

**ZARZĄDZENIE NR 44.2019  
PREZYDENTA MIASTA EŁKU**

z dnia 7 stycznia 2019 r.

**w sprawie zatwierdzenia Roczny Planu Pracy Środowiskowego Domu „Pod Kasztanami” w Ełku na rok 2019**

Na podstawie § 4 ust. 2 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2010 r. Nr 238, poz. 1586, z późn. zm.), zarządzam co następuje:

**§ 1.** Zatwierdzam Roczny Plan Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy „Pod Kasztanami” w Ełku na rok 2019, stanowiący załącznik do niniejszego zarządzenia.

**§ 2.** Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

Prezydent Miasta Ełku

**Tomasz Andrukiewicz**

**Roczny Plan Pracy  
Środowiskowego Domu Samopomocy  
„Pod Kasztanami” w Elku  
na rok 2019**

**ROCZNY PLAN PRACY**  
**ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY**  
**„POD KASZTANAMI” W ELKU**  
**na 2019 rok**

**1. Cel ogólny**

Celem ogólnym działalności Środowiskowego Domu Samopomocy „Pod Kasztanami” w Elku jest **readaptacja społeczna osób z zaburzeniami psychicznymi** tj. nabycie lub podtrzymywanie umiejętności jak najbardziej samodzielnego pełnienia ról życiowych i społecznych przez te osoby.

Dom przeznaczony jest dla 40 osób z zaburzeniami psychicznymi, w tym:

- a) osób przewlekle psychicznie chorych,
- b) osób upośledzonych umysłowo,
- c) osób wykazujących inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych.

**2. Cele szczegółowe**

**2.1.** Zapewnienie na odpowiednim poziomie usług bytowych, opiekuńczych, wspomagających i edukacyjnych w zakresie i formach wynikających z indywidualnych potrzeb uczestników – osób z zaburzeniami psychicznymi:

- a) potrzeby bytowe realizowane są przez zapewnienie uczestnikom miejsca pobytu dziennego, wyposażonego w niezbędne meble i sprzęty oraz środki utrzymania higieny osobistej,
- b) potrzeby opiekuńcze realizowane są przez:
  - zapewnienie niezbędnej pomocy w podstawowych czynnościach życiowych,
  - podnoszenie sprawności psychofizycznej i aktywizowanie,
  - udzielanie niezbędnej pomocy w załatwianiu spraw osobistych,
- c) potrzeby wspomagające realizowane są przez:
  - organizowanie terapii zajęciowej,
  - organizowanie wsparcia psychologicznego i psychiatrycznego, szczególnie w celu wzmocnienia poczucia własnej wartości oraz pewności siebie uczestników;
  - inspirowanie i rozwijanie kontaktów z rodziną i środowiskiem,
  - rozwijanie aktywności społecznej i samorządności, w szczególności poprzez udział w lokalnych wydarzeniach kulturalnych i społecznych.



- d) potrzeby edukacyjne realizowane są przez:
- uczenie przez doświadczenie życiowe,
  - uczestnictwo w zajęciach terapeutycznych i kulturalno-edukacyjnych, w szczególności rozwijanie zainteresowania literaturą, audycjami telewizyjnymi i radiowymi, Internetem itp.

2.2. Zapewnienie uczestnikom możliwie pełnego uczestnictwa w życiu społecznym poprzez umożliwienie pełnienia przez uczestników jak największej liczby ról społecznych w rodzinie, środowisku, instytucjach itp;

2.3. Kształtowanie prawidłowych relacji interpersonalnych w obrębie społeczności Domu;

2.4. Inicjowanie zachowań zmierzających do integracji ze społecznością Miasta, w tym udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych;

2.5. Prowadzenie reintegracji zawodowej i społecznej uczestników.

### 3. Działania i metody pracy

W 2019r. Dom będzie realizował zadania wynikające z:

- ustawy z dnia 12 marca 2004r. o pomocy społecznej,
- rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z 9 grudnia 2010 w sprawie środowiskowych domów samopomocy,
- Regulaminu Organizacyjnego Środowiskowego Domu Samopomocy „Pod Kasztanami” w Elku,

w zakresie odpowiadającym potrzebom uczestników.

**Działania wspierająco – aktywizujące** wobec uczestników realizowane są w oparciu o indywidualny plan postępowania wspierająco – aktywizującego, w formie zajęć zorganizowanych: treningów i zajęć w pracowniach, grupowych i indywidualnych.

