

UCHWAŁA Nr *LI / LMG /16*

ZARZĄDU POWIATU W PODDĘBICACH

z dnia 14 stycznia 2016 r.

w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie na 2016 rok.

Na podstawie art. 32 ust. 1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 roku o samorządzie powiatowym (Dz. U z 2015 poz. 1445, ze zm. poz. 1890), 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, 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 na 2016 rok, którego treść stanowi załącznik do niniejszej uchwały.

§ 2. Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Ryszard Rytter – Przewodniczący Zarządu

Członkowie Zarządu :

Piotr Binder

Leszek Chmielecki

Marek Długosz

Roman Morawski

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



## **PLAN PRACY Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Czepowie na 2016 rok**

**Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w Czepowie** jako ośrodek wsparcia dziennego w swojej bieżącej działalności będzie realizował zadania z zakresu pomocy społecznej, udzielając wsparcia społecznego osobom przewlekle psychicznie chorym, upośledzonym umysłowo i wykazującym inne przewlekłe 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 2016 będzie uczęszczało, z typu: A - 18, B - 24, C - 10

### **Cel główny:**

Zapewnienie wsparcia osobom przewlekle psychicznie chorym, upośledzonym umysłowo i wykazującym inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych, a przede wszystkim podtrzymanie ich w dobrej kondycji psychofizycznej 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 będą prowadzone w oparciu o Indywidualny Plan Postępowania Wspierająco – Aktywizującego opracowany przez Zespół Wspierająco – Aktywizujący indywidualnie dla każdego uczestnika.

## I. TRENING FUNKCJONOWANIA W CODZIENNYM ŻYCIU

### Cele szczegółowe:

- Samodzielność i samoobsługa - nabywanie nowych, podtrzymywanie oraz utrwalanie poprawnego wykonywania czynności życia codziennego podczas treningu higienicznego i kulinarnego (dostosowanie poziomu trudności i tempa pracy do możliwości wykonawczych uczestników)
- Wykształcenie i utrwalenie nawyku dbałości o estetykę i higienę
- Rozpoznawanie i hierarchizowanie własnych potrzeb, rozróżnianie stanu zaspokojenia oraz deprivacji i dyskomfortu
- Kształtowanie umiejętności pracy w nowych zespołach uczestników o różnym potencjale – wzajemna pomoc i wsparcie podczas realizowanych działań
- Wzmacnianie zaradności w sytuacjach codziennych oraz nawyku celowej aktywności,
- Gospodarowanie własnymi środkami finansowymi - racjonalne planowanie wydatków, posługiwanie się środkami płatniczymi - utrwalanie i rozwijanie umiejętności

TRENING FUNKCJONOWANIA W ŻYCIU CODZIENNYM – FORMY PRACY – tabela 1

Lp.	Forma pracy	Liczba uczestników treningu/zajęcia	Osoba odpowiedzialna	Sala zajęć	Termin realizacji	Poziomą umiejętność	Informacja o sposobie realizacji zajęć
1	a) trening higieniczny	45	Terapeuta: Iwona Nowak	Pracownia higieniczno – kosmetyczna	styczeń – grudzień 2016 ok. 10 godzin tygodniowo		<p>Trening higieniczny realizowany jest w pracowni w formie zajęć indywidualnych, grupowych i metod praktyczno-ćwiczebnych, np. zakupów środków higienicznych, wizyt u fryzjera oraz codziennych ćwiczeń praktycznych (samodzielne mycie całego ciała). Placówka wyposażona jest w łazienkę dostosowaną do potrzeb osób poruszających się na wózku inwalidzkim.</p> <p>Szczególnym zainteresowaniem cieszą się zajęcia „Salon piękności”, podczas których uczestniczki poddają się zabiegom kosmetycznym. Uczestnicy uczą się np. technik i zasad farbowania włosów, dobierania odpowiedniego kremu, sposobu dbania o paznokcie, wykonanie prostego makijażu. Uczestnicy w pracowni kosmetyczno-higienicznej uczą się wykonywania prostych czynności tj. pranie, prasowanie, obsługa sprzętu AGD tj. pralki automatycznej, odkurzacza, suszarki do włosów, maszynki do strzyżenia włosów, lokówki. Trening będzie obejmował również naukę obsługi żelazka, zapoznanie się z funkcjami deski do prasowania, przestrzeganiem zasad bezpieczeństwa i uniknięcia poparzenia. W ramach treningu odbywać się będzie nauka dbania o odzież i obuwie.</p> <p>1. Pranie ręczne i w pralce automatycznej</p>

						<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Sposoby wywabiania różnych plam</li> <li>3. Żelazko i poznanie funkcji deski do prasowania</li> <li>4. Dbanie o odzież i obuwie</li> <li>5. Zasady korzystania z odkurzacza</li> <li>6. Korzystanie z maszynki do strzyżenia włosów</li> <li>7. Korzystanie z suszarki do włosów.</li> <li>8. Zastosowanie lokówki i prostownicy do włosów.</li> <li>9. Stosowanie golarki do podcinania zarostu na twarzy.</li> <li>10. Pielęgnacja włosów</li> <li>11. Pielęgnacja twarzy</li> <li>12. Regulowanie brwi i zarostu na twarzy</li> <li>13. Mycie i pielęgnacja całego ciała</li> <li>14. Higiena jamy ustnej</li> <li>15. Pielęgnacja dłoni i paznokci</li> <li>16. Pielęgnacja stóp</li> <li>17. Dbanie o higienę intymną</li> <li>18. Stosowanie i rodzaje antyperspirantów przeciw nadmiernemu poceniu się .</li> <li>19. Dbanie o schludny wygląd i kontrola swojego wyglądu przed lustrem.</li> <li>20. Rozmowa na temat potrzeby używania chusteczek higienicznych do nosa.</li> <li>21. Poznawanie i przestrzeganie zasady nie korzystania z przedmiotów osobistego użytku należących do innych osób tj. ręcznika, maszynki do golenia.</li> <li>22. Wykorzystywanie propozycji i pomysłów uczestników</li> <li>23. Rozmowa na temat chorób skórnych oraz nabytych w wyniku nie stosowania higieny po wyjściu z toalety.</li> <li>24. Doskonalenie umiejętności dbania o czystość w pracowni i wokół swojego otoczenia.</li> </ol>
2	b) trening kulinarny	50	Instruktor Terapii Zajęciowej, Pielęgniarka: Krystyna Musiała	Pracownia kulinarna, jadalnia	styczeń – grudzień 2016 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,</p>

						<p>przygotowują poczęstunki na uroczystości okolicznościowe w PŚDS, mają możliwość zapoznania się z kuchnią polską, regionalną i świata.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nabywanie, podtrzymywanie oraz utrwalanie zasad BHP.</li> <li>2. Zapoznanie się ze sprzętem AGD i jego przeznaczeniem i obsługą.</li> <li>3. Metody przyrządzania posiłków</li> <li>4. Podstawowe zasady higieny w kontaktach z żywnością</li> <li>5. Sporządzanie jadłospisów wg schorzenia, pór roku.</li> <li>6. Nauka korzystania z przepisów kulinarnych z książki, prasy, programów kulinarnych w TV.</li> <li>7. Planowanie i robienie zakupów.</li> <li>8. 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.</li> <li>9. Zapoznanie się z rodzajami herbat, ich właściwościami oraz parzeniem herbat.</li> <li>10. Przygotowywanie zup</li> <li>11. Przygotowanie dodatków do zup</li> <li>12. Sporządzanie drugich dań</li> <li>13. Przyrządzanie potraw np. z ryb, z drobiu, z wieprzowiny, z wołowiny, z cielęciny, z soi, z jaj, z grzybów, z mleka, z kasz, z ryżu, z mąki, z warzyw, z owoców.</li> <li>14. Zapoznanie się z rodzajami i sposobami sporządzania sosów.</li> <li>15. Poznawanie technik i organizacji pracy przy wypieku ciast, gofrów, deserów</li> <li>16. Przetwory zimowe z jagód, śliwek, ogórków itp.</li> <li>17. Przygotowanie soków, jogurtów, kefirów.</li> <li>18. Zapoznanie się z rodzajami z chleba oraz sporządzanie kolorowych kanapek, zapiekane, tostów</li> <li>19. Kalamury, quizy o tematyce kulinarnej.</li> <li>20. Poznajemy smaki: kwaśny, słodki, słony, gorzki itp.</li> <li>21. Rozmowy o tematyce kulinarnej</li> <li>22. Rozwijanie umiejętności wzajemnej współpracy i pomocy.</li> <li>23. Dbanie o czystość i porządek w pracowni i jadalni</li> </ol>
3	c) trening umiejętności praktycznych	52	starszy terapeuta: Agnieszka Jaskuła	Pracownia terapii manualnej,	styczeń – grudzień 2016 ok. 3 godziny tygodniowo	<p>Umiejętności praktyczne nabywane będą w toku realizacji terapii manualnej, np: umiejętność szycia, wycinania, przyklejania nabyta podczas przygotowywania różnorodnych dekoracji przekłada się na możliwości wykorzystania ich w życiu codziennym - przyszywanie guzików, naprawa obuwia. Duże znaczenie dla rezultatów terapeutycznych ma również kształtowanie poczucia estetyki i dbałość o jakość wykonania.</p>

