

## ROCZNY PLAN PRACY

### *w Środowiskowym Domu Samopomocy w Łobzie - 2021 r.*

Środowiskowy Dom Samopomocy w Łobzie jest jednostką organizacyjną pomocy społecznej prowadzoną przez Gminę Łobez. Dom jest placówką pobytu dziennego, przeznaczoną dla osób dorosłych przewlekle psychicznie chorych (typ A) oraz z niepełnosprawnością intelektualną (typ B). Ośrodek wsparcia dziennego posiada 40 miejsc dziennego pobytu.

W 2021 r. ŚDS w ramach bieżącej pracy terapeutycznej będzie realizował działania wynikające z rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy zapewniając:

1. Trening funkcjonowania w codziennym życiu, w tym: trening dbałości o wygląd zewnętrzny i nauki higieny (w razie potrzeby: w ramach prowadzonych zajęć - uwzględnienie tematyki dotyczącej obecnej sytuacji epidemicznej, w tym ze szczególnym podkreśleniem wagi utrzymywania właściwej higieny osobistej i otoczenia, oraz dystansu społecznego), trening kulinarny (w sytuacji możliwej do zrealizowania), umiejętności praktycznych, gospodarowania własnymi środkami finansowymi.
2. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, w tym: kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach i instytucjach kultury.
3. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego, w tym: rozwijania zainteresowań literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi, Internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych.
4. Trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej.
5. Poradnictwo specjalistyczne.
6. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.
7. Niezbędną opiekę, w szczególności dla uczestników (dbałość o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu uczestników na zajęciach oraz w trakcie dowozu).
8. Terapię ruchową, w tym: zajęcia sportowe, turystykę i rekreację, (głównie w ramach codziennych zajęć usprawniania fizycznego, również wyjścia poza ośrodek oraz wyjazdy do innych placówek – jeśli pozwoli sytuacja epidemiologiczna).
9. Pomoc w korzystaniu ze świadczeń zdrowotnych.
10. Wyżywienie w postaci gorącego posiłku (przygotowywanego w ramach zadania własnego gminy, zakupu posiłku, lub w formie treningu kulinarnego – jeśli pozwoli sytuacja epidemiologiczna).
11. Terapię zajęciową przygotowującą do dalszego samorozwoju i możliwości uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia.

**Planowane treści i formy pracy w 2021 r. z uwzględnieniem metod i form pracy, czasu realizacji, osób odpowiedzialnych oraz oczekiwanych efektów.**

Zakres	Zadania  *w przypadku zagrożenia epidemiologicznego.	Metody i formy realizacji  *formy pracy w przypadku zagrożenia epidemiologicznego.	Termin realizacji	Opis spodziewanych efektów  *w przypadku zagrożenia epidemiologicznego.	Osoby odpowiedzialne
<p align="center"><b>Trening funkcjonowania w życiu codziennym</b></p>	<p><b>1. Trening samoobsługi:</b> -samodzielne ubieranie się (zapinanie guzików, suwaka, sznurowanie obuwia), -samodzielne jedzenie, mycie rąk, ubieranie się, zgłaszanie i załatwianie potrzeb fizjologicznych.</p> <p>*zachowanie dystansu społecznego</p> <p>*prawidłowe zakładanie maseczki.</p>	<p>- pogadanki, spotkania z pielęgniarką, -instruktaż słowny, demonstrowanie czynności, -trening praktyczny.</p> <p>*Informacje telefonicznie, przez komunikatory Messenger i Whats App, SMS, MMS.</p>	<p align="center"><b>Praca ciągła</b></p>	<p>-umiejętność posługiwania się sztućcami, -odnoszenie naczyń po spożyciu posiłku, -samodzielne lub po wsparciu terapeuty - ubieranie wierzchnich okryć (zakładanie kurtki, butów, sznurowanie obuwia, zapinanie suwaka), -zgłaszanie potrzeb fizjologicznych, samodzielne załatwianie potrzeb fizjologicznych, -samodzielnie lub w asyście terapeuty mycie rąk.</p> <p>*zachowanie odpowiedniego reżimu sanitarnego.</p>	<p>członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego</p>

