

Załącznik Nr 1 do Uchwały Nr ...184.../2023

Zarządu Powiatu Starachowickiego

z dnia ...19 grudnia... 2023 roku

PROGRAM DZIAŁALNOŚCI
POWIATOWEGO ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
W STARACHOWICACH NA ROK 2023

I. MISJA PŚDS

Misją Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Starachowicach jest podnoszenie jakości życia osobom z zaburzeniami psychicznymi mającymi trudności w prawidłowym funkcjonowaniu w codziennym życiu poprzez podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności społecznych z uwzględnieniem indywidualnych predyspozycji, a także integrację środowiskową oraz rozwój sieci wsparcia przy współpracy najbliższego i dalszego otoczenia społecznego.

II. CZAS PRACY PLACÓWKI

Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w Starachowicach działa przez pięć dni w tygodniu, od poniedziałku do piątku przez osiem godzin dziennie od godziny 7.00 do godziny 15.00, w tym przez sześć godzin jest prowadzone postępowanie wspierające -aktywizujące z uczestnikami, w odpowiednio przystosowanych pracowniach, według planu pracy.

III. UCZESTNICY PROGRAMU

Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w Starachowicach jest ośrodkiem wsparcia dziennego pobytu dla osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych (typ C). Wśród uczestników Domu usługami są objęte również osoby z niepełnosprawnościami sprzężonymi i spektrum autyzmu, o których mowa w programie kompleksowego wsparcia dla rodzin „Za życiem” (M.P. z 2016 r. poz. 1250) przyjętym uchwałą nr 160 Rady Ministrów z dnia 20 grudnia 2016 r. Placówka posiada 20 miejsc statutowych.

IV. ZASADY KIEROWANIA I PRZYJMOWANIA DO PŚDS

1) Wizyta W PŚDS

Przed przyjęciem, osoba zainteresowana (jej opiekun) udziałem w zajęciach prowadzonych przez PŚDS powinna zgłosić się w naszej siedzibie – Starachowice, ul. Batalionów Chłopskich 29 celem zapoznania się z placówką i z zasadami pobytu. Pracownik Domu przekazuje osobie zainteresowanej (jej opiekunowi) informacje o obowiązujących procedurach organizacyjnych. Zapoznaje z dostępną ofertą usług i Regulaminem Domu. Decyzja osoby zainteresowanej (jej opiekuna) o uczestnictwie

w zajęciach Domu jest dobrowolna. Po wyrażeniu zgody przez osobę zainteresowaną (jej opiekuna) na udział w dostępnych formach wsparcia PŚDS, pracownik Domu zbiera informacje dotyczące osoby zainteresowanej i jego sytuacji życiowej. Z Kierownikiem PŚDS ustala się termin przyjęcia do placówki.

2) Wizyty u lekarzy - lekarza rodzinnego i lekarza psychiatry lub neurologa

- Lekarz rodzinny, wydaje zaświadczenie lekarskie o stanie zdrowia i braku przeciwwskazań do uczestnictwa w zajęciach Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Starachowicach, wraz z informacją o sprawności w zakresie lokomocji osób niepełnosprawnych fizycznie,
- Lekarz psychiatra lub lekarz neurolog, wydaje zaświadczenie lekarskie o występujących zaburzeniach psychicznych.

3) Złożenie dokumentów w ośrodku pomocy społecznej

Osoba zainteresowana (jej opiekun) udziałem w zajęciach PŚDS, udaje się do ośrodka pomocy społecznej właściwego ze względu na miejsce zamieszkania i składa wniosek o przyznanie pomocy w formie skierowania na pobyt dzienny do Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Starachowicach przy ul. Batalionów Chłopskich 29 i objęcie ofertą usług świadczonych przez placówkę, dołączając do podania:

- zaświadczenie lekarza rodzinnego o stanie zdrowia i braku przeciwwskazań do uczestnictwa w zajęciach Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Starachowicach, wraz z informacją o sprawności w zakresie lokomocji osób niepełnosprawnych fizycznie,
- zaświadczenie lekarza psychiatry lub lekarza neurologa o występujących zaburzeniach psychicznych,
- orzeczenie lekarza orzecznika ZUS, orzeczenie o stopniu niepełnosprawności, wydane przez Powiatowy Zespół Do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności (o ile osoba zainteresowana takie posiada),
- kserokopia postanowienia/zaświadczenia Sądu dotycząca ustanowienia opieki prawnej (o ile opiekun takie posiada),
- dokumenty, na podstawie których ustalona zostanie sytuacja materialna,
- dokumenty (zaświadczenia, opinie, karty informacyjne) dotyczące przebiegu leczenia, zaleceń (o ile osoba zainteresowana takie posiada), zwłaszcza dotyczy to osób dodatkowo chorujących na schorzenia: neurologiczne, okulistyczne, kardiologiczne, laryngologiczne, alergiczne, itp.

4) Rodzinny wywiad środowiskowy

Pracownik socjalny z ośrodka pomocy społecznej, właściwego ze względu na miejsce zamieszkania osoby zainteresowanej, przeprowadza z osobą zainteresowaną (jej opiekunem) rodzinny wywiad środowiskowy i przekazuje wraz z kompletem dokumentów do Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Starachowicach.

5) Decyzja PCPR

Skierowanie do Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Starachowicach następuje w drodze decyzji administracyjnej wydawanej przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Starachowicach.

W przypadku osób, które po raz pierwszy wystąpiły o skierowanie do domu, decyzję wydaje się na czas określony, nie dłuższy niż trzy miesiące, konieczny do dokonania przez zespół wspierająco-aktywizujący oceny możliwości zaproponowania osobie indywidualnego planu postępowania wspierająco-aktywizującego a także okresu, jaki będzie niezbędny do jego realizacji. Po dokonaniu oceny możliwości oraz przygotowaniu indywidualnego planu postępowania osobę kieruje się do PŚDS na czas określony, uzgodniony z kierownikiem Domu.

V. CEL OGÓLNY FUNKCJONOWANIA DOMU.

Zgodnie z § 7 pkt. 1 Statutu, głównym celem działalności Domu jest wspieranie uczestników i ich rodzin, integracja społeczna i kompensowanie skutków zaburzeń psychicznych.

Celem działalności Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy jest stworzenie uczestnikom systemu wsparcia społecznego poprzez zaspakajanie ich potrzeb bytowych, zdrowotnych, edukacyjnych, społecznych, ukierunkowanych na podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia oraz utrzymanie ich jak najdłużej w miejscu zamieszkania.

VI. CELE SZCZEGÓŁOWE DZIAŁANIA DOMU:

1. Kształtowanie umiejętności społecznych i umiejętności z zakresu samoobsługi (w tym usprawnianie wykonywania podstawowych czynności dnia codziennego i funkcjonowania w życiu społecznym);
2. Wsparcie w zakresie poradnictwa psychologicznego, opieki psychiatrycznej i pomocy w dostępie do świadczeń zdrowotnych;
3. Integrowanie uczestników z ich środowiskiem lokalnym (w tym rodzinnym, sąsiedzkim, innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji miejskiej, w urzędach, w instytucjach kultury).

W ramach pracy z uczestnikami Dom realizuje, zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy usługi (w tym treningi dostosowane do możliwości rozwojowych uczestników typu C w tym osób z niepełnosprawnością sprzężoną i ze spektrum autyzmu).

Oparcie społeczne Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy dla jego uczestników polega na:

1. Zapewnieniu uczestnikom możliwości spożywania ciepłego posiłku przygotowanego w trakcie zajęć prowadzonych w pracowni kulinarnej przyznanego w ramach w treningu kulinarnego;
2. Zapewnieniu uczestnikom możliwości skorzystania z usługi transportowej, polegającej na dowożeniu do placówki i odwożeniu podopiecznych do domu;
3. Działalności na rzecz pełnej integracji osób niepełnosprawnych i reprezentowaniu ich interesów w środowisku lokalnym;
4. Współpracy z osobami, rodzinami, organizacjami pozarządowymi, instytucjami działającymi w obszarze pomocy na rzecz kształtowania odpowiednich postaw wobec niepełnosprawnych oraz podejmowania działań dla dobra osób niepełnosprawnych;
5. Zapewnieniu im właściwego poziomu usług;
6. Dążeniu do poprawy jakości życia podopiecznych;
7. Pozyskiwaniu środków finansowych na rozwój i działalność placówki.

