

UCHWAŁA NR 75/2024
ZARZĄDU POWIATU W BIAŁOGARDZIE

z dnia 12 grudnia 2024 r.

**w sprawie Planu Pracy Powiatowego Domu Samopomocy Centrum Rehabilitacyjno-Kulturalnego
w Białogardzie na rok 2025**

Na podstawie art. 32 ust. 1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998r. o samorządzie powiatowym (tj. Dz.U. z 2024 r., poz. 107) i § 4 ust. 2 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (tj. Dz.U. z 2020 poz. 249), Zarząd Powiatu w Białogardzie uchwała, co następuje:

§ 1. Zatwierdza się „Plan pracy Powiatowego Domu Samopomocy Centrum Rehabilitacyjno-Kulturalnego w Białogardzie w 2025 roku”, stanowiący załącznik Nr 1 do uchwały.

§ 2. Traci moc Uchwała Zarządu Powiatu w Białogardzie Nr 110/2023 z dnia 21 grudnia 2023 roku w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy Powiatowego Domu Samopomocy – Centrum Rehabilitacyjno – Kulturalnego w Białogardzie na rok 2024.

§ 3. Wykonanie uchwały powierza się Dyrektorowi Powiatowego Domu Samopomocy Centrum Rehabilitacyjno-Kulturalnego w Białogardzie.

§ 4. Uchwała wchodzi w życie z dniem 1 stycznia 2025 r.

STAROSTA
mgr Paweł Wisniewski

**Plan Pracy Powiatowego Domu Samopomocy
Centrum Rehabilitacyjno – Kulturalnego
w Białogardzie na 2025 roku**

L.p.	Zakres	Formy, metody pracy	Termin realizacji	Odpowiedzialny	Cele, spodziewane efekty
1.	2.	3.	4.	5.	6.
I.	Postępowanie wspierające - aktywizujące	<p>1.Trening funkcyjnowania w codziennym życiu (Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie. Trening praktyczny instruktaz słowny, demonstrowanie czynności).</p>	praca ciągła	członkowie zespołu wspierającego aktywizującego	Rozwijanie i podtrzymywanie umiejętności uczestników w zakresie samoobsługi i zaradności życiowej. Wyrabianie wśród uczestników nawyku systematycznego dbania o wygląd zewnętrzny, zajęcia kosmetyczne dla pań, wyrabianie wśród uczestników nawyków systematycznego dbania o higienę osobistą, rozwijanie umiejętności kulinarnych, nauka obsługi urządzeń gospodarstwa domowego, prowadzenie pogadanek związanych z zachowaniami prozdrowotnymi, profilaktyką zdrowotną, sposobem odżywiania się, nabycie umiejętności praktycznych między innymi takich jak kształtowanie orientacji przestrzennej zmierzającej do orientacji w terenie. Uczestnik podtrzyma/udoskonali umiejętności kulinarne i społeczne, które pozwolą mu w mniejszym lub w większym stopniu usamodzielnic się, wzmocni poczucie własnej wartości, poczucie sprawstwa, samoocenę, a także zwiększy wiarę we własne możliwości. Poprzez uczestnictwo w zajęciach uczestnik poprawi nastrój, rozwinię umiejętności współdziałania, wyrobi poczucie estetyki i wyobraźni, będzie miał szacunek do własnej i cudzej pracy.

		<p>2. Trening budżetowy Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie; wykład, dyskusja, instruktaż, metody praktyczne – wyjście do miasta na zakupy, do banku.</p>	<p>minimum 1 raz w tygodniu</p>	<p>członkowie zespołu wspierającego -aktywizującego</p>	<p>W ramach treningu budżetowego uczestnicy poznają wartość pieniądza, uczą się robienia zakupów, przygotowują listy potrzebnych artykułów, rozpoznawania przydatności do spożycia, orientacji w cenach i dokonywania obliczeń; Nauka gospodarowania własnymi środkami finansowymi. Nauka rozpoznawania nominalów pieniężnych, planowanie wydatków, nauka oszczędnego gospodarowania, kształtowanie prawidłowych zachowań podczas zakupów (np. przy zakupie wadliwego towaru). Zakładanie kont bankowych, nauka oszczędzania. Uczestnik osiągnie pewien stopień zadowolenia wynikający z faktu kupowania, będzie kontrolował wydatki, uniknie nadmiernego wydatkowania pieniędzy. Nabyta umiejętność gospodarowania budżetem pomoże uczestnikowi w samodzielnym funkcjonowaniu.</p>
		<p>3. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie, metody praktyczne, burza mózgów, pogadanka, dyskusja, wykład.</p>	<p>praca ciągła, trening odbywa się codziennie zgodnie z indywidualnymi predyspozycjami oraz zgodnie z Kalendarzem Imprez</p>	<p>członkowie zespołu wspierającego -aktywizującego</p>	<p>Kontynuacja działań mających na celu zachęcenie uczestników do aktywnego spędzania czasu wolnego, realizując jednocześnie swoje zainteresowania i poszerzając zakres umiejętności poprzez: -organizację i udział w spotkaniach integracyjnych zgodnie z Kalendarzem Imprez; -zagospodarowanie czasu wolnego z uwzględnieniem własnych zainteresowań, - zapoznanie z aktywnymi formami spędzania czasu wolnego (spacery, gra w badminton, tenisa stołowego, siatkówkę, koszykówkę, piłkę nożną, pływanie itp.) i zachęcanie do bycia aktywnym, co pozytywnie wpłynie na zdrowie uczestników, - wzbogacanie oferty o nowe doświadczenia a zarazem nabywanie umiejętności korzystania z usług instytucji kulturalno-rozrywkowych (kino, teatr, muzeum, kawiarnia). Wdrażanie i aktywizowanie w zakresie różnych form:</p>

