

UCHWAŁA NR 244/15.000./23
ZARZĄDU POWIATU PODDĘBICKIEGO

z dnia 10 lutego 2023 r.

**w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Pęczniewie
na 2023 rok.**

Na podstawie art. 32 ust. 1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998r. o samorządzie powiatowym (t.j. Dz. U. z 2022 r. poz. 1526) oraz § 4 ust. 2 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (t.j. Dz. U. z 2020 r. poz. 249), Zarząd Powiatu Poddębickiego uchwala, co następuje:

§ 1. Zatwierdza się Plan Pracy Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Pęczniewie na 2023 rok, opracowany przez jego Dyrektora w uzgodnieniu z Wojewodą Łódzkim, stanowiący załącznik do niniejszej uchwały.

§ 2. Wykonanie uchwały powierza się Staroście Poddębickiemu.

§ 3. Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Przewodniczący Zarządu


Małgorzata Komajda


Członek Zarządu


Piotr Majer


Członek Zarządu

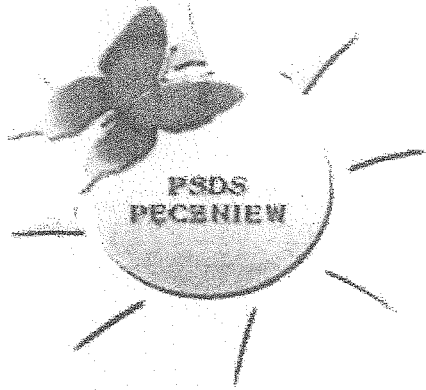

Zdzisław Cyganiak

Członek Zarządu


Piotr Kozłowski

Członek Zarządu


Beata Przybylska



**PLAN PRACY
POWIATOWEGO ŚRODOWISKOWEGO
DOMU SAMOPOMOCY
W PĘCZNIEWIE**

NA 2023 ROK

DYREKTOR
Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy
w Pęczniewie
Renata Wodziak

SPIS TREŚCI

1. Cel ogólne.....	5
2. Cele szczegółowe.....	9
2.1. Cele szczegółowe w pracy z osobami chorymi psychicznie (typ A).....	9
2.2. Cele szczegółowe w pracy z osobami z niepełnosprawnością intelektualną (typ B).....	10
2.3. Cele szczegółowe w pracy z osobami wykazującymi inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych (typ C).....	10
3. Planowane formy i metody pracy z Uczestnikami w ramach postępowania wspierająco-aktywizującego.....	12
3.1. Wykaz pomieszczeń.....	12
3.2. Wykaz sprzętów.....	13
3.3. Trening funkcjonowania w codziennym życiu.....	13
3.3.1. Formy pracy i zakres działań.....	13
3.3.2. Metody pracy.....	14
A) Trening kulinarny.....	14
B) Trening porządkowy.....	15
C) Trening umiejętności praktycznych, w tym krawiecko-hafciarski.....	15
D) Trening budżetowy.....	16
E) Trening higieniczny i dbałości o wygląd zewnętrzny.....	16
3.3.3. Wymiar czasu	17
3.3.4. Prowadzący.....	17
3.3.5. Miejsce realizacji	17
3.4. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów.....	17
3.4.1. Formy pracy i zakres działań.....	17
3.4.2. Metody pracy	18
A) Trening umiejętności społecznych.....	18
B) Trening umiejętności emocjonalnych.....	19
C) Trening zdolności poznawczych	20
3.4.3. Wymiar czasu	22
3.4.4. Prowadzący.....	22
3.4.5. Miejsce realizacji.....	22
3.5. Trening umiejętności komunikacyjnych.....	22
3.5.1. Formy pracy i zakres działań.....	22
3.5.2. Metody pracy.....	23
3.5.3. Cele ogólne.....	23
3.5.4. Cele szczegółowe/efekty.....	23
3.5.5. Wymiar czasu.....	24

3.5.6.	Prowadzący.....	24
3.5.7.	Miejsce realizacji.....	24
3.6.	Trening umiejętności spędzania wolnego czasu.....	24
3.6.1.	Formy pracy i zakres działań.....	24
3.6.2.	Metody pracy	25
	A) Trening kulturalno - rozrywkowy.....	25
	B) Zajęcia plastyczne.....	27
	C) Hortikuloterapia.....	29
	D) Zajęcia techniczne.....	31
	E) Zajęcia komputerowe.....	32
3.6.3.	Wymiar czasu.....	34
3.6.4.	Prowadzący.....	34
3.6.5.	Miejsce realizacji.....	34
3.7.	Poradnictwo psychologiczne.....	34
3.7.1.	Formy pracy i zakres działań.....	34
3.7.2.	Metody pracy.....	34
3.7.3.	Cele ogólne.....	35
3.7.4.	Cele szczegółowe/efekty.....	35
3.7.5.	Wymiar czasu.....	36
3.7.6.	Prowadzący.....	36
3.7.7.	Miejsce realizacji.....	36
3.8.	Współpraca z rodzicami/opiekunami.....	36
3.8.1.	Formy pracy i zakres działań.....	36
3.8.2.	Metody pracy	37
3.8.3.	Cele ogólne.....	37
3.8.4.	Cele szczegółowe/efekty.....	37
3.8.5.	Wymiar czasu.....	37
3.8.6.	Prowadzący	37
3.8.7.	Miejsce realizacji.....	38
3.9.	Wsparcie w zakresie konsultacji medycznych.....	38
3.9.1.	Formy pracy i zakres działań.....	38
3.9.2.	Metody pracy.....	38
3.9.3.	Cele ogólne.....	38
3.9.4.	Cele szczegółowe/efekty.....	38
3.9.5.	Wymiar czasu.....	39
3.9.6.	Prowadzący.....	39
3.9.7.	Miejsce realizacji	39

3.10.	Niezbędna opieka.....	39
3.10.1.	Formy pracy i zakres działań.....	39
3.10.2.	Metody pracy.....	39
3.10.3.	Cele ogólne.....	39
3.10.4.	Cele szczegółowe/efekty.....	40
3.10.5.	Wymiar czasu.....	40
3.10.6.	Prowadzący.....	40
3.10.7.	Miejsce realizacji.....	40
3.11.	Terapia ruchowa.....	40
3.11.1.	Formy pracy i zakres działań	40
3.11.2.	Metody pracy.....	41
	A) Zajęcia sportowe.....	41
	B) Trening rekreacyjno – turystyczny.....	42
3.11.3.	Wymiar czasu.....	42
3.11.4.	Prowadzący.....	42
3.11.5.	Miejsce realizacji.....	42
3.12.	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.....	43
3.12.1.	Formy pracy i zakres działań.....	43
3.12.2.	Metody pracy.....	43
3.12.3.	Cele ogólne.....	43
3.12.4.	Cele szczegółowe/efekty.....	43
3.12.5.	Wymiar czasu.....	44
3.12.6.	Prowadzący.....	44
3.12.7.	Miejsce realizacji.....	44
4.	Kwalifikacje kadry prowadzącej	45
5.	Planowane szkolenia osób wchodzących w skład zespołu aktywizująco - wspierającego.....	46
6.	Działania o charakterze sporadycznym lub okazjonalnym	47
7.	Informacje dotyczące współpracy z rodzinami Uczestników, z partnerami społecznymi.....	50
8.	Planowane działania dotyczące spełnienia przez Dom obowiązujących standardów.....	52

1. CEL OGÓLNY

Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy (PŚDS) w Pęczniewie w stosunku do swych Uczestników świadczy usługi wynikające z rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej w sprawie środowiskowych domów samopomocy.

Dom jest placówką dziennego wsparcia dla 42 osób, w tym:

- a) przewlekłe psychicznie chorych - typ A;
- b) z niepełnosprawnością intelektualną - typ B;
- c) wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych - typ C.

Dom jest czynny pięć dni w tygodniu: od poniedziałku do piątku, w godzinach od 8.00 do 16.00, w tym co najmniej przez 6 godzin dziennie prowadzone są zajęcia z Uczestnikami. Pozostały czas przeznaczony jest na czynności porządkowe, przygotowanie do zajęć, uzupełnianie prowadzonej dokumentacji, a także zapewnienie Uczestnikom opieki w trakcie dowożenia na zajęcia i odwożenia po zajęciach.

PŚDS w Pęczniewie, w szczególności dla Uczestników z zaburzeniami zachowania i/lub niepełnosprawnością fizyczną, zapewnia usługi transportowe.

Ewentualne przerwy w funkcjonowaniu Domu ustalane są po uprzednim zasięgnięciu opinii Uczestników lub ich opiekunów, jednak na okres nie dłuższy niż 15 dni roboczych w roku kalendarzowym.

Sens życia jest wewnętrzną pochodną motywującą do odszukiwania własnych zasobów, napędza potrzeby i pragnienia rozwoju, jest tym co pozwala zapragnąć zmiany i uwierzyć w jej realność i dostępność. Działalność PŚDS w Pęczniewie na rok 2023 skupiać się będzie właśnie na dążeniu do odbudowy sensu życia osób dotkniętych w sposób bezpośredni chorobą psychiczną, niepełnosprawnością intelektualną, czy innymi przewlekłymi zaburzeniami czynności psychicznych. Odbywać się to będzie poprzez rozbudzanie często zepchniętej na samo dno ludzkiej egzystencji ufności we własne siły, możliwości i zasoby.

W całej swojej działalności na 2023 rok, PŚDS w Pęczniewie będzie dążył do tego, by poprawić poczucie własnej skuteczności Uczestników w kontaktach interpersonalnych, zmienić przekonania dotyczące ich własnej siły oddziaływania w sferze społecznej, co ma również ogromne znaczenie dla efektywnego odgrywania ról społecznych. Wszelkie działania poprzedzone będą indywidualną oceną możliwości komunikacyjnych każdego z Uczestników, zwracając przy tym uwagę na alternatywne metody komunikacji wobec Uczestników z zaburzeniami mowy, komunikacji werbalnej oraz tych, których zasadnicze kanały komunikacji są niedrożne lub ich wykorzystanie jest obciążone zbyt dużym wysiłkiem, czy przekłamaniami.

Ponadto, PŚDS w Pęczniewie w trakcie realizacji całego planu na 2023 rok uwzględni również indywidualne potrzeby Uczestników z niepełnosprawnościami sprzężonymi oraz ze spektrum autyzmu, wykorzystując do tego dedykowane pomoce dydaktyczne i sprzęty.

W związku z powyższym, za główny cel działalności PŚDS w Pęczniewie na rok 2023 stawia się zwiększenie skuteczności Uczestników w kontaktach interpersonalnych, a tym samym odbudowanie ich wiary w zmianę sytuacji, jej realność i dostępność. Cel ten rozumiany jest jako proces odzyskiwania, kształtowania oraz doskonalenia umiejętności niezbędnych do odzyskania sensu życia.

Cel ogólny PŚDS w Pęczniewie na 2023 rok realizowany będzie wobec Uczestników poprzez indywidualne, zespołowe działania wspierająco-aktywizujące odbywające się zgodnie z aktualną sytuacją epidemiczną w kraju. Poniższe treningi oraz zajęcia przeprowadzane będą w pomieszczeniach na terenie całego Domu, a także poza nim, według załączonego harmonogramu.

1. Trening funkcjonowania w codziennym życiu, obejmujący:

- A) Trening higieniczny i dbałości o wygląd zewnętrzny;
- B) Trening kulinarny;
- C) Trening porządkowy;
- D) Trening umiejętności praktycznych, w tym krawiecko-hafciarski;
- E) Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi.

Celem ogólnym "Treningu funkcjonowania w codziennym życiu" jest kształtowanie samodzielności rozumianej jako zdolność do samoobsługi i zaspokajania podstawowych potrzeb dnia codziennego.

2. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, obejmujący:

- A) Trening umiejętności społecznych;
- B) Trening umiejętności emocjonalnych;
- C) Trening zdolności poznawczych.

Celem ogólnym "Treningu umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów" jest doskonalenia zdolności komunikacyjnych, a zwłaszcza otrzymywania i udzielania informacji zwrotnych oraz rozwiązywania problemów i konfliktów międzyludzkich.

3. Trening umiejętności komunikacyjnych, obejmujący:

- A) Obustronną komunikację;
- B) Dokonywanie wyborów;
- C) Oddziaływanie na innych zgodnie ze swoją intencją;
- D) Wykorzystanie alternatywnych i wspomagających metod porozumiewania się wobec osób z zaburzeniami mowy i komunikacji werbalnej, z takimi ograniczeniami, jak: słaby słuch, słaby wzrok, drżenie palców, kończyn górnych lub brak precyzyjnych ruchów przy korzystaniu z różnego rodzaju klawiatur.

Celem ogólnym "Treningu umiejętności komunikacyjnych" jest to, by Uczestnik, zgodnie z indywidualnymi możliwościami, otrzymał szansę na zaspokojenie potrzeby wyrażenia siebie.

4. Trening umiejętności spędzania wolnego czasu, obejmujący:

- A) Trening kulturalno-rozrywkowy;
- B) Zajęcia plastyczne;
- C) Hortikuloterapię;
- D) Zajęcia techniczne;
- E) Zajęcia komputerowe.

Celem ogólnym "Treningu umiejętności spędzania wolnego czasu" jest rozwijanie zainteresowań audycjami radiowymi i telewizyjnymi, sposobem funkcjonowania i treściami Internetu, sztuką (szczególnie muzyką i literaturą) oraz innymi rodzajami aktywności, mającymi dobroczynny wpływ na ogólne samopoczucie.

5. Poradnictwo psychologiczne, obejmujące:

- A) Wsparcie Uczestników, ich opiekunów prawnych oraz rodzin w sytuacjach kryzysowych;
- B) Pomoc w sprostaniu napotkanym wymaganiom, przekraczającym aktualne możliwości adaptacyjne Uczestnika;
- C) Działania zmierzające do przywrócenia dobrostanu psychicznego;
- D) Działania aktywizujące i utrzymujące optymalny poziom motywacji w dążeniu do realizacji celu.

Celem ogólnym "Poradnictwa psychologicznego" jest udzielenie wsparcia psychologicznego polegającego na towarzyszeniu Uczestnikowi w znalezieniu możliwych rozwiązań dla jego problemów oraz próbie pomocy w przywróceniu mu dobrostanu psychicznego i motywowanie do realizacji założonych celów.

6. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, obejmująca:

- A) Pomoc w pisaniu wniosków oraz dostarczenie ich do odpowiednich instytucji, urzędów, takich jak: bank, poczta, Ośrodek Pomocy Społecznej, Zakład Ubezpieczeń Społecznych, Urząd Skarbowy; Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego, Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie – Zespół Ds. Orzekania o Niepełnosprawności;
- B) Wypracowanie nawyku zapamiętywania terminów nadchodzących opłat, np. za telefon, wywóz śmieci, energię elektryczną, a także monitorowanie terminowości orzeczeń o niepełnosprawności, rent, świadczeń socjalnych;
- C) Porady w sytuacji potrzeby.

Celem ogólnym "Pomocy w załatwianiu spraw urzędowych" jest koordynowanie kontaktów Uczestnika z urzędami, informowanie o posiadanych uprawnieniach i możliwościach oraz motywowanie do podejmowania działania w kontekście świadczeń, które mogłyby być mu przyznane.

7. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, obejmująca:

- A) Uzgadnianie i pilnowanie wizyt u lekarza;
- B) Pomoc w zakupie leków oraz pomoc w przyswojeniu informacji na temat dawkowania leków i uświadomienie Uczestnikowi konieczności ich zażywania;
- C) Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia.

Celem ogólnym "Pomocy w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych" jest dbałość o objęcie Uczestnika pełną konieczną opieką medyczną.

8. Niezbędną opiekę, obejmującą w szczególności Uczestników, o których mowa w art. 51c ust. 5 Ustawy o pomocy społecznej.

9. Terapię ruchową, obejmującą:

- A) zajęcia sportowe;
- B) turystykę i rekreację.

10. Inne formy postępowania przygotowujące do Uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej.

2. CELE SZCZEGÓŁOWE

Cele szczegółowe PŚDS w Pęczniewie będą realizowane w oparciu o indywidualne możliwości i potrzeby każdego Uczestnika tak, aby umożliwić mu:

1. Otrzymanie pomocy w nabywaniu i poszerzaniu umiejętności samodzielnego funkcjonowania oraz zaspokojenie podstawowych potrzeb życiowych.
2. Otrzymanie pomocy w pokonywaniu barier rozwojowych, jakie stanowią ograniczenia intelektualne, psychiczne czy fizyczne, stojące na drodze do samodzielności i samorealizacji.
3. Otrzymanie pomocy w odszukiwaniu własnych zasobów umożliwiających nabywanie nowych kompetencji społecznych oraz umiejętności zawodowych.
4. Kształtowanie oraz wspieranie postawy wzajemnej pomocy w obrębie domowej społeczności.
5. Ekspresję potencjału twórczego i rozwój zainteresowań.
6. Inicjowanie zachowań zmierzających do integracji ze społecznością lokalną, w tym udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych.

2.1. Cele szczegółowe w pracy z osobami chorymi psychicznie (typ A):

1. Budowanie poczucia bezpieczeństwa, przynależności i akceptacji.
2. Poprawa umiejętności komunikacyjnych.
3. Niwelowanie defetystycznych przekonań, podważanie nieadaptacyjnych myśli.
4. Kształtowanie umiejętności poszukiwania, wyznaczania konkretnych celów w ważnych dla Uczestnika obszarach życia.
5. Rozwijanie umiejętności różnicowania poszczególnych stanów emocjonalnych.
6. Rozwijanie umiejętności radzenia sobie z objawami choroby psychicznej czy zaburzenia psychicznego.
7. Rozwijanie i utrwalanie umiejętności dotyczących utrzymywania dobrych relacji z bliskimi osobami (rodzina, partnerzy, sąsiedzi, przyjaciele, znajomi).
8. Zwiększenie umiejętności obniżania napięcia emocjonalnego poprzez zajęcia relaksacyjne i wyciszające.
9. Doskonalenie umiejętności społecznych i interpersonalnych (rozpoznawanie emocji, kontekstu społecznego, radzenia sobie w interakcjach z innymi ludźmi).
10. Podtrzymywanie umiejętności związanych z utrzymywaniem higieny osobistej i schludnego wyglądu.
11. Rozwijanie oraz podtrzymywanie umiejętności przydatnych w prowadzeniu gospodarstwa domowego.
12. Zmniejszenie izolacji społecznej poprzez uczestnictwo w zajęciach rekreacyjnych, czy kulturalno-rozrywkowych.
13. Zapoznanie Uczestników z nowymi możliwościami wykorzystania czasu wolnego, takimi, jak: obcowanie z literaturą, przyrodą, zajęcia plastyczne, artystyczne, komputerowe, techniczne.
14. Mobilizowanie i zachęcanie do aktywności fizycznej, takiej jak spacer.

2.2. Cele szczegółowe w pracy z osobami z niepełnosprawnością intelektualną (typ B):

1. Doskonalenie i poszerzanie umiejętności komunikacyjnych (w razie potrzeby z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się) takich jak: aktywne słuchanie, wyrażanie przyjemnych i nieprzyjemnych uczuć, formułowanie prośb w sposób pozytywny.
2. Rozwijanie i doskonalenie umiejętności emocjonalnych, w tym rozpoznawania i nazywania uczuć, panowania nad impulsami, kierowania uczuciami.
3. Rozwijanie, doskonalenie i podtrzymywanie umiejętności poznawczych, w tym: pamięci, spostrzegania, koncentracji uwagi, funkcji wzrokowo-przestrzennych, uczenia się werbalnego, uczenia się wzrokowego, wnioskowania i rozwiązywania problemów, prędkości przetwarzania.
4. Usprawnianie procesów sensorycznych działających w oparciu o zmysły.
5. Rozwijanie na miarę możliwości Uczestnika umiejętności logicznego myślenia pozwalającego mu na wnioskowanie, przewidywanie i modyfikowanie zachowań.
6. Rozwijanie przez Uczestnika umiejętności dostrzeżenia tego, jaką rolę społeczną pełni np.: co to znaczy pełnić rolę związaną ze swoją płcią i z czym to się wiąże?
7. Rozwijanie i utrwalanie (poprzez zautomatyzowanie odpowiednich nawyków) umiejętności związanych z utrzymaniem higieny osobistej, w tym dbania o wygląd zewnętrzny, utrzymania czystości całego ciała i noszonej odzieży oraz odpowiedniego dopasowanie odzieży.
8. Rozwijanie oraz doskonalenie umiejętności estetycznego i kulturalnego spożywania posiłków.
9. Kształtowanie umiejętności związanych z samodzielnym przygotowaniem posiłku.
10. Zapoznanie Uczestników z nowymi możliwościami wykorzystania czasu wolnego, takimi jak: obcowanie z przyrodą, zajęcia plastyczne, artystyczne, wyszywanie, zajęcia komputerowe, techniczne.
11. Usprawnianie ruchowe, w tym motoryka mała i motoryka duża.
12. Dbanie o kondycję fizyczną.

2.3. Cele szczegółowe w pracy z osobami wykazującymi inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych (typ C):

1. Niwelowanie defetystycznych przekonań, podważanie nieadaptacyjnych myśli, a w zamian przywracanie wiary w zasadność podejmowanych działań i dostępność celu.
2. Wspieranie Uczestników w radzeniu sobie z deficytami pamięci, uwagi poprzez trening strategii kompensacyjnych.
3. Rozwijanie, doskonalenie i podtrzymywanie umiejętności poznawczych: pamięci, spostrzegania, koncentracji uwagi, funkcji wzrokowo-przestrzennych, uczenia się werbalnego, wzrokowego.
4. Podtrzymywanie mobilizacji, determinacji Uczestnika poprzez wsparcie i towarzyszenie mu w procesie zdrowienia.
5. Wsparcie w momentach rezygnacji, poczucia bezradności i braku zrozumienia.
6. Pomoc w dostępie do świadczeń zdrowotnych i rehabilitacyjnych.
7. Kształtowanie poczucia odpowiedzialności za siebie, swoje postępowanie i swoje otoczenie.

8. Zmniejszenie izolacji społecznej poprzez uczestnictwo w zajęciach rekreacyjnych czy kulturalno-rozrywkowych.
9. Zapoznanie Uczestników z nowymi możliwościami wykorzystania czasu wolnego, w tym: obcowanie z literaturą, przyrodą, zajęcia plastyczne, artystyczne, komputerowe, techniczne.
10. Doskonalenie umiejętności komunikacyjnych, a w razie potrzeby wykorzystanie alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się wobec osób z zaburzeniami ekspresji językowej, czyli wymagających użycia języka alternatywnego wtedy, kiedy mają poważne problemy z rozumieniem mowy, lub kiedy posługują się mową werbalną, ale wyrazistość ich wypowiedzi jest mocno ograniczona.
11. Rozładowywanie napięć psychicznych.
12. Usprawnianie ruchowe, w tym motoryki małej i motoryki dużej.

3. PLANOWANE FORMY I METODY PRACY Z UCZESTNIKAMI W RAMACH POSTĘPOWANIA WSPIERAJĄCO-AKTYWIZUJĄCEGO

Działania wspierająco-aktywizujące wobec Uczestników realizowane będą w formie zajęć i treningów zespołowych i indywidualnych. Formy i metody pracy będą w znacznym stopniu zindywidualizowane, zależnie od potrzeb Uczestników oraz ich możliwości indywidualnych i aktualnej sytuacji epidemicznej w kraju tzn., że w razie zawieszenia pracy Domu na skutek obostrzeń epidemiologicznych prowadzone będą zajęcia w formie zdalnej. Indywidualizacja działań dotyczyć będzie również oceny poziomu funkcjonowania Uczestników dokonywanej przez zespół wspierająco-aktywizujący, co najmniej raz na 6 miesięcy oraz w miarę możliwości i potrzeb Uczestników.

Zaplanowane zajęcia realizować będą tematykę ujętą w planach miesięcznych lub tygodniowych, natomiast adresaci zajęć zostaną ujęci według aktualnie obowiązujących Indywidualnych Planów Postępowania Wspierająco-Aktywizującego (IPPW-A).

3.1. Wykaz pomieszczeń

- sala ogólna, umożliwiająca spotkanie się Uczestników zajęć i ich rodzin;
- pomieszczenia wielofunkcyjne do prowadzenia działalności wspierającej, aktywizującej i rehabilitacyjnej;
- pokój do indywidualnego poradnictwa psychologicznego, socjalnego, terapii grupowej, pełniący ponadto funkcję pokoju wyciszenia;
- pomieszczenie kuchenne z niezbędnymi urządzeniami i sprzętem gospodarstwa domowego oraz wydzielonym pomieszczeniem na zmywalnię, pełniące funkcję pracowni kulinarnej;
- jadalnia;
- sala plastyczna;
- sala komputerowa;
- sala krawiecko-hafciarska;
- pomieszczenie wielofunkcyjne do prowadzenia zajęć technicznych;
- pomieszczenie do terapii ruchowej;
- pomieszczenie do treningu praktycznego;
- łazienki na poziomie minus jeden budynku obejmujące: toaletę damską, męską (dostosowaną dla osób na wózkach) oraz oddzielne pomieszczenie wyposażone w natrysk.
- łazienka na parterze wyposażona w natrysk oraz toalety osobno dla kobiet i mężczyzn, w tym jedna dla osób poruszających się na wózku;
- łazienka na pierwszym piętrze, wyposażona w natrysk, dostosowana dla osób poruszających się na wózku;
- toaleta na pierwszym piętrze dla kobiet;
- toaleta na pierwszym piętrze dla mężczyzn.
- toalety dla personelu na wszystkich poziomach.

3.2. Wykaz sprzętów

Wszystkie pomieszczenia wyposażone są w meble i sprzęty odpowiednie do realizacji zadań wspierająco-aktywizujących:

- sprzęt do treningu samoobsługi i zaradności życiowej, w tym: pralka automatyczna, zmywarka, żelazko, deska do prasowania, maszyna do szycia, suszarka do włosów oraz inne urządzenia w zależności od rodzaju prowadzonej terapii;
- sprzęt sportowo-rekreacyjny, w tym: kijki do Nordic Walking, bieżnia, rowerek stacjonarny, orbitrek, rotor ręczny i nożny, masażery, stół do ping-ponga, zestawy do badmintonu, materace gimnastyczne, materace z granulatem, boccia i in.;
- sprzęt do zajęć technicznych: elektronarzędzia (wiertarko – wkrętarka, miniszlifierka, wyrzynarka), narzędzia ręczne (obcęgi, młotek, kombinerki, miara itp.);
- narzędzia do hortikuloterapii: grabie, szpadel, motyka, piłka ręczna, sekatory itp.
- akcesoria muzyczne, w tym: instrumenty muzyczne, sprzęt do odtwarzania muzyki;
- sprzęt komputerowy, drukarka, skaner, TV-audio-video, głośniki, laminator, bindownica, niszczarka; projektor;
- sprzęt Sali Doświadczania Świata: kula lustrzana z reflekssem, tablica lustrzana, prysznic świetlny, kolumna wodna, urządzenia wibracyjno – akustyczne, zestaw do aromaterapii itp.
- sprzęt do pracy z osobami z niepełnosprawnością sprzężoną i autyzmem, w tym m.in.: Komunikator GoTalk 20+, Czytاک, Klawiatura Clevy, interaktywny globus, chusta animacyjna, Tablice – zestaw nr 5, 11 i 13 do ćwiczenia ręki, piłeczka antystresowa, program udźwiękawiający i powiększający – Zoom Text Magnifier, Program Ivona – rehabilitacyjny pakiet głosów, linijki dla osób słabowidzących, NVDA – czytnik ekranu dla osób niewidomych i niedowidzących.
- gry planszowe do usprawniania procesów poznawczych oraz materiały i gry terapeutyczne, rehabilitacyjne do ćwiczenia procesów sensorycznych.

3.3. Trening funkcjonowania w codziennym życiu

3.3.1. Formy pracy i zakres działań

Zajęcia odbywać się będą w formie pracy zespołowej lub indywidualnej. Uczestnicy samodzielnie lub w asyście terapeuty będą wybierać właściwe produkty do przygotowania określonego posiłku, przygotowywać dania (w tym potrawy świąteczne i okolicznościowe), nakładać na talerze i podawać.