		pielęgniarka, instruktor terapii zajęciowej: Krystyna Musiała	Pracownia kulinarna, Gabinet pielęgniarki		<p><b>Pracownia kulinarna</b> Umiejętności praktyczne nabywane będą w toku realizacji treningu kulinarnego, mają bezpośrednie przełożenie na funkcjonowanie uczestnika w życiu codziennym. Odnoszą się do dwóch zasadniczych obszarów: obsługi sprzętu i urządzeń kuchennych oraz umiejętności wykonawczych związanych z przygotowaniem posiłku. Duże znaczenie dla rezultatów terapeutycznych ma również kształtowanie nawyku dbałości o higienę i estetykę przygotowania i podawania posiłku, a także zgodność menu z zasadami zdrowego odżywiania.</p> <p><b>Gabinet pielęgniarki</b> Umiejętności praktyczne nabywane będą w toku realizacji treningu farmakologicznego. Nabyta na zajęciach zindywidualizowana wiedza dotycząca dawkowania oraz skutków niewłaściwego ich zażywania powinna skutkować większą odpowiedzialnością i sumiennością dozowania leków. Duże znaczenie dla rezultatów terapeutycznych ma również kształtowanie odpowiedzialności za stan swojego zdrowia realizowanej między innymi poprzez systematyczne wizyty lekarskie.</p>
		terapeuta: Iwona Nowak	Pracownia higieniczno – kosmetyczna Pracownia komputerowa i urządzeń biurowych,		<p><b>Pracownia higieniczno - kosmetyczna</b> Umiejętności praktyczne nabywane w toku realizacji treningu higienicznego, mają bezpośrednie przełożenie na funkcjonowanie uczestnika w życiu codziennym. Odnoszą się do dwóch poziomów: podstawowego - kształtującego umiejętność najprostszych zabiegów higienicznych (kąpiel, pranie, mycie zębów, zmiana bielizny) oraz rozszerzonego - kształtującego umiejętność dbania o estetykę (umiejętny dobór elementów garderoby, makijaż dostosowany do sytuacji itp.). Kluczową umiejętnością praktyczną jest obsługa sprzętu typu suszarka, pralka, żelazko, itp.</p> <p><b>Pracownia komputerowa i urządzeń biurowych</b> Umiejętności praktyczne nabywane będą w toku realizacji treningu komputerowego. Nabyte na zajęciach umiejętności obsługi sprzętu komputerowego i biurowego, internetu oraz podstawowych programów dają możliwość łatwiejszego poszukiwania pracy, a także rozwiązywania problemów i technicznych możliwości tworzenia pism urzędowych. Duże znaczenie dla rezultatów terapeutycznych ma również kształtowanie umiejętności, wzmacnianie motywacji do pozyskiwania ciekawych informacji i rozwoju poznawczego</p>
		pracownik socjalny, terapeuta: Jolanta Pietrzak	Ergoterapia (Pracownia stolarsko – techniczna) Gabinet pracownika socjalnego		<p><b>Ergoterapia</b> Umiejętności praktyczne nabywane w toku realizacji ergoterapii, mają bezpośrednie przełożenie na funkcjonowanie uczestnika w życiu codziennym poprzez umiejętność wykorzystania narzędzi do wykonywania prostych czynności w codziennym funkcjonowaniu (grabienie liści, odśnieżanie, korzystanie ze szpadła, miotły, itp.).</p> <p><b>Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi,</b> Umiejętności praktyczne nabywane w toku realizacji treningu mają bezpośrednie przełożenie na funkcjonowanie uczestnika w życiu codziennym. Rozwijają praktyczną umiejętność gospodarowania własnymi środkami. Duże znaczenie dla rezultatów terapeutycznych ma również nabycie praktycznej wiedzy dotyczącej funkcjonowania instytucji finansowych (korzyści i zagrożenia) oraz kształtowanie asertywnej postawy w kontakcie z osobami zajmującymi się sprzedażą bezpośrednią.</p>

			starszy terapeuta: Miroslaw Madajski	Pracownia muzykoterapii		Umiejętności praktyczne nabywane w toku realizacji muzykoterapii mają przełożenie na funkcjonowanie w życiu codziennym. Odnoszą się one do dwóch obszarów: dbałość o poprawną dykcję i rozwijanie pamięci krótkotrwałej oraz korzystanie ze sprzętu audiowizualnego (np: zestaw kina domowego, CD player) i muzyki w celach relaksacyjnych. Duże znaczenie dla rezultatów terapeutycznych ma również kształtowanie poczucia estetyki oraz umiejętność korzystania z wytworów kultury wyższej.
			instruktor terapii zajęciowej: Katarzyna Kwiatosińska	Pracownia zajęć świetlicowych		<b>Zajęcia świetlicowe, Trening rozwijania zainteresowań literaturą, prasą, filmem, telewizją oraz radiem</b> Umiejętności praktyczne nabywane w toku realizacji zajęć w pracowni świetlicowej mają przełożenie na funkcjonowanie w życiu codziennym. Odnoszą się one do dwóch obszarów: umiejętność gospodarowania czasem i aktywnego wypoczynku (rozwój poznawczy poprzez udział w grach stolikowych, trening pamięci, śledzenie nowo...ści literackich, korzystanie z zasobów biblioteki, itp.) oraz umiejętność obsługi sprzętu radiowego i telewizyjnego. Duże znaczenie dla rezultatów terapeutycznych ma również rozwijanie umiejętności koncentracji na zadaniu, a także dbałość o estetykę otoczenia i dobre relacje w grupie.
			instruktor terapii ruchem, fizjoterapeuta: Michał Krzemiński	Pracownia terapii ruchem Fizykoterapia		<b>Terapia ruchem</b> Umiejętności praktyczne nabywane będą w toku terapii ruchem. Nabyta na zajęciach zindywidualizowana wiedza dotycząca roli wysiłku fizycznego i jego dostosowania do aktualnej kondycji zdrowotnej organizmu może zostać wykorzystana w codziennym usprawnianiu funkcjonowania. Duże znaczenie dla rezultatów terapeutycznych ma również kształtowanie postawy odpowiedzialności za bezpieczne korzystanie ze sportowych sprzętów terapeutycznych, postawy pro zdrowotnej oraz wzmacnianie poczucia tożsamości grupowej poprzez uczestnictwo w zawodach (starty zawodników oraz kibicowanie innym)
4	d) trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi	35	pracownik socjalny, terapeuta: Jolanta Pietrzak	Gabinet pracownika socjalnego, Gmina Uniejów (sklepy)	styczeń – grudzień 2016 ok. 5 godzin tygodniowo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utrwalenie znajomości pieniądza</li> <li>- Systematyczne dokonywanie opłat</li> <li>- Utrwalenie umiejętności prawidłowego wypełniania druków przelewów bankowych, przekazów bankowych</li> <li>- Dokonywanie zakupów spożywczych, chemicznych i przemysłowych w sklepach samoobsługowych adekwatnie do posiadanej gotówki</li> <li>- Utrwalenie umiejętności prawidłowego zachowania się podczas dokonywania zakupów.</li> <li>- Utrwalenie umiejętności współpracy w grupie</li> <li>- Nabycie umiejętności rozpoznawania przydatności produktów</li> <li>- Utrwalenie umiejętności sporządzania listy zakupów według potrzeb</li> <li>- Analiza cen towaru np. opału</li> <li>- Pomoc w dokonaniu zakupu środków opałowych</li> <li>- Warunki, sposoby i korzyści wynikające z oszczędzania</li> <li>- Zaciąganie zobowiązań finansowych i ich skutki</li> <li>- Zakupy w promocji- plusy i minusy.</li> <li>- Wpływ reklamy na dokonywanie zakupów.</li> <li>- Poszukiwanie dodatkowego źródła dochodu.</li> <li>- Kształtowanie umiejętności prawidłowego zachowania się podczas rozmowy kwalifikacyjnej do pracy- autoprezentacja.</li> </ul>

						<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kształtowanie i utrwalenie postawy odpowiedzialności w sytuacjach zarobkowych.</li> <li>- Kształtowanie i utrwalenie postawy odpowiedzialności w zakresie gospodarowania pieniędzmi.</li> <li>- Nabywanie umiejętności planowania wydatków długoterminowych.</li> <li>- Racjonalne gospodarowanie własnymi środkami finansowymi.</li> <li>- Nabywanie umiejętności tygodniowego planowania wydatków.</li> <li>- Pojęcie waloryzacji rent i emerytur.</li> <li>- Porady praktyczne – Jak bezpiecznie robić zakupy.</li> <li>- Pogadanka nt. "Kim jest akwizytor"</li> <li>- Ulgi podatkowe.</li> <li>- Wyjazd na targowisko do Uniejowa- dokonywanie zakupów spożywczych , przemysłowych i chemicznych wg potrzeb</li> <li>- Rola i zadania Rzecznika do Spraw Konsumenckich.</li> <li>- Reklamacja wadliwie zakupionego towaru. Zasady składania reklamacji produktów.</li> <li>- Pomoc w zakupie upominków okazjonalnych.</li> <li>- Bezpieczne przechowywanie pieniędzy.</li> <li>- Warunki dokonywania zakupów na raty.</li> <li>- Rozmowa jak uniknąć zagrożeń związanych z dokonaniem zakupów przez Internet</li> <li>- Utrwalenie umiejętności pisania CV</li> <li>- Utrwalenie umiejętności pisania listu motywacyjnego</li> </ul>
--	--	--	--	--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## II. TRENING UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNYCH I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW

### Cele szczegółowe:

- Kształtowanie i utrwalanie umiejętności konstruktywnego rozwiązywania konfliktów, doskonalenie umiejętności kontroli emocji,
- Utrwalanie akceptowanego społecznie sposobu realizacji potrzeb
- Podtrzymywanie oraz utrwalanie umiejętności interpersonalnych w obszarze nawiązywania kontaktów,
- Kształtowanie i wzmacnianie poczucia współodpowiedzialności za funkcjonowanie społeczności PŚDS poprzez działalność i zebrania Samorządu
- Integracja ze środowiskiem lokalnym
- Wzmacnianie motywacji do podejmowania aktywności podczas realizacji treningów
- Podejmowanie ról społecznych adekwatnych do potencjału uczestników - proces właściwej samooceny
- 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,
- Internalizacja norm społecznych oraz zasad życia społecznego
- Kształtowanie umiejętności analizowania sytuacji w celu samodzielnego podejmowania decyzji, antycypowania skutków własnych działań,



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

Lp.	Forma pracy	Liczba uczestników trening u/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: Psycholog: Martyna Pychowska - Abramczyk  Realizacja: wszyscy członkowie zespołu Wspierająco - Aktywizującego	PŚDS	styczeń – grudzień 2016 ok. 3 godzin tygodniowo	-Grupowe zajęcia psychoedukacyjne prowadzone przez psychologa (wiedza dotycząca funkcji i przebiegu konfliktu, elementy NVC, konstruktywne rozwiązywanie konfliktów, kształtowanie i utrwalanie postawy asertywnej, system norm i wartości). -Indywidualna terapia psychologiczna ( interwencja kryzysowa, psychoedukacja, budowanie i utrwalanie umiejętności konstruktywnego rozwiązywania konfliktów, kształtowanie i utrwalanie postawy asertywnej).  <i>Wszyscy członkowie Zespołu Wspierająco –Aktywizującego realizują plan swoich zajęć terapeutycznych z uwzględnieniem zasad etyki, aktywnej komunikacji i unikania sytuacji konfliktowych.</i>
2	b) trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji	52	Koordinacja działań: Psycholog: Martyna Pychowska - Abramczyk  Realizacja: wszyscy członkowie zespołu Wspierająco - Aktywizującego	PŚDS	styczeń – grudzień 2016 ok. 3 godzin tygodniowo	-Grupowe zajęcia psychoedukacyjne prowadzone przez psychologa (integracja, budowanie atmosfery bezpieczeństwa i zaufania, kształtowanie postawy opartej na wzajemnej akceptacji i tolerancji, rozwijanie umiejętności współpracy i wspólnego podejmowania decyzji, modelowanie zachowań samopomocowych, system norm i wartości). -Indywidualna terapia psychologiczna ( interwencja kryzysowa).  <i>Wszyscy członkowie Zespołu Wspierająco –Aktywizującego realizują plan swoich zajęć terapeutycznych z zaakcentowaniem roli współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji dla osiągnięcia optymalnych rezultatów oddziaływań.</i>
3	c) trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych	52	Koordinacja działań: Psycholog: Martyna Pychowska - Abramczyk  Realizacja: wszyscy	PŚDS	styczeń – grudzień 2016 ok. 3 godzin tygodniowo	-Grupowe zajęcia psychoedukacyjne prowadzone przez psychologa (kształtowanie postawy opartej na wzajemnej akceptacji i tolerancji, rozwijanie umiejętności współpracy i wspólnego podejmowania decyzji, modelowanie zachowań samopomocowych, system norm i wartości). -Indywidualna terapia psychologiczna ( interwencja kryzysowa, internalizacja norm i zasad życia społecznego).  <i>Wszyscy członkowie Zespołu Wspierająco –Aktywizującego realizują plan swoich zajęć terapeutycznych w oparciu o system norm i wartości życia</i>

