

UCHWAŁA NR 110/2023
ZARZĄDU POWIATU W BIAŁOGARDZIE

z dnia 21 grudnia 2023 r.

**w sprawie Planu Pracy Powiatowego Domu Samopomocy Centrum Rehabilitacyjno-Kulturalnego
w Białogardzie na rok 2024**

Na podstawie art. 32 ust. 1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998r. o samorządzie powiatowym (tj. Dz. U. z 2022r. poz. 1526 ze zm.) 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 uchwala, co następuje:

§ 1. Zatwierdza się „Plan pracy Powiatowego Domu Samopomocy Centrum Rehabilitacyjno-Kulturalnego w Białogardzie w 2024 roku”, stanowiący załącznik Nr 1 do uchwały.

§ 2. Traci moc Uchwała Zarządu Powiatu w Białogardzie Nr 85/2023 z dnia 9 października 2023 roku w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy Powiatowego Domu Samopomocy – Centrum Rehabilitacyjno – Kulturalnego w Białogardzie w 2023 roku.

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

§ 4. Uchwała wchodzi w życie z dniem 1 stycznia 2024 r.

STAROSTA

mgr Piotr Pakuszto

**Plan Pracy Powiatowego Domu Samopomocy
Centrum Rehabilitacyjno – Kulturalnego
w Białogardzie na 2024 roku**

L.p.	Zakres	Formy, metody pracy	Termin realizacji	Odpowiedzialny	Cele, spodziewane efekty
I.	2. Postępowanie wspierające - aktywizujące	3. 1.Trening funkcyjowania w codziennym życiu (Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie. Trening praktyczny instruktaz słowny, demonstrowanie czynności).	4. praca ciągła	5. członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego	6. 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 pozwoli mu w mniejszym lub w większym stopniu usamodzielnić 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, będą uczyć się robienia zakupów, przygotowywania listy potrzebnych artykułów, rozpoznawania przydatności do spożycia, orientacji w cenach i dokonywania obliczeń;</p> <p>Nauka gospodarowania własnymi środkami finansowymi. Nauka rozpoznawania nominałów pieniężnych, planowanie wydatków, nauka oszczędnego gospodarowania, kształtowanie prawidłowych zachowań podczas zakupów (np. przy zakupie wadliwego towaru). Zakładanie kont bankowych, nauka oszczędzania.</p> <p>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</p>	<p>członkowie zespołu wspierającego -aktywizującego</p>	<p>Kontynuacja działań mających na celu zachęcenie uczestników do aktywnego sposobu spędzania czasu wolnego, realizując jednocześnie swoje zainteresowania i poszerzając zakres umiejętności poprzez:</p> <ul style="list-style-type: none"> -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). <p>Wdrażanie i aktywizowanie w zakresie różnych form: -biblioterapia; -muzykoterapia;</p>

				<p>-gry towarzyskie; -spacery; -spotkania towarzyskie (w ramach spotkań ŚDS, z osobami z najbliższego otoczenia, sąsiadami i znajomymi); -zebrania spoleczności; -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). Rezultaty działań: -zwiększenie korzyści związanych z posiadaniem czasu wolnego, - doskonalenie umiejętności wybierania najciekawszych i najkorzystniejszych dla siebie form aktywności związanej z czasem wolnym, - ćwiczenie umiejętności planowania czasu wolnego, - uzyskanie wiedzy na temat własnych możliwości. Nabywanie i utrwalanie umiejętności czytania i pisanie, liczenia.</p>
			praca ciągła	terapeuta pedagog
		4. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie, metody praktyczne, burza mózgów, pogadanka, dyskusja, praca z książką.		

				z osobami ze środowiska. „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. Nauczają się bez obaw wyrażać swoje zdanie na różne tematy, staną się bardziej pewni siebie i asertywni.
		minimum 1 raz w tygodniu	terapeuta pedagog	
	<p>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.</p>			
	<p>6. Terapia zajęciowa w ramach, której codziennie działają pracownicy: <i>a) gospodarstwa domowego</i> (Zajęcia prowadzone w grupach)</p>	praca ciągła, zajęcia odbywają się codziennie	terapeuta, terapeuta zajęciowy, opiekun	<p>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, gofrownica, pralka, żelazko itp. W ramach tej pracowni odbędzie się integracyjny konkurs kulinarny, różnego rodzaju warsztaty, zapoznanie się z kuchnią regionalną, Bardzo ważnym elementem</p>

