

**UCHWAŁA Nr 2 /12 /15**  
**ZARZĄDU POWIATU W PODDĘBICACH**  
**z dnia 16 lutego 2015 r.**

**w sprawie zatwierdzenia Planu pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie w 2015 r.**

Na podstawie art. 32 ust. 1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 roku o samorządzie powiatowym (Dz. U z 2013 r. poz. 595, 645, z 2014 r. poz. 379, 1072), w związku z § 4 ust. 2 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. Nr 238, poz. 1586, z 2014 r. poz. 1752), w uzgodnieniu z Wojewodą Łódzkim przedłożonym w piśmie znak: PS-III.9421.2.2015 z dnia 5 lutego 2015 r., Zarząd Powiatu w Poddębicach uchwala, co następuje:

**§ 1.** Zatwierdza opracowany przez Kierownika Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie Plan pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie w 2015 r., którego treść stanowi załącznik nr 2.

**§ 2.** Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Ryszard Rytter – Przewodniczący Zarządu

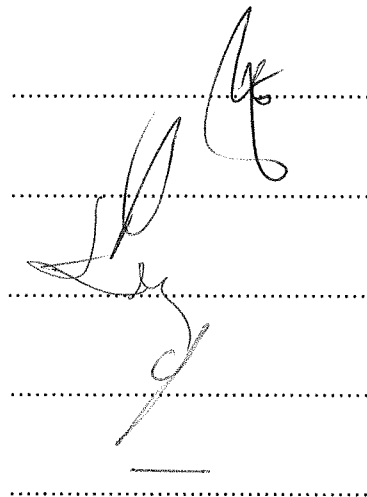
Członkowie Zarządu :

Piotr Binder

Wiesława Łuczak

Leszek Chmielecki

Marek Długosz



.....  
.....  
.....  
.....  
.....



## **PLAN PRACY Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie na 2015 rok**

**Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w Czepowie** jako ośrodek wsparcia dziennego w swojej bieżącej działalności będzie realizował zadania z zakresu pomocy społecznej, udzielając oparcia społecznego osobom przewlekle psychicznie chorym, upośledzonym umysłowo i wykazującym inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych, mającym trudności z kształtowaniem swoich stosunków z otoczeniem, pozwalającego na zaspakajanie ich podstawowych potrzeb życiowych, usamodzielnienie i integrację społeczną.

Dom przeznaczony jest dla 52 uczestników, z czego w roku 2015 będzie uczęszczało, z typu: A - 17, B - 23, C - 12

### **Cel główny:**

Zapewnienie wsparcia osobom przewlekle psychicznie chorym, upośledzonym umysłowo i wykazującym inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych, a przede wszystkim podtrzymanie ich w dobrej kondycji psycho-fizycznej pomimo istniejącej choroby oraz rozwijanie umiejętności niezbędnych do możliwie jak najbardziej samodzielnego życia i integracji społecznej przy współudziale najbliższej rodziny i opiekunów.

**Rodzaj i zakres zajęć** jest dostosowany do indywidualnych potrzeb i możliwości psychofizycznych uczestnika. Zajęcia prowadzi się w oparciu o Indywidualny Plan Postępowania Wspierająco – Aktywizującego opracowywany przez Zespół Wspierająco – Aktywizujący indywidualnie dla każdego uczestnika.

### **I. TRENING FUNKCJONOWANIA W CODZIENNYM ŻYCIU**

#### **Cele szczegółowe:**

- Rozpoznawanie własnych potrzeb, rozróżnianie stanu zaspokojenia oraz deprivacji i dyskomfortu

- Samodzielność i samoobsługa - nabywanie, podtrzymywanie oraz utrwalanie poprawnego wykonywania czynności życia codziennego podczas treningu higienicznego i kulinarnego (dostosowanie poziomu trudności i tempa pracy do możliwości wykonawczych uczestników)
- Kształtowanie umiejętności pracy w zespole uczestników o różnym potencjale – wzajemna pomoc i wsparcie podczas realizowanych działań
- Kształtowanie zaradności oraz nawyków celowej aktywności,
- Gospodarowanie własnymi środkami finansowymi - racjonalne planowanie wydatków, posługiwanie się środkami płatniczymi,
- Zapoznanie z zasadami Savoir – Vivre, dbałość o estetykę i higienę
- Kształtowanie umiejętności samooceny – dostrzeżenie różnic wykonawczych

TRENING FUNKCJONOWANIA W ŻYCIU CODZIENNYM – FORMY PRACY – tabela I

Lp.	Forma pracy	Liczba uczestników treningu u/zajęć	Osoba odpowiedzialna	Sala zajęć	Termin realizacji	Poziom umiejętności	Informacja o sposobie realizacji zajęć
1	a) trening higieniczny	52	Terapeuta: Iwona Nowak	Pracownia higieniczno – kosmetyczna	styczeń – grudzień 2015  ok. 10 godzin tygodniowo		<p>Trening higieniczny prowadzony jest w grupach uczestników o różnym potencjale, a każdy uczestnik realizuje - indywidualny cel dostosowany do swoich możliwości psycho - fizycznych. Terapeuta zwraca szczególną uwagę na dwa obszary: motywacja i zaangażowanie na zajęciach oraz umiejętności wykonawcze (samodzielność). Uczestnicy podczas zajęć nabywają, podtrzymują lub utrwalają umiejętności wynikające z poniższego planu. Propozycje tematyczne są elastyczne - składają się z zadań łatwiejszych (np: wkładanie brudnej odzieży do pralki) i trudniejszych (np: włączenie pralki automatycznej), a które mogą być wykonywane jednocześnie, dając działaniom spójność i pozwalając jednocześnie brać aktywny udział wszystkim uczestnikom.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nabywanie, podtrzymywanie oraz utrwalanie zasad BHP</li> <li>2. Korzystanie z urządzeń znajdujących się w pracowni: <ol style="list-style-type: none"> <li>a) odkurzacz</li> <li>b) maszynka do strzyżenia</li> <li>c) suszarka do włosów</li> <li>d) golarka</li> <li>e) pralka automatyczna (dobór i ustawienie programu i temperatury do tkaniny, pranie, rozwieszanie)</li> <li>f) żelazko (dobór i ustawienie odpowiedniej temperatury do tkaniny)</li> </ol> </li> <li>3. Dbanie o higienę całego ciała: <ol style="list-style-type: none"> <li>a) pielęgnacja twarzy <ul style="list-style-type: none"> <li>- mycie twarzy</li> <li>- dobór kremów do typu cery</li> </ul> </li> </ol> </li> </ol>

						<ul style="list-style-type: none"> <li>- makijaż na co dzień i na specjalne okazje</li> <li>- golenie twarzy ( używanie maszynki, kremu po goleniu, balsamu, wody toaletowej)</li> <li>b) pielęgnacja włosów</li> <li>-dobór preparatów do mycia włosów</li> <li>- mycie</li> <li>- czesanie i układanie włosów</li> <li>- systematyczne obcinanie włosów</li> <li>- farbowanie</li> <li>- sposoby likwidowania łupieżu</li> <li>- fryzury na specjalne okazje</li> <li>c) pielęgnacja jamy ustnej:</li> <li>- mycie zębów</li> <li>- rodzaje past do zębów</li> <li>- rozmowa na temat potrzeby korzystania z wizyt u stomatologa</li> <li>d) pielęgnacja brwi i rzęs:</li> <li>- regulacja brwi</li> <li>- nakładanie henny</li> <li>e) pielęgnacja ust:</li> <li>- używanie kremów i pomadek ochronnych</li> <li>- używanie pomadek i błyszczyków</li> <li>e) pielęgnacja rąk i paznokci</li> <li>- mycie rąk</li> <li>- czyszczenie paznokci</li> <li>- obcinanie paznokci</li> <li>- stosowanie kremów do rąk</li> <li>- malowanie paznokci</li> <li>f)pielęgnacja stóp</li> <li>- mycie stóp</li> <li>- obcinanie paznokci</li> <li>- stosowanie kremów zapobiegających poceniu, wysuszeniu itp.</li> <li>- zmiana obuwia, dobór obuwia do pory roku i okoliczności</li> <li>g) higiena intymna</li> <li>- potrzeba częstego podmywania się</li> <li>- potrzeba częstej zmiany wkładek i podpasek</li> <li>- kosmetyki do higieny intymnej</li> <li>- depilacja okolic bikini</li> <li>h) kąpiel całego ciała</li> <li>- wyrobienie nawyku częstego kąpania się w wannie lub pod prysznicem</li> <li>- dobór odpowiednich kosmetyków do kąpieli i pielęgnacji ciała po kąpieli</li> </ul>
--	--	--	--	--	--	---

4. Ubiór

						<ul style="list-style-type: none"> <li>- dobór odzieży do okoliczności i pór roku</li> <li>- dbanie o schludny, estetyczny i czysty ubiór</li> <li>- edukacja o konieczności codziennej zmiany bielizny osobistej</li> <li>5. Rozmowy na temat nawyku mycia rąk po wyjściu z toalety</li> <li>6. Rozmowy na temat potrzeby dbania o higienę osobistą</li> <li>7. Rozmowy na temat higieny w lecie i zimą</li> <li>8. Rozmowy na temat zwiększonej potliwości, zapobieganie, stosowanie antyperspirantów, dobór odpowiedniej odzieży</li> <li>9. Rozmowy na temat pielęgnacji twarzy i skóry w lecie (potrzeba używania kremów z filtrem, balsamów po opalaniu)</li> <li>10. Środki piorące i ich zastosowanie: <ul style="list-style-type: none"> <li>- rodzaje proszków do prania</li> <li>- płyny do płukania tkanin</li> <li>- prawidłowy dobór środków piorących do rodzaju tkanin</li> <li>- pranie ręczne i w pralce automatycznej</li> </ul> </li> <li>11. Organizowanie pokazów i konkursów: <ul style="list-style-type: none"> <li>- makijaż</li> <li>- fryzura</li> <li>- strój</li> </ul> </li> <li>12. Wykorzystanie pomysłów i propozycji uczestników w wykonywaniu czynności: <ul style="list-style-type: none"> <li>- dobór koloru lakieru do paznokci</li> <li>- dobór i wykonanie fryzury</li> <li>- dopasowanie stroju do okoliczności</li> <li>- makijaż</li> </ul> </li> </ul>
2	b) trening kulinarny	50	Instruktor Terapii Zajęciowej , Pielęgniarka: Krystyna Musiała	Pracownia kulinarna, jadalnia	styczeń – grudzień 2015  ok. 20 godzin tygodniowo	<p>Trening kulinarny prowadzony jest w grupach uczestników o różnym potencjale, a każdy uczestnik realizuje - indywidualny cel dostosowany do swoich możliwości psycho - fizycznych. Instruktor zwraca szczególną uwagę na dwa obszary: motywacja i zaangażowanie na zajęciach oraz umiejętności wykonawcze (samodzielność). Uczestnicy podczas zajęć nabywają, podtrzymują lub utrwalają umiejętności wynikające z poniższego planu. Propozycje tematyczne są elastyczne - składają się z zadań łatwiejszych (np: mycie warzyw) i trudniejszych (np: samodzielne obieranie warzyw), a które mogą być wykonywane jednocześnie, dając działaniom spójność i pozwalając jednocześnie brać aktywny udział wszystkim uczestnikom.</p> <p>Pracownia kulinarna wyposażona jest w niezbędny sprzęt AGD np. mikser, sokowirówka, robot, kuchenka mikrofalowa, zmywarka, lodówka i wiele innych narzędzi potrzebnych do przeprowadzenia zróżnicowanych i ciekawych zajęć kulinarnych. W ramach treningu kulinarnego w pracowni kulinarnej uczestnicy przygotowują potrawy, pieką ciasta, robią kolorowe sałatki, surówki, kanapki, przygotowują poczęstunki na uroczystości okolicznościowe w PŚDS, mają możliwość zapoznania się z kuchnią polską, regionalną i świata.</p>

						<p>1. Nabywanie, podtrzymywanie oraz utrwalanie zasad BHP</p> <p>2. Zapoznanie się ze sprzętem AGD i jego przeznaczeniem.</p> <p>3. Metody przyrządzania posiłków:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- gotowanie na parze</li> <li>- gotowanie w wodzie</li> <li>- podsmażanie</li> <li>- smażenie</li> <li>- duszenie</li> <li>- pieczenie</li> <li>- grillowanie</li> <li>- potrawy jedzone na surowo</li> <li>- przyrządzanie potraw w kuchence mikrofalowej</li> </ul> <p>4. Podstawowe zasady higieny w kontaktach z żywnością:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nawyk mycia rąk przed kontaktem z żywnością</li> <li>- przechowywanie produktów we właściwej temperaturze</li> <li>- właściwa i równomierna temperatura podczas gotowania</li> <li>- zwracanie uwagi na kupowanie produktów w uszkodzonych opakowaniach, po obniżce cenowej</li> <li>- właściwe i bezpieczne przechowywanie produktów ( surowe mięso, warzywa, owoce itp.)</li> </ul> <p>3. Sporządzanie jadłospisów wg schorzenia, pór roku</p> <p>4. Nauka korzystania z przepisów kulinarnych z książki, prasy, programów kulinarnych w TV</p> <p>4. Planowanie i robienie zakupów</p> <p>5. Zapoznanie się z zasadami prawidłowego przechowywania żywności i jego czasu, sprawdzanie terminu przydatności do spożycia produktów i gotowych wyrobów, umieszczanie, układanie produktów na półkach, w lodówce</p> <p>6. Przygotowywanie zup:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mycie rąk</li> <li>- korzystanie z fartuszków ochronnych</li> <li>- zapoznanie się z rodzajami zup (na gorąco, chłodnik, krem)</li> <li>- wykonywanie wstępnej obróbki produktów tj. mycie i obieranie, rozdrabnianie jarzyn, owoców</li> <li>- odmierzanie składników za pomocą wagi i naczynia z podziałką</li> <li>- gotowanie wywaru</li> <li>- doprawianie zupy</li> <li>- nakrywanie do stołu (obrus, serwetki, sztucze, talerze)</li> <li>- spożywanie zupy z zachowaniem zasad savoir -vivre</li> </ul> <p>7. Sporządzanie drugich dań:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mycie rąk</li> <li>- korzystanie z fartuszków ochronnych</li> <li>- wykonywanie wstępnej obróbki produktów tj. mycie i obieranie, rozdrabnianie, krojenie, szatkowanie</li> <li>- obróbka wstępna mięsa tj. mycie, porcjowanie</li> <li>- przyprawianie, panierowanie,</li> <li>- smażenie, pieczenie, gotowanie</li> </ul>
--	--	--	--	--	--	---

						<ul style="list-style-type: none"> <li>- nakrywanie do stołu (obrus, serwetki, sztućce, talerze)</li> <li>- umiejętne spożywanie potrawy przy użyciu noża i widelca z zachowaniem zasad savoir-vivre</li> <li>8. Poznanie technik i organizacji pracy przy wypieku ciast, deserów: <ul style="list-style-type: none"> <li>- przygotowanie produktów wg przepisu</li> <li>- odmierzanie produktów</li> <li>- oddzielanie żółtka od białka</li> <li>- łączenie produktów przy pomocy ubijaczki, miksera</li> <li>- przygotowanie formy</li> <li>- nastawienie temperatury w piekarniku</li> <li>- pieczenie</li> <li>- wyjmowanie ciasta z formy</li> <li>- przekładanie kremem, dżemem</li> <li>- porcjowanie ciasta</li> <li>- degustacja z zachowaniem zasad savoir-vivre</li> </ul> </li> <li>9. Przetwory zimowe z jagód, śliwek, ogórków itp.: <ul style="list-style-type: none"> <li>- przygotowanie słoików</li> <li>- dopasowanie nakrętki do wielkości słoika</li> <li>- mycie, drylowanie, rozdrabnianie warzyw i owoców</li> <li>- przygotowanie zalewy</li> <li>- nakładanie przetworów do słoików</li> <li>- zakręcanie i wekowanie</li> </ul> </li> <li>10. Sporządzanie kolorowych kanapek, zapiekanek: <ul style="list-style-type: none"> <li>- krojenie chleba na krajalnicy</li> <li>- smarowanie kromek masłem</li> <li>- nakładanie wędlin, sera, jajka itp.</li> <li>- krojenie w plastry warzyw i nakładanie na kanapki</li> <li>- degustacja z zachowaniem zasad savoir-vivre</li> </ul> </li> <li>11. Kalamury, quizy o tematyce kulinarnej</li> <li>12. Poznajemy smaki: kwaśny, słodki, słony, gorzki itp.</li> <li>13. Rozmowy o tematyce kulinarnej: <ul style="list-style-type: none"> <li>- higieniczne przygotowywanie posiłków</li> <li>- prawidłowe, systematyczne odżywianie się</li> <li>- potrzeba nawadniania organizmu</li> <li>- gotowanie na parze</li> <li>- zastosowanie ziół</li> <li>- owoce, warzywa i witaminy w nich zawarte</li> <li>- filtrowanie wody w dzbanku</li> <li>- rodzaje miodów</li> <li>- potrawy świąteczne</li> <li>- walory smakowe i gatunki grzybów</li> <li>- owoce leśne (jagody, maliny itp.)</li> </ul> </li> <li>14. Rozwijanie umiejętności wzajemnej współpracy i pomocy</li> <li>15. Dbanie o czystość i porządek w pracowni i jadalni: <ul style="list-style-type: none"> <li>- właściwy dobór środków czyszczących do wykonywanego działania np. płyn do naczyń</li> <li>- mycie talerzy</li> </ul> </li> </ul>
--	--	--	--	--	--	--