			członkowie zespołu Wspierająco - Aktywizującego			<i>społecznego oraz zasady funkcjonowania w PŚDS.</i>
4	d) Zebrania społeczności	52	Koordinacja zebrań - terapeuta: Mirosław Madajski	Sala ogólna (muzykoterapii)	styczeń – grudzień 2016 7 spotkań po ok. 2 godziny, w tym 1 spotkanie z rodzicami oraz opiekunami	Spotkania społeczności mają za zadanie kształtować i utrwalać postawy współodpowiedzialności uczestników za optymalne funkcjonowanie całej społeczności PŚDS. Mają również pełnić funkcje aktywizujące w kontekście troski o dobro społeczności. Zebrania społeczności wyakcentowane są w Harmonogramie Planowanych Imprez na 2016 rok. Przewiduje się 7 spotkań (w tym jedno z rodzicami oraz opiekunami). Spotkania odbędą się w Sali ogólnej (muzykoterapii)

### III. PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE

#### Cele szczegółowe:

- Diagnozowanie funkcjonowania społecznego, emocjonalnego i intelektualnego uczestników
- Rozpoznawanie deficytów oraz możliwości intelektualnych uczestników
- Stymulowanie procesów poznawczych
- Rozbudowa repertuaru kompetencji psychospołecznych
- Poradnictwo psychologiczne dla uczestników i ich rodzin
- Wsparcie w sytuacjach konfliktowych i kryzysowych
- Rozwijanie umiejętności radzenia sobie z trudnościami
- Motywowanie do aktywności
- Obserwowanie procesów zachodzących pomiędzy uczestnikami podczas ich pobytu w ośrodku - wyciąganie wniosków i wdrażanie ich do realizacji

PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE – FORMY PRACY – tabela 4

Lp.	Forma pracy	Liczba uczestników trening u/zajęć	Osoba Odpowiedzialna	Sala zajęć	Termin realizacji	Informacja o sposobie realizacji zajęć
1	Grupowa terapia psychologiczna (zajęcia psychoedukacyjne, treningowe, warsztatowe)	52	Psycholog: Martyna Pychowska - Abramczyk	Gabinet psychologa sala ogólna (muzykotera pii)	styczeń – grudzień 2016 ok. 6 godzin tygodniowo	<p><b>Obszary pracy - zajęcia grupowe:</b></p> <p><b>a) Procesy poznawcze</b> -Widzę, pamiętam, umiem (trening aktywizacyjny dostosowany do indywidualnych możliwości poznawczych uczestnika -uwaga, percepcja, pamięć, myślenie)</p> <p><b>b) Emocje i motywacja</b> -Emocje w moim życiu (rozpoznawanie i nazywanie emocji, umiejętność empatyzowania, rola odczuwania nieprzyjemnych emocji i radzenie sobie z nimi, konstruktywne wyrażanie emocji) -Mój przyjaciel stres (czym jest stres, motywacyjna funkcja stresu, techniki relaksacyjne) -Ja i moja choroba (rozpoznawanie symptomów i informowanie najbliższego otoczenia, akceptacja choroby, sposoby minimalizacji ograniczeń i obciążeń związanych z przebiegiem choroby) -W poszukiwaniu sensu działania (rozpoznawanie potrzeb, motywacyjna rola potrzeb, ustalanie hierarchii potrzeb i umiejętne dążenie do ich realizacji, kształtowanie i wzmacnianie motywacji wewnętrznej do podejmowania aktywności) -Moje mocne strony (określanie mocnych stron, wzmacnianie samooceny i poczucia sprawczości)</p> <p><b>c) Kompetencje społeczne</b> -Jestem częścią grupy (integracja, budowanie atmosfery bezpieczeństwa i zaufania, kształtowanie postawy opartej na wzajemnej akceptacji i tolerancji, rozwijanie umiejętności współpracy i wspólnego podejmowania decyzji, modelowanie zachowań samopomocowych, system norm i wartości) -Porozmawiajmy (kształtowanie i rozwijanie umiejętności komunikacyjnych -elementy NVC) -Mam prawo do... (kształtowanie postawy asertywnej)</p>
2	Indywidualna terapia psychologiczna (wsparcie, poradnictwo, interwencja kryzysowa)	52	Psycholog: Martyna Pychowska - Abramczyk	Gabinet psychologa	styczeń – grudzień 2016 ok. 9 godzin tygodniowo	

						-Poszukajmy porozumienia (konstruktywne rozwiązywanie konfliktów) <b>d)W zależności od bieżących potrzeb</b> -Terapia indywidualna dla uczestników oraz członków ich rodzin (wsparcie, poradnictwo psychologiczne, interwencja kryzysowa) -Dokonywanie diagnozy psychologicznej uczestników -Pogadanka/psychoedukacja na temat bieżących problemów społecznych, emocjonalnych -Psychoedukacja/ prezentacja na temat kultury, obrzędów, obchodów świąt i rocznic
--	--	--	--	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

#### 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

<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	Wsparcie oraz bezpośrednia pomoc w załatwianiu spraw urzędowych	52	Pracownik socjalny: Jolanta Pietrzak	Gabinet pracownika socjalnego, powiat poddębicki	styczeń – grudzień 2016 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:

- Rozwijanie umiejętności szukania pomocy w odpowiednich instytucjach,
- Częste kontakty z najbliższym otoczeniem celem wsparcia oraz utrzymania współpracy w zakresie realizacji Indywidualnego Planu Postępowania wspierająco - Aktywizującego,
- Wzmacnianie odpowiednich postaw rodziny i środowiska w stosunku do osób upośledzonych umysłowo i chorych psychicznie,
- Integracja nowych uczestników i utrzymanie dobrych relacji w społeczności oraz osób z ich najbliższego otoczenia,
- Stymulowanie do budowania pozytywnych relacji pomiędzy uczestnikiem a społeczeństwem oraz najbliższym otoczeniem,
- Integrowanie uczestników ze środowiskiem rodzinnym oraz lokalnym,
- Rozwinięcie oraz wzmocnienie aktywności i samodzielności życiowej uczestników,
- Utrzymanie współpracy i koordynacji działań instytucji i organizacji istotnych dla zaspokojenia potrzeb uczestników,
- Wzmacnianie oddziaływań terapeutycznych proponowanych przez PŚDS poprzez kontakt z domem rodzinnym, środowiskiem sąsiedzkim, kręgiem rówieśniczym

PORADNICTWO SOCJALNE – tabela 9

Lp.	Forma pracy	Liczba uczestników treningu/zajęć	Osoba odpowiedzialna	Sala zajęć	Termin realizacji	Informacja o sposobie realizacji zajęć
1	Indywidualne i grupowe poradnictwo socjalne	50	Pracownik socjalny: Jolanta Pietrzak	Gabinet pracownika socjalnego	styczeń – grudzień 2016 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: Jolanta Pietrzak	Budynek PŚDS oraz jego otoczenie	styczeń – grudzień 2016 wynikający z Harmonogramu Imprez na 2016	<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 2016,</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:

- Utrwalanie działań związanych z obchodzeniem Świąt z zachowaniem tradycji i obyczajów panujących w naszym kraju
- Nabywanie, podtrzymywanie oraz utrwalanie umiejętności spędzania wolnego czasu, (różnorodność form)
- Korzystanie z komputera, urządzeń biurowych, internetu w celu zdobywania ciekawych informacji oraz efektywnego spędzania czasu wolnego,
- Podtrzymywanie oraz utrwalanie osiągniętych dotychczas umiejętności poznawczych – np. pisanie, czytania ze zrozumieniem,
- Inicjowanie oraz organizacja działań i imprez integracyjnych adresowanych do społeczności lokalnej
- Poszukiwanie interesującej tematyki w sferze literatury, prasy, filmu, telewizji, audycji radiowych oraz teatru,
- Podtrzymywanie oraz utrwalanie umiejętności korzystania z muzyki w celach związanych z optymalnym funkcjonowaniem (relaksacja, uwrażliwienie, odreagowanie, rozwój uzdolnień muzyczno - wokalnych)
- Systematyczne tworzenie gazetek informacyjnych jako środek przekazu informacji, utrwalania ważnych informacji oraz motywacji do dalszych działań, a także promowania pozytywnego obrazu osób niepełnosprawnych w środowisku lokalnym,
- Inspirowanie do zachowań kreatywnych i poszukiwanie własnych środków wyrazu artystycznego,
- Utrzymanie efektywnych form współpracy – inicjatywy wpisane na stałe w harmonogram Planowanych Imprez Okolicznościowych na 2016r., gminy, powiatu, województwa – przeglądy, wystawy, imprezy artystyczne, sportowe i inne,

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

Lp.	Forma pracy	Liczba uczestników treningu/zajęć	Osoba odpowiedzialna	Sala zajęć	Termin realizacji	Informacja o sposobie realizacji zajęć
1.	Trening komputerowy	30	Terapeuta: Iwona Nowak	Pracownia komputerowa i urządzeń biurowych	styczeń – grudzień 2016 ok. 10 godzin tygodniowo	Zajęcia w pracowni komputerowej i urządzeń biurowych odbywają się codziennie. Program zajęć dostosowany jest do stopnia niepełnosprawności i możliwości uczestnika. Zajęcia w pracowni komputerowej prowadzone są za pomocą różnych metod i form pracy dostosowanych indywidualnie do uczestników w zależności od stopnia ich niepełnosprawności oraz umiejętności pisania i czytania, zdolności manualnych. Podopieczni uczą się praktycznej obsługi komputera, poznają system operacyjny i najważniejsze jego programy (edytory tekstu, programy do grafiki komputerowej programów Paint, Office Word), a także korzystają ze sprzętów peryferyjnych takich jak drukarka czy aparat cyfrowy. Uczestnicy oswiają się z nowoczesną techniką i uczą jak praktycznie wykorzystać tę wiedzę w życiu codziennym. Obsługa komputera oraz umiejętność jego zastosowania zwiększają bowiem możliwość w funkcjonowaniu społecznym – porozumiewaniu się na odległość, aktywizację zawodową. Zajęcia w pracowni są także miejscem gdzie uczestnicy korzystają z różnego typu gier, układają puzzle, słuchają muzyki, oglądają filmy. Uczestnicy korzystają również z różnorodnych multimedialnych programów edukacyjnych. Zakres merytoryczny będzie obejmował naukę edytorów tekstu Word, Word Pad, Notatnika oraz innych przydatnych aplikacji np: Power Point, Windows Media Player i Publisher. Poznawanie obsługi urządzeń peryferyjnych w tym