**Metody pracy** to: modelowanie zachowania, elementy społeczności korekcyjnej, prezentacje, warsztaty, ćwiczenia, trening praktyczny, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności i inne, zależnie od potrzeb.

**Formy i metody pracy** są w wysokim stopniu zindywidualizowane, specyficzne i dostosowane do możliwości psychofizycznych oraz kategorii A, B lub C uczestnika.

Indywidualizacja działań dotyczy również oceny funkcjonowania uczestników, dokonywanej co 6 miesięcy przez zespół wspierająco – aktywizujący.

4. Plan działań w 2019r.

L.p.	Zakres	Działania	Termin realizacji	Odpowiedzialny
I.	Postępowanie wspierające-aktywizujące	<p><b>1. Trening umiejętności społecznych</b></p> <p>1.1. <b>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów-</b> 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>1.2. <b>Trening gospodarowania własnymi zasobami finansowymi</b> – uczenie planowania zakupów, dokonywania racjonalnych zakupów, orientacji w cenach, dokonywania obliczeń.</p> <p>1.3. <b>Trening prowadzenia gospodarstwa domowego i dbania o estetykę otoczenia</b> – uczenie dbałości o czystość, porządek i estetykę otoczenia</p> <p>1.4. <b>Trening współdziałania i komunikacji interpersonalnej</b> – zebrania społeczności uczestników, nauka demokracji i samorządności oraz współodpowiedzialności za funkcjonowanie środowiskowego domu samopomocy</p> <p>1.5. <b>Imprezy okolicznościowe:</b> zabawa karnawałowa, Dzień Kobiet, Powitanie Wiosny, Śniadanie Wielkanocne, Zaduszki, Andrzejki, Wigilia Bożego Narodzenia, 10-ta rocznica utworzenia SDS itp.</p> <p><b>2. Trening umiejętności spędzania wolnego czasu</b></p> <p>2.1. <b>zajęcia świetlicowe</b> -gry towarzyskie, konkursy karaoke i inne, turnieje gier planszowych, „ogniska”, oglądanie filmów itp.</p> <p>2.2. <b>5- dniowy biwak</b></p> <p>2.3. <b>Wycieczka autokarowa</b></p>	<p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>raz w tygodniu</p> <p>zgodnie z kalendarzem</p> <p>praca ciągła</p> <p>czerwiec- lipiec</p> <p>II-III kwartał</p>	<p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>wyznaczeni terapeuci</p> <p>wyznaczeni terapeuci</p>

<p>Postępowanie wspierające aktywizujące</p> <p>c.d.</p>	<p><b>3. Integracja uczestników z innymi osobami niepełnosprawnymi i ze społecznością lokalną</b></p> <p><b>3.1 Spotkania integracyjne z uczestnikami innych placówek dla osób niepełnosprawnych, udział w przeglądach, festiwalach itp.</b></p> <p>Organizowanie wydarzeń takich: spartakiada, sphyw integracyjny, warsztaty itp.</p> <p><b>3.2 Udział w „Pikniku pod Kasztanami” z okazji Dnia Solidarności z Osobami Chorymi na Schizofrenię</b></p>	<p>Minimum cztery razy w roku</p> <p>8 września</p>	<p>wyznaczeni terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p>
<p><b>4. Trening kulinarny</b> – nauka estetycznego przygotowywania i spożywania potraw, poznawanie przepisów kulinarnych, doboru i optymalnego wykorzystania artykułów spożywczych, zasad zdrowego odżywiania się, obsługi sprzętu agd.</p>	<p><b>5. Trening higieny i dbania o wygląd zewnętrzny</b> – nauka dbania o higienę osobistą, nauka prania ręcznego i w prasce automatycznej, nauka suszenia odzieży, prasowania, dbania o wygląd zewnętrzny: strzyżenie, układanie włosów, dbanie o stopy i paznokcie itp.</p>	<p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p>	<p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p>
<p><b>6. Hortiterapia</b> - zajęcia w ogrodzie: pielęgnacja drzew, kwiatów i krzewów, uprawa warzyw; porządkowanie posesji i dbanie o rośliny doniczkowe.</p>	<p><b>7. Zajęcia usprawnienia fizycznego</b></p> <p><b>7.1. Zajęcia usprawnienia fizycznego poza ŚDS</b> - basen, spacer, wycieczki rowerowe, udział w spartakiadach itp.</p> <p><b>7.2. Zajęcia usprawnienia fizycznego na terenie ŚDS</b> - grupowe i indywidualne, przy wykorzystaniu wyposażenia pracowni usprawnienia fizycznego, zajęcia fitness, stretching, aerobic, joga-dance, pilates i inne.</p>	<p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>raz w tygodniu</p> <p>praca ciągła</p>	<p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczony terapeuta</p>
<p><b>8. Zajęcia socjoterapeutyczne i poradnictwo psychologiczne</b></p> <p><b>8.1. zajęcia socjoterapeutyczne „Psychofigle”</b> - tematyka: asertywność, komunikacja, autoprezentacja, myślenie twórcze, umiejętność współpracy, rozwiązywanie konfliktów, podejmowanie decyzji, stres i inne,</p>	<p>raz w tygodniu</p>	<p>psycholog</p>	