VII. OFERTA SKIEROWANA DO UCZESTNIKÓW PŚDS:

Obszary działań i rodzaje treningów:

1. Treningi funkcjonowania w codziennym życiu:

Podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia. W ramach tego treningu uczestnicy kształtują umiejętności związane z samoobsługą jak: samodzielne spożywanie posiłków, mycie, samodzielne zakładanie odzieży i obuwia, dobór odpowiedniego stroju do pogody, okoliczności, załatwianie potrzeb fizjologicznych, dbanie o higienę osobistą i wygląd zewnętrzny (trening samoobsługi, higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny), dbanie o czystość i porządek we własnym otoczeniu, przygotowywanie prostych posiłków, obsługę podstawowych sprzętów gospodarstwa domowego, TV i AGD. (trening kulinarny, trening umiejętności praktycznych), gospodarowanie pieniędzmi (trening budżetowy).

2. Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych:

Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami i innymi osobami. Podtrzymywanie nabytych oraz uczenie się nowych umiejętności stosownego zachowania w różnych sytuacjach społecznych, wzbogacanie wiedzy z zakresu kultury osobistej i obyczajów, rozwijanie umiejętności nawiązywania i podtrzymywania kontaktów towarzyskich. Doraźna, bieżąca pomoc indywidualna w rozwiązywaniu sytuacji trudnych.

3. Trening umiejętności komunikacyjnych:

Nabywanie, podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych w procesie komunikowania się. W ramach tego treningu uczestnicy posługujący się mową kształtują umiejętności słownego porozumiewania się, wyrażania siebie, swoich potrzeb, doskonałą umiejętność spostrzegania, odbioru i przetwarzania informacji napływających z otoczenia, dostrzegania komunikatów werbalnych i pozawerbalnych, adekwatnego na nie reagowania. Uczestnicy z największymi ograniczeniami komunikacyjnymi kształtują umiejętności reakcji na mowę ludzką, gesty, mimikę, dźwięki najbliższego otoczenia, nabywają umiejętności reakcji na proste komunikaty izolowane, kształtują umiejętności łączenia komunikatów werbalnych z symbolem obrazkowym, kształtują umiejętności informowania o swoich potrzebach, stanach emocjonalnych, nawiązywania kontaktu wzrokowego.

4. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego:

Rozwijanie zainteresowań literaturą (biblioterapia), audycjami radiowymi, telewizyjnymi (filmoterapia), Internetem (zajęcia komputerowe), udział w grach i zabawach (ludoterapia), udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych:

- a) Rozwijanie integracji w grupie poprzez trenowanie odpowiedzialności za siebie i innych.
- b) Kształtowanie umiejętności współpracy w grupie, tolerancji, akceptacji, szacunku.
- c) Kształtowanie umiejętności przestrzegania zasad życia w grupie, zachowań prospołecznych.
- d) Rozwijanie umiejętności utrzymywania dobrych relacji.
- e) Kształtowanie umiejętności komunikacji w sytuacjach problemowych.
- f) Kształtowanie umiejętności ustalania i realizowania wspólnych działań i celów.
- g) Kształtowanie umiejętności wyciszania, odpoczywania.

- h) Kształtowanie umiejętności cieszenia się chwilą obecną.
- i) Wspólne napicie się kawy czy herbaty.
- j) Kształtowanie umiejętności dzielenia się wrażeniami i uczuciami dotyczącymi wspólnych spraw.
- k) Kształtowanie rozumienia niewerbalnych form wyrażania myśli i przeżyć poprzez mowę ciała.
- l) Pokonywanie nieśmiałości.
- m) Rozwijanie kompetencji w zakresie umiejętności dzielenia się wrażeniami i uczuciami dotyczącymi wspólnych spraw.

Trening umiejętności spędzania czasu wolnego polega na stworzeniu uczestnikom możliwości korzystania z rozrywki i rekreacji oraz na odkrywaniu i rozwijaniu ich zainteresowań. Udział w obchodach urodzin poszczególnych uczestników zajęć, udział w spotkaniach i imprezach w placówce i poza ŚDS. Uczestnicy mają możliwość korzystania m. in. ze sprzętu sportowego, rehabilitacyjnego (trening terapii ruchowej), gier planszowych, przyborów plastycznych, materiałów dydaktycznych (zajęcia świetlicowe, zintegrowane, plastyczne), instrumentów muzycznych i multimedialnych (trening muzyczno - teatralny), naukę świadomego poświęcania czasu i uwagi na odpoczynek i troskę o własny stan psychofizyczny (trening relaksacyjny).

5. Poradnictwo psychologiczne:

- a) Praca nad indywidualnymi problemami uczestnika.
- b) Wzmacnianie mocnych stron.
- c) Radzenie sobie w relacjach z innymi.
- d) Zwiększanie poczucia własnej wartości.
- e) Przyjmowanie i udzielanie wsparcia.
- f) Wspieranie samodzielności i zaradności uczestników.
- g) Zapobieganie izolacji społecznej.
- h) Przełamywanie barier we wzajemnych kontaktach osób z zaburzeniami czynności psychicznych z innymi osobami z otoczenia.
- i) Rozpoznawanie, różnicowanie, wyrażanie emocji.

6. Praca asystenta prowadzącego:

- a) Wsparcie w adaptacji, przeciwdziałanie izolacji uczestnika.
- b) Rozbudzanie potrzeby możliwie najpełniejszej samodzielności życiowej.
- c) Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych w uzgodnieniu z rodzicem/opiekunem.
- d) Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia za zgodą rodzica/opiekuna.

- e) Asystent prowadzący jest rzecznikiem praw i spraw uczestnika. Z tej racji opracowuje indywidualny plan postępowania wspierająco-aktywizującego, we współpracy z uczestnikiem i/lub jego rodzicem, opiekunem oraz Zespołem Wspierająco – Aktywizującym; działa na rzecz jego realizacji w zakresie ustalonym oraz czuwa nad jego wykonaniem.

7. Terapia ruchowa, zajęcia sportowe, rehabilitacja, turystyka:

- a) Zajęcia z wykorzystaniem sprzętu pracowni usprawniania ruchowego umożliwiającego zwiększenie bądź utrzymanie kondycji fizycznej, koordynacji psychoruchowej na dotychczasowym poziomie. Kinezyterapia. Masaż.
- b) Zajęcia indywidualne i grupowe z zakresu usprawniania ogólno-ruchowego.
- c) Zajęcia ruchowe podczas gier w kręgle, cymbergaja, piłkarzyki, tenis stołowy, bilard.
- d) Zajęcia muzyczno-ruchowe.
- e) Korzystanie z fotela masującego i innych masażerów.
- f) Wykształcanie nawyku dbania o zdrowie poprzez aktywne spędzanie wolnego czasu.
- g) Udział w inicjatywach wyjazdowych, rekreacyjnych, sportowych, tanecznych, wycieczkach.
- h) Uczestnictwo w zawodach sportowych i spartakiadzie.
- i) Gry i zabawy na świeżym powietrzu, w tym zajęcia ruchowe z wykorzystaniem sprzętu siłowni plenerowej.

8. Prowadzenie zajęć kulturalno-muzyczno:

- a) Stymulowanie rozwoju poznawczego, emocjonalnego i społecznego poprzez różne formy aktywności muzycznej.
- b) Rozwijanie kreatywności, zdolności wyobraźni, wymyślenia, tworzenia.
- c) Kształtowanie wrażliwości słuchowej oraz poczucia rytmu.
- d) Rozwijanie twórczej aktywności, rozbudzanie wyobraźni oraz rozwijanie nowych pasji zainteresowań.
- e) Doskonalenie funkcji poznawczych, takich jak pamięć, komunikacja, koordynacja ruchowa poprzez naukę śpiewu, tańca, poznanie nowych piosenek, gry na instrumentach, przygotowywanie się do występów, pokazów i konkursów, przedstawień teatralnych.
- f) Uczenie zachowań związanych z występem przed publicznością.
- g) Wykorzystywanie terapii muzycznej i teatralnej do relaksacji, ćwiczeń oddechowych.
- h) Wzmacnianie u uczestników poczucia ważności przy tworzeniu wspólnego dzieła.

9. Prowadzenie zajęć świetlicowych, zintegrowanych i plastycznych:

- a) Stymulowanie rozwoju poznawczego, emocjonalnego i społecznego poprzez różne formy aktywności plastycznej.
- b) Kształtowanie, rozwijanie i utrzymywanie zachowanych funkcji poznawczych (zajęcia zintegrowane) z uwzględnieniem indywidualnych predyspozycji i możliwości psychofizycznych uczestników.