					<p>drukarek, skanera, pendriva, kserokopiarki ,niszczarki do dokumentów, laminarki, bindownicy ,faksu, laptopa. Trening komputerowy odbywać się będzie przy stanowisku komputerowym z wykorzystaniem metod pracy indywidualnej, modelowania, prezentacji. Pracownia komputerowa i urządzeń biurowych wyposażona jest w komputery oraz stałe łącze internetowe, które umożliwiają swobodny dostęp do wszelkiego rodzaju informacji. Uczestnicy poznają wirtualny świat Internetu, uczą się korzystać z różnych wyszukiwarek, zakładają konta elektroniczne, wysyłają maile.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Poznawanie podstawowych pojęć dotyczących budowy komputera i ich przeznaczenie(komputer, monitor, mysz, klawiatura). Omówienie poszczególnych elementów wchodzących w skład zestawu komputerowego.</li> <li>2. Poznawanie i utrwalanie wyglądu pulpitu. Otwieranie i zamykanie komputera. Wprowadzenie pojęć: pulpit, ikona, pasek zadań, okno programu.</li> <li>3. Utrwalanie posługiwanie się myszką np układanie puzzli.</li> <li>4. Poznawanie edytora graficznego MS Paint. Wprowadzenie pojęć: edytor graficzny, paleta barw. Tworzenie własnego folderu do zapisywania swoich prac.</li> <li>5. Rysowanie i malowanie na ekranie z wykorzystaniem pędzla, ołówka, linii. Przedstawienie wybranych narzędzi edytora graficznego.</li> <li>6. Komputerowe kolorowanki- wypełnianie konturów kolorem, dorysowywanie elementów do rysunków. Przedstawienie możliwości anulowania ostatnio wykonanych operacji (Ctrl+ Z)</li> <li>7. Wykonywanie własnych rysunków z wykorzystaniem zdobytych umiejętności. Tworzenie barwnych ilustracji na podany temat.</li> <li>8. Kopiowanie i przesuwanie fragmentu rysunku. Przekształcanie obrazu na różne sposoby. Posługiwanie się funkcją kopiuuj, przerzuć, obróć, rozciągnij, pochyl.</li> <li>9. Wstawianie tekstu do rysunku. Formatowanie tekstu.</li> <li>10. Korzystanie z gier i programów edukacyjnych i słowników Multimedialnych umieszczonych na płytach CD-ROM.</li> <li>11. Omówienie budowy klawiatury oraz funkcji poszczególnych grup klawiszy, właściwe umieszczenie rąk na klawiaturze. Ćwiczenia w sprawnym posługiwaniu się klawiaturą.</li> <li>12. Poznawanie edytora „Word Pad”. Zapoznanie się z możliwościami edytora. Poznawanie sposobu formatowania tekstu (doboru kroju, wielkości liter, koloru czcionki).</li> <li>13. Zaznaczanie wyrazów, zdań, akapitów. Ćwiczenia edycyjne (polecenia wytnij, kopiuuj, wklej).</li> <li>14. Wstawianie i rysowanie tabel oraz ich formatowanie .Wpisywanie tekstu do tabeli i poza tabelą w programie EXEL.</li> <li>15. Przepisywanie krótkich tekstów bajek, wierszy. Wstawianie ilustracji do tekstu (przygotowanych w edytorze graficznym lub z ClipArt- ów).</li> <li>16. Uruchamianie przeglądarki internetowej, wpisywanie adresu, poruszanie się po stronach internetowych. Poznawanie sposobu wyszukiwania informacji w Internecie</li> <li>17. Korzystanie z wybranych gier i aplikacji o treściach edukacyjnych i wychowawczych.</li> <li>18.Korzystanie ze sprzętów znajdujących się w pracowni: kserokopiarka, drukarka,</li> </ol>
--	--	--	--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

						<p>skaner, bindownica, laminarka, niszczarka do dokumentów, faks, aparat cyfrowy.</p> <p>19. Projektowanie kartek okolicznościowych, zaproszeń, dyplomów, broszur promujących ośrodek w programie PUBLISHER.</p> <p>20. Zastosowanie poznanych programów do wykonywania samodzielnej prezentacji multimedialnej w POWER POINT.</p> <p>21. Korzystanie z portali społecznościowych i komunikatorów internetowych Facebook, Nasza Klasa, Gadu-Gadu, Skype.</p> <p>22. Odsłuchiwanie książek e-book.</p> <p>23. Oglądanie filmów zgodnie z przewidzianym programem zajęć na You Tube.</p> <p>24. Zastosowanie programu PICTURE MANAGER do obrabiania zdjęć, przycinania, kopiowania itp.</p>
2.	Realizacja działań wg Harmonogramu Planowanych Imprez Okolicznościowych na 2016 rok – integracja środowiska, turystyka, ekologia, wydarzenia sportowo – kulturalne jako formy spędzania czasu wolnego	52	Starszy terapeuta: Mirosław Madajski (koordynator działań)	PŚDS Czepów, gmina Uniejów, powiat poddębicki, województwo łódzkie	styczeń – grudzień 2016 działania akcyjne	Realizacja działań wg Harmonogramu Planowanych Imprez Okolicznościowych na 2016 rok – integracja środowiska, turystyka, wydarzenia sportowo – kulturalne jako formy spędzania czasu wolnego. Współpraca z instytucjami samorządowymi, organizacjami pozarządowymi, korzystanie z walorów turystycznych województwa łódzkiego.
3.	Trening rozwijania zainteresowań literaturą, prasą, filmem, telewizją oraz radiem	30	Instruktor Terapii Zajęciowej : Katarzyna Kwiatosińska	Pracownia zajęć świetlicowych	styczeń – grudzień 2016 ok. 10 godzin tygodniowo	<p><b>Trening rozwijania zainteresowań literaturą, prasą, filmem, telewizją oraz radiem</b> prowadzony jest w grupach uczestników o różnym potencjale, a każdy uczestnik realizuje - indywidualny cel dostosowany do swoich możliwości psychofizycznych. 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 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 filmem:</li> <li>3. Trening rozwijania zainteresowań radiem:</li> <li>4. Oglądanie znanych bajek i baśni (np. Kot w butach)</li> <li>5. Zmiana kanałów telewizyjnych – przypomnienie obsługi pilota</li> <li>6. Oglądanie programów telewizyjnych – obiektywne podejście do wiadomości i informacji przekazywanych przez media</li> </ol>



					<p>7. Menu telewizora – ustawienie koloru, formatu, obrazu, jasności, głośności, – doskonalenie umiejętności</p> <p>8. Doskonalenie obsługi telegazety</p> <p>9. Przypomnienie i utrwalenie gatunków filmowych ( komedie, horrory, sensacyjne, przygodowe, fantastyczne, historyczne animowane, dokumentalne, fabularne itp.), oglądanie fragmentów</p> <p>10. Pięć najlepszych polskich programów kulinarnych -analiza i komentarze</p> <p>11. Znani i podziwiani aktorzy polskich i zagranicznych seriali</p> <p>12. Plakat na temat: Dobre i złe strony TV .</p> <p>13. Kto to jest reżyser? – analiza i komentarze</p> <p>14. Rozmowa nt. Zagrożenia płynące z niewłaściwego korzystania z telefonu</p> <p>15. Czym różni się teatr od kina ? rozmowa</p> <p>16. Seans filmowy – tematyka bożonarodzeniowa</p> <p>17. Pogadanka nt. „Telewidz czy Telemaniak ? ” – burza mózgów</p> <p>18. Trening rozwijania zainteresowań literaturą</p> <p>19. Słuchanie oraz analiza krótkich opowiadań oraz bajek</p> <p>20. Biografia – Jan Paweł II</p> <p>21. Zabawy z gazetami- (odreagowanie napięć, kształtowanie ekspresji twórczej, kształtowanie umiejętności współdziałania w grupie)</p> <p>22. Rozwijanie zainteresowań prasą poprzez:</p>
4.	Zajęcia świetlicowe	52	Instruktor Terapii Zajęciowej : Katarzyna Kwiatosińska	Pracownia zajęć świetlicowych	<p>styczeń – grudzień 2016 ok. 10 godzin tygodniowo</p> <p><b>Zajęcia świetlicowe</b> 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 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> <p>1. Nabywanie, podtrzymywanie oraz utrwalanie zasad BHP</p> <p>2. Doskonalenie, rozwijanie zainteresowań, uzdolnień w zakresie umiejętności gier stolikowych: rozgrywki warcabowe, szachy, memory, rummikub, chińczyka, układanie puzzli, karty Piotruś, historia Polski, chwiejąca się wieża itp.</p> <p>3. Doskonalenie umiejętności gry w warcaby podczas spotkań koła warcabowego:</p>