W razie niemożności korzystania z pracowni kulinarnej z powodu obostrzeń epidemiologicznych, wiedza umożliwiająca opanowanie wyżej wymienionych umiejętności, przekazywana będzie w formie pracy zdalnej poprzez prezentację planszy, zdjęć, filmów video z poszczególnymi czynnościami niezbędnymi do wykonania np. danego posiłku. W przypadku Uczestników mających trudności z werbalizacją bądź odczytywaniem słów mówionych będą wykorzystywane alternatywne, wspomagające metody porozumiewania się takie jak: system znakowo-obrazkowy (piktogramy, fotogramy), gesty, przedmioty rzeczywiste, tablice komunikacyjne oraz komunikator – GoTalk20+.

Zakres zajęć obejmuje:

- A) Trening kulinarny,
- B) Trening porządkowy,
- C) Trening umiejętności praktycznych, w tym krawlecko-hafciarski,
- D) Trening budżetowy,
- E) Trening higieniczny i dbałości o wygląd zewnętrzny.

3.3.2. Metody pracy

- instruktaż słowny terapeuty;
- pogadanki;
- demonstrowanie czynności;
- pokaz/wykonywanie pod okiem terapeuty z wykorzystaniem produktów i materiałów przeznaczonych dla danego treningu;
- rozmowa;
- dyskusje indywidualne i zespołowe;
- trening praktyczny, zależny od aktualnej sytuacji epidemicznej;
- formy zabawowe.

A) TRENING KULINARNY

Cele ogólne:

- 1) Poznawanie przepisów kulinarnych, sposoby doboru i optymalnego wykorzystywania artykułów spożywczych, zasad zdrowego odżywiania.
- 2) Kształtowanie umiejętności związanych z przygotowaniem posiłków, wypiekanie ciast i ciasteczek;
- 3) Doskonalenie umiejętności posługiwania się sztuccami, utrwalanie ich nazewnictwa oraz zastosowanie. Spożywanie posiłku w estetyczny sposób.

Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik zna przepis kulinarny i potrafi go zastosować w praktyce. Rozumie i stosuje potrzebę zdrowego odżywiania.
- b) Uczestnik potrafi dobrać odpowiednie produkty i proporcje do skomponowania i przygotowania posiłku obiadowego i deseru.
- c) Uczestnik opanował utrzymanie sztucców w dłoniach – nie wypuszcza sztucców z dłoni, wykorzystuje je do spożycia posiłku. Potrafi prawidłowo nazwać rodzaje sztucców.

Adresaci:

cel szczegółowy a): 22 osoby: 5A, 9B, 8C,

cel szczegółowy b): 22 osoby: 5A, 9B, 8C,

cel szczegółowy c): 24 osoby: 4A, 15B, 5C

B) TRENING PORZĄDKOWY

Cele ogólne:

- 1) Podtrzymywanie wypracowanego poczucia obowiązku, dokładności, zaangażowania i samodyscypliny w zakresie czynności porządkowych.
- 2) Umiejętności związane ze zwiększeniem zaradności życiowej i samodzielności.

Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik udoskonalił umiejętności porządkowe takie jak: ścieranie kurzu, mycie naczyń, zamiatanie, mycie podłóg, wynoszenie śmieci (segregowanie). Wie, jakich środków czystości użyć do poszczególnych czynności.
- b) Uczestnik opanował umiejętność dbania o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd, wyrobiony ma nawyk przygotowania stanowiska pracy i sprzątanía go po wykonaniu zadań. Potrafi prawidłowo zabezpieczyć narzędzia pracy.

Adresaci:

cel szczegółowy a): 39 osób: 7A, 20B, 12C

cel szczegółowy b): 22 osoby: 5A, 9B, 8C

C) TRENING UMIEJĘTNOŚCI PRAKTYCZNYCH, W TYM KRAWIECKO-HAFCIARSKI

Cele ogólne:

- 1) Podtrzymanie, rozwijanie umiejętności manualnych (ręczne zszywanie, wypychanie kwiatów, ozdób okolicznościowych).
- 2) Artystyczne wyszywanie różnymi technikami i projektowanie.
- 3) Podtrzymywanie umiejętności obsługi sprzętu AGD (pralki, żelazka, piekarnika, zmywarki).

Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik potrafi ręcznie zszywać i wypychać kwiaty i inne ozdoby okolicznościowe z materiału.
- b) Uczestnik opanował różne techniki hafciarskie: wyszywanie obrazków haftem krzyżkowym, płaskim, dzierganie na szydełku serwetek.
- c) Uczestnik opanował umiejętność prasowania i dobrania odpowiedniej temperatury, zna obsługę piekarnika i zmywarki. Potrafi dobrać odpowiednie środki do prania i włączyć pralkę (wybranie odpowiedniej temperatury do danej odzieży, odczytywanie metek na ubraniu).

Adresaci:

cel szczegółowy a): 36 osób: 8A, 20B, 8C,

cel szczegółowy b): 17 osób: 5A, 10B, 2C,

cel szczegółowy c): 28 osób: 7A, 13B, 8C

D) TRENING BUDŻETOWY

Cele ogólne:

- 1) Utrwalanie rozpoznawania przez Uczestników nominałów bilonu i banknotów.
- 2) Umiejętność przygotowania listy zakupów, wychodzenie z terapeutą do sklepu.
- 3) Doskonalenie umiejętności wydatkowania miesięcznego budżetu z uwzględnieniem zakupu żywności, opłacenia rachunków, nauka przemyślanych zakupów na raty.

Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik rozpoznaje nominały bilonu i banknotów.
- b) Uczestnik potrafi sporządzić listę zakupów, wybrać potrzebne produkty w sklepie.
- c) Uczestnik potrafi prawidłowo gospodarować własnym budżetem z uwzględnieniem opłat stałych, planować wydatki, orientować się w cenach.

Adresaci:

cel szczegółowy a): 21 osób: 6A, 8B, 7C

cel szczegółowy b): 26 osób: 5A, 16B, 5C

cel szczegółowy c): 24 osoby: 4A, 15B, 5C

E) TRENING HIGIENICZNY I DBAŁOŚCI O WYGLĄD ZEWNĘTRZNY

Cel ogólny:

- 1) Nabywanie, rozwijanie i wzmacnianie umiejętności w zakresie utrzymania higieny całego ciała, estetycznego wyglądu zewnętrznego, a także podstawowych czynności dnia codziennego, koniecznych do samodzielnej egzystencji i tym samym pełnego zaspokojenia potrzeb.

Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik stosuje codzienną higienę osobistą, ze szczególnym uwzględnieniem mycia twarzy, zębów, głowy, a także estetycznym wyglądem paznokci.
- b) Uczestnik myje i dezynfekuje ręce z zastosowaniem instrukcji właściwego wykonania tych czynności, pamięta o wykonywaniu ich przed i po każdej czynności, ze szczególnym zwróceniem uwagi na mycie rąk po wyjściu z toalety.
- c) Uczestnik właściwie dobiera odzież stosownie do okoliczności, pory roku i warunków atmosferycznych, zna skutki przegrzania lub wychłodzenia organizmu.
- d) Uczestnik zna zasady używania środków do higieny osobistej oraz ich przeznaczenie, stosuje tę wiedzę w codziennej higienie osobistej.

Adresaci:

- cel szczegółowy a): 12 osób: 10B, 2C;
- cel szczegółowy b): 42 osoby: 7A, 22B, 13C;
- cel szczegółowy c): 13 osób: 3A, 8B, 2C;
- cel szczegółowy d): 7 osób: 7B.

3.3.3. Wymiar czasu

- codziennie, zgodnie z przyjętym indywidualnie i zespołowo planem tygodniowym.

3.3.4. Prowadzący

- starszy instruktor terapii zajęciowej,
- terapeuta,
- współudział członków zespołu wspierająco-aktywizującego.

3.3.5. Miejsce realizacji

- pracownia kulinarna,
- sala krawiecko - hafciarska,
- sala plastyczna,
- toaleta, łazienka,
- sklep spożywczy,
- bank,
- pomieszczenie do treningu praktycznego.

3.4. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów

3.4.1. Formy pracy i zakres działań

Praca z Uczestnikami odbywać się będzie zgodnie z planem dnia w formie zajęć zespołowych lub indywidualnych, zgodnie z indywidualnymi możliwościami wynikającymi z IPPW-A. W przypadku zawieszenia pracy Domu z powodu obostrzeń epidemiologicznych treningi i zajęcia prowadzone będą w formie zdalnej. W przypadku Uczestników mających trudności z werbalizacją bądź odczytywaniem słów mówionych będą wykorzystywane alternatywne, wspomagające metody porozumiewania się takie jak: system znakowo-obrazkowy (piktogramy, fotogramy), gesty, przedmioty rzeczywiste, tablice komunikacyjne oraz komunikator – GoTalk20+.

Zakres działań obejmować będzie:

- A) Trening umiejętności społecznych;
- B) Trening umiejętności emocjonalnych;
- C) Trening zdolności poznawczych.

3.4.2. Metody pracy

- Masaż aktywizujący zmysły czuciowe, ćwiczenia z muzyką, dźwiękami, zabawa z substancjami o różnej konsystencji, turlanie, skakanie, przesypywanie, przelewanie;
- czytanie tekstu, układanie puzzli, rysowanie oburącz, malowanie kolorowanek, szukanie różnic, rysowanie po śladzie, gry memory, łamigłówki;
- trening pamięci wykorzystujący mnemotechniki - metody ułatwiające i przyspieszające zapamiętywanie;
- dyskusja, rozmowa indywidualna, wypowiedzi na forum, obserwacja;
- psychorysunek, psychozabawa, psychodrama, metody projekcyjne (eksperymentowanie z nowymi zachowaniami, scenki sytuacyjne, odgrywanie ról);
- nauka poprzez doświadczanie prawdziwych sytuacji społecznych;
- komunikacja alternatywna i wspomagająca: system znakowo-obrazkowy (piktogramy, fotografie), gesty, przedmioty rzeczywiste, komunikator GoTalk 20+ itp.;
- muzykoterapia, wizualizacja, relaksacja.

A) TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH

Cele ogólne:

- 1) Wprowadzenie pojęcia roli społecznej oraz jej rodzajów.
- 2) Kształtowanie umiejętności określania możliwych ról społecznych w danej sytuacji.
- 3) Poszukiwanie optymalnych zachowań w odniesieniu do pełnionych ról społecznych.
- 4) Poszerzanie umiejętności społecznych poprzez wchodzenie w nowe role społeczne.

Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik wie, co to są role społeczne i potrafi wymienić ich rodzaje, np. role związane z płcią, rodziną, relacjami koleżeńskimi, sąsiedztwem, życiem zawodowym, wiarą, systemem opieki medycznej i socjalnej, byciem obywatelem, przynależnością do danej grupy ze względu na wiek, sympatie, uzdolnienia, ulubione aktywności, itp.
- b) Uczestnik zna i rozumie sens pełnionych przez siebie ról społecznych, np. wie, co znaczy pełnić rolę związaną ze swoją płcią, wie, jaką rolę pełni w swojej rodzinie, grupie koleżeńskiej, w lokalnej społeczności.
- c) Uczestnik potrafi określić pełnione przez siebie role społeczne w konkretnej sytuacji, np. w trakcie pobytu w PŚDS w Pęczniewie, podczas wizyty w banku, u lekarza, w urzędzie gminy, na poczcie, w sklepie, w rozmowie przez telefon, na spotkaniu z członkami rodziny, w grupie koleżeńskej czy z sąsiadami.
- d) Uczestnik posiadał umiejętność wskazania najlepszych możliwych zachowań zgodnie z typowymi zadaniami realizowanymi w pełnionej przez niego roli społecznej, np. jak się najlepiej zachować w kościele, podczas zakupów, w trakcie okazjonalnych uroczystości w PŚDS w Pęczniewie, na festynie, na wyjeździe do kina, w odwiedzinach, w restauracji, na spacerze, na pikniku.
- e) Uczestnik potrafi na podanym przykładzie określić pełnione przez innych role społeczne.

- f) Uczestnik potrafi dokonać wyboru tego, jaka pełniona przez niego rola społeczna jest priorytetowa w danej chwili i zgodnie z tą decyzją kierować swoim zachowaniem; np. w sytuacjach, w których Uczestnik występuje zarówno w roli Uczestnika PŚDS w Pęczniewie, jak i reprezentuje samego siebie, takich jak: udział w konkursach, występy teatralne, organizowane wewnątrz PŚDS w Pęczniewie uroczystości, rozmowy z osobami spoza PŚDS w Pęczniewie na tematy z nim związane.
- g) Uczestnik rozwinął zdolność dostrzegania nowych dla siebie ról społecznych (zarówno indywidualnych jak i zespołowych), np. Uczestnik uświadomił sobie, że w trakcie zajęć w PŚDS w Pęczniewie pełni przede wszystkim rolę Uczestnika, ale występuje również w roli mężczyzny/kobiety, brata/siostry, ojca/matki, osoby dokonującej wyborów zgodnie ze swoimi zainteresowaniami, Polaka/Polki, osoby w określonym wieku, osoby o pewnych poglądach, sympatiach czy zainteresowaniach, itp.
- h) Uczestnik po raz pierwszy rozpoczyna udział w projekcie grupowym (np. występ teatralny czy wspólne nagranie wideo,) i w ten sposób zaczyna pełnić zupełnie nową dla siebie rolę członka projektu.
- i) Uczestnik rozumie zasady pełnienia nowych możliwych dla niego ról społecznych oraz wie, jak je zastosować w swoim codziennym życiu.

