

R A M O W Y

ROCZNY PLAN PRACY

w Środowiskowym Domu Samopomocy w Łobzie - 2020 r.

W roku 2020 tematami przewodnimi rocznej pracy są:

- Kuchnia MEKSYKAŃSKA – WARSZTATY KULINARNE;
- Spotkania z MEKSYKIEM, JEGO OBYCZAJAMI I KULTURĄ – cykle poznawcze ;
- Przegląd Piosenki Osłób Niepełnosprawnych Łobez 2020– „Meksykana po ŁOBESKU”;
- Cykl miesięczny: gry rekreacyjne- Rozgrywki w Rummikuba – kontynuacja zajęć , która służy rozwojowi intelektualnemu;
- Rekreacja i racjonalne odżywianie „RUSZAMY SIĘ” -propagowanie zdrowego stylu życia;
- „Wyzwania do pokonania” - treningi w grupach.
- Akcja „Zrowy ząbek - KONTUNUACJA”- prezentacje, spotkania z dentystą, wyjścia do gabinetu stomatologicznego, przegląd zębów, leczenie.

Lp.	miesiące	planowane zadania	formy realizacji	osoby prowadzące/uwagi o realizacji
1.	I 2020	Bal karnawałowy, zajęcia wokaln- taneczne, konkursy tematyczne. „RUSZAMY SIĘ ...” –dzień sportu w ŚDS „Spotkania z MEKSYKIEM” – warsztaty twórcze, cykl poznawczy.	Dyskoteka karnawałowa, konkurs tańca, trening umiejętności spędzania czasu wolnego poprzez poznanie różnorodnych form rekreacji. Turniej warcabowy w naszym domu: -Rozwijanie aktywności psychoruchowej oraz sprawności fizycznej. Zapoznanie z kulturą, obyczajami MEKSYKU.	Opiekun pracowni plastycznej, referent fizjoterapeuta - opiekun pracowni stolarskiej

		<p>Uroczyste podsumowanie Roku Terapeutycznego 2019.</p> <p>Poradnictwo psychologiczne w ŚDS</p> <p>-„Wyzwania do pokonania” - cykl treningów funkcjonowania w codziennym życiu</p> <p>„DBAMY O SIEBIE” – EDUKACJA ZDROWOTNA</p>	<p>Uroczyste spotkanie z uczestnikami i ich rodzinami, podsumowanie pracy terapeutycznej, omówienie nowego planu pracy, sprawy bieżące, poczęstunek.</p> <p>Spotkania i konsultacje indywidualne oraz grupowe z uczestnikami, opiekunami i rodziną według potrzeb.</p> <p>Wyjście w grupach do kwiaciarni, poznanie zawodu: florysta: trening umiejętności społecznych.</p> <p>Warsztaty- nowa piramida zdrowego żywienia i aktywności fizycznej.</p>	<p>- wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS, rodzice, zaproszeni goście.</p> <p>-psycholog</p> <p>- praca ciągła w grupach z opiekunem grupy</p> <p>-opiekun grupy „Tęcza”</p>
--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

