

## ROCZNY PLAN PRACY

### ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY „KONICZYŃKA”

#### W BEŁCHATOWIE NA 2026 ROK

Środowiskowy Dom Samopomocy „Koniczynka” mieszczący się w Bełchatowie, przy ul. Św. Barbary 5 jest placówką dziennego pobytu typu ABC i zapewnia wsparcie życiowe i społeczne dla 60 osób:

- przewlekle chorych psychicznie (typ A),
- niepełnosprawnych intelektualnie (typ B),
- i wykazujących inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych (typ C).

Głównym celem działania Domu jest stałe poprawianie funkcjonowania osób, przy jednoczesnym umożliwieniu im pozostawania w naturalnym środowisku społecznym. Realizacja przyjętych założeń programowych odbywa się poprzez prowadzenie różnorodnych form aktywizacji kondycji psychofizycznych.

| <b>L.p.</b> | <b>Zakres działania</b>                                                                                          | <b>Formy, rodzaje, cele działania</b>                                                                                                                                                                 | <b>Metody pracy</b>                                                                                                                                                                                | <b>Przewidywane efekty</b>                                                                                                                                             | <b>Osoba prowadząca;<br/>osoba wspierająca;<br/>termin realizacji;<br/>liczba uczestników<br/>biorących udział</b> |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1.</b>   | <b>Kształtowanie,<br/>rozwijanie<br/>i utrzymywanie<br/>umiejętności<br/>niezbędnych w<br/>życiu codziennym.</b> | <b>1. Trening higieniczny.</b><br><b>Cel:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>– znajomość zasad codziennej higieny osobistej,</li><li>– utrwalenie nawyków dbania o higienę osobistą,</li></ul> | <b>Metody pracy:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>– słowna:<ul style="list-style-type: none"><li>• pogadanka</li><li>• wykład</li><li>• dyskusja</li></ul></li><li>– instruktaż</li></ul> | <b>Przewidywane efekty:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>– umiejętność mycia rąk, zębów, twarzy, włosów i całego ciała,</li><li>– higiena osobista,</li></ul> | <b>Osoba prowadząca:</b><br>starszy terapeuta<br><br><b>Osoba wspierająca:</b><br>star. terapeuta,<br>opiekun      |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                             |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– znajomość zasad estetycznego i higienicznego wyglądu,</li> <li>– wiedza na temat roli jaką odgrywa schludny, czysty ubiór i wygląd,</li> <li>– kształtowanie zachowań prozdrowotnych poprzez nabywanie właściwych nawyków higienicznych,</li> <li>– świadomość na temat estetycznego i schludnego wyglądu,</li> <li>– samokontrola czystości,</li> <li>– dbałość o właściwe kontakty interpersonalne,</li> <li>– dobre samopoczucie.</li> </ul> <p><b>Rodzaj działań:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– mycie rąk po wyjściu z toalety i przed posiłkami,</li> <li>– nawyk estetycznego i zgodnego z zasadami higieny korzystania z toalety,</li> <li>– zapoznanie z zasadami używania środków czystości oraz ich przeznaczeniem.</li> </ul> <p><b>Forma:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia indywidualne,</li> <li>– zajęcia grupowe.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– ćwiczenia praktyczne</li> <li>– ćwiczenia utrwalające</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wiedza na temat zasad korzystania z pomieszczeń sanitarnych,</li> <li>– umiejętność korzystania ze środków czystości,</li> <li>– umiejętność posługiwania się przyborami toaletowymi.</li> </ul> | <p><b><u>Termin realizacji:</u></b><br/>codziennie</p> <p><b><u>Liczba uczestników:</u></b><br/>wszyscy</p> |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <p><b>2. Trening porządkowy</b></p> <p><b>Cel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– umiejętność dbania o porządek i czystość (ustawianie krzeseł, wycieranie kurzu z mebli, mycie drzwi, parapetów, mebli, podłóg, wycieranie stołów przed posiłkami oraz po posiłkach),</li> <li>– umiejętność obsługi zmywarki</li> <li>– umiejętność doboru i zastosowania odpowiednich detergentów,</li> <li>– samodzielność i zaradność życiowa,</li> <li>– umiejętność zachowania bezpieczeństwa podczas wykonywanych zadań,.</li> </ul> <p><b>Rodzaj działań:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– kontynuacja wcześniej podjętych działań,</li> <li>– utrzymywanie porządku w miejscu, w którym przebywają uczestnicy,</li> <li>– segregowanie śmieci,</li> <li>– pranie i prasowanie odzieży,</li> <li>– obsługa sprzętu AGD.</li> </ul> <p><b>Forma:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia indywidualne,</li> <li>– zajęcia grupowe.</li> </ul> | <p><b>Metody pracy:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– pogadanka,</li> <li>– instruktaż,</li> <li>– zajęcia praktyczne tj.:</li> <li>• samodzielnie</li> <li>• z pomocą terapeuty</li> </ul> | <p><b>Przewidywane efekty:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– umiejętność dbania o ład i porządek w swoim otoczeniu,</li> <li>– umiejętność doboru i zastosowania odpowiednich detergentów podczas sprzątania,</li> <li>– umiejętność obsługi sprzętu AGD,</li> <li>– umiejętność przestrzegania zasad bezpieczeństwa podczas wykonywanych czynności,</li> <li>– samodzielność i niezależność życiowa.</li> </ul> | <p><b><u>Osoba prowadząca:</u></b><br/>instruktor terapii zajęciowej</p> <p><b><u>Osoba wspierająca:</u></b><br/>starszy terapeuta koordynator zespołu W-A, psycholog</p> <p><b><u>Termin realizacji:</u></b><br/>codziennie</p> <p><b><u>Liczba uczestników:</u></b><br/>wszyscy</p> |
|  |  | <p><b>3. Trening kulinarny</b></p> <p><b>Cel:</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <p><b>Metody pracy:</b></p> <p>a) zajęcia teoretyczne:</p>                                                                                                                                                 | <p><b>Przewidywane efekty:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– znajomość i umiejętność stosowania zasad higieny,</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p><b><u>Osoba prowadząca:</u></b><br/>starszy terapeuta</p>                                                                                                                                                                                                                          |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– umiejętność przygotowania prostego posiłku,</li> <li>– samodzielność,</li> <li>– propagowanie zdrowego stylu życia,</li> <li>– bezpieczeństwo podczas zajęć,</li> <li>– umiejętność współpracy w grupie,</li> <li>– zaradność,</li> <li>– umiejętność obsługi dostępnych urządzeń.</li> </ul> <p><b>Rodzaj działań:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– bezpieczne korzystanie z urządzeń AGD ( mikrofalówka, piekarnik, mikser, płyta indukcyjna),</li> <li>– zachowanie higieny podczas przygotowania posiłków (mycie rąk, mycie warzyw, dbałość o stanowisko pracy),</li> <li>– gotowanie, smażenie, krojenie przygotowywanie prostych potraw).</li> </ul> <p><b>Forma:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia indywidualne,</li> <li>– zajęcia grupowe.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– pogadanka</li> <li>– rozmowa</li> <li>– dyskusja</li> </ul> <p>b) zajęcia praktyczne:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– instruktaż,</li> <li>– samodzielna praca.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– znajomość podstawowych zasad zdrowego odżywiania,</li> <li>– umiejętność współpracy w grupie,</li> <li>– umiejętność właściwego przygotowywania produktów do użycia,</li> <li>– umiejętność przygotowywanie prostych potraw wg przepisów.</li> </ul> | <p><b><u>Osoba wspierająca:</u></b><br/>pomoc kuchenna, starszy instruktor terapii zajęciowej, instruktor terapii zajęciowej</p> <p><b><u>Termin realizacji:</u></b><br/>- codziennie</p> <p><b><u>Liczba uczestników:</u></b><br/><b><u>wszyscy</u></b></p> |
|  |  | <p><b>4. Trening budżetowy</b></p> <p><b>Cel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zarządzanie własnym budżetem,</li> <li>– planowanie i kontrola wydatków,</li> <li>– orientacja w wartości pieniądza.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p><b>Metody pracy:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia praktyczne,</li> <li>– instruktaż,</li> <li>– pogadanka.</li> </ul>                                                                                 | <p><b>Przewidywane efekty:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– orientacja w źródłach dochodu,</li> <li>– dobrze zaplanowany budżet miesięczny,</li> </ul>                                                                                                                        | <p><b><u>Osoba prowadząca:</u></b><br/>starszy terapeuta</p> <p><b><u>Osoba wspierająca:</u></b><br/>starszy terapeuta</p>                                                                                                                                   |