						<ul style="list-style-type: none"> <li>- mycie i wyparzanie talerzy, sztućców, garnków</li> <li>- porządkowanie, wycieranie stołów, bufetów</li> <li>-zamiatanie i mycie podłóg</li> </ul>
3	c) trening umiejętności praktycznych	50	Starszy terapeuta: Agnieszka Jaskuła	Pracownia terapii manualnej,	styczeń – grudzień 2015  ok. 3 godziny tygodniowo	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Wykonuje drobne naprawy krawieckie. Umie przyszyć guzik, zszyć materiał, itp.</li> <li>-Zna pojęcia „para” (np.: butów), dobiera przedmioty parami</li> <li>-Sprząta pomieszczenia (zamiata, wyciera kurze, zmywa małe powierzchnie),</li> <li>-Sprawnie posługuje się nożycami</li> <li>-Potrafi obsługiwać pistolet do klejenia</li> <li>-Porządkuje przedmioty według ich wielkości: duże-małe, długie-krótkie, grube-cienkie, wysokie-niskie</li> <li>-Porządkuje przedmioty wg wzrastającej wielkości (duże-większe, małe-mniejsze).</li> </ul>
			Pielęgniarka, Instruktor Terapii Zajęciowej : Krystyna Musiała	Pracownia Kulinarna, Gabinet pielęgniarki		<p><b>Pracownia kulinarna</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Sprząta pomieszczenia (zamiata, wyciera kurze, zmywa małe powierzchnie),</li> <li>-Wykonuje czynności domowe, np.: zmywa naczynia, nakrywa do stołu, zamiata</li> <li>-Potrafi obsługiwać lodówkę i zamrażarkę</li> <li>-Potrafi obsługiwać krajalnicę</li> <li>-Potrafi obsługiwać kuchnię gazową</li> <li>-Potrafi obsługiwać okap kuchenny</li> <li>-Potrafi obsługiwać zmywarę</li> <li>-Potrafi zagotować wodę w czajniku</li> <li>-Potrafi obsługiwać sokowirówkę</li> <li>-Potrafi obsługiwać mikser</li> <li>-Potrafi obsługiwać robot kuchenny</li> <li>-Potrafi przygotować sobie herbatę lub kawę</li> <li>-Potrafi przygotować prosty posiłek.</li> <li>-Potrafi zrobić kanapkę</li> <li>-Potrafi zaparzyć herbatę lub kawę</li> </ul> <p><b>Gabinet pielęgniarki</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Potrafi rozpoznać leki, które zażywa</li> <li>-Zna częstotliwość przyjmowania leków</li> <li>-Zna potrzeby przyjmowania leków</li> <li>-Zna skutki przedawkowania leków</li> <li>-Zna skutki nieregularnego przyjmowania leków</li> </ul>
			Terapeuta: Iwona Nowak	Pracownia higieniczno – kosmetyczna Pracownia komputerowa i urządzeń biurowych,		<p><b>Pracownia higieniczno – kosmetyczna</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Obsługa urządzeń:</li> <li>a) odkurzacz</li> <li>b) maszynka do strzyżenia</li> <li>c) suszarka do włosów</li> <li>d) golarka</li> <li>e) pralka automatyczna</li> <li>f) żelazko</li> <li>-Zna swoje miejsce w szatni</li> <li>-Posługuje się podstawowymi środkami do utrzymania czystości (np. szczotka)</li> <li>-Rozpoznaje osobiste przedmioty. Zna własną odzież, przybory, itp.</li> </ul>



Pracownik socjalny, Terapeuta: Jolanta Pietrzak	Ergoterapia (Pracownia stolarsko – techniczna) Gabinet pracownika socjalnego

- Orientuje się w stanie ilościowym swoich rzeczy. Zauważa braki.
- Sprząta pomieszczenia (zamiata, wyciera kurze, zmywa małe powierzchnie),
- Potrafi wyjąć pranie z pralki i rozwiesić prawidłowo

**Pracownia komputerowa i urządzeń biurowych,**

- Potrafi włączyć wtyczkę do prądu
- Zna swoje miejsce w pracowni.
- Potrafi otworzyć i zamknąć okno
- Potrafi obsłużyć:
  - a) drukarkę
  - b) fax
  - c) gilotynę
  - d) niszczarkę
  - e) bindownicę
  - f) laminarkę
  - g) komputer

- Samodzielnie porusza się po określonej, znanej mu trasie np.: samodzielnie korzysta ze środków miejskiej komunikacji.
- Swobodnie (pod opieką opiekunów) porusza się po określonej (wyznaczonej) i znanej mu trasie np.: z domu do pobliskiego sklepu
- Orientuje się, gdzie i jak własne drobne sprawy może załatwić w placówce.
- Zna podstawowe instytucje i urzędy, w których może załatwić sprawy osobiste (np.: urząd miasta, PKO, poczta, przychodnia lekarska, szpital, itp.)
- Samodzielnie robi drobne zakupy.
- Orientuje się w sieci ważniejszych tras komunikacji miejskiej
- Orientuje się w rozmieszczeniu na trasie miasta ważniejszych instytucji np.: wie, gdzie znajduje się dworzec PKS, Kościół, Straż Pożarna, Policja, poradnia lekarska, itp.
- Wie, gdzie i jak załatwić dla siebie usługi bytowe, np.: naprawę obuwia, itp
- Potrafi odnaleźć miejsce na trasie miasta wg wskazania adresu.
- Potrafi samodzielnie wyjechać poza miejsce zamieszkania np.: w celu odwiedzenia rodziny
- Umie ustalić szczegóły planowanej podróży, np.: godziny odjazdu busa, trasę, czas pobytu, powrót.
- Określa liczebność (wielkość) zbioru: dużo-mało, mniej-więcej, równo.-
- Zna pojęcie ciężaru: lekki-ciężki, cięższy-lżejszy.
- Czyta i rozumie drukowane napisy, np.: w komunikacji miejskiej: wyjście, wejście, palenie zabronione, itp. Stosuje się do zaleceń
- Rozpoznaje proste znaki (WC, znaki drogowe: stop, przejście dla pieszych)
- Wykonuje drobne naprawy w domu i placówce, potrafi wbić i wyciągnąć gwóźdź, wbić gwóźdź w ścianę, zbić skrzynkę.
- Posługuje się prostymi narzędziami (młotek, obcęgi, nożyczki, itp.) – zna ich zastosowanie
- Właściwie posługuje się przedmiotami, zgodnie z ich przeznaczeniem, np. nie wbija pilnikiem gwoździ, itp.
- Zabezpiecza rzeczy przed zniszczeniem
- Orientuje się w rozmieszczeniu sprzętu znajdującego się w pracowni, np.: orientuje się,

						<p>gdzie stoją szafy, gdzie przechowywane są jego rzeczy, gdzie znajduje się lista obecności, itp.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Robi drobne zakupy posługując się kartką napisaną przez opiekuna.</li> </ul>
			Starszy terapeuta: Mirosław Madajski	Pracownia muzykoterapii		<ul style="list-style-type: none"> <li>-Wie gdzie mieszczą się ważniejsze instytucje kulturalne w najbliższym otoczeniu (kina, teatry, domy kultury, muzea i potrafi z nich skorzystać).</li> <li>-Orientuje się, gdzie jest jego pracownia</li> <li>-Potrafi włączyć oświetlenie w pomieszczeniu</li> <li>-Potrafi włączyć sprzęt grający <ul style="list-style-type: none"> <li>a) zestaw kina domowego</li> <li>b) estradowy zestaw nagłaśniający</li> </ul> </li> <li>- Potrafi podczas występów posługiwać się mikrofonem</li> </ul>
			Instruktor Terapii Zajęciowej : Katarzyna Kwiatosińska	Pracownia zajęć świetlicowych		<ul style="list-style-type: none"> <li>-Otwiera drzwi przy pomocy klamki</li> <li>-Utrzymuje porządek w miejscu, w którym przechowuje swoje rzeczy</li> <li>-Zna swoich kolegów z grupy. Rozpoznaje ich.</li> <li>-Umie otworzyć i zamknąć drzwi kluczem</li> <li>-Tworzy zbiory przedmiotów wg ich cech (np.: kształtów, wielkości, kolorów, itp.).</li> <li>-Porządkuje przedmioty według ich wielkości: duże-małe, długie-krótkie, grube-cienkie, wysokie-niskie</li> <li>-Porządkuje przedmioty wg wzrastającej wielkości (duże-większe, małe-mniejsze)</li> <li>-Umieszcza wydarzenie w czasie: rano, w południe, wieczorem, dzisiaj, jutro.</li> <li>-Określa czas wykonywanych czynności: przedtem, teraz, potem.</li> <li>-Określa położenie przedmiotów w przestrzeni: na, nad, pod, obok, między.</li> <li>-Rozumie przymiotniki: codzienny, krótki, punktualny, częsty, powtarzalny.</li> <li>-Zna nazwy pór roku.</li> <li>-Zna nazwy miesięcy., potrafi je kolejno wymienić</li> <li>-Odczytuje na zegarze pełne godziny</li> <li>-Zna dni tygodnia.</li> <li>-Rozpoznaje wśród innych swój podpis.</li> <li>- Nie opuszcza samowolnie placówki</li> <li>-Potrafi obsłużyć telewizor, dvd, radio,</li> </ul>
			Terapeuta: Marta Tomaszak	Pracownia terapii ruchem		<ul style="list-style-type: none"> <li>-Dba o swoje rzeczy, wie, gdzie są one przechowywane.</li> <li>-Określa czas trwania różnych czynności (zjawisk): długo-krótko</li> <li>-Umie unikać zagrożeń. Omija przeszkody znajdujące się na drodze. Nie wchodzi na przeszkody mogące być źródłem zagrożeń.</li> <li>-Określa rozmieszczenie przedmiotów w przestrzeni: blisko, daleko, wysoko, nisko</li> <li>-Określa rozmieszczenie przedmiotów w przestrzeni.</li> <li>-Samodzielnie trafia do innych pomieszczeń w ośrodku, z których korzysta</li> <li>-Nie niszczy rzeczy i przyborów przyniesionych do ośrodka.</li> <li>-Potrafi samodzielnie założyć strój sportowy</li> </ul>
4	d) trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi	30	Pracownik socjalny, terapeuta: Jolanta Pietrzak	Gabinet pracownika socjalnego, Gmina Uniejów (sklepy)	styczeń – grudzień 2015 ok. 5 godzin	<p>Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi prowadzony jest w grupach uczestników o różnym potencjale, a każdy uczestnik realizuje - indywidualny cel dostosowany do swoich możliwości psycho - fizycznych. Pracownik socjalny/terapeuta zwraca szczególną uwagę na dwa obszary: motywacja i zaangażowanie na zajęciach oraz umiejętności wykonawcze (samodzielność). Uczestnicy podczas zajęć w sposób indywidualny nabywają,</p>

					tygodniowo	<p>podtrzymują lub utrwalają umiejętności wynikające z poniższego planu. Propozycje tematyczne są elastyczne - składają się z zadań łatwiejszych (np: pójście do sklepu z listą zakupów) i trudniejszych (np: samodzielne zaplanowanie i zrobienie zakupów) a które mogą być wykonywane jednocześnie, dając działaniom spójność i pozwalając jednocześnie brać aktywny udział wszystkim uczestnikom. Zajęcia odbywają się zarówno w placówce jak i w terenie.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Poznanie historii pieniądza</li> <li>- Plusy i minusy dokonywania zakupów na raty</li> <li>- Utrwalenie wiadomości na temat nominalów obowiązujących w Polsce</li> <li>- Dokonywanie stałych opłat</li> <li>- Racjonalne gospodarowanie środkami finansowymi</li> <li>- Oszczędzamy wspólnie "od ziarnka do ziarnka zbierze się miarka" - narzędzia oszczędnościowe</li> <li>- Tworzenie tabeli oszczędności</li> <li>- Pojęcie waloryzacji rent i emerytur</li> <li>- Dokonywanie zakupów w cenach promocyjnych, na co zwracać szczególnie uwagę</li> <li>- Podatek dochodowy, rozliczenia PIT</li> <li>- Przykładowe planowanie rozdysponowania kwoty</li> <li>- Rozmowa jak uniknąć zagrożeń związanych z dokonaniem zakupów przez Internet</li> <li>- Opracowanie podstawowego planu finansowego</li> <li>- Pożyczanie z głową- niebezpieczny dług</li> <li>- Źródła wpływów</li> <li>- Porady praktyczne –Jak nie przekroczyć wydatków przewidzianych w budżecie?</li> <li>- Porady praktyczne - Jak zaoszczędzić pieniądze podczas zakupów w supermarkecie?</li> <li>- Porady praktyczne - Jak oszczędzać jedzenie?</li> <li>- Ćwiczenia symulacyjne np. dotyczące prawidłowego zachowania się podczas dokonywania zakupów itp.</li> <li>- Wyjazd na targowisko do Uniejowa- dokonywanie zakupów spożywczych ,przemysłowych i chemicznych wg potrzeb ( zwrócenie uwagi na cenę, datę przydatności do spożycia)</li> <li>- Pojęcie zasad dotyczących planowania wydatków</li> <li>- Zapoznanie się ze specyfiką funkcjonowania instytucji typu bank, kasy oszczędnościowe</li> <li>- Utrwalanie zasad robienia listy zakupów wg bieżących potrzeb</li> <li>- Zakładanie kont bankowych- ćwiczenia symulacyjne</li> <li>- Rozmowa na temat dodatkowego źródła dochodu np. prace sezonowe, prace chałupnicze</li> <li>- Prowadzenie rejestracji wydatków</li> <li>- Poszukiwanie dodatkowego źródła dochodu</li> <li>- Nauka pisania CV</li> <li>- Nauka pisania listu motywacyjnego</li> <li>- Autoprezentacja</li> <li>- Dokonywanie zakupów spożywczych ,przemysłowych i chemicznych wg potrzeb</li> </ul>
--	--	--	--	--	------------	---

						<p>(zwrócenie uwagi na cenę, datę przydatności do spożycia)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rozpoznanie na rynku cen opału</li> <li>- Pomoc w dokonaniu zakupu środków opałowych</li> <li>- Utrwalenie racjonalnego wydatkowania pieniędzy</li> <li>- Poruszanie się w sklepach samoobsługowych na ulicach, chodnikach w grupie</li> <li>- Rozmowa na temat zagrożeń wynikających z zaciągania kredytów „chwilówek”</li> <li>- Wyjazd do sklepu z odzieżą używaną- czyli jak można tanio się ubrać?</li> <li>- Ćwiczenia symulacyjne np. dotyczące prawidłowego zachowania się podczas dokonywania zakupów itp.</li> <li>- Rozmowa na temat lokat</li> <li>- Rozmowa na temat „Na czym polega odpowiedzialność w kwestii pieniędzy i pracy”</li> <li>- Pojęcie „paragon fiskalny”, „rachunek”, „ faktura”</li> <li>- Pojęcie „gwarancji zakupu”</li> <li>- Dokonywanie zakupów okazjonalnych- upominki z okazji Mikołajek, Świąt Bożego Narodzenia</li> <li>- Dokonywanie zakupów spożywczych ,przemysłowych i chemicznych wg potrzeb</li> </ul> <p>(zwrócenie uwagi na cenę, datę przydatności do spożycia)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Utrwalenie prawidłowego wypełniania druków bankowych</li> <li>- Co to są papiery wartościowe?</li> <li>- Poznajemy waluty innych krajów</li> <li>- Rozmowa na temat czy warto było oszczędzać?</li> <li>- Rozmowa na temat „ Spółdzielni socjalnych”</li> <li>- Rozmowa na temat prawa konsumenta i producenta.</li> <li>- Poznajemy waluty innych krajów</li> <li>- Sposoby bezpiecznego przechowywania pieniędzy</li> </ul>
--	--	--	--	--	--	--

