

FZ.0022.10.2024

UCHWAŁA NR 1184 / 2024
ZARZĄDU POWIATU GRODZISKIEGO
z dnia 06.03.2024 r.

w sprawie zatwierdzenia Planu pracy Środowiskowego Domu Samopomocy Katolickiego Stowarzyszenia Niepełnosprawnych Archidiecezji Warszawskiej w Podkowie Leśnej na rok 2024.

Na podstawie § 4 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) Zarząd Powiatu Grodziskiego uchwala, co następuje:

§ 1

Zatwierdza się po uprzednim uzgodnieniu z Wojewodą Mazowieckim (pismo WRPS-1.9421.6.6.2023.BG z dnia 4 stycznia 2024 r., stanowiące załącznik nr 1) zmieniony Plan pracy dla Środowiskowego Domu Samopomocy Katolickiego Stowarzyszenia Niepełnosprawnych Archidiecezji Warszawskiej w Podkowie Leśnej na rok 2024, stanowiący załącznik nr 2 do niniejszej uchwały.

§ 2

Uchwała wchodzi w życie z dniem jej podjęcia.

STAROSTA

Marek Wieźbicki
WICESTAROSTA

Krzysztof Filipiak

Członek Zarządu

Aleksander Krzemiński

Członek Zarządu

Krzysztof Markowski

Członek Zarządu

Michał Śliwiński



WOJEWODA MAZOWIECKI

Zatwierdzona nr 1

Warszawa, 04 stycznia 2024 r.

WRPS-I.9421.6.6.2023.BG

Pani
Agnieszka Bobras
Kierownik
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Podkowie Leśnej

Szanowna Pani Kierownik,

odpowiadając na pismo z dnia 14.12.2023 r. w sprawie uzgodnienia planu pracy uprzejmie informuję, że zgodnie z § 4 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) Plan pracy na 2024 rok Środowiskowego Domu Samopomocy w Podkowie Leśnej uznaje się za uzgodniony z Wojewodą Mazowieckim po uzupełnieniu według wskazanych poniżej uwag:

1. w pkt XVI, w kolumnie 7 wyliczono instytucje, z którymi będzie współpracował ŚDS, należy przedstawić w tym miejscu również przewidywane efekty realizowanego zadania,
2. w pkt XVIII należy uzupełnić o informacje o liczbie osób objętych zadaniem oraz formie zajęć.

Stosownie do postanowień § 4 ust. 2 rozporządzenia w sprawie środowiskowych domów samopomocy po naniesieniu zmian proszę o przekazanie Planu pracy na 2024 rok do zatwierdzenia przez jednostkę samorządu terytorialnego zlecającej prowadzenie ŚDS.

łączę wyrazy szacunku i poważania

Z up. WOJEWODY MAZOWIECKIEGO

Kinga Jura
Zastępca Dyrektora Wydziału Rodziny i
Polityki Społecznej

/podpisano kwalifikowanym
podpisem elektronicznym/

Plan pracy
 Środowiskowego Domu Samopomocy
 Katolickiego Stowarzyszenia Niepełnosprawnych Archidiecezji Warszawskiej
 w Podkowie Leśnej na 2024 r.

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.	Trening funkcjonowania w codziennym życiu:	Terapeuta zajęciowy, psycholog/terapeuta	35	I – XII, 1 raz w tygodniu, w wymiarze 5 godzin	Grupowa	Nabywanie umiejętności funkcjonowania w życiu codziennym.
1.	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny	Terapeuta zajęciowy, psycholog/terapeuta	35	V – VIII, 1 raz w tygodniu, w wymiarze 5 godzin	Grupowa	Utrwalanie, ćwiczenie, doskonalenie oraz podtrzymywanie umiejętności dbania o czystość i schludność odzieży; nabywanie umiejętności doboru stroju adekwatnie do pory roku i okoliczności; nabywanie umiejętności dbania o włosy i stylizacje fryzury; ćwiczenie oraz doskonalenie umiejętności higienicznych, rozszerzonych o zabiegi estetyczno – kosmetyczne, mające na celu ukazanie potrzeby dbania o wygląd zewnętrzny.
2.	Trening nauki higieny	Terapeuta zajęciowy, psycholog/terapeuta	35	IX – XII, 1 raz w tygodniu, w wymiarze 5 godzin	Grupowa	Wyrabianie, utrwalanie nawyków higienicznych – częstego mycia rąk (przed i po posiłku, po skorzystaniu z toalety, po zakończonych czynnościach, np. zakupach), dezynfekcji rąk; nabywanie umiejętności oraz wyrabianie nawyku systematycznego dbania o higienę jamy ustnej – nabywanie umiejętności prawidłowego mycia zębów, korzystania z płynów do płukania jamy ustnej, systematycznych wizyt u stomatologa; utrwalanie podstawowych zasad higieny osobistej (codzienna kąpiel, stosowanie kosmetyków do tego przeznaczonych, używanie dezodorantów, mgiełek do ciała, antyperspirantów).
3.	Trening kulinarny	Terapeuta zajęciowy	35	I – XII, 5 dni w tygodniu, w wymiarze 5 godzin	Grupowa	Zapoznanie się z przepisami BHP i regulaminem pracy obowiązującym w pracowni kulinarnej. Nabywanie umiejętności samodzielnego przygotowania stanowiska pracy, uporządkowania go po zajęciach. Doskonalenie umiejętności posługiwania się narzędziami i urządzeniami dostępnymi w pracowni. Rozwijanie wiedzy dotyczącej prawidłowego i

