

ROCZNY PLAN PRACY
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
„POD KASZTANAMI” W EŁKU
na 2015 rok

1. Cel ogólny

Celem ogólnym działalności Środowiskowego Domu Samopomocy „Pod Kasztanami” w Ełku jest osiągnięcie przez osoby z zaburzeniami psychicznymi umiejętności jak najbardziej samodzielnej pełnienia ról życiowych i społecznych.

Dom przeznaczony jest dla 40 osób z zaburzeniami psychicznymi, w tym:

- a) osób przewlekle psychicznie chorych,
- b) osób upośledzonych umysłowo,
- c) osób wykazujących inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych.

2. Cele szczegółowe

2.1. Zapewnienie na odpowiednim poziomie usług bytowych, opiekuńczych, wspomagających i edukacyjnych w zakresie i formach wynikających z indywidualnych potrzeb uczestników – osób z zaburzeniami psychicznymi:

- a) potrzeby bytowe realizowane są przez zapewnienie uczestnikom miejsca pobytu dziennego, wyposażonego w niezbędne meble i sprzęty oraz środki utrzymania higieny osobistej,
- b) potrzeby opiekuńcze realizowane są przez:
 - zapewnienie niezbędnej pomocy w podstawowych czynnościach życiowych,
 - podnoszenie sprawności psychofizycznej i aktywizowanie,
 - udzielanie niezbędnej pomocy w załatwianiu spraw osobistych,
- c) potrzeby wspomagające realizowane są przez:
 - organizowanie terapii zajęciowej,
 - organizowanie wsparcia psychologicznego i psychiatrycznego, szczególnie w celu wzmocnienia poczucia własnej wartości oraz pewności siebie uczestników;
 - inspirowanie i rozwijanie kontaktów z rodziną i środowiskiem,

- rozwijanie aktywności społecznej i samorządności, w szczególności poprzez udział w lokalnych wydarzeniach kulturalnych i społecznych.

d) potrzeby edukacyjne realizowane są przez:

- uczenie przez doświadczenie życiowe,
- uczestnictwo w zajęciach terapeutycznych i kulturalno-edukacyjnych, w szczególności rozwijanie zainteresowania literaturą, audycjami telewizyjnymi i radiowymi, Internetem itp.

2.2. Zapewnienie uczestnikom możliwie pełnego uczestnictwa w życiu społecznym poprzez umożliwienie pełnienia przez uczestników jak największej liczby ról społecznych w rodzinie, środowisku, instytucjach itp;

2.3. Kształtowanie prawidłowych relacji interpersonalnych w obrębie społeczności Domu;

2.4. Inicjowanie zachowań zmierzających do integracji ze społecznością Miasta, w tym udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych;

2.5. Prowadzenie reintegracji zawodowej i społecznej uczestników.

3. Działania i metody pracy

W 2015r. Dom będzie realizował zadania wynikające z:

- ustawy z dnia 12 marca 2004r. o pomocy społecznej,
- rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z 9 grudnia 2010 w sprawie środowiskowych domów samopomocy,
- Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych dla Miasta Ełk na lata 2008 – 2018,
- Regulaminu Organizacyjnego Środowiskowego Domu Samopomocy dla Osób z Zaburzeniami Psychicznymi w Ełku,

w zakresie odpowiadającym potrzebom uczestników.

Działania wspierająco – aktywizujące wobec uczestników realizowane są w formie zajęć zorganizowanych: treningów i zajęć w pracowniach, grupowych i indywidualnych.

Metody pracy to: modelowanie, prezentacja, warsztaty, ćwiczenia i inne, zależnie od potrzeb.

Formy i metody pracy są w wysokim stopniu zindywidualizowane, specyficzne i z tego powodu nie mogą podlegać standaryzacji. Indywidualizacja działań dotyczy również oceny funkcjonowania uczestników, dokonywanej co 6 miesięcy przez zespół wspierająco – aktywizujący.

