

Plan pracy
Środowiskowego Domu Samopomocy w Łasku
na rok 2019.

1. Cel ogólny

Celem ogólnym działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Łasku jest osiągnięcie przez osoby z zaburzeniami psychicznymi umiejętności jak najbardziej samodzielnego pełnienia ról życiowych i społecznych.

Dom przeznaczony jest dla 30 osób z zaburzeniami psychicznymi, w tym:

- a) osób przewlekle psychicznie chorych - typ A,
- b) osób z niepełnosprawnością intelektualną - typ B,
- c) osób wykazujących inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych - typ C.

2. Cele szczegółowe

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

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

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

d) potrzeby edukacyjne realizowane będą przez:

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

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

2.3. Kształtowanie prawidłowych relacji interpersonalnych w obrębie społeczności Domu;

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

2.5. Prowadzenie reintegracji zawodowej i społecznej uczestników.

3. Działania i metody pracy

W 2019 r. Środowiskowy Dom Samopomocy będzie realizował zadania wynikające z:

- ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej,
- rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 w sprawie środowiskowych domów samopomocy,
- rozporządzenia Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej z dnia 18 grudnia 2018 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie środowiskowych domów samopomocy,
- Regulaminu Organizacyjnego Środowiskowego Domu Samopomocy w Łasku w zakresie odpowiadającym potrzebom uczestników.

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

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

4. Plan działań w 2019 r.

Trening funkcjonowania w codziennym życiu

Cele treningu:

- podtrzymanie u uczestników lub nabycie przez nich umiejętności potrzebnych do samodzielnego życia
- nabycie przez uczestników umiejętności samoobsługowych
- nabycie przez uczestników kompetencji społecznych.

Lp.	Formy pracy	Działania zmierzające do osiągnięcia celu	Termin	Liczba uczestni-ków treningu/ zajęć	Osoby odpowiedzialne
1.	trening w zakresie wyglądu zewnętrznego i higieny osobistej	nauka dbania o higienę osobistą i o wygląd zewnętrzny: strzyżenie, układanie włosów, dbanie o stopy i paznokcie; utrwalanie u uczestników nawyków higienicznych: mycie rąk, całego ciała, włosów, zębów itp.; trening prowadzony codziennie	cały rok	20	pracownik socjalny
2.	trening umiejętności praktycznych	nauka stosowania zasad zachowania się przy stole, dbania o utrzymanie ładu i czystości wokół siebie, prania własnej odzieży zarówno ręcznie jak i w pralce automatycznej, stosowanie odpowiednich środków piorących, zmiękczających odzież i wybielających; nauka wykonywania prac porządkowych w pomieszczeniach Domu, a także w ogrodzie i na podwórzu; nauka obsługi urządzeń domowych służących zachowaniu czystości (pralka, odkurzacz, żelazko, suszarka do włosów); kształtowanie właściwych nawyków zachowania porządku i czystości; nauka posługiwania się zmechanizowanym sprzętem agd i urządzeniami kuchennymi; nauka posługiwania się kartą magnetyczną, telefoniczną i telefonem komórkowym; trening prowadzony 3 x w tygodniu lub w zależności od potrzeb	cały rok	25	członkowie zespołu wspierająco - aktywizującego
3.	trening gospodarowania własnymi środkami	nauka dokonywania racjonalnych zakupów, orientacji w cenach, dokonywania obliczeń, rozpoznawania nominałów	cały rok	19	pracownik socjalny i instruktor terapii

	finansowymi (budżetowy)	pieniężnych bilonu i banknotów, nabywanie umiejętności dokonywania opłat i wydatków stałych; trening prowadzony 1 raz w tygodniu lub w zależności od potrzeb.			zajęciowej
4.	trening kulinarny	nauka przygotowywania prostych posiłków z uwzględnieniem konieczności zachowania czystości; nauka nakrywania do stołu, nauka obsługi sprzętu gospodarstwa domowego (kuchnia elektryczno - gazowa, krajalnica, kuchenka mikrofalowa, toster, robot kuchenny, sokowirówka, frytkownica, zmywarka itp.); trening prowadzony codziennie.	cały rok	16	instruktor terapii zajęciowej
5.	trening techniczny	nauka lub podtrzymanie umiejętności samodzielnej pracy z narzędziami oraz dokonywania drobnych napraw typu uszczelnianie okien i drzwi, wymiana zamka meblowego, wymiana uszczelki w kranie, wymiana żarówki; trening prowadzony 1 raz w tygodniu lub w zależności od potrzeb.	cały rok	12	instruktor terapii zajęciowej

Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych

Cele treningu:

- ukształtowanie u uczestników umiejętności nawiązywania kontaktów z innymi osobami, także z osobami, które mają problemy w komunikacji werbalnej
- nauka rozwiązywania konfliktów w sposób społecznie akceptowany
- zintegrowanie uczestników ze środowiskiem społecznym i rodzinnym
- ukształtowanie u uczestników umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie
- usprawnianie procesów poznawczych

1.	trening komunikacji (umiejętności prowadzenia rozmowy)	trening skierowany głównie do chorych psychicznie, którzy wykazują braki w zakresie umiejętności interpersonalnych, szczególnie w nawiązywaniu kontaktów międzyludzkich; ma zapobiegać izolacji społecznej; nauka umiejętności	cały rok	20	psycholog
----	--	--	----------	----	-----------

		nawiązywania i podtrzymywania kontaktów społecznych, nabywanie umiejętności wybierania dobrego miejsca na rozmowę, znajdowania odpowiednich rozmówców i proponowania dobrych tematów, nauka aktywnego słuchania, zadawania pytań; trening prowadzony 1 x w tygodniu.			
2.	trening rozwiązywania problemów w trudnych sytuacjach międzyludzkich	trening prowadzony indywidualnie i w grupie; nauka uczestników sposobów radzenia sobie z trudnymi sytuacjami międzyludzkimi, które pojawiają się w codziennym życiu; trening prowadzony 3 x w tygodniu lub w razie potrzeby.	cały rok	24	pracownik socjalny
3.	zebrania społeczności	doskonalenie umiejętności wypowiadania się na forum grupy, umiejętności zadawania pytań, aktywnego słuchania; nabywanie umiejętności mówienia o sobie i o swoich uczuciach, rozwiązywania problemów interpersonalnych pojawiających się w grupie; nauka nawiązywania przez uczestników bliskich więzi z innymi; zebranie odbywa się 1 x w tygodniu.	cały rok	32	kierownik i zespół wspierający - aktywizujący
4.	trening umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów komunikowania się	wprowadzenie alternatywnych metod porozumiewania się dla osób mających trudności w werbalnym porozumiewaniu się. Umożliwienie takim osobom wyrażanie swoich potrzeb, preferencji, myśli, opinii, a w konsekwencji pomaganie w nawiązywaniu relacji z innymi osobami. Wspieranie budowania tożsamości osoby niemówiącej, które pozwala jej stać się autonomiczną jednostką, a tym samym daje niezależność i poczucie wpływu na swoje życie (daktylografia, makaton, elementy Polskiego Języka Migowego i Systemu Języka Migowego).	cały rok	17	terapeuta, psycholog

Trening umiejętności spędzania czasu wolnego

Cele treningu:

- kształtowanie umiejętności efektywnego wykorzystywania komputera, rozwijanie własnych zainteresowań
- kształtowanie zdolności asertywnego wyrażania swojej opinii
- rozładowanie napięcia i emocji
- zdobycie przez uczestników umiejętności motywacyjnych pobudzających do własnej aktywności

1.	zajęcia komputerowe	nauka podstaw z obsługi komputera (Word, OpenOffice, Paint, Power Point), pomoc w pisaniu dokumentów, które mogą być przydatne w życiu; nauka korzystania z internetu (wyszukiwarki: google, mozilla firefox), gdzie i jak szukać informacji; nauka obsługi programów komputerowych: "Sokrates I i II", "Zwierzrzęta", "Piktogramy", programów prostej edukacji ("Akademia Finansowa", "Akademia Emocji i Uczuć", "Akademia Kolorowych Figur"), „Puzzle World”, „Krzyżówki” - oprogramowanie specjalne, „Reading World”, „Porusz umysł”, „Alfabet”, „Kolorowe literki”; korzystanie z klawiatury Clevy z ramką. Zajęcia prowadzone codziennie.	cały rok	22	terapeuci i instruktorzy terapii zajęciowej
2.	mini kino multimedialne	wspólne oglądanie wybranych filmów, inicjowanie dyskusji na temat obejrzanego filmu, umożliwienie wyrażania własnego zdania na forum grupy; film wyświetlany 1 raz w tygodniu.	cały rok	30	instruktor terapii zajęciowej
3.	elementy muzykoterapii	wspólne słuchanie muzyki, śpiew przy akompaniamencie, karaoke. Motywowanie do dyskusji na temat współczesnej muzyki; zajęcia prowadzone min. 1 raz w tygodniu lub częściej.	cały rok	30	terapeuta

4.	biblioterapia	organizowanie zajęć grupowych i indywidualnych, w tym zachęcanie do przeglądu prasy codziennej z uwzględnieniem artykułów na temat zdrowia, głośne czytanie wybranych książek, opowiadań, artykułów (w grupie), motywowanie do dyskusji o przeczytanych opowiadaniach, społecznie akceptowana obrona własnych przekonań, umożliwienie wypowiedzenia się na forum grupy; codziennie.	cały rok	15	terapeuta, pracownik socjalny
5.	spotkania kulturalne, wernisaże, wystawy, koncerty, kino, teatr, wycieczki	organizowanie imprez kulturalnych własnych i udział indywidualny uczestników w imprezach organizowanych przez jednostki lokalne (dom kultury, biblioteka, muzeum).	zgodnie z harmonogramem planowanych imprez na rok 2018 i okolicznościowo	32	terapeuta