- c) Doskonalenie koordynacji wzrokowo – ruchowej poprzez pracę różnymi technikami plastycznymi (rysowanie szlaczeków, wzorów, liter, kolorowanie, lepienie z plasteliny, papieroplastyka, malowanie, wydzieranki).
 - d) Rozwijanie kreatywności, zdolności wyobrażania, wymyślenia i produkowania czegoś nowego.
 - e) Nabywanie wiedzy związanej z obchodzonymi świętami poprzez praktyczne działania przy przygotowaniu dekoracji, rekwizytów, ozdób świątecznych i okolicznościowych kartek.
 - f) Tworzenie indywidualnej lub zbiorowej pracy plastycznej.
 - g) Edukacja i podnoszenie poziomu sprawności ruchowej oraz zapoznawanie z kontekstem sytuacyjnym, celem wytworzenia danej pracy plastycznej,
 - h) Podnoszenie poziomu wykonywanych czynności (zwłaszcza związanych z manipulacją małymi przedmiotami, usprawnianie motoryki małej), przeciwdziałanie przykurczom.
 - i) Dążenie do pozbycia się napięć emocjonalnych, mięśniowych poprzez działania twórcze.
 - j) Gry stolikowe, edukacyjne.
 - k) Ćwiczenia pamięci, koncentracji.
 - l) Kształtowanie lub podtrzymywanie umiejętności pisania, czytania, liczenia.
 - m) Zabawy ruchowe, dyskoteki.
 - n) Spotkania integracyjne i okolicznościowe.
10. Prowadzenie zajęć kulinarnych oraz umiejętności praktycznych:
- a) Nabycie nowych sprawności, podtrzymanie lub rozwinięcie posiadanych umiejętności w zakresie przygotowania prostego posiłku.
 - b) Zaznajamianie z zasadami zdrowego odżywiania się.
 - c) Wdrażanie do stosowania zasad higieny osobistej podczas przyrządzania i konsumpcji posiłków.
 - d) Zapoznanie z podstawowymi zasadami bezpiecznego zachowania się w kuchni.
 - e) Zajęcia mające na celu podniesienie sprawności intelektualnych i ruchowych, jak choćby segregowanie produktów spożywczych, nazywanie ich i grupowanie w zbiory typu: warzywa, owoce, nabiał, pieczywo itp.
 - f) Nauka obsługi urządzeń AGD, próby gospodarowania własnym budżetem.
 - g) W ramach treningu kulinarnego codziennie uczestnicy mają zapewniony ciepły posiłek.
11. Prowadzenie zajęć relaksujących:
- a) Wielozmysłowe doświadczenie świata poprzez zmysł wzroku, dotyku, słuchu i węchu oraz wyciszenie poprzez terapię obrazem, kolorem, dźwiękiem, masażem, zapachem, melodią.
 - b) Rozwijanie wyobraźni (słuchanie śpiewu ptaków, szumu morza, deszczu).

- c) Praca nad aktywacją percepcji, budowanie poczucia radości, bezpieczeństwa, a co za tym idzie wzajemnego zaufania i komunikacji poprzez dostarczanie lub ograniczenie bodźców sensorycznych.
 - d) Umożliwianie odprężenia.
 - e) Zabawy wyciszające (zabawy z balonem).
12. Prowadzenie zajęć komputerowo – edukacyjnych:
- a) Nabycie nowych oraz rozszerzenie już posiadanych umiejętności.
 - b) Wykonywanie szeregu ćwiczeń edukacyjnych na prostych programach komputerowych, grupowanych w zbiór ćwiczeń np. pamięciowych, zręcznościowych, graficznych.
 - c) Słuchanie muzyki, audiobooków, oglądanie filmów.
 - d) Rozwijanie zainteresowań.
 - e) Nauka obsługi komputera, korzystania z Internetu.
 - f) Nauka obsługi sprzętów małej poligrafii.
 - g) Uczenie umiejętności aktywnego spędzania czasu wolnego.
13. Współpraca z instytucjami działającymi w obszarze udzielania pomocy na rzecz uczestników (OPS-y, PCPR, PUP, ŚDS-y, WTZ-y, Urzędy, Instytucje kulturalno-oświatowe, Stowarzyszenia i Fundacje):
- a) Zwiększanie efektywności wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań.
 - b) Wymiana informacji w zakresie oferty PŚDS w stosunku do potencjalnych uczestników.
 - c) Wymiany doświadczeń w pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi.
 - d) Uzupełnianie materiału diagnostycznego.
 - e) Udział w imprezach integracyjnych.
14. Współpraca z rodzinami, opiekunami i innymi osobami bliskimi uczestników:
- a) Udzielanie pomocy w radzeniu sobie z problemem choroby osoby bliskiej.
 - b) Wytworzenie systemu wsparcia dla rodzin oraz potrzeby wzajemnej pomocy.
 - c) Przekazywanie na bieżąco informacji o aktualnych postępach lub trudnościach związanych z terapią i rehabilitacją uczestnika.
 - d) Współpraca z rodziną opierająca się na zasadzie partnerskiej współodpowiedzialności.
15. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych i dostępie do świadczeń zdrowotnych w porozumieniu z opiekunami:
- a) Mobilizowanie uczestników do dbałości o zdrowie.
 - b) Promocja zdrowia i higienicznego trybu życia.
 - c) Pomoc w zakupie leków.

- d) Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia.
- e) Pomoc w załatwianiu spraw w instytucjach, urządach.
- f) Poradnictwo dla uczestników i ich rodzin.
- g) Pomoc w rozwiązywaniu trudnych sytuacji życiowych.
- h) Współpraca z ośrodkami pomocy społecznej.

16. Aktywne uczestnictwo w imprezach kulturalnych, integracja ze środowiskiem:

Imprezy integracyjne i okolicznościowe organizowane na terenie PŚDS (m. in. Śniadanie Wielkanocne, Wigilia, Andrzejki, Walentynki, Dzień Kobiet i Dzień Mężczyzn, Dzień Rodziny, Obchody Dnia Uczestnika ŚDS, Mikołajki, urodziny uczestników, bale, dyskoteki.) oraz przez inne placówki, wyjazdy na festiwale, gale, występy muzyczno-teatralne, spotkania rekreacyjno-sportowe.

Jest to nieodłączna i bardzo istotna forma zajęć terapeutycznych dająca uczestnikom możliwość przełamania bariery izolacji i podjęcia próby pełniejszego uczestnictwa

w niektórych dziedzinach życia społecznego.

17. Niezbędna opieka:

- a) Sprawowanie opieki nadzoru przez pracowników Domu w celu zapewnienia bezpieczeństwa osobom tego wymagającym.
- b) Monitorowanie stanu psychofizycznego uczestników podczas zajęć w Domu i w czasie wyjazdów.
- c) Udzielanie pomocy uczestnikom przy czynnościach związanych z utrzymaniem higieny osobistej i wyglądem zewnętrznym.
- d) Pomoc w usamodzielnianiu.

VII. OCZEKIWANE REZULTATY DZIAŁAŃ WSPIERAJĄCO-AKTYWIZUJĄCYCH

Prowadzenie działań wspierająco-aktywizujących zmierzających do osiągnięcia przez uczestników:

- ◇ poprawy jakości życia,
- ◇ redukcji lęku, obniżenia napięcia emocjonalnego,
- ◇ poprawie relacji z rodziną i najbliższym środowiskiem,
- ◇ Nauki radzenia sobie w sytuacjach trudnych;
- ◇ Poprawie samooceny;
- ◇ Motywowanie do uczestnictwa w zajęciach w placówce;
- ◇ Doprowadzenie do zwiększenia poczucia pewności siebie i własnych możliwości w kontaktach interpersonalnych;
- ◇ Nabywanie umiejętności radzenia sobie z doświadczaniem choroby psychicznej i niepełnosprawności;
- ◇ Zwiększanie własnej aktywności i rozwój zainteresowań;

- ◇ Zapewnienie możliwości dzielenia się swoimi przeżyciami i poszukiwania rozwiązań istniejących problemów;
- ◇ Kształtowanie podstawowych umiejętności społecznych uczestników odpowiednio do ich potrzeb i możliwości Wdrażanie do osiągnięcia optymalnego poziomu samodzielności w podstawowych sferach życia;
- ◇ Poprawa wzajemnych relacji interpersonalnych, umiejętności komunikowania się a także wsparcia w grupie.
- ◇ Spowolnianie pogłębiania się zaburzeń oraz jak najdłuższe utrzymanie osoby niepełnosprawnej w jej naturalnym środowisku.