					<p>4. Doskonalenie umiejętności wykorzystania posiadanej wiedzy:</p> <p>5. Opieka nad akwariem:</p> <p>6. Prowadzenie kroniki dokumentującej wszystkie ważne wydarzenia placówki oraz wyszukiwanie artykułów w prasie o placówce</p> <p>7. Aktualizacja gazetki ściennej - pisać o nas</p> <p>8. Utrwalanie umiejętności korzystania z zegara oraz kalendarza</p> <p>9. Przypominanie i utrwalanie nazw dni tygodnia, miesięcy i pór roku</p> <p>10. Podtrzymywanie wiadomości i umiejętności szkolnych:</p> <p>a) podtrzymywanie umiejętności liczenia (dodawanie i odejmowanie w zakresie 10, 20, 100, 1000 w pamięci, na liczmanach, sposobem pisemnym; utrwalanie tabliczki mnożenia, mnożenie i dzielenie liczb wielocyfrowych sposobem pisemnym; rozwiązywanie zadań tekstowych, grafów, łamigłówek, krzyżówek itp.),</p> <p>b) ćwiczenia w pisaniu (np. po śladzie),</p> <p>c) ćwiczenia doskonalące czytanie ze zrozumieniem,</p> <p>d) ćwiczenia w mówieniu,</p> <p>e) ćwiczenia grafomotoryczne usprawniające technikę pisania i rysowania,</p> <p>f) dyktanda graficzne oraz ortograficzne,</p> <p>g) ćwiczenia rozwijające myślenie,</p> <p>h) poznawanie topografii miasta tj. nazwy ulic, urzędy, instytucje, itp.</p> <p>i) zabawa z globusem. Poznajemy i utrwalamy kontynenty świata,</p> <p>j) zabawy z alfabetem</p> <p>11. Czy jest nam potrzebny autorytet na życie? (uświadomienie ważności wyboru pozytywnego autorytetu)- rozmowa</p> <p>12. Gry i zabawy edukacyjne na świeżym powietrzu</p> <p>13. Śniadanie Wielkanocne oraz Wieczera Wigilijna w PŚDS w Czepowie</p> <p>14. Kartki wielkanocne i bożonarodzeniowe</p> <p>15. Andrzejki w PŚDS</p> <p>16. Rozmowy na temat Świąt i ważniejszych wydarzeń np. Wielkanoc, Boże Narodzenie, Dzień Babci i Dziadka, Walentynki itp.</p> <p>17. Redagowanie gazetek ściennych dotyczących świąt, pór roku oraz ważniejszych wydarzeń</p> <p>18. VII Igrzyska Pod Dachem (rozmowa na temat gra fair play)</p> <p>19. Fotografia w plenerze podczas wycieczki rekreacyjnej lub spaceru (nauka dostrzegania piękna otaczającej nas przyrody):</p> <p>20. 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 2016 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 psychofizycznych. Terapeuta zwraca szczególną uwagę na dwa obszary: motywacja i zaangażowanie na zajęciach oraz umiejętności</p>

					<p>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 i trudniejszych, 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. Wykonywanie gobelinów</li> <li>5. Wykonywanie ram do gobelinów</li> <li>6. Doskonalenie haftowania w zakresie haftu – płaskiego, krzyżkowego, richelieu</li> <li>7. Poznanie podstawowych technik krawieckich: <ul style="list-style-type: none"> <li>- nawlekanie nitki na igłę, robienie pętelki</li> <li>-łączenie tkanin podstawowymi ściegami</li> <li>-wykonywanie prostych ściegów ozdobnych</li> </ul> </li> <li>8. Posługiwanie się maszyną do szycia- wykonywanie prostych czynności w zakresie jej obsługi</li> <li>9. Szycie kostiumów do przedstawień</li> <li>10. Naprawa odzieży uczestników</li> <li>11. Wykonywanie przedmiotów użytkowych( szkatułki, wazon)</li> <li>12. Odlewy świec z wosku</li> <li>13. Obrazy na sklejce drewnianej wykonane przy użyciu wypalarki do drewna:</li> <li>14. Wykonanie obrazów na drewnie: <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>15. Malowanie różnymi rodzajami farb: plakataowymi, akwarelami, do szkła, węglem, pastelami olejnymi i suchymi, kredkami ołówkowymi i świecowymi</li> <li>16. Dekoracja przedmiotów szklanych np. butelek, mis, talerzy</li> <li>17. Decupage- ozdabianie doniczek butelek i lampionów</li> <li>18. Tworzenie obrazów z liści, płatków kwiatów (ususzonych),</li> <li>19. Dekorowanie modeli styropianowych</li> <li>21. Wykonywanie prac z bibuły i krepiny</li> <li>22. 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> </ul> </li> </ol>
--	--	--	--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

					<p>-wykorzystanie wykonanych przedmiotów w życiu codziennym</p> <p>23. Papierowa wiklina- wykonywanie przedmiotów ozdobnych i użytkowych</p> <p>24. Wykorzystanie materiałów ekologicznych (darów natury) w sztuce, zbieranie i suszenie liści, gałęzi, kasztanów, szyszek,, traw, nasion roślin, owoców, mchu, muszli, trzciny itp.</p> <p>25. Papieroplastyka:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kwiaty origami</li> <li>-składanie zwierząt oraz kwiatów z papieru</li> </ul> <p>26.Szydełkowanie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-poznawanie przyborów do szydełkowania i sposobów posługiwania się nimi</li> </ul> <p>27.Bukiety z roślin polnych (zbieranie roślin, poznawanie ich nazw oraz układanie barwnych kompozycji).</p> <p>28. Masa solna:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-poznanie składników,</li> <li>- nauka wykonania masy,</li> <li>-lepienie aniołków z masy</li> </ul> <p>29.Wykonywanie figurek z gipsu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-dobór odpowiednich przyborów</li> <li>-wykonanie masy gipsowej</li> <li>-uzupełnianie form masą gipsową</li> <li>-ozdabianie figurek farbami akrylowymi i brokatem</li> </ul> <p>30. Kalkowanie przez kalkę techniczną</p> <p>31. Dekoracja ośrodka - rozwieszanie obrazów, ustawianie dekoracji</p> <p>32.Wykonanie wieńca dożynkowego:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-zbieranie różnych gatunków zbóż</li> <li>-dobór i odmierzanie materiału</li> <li>-docinanie</li> <li>-zbijanie, skręcanie, sklejanie, naklejanie</li> </ul> <p>33. VI Jarmark Wilamowski – wystawa prac(wykonanie obrazów, rysunków, przedmiotów użytkowych i dekoracyjnych)</p> <p>34.Udział w Festiwalu „Królestwo Lili” w Uniejowie – wystawa prac(wykonanie prac plastycznych o tematyce dowolnej z wykorzystaniem różnych technik i materiałów).</p> <p>35. Śniadanie Wielkanocne i Wieczera Wigilijna w PŚDS w Czepowie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- dekoracja sali oraz stołów</li> </ul> <p>36. Ozdoby choinkowe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-przygotowanie materiału tematycznego i segregacja ozdób z ubiegłych lat;</li> <li>- rekonstrukcja łańcuchów, girland, bombek(przyklejanie elementów ozdobnych, ozdabianie brokatem)</li> </ul>
--	--	--	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

					<ul style="list-style-type: none"> <li>- ubieranie choinki w PŚDS w Czepowie oraz dekoracja ośrodka</li> <li>- Mikołajki w Uniejowie</li> <li>37. Stroiki wielkanocne i bożonarodzeniowe- wykonanie</li> <li>38. Porządkowanie pracowni i dbanie o rośliny doniczkowe</li> </ul>
6.	Muzykoterapia	52	Starszy terapeuta: Miroslaw 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. Nagrywamy płytę o tematyce religijnej</li> <li>2. Podstawy gry na instrumentach strunowych - gitara, instrument klawiszowy, instrumenty perkusyjne, ksylofon</li> <li>3. Pobudzanie i rozwijanie wyobraźni – wykonywanie ilustracji plastycznych do wysłuchanego utworu instrumentalnego.</li> <li>4. Tworzenia prostych akompaniamentów do znanych piosenek.</li> <li>5. Muzyka biesiadna - tradycja i kultura Polski</li> <li>6. Rozpoznawanie dźwięków – brzmienie, wysokość i długość trwania.</li> <li>7. Utrwalenie nazewnictwa i wyglądu instrumentów.</li> <li>8. Konkurs recytatorski</li> <li>9. Realizacja audycji radiowych w PŚDS - "Radio KANADA"</li> <li>10. Mała improwizacja – tworzenie prostych melodii do wybranych tekstów z gazet.</li> <li>11. Kształtowanie poczucia rytmu</li> <li>12. Świat muzyki – kształtowanie upodobań i gustów muzycznych (słuchanie różnych artystów, oglądanie teledysków i fragmentów koncertów).</li> <li>13. Gry, zabawy, tańce oraz zagadki słowno-muzyczne.</li> <li>14. Usprawnianie pamięci poprzez naukę tekstów piosenek „ze słuchu”.</li> <li>15. Słuchanie i śpiew współczesnych przebojów.</li> <li>16. Relaksacja z wizualizacją – trening autogenny</li> <li>17. Zabawy taneczno-integracyjne (taniec w parach), dyskoteki.</li> <li>18. Ćwiczenia dykcyjne, emisyjne.</li> <li>19. Tańce integracyjne wg Planzy – kształtowanie świadomości ruchów własnego ciała.</li> <li>20. Przygotowanie do Festiwalu: <ul style="list-style-type: none"> <li>- "Integracja" - Sędziejowice</li> <li>- „Miłosierne Nutki” – Świnice Warckie</li> <li>- „Festiwal Piosenki Wakacyjnej” - Łęczycza</li> </ul> </li> </ol>

						<ul style="list-style-type: none"> <li>- „Przez Dziurkę Od Klucza” – Aleksandrów Łódzki</li> <li>- „Festiwal Sztuk Wszelakich” – Łódź</li> <li>- „Albertiana” – eliminacje do Festiwalu w Krakowie</li> <li>- „Święta u Dobrych Aniołów” - Tomaszów Mazowiecki</li> <li>21. Ekspresja ruchowa – swobodne wyrażanie ruchem za pomocą gestów ilustrujących teksty piosenek</li> <li>22. WIOSNA w poezji i muzyce – słuchanie muzyki klasycznej np. „Cztery pory roku” Vivaldiego.</li> <li>23. Śpiew kolęd polskich i pastorałek.</li> <li>24. Praca na sprzęcie estradowym - nagłośnienie, akustyka</li> </ul>
--	--	--	--	--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## VII. TERAPIA RUCHOWA

### Cele szczegółowe:

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

### TERAPIA RUCHOWA – FORMY PRACY – tabela 7

<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.	Zajęcia sportowe, rekreacja	52	Instruktor terapii ruchem, fizjoterapeuta: Michał Krzemiński	Pracownia terapii ruchem, świetlica sportowa, boisko sportowe, park	styczeń – grudzień 2016 ok. 8 godzin tygodniowo	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozwijanie ogólnej sprawności fizycznej poprzez gimnastykę kompensacyjną,</li> <li>2. Ćwiczenia kształtujące koordynację ruchową:</li> <li>3. Ćwiczenia rozwijające cechy motoryczne:</li> <li>4. Sporty zimowe :</li> <li>5. Rzutki:</li> <li>6. Przypomnienie zasad bezpieczeństwa oraz przestrzegania zasad fair play podczas zajęć sportowych oraz zawodów.</li> <li>7. Treningi sportowe w tenisa stołowego:</li> </ol>

