

**ZARZĄDZENIE NR 140/2022**  
**BURMISTRZA WOŁOMINA**

z dnia 18 maja 2022 r.

**w sprawie zatwierdzenia Planu pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Wołominie na rok 2022**

Na podstawie art. 30 ust. 1 Ustawy z dnia 8 marca 1990 roku o samorządzie gminnym (t.j. Dz. U. 2022, poz. 559 z późn. zm.), § 4 ust. 1 pkt. 3 oraz ust. 2 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. 2020 poz. 249) oraz § 10 ust. 7 Statutu Środowiskowego Domu Samopomocy w Wołominie, zarządzam co następuje:

**§ 1.** Zatwierdzam Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Wołominie na rok 2022 stanowiący załącznik do niniejszego Zarządzenia.

**§ 2.** Wykonanie Zarządzenia powierza się Kierownikowi Środowiskowego Domu Samopomocy w Wołominie.

**§ 3.** Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

Burmistrz Wołomina

**Elżbieta Radwan**

Załącznik do zarządzenia Nr 140/2022

Burmistrza Wołomina

z dnia 18 maja 2022 r.

**PLAN PRACY**  
**Środowiskowego Domu Samopomocy**  
**w Wołominie na 2022 rok**  
**prowadzonego przez Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej**

**Plan pracy ŚDS w Wołominie na 2022 r.**

Lp.	Usługi świadczone w ŚDS w roku 2022	Osoba/osoby odpowiedzialna/e za realizację zadania	Liczba osób objętych usługami	Wymiar czasu/częstotliwość	Forma zajęć/ treningów/ usług indywidualne/grupowe	Przewidywane efekty
1.	<b>Trening funkcjonowania w codziennym życiu</b> zajęcia ukierunkowane na kształtowanie samodzielności w życiu codziennym i wyrabianie właściwych nawyków	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu, 5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowe lub indywidualne dla wybranych tematów higienicznych	<ul style="list-style-type: none"><li>·wytrobienie nawyków higienicznych,</li><li>·dobieranie odzieży stosowne do okoliczności, pory dnia i pory roku, nauka obsługi sprzętu AGD, prasowania, składania ubrań, rozwieszania wypranej bielizny,</li><li>·poznanie wartości pieniądza,</li><li>·nabycie umiejętności dokonywania, samodzielnych zakupów. kontrola swojego wyglądu przed lustrem, schludny wygląd</li><li>·dbanie o własną odzież</li><li>·obserwacja swojego ciała i ewentualnych niepokojących zmian</li><li>·planowania posiłków</li><li>·poznania zasad prawidłowego przechowywania żywności</li><li>·korzystania z przepisów kulinarnych</li></ul>
1.	<b>Trening dbałości o wygląd zewnętrzny</b>  Wyrabianie nawyku kontroli swojego wyglądu	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny	35	wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania	grupowe  indywidualne	<ul style="list-style-type: none"><li>·dobieranie odzieży stosownej do okoliczności, pory dnia i roku</li><li>·kontrola swojego wyglądu przed</li></ul>

		psycholog fizjoterapeuta		w codziennym życiu, 5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb		lustrem, schludny wygląd · dbanie o własną odzież · regularna zmiana bielizny osobistej · kontrola czystości i schludności ubrań · umiejętność samodzielnego naprawiania odzieży
2.	<b>Trening nauki higieny</b>  wyrabianie nawyków higienicznych oraz kształtowania postaw prozdrowotnych	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnospraw nej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowani a w codziennym życiu, 5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowe indywidualne dla wybranych tematów higienicznych	· wyrabianie nawyków higienicznych (dbanie o higienę osobistą całego ciała, korzystanie z przyborów toaletowych oraz różnych kosmetyków np.: dezodorantów, kremów, balsamów itp.) · mycie rąk (po wyjściu z toalety, po powrocie do domu, przyjeździe z ulicy, przed posiłkami), używanie chusteczek do nosa, higiena jamy ustnej, pielęgnacja paznokci (obcinanie paznokci obu rąk, posługiwanie się pilnikiem do paznokci), pielęgnacja włosów (mycie, suszenie, układanie włosów), przestrzeganie zasady niekorzystania z przedmiotów osobistego użytku, należących do innych osób · zwrócenie uwagi na sytuacje, kiedy konieczna jest wizyta u specjalisty · obserwacja swojego ciała i ewentualnych niepokojących zmian
3.	<b>Trening kulinarny</b>  przygotowywanie prosty potraw, obsługa sprzętu gospodarstwa domowego, zmywanie naczyń, sprząatanie, robienie zakupów	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnospraw nej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	wymiennie z innymi zajęciami , w ramach treningu funkcjonowani a w codziennym życiu, 5 razy w tygodniu,	grupowe	· nabycie i doskonalenie umiejętności: planowania posiłków poznania zasad prawidłowego przechowywania żywności korzystania z przepisów