2.	II 2020	<p>Spotkanie z kinem, projekcja filmu o tematyce i kulturze Meksyk – meksykański maraton filmowy.</p> <p>„ Domowy Turniej wiedzy praktycznej – sprawdzian umiejętności życia codziennego”</p> <p>„Walentynki – dyskoteka, poczta walentynkowa.</p> <p>„ Praca nad własnym rozwojem”</p> <p>„Thusty Czwartek” w naszym domu.</p>	<p>Kształtowanie samodzielnego i twórczego zdobywania wiedzy na temat kultury meksykańskiej.</p> <p>Rozwijanie myślenia twórczego, kształtowanie umiejętności planowania, sprawdzian kompetencji społecznych, nabytych podczas terapii, mini – rywalizacja między uczestnikami naszego domu – trening umiejętności z życia codziennego.</p> <p>Trening spędzania czasu wolnego</p> <p>Warsztaty w podgrupach, poradnictwo psychologiczne.</p> <p>Słodkości – warsztaty kulinarne.</p>	<p>opiekun pracowni rękodziela artystycznego, fizjoterapeuta.</p> <p>opiekun pracowni rękodziela artystycznego, fizjoterapeuta.</p> <p>opiekun pracowni dziewiarskiej, pracowni gospodarstwa domowego - psycholog</p> <p>opiekun pracowni gospodarstwa domowego</p>
----	------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>„RUSZAMY SIĘ” –dzień sportu w ŚDS- gry zespołowe na hali sportowej.</p> <p>„WYZWANIA DO POKONANIA” - cykl treningów funkcjonowania w codziennym życiu, trening społeczno – poznawczy.</p> <p>„Dbamy o siebie”</p> <p>Poradnictwo psychologiczne w ŚDS</p> <p>-Spotkanie z harcerzami, wspólne warsztaty.</p>	<p>Rozwijanie aktywności psychoruchowej oraz sprawności fizycznej, korzystanie z obiektów rekreacyjno – sportowych w naszym mieście.</p> <p>Trening zaradności życiowej i funkcjonowanie w życiu codziennym; -Straż pożarna</p> <p>Cykl pogadank, - trening: rekreacja, aktywność fizyczna, odżywianie zimą.</p> <p>Warsztaty w podgrupach, poradnictwo psychologiczne.</p> <p>Trening umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się.</p>	<p>fizjoterapeuta</p> <p>wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS.</p> <p>opiekun grupy „ Tęcza”</p> <p>-psycholog</p> <p>- wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS.</p>
3.	III 2020	<p>„Dzień Kobiet” – przygotowanie uroczystości.</p> <p>„Dzień aktywności „ wyjazd do Gryfic na rozgrywki w Rummikuba.</p>	<p>Poczęstunek, wspólne spotkanie przy muzyce.</p> <p>Rozwijanie aktywności intelektualnej.</p>	<p>- panowie</p> <p>fizjoterapeuta</p>

		<p>Dzień wiosny- OGNISKO – kocioł meksykański.</p> <p>Wyjazd do Koszalina</p> <p>„RUSZAMY SIĘ” – WYJŚCIE DO KLUBU FITNESS</p> <p>„ Dbamy o siebie...”</p> <p>Poradnictwo psychologiczne – „ Moje marzenia”</p> <p>„Wyzwania do pokonania” - cykl treningów funkcjonowania w codziennym życiu</p>	<p>Ognisko - Rozwijanie aktywności psychoruchowej oraz sprawności fizycznej, trening umiejętności spędzania czasu wolnego.</p> <p>Restauracja meksykańska, spacer po mieście – trening umiejętności społecznych.</p> <p>Zajęcia w klubie.</p> <p>Cykl pogadanek, - trening „ Przesilenie wiosenne” – jak radzić sobie z jego objawami - trening umiejętności społecznych.</p> <p>Warsztaty</p> <p>Trening zaradności życiowej i funkcjonowanie w życiu codziennym; - spotkanie z dietetykiem.</p>	<p>- wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS,</p> <p>wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS.</p> <p>fizjoterapeuta</p> <p>opiekun grupy „ Tęcza”</p> <p>-psycholog</p> <p>wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS.</p>
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		Śniadanie Wielkanocne „Dzień kolorowej skarpetki” – 21.03.2020 r.	Integracyjne warsztaty kulinarne Światowy Dzień Osób z zespołem Downa.	Opiekun pracowni gospodarstwa domowego wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS.
4.	IV 2020	„RUSZAMY SIĘ ...” –dzień sportu w ŚDS – DZIEŃ GIER . Poznajemy MEKSYK - Poradnictwo psychologiczne - KONSULTACJE W GABINECIE. - Konkurs wiedzy ekologicznej w Złocieńcu. „Wyzwania do pokonania” - cykl treningów funkcjonowania w codziennym życiu, AKTYWIZACJA ZAWODOWA; poznajemy zawody: weterynarz, trener psów.	Rozwijanie aktywności psychoruchowej oraz sprawności fizycznej, trening umiejętności spędzania czasu wolnego. Domowy turniej, (KULTURA I OBRZĘDY MEKSYKU) - trening umiejętności spędzania czasu wolnego. Konsultacje indywidualne. Wyjazd Trening zaradności życiowej i funkcjonowanie w życiu codziennym, trening umiejętności spędzania czasu wolnego – wyjście do kliniki zwierząt.	fizjoterapeuta opiekun pracowni dziewiarskiej i gospodarstwa domowego -psycholog - wyznaczona grupa wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS,