Trening załatwiania spraw w instytucjach

Cele treningu:

- zapoznanie uczestników z działalnością konkretnych instytucji
- opanowanie samodzielnego załatwiania spraw w instytucjach, ważnych dla uczestnika
rozwiązywanie problemów dnia codziennego w sferze rodzinnej, bytowej, urzędowej, mieszkaniowej, zdrowotnej

1.	trening załatwiania spraw w instytucjach	zapoznanie z instytucjami i konkretnymi osobami w urzędach, które są wyznaczone do załatwienia spraw; nauka i podtrzymywanie umiejętności w zakresie korzystania z instytucji zlokalizowanych na terenie miasta; wyjścia do urzędów, zapoznanie uczestników z ich lokalizacją; nauka wypełniania dokumentów, wniosków, pisanie podań, odwołań i in.; trening prowadzony 1 raz w tygodniu lub w zależności od potrzeb.	cały rok	15	pracownik socjalny
----	--	---	----------	----	-----------------------

Trening zachowań prozdrowotnych

Cele treningu:

- nabywanie umiejętności związanych z aktywnym udziałem we własnej farmakoterapii
- nabywanie umiejętności korzystania z usług utrzymujących organizm w dobrym stanie zdrowia
- wykorzystywanie wiedzy dotyczącej rozpoznawania objawów chorobowych i ich zgłaszania
- poznawanie zagrożeń wynikających z przedawkowania leków

1.	trening lekowy i promocja zdrowia	nauka systematycznego zażywania leków przede wszystkim przez osoby chore psychicznie; nauka rozpoznawania dolegliwości zdrowotnych oraz ich nazywanie i sygnalizowanie, a szczególnie rozpoznawanie nasilających się objawów choroby psychicznej; stosowanie pogadarek na temat szkodliwości palenia tytoniu, picia alkoholu;	cały rok	9 (tr. Lekowy) 25 (promocja zdrowia)	terapeuta
2.	pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych	utrzymywanie bieżącego kontaktu z placówkami służby zdrowia (m.in.: stomatolog, lekarz pierwszego kontaktu i inne poradnie specjalistyczne, przede wszystkim Poradnia Zdrowia Psychicznego i Neurologiczna, a także Poradnia Rehabilitacyjna); stały kontakt z Centrum Psychiatrycznym w Warcie i Pabianickim Centrum Psychiatrycznym w Pabianicach w zakresie hospitalizacji osób z chorobą psychiczną; stały kontakt z poradnią leczenia uzależnień i terapeutą w poradni w zakresie umawiania wizyt na spotkania dla uczestniczki z ZZA (w okresie abstynencji); w sytuacjach znacznego pogorszenia stanu psychicznego, po otrzymaniu skierowania od lekarza psychiatry - pomoc w umieszczeniu chorego w oddziale psychiatrycznym, celem hospitalizacji; pomoc przy zakupie leków i realizacja recept w aptece.	w zależności od potrzeb	12	pracownik socjalny

3.	poradnictwo psychologiczne	nauka radzenia sobie z nasilonymi okresowo objawami choroby psychicznej; stymulowanie procesów poznawczych; poradnictwo w zależności od potrzeb.	cały rok	20	psycholog
4.	fototerapia	podczas fototerapii uczestnicy będą mieli możliwość uzupełnienia niezbędnej ilości światła słonecznego, którego niedobór doskwiera w okresie jesienno - zimowym. Stosowanie lampy Fotovita wpłynie pozytywnie na uczestników, pomoże im zwalczać apatię, złe samopoczucie i stres. Jeden seans z lampą Fotovita trwać będzie 30 minut.	w okresie jesienno - zimowym	11	terapeuta psycholog

Terapia ruchowa

Cele terapii ruchowej:

- przywracanie sprawności fizycznej i psychicznej w możliwym do osiągnięcia zakresie
- utrzymanie u uczestników ogólnej sprawności, kondycji i wydolności fizycznej
- reedukacja posturalna
- udział uczestników w wycieczkach, imprezach rekreacyjnych i zawodach sportowych.