				<ul style="list-style-type: none"> -biblioterapia; -muzykoterapia; -gry towarzyskie; -spacery; -spotkania towarzyskie (w ramach spotkań ŚDS, z osobami z najbliższego otoczenia, sąsiadami i znajomymi); -zebrania społeczności; -pogadanki; -panele dyskusyjne; -indywidualne rozmowy z terapeutami; -zajęcia edukacyjne mające na celu podnoszenie wiedzy ogólnej(nauka lub podtrzymywanie, na możliwym do osiągnięcia poziomie, umiejętność czytania i słuchania ze zrozumieniem oraz pisanie i liczenia). <p>Rezultaty działań:</p> <ul style="list-style-type: none"> -zwiększenie korzyści związanych z posiadaniem czasu wolnego, - doskonalenie umiejętności wybierania najciekawszych i najkorzystniejszych dla siebie form aktywności związanej z czasem wolnym, - integracja, wzajemne wsparcie; - ćwiczenie umiejętności planowania czasu wolnego, - uzyskanie wiedzy na temat własnych możliwości. -nabywanie i utrwalanie umiejętności czytania i pisanie, liczenia.
			praca ciągła	terapeuta pedagog
		4. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie, metody praktyczne, burza		

				umiejętności uczestników. Treningi prowadzą do zintegrowania grupy w ośrodku jak również zdobyte kompetencje w tym zakresie pozwolą integrować się z osobami ze środowiska.
			terapeuta pedagog	„Trening umiejętności komunikacyjnych” polega na nauczaniu uczestników prawidłowych sposobów komunikowania się z innymi. Podczas treningu uczestnicy pracują na tym jak prawidłowo udzielać informacji zwrotnych oraz dbać o dobre kontakty z ludźmi. Nauczą się bez obaw wyrażać swoje zdanie na różne tematy, staną się bardziej pewni siebie i asertywni.
mózków, pogadanka, dyskusja, praca z książką.		minimum 1 raz w tygodniu		
5. Trening umiejętności komunikacyjnych Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie. Trening prowadzony poprzez wykorzystanie alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się w tym: rysunki, wyrazy, gesty naturalne, ćwiczenia itp.				
6. Terapia zajęciowa w ramach, której codziennie działają pracownie: <i>a) gospodarstwa domowego</i> (Zajęcia prowadzone w grupach)		praca ciągła, zajęcia odbywają się codziennie	terapeuta, terapeuta zajęciowy, opiekun	Nadrzędnym celem codziennych działań terapeutycznych prowadzonych w pracowni jest wyposażenie osób z zaburzeniami psychicznymi w jak najszersze umiejętności i kompetencje umożliwiające samodzielne wykonywanie codziennych czynności życiowo – domowych. Podopieczni uczą się planować zakupy i wydatki, układać jadłospisy, zapoznają się z zasadami prawidłowego przechowywania żywności, poznają zasady racjonalnego odżywiania się, nabywają umiejętności korzystania z przepisów kulinarnych, nabywają i rozwijają umiejętności przyrządzania posiłków codziennych także na różne okazje (wigilia, imprezy okolicznościowe) uczą się i doskonalą obsługę sprzętu gospodarstwa domowego np. piekarnik, kuchenka gazowa, zmywarka, toster, gófrownica, pralka, żelazko itp.

		<p><i>b)plastyczna</i> (Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie; metody praktyczne)</p>	<p>praca ciągła, zajęcia odbywają się codziennie</p>	<p>terapeuta zajęciowy, terapeuta, opiekun</p>	<p>W ramach tej pracowni odbędzie się integracyjny konkurs kulinarny, różnego rodzaju warsztaty, zapoznanie się z kuchnią regionalną, Bardzo ważnym elementem oddziaływania terapeutycznego tej pracowni jest nauka czynności życia domowego: pranie, prasowanie, dbałość o porządek, zakupy, dbałość o odzież, kultura osobista, umiejętność zarządzania budżetem domowym itp.</p> <p>W pracowni plastycznej uczestnicy wykonywać będą prace wykorzystując m.in. kredki (ołówkowe, świecowe, pastele), farby (plakatowe, akwarele, akrylowe, witrażowe, olejne), papier (kolorowy i samoprzylepny), plastelinę, glinę, masy, bibułę, kredę, tusz, grafit, ołówek, nasiona i piasek, serwetki (decoupage), papier, wełnę, bibułę, nasiona, suche kwiaty, kamienie i inne materiały. Celem wykonywanych prac jest: sprawna obsługa narzędzi plastycznych, usprawnianie manualne, ćwiczenie koordynacji wzrokowo-ruchowej, usprawnianie postrzegania, rozwijanie wyobraźni, rozwijanie umiejętności plastycznych, nabywanie nowych umiejętności, utrwalanie nabytych wiadomości, rozszerzanie wiedzy na temat technik malarskich i materiałów, ćwiczenia wyobraźni, nauka układania kwiatów z liści, wykonywanie upominków na różnorodne święta zgodnie z kalendarzem, tworzenie dekoracji do przedstawień teatralnych a także przygotowywanie uczestników do zajęć teatralnych. Efektem działań są m.in. kartki i ozdoby świąteczne, figurki z masy, obrazy, wazony zdobione decoupage, stroiki okolicznościowe, dekoracje ośrodka i inne.</p> <p>Nasi uczestnicy usprawnią pracę rąk w zakresie percepcji dotykowej i sprawności manipulacyjnej palców i dłoni, - rozwiną swoją wyobraźnię i kreatywność, sprostają trudności, samodzielność w działaniu, wyrażą swoje uczucia, nastroje</p>
--	--	--	--	--	--