		<p>„ DBAMY O SIEBIE”</p> <p>„Dzień inwalidy i rencisty”</p> <p>- „Światowy Dzień Świadomości Autyzmu” – 10.04.2020 r.</p> <p>- „ Dzień Ziemi” – 22.04.2020 r.</p>	<p>Znaczenie higieny dla zdrowia- warsztaty.</p> <p>Wyjście do Łobeskiego Domu Kultury, występ, zabawa taneczna.</p> <p>Przemarsz</p> <p>Udział w ogólnopolskiej akcji</p>	<p>opiekun grupy „ Tęcza”</p> <p>wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS,</p> <p>wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS.</p> <p>wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS.</p>
5.	V 2020	<p>„Dzień Mamy i Taty ” – piknik rodzinny – „ Polana leśna Jahna”.</p> <p>PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE – „ Moje relacje z najbliższą rodziną”</p> <p>„ RUSZAMY SIĘ ...” – dzień sportu w ŚDS – Zumba.</p> <p>Poradnictwo psychologiczne - KONSULTACJE W GABINECIE.</p> <p>„ DBAMY O SIEBIE”</p>	<p>Uroczyste spotkanie z rodzinami.</p> <p>WARSZTATY</p> <p>Rozwijanie aktywności psychoruchowej oraz sprawności fizycznej: Zumba z rodzicami.</p> <p>Konsultacje indywidualne</p> <p>Zdrowy styl życia zgodnie z porą roku – wiosna.</p>	<p>opiekun pracowni rękodziela artystycznego i fizjoterapeuta</p> <p>-psycholog</p> <p>fizjoterapeuta</p> <p>psycholog</p> <p>opiekun grupy „ Tęcza”</p>

		<p>„WYZWANIA DO POKONANIA” - cykl treningów funkcjonowania w codziennym życiu, aktywizacja zawodowa: nauczyciel, przedszkolanka.</p> <p>- Dzień Godności osób Niepełnosprawnych” 15.05.2020 r.</p> <p>„DWIE GODZINY DLA RODZINY” 15.05.2020 r.</p>	<p>Trening umiejętności społecznych – SPOTKANIE Z Dogoterapeutą.</p> <p>Przemarsz, wyjście do Urzędu Miejskiego, spotkanie z mieszkańcami miasta Łobez.</p> <p>Wspólne warsztaty z rodziną, pokaz mody „Na czerwonym dywanie”.</p>	<p>wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS,</p> <p>wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS</p> <p>wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS</p>
6.	VI 2020	<p>Zawody sportowe w Krzęcinie.</p> <p><i>Chcę, próbuję, potrafię</i> - cykl treningów funkcjonowania w codziennym życiu – obsługa bankomatu</p> <p>„Ruszamy się...” –dzień sportu w ŚDS</p>	<p>Wyjazd do Krzęcina.</p> <p>Wyjście do pobliskiego bankomatu</p> <p>Zabawy drużynowe na powietrzu- Rozwijanie aktywności psychoruchowej oraz sprawności fizycznej, trening umiejętności spędzania czasu wolnego.</p>	<p>fizjoterapeuta</p> <p>- praca ciągła w grupach z opiekunem grupy</p> <p>fizjoterapeuta</p>

