

UCHWAŁA NR 643/2023/2023

ZARZĄDU POWIATU WĘGROWSKIEGO

z dnia 28 lutego 2023 r.

w sprawie zatwierdzenia Planu pracy  
Środowiskowego Domu Samopomocy w Miedznie na 2023 rok

Na podstawie art. 32 ust.1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 roku o samorządzie powiatowym (Dz. U. z 2022 r., poz. 1526 ) oraz § 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) uchwała się, co następuje:

§ 1. Zatwierdza się, opracowany przez Kierownika Środowiskowego Domu Samopomocy w Miedznie w uzgodnieniu z Wojewodą Mazowieckim, Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Miedznie na rok 2023 w brzmieniu określonym w załączniku do niniejszej uchwały.

§2. Wykonanie uchwały powierza się Kierownikowi Środowiskowego Domu Samopomocy w Miedznie.

§ 3. Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Zarząd Powiatu:

Ewa Besztak – Starosta

Marek Renik – Wicestarosta

Tadeusz Kot – Członek Zarządu

Artur Lis – Członek Zarządu

Włodzimierz Miszczak – Członek Zarządu



Plan pracy ŚDS w Miedznie na 2023 r.

| Lp. | Usługi świadczone w ŚDS w roku 2023 (przy poszczególnych usługach można zawrzeć syntetyczny opis działań) | Osoba/osoby odpowiedzialna/e za realizację zadania | Liczba osób objętych usługami (szacunkowa liczba) | Wymiar czasu/ częstotliwość                             | Forma zajęć/ treningów/ usług indywidualne/ grupowe | Przewidywane efekty   |
|-----|---|--|---|---|---|---|
| 1.  | Trening funkcjonowania w codziennym życiu   |  |   |   |   |   |
| 1.  | Trening dbałości o wygląd zewnętrzny  | terapeuta / instruktor terapii                     | 30 osób   | 1 x w tyg.- 0,5 godz.( czwartek)                        | grupowa   | nabycie umiejętności dbania o swój wygląd zewnętrzny, wyrobienie wśród uczestników nawyku dbania o schludny i czysty wygląd |
| 2.  | Trening nauki higieny   | terapeuta/ instruktor terapii zajęciowej           | 30 osób   | 5x w tyg.-05, godz.<br>1 osoba -2 x w tyg.<br>( kąpiel) | indywidualnie /grupowo                              | nabycie umiejętności dbania o higienę   |

|    |                                      |   |         |   |                          |  |
|----|--------------------------------------|---|---------|---|--------------------------|--|
| 3. | Trening kulinarny                    | terapeuta/<br>instruktor<br>terapii<br>zajęciowej | 30 osób | 5 x w tyg.-2 godz.-<br>6 osób<br>5 x w tyg.-0,5<br>godz.-24 osoby |                          | nabycie<br>umiejętności<br>przygotowania<br>posiłku, obsługa<br>sprzętu AGD,<br>kulturalnego<br>spożywania<br>posiłku  |
| 4. | Trening umiejętności<br>praktycznych | terapeuta/<br>instruktor<br>terapii<br>zajęciowej | 30 osób | 1 x w tyg.-05<br>godz.<br>oraz doraźnie                           | indywidualne/<br>grupowe | nabycie<br>umiejętności<br>praktycznych w<br>życiu codziennym,<br>obsługa sprzętu<br>AGD,<br>nabycie<br>umiejętności<br>prania<br>,prasowania,<br>sprzątania oraz<br>naprawy drobnych<br>usterek |

|     |  |   |         |  |  |  |
|-----|--|---|---------|--|--|--|
| 5.  | Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi/<br>Trening ekonomiczny | terapeuta/<br>instruktor<br>terapii<br>zajęciowej | 30 osób | 1 x w tyg.-0,5<br>godz.<br>oraz doraźnie   | indywidualne/<br>grupowe,<br>teoretyczne<br>i praktyczne | nabycie<br>umiejętności<br>gospodarowania<br>własnymi<br>środkami<br>finansowymi,<br>umiejętności<br>wykonywania<br>zakupów  |
| 6.  | Trening ogrodniczo-<br>hortiterapia  | terapeuta/<br>instruktor<br>terapii<br>zajęciowej | 30 osób | 5 x w tyg.-1 godz.<br>w okresie<br>wiosenno-<br>jesiennym<br>5 x w tyg. 15 min -<br>codziennie | zajęcia<br>praktyczne i<br>teoretyczne/<br>grupowe       | zapewnienie<br>kontakty z<br>przyrodą -<br>ergoterapia ,<br>nauka pracy w<br>grupie,<br>współpracy,<br>koncentracji,<br>wytrwałości oraz<br>czerpania radości<br>z kontaktu z<br>przyrodą, |
| II. | Trening umiejętności<br>interpersonalnych<br>i rozwiązywania problemów       |   |         |  |  |  |

|      |   |   |                            |                                |   |   |
|------|---|---|----------------------------|--------------------------------|---|---|
| 1.   | Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami i innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, urzędach, instytucjach kultury | psycholog   | 30 osób                    | 1 x w tyg. -0,5 godz.          | zajęcia grupowe                           | nabycie umiejętności pozytywnego myślenia, wdrożenie prawidłowych zachowań w miejscach publicznych, rozwijanie umiejętności pełnienia różnych ról życiowych, kształtowanie umiejętności komunikowania się, współpracy, rozwiązywania problemów. |
| III. | Trening umiejętności komunikacyjnych  |   |                            |                                |   |   |
| 1.   | W tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w   | terapeuta/<br>instruktor<br>terapii<br>zajęciowej | 4 osoby<br>niemówi<br>ące, | 5 x w tyg. 0,5<br>godz.-7 osób | Indywidualna/<br>grupowa<br>AAC – 4 osoby | nabycie<br>umiejętności<br>wypowiadania   |



|    |   |                                     |                                    |                         |                                    |   |
|----|---|-------------------------------------|------------------------------------|-------------------------|------------------------------------|---|
|    | przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej |                                     | 3 osoby mające problem z mówieniem |                         | ćwiczenia mowy wyrażonej – 3 osoby | przy wykorzystaniu komunikatora i oprogramowania do komunikacji wspomagającej i alternatywnej, umiejętność wykorzystywania zdjęć i piktogramów (osoby niemówiące), poprawa w wymowie i komunikowanie się z innymi |
| 2. | Terapia pedagogiczna                                | Terapeuta/<br>instruktor<br>terapii | 25 osób                            | 5x w tyg.- 0,5<br>godz. | grupowa<br>(1-3 osoby)             | utrwalenie,<br>czytania, pisania,<br>liczenia, poprawa<br>motoryki małej  |
| IV | Trening umiejętności spędzania wolnego czasu        |                                     |                                    |                         |                                    |   |
| 1. | Trening rozwijania zainteresowań literaturą         | terapeuta/                          | 30 osób                            | 4 x w tyg.-15 min.      | indywidualna/<br>grupowa           | nabycie<br>umiejętności   |

|    |  |   |         |   |                          |  |  |
|----|--|---|---------|---|--------------------------|--|--|
|    |  |   |         |   |                          |  | czytania lub słuchania ciekawych pozycji literackich |
| 2. | Trening rozwijania zainteresowań audycjami radiowymi lub telewizyjnymi | instruktor terapii zajęciowej               | 30 osób | 4 x w tyg. -15 min.   | indywidualna/<br>grupowa | nabycie umiejętności słuchania lub oglądania ciekawych programów radiowych i telewizyjnych |  |
| 3. | Trening rozwijania zainteresowań internetem                            | terapeuta/<br>instruktor terapii zajęciowej | 30 osób | 5 x w tyg. -15 min.   | grupowe                  | nabycie umiejętności wyszukiwania pozycji w internecie                                     |  |
| 4. | Udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych                       | terapeuta/<br>instruktor terapii zajęciowej | 30 osób | w /g<br>harmonogramu rocznego imprez i wydarzeń<br>( załącznik nr. 2) | grupowe                  | nabycie umiejętności korzystania z możliwości udziału w spotkaniach towarzyskich,          |  |

