

**Zarządzenie nr 28/2016**  
**Burmistrza Rypina**  
**z dnia 22 lutego 2016 roku**

w sprawie: zatwierdzenia Planu Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Rypinie  
( typ A, B, C) na rok 2016.

Na podstawie § 4 ust.2 i 3 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy ( Dz. U. z 2010 r. nr 238, poz. 1586) zarządzam co następuje:

**§ 1**

Zatwierdzam Plan Pracy na rok 2016 – Środowiskowego Domu Samopomocy typu A, B, C uzgodniony z Wojewoda Kujawsko – Pomorskim.

**§ 2**

Wykonanie zarządzenia powierza się Kierownikowi Środowiskowego Domu Samopomocy w Rypinie.

**§ 3**

1. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania z mocą obowiązującą od 1 stycznia 2016 roku.

**BURMISTRZ MIASTA RYPIN**

  
**mgr Paweł Grzybowski**

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W RYPINIE  
NA ROK 2016**

Zakres działania – cele szczegółowe	Planowane treści, formy i metody pracy oraz cele	Adresaci	Częstość treningów	Osoby odpowiedzialne za realizację (z opisem posiadanych kwalifikacji i doświadczenia zawodowego)	Opis spodziewanych efektów
<p>Kształtowanie, rozwijanie i podtrzymywanie umiejętności funkcjonowania w życiu codziennym</p>	<p><b>Trening higieniczny – kosmetyczny</b> Kontynuacja działań związanych z wykształceniem umiejętności i podtrzymywanie wykształconych już nawyków:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• regularnej toalety całego ciała;</li> <li>• używania przyborów toaletowych i kosmetyków;</li> <li>• stosowanie zabiegów pielęgnacyjnych – golenie, strzyżenie;</li> <li>• sygnalizowania potrzeb fizjologicznych,</li> <li>• samodzielnego ubierania się,</li> <li>• poprawnego korzystania z toalety,</li> <li>• dobór odzieży odpowiedniej do pory roku i okoliczności,</li> </ul> <p><b>Metody pracy:</b> instruktarz wykonywanych czynności, pokaz, ćwiczenia praktyczne - wykonywanie pod kierunkiem terapeuty, pogadanki.</p> <p><b>Cel:</b> Kształtowania nawyków codziennego dbania o higienę osobistą i wygląd zewnętrzny.</p>	<p>Typ A, B, C</p>	<p>ok. 3 h codziennie</p>	<p>Iwona Wojciechowska - pielęgniarka – wykształcenie średnie medyczne – pielęgniarstwo, 19-letni staż pracy z osobami zaburzonymi psychicznie. W trakcie nauki w Policealnej Szkole Terapeutów Zajęciowych w Toruniu</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Podstawy diabetologii” – szkolenie;</li> <li>• „Opieka nad terminalnie chorymi” – kurs;</li> <li>• „Organizacja i planowanie pracy z podopiecznym – osoby starsze i psychicznie chore” – moduł edukacyjny;</li> <li>• „Rehabilitacja pacjentów z przewlekłymi zaburzeniami psychicznymi” - szkolenie;</li> <li>• „Umiejętności interpersonalne w pracy socialnej” – szkolenie;</li> <li>• „Arteterapia – formy i techniki pracy z upośledzonymi umysłowo”;</li> <li>• „Działania na rzecz osób zagrożonych wykluczeniem społecznym, w tym niepełnosprawnych”.</li> <li>• „Muzykoterapia „ - warsztaty</li> </ul>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• odczuwa konieczność regularnego mycia się;</li> <li>• nabył lub podtrzymał posiadane umiejętności w zakresie utrzymania higieny osobistej,</li> <li>• zna i stosuje służące do utrzymania higieny osobistej;</li> <li>• sygnalizuje potrzeby fizjologiczne;</li> <li>• potrafi samodzielnie się ubrać;</li> <li>• myje ręce po opuszczeniu wc i pozostawia porządek w toalecie;</li> <li>• uświadamia sobie jaki wpływ na dobre samopoczucie ma wygląd zewnętrzny.</li> </ul>