|    |                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                                                | <p><b>Rodzaj działań:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– kontynuacja działań wcześniej podjętych,</li> <li>– orientacja w źródłach dochodów,</li> <li>– planowanie miesięcznych wydatków,</li> <li>– orientacja w cenach,</li> <li>– robienie listy zakupów.</li> </ul> <p><b>Forma:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia indywidualne,</li> <li>– zajęcia grupowe.</li> </ul>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>– samodzielność finansowa (bez pożyczania od sąsiadów, znajomych),</li> <li>– umiejętność zaplanowania większych zakupów,</li> <li>– oszczędność,</li> <li>– umiejętność określania własnych potrzeb i rezygnacja z niepotrzebnych artykułów.</li> </ul>                                                                                                                                                                                               | <p><b><u>Termin realizacji:</u></b></p> <p>- w zależności od potrzeb</p> <p><b><u>Liczba uczestników:</u></b></p> <p><b>7</b></p>                                                                                                                |
| 2. | <p><b>Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych – społeczność terapeutyczna</b></p> | <p><b>Cel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– doskonalenie swoich kompetencji psychospołecznych,</li> <li>– omawianie wspólne spraw i problemów zgłaszanych społeczności na bieżąco przez uczestników,</li> <li>– ustalanie obowiązków i dyżurów w ramach aktywizacji psychospołecznej,</li> <li>– kształtowanie reguł współżycia w grupie,</li> <li>– pokonywanie codziennych trudności,</li> </ul> | <p><b>Metody pracy:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– pogadanka,</li> <li>– mini wykład,</li> <li>– dyskusja,</li> <li>– debata,</li> <li>– mini wykład,</li> <li>– burza mózgów,</li> <li>– metody projekcyjne, aktywizujące,</li> <li>– metody zabawowe.</li> </ul> | <p><b>Przewidywane efekty:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– aktywność podczas zajęć,</li> <li>– znajomość i umiejętność zastosowania form grzecznościowych,</li> <li>– umiejętność wypowiadania się na forum grupy,</li> <li>– umiejętność prowadzenia rozmowy,</li> <li>– dokładne i z zaangażowaniem wysłuchiwanie wypowiedzi innych osób z otoczenia,</li> <li>– umiejętność zadawanie pytań, a w sytuacjach niejasności umiejętność poproszenia o wyjaśnienie,</li> </ul> | <p><b><u>Osoba prowadząca:</u></b></p> <p>psycholog</p> <p><b><u>Osoba wspierająca:</u></b></p> <p>starszy terapeuta</p> <p><b><u>Termin realizacji:</u></b></p> <p>- raz w tygodniu</p> <p><b><u>Liczba uczestników:</u></b></p> <p>wszyscy</p> |