|    |                     |                        |         |                           |         |  |
|----|---------------------|------------------------|---------|---------------------------|---------|--|
| 5. | Zajęcia komputerowe | terapeuta<br>zajęciowy | 30 osób | 3 x w tyg. - 0,5<br>godz. | grupowe | kulturalnych oraz<br>nabycie<br>umiejętności<br>zachowania się w<br>różnych miejscach  |
|    |                     |                        |         |                           |         | nabycie<br>umiejętności<br>posługiwania się<br>komputerem,<br>wykorzystanie<br>różnych<br>programów<br>bezpiecznego<br>poruszania się w<br>mediach<br>społeczności-<br>wych, komunikowa-<br>nia się w<br>sytuacjach<br>trudnych-<br>(pandemia) |



|    |                            |           |         |   |  |  |
|----|----------------------------|-----------|---------|---|--|--|
| V. | Poradnictwo psychologiczne | psycholog | 30 osób | <p>( 10 godz. w tygodniu)<br/>co drugi poniedziałek- 2 godz. -zajęcia indywidualne (1 godz., indywidualne , 1 godz. grupowe) wtorek -4 godziny (2 godz. indywidualne, 2 godz. grupowe) czwartek- 4 godz. (2 godz. indywidualne, 2 godz. grupowe).</p> | indywidualne/ grupowe w/g planu ŚDS i doraźnie w sytuacjach kryzysowych uczestnika i jego rodziny. | <p>diagnoza funkcjonowania uczestnika, opracowywanie indywidualnych planów postępowania wspierająco - aktywizujących (ZWA), regularne wsparcie psychologiczne, rozwiązywanie nieporozumień oraz konfliktów, poradnictwo psychologiczne ,sporządzanie opinii psychologicznych, prowadzenie zajęć grupowych, TUS, trening umiejętności</p> |
|----|----------------------------|-----------|---------|---|--|--|

|     |                                      |                 |         |                            |              |   |
|-----|--------------------------------------|-----------------|---------|----------------------------|--------------|---|
| VI. | Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych | Kierownik i ZWA | 30 osób | Według zgłoszonych potrzeb | Indywidualna | <p>interpersonalnych i społecznych, zajęcia indywidualne, psychoedukacja, regularna współpraca z rodzicami i opiekunami</p> <p>efektem będzie umiejętności wypełniania dokumentów urzędowych, przez opiekuna.</p> <p>Nabycie wiedzy na temat zmian w przepisach, przez opiekuna.</p> <p>Umiejętność pozyskiwania środków finansowych, przez opiekuna.</p> |
|-----|--------------------------------------|-----------------|---------|----------------------------|--------------|---|

|      |   |                    |         |   |         |  |  |   |
|------|---|--------------------|---------|---|---------|--|--|---|
|      |   |                    |         |   |         |  |  | możliwościach<br>pozyskiwania<br>środków dla<br>uczestnika i jego<br>rodziny z różnych<br>programów |
| VII. | Pomoc w dostępie<br>do niezbędnych świadczeń<br>zdrowotnych |                    |         |   |         |  |  |   |
| 1.   | Uzgadnianie i pilnowanie<br>terminów wizyt u lekarza        | Kierownik<br>i ZWA | 30 osób | 2x w tyg. rozmowy<br>z uczestnikami<br>1x w miesiącu<br>kontakt z<br>rodzicami<br>/opiekunami       | grupowe | terminowe wizyty<br>uczestników u<br>lekarzy   |  |   |
| 2.   | Pomoc w zakupie leków                                       | Kierownik i ZWA    | 30 osób | 2x w tyg. rozmowy<br>z uczestnikami ,<br>doraźna pomoc<br>rodzicom/<br>opiekunom w/g<br>ich potrzeb | grupowe | systematyczne<br>zażywanie<br>zaleconych leków |  |   |

10

|       |  |                           |         |   |                           |   |
|-------|--|---------------------------|---------|---|---------------------------|---|
| 3.    | Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia  | Kierownik i ZWA, kierowca | 30 osób | 2 x w tyg.<br>, rozmowy z uczestnikami, doraźna pomoc rodzicom/ opiekunom w/g ich potrzeb     | indywidualne/<br>grupowe  | wizyta uczestnika w jednostce ochrony zdrowia w/g potrzeb                                       |
| VIII. | Niezbędna opieka   |                           |         |   |                           |   |
| 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 samodzielnej egzystencji | zespół ZWA w/g grafiku    | 14 osób | 5 x w tyg.- min. 6 godz. terapia i opieka w ŚDS oraz 5 x w tyg. około 2 godz. przywóz i odwóz | indywidualne/<br>grupowe  | bezpieczeństwo, zdrowie i życie uczestników w szczególności z niepełnosprawnościami sprzężonymi |
| IX.   | Terapia ruchowa  |                           |         | .   |                           |   |
| 1.    | Fizjoterapia   | fizjoterapeuta            | 20 osób | 5 x w tyg.<br>- 0,5 godz.   | indywidualne /<br>grupowe | poprawa sprawności fizycznej  |