<p><b>Trening funkcjonowania w życiu codziennym</b></p>	<p><b>2.Trening utrzymywania higieny osobistej;</b>          -korzystanie z prysznic, -toaleta całego ciała, mycie rąk, -higiena jamy ustnej, -pielęgnacja paznokci, włosów.</p> <p>*utrzymywanie właściwej higieny osobistej i otoczenia, zachowanie dystansu społecznego</p> <p>*mycie i dezynfekcja rąk, prawidłowe zakładanie maseczki.</p>	<p>- ćwiczenia praktyczne,          - instruktaż słowny,          - pogadanki,          -prezentacja,          - met. asymilacji wiedzy,          - met. problemowe.</p> <p>*Informacje telefonicznie, przez komunikatory Messenger i Whats App, SMS, MMS, skype.          *Filmiki          *Spotkania z terapeutami On line.</p>	<p><b>Praca ciągła</b></p>	<p>-umiejętność dbania o higienę całego ciała, korzystania z prysznic, przyborów toaletowych, mycia rąk po skorzystaniu z toalety.          -stosowanie wyuczonych czynności w życiu codziennym.</p> <p>*zachowanie odpowiedniego reżimu sanitarnego</p>	<p>członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego</p>
<p><b>Trening funkcjonowania w życiu codziennym</b></p>	<p><b>3.Trening dbałości o wygląd zewnętrzny:</b> nabywanie i doskonalenie umiejętności związanych z dbaniem o wygląd zewnętrzny.</p>	<p>- ćwiczenia praktyczne,          - instruktaż słowny,          - pogadanki,          -prezentacja,          - met. asymilacji wiedzy,          - met. problemowe.</p> <p>*Informacje telefonicznie,</p>	<p><b>Praca ciągła</b></p>	<p>- nabycie umiejętności dbania o schludny wygląd,          -wyrobienie dobrych nawyków higienicznych,          -dbanie o własną odzież, regularne zmiany bielizny osobistej,          -umiejętność doboru odzieży stosownie do okoliczności i pogody,          -nabycie umiejętności prania ręcznego, prasowania</p>	<p>członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego</p>

		<p>przez komunikatory Messenger i Whats App, SMS, MMS, skype.</p> <p>*Filmiki</p> <p>*Spotkania z terapeutami On line.</p>		<p>odzieży,</p> <p>-umiejętność wykonania manicure, pedicure, podstaw makijażu,</p> <p>-umiejętność korzystania i doboru kosmetyków do pielęgnacji (twarz, ciało),</p> <p>-wprowadzanie wyuczonych czynności w życie.</p>	
<p><b>Trening funkcjonowania w życiu codziennym</b></p>	<p><b>4. Trening kulinarny:</b></p> <p>- nabywanie i doskonalenie umiejętności planowania oraz estetycznego przygotowywania i spożywania prostych posiłków,</p> <p>-kulturalne zachowanie się przy stole, poznanie przepisów kulinarnych,</p> <p>-dobór artykułów spożywczych,</p> <p>- zasady zdrowego odżywiania się.</p>	<p>- ćwiczenia praktyczne,</p> <p>- instruktaż słowny, demonstrowanie czynności – praca w małej grupie (jeśli pozwoli na to sytuacja epidem.)</p> <p>*Informacje telefonicznie, przez komunikatory Messenger i Whats App, SMS, MMS, skype.</p> <p>*Filmiki</p>	<p><b>Praca ciągła</b></p>	<p>- umiejętność zaplanowania i przygotowania prostego posiłku,</p> <p>-umiejętność zachowania się przy stole,</p> <p>-nabycie i podtrzymywanie umiejętności posługiwania się sztucami, nakrywania do stołu,</p> <p>-nabycie umiejętności posługiwania się sprzętami kuchennymi,</p> <p>-nabycie umiejętności stosowania w/w czynności w praktyce.</p>	<p>opiekun grupy gospodarstwa domowego</p>