|    |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                            |
|----|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>– decydowanie o sposobie spędzania czasu wolnego,</li> <li>– kształtowanie otwartości i naturalności w relacjach grupowych,</li> <li>– integracja i współpraca grupy</li> </ul> <p><b>Rodzaj działań:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ćwiczenia podnoszące mające na celu kształtowanie kompetencji psychospołecznych,</li> <li>– ćwiczenia rozwijające umiejętności prawidłowego komunikowania się, uważnego słuchania, budowania pozytywnych relacji z innymi ludźmi, radzenia sobie w sytuacjach konfliktu,</li> <li>– ćwiczenia pomagające rozumieć zachowania własne jak i innych osób.</li> </ul> <p><b>Forma:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia indywidualne,</li> <li>– zajęcia grupowe.</li> </ul> |                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>– empatia w kontakcie z drugim człowiekiem,</li> <li>– umiejętność rozpoznawania sytuacji konfliktowych i radzenia sobie z nimi,</li> <li>– znajomość i przestrzeganie zasad współżycia w grupie.</li> </ul> |                                                                                                                                                            |
| 3. | <b>Kształtowanie umiejętności spędzania czasu wolnego.</b> | <p><b>Cel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– umiejętność doboru form spędzania czasu wolnego,</li> <li>– właściwe relacje z grupą,</li> <li>– współpraca z zespołem,</li> <li>– aktywność,</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <p><b>Metody pracy:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– prezentacje multimedialne (radiowe, telewizyjne, komputerowe),</li> </ul> | <p><b>Przewidywane efekty:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– umiejętność wyboru najlepszych dla siebie form aktywności,</li> <li>– stosowanie pozytywnych wzorców spędzania czasu wolnego,</li> </ul>                                | <p><b><u>Osoba prowadząca:</u></b><br/>starszy terapeuta</p> <p><b><u>Osoba wspierająca:</u></b><br/>terapeuta</p> <p><b><u>Termin realizacji:</u></b></p> |

|    |                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                             |
|----|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>– umiejętność planowania i realizowania zadań,</li> <li>– rozwój zainteresowań,</li> <li>– świadoma dyscyplina.</li> </ul> <p><b>Rodzaj działań:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia biblioterapeutyczne,</li> <li>– zajęcia muzykoterapeutyczne,</li> <li>– relaksacja,</li> <li>– projekcje filmowe,</li> <li>– gry stolikowe,</li> <li>– gry zręcznościowe,</li> <li>– gry i zabawy ruchowe,</li> <li>– spacerowanie,</li> <li>– zajęcia komputerowe.</li> </ul> <p><b>Forma:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia indywidualne,</li> <li>– zajęcia grupowe.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– spotkania towarzyskie,</li> <li>– pogadanki,</li> <li>– zajęcia praktyczne.</li> </ul>                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>– właściwe gospodarowanie swoim czasem wolnym ze zwróceniem uwagi na to, by nie przeszkadzać w tym czasie innym,</li> <li>– korzystanie z instytucji kulturalnych (biblioteka, kino) i właściwe w nich zachowanie się,</li> <li>– żywe zainteresowanie audycjami radiowymi i telewizyjnymi</li> <li>– rozwój aktywnej formy wypoczynku.</li> </ul> | <p><b>codziennie</b></p> <p><b><u>Liczba uczestników:</u></b><br/>wszyscy</p>                                                                                               |
| 4. | Pomoc psychologiczna | <p><b>Indywidualne poradnictwo psychologiczne.</b></p> <p><b>Cel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– umiejętność regulowania stanów emocjonalnych,</li> <li>– umiejętność radzenia sobie z trudnymi emocjami,</li> <li>– wgląd w proces chorobowy i rozumienie siebie,</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p><b>Metody pracy:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– rozmowa,</li> <li>– poradnictwo,</li> <li>– dyskusja,</li> <li>– psychoedukacja,</li> <li>– obserwacja.</li> </ul> | <p><b>Przewidywane efekty:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– umiejętność wyrażania zainteresowania i troskę o siebie,</li> <li>– umiejętność proszenia o pomoc w sytuacji dla siebie trudnej,</li> <li>– wgląd w swoje potrzeby i oczekiwania,</li> <li>– znajomość swoich mocnych i słabych strony,</li> </ul>                                                            | <p><b><u>Osoba prowadząca:</u></b><br/>psycholog</p> <p><b><u>Termin realizacji:</u></b><br/>wg potrzeb</p> <p><b><u>Liczba uczestników:</u></b><br/>wszyscy wg potrzeb</p> |

|    |                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>– motywacja do aktywności psychospołecznej,</li> <li>– umiejętność w radzeniu sobie ze stanami napięcia psychofizycznego.</li> </ul> <p><b><u>Rodzaj działań:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– indywidualne konsultacje psychologiczne i rozmowy dotyczące bieżących spraw i trudności uczestników,</li> <li>– terapia psychologiczna,</li> <li>– interwencja kryzysowa w nagłych sytuacjach.</li> </ul> <p><b><u>Forma:</u></b><br/>Zajęcia indywidualne</p> |                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>– umiejętność rozpoznawania i nazywania emocji u siebie i u innych,,</li> <li>– skuteczna komunikacja,</li> <li>– współpraca w zespole,</li> <li>– zaufanie do grupy,</li> <li>– pozytywny obraz własnej osoby,</li> <li>– konstruktywne rozwiązywanie powstałych konfliktów,</li> <li>– zaradność w trudnych sytuacjach.</li> </ul>                 |                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 5. | <b>Pomoc w realizacji spraw urzędowych i kontaktach z instytucjami – praca socjalna</b> | <p><b><u>Cel:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– pokonanie trudnej sytuacji życiowej,</li> <li>– wiedza na temat przysługujących form pomocy,</li> <li>– umiejętność szukania pomocy w celu rozwiązania problemów dnia codziennego,</li> <li>– umiejętności komunikacyjne,</li> <li>– umiejętność zachowania się w miejscu publicznym.</li> </ul> <p><b><u>Rodzaj działań:</u></b></p>                                                                                                                 | <p><b><u>Metody pracy:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– rozmowa,</li> <li>– pogadanka,</li> <li>– instruktaż.</li> </ul> | <p><b><u>Przewidywane efekty:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– poprawa sytuacji życiowej poprzez pozyskanie środków do zaspokojenia niezbędnych potrzeb (zasiłek celowy, zasiłek ośłonowy, dodatek mieszkaniowy),</li> <li>– poprawność w definiowaniu swoich problemów i potrzeb,</li> <li>– swoboda w wypowiedaniu się w grupie, w rozmowie z urzędnikiem,</li> </ul> | <p><b><u>Osoba prowadząca:</u></b><br/>pracownik socjalny</p> <p><b><u>Osoba wspierająca:</u></b><br/>starszy terapeuta</p> <p><b><u>Termin realizacji:</u></b><br/>według potrzeb</p> <p><b><u>Liczba uczestników:</u></b><br/>wszyscy w zależności od potrzeb</p> |