W

|    |  |  |         |                                 |   |   |
|----|--|--|---------|---------------------------------|---|---|
| 2. | Terapia ręki                                       | Fizjoterapeuta, terapeuta, instruktor terapii            | 20 osób | 5 x w tyg. -15 minut            | indywidualne / grupowe                        | poprawa sprawności fizycznej                                      |
| 4. | Gimnastyka poranna                                 | fizjoterapeuta/ instruktor terapii zajęciowej/ terapeuta | 30osób  | 5 x w tyg. -15 minut            | indywidualne / grupowe                        | poprawa sprawności fizycznej                                      |
| 5. | Zajęcia sportowe                                   | fizjoterapeuta/ terapeuta/ instruktor terapii            | 30 osób | 5 x w tyg. - 0,5 godz.          | indywidualne/ grupowe                         | podtrzymanie i poprawa sprawności fizycznej                       |
| 6. | Turystyka i rekreacja                              | terapeuta/ instruktor terapii                            | 30 osób | w/g harmonogramu załącznik nr.2 | Grupowe, forma wycieczek, spacerów i wyjazdów | przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu, poznanie nowych miejsc  |
| 7. | Choreoterapia                                      | terapeuta/ instruktor terapii                            | 30 osób | 1 x w tyg.-30 min.              | grupowa                                       | uczestnik poprzez ruch swojego ciała wyraża swój nastrój i emocje |
| X. | Całodobowe wyżywienie dla uczestników skierowanych | nie dotyczy  |         |                                 |   |   |



|      |   |  |         |   |   |   |  |  |
|------|---|--|---------|---|---|---|--|--|
|      | na pobyt całodobowy (krótki opis)   |  |         |   |   |   |  |  |
| XI.  | Umożliwienie uczestnikom skierowanym na pobyt dzienny spożywania gorącego posiłku | terapeuta  | 30 osób | 5 x w tyg.  | grupowa   | możliwość spożycia gorącego posiłku, który przygotowany jest w ramach treningu kulinarnego w pracowni gospodarstwa domowego |  |  |
| XII. | Usługi transportowe   | kierowca/<br>asystent osoby z niepełnosprawnością. | 30 osób | 5 razy w tygodniu przywóz gr.I około 8:00 przywóz II gr. około 10:00 odwóz I gr. 14:40 odwóz II gr. 16:00 | AUTOBUS - Mercedes użyczony przez Starostwo Powiatowe w Węgrowie, dzienny przebieg-320 km., kierowca i asystent osoby z niepełnosprawnością | 100 % frekwencji na zajęciach terapii zajęciowej  |  |  |



|        |  |   |             |   |                          |   |
|--------|--|---|-------------|---|--------------------------|---|
| XVI.   | Zajęcia klubowe (dni, godziny)   | Nie dotyczy                                       |             |   |                          |   |
| XVII.  | Organizowanie imprez zgodnie z harmonogramem rocznym w/g załącznika nr.2   |   |             |   |                          |   |
| XVIII. | Kierunki dalszego rozwoju lub inne fakultatywne usługi   | kierownik   | nie dotyczy | nie dotyczy   | nie dotyczy              | Zwiedzanie Kraju.<br>Nabywanie wiedzy na temat alpakoterapii. |
| XIX    | Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii i zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia , w tym w warunkach pracy chronionej | terapeuta/<br>instruktor<br>terapii<br>zajęciowej | 23 osoby    | Wizyta w zakładach pracy , wizyta fachowców w ŚDS, współpraca z WTZ | indywidualne/<br>grupowe | umożliwienie uczestnikom zapoznania się z różnymi zawodami,   |

|  | na przystosowanym stanowisku pracy |  | w/g harmonogramu zał. nr. 2 |  | dostosowanej do możliwości uczestnika.<br>Współpraca z Fundacją Leny Grochowskiej w Łochowie w sprawie zatrudnienia uczestników do pracy. |
|--|------------------------------------|--|-----------------------------|--|---|
|  |                                    |  |                             |  |   |

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**

Sporządził : *Urszula Frączek*.....