					8. Gazetka ścienna: Aktywność sportowa zimą 9. Igrzyska Pod Dachem (turniej wewnątrz ośrodka): 10. Regionalny Turniej Tenisa Stołowego Olimpiad Specjalnych (Rawa Mazowiecka) 11. Aktywność na świeżym powietrzu: 12. Treningi sportowe przygotowujące do udziału w zawodach lekkoatletycznych: 13. Treningi sportowe przygotowujące do udziału w turnieju piłki nożnej: 14. Współdziałanie i współpraca w zespole poprzez treningi gier zespołowych: 15. Prezentowanie siebie na zawodach i imprezach sportowych w roli zawodnika oraz kibica 16. Święto Sportu – Mistrzostwa Ośrodka w konkurencjach Indywidualnych w ramach Dni Godności Osoby Niepełnosprawnej 17. Mecz integracyjny w piłkę siatkową i piłkę nożną: uczestnicy-terapeuci 18. Trening lekkoatletyczne przygotowujące do biegów przełajowych: 19. Gazetka ścienna-rekordy sportowe (aktualizacja) 20. Sprzątanie Świata 21. Unihokej 22. Posumowanie roku 2016 najciekawsze wydarzenia w PŚDS
2.	Zajęcia usprawniające w zakresie motoryki i lokomocji,	32	Instruktor terapii ruchem, fizjoterapeuta: Michał Krzemiński	Pracownia terapii ruchem, świetlica sportowa, boisko sportowe, park	styczeń – grudzień 2016 ok. 10 godzin tygodniowo <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 ruchowego</li> </ol>
3.	Fizykoterapia	30	Instruktor terapii ruchem, fizjoterapeuta: Michał Krzemiński	Pracownia fizykoterapii	styczeń – grudzień 2016 ok. 7 godzin tygodniowo <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:            kinezyterapia: gimnastyka lecznicza, leczenie ruchem            elektroterapia: jonoforeza, elektrostymulacja, interferencje, tens,            magnetoterapia, fonoterapia, ultradźwięki, światłoterapia: sollux, bioptron,            laseroterapia, krioterapia, ciepłolecznictwo            hydroterapia, masaże</li> </ol>

## 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:

- Utrwalanie nawyków sprzyjających dobremu funkcjonowaniu w roli pracownika (punktualność, systematyczność, rzetelność, współpraca w zespole, samodzielność, dbałość o jakość),
- Rozwijanie umiejętności współpracy w grupie oraz odpowiedzialności za swój udział w całości wykonania (estetyka wykonania, zachowanie kolejności działań, koncentracja na celu, zakończenie działania)
- 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
- Kształtowanie zaradności, samodzielności, niezależności oraz konsekwentnego postępowania 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

Lp	Forma pracy	Liczba uczestników w treningu/wzajem	Osoba odpowiedzialna	Sala zajęć	Termin realizacji	Informacja o sposobie realizacji zajęć
1.	Ergoterapia	40	Pracownik socjalny, terapeuta: Jolanta Pietrzak	Pracownia stolarsko – techniczna, budynek PŚDS wraz otoczeniem parkowym	styczeń – grudzień 2016 ok. 10 godzin tygodniowo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zapoznanie się z przepisami i zasadami BHP</li> <li>- Przestrzeganie przepisów i zasad BHP</li> <li>- Gromadzenie ziaren zbóż w celu zimowego dokarmiania zwierząt w parku</li> <li>- Dokarmianie zwierząt</li> <li>- Naprawa karmników</li> <li>- Naprawa paśników</li> <li>- Wykonywanie karmników i paśników</li> <li>- Zawieszanie karmników</li> <li>- Umieszczanie paśników na terenie parku</li> <li>- Porządkowanie wokół placówki</li> <li>- Porządkowanie posesji, dbałość o trawnik</li> <li>- Pielęgnacja boiska do piłki nożnej</li> <li>- Pielęgnacja boiska do piłki koszykówki.</li> </ul>



					<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utrzymanie klombów.</li> <li>- Przycinanie żywopłotów za pomocą sekatora, nożyc ogrodniczych</li> <li>- Praca w parku np. usuwanie gałęzi, liści.</li> <li>- Zbieranie kasztanów.</li> <li>- Pomoc w składowaniu opału na rzecz placówki.</li> <li>- Poznajemy narzędzia niezbędne do wykonania drobnych napraw( młotek, piła ręczna do drewna, itp.).</li> <li>- Naprawy, konserwacja narzędzi i urządzeń do pracy w parku.</li> <li>-Dbałość i estetykę otoczenia budynku PŚDS (cały rok).</li> <li>- Przegląd tabliczek z nazwami drzew znajdujących się na terenie parku.</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”.</li> <li>- Pogadanka nt. „ Bezpieczne zachowanie się na drodze”.</li> <li>- Pogadanka nt. „Bezpieczeństwo w okresie wakacyjnym”.</li> <li>- Akcja „Pomagamy Innym”.</li> <li>- Nabywanie umiejętności współpracy w grupie.</li> <li>- Pomoc w organizacji imprez kulturalnych na rzecz placówki np. zabawa karnawałowa, Powiatowa Spartakiada Osób Niepełnosprawnych Intelktualnie, Dzień Godności Osób Niepełnosprawnych, Śniadanie Wielkanocne, Wieczera Wigilijna, Walentynki, Dzień Wiosny, Sprzątanie świata, Odwiedzamy cmentarze– wycieczka objazdowa itp.</li> <li>- Wysiew nasion do skrzynek roślin jednorocznych.</li> <li>- Pikowanie roślin do skrzynek balkonowych i donic.</li> <li>- Pielęgnacja roślin w skrzynkach.</li> <li>- Pielęgnacja roślin doniczkowych.</li> <li>- Porządkowanie terenu boiska do piłki nożnej (likwidacja kretowin).</li> <li>- Organizacja wycieczek rekreacyjnych.</li> <li>- Organizowanie pikników i wyjazdów w teren.</li> <li>- Przygotowanie ogniska.</li> </ul>	
2.	Pogadanka tematyczna związana z rynkiem pracy	30	Pracownik socjalny, terapeuta: Jolanta Pietrzak we współpracy z Powiatowym Urzędem	Sala ogólna (muzykotera pii)	Pogadanka – 4 godziny, 2016	Pogadanka organizowana we współpracy z Powiatowym Urzędem Pracy w Poddębicach, której głównym celem będzie: kształtowanie motywacji i umiejętności poszukiwania pracy dorywczej, sezonowej, na stanowiskach pracy chronionej i otwartym rynku pracy

			<i>Pracy w Poddębicach</i>				
4.	Rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień	Sport	11	<i>Instruktor terapii ruchem, fizjoterapeuta: Michał Krzemiński</i>	Pracownia terapii ruchem, świetlica sportowa, boisko sportowe, park	<i>styczeń – grudzień 2016</i> ok. 5 godzin tygodniowo	Realizacja planu terapii ruchowej, doskonalenie umiejętności, udział w treningach sportowych, zawodach, mityngach w konkurencjach lekkoatletycznych, tenis stołowy, piłka nożna, siatkówka, przynależność do Olimpiad Specjalnych POLSKA – łódzkie.
		Muzyka	17	<i>Starszy Terapeuta: Mirosław Madajski</i>	Pracownia muzykoterapii	<i>styczeń – grudzień 2016</i> ok. 3 godzin tygodniowo	Realizacja planu muzykoterapii, doskonalenie umiejętności, udział w próbach wokalnno – instrumentalnych Zespołu Pozytywka, udział w Festiwalach i Przeglądach, doradztwo merytoryczne, współpraca z placówkami kulturalno – oświatowymi.
		Kulinararia	2	<i>Instruktor Terapii zajęciowej: Krystyna Musiała</i>	Pracownia kulinarna, jadalnia, magazynek	<i>styczeń – grudzień 2016</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	1	<i>Starszy Terapeuta: Agnieszka Jaskuła</i>	Pracownia Terapii manualnej Pracownia stolarsko - techniczna	<i>styczeń – grudzień 2016</i> ok. 3 godzin tygodniowo	Realizacja własnych koncepcji plastycznych, poznanie nowych technik, praca nad estetyką, wzmocnienie umiejętności kreatywnego działania i cierpliwości.
		Gry stolikowe	5	<i>Instruktor Terapii Zajęciowej: Katarzyna Kwiatosińska</i>	Pracownia zajęć świetlicowych	<i>styczeń – grudzień 2016</i> ok. 2 godzin tygodniowo	Realizacja planu zajęć świetlicowych, doskonalenie umiejętności w zakresie gier stolikowych, szczególnie: warcaby, szachy, samodzielność
		Informatyka	1	<i>Terapeuta: Iwona Nowak</i>	Pracownia komputerowa i urządzeń biurowych	<i>styczeń – grudzień 2016</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:

- Utrwalenie współpracy ze środowiskiem rodzinnym w celu zapewnienia optymalnego przebiegu farmakoterapii
- Motywowanie do samodzielnego korzystania z pomocy lekarskiej itp.
- Korzystanie ze świadczeń medycznych zapewnianych przez NFZ w miejscu zamieszkania
- Nabywanie, podtrzymywanie oraz utrwalanie nawyków i umiejętności dbania o własne zdrowie,
- Kształtowanie i utrwalanie postawy prozdrowotnej poprzez pogadanki tematycznie związane ze zdrowym trybem życia,
- Zwiększenie świadomości poznawczej w obszarach związanych z różnymi dziedzinami życia – higiena, stosunek do nałogów, zdrowe odżywianie, rekreacja itp.,
- Psychoedukacja w zakresie seksualności,
- "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	50	Pielęgniarka, instruktor terapii zajęciowej: Krystyna Musiała	Gabinet pielęgniarki, jadalnia	styczeń – grudzień 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ćwiczenie pamięci systematyczności oraz samodzielności w przyjmowaniu leków,</li> <li>- uświadamianie konieczności i zasadności przestrzegania czasu oraz dawki leku.</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,	Gabinet	styczeń –	<ul style="list-style-type: none"> <li>- jak sobie radzić przy dolegliwościach reumatycznych, bólach pleców,</li> </ul>

			instruktor terapii zajęciowej: Krystyna Musiała	pielęgniarki; jadalnia	grudzień 2016 ok. 3 godzin tygodniowo	<p>schorzeniach układu trawiennego, bólach głowy, migrenie, zaburzeniach snów, stresie, przy częstych przeziębieniach - domowe sposoby,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- leki naturalne w apteczce domowej, np. przeciw wzdęciom, zaburzeniom snu itd.,</li> <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 skórnyom,</li> <li>- rozmowa nt szczepień profilaktycznych,</li> <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>- zapoznanie się z leczniczymi substancjami zawartych w warzywach, np. "czynnik antywrzodowy kapusty", marchew - broń przeciw owsikom i glizdom ludzkim,</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, proszenie 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	40	Pielęgniarka, instruktor terapii zajęciowej: Krystyna Musiała	Gabinet pielęgniarki	styczeń – grudzień 2016 działanie doraźne	- uzgadnianie terminów wizyt u lekarza rodzinnego i lekarzy specjalistów - przypominanie o korzystaniu ze specjalistycznych wizyt lekarskich wg potrzeb uczestnika - przypominanie o okresowych i systematycznych badaniach lekarskich - pomoc w organizowaniu bezpiecznego dojazdu do lekarza,
---	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----	------------------------------------------------------------------	----------------------	----------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## X. Wykaz osób prowadzących proponowane formy wsparcia.