						estetycznego nakrywania do stołu. Przygotowywanie, posiłków, wypieków, przetworów w oparciu o książkę kucharską, przepisy internetowe, zdobytą w wcześniejszych latach wiedzę. Ćwiczenie umiejętności kulturalnego i estetycznego spożywania posiłków. Utrwalanie zasad prawidłowego przechowywania żywności. Tworzenie tygodniowego i miesięcznego jadłospisu. Dbanie o porządek w pracowni. W okresie świątecznym przygotowywanie ozdób.
4.	Trening umiejętności praktycznych	Terapeuci zajęciowi, psycholog/terapeuta	35	I – XII, 4 dni w tygodniu w wymiarze 5 godzin	Grupowa	Nabywanie przez uczestników umiejętności obsługi sprzętu AGD i RTV; nabywanie i kształtowanie umiejętności prawidłowego oraz bezpiecznego używania środków czystości, porządkowania miejsca pracy; wyrobienie nawyku dbania o czystość w placówce i jej otoczeniu; nauka prawidłowego rozwieszania, prasowania oraz składania odzieży; ćwiczenie zakładania i zdejmowania odzieży oraz obuwia.
5.	Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi	Terapeuta zajęciowy, psycholog/terapeuta	35	I – IV, 1 raz w tygodniu, w wymiarze 5 godzin	Grupowa	Nauka, ćwiczenie rozpoznawania nominałów pieniężnych; wyrabianie nawyku umiejętnego gospodarowania finansami; orientacja w cenach podstawowych produktów oraz rozeznanie w wartości pieniądza; wdrażanie do oszczędnego i racjonalnego wydawania pieniędzy; systematycznego i terminowego opłacania rachunków, zakup leków na stałe przyjmowanych.
II.	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:	Psycholog, psycholog/terapeuta	35	I – XII, 2 dni w tygodniu (2 grupy dziennie), w wymiarze 2 godzin	Grupowa	Nabywanie umiejętności radzenia sobie z problemami i konfliktami. Poznanie elementów zdrowego trybu życia, w tym sposobów dbania o zdrowie psychiczne. Poprawa dobrostanu psychicznego poprzez wzmacnianie wiary we własne możliwości i poznanie technik relaksacyjnych. Rozwijanie empatii. Integracja z grupą, budowanie zaufania, omawianie ważnych wydarzeń.
1.	Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami i innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej,	Psycholog, psycholog/terapeuta	35	I – XII, 2 dni w tygodniu (2 grupy dziennie), w wymiarze 2 godzin	Grupowa	Nabywanie umiejętności bycia miłym i kulturalnym, stosowanie przez uczestników odpowiedniego słownictwa, poznanie ogólnie przyjętych zasad społecznych.

	urzędach, instytucjach kultury					
III.	Trening umiejętności komunikacyjnych:	Psycholog	14	I – XII, 1 raz w tygodniu, w wymiarze 5 godzin	Indywidualna	Nabywanie umiejętności wyraźnego wypowiadania się i łatwości nawiązywania kontaktu. Rozwijanie umiejętności wypowiadania się pełnymi zdaniami, poprzez rozmowę, opisywanie obrazków i opowiadanie historii. Ćwiczenie umiejętności prowadzenia rozmowy. Rozwijanie percepcji słuchowej, umiejętności uważnego słuchania oraz poprawnego wymawiania głosek. Usprawnianie narządów mowy, zabawy dźwiękonaśladowcze.
1.	W tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej	Psycholog	14	I – XII, 1 raz w tygodniu, w wymiarze 5 godzin	Indywidualna	Ćwiczenie umiejętności nawiązywania kontaktu w sposób niewerbalny. Usprawnianie komunikacji u osób z problemami w komunikacji werbalnej, m.in. ćwiczenie literowania wyrazów na tablicy z alfabetem. Rozwijanie umiejętności porozumiewania się przy pomocy wspomagających i alternatywnych metod komunikacji (PCS, piktogramy, gesty, obrazki).
IV.	Trening umiejętności spędzania wolnego czasu:	Terapeuci zajęciowi	35	I – XII, 5 dni w tygodniu, w wymiarze 1 godziny	Grupowa/ indywidualna	Opanowanie umiejętności aktywnego spędzania czasu wolnego za pomocą zastępowania nieprawidłowych nawyków na prawidłowe nawyki spędzania wolnego czasu. Uświadczenie, wyrobienie i utrwalanie prawidłowych nawyków i zwiększenia zainteresowania uczestników.
1.	Trening rozwijania zainteresowań literaturą	Terapeuta zajęciowy, wolontariusz	35	I – XII, 1 raz w tygodniu, w wymiarze 1,5 godziny	Grupowa	Poznanie różnorodności literatury, autorów i sposobów kontaktu z literaturą (czytanie, audiobooki, słuchowiska) Wzbudzenie zainteresowania korzystaniem z bibliotek stacjonarnych i online. Wyrobienie nawyku korzystania z nowoczesnych form poznawania literatury (interaktywne książki, platformy umożliwiające poznanie twórczości innych osób i brania udziału w tworzeniu literatury.
2.	Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi lub telewizyjnymi	Terapeuta zajęciowy	35	I – XII, 5 dni w tygodniu, w wymiarze 1 godziny	Grupowa	Poznanie różnorodności literatury, autorów i sposobów kontaktu z literaturą (czytanie, audiobooki, słuchowiska) Wzbudzenie zainteresowania korzystaniem z bibliotek stacjonarnych i online. Wyrobienie nawyku korzystania z nowoczesnych form poznawania literatury (interaktywne książki, platformy umożliwiające poznanie twórczości innych osób i brania udziału w tworzeniu literatury.

