

PLAN PRACY
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
W OSIEKU NA ROK 2019 – TYP A

Środowiskowy Dom Samopomocy w Osieku w 2019 roku, świadczył będzie usługi opiekuńcze oraz specjalistyczne usługi opiekuńcze, w celu zwiększenia zaradności i samodzielności życiowej uczestników zajęć.

Usługi opiekuńcze realizowane będą zgodnie z indywidualnymi planami postępowania wspierająco – aktywizującego.

Osoby chorujące psychicznie mają możliwość aktywnego uczestniczenia w codziennym życiu ośrodka, otwartego wyrażania swoich opinii i potrzeb. Współdecydują o ważnych bieżących kwestiach związanych z życiem placówki.

Szczegółowe działania ŚDS w Osieku :

- kształtowanie umiejętności społecznych i umiejętności w zakresie samoobsługi (usprawnianie wykonywania podstawowych czynności dnia codziennego, rozwój sfery osobistej i emocjonalnej),
- wsparcie w zakresie zapewnienia uczestnikom psychologicznej i psychiatrycznej opieki zdrowotnej (współpraca z Poradnią Zdrowia Psychicznego, lekarzem Psychiatrą i Psychologiem),
- umiejętność radzenia sobie z zaburzeniami psychicznymi,
- integrowanie uczestników z ich środowiskiem lokalnym, rodzinnym (zdobywanie umiejętności współpracy w grupie i komunikowanie się, udział w konkursach, spotkaniach integracyjnych, prezentowanie własnej twórczości, okolicznościowe spotkania),
- rozwój zainteresowań poprzez uczestnictwo w różnych formach postępowania,
- zapewnienie poczucia bezpieczeństwa uczestnikom podczas zajęć.

PLAN PRACY
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
W OSIEKU NA ROK 2019 – TYP A

Środowiskowy Dom Samopomocy w Osieku w 2019 roku, świadczył będzie usługi opiekuńcze oraz specjalistyczne usługi opiekuńcze, w celu zwiększenia zaradności i samodzielności życiowej uczestników zajęć.

Usługi opiekuńcze realizowane będą zgodnie z indywidualnymi planami postępowania wspierająco – aktywizującego.

Osoby chorujące psychicznie mają możliwość aktywnego uczestniczenia w codziennym życiu ośrodka, otwartego wyrażania swoich opinii i potrzeb. Współdecydują o ważnych bieżących kwestiach związanych z życiem placówki.

Szczegółowe działania ŚDS w Osieku :

- kształtowanie umiejętności społecznych i umiejętności w zakresie samoobsługi (usprawnianie wykonywania podstawowych czynności dnia codziennego, rozwój sfery osobistej i emocjonalnej),
- wsparcie w zakresie zapewnienia uczestnikom psychologicznej i psychiatrycznej opieki zdrowotnej (współpraca z Poradnią Zdrowia Psychicznego, lekarzem Psychiatrą i Psychologiem),
- umiejętność radzenia sobie z zaburzeniami psychicznymi,
- integrowanie uczestników z ich środowiskiem lokalnym, rodzinnym (zdobywanie umiejętności współpracy w grupie i komunikowanie się, udział w konkursach, spotkaniach integracyjnych, prezentowanie własnej twórczości, okolicznościowe spotkania),
- rozwój zainteresowań poprzez uczestnictwo w różnych formach postępowania,
- zapewnienie poczucia bezpieczeństwa uczestnikom podczas zajęć.

Formy postępowania :

- trening funkcjonowania w życiu codziennym,
- trening umiejętności społecznych,
- trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów,
- trening spędzania czasu wolnego,
- poradnictwo psychologiczne, psychiatryczne,
- pomoc w załatwianiu spraw urzędowych,
- pomoc w uzyskaniu niezbędnych świadczeń zdrowotnych,
- terapia ruchowa,
- aktywizacja zawodowa,
- inne formy przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia.