				<p>za pomocą środków plastycznych, - ponadto uczestnictwo w zajęciach przyczyni się obniżenia napięcia nerwowego, uczestnicy wyciszą się, zrelaksują.</p> <p>Zajęcia w pracowni komputerowej prowadzone będą za pomocą różnych metod i form pracy dostosowanych indywidualnie do uczestników w zależności od stopnia ich niepełnosprawności oraz umiejętności pisania i czytania. Podopieczni uczą się praktycznej obsługi komputera, poznają system operacyjny i najważniejsze jego programy (edytory tekstu, programy do grafiki komputerowej), a także korzystają ze sprzętów takich jak drukarka, aparat cyfrowy. Stałe łącze internetowe umożliwia dostęp do wszelkiego rodzaju informacji. Uczestnicy uczą się korzystać z różnych wyszukiwarek, korzystają z portali społecznościowych, komunikatorów, zakładają pocztę, wysyłają maile, korzystają z gier komputerowych, ćwiczą umiejętności manualne.</p> <p>Warsztaty z komputerem ćwiczą spostrzegawczość, pamięć, myślenie, koordynację ręki i oka, koncentrację uwagi. Komputer wprowadza w świat informatyki rozwijając jednocześnie samodzielność, zainteresowania, dostarcza rozrywki. Nauka posługiwania się nim jest dla uczestników wyzwaniem, otwartymi możliwościami do zdobywania szerokiej wiedzy na różne tematy.</p> <p>Rezultaty dla uczestnika: poznawanie, nauka i doskonalenie umiejętności samodzielnej obsługi komputera, prostych programów edukacyjnych, graficznych i muzycznych, umiejętność napisania pisma (pod opieką opiekuna) doskonalenie koordynacji wzrokowo-ruchowej, kształtowanie i doskonalenie uwagi, koncentracji, pamięci, logicznego myślenia, wyobraźni i spostrzegawczości), poprawa zdolności manualnych, - kształcenie samoobsługi i zaradności</p>
		praca ciągła, zajęcia odbywają się codziennie	opiekun	
	c)komputerowa w grupach i indywidualnie			

			<p>życiowej, doskonalenie współdziałania i funkcjonowania w grupie, zmniejszenie poczucia wykluczenia.</p> <p>Realizowanie zakupów do zajęć komputerowych przy zaangażowaniu uczestników, co pomoże im w przyszłości przy doborze osprzętowania poza uczestnictwem w ośrodku.</p> <p>Uczestnicy Domu poprzez terapię ruchową będą nabywać oraz doskonalić sprawność ruchową w ramach ćwiczeń korekcyjnych, ogólno- usprawniających, manualnych, relaksacyjnych, oddechowych, ćwiczeń przy muzyce z elementami choreografii, grach i zabawach sportowych, spacerach. Głównym celem obok podtrzymania ogólnej sprawności ruchowej jest usprawnianie motoryczne, rozładowanie napięć psychicznych, poprawę stanu psychofizycznego, polepszenie samopoczucia pobudzenie aktywności, stymulowanie samodzielności, pokonywanie własnych słabości, przygotowanie do udziału w zawodach sportowych.</p> <p>Ponadto co najmniej 1 raz w tygodniu odbywać się będą zajęcia rekreacyjno-ruchowe prowadzone przez instruktora klubu sportowego/trenera.</p> <p>Zajęcia w pracowni to praca w drewnie, jego obróbka, wykonywanie z niego różnych przedmiotów: ramek do obrazów, półek, regałów, różnego rodzaju ozdób świątecznych, karmników dla ptaków, domków dla kotów, domków dla owadów, doniczek, itp. Łączona jest w tym miejscu terapia grupowa z indywidualną. Prowadzone są również treningi umiejętności praktycznych. Polegają na nauce czynności, szczególnie remontowych, naprawczych (np. wymiana zamków), obsługowych tj. nabywanie i doskonalenie obsługi elektronarzędzi. Poszerza i rozwija się</p>
		<p>praca ciągła, zajęcia odbywają się codziennie</p>	<p>terapeuta wspomagany przez opiekuna, instruktora klubu sportowego</p>
<p>d) <i>rehabilitacyjna</i> (Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie, metody praktyczne)</p>			
<p>e) <i>stolarsko - modelarska</i> (Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie)</p>	<p>praca ciągła, minimum 3razy w tygodniu</p>	<p>opiekun terapeuta zajęciowy</p>	

