

**ZARZĄDZENIE NR 391.2019
PREZYDENTA MIASTA EŁKU**

z dnia 30 grudnia 2019 r.

w sprawie zatwierdzenia Roczny Planu Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy "Pod Kasztanami" w Ełku na rok 2020

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 2020, stanowiący załącznik do niniejszego zarządzenia.

§ 2. 2. Wykonanie zarządzenia powierzam Dyrektorowi Środowiskowego Domu Samopomocy "Pod Kasztanami" w Ełku.

§ 3. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

Prezydent Miasta Ełku

Tomasz Andrukiewicz

Załącznik do zarządzenia nr 2019
Prezydenta Miasta Ełku z dnia grudnia
2019 r. w sprawie zatwierdzenia Roczego
Planu Pracy Środowiskowego Domu
Samopomocy „Pod Kasztanami” w Ełku na
rok 2020

**ROCZNY PLAN PRACY
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
„POD KASZTANAMI” W EŁKU
NA ROK 2020**

ROCZNY PLAN PRACY
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
„POD KASZTANAMI” W ELKU
na 2020 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 przewlekłe psychicznie chorych,
- b) osób z niepełnosprawnością intelektualną,
- c) osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych,
- d) osób ze spektrum autyzmu lub niepełnosprawnościami sprzężonymi.

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 2020r. 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 Ełku,

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, C lub D uczestnika.

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

4. Plan działań w 2020r.

L.p.	Zakres	Działania	Termin realizacji	Odpowiedzialny
I.	Postępowanie wspierające aktywizujące	<p>1. Trening umiejętności społecznych</p> <p>1.1. 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, podtrzymywanie rozmowy, aktywnego słuchania; pomoc w rozwiązywaniu problemów interpersonalnych i życiowych uczestnika.</p> <p>1.2. Trening gospodarowania własnymi zasobami finansowymi – uczenie planowania zakupów, dokonywania racjonalnych zakupów, orientacji w cenach, dokonywania obliczeń.</p> <p>1.3. Trening prowadzenia gospodarstwa domowego i dbania o estetykę otoczenia – uczenie dbałości o czystość, porządek i estetykę otoczenia</p> <p>1.4. Trening współdziałania i komunikacji interpersonalnej – zebrania społeczności uczestników, nauka demokracji i samorządności oraz współodpowiedzialności za funkcjonowanie środowiskowego domu samopomocy</p> <p>1.5. Imprezy okolicznościowe: zabawa karnawałowa, Dzień Kobiet, Powitanie Wiosny, Śniadanie Wielkanocne, Zaduszki, Andrzejkki, Wigilia Bożego Narodzenia, 12-ta rocznica utworzenia SDS, uroczyny uczestników, itp.</p> <p>2. Trening umiejętności spędzania wolnego czasu</p> <p>2.1. zajęcia świetlicowe - gry towarzyskie, konkursy karaoke i inne, turnieje gier planszowych, „ogniska”, oglądanie filmów itp.</p> <p>2.2. 5-dniowy biwak</p> <p>2.3. Wycieczka autokarowa</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>czwecie- sierpień</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>

	Postępowanie wspierające aktywizujące	<p>3. Integracja uczestników z innymi osobami niepełnosprawnymi i ze społecznością lokalną - Spotkania integracyjne z uczestnikami innych placówek dla osób niepełnosprawnych, udział w przeglądach, festiwalach itp. Organizowanie lub współorganizowanie integracyjnych wydarzeń takich: spartakiady, splay integracyjny, warsztaty itp.</p>	Minimum cztery razy w roku	wyznaczeni terapeuci
c.d.		<p>4. Trening kulinarny – nauka estetycznego przygotowywania i spożywania potraw, poznawanie przepisów kulinarnych, doboru i optymalnego wykorzystania artykułów spożywczych, zasad zdrowego odżywiania się, obsługi sprzętu agd.</p>	praca ciągła	wszyscy terapeuci
		<p>5. Trening higieny i dbania o wygląd zewnętrzny – 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>	praca ciągła	wszyscy terapeuci
		<p>6. Hortiterapia - zajęcia w ogrodzie: pielęgnacja drzew, kwiatów i krzewów, uprawa warzyw; porządkowanie posesji i dbanie o rośliny doniczkowe.</p>	praca ciągła	wyznaczony terapeuta
		<p>7. Zajęcia usprawnienia fizycznego</p> <p>7.1. Zajęcia usprawnienia fizycznego poza ŚDS - basen, spacer, wycieczki rowerowe, udział w spartakiadach itp.</p> <p>7.2. Zajęcia usprawnienia fizycznego na terenie ŚDS - grupowe i indywidualne, przy wykorzystaniu wyposażenia pracowni usprawnienia fizycznego, zajęcia fitness, koszykówka, piłka nożna i inne.</p>	raz w tygodniu	wyznaczony terapeuta
		<p>8. Zajęcia socjoterapeutyczne i poradnictwo psychologiczne</p> <p>8.1. zajęcia socjoterapeutyczne „Psychofigle” - tematyka: asertywność, komunikacja, autoprezentacja, myślenie twórcze, umiejętności współpracy, rozwiązywanie konfliktów, podejmowanie decyzji, stres i inne,</p> <p>8.2. poradnictwo psychologiczne – udzielanie wsparcia uczestnikom i ich rodzinom w rozwiązywaniu problemów życiowych</p>	praca ciągła	wyznaczony terapeuta
			raz w tygodniu	psycholog
			zależnie od potrzeb	psycholog