IX. ZAŁOŻONE EFEKTY TRENINGÓW, ZAJĘĆ I DZIAŁAŃ REHABILITACYJNYCH U UCZESTNIKÓW:

- ◇ Wzrost aktywności psychoruchowej oraz sprawności fizycznej;
- ◇ Podejmowanie celowej aktywności.
- ◇ Wypracowanie i utrwalenie właściwych nawyków higienicznych.
- ◇ Wzrost u uczestników kompetencji w zakresie samoobsługi i zaradności życiowej, współdziałania i funkcjonowania w grupie, udoskonalenia podstawowych procesów psychicznych;
- ◇ Wzrost lub nabycie umiejętności nawiązywania kontaktów interpersonalnych (nawiązywanie i podtrzymywanie rozmowy, umiejętne funkcjonowanie w grupie, podejmowanie aktywnych działań, wywiązywanie się z obowiązków);
- ◇ Zainteresowanie uczestnictwem w zajęciach zorganizowanych;
- ◇ Poprawa motoryki małej i wielkiej;
- ◇ Poprawa samooceny;
- ◇ Wzrost zainteresowania sposobami spędzania czasu wolnego;
- ◇ Umiejętność radzenia sobie z własnymi emocjami;
- ◇ Wzrost poczucia własnej wartości.

X. OCENA EFEKTÓW DZIAŁALNOŚCI DOMU

Ocena dokonywana jest raz w roku w formie sprawozdania rocznego z działalności Domu z uwzględnieniem następujących informacji:

- ◇ formie przeprowadzonych zajęć, realizacji planowanych działań oraz uzyskanych efektach,
- ◇ liczbie osób korzystających z poszczególnych zajęć,
- ◇ liczbie uczestników, którzy opuścili Dom,
- ◇ współpracy z rodzinami, opiekunami, ośrodkami pomocy społecznej, służbami zdrowia, urzędami pracy, organizacjami pozarządowymi,
- ◇ aktualnych zasobach Domu przeznaczonych na jego funkcjonowanie.

XI. METODY, SPOSOBY I KRYTERIA OCENY EFEKTÓW POSTĘPÓW UCZESTNIKÓW.

Podstawową metodą oceny postępów podopiecznych PŚDS jest ocena zespołu wspierająco – aktywizującego. Ocena dokonywana jest co pół roku w oparciu o dokumentację indywidualną (indywidualne plany wspierająco — aktywizujące) oraz zbiorczą, tzn. ewidencje obecności uczestników, dzienniki zajęć pracowników, osiągnięcia podopiecznych, udział uczestników w konkursach organizowanych w placówce i w innych domach. W zależności od potrzeb zespół wspierająco-aktywizujący zbiera się (nie rzadziej niż raz na pół roku) w celu omówienia planów postępowania wspierająco-aktywizującego, dokonania analizy osiągnięć, braku lub pogorszenia się stanu psychofizycznego uczestników i ewentualnej modyfikacji planu.

XII. MOŻLIWOŚCI REALIZACYJNE POSZCZEGÓLNYCH FORM DZIAŁANIA ZE WSKAZANIEM ZASOBÓW: MATERIALNYCH, LUDZKICH I ORGANIZACYJNYCH.

A) Zasoby materialne:

Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w Starachowicach jest usytuowany w miejscu zapewniającym spokój uczestników zajęć. Powierzchnia użytkowa Domu wynosi 294,55m². Teren wokół jest ogrodzony powierzchnia działki to 0,2410 ha. Obiekt jest budynkiem parterowym o rzucie w kształcie litery T z dachem płaskim, bez barier architektonicznych.

Nazwa pomieszczenia	m2
Hol	28,47
Korytarz	34,32
Łazienka damska	4,29
Łazienka dla uczestników z prysznicem	4,84
Łazienka męska	6,96
Łazienka personelu	3,51
Pokój kierownika	14,61
Pokój biurowy	14,61
Pokój psychologa	7,53
Pokój socjalny personelu	10,18
Pomieszczenie gospodarcze	5,89
Pomieszczenie umiejętności praktycznych	3,33
Pracownia aktywizacji i terapii zajęciowej (sala ogólna, jadalnia)	33,46

Pracownia komputerowo-edukacyjna	12,95
Pracownia kulinarna	11,84
Pracownia kulturalno - muzyczno	33,57
Pracownia usprawniania ruchowego	26,53
Sala doświadczania świata – pokój wyciszeń	12,65
Sieć	4,61
Szatnia dla uczestników	5,87
Wymiennikownia, Węzeł co	10,01
Zaplecze pracowni usprawniania ruchowego	4,52

Opis pomieszczeń:

- 1) Sala aktywizacji i terapii zajęciowej – pomieszczenie pełni rolę jadalni i sali ogólnej. Tutaj uczestnicy spożywają posiłek, odbywają się zajęcia indywidualne i grupowe, treningi, ludoterapia, zajęcia świetlicowe, biblioterapia, spotkania z rodzicami/opiekunami, spotkania okolicznościowe, zabawy integracyjne. Pomieszczenie wyposażone jest w stoły, krzesła, szafę, komodę, wersalkę, radiomagnetofon, pomoce dydaktyczne, materiały i przybory plastyczne.
- 2) Pracownia kulinarna – pomieszczenie wyposażone w niezbędny sprzęt AGD lodówkę, zamrażarkę, zmywarę, czajnik elektryczny, piekarnik elektryczny, kuchenkę elektryczną, gofrownicę, opiekacz, mikser, mikrofalówkę, blender, toster, ekspres do kawy, naczynia, sztucce, szafki stojące i wiszące, blat przyścienny – roboczy, zlewozmywaki, umywalkę.
- 3) Pomieszczenie gospodarcze – wyposażone w szafy i chłodziarkę.
- 4) Pracownia usprawniania ruchowego – posiada Uniwersalny Gabinet Usprawniania Leczniczego wyposażony w sprzęt do mechanoterapii i stół do masażu, podnośnik rehabilitacyjny, rower stacjonarny poziomy, bieżnię, rowerek rotor ręczny, tablicę manualną, wałki rehabilitacyjne, materace, masażer do stóp, taśmy, hantle, tunel sensoryczny, radiomagnetofon, umywalkę, apteczkę pierwszej pomocy, pracownia ma zaplecze na sprzęt rehabilitacyjny, stół do tenisa, posiada toaletę z wydzielonym prysznicem oraz urządzeniami sanitarnymi dostosowanymi dla osób poruszających się na wózkach.
- 5) Sala doświadczania świata – pomieszczenie pełni również rolę pokoju wyciszeń i relaksacji. Wyposażone w suchy basen, kolumnę wodną, łóżko wodne, prysznic świetlny, worek sako, magiczne pałeczki, tablicę lustrzaną z węzami, gwieździste niebo, fotel masujący, wersalkę, projektor, foto obrazy.
- 6) Pracownia komputerowo-edukacyjna – wyposażona w trzy zestawy komputerowe, myszki, klawiatury, słuchawki, tablet, biurka, fotele obrotowe, szafy, programy edukacyjne, pomoce dydaktyczne, sprzęt małej poligrafii laminarka, drukarka, bindownica, gilotyna i aparat fotograficzny, lustro logopedyczne, niszczarka do papieru.
- 7) Pracownia kulturalno-muzyczno – wyposażona w sprzęt muzyczno-nagłaśniającego kolumny ze wzmacniaczem, mikrofon, instrumenty muzyczne, tablica interaktywna, multimedialna, zestaw komputerowy, biurko, fotel obrotowy, projektor, worki sako, stół, krzesła, tablica kolorowa drabina z mikrofonem, keyboard,

radiomagnetofon, maszynę do szycia, stół 3 w 1 umożliwiający grę w piłkarzyki, cymbergaja oraz bilard; pracownia pełni również rolę pomieszczenia do prowadzenia filmoterapii, biblioterapii, śmiechoterapii, relaksacji.

- 8) Pokój do indywidualnego poradnictwa psychologicznego, – wyposażony w szafę, biurko, fotele obrotowe, stolik, zestaw komputerowy, drukarkę.
- 9) Pomieszczenie umiejętności praktycznych – zaopatrzone m. in. w pralkę automatyczną, żelazko, deskę do prasowania, suszarkę do włosów, zlewozmywak, szafkę na środki czystości.
- 10) Szatnia – wyposażona w wieszaki i indywidualne szafki dla uczestników, ławkę do siedzenia.
- 11) Toalety - osobne dla kobiet i mężczyzn.
- 12) Hol i korytarz – stanowi łącznik pomiędzy pracowniami i pomieszczeniami Domu, wyposażony w kanapę i indywidualne szafki dla uczestników, wózek inwalidzki toaletą dla osób z zaburzeniami ruchu.

Pomieszczenia wyposażone są w meble i sprzęty odpowiednie do prawidłowego przebiegu zajęć. Ponadto w ośrodku znajdują się pomieszczenie gospodarcze, wymiennikownia, toaleta dla personelu oraz zaopatrzone w niezbędne sprzęty pomieszczenia administracyjne i pokój socjalny.

Teren wokół placówki został wyposażony w siłownię plenerową, altankę ogrodową, śmietnikową, stoły z ławkami, grill na trójnogu i kociołek oraz drzewka, krzewy i pnącza.

