

**Plan pracy ŚDS w Radomiu,
ul. Dzierzkowska 9
na 2023 r.**

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

Lp.	Usługi świadczone w ŚDS w roku 2023	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.	Treningi funkcjonowania w codziennym życiu	Pedagog, terapeuta, terapeuta zajęciowy, instruktor terapii	50	5 razy w tygodniu w wymiarze 5 godzin tygodniowo/20 godzin miesięcznie	Zajęcia grupowe i indywidualne	Nabycie umiejętności funkcjonowania w życiu codziennym.
1.	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny	Terapeuta, terapeuta zajęciowy, pedagog	40	2 razy w tygodniu w wymiarze 2 godzin tygodniowo	Zajęcia grupowe i indywidualne	Nabycie wiedzy i umiejętności w zakresie dbania o higienę osobistą, adekwatny ubiór, przestrzeganie zasad higienicznych.

2.	Trening nauki higieny	Pedagog, terapeuta, terapeuta zajęciowy, instruktor terapii zajęciowej, instruktor terapii	40	5 razy w tygodniu w wymiarze 5 godzin tygodniowo/20 godzin miesięcznie	Zajęcia indywidualne	Nabycie umiejętności praktycznych dotyczących higieny osobistej, codziennej toalety, dbałości o czystość otoczenia.
3.	Trening kulinarny	Terapeuta, instruktor terapii	50	5 razy w tygodniu, w wymiarze 25 godzin tygodniowo/100 godzin miesięcznie	Zajęcia grupowe (w małych grupach).	Wzrost poziomu zaradności życiowej, zwiększenie samodzielności uczestników w zakresie przygotowywania posiłków, obsługi urządzeń AGD, zapewnienie możliwości spożywania gorącego posiłku.
4.	Trening umiejętności praktycznych: prowadzenie rozmowy, rozwiązywanie konfliktów, zajęcia z autoprezentacji, psychoedukacja dotycząca chorób psychicznych i sposobów ich leczenia	Psycholog, pedagog, terapeuta	50	3 razy w tygodniu w wymiarze 6 godzin tygodniowo/24 godzin miesięcznie	Zajęcia grupowe	Kształcenie, doskonalenie umiejętności w życiu codziennym, aktywizowanie i wzmacnianie samodzielności w zakresie podstawowych czynności dnia codziennego.
5.	Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi	Terapeuta, instruktor terapii	50	5 razy w tygodniu w wymiarze 5 godzin tygodniowo/20 godzin miesięcznie	Zajęcia grupowe w małych grupach	Planowanie wydatkowania miesięcznego budżetu z uwzględnieniem zakupu żywności, opłacenia rachunków, dokonywanie zakupów

						na treningi kulinarne i dla własnych potrzeb.
II.	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, zajęcia z mediacji	Psycholog, pedagog	50	1 raz w tygodniu w wymiarze 1 godziny tygodniowo/4 miesięcznie	Zajęcia grupowe	Wzrost umiejętności interpersonalnych, nawiązywania i podtrzymywania kontaktów społecznych i umiejętności współpracy.
1.	Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami i innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, urzędach, instytucjach kultury. Trening prowadzenia rozmowy, zajęcia w terenie	Pedagog, psycholog, instruktor terapii zajęciowej	50	1 raz w tygodniu w wymiarze 1 godzin tygodniowo/4 miesięcznie	Zajęcia grupowe	Nabycie umiejętności używania zwrotów grzecznościowych, zachowania się w miejscach użyteczności publicznej, zdobycie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych, wzrost poziomu rozumienia i stosowania norm i zasad współżycia społecznego.
III.	Trening umiejętności komunikacyjnych	Pedagog, psycholog	50	4 razy w tygodniu w wymiarze 4 godzin tygodniowo/16 miesięcznie	Zajęcia grupowe/indywidualne	Wzrost umiejętności komunikacyjnych.
1.	W tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami	Pedagog	5	2 razy w tygodniu w wymiarze 2 godzin tygodniowo/8 miesięcznie	Zajęcia grupowe/indywidualne	Wypracowanie indywidualnego systemu komunikowania się, nabycie umiejętności wyrażania się, komuni-