### ZESPÓŁ WSPIERAJĄCO - AKTYWIZUJĄCY - tabela 10

Pracownik/ imię i nazwisko	kwalifikacje	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 - Fundusze Unii Europejskiej - Trener II klasy karate	14 lat	<b>Główne zadania:</b> - Koordynowanie pracy terapeutycznej w placówce - Koordynowanie i monitorowanie pracy zespołu wspierająco - aktywizującego, kontrola realizacji indywidualnych planów wsparcia oraz realizacji działań wynikających z Kalendarza na 2014 rok. - Inspirowanie do poszukiwania nowych celów i rozwiązań, - Opracowanie i przyjęcie kierunków pracy; - Dbanie o optymalne warunki pracy, - Dbanie o właściwy poziom usług, - Organizacja szkoleń i doszkalanie pracowników, - Pozyskiwanie funduszy pomocowych na potrzeby ponad standardowych zadań,	Umowa na czas nieokreślony Pełny etat
Starszy terapeuta Miroslaw Madajski (pełnomocnik Kierownika)	a) Wyższe z zakresu: - arteterapii - organizacji pomocy społecznej - marketingu i zarządzania b) Przygotowanie pedagogiczne (szkolenie przez WODN w Koninie) c) Szkolenie w zakresie „Emisji głosu” d) Szkolenia doszkalające w zakresie pracy z osobami dysfunkcyjnymi	14 lat	<b>Główne zadania:</b> - Muzykoterapia - Zebrania społeczności (koordynacja) - Koordynacja działań wg Harmonogramu Planowanych Imprez Okolicznościowych na 2016 rok – integracja środowiska, turystyka, ekologia, wydarzenia sportowo – kulturalne jako formy spędzania czasu wolnego - Rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień w zakresie muzyki <b>Ponadto:</b> - Trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów - Trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji - Trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych,	Umowa na czas nieokreślony Pełny etat

			właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych - Trening umiejętności praktycznych - Systematyczna współpraca z mediami w celu promowania działań uczestników oraz placówki,	
Starszy terapeuta Agnieszka Jaskuła	a) Wyższe – magisterskie w zakresie: - pedagogiki opiekuńczo – wychowawczej - terapia zajęciowa b) Wyższe w zakresie praca socjalna i opiekuńczo – wychowawcza c) Technik żywienia i gospodarstwa domowego d) Szkolenie z zakresu pedagogiki e) Szkolenia doksztalające w zakresie pracy z osobami dysfunkcyjnymi	8,5 roku	<b>Główne zadania:</b> - Terapia manualna - Rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień w zakresie plastyki <b>Ponadto:</b> - Trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów - Trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji - Trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych - Trening umiejętności praktycznych	Umowa na czas nieokreślony Pełny etat
Instruktor terapii ruchem, fizjoterapeuta Michał Krzemiński	a) Wyższe w zakresie: - pedagogika zdrowia - fizjoterapia b) Szkolenia doksztalające w zakresie pracy z osobami dysfunkcyjnymi	12 lat	<b>Główne zadania:</b> -Zajęcia sportowe, rekreacja -Zajęcia usprawniające w zakresie motoryki i lokomocji, -Fizykoterapia -Rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień w zakresie sportu <b>Ponadto:</b> - Trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów - Trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji - Trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych - Trening umiejętności praktycznych	Umowa na czas określony Pełny etat
Pielęgniarka, Instruktor Terapii Zajęciowej: Krystyna Musiała	a) Studium policealne – opiekun w domu pomocy społecznej b) Liceum medyczne c) Szkolenia doksztalające w zakresie pracy z osobami dysfunkcyjnymi d) Kurs Instruktora Terapii Zajęciowej	28 lat	<b>Główne zadania:</b> - Trening farmakologiczny - Trening kulinarny - Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza (m.in. psychiatry, neurologa) oraz pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia - Profilaktyka zdrowotna <b>Ponadto:</b> - Trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów - Trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji - Trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych - Trening umiejętności praktycznych	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. b) Szkoła policealna – tytuł pracownika socjalnego c) Wyższe w zakresie pedagogika resocjalizacyjna d) Technikum Ogrodnicze – tytuł – technik ogrodnictwa e) Szkolenia doksztalające w zakresie pracy z osobami dysfunkcyjnymi (animador pracy, asystent rodziny)</p>	<p>10,5 roku</p>	<p><b>Główne zadania:</b> - Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi - Ergoterapia - Indywidualne i grupowe poradnictwo socjalne - Wsparcie oraz bezpośrednia pomoc w załatwianiu spraw urzędowych - Współpraca ze środowiskiem lokalnym uczestnika - Pogadanka tematyczna związana z rynkiem pracy <b>Ponadto:</b> - Trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów - Trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji - Trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych - Trening umiejętności praktycznych</p>	<p>Umowa na czas nieokreślony Pełny etat</p>
<p>Instruktor Terapii Zajęciowej: Katarzyna Kwiatosińska</p>	<p>a) Wyższe z zakresu: - pedagogika specjalna – oligofrenopedagogika - terapia zajęciowa b) Szkolenia doksztalające w zakresie pracy z osobami dysfunkcyjnymi</p>	<p>3,5 roku</p>	<p><b>Główne zadania:</b> - zajęcia świetlicowe, - trening rozwijania zainteresowań literaturą, prasą, filmem, telewizją oraz radiem - rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień w zakresie gier stolikowych <b>Ponadto:</b> - Trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów - Trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji - Trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych - Trening umiejętności praktycznych</p>	<p>Umowa na czas określony Pełny etat</p>
<p>Terapeuta: Iwona Nowak</p>	<p>a) Wyższe – magisterskie - pedagogika społeczna - terapia zajęciowa b) Szkolenia doksztalające w zakresie pracy z osobami dysfunkcyjnymi</p>	<p>5,5 roku</p>	<p><b>Główne zadania:</b> - trening komputerowy - trening higieniczny - rozwijanie szczególnych zainteresowań i uzdolnień w zakresie informatyki <b>Ponadto:</b> - Trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów - Trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji - Trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych - Trening umiejętności praktycznych</p>	<p>Umowa na czas nieokreślony Pełny etat</p>

Psycholog: Martyna Pychowska - Abramczyk	a) Wyższe – magisterskie - psychologia - biologia b) Szkolenia dokształcające w zakresie pracy z osobami dysfunkcyjnymi	1,5 roku	<b>Główne zadania:</b> - Grupowa oraz indywidualna terapia psychologiczna <b>Dodatkowo – koordynacja działań związanych z:</b> - Trening w zakresie komunikacji, etyki i unikania konfliktów - Trening w zakresie współpracy i bycia w grupie oraz kształtowania pozytywnych relacji - Trening w zakresie kształtowania i stosowania norm społecznych, właściwe zachowanie w sytuacjach społecznych	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 - skuteczna komunikacja	Psycholog: Martyna Pychowska - Abramczyk	Maj 2016
2.	Sposoby zachowania się w sytuacjach zagrożenia ze strony uczestników	Maciej Grubski - kierownik	Lipiec/Sierpień 2016
3.	Stres i wypalenie zawodowe - sposoby zapobiegania	Psycholog: Martyna Pychowska - Abramczyk	Listopad 2016

W 2016 roku planowany jest także udział w ewentualnych szkoleniach i konferencjach organizowanych przez Regionalne Centrum Polityki Społecznej w Łodzi oraz Starostwo Powiatowe w Poddębicach.