				w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb		<ul style="list-style-type: none"> <li>kulinarnych obsługi sprzętu AGD</li> <li>posługiwanie się sztucami, odnoszenie po sobie naczyń</li> <li>nauki pracy zespołowej</li> <li>nauki zachowania się przy stole</li> <li>·zapoznanie się ewentualną koniecznością wprowadzenia określonej diety</li> <li>·robienie listy zakupów</li> <li>·wyjście po zakupy</li> <li>·nauka miar, wag i objętości</li> <li>·umiejętność wykorzystania dostępnych i alternatywnych produktów</li> <li>·nauka właściwości określonych produktów (ich wszechstronne wykorzystanie)</li> <li>·kształtowanie postaw prozdrowotnych</li> </ul>
4.	<b>Trening umiejętności praktycznych</b> (gospodarstwa domowego) – czynności pozwalające w sposób zadowalający funkcjonować w gospodarstwie domowym, kształtujące w miarę możliwości samodzielność	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu, 5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>·obsługa sprzętu AGD oraz urządzeń gospodarstwa domowego</li> <li>prasowania, składania ubrań, rozwieszania wypranej bielizny</li> <li>·ponowne wykorzystanie materiałów (recycling)</li> <li>·umiejętność dbania o otoczenie (sprzątanie pomieszczeń)</li> <li>·BHP gospodarstwa domowego</li> </ul>
5.	<b>Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi - ekonomiczny</b>	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu, 5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>·nauka liczenia</li> <li>·poznanie wartości pieniądza</li> <li>·umiejętność dokonywania samodzielnych zakupów</li> <li>·orientacja w cenach</li> <li>·zapoznanie z nominalami</li> <li>·wizyta w banku</li> <li>·obsługa bankomatu</li> </ul>

				stosownie do potrzeb		·zarządzenie budżetem domowym ·nauka oszczędzania
6.	<b>Zebranie społeczności</b>	kierownik terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	1 raz w tygodniu w wymiarze 1 godziny	grupowo	·zebranie pomysłów uczestników na temat ewentualnych wydarzeń, zmian w planie zajęć, propozycji wyjść i wycieczek ·zebranie informacji zwrotnych od uczestników na temat aktualnie przeprowadzanych zajęć i bieżących spraw ·kształtowanie w uczestnikach poczucia sprawczości i wpływu na życie ośrodka
II.	<b>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów</b>  Kształtowanie pozytywnego wizerunku osoby niepełnosprawnej w miejscach publicznych; praktykowanie samodzielnego wypowiedzenia się i przytaczania swoich argumentów; zapoznanie z zasadami dyskusji	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	wymienne z innymi zajęciami, w ramach treningu umiejętności interpersonalnych, 5 razy w tygodniu w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowe lub indywidualne* (również w formie psychodramy)  *w sytuacjach konfliktowych gdy wskazana jest konsultacja indywidualna	·Kształtowanie: zachowań przydatnych w życiu społecznym i towarzyskim rozpoznawania własnych emocji oraz zarządzania nimi radzenia sobie w trudnych sytuacjach życiowych rozwiązywanie problemów radzenie sobie ze stresem rozwiązywania konfliktów w relacjach międzyludzkich ·nauka autoprezentacji ·poznawanie własnych możliwości oraz swoich mocnych i słabych stron ·wypełnianie ról społecznych ·rozumienie relacji społecznych, norm ·przewidywanie konsekwencji (myślenie przyczynowo-skutkowe), ·dbałość o kulturę języka i poprawność językową ·zachowanie uwzględniające kontekst (formalny, nieformalny)