		<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, opiekun</p>	<p>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, spostrzegawczość, samodzielność w działaniu, wyrażą swoje uczucia, nastroje za pomocą środków plastycznych,</p> <p>- ponadto uczestnictwo w zajęciach przyczyni się obniżenia</p>
--	--	--	--	---	---

				<p>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: poznanie, nauka i doskonalenie umiejętności samodzielnej obsługi komputera, prostych programów edukacyjnych, graficznych i muzycznych, umiejętność napisania CV, 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 życiowej, doskonalenie współdziałania i funkcjonowania w grupie, zmniejszenie poczucia wykluczenia.</p>
			<p>opiekun</p>	
			<p>praca ciągła, zajęcia odbywają się codziennie</p>	
			<p>c)komputerowa (Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie)</p>	

			<p>terapeuta wspomagany przez opiekuna, instruktora klubu sportowego</p>	<p>Realizowanie zakupów do zajęć komputerowych przy zaangażowaniu uczestników, co pomoże im w przyszłości przy doborze sprzętowania 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 podtrzymywania 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 1 raz w tygodniu odbywać się będą zajęcia rekreacyjno-ruchowe prowadzone przez instruktora klubu sportowego.</p> <p>Zajęcia w pracowni to praca w drewnie, jego obróbka, wykonywanie z niego różnych przedmiotów: wieszaków, ramek do obrazów, półek, regałów, różnego rodzaju ozdób świątecznych, czy wykonywanie modeli samolotów, karmników dla ptaków, domków dla kotów, domków dla owadów 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. nabycie i doskonalenie obsługi elektronarzędzi. Poszerza i rozwija się tu umiejętności uczestnika związane z majsterkowaniem, drobnymi</p>
	<p>d)rehabilitacyjna (Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie, metody praktyczne)</p>	<p>praca ciągła, zajęcia odbywają się codziennie</p>		
	<p>e) stolarsko - modelarska (Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie)</p>	<p>praca ciągła, minimum 3razy w tygodniu</p>	<p>opiekun terapeuta zajęciowy</p>	

					<p>naprawami, obeznaniem ze sprzętem. Kładziony 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 płaszczyn elementów dekoracyjnych, malowanie i lakierowanie elementów drewnianych, wykonywanie szablonów do wielokrotnego odwzorowania.</p> <p>Uczestnik nabeździe a także 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>Rozwijanie pasji, zainteresowań, które mają również wzmacniać 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 umiejętności obsługi aparatów fotograficznych, wykonywanie tematycznych sesji zdjęciowych, tworzenie albumów</p>
		<p>f) zajęcia fotograficzno-filmowe (Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie)</p>	<p>minimum 2 razy w tygodniu</p>	<p>opiekun terapeuta</p>	

			fotograficznych itp.	
g) <i>zajęcia z ceramiczne</i> (Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie)	praca min. 3 razy w tygodniu	terapeuta zajęciowy, terapeuta, opiekun,	Uczestnicy dzięki zakupionemu piecowi do wypalania gliny mogą pod opieką terapeuty tworzyć prace w glinie. 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 poczucie piękna oraz wyrażania własnych uczuć w sposób niewerbalny. Prace w glinie sprzyjają umacnianiu wiary we własne siły, ale przede wszystkim służą rozładowaniu napięcia emocjonalnego.	
h) <i>zajęcia w pracowni polisensorycznej</i> (Zajęcia prowadzone indywidualnie)	praca ciągła, minimum 3 razy w tygodniu	terapeuta	Terapia ma na celu usprawnianie i pobudzenie do działania wszystkich zmysłów. Relaksacja przyczyni się do osiągnięcia równowagi psychiczno- emocjonalnej uczestników.	
i) <i>Zajęcia z Hortiterapii (ogrodoterapia)</i> (Zajęcia prowadzone w grupach i indywidualnie)	praca min. 2 razy w tygodniu	terapeuta zajęciowy, opiekun	Polega na zajęciach terapeutycznych dla osób niepełnosprawnych z wykorzystaniem dobroczynnego wpływu przyrody na organizm ludzki. Praca z roślinami rozluźnia napięcia, uspokaja, otwiera uczestników PDS CR-K na kontakt z zielenią, zapachami, pobudza ich układ ruchowy do działania, uwarżliwia, a przede wszystkim wprowadza 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	

