

ROZNY PLAN PRACY ŚRODOWISOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W PSZCZEWIE NA ROK 2012

Cel główny:

Usamodzielnienie osób z zaburzeniami psychicznymi, w funkcjonowaniu na co dzień w środowisku rodzinnym i lokalnym, w takim zakresie jakim jest to możliwe.

Lp.	Planowane działania	Termin realizacji	Odpowiedzialny	Cele, spodziewane efekty
1.	Zajęcia z zakresu samodzielnego funkcjonowania: - dbanie o estetyczny wygląd zewnętrzny, - dbanie o porządek otoczenia, utrzymywanie nawyku regularnego sprzątania, - praca nad samodzielnym korzystaniem z ofert usług medycznych, - ćwiczenia umiejętności doboru odzieży stosownie do warunków atmosferycznych, - ćwiczenie nawyku regularnego prania odzieży, - nauka obsługi podstawowych urządzeń domowych, - trening zaradności życiowej - gospodarowanie pieniędzmi, - praca nad wyrobieniem umiejętności racjonalnego dokonywania zakupów. Praca indywidualna i grupowa.	I-XII 2012	Instruktor terapii zajęciowej	Poprawa umiejętności samodzielnego, mycia się jedzenia, ubierania; wyrobienie nawyku regularnego sprzątania, prania odzieży i ubierania się stosownie do warunków pogodowych; nabycie umiejętności obsługi podstawowych urządzeń domowych; umiejętność dokonywania drobnych napraw; poznanie wartości pieniądza, doskonalenie umiejętności racjonalnego gospodarowania swoimi finansami, orientacja w cenach i dokonywanie obliczeń
2.	Zajęcia z zakresu umiejętności społecznych: - zwiększenie stopnia otwartości na innych	I-XII 2012	Instruktor terapii zajęciowej, psycholog	Nabycie i doskonalenie umiejętności nawiązywania kontaktów, podtrzymywania

uczestników, - nauka aktywnego słuchania, - trening nad jasnym i precyzyjnym formułowaniem swoich myśli, - podtrzymywanie w pełnieniu podstawowych ról społecznych: syn, córka, brat, siostra matka, ojciec, żona, mąż - aktywizacja w grupie ŚDS, - motywowanie do nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych, w tym kontakt i praca z rodziną nad poprawą relacji, - zwracanie uwagi na prawidłowe zachowanie się w miejscach publicznych , - kształtowanie umiejętności współpracy komunikowania się w grupie, - wyrabianie wśród uczestników poczucia odpowiedzialności. Praca indywidualna i grupowa.			rozmowy, aktywnego słuchania, asertywności, uczyć się odpowiedzialności, współpracy, zasad partnerstwa, właściwego zachowania w miejscach publicznych.
3. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego: Rozwijanie posiadanych już zainteresowań i poszukiwania nowych: - lektura wybranych czasopism, - rozwiązywanie krzyżówek, - nauka korzystania z biblioteki, - czynny udział w organizowaniu imprez, - oglądanie wybranych programów TV. Praca grupowa i indywidualna.	I-XII 2012	Instruktor terapii zajęciowej	Umiejętność zagospodarowania czasu wolnego, znajomość form spędzania czasu wolnego (kino , teatr, filharmonia, muzeum, zabytki itp.), zachęcanie do spotkań towarzyskich, gier świetlicowych.
4. Terapia zajęciowa: Pracownia kulinarno- gospodarcza: - planowanie posiłków jadłospisów, sporządzanie zapotrzebowań na produkty spożywcze,	I-XII 2012	Instruktor terapii zajęciowej	Nabycie, doskonalenie umiejętności estetycznego przygotowania i spożywania posiłków, kulturalne zachowanie się przy stole, poznanie przepisów kulinarnych, poznanie zasad zdrowego odżywiania się,