## II. TRENING UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNYCH I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW

### Cele szczegółowe:

- Nabywanie, podtrzymywanie oraz utrwalanie umiejętności interpersonalnych w obszarze nawiązywania kontaktów,
- Kształtowanie umiejętności konstruktywnego rozwiązywania konfliktów, kształtowanie umiejętności kontroli emocji,
- Kształtowanie motywacji do podejmowania aktywności podczas realizacji treningów
- Nabywanie, podtrzymywanie oraz utrwalanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury oraz przy okazji spotkań towarzyskich,
- Podejmowanie ról społecznych adekwatnych do potencjału uczestników
- Aktywizacja oraz współdecydowanie w sprawach domu poprzez zebrania społeczności oraz zebrania Samorządu
- Integracja ze środowiskiem lokalnym
- Kształtowanie umiejętności analizowania sytuacji w celu samodzielnego podejmowania decyzji, antycypowania skutków własnych działań, planowanie,
- Kształtowanie właściwych postaw względem innych członków społeczności (zachowanie właściwego dystansu wobec innych osób, poszanowanie woli innych)
- Przestrzeganie powszechnie przyjętych norm społecznych oraz zasad

TRENING UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNYCH I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW - FORMY PRACY – tabela 2

Lp.	Forma pracy	Liczba uczestników treningu w/zajęć	Osoba odpowiedzialna	Sala zajęć	Termin realizacji	Informacja o sposobie realizacji zajęć
1	a) trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów	52	Koordinacja działań: Anna Manios - psycholog Realizacja: wszyscy członkowie zespołu Wspierająco - Aktywizującego	PŚDS	styczeń – grudzień 2015 ok. 3 godzin tygodniowo	Zadaniem wszystkich pracowników Zespołu Aktywizującego – Wspierającego jest prowadzenie treningu w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów. Trening odbywać się będzie przy okazji wszystkich proponowanych zajęć (treningów) w PŚDS w Czepowie.
2	b) trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji	52	Koordinacja działań: Anna Manios - psycholog Realizacja: wszyscy członkowie zespołu Wspierająco – Aktywizującego	PŚDS	styczeń – grudzień 2015 ok. 3 godzin tygodniowo	Zadaniem wszystkich pracowników Zespołu Aktywizującego – Wspierającego jest prowadzenie treningu w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji. Trening odbywać się będzie przy okazji wszystkich proponowanych zajęć (treningów) w PŚDS w Czepowie.
3	c) trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych	52	Koordinacja działań: Anna Manios - psycholog Realizacja: wszyscy członkowie zespołu Wspierająco - Aktywizującego	PŚDS	styczeń – grudzień 2015 ok. 3 godzin tygodniowo	Zadaniem wszystkich pracowników Zespołu Aktywizującego – Wspierającego jest prowadzenie treningu w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych. Trening odbywać się będzie przy okazji wszystkich proponowanych zajęć (treningów) w PŚDS w Czepowie.
4	d) Zebrania społeczności	52	Terapeuta: Miroslaw Madajski	Sala ogólna (muzykote)	styczeń – grudzień 2015 7 spotkań po 2	Zebrania społeczności wyakcentowane są w Harmonogramie Planowanych Imprez na 2015 rok. Przewiduje się 7 spotkań (w tym jedno z rodzicami oraz opiekunami). Spotkania odbędą się w Sali ogólnej (muzykoterapii)

				rapii)	godziny, w tym 1 spotkanie z rodzicami oraz opiekunami	
--	--	--	--	--------	---	--

### III. PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE

#### Cele szczegółowe:

- Diagnozowanie
- Rozpoznawanie deficytów oraz możliwości intelektualnych
- Rozbudowa repertuaru kompetencji psychospołecznych
- Stymulowanie procesów poznawczych
- Poradnictwo psychologiczne dla uczestników i ich rodzin
- Pomoc w rozwiązywaniu konfliktów i sytuacji trudnych
- Motywowanie do aktywności
- Rozwijanie umiejętności radzenia sobie z trudnościami

PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE – FORMY PRACY – tabela 4

Lp.	Forma pracy	Liczba uczestników treningu/zajęć	Osoba Odpowiedzialna	Sala zajęć	Termin realizacji	Informacja o sposobie realizacji zajęć
1	Grupowa terapia psychologiczna	50	Psycholog: Anna Manios	Gabinet psychologa sala ogólna	styczeń – grudzień 2015 ok. 6 godzin tygodniowo	<b>1. Integracja</b> -Budowanie atmosfery bezpieczeństwa i zaufania w grupie -Kształtowanie postawy opartej na wzajemnej akceptacji i tolerancji -Rozwijanie umiejętności współpracy i wspólnego podejmowania decyzji -Modelowanie zachowań samopomocowych <b>2. Zasady, normy, wartości</b> -Zapoznanie z wartościami uniwersalnymi -Rozwijanie umiejętności określenia priorytetów w swoim życiu -Rozwijanie systemu wartości -Modelowanie zachowań respektujących normy i zasady społeczne -Modyfikacja zachowań nieaprobowanych społecznie <b>3. Motywacja</b> -Wzmacnianie motywacji do udziału w zajęciach w pracowniach terapeutycznych -Motywowanie do rozwoju zainteresowań/ poszukiwania zainteresowań
2	Indywidualna terapia psychologiczna	50	Psycholog: Anna Manios	Gabinet psychologa	styczeń – grudzień 2015 ok. 10 godzin tygodniowo	

					<p>-Motywowanie do podejmowania aktywności życiowej</p> <p><b>4. Emocje</b></p> <p>-Umiejętność nazywania emocji</p> <p>Umiejętność konstruktywnego wyrażania emocji</p> <p>-Umiejętność rozpoznawania emocji u innych</p> <p>-Sposoby radzenia sobie z trudnymi stanami emocjonalnymi</p> <p><b>5. Kompetencje społeczne</b></p> <p>-Modelowanie aprobowanych społecznie zachowań i postaw (stosowanie zwrotów grzecznościowych, umiejętność prośenia o pomoc i pomagania innym)</p> <p>-Rozwijanie umiejętności korzystania z różnych źródeł informacji</p> <p>-Trenowanie zachowań asertywnych</p> <p>-Rozwijanie umiejętności społecznych niezbędnych do samodzielnego funkcjonowania</p> <p>-Modelowanie aprobowanych społecznie zachowań i postaw (stosowanie zwrotów grzecznościowych, umiejętność prośenia o pomoc i pomagania innym)</p> <p>-Rozwijanie umiejętności korzystania z różnych źródeł informacji</p> <p>-Trenowanie zachowań asertywnych</p> <p>-Rozwijanie umiejętności społecznych niezbędnych do samodzielnego funkcjonowania</p> <p><b>6. Procesy poznawcze</b></p> <p>-Rozpoznawanie deficytów oraz możliwości w zakresie procesów poznawczych</p> <p>-Trening za pomocą ćwiczeń/zabaw/multimediów aktywizujących procesy poznawcze takie jak: uwaga, spostrzeganie, pamięć, myślenie</p> <p>-Rozpoznawanie deficytów oraz możliwości w zakresie procesów poznawczych</p> <p>-Trening za pomocą ćwiczeń/zabaw/multimediów aktywizujących procesy poznawcze takie jak: uwaga, spostrzeganie, pamięć, myślenie</p> <p><b>7. Radzenie sobie z trudnościami (lęk, bezradność, dyskryminacja)</b></p> <p>-Rozpoznawanie najczęściej pojawiających się trudności</p> <p>-Czytanie oraz omawianie bajek terapeutycznych pomagających oswoić się z lękiem</p> <p>-Zmiana negatywnych schematów myślowych</p> <p>-Wzmacnianie poczucia sprawczości</p> <p>-Wzmacnianie świadomości deficytów i możliwości</p> <p>-Zapoznanie ze sposobami radzenia sobie z trudnościami</p> <p><b>8. Potrzeby</b></p> <p>-Zapoznanie z repertuarem potrzeb</p>
--	--	--	--	--	---

						<ul style="list-style-type: none"> <li>-Trenowanie umiejętności określania własnych potrzeb i ich hierarchii</li> <li>-Omawianie sposobów realizacji indywidualnych potrzeb</li> <li><b>9. Optymalizacja funkcjonowania z chorobą</b></li> <li>-Praca nad akceptacją choroby</li> <li>-Nauka informowania o zmianie samopoczucia i dolegliwościach</li> <li>-Zapoznanie z metodami relaksowania się</li> <li>-Zapoznanie ze sposobami spędzania wolnego czasu</li> <li>-Modelowanie pozytywnych afirmacji myślowych</li> <li><b>10. Samoocena</b></li> <li>-Określanie swoich mocnych stron</li> <li>-Ćwiczenia/ zabawy wzmacniające samoocenę</li> <li>-Ćwiczenia/zabawy wykorzystujące indywidualne zasoby</li> </ul>
--	--	--	--	--	--	---

#### IV. POMOC W ZAŁATWIANIU SPRAW URZĘDOWYCH

##### Cele szczegółowe

- Pomoc w prawidłowym wypełnianiu dokumentów, druków, podań, itp.
- Praca w kierunku najpełniejszej orientacji w rzeczywistości i wykorzystania jej w codziennym funkcjonowaniu – pomoc w załatwianiu spraw w urzędzie, na poczcie, itp.,
- Pomoc w korzystaniu z turnusów rehabilitacyjnych oraz w dostępie do specjalistów,
- Utrwalanie umiejętności i nawyków związanych z zaradnością życiową,
- Współpraca z instytucjami zajmującymi się udzielaniem pomocy Osobom Niepełnosprawnym,
- Nabywanie, utrwalanie oraz doskonalenie zdolności uczestnika do samodzielnego załatwiania swoich spraw, rozwijanie umiejętności szukania pomocy w odpowiednich instytucjach.

POMOC W ZAŁATWIANIU SPRAW URZĘDOWYCH – FORMY PRACY – tabela 5

Lp.	Forma pracy	Liczba uczestników treningu/ zajęć	Osoba odpowiedzialna	Sala zajęć	Termin realizacji	Informacja o sposobie realizacji zajęć
1	Wsparcie oraz bezpośrednia pomoc w załatwianiu spraw urzędowych	52	Pracownik socjalny, Terapeuta: Jolanta Pietrzak	Gabinet pracownika socjalnego	styczeń – grudzień 2015 działanie doraźne	Działanie doraźne, wynikające z potrzeb uczestników oraz ich najbliższego otoczenia oraz z ofert instytucji pomagających osobom niepełnosprawnym. Pomoc w wypełnianiu dokumentów.

#### V. PORADNICTWO SOCJALNE

##### Cele szczegółowe:

- Kształtowanie odpowiednich postaw rodziny i środowiska w stosunku do osób upośledzonych umysłowo i chorych psychicznie,



- Integrowanie uczestników ze środowiskiem rodzinnym oraz lokalnym,
- Rozwinięcie oraz wzmocnienie aktywności i samodzielności życiowej uczestników,
- Zapewnienia współpracy i koordynacji działań instytucji i organizacji istotnych dla zaspokojenia potrzeb uczestników,
- Rozwijanie umiejętności szukania pomocy w odpowiednich instytucjach,
- Częste kontakty z najbliższym otoczeniem celem wsparcia oraz nawiązania współpracy w zakresie realizacji Indywidualnego Planu Postępowania wspierająco - Aktywizującego,
- Uzyskiwanie wzmocnienia działań terapeutycznych proponowanych przez PŚDS w domach rodzinnych, środowisku sąsiedzkim, kręgu rówieśniczym
- Integracja w gronie uczestników (również klubowych), osób z ich najbliższego otoczenia oraz terapeutów,
- Stymulowanie do budowania pozytywnych relacji pomiędzy uczestnikiem a społeczeństwem oraz najbliższym otoczeniem,

PORADNICTWO SOCJALNE – tabela 9

<i>Lp.</i>	<i>Forma pracy</i>	<i>Liczba uczestników treningu/zajęć</i>	<i>Osoba odpowiedzialna</i>	<i>Sala zajęć</i>	<i>Termin realizacji</i>	<i>Informacja o sposobie realizacji zajęć</i>
1	Indywidualne i grupowe poradnictwo socjalne	50	Pracownik socjalny, terapeuta: Jolanta Pietrzak	Gabinet pracownika socjalnego	styczeń – grudzień 2015 działanie doraźne	Działanie doraźne, wynikające z potrzeb uczestników oraz ich najbliższego otoczenia oraz z ofert instytucji pomagających osobom niepełnosprawnym. Pomoc w wypełnianiu dokumentów.
2	Współpraca ze środowiskiem lokalnym uczestnika	52	Pracownik socjalny, terapeuta: Jolanta Pietrzak	Budynek PŚDS oraz jego otoczenie	styczeń – grudzień 2015 wynikający z Harmonogramu Imprez na 2015	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Udział uczestnika oraz osób z otoczenia rodzinnego w realizacji części działań związanych z Planowanym Harmonogramem Imprez na rok 2015,</li> <li>2. Współpraca z osobami z najbliższego otoczenia uczestników w działaniach terapeutycznych,</li> <li>3. Współpraca z organizacjami pozarządowymi, jednostkami samorządowymi oświatowymi oraz kulturalnymi,</li> <li>4. Współpraca z instytucjami zajmującymi się udzielaniem pomocy Osobom Niepełnosprawnym.</li> <li>5. Praca nad spójnością działań terapeutycznych ze strony PŚDS i osób z najbliższego otoczenia (kontakty osobiste, telefoniczne)</li> </ol>

## VI. TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO

### Cele szczegółowe:

- Nabywanie, podtrzymywanie oraz utrwalanie umiejętności spędzania wolnego czasu, (różnorodność form)
- Inicjowanie oraz organizacja działań i imprez integracyjnych adresowanych do społeczności lokalnej

- Poszukiwanie interesującej tematyki w sferze literatury, prasy, filmu, telewizji, audycji radiowych oraz teatru,
- Nabywanie, podtrzymywanie oraz utrwalanie umiejętności korzystania z muzyki w celach związanych z optymalnym funkcjonowaniem (relaksacja, uwrażliwienie, odreagowanie, rozwój uzdolnień muzyczno - wokalnych)
- Tworzenie stałych form współpracy – inicjatywy wpisane na stałe w harmonogram Planowanych Imprez Okolicznościowych na 2015r., gminy, powiatu, województwa – przeglądy, wystawy, imprezy artystyczne, sportowe i inne,
- Korzystanie z komputera, urządzeń biurowych, internetu w celu zdobywania ciekawych informacji oraz efektywnego spędzania czasu wolnego,
- Systematyczne tworzenie gazetek informacyjnych jako środek przekazu informacji, utrwalania ważnych informacji oraz motywacji do dalszych działań
- Utrwalanie działań związanych z obchodzeniem Świąt z zachowaniem tradycji i obyczajów panujących w naszym kraju
- Inspirowanie do zachowań kreatywnych i poszukiwanie własnych środków wyrazu artystycznego,
- Podtrzymywanie oraz utrwalanie osiągniętych dotychczas umiejętności poznawczych – np. pisanie, czytania ze zrozumieniem,

a) TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO – FORMY PRACY – tabela 3

<i>Lp.</i>	<i>Forma pracy</i>	<i>Liczba uczestników treningu/ zajęć</i>	<i>Osoba odpowiedzialna</i>	<i>Sala zajęć</i>	<i>Termin realizacji</i>	<i>Informacja o sposobie realizacji zajęć</i>
1.	Trening komputerowy	35	Terapeuta: Iwona Nowak	Pracownia komputerowa i urządzeń biurowych	styczeń – grudzień 2015 ok. 10 godzin tygodniowo	<p>Trening komputerowy prowadzony jest w grupach uczestników o różnym potencjale, a każdy uczestnik realizuje cel dostosowany do swoich możliwości. Terapeuta zwraca szczególną uwagę na dwa obszary: motywacja i zaangażowanie na zajęciach oraz umiejętności wykonawcze (samodzielność). Uczestnicy podczas zajęć w sposób indywidualny nabywają, podtrzymują lub utrwalają umiejętności wynikające z poniższego planu. Propozycje tematyczne są elastyczne - składają się z zadań łatwiejszych (np: rysowanie w Paint, włączenie komputera) i trudniejszych (np: pisanie na komputerze, obróbka plików jpg), a które mogą być wykonywane jednocześnie, dając działaniom spójność i pozwalając jednocześnie brać aktywny udział wszystkim uczestnikom.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gry, zabawy i konkursy internetowe: warcaby, puzzle, układanki, gry strategiczne,</li> <li>2. Obsługa komputera - przyciski, sposób podłączenia, klawiatura, myszka, monitor – poznanie podstawowych klawiszy.</li> <li>3. Wyszukiwanie potrzebnych informacji w sieci Internetowej oraz przenoszenie danych do komputera,</li> <li>4. Nabycie i utrwalenie umiejętności przenoszenia plików JPG, tekstowych, plików muzycznych np. midi i mp3.</li> <li>5. Nowoczesna komunikacja internetowa – zalety i zagrożenia – pogadanka.</li> <li>6. Aparat cyfrowy – parametry i działanie aparatów cyfrowych,</li> </ol>

