

**ZARZĄDZENIE NR 16/2025**  
**BURMISTRZA WOŁOMINA**

z dnia 24 stycznia 2025 r.

**w sprawie zatwierdzenia Planu pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Wołominie na 2025 rok**

Na podstawie art. 30 ust. 1 Ustawy z dnia 8 marca 1990 roku o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2024 r., poz. 1465 z późn. zm.), § 4 ust. 1 pkt. 3 i ust. 2 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2020 r., 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 2025 rok 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**

**Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Wołominie na 2025 r.**

Plan pracy w szczególności powinien zawierać planowane usługi, ze wskazanym okresem ich realizacji oraz przewidywane efekty.

Lp.	Usługi świadczone w ŚDS w roku 2025 (przy poszczególnych usługach można zawrzeć syntetyczny opis działań)	Osoba/osoby odpowiedzialna/e za realizację zadania	Liczba osób objętych usługami (szacunkowa liczba)	Wymiar czasu/ częstotliwość	Forma zajęć/ treningów/usług; indywidualne/ grupowe	Przewidywane efekty
1.	Trening funkcjonowania w codziennym życiu:  Zajęcia ukierunkowane na kształtowanie samodzielności w życiu codziennym i wyrabianie właściwych nawyków.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• psycholog</li> </ul>	40	5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie.  oraz  dodatkowo wymiennie z tr. Spędzania czasu wolnego	grupowe lub indywidualne dla wybranych tematów treningowych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• dobieranie odzieży adekwatnie do okoliczności, pory roku i pogody,</li> <li>• umiejętność kontrolowania swojego wyglądu przed lustrem,</li> <li>• dbanie o stan i wygląd własnej odzieży,</li> <li>• nabycie poprawnych nawyków higienicznych, obserwacja swojego ciała i ewentualnych niepokojących zmian.</li> <li>• nabycie umiejętności prawidłowej obsługi sprzętu AGD,</li> <li>• samodzielne przygotowanie prostego posiłku,</li> <li>• umiejętność planowania posiłków i korzystania z przepisów kulinarnych.</li> <li>• poznanie zasad prawidłowego przechowywania żywności,</li> <li>• przestrzeganie diety,</li> <li>• poznanie wartości pieniądza oraz samodzielne dokonywanie zakupów.</li> </ul>
1.	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• psycholog</li> </ul>	40	1 raz w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami,	grupowe lub indywidualne dla wybranych tematów treningowych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• dobieranie odzieży adekwatnie do okoliczności, pory roku i pogody,</li> <li>• dobieranie odzieży adekwatnie do rozmiaru, wieku, płci i upodobań uczestnika,</li> <li>• umiejętność kontrolowania swojego wyglądu przed lustrem oraz dbania o schludny wygląd,</li> </ul>

				w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu,		<ul style="list-style-type: none"> <li>• dbanie o stan i wygląd własnej odzieży,</li> <li>• umiejętność samodzielnego naprawiania odzieży,</li> <li>• umiejętność samodzielnego przebrania się w sytuacji zabrudzenia się itp.,</li> <li>• nabycie umiejętności prawidłowej obsługi sprzętu AGD, prania, prasowania, układania ubrań.</li> </ul>
2.	Trening nauki higieny	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> </ul>	40	2 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu	grupowe lub indywidualne dla wybranych tematów treningowych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• regularna zmiana bielizny osobistej,</li> <li>• korzystanie z przedmiotów osobistego użytku,</li> <li>• nabycie prawidłowych nawyków higienicznych (dbanie o higienę osobistą całego ciała, właściwe korzystanie z przyborów toaletowych oraz różnych kosmetyków),</li> <li>• mycie rąk (po wyjściu z toalety, po powrocie do domu, przyjeździe z ulicy, przed posiłkami),</li> <li>• używanie chusteczek do nosa,</li> <li>• higiena jamy ustnej (stosowanie odpowiedniej pasty do zębów, regularna wymiana szczoteczki na nową)</li> <li>• poznanie i przestrzeganie zasad sanitarnych,</li> <li>• pielęgnacja paznokci (obcinanie paznokci obu rąk, posługiwanie się pilnikiem do paznokci)</li> <li>• pielęgnacja włosów (mycie, stosowanie odżywek, obsługa suszarki do włosów i przyrządów do modelowania),</li> <li>• obserwacja swojego ciała i ewentualnych niepokojących zmian, umiejętność skorzystania z wizyty u specjalisty</li> </ul>
3.	Trening kulinarny	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> </ul>	40	5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz	grupowe podczas przerwy śniadaniowej	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nabycie i doskonalenie podstawowych umiejętności dla uczestników ze sprzężeniami: samodzielne spożycie posiłku, posługiwanie się sztucami,</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• psycholog</li> <li>• opiekun medyczny</li> </ul> <p>podczas przerwy śniadaniowej i obiadu obecni są wszyscy pracownicy</p>		stosownie do potrzeb	i obiadu obecni są wszyscy uczestnicy	<p>odnoszenie po sobie naczyń, kulturalne zachowanie się przy stole i przestrzeganie zasad savoir vivre)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• nabycie i doskonalenie podstawowych czynności: (krojenie, smarowanie i rozprowadzanie mas, gotowanie, smażenie, pieczenie - obróbka termiczna produktu przy wykorzystaniu różnych urządzeń),</li> <li>• samodzielne przygotowanie prostego posiłku,</li> <li>• bezpieczne korzystanie z narzędzi, przyborów i urządzeń kuchennych, obsługa sprzętu AGD,</li> <li>• praca zespołowa i wzajemna pomoc,</li> <li>• umiejętność dokonania zakupów (planowania posiłków, zakupy, płacenie za zakupy, poznanie zasad prawidłowego przechowywania żywności),</li> <li>• korzystanie z przepisów kulinarnych,</li> <li>• nabycie postaw prozdrowotnych oraz wiedzy dotyczącej konieczności stosowania diety, przestrzeganie diety,</li> <li>• nauka miar, wag i objętości,</li> <li>• umiejętność wykorzystania z dostępnych i alternatywnych produktów, nauka właściwości określonych produktów i ich wszechstronne wykorzystanie.</li> </ul>
4.	Trening umiejętności praktycznych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• psycholog</li> </ul>	25	2 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godzinę dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu	grupowe lub indywidualne dla wybranych tematów treningowych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• obsługa sprzętu AGD, urządzeń i przyrządów gospodarstwa domowego (pralka, odkurzacz, żelazko, deska do prasowania, suszarka do ubrań, suszarka do włosów),</li> <li>• znajomość chemicznych środków czystości i ich przeznaczenia,</li> <li>• segregacja śmieci, ponowne wykorzystanie materiałów (recycling)</li> </ul>