- nakrywanie i podawanie do stołu, - sporządzanie list niezbędnych zakupów, - wstępna obróbka produktów, porcjowanie, - krojenie, przygotowywanie sałatek, kompotów, przetworów, - pieczenie ciast, przygotowywanie deserów, - pogadanki na temat zdrowego żywienia. Praca grupowa i indywidualna. Pracownia plastyczna: - wykonywanie dekoracji, ozdób, w tym strojów świątecznych, układanie i wykonywanie kompozycji kwiatowych oraz dekoracji okolicznościowych, - przygotowywanie kartek świątecznych i okolicznościowych, - malowanie na szkle, malowanie farbami, - wykonywanie ozdób z gipsu i masy solnej, - decoupage, - lepienie z plasteliny. Praca grupowa i indywidualna. Pracownia krawiecka: - nauka posługiwania się igłą i nitką – ręczna naprawa odzieży, cerowanie, - uczenie się obsługi maszyny do szycia – naprawa odzieży za pomocą maszyny, drobne prace krawieckie - nauka haftowania i wyszywania , szydełkowanie, robótki na drutach. Praca indywidualna i grupowa. Pracownia muzyczno – teatralna: - doskonalenie umiejętności słuchania muzyki, - uczenie śpiewu indywidualnie i w zespole - przygotowywanie okolicznościowych inscenizacji słowno – muzycznych,	I – XII 2012	Instruktor terapii zajęciowej	obsługa sprzętu AGD. Pobudzenie do spontanicznej twórczości plastycznej, rozładowanie napięcia emocjonalnego, ćwiczenia wyobraźni, poznanie różnych technik plastycznych. Nabywanie i doskonalenie umiejętności szycia ręcznego i na maszynie, nauka i doskonalenie haftowania, wyszywania, szydełkowania i robótek na drutach.
Praca indywidualna i grupowa. Pracownia muzyczno – teatralna: - doskonalenie umiejętności słuchania muzyki, - uczenie śpiewu indywidualnie i w zespole - przygotowywanie okolicznościowych inscenizacji słowno – muzycznych,	I – XII 2012	Instruktor terapii zajęciowej	Rozwijanie wrażliwości artystycznej, estetycznej, aktywizacja emocjonalna uczestników, rozwijanie dyspozycji twórczych przez uczestnictwo w różnych formach muzycznych, poprawa komunikacji

	- organizowanie słuchania „książki mówionej”. Praca indywidualna i grupowa. Pracownia komputerowa: - nauka obsługi komputera – otwieranie i zamykanie systemu, - praca w programie WORD- nauka pisanie, redagowania tekstu -formatowanie i drukowanie, - zabawy i gry na komputerze, - projektowanie strony internetowej ŚDS, - nauka korzystania z Internetu. Praca indywidualna. Pracownia stolarska; - nauka posługiwania się młotkiem, ręczną piłą wiertarką oraz wyrzynarką, - szlifowanie powierzchni drewnianych, - wykonywanie ramek , - wykonywanie drewnianych ozdób Praca indywidualna i grupowa.	I-XII 2012	Instruktor terapii zajęciowej	uczestników z otoczeniem. Nabycie umiejętności posługiwania się komputerem, nauka pisanie (formatowanie testu, kopiowanie , drukowanie), kształtowanie umiejętności korzystania z Internetu, nauka zabaw i gier komputerowych.
	Nabycie i doskonalenie umiejętności pracy w drewnie, czyszczenie listew i kawałków drewna papierem ściernym, wycinanie różnych elementów ze sklejki i łączenie za pomocą kleju, zbijanie ramek, nauka posługiwania się wiertarką, młotkiem i wyrzynarką.	I – XII 2012	Instruktor terapii zajęciowej	Nabycie i doskonalenie umiejętności pracy w drewnie, czyszczenie listew i kawałków drewna papierem ściernym, wycinanie różnych elementów ze sklejki i łączenie za pomocą kleju, zbijanie ramek, nauka posługiwania się wiertarką, młotkiem i wyrzynarką.
5.	Terapia ruchowa: - ćwiczenia ruchowe ogólnorozwojowe, - ćwiczenia oddechowe, - ćwiczenia na przyrządach, - ćwiczenia przy muzyce, - spacer i wycieczki. Praca grupowa i indywidualna.	I – XII 2012	Instruktor terapii zajęciowej	Uzyskanie większej aktywności psychofizycznej, poprawa stanu fizycznego i emocjonalnego.
6.	Biblioterapia: - głośne i ciche czytanie ze zrozumieniem, - praca z tekstem literackim , - inscenizacje. Praca indywidualna i grupowa.	I – XII 2012	Instruktor terapii zajęciowej	Wykrywanie, diagnozowanie oraz stymulowanie potrzeb i uzdolnień, wskazywanie możliwości kompensacyjnych osób nie mogących sobie poradzić z różnymi sytuacjami i problemami życiowymi.
7.	Psychoedukacja i edukacja socjalna: - pomoc w poszukiwaniu sposobów rozładowywania własnych napięć	I – XII 2012	Instruktor terapii zajęciowej Psycholog	Rozwijanie umiejętności interpersonalnych uczestników, rozwijanie empatii, tworzenie atmosfery wzajemnej akceptacji,