						·stawianie granic własnych i respektowanie cudzych
1.	<b>Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami i innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, urzędach, instytucjach</b> dbałość o relacje w funkcjonowaniu w społeczeństwie; wypełnianie określonych ról społecznych; kształtowanie umiejętności kulturalnego zachowywania się i wypowiedania w miejscach publicznych	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu umiejętności interpersonalnych, 5 razy w tygodniu w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowe	·poznawanie własnych możliwości, w zakresie samodzielnego wypełniania ról społecznych ·rozumienie relacji społecznych i norm ·przewidywanie konsekwencji (myślenie przyczynowo - skutkowe)
2.	<b>Edukacja seksualna - Rozpoznawanie i rozładowywanie napięć rozwoju psychoseksualnego. Psychiczne i fizyczne aspekty rozwoju psychoseksualnego; komunikacja potrzeb; relacje partnerskie; inicjacja; współżycie; asertywność; zachowania ryzykowne; przewidywanie konsekwencji</b>	psycholog	35	wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu umiejętności interpersonalnych, 5 razy w tygodniu w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowe lub indywidualne (z podziałem na płeć)  dyskusje z rodzicami	·znalezienie skutecznych i właściwych sposobów rozładowania napięcia seksualnego ·przestrzeganie norm(prawnych, społecznych, obyczajowych) ·poznanie własnego ciała ·relacje partnerskie ·panele dyskusyjne dla rodziców ·komunikacja potrzeb ·etapy rozwoju psychoseksualnego ·rozpoznawanie narastającego napięcia seksualnego ·zapoznanie ze skutkami nieprzestrzegania norm społecznych ·zachowania ryzykowne ·wizyty lekarskie ·nabycie wiedzy o antykoncepcji ·nauka odmowy zbliżenia

III.	<p><b>Trening umiejętności komunikacyjnych</b></p> <p>Trening obejmuje doskonalenie kompetencji językowych, czyli zdolności do wybierania odpowiednich struktur językowych, poszerzania zasobu słownictwa, uwzględniania sytuacji mówienia oraz zachowania kultury języka (z uwzględnieniem możliwości poznawczych uczestnika)</p>	<p>terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta</p>	35	<p>wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu umiejętności komunikacyjnych, 5 razy w tygodniu, w wymiarze od 2 do 3 godzin dziennie oraz stosownie do potrzeb</p>	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>· nabycie wiedzy na temat budowania poprawnych zdań</li> <li>· kształtowanie wypowiedzi z uwzględnieniem sytuacji mówienia</li> <li>· poszerzanie zasobu słownictwa</li> <li>· poznanie zasad kulturalnej wypowiedzi i dyskusji</li> <li>· problemy i trudności w komunikacji</li> <li>· umiejętność doboru argumentów</li> <li>· samodzielność wypowiedzi</li> <li>· rozpoznanie znaczenia znaków niewerbalnych</li> </ul>
1.	<p><b>W tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej</b></p> <p>metody porozumiewania skierowane do uczestników o niższym poziomie funkcjonowania poznawczego, nieporozumiewających się werbalnie</p>	<p>terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta</p>	35	<p>wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu umiejętności komunikacyjnych, 5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb</p>	grupowe lub indywidualne	<ul style="list-style-type: none"> <li>· poznanie znaczenia znaków niewerbalnych</li> <li>· używanie elementów języka migowego, makatonu</li> <li>· wykorzystanie piktogramów i obrazków</li> <li>· uczenie się funkcjonalnego i/lub podstawowego zasobu pojęć, o kluczowym znaczeniu dla codziennej komunikacji</li> </ul>
2.	<p><b>Komunikacja poprzez muzykę i dram</b></p>	<p>terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta</p>	35	<p>wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu umiejętności komunikacyjnych, 5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb</p>	grupowe lub indywidualne	<ul style="list-style-type: none"> <li>· nauka nawiązywania kontaktu z otoczeniem</li> <li>· umożliwienie uczestnikowi wejrzenia w głąb siebie i poprzez odgrywanie różnych ról</li> <li>· odgrywanie zaimprovizowanych scenek, podczas których uczestnik może wyrazić własne uczucia i skonfrontować je z terapeutą lub innymi członkami grupy</li> <li>· spojrzenie na problem z kilku różnych perspektyw</li> </ul>

