

**PLAN PRACY
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
W CERGOWEJ NA 2012 ROK**

I. PRIORYTETY DZIAŁANIA NA 2012 ROK.

Środowiskowy Dom Samopomocy jest ośrodkiem wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi, które w wyniku upośledzenia niektórych funkcji organizmu lub zdolności adaptacyjnych wymagają pomocy do życia w środowisku rodzinnym i społecznym, w szczególności w celu zwiększenia zaradności i samodzielności życiowej, a także ich integracji społecznej.

W ramach swojej pracy Dom realizował będzie zadania wynikające z ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz. U. z 2009 r. Nr 175, poz. 593 z późn. zm.) oraz Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. Nr 238, poz.1586).

Swoimi działaniami w 2012 roku Dom zamierza:

- a) organizować całokształt spraw zmierzających do realizacji usług opiekuńczych i specjalistycznych usług opiekuńczych zgodnie z indywidualnymi planami postępowania wspierająco-aktywizującego każdego uczestnika,
- b) pomagać w dostępie do świadczeń zdrowotnych,
- c) prowadzić zajęcia z zakresu terapii zajęciowej, przygotowujące do uczestnictwa w WTZ lub podjęcia zatrudnienia,
- d) prowadzić profilaktykę w zakresie zdrowia psychicznego i somatycznego,
- e) zapewnić organizację czasu wolnego,
- f) zapewnić możliwość skorzystania z jednego gorącego posiłku w czasie pobytu,
- g) zapewnić możliwość skorzystania z usługi transportowej, polegającej na dowożeniu na zajęcia, w miarę możliwości organizacyjnych i finansowych Domu,
- h) prowadzić w grupach bądź indywidualnie zajęcia z rehabilitacji ruchowej zgodnie z zaleceniami lekarskimi, w celu ogólnej poprawy lub podtrzymania kondycji fizycznej uczestników,
- i) dążyć do pełnej integracji osób niepełnosprawnych poprzez reprezentowanie ich interesów w społeczności lokalnej,
- j) udzielać kompleksowej pomocy przy rozwiązywaniu spraw i problemów,
- k) współpracować z rodziną w zakresie kształtowania odpowiednich postaw wobec uczestnika oraz innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy, w zakresie niezbędnym, gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników,
- l) dbać o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu,
- m) zapewnić właściwy poziom usług,
- n) dążyć do poprawy jakości życia uczestników.

II. FORMY I METODY PRACY Z UCZESTNIKAMI ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CERGOWEJ NA 2012 ROK

L.p. Zadanie	Sposób realizacji	Termin realizacji	Odpowiedzialny	Uwagi
<p>1. Przygotowywanie uczestników do udziału w życiu rodzinnym, społecznym, kształtowanie pozytywnych relacji i postaw.</p>	<p>Trening funkcjonowania w życiu codziennym:</p> <ul style="list-style-type: none"> • treningi umiejętności związanych z coraz bardziej samodzielnym funkcjonowaniem w rodzinie, • treningi umiejętności związanych z coraz bardziej samodzielnym funkcjonowaniem w pozadomowych sytuacjach społecznych np. u lekarza, na poczcie, w autobusie, • zajęcia edukacyjne. 	<p>Cały rok</p>	<p>Zespół wspierająco-aktywizujący</p>	
	<p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:</p> <ul style="list-style-type: none"> • poznawanie i przestrzeganie norm i zasad funkcjonowania w grupie, • poznawanie części składowych komunikatów społecznych, 	<p>Cały rok</p>	<p>Zespół wspierająco-aktywizujący</p>	

	<ul style="list-style-type: none"> • nauka adekwatnego zachowania w różnych sytuacjach, reagowania na określone bodźce, • rozpoznawanie i nazywanie stanów emocjonalnych, • rozwijanie rozumienia ludzi, siebie i sytuacji społecznych oraz norm, wzorów i oczekiwań interpersonalnych i kulturowych, • próby rozwiązywania problemów społecznych i osobistych. 		
	<p>Współpraca z rodziną w zakresie kształtowania odpowiednich postaw wobec uczestnika.</p>	Cały rok	Zespół wspierająco-aktywizujący
	<p>Współpraca z innymi osobami lub podmiotami działającymi w obszarze udzielania pomocy, w zakresie niezbędnym, gwarantującym jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań na rzecz uczestników.</p>	Cały rok	Zespół wspierająco-aktywizujący