		<p>POZNAJEMY POLSKĘ – WYJAZD DO POZNANIA.</p> <p>XVI I Przegląd Piosenki Osób Niepełnosprawnych „Meksykana po łobesku 2020”</p>	<p>-STARE MIASTO, ZOO NA MALCIE.</p> <p>Festiwal w ŚDS – XVII Przegląd Piosenki . Tematem przewodnim jest MEKSYK.</p>	<p>wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS,</p> <p>zespoły z ŚDS, WTZ oraz DPS z terenu województwa zachodniopomorskiego –go</p>
7.	VII 2020	<p>Sport na zdrowie ...” –dzień sportu w ŚDS</p> <p>„ Muzyką malowane – mandale”.</p> <p>Kino rodzinne – filmy z naszego dzieciństwa.</p> <p>• Poradnictwo psychologiczne - KONSULTACJE W GABINECIE.</p>	<p>Mecz piłki nożnej– Rozwijanie aktywności psychoruchowej oraz sprawności fizycznej, trening umiejętności spędzania czasu wolnego.</p> <p>Rozwijanie twórczej ekspresji.</p> <p>Zaaranżowanie i przygotowanie projekcji, wspólna dyskusja, nasze refleksje - rozwijanie zainteresowań.</p> <p>Indywidualne konsultacje</p>	<p>fizjoterapeuta</p> <p>Praca wspólna</p> <p>wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS,</p> <p>- psycholog</p>

		<p>„DBAMY O SIEBIE”</p> <p><i>„Wyzwania do pokonania”</i> - cykl treningów funkcjonowania w codziennym życiu, aktywizacja zawodowa: spotkanie z pływakiem.</p>	<p>Bezpieczne i zdrowe wakacje</p> <p>Wyjazd nad jezioro Ińsko wraz ze szkołą nurkowania.</p>	<p>opiekun grupy „Tęcza”</p> <p>wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS,</p>
8.	VIII 2020	<p>Zawody wędkarskie.</p> <p>Wyjazd pociągiem do Kołobrzegu.</p> <p>Letnie biesiadowanie- grill</p> <p>Poradnictwo psychologiczne - KONSULTACJE W GABINECIE.</p>	<p>Rozwijanie aktywności psychoruchowej oraz sprawności fizycznej, trening umiejętności spędzania czasu wolnego- spotkanie integracyjne z kołem wędkarskim „Karaś”</p> <p>Rozwijanie aktywności psychoruchowej oraz sprawności fizycznej, trening umiejętności spędzania czasu wolnego.</p> <p>Wspólne grillowanie</p> <p>Indywidualne konsultacje</p>	<p>wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS</p> <p>wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS</p> <p>wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS</p> <p>psycholog</p>

		<p>„RUSZAMY się...” –dzień sportu w ŚDS – Gry w bule</p> <p>„ DBAMY O SIEBIE”</p> <p>„ RUSZAMY SIĘ”</p>	<p>Rozwijanie aktywności psychoruchowej oraz sprawności fizycznej, trening umiejętności spędzania czasu wolnego.</p> <p>POGADANKA-CHOROBY CYWILIZACYJNE; Trening zaradności życiowej i funkcjonowanie w życiu codziennym.</p> <p>Wspólne wyjście na kije.</p>	<p>fizjoterapeuta</p> <p>opiekun grupy „ Tęcza”</p> <p>- wszyscy</p>
9.	IX 2020	<p>Dzień Skauta w naszym Domu –TOR MOTOCROSOWY</p> <p>„ RUSZAMY SIĘ ...” – dzień sportu w ŚDS</p> <p>„Święto pieczonego ziemniaka”</p>	<p>- Rozwijanie aktywności psychoruchowej oraz sprawności fizycznej, trening umiejętności spędzania czasu wolnego.</p> <p>Podchody w terenie leśnym.</p> <p>Wyjazd na imprezę integracyjną do Drawska Pomorskiego.</p>	<p>fizjoterapeuta opiekun pracowni plastycznej.</p> <p>fizjoterapeuta</p> <p>- wyznaczona grupa</p>