Adresaci:

cel szczegółowy a): 13 osób: 1A, 10B, 2C

cel szczegółowy b): 12 osób: 3A, 8B, 1C

cel szczegółowy c): 8 osób: 1A, 5B, 2C

cel szczegółowy d): 8 osób: 1A, 4B, 3C

cel szczegółowy e): 2 osoby: 1B, 1C

cel szczegółowy f): 7 osób: 3A, 1B, 3C

cel szczegółowy g): 4 osoby: 1A, 1B, 2C

cel szczegółowy h): 2 osoby: 1A, 1C

cel szczegółowy i): 4 osoby: 1A, 2B, 1C

B) TRENING UMIEJĘTNOŚCI EMOCJONALNYCH

Cele ogólne:

- 1) Poznanie pojęcia emocji podstawowych oraz ich rodzajów z perspektywy „ja”.
- 2) Rozwijanie umiejętności różnicowania poszczególnych stanów emocjonalnych: rozpoznawania, nazywania i wskazywania ich (odpowiedź na pytanie: „Jak można się czuć?” oraz „Jak ja się czuję?”).
- 3) Poznanie możliwych przyczyn doświadczanych emocji (odpowiedź na pytanie: „Dlaczego można się tak czuć?” oraz „Dlaczego ja tak się czuję?”).
- 4) Kształtowanie zdolności dostrzegania swojego możliwego wpływu na doświadczane przez siebie stany emocjonalne (odpowiedź na pytanie: „Czy można zmienić to, jak się czuję?” oraz „Czy ja mogę zmienić to, jak się czuję?”).

- 5) Doskonalenie umiejętności wpływania na doświadczane stany emocjonalne (odpowiedź na pytanie: „Jak zmienić to, jak ja się czuję?”).

Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik potrafi wymienić emocje podstawowe.
- b) Uczestnik potrafi rozpoznać emocje podstawowe na podanych przykładach.
- c) Uczestnik stosuje komunikat opisujący doświadczany przez niego stan emocjonalny z perspektywy „ja”: „Ja czuję się...” oraz „Ja czuję teraz...”; np. „Cieszę się”, „Boję się”, „Czuję teraz radość”;
- d) Uczestnik potrafi wskazać możliwe przyczyny emocji doświadczanych przez siebie samego: np. „Cieszę się, ponieważ...”, „Boję się, ponieważ...”, „Czuję radość, ponieważ...”, „Czuję strach, ponieważ...”.
- e) Uczestnik potrafi wskazać możliwe przyczyny emocji doświadczanych przez innych: np. „On cieszy się, że...”, „Oni boją się, gdyż...”, „Ona czuje radość, że...”, „Wy czujecie lęk, gdyż...”.
- f) Uczestnik rozumie, że można wpływać na doświadczane przez siebie stany emocjonalne oraz, że można pomóc samemu sobie poczuć się lepiej; np. uspokoić się, gdy jest się nerwowym; poprawić sobie humor, gdy jest się smutnym; dodać sobie energii i chęci do działania w momentach apatii.
- g) Uczestnik wie, jak wpłynąć na doświadczane przez siebie stany emocjonalne: np. Co sprawia, że on sam mógłby poczuć się lepiej?, Co mógłby zrobić, żeby się uspokoić/poprawić sobie humor/dodać sobie energii i chęci do działania?
- h) Uczestnik potrafi zastosować w swoim życiu codziennym poznane metody wpływania na doświadczane przez siebie stany emocjonalne.

Adresaci:

- cel szczegółowy a): 7 osób: 6B, 1C
cel szczegółowy b): 14 osób: 1A, 12B, 1C
cel szczegółowy c): 14 osób: 4A, 7B, 3C
cel szczegółowy d): 14 osób: 2A, 9B, 3C
cel szczegółowy e): 6 osób: 1A, 2B, 3C
cel szczegółowy f): 3 osoby: 1A, 1B, 1C
cel szczegółowy g): 9 osób: 3A, 2B, 4C
cel szczegółowy h): 7 osób: 2A, 1B, 4C

C) TRENING ZDOLNOŚCI POZNAWCZYCH

Cele ogólne:

- 1) Usprawnianie procesów sensorycznych działających w oparciu o zmysły, pozwalających odczuwać, porządkować i składać w spójną całość napływające bodźce, co ostatecznie jest wyjściem do właściwego funkcjonowania organizmu.

- 2) Rozwijanie umiejętności ogniskowania uwagi czyli efektywnego selekcjonowania bodźców z otoczenia - wybieranie informacji ważnych, istotnych a ignorowania innych, obojętnych, nieważnych, a w efekcie generowania celowej, produktywnej aktywności oraz osiągnięcie celów.
- 3) Usprawnianie i podtrzymywanie procesów pamięciowych.
- 4) Kształtowanie i usprawnianie umiejętności logicznego myślenia, rozumowania, czyli wnioskowania, przewidywania, wykorzystywania i modyfikowania zdobytej wiedzy.

Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik łatwiej nabywa nowe umiejętności ruchowe, pewniej się porusza i zachowuje równowagę, usprawnił koordynację wzrokowo – ruchową, wykazuje mniejszy poziom lęku podczas zabaw ruchowych wymagających podskoków, zmiany pozycji, wejścia na przyrząd do ćwiczeń.
- b) Uczestnik sprawniej wykonuje czynności samoobsługowe (zapina guziki, sznurowuje buty).
- c) Uczestnik wykazuje większy poziom koncentracji, zmniejszył nadwrażliwość emocjonalną.
- d) Usprawnił orientację w obrębie schematu własnego ciała oraz otaczającej przestrzeni, przy czym wykazuje niższy poziom lęku w nowym otoczeniu.
- e) Uczestnik potrafi przez dłuższy czas słuchać drugiej osoby, wysłuchać jej do końca, nie zmienia tematu, gdyż potrafi skupić się na myśli przewodniej i utrzymać ją przez dłuższy czas w pamięci, rozumie więcej zagadnień, przez co udziela trafnych odpowiedzi.
- f) Uczestnik potrafi adekwatnie ocenić obserwowaną sytuację.
- g) Uczestnik realizuje swoje zadania do końca, osiąga cele.
- h) Uczestnik jest w stanie przywołać i odtworzyć większy zasób wiadomości istotnych dla niego, potrafi je modyfikować i przekazać innym.
- i) Uczestnik wykazuje mniejszy stopień drażliwości spowodowany zapomnieniem, rzadziej pojawiają się sytuacje kiedy mówi bardzo szybko z obawy przed zapomnieniem, werbalizacja przebiega w spokojny sposób, pozbawiony napięcia.
- j) Uczestnik wyciąga sens odbieranej informacji w postaci komunikatu, filmu, czytanego tekstu oraz wyciąga wnioski na jej podstawie, modyfikuje ją, a także dopasowuje się do niej np.: poprzez postępowanie zgodne z instrukcją terapeuty.

Adresaci:

- cel szczegółowy a): 4 osoby: 1A, 2B,1C
 cel szczegółowy b): 3 osoby: 2B, 1C
 cel szczegółowy c): 10 osób: 2A, 6C, 2C
 cel szczegółowy d): 3 osoby: 1B, 2C
 cel szczegółowy e): 3 osoby: 1A, 2B
 cel szczegółowy f): 4 osoby: 2A, 2C
 cel szczegółowy g): 3 osoby: 1A, 2C
 cel szczegółowy h): 5 osób: 2A, 2B 1C
 cel szczegółowy i): 3 osoby: 3B
 cel szczegółowy j): 3 osoby: 2A, 1B

3.4.3. Wymiar czasu

- zgodnie z przyjętym indywidualnie i zespołowo planem tygodniowym.

3.4.4. Prowadzący

- psycholog,
- współudział członków zespołu wspierająco-aktywizującego.

3.4.5. Miejsce realizacji

- sala ogólna,
- pomieszczenie wielofunkcyjne,
- urzędy i instytucje kultury (Urząd Gminy, GOPS, PCPR, bank, poczta, Zakład Ubezpieczeń Społecznych, Dom Kultury i Sportu, kino).

3.5. Trening umiejętności komunikacyjnych

3.5.1. Formy pracy i zakres działań

Praca z uczestnikami odbywać się będzie w formie indywidualnej oraz zespołowej, z uwzględnieniem możliwości Uczestników zawartych w IPPW-A: intelektualnych - pamięci, uwagi, myślenia, spostrzegania, adaptacyjnych oraz komunikacyjnych, fizycznych - sprawności ruchowej, manualnej, napięcia mięśniowego. W przypadku zawieszenia pracy Domu z powodu obostrzeń epidemiologicznych treningi i zajęcia prowadzone będą w formie zdalnej. W przypadku Uczestników mających trudności z werbalizacją bądź odczytywaniem słów mówionych będą wykorzystywane alternatywne, wspomagające metody porozumiewania się takie jak: system znakowo-obrazkowy (piktogramy, fotogramy), gesty, przedmioty rzeczywiste, tablice komunikacyjne oraz komunikator – GoTalk 20+.

Trening podzielony będzie na następujące etapy:

1. Podtrzymywanie motywacji do komunikowania się poprzez pozytywne wzmocnienia, zapewnienie poczucia bezpieczeństwa.
2. Uzasadnienie treningu poszczególnych umiejętności poprzez wyjaśnienie ich związku z celami Uczestnika.
3. Prezentacja zachowania, umiejętności, ćwiczenie danego zachowania (wielokrotne powtarzanie w celu utrwalenia danej umiejętności) w oparciu o optymalnie dopasowany do Uczestnika i jego możliwości sposób komunikowania się.
4. Stopniowe wprowadzanie nowych umiejętności przy zachowanej pewności, że wcześniejsze zostały przyswojone, uwzględniając przy tym możliwości indywidualne Uczestnika.
5. Uświadamianie Uczestnika odnośnie osiągniętych już rezultatów w celu wzmocnienia jego poczucia własnej skuteczności oraz realności i dostępności założonego celu.

3.5.2. Metody pracy

- dyskusja, rozmowa indywidualna, wypowiedzi na forum;
- wcielanie się w role, scenki sytuacyjne;
- komunikacja alternatywna i wspomagająca: system znakowo-obrazkowy (piktogramy, fotografie), gesty, przedmioty rzeczywiste, tablice komunikacyjne, komunikator – GoTalk 20+[®].

3.5.3. Cele ogólne

- 1) Poszerzanie kompetencji komunikacyjnych poprzez zapoznanie Uczestników z niewerbalnymi elementami komunikacji takimi jak: kontakt wzrokowy, mimika, gestykulacja, postawa, ton głosu, głośność wypowiedzi.
- 2) Poszerzanie kompetencji komunikacyjnych poprzez zapoznanie Uczestników z częściami mowy typu: czasownik, przymiotniki przeciwstawne, przysłówki.
- 3) Stworzenie możliwości do wyrażania własnych potrzeb, myśli, emocji, pragnień i obaw poprzez dalsze usprawnianie zaburzonej werbalizacji oraz kształtowanie rozwijanie alternatywnych, wspomagających metod porozumiewania się.
- 4) Zapewnienie możliwości do generalizowania posiadanych umiejętności.
- 5) Rozwijanie świadomości dotyczącej gotowości do podjęcia kontaktu interpersonalnego z drugim człowiekiem, popartej systematycznym utrwalaniem umiejętności z zakresu komunikacji oraz komunikacji alternatywnej.

3.5.4. Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik nawiązuje i utrzymuje kontakt wzrokowy z terapeutą, psychologiem prowadzącym zajęcia.
- b) Uczestnik reaguje w oczekiwany, prawidłowy sposób na polecenia proste i złożone.
- c) Uczestnik rozumie znaczenie czasowników: siedzi, stoi, idzie, pije, czyta, śpi, leży, je, tańczy, płacze, śmieje się i używa ich. Uczestnik nieporozumiewający się werbalnie lub potrzebujący wsparcia w komunikacji, pokazuje je za pomocą zdjęcia, znaku graficznego lub gestu.
- d) Uczestnik rozumie znaczenie przymiotników przeciwstawnych i używa ich: duży-mały, ładny-brzydki, cienki-gruby, miękki-twardy, wysoki-niski, krótki-gruby, czysty-brudny, lekki-ciężki. Uczestnik nieporozumiewający się werbalnie lub potrzebujący wsparcia w komunikacji pokazuje je za pomocą zdjęcia, znaku graficznego lub gestu (np. duży-mały, czysty-brudny).
- e) Uczestnik rozumie znaczenie przysłówków i używa ich: dobrze-źle, prosto-krzywo, cicho-głośno, wysoko-nisko, teraz-potem. Uczestnik nieporozumiewający się werbalnie lub potrzebujący wsparcia w komunikacji może pokazywać jeden lub kilka przysłówków za pomocą zdjęcia gestu, znaku graficznego (np. głośno-cicho).
- f) Uczestnik rozumie znaczenie liczebników i używa ich: jeden-dużo.
- g) Uczestnik buduje wypowiedzi dwu- i trzelementowe, wyrażenia dwuwyrazowe i zdania proste. Uczestnik nieporozumiewający się werbalnie łączy dwa, trzy gesty, znaki graficzne np. jeszcze zabawa, ja lubię sok.

- h) Uczestnik odpowiada słowami w zrozumiałej formie dla rozmówcy/wskazuje z wykorzystaniem obrazków, znaków graficznych, na zadane pytania: Kto (co) to jest? Co robi? Co ma? Jaki jest? Jak, gdzie, kiedy? Ile jest?
- i) Uczestnik nawiązuje komunikację werbalną oraz pozawerbalną z osobami z najbliższego otoczenia.
- j) Uczestnik osiąga zamierzony cel wypowiedzi.

Adresaci:

- cel szczegółowy a): 2 osoby: 2A
- cel szczegółowy b): 3 osoby: 2B, 1C
- cel szczegółowy c): 2 osoby: 2C
- cel szczegółowy d): 5 osób: 4B, 1C
- cel szczegółowy e): 5 osób: 4B, 1C
- cel szczegółowy f): 2 osoby: 2B
- cel szczegółowy g): 10 osób: 9B, 1C
- cel szczegółowy h): 6 osób: 5B, 1C
- cel szczegółowy i): 2 osoby: 2B
- cel szczegółowy j): 11 osób: 1A, 9B, 1C

3.5.5. Wymiar czasu

- zgodnie z przyjętym planem tygodniowym, w formie zajęć zespołowych lub indywidualnych

3.5.6. Prowadzący

- psycholog,
- współudział członków zespołu wspierająco-aktywizującego.