					<p>tu umiejętności uczestnika związane z majsterkowaniem, malowaniem, drobnymi naprawami, obeznaniem ze sprzętem. Kluczony jest szczególny nacisk na bezpieczną pracę.</p> <p>Poprzez pracę w pracowni stolarsko-modelarskiej uczestnicy Domu będą mieć umożliwione w dalszym ciągu zaspokajanie potrzeb samorealizacji i poczucia własnej wartości poprzez wykonywanie prostych prac stolarskich: tworzenie ozdób i dekoracji, wycinanie elementów dekoracyjnych ze sklejek, tworzenie ram obrazów, szlifowanie płaszczyszni elementów dekoracyjnych, malowanie i lakierowanie elementów drewnianych, wykonywanie szablonów do wielokrotnego odwzorowania.</p> <p>Uczestnik będzie doskonalił umiejętności obsługi elektronarzędzi z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, będzie potrafił dokonać wyboru narzędzi do pracy, usprawni koordynację ruchowo-wzrokową i motorykę małą, nauczy się współpracy w grupie, zdobędzie umiejętności przydatne w życiu codziennym i przydatne do podjęcia pracy zarobkowej.</p> <p>Realizowanie zakupów na potrzeby przeprowadzenia warsztatów stolarsko-modelarskich przy zaangażowaniu uczestników, pomoże im w przyszłości przy doborze materiałów zakupywanych przez uczestników poza działalnością ośrodka.</p>
		<p>f) zajęcia fotograficzno-filmowe (Zajęcia prowadzone w grupach</p>	<p>minimum 2 razy w tygodniu</p>	<p>opiekun terapeuta</p>	<p>Rozwijanie pasji, zainteresowań, które mają również wzmocniać pozytywnie uczestników w funkcjonowaniu w środowisku lokalnym poprzez nagrywanie filmów i robienie zdjęć podczas wydarzeń mających miejsce na terenie miasta, powiatu, podczas wycieczek a także organizowanych w ramach pracy ośrodka. Nabywanie</p>

			<p>umiejętności obsługi aparatów fotograficznych, wykonywanie tematycznych sesji zdjęciowych, tworzenie albumów fotograficznych, kalendarza, itp.</p> <p>Uczestnicy dzięki zakupionemu piecowi do wypalania gliny mogą pod opieką terapeuty tworzyć prace w glinie.</p> <p>Głównym celem pracy terapeutycznej w pracowni jest rozwijanie postaw twórczych, wyobraźni oraz ciekawości poznawania świata poprzez realizację własnych pomysłów w pracach z gliną i ceramiką. Zajęcia mają na celu kształtowanie sprawności manualnej i koordynacji wzrokowo-ruchowej, rozwijanie wrażliwości, poczucia piękna oraz wyrażania własnych uczuć w sposób niewerbalny.</p> <p>Prace w glinie sprzyjają umacnianiu wiary we własne siły, ale przede wszystkim służą rozładowaniu napięcia emocjonalnego.</p> <p>Terapia ma na celu usprawnianie i pobudzenie do działania wszystkich zmysłów. Ma działanie rozluźniające. Relaksacja przyczyni się do osiągnięcia równowagi psychiczno-emocjonalnej uczestników.</p> <p>Polega na zajęciach terapeutycznych dla osób niepełnosprawnych z wykorzystaniem dobrego wpływu przyrody na człowieka. Praca z roślinami rozluźnia napięcia, uspokaja, otwiera uczestników na kontakt z zielenią, zapachami, pobudza ich układ ruchowy do działania, uwrażliwia, a przede wszystkim wprowadza</p>
i indywidualnie)			
g) zajęcia ceramiczne (Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie)	praca min.3 razy w tygodniu	terapeuta zajęciowy, terapeuta, opiekun,	
h) zajęcia w pracowni polisensorycznej (Zajęcia prowadzone indywidualnie)	praca ciągła, minimum 3 razy w tygodniu	terapeuta	
i) Zajęcia z Hortiterapii (ogrodoterapia) (Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie)	praca min. 2 razy w tygodniu	terapeuta zajęciowy, opiekun	