				funkcjonowania w codziennym życiu,		<ul style="list-style-type: none"> <li>• umiejętność dbania o otoczenie (sprzątanie pomieszczeń),</li> <li>• umiejętność estetycznego ślania łóżka, zmiany pościeli,</li> <li>• przestrzeganie zasad BHP urządzeń gospodarstwa domowego,</li> <li>• umiejętność pielęgnowania roślinności doniczkowej</li> <li>• umiejętność wykonywania drobnych czynności technicznych i serwisowych (wymiana worka w odkurzaczu, filtra, przykręcenie śrubki)</li> </ul>
4.1	<p>Zajęcia reedukacyjne</p> <p>Przypomnienie i ćwiczenie wiedzy powszechnej: czytanie, pisanie, rozumienie tekstu, kolory, kształty, zegar, godziny, itp.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• psycholog</li> <li>• opiekun medyczny</li> </ul>	25	2 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• reedukacja i podtrzymanie nabytych wcześniej umiejętności,</li> <li>• przypomnienie i utrwalanie wiadomości z zakresu wiedzy powszechnej,</li> <li>• ćwiczenie koncentracji i zapamiętywania,</li> <li>• ćwiczenie motoryki małej ułatwiającej pisanie</li> <li>• orientacja w czasie, odróżnianie pór roku i dnia.</li> </ul>
5.	Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• psycholog</li> </ul>	25	2 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu,	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nauka liczenia,</li> <li>• poznanie wartości pieniądza i nominałów,</li> <li>• umiejętność dokonania zakupów (planowanie, zakupy, płacenie za zakupy)</li> <li>• orientacja w cenach,</li> <li>• korzystanie z usług banku,</li> <li>• obsługa bankomatu i osobistej karty płatniczej,</li> <li>• zarządzanie własnym budżetem, nauka oszczędzania,</li> <li>• umiejętność realizowania własnych potrzeb i zainteresowań.</li> </ul>
6.	Zebranie społeczności	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierownik</li> <li>• psycholog</li> </ul>	40	1 raz w tygodniu w wymiarze 1 godz.	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kształtowanie w uczestnikach poczucia sprawczości i wpływu na życie ośrodka,</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• zebranie pomysłów uczestników na temat ewentualnych wydarzeń, zmian w planie zajęć, propozycji wyjść i wycieczek,</li> <li>• zebranie informacji zwrotnych od uczestników na temat aktualnie przeprowadzanych zajęć i bieżących spraw.</li> </ul>
II.	<p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:</p> <p>Kształtowanie pozytywnego wizerunku osoby niepełnosprawnej w miejscach publicznych; praktykowanie samodzielnego wypowiedzania się i przytaczania swoich argumentów; zapoznanie z zasadami dyskusji.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• psycholog</li> </ul>	40	1 raz w tygodniu w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb	<p>grupowe lub indywidualne* (Zajęcia realizowane w formie psychodramy, pogadanki lub wyjść treningowych)</p> <p>*w sytuacjach konfliktowych, gdy wskazana jest konsultacja indywidualna</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nabycie umiejętności: (zachowań przydatnych w życiu społecznym i towarzyskim, rozpoznawanie własnych emocji oraz zarządzanie nimi, radzenie sobie w trudnych sytuacjach życiowych, rozwiązywanie problemów, radzenie sobie ze stresem, rozwiązywanie konfliktów w relacjach międzyludzkich)</li> <li>• nauka autoprezentacji,</li> <li>• poznawanie własnych możliwości oraz swoich mocnych i słabych stron,</li> <li>• wypełnianie ról społecznych,</li> <li>• rozumienie relacji społecznych i norm</li> <li>• przewidywanie konsekwencji (kształtowanie myślenia przyczynowo - skutkowego),</li> <li>• dbałość o kulturę języka i poprawność językową,</li> <li>• zachowanie uwzględniające kontekst (formalny, nieformalny),</li> <li>• stawianie granic własnych i respektowanie cudzych;</li> <li>• wyrażanie emocji przez sztukę oraz pisanie wierszy.</li> </ul>
I.	<p>Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami i innymi osobami w</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• psycholog</li> </ul>	25	1 raz w tygodniu w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb	<p>grupowe lub indywidualne*</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kształtowanie umiejętności rozpoznawania, nazywania, wyrażania emocji oraz nauka skutecznego zarządzania nimi,</li> <li>• poznawanie własnych możliwości, w zakresie samodzielnego wypełniania ról społecznych,</li> </ul>

	czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, urzędach, instytucjach kultury				*w sytuacjach budowania relacji z osobą bliską	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozumienie relacji i norm społecznych,</li> <li>przewidywanie konsekwencji (myślenie przyczynowo - skutkowe),</li> <li>posiadanie pozytywnych relacji w społeczeństwie,</li> <li>kulturalne zachowywanie się i wypowiedanie w miejscach publicznych;</li> <li>radzenie sobie z konfliktami interpersonalnymi oraz rozumienie punktu widzenia innych,</li> </ul>
2.	<p><i>Edukacja seksualna</i></p> <p>Rozpoznawanie i rozładowywanie napięć rozwoju psychoseksualnego. Psychiczne i fizyczne aspekty rozwoju psychoseksualnego; komunikacja potrzeb; relacje partnerskie; inicjacja; współżycie; asertywność; zachowania ryzykowne; przewidywanie konsekwencji; zalecenie kontaktu ze specjalistą.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>psycholog</li> </ul>	22	stosownie do potrzeb	<p>indywidualne lub grupowe (stosownie do potrzeb i z podziałem na płeć)</p> <p>dodatkowo konsultacja z opiekunem</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozpoznawanie narastającego napięcia seksualnego,</li> <li>znalezienie skutecznych i właściwych sposobów rozładowania napięcia seksualnego,</li> <li>przestrzeganie norm (prawnych, społecznych, obyczajowych),</li> <li>zapoznanie ze skutkami nieprzestrzegania norm społecznych,</li> <li>poznanie własnego ciała,</li> <li>nabycie wiedzy o relacjach partnerskich,</li> <li>panele dyskusyjne dla rodziców,</li> <li>komunikacja potrzeb,</li> <li>poznanie etapu rozwoju psychoseksualnego,</li> <li>unikanie zachowań ryzykownych,</li> <li>korzystanie z wizyt lekarskich,</li> <li>nabycie wiedzy o antykoncepcji,</li> <li>nauka odmowy zbliżenia i relacji intymnych,</li> <li>zachęcanie do regularnych wizyt lekarskich w tym ginekologicznych,</li> </ul>
III.	Trening umiejętności komunikacyjnych:	<ul style="list-style-type: none"> <li>psycholog</li> </ul>	40	2 razy w tygodniu w wymiarze 1 godziny oraz stosownie	Indywidualne lub w małych grupach	<ul style="list-style-type: none"> <li>kształtowanie wypowiedzi z uwzględnieniem sytuacji mówienia, pokazania symbolu lub znaku niewerbalnego,</li> </ul>

	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)			do potrzeb		<ul style="list-style-type: none"> <li>• poszerzanie zasobu słownictwa również niewerbalnego,</li> <li>• samodzielność wypowiedzi,</li> <li>• nabycie wiedzy na temat budowania poprawnych zdań,</li> <li>• poznanie zasad kulturalnej wypowiedzi i dyskusji,</li> <li>• rozwiązywanie problemów i trudności w komunikacji,</li> <li>• umiejętność doboru argumentów,</li> <li>• rozpoznanie znaczenia znaków niewerbalnych,</li> <li>• kształtowanie motywacji do porozumiewania się,</li> <li>• umiejętność wyrażania emocji i potrzeb.</li> </ul>
1.	W tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej	<ul style="list-style-type: none"> <li>• psycholog</li> </ul>	15	2 razy w tygodniu w wymiarze 0,5 godziny oraz stosownie do potrzeb	Indywidualne lub w małych grupach o	<ul style="list-style-type: none"> <li>• umożliwienie osobie z problemami w komunikacji werbalnej stosować alternatywny sposób porozumiewania się,</li> <li>• poznanie znaczenia znaków niewerbalnych,</li> <li>• używanie elementów języka migowego, makatonu,</li> <li>• wykorzystanie piktogramów i obrazków, mówik,</li> <li>• poznanie funkcjonalnego i/lub podstawowego zasobu pojęć, o kluczowym znaczeniu dla codziennej komunikacji,</li> <li>• samodzielność wypowiedzi,</li> </ul>
2.	<i>Inne... (jeśli są prowadzone)</i>	-	-	-	-	-

IV.	<p>Trening umiejętności spędzania wolnego czasu:</p> <p>Umożliwienie uczestnikom rozrywki i rekreacji, a także zachęcanie do poszukiwania i rozwijania zainteresowań, pasji, uzdolnień oraz hobby, spacerów.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• psycholog</li> <li>• kierownik</li> </ul>	40	5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rozwijanie zainteresowań audycjami radiowymi, telewizyjnymi, literaturą, muzyką i sztuką,</li> <li>• nabywanie i rozwijanie umiejętności korzystania z multimedialnych,</li> <li>• rozwijanie zainteresowań grami zespołowymi (zabawy wymagające współpracy)</li> <li>• udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych typu pikniki, festyny, spotkania integracyjne i inne</li> <li>• uczestniczenie w konkursach i spotkaniach integracyjnych,</li> </ul>
1.	<p>Trening rozwijania zainteresowań literaturą</p> <p>Zajęcia realizowane w formie biblioterapii i prasówki oraz współpracy z biblioteką miejską</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• psycholog</li> </ul>	40	2 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego,	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• uczestniczenie w zajęciach w Bibliotece Publicznej w Wołominie,</li> <li>• rozwijanie zainteresowań literaturą i prasą,</li> <li>• poszerzanie wiedzy aktualizowanie informacji o otaczającym świecie,</li> <li>• ćwiczenie zdolności poznawczych (pamięci, słownictwa, logicznego myślenia, doboru argumentów),</li> <li>• branie udziału w lekcjach bibliotecznych,</li> <li>• wypożyczanie książek,</li> </ul>
2.	<p>Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi lub telewizyjnymi</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• psycholog</li> </ul>	40	5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rozwijanie zainteresowań audycjami radiowymi i telewizyjnymi,</li> <li>• poszerzanie wiedzy aktualizowanie informacji o otaczającym świecie,</li> <li>• rozwój biernego słownictwa (rozumienie mowy)</li> <li>• aktywizacja uczestników</li> </ul>