3.5.7. Miejsce realizacji

- pomieszczenie wielofunkcyjne

3.6. Trening umiejętności spędzania wolnego czasu

3.6.1. Formy pracy i zakres działań

Zajęcia odbywać się będą w formie pracy zespołowej zgodnie z planem dnia na dany tydzień oraz w formie pracy indywidualnej z Uczestnikiem zgodnie z możliwościami, a także potrzebami wynikającymi z IPPW-A Uczestników. Podczas zajęć będą kontynuowane wcześniej podjęte działania. W przypadku zawieszenia pracy Domu treningi i zajęcia prowadzone będą w formie zdalnej. Wobec Uczestników mających trudności z werbalizacją bądź odczytywaniem słów mówionych, osób z niepełnosprawnością sprzężoną, będą wykorzystywane alternatywne, wspomagające metody porozumiewania się takie jak: system znakowo-obrazkowy: piktogramy, fotogramy, gesty, przedmioty rzeczywiste, tablice komunikacyjne oraz komunikator „GoTalk 20+”.

Zakres działań obejmować będzie:

- A) Trening kulturalno-rozrywkowy;
- B) Zajęcia plastyczne;
- C) Hortikuloterapię;
- D) Zajęcia techniczne;
- E) Zajęcia komputerowe.

3.6.2. Metody pracy

- spotkania integracyjne;
- uroczystości okolicznościowe;
- pokazy, wystawy;
- obserwacja;
- zajęcia przy muzyce, taniec, śpiew;
- spacer, wyjazd, wycieczki;
- metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, instruktaż, ekspozycje;
- metody twórcze i odtwórcze;
- metoda pracy z zastosowaniem zasady stopniowania trudności;
- pogadanki, luźne rozmowy;
- praca z tekstem, formy zabawowe, improwizacji ruchowej, pantomima;
- metody bezpośrednie: realizowane w kontakcie z naturą, np. sadzenie roślin, stymulacja zapachem, kolorem, fakturą;
- metody pośrednie: oglądanie filmów, słuchanie muzyki, rozbudzanie wyobraźni pod wpływem emitowanych obrazów i dźwięków; użycie gier edukacyjnych, planszowych, gier pamięciowych, kart do gry, szachów, gier zręcznościowych;
- wykorzystanie materiałów do zajęć plastycznych, poznawanie faktur, właściwości i zastosowania różnych materiałów;
- wykorzystanie pomocy dydaktycznych zakupionych do pracy z Uczestnikami ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi, tj. tablic dydaktycznych do ćwiczeń manualnych, chusty animacyjnej, zestawów do sznurowania, nawlekania, układanek logicznych, piłeczek antystresowych, kart pracy „Podróż przez pory roku”, EKO łamigłówek, kostek z piktogramami, wspólnego ogniwa, zestawów do malowania po numerach;
- zajęcia praktyczne z wykorzystaniem elektronarzędzi i narzędzi ręcznych.

A) TRENING KULTURALNO-ROZRYWKOWY

Formy pracy i zakres działań:

Praca z Uczestnikami skupiać się będzie na organizacji wewnętrznych i zewnętrznych spotkań okolicznościowych oraz wyjazdów i uroczystości integracyjnych dla Uczestników, przeglądów artystycznych, zgodnie z sytuacją epidemiczną w kraju. W ramach treningu przygotowywane będą występy okoliczno-

ściowe grupy teatralnej „TO MY” składającej się z Uczestników Domu, które następnie będą prezentowane podczas spotkań wewnętrznych, przed szerszą publicznością lokalną podczas wyjazdów, jak również w formie nagrań prezentowanych na stronach PŚDS w Pęczniewie.

Będzie również podejmowana kontynuacja wcześniej podjętych działań, tj.:

- a) tworzenie scenariuszy, programów artystycznych;
- b) tworzenie i organizacja przedstawień, występów okolicznościowych;
- c) przygotowanie nagrań tzw. „STOP KLATKA”, na różne okazje i umieszczanie ich przy współpracy z pracownią komputerową, na stronie PŚDS oraz portalu społecznościowym;
- d) udział w konkursach artystycznych, twórczych, wyjazdowych prezentujących umiejętności i talenty aktorskie, wokalne i taneczne Uczestników;
- e) działalność grupy teatralnej „TO MY”;
- f) zastosowanie metody psychodramy, pantomimy, ale także występów wokalnych, kabaretowych, poetyckich;
- g) scenki sytuacyjne, pokazowe, czyli zabawa „Przeżyj to jeszcze raz”, a także prowadzenie rozmów, jak należy się zachowywać podczas wyjazdu, wyjścia do kina;
- h) ćwiczenie umiejętności grafomotorycznych przy użyciu pomocy dydaktycznych, w tym tablic – zestaw nr 5, 11 i 13 do ćwiczenia ręki, piłeczka antystresowa;
- i) gry towarzyskie i stolikowe (Memory, Chińczyk, Ziemiak, warcaby itp., Mistakos), gry logiczne i zręcznościowe (Kalambury, „Nawlekaj, nie czekaj”), a także ćwiczenia rozwijające i wzmacniające umiejętności z zakresu procesów poznawczych tj. rozwiązywanie krzyżówek, quizy, rebusy, obrazki kodowane, łączenie kropek zgodnie z instrukcją;
- j) tworzenie prostych rymów, wierszy, nauka wierszy czy piosenek na pamięć.

Metody pracy:

- instruktaż słowny;
- obserwacja;
- metody audiowizualne;
- zajęcia przy muzyce, taniec, śpiew;
- metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, instruktaż, ekspozycje;
- metody twórcze i odtwórcze;
- metoda pracy z zastosowaniem zasady stopniowania trudności;
- pogadanki, luźne rozmowy
- praca z tekstem, formy zabawowe, improwizacji ruchowej, pantomima;
- wykorzystanie pomocy dydaktycznych zakupionych do pracy z Uczestnikami ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi, tj. tablic dydaktycznych do ćwiczeń manualnych, chusty animacyjnej, zestawów do sznurowania, nawlekania, układanek logicznych, piłeczek antystresowych, kart pracy „Podróż przez pory roku”, EKO łamigłówek, kostek z piktogramami, wspólnego ognia.

Cele ogólne:

- 1) Umożliwienie prawidłowego funkcjonowania w społeczeństwie, integracja, przeciwdziałanie dyskryminacji, marginalizacji.
- 2) Rozwijanie umiejętności aktywnego spędzania czasu wolnego.
- 3) Prezentowanie talentów i umiejętności Uczestników w społeczeństwie.
- 4) Ujawnianie stanów emocjonalnych Uczestników, przedstawianie, wywołanie, rozładowanie ich uczuć oraz kształtowanie samodzielnego myślenia i działania.

Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik prezentuje szerszej publiczności swoje talenty i umiejętności, potrafi przedstawić swoje emocje, identyfikuje się z postacią odgrywaną, przełamuje nieśmiałość, redukuje trudności oraz radzi sobie z tremą.
- b) Uczestnik zwiększa sprawność funkcjonowania swoich procesów pamięciowych, zapamiętuje swoje role, elementy występu, pamięta teksty piosenek i wierszy.
- c) Uczestnik poprawia nastrój, podniósł oraz wzmocnił poczucie wartości, przez co czuje się ważny, doceniony, co ułatwia mu współpracę, ogranicza konflikty, rozbudza pozytywne emocje.
- d) Uczestnik nabył zdolność nawiązywania kontaktów, prowadzenia rozmowy, odczytywania sygnałów ciała, zaistniał w grupie, przez co chętniej zgłasza swoje pomysły do występów, współtworzy scenariusze, poznaje nowe sposoby zachowania się w danej sytuacji.

Adresaci:

cel szczegółowy a): 15 osób: 3A, 9B, 3C,

cel szczegółowy b): 17 osób: 2A, 14B, 1C,

cel szczegółowy c): 15 osób: 3A, 9B, 3C,

cel szczegółowy d): 7 osób: 1A, 5B, 1C,

B) ZAJĘCIA PLASTYCZNE

Formy pracy i zakres działań:

Praca z Uczestnikami odbywać się będzie odbywać w formie arteterapii na zasadzie rękodzieła i polegać będzie na wykonywaniu prac typu obrazy, rysunki, witraże, prace przestrzenne, prace w drewnie, kompozycje, stroiki, dekoracje, rekwizyty i stroje dla aktorów z grupy teatralnej składającej się z Uczestników PŚDS w Pęczniewie, a także papieroplastyka, wzornictwo, zdobnictwo z wykorzystaniem różnych metod i technik oraz przyborów, narzędzi i materiałów.

Będą również kontynuowane wcześniej podjęte działania, tj.:

- a) wykonywanie dekoracji okolicznościowych, świątecznych, sezonowych, na uroczystości i spotkania wewnętrzne, scenografii na potrzeby grupy teatralnej;
- b) tworzenie kostiumów i rekwizytów na przedstawienia dla aktorów;
- c) wykonywanie kartek imieninowych, urodzinowych, świątecznych, walentynek, podziękowań, okazjonalnych tj. dzień kobiet i mężczyzn, dzień babci i dziadka, karty przyjaźni, pamiątkowe;

- d) przygotowanie wystaw, stoisk, wernisażu prac Uczestników;
- e) udział w konkursach i wystawach plastycznych, rękodzieła;
- f) tworzenie kompozycji kwiatowych, stroików, kompozycji z darów natury;
- g) ćwiczenia manualne rąk, koordynacji wzrokowo-ruchowej, umiejętności chwytu z użyciem pomocy dydaktycznych tj. tablice do ćwiczeń ręki, piłeczki antystresowe;
- h) poznawanie różnych technik tworzenia, transponowanie napięcia emocjonalnego na proces twórczy, pobudzanie do spontanicznej twórczości, rozwijanie sfery estetycznej i wrażliwości artystycznej;
- i) tworzenie oryginalnych form przestrzennych, rozwijanie motoryki w małej przestrzeni, rozwijanie wyobraźni przestrzennej.

Metody pracy:

- instruktaż słowny;
- nauka przez zabawę;
- obserwacja;
- metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, instruktaż, ekspozycje;
- metody twórcze i odtwórcze;
- metoda pracy z zastosowaniem zasady stopniowania trudności;
- wykorzystanie pomocy dydaktycznych zakupionych do pracy z Uczestnikami ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi, tj. tablic dydaktycznych do ćwiczeń manualnych, zestawów do malowania po numerach;
- wykorzystanie materiałów do zajęć plastycznych, poznawanie faktur, właściwości i zastosowania różnych materiałów.

Cele ogólne:

- 1) Rozwijanie i podtrzymywanie umiejętności manualnych.
- 2) Pobudzanie wyobraźni twórczej, kształtowanie potrzeb estetycznych, a także uczenie dokładności, cierpliwości i wrażliwości.
- 3) Integrowanie grupy poprzez wspólne działania twórcze, projekty.
- 4) Uwolnienie wewnętrznych napięć oraz emocji poprzez działania plastyczne, wzmacnianie naturalnych możliwości ekspresji oraz komunikacji niewerbalnej.

Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik doświadcza pozytywnych emocji, wyraża je w sposób twórczy, przez to odrywa się od problemów i wyzwań związanych z chorobą, wycisza się, rozładowuje napięcia, przez co podwyższa umiejętność koncentracji.
- b) Uczestnik potrafi rozpoznać i wykorzystać własną kreatywność, jest bardziej pewny w działaniu, kształtuje wyobraźnię i postawę twórczą, przez co samodzielnie planuje i wykonuje prace oraz doprowadza do końca własny projekt.

- c) Uczestnik wzmacnia w sobie poczucie sprawstwa, czuje się potrzebny i ważny oraz publicznie doceniony, zaspokaja potrzebę samorealizacji.
- d) Uczestnik zna i nazywa kolory, rozpoznaje i rozróżnia kształty oraz właściwie dobiera je do wykonywanej pracy.
- e) Uczestnik wzmocnił umiejętności chwytu, poprawił zakres umiejętności manualnych oraz koordynacji wzrokowo-ruchowej, usprawnił pracę rąk w zakresie percepcji dotykowej, sprawności manipulacyjnej palców i dłoni.

Adresaci:

- cel szczegółowy a): 18 osób: 4A, 8B, 6C,
- cel szczegółowy b): 10 osób: 2A, 6B, 2C,
- cel szczegółowy c): 42 osoby: 7A, 22B, 13C
- cel szczegółowy d): 15 osób: 1A, 13B, 1C
- cel szczegółowy e): 7 osób: 4B, 3C.

C) HORTIKULOTERAPIA

Formy pracy i zakres działań:

Hortikuloterapia inaczej zwana hortiterapią lub po prostu terapią ogrodniczą wykorzystuje kontakt z przyrodą w celu poprawy kondycji psychicznej, fizycznej i intelektualnej człowieka. Zajęcia z Uczestnikiem przeprowadzane będą w dwojaki sposób: aktywnie oraz biernie. Forma aktywna obejmować będzie wykonywanie typowych prac ogrodowych. Wymienić tu można następujące zadania: wysiewanie nasion, pikowanie, podlewanie, podcinanie, rozmnażanie roślin, tworzenie i pielienienie rabatek, koszenie trawnika, planowanie prac w ogrodzie, grabienie liści, opiekę nad roślinami doniczkowymi. Również wykorzystywanie materiałów naturalnych zasobów przyrodniczych do tworzenia kreatywnych prac, kompozycji kwiatowych będzie czynną formą hortikuloterapii. Wychodząc z założenia, że choroba nie zawsze pozwala na aktywną pracę w ogrodzie (ograniczenia fizyczne i psychiczne) zajęcia przyjmować będą również charakter bierny, związany z odbiorem ogromnego spektrum bodźców obecnych w przyrodzie. Trening obejmować będzie obserwację natury za pomocą wszystkich zmysłów – wzroku, dotyku, węchu, słuchu i smaku. Odbywać się będzie podczas spacerów, wyjazdów, obserwacji roślin znajdujących się w budynku oraz przed ośrodkiem. Warto wspomnieć, że zamontowane w poprzednim roku ławki będą sprzyjać możliwości kontemplowania, relaksowania się na łonie natury, wsłuchiwania się w odgłosy przyrody, dźwięki natury, rozpoznawanie zapachów, dotykanie liści o różnych fakturach. Optymistycznie wygląda również perspektywa przeprowadzenia zajęć na świeżym powietrzu, przyglądanie się efektom wspólnych działań. Do pasywnych form prowadzonej hortikuloterapii należeć będzie też wykorzystywanie materiałów multimedialnych, książek, przeprowadzenie quizów celem poszerzenia wiedzy o przyrodzie, roślinach, ogrodzie. Zajęcia hortiterapeutyczne, z uwagi na cykl pór roku, odbywać się będą zarówno na powietrzu, jak i wewnątrz budynku. Wówczas Uczestnicy skupią się na konserwowaniu narzędzi, przygotowywaniu donic, pielęgnacji roślin znajdujących się w Domu,

obserwacji przyrody przez okno. Potencjał hortikuloterapii umożliwi zaktywizowanie Uczestników o zróżnicowanej charakterystyce oraz o różnej dynamice zachodzących procesów chorobowych. Realizacja zajęć terapeutycznych dostosowana będzie do indywidualnych możliwości intelektualnych i fizycznych Uczestników.