						·oczyszczenie emocjonalne
IV.	<b>Trening umiejętności spędzania wolnego czasu</b>  umożliwienie uczestnikom rozrywki i rekreacji, a także zachęcanie uczestników do poszukiwania i rozwijania ich zainteresowań, pasji, uzdolnień oraz hobby.	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	wymiennie z innymi zajęciami , w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego, 5 razy w tygodniu, w wymiarze od 2 do 3 godzin dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowe	·nabywanie, rozwijanie umiejętności korzystania z multimedialnych ·rozwijanie zainteresowań audycjami radiowymi, telewizyjnym, literaturą, muzyką i sztuką ·rozwijanie zainteresowań grami (zabawy wymagające współpracy) ·udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych typu pikniki, festyny, spotkania integracyjne i inne
1.	<b>Trening rozwijania zainteresowań literaturą - biblioterapia</b>	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	wymiennie z innymi zajęciami , w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego, 5 razy w tygodniu, w wymiarze od 2 do 3 godzin dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowe	·rozwijanie zainteresowań ·poszerzanie wiedzy o otaczającym świecie ·ćwiczenie zdolności poznawczych (pamięci, logicznego myślenia, doboru argumentów) ·branie udziału w lekcjach bibliotecznych ·wypożyczanie książek
2.	<b>Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi lub telewizyjnymi</b>	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	wymiennie z innymi zajęciami , w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego, 5 razy w tygodniu, w wymiarze od 2 do 3 godzin dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowe	·rozwijanie zainteresowań ·poszerzanie wiedzy o otaczającym świecie ·rozwój biernego słownictwa (rozumienie mowy) ·aktywizacja uczestników
3.	<b>Trening rozwijania zainteresowań Internetem - multimedialny</b>	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun	35	wymiennie z innymi zajęciami , w ramach treningu umiejętności	grupowe	·nauka obsługi komputera ·nauka korzystania z możliwości, jakie daje nam Internet ·nabycie umiejętności



		medyczny psycholog fizjoterapeuta		spędzania czasu wolnego, 5 razy w tygodniu, w wymiarze od 2 do 3 godzin dziennie oraz stosownie do potrzeb		wyszukiwania w Internecie informacji, dotyczących bieżących tematów i wydarzeń ·nabycie umiejętności korzystania z programów do odtwarzania plików zdjęciowych, muzycznych czy filmowych ·rozwijanie zainteresowań ·bezpieczne korzystanie z Internetu ·korzystanie z kont serwisów społecznościowych ·nauka pisania na klawiaturze ·obsługa programów graficznych ·podstawowa obsługa pakietu Ms Office ·obsługa drukarki ·tworzenie przepiśnika ·pisanie ośrodkowego bloga ·pisanie CV
4.	<b>Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych</b>	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego, 5 razy w tygodniu, w wymiarze od 2 do 3 godzin dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowe	·doskonalenie umiejętności w zakresie zachowań przydatnych w życiu społecznym i towarzyskim (zwroty grzecznościowe, zachowanie się w domu, na ulicy, w sklepie, na wyjeździe), ·dobieranie stosownej odzieży do okoliczności ·spędzanie wolnego czasu w grupie ·respektowanie zasad i stosowanie się do poleceń terapeutów w czasie wyjść
5.	<b>Zajęcia reedukacyjne</b>  Przypomnienie podstawowych informacji nt. kolorów, liczb, kształtów, czytania itd.	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego, 5 razy w tygodniu,	grupowo	·przypomnienie i utrwalanie wiadomości z zakresu wiedzy podstawowej ·ćwiczenie koncentracji i zapamiętywania ·ćwiczenie motoryki