3.	Trening rozwijania zainteresowań Internetem	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> </ul>	22	3 razy w tygodniu, w wymiarze 1,5 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego,	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rozwijanie zainteresowań,</li> <li>• nauka obsługi komputera,</li> <li>• nauka korzystania z Internetu,</li> <li>• nabycie umiejętności wyszukiwania w Internecie informacji, dotyczących bieżących tematów i wydarzeń,</li> <li>• nabycie umiejętności korzystania z programów do odtwarzania plików zdjęciowych, muzycznych czy filmowych,</li> <li>• korzystanie z seansów filmowych w Miejskim Domu Kultury w Wołominie oraz w kinie Helios,</li> <li>• bezpieczne korzystanie z Internetu,</li> <li>• korzystanie z kont serwisów społecznościowych,</li> <li>• nauka pisania na klawiaturze,</li> <li>• obsługa programów graficznych,</li> <li>• podstawowa obsługa pakietu Ms Office,</li> <li>• obsługa drukarki,</li> <li>• tworzenie przepiśnika kulinarnego,</li> <li>• pisanie ośrodkowego bloga.</li> </ul>
4.	Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• psycholog</li> <li>• kierownik</li> </ul>	40	ustalane w ramach zebrań zw-a i zebrań społeczności  organizowane wymiennie z innymi zajęciami	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• udział w spotkaniach integracyjnych, wydarzeniach kulturalnych,</li> <li>• zwiedzanie wystaw w muzeach, skansenach, domach kultury, itp.</li> <li>• doskonalenie umiejętności w zakresie zachowań przydatnych w życiu społecznym i towarzyskim (zwroty grzecznościowe, zachowanie się w domu, na ulicy, w sklepie, na wyjeździe),</li> <li>• dobieranie stosownej odzieży do okoliczności,</li> <li>• spędzanie wolnego czasu w grupie,</li> <li>• respektowanie zasad i stosowanie się do poleceń terapeutów w czasie wyjść.</li> </ul>

5.	Aktywności poza ośrodkiem w tym zajęcia w ogródku	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> </ul>	40	<p>ustalane w ramach zebrań zw-a i zebrań społeczności</p> <p>organizowane wymiennie z innymi zajęciami</p>	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• spędzanie wolnego czasu w grupie,</li> <li>• spacer, wycieczki lokalne,</li> <li>• zajęcia ze zwierzętami,</li> <li>• respektowanie zasad i stosowanie się do poleceń terapeutów w czasie wyjść,</li> <li>• relaksacja na świeżym powietrzu,</li> <li>• gry i zabawy integracyjne,</li> <li>• umiejętność pielęgnowania roślinności ogródkowej,</li> <li>• poznawanie nowej roślinności i ich właściwości,</li> <li>• umiejętność sprzątania ogródka, koszenia trawy,</li> <li>• umiejętność bezpiecznego posługiwania się narzędziami.</li> </ul>
6.	Zajęcia plastyczno-rękodzielnicze z elementami arteterapii	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii</li> <li>• opiekun medyczny</li> </ul>	30	3 razy w tygodniu, w wymiarze 1,5 godzin dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• poznanie i korzystanie z różnych technik plastycznych i arteterapeutycznych:;</li> <li>• szycie - tworzenie maskotek i pacynek, torebek, itp.</li> <li>• uczestnictwo w konkursach plastycznych,</li> <li>• wykonywanie kart okolicznościowych,</li> <li>• wykonywanie dekoracji okolicznościowych,</li> <li>• umiejętne i bezpieczne korzystanie z narzędzi i przyborów znajdujących się w pracowni,</li> <li>• wyrażanie emocji przez twórczość,</li> <li>• odkrywanie i rozwijanie talentów plastycznych,</li> <li>• usprawnianie motoryki małej i koordynacji wzrokowo-ruchowej.</li> </ul>
7.	Zajęcia muzyczne / muzykoterapia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii</li> <li>• opiekun medyczny</li> </ul>	40	2 razy w tygodniu, w wymiarze 1,5 godzin dziennie oraz stosownie do potrzeb,		<ul style="list-style-type: none"> <li>• gra na instrumentach,</li> <li>• śpiew i emisja głosu,</li> <li>• taniec z elementami ruchu scenicznego,</li> <li>• wyrażanie emocji poprzez ruch i muzykę,</li> <li>• spontaniczne wyrażanie siebie poprzez sztukę,</li> </ul>

				wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego,		<ul style="list-style-type: none"> <li>• zwiększanie samoświadomości siebie i swojego ciała,</li> <li>• rozwijanie zainteresowań,</li> <li>• ćwiczenie pamięci i funkcji poznawczych,</li> <li>• odkrywanie i rozwijanie talentów artystycznych,</li> <li>• karaoke,</li> <li>• relaksacja.</li> </ul>
8.	Zajęcia teatralne	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii</li> </ul>	20	stosownie do potrzeb wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego,		<ul style="list-style-type: none"> <li>• występy okolicznościowe</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>• ćwiczenie pamięci i funkcji poznawczych,</li> <li>• odkrywanie i rozwijanie talentów artystycznych,</li> <li>• umiejętność poruszania się po scenie,</li> <li>• relaksacja.</li> </ul>
9.	Ludoterapia  Układanie puzzli, gra w planszówki, gra w warcaby, szachy, kalambusy, tworzenie własnych gier.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• psycholog</li> </ul>	25	2 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godz. dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu,		<ul style="list-style-type: none"> <li>• umiejętność respektowania zasad,</li> <li>• umiejętność radzenia sobie ze stresem i sytuacjami trudnymi</li> <li>• umiejętność współpracy,</li> <li>• umiejętność abstrakcyjnego i logicznego myślenia,</li> <li>• aktywna forma spędzania czasu wolnego</li> </ul>
V.	Poradnictwo psychologiczne	<ul style="list-style-type: none"> <li>• psycholog</li> </ul>	40	stosownie do potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich	indywidualnie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wypracowanie planu wsparcia w sytuacjach trudnych,</li> <li>• zwiększenie poczucia własnej wartości,</li> <li>• budowanie poczucia bezpieczeństwa, empatii, otwartości,</li> </ul>

	Kanalizowanie trudnych emocji oraz nauka rozwijania inteligencji emocjonalnej, pomoc i wsparcie przy rozwiązywaniu problemów życiowych i interpersonalnych, pomoc w usprawnieniu komunikacji.			opiekunów, w godzinach pracy ŚDS		<ul style="list-style-type: none"> <li>kształtowanie umiejętności różnicowania emocji, zarządzania nimi i ich kanalizowania,</li> <li>kształtowanie umiejętności komunikacyjnych oraz umiejętności aktywnego słuchania,</li> <li>nabywanie umiejętności rozwiązywania konfliktów,</li> <li>ćwiczenie skutecznych sposobów postępowania w sytuacjach trudnych,</li> <li>rozwijanie asertywności,</li> <li>eliminowanie zachowań niepożądanych,</li> <li>podnoszenie sprawności oraz samodzielności w życiu codziennym.</li> </ul>
VI.	<p>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych</p> <p>Zajęcia obejmują spotkania z Urzędem – prelekcje lub wizyty studyjne mające na celu przybliżenie działania różnych urzędów, wsparcie informacyjne i techniczne dla uczestników oraz opiekunów w kontakcie z urzędem, szpitalem, sądem.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>kierownik</li> <li>kierowca</li> <li>terapeuta zajęciowy</li> <li>st. terapeuta zajęciowy</li> <li>instruktor terapii zajęciowej</li> <li>opiekun medyczny</li> <li>psycholog</li> </ul>	5	1 raz na kwartał lub doraźnie w przypadku potrzeby wsparcia	grupowe lub indywidualne	<ul style="list-style-type: none"> <li>informowanie o przysługujących uprawnieniach</li> <li>informowanie o trwających programach jak np. opieka wytchnieniowa oraz asystent osoby niepełnosprawnej.</li> <li>poznanie specyfiki oraz przedmiotu działalności wybranych urzędów oraz sposobu załatwiania spraw administracyjnych,</li> </ul>
VII.	Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych:	<ul style="list-style-type: none"> <li>kierowca</li> <li>terapeuta zajęciowy</li> <li>st. terapeuta zajęciowy</li> <li>instruktor terapii zajęciowej</li> <li>opiekun medyczny</li> </ul>	10	stosownie do potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich opiekunów, w godzinach pracy ŚDS	indywidualne	<ul style="list-style-type: none"> <li>nabycie wiedzy na temat niezbędnych świadczeń zdrowotnych oraz sposobu rejestracji wizyty lekarskiej,</li> <li>podanie leków uczestnikowi,</li> <li>wsparcie terapeuty w formie umówienia wizyty lekarskiej dla uczestnika,</li> </ul>

	doraźnie w przypadku konieczności umówienia wizyty lekarskiej, z uwagi na dawkowanie leków, zauważenie nietypowego zachowania lub niepokojących objawów zaobserwowanych u uczestnika.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• psycholog</li> <li>• kierownik</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• wsparcie terapeuty w trakcie wizyty lekarskiej,</li> <li>• zachęcanie do regularnych wizyt lekarskich w tym ginekologicznych,</li> <li>• wizyta terapeuty z uczestnikiem w przychodni w celu podania leku.</li> </ul>
1.	Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• psycholog</li> <li>• kierowca</li> </ul>	3	stosownie do potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich opiekunów, w godzinach pracy ŚDS	indywidualne	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nabycie wiedzy na temat niezbędnych świadczeń zdrowotnych, przyjmowanych leków oraz sposobu rejestracji wizyty lekarskiej,</li> <li>• rozmowa z opiekunem dotycząca nietypowych zachowań uczestnika w celu konsultacji lekarskiej,</li> <li>• możliwość skorzystania z auta przystosowanego do przewozu osób niepełnosprawnych.</li> </ul>
2.	Pomoc w zakupie leków	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• psycholog</li> <li>• kierowca</li> </ul>	2	stosownie do potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich opiekunów	indywidualne	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pomoc w zakupie leków,</li> <li>• realizowanie recepty / e-recepty,</li> <li>• możliwość skorzystania z auta przystosowanego do przewozu osób z niepełnosprawnością</li> </ul>
3.	Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• opiekun</li> <li>• psycholog</li> <li>• kierowca</li> </ul>	2	stosownie do potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich opiekunów, w godzinach pracy ŚDS	indywidualne	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia,</li> <li>• możliwość skorzystania z busa przystosowanego do przewozu osób niepełnosprawnych.</li> </ul>