Zajęcia prowadzone będą w formie zespołowej oraz indywidualnie, codziennie, zgodnie z planem dnia, planem rocznym, w oparciu o ustalony dla danego Uczestnika Indywidualny Plan Postępowania Wspierająco – Aktywizującego. W sytuacji zawieszenia pracy Domu (zarówno przez niepewną sytuację epidemiologiczną jak i inne nagłe wydarzenia mogące mieć wpływ na funkcjonowanie jednostki), zajęcia prowadzone będą w formie zdalnej. W przypadku Uczestników mających problem z komunikacją, kontakt wspierany będzie alternatywnymi i wspomagającymi metodami porozumiewania się.

Metody pracy:

- instruktaż np. podczas prac ogrodniczych
- nauka przez zabawę
- obserwacja przyrodnicza
- metody audiowizualne
- ćwiczenia praktyczne – np. prace ogrodowe, pielęgnacja roślin znajdujących się w ośrodku, grzybobranie
- fotografia przyrody

Cele ogólne:

- 1) Dostrzeganie bogactwa świata przyrodniczego oraz kształtowanie wrażliwości na piękno przyrody.
- 2) Dostrzeganie bodźców płynących z otoczenia naturalnego oraz ich pozytywnego wpływu na poprawę samopoczucia.
- 3) Możliwość zauważenia przez Uczestnika jego osobistych mniejszych lub większych sukcesów poprzez udział w zajęciach.

Cele szczegółowe/efekty:

- A) Usprawnianie narządów wzroku, słuchu, smaku, ruchu, węchu poprzez wykorzystanie właściwości elementów przyrodniczych: barw, smaków, zapachów, faktury, plastyczności, wydawanych dźwięków.
- B) Nabycie/podtrzymanie umiejętności rozładowania napięcia nerwowego i stresu poprzez konstruktywną pracę, np. pracę w ogrodzie czy podczas spaceru.
- C) Nabycie/podtrzymanie umiejętności dostrzegania pozytywnych efektów swojej pracy, a tym samym podnoszenie samooceny.

Adresaci:

cel szczegółowy a): 13 osób: 6B, 5C

cel szczegółowy b): 27 osób: 17B, 2A, 8C

cel szczegółowy c): 32 osoby: 6A, 17B, 9C

Formy pracy i zakres działań:

W ramach nowo powstałej sali Uczestnicy pod nadzorem terapeuty zajęciowego będą wykonywać czynności zarówno o łatwiejszym poziomie trudności typu: czyszczenie papierem ściernym drewnianych powierzchni, nakręcanie mutr na śrubki, wbijanie gwoździ, malowanie powierzchni, klejenie, jak i trudniejsze zadania: posługiwanie się urządzeniami do obróbki drewna takimi jak: akumulatorowa pilarka tarczowa, miniszlifierka, wyrzynarka, wiertarko – wkrętarka, itp. Zajęcia dostosowane będą do indywidualnych możliwości i predyspozycji poszczególnych Uczestników. Wykonywane będą różnorodne dekoracje, prace artystyczne, ramki, pergole, karmniki, lampiony oraz prace przestrzenne z tektury. Uczestnicy naberą wiedzę i umiejętności z zakresu prac technicznych. Poznają zasady bezpieczeństwa i higieny pracy.

Zajęcia prowadzone będą w formie zespołowej oraz indywidualnie, zgodnie z planem dnia, planem rocznym oraz w oparciu o utworzony dla każdego Uczestnika Indywidualny Plan Postępowania Wspierająco – Aktywizującego. W przypadku Uczestników mających problemy z komunikacją, z niepełnością sprawnością sprzężoną, kontakt nawiązywany będzie za pośrednictwem/ze wsparciem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się.

Metody pracy:

- instruktaż słowny terapeuty;
- pogadanki;
- metoda pracy z zastosowaniem zasady stopniowania trudności;
- demonstrowanie czynności, metoda objaśnienia i instrukcji;
- zajęcia praktyczne;
- metody twórcze i odtwórcze.

Cele ogólne:

- 1) Wyrabianie nawyku bezpiecznego używania narzędzi;
- 2) Rozwijanie inwencji twórczej, wyobraźni oraz swobodnej ekspresji twórczej, cierpliwości.
- 3) Kształtowanie umiejętności w zakresie posługiwania się narzędziami ręcznymi, urządzeniami elektrycznymi typu szlifierka, wyrzynarka, wiertarko-wkrętarka;
- 4) Wyrabianie poczucia estetyki i wiary we własne siły.

Cele szczegółowe:

- a) Uczestnik usprawnił pracę rąk w zakresie percepcji dotykowej, sprawności manipulacyjnej palców i dłoni;
- b) Uczestnik potrafi rozróżnić oraz dobrać odpowiednie narzędzia do wykonywanej pracy;
- c) Uczestnik zwiększył poziom samodzielności, ma większe poczucie własnej wartości;
- d) Uczestnik dba o estetykę wykonywanych prac, utrzymuje porządek na stanowisku pracy.

Adresaci:

cel szczegółowy a): 25 osób: 3A, 13B, 9C

cel szczegółowy b): 16 osób: 2A, 9B, 5C

cel szczegółowy c): 36 osób: 5A, 19B, 12C

cel szczegółowy d): 21 osób: 5A, 13B, 3C

E) ZAJĘCIA KOMPUTEROWE

Formy pracy i zakres działań

Treningi będą realizowane w formie zorganizowanych zajęć zespołowych i indywidualnych, w sali komputerowej. Instruktaż sanitarny dotyczący bezpieczeństwa Uczestników będzie systematycznie prowadzony. Praca odbywać się będzie zgodnie z aktualnie obowiązującym IPPW-A. Tematyka zajęć będzie zgodna z planem miesięcznym. Forma pracy aktywna i bierna. W przypadku Uczestników mających problem z komunikacją, kontakt wspierany będzie alternatywnymi i wspomagającymi metodami porozumiewania się.

Metody pracy:

- metody pracy z zastosowaniem zasady stopniowania trudności – przejście od zadań prostych do coraz trudniejszych (dostosowane indywidualnie do Uczestnika);
- rozmowy inspirowane, motywowanie Uczestników do pracy;
- obserwacja i pokaz głównie przy formie biernej;
- zajęcia indywidualne przy komputerze dla aktywnych Uczestników;
- czytanie wiadomości, przeglądanie galerii obrazów;
- słuchanie muzyki, audycji radiowych, słuchowisk i in.;
- oglądanie filmów, bajek, kabaretów, tutoriali, innych programów edukacyjnych, inspiracji twórczych, poprawy umiejętności indywidualnych Uczestników, rozwijanie zainteresowań;
- gry i zabawy komputerowe: strategiczne, logiczne, pamięciowe, ćwiczące koordynację wzrokowo-ruchową;
- rozwiązywanie krzyżówek, łamigłówek, rozwiązywanie zadań na kartach pracy, ćwiczenia pisania, liczenia itp.;
- aktywna praca z komputerem według upodobań Uczestnika;
- aktualizowanie kroniki ośrodka, przygotowanie napisów i dekoracji okolicznościowych, kartek i kalendarzy, ulotek, wizytówek, zaproszeń, postów na stronę społecznościową Facebook;
- tworzenie filmików okolicznościowych, klipów, nagrywanie przedstawień teatralnych, wykonywanie kolaży zdjęć, sesji fotograficznych.

Cele ogólne:

- 1) Rozwój indywidualnych zainteresowań poprzez otwarcie się na świat, co sprzyja ułatwieniu komunikacji z innymi osobami, efektywniejszemu spędzaniu czasu wolnego oraz wspomaganie terapii artystycznej.

- 2) Rozwijanie umiejętności wyszukiwania informacji, przeglądania galerii obrazów, czytania wiadomości, oglądania filmów, itp.
- 3) Nabieranie nawyku wykorzystania komputera i Internetu do efektywnego spędzania czasu wolnego, czy realizacji indywidualnych zainteresowań.
- 4) Wdrażanie Uczestników do realizowania zadań na wybrany temat z wykorzystaniem komputera, drukarki, laminatora, bindownicy, np. tworzenie zaproszeń, kartek okolicznościowych, ulotek, wizytówek itp.

Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik potrafi obsługiwać komputer i z większą łatwością korzysta z Internetu, czyli udoskonalił wyszukiwanie informacji w Internecie, posługuje się myszką komputerową, orientuje się w obsłudze klawiatury komputerowej, zna zasady bezpieczeństwa w sieci.
- b) Uczestnik potrafi określić swoje możliwości w zakresie obsługi komputera: rozumie jak korzystać z komputera, co daje umiejętność obsługi, z czym sobie radzi, a z czym jeszcze nie bardzo, czego powinien się nauczyć w przyszłości.
- c) Uczestnik zwiększył i rozwinął swoje umiejętności intelektualne, pamięciowe, wiedzę ogólną o świecie, dzięki czemu potrafi korzystać z gier komputerowych, ćwiczeń pamięci, przeglądać wiadomości, sprawdzić prognozę pogody.
- d) Uczestnik wzmocnił koordynację wzrokowo-ruchową, koncentrację uwagi oraz spostrzegawczość: potrafi posługiwać się myszką komputerową, klawiaturą komputerową, skoncentrować się na czytanej treści.
- e) Uczestnik rozwinął umiejętność czytania i pisania: potrafi wpisać w wyszukiwarce wybrane treści, rozpoznaje litery i słowa.
- f) Uczestnik pobudził swoją wrażliwość, czyli potrafi zauważyć pewne zjawiska na świecie, doświadczyć pozytywnych emocji przy oglądaniu czy słuchaniu różnych treści, rozbudzić odczuwanie świata podczas obcowania z przyrodą na ekranie komputera czy muzyką.
- g) Uczestnik biernie uczestniczył w zajęciach oglądając, słuchając różnych treści, dzięki czemu potrafi skupić uwagę dłuższą chwilę, rozwija wyobraźnię, obserwuje świat.

Adresaci:

- cel szczegółowy a): 20 osób: 4A, 14B, 2C,
cel szczegółowy b): 20 osób: 4A, 14B, 2C,
cel szczegółowy c): 20 osób: 4A, 14B, 2C,
cel szczegółowy d): 20 osób: 4A, 14B, 2C,
cel szczegółowy e): 20 osób: 4A, 14B, 2C,
cel szczegółowy f): wszyscy Uczestnicy,
cel szczegółowy g): wszyscy Uczestnicy.

- codziennie, zgodnie z przyjętym indywidualnie i zespołowo planem tygodniowym.

3.6.4. Prowadzący

- terapeuta,
- terapeuta zajęciowy,
- starszy instruktor terapii zajęciowej,
- współudział członków zespołu wspierająco-aktywizującego.

3.6.5. Miejsce realizacji

- sala komputerowa,
- sala plastyczna,
- sala ogólna,
- pomieszczenie wielofunkcyjne
- pomieszczenie wielofunkcyjne (do prowadzenia zajęć technicznych i hortikuloterapii),
- teren wokół budynku PŚDS,
- plener, zwiedzane miejsca.

3.7. Poradnictwo psychologiczne

3.7.1. Formy pracy i zakres działań

Poradnictwo psychologiczne prowadzone będzie indywidualnie oraz zespołowo, w formie warsztatów. Powyższe oddziaływania realizowane będą w oparciu o potrzeby i możliwości Uczestników oraz w zależności od zaistniałych sytuacji. W przypadku zawieszenia pracy Domu z powodu obostrzeń epidemiologicznych, treningi i zajęcia prowadzone będą w formie zdalnej. Wobec Uczestników mających trudności z werbalizacją bądź odczytywaniem słów mówionych będą wykorzystywane alternatywne, wspomagające metody porozumiewania się takie jak: system znakowo-obrazkowy (piktogramy, fotogramy), gesty, przedmioty rzeczywiste, tablice komunikacyjne oraz komunikator – GoTalk 20+.

3.7.2. Metody pracy

- rozmowa indywidualna na żywo oraz telefoniczna przez wzgląd na sytuację epidemiczną;
- dyskusja w zespole;
- badanie psychologiczne za pomocą stosownych narzędzi psychometrycznych;
- zajęcia wspierające, edukujące;
- metoda projekcyjna (psychorysunek);
- obserwacja;
- retrospekcja;
- psychozabawa;
- logoterapia;
- zajęcia z muzyką, wizualizacja, relaksacja.

Poradnictwo psychologiczne obejmuje:

1. Opinię psychologiczną dotyczącą funkcjonowania intelektualnego, emocjonalnego i społecznego Uczestnika;
2. Diagnozę psychologiczną sporządzaną na podstawie orzeczenia o stopniu niepełnosprawności, zaświadczeń lekarskich, opinii psychologicznej, wywiadu i obserwacji, w oparciu o którą powstaje Indywidualny Plan Postępowania Wspierająco-Aktywizującego;
3. Pomoc w zachowaniu zdrowej równowagi pomiędzy światem wewnętrznym, którego aspektami są intymne, osobiste przeżycia a w przypadku osób chorych psychicznie niejednokrotnie objawy wytwórcze, a światem zewnętrznym, funkcjonowaniem w nim, przyjmowaniem ról społecznych;
4. Pomoc w przełamywaniu pustki emocjonalnej oraz pomoc w określaniu na nowo nowych celów;
5. Wsparcie w sytuacjach kryzysowych i konfliktowych, w momentach rezygnacji, poczucia bezradności i braku zrozumienia;
6. Motywowanie Uczestników do nawiązywania i podtrzymywania satysfakcjonujących relacji z innymi;
7. Kształtowanie poczucia odpowiedzialności za siebie, swoje postępowanie i otoczenie;
8. Trening funkcji poznawczych, takich jak: pamięć, koncentracja uwagi, funkcje wzrokowo- przestrzenne, uczenie się werbalne, uczenie się wzrokowe, wnioskowanie i rozwiązywanie problemów, prędkość przetwarzania;
9. Zajęcia relaksacyjne, których nadrzędnym celem jest opanowanie wegetatywnych objawów lęku, złego samopoczucia, napięcia emocjonalnego oraz uzyskanie odprężenia na płaszczyźnie zarówno psychicznej, jak i fizycznej.

