeutycznych oraz doraźne wsparcie	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wsparajaco-Aktywizującego o
3	Współpraca z innymi osobami oraz podmiotami w zakresie	Współpraca z Urzędem Gminy Baruchowo	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wsparajaco-Aktywizującego o/Kierownik

	rehabilitacji zawodowej	Współpraca z GOPS w Baruchowie	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierająco-Aktywizującego o/Kierownik
		Współpraca z lokalnymi przedsiębiorcami oraz osobami prywatnymi	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierająco-Aktywizującego o/Kierownik
		Współpraca z innymi podmiotami o zasięgu ponadlokalnym	Indywidualnie	Według potrzeb	Przewodniczący Zespołu Wspierająco-Aktywizującego o/Kierownik

KIEROWNIK
Średniowieckiego Domu Samopomocy

mgr Katarzyna Korpusińska

KALENDARZ IMPREZ KULTURALNO-ROZRYWKOWYCH NA 2017 ROK

MIESIĄC	RODZAJ ZAJĘĆ
STYCZEŃ	• Zabawa karnawałowa z udziałem uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy w Kowalu, mieszkańców Domu Pomocy Społecznej w Wilkowiczkach i uczestników Warsztatów Terapii Zajęciowej w Gostyninie, • Dzień Babci i Dziadka, • Kolęda w ŚDS, • Imieniny uczestników: Genowefy, Edwarda, Mariusza, Mieczysława,
LUTY	• Walentynkowa „Randka w Ciemno” z udziałem zaproszonych gości ze Środowiskowego Domu Samopomocy w Kowalu, Radziejowie, Rypinie i Warsztatów Terapii Zajęciowej w Gostyninie, • Udział w Turnieju w Piłkarzyki organizowanym przez Fundację Brata Alberta w Toruniu, • Zabawa ostatekowa w ŚDS, • Wyjazd na basen do Gostynina,
MARZEC	• Imieniny uczestników: Kazimierzy, Heleny i Tomasza, • Uroczystość Dnia Kobiet, • Występy w Teatrze Impresaryjnym we Włocławku połączone z wystawą prac, • Powitanie wiosny, • Udział w XX Wystawie Rękodzieła Artystycznego o tematyce Świąt Wielkanocnych w Urzędzie Marszałkowskim w Toruniu, • Występ artystyczny w ŚDS zaproszonej grupy teatralnej,
KWIECIEŃ	• Prima Aprilis – zabawy i konkursy, • Wystawa prac artystycznych uczestników ŚDS o tematyce Świąt Wielkanocnych w Urzędzie Gminy Baruchowo, • Wiosenny konkurs kanapkowy w ŚDS, • Wyjazd do Multikina we Włocławku, • Śniadanie wielkanocne w ŚDS połączone z konkursem na najładniejszą pisanekę,
MAJ	• Akademia z okazji 3 Maja, • Obchody Dnia Matki i Ojca, • Imieniny uczestników: Marioli i Stanisława, • Udział w Olimpiadzie Sportowej Osób Niepełnosprawnych w Toruniu,
CZERWIEC	• Obchody Dnia Dziecka - wspólne grillowanie, • Szukanie skarbu – zabawa plenerowa z udziałem uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy w Kowalu, w Aleksandrowie Kujawskim, w Rypinie, w Radziejowie oraz DPS w Wilkowiczkach, • Udział w XII Olimpiadzie Sportowej Środowiskowych Domów Samopomocy w Nowej Wsi Wielkiej, • Udział w VIII Turnieju w Cymbergaja, Darta i Piłkarzyki w ŚDS w Aleksandrowie Kuj., • Imieniny uczestników: Piotra i Pawła, • Wycieczka do Skansenu w Kłóbce,

LIPIEC	• Imieniny uczestnika Henryka, urodziny uczestnika Bogusława, • Biesiada przy ognisku (grillu), • Spotkanie z folklorem z udziałem zaproszonych gości z Domu Pomocy Społecznej w Rzerzewie wraz z zespołem „Swojacy”,
SIERPIEŃ	• Wycieczka do Afrykarium we Wrocławiu,
WRZESIEŃ	• Akademia z okazji rocznicy wybuchu II wojny światowej, • Obchody XIII rocznicy powstania ŚDS z udziałem rodzin uczestników, • Udział w konkursie fotograficznym organizowanym przez ŚDS w Radziejowie, • Obchody Dnia Chłopaka w ŚDS,
PAŹDZIERNIK	• Grzybobranie, • Turniej „Jeden z dziesięciu” z udziałem zaproszonych gości z zaprzyjaźnionych ŚDS, • Obchody imienin uczestniczki Małgorzaty oraz Teresy, • Udział w Festiwalu Twórczości Osób Niepełnosprawnych fART, organizowanym przez Fundację "Wiatrak",
LISTOPAD	• Akademia z okazji Święta Niepodległości, • Występ artystyczny w ŚDS zaproszonej grupy teatralnej, • Andrzejkowy wieczór wróżb, • Imieniny uczestników: Katarzyny i Andrzejów, • Konkurs tenisa stołowego,
GRUDZIEŃ	• Wystawa prac uczestników ŚDS w Urzędzie Gminy Baruchowo połączona z akcją informacyjną nt. niepełnosprawności z okazji Międzynarodowego Dnia Osób Niepełnosprawnych, • Imieniny uczestniczki Barbary, • Mikołajkowy konkurs kartek świątecznych, • Udział w XXI Wystawie Rękodzieła Artystycznego o tematyce Świąt Bożego Narodzenia w Urzędzie Marszałkowskim w Toruniu, • Wigilia we współpracy ze Stowarzyszeniem dla Pokoleń „Rodzina” w Baruchowie z udziałem zaproszonych władz samorządowych, • Zabawa sylwestrowa,

KIEROWNIK
Średniowieckiego Domu Samopomocy

mgr Katarzyna Korpusińska