VIII.	Niezbędna opieka	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> </ul>	22	codziennie w godzinach pracy ŚDS	grupowe lub indywidualne	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pomoc przy czynnościach związanych z zakładaniem i zdejmowaniem odzieży wierzchniej uczestnikom wymagającym tej pomocy,</li> <li>• pomoc w załatwianiu spraw fizjologicznych i innych niezbędnych czynności potrzebnych do zachowania higieny osobistej wymagającym tej pomocy uczestnikom,</li> <li>• karmienie lub asystowanie przy posiłkach,</li> <li>• dbałość o bezpieczeństwo i komfort uczestników,</li> </ul>
1.	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 znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji	<ul style="list-style-type: none"> <li>• opiekun medyczny</li> </ul>	17	codziennie w godzinach pracy ŚDS	grupowe lub indywidualne	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pomoc przy czynnościach związanych z zakładaniem i zdejmowaniem odzieży wierzchniej uczestnikom wymagającym tej pomocy,</li> <li>• wykonywanie niezbędnych zabiegów higienicznych,</li> <li>• pomoc w załatwianiu spraw fizjologicznych i innych, niezbędnych czynności potrzebnych do zachowania higieny osobistej, wymagającym tej pomocy uczestnikom,</li> <li>• karmienie lub asystowanie przy posiłkach,</li> <li>• dbałość o bezpieczeństwo i komfort uczestników</li> </ul>

2.	<i>Inne..... (jeśli są prowadzone)</i>	-	-	-	-	-
IX.	Terapia ruchowa:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierownik</li> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> </ul>	30	5 razy w tygodniu w wymiarze 0,5 godziny dziennie, oraz ćwiczenia usprawniające i gimnastyka, wymiennie w ramach treningu spędzania wolnego czasu	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• przywracanie maksymalnej/satysfakcjonującej sprawności fizycznej,</li> <li>• nabycie, doskonalenie sprawności ruchowej, w ramach ćwiczeń koordynacyjnych, ogólnousprawniających, manualnych, relaksacyjnych, oddechowych, równoważnych,</li> <li>• nauka prawidłowych wzorów ruchowych,</li> <li>• poprawa siły mięśni posturalnych i funkcjonowania motorycznego</li> <li>• gimnastyka korekcyjno-kompensacyjna,</li> <li>• poprawa sprawności osłabionych obszarów ciała,</li> <li>• poprawa samodzielności poprzez osiągnięcie celów funkcjonalnych,</li> <li>• dotlenienie organizmu,</li> <li>• rozładowanie napięć psychicznych, relaksacja i zmniejszenie długotrwałego stresu,</li> <li>• koordynowanie ruchów z obserwacją pozycji ciała przy użyciu lustra,</li> <li>• gry i zabawy sportowe,</li> <li>• spacerowanie,</li> </ul>
1.	Zajęcia sportowe  zakres terapii ruchowej przy wykorzystaniu gier zespołowych i zajęć sportowych.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierownik</li> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> </ul>	20	1 raz w tygodniu w wymiarze 1,5 godziny dziennie, oraz ćwiczenia usprawniające i gimnastyka, wymiennie w ramach treningu	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• spacerowanie,</li> <li>• uczestniczenie w zajęciach sportowych organizowanych na terenie miejskiej, plenerowej siłowni,</li> <li>• uczestniczenie w sportowych zabawach integracyjnych i konkursach sprawnościowych,</li> <li>• aerobik i spontaniczne wyrażanie siebie przy muzyce.</li> </ul>

				spędzania wolnego czasu		
2.	Turystyka i rekreacja  Wycieczki krajoznawcze, autokarowe, ogniska, zwiedzanie wybranych miejsc, spacery.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierownik</li> <li>• psycholog</li> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> </ul>	40	zgodnie z harmonogramem oraz zgłoszeniami uczestników  organizowane wymiennie z innymi zajęciami	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• poszerzanie wiedzy o otaczającym świecie,</li> <li>• nawiązywanie nowych znajomości.</li> <li>• kształtowanie samodzielności,</li> <li>• rozwijanie zainteresowań i hobby,</li> <li>• zachęcanie do aktywnego wypoczynku,</li> <li>• walka z wykluczeniem,</li> <li>• aktywizacja uczestników,</li> <li>• integracja i spędzanie wolnego czasu w grupie,</li> <li>• doskonalenie umiejętności w zakresie zachowań przydatnych w życiu społecznym i towarzyskim (zwroty grzecznościowe, zachowanie się w domu, na ulicy, w sklepie, na wyjeździe),</li> <li>• dobieranie stosownej odzieży do okoliczności,</li> <li>• respektowanie zasad i stosowanie się do poleceń terapeutów w czasie wyjść.</li> </ul>
3.	<i>Inne .... (jeśli są prowadzone)</i>	-	-	-	-	-
X.	Całodobowe wyżywienie dla uczestników skierowanych na pobyt całodobowy (krótki opis)	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy
XI.	Umożliwienie uczestnikom	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierownik</li> <li>• psycholog</li> <li>• terapeuta zajęciowy</li> </ul>	40	5 razy w tygodniu	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• umożliwienie uczestnikom spożywania gorącego posiłku przygotowanego w ramach zajęć kulinarnych (trening funkcjonowania w życiu codziennym)</li> </ul>