3.7.3. Cele ogólne

- 1) Udzielanie szeroko rozumianego wsparcia oraz pomocy psychologicznej w sytuacjach kryzysowych, które przekraczają w swoich wymaganiach aktualne, adaptacyjne zdolności Uczestnika.
- 2) Poprzez rozmowy na temat problemów i trudności życia codziennego psycholog pomaga w rozwiązywaniu utrudnień życiowych, a także wspiera w osiągnięciu lepszej jakości życia, pomaga ustalać nowe cele i towarzyszy w ich realizacji.
- 3) Poprzez rozmowę z psychologiem Uczestnik pozbywa się napięcia, lęku, powraca do stanu równowagi psychicznej na miarę własnych możliwości oraz równowagi między światem wewnętrznym a zewnętrznym.

3.7.4. Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik korzysta z pomocy psychologa w momentach powodujących dyskomfort psychiczny, wykorzystuje rozmowę z psychologiem jako możliwość uwolnienia się od problemów, natrętnych myśli, nieuzasadnionych lęków i obaw dzięki czemu osiąga poprawę swojej formy psychicznej – Uczestnik nie płacze, może skupić się na zadaniach związanych z dniem codziennym, rozmawia z innymi, ma pogodny wyraz twarzy, nie boi się realizować swoich planów;

- b) Uczestnik odnajduje swoje zasoby, potencjał, dostrzega go i osiąga poczucie ufności w swoje możliwości – coraz częściej wie, czego chce, obiektywnie ocenia sytuacje i podejmuje działania zbliżające go do celu.
- c) Uczestnik podejmuje próby samodzielnego wyznaczania celów.
- d) Uczestnik posiada podstawowe informacje dotyczące jego choroby czy zaburzenia.
- e) Uczestnik chętnie korzysta z rozmów z psychologiem w celu podtrzymania stanu mobilizacji, determinacji: współpracuje z terapeutami, aktywnie uczestniczy w proponowanych treningach, sam prosi o pomoc, zauważa swoje błędy i stara się modyfikować swoje zachowanie.
- f) Uczestnik potrafi redukować negatywne skutki stresu oraz potrafi opanować się w sytuacjach konfliktowych: nie działa pod wpływem emocji, potrafi odroczyć działanie po to, by się uspokoić i nie uczynić np. przykrości drugiej osobie.
- g) Uczestnik osiągnął poprawę w zakresie: pamięci słownej i bezsłownej logicznego myślenia, kojarzenia faktów i percepcji, czasu reakcji i funkcji planowania, odtwarzania w pamięci.

Adresaci:

cel szczegółowy a): 9 osób: 5A, 1B, 3C,

cel szczegółowy b): 6 osób: 3A, 2B, 1C,

cel szczegółowy c): 2 osoby: 1A, 1C,

cel szczegółowy d): 1 osoba: 1A,

cel szczegółowy e): 2 osoby: 2A,

cel szczegółowy f): 5 osób: 1A, 2B, 2C,

cel szczegółowy g): 3 osoby: 1A, 1B, 1C,

3.7.5. Wymiar czasu

- zgodnie z przyjętym indywidualnie i zespołowo planem tygodniowym i w zależności od bieżących potrzeb Uczestników.

3.7.6. Prowadzący

- psycholog,
- współudział członków zespołu wspierająco-aktywizującego.

3.7.7. Miejsce realizacji

- pokój poradnictwa psychologicznego,
- pomieszczenie wielofunkcyjne.

3.8. Współpraca z rodzicami/opiekunami

3.8.1. Formy pracy i zakres działań

Współpraca z rodzicami/opiekunami prowadzona będzie indywidualnie, w formie spotkań osobistych lub rozmów telefonicznych, w zależności od sytuacji epidemiologicznej w kraju. Powyższe oddziaływania realizowane będą w oparciu o bieżące potrzeby wynikające z zaistniałych sytuacji i możliwości.

3.8.2. Metody pracy

- rozmowa indywidualna oraz telefoniczna, w zależności od sytuacji epidemiologicznej w kraju.

3.8.3. Cele ogólne

- 1) Motywowanie do współuczestnictwa w procesie poprawy jakości życia Uczestników oraz w rozwijaniu i wspieraniu ich samodzielności.
- 2) Pomoc w rozwiązywaniu bieżących problemów wynikających ze stanu psychofizycznego Uczestnika.
- 3) Zapobieganie sytuacjom kryzysowym.
- 4) Rozpoznawanie wczesnych sygnałów ostrzegawczych przed nawrotem choroby.
- 5) Nawiązanie i zbudowanie regularnego kontaktu z najbliższymi członkami rodziny/opiekunami Uczestnika.

3.8.4. Cele szczegółowe/efekty:

- a) Rodzice i opiekunowie stają się bardziej zaangażowani w proces poprawy jakości życia swych bliskich (Uczestników), np. stosują się w domu do zaleceń psychologa oraz zespołu wspierająco – aktywizującego, odwiedzają ośrodek, by podzielić się uwagami, spostrzeżeniami odnośnie funkcjonowania Uczestnika.
- b) Rodzice i opiekunowie nie czują się osamotnieni w pokonywaniu trudności związanych z opieką nad osobami (bliskimi) z zaburzeniami psychicznymi, np. dzwonią po to, by się podzielić problemem, wspólnie z psychologiem ustalić plan działania.
- c) Rodzice i opiekunowie posiadają większą świadomość możliwości, które można wykorzystać w celu poprawy jakości życia swojego oraz niepełnosprawnego dziecka, osoby bliskiej, np. rodzic wie, że może ubiegać się o dofinansowanie na sprzęt rehabilitacyjny, pampersy; wie, jakie należy przygotować dokumenty.
- d) Regularny kontakt z opiekunami Uczestników umożliwia rozpoznanie przyczyn gorszego samopoczucia Uczestnika czy też pozwala na bieżąco śledzić pogorszenie lub poprawę stanu zdrowia. Poprzez rozmowy z najbliższymi terapeutami są w stanie lepiej pomóc w problemach jakie dotyczą Uczestników.

Adresaci:

cel szczegółowy a), b), c), d) = rodzice lub/i opiekunowie wszystkich Uczestników

3.8.5. Wymiar czasu

- stosownie do potrzeb i bieżącej sytuacji

3.8.6. Prowadzący

- psycholog,
- współudział członków zespołu wspierająco-aktywizującego.

3.8.7. Miejsce realizacji

- pokój poradnictwa psychologicznego,
- sala ogólna
- miejsce zamieszkania Uczestnika.

3.9. Wsparcie w zakresie konsultacji medycznych

3.9.1. Formy pracy i zakres działań

Praca z uczestnikami prowadzona będzie w formie pracy indywidualnej lub zespołowej.

Wsparcie w zakresie konsultacji medycznych obejmuje:

1. Pomoc w dostępie do świadczeń zdrowotnych we współpracy z opiekunami lub rodziną Uczestnika w celu optymalizacji rezultatów postępowania terapeutycznego;
2. Zapewnienie dostępu do opieki medycznej Uczestnikowi;
3. Utrzymanie kontaktu osobistego lub telefonicznego z uczestnikiem podczas leczenia domowego lub szpitalnego;
4. Pomoc w rejestracji do lekarza pierwszego kontaktu i do poradni specjalistycznych;
5. Monitorowanie regularnej farmakoterapii i terminów wizyt w PZP oraz w innych poradniach specjalistycznych;
6. Pomoc w przedłużeniu zleconych leków i realizacji recept.

3.9.2. Metody pracy

- metoda objaśnienia i instrukcji, obserwacji i pokazu;
- praca własna – zadaniowa, koordynacja działań;
- pogadanka z elementami wykładu;
- dyskusja – burza mózgów;
- rozmowa indywidualna oraz telefoniczna, w zależności od możliwości.

3.9.3. Cele ogólne

- 1) Poprawa lub utrzymanie dobrej kondycji psychofizycznej Uczestnika oraz wydłużenie remisji w chorobie.
- 2) Wykształcenie gotowości do konsultacji i leczenia się w Poradni Zdrowia Psychicznego;
- 3) Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia.
- 4) Zapewnienie podstawowej opieki oraz dbałość o możliwie najlepszy stan zdrowia psychicznego Uczestników.

3.9.4. Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik posiada dostęp do niezbędnej opieki psychiatrycznej (w tym umawianie wizyt, kontynuacja recept, monitorowanie regularności wizyt lekarskich).
- b) Uczestnik posiada świadomość choroby i zna jej objawy.
- c) Uczestnik nabył umiejętności związane z aktywnym udziałem we własnym leczeniu.

- d) Uczestnik rozumie potrzebę systematycznej, zalecanej przez lekarza farmakoterapii.
- e) Uczestnik postępuje w myśl zasady „lepiej zapobiegać, niż leczyć”.
- f) Uczestnik otrzymuje wsparcie podczas hospitalizacji (odwiedziny, pomoc w organizacji pobytu w szpitalu, transport).
- g) Uczestnik posiada wiedzę, do kogo może zwrócić się w sytuacji kryzysowej, w razie niepokojących objawów choroby.

Adresaci:

cele szczegółowe: a), b), c), d), e), f), g) = wszyscy Uczestnicy według potrzeb i możliwości, w uzgodnieniu z opiekunami

3.9.5. Wymiar czasu

- spotkania/rozmowy będą odbywać się stosownie do potrzeb i bieżącej sytuacji

3.9.6. Prowadzący

- starszy pracownik socjalny,
- współudział członków zespołu wspierająco-aktywizującego.

3.9.7. Miejsce realizacji

- pomieszczenie wielofunkcyjne,
- ośrodki zdrowia, poradnie specjalistyczne, szpitale, poradnie zdrowia psychicznego.

3.10. Niezbedna opieka

3.10.1. Formy pracy i zakres działań

Uczestnik otrzymuje wsparcie i pomoc w postaci opieki. Działania wykonywane indywidualnie według potrzeb ze szczególnym uwzględnieniem osób z niepełnosprawnościami sprzężonymi lub spektrum autyzmu, którzy posiadają orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności wraz ze wskazaniem konieczności stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji.

3.10.2 Metody pracy

- indywidualnie, np. umożliwienie spożycia posiłku, pomoc przy czynnościach higienicznych;
- zespołowo np. opieka podczas pobytu w ośrodku, wyjazdów oraz podczas dowozów.

3.10.3 Cele ogólne

- 1) Zapewnienie bezpieczeństwa Uczestników w ośrodku;
- 2) Zapewnienie bezpieczeństwa Uczestników czasie dowozu i odwozu;
- 3) Zapewnienie bezpieczeństwa Uczestników czasie wyjazdów poza ośrodek;
- 4) Zadbanie o dobre samopoczucie Uczestników;
- 5) Zapewnienie odpowiednio szybkiego reagowania na zmiany stanu psychofizycznego Uczestników.

3.10.4 Cele szczegółowe/efekty:

- a) Zapewnienie dobrostanu psychofizycznego Uczestników podczas pobytu w ośrodku.
- b) Zabezpieczenie komfortu Uczestnikowi poprzez pomoc w czynnościach samoobsługowych w postaci np. pomocy w czynnościach higienicznych, nakarmieniu.
- c) Zapewnienie nadzoru przez personel nad bezpieczeństwem Uczestników.
- d) Zapewnienie opieki nad osobami w czasie dowozu do PŚDS i odwozu do miejsca zamieszkania.

Adresaci:

W szczególności osoby z niepełnosprawnościami sprzężonymi, pozostali Uczestnicy w zależności od potrzeby.

3.10.5 Wymiar czasu

- stosownie do potrzeb i bieżącej sytuacji

3.10.6 Prowadzący

- opiekun,
- pomoc członków zespołu wspierająco – aktywizującego.

3.10.7 Miejsce realizacji

Środek transportu, miejsca wyjazdów, pomieszczenia PŚDS.

3.11. Terapia ruchowa (zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja)

3.11.1. Formy pracy i zakres działań

Dwie formy terapii ruchowej to zajęcia sportowe oraz turystyka i rekreacja. Zajęcia sportowe to przede wszystkim wędrowki i spacer, marsz nordycki z kijami NW, choreoterapia, gry i zabawy sportowe, ćwiczenia na siłowni oraz inne ogólnokondycyjne aktywności. Uczestnicy będą angażowali się również, w ramach turystyki i rekreacji, w organizowane przez PŚDS wycieczki, wyjazdy, które dla niektórych Uczestników są jedyną szansą na poznanie „wielkiego świata”, ale także do zajęć teoretycznych podejmujących tę tematykę. Fotografowanie przyrody oraz miejsc i obiektów ciekawych turystycznie, praca z interaktywnym globusem a także rozwiązywanie krzyżówek, łamigłówek, rebusów na kartach pracy. W przypadku zawieszenia zajęć spowodowanych niepewną sytuacją epidemiczną lub też innymi zdarzeniami mającymi wpływ na funkcjonowanie placówki, prowadzona będzie terapia zdalna ograniczająca się do realizowania wyżej wspomnianych kwestii w formie teorii.

Zajęcia prowadzone będą w formie grupowej oraz indywidualnie, zgodnie z planem dnia, planem rocznym oraz w oparciu o utworzony dla każdego Uczestnika Indywidualny Plan Postępowania Wspierająco – Aktywizującego. W przypadku Uczestników mających problemy z komunikacją, z niepełnosprawnością sprzężoną, kontakt nawiązywany będzie za pośrednictwem/ze wsparciem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się.

Zakres działań obejmować będzie:

- A) Zajęcia sportowe;
- B) Trening rekreacyjno – turystyczny.