4. Plan działań w 2015r.

L.p.	Zakres	Działania	Termin realizacji	Odpowiedzialny
1.	2.	3.	4.	5.
I	Postępowanie wspierająco-aktywizujące	<p>1. Trening umiejętności społecznych</p> <p>1.1. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów- kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi i społecznością lokalną, nauka zachowania się w miejscach publicznych, doskonalenie umiejętności nawiązywania kontaktów, podtrzymywania rozmowy, aktywnego słuchania; pomoc w rozwiązywaniu problemów interpersonalnych i życiowych uczestnika.</p> <p>1.2. Trening gospodarowania własnymi zasobami finansowymi – uczenie dokonywania racjonalnych zakupów, orientacji w cenach, dokonywania obliczeń.</p> <p>1.3. Trening prowadzenia gospodarstwa domowego i dbania o estetykę otoczenia – uczenie dbałości o czystość, porządek i estetykę otoczenia. Trening realizowany w formie dyżurów oraz „generalnych porządków”</p> <p>1.4. Trening współdziałania i komunikacji interpersonalnej – zebrania społeczności uczestników, nauka demokracji i samorządności oraz współodpowiedzialności za funkcjonowanie środowiskowego domu samopomocy</p> <p>1.5. Imprezy okolicznościowe: zabawa karnawałowa, Dzień Kobiet, Powitanie Wiosny, Śniadanie Wielkanocne, Pima Aprilis, Zaduszki, Andrzejkki, Mikołajki, Wigilia Bożego Narodzenia, zabawa sylwestrowa, 7-ta rocznica utworzenia ŚDS itp.</p>	<p>praca ciągła</p> <p>praca ciągła</p> <p>dyżury – praca ciągła „generalne porządki” – raz na 6 m-cy</p> <p>raz w tygodniu</p> <p>zgodnie z kalendarzem</p>	<p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>wszyscy terapeuci</p> <p>wyznaczony terapeuta</p>

Postępowanie wspierająco- aktywizujące c.d.	2. Trening umiejętności spędzania wolnego czasu 2.1. zajęcia świetlicowe - gry towarzyskie, konkursy karaoke i inne, turnieje gier planszowych, „ogniska”, oglądanie filmów itp. 2.2. 5- dniowy biwak	praca ciągła czerwiec- lipiec	wszyscy terapeuci wyznaczeni terapeuci
	3. Integracja uczestników z innymi osobami niepełnosprawnymi i ze społecznością lokalną 3.1 Spotkania integracyjne z uczestnikami innych domów samopomocy, WTZ-ów itp., w tym przeglądach, festiwalach itp. 3.2 DNI RODZINY – piknik integracyjny uczestników ŚDS i członków ich rodzin 3.3 Spartakiada środowiskowych domów samopomocy 3.4 Wycieczka autokarowa 2 lub 3 dniowa 3.5 Udział w „Pikniku pod Kasztanami” z okazji Dnia Solidarności z Osobami Chorymi na Schizofrenię	dwa razy w roku maj II lub III kwartał II lub III kwartał 13 września	wyznaczony terapeuta wszyscy terapeuci wyznaczony terapeuta wszyscy terapeuci wyznaczony terapeuta
	4. Trening kulinarny – nauka estetycznego przygotowywania i spożywania potraw, poznawanie przepisów kulinarnych, doboru i optymalnego wykorzystania artykułów spożywczych, zasad zdrowego odżywiania się, obsługi sprzętu agd.	praca ciągła	wszyscy terapeuci
	5. Trening higieny i dbania o wygląd zewnętrzny – nauka dbania o higienę osobistą, nauka prania ręcznego i w palce automatycznej, nauka suszenia odzieży, prasowania, dbania o wygląd zewnętrzny: strzyżenie, układanie włosów, dbanie o stopy i paznokcie itp.	praca ciągła	wszyscy terapeuci
	6. Hortiterapia - zajęcia w ogrodzie: pielęgnacja drzew, kwiatów i krzewów, uprawa warzyw; porządkowanie posesji i dbanie o rośliny doniczkowe w ŚDS	praca ciągła	wyznaczony terapeuta