	zależnie od potrzeb	psycholog
<p>8.2. poradnictwo psychologiczne – udzielanie wsparcia uczestnikom i ich rodzinom w rozwiązywaniu problemów życiowych</p>	praca ciągła	wyznaczony terapeuta
<p>9. Zajęcia kulturalno – edukacyjne</p>	raz w tygodniu	wyznaczony terapeuta
<p>9.1. rozwijanie zainteresowania literaturą „Spotkania z literaturą” - poznawanie się z prozą i poezją polską i światową, doskonalenie umiejętności głośnego czytania i recytacji.</p>	co najmniej raz w miesiącu	wyznaczony terapeuta
<p>9.2. rozwijanie zainteresowania wydarzeniami społeczno – gospodarczymi regionu i świata „Prasówka” – przygotowanie informacji o bieżących wydarzeniach na świecie, w kraju i w regionie, prezentacja tych wiadomości na zebraniu społeczności Domu</p>	co najmniej raz w miesiącu	wyznaczony terapeuta
<p>9.3. „Kasztany TV” – tworzenie reportaży z codziennego funkcjonowania SDS i prezentowanie ich na zebraniach społeczności.</p>	1 raz w tygodniu	wyznaczony terapeuta
<p>9.4. zajęcia kulturalno – edukacyjne poza ŚDS - wyjścia do kina, na wystawy itp.</p>	praca ciągła	wyznaczony terapeuta
<p>9.5. zajęcia fotograficzne - nauka obsługi aparatu fotograficznego i cyfrowej obróbki zdjęć, archiwizacja zdjęć, prowadzenie Kroniki Domu.</p>	1 raz w tygodniu	wyznaczony terapeuta
<p>9.6. indywidualne zajęcia edukacyjne – nauka lub ćwiczenie pisania, czytania oraz liczenia.</p>	praca ciągła	wyznaczony terapeuta
<p>9.7. zajęcia logopedyczne</p>	1 raz w tygodniu	Specjalista logopeda (umowa – zlecenie)
<p>9.8. nauka języka angielskiego – zajęcia grupowe.</p>	2 razy w tygodniu	wyznaczony terapeuta
<p>10. Zajęcia w pracowni plastycznej i rękodziela – poznawanie różnorodnych form i technik plastycznych, stosowanie ich na papierze, tkaninie, szkło itp.), nauka szycia ręcznie i maszynowo.</p>	praca ciągła	wyznaczony terapeuta
<p>11. Zajęcia w pracowni komputerowej – nauka obsługi sprzętu i programów użytkowych, korzystania z internetu i komunikatorów elektronicznych, aktualizowanie strony internetowej ŚDS</p>	praca ciągła	wyznaczony terapeuta