3.	Trening rozwijania zainteresowań Internetem	Terapeuta zajęciowy	25	I – XII, 1 raz w tygodniu, w wymiarze 1 godziny	Grupowa/ indywidualna	Wyrobiecie nawyku korzystania z Internetu jako miejsca do: samorozwoju, poszukiwania i pogłębiania wiedzy i rozwijania konkretnych umiejętności (poszukiwanie i trening na bazie tutoriali online). Wykorzystania sieci www do: trenowania pamięci, umiejętności skupiania się na zadaniach, rozwijania wyobraźni, trenowania refleksu i rozwijanie myślenia wielowymiarowego. Wyrobienie nawyku korzystania z Internetu jako swoistej kopalni wiedzy o aktualnych wydarzeniach lokalnych, krajowych i światowych, oraz korzystania z portali społecznościowych do zdobywania informacji, wiedzy i inspiracji. Umiejętność wykorzystania Internetu jako alternatywy do utrudnionej z uwagi na posiadane niepełnosprawności lub sytuację aktywności (np. odwiedzanie wystaw online, wykorzystanie map www i aplikacji (Earth) do zwiedzania świata.
4.	Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych	Kierownik, kierowca/ asystent osoby niepełnosprawnej, terapeuci zajęciowi, psycholog, psycholog/terapeuta,	35	I – XII, w zależności od okoliczności, na zaproszenie zaprzyjaźnionych placówek, w ramach współpracy z instytucjami kulturalnymi, placówkami oświaty	Grupowa	Wyrobiecie i utrwalenie nawyku czynnego uczestnictwa w wydarzeniach towarzyskich i kulturalnych w celu: integracji z innymi, wyrobienia i utrwalenia znajomości, otwarcia się i inspirowania innymi osobami, wspólnej pracy nad wyzwaniami, nauki funkcjonowania w grupie/zespole, korzystania ze spotkań wewnętrznych i zewnętrznych (wyjazdy do innych ośrodków, wystawy, występy, imprezy okolicznościowe, wyjścia do teatru, kina, kawiarni i imprezy cykliczne).
V.	Poradnictwo psychologiczne – zajęcia z psychologiem będą miały charakter indywidualny, każdy z uczestników będzie miał wyznaczony dzień i godzinę na spotkanie z psychologiem, w wymiarze 20 min, w sytuacjach kryzysowych pomoc	Psycholog, psycholog/terapeuta	35	I – XII, 4 razy w tygodniu oraz w zależności od potrzeb uczestników	Indywidualna	Udzielanie wsparcia poprzez rozmowę, omawianie problemów oraz bieżących wydarzeń z życia uczestników. Ćwiczenie umiejętności rozumienia przeżywanych emocji oraz wyrażania ich we właściwy sposób. Zmniejszanie napięcia i wyciszenie poprzez relaksację, muzykoterapię i bajkoterapię. Ćwiczenie procesów poznawczych, tj. pamięć, uwaga, koncentracja, spostrzeganie, logiczne myślenie. Usprawnianie manualne. Rozwijanie umiejętności pisania oraz czytania ze zrozumieniem. Motywowanie do rozwijania zainteresowań, aktywnego spędzania czasu. Udzielanie pomocy w sytuacjach kryzysowych, pomoc w rozwiązywaniu konfliktów. Przygotowywanie do podjęcia zatrudnienia. Obserwacja uczestników w trakcie zajęć, wspólnych wyjść, wyjazdów. Współpraca z rodzicami, opiekunami i terapeutami.

	psychologa będzie udzielana na bieżąco.					
VI.	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych – wsparcie i pomoc uczestnikom w załatwianiu spraw urzędowych, dotarciu do placówek (zapewnienie transportu), pisaniu pism, wniosków, podań urzędowych, asystowanie uczestnikom podczas załatwiania spraw w urzędach.	Kierownik, kierowca/ asystent osoby niepełnosprawnej, terapeuci zajęciowi, psycholog, psycholog/terapeuta,	15	W zależności od indywidualnych potrzeb uczestników oraz okoliczności	Indywidualna	Samodzielność w wypełnianiu pism, wniosków, podań urzędowych, umiejętność załatwienia sprawy poprzez rozmowę telefoniczną z urzędnikiem, nabycie umiejętności prawidłowego zachowania się w placówkach urzędowych, wyrobienie nawyku kompletowania i przechowywania dokumentacji, np. decyzje administracyjne, orzeczenia, rachunki.
VII.	Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych:	Kierownik, kierowca/ asystent osoby niepełnosprawnej, terapeuci zajęciowi, psycholog, psycholog/terapeuta,	15			Nabycie umiejętności samodzielnego umawiania wizyt, konsultacji lekarskich, zaradność, umiejętność szukania pomocy, wsparcia w dotarciu do placówek służby zdrowia; umiejętność telefonicznego umówienia konsultacji lekarskiej, odbycia teleporady, prawidłowego przekazania informacji na temat swojej jednostki chorobowej oraz stanie swojego zdrowia, samopoczuciu, wyrobienie nawyku systematycznych wizyt u specjalistów.
1.	Uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza	Kierownik, kierowca/ asystent osoby niepełnosprawnej, terapeuci zajęciowi, psycholog, psycholog/terapeuta,	15	W zależności od indywidualnych potrzeb uczestników oraz okoliczności	Indywidualna	Kształtowanie świadomości swojej choroby i radzenia sobie z jej objawami, wyrobienie nawyku systematycznych konsultacji lekarskich.
2.	Pomoc w zakupie leków	Kierownik, kierowca/ asystent osoby niepełnosprawnej, terapeuci zajęciowi,	15	W zależności od indywidualnych potrzeb uczestników oraz okoliczności	Indywidualna	Nabycie umiejętności realizacji e – recept, w tym zgodnie z RODO, kształtowanie świadomości systematycznego zażywania leków przyjmowanych na stałe oraz ich posiadanie.