						<p>wykonywanie zdjęć - trening</p> <p>7. Nauka oraz doskonalenie umiejętności pisania na komputerze.</p> <p>8. Praca z programem Office 2003, a szczególnie Power Point'em w celu konstruowania prezentacji, Word – pisanie, Publisher – obróbka zdjęć</p> <p>9. Doskonalenie umiejętności obsługi ksero, gilotyny, zgrzewarki, bindownicy,</p> <p>10. Trening obsługi kamery cyfrowej.</p> <p>11. Wyszukiwanie plików mp3 oraz informacji muzycznych korzystanie z You tube</p> <p>12. Edytowanie i przetwarzanie obrazów - obróbka zdjęć cyfrowych.</p> <p>13. Miasto Uniejów, Powiat Poddębicki i Województwo Łódzkie w sieci internetowej – informacje, fotografie.</p> <p>14. Multimedia – wykorzystanie komputera, dvd i projektora do projekcji filmów (formaty plików, kodeki) oraz słuchania muzyki.</p> <p>15. Trening obsługi faksu.</p> <p>16. Nasz kraj w sieci Internetowej – najpiękniejsze zabytki Polski</p> <p>17. Zastosowanie klipartów w projektach dyplomów.</p> <p>18. Nauka korzystania ze sprzętów współpracujących z komputerem,</p> <p>19. Nauka robienia prezentacji multimedialnych w programie PowerPoint,</p> <p>20. Facebook – podglądanie oraz aktualizacja</p> <p>21. Święta Bożego Narodzenia w Internecie</p> <p>22. Kolędy i Pastoralki na you tube</p> <p>23. Ośrodki takie jak nasz w sieci – wyszukiwanie informacji</p>
2.	Realizacja działań wg Harmonogramu Planowanych Imprez Okolicznościowych na 2015 rok – integracja środowiska, turystyka, ekologia, wydarzenia sportowo – kulturalne jako formy spędzania czasu wolnego	52	Starszy terapeuta: Mirosław Madajski (koordynacja działań)	PŚDS Czepów, gmina Uniejów, powiat poddębicki, województwo łódzkie	styczeń – grudzień 2015 działania akcyjne	Realizacja działań wg Harmonogramu Planowanych Imprez Okolicznościowych na 2015 rok – integracja środowiska, turystyka, wydarzenia sportowo – kulturalne jako formy spędzania czasu wolnego. Współpraca z instytucjami samorządowymi, organizacjami pozarządowymi, korzystanie z walorów turystycznych powiatu poddębickiego.
3.	Trening rozwijania zainteresowań literaturą, prasą, filmem, telewizją oraz radiem	30	Instruktor Terapii Zajęciowej : Katarzyna Kwiatosińska	Pracownia zajęć świetlicowych	styczeń – grudzień 2015 ok. 10 godzin tygodniowo	Trening rozwijania zainteresowań literaturą, prasą, filmem, telewizją oraz radiem prowadzony jest w grupach uczestników o różnym potencjale, a każdy uczestnik realizuje - indywidualny cel dostosowany do swoich możliwości psycho - fizycznych. Instruktor zwraca szczególną uwagę na dwa obszary: motywacja i zaangażowanie na zajęciach oraz umiejętności wykonawcze (samodzielność). Uczestnicy podczas zajęć w sposób indywidualny nabywają, podtrzymują lub utrwalają umiejętności wynikające z poniższego planu. Propozycje tematyczne są elastyczne - składają się z

					<p>zadań łatwiejszych (np: oglądanie, przeglądanie obrazków w książce, zdjęć w gazecie) i trudniejszych (np: samodzielne czytanie ze zrozumieniem, czytanie np. opowiadania dla grupy), a które mogą być wykonywane jednocześnie, dając działaniom spójność i pozwalając jednocześnie brać aktywny udział wszystkim uczestnikom.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Przypomnienie zasad BHP</li> <li>2. Trening rozwijania zainteresowań radiem: <ul style="list-style-type: none"> <li>- przypomnienie obsługi radia</li> <li>- wyszukiwania stacji radiowych</li> <li>- słuchanie audycji radiowej</li> <li>- słuchanie muzyki</li> </ul> </li> <li>3. Trening rozwijania zainteresowań filmem: <ul style="list-style-type: none"> <li>- filmy przygodowe, sensacyjne, komediowe, biograficzne, informacyjne, rozrywkowe, wojenne itp.</li> </ul> </li> <li>4. Oglądanie znanych bajek i baśni (np. Smerfy)</li> <li>5. Zmiana kanałów telewizyjnych – przypomnienie obsługi pilota</li> <li>6. Oglądanie programów informacyjnych – dyskusja nt. uzyskanych podczas oglądania informacji</li> <li>7. Menu telewizora – ustawienie głośności, koloru, formatu obrazu, jasności – doskonalenie umiejętności</li> <li>8. Doskonalenie obsługi telegazety</li> <li>9. Przypomnienie gatunków filmowych (animowane, dokumentalne, fabularne – komedie, horrory, sensacyjne, przygodowe, fantastyczne, historyczne itp.), oglądanie fragmentów – rozmowa</li> <li>10. Dziesięć najlepszych polskich teleturniejów - analiza i komentarze</li> <li>11. Znani i podziwiani aktorzy polskich seriali</li> <li>12. Opisz lub omów swój ulubiony program telewizyjny</li> <li>13. Kto to jest aktor, aktorka? – analiza i komentarze</li> <li>14. Rozmowa nt. Programów na żywo ( np. Tomasz Lis) - jak przygotowują się do programu na żywo aktorzy, dziennikarze.</li> <li>15. Korzyści i zagrożenia, które niesie telewizja – burza mózgów</li> <li>16. Seans filmowy – tematyka bożonarodzeniowa</li> <li>17. Pogadanka nt. Skutki spędzania czasu przed telewizorem</li> <li>18. Trening rozwijania zainteresowań literaturą: <ul style="list-style-type: none"> <li>- czytanie książek, wierszy, baśni i opowiadań</li> </ul> </li> <li>19. Słuchanie oraz analiza krótkich opowiadań oraz bajek</li> <li>20. Biografia – Maria Konopnicka</li> <li>21. Mój ulubiony bohater książkowy – dyskusja</li> <li>22. Rozwijanie zainteresowań prasą poprzez: <ul style="list-style-type: none"> <li>- przeglądanie, czytanie i słuchanie prasy, lokalnej prasy, oglądanie zdjęć w czasopiśmie</li> </ul> </li> </ol>	
4.	Zajęcia świetlicowe	52	Instruktor Terapii Zajęciowej :	Pracownia zajęć świetlicowych	styczeń – grudzień 2015 ok. 10 godzin tygodniowo	Zajęcia świetlicowe prowadzone są w grupach uczestników o różnym potencjale, a każdy uczestnik realizuje - indywidualny cel dostosowany do swoich możliwości psycho - fizycznych. Instruktor zwraca szczególną uwagę na dwa obszary: motywacja i zaangażowanie na zajęciach oraz

			Katarzyna Kwiatosińska		<p>umiejętności wykonawcze (samodzielność). Uczestnicy podczas zajęć w sposób indywidualny nabywają, podtrzymują lub utrwalają umiejętności wynikające z poniższego planu. Propozycje tematyczne są elastyczne - składają się z zadań łatwiejszych (np: układanie chwiejącej wieży, puzzle składające się z kilku, dużych elementów) i trudniejszych (np: gra w rummikub, warcaby), a które mogą być wykonywane jednocześnie, dając działaniom spójność i pozwalając jednocześnie brać aktywny udział wszystkim uczestnikom.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nabywanie, podtrzymywanie oraz utrwalanie zasad BHP</li> <li>2. Doskonalenie, rozwijanie zainteresowań, uzdolnień w zakresie umiejętności gier stolikowych: rozgrywki warcabowe, szachy, memory, rummikub, chińczyka, układanie puzzli, Piotruś, historia Polski, chwiejąca się wieża itp.</li> <li>3. Doskonalenie umiejętności gry w warcaby podczas spotkań koła warcabowego:       <ul style="list-style-type: none"> <li>-rozgrywki warcabowe</li> </ul> </li> <li>4. Doskonalenie umiejętności wykorzystania posiadanej wiedzy:       <ul style="list-style-type: none"> <li>-układanie i rozwiązywanie prostych krzyżówek</li> <li>- gry dydaktyczne</li> <li>-układanki</li> <li>-kalambury</li> <li>-konkursy</li> <li>-quizy</li> <li>-zagadki</li> <li>-wykreślanki</li> <li>-gry logiczne</li> </ul> </li> <li>5. Opieka nad akwariem:       <ul style="list-style-type: none"> <li>-karmienie ryb</li> <li>-kontrola, temperatury, sprzętu</li> <li>-wymiana części wody w akwariem</li> <li>-wymiana całkowita wody</li> <li>-czyszczenie dna akwariem</li> <li>-usuwanie obumarłych części roślin</li> </ul> </li> <li>6. Prowadzenie kroniki dokumentującej wszystkie ważne wydarzenia placówki</li> <li>7. Zabawy gramatyczne- co to są części mowy i zdania?</li> <li>8. Trening mózgu, czyli ćwiczenia na dobrą pamięć</li> <li>9. Utrwalanie umiejętności korzystania z zegara oraz kalendarza</li> <li>10. Zabawa z globusem. Poznajemy i utrwalamy kontynenty świata</li> <li>11. Zabawy z alfabetem (zapisywanie liter)</li> <li>12. Ćwiczenia usprawniające technikę pisania</li> <li>13. Ćwiczenia doskonalące umiejętność czytania ze zrozumieniem</li> <li>14. Mapa Polski i województw - nabywanie, podtrzymywanie oraz utrwalanie nazw, położenia województw i najważniejszych miast</li> <li>15. Przypominanie i utrwalanie nazw dni tygodnia, miesięcy i pór roku</li> <li>16. Nabywanie, utrwalanie i podtrzymywanie umiejętności pisania i liczenia:</li> </ol>
--	--	--	------------------------	--	---

					<p>-pisanie po śladzie -liczenie w zakresie 50 bądź na liczydło 17. Zabawa na świeżym powietrzu: - gry i zabawy - quizy -ognisko -gry planszowe - wzbogacanie ekspresji twórczej (słuchanie, naśladowanie odgłosów przyrody, szum drzew, śpiew ptaków, deszcz, wiatr, itp.) - obcowanie z przyrodą poprzez obserwowanie zjawisk atmosferycznych 18. Śniadanie Wielkanocne oraz Wieczera Wigilijna w PŚDS w Czepowie: -porządki świąteczne - przygotowanie stołu 19.Kartki wielkanocne i bożonarodzeniowe: -projektowanie wzorów kartek -składanie bloków - wycinanie i naklejanie elementów na kartkach - wklejanie życzeń -wycinanie logo oraz umieszczanie na złożonych kartkach - adresowanie kopert 20. Andrzejki w PŚDS w Czepowie: -zabawy taneczne -wróżby 21.Rozmowy na temat Świąt i ważniejszych wydarzeń np. Wielkanoc, Boże Narodzenie, Dzień Babci i Dziadka, Walentynki itp. 22. Rozmowa na temat "Co to znaczy grać w duchu fair play?" 23. Aktualizacja gazetki ściennej - piszą o nas 24.Redagowanie gazetek ściennych dotyczących świąt, pór roku oraz ważniejszych wydarzeń: - gazetka informacyjna –Wielkanoc, Boże Narodzenie, Nowy Rok itp. -gazetka informacyjna – WIOSNA, LATO, JESIEŃ, ZIMA 25. VI Igrzyska Pod Dachem: - rummikub - chińczyk - karty Piotruś 26. Fotografia w plenerze podczas wycieczki rekreacyjnej(nauka dostrzegania piękna otaczającej nas przyrody) 27.Dbanie o czystość i porządek w pracowni, opieka nad kwiatami, dekoracją, sprzętem w świetlicy</p>
5.	Terapia manualna	52	Starszy terapeuta: Agnieszka Jaskuła	Pracownia terapii manualnej	<p>styczeń – grudzień 2015 ok. 20 godzin tygodniowo</p> <p>Terapia manualna prowadzona jest w grupach uczestników o różnym potencjale, a każdy uczestnik realizuje - indywidualny cel dostosowany do swoich możliwości psycho - fizycznych. Terapeuta zwraca szczególną uwagę na dwa obszary: motywacja i zaangażowanie na zajęciach oraz umiejętności wykonawcze (samodzielność). Uczestnicy podczas zajęć w sposób indywidualny nabywają, podtrzymują lub utrwalają umiejętności</p>

					<p>wynikające z poniższego planu. Propozycje tematyczne są elastyczne - składają się z zadań łatwiejszych (np: rysowanie, wydzieranki) i trudniejszych (np: malowanie na szkłe, klejenie przy pomocy pistoletu), a które mogą być wykonywane jednocześnie, dając działaniom spójność i pozwalając jednocześnie brać aktywny udział wszystkim uczestnikom.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nabywanie, podtrzymywanie oraz utrwalanie zasad BHP</li> <li>2. Rozpoznawanie i nazewnictwo sprzętu</li> <li>3. Posługiwanie się narzędziami i przyborami znajdującymi się w pracowni</li> <li>4. Poznawanie podstawowych technik krawieckich: <ul style="list-style-type: none"> <li>- nawlekanie nitki na igłę, robienie петельki</li> <li>-łączenie tkanin ścięciem za igłą i na okrętke</li> <li>-wykonywanie prostych ściągów ozdobnych</li> </ul> </li> <li>5. Posługiwanie się maszyną do szycia- wykonywanie prostych czynności w zakresie jej obsługi</li> <li>6. Szycie fartuszków (przypomnienie podstawowych ściągów krawieckich, wybór tkaniny, odrysowywanie wzoru, zszywanie i wypychanie)</li> <li>7. Naprawa odzieży uczestników</li> <li>8. Obrazy na sklejce drewnianej wykonane przy użyciu wypalarki do drewna: <ul style="list-style-type: none"> <li>-przypomnienie zasad BHP przy użyciu urządzeń elektrycznych</li> <li>-tworzenie szkicu na sklejce według własnego pomysłu</li> <li>-wypalanie naszkicowanego motywu</li> </ul> </li> <li>9. Wykonywanie obrazów na teksturze z wykorzystaniem odpadów drewnianych - trociny, wióry, patyki</li> <li>10. Wykonywanie obrazów przy użyciu tłustych kredek pastelowych</li> <li>11. Wykonanie obrazów na drewnie, sklejce przy użyciu farb akrylowych: <ul style="list-style-type: none"> <li>-przenoszenie wzoru na deskę</li> <li>-lakierowanie obrazów(dobieranie przyrządów do nakładania bejc i lakierów, zapoznanie się ze sposobem ich nakładania)</li> </ul> </li> <li>12. Malowanie ilustracji do wcześniej przeczytanego tekstu lub wysłuchanej muzyki</li> <li>13. Malowanie farbami pastelowymi, plakatowymi, olejnymi, akrylowymi itp.</li> <li>14. Dekoracja przedmiotów szklanych np. butelek, mis, talerzy</li> <li>15. Decupage- ozdabianie doniczek butelek i lampionów</li> <li>16. Kule z gałęzi brzozy: <ul style="list-style-type: none"> <li>-cięcie i profilowanie gałęzi</li> <li>-składanie kuli</li> <li>-skręcanie drutem</li> </ul> </li> <li>17. Dekorowanie modeli styropianowych</li> <li>18. Wykonywanie drzewek z bibuły</li> <li>19. Praca z masami plastycznymi: <ul style="list-style-type: none"> <li>-poznawanie form pracy w glinie i modelinie</li> <li>-wykonywanie przedmiotów z kulek ,wałeczków, brył</li> <li>-wykorzystanie wykonanych przedmiotów w życiu codziennym</li> </ul> </li> <li>20. Papierowa wiklina- wykonywanie pojemników na przybory</li> <li>21. Rozwijanie wiedzy ekologicznej przez wykorzystywanie w pracy odpadów i</li> </ol>
--	--	--	--	--	---