1.	pływanie	nauka pływania i ćwiczenia ruchowe w wodzie na pływalni krytej; wyjazd na basen 1 raz w tygodniu.	cały rok	10	terapeuta
2.	ćwiczenia ruchowe w siłowni i na sali gimnastycznej	wyjście do ILO w Łasku do siłowni; wyjście do SP Nr 1 w Łasku do sali gimnastycznej; wyjście do siłowni usytuowanych na powietrzu (SOSz-W, ZSP Nr 1) gdzie planowane jest prowadzenie ćwiczeń zwiększających siłę mięśniową, a także ćwiczeń ruchowych ogólnousprawniających. 1 raz w tygodniu.	cały rok szkolny	10	

3.	ćwiczenia ogólnokondycyjne	ćwiczenia na sprzęcie rehabilitacyjnym w sali rehabilitacyjnej WTZ; codziennie.	cały rok	27	wykwalifikowany instruktor rekreacji ruchowej w zakresie hipoterapii
4.	hipoterapia	nawiązanie bliższego kontaktu uczestnika ze zwierzęciem - koniem; opanowanie poprawnego wsiadania i zsiadania z konia z asekuracją; nauczenie się prawidłowej pozycji siedzącej na koniu; wyjazdy do stadniny 8-10 razy.	w okresie letnim	17	
5.	gry i zabawy na powietrzu, marsze z kijami trekkingowymi, przejażdżki rowerowe	marsze z kijami trekkingowymi - wyjście do parku miejskiego i na stadion Centrum Sportu i Rekreacji; krótkie wycieczki rowerowe; gry i zabawy ruchowe na powietrzu; doskonalenie umiejętności gry w boccie; udział w zawodach lekkoatletycznych i olimpiadach dla osób niepełnosprawnych; gry i zabawy taneczno - ruchowe w SDS.	głównie w okresie letnim w zależności od pogody lub okolicznościowo	15	

Zajęcia zintegrowane

Cele zajęć zintegrowanych:

- podnoszenie poziomu wiedzy ogólnej
- doskonalenie sprawności manualnej
- doskonalenie koordynacji wzrokowo - słuchowo - ruchowej

1.	zajęcia stymulujące procesy poznawcze	podtrzymywanie umiejętności czytania, pisania, liczenia; działania stymulujące i korygujące funkcje percepcyjno - motoryczne; praca wyrównawcza w zakresie kształcenia, mowy -	cały rok	12	terapeuta
----	---------------------------------------	---	----------	----	-----------

		czytanie prasy, książek, doskonalenie technik czytania, pisanie, liczenia, kształtowanie pojęć figur geometrycznych, umiejętność rozpoznawania godzin na zegarze, zapoznanie z podstawami geografii, biologii, historii, rozwiązywanie krzyżówek, gry i zabawy towarzyskie; zajęcia prowadzone codziennie.			
--	--	--	--	--	--

Poradnictwo psychologiczne

Cele poradnictwa psychologicznego:

- pomoc w rozwiązywaniu trudności życiowych

 - kształtowanie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie
 - zidentyfikowanie przyczyn zgłaszanych przez uczestników trudnych dla nich spraw i wspólne (z uczestnikami) wypracowanie sposobów ich rozwiązania
 - stworzenie możliwego zbioru rozwiązań alternatywnych i przedyskutowanie konsekwencji wyboru każdego z nich
 - redukcja stresu, odprężenie i relaks
 - poprawa koncentracji uwagi

1.	poradnictwo psychologiczne indywidualne	<p>prowadzenie rozmów na temat problemów i trudności w życiu codziennym;</p> <p>pomoc w rozwiązywaniu trudności życiowych;</p> <p>pomoc w osiągnięciu lepszej jakości życia;</p> <p>pomoc w przezwyciężaniu dyskomfortu psychicznego.</p>	w zależności od potrzeb - cały rok	30	psycholog
2.	poradnictwo psychologiczne grupowe	<p>kształtowanie umiejętności konstruktywnego porozumiewania się i rozwiązywania konfliktów;</p> <p>nabywanie wiedzy i umiejętności dotyczących sposobów radzenia sobie ze stresem, złością, odpowiednie wykorzystanie nabytego doświadczenia w tym zakresie;</p> <p>wzmacnianie poczucia własnej wartości;</p> <p>1 raz w tygodniu lub według potrzeb.</p>	cały rok	30	psycholog
3.	trening relaksacji	<p>wizualizacja; relaksacja oddechowa;</p> <p>trening prowadzony 1 raz w tygodniu.</p>	cały rok	12	psycholog terapeut

Terapia zajęciowa

Cele terapii zajęciowej:

- poznanie różnorodnych technik pracy
- podtrzymywanie i rozwijanie własnych zainteresowań i uzdolnień
- nabywanie umiejętności do samodzielnej pracy
- wzmacnianie i wykorzystanie kreatywności do poprawy samopoczucia psychicznego
- usprawnianie koncentracji uwagi i koordynacji wzrokowo - ruchowej
- rozwijanie cierpliwości
 - usprawnianie motoryki małej