B) Zasoby ludzkie: Placówka zatrudnia osoby niezbędne do realizacji usług i sprawnego funkcjonowania, ze szczególnym uwzględnieniem zapewnienia bezpieczeństwa i opieki wszystkim uczestnikom. Pracownicy posiadają kwalifikacje zgodne z wymogami zawartymi w rozporządzeniu Ministra Pracy i Polityki Społecznej z 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy. W skład zespołu wspierająco-aktywizującego wchodzi osoby na stanowiskach kierownik placówki, terapeuta zajęciowy, terapeuta, instruktor do spraw kulturalno-oświatowych, opiekun medyczny, opiekun, fizjoterapeuta, psycholog oraz inni specjaliści i osoby według potrzeb zatrudniani w trakcie roku.

C) Zasoby organizacyjne: Realizacja poszczególnych form zajęć opiera się o roczny plan pracy, ramowe tygodniowy harmonogram zajęć, przydział uczestników do poszczególnych pracowników zespołu i udział uczestników w treningach/zajęciach w salach terapeutycznych zgodnie z opracowanym harmonogramem.

D) Dodatkowe przedsięwzięcia:

Działania dodatkowe uwzględniają organizację imprez wewnętrznych i zewnętrznych zgodnie z harmonogramem imprez na każdy rok.

XIII. ZASADY PRACY Z UCZESTNIKAMI

Praca z uczestnikami jest w znacznej mierze zindywidualizowana i opiera się na określonych zasadach rehabilitacji, do których należą:

- 1) Zasada akceptacji i dobrego kontaktu z uczestnikiem: respektowanie odrębności uczestnika i skupienie się na jego mocnych stronach i pozytywnych cechach. To okazanie zrozumienia, wsparcia, budowania relacji zaufania, poczucia bezpieczeństwa i otoczenia go szczególną opieką. Warunkiem rozpoczęcia pracy z uczestnikiem jest zdobycie jego zaufania, akceptacji planu pracy oraz chęci współpracy.

- 2) Zasada partnerstwa: poszanowanie praw uczestnika, jego możliwości, potrzeb i oczekiwań oraz odnoszenie się z szacunkiem dla jego godności i tożsamości. Rehabilitacja jest prawem uczestnika a nie obowiązkiem i może być prowadzona jedynie za jego zgodą. Uczestnik bez względu na jego zaburzenia, deficyty, poziom intelektualny i wady fizyczne musi mieć poczucie akceptacji własnej osoby. To pozwoli zrozumieć mu, że włożony wysiłek służy konkretnym celom i przyniesie oczekiwane rezultaty. Takie podejście umożliwi stworzenie sytuacji, w której uczestnik i opiekun/terapeuta będą partnerami dążącymi ku wspólnemu celowi.
- 3) Zasada pomocy: udzielanie uczestnikowi pomocy, gdy jest ona niezbędna. Wspieranie, asystowanie, nie wyręczanie. Dbłość o aktywizację sił biologicznych.
- 4) Zasada indywidualizacji: dostosowanie treści zajęć, zadań i wymagań, doboru środków i metod na miarę potrzeb i możliwości uczestnika.
- 5) Zasada właściwego stosowania wzmocnień i wzajemnej pozytywnej motywacji do pracy: okazywanie uczestnikowi radości z prób wykonywania prostych zadań.
- 6) Zasada pełnej opieki i współpracy ze środowiskiem domowym: dokonanie diagnoz, opracowanie indywidualnego planu postępowania wspierająco-aktywizującego uczestnika nakłada obowiązek ścisłej współpracy z rodzinami aby wspomagać każdy wysiłek uczestnika na drodze ku usprawnianiu i rozwojowi.
- 7) Zasada regulowania intensywności ćwiczenia: zależność od głębokości i rozmiaru deficytów oraz od odporności systemu nerwowego konkretnego uczestnika.
- 8) Zasada powolnego stopniowania trudności: racjonalne stopniowanie trudność zadań. Uczestnik musi mieć możliwość odniesienia sukcesu, wtedy jego motywacja wzrasta. Do trudniejszych zadań przechodzimy dopiero wtedy, gdy uczestnik opanuje w sposób prawidłowy zadania łatwiejsze. Nie należy dopuszczać do znużenia i zmęczenia oraz przykrych przeżyć, stwarzać atmosferę pogody i budzić wiarę we własne umiejętności mobilizując do przezwycięzania niepowodzeń. Zadania stawiane przed uczestnikiem winny być dostosowane do jego możliwości i stwarzać warunki do wykonania nakreślonych zadań.
- 9) Zasada powtarzalności oddziaływań: powtarzanie danej czynności, celem utrwalania nabytych umiejętności. Ciągłość oddziaływań jest niezbędna do budowania wiary uczestnika we własne możliwości, podnosi samoocenę oraz zapobiegają negatywnym skutkom porażki.
- 10) Zasada wielostronności oddziaływań: oddziaływanie na różne sfery życia codziennego sprzyjające wszechstronnemu rozwojowi uczestnika.

XIV. KIERUNKI ROZWOJU:

Dla prawidłowego funkcjonowania Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy podejmowane są następujące działania:

- ◇ Podnoszenie kwalifikacji przez kadrę domu;
- ◇ Motywowanie uczestników do korzystania z oferty usług w PŚDS;
- ◇ Doskonalenie u uczestników umiejętności związanych z życiem codziennym;
- ◇ Wyrabianie i doskonalenie nawyków związanych z pracą, poprzez włączanie uczestników do nowych zajęć na terenie ośrodka i wokół niego;
- ◇ Rozwijanie współpracy i integracji z rodzinami uczestników oraz ze środowiskiem lokalnym;
- ◇ Nawiązanie i podtrzymywanie stałych kontaktów z innymi Domami i z tzw. Przyjaciółmi Domu;
- ◇ Doposażenie śds w materiały i sprzęt podnoszące standard oferowanych usług.

Program działalności na 2023 rok sporządził: Kierownik PŚDS Renata Bernaciak

Załącznik Nr ...2... do Uchwały Nr ...184... /2023
Zarządu Powiatu Starachowickiego
z dnia 18 grudnia 2023 r.

PLAN PRACY POWIATOWEGO
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
W STARACHOWICACH TYPU C NA ROK 2023

Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy jest powiatową jednostką organizacyjną, działającą na zasadach jednostki budżetowej. Jest placówką dziennego pobytu przeznaczoną dla 20 dorosłych osób obojga płci. Dom jest ośrodkiem wsparcia dla osób mających poważne trudności w życiu codziennym, wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych, w tym osoby z niepełnosprawnościami sprzężonymi i spektrum autyzmu

Celem Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy jest zapewnienie uczestnikom wsparcia społecznego poprzez rehabilitację społeczną i fizyczną pozwalającą na zaspokojenie podstawowych potrzeb życiowych uczestników a przede wszystkim podtrzymanie ich w dobrej kondycji psycho-fizycznej pomimo istniejących zaburzeń, oraz rozwój umiejętności niezbędnych do możliwie jak najbardziej samodzielnego życia i integracji społecznej przy współudziale najbliższej rodziny i opiekunów.

W 2023 roku Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w ramach bieżącej pracy terapeutycznej będzie realizował działania wynikające z rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej w sprawie środowiskowych domów samopomocy. Swoimi działaniami Dom zamierza prowadzić w grupach bądź indywidualnie:

- treningi z zakresu umiejętności społecznych: funkcjonowania w życiu codziennym, umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, komunikacyjny, umiejętności spędzania czasu wolnego,
- zajęcia z zakresu terapii zajęciowej,
- terapię poprzez aktywność ruchową,
- zapewnić możliwość skorzystania z gorącego posiłku w czasie pobytu,
- zapewnić niezbędną opiekę,
- dbać o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu,
- dążyć do poprawy jakości życia uczestników,
- udzielać wsparcia przy rozwiązywaniu spraw i problemów,
- pomagać w dostępie do świadczeń zdrowotnych, przy załatwianiu spraw urzędowych w porozumieniu z opiekunami,
- współpracować z rodziną w zakresie kształtowania odpowiednich postaw uczestnika oraz innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy.

Poziom zajęć dostosowany będzie do poziomu możliwości psychofizycznych poszczególnych uczestników. Plan pracy na 2023 r. opiera się na podtrzymaniu posiadanych umiejętności i wypracowaniu nowych u osób z deficytami w sferze kontaktów interpersonalnych oraz funkcjonowania w życiu codziennym.

W poszczególnych miesiącach 2023 roku Dom będzie koncentrował uwagę na realizacji zadań, które są ujęte w dalszej części opracowania.