					<p>racjonalne wykorzystywanie materiałów:  - wykonanie przedmiotów użytkowych z materiałów ekologicznych -słoma, siano, odpady papierowe)</p> <p>22. Kwiaty z drewna osikowego:  -drewno osikowe(rozmowa na temat: pozyskiwanie płatków, barwienie, zastosowanie)  -zapoznanie się z technikami formowania płatków z drewna  -wykonanie kwiatów  -barwienie kwiatów i konserwacja</p> <p>23. Papieroplastyka:  - kwiaty origami  -składanie zwierząt oraz kwiatów z papieru  -tworzenie kompozycji z kwiatów w koszach i wazonach</p> <p>24.Szydełkowanie:  -poznananie przyborów do szydełkowania i sposobów posługiwania się nimi  -wykonanie przepaski do włosów</p> <p>25.Bukiety z roślin polnych (zbieranie roślin, poznananie ich nazw oraz układanie barwnych kompozycji).</p> <p>26. Masa solna:  -poznanie składników,  - nauka wykonania masy,  -lepienie aniołków z masy</p> <p>27.Wykonywanie figurek z gipsu:  -dobór odpowiednich przyborów  -wykonanie masy gipsowej  -uzupełnianie form masą gipsową  -ozdabianie figurek farbami akrylowymi i brokatem</p> <p>28.Wykonanie płaskorzeźby w kamieniu wapiennym</p> <p>29. Dekoracja ośrodka - rozwieszanie obrazów</p> <p>30.Wykonanie wieńca dożynkowego:  -zbieranie różnych gatunków zbóż  -dobór i odmierzanie materiału  -docinanie  -zbijanie, skręcanie, sklejanie, naklejanie</p> <p>31. VI Jarmark Wilamowski – wystawa prac(wykonanie obrazów, rysunków, przedmiotów użytkowych i dekoracyjnych)</p> <p>32.Udział w Festiwalu „Królestwo Lili” w Uniejowie – wystawa prac(wykonanie prac plastycznych o tematyce dowolnej z wykorzystaniem różnych technik i materiałów).</p> <p>33. Śniadanie Wielkanocne i Wieczera Wigilijna w PŚDS w Czepowie:  - dekoracja sali oraz stołów</p> <p>34. Ozdoby choinkowe:  -przygotowanie materiału tematycznego i segregacja ozdób z ubiegłych lat;  - rekonstrukcja łańcuchów, girland, bombek(przyklejanie elementów ozdobnych, ozdabianie brokatem)  - ubieranie choinki w PŚDS w Czepowie oraz dekoracja ośrodka</p>
--	--	--	--	--	---



					<p>- Mikołajki w Uniejowie 35. Stroiki wielkanocne i bożonarodzeniowe- wykonanie 36. Porządkowanie pracowni i dbanie o rośliny doniczkowe</p>
6.	Muzykoterapia	51	Starszy terapeuta: Mirosław Madajski	Pracownia muzykoterapii	<p>styczeń – grudzień 2015 ok. 25 godzin tygodniowo</p> <p>Muzykoterapia prowadzona jest w grupach uczestników o różnym potencjale, a każdy uczestnik realizuje - indywidualny cel dostosowany do swoich możliwości psycho - fizycznych. Terapeuta zwraca szczególną uwagę na dwa obszary: motywacja i zaangażowanie na zajęciach oraz umiejętności wykonawcze (samodzielność). Uczestnicy podczas zajęć w sposób indywidualny nabywają, podtrzymują lub utrwalają umiejętności wynikające z poniższego planu. Propozycje tematyczne są elastyczne - składają się z zadań łatwiejszych (np: tworzenie akompaniamentu perkusyjnego, naśladownictwo) i trudniejszych (np: śpiew piosenki na pamięć, śpiew w dwugłosie), a które mogą być wykonywane jednocześnie, dając działaniom spójność i pozwalając jednocześnie brać aktywny udział wszystkim uczestnikom.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rytmizowanie tekstów – przysłowia i powiedzenia.</li> <li>2. Śpiew piosenek z wykorzystaniem akompaniamentów granych na prostych instrumentach perkusyjnych.</li> <li>3. Podstawy gry na instrumentach strunowych - gitara.</li> <li>4. Nauka podstawowych chwytów gitarowych.</li> <li>5. Odgadywanie tytułów znanych przebojów. Wybór przeboju lata.</li> <li>6. Pobudzanie i rozwijanie wyobraźni – wykonywanie ilustracji plastycznych do wysłuchanego utworu instrumentalnego.</li> <li>7. Tworzenia prostych akompaniamentów do znanych piosenek.</li> <li>8. Przygotowanie do Festiwalu: - Integracja – Sędziejowice</li> <li>9. Poznawanie dźwięków – wysokość i długość trwania.</li> <li>10. Nauka nazewnictwa i wyglądu instrumentów – klasyfikacja.</li> <li>11. Śpiew piosenek i recytacja rytmiczna tekstów.</li> <li>12. Zabawy rytmiczno-ruchowe.</li> <li>13. Kącik recytatorski – ćwiczenia dykcyjne oraz ćwiczenia pamięci na podstawie krótkich tekstów wierszowanych.</li> <li>14. Śpiew piosenek z podziałem na role.</li> <li>15. Mała improwizacja – tworzenie prostych melodii do wybranych tekstów z gazet.</li> <li>16. Kształtowanie poczucia rytmu poprzez klaskanie, wystukiwanie i granie na instrumentach perkusyjnych.</li> <li>17. Świat muzyki – kształtowanie upodobań i gustów muzycznych (słuchanie różnych artystów).</li> <li>18. Granie prostych – znanych melodii na keyboardzie</li> <li>19. Zabawy, tańce oraz zagadki słowno-muzyczne.</li> <li>20. Usprawnianie pamięci poprzez naukę tekstów piosenek „ze sluchu”.</li> <li>21. Słuchanie i śpiew piosenek; próby nucenia samych melodii bez tekstów.</li> </ol>

						<p>22. Relaksacja z wizualizacją – ćwiczenia wyobraźni wprawiające w pogodny nastrój.</p> <p>23. Zabawy taneczno-integracyjne (taniec w parach).</p> <p>24. Obserwacja zmian zachodzących w przyrodzie – ilustrowanie ich dźwiękami na prostych instrumentach.</p> <p>25. Nauka podstawowych kroków tańców standardowych i latynoamerykańskich.</p> <p>26. Tańce integracyjne wg Planzy – kształtowanie świadomości ruchów własnego ciała.</p> <p>27. Przygotowanie do Festiwalu: - „Miłosierne Nutki” – Świnice Warckie - „Festiwal Piosenki Wakacyjnej” - Łęczycza</p> <p>28. Przygotowanie repertuaru na festiwalu: - „Przez Dziurkę Od Klucza” – Aleksandrów Łódzki - „Festiwal Sztuk Wszelakich” – Łódź - „Albertiana” – eliminacje do Festiwalu w Krakowie - „Święta u Dobrych Aniołów” - Tomaszów Mazowiecki</p> <p>29. Rozpoznawanie instrumentów na podstawie brzmienia.</p> <p>30. Ekspresja ruchowa – swobodne wyrażanie ruchem za pomocą gestów ilustrujących teksty piosenek</p> <p>31. ZIMA w poezji i muzyce – słuchanie muzyki klasycznej np. „Cztery pory roku” Vivaldiego.</p> <p>32. Śpiew kolęd polskich i pastorałek.</p> <p>33. Tworzymy własną orkiestrę wigilijną.</p> <p>34. Śpiew piosenek z taktowaniem w metrum na „na 3” i na „na 4”.</p> <p>35. Praca na sprzęcie estradowym</p>
--	--	--	--	--	--	--

## VII. TERAPIA RUCHOWA

### Cele szczegółowe:

- Aktywny ruch jako sposób na poprawę trybu życia – inspirowanie do aktywnego wypoczynku,
- Utrwalanie współpracy poprzez gry i zabawy zespołowe,
- Przywracanie prawidłowego zakresu ruchów, łagodzenie bólu i dolegliwości, poprawa samopoczucia,
- Wszechstronna stymulacja rozwoju ruchowego, poprawa kondycji i sprawności,
- Podtrzymywanie oraz utrwalanie systematycznych nawyków motorycznych - gimnastyka kompensacyjna,
- Przeciwdziałanie akinezji
- Utrwalanie odpowiedzialności za bezpieczeństwo swoje oraz osób współwiczających poprzez gry i zabawy zespołowe,
- Kształtowanie właściwej postawy kibica oraz zawodnika
- Nabywanie dodatkowych informacji dotyczących sportu – rozwój zainteresowań (zasady, dyscypliny, konkurencje, słynni sportowcy)
- Inicjowanie, organizacja imprez integracyjno - sportowych
- Poprawianie rekordów życiowych.

TERAPIA RUCHOWA – FORMY PRACY – tabela 7

Lp	Forma pracy	Liczba uczestników treningu/zajęć	Osoba odpowiedzialna	Sala zajęć	Termin realizacji	Informacja o sposobie realizacji zajęć
1.	Zajęcia sportowe, rekreacja	42	Terapeuta: Marta Tomaszak	Pracownia terapii ruchem, świetlica sportowa, boisko sportowe, park	styczeń – grudzień 2015 ok. 10 godzin tygodniowo	<p>Zajęcia sportowe prowadzone są w grupach uczestników o różnym potencjale. Każdy uczestnik realizuje indywidualny cel dostosowany do swoich możliwości psycho - fizycznych. Terapeuta zwraca szczególną uwagę na dwa obszary: motywacja i zaangażowanie na zajęciach oraz umiejętności wykonawcze (samodzielność). Uczestnicy podczas zajęć w sposób indywidualny nabywają, podtrzymują lub utrwalają umiejętności wynikające z poniższego planu. Propozycje tematyczne są elastyczne - składają się z zadań łatwiejszych (np: zabawa z piłkami, kibicowanie) i trudniejszych (np: fragmenty gry w piłkę nożną), które są wykonywane jednocześnie. Taki sposób realizacji zajęć pozwala brać jednoczesny i aktywny udział wszystkim uczestnikom z grupy. Atutem takiego rozwiązania jest wzajemne wsparcie uczestników i pomoc osobom o niższym potencjale. Utrwalanie treningów z poprzednich okresów mają na celu zachowanie odpowiedniego poziomu sprawności, przygotowanie uczestników do startów w zawodach sportowych, a jeśli tylko jest to możliwe do osiągnięcia lepszych rezultatów (poprawianie rekordów życiowych).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozwijanie ogólnej sprawności fizycznej poprzez gimnastykę kompensacyjną</li> <li>2. Przypomnienie zasad bezpieczeństwa oraz przestrzegania zasad fair play podczas zajęć i gier zespołowych</li> <li>3. VI Igrzyska Pod Dachem <ul style="list-style-type: none"> <li>-tenis stołowy</li> <li>-piłkarzyki</li> <li>-rzutki</li> </ul> </li> <li>4. Treningi sportowe przygotowujące do udziału w zawodach lekkoatletycznych: <ul style="list-style-type: none"> <li>- zabawy bieżne, biegi krótkie kształtujące szybkość</li> <li>- zabawy skoczne, skoki w dal kształtujące skoczność</li> <li>- zabawy i ćwiczenia rzutne</li> <li>- ćwiczenia z pałeczką sztafetową( prawidłowe trzymanie, przekazywanie pałeczki w miejscu, marszu, truchcie i w pełnym biegu)</li> </ul> </li> <li>5. Treningi sportowe przygotowujące do udziału w turnieju piłki nożnej: <ul style="list-style-type: none"> <li>-prowadzenie piłki prawą i lewą nogą</li> <li>-podania i przyjęcia piłki</li> <li>-strzały na bramkę</li> <li>-gra w piłkę nożną</li> </ul> </li> <li>6. Trening lekkoatletyczne przygotowujące do biegów przełajowych:</li> </ol>

					<ul style="list-style-type: none"> <li>- marszobiegi i biegi terenowe</li> <li>- biegi długie kształtujące wytrzymałość</li> <li>7. Prezentowanie siebie na zawodach i imprezach sportowych w roli zawodnika oraz kibica: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Regionalny Mityng Olimpiad Specjalnych w Tenisa Stołowego</li> <li>-XVI Regionalny Turniej Olimpiad Specjalnych w Piłkę Nożną</li> <li>-Udział w X Wojewódzkiej Olimpiadzie Osób Niepełnosprawnych Intelktualnie „ZIEMIA ŁÓDZKA 2015” w Łasku</li> <li>- VI Otwarta Powiatowa Spartakiada Dla Osób Niepełnosprawnych w PŚDS w Czepowie</li> <li>- Regionalny Mityng w Biegach Przełajowych</li> <li>- Regionalny Mityng Olimpiad Specjalnych w lekkiej atletyce</li> <li>- Bieg do Gorących Źródeł i inne biegi uliczne</li> </ul> </li> <li>8. Aktywność na świeżym powietrzu: <ul style="list-style-type: none"> <li>- spacery</li> <li>-gry i zabawy</li> <li>- badminton</li> <li>-wycieczki piesze</li> <li>-wycieczki rowerowe</li> </ul> </li> <li>9.Nordic Walking: <ul style="list-style-type: none"> <li>-nauczanie, podtrzymywanie i utrwalanie chodzenia metodą nordic walking po parku i okolicy(dostosowanie długości kija do osoby ćwiczącej, postawa, kroki, ruchy rąk)</li> </ul> </li> <li>10. Ćwiczenia kształtujące koordynację ruchową - Aerobik <ul style="list-style-type: none"> <li>-tworzenie układów choreograficznych o różnym poziomie trudności</li> <li>-ćwiczenia przy muzyce</li> <li>-ćwiczenia z użyciem hantli</li> <li>-ćwiczenia z użyciem gumy fitness</li> </ul> </li> <li>11.Ćwiczenia rozwijające cechy motoryczne:</li> <li>12.Cwiczenia na siłowni wzmacniające mięśnie całego ciała z użyciem, atlasu, bieżni oraz rowerów treningowych,</li> <li>13.Sporty zimowe: <ul style="list-style-type: none"> <li>- kibicujemy polskim sportowcom poprzez oglądanie relacji w TV (konkurs w skokach narciarskich, biegi narciarskie);</li> <li>- zabawy na śniegu;</li> <li>- spacery</li> </ul> </li> <li>14.Rzutki: <ul style="list-style-type: none"> <li>-zapoznanie z zasadami bezpieczeństwa</li> <li>-punktowanie tarczy, zasady liczenia, zasady gry</li> <li>-postawa przy rzucie lotką</li> <li>- prawidłowe trzymania lotki</li> <li>-prawidłowa technika rzutu lotką</li> <li>-wewnątrz-ośrodkowa rywalizacja w rzutach lotką do tarczy</li> </ul> </li> <li>15.Ćwiczenia na siłowni z użyciem piłek lekarskich: <ul style="list-style-type: none"> <li>- chwyt</li> <li>-podania</li> <li>-rzuty</li> </ul> </li> </ul>
--	--	--	--	--	---