1.	zajęcia plastyczne	prowadzenie zajęć z zakresu takich technik jak: rysowanie kredkami, ołówkiem, węglem, kredą; malowanie farbami olejnymi, plakatowymi, akwarelami; malowanie na szkle; wykonywanie kartek okolicznościowych; nauka technik filcowania, decoupage, scrapbooking, linoryt; codziennie.	cały rok	18	terapeuta
2.	Hafciarstwo, krawiectwo i rękodzielnictwo	zapoznanie z różnorodnymi technikami szycia, haftowania, tkania, dziergania, szydełkowania, wykonywania aplikacji i makram; nauka prasowania; nauka obsługi maszyny do szycia; reperacja odzieży; przygotowywanie kostiumów do przedstawień, dekoracji; codziennie.	cały rok	18	instruktor terapii zajęciowej
3.	bukieciarstwo	nauka wykonywania stroików okazjonalnych, świątecznych ozdób, ozdób wykorzystywanych podczas różnego rodzaju imprez integracyjnych; nauka ikebany, układania kompozycji w wazonie, w koszyku; 1 - 2 razy w tygodniu.	cały rok	14	instruktor terapii zajęciowej
4.	zajęcia teatralne	przygotowania do przedstawienia teatralnego, nauka roli, opanowanie tekstu, wykonywanie elementów scenografii, kostiumów i rekwizytów, które później posłużą do realizacji spektaklu.	2 - 3 razy w tygodniu	14	instruktor teatralny

Nowe formy aktywizacji, skierowane głównie do uczestników z niepełnosprawnością sprzężoną lub z autyzmem:

Halliwick - nowa forma usług, jaką zamierzamy stosować wobec 8 uczestników z niepełnosprawnością sprzężoną. Metoda Halliwick jest rewelacyjną i unikalną metodą terapii w wodzie i nauki pływania dla osób niepełnosprawnych, szczególnie z zaburzeniami pochodzenia neurologicznego, słuchu i wzroku, jak również z zaburzeniami emocjonalnymi. Koncepcja opiera się na przekonaniu, że zajęcia w wodzie niosą ze sobą ogromne korzyści obejmujące wszystkie sfery życia człowieka wpływając na rozwój fizyczny, społeczny, poznawczy i językowy. Podczas zajęć pływak uczy się kontrolowania oddechu i osiągnięcia bezpiecznych pozycji do oddychania oraz kontroli poruszania, która zależy m.in. od przystosowania psychicznego i kontroli równowagi w wodzie. Nauka prowadzi do osiągnięcia jak największej niezależności oraz absolutnego poczucia bezpieczeństwa, które oparte jest na gruntownej znajomości środowiska wodnego i zdolności swobodnego kontrolowania w nim swoich ruchów. Zajęcia prowadzone będą w Klinice Rehabilitacyjnej Columna Medica w Łasku, przez wykwalifikowanego szkoleniowca, posiadającego certyfikat kursu Koncepcji Halliwick. W okresie od marca 2019 r. do 30 listopada 2019 r. uczestnicy dowożeni będą na indywidualne zajęcia w tym zakresie.

Dogoterapia - to metoda wykorzystująca odpowiednio przygotowane psy w rehabilitacji osób niepełnosprawnych. To system ćwiczeń i zabaw z psami wspomagający rehabilitację ruchową oraz umysłową uczestników SDS z niepełnosprawnością sprzężoną. Udział psa służy wzmocnieniu rehabilitacji, wspomaga wszechstronne oddziaływania na psychikę, odczucia i zdrowie uczestników. Zajęcia prowadzone z udziałem zwierząt powodują wiele korzyści: uczą otwartości, dają wzmocnienia pozytywne, kształtują postawę opiekuńczości i troski, dodają odwagi, wspierają rozwój poznawczy i mowy, pozytywnie wpływają na rozwój emocjonalny i społeczny.

Zajęcia logopedyczne - terapia zaburzonej zdolności komunikacji ma za założenia na celu usunięcie tego zaburzenia. Jednak bywa, że czasem np. u ludzi z chronicznym zaburzeniem zdolności komunikacyjnych lub u osób z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu głębokim, taki cel jest nierealny i zaburzona zdolność komunikacyjna będzie nadal trwać. W takich przypadkach najważniejszym celem terapii jest maksymalne ograniczenie lub zredukowanie zaburzeń komunikacji. Równocześnie należy dążyć do stworzenia optymalnych warunków do kształtowania postawy komunikacyjnej, aby osoby te pomimo swojej długotrwałej zaburzonej komunikacji nie miały bariery w komunikowaniu się. Terapia logopedyczna będzie realizowana specyficznymi metodami w ściśle określonej sytuacji celowego uczenia się w celu eliminowania zaburzeń komunikacji. Zajęcia logopedyczne prowadzone będą przez specjalistę - logopedę.