		*Spotkania z terapeutami On line.			
<b>Trening funkcjonowania w życiu codziennym</b>	<b>5. Trening umiejętności praktycznych:</b> -obsługa sprzętu AGD: pralki, żelazka, odkurzacza, -dokonywanie zakupów, porównywanie cen, -korzystanie z urzędów użyteczności publicznej -dbałość o odzież - przyszywanie guzików, -umiejętność posługiwania się zegarem, -pielęgnowanie roślin, -składanie podpisu na liście obecności, -nauka wiązania obuwia, -umiejętność posługiwania się zegarem, -pielęgnowanie roślin -prace porządkowe, -zajęcia ogrodnicze.	-ćwiczenia praktyczne. - instruktaż słowny, demonstrowanie czynności – praca w małej grupie (jeśli pozwoli na to sytuacja epidem.)  *Informacje telefonicznie, przez komunikatory Messenger i Whats App, SMS, MMS, skype. *Filmiki	<b>Praca ciągła</b>	- nabycie umiejętności obsługi sprzętów (samodzielnie lub przy pomocy terapeuty), – nabycie umiejętności naprawy odzieży, przyszycia guzika, -umiejętność podpisu we właściwym miejscu w liście obecności, -nabycie umiejętności posługiwania się zegarem, - nabycie umiejętności dbania o rośliny (podlewanie, dozowanie nawozu), - nabycie umiejętności dbania o porządek wokół siebie, zimą odśnieżania, -wdrażanie nabytych umiejętności w życiu codziennym w domu.	członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego
<b>Trening funkcjonowania w życiu codziennym</b>	<b>6. Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi:</b> - poznanie wartości pieniądza, rozpoznawanie nominałów, - planowanie i robienie zakupów, - orientacja w cenach i dokonywanie obliczeń,	- trening praktyczny. - instruktaż słowny, demonstrowanie czynności, -praca na materiałach pomocniczych.	<b>Praca ciągła</b>	- umiejętność rozpoznawania nominałów pieniężnych, - dokonywania zakupów, prawidłowego gospodarowania własnym budżetem z uwzględnieniem opłat stałych, planowania	członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego

	- nauka gospodarowania własnym budżetem.	*Informacje telefonicznie, przez komunikatory Messenger i Whats App, SMS, MMS, skype. *Filmiki		wydatków.	
<b>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów.</b>	<b>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów</b> , w tym: - kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach i instytucjach kultury, - umiejętności interpersonalnych, nawiązywanie i podtrzymywanie rozmowy, aktywne słuchanie, asertywność, znalezienie swojego miejsca w grupie, -umiejętność rozwiązywania konfliktów, kompromis, - wyrabianie umiejętności podejmowania decyzji.	- indywidualne rozmowy i ćwiczenia, - zajęcia grupowe. - zebrania „SPOŁECZNOŚCI”  *Informacje telefonicznie, przez komunikatory Messenger i Whats App, SMS, MMS, skype. *Filmiki	<b>Praca ciągła</b>	- poprawa relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, - nabycie umiejętności nawiązania i podtrzymania rozmowy, samodzielnego podejmowania decyzji, umiejętnego słuchania, -umiejętność radzenia sobie z własnymi emocjami, asertywność, odporność na stres, - odpowiednia reakcja na krytykę i pochwałę, - przestrzeganie norm i zasad funkcjonowania w grupie, - nabycie umiejętności zachowania w miejscach publicznych.	członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego
<b>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów.</b>	<b>Zebrania „SPOŁECZNOŚCI;</b> - korekcja, niwelowanie napięć emocjonalnych, nauka nowych umiejętności społecznie aprobowanych, wspomaganie funkcjonowania społecznego. - wspólne omawianie wybranych	- zajęcia grupowe, - zebrania.	<b>2 razy w tygodniu</b>	- poprawa funkcjonowania uczestników, eliminacja negatywnych norm i obyczajów w zachowaniach społecznych, - orientacja w otoczeniu oraz własnej sytuacji.	członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego psycholog