3.11.2. Metody pracy

- a) dyskusje i pogadanki z motywacją w tle;
- b) wspólne wyjścia na świeże powietrze w celu uprawiania różnorodnej aktywności sportowej (wędrowki i spacer, Nordic Walking, gry i zabawy sportowe, siłownia „pod chmurką”);
- c) zajęcia typu naśladowczego w rytm muzyki (choreoterapia);
- d) imprezy sportowo – rekreacyjne (spartakiady, turnieje);
- e) turystyczne wycieczki krajoznawcze (uzależnione od sytuacji epidemicznej);
- f) wycieczki wirtualne po instytucjach kultury oraz całym świecie;
- g) praca z Interaktywnym globusem;
- h) słuchanie muzyki;
- i) rozwiązywanie krzyżówek, łamigłówek, rebusów (karty pracy);
- j) fotografowanie przyrody, miejsc i obiektów ciekawych turystycznie.

A) ZAJĘCIA SPORTOWE

Cele ogólne:

- 1) Przywrócenie Uczestnikom utraconych funkcji ruchowych lub utrzymanie maksymalnie możliwej sprawności fizycznej, oraz poprawienie ogólnej kondycji i sylwetki a także ogólnego samopoczucia.

Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik poprawił ogólną kondycję fizyczną, zwiększył świadomość wpływu ruchu na zdrowie ciała i umysłu.
- b) Uczestnik usprawnił koordynację wzrokowo-ruchową, poczucie rytmu.
- c) Uczestnik poprawił postawę ciała, umiejętności chodu nordyckiego.
- d) Uczestnik polepszył ruchomość w stawach, siłę mięśni.
- e) Uczestnik nabył umiejętność współpracy w grupie, potrafi okazać innym więcej empatii.

Adresaci:

cel szczegółowy a): 35 osób: 6A, 18B, 11C

cel szczegółowy b): 25 osób: 6A, 15B, 4C

cel szczegółowy c): 20osób: 3A, 14B, 3C

cel szczegółowy d): 28 osób: 4A, 18B, 6C

cel szczegółowy e): 35 osób: 6A, 18B, 11C

Cele ogólne:

- 1) Poprawa, utrzymanie, budowanie sprawności fizycznej oraz psychicznej.
- 2) Przeciwdziałanie monotonii na rzecz wszechstronności i alternatywnych sposobów działania.
- 3) Wzbogacenie wiedzy na temat własnego kraju i regionu.

Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik dostrzega zalety aktywności fizycznej i/ lub pokonuje swoją niechęć do aktywności ruchowej.
- b) Uczestnik w aktywny sposób uczestniczy w życiu kulturalnym regionu, integruje się ze społeczeństwem.
- c) Redukcja stresu, polepszenie samopoczucia i odprężenie.
- d) Uczestnik poznał najważniejsze symbole narodowe Polski, potrafi podać nazwę kilku miast/regionów oraz wskazać ciekawe turystycznie miejsca w naszym kraju.

Adresaci:

cel szczegółowy a): 22 osoby: 2A, 15B, 5C

cel szczegółowy b): 34 osoby: 5A, 17B, 12C

cel szczegółowy c): 26 osób: 2A, 17B, 7C

cel szczegółowy d): 19 osób: 4A, 12B, 3C

3.11.3. Wymiar czasu

- Codziennie, zgodnie z przyjętym indywidualnie i grupowo planem tygodniowym.

3.11.4. Prowadzący

- terapeuta zajęciowy
- starszy instruktor terapii zajęciowej/instruktor Nordic Walking;
- współudział członków zespołu wspierająco-aktywizującego.

3.11.5. Miejsce realizacji

- sala rehabilitacyjna;
- korytarz PŚDS;
- tereny leśne w pobliżu ośrodka;
- teren PŚDS w Pęczniewie; Pęczniew;
- wyjścia na siłownię „pod chmurką”;
- wyjazdy turystyczne i rekreacyjne poza siedzibę Domu.

3.12. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych

3.12.1. Formy pracy i zakres działań

Zajęcia będą miały charakter indywidualnego podejścia do każdego Uczestnika i będą brały pod uwagę jego osobiste potrzeby i możliwości. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych będzie realizowana w formie poradnictwa indywidualnego dla Uczestnika i/lub jego rodziny, w formie zespołowej z podziałem na określony problem, w celu trenowania ogólnych założeń, udzielania wstępnych informacji. Praca socjalna prowadzona również w domu Uczestnika przy udziale rodziny i z wspólnie gospodarującymi z nim osobami. Pracownik socjalny podczas wykonywania codziennych zadań wkracza w funkcjonowanie środowiska rodzinnego, sąsiedzkiego oraz lokalnego. Polega to na kształtowaniu odpowiednich postaw wobec Uczestników w ich środowisku rodzinnym i lokalnym. W realizacji tego zadania ogromne znaczenie ma promowanie Domu w społeczności, w tym zachęcanie osób wymagających wsparcia i korzystania z usług Środowiskowego Domu Samopomocy.

3.12.2. Metody pracy

- praca własna (zadaniowa),
- dyskusja, pogadanka,
- objaśnienia i instrukcja,
- psychodrama – praktyczne ćwiczenia konkretnych sytuacji,
- wypowiedzi na forum,
- wykład – opieranie się na źródłach literatury fachowej.

3.12.3. Cele ogólne

- 1) Nabycie samodzielności w załatwianiu spraw urzędowych.
- 2) Przeciwdziałanie marginalizacji i wykluczeniu społecznemu.
- 3) Osiągnięcie przez Uczestników możliwie najwyższego stopnia zaradności życiowej i samostanowienia.

3.12.4. Cele szczegółowe/efekty:

- a) Uczestnik, w zależności od swoich indywidualnych możliwości, osiąga najwyższy możliwy dla siebie poziom samodzielności w załatwianiu spraw urzędowych, czy występowaniu z wnioskami w sprawach przyznania różnych form pomocy.
- b) Uczestnik samodzielnie potrafi prowadzić rozmowę telefoniczną z urzędnikiem (umówić się na spotkanie, zapytać, jakie dokumenty ma przygotować).
- c) Uczestnik potrafi we właściwy sposób zachować się w urzędzie.

Adresaci:

cel szczegółowy a) i b) =wszyscy Uczestnicy wraz z rodzinami, w zależności od potrzeb i możliwości.

3.12.5. Wymiar czasu

- według potrzeb

3.12.6. Prowadzący

- pracownik socjalny

3.12.7. Miejsce realizacji

- praca w ośrodku: pracownie wielofunkcyjne, pokój do indywidualnego poradnictwa (w tym socjalnego),
- praca w terenie: w domu rodzinnym Uczestnika, w instytucjach: ZUS, KRUS, PUP, BANK, POCZTA, OPS, urząd gminy, sołtysi, PCPR- Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności.

4. KWALIFIKACJE KADRY PROWADZĄCEJ:

Lp.	Stanowisko	Forma zatrudnienia i wymiar czasu pracy	Kwalifikacje	Przeszkolenie i doświadczenie w zakresie: 1. umiejętności kształtowania motywacji do akceptowanych przez otoczenie zachowań; 2. kształtowania nawyków celowej aktywności; 3. prowadzenia treningu zachowań społecznych. (odpowiednie proszę wpisać)
1	dyrektor	umowa o pracę 1 etat	mgr pedagogiki w zakresie oświaty dorosłych, specjalizacja z organizacji pomocy społecznej	1,2,3
2	psycholog	umowa o pracę 1 etat	mgr psychologii w specjalności: psychologia zdrowia i kliniczna,	1,2,3
3	starszy pracownik socjalny	umowa o pracę 1 etat	mgr pedagogiki w zakresie doradztwa zawodowego	1,2,3
4	terapeuta	umowa o pracę 1 etat	mgr pedagogiki w zakresie psychopedagogiki	1,2,3
5	starszy instruktor terapii zajęciowej	umowa o pracę 1 etat	mgr bibliotekoznawstwa i informacji naukowej oraz policealna szkoła – tytuł instruktora terapii zajęciowej	1,2,3
6	starszy instruktor terapii zajęciowej	umowa o pracę 1 etat	studia podyplomowe w zakresie terapii zajęciowej, studium zawodowe - tytuł instruktora terapii zajęciowej	1,2,3
7	terapeuta zajęciowy	umowa o pracę 1 etat	studia podyplomowe z zakresu terapii zajęciowej; mgr stosunków międzynarodowych, specjalność: międzynarodowe stosunki polityczne	1,2,3

8	opiekun	umowa o pracę 1 etat	liceum zawodowe	1,2,3
9	opiekun	umowa o pracę 1 etat	liceum medyczne	1,2,3

Wszyscy członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego posiadają minimum 3-miesięczne doświadczenie zawodowe z osobami z zaburzeniami psychicznymi.

5. PLANOWANE SZKOLENIA OSÓB WCHODZĄCYCH W SKŁAD ZESPOŁU WSPIERAJĄCO-AKTYWIZUJĄCEGO:

Lp.	Tematyka szkolenia	Planowana liczba Uczestników	Termin realizacji szkolenia	Ocena efektów szkolenia
1	Jak pracować z brakiem siły i motywacji do działania z Uczestnikiem depresyjnym.	9	do końca czerwca 2023 r.	Rozumienie objawu braku woli i energii do działania u Uczestnika depresyjnego. Poznanie skutecznych sposobów pracy nad tym objawem u Uczestników.
2	Co każdy terapeuta powinien wiedzieć o Uczestnikach z myślami suicydalnymi? (nauka o przyczynach i sposobach zapobiegania zachowaniom samobójczym)	9	do końca grudnia 2023 r.	Umiejętne rozpoznawanie objawów, myśli suicydalnych u Uczestnika i umiejętne reagowanie na nie.
3	Trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej.	5	do końca grudnia 2023 r.	Poszerzenie wiedzy na temat metod i narzędzi wykorzystywanych do komunikacji z Uczestnikami mającymi trudności z werbalizacją bądź odczytywaniem słów mówionych.

STYCZEŃ

- Dzień Babci i Dziadka – organizacja spotkania niespodzianki dla najstarszych Uczestników placówki;
- Konkurs na życzenia świąteczne;
- Urodziny Uczestników.

LUTY

- „Wesoły reporter” – przygotowanie reportażu przez Uczestników z codziennego życia w placówce pn. „Dzień jak co dzień”;
- Walentynki;
- Obchody dnia pizzy;
- „Tłusty czwartek”;
- Urodziny Uczestników.

MARZEC

- Dzień Kobiet i Mężczyzn – niespodzianki;
- „Międzynarodowy dzień bez mięsa” – przygotowanie dania wegetariańskiego;
- „JESTEM PIĘKNA/PIĘKNY” - wiosenna sesja zdjęciowa;
- Dzień poezji – czytanie wybranych wierszy i tworzenie własnych tekstów;
- Urodziny Uczestników.

KWIECIEŃ

- Hortikuloterapia – wiosenne porządki w ogrodzie i na terenie placówki;
- Wielkanocne spotkanie;
- Dzień tańca – wewnętrzny konkurs tańca;
- Wyjazd do zoo;
- Urodziny Uczestników.

MAJ

- Wyjazd do kręgielni;
- „Jestem Polakiem, jestem Europejczykiem” – spotkanie mające na celu kształtowanie postaw patriotycznych, sięgania do dziedzictwa cywilizacyjnego Europy;
- Dzień Matki i Ojca – spotkanie z rodzinami Uczestników;
- Warsztaty z rękodziela dla dzieci ze Szkoły Podstawowej w Pęczniewie z filią w Brzegu;
- Urodziny Uczestników.

- Dzień zdrowego odżywiania – potrawy, diety;
- Dyskoteka;
- Wyjazd do stadniny koni;
- „JESTEM PIĘKNA/PIĘKNY” letnia sesja zdjęciowa;
- Urodziny Uczestników.

LIPIEC

- „Bezpieczne wakacje” – spotkanie wewnętrzne Uczestników;
- „Życzliwy i wierny przyjaciel jest balsamem życia” – dzień przyjaźni, czyli wykonujemy upominki dla swoich przyjaciół;
- Urodziny Uczestników.

SIERPIEŃ

- „W zdrowym ciele zdrowy duch” – zawody sportowe;
- Dzień miłośników książek – prezentacja swoich ulubionych książek;
- Letnie grillowanie;
- Urodziny Uczestników.

WRZESIEŃ

- Ekospacery – udział w akcji „sprzątnij śmiecia”;
- Hortikuloterapia – jesienne porządki w ogrodzie i na terenie placówki;
- „JESTEM PIĘKNA/PIĘKNY” jesienna sesja zdjęciowa;
- Urodziny Uczestników.

PAŹDZIERNIK

- Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego – spotkanie integracyjne;
- Wyjazd do kina;
- Wspólne wyjścia i wyjazdy na cmentarze;
- „Trochę lepiej lub trochę gorzej – śpiewać każdy może” - karaoke.
- Urodziny Uczestników.

LISTOPAD

- Andrzejki – zabawy, wróżby, przepowiednie;
- Światowy dzień pluszowego misia – znów poczujmy się jak dzieci.
- Pogadanka o tolerancji – obchody dnia tolerancji;
- Nagranie kolędy świątecznej przez Uczestników;
- Urodziny Uczestników.

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ wzięcie odpowiedzialności rodziców i opiekunów w proces doskonalenia, rozwijania i podtrzymywania procesów poznawczych i innych umiejętności niezbędnych w życiu codziennym, społecznym.
Szkoły i przedszkola	<p>Warsztaty rękodzieła, spotkania integracyjne, udział w uroczystościach okazjonalnych</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Integracja społeczna. ➤ Wymiana doświadczeń. ➤ Podnoszenie samooceny i pewności siebie Uczestników. ➤ Kształtowanie umiejętności współpracy w grupie i pomagania sobie nawzajem. ➤ Wzajemna akceptacja.

Dodatkowo PŚDS będzie brał udział w imprezach, konkursach, zawodach, spotkaniach integracyjnych na otrzymane w roku 2023 zaproszenia.

8. PLANOWANE DZIAŁANIA DOTYCZĄCE SPEŁNIENIA PRZEZ DOM OBOWIĄZUJĄCYCH STANDARDÓW

Budynek Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy w Pęczniewie spełnia obowiązujące standardy.

DYREKTOR
Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy
w Pęczniewie
Renata Wodziak