**KIEROWNIK**  
Średowiskowego Domu  
Samopomocy w Miedźnie

.....  
Lorena Wyszowska

data i podpis dyrektora/ kierownika jednostki



## Harmonogram roczny imprez i wydarzeń zał. nr.2

|             |   |
|-------------|---|
| STYCZEŃ     | Wspólne kolędowanie z muzykiem – Biblioteka Gminna w Miedznie   |
|             | Przegląd Kolęd i Pastorałek uczestników ŚDS Miedzna   |
|             | Rozgrywki w tenisa stołowego w ŚDS kobiet i mężczyzn  |
| LUTY        | Rehabilitacja zawodowa -Nauczyciel  |
|             | Spotkanie dla rodziców i opiekunów uczestników ŚDS z zespołem wspierająco aktywizującym .                 |
|             | Konkurs plastyczny – „Anioł”  |
|             | Bal karnawałowy – Biblioteka Gminna w Miedznie  |
| MARZEC      | Konkurs plastyczny – „Laurka dla Kobiety”   |
|             | Przygotowanie Drogi Krzyżowej   |
|             | Obchody Dnia Kobiet – przygotowanie występów artystycznych i niespodzianek                                |
|             | Obchody Światowego Dnia Zespołu DOWNA.  |
| KWIECIEŃ    | Obchody „ Światowego Dnia Autyzmu   |
|             | Warsztaty plastyczne – Stroik Wielkanocny   |
|             | Wystawa prac plastycznych- „Wielkanoc”  |
|             | Spotkanie „Śniadanie Wielkanocne”   |
| MAJ         | Spotkanie dla rodziców i opiekunów uczestników terapii z zespołem wspierająco aktywizującym.              |
|             | Rehabilitacja zawodowa- Sprzedawca  |
|             | Wyjazd nad morze z grupą chętnych uczestników i opiekunów.  |
|             | Dzień Biblioteki  |
|             | Dzień Sąsiada   |
|             | Dzień Matki   |
| CZERWIEC    | Rehabilitacja zawodowa- wizyta w księgarni internetowej.  |
|             | Dzień Środowiska  |
|             | Wyjazd do Ziołowego Zakątka w Korycinach – warsztaty zielarskie   |
| LPIEC       | Wizyta policjanta-przygotowanie do bezpiecznego urlopu.   |
|             | Wycieczka do Węgrowa – Zalew Węgrowski  |
|             | Konkurs fotograficzny – Miedzna   |
|             | Przerwa urlopowa w zajęciach uczestników terapii zajęciowej.  |
|             | Dzień Psa   |
| SIERPIEŃ    | Konkurs kulinarny – Potrawa z ogórka  |
|             | Koncert muzyczny w Bibliotece Gminnej w Miedznie.   |
| WRZESIEŃ    | Spotkanie dla rodziców i opiekunów uczestników terapii z zespołem wspierająco aktywizującym .             |
|             | Rehabilitacja zawodowa -kierowca  |
|             | Wycieczka- „Litewski Szlak”- Sokołów Podlaski (II tury - grupy).  |
| PAŹDZIERNIK | Rehabilitacja zawodowa – Stolarz  |
|             | Wyjazd do teatru w Warszawie  |
|             | Sprzątanie zaniedbanych i opuszczonych grobów na cmentarzu w Miedznie                                     |
| LISTOPAD    | Konkurs plastyczny – najpiękniejszy Anioł   |
|             | Wyjście na cmentarz i zapalenie znicza  |
|             | Święto Niepodległości – przygotowanie występu artystycznego.  |
| GRUDZIEŃ    | Rekolekcje adwentowe- udział chętnych uczestników   |
|             | Wystawa prac plastycznych wykonanych przez uczestników terapii w ŚDS i Bibliotece Gminnej w Miedznie 2023 |
|             | Udział w konkursach świątecznych.   |
|             | Dzień Praw Człowieka  |



**Poniedziałek**

Trening nauki higieny- zwiększenie ilości w ciągu dnia. Przestrzeganie zasad wg procedury bezpieczeństwa w ŚDS z dnia 20.11.2020r. z powodu zagrożenia epidemiologicznego.

