

**ZARZĄDZENIE NR 41/2024**  
**BURMISTRZA WOŁOMINA**

z dnia 2 lutego 2024 r.

**w sprawie zatwierdzenia Planu pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Wołominie na 2024 rok**

Na podstawie art. 30 ust. 1 Ustawy z dnia 8 marca 1990 roku o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2023 r., poz. 40 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 2024 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 ŚDS w Wołominie na 2024 r.**

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

Lp.	Usługi świadczone w ŚDS w roku 2024	Osoba/osoby odpowiedzialna /e za realizację zadania	Liczba osób objętych usługami (szacunkowa liczba)	Wymiar czasu/ częstotliwość	Forma zajęć/ treningów/ usług; indywidualne/ grupowe	Przewidywane efekty
I.	<p><b>Trening funkcjonowania w codziennym życiu:</b></p> <p>Zajęcia ukierunkowane na kształtowanie samodzielności w życiu codziennym i wyrabianie właściwych nawyków.</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	<p>2 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie.</p> <p>tr. kulinarny 5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb</p>	<p>grupowe lub indywidualne dla wybranych tematów treningowych</p>	<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.	<b>Trening dbałości o wygląd zewnętrzny</b>	<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> </ul>	30	1 raz 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>• 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> <li>• dbanie o stan i wygląd własnej odzieży,</li> <li>• umiejętność samodzielnego naprawiania odzieży,</li> <li>• umiejętność samodzielnego przebrania się w sytuacji zabrudzenia się, zalania, itp.,</li> <li>• nabycie umiejętności prawidłowej obsługi sprzętu AGD, prania, prasowania, układania ubrań.</li> </ul>
2.	<b>Trening nauki higieny</b>	<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> </ul>	26	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> </ul>

						<ul style="list-style-type: none"> <li>• obserwacja swojego ciała i ewentualnych niepokojących zmian, umiejętność skorzystania z wizyty u specjalisty,</li> </ul>
3.	<b>Trening kulinarny</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• psycholog</li> </ul> <p>podczas przerwy śniadaniowej i obiadu obecni są wszyscy pracownicy</p>	40	5 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowe  podczas przerwy śniadaniowej i obiadu obecni są wszyscy uczestnicy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nabycie i doskonalenie podstawowych umiejętności dla uczestników ze sprzętami: samodzielne spożycie posiłku, posługiwanie się sztucami, odnoszenie po sobie naczyń, kulturalne zachowanie się przy stole i przestrzeganie zasad savoir vivre)</li> <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.	<b>Trening umiejętności praktycznych</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> </ul>	24	2 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godzinę dziennie	grupowe lub indywidualne dla	<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> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• opiekun</li> <li>• psycholog</li> </ul>		<p>oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu,</p>	<p>wybranych tematów treningowych</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• znajomość chemicznych środków czystości i ich przeznaczenia,</li> <li>• segregacja śmieci, ponowne wykorzystanie materiałów (recycling)</li> <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><b>Zajęcia reedukacyjne</b></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> </ul>	24	<p>2 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu</p>	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,</li> <li>• odróżnianie pór roku i dnia.</li> </ul>
5.	<p><b>Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• psycholog</li> </ul>	21	<p>2 razy w tygodniu, w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb,</p>	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> </ul>

				wymiennie z innymi zajęciami, w ramach treningu funkcjonowania w codziennym życiu,		<ul style="list-style-type: none"> <li>• umiejętność realizowania własnych potrzeb i zainteresowań.</li> </ul>
6.	<b>Zebranie społeczności</b>	<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> <li>• opiekun</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> <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.	<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.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• psycholog</li> </ul>	40	1 razy w tygodniu w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowe lub indywidualne* (Zajęcia realizowane w formie psychodramy, pogadanki lub wyjść treningowych)	<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> </ul>