	emocjonalnych stosownie do sytuacji i okoliczności, - nauka technik relaksacyjnych, - praca nad kształtowaniem samoakceptacji w roli chorego - dostarczanie wiedzy na temat choroby, metod i konieczności leczenia, - dostarczanie wiedzy na temat działania leków i ich skutków ubocznych, - wsparcie w rozwiązywaniu sytuacji trudnych i konfliktowych, - terapia indywidualna i grupowa, - motywowanie do prowadzenie zdrowego i regularnego trybu życia, - pomoc w tworzeniu indywidualnych planów postępowania wspierająco – aktywizującego, - współpraca z rodzinami - przeprowadzanie rodzinnych wywiadów środowiskowych, - prowadzenie dokumentacji uczestników, - wyjazdy do lekarzy specjalistów, umawianie wizyt		Pracownik socjalny	przepracowywanie konfliktów grupowych, wspieranie uczestników w trudnych sytuacjach życiowych, kształtowanie poczucia samodzielności, wiary we własne możliwości, budowania poczucia własnej wartości, obserwacja stanu zdrowia uczestników, zabezpieczenie doraźne w problemach zdrowotnych.
8.	Aktywizacja zawodowa – doradztwo zawodowe: - szkolenia zawodowe dla uczestników (nauka pisania CV, życiorysu, przygotowanie zawodowe itp.)	I – XII 2012	Instruktor terapii zajęciowej	Nabycie umiejętności pisania CV, życiorysu, kształtowanie umiejętności poruszania się po rynku pracy.
9.	Zajęcia rewalidacyjne: - koordynacja wzrokowo – ruchowa, - naśladowanie, - motoryka mała, - percepcja wzrokowa, słuchowa, kinestetyczna. Praca indywidualna i grupowa.	I – XII 2012	Instruktor terapii zajęciowej Psycholog	Wzmocnienie poczucia wartości i rozwoju osobowości, poszerzenie świata doznań oraz wyzwalanie aktywności poznawczej i społecznej, rozwijanie uzdolnień i zainteresowań.
10.	Organizacja spotkań okolicznościowych i	I – XII 2012	Instruktor terapii	Nabycie i doskonalenie umiejętności

integracyjnych	Zgodnie z kalendarzem imprez na bieżący rok	zajęciowej	organizacji spotkań, wcielanie się w rolę gospodarza.
11. Współpraca ze środowiskiem lokalnym	I – XII 2012 Według potrzeb	Instruktor terapii zajęciowej Pracownik socjalny	Wdrażanie do pracy na rzecz lokalnego środowiska, kształtowanie właściwej postawy obywatelskiej.
12. Organizacja Domu: - koordynowanie i monitorowanie pracy zespołu wspierającego aktywizującego, kontrola indywidualnych planów wsparcia, - opracowanie i przyjęcie kierunków pracy, - dbanie o właściwy poziom usług, - organizacja szkoleń i doskonalenie pracowników,	I – XII 2012 Styczeń 2012 I – XII 2012 I – XII 2012 Raz na pół roku	Kierownik Koordynator Kierownik Koordynator Koordynator Kierownik Koordynator	Nadzór nad prawidłowym funkcjonowaniem Domu w celu zapewnienia odpowiedniego poziomu usług. Planowanie pracy oraz zamierzeń na dany rok. Utrzymanie wysokiego poziomu usług. Dokształcanie pracowników w ramach szkoleń wewnętrznych, podnoszenie poziomu wiedzy oraz nabycie praktycznych rozwiązań.

PODPIS KIEROWNIKA JEDNOSTKI :

PODPISY CZŁONKÓW ZESPOŁU WSPIERAJĄCO-AKTYWIZUJĄCEGO: