

**ZARZĄDZENIE NR 977.2021
PREZYDENTA MIASTA EŁKU**

z dnia 18 listopada 2021 r.

w sprawie Planu Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy Pod Kasztanami w Elku

Na podstawie § 4 ust.2 Rozporządzenia Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U z 2020r., poz 249), zarządza się co następuje:

§ 1. Zatwierdzam Plan Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy Pod Kasztanami w Elku na 2022 rok, stanowiący załącznik do niniejszego zarządzenia.

§ 2. Wykonanie zarządzenia powierza się Dyrektorowi Środowiskowego Domu Samopomocy Pod Kasztanami w Elku.

§ 3. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania

Prezydent Miasta Elku

Tomasz Andrukiewicz

Załącznik
Do zarządzenia Nr.....2021
Prezydenta Miasta Elku z dnia..... 2021r.
w sprawie Planu Pracy Środowiskowego
Domu Samopomocy Pod Kasztanami w Elku
Na rok 2022.

**ROCZNY PLAN PRACY
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
POD KASZTANAMI W ELKU
NA ROK 2022**

ROCZNY PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY „POD KASZTANAMI” W ELKU na 2022 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 z niepełnosprawnością intelektualną,
- c) osób wykazujących inne przewlekle 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 2022 r. 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, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej, 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 w tym osób ze spektrum autyzmu lub niepełnosprawnościami sprzężonymi. .

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

4. Plan działań w 2022r.

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, podtrzymywania 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, Zadzuszki, Andrzejkki, Wigilia Bożego Narodzenia, 13-ta rocznica utworzenia ŚDS, uroczyny uczestników, itp.</p>	<p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>raz w tygodniu</p> <p>zgodnie z kalendarzem</p>	<p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>wyznaczony terapeuta</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>czerwiec- sierpień</p> <p>II-III kwartał</p>	<p>wszyscy terapeuci</p> <p>wyznaczeni terapeuci</p> <p>wyznaczeni terapeuci</p>

	<p>Postępowanie wspierające aktywizujące</p> <p>c.d.</p>	<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, „Dni otwarte” itp.</p> <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> <p>5. Zajęcia z bezpieczeństwa żywności – nauka wprowadzania szczególnych rozwiązań mających na celu ochronę żywności oraz osób ją przygotowujących, dystrybuujących i spożywających</p> <p>6. 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> <p>7. Hortiterapia - zajęcia w ogrodzie: pielęgnacja drzew, kwiatów i krzewów, uprawa warzyw; porządkowanie posesji i dbanie o rośliny doniczkowe.</p> <p>8. Zajęcia usprawnienia fizycznego</p> <p>8.1. Zajęcia usprawnienia fizycznego poza ŚDS - basen, spacer, wycieczki rowerowe, udział w spartakiadach itp.</p> <p>8.2. Zajęcia usprawnienia fizycznego na terenie ŚDS - grupowe i indywidualne, przy wykorzystaniu wyposażenia pracowni usprawnienia fizycznego, zajęcia fitness, koszykówka, piłka nożna i inne.</p> <p>9. Zajęcia socjoterapeutyczne i poradnictwo psychologiczne</p> <p>9.1. zajęcia socjoterapeutyczne „Psychofigle” - tematyka: asertywność, komunikacja, autoprezentacja, myślenie twórcze, umiejętność współpracy, rozwiązywanie konfliktów, podejmowanie decyzji, stres i inne,</p> <p>9.2. poradnictwo psychologiczne – udzielanie wsparcia uczestnikom i ich rodzinom w rozwiązywaniu problemów życiowych</p>	<p>Minimum cztery razy w roku</p> <p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>raz w tygodniu</p> <p>praca ciągła</p> <p>raz w tygodniu</p> <p>zależnie od potrzeb</p>	<p>wyznaczeni terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczony terapeuta</p> <p>psycholog</p> <p>psycholog</p>
--	--	---	--	--

	<p>Postępowanie wspierające aktywizujące c.d.</p>	<p>10. Zajęcia kulturalno – edukacyjne</p> <p>10.1. rozwijanie zainteresowania literaturą „Spotkania z literaturą”- zapoznanie się z prozą i poezją polską i światową, doskonalenie umiejętności głośnego czytania i recytacji.</p> <p>10.2. 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>10.3. „Kasztany TV” – tworzenie reportaży z codziennego funkcjonowania ŚDS i prezentowanie ich na zebraniach społeczności.</p> <p>10.4. zajęcia kulturalno – edukacyjne poza ŚDS - wyjścia do kina, na wystawy itp.</p> <p>10.5. zajęcia fotograficzne - nauka obsługi aparatu fotograficznego i cyfrowej obróbki zdjęć, archiwizacja zdjęć, prowadzenie Kroniki Domu.</p> <p>10.6. indywidualne zajęcia edukacyjne – nauka lub ćwiczenie pisania, czytania oraz liczenia.</p> <p>10.7. zajęcia logopedyczne</p> <p>10.8. nauka języka angielskiego – zajęcia grupowe.</p> <p>11. Zajęcia w pracowni plastycznej i rękodzieła – poznanie różnorodnych form i technik plastycznych, stosowanie ich na papierze, tkaninie, szkłe itp.), nauka szycia ręcznie i maszynowo.</p> <p>12. Zajęcia w pracowni komputerowej – nauka obsługi sprzętu i programów użytkowych, korzystania z internetu i komunikatorów elektronicznych, aktualizowanie strony internetowej ŚDS.</p> <p>13. Trening dbania o środowisko naturalne – nauka segregacji odpadów.</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>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</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>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczony terapeuta</p>
--	---	--	--	--

	<p>Postępowanie wspierające-aktywizujące</p> <p>c.d.</p>	<p>14. Zajęcia w pracowni technicznej - 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>15. Zajęcia relaksacyjne – nauka podstawowych technik relaksacyjnych przy wykorzystaniu m.in. wyposażenia pracowni doświadczania świata; muzykoterapia receptywna – trening relaksacyjny Schulza i Jacobsona.</p> <p>16. Muzykoterapia – muzykoterapia aktywna - śpiewanie, wyrabianie poczucia rytmu, warsztaty muzyczne.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>19. Pomoc w załatwianiu indywidualnych spraw życiowych – pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, pomoc w uzyskaniu należnych świadczeń, kontakty z rodziną uczestnika; dbanie o jak najmniejszą absencję uczestnika</p> <p>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.</p>	<p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>1 raz w tyg.</p> <p>1 raz na 2 tygodnie</p> <p>zależnie od potrzeb</p> <p>zależnie od potrzeb</p> <p>zebranie co najmniej 2 razy w miesiącu</p>	<p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczony terapeuta</p> <p>Instruktor muzyki (umowa – zlecenie)</p> <p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>dyrektor</p>
<p>II.</p>	<p>Zarządzanie i administracja</p>	<p>1. Koordynowanie i monitorowanie pracy Zespołu Wspierająco – Aktywizującego</p> <p>2. Organizowanie szkoleń i doskonalenia kadry, w tym superwizja Zespołu Wspierająco – Aktywizującego</p> <p>3. Wewnętrzna kontrola dokumentacji zbiorczej i indywidualnej</p>	<p>praca ciągła</p> <p>nie rzadziej niż co 6 miesięcy</p> <p>raz na kwartał</p>	<p>dyrektor</p> <p>dyrektor</p> <p>dyrektor</p>

Zarządzanie i administracja c.d.	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. Współpraca z władzami samorządowymi, organizacjami i instytucjami - szczególnie lokalnymi, mająca na celu optymalizację działań wobec osób przewlekle chorych psychicznie	praca ciągła	dyrektor
	6. Kontrola zarządcza	praca ciągła	dyrektor
	7. Prowadzenie sprawozdawczości		
	7.1. Wykonanie sprawozdań za 2021r.	w wyznaczonych terminach	dyrektor
	7.2. Wykonanie meldunków miesięcznych i kwartalnych oraz innych sprawozdań i informacji	w wyznaczonych terminach	dyrektor
	8. Opracowanie planu pracy Domu na 2023 r	do 31 października	dyrektor
	9. Opracowywanie miesięcznych planów pracy w pracowniach	do 20-go dnia miesiąca poprzedzającego	wszyscy terapeuci
	10. Dbanie o dobry stan techniczny budynku i posesji, remonty bieżące, naprawy i konserwacje	praca ciągła	wyznaczony pracownik

Opracowała: Maria Ścierańska tel. 664 318 051

DYREKTOR
Środowiskowego Domu Samopomocy
"POD KASZANAMI" w Ełku
mgr Maria Ścierańska

CELE, METODY I FORMY PRACY TERAPEUTYCZNEJ W ŚRODOWISKOWYM DOMU SAMOPOMOCY „POD KASZTANAMI” W EŁKU W 2022r.

- Celem ogólnym działalności Środowiskowego Domu Samopomocy „Pod Kasztanami” w Ełku jest readaptacja społeczna osób z zaburzeniami psychicznymi tj. nabycie lub podtrzymywanie umiejętności jak najbardziej samodzielnej samodzielnego pełnienia ról życiowych i społecznych przez te osoby.
- Cele szczegółowe, metody i sposoby realizacji celów:

Lp.	Cel szczegółowy	Metody	Sposoby realizacji
1.	Samodzielność w załatwianiu spraw urzędowych i życiowych	<p>1. Trening umiejętności praktycznych</p> <p>2. Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi</p> <p>3. 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 oraz wzmocnienie posiadanych umiejętności w celu rozwijania poczucia własnej wartości.</p>	<p>Indywidualny trening higieniczny</p> <p>Zajęcia kulinarne z degustacją potraw</p> <p>Trening prowadzenia gospodarstwa domowego i dbania o estetykę otoczenia</p> <p>Zajęcia w pracowni plastycznej i rękodzieła</p> <p>Hortiterapia (zajęcia w ogrodzie, obcowanie z naturą)</p> <p>Zajęcia w pracowni technicznej</p> <p>Zajęcia komputerowo – fotograficzne</p> <p>Trening relaksacyjny</p> <p>Zebrania społeczności Domu</p> <p>Zajęcia świetlicowe</p> <p>„Spotkania z Literaturą”</p> <p>„Prasówka” (przygotowywanie i prezentacja wiadomości na forum)</p> <p>„Kasztań TV”</p> <p>Zajęcia kulturalno – edukacyjne poza śds (wystawy, kino itp.)</p> <p>Nauka języka angielskiego</p> <p>Indywidualne zajęcia edukacyjne i usprawniające</p> <p>Zajęcia kulinarne z degustacją potraw</p> <p>Indywidualne zajęcia edukacyjne</p> <p>Indywidualny trening higieniczny</p> <p>Warsztaty higieniczne, kosmetyczne itp</p> <p>Zajęcia kulinarne z degustacją potraw</p> <p>Trening prowadzenia gospodarstwa domowego i dbania o estetykę otoczenia</p> <p>Zajęcia w pracowni plastycznej i rękodzieła</p> <p>Warsztaty muzyczne</p> <p>Hortiterapia (zajęcia w ogrodzie, obcowanie z naturą)</p> <p>Zajęcia w pracowni technicznej</p> <p>Zajęcia komputerowo – fotograficzne</p> <p>Zajęcia usprawniania fizycznego (w śds i poza: basen, rowery, spartakiady itp.)</p> <p>Turystyka i rekreacja (wycieczki, biwaki itp.)</p> <p>Zajęcia socjoterapeutyczne „Psychofigle”</p> <p>Indywidualne poradnictwo psychologiczne</p> <p>Trening relaksacyjny</p> <p>Zebrania społeczności Domu</p> <p>Zajęcia świetlicowe</p>

		<p>„Spotkania z Literaturą” „Prasówka” (przygotowywanie i prezentacja wiadomości na forum) „Kasztany TV” Zajęcia kulturalno – edukacyjne poza śds (wystawy, kino itp.) Nauka języka angielskiego Spotkania i imprezy integracyjne i innymi placówkami, organizacjami itp Indywidualne zajęcia edukacyjne i usprawniające</p>
4. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego - rozwijanie zainteresowań literaturą, informacjami, RTV, internetem, aktywny wypoczynek, relaks, realizowanie swego hobby		<p>Zajęcia w pracowni plastycznej i rękodzieła Warsztaty muzyczne Hortiterapia (zajęcia w ogrodzie, obcowanie z naturą) Zajęcia w pracowni technicznej Zajęcia komputerowo – fotograficzne Zajęcia usprawniania fizycznego (w śds i poza: basen, rowery, spartakiady itp.) Turystyka i rekreacja (wycieczki, biwaki itp.) Zajęcia socjoterapeutyczne „Psychofigle” Indywidualne poradnictwo psychologiczne Trening relaksacyjny Zebrania społeczności Domu Zajęcia świetlicowe „Spotkania z Literaturą” „Prasówka” (przygotowywanie i prezentacja wiadomości na forum) „Kasztany TV” Zajęcia kulturalno – edukacyjne poza śds (wystawy, kino itp.) Nauka języka angielskiego Spotkania i imprezy integracyjne i innymi placówkami, organizacjami itp Indywidualne zajęcia edukacyjne i usprawniające</p>
5. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego - udział w spotkaniach towarzyskich, imprezach integracyjnych itp		<p>Warsztaty higieniczne, kosmetyczne itp Zajęcia usprawniania fizycznego (w śds i poza: basen, rowery, spartakiady itp.) Turystyka i rekreacja (wycieczki, biwaki itp.) Zajęcia kulturalno – edukacyjne poza śds (wystawy, kino itp.) Spotkania i imprezy integracyjne i innymi placówkami, organizacjami itp</p>
6. Terapia ruchowa – turystyka i rekreacja		<p>Hortiterapia (zajęcia w ogrodzie, obcowanie z naturą) Zajęcia usprawniania fizycznego (w śds i poza: basen, rowery, spartakiady itp.) Turystyka i rekreacja (wycieczki, biwaki itp.) Zajęcia kulturalno – edukacyjne poza śds (wystawy, kino itp.)</p>
7. Poradnictwo psychologiczne		<p>Zajęcia socjoterapeutyczne „Psychofigle” Indywidualne poradnictwo psychologiczne Trening relaksacyjny</p>
2. Samodzielność w samoobsłudze (czynności higieniczne, przygotowanie posiłków itp.)	1. Trening dbałości o wygląd zewnętrzny	<p>Indywidualny trening higieniczny Warsztaty higieniczne, kosmetyczne itp Zajęcia usprawniania fizycznego (w śds i poza: basen, rowery, spartakiady itp.) Turystyka i rekreacja (wycieczki, biwaki itp.) Zajęcia kulturalno – edukacyjne poza śds (wystawy, kino itp.) Spotkania i imprezy integracyjne i innymi placówkami, organizacjami itp</p>

		2. Trening nauki higieny	Indywidualny trening higieniczny Warsztaty higieniczne, kosmetyczne itp Zajęcia kulinarne z degustacją potraw Trening prowadzenia gospodarstwa domowego i dbania o estetykę otoczenia
		3. Trening kulinarny	Zajęcia kulinarne z degustacją potraw Trening prowadzenia gospodarstwa domowego i dbania o estetykę otoczenia Jak w pkt 1.1.
3.	Pozytywne relacje w grupie uczestników i kadry	4. Trening umiejętności praktycznych 1. Trening dbałości o wygląd zewnętrzny 2. Trening umiejętności praktycznych 3. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego 4. Terapia ruchowa – zajęcia sportowe 5. Terapia ruchowa – turystyka i rekreacja 6. Poradnictwo psychologiczne	Jak w pkt 1.1. Jak w pkt 2.1. Jak w pkt 1.1. Jak w pkt 1.4. i 1.5. Zajęcia usprawniania fizycznego (w śds i poza: basen, rowery, spartakiady itp.) Jak w pkt 1.6. Jak w pkt 1.7. Jak w pkt 2.3. Jak w pkt 1.3.
4.	Poczucie wspólnoty, integracja z innymi osobami	1. Trening kulinarny 2. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów 3. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego 4. Terapia ruchowa	Jak w pkt 1.4. i 1.5. Jak w pkt 3.4. i 1.6. Zajęcia socjoterapeutyczne „Psychofigle” Jak w pkt 2.3. Jak w pkt 1.1. Jak w pkt 1.3.
5.	Umiejętność współpracy	5. Poradnictwo psychologiczne 1. Trening kulinarny 2. Trening umiejętności praktycznych 3. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów 4. Terapia ruchowa	Jak w pkt 3.4. i 1.6. Zajęcia socjoterapeutyczne „Psychofigle” Jak w pkt 2.1. Jak w pkt 2.2. Jak w pkt 1.1. Jak w pkt 1.3.
6.	Dbałość o zachowanie norm społecznych i kulturowych	5. Poradnictwo psychologiczne 1. Trening dbałości o wygląd zewnętrzny 2. Trening nauki higieny 3. Trening umiejętności praktycznych 4. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów 5. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego 6. Terapia ruchowa – turystyka i rekreacja 7. Poradnictwo psychologiczne	Jak w pkt 1.4. i 1.5. Jak w pkt 1.6. Jak w pkt 1.7. Jak w pkt 2.1. Jak w pkt 2.2. Jak w pkt 1.2.
7.	Dbałość o dobrą kondycję psychiczną	1. Trening dbałości o wygląd zewnętrzny 2. Trening nauki higieny 3. Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi 4. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów 5. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego 6. Terapia ruchowa – turystyka i rekreacja 7. Poradnictwo psychologiczne	Jak w pkt 1.3. Jak w pkt 1.4. i 1.5. Jak w pkt 1.6. Jak w pkt 1.7. Jak w pkt 1.6. Jak w pkt 1.3.

	Dbłość o dobrą kondycję fizyczną	2. Trening nauki higieny 3. Trening kulinarny 4. Trening umiejętności praktycznych 5. Terapia ruchowa	Jak w pkt 2.2. Jak w pkt 2.3. Jak w pkt 1.1. Jak w pkt 3.4. i 1.6.
9.	Usprawnienie funkcji intelektualnych i utrzymywanie funkcji poznawczych	1. Trening umiejętności praktycznych 2. Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi 3. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów 4. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego 5. Terapia ruchowa – turystyka i rekreacja 6. Poradnictwo psychologiczne	Jak w pkt 1.1. Jak w pkt 1.2. Jak w pkt 1.3. Jak w pkt 1.4. i 1.5. Jak w pkt 1.6. Jak w pkt 1.7.
10.	Podjęcie i utrzymywanie aktywności w życiu codziennym	1. Trening dbałości o wygląd zewnętrzny 2. Trening nauki higieny 3. Trening kulinarny 4. Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi 5. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów 6. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego 7. Terapia ruchowa 8. Poradnictwo psychologiczne	Jak w pkt 2.1. Jak w pkt 2.2. Jak w pkt 2.3. Jak w pkt 1.2. Jak w pkt 1.3. Jak w pkt 1.4. i 1.5. Jak w pkt 3.4. i 1.6. Jak w pkt 1.7.
11.	Wzmocnienie poczucia własnej wartości	1. Trening dbałości o wygląd zewnętrzny 2. Trening nauki higieny 3. Trening kulinarny 4. Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi 5. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów 6. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego 7. Terapia ruchowa 8. Poradnictwo psychologiczne	Jak w pkt 2.1. Jak w pkt 2.2. Jak w pkt 2.3. Jak w pkt 1.2. Jak w pkt 1.3. Jak w pkt 1.4. i 1.5. Jak w pkt 3.4. i 1.6. Jak w pkt 1.7.

Uległomono u dniu: 27.10.2021.

Z up. WOJEWODY
WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO
Urszula Jętrzychowska
ZASTĘPCA DYREKTORA
Wydziału Polityki Społecznej

PREZYDENT MIASTA
Tomasz Andrzejewicz

DYREKTOR
Środowiskowej Jętrzy Samopomocy
"POD KASZANAMI" w Eku
mgr Maria Scieraniska

GŁÓWNY SPECJALISTA
Magdalena Gedrowicz