		psycholog, psycholog/terapeuta,				
3.	Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia	Kierownik, kierowca/ asystent osoby niepełnosprawnej, terapeuci zajęciowi, psycholog, psycholog/terapeuta,	15	W zależności od indywidualnych potrzeb uczestników oraz okoliczności	Indywidualna	Pomoc uczestnikom w dotarciu do placówek służby zdrowia poprzez zapewnienie transportu; nabycie umiejętności prawidłowego zachowania w jednostkach służby zdrowia, świadomość posiadania maski ochronnej w przychodniach, aptekach, wyrobienie nawyku kompletowania i przechowywania swojej dokumentacji medycznej.
VIII.	Niezbędna opieka	Kierownik, kierowca/ asystent osoby niepełnosprawnej, terapeuci zajęciowi, psycholog, psycholog/terapeuta,	35	I – XII, 5 razy w tygodniu, w trakcie pobytu uczestników w placówce, w trakcie zajęć, wyjść, wyjazdów, imprez okolicznościowych, zajęć dodatkowych	Grupowa/ indywidualna	Niezbędna opieka będzie zapewniana na bieżąco, w trakcie pobytu uczestników w placówce, w trakcie codziennych zajęć, wyjść, wyjazdów, imprez okolicznościowych, zajęć dodatkowych itp.; monitorowanie stanu psychofizycznego uczestników podczas pobytu w placówce, pomoc w czynnościach samoobsługowych.
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	Kierownik, kierowca/ asystent osoby niepełnosprawnej, terapeuci zajęciowi, psycholog, psycholog/terapeuta,	35	I – XII, 5 razy w tygodniu, w trakcie pobytu uczestników w placówce, w trakcie zajęć, wyjść, wyjazdów, imprez okolicznościowych, zajęć dodatkowych	Grupowa/ indywidualna	Pomoc w zależności od indywidualnych potrzeb uczestników podczas posiłku, w czynnościach toaletowych, podczas ubierania się, przy przemieszczaniu się, w sytuacjach kryzysowych, pogorszenia stanu zdrowia.

	samodzielnej egzystencji					
IX.	Terapia ruchowa:	Kierownik, kierowca/ asystent osoby niepełnosprawnej, terapeuci zajęciowi, psycholog, psycholog/terapeuta,	35	IV - XI	Grupowa	Podtrzymanie, usprawnianie dotychczasowej kondycji fizycznej uczestników, zwiększenie aktywności ruchowej; wiedza na temat istoty aktywności ruchowej w życiu człowieka.
1.	Zajęcia sportowe – udział w olimpiadach, zawodach sportowych, konkursach o charakterze sportowym, gimnastyka	Kierownik, kierowca/ asystent osoby niepełnosprawnej, terapeuci zajęciowi, psycholog, psycholog/terapeuta,	35	I - XII	Grupowa	Poznanie różnych dyscyplin sportowych; nabycie umiejętności współdziałania w zespole; kultura kibicowania; akceptacja siebie, w tym swoich możliwości i granic; nabycie umiejętności „zdrowej rywalizacji”; stosowanie zasad „fairplay”.
2.	Turystyka i rekreacja	Kierownik, kierowca/ asystent osoby niepełnosprawnej, terapeuci zajęciowi, psycholog, psycholog/terapeuta,	35	IV - X	Grupowa	Udział w wycieczkach/wyjściach o charakterze kulturalnym, krajoznawczym, religijnym, pielgrzymkowym; wyjazdy 1 – dniowe, krajowe, pojazdem dostosowanym do przewozu osób z niepełnosprawnościami; spacer w najbliższym otoczeniu
X.	Całodobowe wyżywienie dla uczestników skierowanych na pobyt całodobowy	Nie dotyczy	Nie dotyczy	Nie dotyczy	Nie dotyczy	Nie dotyczy
XI.	Umożliwienie uczestnikom skierowanym na pobyt dzienny spożywania gorącego posiłku – posiłek w ŚDS KSN AW w Podkowie	Kierownik, Terapeuta zajęciowy	35	I – XII, 5 dni w tygodniu	Grupowa	Nabycie umiejętności, ćwiczenie, doskonalenie prawidłowego spożywania posiłku, posługiwanie się sztucami, umiejętność zachowania prawidłowej postawy podczas spożywania posiłku.