|    |                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>– ukierunkowanie uczestnika w podejmowanych działaniach ,</li> <li>– zaznajomienie z formami pomocy przysługującymi uczestnikowi,</li> <li>– prowadzenie konwersacji dotyczącej spraw bieżących,</li> <li>– prowadzenie zajęć terapeutycznych na temat kultury osobistej oraz wypowiedzi.</li> </ul> <p><b>Forma:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia indywidualne</li> <li>– zajęcia grupowe.</li> </ul>                                                                                                                          |                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>– zachowanie zgodne z przyjętymi normami.</li> </ul>                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 6. | <b>Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych.</b> | <p><b>Cel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– wydłużenie okresu remisji w chorobie,</li> <li>– wyrobienie nawyku regularnych wizyt w poradni specjalistycznej.</li> </ul> <p><b>Rodzaj działań:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– rejestracja do lekarza pierwszego kontaktu i do poradni specjalistycznych,</li> <li>– monitorowanie regularnej farmakoterapii i terminów wizyt w PZP oraz w innych poradniach specjalistycznych,</li> <li>– pomoc w przedłużeniu zleconych leków i realizacji recept,</li> <li>– kontakt z uczestnikami telefoniczny</li> </ul> | <p><b>Metody pracy:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– pogadanka,</li> <li>– instruktaż,</li> <li>– ćwiczenia,</li> <li>– dyskusja.</li> </ul> | <p><b>Przewidywane efekty:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– umiejętność samodzielnego zarejestrowania się do lekarza,</li> <li>– samodzielność podczas realizacji recept,</li> <li>– systematyczność w przyjmowaniu leków zleconych przez lekarza.</li> </ul> | <p><b><u>Osoba prowadząca:</u></b><br/>starszy terapeuta</p> <p><b><u>Osoba wspierająca:</u></b><br/>starszy terapeuta</p> <p><b><u>Termin realizacji:</u></b><br/>według potrzeb</p> <p><b><u>Liczba uczestników:</u></b><br/>w zależności od potrzeb</p> |

|    |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                | <p>lub osobisty z przebywającymi w szpitalu lub pozostającymi w domu,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– porady pielęgniarские (mierzenie ciśnienia, zakładanie opatrunków, pomoc w przypadku złego samopoczucia fizycznego).</li> </ul> <p><b>Forma:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia indywidualne.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 7. | Terapia Ruchem | <p><b>Cel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– aktywizacja,</li> <li>– koordynacja manualna i lokomocyjna,</li> <li>– równowaga lokomocyjna,</li> <li>– ogólna sprawność.</li> </ul> <p><b>Rodzaj działań:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ćwiczenia ogólnousprawniające (gry i zabawy, ćwiczenia przy muzyce, ćwiczenia z przyborami),</li> <li>– ćwiczenia poprawiające lokomocję (spacery, marsze, przejście po nierównym terenie, pokonywanie przeszkód),</li> <li>– ćwiczenia poprawiające samoobsługę (rolowanie, zginiatanie),</li> </ul> | <p><b>Metody pracy:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zadaniowa,</li> <li>– zabawowa,</li> <li>– pokaz,</li> <li>– naśladownictwo.</li> </ul> | <p><b>Przewidywane efekty:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– samodzielność i sprawność w zakresie lokomocji i samoobsługi,</li> <li>– odwaga w pokonywaniu przeszkód,</li> <li>– potrzeba doskonalenia zdobytych umiejętności.</li> </ul> | <p><b><u>Osoba prowadząca:</u></b><br/>starszy terapeuta</p> <p><b><u>Osoba wspierająca:</u></b><br/>starszy terapeuta</p> <p><b><u>Termin realizacji:</u></b><br/>trzy razy w tygodniu</p> <p><b><u>Liczba uczestników:</u></b><br/>7 - zaj. indywidualne<br/>wszyscy – zaj. grupowe</p> |