				w wymiarze od 2 do 3 godzin dziennie oraz stosownie do potrzeb		małej
6.	<b>Zajęcia plastyczno-rękodzielnicze z elementami arteterapii</b>	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego, 5 razy w tygodniu, w wymiarze od 2 do 3 godzin dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowo lub indywidualnie	<ul style="list-style-type: none"> <li>·praca z masami plastycznymi i sensorycznymi</li> <li>·robienie kart okolicznościowych</li> <li>·mixed media, decoupage, art journaling</li> <li>·haft krzyżykowy, matematyczny</li> <li>·robienie albumów, scrapbooking</li> <li>·batik</li> <li>·witraż</li> <li>·recycling</li> <li>·uczestnictwo w konkursach plastycznych</li> <li>·filcowanie</li> <li>·tworzenie maskotek i pacynek</li> <li>·korzystanie z różnych technik plastycznych i krawieckich oraz arteterapeutycznych</li> <li>·wykonywanie dekoracji okolicznościowych</li> <li>·umiejętne i bezpieczne korzystanie z narzędzi i przyborów znajdujących się w pracowni</li> </ul>
7.	<b>Muzykoterapia</b>	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego, 5 razy w tygodniu, w wymiarze od 2 do 3 godzin dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowo	<ul style="list-style-type: none"> <li>·gry na instrumentach</li> <li>·śpiew i emisji głosu</li> <li>·taniec z elementami ruchu scenicznego</li> <li>·występy okolicznościowe i drama</li> <li>·wyrażanie emocji poprzez ruch i muzykę</li> <li>·spontaniczne wyrażanie siebie poprzez sztukę</li> <li>·zwiększanie samoświadomości siebie i swojego ciała</li> <li>·rozwijanie zainteresowań</li> <li>·odkrywanie i rozwijanie talentów</li> </ul>

						·relaksacja
V.	<b>Poradnictwo psychologiczne</b> Kanalizowanie trudnych emocji oraz nauka rozwijania inteligencji emocjonalnej, pomoc i wsparcie przy rozwiązywaniu problemów życiowych i interpersonalnych, pomoc w usprawnieniu komunikacji, eliminowanie zachowań niepożądanych; podnoszenie sprawności oraz samodzielności w życiu codziennym	psycholog	35	według potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich opiekunów	indywidualne	·zwiększenie poczucia własnej wartości ·budowanie poczucia bezpieczeństwa, empatii, otwartości ·kształtowanie umiejętności różnicowania emocji, zarządzania nimi i ich kanalizowania ·kształtowanie umiejętności komunikacyjnych oraz umiejętności aktywnego słuchania ·nabywanie umiejętności rozwiązywania konfliktów ·rozwijanie asertywności
VI.	<b>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych</b> wznowienie cyklu spotkań z Urzędem – prelekcja mająca na celu przybliżenie działania różnych urzędów wsparcie informacyjne i techniczne dla uczestników i opiekunów w kontakcie z urzędem, szpitalem oraz sądem.	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	w wymiarze 1 raz w miesiącu oraz doraźnie w przypadku potrzeby wsparcia	grupowe lub indywidualne	·nabycie wiedzy na temat działalności wybranych urzędów oraz sposobu załatwiania spraw administracyjnych, w tym pomoc w wypełnianiu formularzy
VII.	<b>Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych</b>	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	wizyta pielęgniarki 20 minut 3 razy w tygodniu, doraźnie, w przypadku konieczności umówienia wizyty lekarskiej lub szczepienia	indywidualne	·nabycie wiedzy na temat niezbędnych świadczeń zdrowotnych oraz sposobu rejestracji wizyty lekarskiej
1.	<b>Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza</b>	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	doraźnie w przypadku konieczności umówienia wizyty lekarskiej, z uwagi na dawkowanie	indywidualne	·nabycie wiedzy na temat niezbędnych świadczeń zdrowotnych oraz sposobu rejestracji wizyty lekarskiej