Roczny harmonogram pracy

Praca wspierająco-aktywizująca z uczestnikami

Lp.	Zakres	Formy działań, metody pracy	Termin realizacji	Odpowiedzialny	Spodziewane efekty
1.	Trening funkcjonowania w życiu codziennym w tym: Trening samoobsługi nauki higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny. Trening kulinarny. Trening umiejętności praktycznych.	Formy: indywidualna i zespołowa (mały zespół) Metody: Instruktaż wykonywanych czynności, pokaz, powtarzanie w celu nabycia stałych umiejętności i nawyków, historyjka obrazkowa, bajka, film, wiersz, piosenka, kolorowanka. Przeprowadzenie rozmów indywidualnych, pogadanek grupowych.	Zgodnie z rozkładem zajęć, stosownie do potrzeb i predyspozycji uczestników.	Członkowie Zespołu Wspierająco-Aktywizującego	Nabywanie, odtwarzanie, doskonalenie umiejętności i nawyków samodzielnego funkcjonowania w codziennym życiu na miarę indywidualnych możliwości
2.	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami oraz z innymi osobami w sytuacjach codziennych	Indywidualne rozmowy i ćwiczenia, zajęcia grupowe. Zebrania społeczności. Metody: trening umiejętności społecznych, burza mózgów, drama, gry i zabawy ruchowe, ćwiczenia i techniki wyobrażeniowe, zabawy słowno-muzyczne.	Dwa razy w miesiącu, zajęcia zgodnie z możliwościami, i predyspozycjami uczestników, w zależności od potrzeb	Członkowie Zespołu Wspierająco-Aktywizującego	Uczestnicy nabyli nowe kompetencje, podtrzymują lub rozwinęli posiadane umiejętności w zakresie nawiązywania kontaktu z otoczeniem, samodzielnie lub z pomocą terapeuty.
3.	Trening umiejętności komunikacyjnych w tym: z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej	Formy: indywidualna i zespołowa (mały zespół) Metody: nauczania praktycznego, wpływu osobistego, dialog, instrukcja, metody komunikacji wspierającej i wspomagającej, pogładowa, słowna, pokazowa, zadaniowa, zabawowa, ćwiczenia praktyczne, gry i zabawy, filmy, piktogramy, gesty, mimika, rysunek, prowadzenie komunikacji, zadawanie pytań uczestnikowi,	Praca ciągła, zgodnie z rozkładem zajęć, stosownie do potrzeb i predyspozycji uczestników.	Członkowie Zespołu Wspierająco-Aktywizującego	Poprawa umiejętności komunikacyjnych uczestników

		odpowiadanie na zadawane pytania uczestnikowi.			
4.	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego w tym: Biblioterapia, rozwijanie zainteresowań literaturą. Rozwijanie zainteresowań internetem i audycjami RTV, filmoterapia. Spotkania towarzysko - kulturalne. Zajęcia świetlicowe.	Formy: indywidualne, zespołowe, grupowe w zależności od okoliczności Metody: zajęcia praktyczne, czytanie na głos przez uczestnika oraz prowadzącego zajęcia, rozmowa inspirowana przeczytanym fragmentem, słuchanie audiobooka, audycje radiowe i telewizyjne w oparciu o wartościowe treści emitowane w powszechnie dostępnych środkach przekazu oraz zapisane na nośniach DVD, pendrive, praktycznego działania udział w imprezach okolicznościowych i świątecznych, wyjazdy na występy, udział w wycieczkach.	Zgodnie z rozkładem zajęć, stosownie do potrzeb i predyspozycji uczestników.	Członkowie Zespołu Wspierająco-Aktywizującego	Uczestnik bierze udział w uroczystościach okolicznościowych i potrafi przy nich współpracować z innymi uczestnikami. Integruje się z grupą poprzez realizowanie wspólnych celów podczas zajęć.
5.	5. Terapia zajęciowa w tym: pracownia aktywizacji i terapii zajęciowej, kulinarna, komputerowo-edukacyjna, kulturalno – muzyczna, plastyczna, usprawniania ruchowego.	Formy: indywidualne, zespołowe, grupowe w zależności od okoliczności Metody: nauczania praktycznego, rozwijanie umiejętności, słowna, pokazowa, instruktaż, ćwiczenia, zabawowa, zadaniowa, pogładowa, naśladownictwo, pogadanka, wspieranie aktywności twórczej.	Codziennie zgodnie z rozkładem zajęć, stosownie do potrzeb i predyspozycji uczestników.	Członkowie Zespołu Wspierająco-Aktywizującego	Uczestnicy nabyli nowe kompetencje, podtrzymują lub rozwinęli posiadane umiejętności samodzielnie lub z pomocą opiekuna. Potrafią współpracować z innymi uczestnikami.
6.	Terapia ruchowa w formie zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja	Formy: indywidualne, zespołowe i grupowe Metody: ćwiczenia korekcyjne i ogólnousprawniające, gimnastyka poranna, gry i zabawy ruchowe, zajęcia sportowe, udział w zawodach sportowych, zajęcia zręcznościowe, zajęcia	Codziennie zgodnie z rozkładem zajęć, stosownie do potrzeb i predyspozycji uczestników.	Członkowie Zespołu Wspierająco-Aktywizującego	Zwiększenie aktywności fizycznej, poprawa kondycji fizycznej i psychicznej, zrozumienie przez uczestników potrzeby

		rozwijające orientację w schemacie ciała i przestrzeni, czynne, bierne, z użyciem sprzętu dostępnego w placówce, terapia ręki, ćwiczenia oddechowe, masaże, pokazy, naśladownictwo, instruktaż, Wykorzystanie sprzętu pracowni usprawniania ruchowego i plenerowej siłowni.			dbania o własną sylwetkę, zdrowie i sprawność fizyczną.
7.	Zajęcia zintegrowane	Formy: indywidualna i zespołowa (mały zespół) Metody: nauczania praktycznego, wpływu osobistego, dialog, instrukcja, metody komunikacji wspierającej i wspomagającej, poglądowa, słowna, pokazowa, zadaniowa, zabawowa, ćwiczenia praktyczne, gry i zabawy, filmy, piktogramy, gesty, mimika, rysunek, prowadzenie komunikacji, zadawanie pytań uczestnikowi, odpowiadanie na zadawane pytania uczestnikowi.	Zgodnie z rozkładem zajęć.	Członkowie Zespołu Wspierająco-Aktywizującego	Pomoc uczestnikom w przezwyciężaniu występujących ograniczeń, rozwijanie umiejętności przydatnych w życiu codziennym.
8.	Zajęcia relaksacyjne	Formy: indywidualna i zespołowa (mały zespół) Metody: Instruktaż wykonywanych czynności.	Codziennie zgodnie z rozkładem zajęć, stosownie do potrzeb i predyspozycji uczestników.	Członkowie Zespołu Wspierająco-Aktywizującego	Poprawa stanu psychicznego uczestnika oraz jego funkcjonowania społecznego
9.	Poradnictwo psychologiczne	Formy: indywidualna i zespołowa (mały zespół) Metody: rozmowy indywidualne, pogadanka, ćwiczenia praktyczne.	Dwa razy w miesiącu po pięć godzin	Psycholog	Poprawa stanu psychicznego uczestnika oraz jego funkcjonowania społecznego

10.	Praca socjalna	Forma: indywidualna Metody: udzielanie informacji, wskazówek i pomocy w zakresie rozwiązywania spraw życiowych uczestników, poradnictwo dotyczące uzyskania wsparcia z instytucji pomocowych.	Praca ciągła, w miarę potrzeb.	Kierownik	Poprawa sytuacji życiowej: rodzinnej, materialnej, zdrowotnej i społecznej.
11.	Fizjoterapia	Formy: indywidualna i zespołowa (mały zespół), grupowa Metody: terapia ruchowa, ćwiczenia ogólnousprawniające, zabiegi fizjoterapeutyczne, doradztwo, profilaktyka	Praca ciągła, w miarę potrzeb i posiadanych możliwości.	Fizjoterapeuta	Poprawa sprawności fizycznej uczestników
12.	Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych	Forma: indywidualna. Metody: rejestracja do poradni specjalistycznych, konsultacje lekarskie badania), organizacja wyjścia, przekazywanie informacji na temat funkcjonowania placówek służby zdrowia	W miarę potrzeb.	Członkowie Zespołu Wspierająco-Aktywizującego	Poprawa stanu zdrowia
13.	Pomoc uczestnikom i ich rodzinom w załatwianiu spraw urzędowych	Formy: indywidualna. Metody: informowanie o posiadanych uprawnieniach i możliwościach, motywowanie do podejmowania działania, doradztwo, wyjaśnianie trybu postępowania, pomoc w przygotowaniu dokumentów.	W miarę potrzeb.	Członkowie Zespołu Wspierająco-Aktywizującego	Zwiększenie samodzielności, podołanie rolom społecznym
14.	Współpraca z rodzinami, opiekunami prawnymi, innymi osobami bliskimi i podmiotami	Formy: indywidualne i grupowe. Metody: rozmowy, spotkania indywidualne, grupowe w środowiskowym domu, telefoniczne, uczestnictwo rodzin, opiekunów w życiu PŚDS poprzez zapraszanie na uroczystości na terenie placówki, wspólne wyjazdy integracyjne.	W miarę potrzeb, na bieżąco.	Członkowie Zespołu Wspierająco-Aktywizującego	Poprawa funkcjonowania uczestnika. Czynne uczestnictwo rodzin, opiekunów w życiu Domu poprzez zapraszanie na