	zagadnień oraz spraw bieżących, - wiadomości z kraju i ze świata/przygotowywanie się do zdawania relacji.			- włączenie w świadomość i wiedzę o sytuacji w ośrodku, w domu i środowisku lokalnym, - orientacja o sytuacji w kraju i na świecie.	
<b>Trening umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się</b>	- komunikaty werbalne i niewerbalne, praca nad łamaniem barier komunikacyjnych, motywacja komunikacyjna, - wprowadzanie metod komunikacji alternatywnej, - wprowadzenie porozumiewania się z pomocą AAC.	- indywidualne rozmowy i ćwiczenia, - zajęcia grupowe.	<b>według potrzeb</b>	- poprawa funkcjonowania uczestników w zakresie komunikacji	członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego psycholog
<b>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego</b>	- rozwijanie zainteresowania internetem, literaturą, audycjami radiowymi i telewizyjnymi, - udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych, - gry towarzyskie, karaoke, film, czytanie literatury, - zajęcia edukacyjne dotyczące otaczającego nas świata, - zajęcia relaksacyjne.	-zajęcia grupowe, - gry i zabawy integracyjne, -filmoterapia, -biblioterapia, -wycieczki, wyjścia, olimpiady.  *Informacje telefonicznie, przez komunikatory Messenger i Whats App, SMS, MMS, skype. *Filmiki	<b>praca ciągła</b>  według zgłaszanych potrzeb oraz możliwości	- rozwinięcie zainteresowań uczestników, - nabycie umiejętności zagospodarowania czasu wolnego, wyboru określonej aktywności własnej, - nabycie umiejętności wypoczynku czynnego i intelektualnego.	członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego

<b>Integracja uczestników z innymi osobami niepełnosprawnymi i społecznością lokalną</b>	Spotkania integracyjne z uczestnikami innych placówek: ŚDS -ów ,WTZ-ów itp., DPS – ów na przeglądach, festiwalach, spartakiadach, olimpiadach.	- wycieczki, wyjścia, olimpiady.	<b>według planu imprez i wydarzeń w ŚDS</b>	- poprawa funkcjonowania uczestników w zakresie kontaktów interpersonalnych	członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego
<b>Poradnictwo psychologiczne</b>	Poradnictwo psychologiczne – udzielanie wsparcia uczestnikom i ich rodzinom w rozwiązywaniu problemów życiowych	- spotkania indywidualne, -rozmowy, - badania, - opinie psychologiczne.	<b>według potrzeb</b>	- nabycie coraz większej samodzielności w rozwiązywaniu własnych problemów, - poszukiwanie prawidłowych rozwiązań akceptowanych społecznie.	psycholog
<b>Pomoc w dostępie do świadczeń zdrowotnych</b>	Pomoc w dostępie do świadczeń zdrowotnych, w tym: -pomoc w uzgadnianiu i pilnowaniu wizyt lekarskich, -pomoc przy zakupie leków, -pomoc w dotarciu do lekarza, w tym specjalisty, psychiatry.	- rozmowy indywidualne, -konsultacje.	<b>według potrzeb</b>	- zapewnienie opieki lekarskiej w razie potrzeby, -wychwycenie niekorzystnych zmian w organizmie, - wykształcenie świadomości o swojej chorobie i sposobów radzenia sobie z jej objawami.	członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego
<b>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych</b>	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.	- praca indywidualna ukierunkowana na uczestnika.	<b>według potrzeb</b>	- pomoc i wsparcie podczas załatwiania spraw w urzędach, placówkach ochrony zdrowia, sądach, ZUS, bankach i innych instytucjach.	członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego



<p><b>Współpraca z rodziną</b></p>	<p>- współpraca z rodziną uczestnika: zebrania z rodzicami/opiekunami, indywidualne kontakty z rodziną, wspólne warsztaty, dzień dla rodziny.</p>	<p>- praca indywidualna, - zebrania z rodzicami, - udział w uroczystościach ŚDS, - wspólne warsztaty, - spotkania integracyjne.</p>	<p><b>Praca ciągła</b></p>	<p>- poprawa funkcjonowania uczestnika, - czynne uczestnictwo rodzin/opiekunów w życiu ŚDS, - prezentacja nabytych umiejętności przed rodzicami/opiekunami.</p>	<p>Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego</p>
<p><b>Terapia zajęciowa</b></p>	<p><b>1. Zajęcia w pracowni plastycznej:</b> - poznawanie różnorodnych technik wykonywania prac plastycznych i rękodzieła: malarstwo, rysunek, rzeźba, papieroplastyka, wykonywanie przedmiotów użytkowych, witraż, - rozwijanie zainteresowań i uzdolnień manualnych, - udział w konkursach, przeglądach artystycznych,</p> <p><b>2. Zajęcia w pracowni rękodzieła artystycznego oraz w pracowni dziewiarskiej (rękodzielnictwo) –</b> nauka szycia ręcznego, szycie maszynowe, przyszywanie guzików, wyszywanie serwetek i obrazków na ścianę, haftowanie, wykonywanie maskotek i poduszek, pranie i prasowanie wykonanych serwetek, wykonywanie prostych form i kształtów</p>	<p>- metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, pokaz, ćwiczenie, instruktaż.</p> <p>*Informacje telefonicznie, przez komunikatory Messenger i Whats App, SMS, MMS, skype. *Filmiki</p>	<p><b>Praca ciągła</b></p>	<p>- poznanie i stosowanie różnorodnych technik plastycznych i rękodzieła, - kształtowanie wyobraźni twórczej, - nabycie poczucia odpowiedzialności za swoje miejsce pracy i utrzymanie go w należytym porządku, - poznanie i stosowanie zasad bezpieczeństwa, - rozwijanie zainteresowań i poczucia estetyki, - rozwijanie sprawności manualnej</p>	<p>terapeuta/ opiekun stosownej pracowni</p>

	<p>z tkanin.</p> <p><b>3. Zajęcia w pracowni stolarskiej:</b>          -przygotowanie osób niepełnosprawnych do pracy w drewnie i materiałach drewnopochodnych z zastosowaniem prostych narzędzi oraz elektronarzędzi tj.: młotek, piła ręczna, obcęgi, śrubokręty, dłuta, klucze, wyrzynarka, piła stołowa i kątowna, wiertarka, wkrętarka, strug elektryczny, opalarka itp.          - praca w drewnie i materiałach drewnopodobnych,          -utrzymanie ładu i porządku na terenie posesji ŚDS.</p> <p><b>4.Zajęcia w pracowni gospodarstwa domowego</b> - nauka przygotowywania i spożywania potraw, poznawanie przepisów kulinarnych, doboru i optymalnego wykorzystania artykułów spożywczych, planowania zakupów, dokonywania zakupów zasad zdrowego odżywiania się, obsługi sprzętu agd., pielęgnacji roślin .</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- nabycie umiejętności posługiwania się prostymi narzędziami stolarskimi, ich naprawy i konserwacji,</li> <li>- nabycie poczucia odpowiedzialności za swoje miejsce pracy i utrzymanie go w należyтым porządku,</li> <li>- osiągnięcie przez uczestników jak największej samodzielności i zaradności,</li> <li>- nabycie umiejętności współdziałania w grupie, dbania o innych i liczenia się z jego potrzebami, poczucie sprawczości,</li> <li>- rozwinięcie sprawności manualnej,</li> <li>- rozwijanie zainteresowań technicznych.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>-umiejętność zaplanowania i przygotowania prostego posiłku,</li> <li>-umiejętność zachowania się przy stole,</li> <li>-nabycie i podtrzymywanie umiejętności posługiwania się sztucami, nakrywania do stołu,</li> </ul>	
--	--	--	--	--	--