				leków lub nietypowe zachowanie uczestnika		
2.	<b>Pomoc w zakupie leków</b>	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	doraźnie w przypadku konieczności	indywidualne	·pomoc w zakupie leków ·realizowanie recepty i e-recepty
3.	<b>Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia</b>	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	doraźnie, w przypadku konieczności	indywidualne	·pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia
VIII.	<b>Niezbędna opieka</b>	asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny terapeuta zajęciowy psycholog fizjoterapeuta	35	codziennie w godzinach pracy ŚDS	grupowe lub indywidualne	·pomoc przy czynnościach związanych z zakładaniem i zdejmowaniem odzieży wierzchniej uczestnikom wymagającym tej pomocy ·pomoc w załatwianiu spraw fizjologicznych i innych, niezbędnych czynności potrzebnych do zachowania higieny osobistej wymagającym tej pomocy uczestnikom ·asystowanie przy posiłkach ·dbałość o bezpieczeństwo uczestników
1.	<b>w tym dla uczestników 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</b>	asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny terapeuta zajęciowy psycholog fizjoterapeuta	20	codziennie w godzinach pracy ŚDS	indywidualne	·pomoc przy czynnościach związanych z zakładaniem i zdejmowaniem odzieży wierzchniej uczestnikom wymagającym tej pomocy ·wykonywanie zabiegów higienicznych ·pomoc w załatwianiu spraw fizjologicznych i innych, niezbędnych czynności potrzebnych

	<b>znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji</b>					do zachowania higieny osobistej, wymagającym tej pomocy uczestnikom ·asystowanie przy posiłkach ·dbałość o bezpieczeństwo uczestników
IX.	<b>Terapia ruchowa</b>	fizjoterapeuta terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog	35	5 razy w tygodniu w wymiarze 1 godziny dziennie dodatkowo rehabilitacja 2 razy w tygodniu, w wymiarze od 2 do 3 godzin dziennie ponadto ćwiczenia usprawniające i gimnastyka wymiennie w ramach treningu spędzania wolnego	grupowe lub indywidualne	·nabycie, doskonalenie sprawności ruchowej, w ramach ćwiczeń koordynacyjnych, ogólnousprawniających, manualnych, relaksacyjnych, oddechowych, równoważnych
1.	<b>Zajęcia sportowe</b> nabycie, doskonalenie sprawności ruchowej w ramach ćwiczeń koordynacyjnych, ogólnousprawniających, manualnych, relaksacyjnych, oddechowych, równoważnych, ćwiczeń przy muzyce z elementami choreografii	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie	grupowe	·rozładowanie napięć psychicznych ·polepszenie samopoczucia ·wzrost aktywności psychospołecznej ·spontaniczne wyrażanie siebie przy muzyce ·zwiększanie samoświadomości siebie i swojego ciała ·nauka tańca z elementami ruchu scenicznego ·koordynowanie ruchów z obserwacją pozycji ciała przy użyciu lustra ·spacery ·rozładowanie napięć psychicznych ·polepszenie samopoczucia ·poprawa kondycji ·korzystanie z urządzeń gimnastycznych i sprzętu rehabilitacyjnego
2.	<b>Turystyka i</b>	terapeuta		w zależności	grupowe	·rozwijanie