					<p>w stan radości. Hortiterapia nie tylko zaspokaja potrzebę przebywania naszych uczestników na świeżym powietrzu, ale także pomaga oswajać się z jej różnorodnością, łamiąc różne bariery psycho-fizyczne. W okresie wiosenno-letnim uczestnicy ośrodka z pomocą terapeutów, opiekunów będą sadzić i pielęgnować rośliny ozdobne, warzywa, zioła w specjalne przygotowanych w pracowni stolarsko-modelarskiej skrzyniach. Uczestnicy uczą się komponować bukiety kwiatów, przygotowywać okolicznościowe stroiki ze świeżych i sztucznych kwiatów oraz ozdób. Dzięki codziennym obowiązkom związanym z ogrodnictwem podopieczni uczą się systematyczności, pracy w grupie, relaksują się przy tym. Ponadto jest to również forma treningu w życiu codziennym. Uczestnicy koszą trawę, zagrabiąją, dbają o teren zielony przy ośrodku, mają kontakt z przyrodą, co pozytywnie wpływa na samopoczucie. Osoby uczestniczące w terapii podwyższą poczucie swojej wartości, będą czuć się potrzebni, zdobytą wiedzę wykorzystają w życiu codziennym poza ośrodkiem.</p>
	<p>7. Poradnictwo specjalistyczne w szczególności : socjalne</p>	<p>wg potrzeb</p>	<p>pracownik socjalny wspierany zespołem wspierająco -aktywizującym</p>	<p>Praca socjalna obejmuje wsparcie w adaptacji i przeciwdziałanie izolacji uczestników, jest to pomoc w sprawach rentowych, mieszkaniowych itp. Praca ta polega na współpracy z różnymi instytucjami w celu pomocy uczestnikom, kształtowaniu i utrzymaniu właściwych więzi społecznych, określenia możliwości wykonania pracy zarobkowej, rozbudzenia potrzeby możliwie najpełniejszej samodzielności życiowej, prowadzenie dokumentacji uczestników. W ramach pracy socjalnej podejmowanie tematów aktywizacji zawodowej uczestników ośrodka.</p> <p>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych i w kontaktach z instytucjami.</p>	

					<p>W razie potrzeby zapewnione jest wsparcie np. poprzez dowód uczestników do ww. instytucji, pomoc w pisaniu i redagowaniu pism, kompletowaniu dokumentacji, wysyłaniu dokumentacji pod wskazany adres, pomoc w uzyskaniu różnych form pomocy w zależności od sytuacji życiowej (dofinansowania do czynszu, pomocy z OPS, z PFRON), ułatwianie kontaktu z instytucjami, np.: ZUS, PCPR, MOPS, GOPS, Urząd Miasta itp.</p> <p>Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych w porozumieniu z opiekunami uczestników. Pomoc przy rejestracji do lekarza pierwszego kontaktu i do poradni specjalistycznych, wspieranie i motywowanie uczestników do stałych kontaktów z poradniami specjalistycznymi, dbanie o jak najmniejszą absencję uczestnika, monitorowanie regularnej farmakoterapii i terminów wizyt w PZP oraz w innych poradniach specjalistycznych, stały kontakt telefoniczny bądź osobisty z rodzinami np. przekaz informacji o stanie zdrowia, pomoc w ponawianiu zleconych leków, pomoc w organizacji wyjazdów na turnusy rehabilitacyjne, wsparcie podczas hospitalizacji (odwiedziny w szpitalu).</p> <p>Organizacja i uczestnictwo w spotkaniach okolicznościowych. Realizowanie zakupów tj. materiałów do zajęć z uczestnikami (materiały do przeprowadzenia treningów dbałości o wygląd zewnętrzny, treningów porządkowych oraz treningów higienicznych).</p>
	<p>8. Poradnictwo psychologiczne psychoterapia indywidualna, tematyczne spotkania o charakterze</p>	<p>terapia indywidualna (zajęcia odbywają się 1 raz w tygodniu)</p>	<p>psycholog wspierany zespołem wspierającym -aktywizującym</p>	<p>Realizowanie indywidualnych planów terapeutycznych, rozwijanie umiejętności interpersonalnych uczestników, rozwijanie empatii, usprawnianie procesów pamięciowych, nabywanie umiejętności dostrzegania zasobów, rozwijanie spostrzegania, usprawnianie myślenia abstrakcyjnego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie z emocjami,</p>	

			rozwijanie postawy asertywnej, rozmowy indywidualne skoncentrowane na potrzeby uczestników, relaksacja, tworzenie atmosfery wzajemnej akceptacji, pracowanie nad konfliktami; wspieranie uczestników w trudnych sytuacjach życiowych, pomoc w rozwiązywaniu problemów, kształtowanie poczucia samodzielności, wiary we własne możliwości, budowanie poczucia własnej wartości. Wspieranie psychologiczne dla rodzin uczestników.
		spotkania indywidualne 1 raz w miesiącu	psychiatra
	9. Poradnictwo psychiatryczne		Uczestnik będzie miał zapewnioną pomoc i wsparcie psychiatry, co przyczyni się do poprawy nastroju uczestników, zniweluje lęki i niepokój, smutek i przygnębienie a także inne stany emocjonalne itp.
	10. Poradnictwo/ zajęcia z pedagogiem	zajęcia indywidualne według potrzeb i zajęcia grupowe	<p>Celem pracy pedagoga jest niesienie pomocy uczestnikom Domu ujawniającym różnego rodzaju nieprawidłowości rozwoju i zachowania; korygowanie poprzez odpowiednie oddziaływanie prowadzące do jak najpełniejszego, wszechstronnego rozwoju umysłowego, psychicznego i społecznego.</p> <p>W ramach zajęć pedagog przeprowadzać będzie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • nauczanie dydaktyczne (np. nauka czytania i pisanie) i wychowawcze (np. kształtowanie pożądanych cech osobowości, odpowiednich form zachowania); • utrwalanie podstawowych sprawności potrzebnych w życiu codziennym (np. rozpoznawanie i nazywanie dni tygodnia, miesięcy, pór roku, prawa i lewa strona, odczytywanie godzin na zegarze, liczenie); • wyrównywanie braków w wiadomościach i umiejętnościach; • rozmowy indywidualne (motywowanie do wyjścia na