	Leśnej będzie przygotowywany w pracowni kulinarnej, w ramach codziennego treningu kulinarnego.					
XII.	Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku – pracownia ceramiczna, artystyczna, komputerowa, stolarska.	Terapeuci zajęciowi	35	I – XII, 4 razy w tygodniu, w wymiarze 5 godzin	Grupowa	<p>Pracownia ceramiczna - nauka przygotowania i uzdatnienia gliny do pracy. Nauka i doskonalenie umiejętności poprawnego posługiwania się narzędziami niezbędnymi do pracy w glinie. Wprowadzenie elementów zdobienia poprzez rytowanie. Ćwiczenie formowania wałeczków, ślimaków i kulek oraz nauka łączenia poszczególnych elementów. Modelowanie z bryty i płata gliny rzeźby przestrzennej i płaskorzeźby. Nanoszenie szkliwa i angob na prace wypalone na biskwit. Tworzenie prac z gliny lejnej w formach gipsowych. Wykonywanie prac okolicznościowych i świątecznych.</p> <p>Pracownia artystyczna – doskonalenie i ćwiczenie umiejętności doboru kolorów i stosowania ich w pracach; ćwiczenie umiejętności szycia ściągami: fastrygą, za igłą i dzierganym – torby i worki filcowe; doskonalenie umiejętności ozdabiania przedmiotów użytkowych metodą decoupage; doskonalenie i ćwiczenie umiejętności posługiwania się różnymi technikami plastycznymi i stosowanie ich na papierze, płótnie, drewnie, glinie, szkle, porcelanie; wykonywanie ozdób świątecznych różnymi technikami przy wykorzystaniu różnorodnych materiałów; doskonalenie i ćwiczenie umiejętności tworzenia prac przy użyciu utwardzacza do tkanin- powertex; zapoznanie się z regulaminem pracowni.</p> <p>Pracownia stolarska - zapoznanie Uczestników i wykorzystanie w praktyce zasad BHP oraz zasad wynikających z Regulaminu Pracowni; zapoznanie z materiałami i narzędziami wykorzystywanymi w trakcie zajęć; nabywanie i doskonalenie umiejętności rozpoznawania różnych gatunków drzewa oraz drewna; omówienie zasad zrównoważonej gospodarki leśnej oraz pozyskiwania drewna; nabywanie umiejętności posługiwania się narzędziami prostymi jak papier ścierny, piła ręczna, pilnik oraz podstaw umiejętności posługiwania się elektronarzędziami jak wiertarka, wiertarka kolumnowa, wkrętarka, piła szablsta,</p>

					<p>szlifiarka oscylacyjna; samodzielna realizacja prostych prac jak listwy drewniane, stojaki, elementy dekoracji świątecznych i prac okolicznościowych; pozyskiwanie drewna odpadowego do wykorzystania w trakcie zajęć; wykonywanie lamp ozdobnych z pni drzewa; opanowanie umiejętności zabezpieczania gotowych elementów przy wykorzystaniu malowania lakierami oraz farbami; realizacja prac porządkowych w pracowni, segregowanie i układanie materiałów oraz narzędzi.</p> <p>Pracownia komputerowa – nauka, ćwiczenie, doskonalenie obsługi sprzętu komputerowego (hardware): bezpiecznego włączania i wyłączenia: komputera stacjonarnego, laptopa i tabletu, myszki, klawiatury i ekranu; obsługi myszki i prawidłowego używania LPM i PPM, oraz przycisku SCROLL; prawidłowego używania klawiatury QWERTY i ekranowej z uwzględnieniem wielkich / małych liter, polskich czcionek i klawiszy funkcyjnych (F1-F12, Insert, Delete, Ctrl, Shift, Alt, CapsLk, Backspace, Num Lock, Tab, Spacja, Home, End itp.); skutecznej obsługi sprzętów peryferyjnych (drukarka, projektor, niszczarka, xero, skaner). Nauka, ćwiczenie i doskonalenie obsługi oprogramowania (software): bezpiecznego włączania i wyłączenia systemów Windows i Android, oraz oprogramowania i aplikacji; personalizowania ustawień pulpitu i paska zadań; tworzenia, nazywania i zmiany nazwy i ikon katalogów, folderów i plików; postugiwania się klasycznymi ikonami systemów (minimalizuj, zwiększ/zmniejsz, zamknij); skutecznego postugiwania się wbudowanymi w system Windows programami do odtwarzania i edycji plików muzycznych, filmowych, graficznych; postugiwania się popularnymi przeglądarkami www (Opera, Edge, Firefox, Chrome, inne) w celu skutecznego znajdowania informacji, grafiki, muzyki i plików video; umiejętności kopiowania / wklejania muzyki, plików video, treści i grafiki z Internetu do dokumentów MS Office; efektywnej pracy i używania najbardziej popularnych programów MS Office (Word, Excell i Power Point) z uwzględnieniem umiejętności: tworzenia lay-outu, edycji dokumentów docx/doc, xls/xls i pptx/ppt, wklejania i edycji treści zewnętrznych i tworzenia animacji, tworzenia i edycji tabel; umiejętności skutecznej, równoległej pracy w dwóch oknach na jednym ekranie; skutecznego używania wbudowanych w system dodatków i aplikacji, takich jak kalkulator, zegar, notatnik, Eksplorator; wykorzystania AI w</p>
--	--	--	--	--	--