					<ul style="list-style-type: none"> <li>-zonglerk</li> <li>- ćwiczenia wzmacniające mięśnie brzucha, rąk, nóg</li> <li>16. Współdziałanie i współpraca w zespole poprzez treningi gier zespołowych: <ul style="list-style-type: none"> <li>- treningi piłki nożnej</li> <li>- treningi piłki siatkowej</li> </ul> </li> <li>17. Treningi sportowe w tenisa stołowego: <ul style="list-style-type: none"> <li>-ćwiczenia techniczne (utrwalanie): postawa tenisisty, wprowadzenie piłeczki do gry- serwis, odbicia piłeczki forhendem i bekhendem,</li> <li>-ćwiczenia koordynacyjne</li> <li>-utrwalanie przepisów gry i zasad sędziowania</li> <li>-ćwiczenia taktyczne</li> <li>-sędziowanie</li> <li>-rozgrywki wewnątrz – ośrodkowe</li> <li>-ćwiczenia doskonalące</li> </ul> </li> <li>18. Unihokej (nabywanie, podtrzymywanie i utrwalanie): <ul style="list-style-type: none"> <li>-ćwiczenia oswajające z kijem i piłeczka</li> <li>-poruszanie się po boisku z prowadzeniem piłki</li> <li>-strzały na bramkę</li> <li>-rozgrywki wewnątrz ośrodkowe w unihokeja</li> </ul> </li> <li>19. Bakaraki- rozgrywki wewnątrz ośrodkowe</li> <li>20. Mecz integracyjny w piłkę siatkową i piłkę nożną: uczestnicy-terapeuci</li> </ul>
2.	Zajęcia usprawniające w zakresie motoryki i lokomocji,	10	Terapeuta: Marta Tomaszak	Pracownia terapii ruchem, świetlica sportowa, boisko sportowe, park	<p>styczeń – grudzień 2015 ok. 10 godzin tygodniowo</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Chodzenie po schodach z pomocą terapeuty</li> <li>2. Chodzenie po schodach bez pomocy terapeuty</li> <li>3. Ćwiczenia w zakresie techniki jazdy na wózku, wsiadanie, przesiadanie się;</li> <li>4. Ćwiczenia w zakresie wsiadania i wysiadania z busa podczas dowozów i odwozów</li> <li>5. Ćwiczenia usprawniające zapinanie i odpinanie pasów bezpieczeństwa w busie</li> <li>6. Ćwiczenia usprawniające orientację w terenie</li> <li>7. Ćwiczenia usprawniające chodzenie po nierównej płaszczyźnie</li> <li>8. Ćwiczenia usprawniające otwieranie i zamykanie drzwi</li> <li>9. Usprawnianie motoryki małej z użyciem stołu do ćwiczeń manualnych, piłeczek języków, woreczków</li> <li>10. Ćwiczenia w UGUL-u, w celu usprawnienia</li> </ol>
3.	Fizykoterapia	30	Terapeuta: Marta Tomaszak	Pracownia fizykoterapii	<p>styczeń – grudzień 2015 ok. 6 godzin tygodniowo</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozwijanie ogólnej sprawności fizycznej poprzez gimnastykę kompensacyjną</li> <li>2. Zabiegi rehabilitacyjne wg zaleceń lekarzy w celu usprawniania i przywracania naruszonych sprawności organizmu: <ul style="list-style-type: none"> <li>-Kinezyterapia: gimnastyka lecznicza, leczenie ruchem</li> <li>-Elektroterapia: jonoforeza, elektrostymulacja</li> <li>-Magnetoterapia</li> <li>-Fonoterapia: ultradźwięki, jonoforeza</li> <li>-Światłoterapia: sollux, bioptron</li> <li>-Laseroterapia</li> <li>-Krioterapia</li> <li>-Ciepłolecznictwo</li> </ul> </li> </ol>

						-Hydroterapia -Masaże -Inhalacje 3.Dbanie o czystość i porządek, przegląd oraz renowacja sprzętu rehabilitacyjnego znajdującego się w pracowni; 4.Opieka medyczna podczas imprez sportowych 5.Gazetki informacyjne o tematyce sportowej
--	--	--	--	--	--	--

### VIII. INNE FORMY POSTĘPOWANIA PRZYGOTOWUJĄCE DO UCZESTNICTWA W WARSZTATACH TERAPII ZAJĘCIOWEJ LUB PODJĘCIA ZATRUDNIENIA, W TYM W WARUNKACH PRACY CHRONIONEJ NA PRZYSTOSOWANYM RYNKU PRACY

#### Cele szczegółowe:

- Nabywanie, podtrzymywanie oraz utrwalanie zainteresowań, zdolności i umiejętności, przygotowujących do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej,
- Kształtowanie nawyków celowej aktywności,
- Kształtowanie motywacji i umiejętności poszukiwania pracy dorywczej, sezonowej, na stanowiskach pracy chronionej i otwartym rynku pracy
- Utrwalanie nawyków pracy (punktualność, systematyczność, rzetelność, współpraca w zespole, samodzielność, dbałość o jakość),
- Kształtowanie umiejętności współpracy w grupie oraz odpowiedzialności za swoje wykonanie (estetyka wykonania, zachowanie kolejności działań, koncentracja na celu, zakończenie działania)
- Kształtowanie zaradności, samodzielności, niezależności oraz konsekwencji działań w życiu.

#### INNE FORMY POSTĘPOWANIA PRZYGOTOWUJĄCE DO UCZESTNICTWA W WARSZTATACH TERAPII ZAJĘCIOWEJ LUB PODJĘCIA ZATRUDNIENIA, W TYM W WARUNKACH PRACY CHRONIONEJ NA PRZYSTOSOWANYM RYNKU PRACY – tabela 8

<i>Lp</i>	<i>Forma pracy</i>	<i>Liczba uczestników w treningu/zajęć</i>	<i>Osoba odpowiedzialna</i>	<i>Sala zajęć</i>	<i>Termin realizacji</i>	<i>Informacja o sposobie realizacji zajęć</i>
1.	Ergoterapia	30	Pracownik socjalny, terapeuta: Jolanta Pietrzak	Pracownia stolarsko – techniczna, budynek PŚDS wraz	styczeń – grudzień 2015 ok. 10 godzin	- Zapoznanie się z przepisami BHP - Dokarmianie zwierząt - Zawieszanie karmników - Umieszczanie paśników na terenie parku - Gromadzenie ziaren zbóż w celu zimowego dokarmiania zwierząt w parku - Porządkowanie wokół placówki

				otoczeniem parkowym	tygodniowo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Poznajemy narzędzia niezbędne do wykonania drobnych napraw( młotek, piłka ręczna do drewna, itp.)</li> <li>- Drobne naprawy w ośrodku</li> <li>- Wykonywanie prac przy pomocy piły ręcznej do drewna</li> <li>- Jasełka w Szkole Podstawowej w Wilamowie</li> <li>- Pogadanka nt. „Bezpieczne ogrzewanie i dogrzewanie pomieszczeń w sezonie zimowym i wakacyjnym”</li> <li>- Akcja „Pomagamy Innym”- pomoc uczestnikom w naprawie urządzeń, sprzętów codziennego użytku</li> <li>- Nabywanie umiejętności współpracy w grupie</li> <li>- Pomoc w organizacji imprez kulturalnych na rzecz placówki np. zabawa karnawałowa, VII Jarmark Wilamowski, Dzień Godności Osób Niepełnosprawnych, Otwarta Powiatowa Spartakiada Osób Niepełnosprawnych, Mikołajki, Kolacja Wigilijna</li> <li>- Przestrzeganie przepisów i zasad BHP</li> <li>- Pielęgnacja rabat wokół ośrodka</li> <li>- Organizowanie pikników i wyjazdów w teren</li> <li>- Przygotowanie ogniska</li> <li>- Nad wodą w Brzozówce/Wytwórnia ciszy/Wilamów – wycieczka rekreacyjna</li> <li>- Przygotowanie rowerów i niezbędnych akcesoriów do wycieczki rowerowej</li> <li>- Doskonalenie umiejętności współpracy w grupie</li> <li>- Organizacja wycieczki jednodniowej lub trzydniowej we współpracy z Samorządem Uczestników</li> <li>- Przygotowywanie ogniska</li> <li>- Sprzątanie Świata</li> <li>- Przegląd tabliczek z nazwami drzew znajdujących się na terenie parku</li> <li>- Pielęgnacja roślin doniczkowych w ośrodku</li> <li>- Sadzenie roślin do gruntu na rabaty</li> <li>- Pikowanie roślin do doniczek</li> <li>- Renowacja ławek przy boisku do piłki nożnej</li> <li>- Porządkowanie terenu boiska do piłki nożnej (likwidacja kretowin)</li> <li>- Pomoc w składowaniu opału na rzecz placówki</li> <li>- Rozwijanie umiejętności współpracy w grupie</li> <li>- Dokarmianie zwierząt</li> <li>- Drobne naprawy w ośrodku</li> <li>- Pomoc w organizowaniu upominków związanych z Mikołajkami.</li> <li>- Pomoc w składowaniu opału na rzecz placówki</li> <li>- Pomoc w przystrojeniu placówki na okazję Świąt Bożego Narodzenia</li> </ul>
2.	Pogadanka tematyczna związana z rynkiem pracy	50	Pracownik socjalny, terapeuta: Jolanta Pietrzak we współpracy z	Sala ogólna (muzykotera pii)	Pogadanka – 4 godziny, 2015	Pogadanka organizowana we współpracy z Powiatowym Urzędem Pracy w Poddębicach, której głównym celem jest: kształtowanie motywacji i umiejętności poszukiwania pracy dorywczej, sezonowej, na stanowiskach pracy chronionej i otwartym rynku pracy

				<i>Powiatowym Urzędem Pracy w Poddębicach</i>			
4.	Rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień	Sport	5	<i>Terapeuta: Marta Tomaszak</i>	Pracownia terapii ruchem, świetlica sportowa, boisko sportowe, park	<i>styczeń – grudzień 2015</i> ok. 5 godzin tygodniowo	Realizacja planu terapii ruchowej, doskonalenie umiejętności, udział w treningach sportowych, zawodach, mitingach w konkurencjach lekkoatletycznych, tenis stołowy, piłka nożna, siatkówka, przynależność do Olimpiad Specjalnych POLSKA – Łódzkie.
		Muzyka	5	<i>Starszy Terapeuta: Mirosław Madajski</i>	Pracownia muzykoterap ii	<i>styczeń – grudzień 2015</i> ok. 3 godzin tygodniowo	Realizacja planu muzykoterapii, doskonalenie umiejętności, udział w próbach wokaln – instrumentalnych Zespołu Pozytywka, udział w Festiwalach i Przeglądach, doradztwo merytoryczne, współpraca z placówkami kulturalno – oświatowymi.
		Kulinaria	6	<i>Instruktor Terapii zajęciowej: Krystyna Musiała</i>	Pracownia kulinarna, jadalnia, magazynek	<i>styczeń – grudzień 2015</i> ok. 2 godzin tygodniowo	Precyzyjna realizacja planu treningu kulinarnego, doskonalenie umiejętności poprzez praktykę, quizy i konkursy, estetykę wykonawczą, korzystanie z książek kulinarnych, motywowanie do poszukiwań nowych przepisów kulinarnych (internet, książka).
		Plastyka	5	<i>Starszy Terapeuta: Agnieszka Jaskuła</i>	Pracownia Terapii manualnej Pracownia stolarsko - techniczna	<i>styczeń – grudzień 2015</i> ok. 3 godzin tygodniowo	Realizacja własnych koncepcji plastycznych, poznanie nowych technik, praca nad estetyką, wzmacnianie umiejętności kreatywnego działania i cierpliwości.
		Gry stolikowe	5	<i>Instruktor Terapii Zajęciowej: Katarzyna Kwiatosińska</i>	Pracownia zajęć świetlicowy ch	<i>styczeń – grudzień 2015</i> ok. 2 godzin tygodniowo	Realizacja planu zajęć świetlicowych, doskonalenie umiejętności w zakresie gier stolikowych, szczególnie: warcaby, szachy, samodzielność
		Informatyka	3	<i>Terapeuta: Iwona Nowak</i>	Pracownia komputerow a i urzędzeń biurowych	<i>styczeń – grudzień 2015</i> ok. 5 godzin tygodniowo	Realizacja planu treningu komputerowego, doskonalenie umiejętności obsługi komputera i urządzeń biurowych, korzystanie z internetu, nabycie umiejętności pisania CV, wyszukiwania ofert pracy, samodzielność



## IX. POMOC W DOSTĘPIE DO NIEZBĘDNYCH ŚWIADCZEŃ ZDROWOTNYCH

### Cele szczegółowe:

- Nabywanie, podtrzymywanie oraz utrwalanie nawyków i umiejętności dbania o własne zdrowie,
- Utrwalanie umiejętności do samodzielnego korzystania z pomocy lekarskiej itp.
- Praca w kierunku poprawnego korzystania z terapii farmakologicznej zarówno dla uczestników jaki ich rodzin
- Wsparcie w sytuacjach korzystania ze specjalistycznej pomocy psychiatrycznej zgodnie z zapisami ustawy o ochronie zdrowia psychicznego
- Kształtowanie postawy prozdrowotnej poprzez pogadanki tematycznie związane ze zdrowym trybem życia,
- Kształtowanie poznawcze w obszarach związanych z różnymi dziedzinami życia – higiena, stosunek do nałogów, zdrowe odżywianie, rekreacja itp.,
- Kształtowanie świadomości seksualnej,
- Korzystanie ze świadczeń medycznych zapewnianych przez NFZ w miejscu zamieszkania
- "Jak dbać o własne zdrowie" - profilaktyka zdrowotna - pogadanki

POMOC W DOSTĘPIE DO NIEZBĘDNYCH ŚWIADCZEŃ ZDROWOTNYCH – FORMY PRACY – tabela 6

Lp.	Forma pracy	Liczba uczestników treningu/zajęć	Osoba Odpowiedzialna	Sala zajęć	Termin realizacji	Informacja o sposobie realizacji zajęć
1	Trening farmakologiczny	15	Pielęgniarka, instruktor terapii zajęciowej: Krystyna Musiała	Gabinet pielęgniarki, jadalnia	styczeń – grudzień 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wyrobienie nawyków systematycznego przyjmowania leków zaleconych przez lekarza,</li> <li>- zasady samodzielnego przyjmowania leków oraz ocena skutków działania,</li> <li>- nauka samodzielnego ocenienia własnej reakcji na leki,</li> <li>- rozpoznawanie skutków ubocznych przyjmowanych leków i radzenie sobie z niektórymi z nich we własnym zakresie,</li> <li>- zapoznanie się ze skutkami ubocznymi przedawkowania leków,</li> <li>- wyrobienie skutecznych sposobów pozyskiwania pomocy w razie problemów związanych z farmakoterapią,</li> <li>- rozmowa nt. znaczenia przyjmowania leków psychotropowych,</li> <li>- rozmowa nt. reguł dotyczących przyjmowania leków,</li> <li>- rozmowa nt. co to jest leczenie podtrzymujące?</li> <li>- gazetka nt. ziołolecznictwa - medycyna naturalna,</li> <li>- uzupełnianie apteczki oraz zapoznanie podopiecznych z podstawowymi środkami pierwszej pomocy,</li> <li>- sprawowanie nadzoru nad prawidłowym przechowywaniem leków, środków dezynfekcyjnych,</li> </ul>
2	Profilaktyka zdrowotna	52	Pielęgniarka, instruktor terapii zajęciowej: Krystyna	Gabinet pielęgniarki; jadalnia	styczeń – grudzień 2015 ok. 3 godzin tygodniowo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozmowa nt profilaktycznych badań lekarskich,</li> <li>- rozmowa nt zagrożeń wynikających z uzależnień,</li> <li>- rozmowa nt konsultacji stomatologicznej oraz o częstotści mycia zębów w ciągu dnia,</li> <li>- rozmowa nt zapobiegania chorobom skórny,</li> <li>- rozmowa nt szczepień profilaktycznych,</li> </ul>

			Musiąta			<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozmowa nt środków antykoncepcyjnych,</li> <li>- rozmowa nt menopauzy i andropauzy,</li> <li>- rozmowa nt zapobiegania nowotworom szyjki macicy,</li> <li>- rozmowa nt zapobiegania osteoporozie i wadą kręgosłupa,</li> <li>- rozmowa na temat ziołowych metod radzenia sobie ze wzdęciami, zgagą, niestrawnością, zaparciami, biegunką, zapalenia pęcherza, bezsennością</li> <li>- kalambury o tematyce zdrowotnej,</li> <li>- quizy i konkursy o tematyce zdrowotnej,</li> <li>- pomiar masy ciała- zapoznanie z rodzajami wag ,</li> <li>- nauka obsługi ciśnieniomierza (pomiar ciśnienia, odczyt wyników),</li> <li>- przypomnienie o okresowych badaniach laboratoryjnych, analiza wyników,</li> <li>- przypomnienie o prawidłowym i regularnym przyjmowaniu leków,</li> <li>- przypomnienie o regularnym badaniu piersi,</li> <li>- kontakt z uczestnikami przebywającymi w szpitalu oraz ich rodzinami,</li> <li>- pomoc w dotarciu do służby zdrowia,</li> <li>- pierwsza pomoc przedlekarska przy oparzeniach,</li> <li>- pierwsza pomoc przedlekarska przy odmrożeniach,</li> <li>- pierwsza pomoc przy zranieniach,</li> <li>- pierwsza pomoc w przypadku zachłyśnięcia</li> <li>- pierwsza pomoc przedlekarska przy ataku epilepsji,</li> <li>- procedury wzywania służb medycznych: numery alarmowe, wzywanie pomocy lekarskiej, prośenie o pomoc osób trzecich</li> </ul>
3	Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza (m.in. psychiatry, neurologa) oraz pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia	52	Pielęgniarka, instruktor terapii zajęciowej: Krystyna Musiąta	Gabinet pielęgniarki	styczeń – grudzień 2015 działanie doraźne	<ul style="list-style-type: none"> <li>- uzgadnianie terminów wizyt u lekarza rodzinnego i lekarzy specjalistów</li> <li>- przypomnianie o korzystaniu ze specjalistycznych wizyt lekarskich wg potrzeb uczestnika</li> <li>- przypomnianie o okresowych i systematycznych badaniach lekarskich</li> <li>- pomoc w organizowaniu bezpiecznego dojazdu do lekarza,</li> </ul>