	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.	Cały rok	Zespół wspierająco-aktywizujący	
<p>2. Zwiększenie samodzielności i zaradności życiowej.</p>	<p>Trening umiejętności praktycznych:</p> <ul style="list-style-type: none"> • prace w drewnie, • prace remontowo- malarskie, • trening postugiwania się ręcznymi i elektrycznymi narzędziami, • prace porządkowe w Domu i na zewnątrz Ośrodka, • wykonywanie kartek okolicznościowych, zaproszeń, upominków, przedmiotów użytkowych, • wykonywanie sezonowych dekoracji placówki, • nauka i doskonalenie szycia, haftowania, wyszywania, szydełkowania, • malowanie różnymi technikami i na różnych powierzchniach, • poznawanie nowych technik plastycznych. 	Cały rok	Zespół wspierająco-aktywizujący Instruktorzy terapii zajęciowej	

	<p>Trening umiejętności samoobsługi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • samodzielne jedzenie, • samodzielne mycie się, ubieranie, • samodzielne załatwianie potrzeb fizjologicznych, • samodzielne pranie, prasowanie, czyszczenie obuwia, • dobór odpowiedniego stroju do pory roku, temperatury, okazji, • kształtowanie poczucia czasu. 	Cały rok	Opiekun, terapeuci	
	<p>Trening kulinarny:</p> <ul style="list-style-type: none"> • estetyczne przygotowanie i spożywanie posiłków, • prawidłowe nakrywanie do stołu, dekoracja stołu, • kulturalne zachowanie się przy stole, • poznawanie przepisów kulinarnych, • nauka przygotowywania potraw, • dobór artykułów spożywczych, • zasady zdrowego odżywiania się, • obsługa sprzętu AGD, • zasady przechowywania żywności. 	Cały rok	Instruktor terapii	

	Trening z ogrodnictwa.	Sezon letni, jesienny	Instruktor terapii zajęciowej / pracownicy	Wg potrzeby
3.	<p>Zajęcia praktyczne poza siedzibą ŚDS.</p> <p>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego, wdrażanie i aktywizowanie w zakresie różnych form np.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • biblioterapia, • świetlicowe gry towarzyskie, • spacer, • wyjścia do kina, muzeum, na wystawy, • praca z komputerem i internetem. <p>Organizacja spotkań okolicznościowych i integracyjnych, konkursów, zabaw.</p> <p>Organizacja wyjść i wycieczek dydaktycznych i rekreacyjnych.</p> <p>Udział w imprezach, konkursach, przeglądach organizowanych przez inne Ośrodki.</p>	<p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej / pracownicy</p> <p>Instruktor terapii zajęciowej</p> <p>Opiekun/ Psycholog/ Pracownicy</p> <p>Zespół wspierająco-aktywizujący</p> <p>Zespół wspierająco-aktywizujący</p> <p>Zespół wspierająco-aktywizujący</p>	

4.	Promocja zdrowia i higieny psychofizycznej.	Wsparcie w zakresie konsultacji lekarskich, uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt.	Cały rok	Pielęgniarka/ terapeuta	
		Pomoc w zakupie leków, farmakoterapia.	Cały rok	Pielęgniarka/ terapeuta	
		Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia.	Cały rok	Pielęgniarka/ terapeuta	
		Usprawnienie ruchowe, zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja .	Cały rok	Terapeuta	
		Pogadanki na tematy zdrowotne.	Cały rok	Pielęgniarka/ terapeuta/ psycholog	Indywidualne i grupowe
		Nauka rozpoznawania podstawowych dolegliwości zdrowotnych oraz ich nazywania i sygnalizowania.	Cały rok	Pielęgniarka	
		Psychoterapia indywidualna i grupowa, która wynika z indywidualnego planu terapeutycznego uczestnika.	Cały rok	Psycholog	W tym terapia rodzinna wg potrzeb
		Poradnictwo psychologiczne.	Cały rok	Psycholog	
		Terapia zajęciowa pod kątem podtrzymywania umiejętności zawodowych, bądź nabywania nowych.	Cały rok	Instruktorzy terapii	
		5.	Formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w WTZ lub podjęcia zatrudnienia.		