8:00 - 8:30 Podpisanie listy obecności, gimnastyka przy muzyce, śniadanie gr. I

8:30 -10:00 Zajęcia indywidualne i w grupach dwuosobowych dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną ( 9 osób ) terapia pedagogiczna ,AAC, terapia ręki, fizjoterapia

8:30 - 10:00 Zajęcia z pozostałymi uczestnikami ( gr. 6 osób ) trening kulinarny ; trening praktyczny prasowanie, układanie rzeczy w szafach .

10:00-10:30 Podpisanie listy obecności, gimnastyka przy muzyce, śniadanie gr. II 10:00 -16:00

Zajęcia w/g planu danej pracowni, w tym czasie:

- trening kulinarny
- zajęcia indywidualne i grupowe z psychologiem (2 razy w miesiącu wg grafiku) diagnoza i poradnictwo psychologiczne
- pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych w tym uzgodnienie i pilnowanie terminów wizyt u lekarzy specjalistów (psychiatra, neurolog, lekarz rodzinny), wizyty u stomatologa, pomoc w zakupie leków oraz dotarcie do jednostek ochrony zdrowia).
- pomoc w załatwianiu spraw urzędowych w/g potrzeb uczestnika
- choreoterapia
- hortiterapia (zajęcia prowadzone tematycznie w zależności od pory roku)
- zajęcia komputerowe (11.30- 14:00) w tym dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną
- trening higieniczny (kąpiel uczestników w trudnej sytuacji rodzinnej)
- trening umiejętności spędzania czasu wolnego w tym rozwijanie zainteresowania literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi; udział w spotkaniach towarzyskich, kulturalnych, gry planszowe i rozgrywki sportowe lub spacery
- zajęcia sportowe

12:00 - 12:15 Zebranie z uczestnikami terapii - przerwa kawowa dla uczestników terapii w świetlicy.

14:00-16:00 Poradnictwo psychologiczne

14:00 — 14:30 Spożywanie ciepłego posiłku. Trening kulinarny, trening higieniczny mycie (zębów, rąk i twarzy)

14:30- 16:00 zajęcia dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną indywidualne i grupowe(5 osób) gr. II: fizjoterapia, terapia komunikacji AAC, terapia pedagogiczna, terapia ręki

14:30- 15:00 Ergoterapia - Trening nabywania i utrwalania umiejętności praktycznych — sprzątanie pracowni gospodarstwa domowego; obsługa zmywarki — dyżury

14:30-16:00 Ergoterapia - Trening funkcjonowania w życiu codziennym, porządkowanie pomieszczeń w/g ustalonych dyżurów, trening spędzania czasu wolnego.

## Wtorek

Trening nauki higieny -zwiększenie ilości w ciągu dnia. Przestrzeganie zasad wg procedury bezpieczeństwa w ŚDS z dnia 20.11.2020 r. z powodu zagrożenia epidemiologicznego.

8:00-8:30 Podpisanie listy obecności, gimnastyka przy muzyce, śniadanie gr. I

8:30- 10:00 Zajęcia dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną gr.1(9 osób) terapia pedagogiczna, fizjoterapia, AAC, terapia ręki

8:30 - 10:00 Zajęcia z pozostałymi uczestnikami (gr. 6 os.) trening higieniczny; trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi

10:00-10:30 Podpisanie listy obecności, gimnastyka przy muzyce, śniadanie gr.II

10:00- 16:00 Zajęcia w/g planu danej pracowni, w tym czasie:

- trening kulinarny
- hortiterapia (zajęcia prowadzone tematycznie w zależności od pory roku)
- trening rozwijania zainteresowań internetem
- zajęcia z psychologiem (12:00-16:00) ind. i grupowe , w tym zajęcia dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną (TUS i psychoedukacja, psychoprofilaktyka)
- trening umiejętności interpersonalnych, w tym kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi
- trening umiejętności spędzania czasu wolnego, w tym rozwijanie zainteresowań literaturą audycjami radiowymi, oglądanie wybranego filmu, programu, udział w spotkaniach, zajęcia ruchowe ; spacer
- zajęcia komputerowe (11:30 -14:00) w tym dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną
- trening relaksacyjny przy muzyce
- zajęcia sportowe

12:00-12:15 Przerwa kawowa dla uczestników terapii w pracowniach informacje z kraju i ze świata

12:00-16:00 Poradnictwo psychologiczne

14:00-14:30 Spożywanie ciepłego posiłku w ramach treningu kulinarnego. Trening higieniczny, (mycie zębów, twarzy i rąk).