				-nabycie umiejętności posługiwania się sprzętami kuchennymi, - umiejętność samodzielnego wykonywania czynności domowych w praktyce.	
<b>Terapia ruchowa</b>	<p><b>Rehabilitacja ruchowa:</b> Zajęcia usprawnienia fizycznego w i poza ŚDS – rajdy, spacer, wycieczki, udział w spartakiadach , dzień aktywności w naszym domu</p> <p>.</p> <p><b>Zajęcia usprawnienia fizycznego na terenie ŚDS - grupowe i indywidualne,</b> przy wykorzystaniu wyposażenia Sali rehabilitacyjnej, zajęcia fitness, ZUMBA, aerobic, STEEP, i inne.</p> <p><b>Gry i zabawy jako rekreacja i</b> przygotowanie do wyjazdów reprezentujących Dom na zawodach sportowych.</p> <p><b>Korekcja wad postawy,</b> zaburzeń statyki ruchu, kształtowanie koordynacji ruchowej.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ćwiczenia indywidualne i grupowe,</li> <li>- ćwiczenia, gry i zabawy sportowe,</li> <li>-spacer, wycieczki,</li> <li>- wyjazdy na olimpiady,</li> <li>- wyjścia w teren- stadion, hala, siłownia TERENOWA.</li> </ul>	<b>Praca ciągła</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-utrzymanie/podniesienie ogólnej sprawności organizmu,</li> <li>-wzrost świadomości własnego ciała,</li> <li>-wzrost siły mięśniowej,</li> <li>-wyrobienie nawyku codziennych ćwiczeń,</li> <li>-poprawa aktywności i samopoczucia,</li> <li>-umiejętność posługiwania się sprzętami sportowymi.,</li> <li>-współpraca w grupie,</li> <li>-zdobycie nowych umiejętności,</li> <li>-umiejętność radzenia sobie ze stresem podczas zawodów.</li> </ul>	fizjoterapeuta

## PLAN IMPREZ I WYDARZEŃ

w Środowiskowym Domu Samopomocy w Łobzie - 2021 r.

W roku 2021 ponownie tematami przewodnimi rocznej pracy są:  
*Spotkania z MEKSYKIEM, JEGO OBYCZAJAMI I KULTURĄ – cykle poznawcze ;  
Przegląd Piosenki Osób Niepełnosprawnych Łobez 2021 – „ ,Meksykana po ŁOBESKU”;*

Lp.	MIESIĄC	WYDARZENIE	UWAGI
1.	STYCZEŃ	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Bal karnawałowy, zajęcia wokalne - taneczne, konkursy tematyczne.</li><li>2. „RUSZAMY SIĘ ...” – dzień sportu w ŚDS</li><li>3. „Spotkania z MEKSYKIEM” – warsztaty twórcze, cykl poznawczy.</li><li>4. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości ŚDS (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).</li></ol>	
2.	LUTY	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Tłusty Czwartek/Ostatki.</li><li>2. Walentynki – poczta walentynkowa.</li><li>3. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości ŚDS (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).</li><li>4. Spotkanie z kinem, projekcja filmu o tematyce i kulturze Meksyku</li></ol>	

		<p>– meksykański maraton filmowy.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. „Domowy Turniej wiedzy praktycznej – sprawdzian umiejętności życia codziennego”.</li> <li>6. „RUSZAMY SIĘ” – dzień sportu w ŚDS- gry zespołowe na hali sportowej.</li> <li>7. „WYZWANIA DO POKONANIA” - cykl treningów funkcjonowania w codziennym życiu, trening społeczno – poznawczy.</li> </ol>	
<b>3.</b>	<b>MARZEC</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. „Dzień Kobiet” – przygotowanie uroczystości.</li> <li>2. „Dzień aktywności „- wyjazd do Gryfic na rozgrywki Rummikuba.</li> <li>3. Dzień wiosny- OGNISKO – kocioł meksykański.</li> <li>4. Spotkanie z dietetykiem.</li> <li>5. Śniadanie Wielkanocne.</li> <li>6. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości ŚDS (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).</li> </ol>	
<b>4.</b>	<b>KWIECIEŃ</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. „RUSZAMY SIĘ ...” – dzień sportu w ŚDS – DZIEŃ GIER .</li> <li>2. Domowy turniej, (KULTURA I OBRZĘDY MEKSYKU).</li> <li>3. Domowy Konkurs wiedzy ekologicznej.</li> <li>4. Wyjście do kliniki zwierząt.</li> <li>5. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości ŚDS (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).</li> <li>6. „Dzień inwalidy i rencisty”</li> <li>7. „Światowy Dzień Świadomości Autyzmu,, .</li> <li>8. „Dzień Ziemi” – UDZIAŁ W AKCJI SPRZĄTANIA ŚWIATA.</li> </ol>	