	<p>skierowanym na pobyt dzienny spożywania gorącego posiłku</p> <p>umożliwienie przygotowania dowolnej, ciepłej potrawy w ramach zajęć kulinarnych lub prostego posiłku w miarę posiadanych możliwości.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> </ul>				
XII.	<p>Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierownik</li> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• psycholog</li> </ul>	9	organizowane z ramach zajęć	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• odkrywanie potencjału i mocnych stron uczestnika,</li> <li>• nauka pisania CV,</li> <li>• nabywanie kompetencji ćwiczonych podczas wszystkich warsztatów i zajęć, które sprzyjające: podniesieniu samooceny uczestnika i wiary we własne możliwości, motywujące i aktywizujące do podejmowania samodzielnych działań,</li> <li>• rozmowy wspierające z uczestnikiem i opiekunem,</li> <li>• spotkania integracyjne z uczestnikami z WTZ i zapoznanie się z ich działalnością.</li> </ul>
XIII.	<p>Usługi transportowe</p> <p>Samochód Volkswagen Transporter dostosowany do przewozu wózków inwalidzkich.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierowca</li> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> </ul>	regularny transport obejmuje uczestników z gminy Wołomin oraz wszystkich uczestników w przypadku korzystania z innych	5 razy w tygodniu	grupowe oraz indywidualnie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• umożliwienie uczestnikom dotarcie i powrót do ŚDS,</li> <li>• transport w czasie wycieczek poza ośrodkiem,</li> <li>• pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia,</li> <li>• pomoc w zakupie leków,</li> <li>• realizowanie recepty / e-recepty,</li> </ul>

			planowanych aktywności			
XIV.	Szkolenie kadry	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierownik</li> </ul>	12	2 razy w roku oraz zgodnie z zapotrzebowaniem i zgłoszeniem pracowników	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• umożliwienie podnoszenia kwalifikacji zawodowych wszystkim pracownikom,</li> <li>• szkolenia wewnętrzne prowadzone przez pracowników dla całej kadry,</li> <li>• uczestniczenie kadry w webinarjach i konferencjach.</li> </ul>
XV.	Spotkania ZWA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierownik</li> </ul>	12	1 raz w miesiącu oraz stosownie do zaistniałych potrzeb	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>• weryfikacja okresowej karty oceny wspierająco – aktywizującej,</li> <li>• omówienie sytuacji i poziomu funkcjonowania uczestników oraz aktualnych spraw dotyczących ŚDS,</li> </ul>
XVI.	Współpraca ŚDS z innymi instytucjami <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caritas DW-P</li> <li>• Urząd Miejski w Wołominie</li> <li>• Biblioteka Publiczna w Wołominie</li> <li>• Miejski Dom Kultury w Wołominie</li> <li>• Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wołominie</li> <li>• Przychodnia Rejonowa w Wołominie</li> <li>• Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną Koło w Kobyłce</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierownik</li> <li>• psycholog</li> <li>• kierowca</li> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> </ul>		doraźnie lub zgodnie z planem	indywidualnie bądź grupowo w przypadku organizowanych zajęć	<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,</li> <li>• wsparcie i aktywizacja uczestników.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zespół Szkół Specjalnych w Wołominie ul. Miła 22</li> <li>• Straż Miejska w Wołominie</li> <li>• Komenda Powiatowa Policji w Wołominie</li> <li>• Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Wołominie</li> <li>• Kino Helios w Wołominie</li> <li>• Madame Justine</li> <li>• Warsztaty Terapii Zajęciowej</li> <li>• Kierunkuśmiech.pl</li> <li>• Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w Kobyłce</li> <li>• Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy nr 3 Tłuszcz</li> <li>• Środowiskowy Dom Samopomocy w Radzyminie Caritas Diecezji W-P</li> <li>• Środowiskowy Dom Samopomocy Koła Towarzystwa Przyjaciół Dzieci w Ząbkach</li> <li>• Warsztat Terapii Zajęciowej w Ząbkach</li> <li>• Warsztat Terapii Zajęciowej w Mińsku Mazowieckim</li> </ul>					
XVII	Zajęcia klubowe (dni, godziny)	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy

XVII I.	Organizowanie imprez, spotkań okolicznościowych *	załącznik	załącznik	załącznik	załącznik	załącznik
XIX.	Kierunki dalszego rozwoju lub inne fakultatywne usługi (opis)					
1	Kontakt z rodziną	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierownik</li> <li>• kierowca</li> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• psycholog</li> </ul>	rodzice i opiekunowie uczestników ŚDS	cyklicznie w ramach współpracy z rodziną;	grupowe lub indywidualnie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wspólne aktywności i obchodzenie imprez okolicznościowych,</li> <li>• wymiana informacji dotyczących uczestnika</li> <li>• utworzenie grupy wsparcia rodziców i opiekunów</li> </ul>
2	praca nad wyuczoną bezradnością : zachęcenie do samodzielności i aktywności społecznej	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierownik</li> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• psycholog</li> </ul>	rodzice i opiekunowie uczestników ŚDS	cyklicznie w ramach współpracy z rodziną;	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• współpraca ze środowiskiem lokalnym,</li> <li>• nauka proszenia o pomoc,</li> <li>• komunikowanie potrzeb,</li> <li>• przywrócenie sprawczości nad własnym losem,</li> <li>• utworzenie sieciującej grupy wsparcia</li> <li>• nauka bycia odważnym i opuszczenie strefy komfortu,</li> </ul>

\* jeśli jest dołączony harmonogram jako załącznik do planu - nie trzeba uzupełniać pól w tabeli

### Załączniki do planu pracy:

**Załącznik nr 1 - Harmonogram zajęć w tygodniu** (w podziale na grupy lub uczestników biorąc pod uwagę typ domu);

zajęcia, które będą prowadzone rzadziej niż raz w tygodniu proszę wykazać poza harmonogramem - w formie opisu ze wskazaniem rodzaju i wymiaru/częstotliwości;

**\*Załącznik nr 2 - Harmonogram planowanych imprez, spotkań okolicznościowych** (fakultatywnie jeśli nie jest wypełniany pkt XVIII w tabeli)