## X. Wykaz osób prowadzących proponowane formy wsparcia.

ZESPÓŁ WSPIERAJĄCO - AKTYWIZUJĄCY - tabela 10

Pracownik/ imię i nazwisko	kwalfikacje	Staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi	Główne zadania	Forma zatrudnienia i wymiar czasu pracy
Kierownik Maciej Grubski	a) Wyższe magisterskie - nauczyciel wychowania fizycznego - Organizacja Pomocy Społecznej	13 lat	<b>Główne zadania:</b> - Koordynowanie pracy terapeutycznej w placówce - Koordynowanie i monitorowanie pracy zespołu wspierająco - aktywizującego, kontrola realizacji indywidualnych planów wsparcia	Umowa na czas nieokreślony Pełny etat

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fundusze Unii Europejskiej</li> <li>- Trener II klasy karate</li> </ul>		<p>oraz realizacji działań wynikających z Kalendarza na 2014 rok.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Inspirowanie do poszukiwania nowych celów i rozwiązań,</li> <li>- Opracowanie i przyjęcie kierunków pracy;</li> <li>- Dbanie o optymalne warunki pracy,</li> <li>- Dbanie o właściwy poziom usług,</li> <li>- Organizacja szkoleń i dokształcanie pracowników,</li> <li>- Pozyskiwanie funduszy pomocowych na potrzeby ponad standardowych zadań,</li> </ul>	
<p>Starszy terapeuta Miroslaw Madajski (pełnomocnik Kierownika)</p>	<p>a) Wyższe z zakresu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- arteterapii</li> <li>- organizacji pomocy społecznej</li> <li>- marketingu i zarządzania</li> </ul> <p>b) Przygotowanie pedagogiczne (szkolenie przez WODN w Koninie)</p> <p>c) Szkolenie w zakresie „Emisji głosu”</p> <p>d) Szkolenia dokształcające w zakresie pracy z osobami dysfunkcyjnymi</p>	13 lat	<p><b>Główne zadania:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Muzykoterapia</li> <li>- Zebrania społeczności (koordynacja)</li> <li>- Koordynacja działań wg Harmonogramu Planowanych Imprez Okolicznościowych na 2015 rok – integracja środowiska, turystyka, ekologia, wydarzenia sportowo – kulturalne jako formy spędzania czasu wolnego</li> <li>- Rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień w zakresie muzyki</li> </ul> <p><b>Ponadto:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów</li> <li>- Trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji</li> <li>- Trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych</li> <li>- Trening umiejętności praktycznych</li> <li>- Systematyczna współpraca z mediami w celu promowania działań uczestników oraz placówki,</li> </ul>	Umowa na czas nieokreślony Pełny etat
<p>Starszy terapeuta Agnieszka Jaskuła</p>	<p>a) Wyższe – magisterskie w zakresie pedagogiki opiekuńczo – wychowawczej</p> <p>b) Wyższe w zakresie praca socjalna i opiekuńczo – wychowawcza</p> <p>c) Technik żywienia i gospodarstwa domowego</p> <p>d) Szkolenie z zakresu pedagogiki</p> <p>e) Szkolenia dokształcające w zakresie pracy z osobami dysfunkcyjnymi</p>	7,5 roku	<p><b>Główne zadania:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Terapia manualna</li> <li>- Rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień w zakresie plastyki</li> </ul> <p><b>Ponadto:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów</li> <li>- Trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji</li> <li>- Trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych</li> <li>- Trening umiejętności praktycznych</li> </ul>	Umowa na czas nieokreślony Pełny etat
<p>Terapeuta Marta Tomaszak</p>	<p>a) Wyższe magisterskie z zakresu pedagogiki kultury fizycznej i zdrowotnej</p> <p>b) Oligofrenopedagogika</p>	4 lata	<p><b>Główne zadania:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zajęcia sportowe, rekreacja</li> <li>- Zajęcia usprawniające w zakresie motoryki i lokomocji,</li> <li>- Fizykoterapia</li> <li>- Rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień w zakresie sportu</li> </ul>	Umowa na czas określony Pełny etat

	<p>c) Instruktor rekreacji ruchowej</p> <p>d) Szkolenia dokształcające w zakresie pracy z osobami dysfunkcyjnymi</p> <p>e) Kurs Fizykoterapii</p>		<p><b>Ponadto:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów</li> <li>- Trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji</li> <li>- Trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych</li> <li>- Trening umiejętności praktycznych</li> </ul>	
<p>Pielęgniarka, Instruktor Terapii Zajęciowej: Krystyna Musiała</p>	<p>a) Studium policealne – opiekun w domu pomocy społecznej</p> <p>b) Liceum medyczne</p> <p>c) Szkolenia dokształcające w zakresie pracy z osobami dysfunkcyjnymi</p> <p>d) Kurs Instruktora Terapii Zajęciowej</p>	27 lat	<p><b>Główne zadania:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trening farmakologiczny</li> <li>- Trening kulinarny</li> <li>- Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza (m.in. psychiatry, neurologa) oraz pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia</li> <li>- Profilaktyka zdrowotna</li> </ul> <p><b>Ponadto:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów</li> <li>- Trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji</li> <li>- Trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych</li> <li>- Trening umiejętności praktycznych</li> </ul>	Umowa na czas nieokreślony Pełny etat
<p>Pracownik Socjalny, Terapeuta: Jolanta Pietrzak</p>	<p>a) Wyższe magisterskie - pedagogika społeczna w zakresie pracy opiekuńczo – socjalnej i wychowawczej.</p> <p>b) Szkoła policealna – tytuł pracownika socjalnego</p> <p>c) Wyższe w zakresie pedagogika resocjalizacyjna</p> <p>d) Technikum Ogrodnicze – tytuł – technik ogrodnictwa</p> <p>e) Szkolenia dokształcające w zakresie pracy z osobami dysfunkcyjnymi (animador pracy, asystent rodziny)</p>	9,5 roku	<p><b>Główne zadania:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi</li> <li>- Ergoterapia</li> <li>- Indywidualne i grupowe poradnictwo socjalne</li> <li>- Wsparcie oraz bezpośrednia pomoc w załatwianiu spraw urzędowych</li> <li>- Współpraca ze środowiskiem lokalnym uczestnika</li> <li>- Pogadanka tematyczna związana z rynkiem pracy</li> </ul> <p><b>Ponadto:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów</li> <li>- Trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji</li> <li>- Trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych</li> <li>- Trening umiejętności praktycznych</li> </ul>	Umowa na czas nieokreślony Pełny etat
<p>Instruktor Terapii Zajęciowej: Katarzyna Kwiatosińska</p>	<p>a) Wyższe z zakresu: - pedagogika specjalna – Oligofrenopedagogika</p> <p>b) Szkolenia dokształcające w zakresie pracy z osobami dysfunkcyjnymi</p>	2,5 roku	<p><b>Główne zadania:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zajęcia świetlicowe,</li> <li>- trening rozwijania zainteresowań literaturą, prasą, filmem, telewizją oraz radiem</li> <li>- rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień w zakresie gier stolikowych</li> </ul> <p><b>Ponadto:</b></p>	Umowa na czas określony Pełny etat

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów</li> <li>- Trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji</li> <li>- Trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych</li> <li>- Trening umiejętności praktycznych</li> </ul>	
Terapeuta: Iwona Nowak	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Wyższe – magisterskie- Pedagogika Społeczna</li> <li>b) Szkolenia dokształcające w zakresie pracy z osobami dysfunkcyjnymi</li> </ul>	4,5 roku	<p><b>Główne zadania:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- trening komputerowy</li> <li>- trening higieniczny</li> <li>- rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień w zakresie informatyki</li> </ul> <p><b>Ponadto:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów</li> <li>- Trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji</li> <li>- Trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych</li> <li>- Trening umiejętności praktycznych</li> </ul>	Umowa na czas nieokreślony Pełny etat
Psycholog: Anna Manios	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Wyższe – magisterskie: - psychologia – specjalizacja kliniczna</li> <li>b) Kurs pedagogiczny</li> <li>c) Studium Terapii Uzależnień</li> <li>d) Szkolenia w zakresie Psychoterapii Poznawczo - Behawioralnej</li> </ul>	1 rok	<p><b>Główne zadania:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grupowa oraz indywidualna terapia psychologiczna</li> </ul> <p><b>Dodatkowo – koordynacja działań związanych z:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów</li> <li>- Trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji</li> <li>- Trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych</li> </ul>	Umowa na czas określony ½ etatu

## XI. PLANOWANE SZKOLENIA WEWNĘTRZNE DLA OSÓB WCHODZĄCYCH W SKŁAD ZESPOŁU WSPIERAJĄCO – AKTYWIZUJĄCEGO

TABELA NR 11

L.P.	Temat	Osoba odpowiedzialna	Termin realizacji
1.	Trening kompetencji społecznych	Anna Manios - psycholog	Maj 2015
2.	Radzenie sobie ze stresem zawodowym	Anna Manios – psycholog	Listopad 2015

W 2015 roku planowany jest także udział w szkoleniach i konferencjach organizowanych przez Regionalne Centrum Polityki Społecznej w Łodzi.

## XII. HARMONOGRAM PLANOWANYCH IMPREZ OKOLICZNOŚCIOWYCH NA 2015 ROK

TABELA NR 12

Miesiąc	Działanie/Impreza
Styczeń	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dokarmianie zwierząt (styczeń – marzec) – <b>J. Pietrzak</b></li> <li>- Jasełka w Szkole Podstawowej w Wilamowie – <b>J. Pietrzak/M. Madajski</b></li> <li>- Jasełka w Zespole Szkół w Uniejowie – <b>M. Madajski</b></li> <li>- podsumowanie występów w ramach realizowanego projektu „DAJMY SOBIE SIŁY” – <b>M. Madajski</b></li> <li>- <i>pogadanka nt. „Bezpieczne ogrzewanie i dogrzewanie pomieszczeń w sezonie zimowym”</i> - <b>J. Pietrzak</b></li> <li>- <i>Występy uczestników ze spektaklem „Mąż zmarł, ale już mu lepiej”</i> - <b>M. Madajski</b></li> </ul>
Luty	<ul style="list-style-type: none"> <li>- VI Igrzyska Pod Dachem (losowanie) – <b>M. Tomaszak/M. Madajski</b></li> <li>- Udział w Ogólnopolskim Festiwalu Teatralnym „ALBERTIANA 2015 - <b>M. Tomaszak/M. Madajski</b></li> <li>- Sporty zimowe – polscy zawodnicy – <b>M. Tomaszak</b></li> <li>- kartki i stroiki wielkanocne – <b>K. Kwiatosińska, A. Jaskuła</b></li> <li>- Zebranie społeczności - Nr 1 – <b>M. Madajski</b></li> <li>- dokarmianie zwierząt – <b>J. Pietrzak</b></li> <li>- Bal Karnawałowy w PŚDS w Czepowie – <b>A. Jaskuła</b></li> </ul>
Marzec	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dzień Kobiet – <b>M. Madajski</b></li> <li>- Pierwszy Dzień Wiosny – na rzeką Wartą – <b>J. Pietrzak</b></li> <li>- Dzień Łasucha – Tłusty czwartek – <b>A. Jaskuła/K. Musiała</b></li> <li>- kartki i stroiki wielkanocne – <b>K. Kwiatosińska, A. Jaskuła</b></li> <li>- <i>gazetka informacyjna – WIOSNA - K. Kwiatosińska</i></li> </ul>
Kwiecień	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Śniadanie Wielkanocne w PŚDS w Czepowie – <b>K. Musiała - koordynator</b></li> <li>- Zebranie społeczności - Nr 2 – udział rodziców i opiekunów – <b>M. Madajski</b></li> <li>- <i>gazetka: Sport to Zdrowie</i> – <b>M. Tomaszak</b></li> <li>- wycieczka – <b>J. Pietrzak/M. Madajski</b></li> </ul>
Maj	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nad wodą w Brzozówce/Wytwórnia ciszy/Wilamów – wycieczka rekreacyjna – <b>J. Pietrzak</b></li> <li>- Dzień Otwarty – <b>A. Jaskuła</b></li> <li>- XV Regionalny Turniej Olimpiad Specjalnych w Piłkę Nożną - <b>M. Tomaszak</b></li> <li>- Udział w X Wojewódzkiej Olimpiadzie Osób Niepełnosprawnych Intelaktualnie „ZIEMIA ŁÓDZKA 2015” w Łasku – <b>M. Tomaszak/M. Madajski/K. Kwiatosińska</b></li> <li>- szkolenie kadry terapeutycznej – <b>A. Manios</b></li> <li>- V Otwarta Powiatowa Spartakiada Dla Osób Niepełnosprawnych w PŚDS w Czepowie – <b>M. Tomaszak - koordynator</b></li> <li>- udział w konkursie „Sztuka jak Balsam” – <b>A. Jaskuła</b></li> <li>- Przegląd Twórczości Artystycznej – udział w festiwalach organizowanych przez inne placówki – <b>M. Madajski/A Jaskuła</b></li> <li>- Wycieczka do Gospodarstwa Agroturystycznego w Lutomirowie – zajęcia z hipoterapii – <b>J. Pietrzak/M Tomaszak</b></li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pogadanka nt. „Rynek pracy i możliwości zatrudnienia” dla uczestników i pozostałych osób związanych z placówką (wolontariuszy, osób oczekujących, tych, którzy opuścili placówkę, rodziców i opiekunów) – <b>J. Pietrzak</b></li> <li>- gazетка informacyjna – <i>Konstytucja 3 Maja</i> – <b>K. Kwiatosińska</b></li> <li>- gazетка - sporty letnie – <i>polskie gwiazdy sportów letnich</i> – <b>B. Kozanecka, M. Tomaszak</b></li> </ul>
Czerwiec	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nad wodą w Brzozówce – wycieczka rekreacyjno – wędkarska – <b>J. Pietrzak/M. Madajski</b></li> <li>- "IV Poddębickie Spotkania w Krainie Bez Barrier" - koncert integracyjny" – pokaz karate – <b>M. Tomaszak/K. Kwiatosińska</b></li> <li>- VII Jarmark Wilamowski – wystawa prac – <b>A. Jaskuła/ J. Pietrzak</b></li> <li>- Dzień Godności Osoby Niepełnosprawnej – <b>M. Madajski - koordynator</b></li> <li>- Święto Sportu – Mistrzostwa Ośrodka w konkurencjach Indywidualnych w ramach Dni Godności Osoby Niepełnosprawnej – <b>M. Tomaszak/B. Kozanecka</b></li> <li>- Wycieczka rowerowa – <b>M. Tomaszak/J. Pietrzak</b></li> <li>- Zebranie społeczności Nr 3 – z udziałem rodziców i opiekunów – <b>M. Madajski</b></li> <li>- pogadanka nt. „Jem zdrowo” – <b>K. Musiała</b></li> <li>- spotkanie z policjantami z Komendy Powiatowej w Poddębicach „Bezpieczeństwo w okresie wakacyjnym” - <b>J. Pietrzak</b></li> <li>- gazетка informacyjna – <i>LATO</i> – <b>A. Jaskuła</b></li> </ul>
Lipiec	<ul style="list-style-type: none"> <li>- udział w Festiwalu „Królestwo Lili” w Uniejowie – wystawa prac – <b>A. Jaskuła</b></li> <li>- Nad wodą w Brzozówce – wycieczka rekreacyjno – wędkarska – <b>J. Pietrzak/ M. Madajski</b></li> <li>- Wycieczka rowerowa – <b>M. Tomaszak/J. Pietrzak</b></li> <li>- Zebranie społeczności - Nr 4 – <b>M. Madajski</b></li> <li>- pogadanka nt. „Jak Cię widzą, tak Cię piszą - systematyczne zabiegi higieniczne” - <b>K. Musiała</b></li> </ul>
Lipiec/ Sierpień	<b>Dwutygodniowa Przerwa urlopową</b>
Sierpień	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nad Wartą – wycieczka wędkarska za zgodą PZW o/Konin i o/Sieradz – <b>M. Madajski</b></li> <li>- Wycieczka rowerowa – <b>M. Tomaszak/J. Pietrzak</b></li> <li>- udział w Festiwalu „Miłosierne Nutki” ku czci Świętej Faustyny w Świnicach Warckich - <b>M. Madajski</b></li> <li>- gazетка – <i>rocznica wybuchu II Wojny Światowej</i> – <b>K. Kwiatosińska</b></li> </ul>
Wrzesień	<ul style="list-style-type: none"> <li>- udział w Dożynkach Gminnych w Uniejowie – <b>M. Madajski/ A. Jaskuła</b></li> <li>- Zebranie społeczności Nr 5 - <b>M. Madajski</b></li> <li>- udział w XIII Przeglądzie Piosenki Wakacyjnej w Łęczycy - <b>M. Madajski</b></li> <li>- udział w Dożynkach Powiatu Poddębickiego – <b>A. Jaskuła/ K. Kwiatosińska</b></li> <li>- Dzień Chłopca – <b>J. Pietrzak/A. Jaskuła</b></li> <li>- sprzątanie ŚWIATA – <b>J. Pietrzak/M. Tomaszak</b></li> <li>- Wycieczka rowerowa – <b>M. Tomaszak/J. Pietrzak</b></li> <li>- Regionalny Mityng Olimpiad Specjalnych w lekkiej Atletyce (Kutno) – <b>M. Tomaszak</b></li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- grzybobranie – wycieczka do lasu – <b>M. Tomaszak/ K. Musiała</b></li> <li>- <i>gazetka informacyjna – JESIEŃ – K. Kwiatosińska</i></li> </ul>
Październik	<ul style="list-style-type: none"> <li>- grzybobranie – wycieczka do lasu – <b>K. Musiała/ K. Kwiatosińska</b></li> <li>- przygotowanie karmników i paśników – <b>J. Pietrzak</b></li> <li>- zbiórka kasztanów dla zwierząt w ZOO w Borysewie – <b>A. Jaskuła/J. Pietrzak/K. Kwiatosińska</b></li> <li>- Regionalny Mityng w Biegach Przełajowych w Stemplewie/Uniejowie – <b>M. Tomaszak</b></li> <li>- Obchody Dnia Edukacji Narodowej – <b>Samorząd Uczestników</b></li> <li>- „Odwiedzamy cmentarze” – wycieczka objazdowa – <b>J. Pietrzak, K. Musiała</b></li> </ul>
Listopad	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Festiwal Sztuk Wszelakich w Łodzi – udział zespołu POZYTYWKA – <b>M. Madajski/K. Kwiatosińska</b></li> <li>- Festiwal „Przez dziurkę od Klucza” w Aleksandrowie Łódzkim – <b>M. Madajski</b></li> <li>- Andrzejki w PŚDS w Czepowie – <b>K. Kwiatosińska/K. Musiała</b></li> <li>- Dokarmianie zwierząt – listopad 2015 – marzec 2016 – <b>J. Pietrzak</b></li> <li>- kartki i stroiki Bożonarodzeniowe – <b>K. Kwiatosińska/ A. Jaskuła</b></li> <li>- wyjazd na mecz SKRY Bełchatów – Liga Mistrzów – <b>M. Madajski/ M. Tomaszak</b></li> <li>- Zebranie społeczności - Nr 6 – <b>M. Madajski</b></li> <li>- <i>pagadanka nt. „Bezpieczeństwo w okresie zimowym” (Policja lub Straż) - J. Pietrzak</i></li> </ul>
Grudzień	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mikołajki w PŚDS w Czepowie (losowanie) – <b>J. Pietrzak/Samorząd Uczestników</b></li> <li>- Mikołajki w Uniejowie – ubieramy choinkę (6 grudnia) – <b>A. Jaskuła/ M. Madajski/ M. Tomaszak</b></li> <li>- udział w Festiwalu „Święta u Dobrych Aniołów” w Tomaszowie Mazowieckim – <b>M. Madajski</b></li> <li>- udział w Otwartym Integracyjnym Turnieju Gwiazdkowym Karate Shotokan NSKF – <b>M. Grubski - koordynator</b></li> <li>- Wieczera Wigilijna w PŚDS w Czepowie – <b>K. Musiała - koordynator</b></li> <li>- 2015 w pigułce - prezentacja z najciekawszych wydarzeń w PŚDS (Wieczera Wigilijna lub Spotkanie Sylwestrowe) – <b>M. Madajski/ M. Tomaszak</b></li> <li>- Wieczór Wigilijny w Zespole Szkół w Uniejowie – <b>M. Madajski</b></li> <li>- udział w XV Ogólnopolskim Festiwalu Twórczości Teatralno – Muzycznej ALBERTIANA 2016 – <b>M. Madajski</b></li> <li>- Zebranie społeczności - Nr 7 – <b>M. Madajski</b></li> <li>- <i>gazetka informacyjna – ZIMA – J. Pietrzak</i></li> <li>- <i>gazetka – „Boże Narodzenie” w Polsce - K. Kwiatosińska</i></li> </ul>