W ciągu całego roku członkowie zespołu wspierająco - aktywizującego starają się zachęcić do udziału w zajęciach wszystkich uczestników SDS. Oferta usług świadczonych przez Dom opiera się na działaniach długoterminowych, a formy pomocy dostosowane są do indywidualnych potrzeb i możliwości każdej z osób uczestniczących w zajęciach. Każdy uczestnik rozwija się we własnym tempie, bez nacisku i presji czasu. W zależności od rodzaju zaburzeń psychicznych zajęcia prowadzone będą oddzielnie dla osób z niepełnosprawnością intelektualną, oddzielnie dla chorych psychicznie i wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych. Doboru uczestników do grupy dokonuje się także zgodnie z odpowiednimi predyspozycjami indywidualnymi uczestników oraz zgodnie z odpowiednimi umiejętnościami, bądź ich brakiem. Uczestnicy z

niepełnosprawnością sprzężoną także będą stanowić odrębną grupę dla stosowania wobec nich specjalnie przygotowanych usług (halliwick, dogoterapia, hipoterapia, zajęcia logopedyczne).

Wszelkie zajęcia z uczestnikami prowadzone będą zgodnie z:

- Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco - Aktywizującego
- planem działań (zajęć wspierająco - aktywizujących i treningów w ŚDS na rok 2019);
- harmonogramem planowanych imprez okolicznościowych, wyjść, spotkań integracyjnych, wycieczek na rok 2019.

Środowiskowy Dom Samopomocy posiada następujące pomieszczenia, w których prowadzone są zajęcia wspierająco - aktywizujące:

- pracownia kulinarna
- pokój zajęć zintegrowanych
- pokój psychologa
- pracownia plastyczna
- pracownia krawiecko - hafciarska
- jadalnia
- sala rehabilitacyjna (udostępniana przez Warsztat Terapii Zajęciowej).

Poprzez w/w działania wspierająco - aktywizujące oczekujemy, że uczestnicy osiągną następujące efekty:

- zminimalizują beczynność, która pogłębia zmiany chorobowe i zaburza funkcjonowanie w życiu codziennym;
- nawiążą kontakty społeczne, co podniesie ich poczucie własnej wartości;
- posiadają umiejętności radzenia sobie w życiu i radzenia sobie z własną chorobą, a w przypadku choroby psychicznej będą potrafili ocenić swój stan psychiczny, nazwać objawy choroby i poradzić sobie z tymi objawami;
- staną się bardziej samodzielni w wielu dziedzinach życia;
- będą potrafili radzić sobie z emocjami, stresem, lękiem i sytuacjami trudnymi;
- będą potrafili aktywnie spędzać czas wolny;
- podniosą kompetencje i aktywność społeczną;
- zwiększą samodyscyplinę, punktualność, odpowiedzialność za powierzone zadania i mienie, tempo pracy, dokładność;
- osoby z problemami w komunikacji werbalnej posiadają większe umiejętności komunikacji i porozumiewania się.

5. Wykaz kadry prowadzącej zajęcia w ŚDS Łask:

Środowiskowy Dom Samopomocy w Łasku zatrudnia osoby niezbędne do realizacji zadań i zapewnienia sprawnego funkcjonowania placówki. Wszystkie osoby zatrudnione w ŚDS posiadają odpowiednie kwalifikacje i doświadczenie zawodowe.

kierownik ŚDS, ukończone studia na kierunku rehabilitacji ruchowej w Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu; studia podyplomowe z organizacji pomocy społecznej na Uniwersytecie Łódzkim; ponad 21 lat pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi; wymiar czasu pracy - 1/1 etat.

psycholog, ukończone studia w zakresie psychologii, specjalność psychologia wychowawcza na Uniwersytecie Łódzkim; w latach 2003-2005 ukończył 265 godzin szkoleń z zakresu terapii ericksonowskiej; prowadzone zajęcia: trening - komunikacja społeczna, zajęcia grupowe służące poprawie komunikacji i pogłębiające zainteresowania własne uczestników ŚDS, poradnictwo psychologiczne indywidualne i grupowe; ponad 22 lata pracy w zawodzie psychologa, ponad 12 lat pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi; wymiar czasu pracy - 1/2 etatu.

starszy terapeuta, ukończone studia zawodowe na kierunku wychowanie plastyczne w Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu; studia uzupełniające magisterskie na kierunku pedagogicznym w Wyższej Szkole Humanistyczno - Ekonomicznej w Łodzi; ukończone studia podyplomowe w zakresie oligofrenopedagogiki; prowadzone zajęcia: terapia zajęciowa w pracowni plastycznej, zajęcia z komputerem, trening farmakologiczny, trening umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów komunikowania się; ponad 21 lat pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi; wymiar czasu pracy - 1/1 etat.