**PLAN PRACY
TYP A**

| p | Zakres | Formy, metody pracy | Realizacja | Osoba odpowiedzialna | Cele, założone efekty |
|---|---|---|---|---|--|
| . | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. |
| | Postępowanie wspierająco – aktywizujące | <p>1. Trening funkcjonowania w życiu codziennym (trening dbałości o wygląd zewnętrzny, trening nauki higieny, trening, kulinarny, trening budżetowy) praca indywidualna i grupowa, praktycznego działania, pogładowa</p> <p>2. Trening umiejętności społecznych praca indywidualna i grupowa, pogadanka, metoda czynna,</p> | <p>praca ciągła,</p> <p>1 raz w miesiącu Praca ciągła</p> | <p>Członkowie zespołu wspierająco – aktywizującego</p> <p>Psycholog Pedagog</p> | <p>Podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności samodzielnego jedzenia, mycia, załatwiania potrzeb fizjologicznych, określania pór roku, pór dnia, zaznajomienie z zegarem i kalendarzem, zapamiętywanie, poznanie wartości pieniądza, samodzielne zakupy i przygotowanie posiłku</p> <p>Podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności kształtowania motywacji do akceptowanych przez otoczenie zachowań, nawyków celowej aktywności i trening zachowań społecznych, wskazywanie możliwości poznawczych i rozwojowych uczestników oraz ich potrzeb, prowadzenie treningu umiejętności społecznych i treningu umiejętności interpersonalnych</p> |

| | | | | |
|--|---|---------------------------------------|---|--|
| | <p>3. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów praca indywidualna i grupowa</p> | praca ciągła, | Członkowie Zespołu wspierająco - aktywizującego | Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z rodziną, osobami nieznanymi, umiejętność korzystania z środków komunikacji publicznej, załatwianie spraw w urzędach, poznanie instytucji kultury. |
| | <p>4. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego :</p> | | | |
| | <p>- terapia ruchowa zajęcia z fizjoterapeutą, w pozostałe dni chętne osoby ćwiczą rano w siłowni z opiekunem,</p> | <p>2 razy w tyg. Praca ciągła</p> | <p>Fizjoterapeuta Członkowie zespołu wspierająco – aktywizującego</p> | <p>Ćwiczenia usprawniające, poprawa wydolności i kondycji, masaż</p> |
| | <p>- pracownia stolarska praca indywidualna i grupowa metody praktyczne, pogładowe</p> | 2 razy w tyg. | Członkowie zespołu wspierająco – aktywizującego | <p>Podnoszenie sprawności manualnej i umiejętności w posługiwaniu się narzędziami stolarskimi i nie tylko. Uczestnicy poznają proces obróbki drewna jak również nabywają umiejętności w posługiwaniu się narzędziami typu wiertarka,</p> |

| | | | | |
|--|---|--|--|---|
| | <p>- pracownia kulinarna – trening kulinarny praca indywidualna i grupowa metody praktyczne i poglądowe</p> | <p>zajęcia prowadzone codziennie</p> | <p>Członkowie zespołu wspierająco – aktywizującego</p> | <p>wyrzynarka, szlifierka, młotek, pilnik itp.</p> <p>Doskonalenie umiejętności do pracy w gospodarstwie domowym: obsługa sprzętu AGD, samodzielne przygotowanie posiłków, wypiekanie ciast, przygotowanie poczęstunków na uroczystości w ŚDS. Uczestnicy samodzielnie przygotowują listy zakupów, wychodzą z opiekunem do sklepu. W pracowni prowadzony jest trening samoobsługi, zaradności życiowej i funkcjonowania w życiu codziennym.</p> |
| | <p>- pracownia komputerowa praca indywidualna metody praktycznego działania, poglądowe W tym zajęcia: aktywizacja zawodowa</p> | <p>Zajęcia odbywają się 1 raz w tygodniu</p> | <p>Członkowie zespołu wspierająco – aktywizującego</p> | <p>Podtrzymywanie i rozwijanie posługiwania się komputerami, cyfrowym aparatem fotograficznym, poznanie Internetu, nauka pisania CV, listów motywacyjnych, wydruk dokumentów.</p> |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | <p>- pracownia plastyczno – rękodzielnicza Praca indywidualna i grupowa Metoda czynna</p> | <p>Zajęcia odbywają się 2 razy w tygodniu</p> | <p>Członkowie zespołu wspierająco – aktywizującego</p> | <p>Rozwijanie różnorodnych form i metod pracy, można tu doskonalić uzdolnienia, pobudzać kreatywność i wyobraźnię twórczą, jak również usprawnić zdolności manualne.</p> |
| | <p>5. Poradnictwo psychologiczne praca indywidualna i grupowa</p> | <p>1 raz w miesiącu</p> | <p>Psycholog</p> | <p>Zajęcia indywidualne i grupowe z psychologiem. Przeprowadzanie diagnoz psychologicznych.</p> |
| | <p>6. Poradnictwo logopedyczne praca indywidualna i grupowa</p> | <p>1 raz w miesiącu</p> | <p>Logopeda</p> | <p>Zajęcia indywidualne i grupowe z logopedą.</p> |
| | <p>7. Poradnictwo psychiatryczne praca indywidualna</p> | <p>Raz w roku konsultacja lekarska w placówce, oprócz tego korzystanie z pomocy psychiatrycznej co dwa miesiące w ramach NFZ</p> | <p>Psychiatra</p> | <p>Stałe wyjazdy do Poradni Zdrowia Psychicznego Stały kontakt z lekarzem Psychiatrą, jak również z rodzinami uczestników w celu przekazu informacji o stanie zdrowia. Raz w roku konsultacja w placówce w celu zaktualizowania dokumentacji.</p> |