14:30- 16:00 zajęcia dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną indywidualne i grupowe(5 osób) gr. II: fizjoterapia, terapia komunikacji AAC, terapia pedagogiczna, terapia ręki

14:30 -15:00 Ergoterapia. Trening umiejętności praktycznych - sprzątanie pracowni gospodarstwa domowego, obsługa zmywarki, pralki, odkurzacza— dyżury

14:30-16:00 Ergoterapia. Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi, trening umiejętności spędzania czasu wolnego



## Środa

Trening nauki higieny – zwiększenie ilości w ciągu dnia . Przestrzeganie zasad wg procedury bezpieczeństwa w ŚDS z dnia 20.11.2020 r. z powodu zagrożenia epidemiologicznego.

8:00-8:30 Podpisanie listy obecności, gimnastyka przy muzyce, śniadanie gr. I.

8:00-12:00-Poradnictwo psychologiczne

8:30- 10:00 Zajęcia dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną( 9 osób) indywidualne i grupowe w tym fizjoterapia ,AAC, terapia pedagogiczna, terapia ręki.

8:30-10:00 Zajęcia z pozostałymi uczestnikami trening dbałości o wygląd zewnętrzny ; terapia pedagogiczna

10:00-10:30 Podpisanie listy obecności , gimnastyka przy muzyce ,śniadanie gr. II

10:00 - 16:00 zajęcia wg planu danej pracowni, w tym

- trening kulinarny
- trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi – teoria lub zakupy (wyjście do sklepu).
- hortiterapia ( zajęcia prowadzone tematycznie w zależności od pory roku)
- zajęcia ruchowe , gra w tenisa stołowego ,spacer, trening spędzania czasu wolnego- gry planszowe
- zajęcia komputerowe (11:30-14.00) w tym dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną
- trening umiejętności interpersonalnych
- trening umiejętności funkcjonowania w życiu codziennym oraz zaradności życiowych ( obsługa pralki, prasowanie , wieszanie prania )
- zajęcia dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną gr.II ( 14:30 — 16:00)
  
- zajęcia sportowe

12:00 -12:15 Przerwa kawowa dla uczestników terapii w pracowniach- wiadomości z kraju i ze świata

14:00-14:30 Spożywanie ciepłego posiłku w ramach treningu kulinarnego. Trening higieniczny (mycie zębów, rąk, twarzy,)

14:30- 16:00 zajęcia dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną indywidualne i grupowe(5 osób) gr. II: fizjoterapia, terapia komunikacji AAC, terapia pedagogiczna, terapia ręki

14:30 - 15:00 Ergoterapia . Trening nabywania umiejętności praktycznych sprzątanie pracowni gospodarstwa domowego, obsługa zmywarki wg ustalonych dyżurów

14:30-16:00 Trening dbałości o wygląd zewnętrzny, terapia pedagogiczna, trening spędzania czasu wolnego

Oh

## Czwartek

Trening nauki higieny- zwiększenie ilości w czasie dnia. Przestrzeganie zasad wg procedury bezpieczeństwa w ŚDS z dnia 20.11.2020 r. z powodu zagrożenia epidemiologicznego.

8:00 - 8:30 Podpisanie listy obecności, gimnastyka przy muzyce, przerwa śniadaniowa gr. I.