				<p>uczestnicy ośrodka z pomocą terapeutów, opiekunów będą sadzić i pielęgnować rośliny ozdobne, warzywa, ziola w specjalne przygotowanych w pracowni stolarsko-modelarskiej skrzyniach. Uczestnicy uczą się komponować bukiety kwiatów, przygotowują okolicznościowe stroiki ze świeżych kwiatów i 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 wykorzystują w życiu codziennym poza ośrodkiem.</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>7. Poradnictwo specjalistyczne w szczególności : socjalne</p>	<p>wg potrzeb</p>	<p>pracownik socjalny wspierający zespół wspierającym -aktywizującym</p>	<p>Pomoc w realizacji spraw urzędowych i w kontaktach z instytucjami. Uczestnicy wspierani przez pracownika socjalnego załatwiają samodzielnie swoje sprawy urzędowe aczkolwiek pod nadzorem i w razie konieczności ze wskazaniami pracownika socjalnego, w razie konieczności zapewnione jest wsparcie np. poprzez dowóz uczestników do ww. instytucji, pomoc w pisaniu i redagowaniu pism, kompletowaniu dokumentacji,</p>

					<p>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). 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 psychoedukacyjnym</p>	<p>terapia indywidualna (zajęcia odbywają się 1 raz w tygodniu)</p>	<p>psycholog wspierany zespołem wspierającym -aktywnym</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, rozwijanie postawy asertywnej, rozmowy indywidualne skoncentrowane na potrzeby uczestników, relaksacja, tworzenie atmosfery wzajemnej akceptacji,</p>	

				<p>przepracowywanie konfliktów; wspieranie uczestników w trudnych sytuacjach życiowych, pomoc w rozwiązywaniu problemów, kształtowanie poczucia samodzielności, wiary we własne możliwości, budowanie poczucia własnej wartości.</p> <p>Wsparcie psychologiczne dla rodzin uczestników.</p> <p>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.</p>
		spotkania indywidualne 1 raz w miesiącu	psychiatra	
	9. Poradnictwo psychiatryczne			
	10. Poradnictwo/ zajęcia z pedagogiem	zajęcia indywidualne według potrzeb i zajęcia grupowe	Pedagog wspierany zespołem wspierającym -aktywnym	<p>Celem pracy pedagoga jest niesienie pomocy uczestnikom Domu ujawniającym różnego rodzaju nieprawidłowości rozwoju i zachowania; korygowanie poprzez odpowiednie oddziaływania 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 pisania) 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 zewnątrz, kształtowanie postaw sprzyjających poprawie funkcjonowania w otoczeniu, uświadamianie celowości podejmowanych działań, zachęcanie do pracy nad

					<p>własnym warszatem, 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 społecznych pod nieobecność Dyrektora Domu, 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 zebrań omawiane są sprawy i problemy zgłaszane na bieżąco przez uczestników. Podczas spotkania dyskusji podlegają reguły współżycia w grupie, pokonywanie codziennych trudności, decydowanie o sposobie spędzania czasu wolnego. Standardem jest dążenie do jak największej otwartości i naturalności tak, aby relacje w grupie były autentyczne i prawdziwe.</p> <p>Powyzsze zajęcia pomogą uczestnikom w funkcjonowaniu w życiu społecznym. Przyniesiona wiedza przełoży się na</p>
--	--	--	--	--	--

			<p>11. Terapia Logopedyczna</p>	<p>praca ciągła zajęcia odbywają się min. 1 raz w tygodniu</p>	<p>logopeda wspierany zespołem wspierająco-aktywizującym</p>	<p>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 przeprowadzenia poziomie dla uczestnika, co może mieć pozytywne odzwierciedlenie w życiu społecznym danej osoby.</p>
--	--	--	--	--	--	---

		<p>12. Dogoterapia (dla uczestników z niepełnosprawnością sprzężoną 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;
--	--	--	-------------------------------------	-------------------------------------	---