| | | | | |
|----------------------|---|--------------|---|---|
| Organizacja placówki | <p>8. Organizacja spotkań okolicznościowych</p> <p>Spotkanie wigilijne i wielkanocne z rodzinami Cykliczna impreza Integracyjna Razem Rażniej Dwa razy w roku potańcówki dla zaproszonych placówek Wspólne grzybobranie z innymi placówkami Wyjazdy na wycieczki do kina i na kręgle</p> | Praca ciągła | Członkowie zespołu wspierająco – aktywizującego | Nabycie i doskonalenie umiejętności współpracy, poczucia przynależności, wcielenie się w rolę gospodarza. Integracja z rodzinami i uczestnikami innych placówek. |
| | <p>9. Współpraca z innymi osobami, placówkami lub podmiotami mająca na celu integrację i wzajemną pomoc.</p> | Praca ciągła | Członkowie zespołu wspierająco – aktywizującego | Zoptymalizowanie działań na rzecz osób niepełnosprawnych. |
| | <p>- koordynowanie i nadzór pracy nad Zespołem i placówką</p> | Praca ciągła | Kierownik | Nadzór nad prawidłowym przebiegiem zajęć. |

| | | | | |
|--|--|--------------|---|---|
| | - opracowanie i zastosowanie planów pracy | Praca ciągła | Kierownik | Planowanie pracy oraz zamierzeń na dany rok. |
| | - dbanie o bezpieczeństwo i higienę, zapewnienie właściwego poziomu usług | praca ciągła | Kierownik | Monitorowanie potrzeb w tym zakresie . |
| | - organizacja szkoleń | Wg. potrzeb | Kierownik | Podnoszenie poziomu kwalifikacji pracowników, |
| | - pozyskiwanie funduszy | Praca ciągła | Członkowie zespołu wspierająco – aktywizującego | Wysyłanie próśb dotyczących wsparcia w zakresie przekazania art. żywnościowych, gadżetów itp. |

Adresaci planu pracy :

Wyżej wymienione działania prowadzone są dla osób przewlekle chorych psychicznie przebywających w Środowiskowym Domu Samopomocy w Osieku, mają na celu rozwijanie wszelkich umiejętności związanych z życiem codziennym. Osoby chorujące przeżywają niechęć do podejmowania jakichkolwiek działań, tracą wiarę w własne możliwości, można zauważyć u nich poczucie niepewności.

Efekty pracy realizowanej w Środowiskowym Domu Samopomocy w Osieku Typ A :

- większa aktywność,
- pewniejszy kontakt z innymi osobami,
- zdobyta wiedza dotycząca chorób psychicznych i sposobów radzenia sobie z objawami,
- rozwój zainteresowań, zdolności i talentów,
- zwiększenie poczucia własnej wartości,
- nawiązanie przyjaźni,
- odkrycie nowych sposobów spędzania czasu wolnego

Zespół wspierająco – aktywizujący tworzą:

- Psycholog (1 raz w miesiącu – umowa zlecenie) - studia magisterskie – Psychologia
- Logopeda (1 raz w miesiącu – umowa zlecenie) – Logopedia
- Fizjoterapeuta (8 razy w miesiącu – umowa zlecenie) - Fizjoterapia
- Opiekun (13 razy w miesiącu – umowa zlecenie) – Studium zawodowe – opiekun medyczny
- Pedagog (cały etat) – Oligofrenopedagogika, nauczanie zintegrowane z przyrodą, wychowanie fizyczne, (obecnie przebywa długotrwale na L4, w przyszłym roku zasiłek rehabilitacyjny),
- Kierownik (cały etat) - Pedagogika resocjalizacyjna, Policealne studium zawodowe – terapia zajęciowa , studium informatyczne,
- Terapeuta zajęciowy (cały etat) – Policealne studium zawodowe – terapia zajęciowa
- Terapeuta zajęciowy (umowa zlecenie 8 godz. dziennie) – Policealne studium zawodowe – terapia zajęciowa (od stycznia umowa na zastępstwo)

**DODATKOWE PRZEDSIĘWZIĘCIA W ŚRODOWISKOWYM DOMU
SAMOPOMOCY W OSIEKU ZAPLANOWANE NA 2019 ROK
Prowadzone w ramach współpracy Domu z innymi podmiotami**

Gminny Ośrodek Zdrowia w Osieku – świadczenia medyczne w ramach NFZ, spotkania profilaktyczne z pielęgniarkami.