<p>Postępowanie wspierające aktywizujące c.d.</p>	<p>9. Zajęcia kulturalno – edukacyjne</p> <p>9.1. rozwijanie zainteresowania literaturą „Spotkania z literaturą”- zapoznanie się z prozą i poezją polską i światową, doskonalenie umiejętności głośnego czytania i recytacji.</p> <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> <p>9.3. „Kasztany TV” – tworzenie reportaży z codziennego funkcjonowania ŚDS i prezentowanie ich na zebraniach społeczności.</p> <p>9.4. zajęcia kulturalno – edukacyjne poza ŚDS - wyjścia do kina, na wystawy itp.</p> <p>9.5. zajęcia fotograficzne - nauka obsługi aparatu fotograficznego i cyfrowej obróbki zdjęć, archiwizacja zdjęć, prowadzenie Kroniki Domu.</p> <p>9.6. indywidualne zajęcia edukacyjne -- nauka lub ćwiczenie pisania, czytania oraz liczenia.</p> <p>9.7. zajęcia logopedyczne</p> <p>9.8. nauka języka angielskiego – zajęcia grupowe.</p>	<p>praca ciągła</p> <p>raz w tygodniu</p> <p>co najmniej raz w miesiącu</p> <p>co najmniej raz w miesiącu</p> <p>1 raz w tygodniu</p> <p>praca ciągła</p> <p>1 raz w tygodniu</p> <p>2 razy 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>Specjalista logopeda (umowa – zlecenie)</p> <p>wyznaczony terapeuta</p>
	<p>10. Zajęcia w pracowni plastycznej i rękodzielniczej – poznanie różnorodnych form i technik plastycznych, stosowanie ich na papierze, tkaninie, szkle itp.), nauka szycia ręcznie i maszynowo.</p>	<p>praca ciągła</p>	<p>wyznaczony terapeuta</p>
	<p>11. Zajęcia w pracowni komputerowej – nauka obsługi sprzętu i programów użytkowych, korzystania z internetu i komunikatorów elektronicznych, aktualizowanie strony internetowej ŚDS</p>	<p>praca ciągła</p>	<p>wyznaczony terapeuta</p>
	<p>12. Trening dbania o środowisko naturalne „PRO-EKO” – nauka segregacji odpadów, warsztaty, prowadzenie bio-ogrodu i inne</p>	<p>praca ciągła</p>	<p>wyznaczony terapeuta</p>

				wyznaczony terapeuta
Postępowanie wspierające-aktywizujące c.d.	13. Zajęcia w pracowni technicznej - prace w drewnie i innych materiałach: wycinanie różnych wzorów, naprawa i konserwacja sprzętów i narzędzi, nauka posługiwania się narzędziami takimi jak wiertarka, szlifierka itp.	praca ciągła		wyznaczony terapeuta
	14. Zajęcia relaksacyjne – nauka podstawowych technik relaksacyjnych przy wykorzystaniu m.in. wyposażenia pracowni doświadczania świata; muzykoterapia receptywna – trening relaksacyjny Schulza i Jacobsona,	praca ciągła		wyznaczony terapeuta
	15. Muzykoterapia – muzykoterapia aktywna - śpiewanie, wyrabianie poczucia rytmu, warsztaty muzyczne	1 raz w tyg.	Instruktor muzyki (umowa – zlecenie)	
	16. Terapia poprzez teatr – oglądanie spektakli teatralnych, drama (praca z tekstem), pantomima, doskonalenie dykcji, ćwiczenia pamięciowe, emisji głosu, przygotowanie do publicznych występów	1 raz w tyg.	Instruktor arteterapii (mowa – zlecenie)	
	17. Spotkania z filmem – oglądanie filmów, dyskusja na temat treści ukazanych w filmach, nauka uważności w odbieraniu świata, rozwijanie sfery poznawczo – intelektualnej, inteligencji emocjonalnej oraz empatii.	1 raz na 2 tygodnie	wyznaczony terapeuta	
	18. Trening lekowy – 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.	zależnie od potrzeb	wyznaczony terapeuta	
	19. Pomoc w załatwianiu indywidualnych spraw życiowych – pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, pomoc w uzyskaniu należnych świadczeń, kontakty z rodziną uczestnika; dbanie o jak najniższą absencję uczestnika	zależnie od potrzeb	wszyscy terapeuci	
	20. Praca Zespołu Wspierająco – Aktywizującego – przygotowywanie diagnozy wstępnej i jej okresowe weryfikacje, przygotowywanie indywidualnych planów postępowania wspierająco – aktywizującego uczestnika, monitorowanie realizacji tych planów i ich korygowanie, dokonywanie okresowej oceny funkcjonowania uczestnika (raz na 6 m-cy) oraz efektów terapii.	zebranie co najmniej 2 razy w miesiącu	dyrektor	