						<ul style="list-style-type: none"> <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>
1.	<b>Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami i innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, urzędach, instytucjach kultury</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>terapeuta zajęciowy</li> <li>st. terapeuta zajęciowy</li> <li>psycholog</li> </ul>	40	1 razy w tygodniu w wymiarze 1 godziny dziennie oraz stosownie do potrzeb	grupowe lub indywidualne*  *w sytuacjach budowania relacji z osobą bliską	<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> <li>rozumienie relacji i norm społecznych,</li> <li>przewidywanie konsekwencji (myślenie przyczynowo - skutkowe),</li> <li>posiadanie pozytywnych relacje 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.	<b>Edukacja seksualna</b>  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.	<ul style="list-style-type: none"> <li>psycholog</li> </ul>	9	stosownie do potrzeb	indywidualne lub grupowe (stosownie do potrzeb i z podziałem na płeć)  dodatkowo konsultacja z opiekunem	<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> </ul>

						<ul style="list-style-type: none"> <li>• nauka odmowy zbliżenia i relacji intymnych,</li> <li>• zachęcanie do regularnych wizyt lekarskich w tym ginekologicznych,</li> </ul>
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>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• psycholog</li> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> </ul>	40	3 razy w tygodniu, w wymiarze 0/5 godziny	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kształtowanie wypowiedzi z uwzględnieniem sytuacji mówienia, pokazania symbolu lub znaku niewerbalnego,</li> <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.	<p><b>W tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• psycholog</li> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> </ul>	18	2 razy w tygodniu, w wymiarze 0,5 godziny indywidualnie	Indywidualne lub grupowo	<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> </ul>

	<b>w komunikacji werbalnej</b>					<ul style="list-style-type: none"> <li>• poznanie funkcjonalnego i/lub podstawowego zasobu pojęć, o kluczowym znaczeniu dla codziennej komunikacji,</li> <li>• samodzielność wypowiedzi,</li> </ul>
IV.	<b>Trening umiejętności spędzania wolnego czasu:</b>  Umożliwienie uczestnikom rozrywki i rekreacji, a także zachęcanie do poszukiwania i rozwijania zainteresowań, pasji, uzdolnień oraz hobby, spaceru.	<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	stosownie do treningu	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 multimediów,</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.	<b>Trening rozwijania zainteresowań literaturą</b>  Zajęcia realizowane w formie biblioterapii i prasówki oraz współpracy z biblioteką miejską	<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>	35	2 razy w tygodniu, w wymiarze od 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.	<b>Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi lub telewizyjnymi</b>	<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 od 1 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>• 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.	<b>Trening rozwijania zainteresowań Internetem</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> </ul>	20	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.	<b>Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych</b>	<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	<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>• 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.	<b>Aktywności poza ośrodkiem</b>  <b>w tym</b>  <b>zajęcia w ogródku</b>	<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	<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, spacer,</li> <li>• 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.	<b>Zajęcia plastyczno-rękodzielnicze</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> </ul>	30	3 razy w tygodniu, w wymiarze 1,5 godzin dziennie	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• poznanie i korzystanie z różnych technik plastycznych i arteterapeutycznych: (mixed media, decoupage, art journaling, haft</li> </ul>

	<b>z elementami arteterapii</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii</li> </ul>		oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego		<p>krzyżykowy, matematyczny, batik, witraż, filcowanie, scrapbooking, praca z masami plastycznymi i sensorycznymi, recycling,</p> <ul style="list-style-type: none"> <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.	<b>Zajęcia muzyczne / muzykoterapia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii</li> </ul>	40	2 razy w tygodniu, w wymiarze 1,5 godzin dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego,		<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> <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>• umiejętność poruszania się po scenie,</li> <li>• relaksacja.</li> </ul>
8.	<b>Zajęcia teatralne</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii</li> </ul>	10	stosownie do potrzeb 2 razy w tygodniu, w wymiarze 1,5 godzin dziennie,		<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> </ul>

				wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego,		<ul style="list-style-type: none"> <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.	<b>Ludoterapia</b>  Układanie puzzli, gra w planszówki, gra w warcaby, szachy, kalambury, 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>• opiekun</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.	<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.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• psycholog</li> </ul>	40	stosownie do potrzeb zgłaszanych przez uczestników bądź ich opiekunów, w godzinach pracy ŚDS	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> <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><b>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych</b></p> <p>Zajęcia obejmują cykl spotkań z Urzędem – prelekcje 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> <li>• wyjścia do urzędów w celu uzyskania potrzebnych informacji oraz pomoc w załatwianiu spraw,</li> <li>• pomoc w wypełnianiu formularzy, wniosków, druków, itp.</li> </ul>
VII.	<p><b>Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych:</b></p> <p>doraźnie w przypadku konieczności umówienia wizyty lekarskiej, z uwagi na dawkowanie leków, zauważenie nietypowego zachowania lub niepokojących objawów zaobserwowanych u uczestnika.</p>	<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> <li>• opiekun</li> <li>• psycholog</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> <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.	<b>Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza</b>	<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>	5	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 busa przystosowanego do przewozu osób niepełnosprawnych.</li> </ul>
2.	<b>Pomoc w zakupie leków</b>	<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>	5	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 busa przystosowanego do przewozu osób z niepełnosprawnością.</li> </ul>
3.	<b>Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia</b>	<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>	3	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.	<b>Niezbędna opieka</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• opiekun</li> </ul>	21	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> </ul>

						<ul style="list-style-type: none"> <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.	<p>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</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• opiekun</li> </ul>	18	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>
IX.	<b>Terapia ruchowa:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierownik</li> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> </ul>	30	5 razy w tygodniu w wymiarze 0,5 godziny dziennie, oraz	grupowe lub indywidualne	<ul style="list-style-type: none"> <li>• przywracanie maksymalnej/satysfakcjonującej sprawności fizycznej,</li> <li>• nabycie, doskonalenie sprawności ruchowej, w ramach ćwiczeń koordynacyjnych, ogólnousprawniających, manualnych,</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• psycholog</li> </ul>		<p>ćwiczenia usprawniające i gimnastyka, wymiennie w ramach treningu spędzania wolnego czasu</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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.	<p><b>Zajęcia sportowe</b></p> <p>zakres terapii ruchowej przy wykorzystaniu gier zespołowych i zajęć sportowych.</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> </ul>	21	<p>2 razy w tygodniu, w wymiarze 1,5 godzin dziennie oraz stosownie do potrzeb, wymiennie z innymi zajęciami w ramach treningu umiejętności spędzania czasu wolnego,</p>	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <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>
2.	<p><b>Turystyka i rekreacja</b></p> <p>Wycieczki krajoznawcze, autokarowe, ogniska,</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierownik</li> <li>• terapeuta zajęciowy</li> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> </ul>	40	<p>zgodnie z harmonogramem oraz</p>	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> </ul>

	zwiedzanie wybranych miejsc, spacery.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• opiekun</li> </ul>		zgłoszeniami uczestników  organizowane wymiennie z innymi zajęciami		<ul style="list-style-type: none"> <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>
X.	<b>Całodobowe wyżywienie dla uczestników skierowanych na pobyt całodobowy</b>	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy
XI.	<b>Umożliwienie uczestnikom skierowanym na pobyt dzienny spożywania gorącego posiłku</b>  umożliwienie przygotowania dowolnej, ciepłej potrawy w ramach zajęć kulinarnych lub prostego posiłku w miarę posiadanych możliwości.	<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> </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>
XII.	<b>Inne formy postępowania</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierownik</li> <li>• terapeuta zajęciowy</li> </ul>	8	organizowane z ramach zajęć	grupowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• odkrywanie potencjału i mocnych stron uczestnika,</li> <li>• nauka pisania CV,</li> </ul>

	<b>przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• st. terapeuta zajęciowy</li> <li>• instruktor terapii zajęciowej</li> <li>• opiekun medyczny</li> <li>• opiekun</li> <li>• psycholog</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <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.	<b>Usługi transportowe</b>  Samochód Volkswagen Transporter użytkowany na podstawie umowy leasingu. Dostosowany do przewozu wózków inwalidzkich.	<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> <li>• opiekun</li> </ul>	regularny transport obejmuje uczestników z gminy Wołomin oraz wszystkich uczestników w przypadku korzystania z innych aktywności	5 razy w tygodniu	grupowe oraz indywidualnie  stosownie do zaistniałych potrzeb	<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>
XIV.	<b>Szkolenie kadry</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierownik</li> </ul>	11	2 razy w roku oraz zgodnie z zapotrzebowaniem i zgłoszeniem pracownika	grupowe lub indywidualne stacjonarnie lub on-line	<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 webinarach i konferencjach.</li> </ul>
XV.	<b>Spotkania ZWA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kierownik</li> </ul>	11	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> </ul>