KIEROWNIK  
Środowiskowego Odmu Samopomocy  
CARITAS DW-P

23.12.2024 r

*Norbert Wielgas*

.....  
data i podpis dyrektora/kierownika ŚDS

Godz.	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
08.00 09.00	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata audycje radiowe	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata audycje radiowe	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata audycje radiowe	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata audycje radiowe	Dotarcie do ŚDS: kawa, herbata audycje radiowe
09.00 - 09.30	Terapia ruchowa i zajęcia sportowe  Tr. um. komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów  Poradnictwo psychologiczne	Terapia ruchowa i zajęcia sportowe.  -  Poradnictwo psychologiczne	Terapia ruchowa i zajęcia sportowe  -  Poradnictwo psychologiczne	Terapia ruchowa i zajęcia sportowe  Tr. um. komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów  Poradnictwo psychologiczne	Terapia ruchowa – relaksacja  -  Poradnictwo psychologiczne
09.30 - 10.30	<b>Przerwa śniadaniowa</b> + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	<b>Przerwa śniadaniowa</b> + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	<b>Przerwa śniadaniowa</b> + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	<b>Przerwa śniadaniowa</b> + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	<b>Przerwa śniadaniowa</b> + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny
10.30 - 11.30	Trening funkcjonowania w życiu codziennym	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów  Trening umiejętności komunikacyjnych  Trening umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening umiejętności komunikacyjnych  Trening umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym	Zebrania społeczności
11.30 - 13.00	Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu/ spacer Tr. kulinarny	Zajęcia sportowe Tr. funkcjonowania w życiu codziennym Tr. kulinarny	Tr. funkcjonowania w życiu codziennym Tr. kulinarny	Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu/ spacer Tr. kulinarny	Tr. funkcjonowania w życiu codziennym Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu/ Tr. kulinarny
13.00 - 14.00	<b>Obiad</b> + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	<b>Obiad</b> + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	<b>Obiad</b> + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	<b>Obiad</b> + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny	<b>Obiad</b> + Tr. um. praktycznych + Tr. nauki higieny + Tr. kulinarny
14.00- 15.00	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu	Trening funkcjonowania w życiu codziennym Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu)	Tr. Praktyczny – sprzątanie ŚDS Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu

15.00-16.00	Audycje radiowe Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Audycje radiowe Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Audycje radiowe Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Audycje radiowe Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji	Audycje radiowe Odjazd uczestników. Uzupełnianie dokumentacji
-------------	---	---	---	---	---

**Zajęcia nieuwzględnione w tygodniowy planie:**

- wycieczki,
- zajęcia teatralne
- 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 ZW-A,
- współpraca z innymi instytucjami.

**Podopieczni przybywający** do placówki we własnym zakresie, mogą uczestniczyć w zajęciach codziennie. Uczestnicy korzystający z transportu ŚDS oraz na mocy porozumień gminnych (Ząbki, Kobyłka, Klembów), ze względu na ograniczone możliwości osobowe pojazdu oraz czas dojazdu, podzieleni są na grupy. Chętni, do dyspozycji mają grupę pierwszą (poniedziałek, środa, co drugi piątek) lub grupę drugą (wtorek, czwartek, co drugi piątek), uczestnicy docierający do ŚDS za pośrednictwem własnego transportu uczęszczają do dowolnie wybranej grupy lub codziennie. Częstotliwość i wymiar prowadzonych treningów w dużej mierze zależą od frekwencji w danym dniu/ tygodniu pracy ŚDS.

**Kryterium doboru grupy przy realizacji poszczególnych treningów** stanowią zainteresowania, posiadane umiejętności, wzajemne sympatie, zbliżony stan psychofizyczny, preferencje uczestników, jak również potrzeby wynikające z indywidualnego planu postępowania wspierająco –aktywizującego. Zakłada się zmienny skład grup, w zależności od predyspozycji, potrzeb uczestników jak i stopnia skomplikowania prowadzonych zajęć oraz frekwencji w danym dniu lub tygodniu.

KIEROWNIK  
Środowiskowego Domu Samopomocy 23  
CARITAS DW-P  
*Norbert Wielgos*

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

Styczeń	Luty	Marzec	Kwiecień	Maj	Czerwiec
<ul style="list-style-type: none"> <li>• obchody urodzin uczestników</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• obchody urodzin uczestników</li> <li>• tłusty czwartek</li> <li>• walentynki (dyskoteka)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• obchody urodzin uczestników</li> <li>• międzynarodowy dzień kobiet</li> <li>• dzień mężczyzn</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• obchody urodzin uczestników</li> <li>• Wielkanoc</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• obchody urodzin uczestników</li> <li>• dzień matki</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• obchody urodzin uczestników</li> <li>• dzień ojca</li> <li>• międzynarodowy dzień dziecka (dyskoteka)</li> </ul>
Lipiec	Sierpień	Wrzesień	Październik	Listopad	Grudzień
<ul style="list-style-type: none"> <li>• obchody urodzin uczestników</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• obchody urodzin uczestników</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• obchody urodzin uczestników</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• obchody urodzin uczestników</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• obchody urodzin uczestników</li> <li>• narodowe święto niepodległości</li> <li>• andrzejki</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• obchody urodzin uczestników</li> <li>• uczestniczenie w przeglądzie „wierszem i sercem malowane”</li> <li>• mikołajki</li> <li>• Wigilia Bożego Narodzenia</li> <li>• jasełka</li> </ul>

KIEROWNIK  
Środowiskowego Domu Samopomocy  
CARITAS DW-P

*Norbert Wielgos*