|    |                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>– ćwiczenia na przyrządach (stepper, rotor kkg, rower, pochylnia, schody).</li> </ul> <p><b>Forma:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia indywidualne,</li> <li>– zajęcia grupowe.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 8. | <b>Rozwijanie umiejętności praktycznych oraz przydatnych do podjęcia aktywności zawodowej</b> | <p><b>Terapia zajęciowa</b></p> <p><b>Cel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– sprawność w zakresie sfery manualnej (motoryki małej) i koordynacji wzrokowo - ruchowej,</li> <li>– wydłużenie koncentracji uwagi,</li> <li>– redukcja napięć emocjonalnych,</li> <li>– relaks, wyciszenie,</li> <li>– rozwój wrażliwości estetycznej oraz indywidualnych zdolności twórczych.</li> </ul> <p><b>Rodzaj działań:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia malarskie,</li> <li>– zajęcia ceramiczne,</li> <li>– zajęcia rękodzielnicze,</li> <li>– zajęcia plastyczne.</li> </ul> <p><b>Forma:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia indywidualne,</li> <li>– zajęcia grupowe,</li> <li>– zajęcia warsztatowe,</li> <li>– wizyty w muzeach,</li> </ul> | <p><b>Metody pracy:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– słowna (objaśnianie, pogadanka, instruktaż),</li> <li>– swobodnej ekspresji,</li> <li>– zadań inspirujących,</li> <li>– aktywizująca,</li> <li>– odtwórcza,</li> <li>– ćwiczeń utrwalających,</li> <li>– eksponująca,,</li> <li>– oglądowa.</li> </ul> | <p><b>Przewidywane efekty:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– umiejętność posługiwania się podstawowymi narzędziami i materiałami plastycznymi,</li> <li>– znajomość różnych technik, umiejętność łączenia ich,</li> <li>– zmniejszony poziom napięcia poprzez wyrażenie swoich lęków, obaw środkami artystycznymi,</li> <li>– wyciszenie, relaks,</li> <li>– wrażliwość,</li> <li>– dokładność,</li> <li>– staranność,</li> <li>– cierpliwość,</li> <li>– kreatywność,</li> <li>– pewność siebie,</li> <li>– aktywne uczestnictwo w kulturze poprzez udział w konkursach, przeglądach, wystawach itp.</li> </ul> | <p><b><u>Osoba prowadząca:</u></b><br/>starszy terapeuta</p> <p><b><u>Osoba wspierająca:</u></b><br/>starszy terapeuta, starszy instruktor terapii zajęciowej</p> <p><b><u>Termin realizacji:</u></b><br/>z. indywidualne – codziennie,<br/><br/>z. grupowe – raz w tygodniu</p> <p><b><u>Liczba uczestników:</u></b><br/>Zajęcia indywidualne:<br/>malarskie – 8<br/>ceramiczne – 2<br/>rękodzielnicze – 8<br/>plastyczne – 10</p> |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | – udział w konkursach, przeglądach, wystawach.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | zaj. grupowe:<br>wszyscy                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|  |  | <p><b>Zajęcia praktyczno-techniczne i warsztaty stolarskie</b></p> <p><b>Cel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– umiejętność samodzielnego wykonywania prostych czynności,</li> <li>– utrwalanie poznanych technik,</li> <li>– rozwój motoryki małej.</li> </ul> <p><b>Rodzaj działań:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– odnawianie mebli ogrodowych (czyszczenie, szlifowanie, malowanie),</li> <li>– wykonywanie ramek (sklejanie, malowanie).</li> </ul> <p><b>Forma:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia indywidualne,</li> <li>– zajęcia grupowe.</li> </ul> | <p><b>Metody pracy:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– elementy ergoterapii,</li> <li>– elementy socjoterapii.</li> </ul> | <p><b>Przewidywane efekty:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– potrafi oczyścić powierzchnię poddawaną obróbce,</li> <li>– potrafi przygotować powierzchnię do malowania,</li> <li>– potrafi malować, posługiwać się pędzlem, wałkiem,</li> <li>– potrafi współpracować w grupie,</li> <li>– przestrzega zasad BHP.</li> </ul> | <p><b><u>Osoba prowadząca:</u></b><br/>starszy instruktor terapii zajęciowej</p> <p><b><u>Osoba wspierająca:</u></b><br/>terapeuta</p> <p><b><u>Termin realizacji:</u></b> 1 raz w tygodniu lub w zależności od potrzeb</p> <p><b><u>Liczba uczestników:</u></b><br/>3 – zajęcia indywidualne</p> |
|  |  | <p><b>Ogrodnictwo</b></p> <p><b>Cel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– pracowitość,</li> <li>– umiejętność pielęgnowania roślin ogrodowych,</li> <li>– wiedza z zakresu zasad bezpiecznej obsługi narzędzi ogrodniczych,</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <p><b>Metody pracy::</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia praktyczne z elementami i socjoterapii.</li> </ul>        | <p><b>Przewidywane efekty:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– umiejętność bezpiecznego posługiwania się prostymi narzędziami ogrodniczymi,</li> <li>– zdobycie wiedzy na temat utrzymania i pielęgnacji ogrodu oraz uprawy warzyw i kwiatów,</li> </ul>                                                                       | <p><b><u>Osoba prowadząca:</u></b><br/>terapeuta</p> <p><b><u>Osoba wspierająca:</u></b><br/>starszy instruktor terapii zajęciowej</p> <p><b><u>Termin realizacji:</u></b></p>                                                                                                                    |