## XII. HARMONOGRAM PLANOWANYCH IMPREZ OKOLICZNOŚCIOWYCH NA 2016 ROK

TABELA NR 12

Miesiąc	Działanie/Impreza
Styczeń	- dokarmianie zwierząt (styczeń – marzec) – <b>J. Pietrzak</b> - Jasełka w Zespole Szkół w Uniejowie – <b>M. Madajski</b> - <i>pogadanka nt. „Bezpieczne ogrzewanie i dogrzewanie pomieszczeń w sezonie zimowym”</i> – <b>J. Pietrzak</b> - Jasełka i Dzień Babci w SP Wilamowie – <b>J. Pietrzak</b> - dokarmianie zwierząt – <b>J. Pietrzak</b> - Zebranie społeczności – <b>M. Madajski</b>
Luty	- Igrzyska Pod Dachem (losowanie) – <b>M. Krzemiński/M. Madajski</b> - Udział w Ogólnopolskim Festiwalu Teatralnym „ALBERTIANA 2015 - <b>M. Madajski</b> - Sporty zimowe – polscy zawodnicy – <b>M. Krzemiński</b> - kartki i stroiki wielkanocne – <b>K. Kwiatosińska, A. Jaskuła</b>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zebranie społeczności – <b>M. Madajski</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 – nad rzeką Wartą – <b>J. Pietrzak</b></li> <li>- Dzień Łasucha – Tusty czwartek – <b>A. Jaskuła/K. Musiała</b></li> <li>- kartki i stroiki wielkanocne – <b>K. Kwiatosińska, A. Jaskuła</b></li> <li>- gazetka informacyjna – <i>WIOSNA</i> - <b>K. Kwiatosińska</b></li> <li>- Śniadanie Wielkanocne/Zakończenie i podsumowanie Igrzysk - <b>K. Musiała/M. Krzemiński</b></li> <li>- Zebranie społeczności – <b>M. Madajski</b></li> </ul>
Kwiecień	<ul style="list-style-type: none"> <li>- gazetka: <i>Sport to Zdrowie</i> – <b>M. Krzemiński</b></li> <li>- Dyskoteka – <b>M. Madajski/ Samorząd Uczestników</b></li> <li>- Teatr w PŚDS w Czepowie – <b>M. Madajski</b></li> <li>- wyjazd do Biblioteki - <b>K. Kwiatosińska</b></li> <li>- Wycieczka rowerowa połączona z grillem - <b>J. Pietrzak/K. Musiała</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>- Regionalny Turniej Olimpiad Specjalnych w Piłkę Nożną - <b>M. Krzemiński</b></li> <li>- Udział w Wojewódzkiej Olimpiadzie Osób Niepełnosprawnych Intelktualnie „ZIEMIA ŁÓDZKA 2015” w Łasku – <b>M. Krzemiński/M. Madajski/K. Kwiatosińska</b></li> <li>- szkolenie kadry terapeutycznej – <b>Martyna Pychowska - Abramczyk</b></li> <li>- Otwarta Powiatowa Spartakiada Dla Osób Niepełnosprawnych w PŚDS w Czepowie – <b>M. Krzemiński</b> - koordynator</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</b></li> <li>- <i>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)</i> – <b>J. Pietrzak</b></li> <li>- gazetka informacyjna – <i>Konstytucja 3 Maja</i> – <b>K. Kwiatosińska</b></li> <li>- gazetka - <i>sparty letnie – polskie gwiazdy sportów letnich</i> – <b>M. Krzemiński</b></li> <li>- Piesza wycieczka do Wilamowa - <b>J. Pietrzak</b></li> <li>- Bieg Zwycięstwa w Poddębicach - <b>M. Krzemiński</b></li> <li>- Zebranie Społeczności – <b>M. Madajski</b></li> <li>- udział w Ogólnopolskim Zlocie Drużyn Harcerskich Nieprzetartego Szlaku w Stemplewie - <b>A. Jaskuła/M. Krzemiński</b></li> <li>- Grillujemy - <b>K. Musiała</b></li> <li>- Jarmark Wilamowski – <b>A. Jaskuła/ J. Pietrzak</b></li> <li>- Poddębicki Bieg Bez Barrier - <b>M. Krzemiński</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>- "Poddębickie Spotkania w Krainie Bez Barrier" - koncert integracyjny" – pokaz karate – <b>M. Krzemiński /K. Kwiatosińska</b></li> <li>- Dzień Godności Osoby Niepełnosprawnej – <b>M. Madajski</b> - koordynator</li> <li>- Święto Sportu – Mistrzostwa Ośrodka w konkurencjach Indywidualnych w ramach Dni Godności Osoby Niepełnosprawnej – <b>M. Krzemiński</b></li> <li>- Wycieczka rowerowa – <b>M. Krzemiński/J. Pietrzak</b></li> <li>- gazetka informacyjna – <i>LATO</i> – <b>A. Jaskuła</b></li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Piknik wędkarski nad wodą w Brzozówce</li> <li>- Otwarta Powiatowa Spartakiada dla Osób Niepełnosprawnych, Dzień Godności Osoby Niepełnosprawnej w Czepowie</li> <li>- Zebranie Społeczności</li> </ul>
Lipiec	<ul style="list-style-type: none"> <li>- spotkanie z policjantami z Komendy Powiatowej w Poddębicach „Bezpieczeństwo w okresie wakacyjnym” - <b>J. Pietrzak</b></li> <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. Krzemiński /J. Pietrzak</b></li> <li>- szkolenie kadry terapeutycznej– <b>Maciej Grubski</b></li> </ul>
Lipiec/ Sierpień	<b>Dwutygodniowa Przerwa urlopowa</b>
Sierpień	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nad Wartą – wycieczki wędkarskie za zgodą PZW o/Konin i o/Sieradz – <b>M. Madajski</b></li> <li>- udział w Festiwalu „Miłosierne Nutki” ku czci Świętej Faustyny w Świnicach Warckich - <b>M. Madajski</b></li> <li>- gazetka – rocznica wybuchu II Wojny Światowej – <b>K. Kwiatosińska</b></li> <li>- wycieczki rowerowe po okolicy– <b>M. Krzemiński/J. Pietrzak</b></li> <li>- dyskoteka/Zebranie Społeczności – <b>M. Madajski</b></li> <li>- wyjazd do Ogrodu Zmysłów do Poddębic - <b>M. Krzemiński</b></li> </ul>
Wrzesień	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zebranie społeczności - <b>M. Madajski</b></li> <li>- udział w 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. Krzemiński</b></li> <li>- Wycieczki rowerowe – <b>M. Krzemiński /J. Pietrzak</b></li> <li>- Regionalny Mityng Olimpiad Specjalnych w lekkiej Atletyce (Kutno) – <b>M. Krzemiński</b></li> <li>- grzybobranie – wycieczka do lasu – <b>M. Krzemiński / K. Musiała</b></li> <li>- gazetka informacyjna – <b>JESIEŃ – K. Kwiatosińska</b></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 Przelajowych w Stemplewie/Uniejowie – <b>M. Krzemiński</b></li> <li>- Obchody Dnia Edukacji Narodowej – <b>Samorząd Uczestników</b></li> <li>- „Odwiedzamy cmentarze” – wycieczka objazdowa – <b>J. Pietrzak, K. Musiała</b></li> <li>- Zebranie Społeczności – <b>M. Madajski</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>- Andrzejki w PŚDS w Czepowie – <b>K. Kwiatosińska/K. Musiała</b></li> <li>- Dokarmianie zwierząt – <b>J. Pietrzak</b></li> <li>- kartki i stroiki Bożonarodzeniowe – <b>K. Kwiatosińska/ A. Jaskuła</b></li> <li>- Zebranie społeczności – <b>M. Madajski</b></li> <li>- szkolenie kadry terapeutycznej– <b>Martyna Pychowska - Abramczyk</b></li> <li>- pogadanka nt. „Bezpieczeństwo w okresie zimowym” (Policja lub Straż) - <b>J. Pietrzak</b></li> <li>- zajęcia fitness w Ogrodzie Zmysłów - <b>M. Krzemiński</b></li> <li>Turnieje Olimpiad Specjalnych w koszykówkę i siatkówkę - <b>M. Krzemiński</b></li> </ul>

Grudzień	- Jesienne Inspiracje "PRZEZ DZIURKĘ OD KLUCZA" w Aleksandrowie Łódzkim – <b>M. Madajski</b>
	- Mikołajki w PŚDS w Czepowie (losowanie) – <b>J. Pietrzak/Samorząd Uczestników</b>
	- Mikołajki w Uniejowie – ubieramy choinkę (6 grudnia) – <b>A. Jaskuła/ M. Madajski/ M. Krzemiński</b>
	- udział w Festiwalu „Święta u Dobrych Aniołów” w Tomaszowie Mazowieckim – <b>M. Madajski</b>
	- Wieczera Wigilijna w PŚDS w Czepowie – <b>K. Musiała - koordynator</b>
	- 2016 w pigułce - prezentacja z najciekawszych wydarzeń w PŚDS (Wieczera Wigilijna lub Spotkanie Sylwestrowe) – <b>I. Nowak</b>
	- Wieczór Wigilijny w Zespole Szkół w Uniejowie – <b>M. Madajski</b>
	- udział w Ogólnopolskim Festiwalu Twórczości Teatralno – Muzycznej ALBERTIANA 2016 – <b>M. Madajski</b>
	- Zebranie społeczności – <b>M. Madajski</b>
	- gazetka informacyjna – <b>ZIMA – J. Pietrzak</b>
- gazetka – „Boże Narodzenie” w Polsce – <b>K. Kwiatosińska</b>	

### 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 Społecznej ŁUW	- sprawowanie nadzoru merytorycznego, organizacyjnego i finansowego, - wsparcie finansowe	- monitoring oraz wskazówki merytoryczne - dotacje
2.	Starostwo Powiatowe w Poddębicach,	- promocja działalności artystycznej, sportowej i innych form wypowiedzi osób niepełnosprawnych, - integracja społeczna, - pomoc w działaniach organizacyjnych placówki, - stworzenie warunków do aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym powiatu, - stworzenie warunków do integracji międzypokoleniowej, - inicjowanie działań i imprez integracyjnych adresowanych do społeczności lokalnej.	Spotkania, udział w imprezach okolicznościowych, informacje na stronach internetowych i w prasie
3.	Dom Pomocy Społecznej w Gostkowie	- stworzenie warunków do integracji - inicjowanie działań i imprez integracyjnych adresowanych do społeczności lokalnej.	Spotkania integracyjno - artystyczne
4.	Powiatowy Urząd Pracy w Poddębicach	- aktywizacja zawodowa osób niepełnosprawnych	Pogadanki
5.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Poddębicach,	- promocja działalności artystycznej, sportowej i innych form wypowiedzi osób niepełnosprawnych - pomoc w działaniach organizacyjnych placówki,	Spotkania, konsultacje, udział w imprezach okolicznościowych
6.	Urząd Miasta i Gminy w Uniejowie,	- aktywne uczestnictwo w kulturze i tradycji kraju - kształtowanie i pogłębianie umiejętności interpersonalnych - promocja działalności artystycznej, sportowej i innych form wypowiedzi osób niepełnosprawnych	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)

		<ul style="list-style-type: none"> <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>	
7.	Miejsko – Gminny Ośrodek Kultury w Uniejowie	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wsparcie techniczne i artystyczne przy realizacji nagrania materiału na płytę zespołu POZYTYWKA</li> </ul>	Spotkania, warsztaty, konsultacje muzyczne, realizacja nagrania
8.	Placówki Służby Zdrowia oraz Pomocy Społecznej na terenie gmin: Uniejów, Wartkowice, Poddębice i Świnice Warckie	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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</li> </ul>	Konsultacje
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	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozwijanie zainteresowań,</li> </ul>	Spotkania, organizacja wspólnych imprez okolicznościowych

	Kultury w Świniach Warckich	<ul style="list-style-type: none"> <li>- aktywny udział w działaniach integracyjnych na płaszczyźnie artystyczno – sportowej</li> <li>- optymalna promocja mocnych stron uczestników</li> </ul>	
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> </ul>	korzystanie z atrakcji rekreacyjnych w Uniejowie (basen, Zagroda Młynarska)

		- stworzenie możliwości do turystyki i rekreacji - kształtowanie umiejętności dbania o innych ludzi oraz dbania o środowisko	
24.	Polski Związek Wędkarski Oddział Konin i Oddział Sieradz	- organizacja działań o charakterze ekologicznym - stworzenie warunków do czynnego wypoczynku - stworzenie możliwości do turystyki i rekreacji - kształtowanie umiejętności dbania o środowisko	Udział w wycieczkach rekreacyjno - wędkarskich

#### **XIV. PRZEWIDYWANE REZULTATY PRACY WSPIERAJĄCEJ**

1. Utrwalenie i podtrzymanie nabytych oraz nabywanie nowych umiejętności samodzielnego funkcjonowania,
2. Wzmocnienie motywacji do podejmowania aktywności poznawczej
3. Rozwijanie kompetencji społecznych
4. Wzmacnianie autonomii uczestnika w funkcjonowaniu w środowisku,
5. Stabilizacja relacji oraz spójność działań placówki oraz najbliższego otoczenia wobec uczestników PŚDS,
6. Wykształcenie i utrwalenie umiejętności korzystania z poradnictwa i innych form wsparcia oferowanych przez specjalistów,
7. Motywowanie do wykorzystania różnorodnych form aktywnego i efektywnego spędzania czasu wolnego,
8. Integracja uczestników ze środowiskiem lokalnym,
9. Wzrost sprawności ruchowej i psychoruchowej,
10. Zmiana społecznej optyki wobec osób dysfunkcyjnych.

