

Środowiskowy Dom Samopomocy w Dołach Biskupich
Doły Biskupie 42, 27-415 Kunów
Tel.: 690 117 623
e-mail: sds@kunow.pl

PLAN PRACY

Środowiskowego Domu Samopomocy

Typ A, B, C, D

w Dołach Biskupich na rok 2024



Środowiskowy Dom Samopomocy
w Dołach Biskupich

Doły Biskupie, 15.01.2024 r.

I. Cel główny

Celem głównym działań Środowiskowego Domu Samopomocy w Dołach Biskupich jest osiągnięcie, przy aktywnym udziale uczestników, możliwie najwyższego poziomu funkcjonowania w ich naturalnym środowisku, w zakresie czynności dnia codziennego i w życiu społecznym.

II. Uczestnicy

Środowiskowy Dom Samopomocy w Dołach Biskupich zapewnia miejsca dla 18 uczestników, pełnoletnich, obojga płci. Udzielając wsparcia osobom niepełnosprawnym zaliczamy ich do typu:

- Typ A – dla osób przewlekle psychicznie chorych;
- Typ B – dla osób niepełnosprawnych intelektualnie;
- Typ C – dla osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych;
- Typ D – dla osób ze spektrum autyzmu lub niepełnosprawnościami sprzężonymi.

III. Czas pracy

Środowiskowy Dom Samopomocy w Dołach Biskupich jest czynny 5 dni w tygodniu, od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30 – 15:30. Zajęcia, treningi prowadzone są przez terapeutów zajęciowych, rehabilitanta, psychologa oraz innych specjalistów stosownie do potrzeb w odpowiednio przydzielonych salach lub innych pomieszczeniach do treningów, które odbywają się zgodnie z zaplanowanym rocznym planem pracy placówki, miesięcznymi planami pracy, planem dnia z uwzględnieniem Indywidualnego Planu Postępowania Wspierająco - Aktywizującego każdego uczestnika.

IV. Zadania wspierająco – aktywizujące

Środowiskowy Dom Samopomocy w Dołach Biskupich w roku 2024 będzie świadczył usługi, w szczególności w ramach treningów dostosowanych do indywidualnych potrzeb i możliwości psychofizycznych uczestników:

Lp.	Trening/działanie	Szczegółowy trening/działanie
1	trening funkcjonowania w codziennym życiu	trening umiejętności praktycznych, trening samoobsługi, trening manualny, itp.
2	trening kulinarny	spożywanie gorącego posiłku przygotowanego w ramach treningu kulinarnego, nauka obsługi urządzeń gospodarstwa domowego, umiejętne i rozsądne korzystanie ze sprzętu AGD zgodnie z ich przeznaczeniem, prowadzenie pogadarek związanych z zachowaniami prozdrowotnymi, profilaktyką zdrowotną, sposobem zdrowego odżywiania, itp.
3	trening budżetowy	trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi, działania nabycia/doskonalenia umiejętności w zakresie poznania wartości

		pieniądza, umiejętność samodzielnych zakupów, przygotowanie listy potrzebnych artykułów, rozpoznawanie przydatności do użycia poszczególnych produktów, orientacja w cenach i dokonywanie obliczeń, dokonywanie terminowych opłat za , np. wodę, energię, itp.
4	trening dbałości o wygląd zewnętrzny	trening higieniczny, nauka doboru ubrań stosownie do pory roku, nabycie umiejętności zapinania guzików, zamka, rzepów, zatrzasków, pasków, wiązania sznurówek, rozbudzenie zainteresowań własnym wyglądem i koniecznością dbania o niego, np. częste mycie włosów, czesanie się, schludny wygląd, nauka samodzielnego kompletowania garderoby, itp.
5	trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w pojazdach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury, itp.
6	trening umiejętności komunikacyjnych w tym z wykorzystaniem alternatywnych i usprawniających sposobów porozumiewania się w przypadku osób z problemami komunikacji werbalnej	umożliwienie oraz ułatwienie sposobu komunikowania się z otoczeniem poprzez: stworzenie możliwości nauki rozumienia i używania alternatywnego ośrodka komunikacji bez potrzeby stosowania mowy werbalnej np. w oparciu o znaki manualne, odczytywanie „mowy ciała”, znaki graficzne, pismo.
7	trening umiejętności społecznych	trening umiejętności komunikacyjnych, trening modyfikowania zachowań na bardziej aprobowane społecznie, umiejętność współpracy w grupie, kształtowanie umiejętności rozwiązywania konfliktów, praca nad przestrzeganiem zasad, metody radzenia sobie z emocjami, uczenie się rozpoznawania emocji i potrzeb, odreagowanie napięć emocjonalnych, itp.
8	trening umiejętności spędzania czasu wolnego	rozwijanie zainteresowań literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi, Internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych, itp.
9	terapię ruchową	zajęcia sportowe, turystykę i rekreację, rehabilitację, silvoterapia, itp.
10	pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych	uwzględnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek leczniczych, trening farmakologiczny, itp.
11	poradnictwo socjalne	pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, informowanie o uprawnieniach do świadczeń systemu zabezpieczenia społecznego, przedstawianie oferty wsparcia realizowanej przez instytucje i organizacje pozarządowe,

		udzielanie wskazówek, przekazywanie różnych sposobów i możliwości działania w celu rozwiązania trudnej sytuacji życiowej, itp.
12	poradnictwo psychologiczne	działania motywujące do funkcjonowania w oparciu o własne możliwości oraz kształtowanie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie, trening asertywności, trening rozpoznawania emocji, psychodrama, psychorysunek.
13	niezbędna opieka	zapewnienie bezpieczeństwa podczas: transportu, pobytu na zajęciach, udzielenie w treningach, stanach złego samopoczucia.
14	trening współpracy z rodziną/opiekunami/bliskimi uczestników	rozmowy z rodzinami na temat realizacji IPPW-A uczestników, motywowanie do kontaktów, wspólne spędzanie czasu wolnego, trening rozwiązywania problemów, nakierowany na podstawę postępowania z codziennymi problemami i konfliktami, radzenie sobie ze stresowymi wydarzeniami życiowymi, itp.

V. Dom w swojej bieżącej działalności będzie realizował harmonogram spotkań, wyjść na rok 2024, który jest zatwierdzony przez Kierownika placówki.

Harmonogram na rok 2024

<u>MIESIĄC</u>	<u>UROCZYSTOŚĆ</u>
STYCZEŃ	Bal karnawałowy Urodziny podopiecznych
LUTY	Walentynki Międzynarodowy Dzień Pizzy Tłusty Czwartek Urodziny podopiecznych
MARZEC	Dzień Kobiet Dzień Mężczyzny Dzień Gier Planszowych Spotkanie Wielkanocne Urodziny podopiecznych
KWIECIEŃ	Światowy Dzień Świadomości Autyzmu Urodziny podopiecznych
MAJ	Majówka – gry, zabawy, grill Święto 3 Maja Dzień matki, Dzień ojca, Urodziny podopiecznych
CZERWIEC	Światowy dzień ochrony środowiska – sprzątnięcie świata Święto Muzyki Urodziny podopiecznych

LIPIEC	Piknik integracyjny Spacery promujące zdrowy tryb życia Urodziny podopiecznych
SIERPIEŃ	Spacery promujące zdrowy tryb życia Urodziny podopiecznych
WRZESIEŃ	Wycieczka krajoznawcza – wyjazd integracyjny Dzień kultury fizycznej Ogólnopolski Dzień Czytania Urodziny podopiecznych
PAŹDZIERNIK	Światowy Dzień Chleba Dzień terapeuty zajęciowego Urodziny podopiecznych
LISTOPAD	Dzień Wszystkich Świętych Święto Niepodległości Andrzejki Urodziny podopiecznych
GRUDZIEŃ	Mikołajkowy wyjazd do kina Spotkanie opłatkowe Międzynarodowy Dzień Niepełnosprawności Urodziny podopiecznych

VI. Współpraca z rodzinami, opiekunami prawnymi i innymi osobami bliskimi:

Zakres współpracy z rodziną i opiekunami obejmuje:

- udzielanie porad i wskazówek;
- wsparcie psychiczne oraz psychologiczne;
- pomoc w poznaniu, rozumieniu i zaakceptowaniu potrzeb uczestnika;
- pomoc w poszukiwaniu rozwiązań narastających problemów rodzinnych, pokierowanie do odpowiednich instytucji;
- kształtowanie umiejętności niezbędnych do prowadzenia rehabilitacji w warunkach domowych;
- pomoc w dostępie do leczenia;
- udzielenie informacji o aktualnych problemach i postępach w zakresie terapii i rehabilitacji uczestnika;
- organizowanie spotkań z rodzinami i opiekunami w zależności od potrzeb;
- pomoc w organizacji różnych form wypoczynku dla podopiecznych i ich rodzin.