			Cały rok	Instruktorzy terapii	Z osobami chętnymi do podjęcia zatrudnienia
	Nauka pisania listów motywacyjnych, życiorysu, podań o pracę, przeprowadzania rozmowy z przyszłym pracodawcą, szukanie ofert pracy, zapoznanie się z pracą WTZ i ZAZ-ów.		Cały rok	Zespół wspierająco-aktywizujący	
6.	Rozwijanie samodzielności i samorządności.	Trening budżetowy.	Cały rok	Opiekun samorządu	
		Praca samorządu.	Cały rok	Instruktorzy terapii	
		Trening komunikacji społecznej, zarówno bezpośredniej, jak i przez inne media, np.: listy, telefon, internet.	Cały rok		
7.	Promowanie Ośrodka w społeczności lokalnej.	Udział uczestników w imprezach regionalnych.	Cały rok	Zespół wspierająco-aktywizujący	
		Promowanie twórczości artystycznej uczestników śds.	Cały rok	Zespół wspierająco-aktywizujący	
		Prowadzenie i aktualizowanie strony internetowej Placówki, współpraca z lokalnymi czasopismami.	Cały rok	Kierownik, instruktor terapii zajęciowej.	
		Organizacja „drzwi otwartych” w Placówce.	maj	Zespół wspierająco-aktywizujący	
		Prowadzenie Kroniki ŚDS.	Cały rok	samorząd	

III. ZAGADNIENIA OPIEKUŃCZE I ADMINISTRACYJNE

L.p.	Zadanie	Sposób realizacji	Termin realizacji	Odpowiedzialny	Uwagi
1.	Pomoc materialna uczestnikom.	Współpraca z MOPS, z Zespołem Charytatywnym, szkolnym kołem „Caritas” w celu poprawy sytuacji materialnej uczestników. Współpraca z regionalnymi przedsiębiorcami.	Cały rok	Zespół wspierająco-aktywizujący	Wg potrzeb
2.	Niwelowanie skutków sytuacji patologicznych w rodzinach uczestników.	Współpraca z MOPS, organami ścigania, Gminną Komisją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Zespołem Interdyscyplinarnym, psychoterapia rodzinna.	Cały rok	Zespół wspierająco-aktywizujący	Wg potrzeb
3.	Bezpieczeństwo uczestników i pracowników.	Dbanie o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu i pracy. Sprawdzanie porządku i stanu bezpieczeństwa budynku oraz terenu wokół Ośrodka. Kontrola instalacji gazowej, elektrycznej, CO, przewodów kominowych i zabezpieczeń przeciwpożarowych w budynku. Niezbędna opieka w Ośrodku oraz podczas wyjść indywidualnych i grupowych.	Cały rok	kierownik	
			Cały rok	kierownik	Coroczny przegląd budynku
			Cały rok, zgodnie z terminami przeglądów	kierownik	Przeglądy w ustalonych terminach dokonywane przez uprawnione osoby
			Cały rok	Opiekun, instruktorzy terapii, terapeuci	

	Bhp podczas wykonywania treningów i prac w Ośrodku.	Cały rok	Pracownicy, kierownik
4. Dbanie o właściwy poziom usług.	Opracowywanie i przyjęcie kierunku pracy.	I kwartał	kierownik
	Koordynowanie i monitorowanie pracy zespołu wspierająco-aktywizującego, kontrola realizacji indywidualnych programów działania.	Cały rok	kierownik
	Organizacja szkoleń i doszktałanie pracowników.	Dwa razy w roku	kierownik
	Współpraca ze szkołami wyższymi w zakresie świadczonych usług oraz kształcenia praktycznego studentów.	Cały rok	kierownik

Działania prowadzone są dla wszystkich uczestników Domu, którymi są osoby przewlekłe psychicznie chore, osoby z upośledzeniem umysłowym i osoby wykazujące inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych. Wymiar i zakres działań ustalany jest indywidualnie.