	<p><b>Trening umiejętności praktycznych</b></p> <p>Nabyć lub doskonalić umiejętności sprzątania, prania ręcznego i w pracce wirtnikowej, rozwieszania prania, prasowania, korzystania ze sprzętu AGD, przechowywania artykułów spożywczych, segregowania śmieci, prace porządkowe wokół ŚDS</p> <p><u>Metody pracy:</u> instruktaż wykonywanych czynności, pokaz, ćwiczenia praktyczne - wykonywanie pod kierunkiem terapeuty, pogadanki.</p> <p><u>Cel:</u> wypracowanie umiejętności, dokładności i zaangażowania w zakresie czynności porządkowych</p>	Typ A, B, C	praca ciągła ( przy okazji treningu higienicznego, kulinarnego i robótek ręcznych)	Iwona Wojciechowska Anna Rupińska Ewa Marciniak	<p>Uczestnik :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrafi dbać o czystość i porządek w pomieszczeniach;</li> <li>• potrafi korzystać z podstawowego sprzętu AGD;</li> <li>• wie jak przechowywać produkty spożywcze;</li> <li>• potrafi segregować śmieci;</li> </ul>
	<p><b>Trening kulinarny</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauka podstawowych czynności kuchennych – obieranie, krojenie, porcjowanie;</li> <li>• nauka i utrwalenie umiejętności samodzielnej obsługi sprzętu AGD, kształtowanie i utrwalanie umiejętności samodzielnego przygotowywania prostych potraw z wykorzystaniem wiedzy na temat zdrowego odżywiania;</li> <li>• nauka korzystania z przepisów kulinarnych,</li> <li>• nauka nakrywania i podawania do stołu;</li> <li>• przygotowywanie stołów i potraw na imprezy okolicznościowe( śniadanie wielkanocne, spotkanie opłatkowe, urodziny uczestników, itp.)</li> <li>• kształtowanie i utrwalanie</li> </ul>	Typ A,B,C	praca ciągła – 5 godzin dziennie	<p>Anna Rupińska - Instruktor terapii zajęciowej – wyższe – zdrowie publiczne, dietetyka, 9 lat stażu pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi, w roku 2016 rozpoczęła edukację w Policealnej Szkole Terapeutów Zajęciowych w Toruniu</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Podstawy rachunkowości z elementami etyki” – kurs;</li> <li>• „Konstruowanie indywidualnych programów terapeutycznych dla uczestników W TZ i ŚDS” – szkolenie.</li> <li>• Nowelizacja ustawy Prawo Zamówień Publicznych</li> <li>• Prawo Zamówień Publicznych w wydatkowaniu środków publicznych.</li> <li>• Prowadzenie treningów umiejętności społecznych</li> </ul>	<p>Uczestnik potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• obierać i kroić warzywa i mięso;</li> <li>• samodzielnie ( lub w asyście instruktora) przygotować posiłki (śniadania, ciepły posiłek, ciasto);</li> <li>• potrafi czytać ze zrozumieniem i wykorzystywać przepisy kulinarne;</li> <li>• obsługiwać sprzęt AGD;</li> <li>• wybierać właściwe sztuczce i postępując się nimi, oraz kulturalnie zachowywać się przy stole;</li> <li>• nakrywać do stołu i sprzątać po posiłku</li> </ul>

	<p>nawyków poprawnego postępowania się sztucznymi i zachowania przy stole;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>kształtowanie umiejętności samodzielnego jedzenia,</li> <li>nakrywania i podawania do stołu,</li> <li>nauka sprzątania po posiłku</li> <li>korzystania z przepisów kulinarnych;</li> <li>organizacja, przygotowanie uczestników i udział w konkursie kulinarnym „Kulinariada”</li> </ul> <p><u>Metody pracy:</u> wykonanie zadania według instruktarzu słownego terapeuty oraz demonstrowania czynności.</p> <p><u>Cel:</u> wypracowanie umiejętności przygotowania prostych posiłków z uwzględnieniem zachowania czystości,</p>			<p>/komunikacyjnych/ w zakresie specjalistycznych usług opiekuńczych.</p>	
	<p><u>Trening budżetowy</u></p> <p>Kontynuacja działań mających na celu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>rozdzielanie nominatów,</li> <li>nabywanie umiejętności odliczania określonych kwot i dokonywania obliczeń;</li> <li>nauka planowania i robienia zakupów,</li> <li>ustalanie priorytetów przy planowaniu miesięcznego budżetu – wspieranie umiejętności gospodarowania środkami finansowymi,</li> <li>wyjścia na zakupy, orientacja w cenach;</li> <li>uświadomienie konsekwencji zaciągania zobowiązań</li> </ul>	<p>Typ A, B, C</p>	<p>raz w tygodniu 3h trening indywidualny zajęcia grupowe - 5 h tygodniowo</p>	<p>Ewa Jasińska - pracownik socjalny – wykształcenie wyższe – praca socjalna, 19 lat stażu pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi</p> <p><u>Specjalizacje:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>„Organizacja pomocy społecznej”</li> </ul> <p><u>Studia podyplomowe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>„Aktywizacja Społeczna i Zawodowa Osób z Niepełnosprawnością”;</li> </ul> <p><u>Kursy:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>„Mediacje rodzinne”</li> </ul> <p><u>Szkolenia:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>„Środowiskowa praca socjalna. Warsztat pracownika socjalnego”;</li> </ul>	<p>Uczestnik posiadał następujące umiejętności:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>rozpoznaje nominaty,</li> <li>odlicza określone kwoty,</li> <li>rozsądnie gospodaruje własnym budżetem z uwzględnieniem opłat statych,</li> <li>potrafi dokonać zakupów,</li> </ul>