						wyszukiwaniu informacji, edycji dokumentów i grafik. Nauka bezpiecznego i prawidłowego funkcjonowania w pracowni komputerowej pod kątem BHP i prawidłowej postawy ciała na stanowisku komputerowym.
XIII.	Usługi transportowe – placówka posiada dwa własne pojazdy, dostosowane do przewozu osób z niepełnosprawnościami, dzięki temu może zapewnić swoim podopiecznym dojazd na zajęcia terapeutyczne i rehabilitacje prowadzone w ŚDS.	Kierownik, kierowca/ asystent osoby niepełnosprawnej, terapeuci zajęciowi, Psycholog, psycholog/terapeuta,	30	I – XII, 5 dni w tygodniu	Grupowa	Zapewnienie ciągłości dowozu uczestników na zajęcia realizowane w ŚDS KSN AW w Podkowie Leśnej oraz stworzenie warunków i możliwości osobom z niepełnosprawnościami kontaktu ze środowiskiem, a także pełnego udziału w społeczeństwie.
XIV.	Szkolenie kadry	Kierownik	9	Co najmniej 2 razy do roku, w zależności od potrzeb	Grupowa/ indywidualna	Podnoszenie kwalifikacji kadry ŚDS KSN AW w Podkowie Leśnej.
XV.	Spotkania ZWA	Kierownik	9	W zależności od potrzeb, co najmniej raz na 6 miesięcy	Grupowa	Uzgodnienie, opracowanie, przedstawienie indywidualnych planów postępowania wspierająco – aktywizującego dla poszczególnych uczestników, dokonanie półrocznych ocen indywidualnych planów postępowania wspierająco – aktywizującego; w przypadku osób po raz pierwszy skierowanych do domu w okresie nie dłuższym niż 3 miesiące od przyjęcia do Śds oceny możliwości zaproponowania osobie indywidualnego planu postępowania wspierająco – aktywizującego; omawianie spraw związanych z pracą i funkcjonowaniem placówki.
XVI.	Współpraca ŚDS z innymi instytucjami	Kierownik	35	I - XII	Grupowa/ indywidualna	<ul style="list-style-type: none"> • OPS/PCPR/CUS/ŚOPS – kierowanie do ŚDS potencjalnych uczestników, wydawanie decyzji administracyjnych dotyczących uczestnictwa w zajęciach, przeprowadzanie środowiskowych wywiadów, stały kontakt osobisty, telefoniczny oraz przy wykorzystaniu elektronicznych środków komunikacji, wsparcie merytoryczne; • Szpitale, przychodnie zdrowia – organizowanie kiermaszy świątecznych (np. Boże Narodzenie) w

						<p>Samodzielnym Publicznym Specjalistycznym Szpitalu Zachodnim im. Jana Pawła II w Grodzisku Mazowieckim;</p> <ul style="list-style-type: none"> • PUP – informacje o szkoleniach • Kościoły - organizacja kiermaszy świątecznych (Boże Narodzenie, Wielkanoc) przy kościele pw. Matki Bożej Nieustającej Pomocy w Grodzisku Mazowieckim, przy kościele Św. Mikołaja BM w Tarczynie, wizyty kleryków z Wyższego Metropolitalnego Seminarium Duchownego św. Jana Chrzciciela w Warszawie; • Placówki sportowe – udział w wydarzeniach o charakterze sportowym np. Specolimpiada w Hali Sportowej w Brwinowie • Placówki kulturalne – udział w wydarzeniach o charakterze kulturalnym np. udział w XVII Powiatowym Przeglądzie Twórczości Osób Niepełnosprawnych „Ogrody Integracji” w Grodzisku Mazowieckim, udział w obchodach Międzynarodowego „Dnia Terapii Zajęciowej” w „Starym Kinie” w Milanówku, udział w obchodach Międzynarodowego Dnia Osób z Niepełnosprawnością w Sali Widowiskowej Zespołu „Mazowsze” w Otrębusach • Placówki oświatowe – udział w wydarzeniach o charakterze integracyjnym m.in. udział w spotkaniu integracyjnym w Dworze Sarmata w Kozerkach Nowych organizowanym przez Zespół Szkół Specjalnych im. Hipolita Szczerkowskiego w Grodzisku Mazowieckim • Organizacje pozarządowe – zajęcia z hipoterapeutą w Brwinowie, obchody rocznicy Domu Reahabilitacyjno – Opiekuńczego KSN AW w Milanówku oraz Domu Pomocy Społecznej KSN AW w Brwinowie • Warsztaty Terapii Zajęciowej – obchody Światowego Dnia Terapii Zajęciowej zorganizowanego przez Warsztat Terapii Zajęciowej KSN AW w Milanówku
XVII.	Zajęcia klubowe (dni, godziny)	Nie dotyczy	Nie dotyczy	Nie dotyczy	Nie dotyczy	Nie dotyczy
XVIII.	Organizowanie imprez, spotkań okolicznościowych *	Kierownik, terapeuci zajęciowi, psycholog, psycholog/terapeuta,	35	I – XII	Grupowa	Harmonogram planowanych imprez oraz spotkań okolicznościowych zawiera załącznik nr 2 do Planu pracy

		asystent osoby niepełnosprawnej				Środowiskowego Domu Samopomocy Katolickiego Stowarzyszenia Niepełnosprawnych Archidiecezji Warszawskiej w Podkowie Leśnej na 2024 r.
XIX.	Kierunki dalszego rozwoju lub inne fakultatywne usługi – dla wszystkich uczestników będzie prowadzona Hipoterapia oraz Tańce w kręgu, natomiast w ramach programu „Za życiem” prowadzone będą muzykoterapia, terapia neurologopedyczna, zajęcia edukacyjne z psem	Trener, logopeda, muzykoterapeuta, kynoterapeuta, kierownik, terapeuci zajęciowi, psycholog, psycholog/terapeuta, asystent osoby niepełnosprawnej	35 – Hipoterapia, Tańce w kręgu 11 – w ramach programu „Za życiem”	I – XII 1) Hipoterapia - 2 razy w miesiącu, w wymiarze 2 godzin 2) Tańce w kręgu – 2 razy w miesiącu, w wymiarze 2 godzin 3) Muzykoterapia 1 raz w tygodniu w wymiarze 2,5 godziny 4) Terapia neurologopedyczna 1 raz w tygodniu, w wymiarze 2 godzin 6) Zajęcia edukacyjne z psem 2 razy w miesiącu, w wymiarze	Grupowa/ Indywidualna	Hipoterapia - Usprawnienie motoryczne (w zakresie poprawy równowagi, postawy, szybkości chodu) oraz poprawa komunikacji i percepcji społecznej poprzez udział w zajęciach przy udziale konia. Tańce w kręgu - Wyrabianie poczucia rytmu, współdziałania w grupie, zespole; poznanie tańców narodowych innych krajów. Muzykoterapia – poznanie kompozytorów; poznanie oraz rozpoznawanie rodzajów muzyki; poprawa funkcjonowania emocjonalnego, fizycznego, umysłowego poprzez muzykę Terapia neurologopedyczna – kształtowanie mowy oraz usuwanie zachodzących w niej wad Zajęcia edukacyjne z psem - poprawa komunikacji, słownictwa i mowy; przełamanie lęków; rozwój funkcji poznawczych; nauka samodzielności i odpowiedzialności za siebie i psa; złagodzenie stresu i relaksacja

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

**Ramowy, tygodniowy harmonogram pracy
Środowiskowego Domu Samopomocy KSN AW w Podkowie Leśnej na rok 2024**

Godzina	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
8.00 - 8.30	* Zajęcia organizacyjne (cała grupa).	* Zajęcia organizacyjne (cała grupa).	* Zajęcia organizacyjne (cała grupa).	* Zajęcia organizacyjne (cała grupa).	* Zajęcia organizacyjne, zajęcia porządkowe (cała grupa).
8.30 - 11.30	<p>* Poradnictwo psychologiczne (indywidualnie).</p> <p>* Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów – gr 1.</p> <p>* Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku – pracownia ceramiczna gr. I, artystyczna gr. II, komputerowa gr. III, kulinarna gr. IV, stolarska gr. V.</p>	<p>* Poradnictwo psychologiczne (indywidualnie).</p> <p>* Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów – gr 3.</p> <p>* Muzykoterapia (program „Za życiem”)</p> <p>* Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku – pracownia ceramiczna gr. I, artystyczna gr. II, komputerowa</p>	<p>* Trening funkcjonowania w codziennym życiu gr. I, II, III, IV, V.</p> <p>* Trening umiejętności komunikacyjnych (indywidualnie).</p> <p>* Trening kulinarny – gr. I, II, IV, V (zmiana w pracowni co 3 miesiące).</p>	<p>* Poradnictwo psychologiczne (indywidualnie).</p> <p>* Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku – pracownia ceramiczna gr. I, artystyczna gr. II, komputerowa gr. III, kulinarna gr. IV, stolarska gr. V.</p> <p>(zmiana pracowni co 3 miesiące).</p>	<p>* Poradnictwo psychologiczne (indywidualnie).</p> <p>* Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku – pracownia ceramiczna gr. I, artystyczna gr. II, komputerowa gr. III, kulinarna gr. IV, stolarska gr. V.</p> <p>(zmiana pracowni co 3 miesiące).</p>