	w komunikacji werbalnej – typ B					kowania potrzeb, wzbogacenie słownictwa, poprawa ekspresji językowej.
2.	Trening komunikacji interpersonalnej (asertywności, rozwiązywania konfliktów, kształtowanie poczucia własnej wartości) – typ A	Psycholog	45	2 raz w tygodniu w wymiarze 2 godzin tygodniowo/8 miesięcznie	Zajęcia grupowe/indywidualne	Zwiększenie kompetencji interpersonalnych, rozwój sfery emocjonalnej, korygowanie negatywnych nawyków, podniesienie poziomu rozumienia i stosowania norm i zasad współżycia społecznego.
IV.	Trening umiejętności spędzania wolnego czasu	Instruktor terapii zajęciowej, terapeuta, terapeuta zajęciowy, psycholog, pedagog	50	5 razy w tygodniu w wymiarze 5 godzin tygodniowo/20 miesięcznie	Zajęcia grupowe	Rozwijanie zainteresowań, nabycie umiejętności gospodarowania czasem wolnym.
1.	Trening rozwijania zainteresowań literaturą „Psychotropy literackie”	Psycholog, terapeuta, terapeuta zajęciowy	40	1 raz w tygodniu w wymiarze 1 godzin tygodniowo/4 miesięcznie	Zajęcia grupowe i indywidualne	Prezentacje własnej twórczości, poznanie biografii i dokonań ludzi ze świata sztuki i literatury.
2.	Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi lub telewizyjnymi	Terapeuta zajęciowy, pedagog	40	1 raz w tygodniu w wymiarze 2 godzin tygodniowo/8 miesięcznie	Zajęcia grupowe	Wzbogacenie wiedzy na temat audycji radiowych i telewizyjnych, zapoznanie z klasyką filmu poprzez prezentacje filmów.

3.	Zajęcia komputerowe-trening rozwijania zainteresowań Internetem	Pedagog	40	5 razy w tygodniu w wymiarze 15 godzin tygodniowo/75 miesięcznie	Zajęcia grupowe	Nabycie umiejętności wyszukiwania w Internecie potrzebnych informacji, poszerzenie wiedzy o otaczającym świecie, zwiększenie świadomości na temat zagrożeń w sieci oraz zapoznanie się z zasadami netykiety.
4.	Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych	Psycholog, pedagog, terapeuta, instruktor terapii zajęciowej	40	4 razy w miesiącu w wymiarze 8 godzin w miesiącu	Zajęcia grupowe	Integracja, zwiększenie kompetencji społecznych, nawiązanie nowych znajomości, rozwijanie takich form spędzania czasu wolnego jak: turystyka, udział w imprezach sportowych i towarzyskich, wyjścia do kina i muzeum.
5.	Terapia zajęciowa plastyczna	Terapeuta, terapeuta zajęciowy	40	5 razy w tygodniu w wymiarze 25 godzin tygodniowo/100 miesięcznie	Zajęcia grupowe i indywidualne	Rozwój zainteresowań, zdolności plastycznych i aktywności twórczej, zwiększenie sprawności manualnej, zajęcia z rzeźby, rękodzieła, zajęcia w pracowni stolarskiej, udział w konkursach plastycznych.

6.	Zajęcia fotograficzne	Instruktor terapii zajęciowej	15	1 raz w tygodniu w wymiarze 1 godzin tygodniowo/ 4 miesięcznie	Zajęcia grupowe i indywidualne	Rozbudzenie zainteresowań fotografią, dokumentowanie codziennych wydarzeń z życia Domu, nauka obsługi sprzętu fotograficznego, wykonywanie prac na konkursy.
7.	Zajęcia muzyczne	Terapeuta zajęciowy	40	5 razy w tygodniu w wymiarze 25 godzin tygodniowo/100 miesięcznie	Zajęcia grupowe i indywidualne	Zwiększenie poziomu aktywności poprzez kontakt z muzyką, rozwijanie talentu i zainteresowań, udział w konkursach i przeglądach twórczości artystycznej, nabycie umiejętności panowania nad stresem towarzyszącym występom publicznym, ćwiczenia emisyjne, nauka gry na instrumentach muzycznych, choreoterapia.
V.	Poradnictwo psychologiczne - psychoterapia grupowa oraz poradnictwo indywidualne dla uczestników oraz ich rodzin, pomoc i wsparcie w radzeniu sobie z kryzysami, dokony-	Psycholog	50	3 razy w tygodniu zajęcia grupowe w wymiarze 3 godzin tygodniowo/20 miesięcznie oraz zajęcia indywidualne –	Zajęcia grupowe i indywidualne	Poprawa funkcjonowania psychicznego, podniesienie samooceny i poczucia własnej wartości, wzrost świadomości dotyczącej choroby psychicznej, sposobów zapobiegania nawrotom.

	wanie diagnozy dotyczącej funkcjonowania intelektualnego, emocjonalnego i społecznego, teleporady			praca stała w zależności od potrzeb uczestników		
VI.	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych: informowanie o prawach i uprawnieniach, pomoc w wypełnianiu dokumentów, pośredniczenie w kontaktach z instytucjami pomocy społecznej	Terapeuta, terapeuta zajęciowy, instruktor terapii zajęciowej, instruktor terapii	50	5 razy w tygodniu, w zależności od potrzeb uczestników	Zajęcia indywidualne	Zwiększenie umiejętności i samodzielności w zakresie załatwiania spraw urzędowych.
VII.	Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych	Terapeuta, terapeuta zajęciowy, instruktor terapii zajęciowej, pedagog, instruktor terapii	50	praca w zależności od potrzeb uczestników	Zajęcia indywidualne	Uzyskanie niezbędnych świadczeń zdrowotnych.
1.	Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza	Terapeuta, terapeuta zajęciowy, instruktor terapii zajęciowej, pedagog, instruktor terapii	50	praca w zależności od potrzeb uczestników.	Zajęcia indywidualne	Zwiększenie samodyscypliny, ciągłość leczenia, zmniejszenie liczby hospitalizacji.
2.	Pomoc w zakupie leków	Terapeuta, terapeuta zajęciowy, instruktor terapii zajęciowej	30	praca w zależności od potrzeb uczestników	Zajęcia indywidualne	Regularna farmakoterapia.

3.	Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia	Terapeuta, terapeuta zajęciowy, instruktor terapii zajęciowej	30	praca w zależności od potrzeb uczestników	Zajęcia indywidualne	Zabezpieczenie możliwości leczenia w warunkach szpitalnych i ambulatoryjnych.
VIII.	Niezbędna opieka	Pedagog, terapeuta, terapeuta zajęciowy, instruktor terapii zajęciowej, instruktor terapii	45	5 razy w tygodniu w wymiarze 20 godzin tygodniowo/80 miesięcznie	Zajęcia indywidualne i grupowe	Zabezpieczenie potrzeb opiekuńczych, wsparcie w sytuacjach kryzysowych, umożliwienie spożywania gorącego posiłku.
1.	dla uczestników z niepełnosprawnościami sprzężonymi, 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	Terapeuta, terapeuta zajęciowy, pedagog, instruktor terapii	5	praca 5 razy w tygodniu w zależności od potrzeb uczestników z niepełnosprawnościami sprzężonymi	Zajęcia indywidualne i grupowe	Zabezpieczenie potrzeb opiekuńczych, pielęgnacyjnych (pomoc przy karmieniu, ubieraniu, czynnościach higienicznych), zapewnienie opieki podczas wyjazdów, wyjść poza teren placówki, umożliwienie spożywania gorącego posiłku.
IX.	Terapia ruchowa	Instruktor terapii zajęciowej	40	5 razy w tygodniu w wymiarze 20 godzin tygodniowo/100 godzin miesięcznie	Zajęcia grupowe	Poprawa i utrzymanie sprawności fizycznej.

1.	Zajęcia sportowe – ćwiczenia na siłowni, aerobik, joga, gra w ping-ponga, cymbergaja, bilard, w okresie letnim prowadzone są gry i zabawy ruchowe na powietrzu (siatkówka, koszykówka, gra w badminton itp), ćwiczenia na miejskiej siłowni w parku	Instruktor terapii zajęciowej, pedagog	40	5 razy w tygodniu w wymiarze 20 godzin tygodniowo/ 100 godzin miesięcznie	Zajęcia grupowe	Nabywanie i udoskonalenie sprawności ruchowej, rozładowanie napięcia psychicznego, poprawa samopoczucia, aktywne spędzanie czasu wolnego.
2.	Turystyka i rekreacja: spacer, wycieczki rekreacyjne nad lokalny zalew i do lasu, jednodniowe wycieczki krajoznawcze	Instruktor terapii zajęciowej, pedagog, terapeuta zajęciowy, instruktor terapii	40	Średnio 2-3 razy w miesiącu	Zajęcia grupowe	Spędzanie wolnego czasu w sposób aktywny, poznanie nowych miejsc.
X.	Całodobowe wyżywienie dla uczestników skierowanych na pobyt całodobowy	Nie dotyczy	-	-	-	-
XI.	Umożliwienie uczestnikom skierowanym na pobyt dzienny spożywania gorącego posiłku –	Terapeuta, instruktor terapii	50	5 razy w tygodniu	Zajęcia grupowe	Umożliwienie uczestnikom spożywania gorącego posiłku w trakcie zajęć w ramach treningu kulinarnego.

	Zadanie będzie realizowane w ramach treningu kulinarnego					
XII.	Usługi transportowe (krótki opis)	Nie dotyczy				
XIII.	Szkolenie kadry – organizacja szkoleń zgodnie z § 23.1 rozporządzenia w sprawie środowiskowych domów samopomocy oraz udział w szkoleniach zewnętrznych.	Kierownik lub wyznaczony pracownik Zespołu Wspierająco - Aktywizującego	10	4 razy w roku	Zajęcia grupowe	Wzrost kompetencji zawodowych poprzez poszerzenie wiedzy i umiejętności na tematy związane z funkcjonowaniem Domu w nowej strukturze organizacyjnej ze szczególnym zwróceniem uwagi na prawa i obowiązki pracowników i uczestników.
XIV.	Spotkania ZWA	Kierownik, Członkowie Zespołu Wspierająco - Aktywizującego	10	Nie rzadziej niż 2 razy w roku	Zajęcia grupowe	Omówienie i ewaluacja IPPWA, ocena osiągniętych rezultatów i przyczyn ewentualnych braków postępów w pracy terapeutycznej.
XV.	Współpraca ŚDS z innymi instytucjami (jakimi - wskazać) MOPS, Poradnia Zdrowia Psychicznego, Szpital Psychiatrycznej Opieki Zdrowotnej, PUP, miejscowe organizacje poza-	Psycholog, pedagog, terapeuta, terapeuta zajęciowy, instruktor terapii zajęciowej, instruktor terapii	10	praca w zależności od potrzeb	-	Realizowanie spraw związanych z wydaniem decyzji administracyjnej dotyczącej uczestnictwa w ŚDS, przeprowadzania wywiadów środowiskowych, przyznania pomocy finansowej, przekazywania sporządzanych sprawozdań oraz wymiany

	<p>rządowe i stowarzyszenia, Caritas Diecezji Radomskiej, Fundacja Anny Dymnej „Mimo Wszystko”, Fundacja „Mir”, Polski Związek Żelarzy Niepełnosprawnych, inne ŚDS-y, Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego, placówki kulturalne, oświatowe i sportowe, Kawiarenka Społeczna, Mazowieckie Centrum Sztuki Współczesnej „Elektrownia”, Centrum Rzeźby Polskiej w Orońsku, Muzeum Witolda Gombrowicza we Wsoli, Fundacja „Rytm”, w Gliwicach i Fundacja „Nieprzetartego Szlaku” w Lublinie.</p>					<p>informacji dotyczących naszych uczestników. Udział placówki w konkursach, przeglądach twórczości artystycznej, imprezach sportowych, kulturalnych, zapewnienie opieki medycznej uczestnikom, pozyskiwanie informacji o ofertach pracy dla osób niepełnosprawnych.</p>
XVI.	Zajęcia klubowe (dni, godziny)	<p>Nie dotyczy</p>	-	-	-	-
XVII	Organizowanie imprez zgodnie z harmonogramem rocznym.	<p>Członkowie Zespołu Wspierająco - Aktywizującego</p>	50		Zajęcia grupowe	<p>Współpraca z innymi podmiotami, integracja uczestników, urozmaicenie</p>

						sposobów spędzania wolnego czasu, kultywowanie tradycji.
XVIII	Kierunki dalszego rozwoju lub inne fakultatywne usługi (opis)	<p>ŚDS prowadzi swoją działalność w pomieszczeniach wyposażonych w niezbędny sprzęt i urządzenia, zachowując odpowiedni poziom świadczonych usług. Ważnym elementem działalności będzie aktywizacja społeczna i podejmowanie działań przeciw stygmatyzacji osób z niepełnosprawnościami w środowisku, poprzez współpracę z podmiotami lokalnymi, uczestnictwo w cyklicznych imprezach na rzecz osób z niepełnosprawnościami.</p>				

		W celu urozmaicenia dotychczasowych form zajęć, w ramach treningu higienicznego i dbałości o wygląd zewnętrzny, planuję poszerzyć ofertę o zabiegi fryzjersko – kosmetyczne.				
--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--

Załącznik:
RAMOWY TYGODNIOWY PLAN PRACY w 2023 ROKU

.....
data i podpis kierownika jednostki