Postępowanie wspierająco-aktywizujące c.d.	<p>7. Zajęcia usprawnienia fizycznego</p> <p>7.1. Zajęcia usprawnienia fizycznego poza ŚDS - basen, spacer, wycieczki rowerowe, udział w spartakiadach itp.</p> <p>7.2. Zajęcia usprawnienia fizycznego na terenie ŚDS - grupowe i indywidualne, przy wykorzystaniu wyposażenia pracowni usprawnienia fizycznego, zajęcia fitness, stretching, aerobic, joga-dance, pilates i inne.</p> <p>7.3. Spływ kajakowy 1 - dniowy</p>	<p>raz w tygodniu</p> <p>praca ciągła</p> <p>czerwiec-lipiec</p>	<p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczeni terapeuci</p>
	<p>8. Zajęcia socjoterapeutyczne i poradnictwo psychologiczne</p> <p>8.2. zajęcia socjoterapeutyczne „Psychofigle” - prowadzone w dwóch grupach, tematyka: asertywność, komunikacja, autoprezentacja, myślenie twórcze, umiejętność współpracy, rozwiązywanie konfliktów, podejmowanie decyzji, stres i inne, zgodnie z Planem Pracy Psychologa na 2014r.</p> <p>8.3. poradnictwo psychologiczne – udzielanie wsparcia uczestnikom i ich rodzinom w rozwiązywaniu problemów życiowych</p> <p>8.4. zajęcia logopedyczne – dla uczestników wymagających terapii logopedycznej</p>	<p>raz w tygodniu</p> <p>zależnie od potrzeb</p> <p>raz w tygodniu</p>	<p>psycholog</p> <p>psycholog</p> <p>logopeda</p>
	<p>9. Zajęcia kulturalno – edukacyjne</p> <p>9.2. rozwijanie zainteresowania literaturą „Spotkania z literaturą”- zapoznanie się z prozą i poezją polską i światową, doskonalenie umiejętności głośnego czytania i recytacji.</p> <p>9.3. rozwijanie zainteresowania wydarzeniami społeczno – gospodarczymi regionu i świata „Prasówka” – przygotowanie informacji o bieżących wydarzeniach na świecie, w kraju i w regionie, prezentacja tych wiadomości na zebraniu społeczności Domu.</p>	<p>praca ciągła</p> <p>raz w tygodniu</p>	<p>wyznaczony terapeuta</p> <p>wyznaczony terapeuta</p>