					<p>zewnątrz, kształtowanie postaw sprzyjających poprawie funkcjonowania w otoczeniu, uświadamianie celowości podejmowanych działań, zachęcanie do pracy nad własnym warsztatem, praca nad zwiększeniem samodzielności, usprawnianie sposobów komunikowania się w grupie, otoczeniu).</p> <p>Pedagog poprowadzi pracę w zakresie:</p> <ul style="list-style-type: none"> -treningu budżetowego i treningu umiejętności spędzania czasu wolnego, uczestnicy poznawac będą różnorodne formy spędzania wolnego czasu, wycieczki i wyjazdy krajoznawcze, zwiedzanie zabytków, zawody sportowe, występy i pokazy artystyczne; wdrażanie i aktywizowanie w zakresie różnych form: gry towarzyskie i spacery itp.; - trening umiejętności społecznych i interpersonalnych, w ramach którego uczestnicy nabywają i doskonalą umiejętność nawiązywania kontaktów, podtrzymywania rozmowy, aktywnego słuchania, asertywności, uczą się odpowiedzialności, współpracy, zasad partnerstwa, rozwiązywania problemów. <p>Ponadto w zakresie zadań pedagoga będzie prowadzenie zebrań społeczności Domu pod nieobecność Dyrektora ośrodka, które na celu mają naukę werbalizowania swoich potrzeb, pracy nad właściwym wyrażaniem swoich emocji, a także doskonaleniem swoich kompetencji psychospołecznych, które mogą być przez nich w pełni wykorzystywane. W czasie zebrania omawiane są sprawy i problemy zgłaszane na bieżąco przez uczestników. Podczas spotkania dyskusji podlegają reguły współzycia w grupie, pokonywanie codziennych trudności, decydowanie o sposobie spędzania czasu wolnego. Standardem jest dążenie do jak największej otwartości i naturalności tak, aby relacje</p>
--	--	--	--	--	--

				<p>w grupie były autentyczne i prawdziwe.</p> <p>Powyższe zajęcia pomogą uczestnikom w funkcjonowaniu w życiu społecznym. Przyniesiona wiedza przełoży się na praktyczne umiejętności radzenia sobie w wielu życiowych sytuacjach.</p> <p>Terapia logopedyczna ma na celu korygowanie niewłaściwej mowy. Zakres zajęć logopedycznych obejmuje głównie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - wykrywanie i usuwanie wad wymowy; - kształtowanie prawidłowej wymowy poprzez korygowanie zaburzeń; - stymulowanie opóźnionego rozwoju mowy; - doskonalenie mowy już ukształtowanej; - usprawnianie motoryki narządów mowy; - wyrabianie poczucia rytmu; - rozwijanie mowy zdaniowej i powieściowej; - kształcenie umiejętności słuchania; - rozwijanie i doskonalenie artykulacji; - podnoszenie sprawności w zakresie motoryki dużej i małej. <p>Terapia logopedyczna pomoże skorygować wady wymowy na możliwym do przepracowania poziomie dla uczestnika, co może mieć pozytywne odzwierciedlenie w życiu społecznym danej osoby.</p>
			logopeda wspierany zespołem wspierająco-aktywizującym	
		praca ciągła zajęcia odbywają się min. 1 raz w tygodniu		
		11. Terapia Logopedyczna		

		<p>12. Dogoterapia (dla uczestników z niepełnosprawnością sprężoną w ramach Programu „Za Życiem”)</p>	<p>minimum 1 raz w tygodniu</p>	<p>przewodnik psa terapeuty</p>	<p>Podczas zajęć wykonuje się wiele ćwiczeń i zabaw, które mają służyć podstawowemu celowi dogoterapii, czyli wszechstronnemu rozwojowi podopiecznego. Dogoterapia oddziałuje na sferę emocjonalną uczestnika przez:</p> <ul style="list-style-type: none"> • przełamanie bariery niepewności przed kontaktem z psem; • akceptowanie obecności psa w bliskim otoczeniu; • eliminowanie agresji i autoagresji; • kształtowanie pozytywnych emocji; • rozwój empatii i poprawę samooceny. <p>Zajęcia z udziałem psa mają również na celu rozwijanie sfery umysłowej uczestnika terapii. Wpływają na koncentrację uwagi, rozwój mowy i funkcji poznawczych, pobudzają zmysł wzroku, słuchu, dotyku i węchu.</p> <p>Osoby biorące udział w zajęciach uczą się określania związków przyczynowo-skutkowych, rozpoznawania kolorów i kształtów, różnic i podobieństw.</p> <p>Dzięki nawiązaniu i pogłębieniu kontaktu z psem osoba niepełnosprawna czuje się pewniej we własnym środowisku, łatwiej nawiązuje kontakty społeczne, poprawia komunikację, zdobywa nowych przyjaciół.</p> <p>Efekty terapeutyczne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pokonanie lęku przed psami; • zwiększenie poczucia bezpieczeństwa; • zwiększenie chęci i motywacji do ćwiczeń; • poprawa sprawności ruchowej i motorycznej; • poprawa funkcji manipulacyjnych;
--	--	--	-------------------------------------	-------------------------------------	---