	<p>„Dbamy o siebie”</p> <p>Ogólnopolska Akcja Sprzątanie Świata.</p> <p>ŚWIĘTO DYNI – dzień pomarańczowy</p> <p>Integracyjne Igrzyska Lekkoatletyczne Osób Niepełnosprawnych .</p> <p>„Grzybobranie”</p> <p>„Dzień chłopaka w naszym Domu”</p> <p>Festiwal Dyni – Wyjazd do Świdwina.</p> <p>Poradnictwo psychologiczne - KONSULTACJE W GABINECIE</p> <p><i>„Wyzwania do pokonania”</i> cykl treningów funkcjonowania w codziennym życiu, aktywizacja zawodowa: mechanik samochodowy.</p>	<p>Warsztaty – JAK WYKORZYSTAĆ DLA ZDROWIA DARY JESIENI.</p> <p>Włączenie się w akcję.</p> <p>Warsztaty – potrawy z dyni.</p> <p>Wyjazd do Dzwonowa.</p> <p>Wyjazd do Sianowa.</p> <p>Dyskoteka</p> <p>Zabawa , wyjazd.</p> <p>Indywidualne konsultacje.</p> <p>-Wyjście do Pogotowia Ratunkowego.</p>	<p>opiekun grupy „Tęcza”</p> <p>- wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS</p> <p>- wyznaczona grupa</p> <p>- wyznaczona grupa</p> <p>fizjoterapeuta, opiekun pracowni rękodzieła</p> <p>Panie</p> <p>- wyznaczona grupa</p> <p>- psycholog</p> <p>- praca w podgrupach, indywidualnie - opiekunowie grup</p>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		Rajd pieszy po pobliskich lasach.	Wyjście rekreacyjne.	wyznaczona grupa
10.	X 2020	<p>Festiwal Piosenki Osób Niepełnosprawnych o „Złoty Klucz”.</p> <p>„Ruszamy się ...” –dzień sportu w ŚDS.</p> <p>Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego (10.10. 2020).</p> <p>Turniej Tańca Towarzyskiego.</p> <p>Poradnictwo psychologiczne - KONSULTACJE W GABINECIE</p> <p>„Dbamy o siebie”</p> <p>„Wyzwania do pokonania”- cykl treningów funkcjonowania w</p>	<p>udział w konkursie, wyjazd do Mrzeżyna.</p> <p>Rozwijanie aktywności psychoruchowej oraz sprawności fizycznej, trening umiejętności spędzania czasu wolnego –turniej pin-ponga</p> <p>Trening relaksacyjny, dzień z muzyką.</p> <p>Wyjazd do Drawska Pom.</p> <p>Indywidualne konsultacje</p> <p>Warsztaty – profilaktyka zdrowia psychicznego.</p> <p>Wyjście do poradni zdrowia psychicznego–</p>	<p>Trener wokalny</p> <p>fizjoterapeuta</p> <p>- wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS</p> <p>- wyznaczona grupa</p> <p>-psycholog</p> <p>opiekun grupy „Tęcza”</p> <p>praca w podgrupach, indywidualnie - opiekunowie grup</p>

		codziennym życiu.	trening zaradności życiowej i funkcjonowanie w życiu codziennym	
11.	XI 2020	<p>Wspólne wyjście na cmentarz.</p> <p>„Ruszamy się...” –dzień sportu w ŚDS</p> <p>„ Dzień Magii - Andrzejki” z wróżbami, zabawa przy muzyce.</p> <p>Domowy turniej zadań praktycznych – sprawdzian zdobytych kompetencji.</p> <p>Poradnictwo psychologiczne - KONSULTACJE W GABINECIE.</p> <p>„OJCZYŻNA „–słowo bliskie każdemu.</p> <p>„Dbamy o siebie”</p>	<p>Przygotowanie stroików na groby naszych kolegów, wyjście.</p> <p>Turniej ping-pong-trening umiejętności spędzania czasu wolnego</p> <p>Trening umiejętności społecznych, zabawa z zaproszonymi gośćmi.</p> <p>Mini – rywalizacja między uczestnikami naszego domu-trening zaradności życiowej i funkcjonowanie w życiu codziennym</p> <p>Indywidualne konsultacje</p> <p>Obchody Święta Niepodległości. Akcja wspólnego odśpiewania hymnu narodowego.</p> <p>Warsztaty – jak wzmocnić odporność w sezonie jesiennym.</p>	<p>- wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS</p> <p>fizjoterapeuta</p> <p>referent, opiekun pracowni dziewiarskiej</p> <p>- opiekun z grupy Tęcza, opiekun pracowni stolarskiej</p> <p>-psycholog</p> <p>-wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS</p> <p>- opiekun z grupy Tęcza,</p>