Postępowanie wspierająco-aktywizujące c.d.	<p>9.4. „Kasztany TV” – tworzenie reportaży z codziennego funkcjonowania ŚDS i prezentowanie ich na zebraniach społeczności.</p>	co najmniej raz w miesiącu	wyznaczony terapeuta
	<p>9.5. zajęcia kulturalno – edukacyjne poza ŚDS - wyjścia do kina, na wystawy itp.</p>	co najmniej raz w miesiącu	wyznaczony terapeuta
	<p>9.6. zajęcia teatralno - muzyczne</p>	1 raz w tygodniu	wyznaczony terapeuta
	<p>10. Zajęcia w pracowni plastycznej i rękodzieła – poznawanie różnorodnych form plastycznych: papieroplastyka (ozdabianie ramek, wykonywanie figurek z masy plastycznej, techniki papier-mache), malarstwo, grafika (poznawanie różnych technik, stosowanie ich na papierze, płótnie, szkłe itp.) i inne.</p>	praca ciągła	wyznaczony terapeuta
	<p>11. Zajęcia w pracowni komputerowo – fotograficznej – nauka obsługi sprzętu i programów użytkowych, korzystania z Internetów i komunikatorów elektronicznych, nauka obsługi aparatu fotograficznego i cyfrowej obróbki zdjęć, prowadzenie Kroniki Domu, aktualizowanie strony internetowej ŚDS.</p>	praca ciągła	wyznaczony terapeuta
	<p>12. Zajęcia w pracowni technicznej - prace w drewnie i innych materiałach: wykonywanie ramek, półek, wypalanie wzorów, wycinanie różnych wzorów, naprawa i konserwacja sprzętów i narzędzi, nauka posługiwania się narzędziami takimi jak wiertarka, szlifierka itp.</p>	praca ciągła	wyznaczony terapeuta
	<p>13. Zajęcia relaksacyjne – nauka podstawowych technik relaksacyjnych przy wykorzystaniu m.in. wyposażenia pracowni doświadczania świata.</p>	praca ciągła	wyznaczony terapeuta
	<p>14. Trening lekowy – pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie wizyt u lekarza, pomoc w zakupie i regularnym przyjmowaniu leków, pomoc w dotarciu do lekarza, pomiar ciśnienia krwi.</p>	zależnie od potrzeb	wyznaczony terapeuta
<p>15. Pomoc w załatwianiu indywidualnych spraw życiowych – pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, pomoc w uzyskaniu należnych świadczeń, kontakty z rodziną uczestnika; dbanie o jak najmniejszą absencję uczestnika.</p>	zależnie od potrzeb	wszyscy terapeuci	

	Postępowanie wspierająco-aktywizujące c.d.	16. Praca Zespołu Wspierająco – Aktywizującego - przygotowywanie diagnozy wstępnej i jej okresowe weryfikacje, przygotowywanie indywidualnych planów postępowania wspierająco – aktywizującego uczestnika, monitorowanie realizacji tych planów i ich korygowanie, dokonywanie okresowej oceny funkcjonowania uczestnika (raz na 6 m-cy) oraz efektów terapii.	zebranie raz w tygodniu	kierownik
II.	Zarządzanie i administracja	1. Koordynowanie i monitorowanie pracy Zespołu Wspierająco – Aktywizującego	praca ciągła	kierownik
		2. Organizowanie szkoleń i doształcanie kadry, w tym superwizja Zespołu	co najmniej dwa razy w roku	kierownik
		3. Wewnętrzna kontrola dokumentacji zbiorczej i indywidualnej uczestników – ocena zgodności dokumentacji z wymogami formalnymi	raz na kwartał	kierownik
		5. Dbanie o właściwy poziom usług oraz bezpieczeństwo i higienę pracy	praca ciągła	kierownik
		6. Współpraca z władzami samorządowymi, organizacjami i instytucjami- szczególnie lokalnymi, mająca na celu optymalizację działań wobec osób przewlekle chorych psychicznie	praca ciągła	kierownik
		7. Pozyskiwanie funduszy – pozyskiwanie środków na standaryzację usług i realizację dodatkowych działań w ramach projektów, w tym współrealizowanych z Ełckim Stowarzyszeniem „Ostoja” i innymi.	praca ciągła	kierownik
		8. Kontrola zarządcza	praca ciągła	kierownik
		9. Prowadzenie sprawozdawczości		
		9.1. Wykonanie sprawozdań za 2014r.	w wyznaczonych terminach	kierownik
9.2. Wykonanie meldunków miesięcznych i kwartalnych oraz innych sprawozdań i informacji	w wyznaczonych terminach	kierownik		

Zarządzanie i administracja c.d.	10. Opracowanie planu pracy Domu na 2016 r.	do 15 listopada	kierownik
	11. Opracowywanie miesięcznych planów pracy w pracowniach	do 20-go dnia miesiąca poprzedzającego	wszyscy terapeuci
	12. Dbanie o dobry stan techniczny budynku i posesji, remonty bieżące, naprawy i konserwacje	praca ciągła	wyznaczony pracownik

Opracowała: Maria Ścierańska
tel. 664 318 051