						<ul style="list-style-type: none"> <li>• omówienie sytuacji i poziomu funkcjonowania uczestników oraz aktualnych spraw dotyczących ŚDS,</li> </ul>
XVI.	<b>Współpraca ŚDS z innymi instytucjami</b> <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>• Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Wołominie</li> <li>• Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wołominie</li> <li>• Przychodnia Rejonowa w Wołominie</li> <li>• Stowarzyszenie Alter Ego</li> <li>• Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną Koło w Kobyłce</li> <li>• Polski Związek Niewidomych Okręg Mazowiecki</li> </ul>	<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>		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 unijnych,</li> <li>• wsparcie i aktywizacja uczestników.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Koło Terenowe w Wołominie</li> <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> </ul>					
XVII.	<b>Zajęcia klubowe (dni, godziny)</b>	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy	nie dotyczy
XVIII	<b>Organizowanie imprez, spotkań okolicznościowych *</b>	załącznik	załącznik	załącznik	załącznik	załącznik
XIX.	<b>Kierunki dalszego rozwoju lub inne fakultatywne usługi</b>					
1.	<b>Kontakt z rodziną</b>	<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>• opiekun</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> </ul>

2.	<b>praca nad wyuczoną bezradnością :</b> 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>• opiekun</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>• 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 Domu Samopomocy  
CARITAS DW-P

.....  
*Norbert Wielgos*  
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 + altern.	Terapia ruchowa i zajęcia sportowe / Tr. um. komunikacyjnych + altern.	Terapia ruchowa i zajęcia sportowe / Tr. um. komunikacyjnych	Terapia ruchowa i zajęcia sportowe / Tr. um. komunikacyjnych	Terapia ruchowa i zajęcia sportowe / Tr. um. komunikacyjnych
	Poradnictwo psychologiczne	Poradnictwo psychologiczne	Poradnictwo psychologiczne	Poradnictwo psychologiczne	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 : • tr. dbałości o wygląd zewn. i higieny, • tr. umiejętności praktycznych, • reedukacja	Trening funkcjonowania w życiu codziennym : • tr. nauki higieny • tr. umiejętności praktycznych, • tr. gospodarowania własnymi środkami finansowymi, • reedukacja	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów + tr. gospodarowania własnymi środkami finansowymi,  <i><u>Zajęcia realizowane w formie pogadanki lub wyjść treningowych</u></i>	10.30 – 11.30 Zebrania społeczności  11.30 – 13.00 Trening umiejętności spędzania wolnego czasu/ Terapia ruchowa i zajęcia sportowe, spacer
11.30 - 13.00	Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu/ Terapia ruchowa i zajęcia sportowe, spacer / Tr. kulinarny	Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu/ Tr. kulinarny	Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu/ Terapia ruchowa i zajęcia sportowe, spacer / Tr. kulinarny	Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu/ Terapia ruchowa i zajęcia sportowe, spacer / Tr. kulinarny	Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu/ Terapia ruchowa i zajęcia sportowe, spacer / 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	Reedukacja / Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu (Biblioterapia)	Reedukacja / Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu (Biblioterapia)	Reedukacja / Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu (Ludoterapia)	Reedukacja / Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu (Ludoterapia)	Tr. Praktyczny – sprzątanie ŚDS/ Tr. umiejętności spędzania wolnego czasu

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:**

- 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.

**Podział na grupy odbywa się na podstawie możliwości transportowych.** Aktualnie każdy z uczestników korzystających z zapewnionego przez ŚDS lub Gminę (Ząbki, Kobyłka, Klembów) transportu ma do dyspozycji 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.

**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> <li>• bal karnawałowy</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> </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> <li>• grill</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• obchody urodzin uczestników</li> <li>• grill</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*