

**Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Pultusku
na 2012 rok**

Lp.	Zakres	Zadania	Termin realizacji	Odpowiedzialny
1.	2.	3.	4.	5.
I.	Postępowanie wspierająco-aktywizujące	1. Treningi umiejętności :		
		a) samoobsługi:		
		• uczestnicy uczą się samodzielnego spożywania posiłków przy użyciu łyżki, noża i widelca.	Poniedziałek-Piątek 30 min. (trening grupowy)	
		• nauka przygotowania prostych posiłków i obsługi podstawowego sprzętu gospodarstwa domowego.	Poniedziałek-Piątek 1,5 godz. (trening grupowy)	
		• nauka estetycznego nakrywania stołu,	Zależnie od potrzeb 1 godz. (trening grupowy)	Terapeuta Opiekun 8.00-16.00
		• nauka prania i właściwego rozwieszania upranej odzieży, prasowania i składania ubrań.	Poniedziałek 2 godz. (trening grupowy)	
		• nauka dbania o higienę osobistą- kosmetyki i wygląd zewnętrzny, nauka dbania o czystość i porządek. Rozwijanie umiejętności właściwego doboru odzieży w zależności od pogody.	Poniedziałek (trening indywidualny) 1 godz.	
		b) spędzania czasu wolnego, nauka i wskazanie poszukiwania własnych zainteresowań, pokazanie różnych form spędzania wolnego czasu: wycieczki, wyjazdy krajoznawcze, zawody sportowe, występy pokazy artystyczne, kino, teatr. Wdrażanie i aktywizowanie w zakresie różnych form: - świetlicowe gry towarzyskie. - zajęcia muzyczne i taneczne, - biblioterapia.	Poniedziałek, Wtorek, Czwartek 2 godz. Środa 1 godz. (trening grupowy)	Opiekun Terapeuta 8.00-16.00

		<p>c) budżetowy, w ramach którego uczestnicy poznają wartość nominalną pieniądza, uczą się robienia zakupów w zależności od potrzeb. Tworzą listy potrzebnych artykułów, nauka wyboru właściwego sklepu, nauka gospodarowania posiadanymi zasobami pieniężnymi, orientacja w cenach i dokonywanie odliczeń.</p>	<p>Środa 2 godz. (trening indywidualny lub grupowy)</p>	<p>Pracownik socjalny 12.00-16.00</p>
		<p>d) umiejętności społecznych i interpersonalnych, w ramach, którego uczestnicy nabywają i doskonalą umiejętność nawiązywania kontaktów, podtrzymania rozmowy, aktywnego słuchania, asertywności, uczą się odpowiedzialności, współpracy, zasad partnerstwa, rozwiązywania problemów, są aktywizowani zawodowo;</p>	<p>Poniedziałek, Wtorek Czwartek 1 godz. (trening grupowy)</p>	<p>Psycholog, (PCPR Pon. 8.00-10.00) Terapeuta Opiekun 8.00-16.00 Pracownik socjalny 12.00-16.00</p>
		<p>e) porządkowy, w pomieszczeniach placówki</p>	<p>Poniedziałek-Piątek 1 godz. (trening grupowy)</p>	<p>Terapeuta Opiekun 8.00-16.00</p>
		<p>f) Zajęcia praktyczne poza siedzibą ŚDS – forma wyjazdowa polegająca na tym, że uczestnicy wspierani przez terapeutę załatwiają samodzielnie swoje sprawy urzędowe, wypełniają dokumenty, prowadzą rozmowy z urzędnikami, poznają możliwości korzystania z dofinansowania do czynszu, możliwość skorzystania z zasiłku celowego, nauka korzystania z środków transportu publicznego.</p>	<p>W zależności od potrzeb uczestników</p>	<p>Członkowie zespołu wspierająco – aktywizującego – 8.00-16.00 Pracownik socjalny 12.00-16.00</p>