|    |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                     |
|----|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wiedza z zakresu utrzymania porządku w ogrodzie, uprawy kwiatów i warzyw,</li> <li>– utrzymanie w czystości terenu przyległego do placówki,</li> <li>– umiejętność współpracy w grupie,</li> <li>– aktywne spędzanie czasu wolnego – rekreacja.</li> </ul> <p><b>Rodzaj działań:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– uprawa roślin ozdobnych,</li> <li>– uprawa roślin jadalnych (sałata, rzodkiewka, pomidory koktajlowe, pietruszka, ogórki),</li> <li>– pielienie,</li> <li>– podlewanie podczas słonecznych dni grządek z warzywami,</li> <li>– obsługa i konserwacja narzędzi ogrodniczych,</li> <li>– koszenie i grabienie trawy</li> <li>– zajęcia integracyjne w ogrodzie.</li> </ul> <p><b>Forma:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia indywidualne,</li> <li>– zajęcia grupowe.</li> </ul> |                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wyrobienie nawyku dbania o czystość otaczającego terenu,</li> <li>– umiejętność współpracy w grupie,</li> <li>– integracja,</li> <li>– aktywny wypoczynek.</li> </ul> | według potrzeb<br><b><u>Liczba uczestników:</u></b><br>7                                                            |
| 9. | Niezbędna opieka | <p><b>Cel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– bezpieczeństwo uczestników w ośrodku oraz podczas transportu do ośrodka i do domu,</li> <li>– dobre samopoczucie uczestników,</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <p><b>Metody pracy:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– rozmowy indywidualne,</li> <li>– obserwacja,</li> </ul> | <p><b>Przewidywane efekty:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– stabilny stan psychofizyczny uczestników,</li> <li>– zadowolenie uczestników z otrzymanego wsparcia,</li> </ul>                    | <p><b><u>Osoba prowadząca:</u></b><br/> opiekun</p> <p><b><u>Osoba wspierająca:</u></b><br/> wszyscy członkowie</p> |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                             |                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                           |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– odpowiednie i szybkie reagowanie na zmiany stanu psychofizycznego uczestników.</li> </ul> <p><b>Rodzaj działań:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– monitorowanie stanu psychofizycznego uczestników podczas pobytu w Domu,</li> <li>– pomoc w czynnościach samoobsługowych uczestnikom wymagającym pomocy,</li> <li>– sprawowanie nadzoru przez personel nad bezpieczeństwem uczestników,</li> <li>– sprawowanie opieki nad osobami w czasie dowozu do ŚDS i odwozu do miejsca zamieszkania.</li> </ul> <p><b>Forma:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– zajęcia indywidualne,</li> <li>– zajęcia grupowe.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– pierwsza pomoc przedmedyczna,</li> <li>– rozmowa z uczestnikami,</li> <li>– obserwacja.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– aktywne uczestnictwo w zajęciach.</li> </ul> | <p>zespołu wspierająco-aktywizującego</p> <p><b><u>Termin realizacji:</u></b><br/>codziennie</p> <p><b><u>Liczba uczestników:</u></b><br/>13 - podczas transportu<br/>13 – wspomaganie w czynnościach samoobsługowych</p> |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Inne formy działalności Domu (w przypadku wznowionej działalności w formie sprzed pandemii)**

| L.p. | Treść działania | Formy pracy | Termin realizacji | Osoba odpowiedzialna |
|------|-----------------|-------------|-------------------|----------------------|
|------|-----------------|-------------|-------------------|----------------------|

|          |                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                   |                                                                                     |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1</b> | <b>Uroczystości i spotkania okolicznościowe</b>                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Walentynki</li> <li>– Zabawa Ostatkowa</li> <li>– Dzień Kobiet</li> <li>– Urodziny uczestników</li> <li>– Śniadanie Wielkanocne</li> <li>– Andrzejki</li> <li>– Mikołajki</li> <li>– Wieczera Wigilijna</li> <li>– Zabawa Sylwestrowa</li> </ul>                  | Cały rok – zgodnie z kalendarzem. | Dyrektor ŚDS<br>Zastępca dyrektora ŚDS<br>Zespół Wspierająco-Aktywizujący           |
| <b>2</b> | <b>Wyjazdowe spotkania integracyjne i przeglądy twórczości osób niepełnosprawnych</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Organizacja spotkań na terenie Domu oraz w innych zaprzyjaźnionych środowiskowych domach samopomocy</li> <li>– Udział w imprezach poza placówką</li> <li>– Przeglądy twórczości osób niepełnosprawnych (konkursy plastyczne, muzyczne, sportowe, itp.)</li> </ul> | Cały rok – zgodnie z kalendarzem. | Koordinator zespołu wspierająco - aktywizującego<br>Zespół Wspierająco-Aktywizujący |
| <b>3</b> | <b>Wycieczki</b>                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Wrocław</li> <li>– Warszawa</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                            | czerwiec<br>wrzesień              | Dyrektor ŚDS<br>Zastępca dyrektora ŚDS<br>Zespół Wspierająco-Aktywizujący           |
| <b>4</b> | <b>Prace na rzecz uczestników</b>                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Wykonywanie drobnych napraw sprzętu w środowiskach domowych uczestników Domu.</li> </ul>                                                                                                                                                                          | Według potrzeb                    | Terapeuta, instruktor terapii zajęciowej / konserwator                              |

#### **HARMONOGRAM PLANOWANYCH DZIAŁAŃ W ROZKŁADZIE MIESIĘCZNYM**

|         |                                                                                                              |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| STYCZEŃ | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. II Bal karnawałowy.</li> <li>2. Dzień ptysia.</li> </ol>           |
| LUTY    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Walentynki.</li> <li>2. Tłusty czwartek – dzień pączka.</li> </ol> |

|             |                                                                                                                                                                          |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| MARZEC      | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dzień kobiet.</li> <li>2. Dzień piekarzy i cukierników.</li> </ol>                                                             |
| KWIECIEŃ    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Święta Wielkanocne.</li> <li>2. Światowy dzień zdrowia.</li> </ol>                                                             |
| MAJ         | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dzień Matki.</li> <li>2. Dzień owoców.</li> </ol>                                                                              |
| CZERWIEC    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dzień dziecka i dzień ojca.</li> <li>2. Dwudniowa wycieczka do Wrocławia.</li> </ol>                                           |
| LIPIEC      | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dzień bez telefonu.</li> <li>2. Spotkania w ogrodzie – grillowanie, relaks na świeżym powietrzu, integracja.</li> </ol>        |
| SIERPIEŃ    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Międzynarodowy dzień kota.</li> <li>2. Spotkania w ogrodzie – grillowanie, relaks na świeżym powietrzu, integracja.</li> </ol> |
| WRZESIEŃ    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dzień chłopaka.</li> <li>2. Dwudniowa wycieczka do Warszawy.</li> </ol>                                                        |
| PAŹDZIERNIK | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego.</li> <li>2. III Konkurs plastyczny organizowany przez ŚDS „Koniczynka”.</li> </ol>        |
| LISTOPAD    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Święto zmarłych.</li> <li>2. Dzień Niepodległości.</li> </ol>                                                                  |
| GRUDZIEŃ    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mikołajki.</li> <li>2. Boże Narodzenie i Sylwester.</li> </ol>                                                                 |