### XIII. WYKAZ PARTNERÓW SPOŁECZNYCH I INSTYTUCJI, Z KTÓRYMI WSPÓŁPRACUJE DOM, DZIAŁAJĄCYMI NA RZECZ INTEGRACJI SPOŁECZNEJ UCZESTNIKÓW

TABELA NR 13

Lp.	Partner	Cele i zakres współpracy	Formy współpracy
1.	Wydział Polityki	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sprawowanie nadzoru merytorycznego, organizacyjnego i finansowego,</li> <li>- wsparcie finansowe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- monitoring oraz wskazówki merytoryczne</li> <li>- dotacje</li> </ul>



	Spółecznej ŁUW		
2.	Starostwo Powiatowe w Poddębicach,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- promocja działalności artystycznej, sportowej i innych form wypowiedzi osób niepełnosprawnych,</li> <li>- integracja społeczna,</li> <li>- pomoc w działaniach organizacyjnych placówki,</li> <li>- stworzenie warunków do aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym powiatu,</li> <li>- stworzenie warunków do integracji międzypokoleniowej,</li> <li>- inicjowanie działań i imprez integracyjnych adresowanych do społeczności lokalnej.</li> </ul>	Spotkania, udział w imprezach okolicznościowych, informacje na stronach internetowych i w prasie
3.	Dom Pomocy Społecznej w Gostkowie	<ul style="list-style-type: none"> <li>- stworzenie warunków do integracji</li> <li>- inicjowanie działań i imprez integracyjnych adresowanych do społeczności lokalnej.</li> </ul>	Spotkania integracyjno - artystyczne
4.	Powiatowy Urząd Pracy w Poddębicach	- aktywizacja zawodowa osób niepełnosprawnych	Pogadanki
5.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Poddębicach,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- promocja działalności artystycznej, sportowej i innych form wypowiedzi osób niepełnosprawnych</li> <li>- pomoc w działaniach organizacyjnych placówki,</li> </ul>	Spotkania, konsultacje, udział w imprezach okolicznościowych
6.	Urząd Miasta i Gminy w Uniejowie,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- aktywne uczestnictwo w kulturze i tradycji kraju</li> <li>- kształtowanie i pogłębianie umiejętności interpersonalnych</li> <li>- promocja działalności artystycznej, sportowej i innych form wypowiedzi osób niepełnosprawnych</li> <li>- stworzenie warunków do aktywnej turystyki</li> <li>- stworzenie warunków do aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym gminy</li> <li>- Inicjowanie działań i imprez integracyjnych adresowanych do społeczności lokalnej</li> </ul>	Spotkania, udział w imprezach okolicznościowych, informacje na stronach internetowych i w prasie, wykonywanie okazjonalnych kartek świątecznych i stroików korzystanie z atrakcji rekreacyjnych w Uniejowie (basen, Zagroda Młynarska)
7.	Miejsko – Gminny Ośrodek Kultury w Uniejowie	- wsparcie techniczne i artystyczne przy realizacji nagrania materiału na płytę zespołu POZYTYWKA	Spotkania, warsztaty, konsultacje muzyczne, realizacja nagrania
8.	Placówki Służby Zdrowia oraz Pomocy Społecznej na terenie gmin: Uniejów, Wartkowice, Poddębice i Świnice	- Wsparcie w zakresie uzyskania pomocy lekarskiej , szczególnie lekarzy specjalistów – psychiatra, neurolog, zarówno w sytuacjach wymagających interwencji jak ni opiniowania np. w zakresie podejmowania przez uczestników udziału w imprezach sportowych	Konsultacje

	Warckie		
9.	Zespół Szkół im. Bohaterów Września 1939r. w Uniejowie,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- aktywne uczestnictwo w kulturze i tradycji kraju</li> <li>- kształtowanie i pogłębianie umiejętności interpersonalnych</li> <li>- promocja działalności artystycznej, sportowej i innych form wypowiedzi osób niepełnosprawnych</li> <li>- Inicjowanie działań i imprez integracyjnych adresowanych do społeczności lokalnej</li> </ul>	Spotkania, organizacja wspólnych imprez okolicznościowych
10.	Szkoła Podstawowa im. Marii Curie – Skłodowskiej w Wilamowie,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- aktywne uczestnictwo w kulturze i tradycji kraju</li> <li>- kształtowanie i pogłębianie umiejętności interpersonalnych</li> <li>- promocja działalności artystycznej, sportowej i innych form wypowiedzi osób niepełnosprawnych</li> <li>- Inicjowanie działań i imprez integracyjnych adresowanych do społeczności lokalnej</li> <li>- stworzenie warunków do aktywnej integracji uczestników niepełnosprawnych z dziećmi i młodzieżą</li> </ul>	Spotkania, organizacja wspólnych imprez okolicznościowych
11.	Przedszkole Miejskie w Uniejowie,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- aktywne uczestnictwo w kulturze i tradycji kraju</li> <li>- kształtowanie i pogłębianie umiejętności interpersonalnych</li> <li>- promocja działalności artystycznej, sportowej i innych form wypowiedzi osób niepełnosprawnych</li> <li>- stworzenie warunków do aktywnej integracji uczestników niepełnosprawnych z dziećmi</li> <li>- inicjowanie działań integracyjnych</li> </ul>	Spotkania, organizacja wspólnych imprez okolicznościowych
13.	Komenda Powiatowej Policji w Poddębicach	<ul style="list-style-type: none"> <li>- bezpieczeństwo uczestników oraz ich najbliższego otoczenia rodzinnego</li> </ul>	Spotkania, pogadanki
14.	Gminny Ośrodek Kultury w Świnicach Warckich	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozwijanie zainteresowań,</li> <li>- aktywny udział w działaniach integracyjnych na płaszczyźnie artystyczno – sportowej</li> <li>- optymalna promocja mocnych stron uczestników</li> </ul>	Spotkania, organizacja wspólnych imprez okolicznościowych
15.	Centrum Promocji Sportu i Rekreacji „Dragon” w Poddębicach,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozwijanie zainteresowań i inspirowanie do nowych form aktywności</li> <li>- rozwijanie zainteresowań i inspirowanie do aktywności artystycznej oraz rekreacyjno – sportowej</li> </ul>	Udział w imprezach sportowych, udział w projektach
16.	Regionalne Centrum Polityki Społecznej Łodzi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozwijanie zainteresowań i inspirowanie do aktywności artystycznej oraz rekreacyjno – sportowej</li> <li>- rozszerzenie kompetencji zawodowych poprzez szkolenia pracowników</li> </ul>	Udział w projektach, uczestnictwo w imprezach sportowych i okolicznościowych

17.	Olimpiady Specjalne Polska – łódzkie,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozwijanie zainteresowań i inspirowanie do aktywności rekreacyjno – sportowej</li> <li>- stworzenie warunków do zdrowej rywalizacji na płaszczyźnie sportowej zawodników niepełnosprawnych</li> </ul>	Udział w mitingach, organizacja i współ-organizacja imprez
18.	Warsztaty Terapii Zajęciowej w Łęczycy	<ul style="list-style-type: none"> <li>- współpraca i integracja z uczestnikami warsztatów</li> <li>- wymiana doświadczeń terapeutycznych</li> <li>- wymiana umiejętności w zakresie technik manualnych</li> <li>- wspólna organizacja imprez integracyjnych i spotkań okolicznościowych</li> <li>- wzajemne inspirowanie do nowych doświadczeń</li> </ul>	Spotkania, organizacja wspólnych imprez okolicznościowych, wspólny udział w projektach ze środków zewnętrznych
19.	„Dziennik Łódzki”, „Echo Turku”, „W Uniejowie”, Uniejowskie Strony, Powiat z Perspektywy - lokalna prasa)	<ul style="list-style-type: none"> <li>-edycja i promocja działań placówki, uczestników</li> <li>- zmiana optyki społecznej wobec osób dysfunkcyjnych</li> <li>- kształtowanie umiejętności dbania o innych ludzi oraz dbania o środowisko</li> </ul>	Umieszczanie aktualnych informacji na temat pracy placówki, wydarzeń, świąt, spotkań oraz innych aktywności, autopromocja,
20.	Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w Pęczniewie	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wzajemne inspirowanie do nowych doświadczeń</li> <li>- wymiana doświadczeń terapeutycznych</li> </ul>	Spotkania , imprezy
21.	ZOO Safari w Borysewie	<ul style="list-style-type: none"> <li>- organizacja działań o charakterze ekologicznym</li> <li>- kształtowanie umiejętności dbania o innych ludzi oraz dbania o środowisko</li> </ul>	Spotkania, zbiórka kasztanów
22.	Dom Pomocy Społecznej „Podgórna” Łódź	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozwijanie zainteresowań i inspirowanie do aktywności artystycznej</li> <li>- wzajemne inspirowanie do nowych doświadczeń</li> </ul>	Festiwal o randze międzynarodowej
23.	PGK TERMY UNIEJÓW	<ul style="list-style-type: none"> <li>- organizacja działań o charakterze ekologicznym</li> <li>- stworzenie warunków do czynnego wypoczynku</li> <li>- stworzenie możliwości do turystyki i rekreacji</li> <li>- kształtowanie umiejętności dbania o innych ludzi oraz dbania o środowisko</li> </ul>	korzystanie z atrakcji rekreacyjnych w Uniejowie (basen, Zagroda Młynarska)
24.	SPECJALISTYCZNY, PSYCHIATRYCZNY ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ IM. J. BABIŃSKIEGO W ŁODZI	<ul style="list-style-type: none"> <li>- poradnictwo oraz konsultacje psychiatryczne</li> </ul>	udział w programie

25.	Polski Związek Wędkarski Oddział Konin i Oddział Sieradz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- organizacja działań o charakterze ekologicznym</li> <li>- stworzenie warunków do czynnego wypoczynku</li> <li>- stworzenie możliwości do turystyki i rekreacji</li> <li>- kształtowanie umiejętności dbania o środowisko</li> </ul>	Udział w wycieczkach rekreacyjno - wędkarskich
-----	---	--	--

#### XIV. ZAJĘCIA KLUBOWE

Zajęcia klubowe w PŚDS w Czepowie organizowane będą 3 dni w tygodniu (poniedziałek, środa, piątek) w godzinach 10<sup>30</sup>-15<sup>30</sup> w ramach następujących pracowni na zasadzie włączenia klubowiczów w rytm pracy placówki:

**PONIEDZIAŁEK:** Gry i Zabawy STOLIKOWE - SEKCJA WARCABOWA (pracownia zajęć świetlicowych)

**ŚRODA:** Trening Sekcji Sportowej TRAMPEK (pracownia terapii ruchem, otoczenie parkowe, boisko przy PŚDS)

**PIĄTEK:** Próba Zespołu Muzycznego POZYTYWKA (pracownia muzykoterapii)

Zajęcia odbywają się w godzinach od 10.30 do 15.30

Dodatkowo Klubowicze w sposób akcyjny mogą uczestniczyć w imprezach organizowanych przez placówkę – Święta (Śniadanie Wielkanocne, Wieczera Wigilijna), Zawody sportowe (Igrzyska Pod Dachem, Otwarta Powiatowa Spartakiada dla Osób Niepełnosprawnych), Imprezy Artystyczne – Integracyjne i inne.

W 2015 roku przewidywany jest systematyczny udział 10 uczestników klubowych.

#### XV. PRZEWIDYWANE REZULTATY PRACY WSPIERAJĄCEJ

1. Nabycie, utrwalenie oraz podtrzymanie umiejętności samodzielnego funkcjonowania,
2. Rozwinięcie i pogłębienie umiejętności interpersonalnych,
3. Rozwinięcie zainteresowań i zainspirowanie do nowych form aktywności,
4. Wsparcie w zakresie rehabilitacji społecznej,
5. Wzmocnienie autonomii uczestnika w funkcjonowaniu w środowisku,
6. Poprawa relacji oraz spójność działań placówki oraz najbliższego otoczenia wobec uczestników PŚDS,
7. Wykształcenie umiejętności korzystania z poradnictwa i innych form wsparcia oferowanych przez specjalistów,
8. Pobudzenie do aktywnego i efektywnego spędzania czasu wolnego,
9. Integracja uczestników ze środowiskiem lokalnym,
10. Utrwalenie nabytych umiejętności oraz właściwych postaw społecznych,
11. Wzrost sprawności ruchowej i psychoruchowej,
12. Zmiana społecznej optyki wobec osób dysfunkcyjnych.