		<p>2. Terapia zajęciowa, w ramach której codziennie działają pracownie :</p>	<p>Poniedziałek - Piątek w grupie liczącej pięć osób</p>	
		<p>a) Kulinarna</p> <ul style="list-style-type: none"> • estetyczne przygotowanie i spożywanie posiłków, kulturalne zachowanie się przy stole, poznawanie przepisów kulinarnych, nauka przygotowania potraw, doboru artykułów spożywczych, • prowadzenie pogadanek na tematy zasad zdrowego odżywiania się, • obsługa sprzętu AGD. 	<p>Poniedziałek –Piątek 3 godz. (zajęcia grupowe)</p>	<p>Terapeuta 8.00-16.00</p>
		<p>b) Plastyczno- krawiecka</p> <ul style="list-style-type: none"> • wykonywanie kartek okolicznościowych, wykonywanie sezonowych dekoracji placówki, malowanie różnymi rodzajami materiału: farba plakatowa, farba akwarelowa, farba do szkła, węgiel drzewny, pastela olejna, pastela sucha, plastelina, kredki ołówkowe i świecowe, ołówki, nauka innych technik plastycznych: masa solna, masa papierowa, collage, odbijanka pastelowa, frotaż, ozdabianie szklanych naczyń, nauka układania kwiatów z liści, grupowe wykonywanie plakatów o różnorodnej tematyce, papiero - plastyka: origami, laurki, zdobienie metodą decoupage, prace z gliną. 	<p>Wtorek – Piątek 3 godz. dziennie (zajęcia grupowe)</p>	<p>Terapeuta 8.00-16.00</p>
		<ul style="list-style-type: none"> • doskonalenie wyszywania, nauka i doskonalenie haftowania w zakresie haftu: płaskiego, krzyżkowego, nauka i doskonalenie szydełkowania, szycie kostiumów na imprezy okolicznościowe. 	<p>Poniedziałek 3 godz. (zajęcia grupowe)</p>	

		<p>c) Majsterkowanie prace w drewnie: czyszczenie listew i kawałków drewna papierem ściernym, wykonywanie i malowanie ram, klejenie vicolem prac z zapalek, rysowanie i wycinanie w deskach różnorodnych konturów, wypalanie na desce wzorów, wycinanie elementów ze sklejki, zbijanie karmików dla ptaków, malowanie lakierem drewna, prace malarskie: malowanie fragmentów ścian, malowanie futryn, inne prace: naprawa klamek, nauka obsługi wyrzynarki i wiertarki, wiercenie dziur w drzewie.</p>	<p>Poniedziałek – Piątek 3godz. (zajęcia grupowe)</p>	<p>Terapeuta 8.00-16.00</p>
		<p>d) Komputerowa nauka włączenia komputera i przygotowania go do pracy, praca w programie Paint: korzystanie z przybornika, rysowanie figur, wypełnianie kolorem, praca w edytorze tekstów: nauka tworzenia i otwierania plików i folderów, pisanie tekstów, poprawianie i uzupełnianie tekstu, zmiana fragmentów tekstu, zaznaczanie, kopiowanie przenoszenie wycinanie fragmentów tekstu, nauka zapisywania pliku, zapisywania na CD, wyrównywanie tekstu, drukowanie- nauka, ostrożność w obsłudze.</p>	<p>Poniedziałek – Piątek 3 godz. (zajęcia grupowe)</p>	<p>Terapeuta 8.00-16.00</p>
		<p>e) Kulturalno – oświatowa</p> <ul style="list-style-type: none"> • przygotowanie i prezentacja małych form teatralnych; jaselka, imprezy okolicznościowe. 	<p>Zgodnie z kalendarzem imprez</p>	<p>Terapeuta 8.00-16.00</p>

		<ul style="list-style-type: none"> • elementy biblioterapii polegające na odczytywaniu tekstów. Elementy muzykoterapii w ramach, której prowadzony jest tu śpiew i taniec. Na terapii uczestnicy nabywają i utrwalają umiejętności czytania, pisanie i liczenia. 	Poniedziałek – Piątek 3 godz. (zajęcia grupowe)	
		3. Poradnictwo specjalistyczne w szczególności psychologiczne, socjalne i prawne;	Wg potrzeb	Psycholog (PCPR Pon. 8.00-10.00) Pracownik socjalny 12.00-16.00
		4. Wsparcie w zakresie konsultacji lekarskich	Wg potrzeb	Terapeuta 8.00-16.00 Pracownik socjalny 12.00-16.00
		5. Organizacja spotkań okolicznościowych i integracyjnych	Zgodnie z kalendarzem imprez na bieżący rok	Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego 8.00-16.00
		6. Współpraca z rodziną w zakresie kształtowania odpowiednich postaw	Wg potrzeb	Pracownik socjalny 12.00-16.00
		7. 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.	Wg potrzeb	Pracownik socjalny 12.00-16.00
II.	Organizacja Domu	1. Koordynowanie i monitorowanie pracy zespołu wspierająco-aktywizującego	Praca systematyczna	Dyrektor
		2. Opracowanie i przyjęcie kierunków pracy	do 15 lutego	Dyrektor
		3. Dbanie o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu	Praca systematyczna	Dyrektor

		4. Dbanie o właściwy poziom usług	Praca systematyczna	Dyrektor
		5. Organizacja szkoleń	1 raz na 6 miesięcy, Wg potrzeb	Dyrektor
		6. Pozyskiwanie funduszy	Praca systematyczna	Dyrektor

DYREKTOR

mgr Łukasz Ruszkowski