**WYKAZ OSÓB ODPOWIEDZIALNYCH ZA REALIZACJĘ PROPONOWANYCH FORM WSPARCIA**

|                                                                                          |                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b><u>1. dyrektor</u></b><br>1 etat<br>umowa na czas nieokreślony<br>staż pracy: 24 lata | <b>Wykształcenie:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– mgr pedagogiki specjalnej - pedagogika korekcyjna,</li> <li>– studia podyplomowe: Oligofrenopedagogika,</li> </ul> |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>– studia podyplomowe: Organizacja Pomocy Społecznej</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b><u>2. zastępca dyrektora</u></b><br>1 etat<br>umowa na czas nieokreślony<br>staż pracy: 22 lata                                                 | <b>Wykształcenie:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Państwowa Szkoła Muzyczna II stopnia (muzyk- instrumentalista),</li> <li>– studia licencjackie: Praca socjalna,</li> <li>– studia podyplomowe: Organizacja Pomocy Społecznej.</li> </ul>                                                                                                                              |
| <b><u>3. starszy terapeuta - koordynator zespołu wspierająco-aktywizującego</u></b><br>1 etat<br>umowa na czas nieokreślony<br>staż pracy: 24 lata | <b>Wykształcenie:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– mgr fizjoterapii,</li> <li>– Studium Terapii Manualnej i Studium Muzyczno-Teatralnych Form Ruchowych,</li> <li>– studia podyplomowe: Organizacja Pomocy Społecznej.</li> </ul>                                                                                                                                        |
| <b><u>4. psycholog</u></b><br>1 etat<br>umowa na czas nieokreślony<br>staż pracy: 22 lata                                                          | <b>Wykształcenie:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– mgr psychologii</li> </ul> <p>Ukończone kursy i szkolenia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Podnoszenie kompetencji kadr medycznych uczestniczących w realizacji profilaktycznej opieki psychiatrycznej w tym wczesnego wykrywania objawów zaburzeń psychicznych,</li> <li>– Superwizja w ŚDS.</li> </ul> |
| <b><u>5. Pracownik socjalny</u></b><br>1 etat<br>umowa na czas nieokreślony<br>staż pracy: 6 lat                                                   | <b>Wykształcenie:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– wyższe magisterskie – praca socjalna II stopnia</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b><u>6. Starszy terapeuta</u></b>                                                                                                                 | <b>Wykształcenie:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

|                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 etat<br>umowa na czas nieokreślony<br>staż pracy: 33 lata                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Studium Zawodowe: Terapia Zajęciowa,</li> <li>– mgr pedagogiki: Pedagogika opiekuńczo - wychowawcza i pracy socjalnej,</li> <li>– studia podyplomowe: Organizacja Pomocy Społecznej.</li> </ul>               |
| <b><u>7. Starszy terapeuta</u></b><br>1 etat<br>umowa na czas nieokreślony<br>staż pracy: 22 lata | <b>Wykształcenie:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– mgr filologii polskiej,</li> <li>– studia podyplomowe: Informatyka i technologie informacyjne,</li> <li>– studia podyplomowe: Terapia pedagogiczna z elementami arteterapii.</li> </ul> |
| <b><u>8. Starszy terapeuta</u></b><br>1 etat<br>umowa na czas nieokreślony<br>staż pracy: 25 lat  | <b>Wykształcenie:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– mgr sztuki - edukacja artystyczna w zakresie sztuk plastycznych,</li> <li>– Studia Podyplomowe – Terapia pedagogiczna z arteterapią.</li> </ul>                                         |
| <b><u>9. Starszy terapeuta</u></b><br>1 etat<br>umowa na czas nieokreślony<br>staż pracy: 17 lat  | <b>Wykształcenie:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– mgr pedagogiki,</li> <li>– Studia Podyplomowe - Terapia zajęciowa.</li> </ul>                                                                                                           |
| <b><u>10. Terapeuta</u></b><br>1 etat<br>umowa na czas nieokreślony<br>staż pracy: 20 lat         | <b>Wykształcenie:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– mgr pedagogiki: pedagogika opiekuńczo – wychowawcza i pracy socjalnej,</li> <li>– Policealna Szkoła Medyczna – terapeuta zajęciowy.</li> </ul>                                          |
| <b><u>11. Starszy terapeuta</u></b><br>1 etat                                                     | <b>Wykształcenie:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– mgr pedagogiki: pedagogika opiekuńczo – wychowawcza,</li> </ul>                                                                                                                         |

|                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| umowa na czas nieokreślony<br>staż pracy: 20 lat                                                                       | – studia podyplomowe: profilaktyka i terapia uzależnień.                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b><u>12. Starszy instruktor terapii zajęciowej</u></b><br>1 etat<br>umowa na czas nieokreślony<br>staż pracy: 23 lata | <b>Wykształcenie:</b><br>– Technikum Przemysłu Drzewnego<br>w Zespole Szkół Rzemiosł Artystycznych,<br><br>– Niepubliczna Policealna Szkoła Zawodowa – instruktor terapii zajęciowej.                                                                                                                 |
| <b><u>13. Instruktor terapii zajęciowej</u></b>                                                                        | <b>Wykształcenie:</b><br>– średnie.<br><br>Ukończone kursy i szkolenia:<br>– Trening umiejętności społecznych,<br>– Trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się , w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej. |
| <b><u>14. Pomoc kuchenna</u></b><br>1 etat<br>umowa na czas nieokreślony<br>staż pracy: 19 lat                         | <b>Wykształcenie:</b><br>– średnie.<br><br>Ukończone kursy i szkolenia:<br>– Trening umiejętności społecznych,<br>– Trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się , w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej. |
| <b><u>15. Opiekun</u></b><br>1 etat<br>umowa na czas nieokreślony<br>staż pracy: 10 lat                                | <b>Wykształcenie:</b><br>– średnie.<br><br>Ukończone kursy i szkolenia:<br>– Trening umiejętności społecznych,                                                                                                                                                                                        |