	<b>rekreacja</b> Wycieczki piesze i autokarowe, ogniska, zwiedzanie wybranych miejsc	zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	od obostrzeń związanych z COVID-19		kreatywności ·rozbudzanie wyobraźni ·rozwijanie zainteresowań i hobby ·poszerzanie wiedzy o otaczającym świecie ·nawiązywanie nowych znajomości ·kształtowanie samodzielności ·zachęcanie do aktywnego wypoczynku ·walka z wykluczeniem ·aktywizacja uczestników
X.	<b>Całodobowe wyżywienie dla uczestników skierowanych na pobyt całodobowy (krótki opis)</b>	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy
XI.	<b>Umożliwienie uczestnikom skierowanym na pobyt dzienny spożywania gorącego posiłku</b> zakup jednego dania gorącego posiłku z cateringu dodatkowo przygotowanie dowolnej potrawy w ramach zajęć kulinarnych	terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej  opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta	35	5 razy w tygodniu	grupowe	·umożliwienie uczestnikom spożywania gorącego posiłku
XII.	<b>Usługi transportowe</b> Samochód Volkswagen Caravelle użytkowany na podstawie umowy leasingu. Dostosowany do przewozu wózków inwalidzkich	kierowca oraz dodatkowo w przypadku zaistnienia konieczności zapewnienia opieki nad uczestnikiem w trakcie dowozu: terapeuta zajęciowy opiekun medyczny asystent osoby niepełnosprawnej fizjoterapeuta	17	5 razy w tygodniu	grupowe	·umożliwienie uczestnikom dotarcie i powrót do ŚDS ·transport w czasie wycieczek poza ośrodkiem
XIII	<b>Szkolenie kadry</b>	kierownik ŚDS	11	co najmniej raz na 6 miesięcy, w zakresie potrzeb,	grupowe lub indywidualne stacjonarnie lub	·podnoszenie kwalifikacji zawodowych

				związanych z funkcjonowaniem ŚDS; zgodnie z zgłaszanymi przez pracowników wnioskami	on-line	
XIV	<b>Spotkania ZWA</b>	kierownik ŚDS	11	doraźnie lub 1 raz na kwartał	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>· omówienia realizacji indywidualnych planów postępowania wspierająco-aktywizującego i osiągniętych rezultatów, a także ewentualnej możliwości ich modyfikacji</li> <li>· omówienie sytuacji i poziomu funkcjonowania uczestników oraz aktualnych spraw dotyczących ŚDS</li> </ul>
XV.	<b>Współpraca ŚDS z innymi instytucjami</b> Urząd Miejski w Wołominie Biblioteka Publiczna w Wołominie Miejski Dom Kultury w Wołominie Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Wołominie Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wołominie Przychodnia Rejonowa w Wołominie Stowarzyszenie Alter Ego Powiatowa Społeczna Rada ds. osób Niepełnosprawnych Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną Koło w Kobyłce Polski Związek Niewidomych Okręg Mazowiecki Koło Terenowe w Wołominie Zespół Szkół Specjalnych w Wołominie ul. Miła	kierownik ŚDS terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta kierowca	11	doraźnie	indywidualne	<ul style="list-style-type: none"> <li>· wymiana informacji w zakresie oferty ŚDS w stosunku do potencjalnych uczestników</li> <li>· wymiana doświadczeń w pracy osobami niepełnosprawnymi intelektualnie</li> <li>· uzupełnianie materiału diagnostycznego</li> <li>· konsultacje w zakresie trudności formalnych</li> <li>· uczestnictwa uczestników ŚDS w projektach unijnych</li> <li>· wsparcie i aktywizacja uczestników</li> </ul>

	22 Fundacja Aktywnej Rehabilitacji Stowarzyszenie „Pozytywny Wołomin”					
XVI .	<b>Zajęcia klubowe (dni, godziny)</b>	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy
XVI I.	<b>Organizowanie imprez zgodnie z harmonogramem rocznym</b>	kierownik ŚDS terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta kierowca	35	zgodnie z harmonogramem rocznym	grupowe	· wspólne obchodzenie świąt kalendarzowych · wydarzenia okolicznościowe · integracja grupy
XVI II.	<b>Kierunki dalszego rozwoju lub inne fakultatywne usługi</b>					
1.	<b>Panel dyskusyjny, skierowany do rodziców podopiecznych, dotyczący życia seksualnego osób niepełnosprawnych</b>	kierownik ŚDS terapeuta zajęciowy asystent osoby niepełnosprawnej opiekun medyczny psycholog fizjoterapeuta kierowca	35	jednorazowo z możliwością powtórzenia, jeśli zaistnieje taka konieczność	grupowe	Wsparcie rodzica w: · znalezieniu skutecznych i właściwych sposobów rozładowania napięcia seksualnego · przestrzeganiu norm (prawnych, społecznych, obyczajowych) · rozmowach na temat kształtowania relacji partnerskich dziecka · odczytywaniu komunikowanych potrzeb · towarzyszeniu w różnych etapach rozwoju psychoseksualnego dziecka · rozpoznawaniu narastającego napięcia seksualnego u dziecka i szukanie optymalnych rozwiązań · stworzenie bazy miejsc, gdzie można udać się po poradę i ewentualną pomoc
2.	<b>Zwiększenie liczby uczestników</b>	kierownik	5	zgodnie z decyzją organu kierującego	nie dotyczy	· zmniejszenie listy osób oczekujących · objęcie wsparciem dodatkowych 5 osób