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Osieku – wsparcie dotyczące współpracy z pracownikami socjalnymi, wydawanie decyzji administracyjnych, pomoc socjalna.

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Starogardzie Gd. – udział podopiecznych w dofinansowanych projektach, turnusach.

Powiatowy Urząd Pracy w Starogardzie Gd. - współpraca dotycząca pozyskiwania stażystów.

Poradnia Zdrowia Psychicznego w Starogardzie Gd. – systematyczne konsultacje psychiatryczne w ramach NFZ.

Urząd Gminy w Osieku – pomoc w zakresie finansowym odnośnie zakupu oleju opałowego, pomoc i współpraca podczas organizacji imprez integracyjnych.

Iglotex Sp. z o. o. w Skórczu – nieodpłatna pomoc w zakresie przekazywania mrożonek.

Sklep mięsny Kogutek w Skórczu – nieodpłatna pomoc w zakresie przekazywania wędlin.

Warsztaty Terapii Zajęciowej Caritas w Skórczu - wspólna integracja, udział w spotkaniach, zabawach tanecznych i konkursach.

Warsztaty Terapii Zajęciowej w Lalkowach – wspólna integracja, udział w spotkaniach, zabawach tanecznych i konkursach.

Środowiskowy Dom Samopomocy Tęcza w Lalkowach – wspólna integracja, udział w spotkaniach, zabawach tanecznych i konkursach.

Ochotnicza Straż Pożarna i Młodzieżowa Drużyna Pożarnicza w Osieku - pomoc w realizacji spotkań integracyjnych, zajęcia warsztatowe.

Agroturystyczna Stanica Żeglarska w Osieku – udział uczestników w warsztatach mających na celu zaznajomienie się z żeglarstwem.

**Planowane imprezy i wydarzenia proponowane przez Zespół
Wspierająco – Aktywizujący na rok 2019 w Środowiskowym Domu Samopomocy
w Osieku:**

1. Organizacja urodzin dla uczestników zajęć – wykonanie upominków w ramach pracowni, przygotowanie podczas treningu kulinarnego ciast, poczęstunku.
2. Spotkania warsztatowe z ciekawymi osobami, przedstawicielami innych placówek, jednostek.
3. Wycieczki, wyjazdy do kina lub teatru, zwiedzanie ciekawych miejsc, wyjazdy do większych miejscowości.
4. Wyjazdy do kręgielni.
5. Potaćcówki, zabawy organizowane w celu integracji uczestników zajęć w ŚDS w Osieku z innymi uczestnikami placówek (zabawy tematyczne).
6. Uczestnictwo w konkursach (konkursy fotograficzne, Spartakiady osób niepełnosprawnych, konkursy plastyczne, konkurs poezji miłosnej, wojewódzki konkurs kulinarny, wojewódzki jarmark folklorystyczny).
7. Spotkania z rodzinami uczestników – Święta Bożego Narodzenia. Przygotowanie posiłków w ramach treningu kulinarnego, przygotowanie upominków w ramach pracowni, stroików.
8. Organizowanie przez ŚDS w Osieku cyklicznej imprezy integracyjnej Razem Różniej – zaproszenie uczestników z innych placówek.
9. Letnie grillowanie, spacer do lasu, nad jeziora.
10. Organizacja wycieczek pieszych, lokalne szlaki.
11. Spotkanie Andrzejkowe – przybliżanie tradycji.
12. Obchody Dnia Kobiet – przygotowanie laurek, kwiatów.
13. Coroczne spotkanie z uczestnikami mające na celu podsumowanie kończącego się roku, wysłuchanie propozycji uczestników co chcieliby zwiedzić, gdzie pojechać w przyszłym roku. Spotkanie połączone jest również z oglądaniem zdjęć z ważniejszych wydarzeń mijającego roku.
14. Udział w spotkaniach, wystawach, jarmarkach świątecznych.

Opracowała:

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu Samopomocy

Justyna Karczewska
.....

Osiek, *3.12.2018r.*.....

Miejscowość, data

Uzgodniono z Wojewodą Pomorskim

Zatwierdziła jednostka prowadząca
lub zlecająca

z up. wojewody Pomorskiego

Justyna Karczewska

Gdańsk, data.....

Kierownik
Wydziału Pomocy Społecznej

12.12.2018r.

WÓJT

Janusz Kaczyński
mgr Janusz Kaczyński

Osiek, data..... *27.12.2018r.*.....