				<p>Hipoterapia to metoda rehabilitacji psychoruchowej, która odbywa się przy udziale koni. Ma zastosowanie w każdym wieku, wykorzystywana jest między innymi w rehabilitacji osób niepełnosprawnych. Dzięki hipoterapii uczestnikom ośrodka może być łatwiej pokonywać lęki, budować więzi, wyrażać swoje emocje i komunikować się ze światem. Rehabilitacja poprzez hipoterapię pomaga zmagającym się z autyzmem, zespołem Downa czy porażeniem mózgowym, ale także z nieprawidłowym wzorcem chodu czy po amputacjach.</p>
			<p>Instruktor rekreacji ruchowej specjalizacja hipoterapia</p>	
			<p>Wyjazd na stadninę koni</p>	
<p>13. Hipoterapia (dla uczestników z niepełnosprawnością sprężoną w ramach Programu „Za Życiem”)</p>				
			<p>14. Alpakoterapia</p>	<p>Alpakoterapia to dziedzina zooterapii wspomagająca rehabilitację ruchową oraz umysłową osób niepełnosprawnych poprzez działania terapeutyczne oparte na kontakcie z alpakami. Działania te służą poprawie samopoczucia człowieka w różnych sferach: emocjonalnej, fizycznej, poznawczej i społecznej. Bardzo istotnym elementem jest również ruch, tego typu zajęcia poprawiają motorykę. A ponadto niezwykle pogodne alpaki poprawiają także samopoczucie.</p>
			<p>15. Wyjazdowe spotkania integracyjne i przeglądy twórczości osób niepełnosprawnych</p>	<p>Organizacja imprez integracyjnych. Udział w imprezach, spotkaniach, uroczystościach, galach także poza placówką. Przeglądy twórczości osób niepełnosprawnych (konkursy plastyczne, muzyczne, sportowe, itp.) Wyjazdy rekreacyjno – turystyczno-sportowe. Udział w obchodach świąt zgodnie z kalendarzem. Udział w tego typu spotkaniach poprawi funkcjonowanie uczestników w życiu społecznym, zwiększy ich aktywność, zaangażowanie w przygotowywanie się do działań, uczestnicy poznają osoby z innych ośrodków, nawiązują pozytywne</p>

					<p>Maj</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rocznica Konstytucji 3 Maja i Święto Polskiej Flagi, rola symboli narodowych – patriotyczne warsztaty o charakterze edukacyjnym; • Dni Otwarte PDS; • Obchody urodzin uczestników; <p>Czerwiec</p> <ul style="list-style-type: none"> • Integracyjny Konkurs Kulinarny „Rozsmakowani w powiecie białogardzkim”; • Wyjazd na Pielgrzymkę dla Osób Niepełnosprawnych do Skrzatusza; • Obchody urodzin uczestników; <p>Lipiec</p> <ul style="list-style-type: none"> • Turniej Umiejętności Dnia Codziennego; • Zamknięcie Ośrodka na okres 15 dni roboczych od 7 lipca do 25 lipca 2024, po uprzednim zasięgnięciu opinii uczestników lub ich opiekunów, a także po uprzednim poinformowaniu, z dwutygodniowym wyprzedzeniem, jednostki prowadzącej lub jednostki zlecającej oraz wydziału właściwego do spraw pomocy społecznej odpowiedniego urzędu wojewódzkiego • Obchody urodzin uczestników;
--	--	--	--	--	--

					<p>Sierpień</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wycieczka nad Morze Bałtyckie z poczęstunkiem, rejsem po morzu; • Turniej tenisa stołowego; • Obchody urodzin uczestników; <p>Wrzesień</p> <ul style="list-style-type: none"> • XX Święto Latawca • Integracyjne Święto Pieczonego Ziemniaka; • Obchody urodzin uczestników; <p>Październik</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grzybobranie. Wyjazd do pobliskiego lasu, pogadanka na temat grzybów, przyrody, i zwierząt leśnych. Quiz wiedzy o lesie z nagrodami. • Obchody Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego; • Grupa wsparcia dla rodzin i opiekunów; • Obchody urodzin uczestników; <p>Listopad</p> <ul style="list-style-type: none"> • XX Gala Integracyjna Osób Niepełnosprawnych w ramach „Twórczości Bez Barier”; • Zabawa Andrzejkowa; • Obchody urodzin uczestników;
--	--	--	--	--	---