	13. Hipoterapia	Wyjazd grupowy na stadninę koni	Instruktor rekreacji ruchowej specjalizacja hipoterapia	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.
	14. Alpakoterapia	Wyjazd grupowy	Alpakoterapeuta	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,
	15. Wyjazdowe spotkania integracyjne i przeglądy twórczości osób niepełnosprawnych	Cały rok – zgodnie z Kalendarzem imprez a także zaproszeniami innych ośrodków (w niektórych przypadkach z możliwością uczestnictwa członków rodzin)	członkowie zespołu wspierającego -aktywizującego	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 Domu w życiu społecznym, zwiększy ich aktywność, zaangażowanie w przygotowywanie się do działań, uczestnicy poznają osoby z innych ośrodków, nawiążą pozytywne relacje , czerpać będą pomysły,

					<p>Wrzesień</p> <ul style="list-style-type: none"> • XIX Święto Latawca; • Święto Pieczonego Ziemniaka; • Obchody urodzin uczestników; <p>Październik</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grzybobranie; • Grupa wsparcia dla rodzin i opiekunów; • Obchody urodzin uczestników; <p>Listopad</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wystawa prac nt. Święta Niepodległości; • XIX Gala Integracyjna Osób Niepełnosprawnych w ramach „Twórczości Bez Barier”; • Zabawa Andrzejkowa; • Obchody urodzin uczestników; <p>Grudzień</p> <ul style="list-style-type: none"> • Warsztaty wyjazdowe połączone z Mikołajkami; • Konkurs na najpiękniej udekorowaną pracownię terapeutyczną; • Wigilia; • Obchody urodzin uczestników.
--	--	--	--	--	---

				<p>1. Rozmowy dotyczące różnego rodzaju problemów życia codziennego, wzajemne wsparcie uczestników.</p> <p>2. Spotkania z rodzicami/opiekunami w postaci „grup wsparcia” dla rodzin 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 związanych 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 ludziom z zaburzeniami psychicznymi oraz niepełnosprawnymi intelektualnie.</p>	<p>członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego</p> <p>dyrektor psycholog pedagog pozostali członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego</p>	<p>Terapia grupowa, 1 raz w tygodniu (spotkania społeczności domu)</p> <p>Spotkania 1 raz na kwartał</p>	<p>21. Spotkania w ramach grup wsparcia</p>	
II.	Organizacja Domu			<p>Nadzór nad prawidłowym funkcjonowaniem PDS CR-K w celu zapewnienia odpowiedniego poziomu usług.</p>	Dyrektor	Praca ciągła	<p>1. Koordynowanie i monitorowanie pracy zespołu wspierająco – aktywizującego, kontrola realizacji indywidualnych planów wsparcia.</p>	
				<p>Planowanie pracy oraz zamierzeń na dany rok, skonkretyzowanie i usystematyzowanie działań. Sporządzanie sprawozdania z działalności Domu.</p>	Dyrektor	Według terminów	<p>2. Opracowanie i przyjęcie kierunków pracy (roczne plany).</p>	

		3. Dbanie o bezpieczne i higieniczne warunki pobytu.	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.
		4. Dbanie o właściwy poziom usług.	Praca ciągła	Dyrektor	Utrzymanie wysokiego poziomu usług a także dążenie do rozwijania się ośrodka w kierunku działań i usług.
		5. Organizacja szkoleń i doształcanie pracowników.	Raz na pół roku	Dyrektor	Doształcanie pracowników w ramach szkoleń wewnętrznych i zewnętrznych, podnoszenie poziomu wiedzy oraz nabycie praktycznych rozwiązań.
		6. Dopełnienie pracowni i dostosowanie ich do standardów	Praca ciągła	Dyrektor Wojewoda Zachodniopomorski Zarząd Powiatu	Podejmowanie działań w kierunku pozyskania dodatkowych środków finansowych w ramach zwiększenia dotacji. W przypadku otrzymania dodatkowych środków rozważany jest w 2024 roku remont pomieszczeń gospodarczych przy pracowni gospodarstwa domowego, zakup sprzętu gastronomicznego (patelnia gazowa, piekarnik itp.) oraz zakup stołów i krzesel do pracowni plastycznej.

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.