<p>Postępowanie wspierające</p> <p>aktywizujące</p> <p>c.d.</p>	<p><b>12. Zajęcia w pracowni technicznej</b> - prace w drewnie i innych materiałach: wycinanie różnych wzorów, naprawa i konserwacja sprzętów i narzędzi, nauka postępowania się narzędziami takimi jak wiertarka, szlifierka itp.</p> <p><b>13. Zajęcia relaksacyjne</b> – nauka podstawowych technik relaksacyjnych przy wykorzystaniu m.in. wyposażenia pracowni doświadczania świata; <b>muzykoterapia receptywna</b> – trening relaksacyjny Schulza i Jacobsona,</p> <p><b>14. Muzykoterapia</b> – muzykoterapia aktywna - śpiewanie, wyrabianie poczucia rytmu.</p> <p><b>15. Terapia poprzez teatr</b> – oglądanie spektakli teatralnych, drama (praca z tekstem), pantomima, doskonalenie dykcji, ćwiczenia pamięciowe, emisji głosu, przygotowanie do publicznych występów</p> <p><b>16. Spotkania z filmem</b> – oglądanie filmów, dyskusja na temat treści ukazanych w filmach, nauka uważności w odbieraniu świata, rozwijanie sfery poznawczo – intelektualnej, inteligencji emocjonalnej oraz empatii.</p> <p><b>17. Trening lekowy</b> – pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie wizyt u lekarza, pomoc w zakupie i regularnym przyjmowaniu leków, pomoc w dotarciu do lekarza, pomiar ciśnienia krwi.</p> <p><b>18. Pomoc w załatwianiu indywidualnych spraw życiowych</b> – pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, pomoc w uzyskaniu należnych świadczeń, kontakty z rodziną uczestnika; dbanie o jak najmniejszą absencję uczestnika</p> <p><b>19. Praca Zespołu Wspierającego – Aktywizującego</b> - przygotowywanie diagnozy wstępnej i jej okresowe weryfikacje, przygotowywanie indywidualnych planów postępowania wspierającego – aktywizującego uczestnika, monitorowanie realizacji tych planów i ich korygowanie, dokonywanie okresowej oceny funkcjonowania uczestnika (raz na 6 m-cy) oraz efektów terapii.</p>	<p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>1 raz na 2 tygodnie</p> <p>zależnie od potrzeb</p> <p>zależnie od potrzeb</p> <p>zebranie raz w tygodniu</p>	<p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>dyrektor</p>
---	--	---	--



II.	Zarządzanie i administracja		praca ciągła	dyrektor
		1. Koordynowanie i monitorowanie pracy Zespołu Wspierającego – Aktywizującego		dyrektor
		2. Organizowanie szkoleń i doskonalenia kadry, w tym superwizja Zespołu Wspierającego – Aktywizującego	nie rzadziej niż co 6 miesięcy	dyrektor
		3. Wewnętrzna kontrola dokumentacji zbiorczej i indywidualnej uczestników – ocena zgodności dokumentacji z wymogami formalnymi	raz na kwartał	dyrektor
		4. Dbanie o właściwy poziom usług oraz bhp	praca ciągła	dyrektor
		5. Wymiana stolarki okiennej – wymiana uszkodzonego pakietu, wymiana zawiasów.	IV kwartał	dyrektor
		6. Odmalowanie pomieszczeń śds – pomieszczenia na parterze	II-III kwartał	dyrektor
		7. Współpraca z władzami samorządowymi, organizacjami i instytucjami - szczególnie lokalnymi, mająca na celu optymalizację działań wobec osób przewlekle chorych psychicznie	praca ciągła	dyrektor
		8. Kontrola zarządcza	praca ciągła	dyrektor
		9. Prowadzenie sprawozdawczości		
		9.1. Wykonanie sprawozdań za 2018r.	w wyznaczonych terminach	dyrektor
		9.2. Wykonanie meldunków miesięcznych i kwartalnych oraz innych sprawozdań i informacji	w wyznaczonych terminach	dyrektor
		10. Opracowanie planu pracy Domu na 2020 r	do 15 listopada	dyrektor
		11. Opracowywanie miesięcznych planów pracy w pracowniach	do 20-go dnia miesiąca poprzedzającego	wszyscy terapeuci
		12. Dbanie o dobry stan techniczny budynku i posesji, remonty bieżące, naprawy i konserwacje	praca ciągła	wyznaczony pracownik

Opracowała: Maria Ścierańska tel. 664 318 051

GŁÓWNY SPECJALISTA

*Iwona Czysz*  
Iwona Czysz

DYREKTOR  
Środowiskowej Opieki Samopomocy  
"POD KASZKAMI" w Elku  
mgr Maria Ścierańska

Z URZĘDU WOJEWODY  
WIELKOPOLSKO-MAZOWIECKIEGO  
Joanna Jabłonna-Kostrzyca  
ZASTĘPCA DYREKTORA  
Wydziału Państwowej Specjalnej

20.12.2018