		<p>Kartki okolicznościowe spotkania, kontakt telefoniczny. Kształtowanie odpowiednich postaw wobec uczestnika. Współpraca dotycząca realizacji planu terapeutycznego. Pomoc w poznaniu i rozumieniu potrzeb uczestnika. Udzielanie porad i wskazówek. Pomoc w poszukiwaniu rozwiązań problemów dotyczących uczestników, problemów rodzinnych, pokierowanie do odpowiednich instytucji.</p> <p>Informowanie o przepisach prawa dotyczących osób niepełnosprawnych i pomocy społecznej. Poradnictwo psychologiczne i socjalne. Pomoc w dostępie do leczenia.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kształtowanie odpowiednich postaw uczestników wobec osób bliskich. Spotkania w zależności od potrzeb indywidualne, grupowe, organizacyjne, okolicznościowe. - Współpraca z innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy, w zakresie niezbędnym, gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników. - Utrzymywanie kontaktu z byłymi uczestnikami 			<p>uroczystości organizowane na terenie Domu</p> <p>Optymalizacja działań wobec osób z zaburzeniami psychicznymi.</p> <p>Wielokierunkowe wsparcie funkcjonowania uczestników.</p>
--	--	--	--	--	---

15.	Niezbędna opieka	<p>Formy: indywidualne i grupowe Metody: rozmowa indywidualna, instruktaż słowny, obserwacja, pierwsza pomoc przedmedyczna, kontakt z rodziną uczestników, asysta, demonstrowanie czynności, trening praktyczny, ćwiczenia. Monitorowanie stanu psychofizycznego uczestników podczas zajęć w placówce oraz w czasie wyjazdów plenerowych.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zapewnienie uczestnikowi długotrwałej i stałej opieki, włączenie rodziny w proces wsparcia. - Dbłość o dobre samopoczucie uczestników. - Odpowiednie i szybkie reagowanie na zmiany stanu psychofizycznego uczestników. - Udzielanie pomocy uczestnikom (wymagającym takiej pomocy) przy czynnościach związanych z samoobsługą. - Utrzymanie higieny osobistej i wyglądu zewnętrznego (jedzenie, mycie się, załatwianie potrzeb fizjologicznych, ubieranie się, wiązanie obuwia, zapinanie guzików itd.). - Sprawowanie doraźnej opieki i nadzoru przez personel domu w celu zapewnienia bezpieczeństwa osobom tego wymagającym. 	Codziennie	Członkowie Zespołu Wsparząco-Aktywizującego	Stabilny stan psychofizyczny uczestników, zadowolenie uczestników z otrzymanego wsparcia, aktywne uczestnictwo w zajęciach.
-----	------------------	--	------------	---	---

		<ul style="list-style-type: none"> - Zapobieganie niekontrolowanemu oddalaniu się uczestników z ośrodka. Asystowanie uczestnikom poruszającym się na wózkach inwalidzkich Pomoc osobom z zaburzeniami równowagi w przemieszczaniu się po ośrodku 			
--	--	---	--	--	--

RAMOWY PLAN DNIA	
GODZINY	ZAKRES
7:00-8:00	Zebrania zespołu wspierająco – aktywizującego; przygotowanie się do zajęć; przywóz uczestników
8:00-9:00	Śniadanie w ramach treningu kulinarnego; trening higieniczny; zajęcia grupowe – zajęcia indywidualne
9:00-10:30	Zajęcia w pracowniach, treningi; zajęcia grupowe – zajęcia indywidualne
10:30-11:00	Ciepły posiłek
11:00-12:00	Zajęcia w pracowniach, treningi, spacer, zajęcia grupowe – zajęcia indywidualne
12:00-12:30	Odpoczynek na kawę, herbatę, deser
12:30-13:00	Zajęcia w pracowniach, treningi, zajęcia grupowe – zajęcia indywidualne
13:00-13:30	Prace porządkowe na terenie Domu
13:30-14:00	Zajęcia relaksacyjne, wyciszające, zajęcia grupowe – zajęcia indywidualne
14:00-15:00	Dokumentowanie zajęć, sprawozdania, odwóz uczestników

RAMOWY TYGODNIOWY PLAN PRACY NA 2023 ROK				
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Czas organizacyjny	Czas organizacyjny.	Czas organizacyjny.	Czas organizacyjny.	Czas organizacyjny.
Przywóz uczestników	Przywóz uczestników	Przywóz uczestników	Przywóz uczestników	Przywóz uczestników
Zajęcia kulinarne w tym śniadanie i ciepły posiłek	Trening kulinarny w tym śniadanie i ciepły posiłek	Zajęcia kulinarne w tym śniadanie i ciepły posiłek	Zajęcia kulinarne w tym śniadanie i ciepły posiłek	Zajęcia kulinarne w tym śniadanie i ciepły posiłek
Elementy treningu funkcjonowania w codziennym życiu: Trening samoobsługi, nauki higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny. Trening umiejętności praktycznych. Elementy treningów: umiejętności spędzania wolnego czasu: Biblioterapia, rozwijanie zainteresowań literaturą. Zajęcia świetlicowe. Zajęcia relaksacyjne. Elementy treningu komunikacyjnego	Elementy treningu funkcjonowania w codziennym życiu: Trening samoobsługi, nauki higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny. Trening umiejętności praktycznych. Elementy treningu: Umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, co drugi wtorek. Elementy treningów: umiejętności spędzania wolnego czasu: Zajęcia świetlicowe. Zajęcia relaksacyjne.	Elementy treningu funkcjonowania w codziennym życiu: Trening samoobsługi, nauki higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny. Trening umiejętności praktycznych. Elementy treningów: umiejętności spędzania wolnego czasu: Zajęcia świetlicowe. Zajęcia relaksacyjne.	Elementy treningu funkcjonowania w codziennym życiu: Trening samoobsługi, nauki higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny. Trening umiejętności praktycznych. Elementy treningów: umiejętności spędzania wolnego czasu: Zajęcia świetlicowe. Zajęcia relaksacyjne.	Elementy treningu funkcjonowania w codziennym życiu: Trening samoobsługi, nauki higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny. Trening umiejętności praktycznych. Elementy treningów: umiejętności spędzania wolnego czasu Rozwijanie zainteresowań internetem i Audycjami RTV, Filmoterapia. Zajęcia świetlicowe. Zajęcia relaksacyjne.
Terapia ruchowa Fizjoterapia	Terapia ruchowa Fizjoterapia	Terapia ruchowa Fizjoterapia	Terapia ruchowa Fizjoterapia	Terapia ruchowa Fizjoterapia
Zajęcia indywidualne lub grupowe zintegrowane	Zajęcia indywidualne lub grupowe zintegrowane.	Zajęcia indywidualne lub grupowe zintegrowane.	Zajęcia indywidualne lub grupowe zintegrowane.	Zajęcia indywidualne lub grupowe zintegrowane.
Elementy treningów: umiejętności spędzania wolnego czasu: spotkania towarzysko-kulturalne w tym kawa, herbata, deser	Elementy treningów: umiejętności spędzania wolnego czasu: spotkania towarzysko-kulturalne w tym kawa, herbata, deser	Elementy treningów: umiejętności spędzania wolnego czasu: spotkania towarzysko-kulturalne w tym kawa, herbata, deser	Elementy treningów: umiejętności spędzania wolnego czasu: spotkania towarzysko-kulturalne w tym kawa, herbata, deser	Elementy treningów: umiejętności spędzania wolnego czasu: spotkania towarzysko-kulturalne w tym kawa, herbata, deser
Terapia zajęciowa Zajęcia kulturalno-muzyczne Zajęcia komputerowo-edukacyjne	Terapia zajęciowa Zajęcia kulturalno-muzyczne Zajęcia komputerowo-edukacyjne Zajęcia plastyczne	Terapia zajęciowa Zajęcia kulturalno-muzyczne Zajęcia komputerowo-edukacyjne	Terapia zajęciowa Zajęcia kulturalno-muzyczne Zajęcia komputerowo-edukacyjne Zajęcia plastyczne	Terapia zajęciowa Zajęcia kulturalno-muzyczne Zajęcia komputerowo-edukacyjne
Prace porządkowe	Prace porządkowe	Prace porządkowe	Prace porządkowe	Prace porządkowe
Odwóz uczestników	Odwóz uczestników	Odwóz uczestników	Odwóz uczestników	Odwóz uczestników
Uzupełnianie dokumentacji	Uzupełnianie dokumentacji	Uzupełnianie dokumentacji	Uzupełnianie dokumentacji	Uzupełnianie dokumentacji