		<p>Turniej Tańca Osób Niepełnosprawnych.</p> <p>Gala Twórczości Osób Niepełnosprawnych.</p>	<p>Wyjazd do Drawska Pomorskiego.</p> <p>Wyjazd do Białogardu.</p>	<p>-fizjoterapeuta, opiekun pracowni rękodziela.</p> <p>-fizjoterapeuta, opiekun pracowni rękodziela.</p>
12.	XII 2020	<p>Mikołaj w Kinie – SEANS FILMOWY , wyjazd do kina Drawa.</p> <p>„RUSZAMY SIĘ ...” –dzień sportu w ŚDS</p> <p>„Jasełka” – przygotowanie spektaklu.</p> <p>Tradycyjna Wigilia w naszym Domu.</p>	<p>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego</p> <p>- rozwijanie aktywności psychoruchowej oraz sprawności fizycznej, trening umiejętności spędzania czasu wolnego – marsz zimowy w czapkach mikołaja.</p> <p>- przedstawienie dla rodziców i zaproszonych gości.</p> <p>- przygotowanie wspólnego poczęstunku wigilijnego, spotkanie przy opłatku.</p>	<p>- wszyscy uczestnicy i pracownicy ŚDS</p> <p>fizjoterapeuta</p> <p>- opiekun pracowni rękodziela artystycznego, fizjoterapeuta</p> <p>-opiekun pracowni gospodarstwa domowego, pracowni plastycznej, rękodziela artystycznego</p>

Załącznik nr 1
Do ramowego Roczego
planu pracy na rok 2020

W celu osiągnięcia wyznaczonych celów oraz zadań ujętych w **Ramowym Planie Rocznym na rok 2020**, Dom prowadzi następujące formy działalności dostosowane do potrzeb i możliwości uczestników wg. poniższej tabeli:

Lp.	zakres	zadania	realizacja	Osoby odpowiedzialne
1.	Postępowanie wspierająco-aktywizujące	<p>Trening umiejętności społecznych:</p> <p>1. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów- kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi i społecznością lokalną, nauka zachowania się w miejscach publicznych, doskonalenie umiejętności nawiązywania kontaktów, podtrzymywania rozmowy, aktywnego słuchania; pomoc w rozwiązywaniu problemów interpersonalnych i życiowych uczestnika.</p> <p>2. Trening gospodarowania własnymi zasobami finansowymi – uczenie dokonywania racjonalnych zakupów, orientacji w cenach, dokonywania obliczeń.</p> <p>3. Trening prowadzenia gospodarstwa domowego i dbania o estetykę otoczenia – uczenie dbałości o czystość, porządek i estetykę otoczenia. Trening realizowany w formie dyżurów w pracowniach, na stołówce, w szatni.</p> <p>4. Trening współdziałania i komunikacji interpersonalnej – zebrania społeczności uczestników, nauka demokracji i samorządności oraz współodpowiedzialności za funkcjonowanie środowiskowego domu Samopomocy..</p> <p>5. Imprezy okolicznościowe ujęte w</p>	<p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>dyżury – według tygodniowych grafików</p> <p>3 razy w tygodniu</p> <p>Wg. Planu</p>	<p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>Wg. Planu</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy</p>