	(zmiana pracowni co 3 miesiące). * Trening kulinarny – gr. I, II, III, IV, V (zmiana w pracowni co 3 miesiące).	gr. III, kulinarna gr. IV, stolarska gr. V. (zmiana pracowni co 3 miesiące). * Trening kulinarny – gr. I, II, III, IV, V (zmiana w pracowni co 3 miesiące).		* Trening kulinarny – gr. I, II, III, IV, V (zmiana w pracowni co 3 miesiące).	* Trening kulinarny – gr. I, II, III, IV, V (zmiana w pracowni co 3 miesiące).
11.30 - 12.10	Posiłek	Posiłek	Posiłek	Posiłek	Posiłek
12.10 - 13.30	* Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów – gr. 2. * Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku – pracownia ceramiczna gr. I, artystyczna gr. II, komputerowa gr. III, kulinarna gr. IV, stolarska gr. V. (zmiana pracowni co 3 miesiące). * Trening kulinarny – gr. I, II, III, IV, V (zmiana w pracowni co 3 miesiące).	* Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów – gr. 4. * Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku – pracownia ceramiczna gr. I, artystyczna gr. II, komputerowa gr. III, kulinarna gr. IV, stolarska gr. V. (zmiana pracowni co 3 miesiące). * Trening kulinarny – gr. I, II, III, IV, V (zmiana w pracowni co 3 miesiące).	* Trening funkcjonowania w codziennym życiu gr. I, II, III, IV, V. * Trening umiejętności komunikacyjnych (indywidualnie). * Trening kulinarny – gr. I, II, III, IV, V (zmiana w pracowni co 3 miesiące) * Terapia neurologopedyczna (program „Za życiem”). * Terapia ruchowa (cała grupa).	* Poradnictwo psychologiczne. (indywidualnie). * Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku – pracownia ceramiczna gr. I, artystyczna gr. II, komputerowa gr. III, kulinarna gr. IV, stolarska gr. V. (zmiana pracowni co 3 miesiące). * Trening kulinarny – gr. I, II, III, IV, V (zmiana w pracowni co 3 miesiące).	* Poradnictwo psychologiczne. (indywidualnie). * Trening kulinarny – gr. I, II, III, IV, V (zmiana w pracowni co 3 miesiące) * Biblioterapia (cała grupa). * Zebranie społeczności (cała grupa).
13.30 - 15.00	* Poradnictwo psychologiczne (indywidualnie).	* Poradnictwo psychologiczne (indywidualnie).	* Poradnictwo psychologiczne (indywidualnie).	* Poradnictwo psychologiczne (indywidualnie).	* Poradnictwo psychologiczne. (indywidualnie).

	* Trening umiejętności spędzania wolnego czasu (cała grupa).	* Trening umiejętności spędzania wolnego czasu (cała grupa).	* Trening umiejętności spędzania wolnego czasu (cała grupa).	* Trening umiejętności spędzania wolnego czasu (cała grupa).	* Trening umiejętności spędzania wolnego czasu (cała grupa).
	* Prace porządkowe (cała grupa).	* Prace porządkowe (cała grupa).	* Prace porządkowe (cała grupa).	* Prace porządkowe (cała grupa).	* Prace porządkowe (cała grupa).
15.00 - 16.00	* Uzupełnianie dokumentacji terapeutycznej.	* Uzupełnianie dokumentacji terapeutycznej.	* Uzupełnianie dokumentacji terapeutycznej.	* Uzupełnianie dokumentacji terapeutycznej.	* Uzupełnianie dokumentacji terapeutycznej.

W Środowiskowym Domu Samopomocy KSN AW w Podkowie Leśnej odbywać się będą zajęcia dodatkowe oferowane przez placówkę:

Tańce w kręgu – przez cały rok, 2 razy w miesiącu, w wymiarze 2 godzin w podziale na grupy

Hipoterapia – od marca do października, 2 razy w miesiącu, w wymiarze 2 godzin w podziale na grupy

W ramach programu „Za życiem”, uczestnicy kwalifikujący się do programu będą brać udział dodatkowo w zajęciach, które odbywają się rzadziej niż raz w tygodniu:

Zajęcia edukacyjne z psem – przez cały rok, 2 razy w miesiącu, w wymiarze 1,5 godziny

**Harmonogram planowanych imprez, spotkań okolicznościowych
w Środowiskowym Domu Samopomocy KSN AW w Podkowie Leśnej na rok 2024**

Lp.	Nazwa miesiąca	Rodzaj imprezy, spotkania okolicznościowego
1.	Styczeń	Urodziny/imieniny uczestników Dzień Babci i Dziadka
2.	Luty	Urodziny/imieniny uczestników Walentynki Bal karnawałowy
3.	Marzec	Urodziny/imieniny uczestników Dzień Kobiet Dzień Mężczyzny Spotkanie Wielkanocne w ŚDS
4.	Kwiecień	Urodziny/imieniny uczestników, Spotkanie Wielkanocne w ŚDS
5.	Maj	Urodziny/imieniny uczestników, Święto Konstytucji 3 Maja Dzień Matki Przeгляд Twórczości Artystycznej Osób Niepełnosprawnych „Dębowy Liść”
6.	Czerwiec	Urodziny/imieniny uczestników, Dzień Ojca, Festiwal „Otwarte Ogrody” SpecOlimpiada
7.	Lipiec	Urodziny/imieniny uczestników Grill imieninowy u jednej z uczestniczek ŚDS
8.	Sierpień	Urodziny/imieniny uczestników

9.	Wrzesień	Urodziny/imieniny uczestników Rocznica DPS KSN AW Powiatowy Przegląd Twórczości Artystycznej Osób Niepełnosprawnych „Ogrody Integracji” Seniorada
10.	Październik	Urodziny/imieniny uczestników Rocznica Domu Rehabilitacyjno – Opiekuńczego KSN AW Obchody Światowego Dnia Terapii Zajęciowej
11.	Listopad	Urodziny/imieniny uczestników Święto Niepodległości Andrzejki
12.	Grudzień	Mikołajki Spotkanie Świąteczne

Sporządził: Agnieszka Bobras

22.02.2024 r.

Kierownik ŚDS
mgr Agnieszka Bobras

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

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)