starszy terapeuta, ukończone studia na kierunku pedagogiki terapeutycznej z rehabilitacją w Akademii Świętokrzyskiej im. Jana Kochanowskiego w Kielcach, filia w Piotrkowie Trybunalskim; prowadzone zajęcia: zajęcia zintegrowane, trening umiejętności spędzania wolnego czasu, terapia ruchem; 9 lat pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi; wymiar czasu pracy - 1/1 etat.

starszy pracownik socjalny, ukończone Medyczne Studium Zawodowe w Łodzi na wydziale pracowników socjalnych; prowadzone zajęcia: trening budżetowy, trening rozwiązywania problemów w trudnych sytuacjach międzyludzkich, trening załatwiania spraw w instytucjach, ponadto praca socjalna w środowisku: 20 lat pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi; wymiar czasu pracy - 1/1 etatu

starszy instruktor terapii zajęciowej, ukończone Medyczne Studium Zawodowe im. Marii Stencel w Łodzi w zawodzie terapeuty zajęciowego o dwuletnim okresie nauczania; prowadzone zajęcia: terapia zajęciowa w pracowni krawiecko - hafciarskiej, trening umiejętności praktycznych, trening techniczny; 9 lat pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi; wymiar czasu pracy - 3/4 etatu.

starszy instruktor terapii zajęciowej, ukończone Policealne Studium Medyczne w Sieradzu, uzyskała tytuł zawodowy terapeuty zajęciowy; 11 lat pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi; prowadzone zajęcia: trening kulinarny z elementami treningu budżetowego, trening umiejętności praktycznych, terapia zajęciowa w pracowni bukiciarskiej; wymiar czasu pracy - 3/4 etatu.

6. Szkolenia

Dla członków zespołu wspierająco - aktywizującego planowane są na rok 2019 następujące szkolenia:

- a) Szkolenie w zakresie treningu umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem AAC.
- b) Szkolenie w zakresie techniki plastycznej „pergamano”.
- c) Wyznaczanie granic w kontakcie: terapeuta - podopieczny.
- d) Zasady i warunki efektywnej współpracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi.
- e) Seksualność osób z niepełnosprawnością intelektualną.
- f) Rehabilitacja osób dorosłych z niepełnosprawnością sprzężoną - autyzm - spectrum autyzmu - zespół Aspergera.
- g) Trening umiejętności społecznych.
- h) Szkolenie w zakresie prowadzenia treningów umiejętności społecznych.

7. Planowane działania zmierzające do osiągnięcia przez Środowiskowy Dom Samopomocy w Łasku standardów.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Łasku usytuowany jest w budynku dwukondygnacyjnym, którego właścicielem jest Gmina Łask. W budynku funkcjonują trzy podmioty: Punkt Informacyjny Zakładu Ubezpieczeń Społecznych, Warsztat Terapii Zajęciowej i Środowiskowy Dom Samopomocy. Budynek niestety nie jest w pełni przystosowany dla osób niepełnosprawnych. Ponadto nie spełnia norm bezpieczeństwa przeciwpożarowego.

W roku 2015 rozpoczęto budowę nowego obiektu środowiskowego domu samopomocy. W ramach przyznanych z budżetu państwa dotacji, w kolejnych latach kontynuowano budowę, aż do osiągnięcia stanu surowego zamkniętego z wykonaniem elewacji budynku, częściowo wykończonego z częściowo wykonanymi instalacjami wewnętrznymi.

Nowy obiekt zlokalizowany jest na działce Nr 55 obręb 9 przy ulicy Lutomierskiej w Łasku.

Gmina złożyła kolejny wniosek do rezerwy celowej budżetu państwa, aby pozyskać środki finansowe na kontynuację i zakończenie budowy.

Budowa nowego obiektu pozwoli na rozwinięcie usług dla większej liczby osób z zaburzeniami psychicznymi, zarówno z gminy Łask jak i z gmin sąsiadujących, z którymi podpisane zostały odpowiednie porozumienia na udzielanie wsparcia dla tej grupy chorych (gminy: Buczek, Dobroń i Wodzierady).