5.	MAJ	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. „Dzień Mamy i Taty ” – piknik rodzinny.</li> <li>2. Dzień sportu w ŚDS – Zumba.</li> <li>3. SPOTKANIE Z Dogoterapeutą.</li> <li>4. „Dzień Godności Osób Niepełnosprawnych”- Przemarsz, wyjście do Urzędu Miejskiego, spotkanie z mieszkańcami miasta Łobez.</li> <li>5. Wspólne warsztaty z rodziną, pokaz mody „Na czerwonym dywanie”.</li> <li>6. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości ŚDS (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).</li> </ol>	
6.	CZERWIEC	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Chcę, próbuję, potrafię - wyjście do pobliskiego bankomatu, nauka korzystania.</li> <li>2. Zabawy drużynowe na powietrzu – tor przeszkód.</li> <li>3. <b>XVI I Przegląd Piosenki Osób Niepełnosprawnych „ Meksykana po łobesku 2021”</b></li> <li>4. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości ŚDS (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).</li> </ol>	
7.	LIPIEC	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sport na zdrowie - domowy mecz piłki nożnej.</li> <li>2. Kino familijne – filmy z naszego dzieciństwa - zaaranżowanie i przygotowanie projekcji, wspólna dyskusja, nasze refleksje - rozwijanie zainteresowań.</li> <li>3. „Wyzwania do pokonania” - wyjazd nad jezioro Ińsko wraz ze szkołą nurkowania.</li> <li>4. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości ŚDS (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).</li> </ol>	

8.	<b>SIERPIEŃ</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zawody wędkarskie - spotkanie integracyjne z kołem wędkarskim „Karaś”.</li> <li>2. RUSZAMY się...” – dzień sportu w ŚDS – Gry w bule.</li> <li>3. Pożegnanie lata – ognisko.</li> <li>4. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki– według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości epidemiologicznej.</li> </ol>	
9.	<b>WRZESIEŃ</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dzień Skauta w naszym Domu. Podchody w terenie leśnym.</li> <li>2. „Święto pieczonego ziemniaka”.</li> <li>3. ŚWIĘTO DYNI – dzień pomarańczowy.</li> <li>4. „Grzybobranie” – wyjście do lasu.</li> <li>5. Wyjście do Pogotowia Ratunkowego – poznajemy pracę ratownika medycznego.</li> <li>6. Rajd pieszy po pobliskich lasach.</li> <li>7. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości ŚDS (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).</li> </ol>	
10.	<b>PAŹDZIERNIK</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. „Ruszamy się ...” – dzień sportu w ŚDS - turniej ping - ponga.</li> <li>2. Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego. Warsztaty – profilaktyka zdrowia psychicznego</li> <li>3. Turniej Tańca Towarzyskiego.</li> <li>4. „Wyzwania do pokonania”- wyjście do poradni zdrowia psychicznego.</li> <li>5. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości ŚDS (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).</li> </ol>	

11.	<b>LISTOPAD</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. „ Dzień Magii - Andrzejki” z wróżbami, zabawa przy muzyce.</li> <li>2. Domowy turniej zadań praktycznych – sprawdzian zdobytych kompetencji.</li> <li>3. Obchody Święta Niepodległości.</li> <li>4. Akcja wspólnego odśpiewania hymnu narodowego.</li> <li>5. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości ŚDS (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).</li> </ol>	
12.	<b>GRUDZIEŃ</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mikołaj w Kinie – SEANS FILMOWY , wyjazd do kina Drawa.</li> <li>2. Dzień sportu – marsz zimowy w czapkach mikołaja.</li> <li>3. „Jasełka” – przygotowanie spektaklu.</li> <li>4. Tradycyjna Wigilia w naszym Domu.</li> <li>5. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych i zauważonych potrzeb oraz możliwości ŚDS (w zależności od sytuacji epidemiologicznej).</li> </ol>	

Opracowała  
Dyrektor ŚDS  
mgr Monika Smulska