8:30 -10:00 Zajęcia ind. i grupowe dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną (9 osób) w tym fizjoterapia, terapia pedagogiczna, terapia ręki, terapia pedagogiczna

8:30-10:00 Zajęcia z pozostałymi uczestnikami (gr.6 os.) ćwiczenia ogólno- rozwojowe; terapia pedagogiczna; terapia ruchowo - rekreacyjna

10:00-10:30 Podpisanie listy obecności, gimnastyka przy muzyce, przerwa śniadaniowa gr.II

10:00 - 16:00 Zajęcia w/g planu danej pracowni, w tym czasie:

- trening kulinarny
- trening nauki higieny, dbałości o wygląd zewnętrzny (mycie włosów, modelowanie, malowanie paznokci, makijaż)
- inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii; do pracy zawodowej lub zatrudnienia np. wizyty w zakładach pracy
- hortiterapia (zajęcia prowadzone tematycznie w zależności od pory roku) • zajęcia komputerowe (11:30- 14:00) w tym dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną
- zajęcia z psychologiem (8:00-12:00) ind. i grupowe w tym dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną ( TUS, psychoedukacja)
- trening interpersonalny rozwiązywania problemów
- trening spędzania czasu wolnego zajęcia ruchowe; spacer; gry planszowe ,gry komputerowe, słuchanie muzyki , oglądanie filmu , pisanie, czytanie , spotkania towarzyskie
- zajęcia sportowe

zajęcia dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną gr.II ( 14:30-16:00) indywidualne i grupowe fizjoterapia, terapia pedagogiczna ,terapia ręki, AAC

12:00-12:15 Zebranie z podopiecznymi - przerwa kawowa dla uczestników terapii w świetlicy

14:00-14:30 Spożywanie ciepłego posiłku w ramach treningu kulinarnego. Trening higieniczny,(mycie zębów, rąk i twarzy)

14:30- 16:00 zajęcia dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną indywidualne i grupowe (5 osób) gr II: fizjoterapia, terapia komunikacji AAC, terapia pedagogiczna, terapia ręki

14:30-15:00 Ergoterapia. Trening umiejętności praktycznych sprzątanie pracowni gospodarstwa domowego, obsługa zmywarki, nauka prasowania, obsługi pralki.

14:30- 16:00 Terapia pedagogiczna



## Piątek

Trening nauki higieny – zwiększenie ilości w ciągu dnia. Przestrzeganie zasad wg procedury bezpieczeństwa w ŚDS z dnia 20.11.2020r z powodu zagrożenia epidemiologicznego.

8:00 -8:30 Podpisanie listy obecności, gimnastyka przy muzyce, śniadanie gr.I

8:30 -10:00 Zajęcia indywidualne i grupowe dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną  
terapia pedagogiczna, terapia ręki, fizjoterapia, AAC

8:30 -10:00 Zajęcia z pozostałymi uczestnikami : trening umiejętności interpersonalnych ; ćwiczenia ruchowe tenis stołowy

10:00-10:30 Podpisanie listy obecności, gimnastyka przy muzyce, śniadanie gr. II

10:00- 16:00 zajęcia w/g planu danej pracowni w tym czasie:

- trening kulinarny
- pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarzy specjalistów (psychiatra, neurolog), wizyty u stomatologa ,pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia.
- hortiterapia ( zajęcia prowadzone tematycznie w zależności od pory roku )
- trening umiejętności praktycznych — obsługa pralki, żelazka , wieszanie prania , odkurzania, układanie rzeczy w szafach ,
- trening ekonomiczny — robienie zakupów do domu rodzinnego (wg potrzeb uczestnika)
- trening higieniczny (kąpiel uczestników w trudnej sytuacji rodzinnej)
- pomoc w załatwianiu spraw urzędowych w/g potrzeb uczestnika
- zajęcia sportowe
- trening spędzania czasu wolnego — gry i zabawy ruchowe, drama , gry komputerowe i planszowe ,zainteresowanie literaturą ,czytanie książek, słuchanie muzyki
- zajęcia komputerowe 11:30-14:00

12:00-12:15 Zebranie z uczestnikami terapii - przerwa kawowa w świetlicy

14:00-14:30 Spożywanie ciepłego posiłku w ramach treningu kulinarnego. Trening higieniczny (mycie zębów, rąk ,twarzy).

14:30- 16:00 zajęcia dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną indywidualne i grupowe(5 osób) gr. II: fizjoterapia, terapia komunikacji AAC, terapia pedagogiczna, terapia ręki

14:30-15:00 Ergoterapia. Trening nabywania umiejętności praktycznych — sprzątanie pracowni gospodarstwa domowego, obsługa zmywarki- dyżury

15:45-16:00 Terapia ruchowa w tym zajęcia sportowe, relaksacyjne.