8. Harmonogram planowanych imprez okolicznościowych, spotkań, wycieczek na rok 2019 dla uczestników

Środowiskowego Domu Samopomocy w Łasku

MIESIĄC	RODZAJ PLANOWANEJ IMPREZY
styczeń	kontynuacja projektu pn.: „Angielski bez barier - edycja II” imieniny solenizantów z listopada i grudnia 2018 r., stycznia b.r. - 10 stycznia bal maskowy w ŚDS w Zduńskiej Woli - 31 stycznia
luty	bal karnawałowy w SDS - 04 luty kontynuacja projektu pn.: „Angielski bez barier - edycja II” udział uczestników ŚDS w MATP (Dzień Treningu Aktywności Motorycznej) w Specjalnym Ośrodku Szkolno - Wychowawczym w Łasku "tłusty czwartek" w ŚDS - 28 luty
marzec	kontynuacja projektu pn.: „Angielski bez barier - edycja II” Obchody Narodowego Dnia Pamięci Żołnierzy Wyklętych - 1 marca Popielec - wyjście do kościoła - 6 marca święto kobiet i mężczyzn - 8 marca spotkanie z Anną Dymną w ŁDK - 9 marca wyjście do nowootwartego (w ŁDK) kina w Łasku relekcje wielkopostne w Kolegiacie Łaskiej - udział uczestników
kwiecień	XIV Wojewódzki Bieg Pamięci św. Jana Pawła II - kwiecień 2019 r. imieniny solenizantów z lutego, marca i kwietnia uroczyste śniadanie wielkanocne - pierwsza połowa kwietnia 2019 r. kontynuacja projektu pn.: „Angielski bez barier - edycja II” wyjście do kina
maj	kontynuacja projektu pn.: „Angielski bez barier - edycja II” spektakl teatralny w ŁDK z okazji 3 maja; Dzień Matki i Ojca w Łaskim Domu Kultury - maj 2019 r. Wojewódzka Olimpiada dla Osób Niepełnosprawnych Intelktualnie "Ziemia Łódzka 2019" - Łódź 23 maja 2019 r. Ogólnopolska Pielgrzymka Osób Niepełnosprawnych do Sanktuarium Maryjnego w Łasku - orgnizowana przez Fundację

	im. Brata Alberta - 23 maja 2019 r. udział w Indywidualnym Integracyjnym Turnieju w boccie o puchar prezydenta Piotrkowa Trybunalskiego
czerwiec	kontynuacja projektu pn.: „Angielski bez barier - edycja II” udział w XXIII Jarmarku Łaskim - prezentacja ŚDS „Integracja - Sędziejowice 2019” imieniny solenizantów z maja i czerwca; udział w Otwartej Powiatowej Spartakiadzie dla Osób Niepełnosprawnych w Czepowie wyjście do kina
lipiec	VII Festiwal róż - impreza dla mieszkańców Łasku - 6 - 7 lipca 2019 r. spotkanie z autorką poezji nowoczesnej - Anną Sobczak w ŚDS Łask od 27.07.2019 do 31.07.2019 r. - placówka zamknięta - przerwa urlopowa
sierpień	od 01.08.2019 do 16.08.2019 r. - placówka zamknięta - przerwa urlopową; Mini spartakiada w ŚDS Łask - rywalizacja sportowa wśród uczestników spotkanie z policjantem w ŚDS Łask - temat spotkania: „Zagrożenia w internecie”
wrzesień	imieniny solenizantów z lipca, sierpnia, września 2019 r. wyjazd do term w Uniejowie wyjazd do ŚDS w Bełchatowie na Warsztaty Kulturalno-Integracyjnych pn.: „Jesteśmy... - osoba niepełnosprawna jako twórca i odbiorca kultury” Udział uczestników w Festiwalu Piosenki Różnej organizowany przez ŚDS w Rożdżałach
październik	organizacja XIII Wojewódzkiego Konkursu Plastycznego Łask 2019 wyjazd do ŚDS w Pabianicach na obchody Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego wyjazd do ŚDS w Kutnie na obchody Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego 31.10.2019 r. - wyjście na cmentarz w Łasku i zapalenie zniczy na grobach zmarłych uczestników ŚDS
listopad	spektakl teatralny w ŁDK z okazji święta niepodległości; imieniny solenizantów z października, listopada i grudnia. Andrzejkę w ŚDS udział w drużynowym integracyjnym turnieju w boccie o puchar prezydenta Piotrkowa Trybunalskiego
grudzień	wyjście do kina rekolekcje adwentowe w parafii Niepokalanego Poczęcia NMP i św. Michała w Łasku - udział uczestników ŚDS;

uroczysta wigilia świąt Bożego Narodzenia; udział w Kiermaszu Świątecznym organizowanym przez Gminę Łask na Rynku w Łasku - prezentacja placówki SDS; widowisko bożonarodzeniowe w Łaskim Domu Kultury
--

Dodatkowo uczestnicy będą brać udział w imprezach, które będą organizowane przez Łaski Dom Kultury, biblioteki: Miejską i Pedagogiczną w Łasku, a także wyjeżdżać na zaproszenie innych domów środowiskowych na imprezy integracyjne i inne, nie ujęte w niniejszym harmonogramie, których nie można było przewidzieć i zaplanować wcześniej.

Łask, dnia 22 lutego 2019 r

Opracowała:
Maria Lipowska - kierownik
Środowiskowego Domu Samopomocy w Łasku

KIEROWNIK
Środowiskowego Domu
Samopomocy w Łasku
mgr Maria Lipowska