		<p>rocznym planie.</p> <p>6. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego: gry towarzyskie, konkursy karaoke i inne, turnieje, oglądanie filmów, dyskoteki, zainteresowanie prasą i literaturą, wyjazdy do kina i teatru itp.</p> <p>7. Trening umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się: komunikaty werbalne i niewerbalne, praca nad łamaniem barier komunikacyjnych, motywacja komunikacyjna, wprowadzanie metod komunikacji alternatywnej, wprowadzenie porozumiewania się z pomocą AAC.</p>	<p>praca ciągła</p> <p>Wg. Potrzeb</p>	<p>terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>TERAPEUCI, PSYCHOLOG</p>
2.	<p>Postępowanie wspierająco-aktywizujące</p>	<p>Integracja uczestników z innymi osobami niepełnosprawnymi i ze społecznością lokalną:</p> <p>Spotkania integracyjne z uczestnikami innych placówek: ŚDS -ów ,WTZ-ów itp., DPS – ów na przeglądach, festiwalach, spartakiadach, olimpiadach.</p> <p>-WARSZTATY, DZIEŃ MATKI, WIGILIA</p> <p>Udział w akcjach: sprzątanie świata, „Dzień aktywności i sportu w naszym Domu”, „Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego”, „Dzień Świadomości Autyzmu”.</p> <p>Akcja leczenia zębów – kontynuacja z 2019 r.</p> <p>Nasza lokalna kultura i turystyka – wyjścia.</p> <p>Wykorzystanie obiektów na terenie miasta – hala sportowa, stadnina ogierów, restauracje i kawiarnie.</p>	<p>Wg. Planu</p> <p>Wg. Planu</p> <p>Wg. Planu</p>	<p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p>
3.	<p>Postępowanie wspierająco-aktywizujące</p>	<p>Trening kulinarny – nauka estetycznego przygotowywania i spożywania potraw, poznawanie przepisów kulinarnych, doboru i optymalnego wykorzystania artykułów spożywczych, zasad zdrowego odżywiania</p>	<p>praca ciągła</p>	<p>wszyscy terapeuci</p>

		się, obsługi sprzętu agd.		
4.	Postępowanie wspierająco-aktywizujące	<p>Trening higieny i dbania o wygląd zewnętrzny – nauka dbania o higienę osobistą, nauka prania ręcznego i w pralce automatycznej, nauka suszenia odzieży, prasowania, dbania o wygląd zewnętrzny: strzyżenie, układanie włosów, dbanie o stopy i paznokcie itp.</p> <p>Pogadanki, spotkania z pielęgniarką, Trening prozdrowotny.</p>	praca ciągła	wszyscy terapeuci pielęgniarka
5.	Postępowanie wspierająco-aktywizujące	<p>Rehabilitacja ruchowa Zajęcia usprawnienia fizycznego poza ŚDS –rajdy, spacer, wycieczki, udział w spartakiadach , dzień aktywności w naszym domu</p> <p>Zajęcia usprawnienia fizycznego na terenie ŚDS - grupowe i indywidualne, przy wykorzystaniu wyposażenia Sali rehabilitacyjnej, zajęcia fitness, ZUMBA, aerobic, STEEP, i inne.</p>	Wg. Planu Wg. Grafiku	Fizjoterapeuta wszyscy terapeuci Fizjoterapeuta
6.	Postępowanie wspierająco-aktywizujące	<p>Poradnictwo psychologiczne – udzielanie wsparcia uczestnikom i ich rodzinom w rozwiązywaniu problemów życiowych</p> <p>Zajęcia logopedyczne – dla uczestników wymagających terapii logopedycznej</p>	zależnie od potrzeb zależnie od potrzeb	Psycholog logopeda
7.	Postępowanie wspierająco-aktywizujące	<p>Terapia zajęciowa</p> <p>Zajęcia w pracowni plastycznej – poznawanie różnorodnych form plastycznych: papieroplastyka , malarstwo, grafika, poznawanie różnych technik, stosowanie ich na papierze, płótnie, szkle itp.</p> <p>Zajęcia w pracowni stolarskiej - prace w drewnie i innych materiałach: wykonywanie ramek, półek, wypalanie wzorów, wycinanie różnych wzorów, naprawa i konserwacja sprzętów i narzędzi, nauka posługiwania się narzędziami takimi jak wiertarka, szlifierka.</p>	praca ciągła	wyznaczony terapeuta

		<p>Zajęcia w pracowni gospodarstwa domowego - 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> <p>Zajęcia w pracowni rękodziela artystycznego oraz w pracowni dziewiarskiej (rękodzielnictwo) – 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 z tkanin.</p>		
8.	Postępowanie wspierająco-aktywizujące	<p>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych</p> <p>Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, uzgadnianie i pilnowanie wizyt lekarskich, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia.</p>	<p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p>	<p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p>

Opracowała
Dyrektor ŚDS
mgr Monika Smulska