## Załączniki:

### 1. Ramowy tygodniowy harmonogram pracy

### 2. Przewidywane cykliczne wydarzenia okolicznościowe organizowane na terenie domu z podziałem na miesiące

Sporządził : Norbert Wielgos

10.05.2022 r. ....

data i podpis dyrektora/ kierownika jednostki

### I. Ramowy tygodniowy harmonogram pracy

Godz.	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
8.00-9.00	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata
9.00-10.00	Zajęcia sportowe	Zajęcia sportowe	Zajęcia sportowe	Zajęcia sportowe	Zajęcia sportowe
10.00-10.45	<b>Przerwa śniadaniowa</b>	<b>Przerwa śniadaniowa</b>	<b>Przerwa śniadaniowa</b>	<b>Przerwa śniadaniowa</b>	<b>Przerwa śniadaniowa</b>
10.45-13.00	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów Trening umiejętności komunikacyjnych Trening umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów Trening umiejętności komunikacyjnych Trening umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów Trening umiejętności komunikacyjnych Trening umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów Trening umiejętności komunikacyjnych Trening umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów Trening umiejętności komunikacyjnych Trening umiejętności spędzania wolnego czasu
13.00-14.00	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>
14.00-15.00	Trening funkcjonowania w życiu codziennym -Trening umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym -Trening umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym -Trening umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Trening umiejętności spędzania wolnego czasu	Zebrania społeczności
15.00-16.00	Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji

### Zajęcia nieuwzględnione w tygodniowy planie:

- wyjścia do Biblioteki Publicznej
- wyjścia do Miejskiego Domu Kultury
- cykl spotkań z Urzędem – prelekcja mająca na celu przybliżenie działania różnych urzędów
- pomoc w załatwianiu spraw urzędowych
- pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych
- niezbędna opieka
- szkolenie kadry
- spotkania ZWA
- współpraca z innymi instytucjami

**II. Przewidywane cykliczne wydarzenia okolicznościowe organizowane na terenie domu z podziałem na miesiące**

<b>Styczeń</b>	<b>Luty</b>	<b>Marzec</b>	<b>Kwiecień</b>	<b>Maj</b>	<b>Czerwiec</b>
obchody urodzin uczestników bal karnawałowy	obchody urodzin uczestników tłusty czwartek Walentynki (dyskoteka)	obchody urodzin uczestników międzynarodowy Dzień Kobiet	obchody urodzin uczestników Wielkanoc	obchody urodzin uczestników Dzień Matki	obchody urodzin uczestników międzynarodowy Dzień Dziecka (dyskoteka)
<b>Lipiec</b>	<b>Sierpień</b>	<b>Wrzesień</b>	<b>Październik</b>	<b>Listopad</b>	<b>Grudzień</b>
obchody urodzin uczestników grill/ognisko	obchody urodzin uczestników grill/ognisko	obchody urodzin uczestników	obchody urodzin uczestników	obchody urodzin uczestników narodowe Święto Niepodległości zajęcia i szkolenie dla pracowników Andrzejki	obchody urodzin uczestników dzień św. Mikołaja wigilia Bożego Narodzenia bal noworoczny