|  |                                                                                                                                                                                     |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | – Trening umiejętności komunikacyjnych, w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się , w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej, |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**WYKAZ PODMIOTÓW, Z KTÓRYMI WSPÓŁPRACUJE DOM I ICH UDZIAŁ W ZAPEWNIENIU INTEGRACJI SPOŁECZNEJ UCZESTNIKÓW:**

| Lp. | współpraca z podmiotami wymienionymi w <u>§ 21</u><br>rozporządzenia w sprawie śds                                                                      | Efekty współpracy                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | Rodzina, opiekunowie                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wiedza na temat zachowania uczestnika w domu i w ośrodku,</li> <li>– dwustronne wsparcie w podejmowaniu decyzji związanych z działaniami terapeutycznymi ukierunkowanymi na osiągnięcie zamierzonego efektu,</li> <li>– wsparcie psychologiczne,</li> <li>– wiedza na temat postępów i trudności w realizacji zadań przez uczestników</li> </ul> |
| 2.  | Poradnia Zdrowia Psychicznego, Poradnia Psychiatryczna „Wolmed”, Szpital Psychiatryczny, Zespół Leczenia Środowiskowego, inne zakłady opieki zdrowotnej | <ul style="list-style-type: none"> <li>– indywidualny kontakt z lekarzami różnych specjalizacji a przede wszystkim z psychiatrami, lekarzami rodzinnymi, stomatologami,</li> <li>– współpraca z PZP w zakresie udostępniania pacjentom</li> </ul>                                                                                                                                         |

|    |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                    | <p>oferty Domu i pozyskiwania nowych uczestników</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– systematyczność wizyt uczestników u lekarzy specjalistów,</li> <li>– wnikliwa wiedza na temat stanu zdrowia uczestników,</li> <li>– rozpowszechnienie informacji w społeczności lokalnej na temat istnienia Środowiskowego Domu Samopomocy „Koniczynka” i udostępnianie oferty Domu</li> </ul> |
| 3. | <b>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Bełchatowie</b>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>– poprawa sytuacji materialnej i bytowej uczestników,</li> <li>– wiedza na temat osób potrzebujących wsparcia ŚDS.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                         |
| 4. | <b>Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Bełchatowie</b>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>– dofinansowanie do wycieczek dla uczestników ŚDS ze środków PFRON,</li> <li>– zapobieganie wykluczeniu społecznemu</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                        |
| 5. | <b>Miejska i Powiatowa Biblioteka w Bełchatowie</b>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>– umiejętność zachowania się w miejscu publicznym</li> <li>– propagowanie wiedzy o ośrodku poprzez organizowanie wystaw prac uczestników na terenie biblioteki</li> <li>– zapobieganie wykluczeniu społecznemu</li> </ul>                                                                                                                             |
| 6. | <b>Liceum Ogólnokształcące im. Adama Mickiewicza w Bełchatowie</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– propagowanie wiedzy o ośrodku poprzez współorganizowanie wystaw prac plastycznych</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                        |

|    |                                                                   |                                                                                                                                            |
|----|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                   | uczestników ŚDS Bełchatów                                                                                                                  |
| 7. | <b>Szkoła Podstawowa im. Kornela Makuszyńskiego w Bełchatowie</b> | – zapobieganie wykluczeniu społecznemu poprzez udział uczestników ŚDS w uroczystościach patriotycznych organizowanych przez uczniów szkoły |
| 8. | <b>Przedszkole Samorządowe pod Topolą w Bełchatowie</b>           | – integracja i poczucie akceptacji osób z niepełnosprawnościami poprzez udział w wydarzeniach przedszkolnych o charakterze edukacyjnym     |

**Harmonogram pracy Środowiskowego Domu Samopomocy „Koniczynka” w Bełchatowie:**

7.30 - 8.15 Przyjazd uczestników na zajęcia, przygotowanie do zajęć

8.15 - 9.30 Trening kulinarny

9.30 - 12.30 Treningi indywidualne i grupowe w poszczególnych salach ,w tym również terapia zajęciowa

12.30 - 12.45 Gorący posiłek (opieka, pomoc w spożywaniu posiłków)

12.45-14.30 Treningi indywidualne i grupowe w grupach w poszczególnych salach, w tym również terapia zajęciowa

14.30 -15.30 Rozwożenie uczestników do domów, porządkowanie sal, uzupełnianie dokumentacji.

**Wszystkie osoby zatrudnione w Środowiskowym Domu Samopomocy „Koniczynka” (nie tylko specjaliści), posiadają dłuższy niż półroczny staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi .**

**Planowane, zaproponowane przez zespół wspierająco – aktywizujący szkolenia w 2026 roku:**

1. Trening umiejętności społecznych.

2. Trening umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się.
3. Pierwsza pomoc przedmedyczna.
4. Inne szkolenia wg zgłaszanych potrzeb.

**Zatwierdzenie Prezydenta Miasta Bełchatowa:**

PREZYDENT MIASTA  
  
Patryk Marjan

**Sporządził:**

DYREKTOR  
Środowiskowego Domu Samopomocy  
"Koniczynka" w Bełchatowie  
  
mgr Ewa Kościńska