	ORGANIZACYJNY OBSZAR PRACY. ZADANIA	TERMIN	REALIZATORZY
1.	Opracowanie i przyjęcie kierunków pracy. Planowanie pracy oraz zamierzeń na dany rok, usystematyzowanie działań. Sporządzenie programu działalności i planu pracy Domu.	I kwartał 2023 r.	kierownik domu
2.	Sporządzanie wymaganych sprawozdań i informacji.	w wyznaczonych terminach	kierownik domu
3.	Utrzymanie standardów zatrudnienia	praca ciągła	kierownik domu
4.	Organizacja szkoleń dla kadry. Udział pracowników w szkoleniach w zakresie tematycznym wynikającym ze zgłoszonych przez nich potrzeb, związanych z funkcjonowaniem domu	wg. ramowego planu szkoleń	kierownik domu
5.	Koordynowanie i monitorowanie pracy Zespołu Wspierająco-Aktywizującego. Realizacja rocznego planu oraz indywidualnych planów postępowania wspierająco – aktywizujących, dokonywanie ocen osiągniętych rezultatów, weryfikacji planów, gromadzenie wymaganej dokumentacji. Współpraca z rodzinami uczestników oraz podmiotami działającymi na rzecz osób niepełnosprawnych.	praca ciągła	kierownik domu
6.	Przestrzeganie i promowanie zasad etycznego postępowania.	praca ciągła	kierownik domu
7.	Nadzór nad bezpiecznymi i higienicznymi warunkami pobytu/pracy uczestników i pracowników, wprowadzanie stosownych procedur, zabezpieczanie śds w odpowiednie środki ochrony, aktualizacja przeglądów instalacji, sprzętu p.poż., wypełnianie zadań bhp.	praca ciągła	kierownik domu
8.	Nadzór nad bezpieczeństwem danych osobowych przetwarzanych przez śds	praca ciągła	kierownik, IOD
9.	Nadzór nad gospodarką finansową Domu.	praca ciągła	kierownik, główny księgowy
10.	Sporządzenie programu działalności i planu pracy Domu	I kwartał 2024 r.	kierownik domu
11.	Doposażanie pracowni i pomieszczeń. Monitorowanie potrzeb, planowanie, realizacja. Utrzymanie właściwego standardu usług.	praca ciągła	kierownik domu

HARMONOGRAM PLANOWANYCH ZADAŃ, IMPREZ OKOLICZNOŚCIOWYCH I SPOTKAŃ

STYCZEŃ

- 1) Bal karnawałowy - integracja społeczności ŚDS, zabawa taneczna przy muzyce współczesnej, przygotowanie kostiumów, poczęstunku, dekoracja sali i stołu.
- 2) Urodziny uczestników - przygotowanie upominków, zorganizowanie spotkania wszystkich uczestników połączonego z poczęstunkiem.

LUTY

- 1) Walentynki - integracja społeczności ŚDS, zabawa, przygotowanie kartek okolicznościowych.
- 2) Tłusty Czwartek - przygotowanie tradycyjnych pączków, wymiana przepisów, przypomnienie tradycji i zwyczajów.

MARZEC

- 1) Dzień Kobiet i Mężczyzn – studio urody, słodki poczęstunek.
- 2) Pierwszy Dzień Wiosny – wykonywanie marzanny, ognisko.
- 3) Urodziny uczestników - przygotowanie upominków, zorganizowanie spotkania wszystkich uczestników połączonego z poczęstunkiem.

KWIECIEŃ

- 1) Światowy Dzień Autyzmu - zajęcia komputerowe, plastyczne o charakterze informacyjno- edukacyjnym, integracja społeczności ŚDS. Przygotowanie materiałów na stronę internetową Domu w celu podniesienia społecznej świadomości.
- 2) Hortikuloterapia – zajęcia ogrodowe, prace wiosenne na terenie zielonym wokół Domu zakończone wspólnym grillowaniem.
- 3) Śniadanie wielkanocne to czas wspólnych przeżyć, rozmów i refleksji.
- 4) Urodziny uczestników - przygotowanie upominków, zorganizowanie spotkania wszystkich uczestników połączonego z poczęstunkiem.

MAJ

- 1) Rocznica Konstytucji 3 Maja i Święto Polskiej Flagi, rola symboli narodowych - patriotyczne zajęcia muzyczno - plastyczne o charakterze edukacyjnym.
- 2) Wykonywanie zaproszeń na Dzień Rodziny dla mam i ojców, opiekunów uczestników i gości, tworzenie kartek okolicznościowych, wykonywanie dekoracji.
- 3) Urodziny uczestników - przygotowanie upominków, zorganizowanie spotkania wszystkich uczestników połączonego z poczęstunkiem.
- 4) Święto Polskiej Muzyki i Plastyki - śpiewy, gry i zabawy na wolnym powietrzu, zajęcia fotograficzne i plastyczne w plenerze.

CZERWIEC

- 1) Dzień Rodziny – uroczyste spotkanie z rodzinami/opiekunami. Przygotowanie upominków i poczęstunku. Piknik. Prezentacja muzyczna.
- 2) Urodziny uczestników - przygotowanie upominków, zorganizowanie spotkania wszystkich uczestników połączonego z poczęstunkiem.
- 3) Dzień Kultury Fizycznej - zajęcia w placówce i na powietrzu, choreoterapia, gimnastyka, zabawy i gry sportowe, udział w konkurencjach sprawnościowych, relaks.
- 4) Hortikuloterapia – sadzenie kwiatów w ogrodzie, zakończone wspólnym ogniskiem.

LIPIEC

- 1) Grill - gry i zabawy na wolnym powietrzu, pieczenie i konsumpcja kiełbasek.

- 2) Hortikuloterapia - zabawy i relaks w ogrodzie, pielęgnacja terenów zielonych wokół Domu.
- 3) Urodziny uczestników - przygotowanie upominków, zorganizowanie spotkania wszystkich uczestników połączonego z poczęstunkiem.

SIERPIEŃ

- 1) Grill - gry i zabawy na wolnym powietrzu, pieczenie i konsumpcja kiełbasek.
- impreza integracyjna, zabawa, zawody, konkursy.
- 2) Urodziny uczestników - przygotowanie upominków, zorganizowanie spotkania wszystkich uczestników połączonego z poczęstunkiem.

WRZESIEŃ

- 1) Ogólnopolski Dzień Głośnego Czytania.
- 2) Święto pieczonego ziemniaka. Ognisko, kociółek, pieczenie ziemniaków, zabawy i gry na wolnym powietrzu. Zajęcia kulinarne: „wszystko z ziemniaka”.

PAŹDZIERNIK

- 1) Wycieczka integracyjna do ZOO i Orientarium w Łodzi.
- 2) Urodziny uczestników - przygotowanie upominków, zorganizowanie spotkania wszystkich uczestników połączonego z poczęstunkiem.

LISTOPAD

- 1) Święto Niepodległości – obchody odzyskania przez Polskę Niepodległości. Zajęcia muzyczno, komputerowo, plastyczne o charakterze informacyjno-
edukacyjnym.
- 2) Urodziny uczestników - przygotowanie upominków, zorganizowanie spotkania wszystkich uczestników połączonego z poczęstunkiem.
- 3) Andrzejki – celem organizowanego wydarzenia jest integracja społeczności ŚDS i zaproszonych przyjaciół, zabawa taneczna w połączeniu ze staropolskim
zwyczajem wróżb andrzejkowych.

GRUDZIEŃ

- 1) Urodziny uczestników - przygotowanie upominków, zorganizowanie spotkania wszystkich uczestników połączonego z poczęstunkiem.
- 2) Mikołajki w naszym Domu - przygotowanie upominków, spotkanie z Mikołajem, wspólna zabawa.
- 3) Wspólne kolędowanie - nauka śpiewu kolęd i gry na prostych instrumentach muzycznych.
- 4) Wigilia Bożego Narodzenia - wspólne połamanie się opłatkiem, biesiada przy świątecznym stole.

Plan pracy na 2023 rok sporządził: Kierownik PŚDS Renata Bernaciak