					<p>Grudzień</p> <ul style="list-style-type: none"> • Warsztaty Mikołajkowe; • Konkurs na najpiękniej udekorowaną pracownię terapeutyczną; • Wigilia; • Obchody urodzin uczestników.
			wg potrzeb	pracownik socjalny, psycholog, pedagog, dyrektor	Współpraca dotycząca realizacji wspólnego planu terapeutycznego, wspieranie w obliczu codziennych trudności związanych z niepełnosprawnością; pomoc w zakresie konsultacji lekarskich.
			wg potrzeb	pracownik socjalny	Zoptymalizowanie działań na rzecz osób niepełnosprawnych na zasadzie działań partnerskich, poszerzających możliwości objęcia jak największym wsparciem uczestników. Pomoc pracownika socjalnego w zakresie załatwiania spraw urzędowych pomoc w uzyskaniu różnych form pomocy w zależności od sytuacji życiowej (dofinansowania do czynszu, pomocy z ośrodka pomocy społecznej, z PFRON), ułatwianie kontaktu z instytucjami, np.: ZUS, PCPR, MOPS, GOPS, Urząd Miasta, składnia wniosków o refundowanie turnusów rehabilitacyjnych itp.
			wg potrzeb	pracownik socjalny	Podtrzymywanie relacji z byłymi uczestnikami, efektów terapeutycznych oraz możliwości doraźnego wsparcia.

	kontaktu z byłymi uczestnikami	Terapia indywidualna wg potrzeb	członkowie zespołu wspierającego -aktywizującego	Prowadzenie ewidencji odwiedzin w ośrodku.
20. Indywidualne rozmowy z pracownikami ośrodka.				Rozmowy dotyczące różnego rodzaju problemów życia codziennego, poradnictwo w zakresie rozwiązywania problemów.
21. Spotkania w ramach grup wsparcia		Terapia grupowa, 1 raz w tygodniu (spotkania społeczności domu) Spotkania 1 raz na kwartał	członkowie zespołu wspierającego -aktywizującego dyrektor psycholog pedagog pozostali członkowie zespołu wspierającego-aktywizującego	1.Rozmowy dotyczące różnego rodzaju problemów życia codziennego, wzajemne wsparcie uczestników. 2.Spotkania z rodzicami/opiekunami w postaci „grup wsparcia” dla rodzin i opiekunów uczestników ośrodka. Poza indywidualnymi spotkaniami z rodzinami podopiecznych odbywać się będą cykliczne spotkania z rodzinami uczestników. Spotkania te mają na celu wsparcie w pokonywaniu trudności związanymi z chorobą oraz funkcjonowaniem w środowisku naszych uczestników, radzeniem sobie w życiu codziennym, budowanie relacji współpracy, zapoznanie rodzin z informacją o instytucjach powołanych do pomocy osobom z zaburzeniami psychicznymi oraz niepełnosprawnymi intelektualnie.

II.	Organizacja Domu	<p>1. Koordynowanie i monitorowanie pracy zespołu wspierającego – aktywizującego, kontrola realizacji indywidualnych planów wsparcia.</p>	Praca ciągła	Dyrektor	Nadzór nad prawidłowym funkcjonowaniem PDS CR-K w celu zapewnienia odpowiedniego poziomu usług.
		<p>2. Opracowanie i przyjęcie kierunków pracy (roczne plany).</p>	Według terminów	Dyrektor	Planowanie pracy oraz zamierzeń na dany rok, skonkretyzowanie i usystematyzowanie działań. Sporządzanie sprawozdania z działalności Domu.
		<p>3. Dbanie o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu.</p>	Praca ciągła	Dyrektor	Monitorowanie potrzeb w tym zakresie, podejmowanie odpowiednich działań zmierzających do zabezpieczenia higienicznych warunków pobytu w ośrodku. Na bieżąco rozwiązywanie problemów z tym związanych.
		<p>4. Dbanie o właściwy poziom usług.</p>	Praca ciągła	Dyrektor	Utrzymanie wysokiego poziomu usług a także dążenie do rozwijania się ośrodka w kierunku działań i usług.
		<p>5. Organizacja szkoleń i dokształcanie pracowników.</p>	Raz na pół roku	Dyrektor	Dokształcanie pracowników w ramach szkoleń wewnętrznych i zewnętrznych, podnoszenie poziomu wiedzy oraz nabycie praktycznych rozwiązań.
		<p>6. Dopuszczenie pracowni i dostosowanie ich do standardów</p>	Praca ciągła	Dyrektor Wojewoda Zachodniopomorski Zarząd Powiatu	Bieżące doposażanie i utrzymanie standardu.

Celem działalności Powiatowego Domu Samopomocy Centrum Rehabilitacyjno- Kulturalnego w Białogardzie jest osiągnięcie przez osoby korzystające z usług Domu umiejętności jak najbardziej samodzielniego pełnienia ról życiowych i społecznych.

Dom przeznaczony jest dla 60 osób z zaburzeniami psychicznymi, w tym:

a) osób przewlekle psychicznie chorych,

b) osób niepełnosprawnych intelektualnie,

mających poważne trudności w życiu codziennym, wymagającym pomocy i opieki niezbędnej do życia w środowisku rodzinnym i społecznym i jednocześnie wymagającym wsparcia i postępowania rehabilitacyjnego z terenu powiatu białogardzkiego.

Opracował:

Sylwia Walkusz - Dyrektor Powiatowego Domu Samopomocy Centrum Rehabilitacyjno-Kulturalnego w Białogardzie.