	<p><u>Metody pracy:</u> pogadanki, praca na materiałach pomocniczych, praktyczne działanie.</p> <p><u>Cel:</u> wypracowanie umiejętności gospodarowania własnym budżetem i dokonywania zakupów</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Trening umiejętności społecznych dla osób niepełnosprawnych intelektualnie”,</li> <li>• „Konstruowanie indywidualnych programów terapeutycznych dla uczestników WTZ I ŚDS”.</li> <li>• „Działania na rzecz osób zagrożonych wykluczeniem społecznym, w tym niepełnosprawnych”.</li> <li>• „Kształtowanie umiejętności życiowych, motywacyjnych i społecznych osób niepełnosprawnych – treningi nawyków celowej aktywności”</li> <li>• „Praca z klientem przejawiającym zaburzenia psychiczne”</li> </ul>	<p><u>Uczestnik:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zna przebieg własnej choroby;</li> <li>• regularnie przyjmuje leki zlecone przez specjalistę;</li> <li>• zna konsekwencje przerwania farmakoterapii,</li> <li>• potrafi rozpoznanawana objawy choroby;</li> </ul>
	<p><u>Trening zachowań prozdrowotnych:</u></p> <p>Działania mające na celu wykształcenie nawyku i umiejętności:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• regularnego przyjmowania leków;</li> <li>• rozpoznawania zwiastunów i reagowania na symptomy choroby;</li> <li>• korzystania z usług medycznych (lekarz rodzinny, poradnie specjalistyczne)</li> </ul> <p><u>Metody pracy:</u> instruktarz wykonywanych czynności, pogadanki, rozmowy indywidualne</p> <p><u>Cel:</u> nabywanie umiejętności związanych z aktywnym udziałem we własnej farmakoterapii, oraz stała kontrola stanu zdrowia zarówno psychicznego jak i somatycznego.</p>	Typ A	Raz w m-cu 2h – pogadanka, ustalenie wizyt lekarskich wg potrzeb	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Iwona Wojciechowska</li> </ul>	<p><u>Uczestnik:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zna przebieg własnej choroby;</li> <li>• regularnie przyjmuje leki zlecone przez specjalistę;</li> <li>• zna konsekwencje przerwania farmakoterapii,</li> <li>• potrafi rozpoznanawana objawy choroby;</li> </ul>

	<p>Wizyta w gabinecie stomatologicznym:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zapoznanie z wyposażeniem gabinetu, wyjaśnienie jak leczy się żęby i jak działa sprzęt stomatologiczny,</li> </ul> <p><u>Metoda:</u> wizyta w gabinecie - pokaz, pogadanka</p> <p><u>Cel:</u> oswojenie uczestników przed wizytą u dentysty, poprawa stanu uzębienia</p>	<p>Typ A,B,C</p>	<p>5-8 wyjść (grupy kilkuosobowe)</p>		<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ma mniejszy poziom lęku przed wizytą u stomatologa</li> <li>• ma motywację do polepszenia stanu zdrowia jamy ustnej,</li> </ul>
<p><b>Kształtowanie umiejętności interpersonalnych i społecznych</b></p>	<p>Kontynuacja działań mających na celu nabyć i doskonalenie umiejętności:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• nawiązywania i podtrzymywania kontaktów;</li> <li>• podtrzymywania rozmowy i aktywnego słuchania;</li> <li>• współpracy i zasad partnerstwa;</li> <li>• rozwiązywania problemów,</li> <li>• kształtowania pozytywnych relacji z osobami bliskimi;</li> <li>• trening stosownego zachowania w miejscach publicznych;</li> </ul> <p><u>Metody pracy:</u> zebrania społeczności, dyskusje, pogadanki, psychoterapia indywidualna</p> <p><u>Cel:</u> rozwój umiejętności społecznych uczestnika</p>	<p>Typ A, B, C</p>	<p>Praca ciągła – 6h dziennie (realizowany również przy okazji treningu spędzania czasu wolnego, treningu budżetowego i innych zajęć)</p>	<p>psycholog; wszyscy terapeuci</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrafi nawiązywać kontakty z otoczeniem;</li> <li>• potrafi nawiązać i podtrzymać rozmowę;</li> <li>• podejmuje próby kontrolowania własnego zachowania;</li> <li>• prawidłowo zachowuje się w miejscach publicznych;</li> <li>• radzi sobie w nowych i trudnych sytuacjach;</li> <li>• jest w dobrych stosunkach z bliskimi;</li> </ul>
<p><b>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego</b></p>	<p>Kontynuacja działań mających na celu zachęcanie do aktywnego spędzania czasu wolnego i stwarzanie możliwości do rozwijania własnych zainteresowań poprzez:</p>	<p>Typ A, B, C</p>	<p>praca ciągła – codziennie, ok 2 h</p>	<p>Ewa Jasińska wspierający: wszyscy terapeuci</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• czyta książki i czasopisma, ogląda filmy, słucha audycji radiowych;</li> <li>• korzysta z biblioteki;</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• lektura książek, czytanie prasy, słuchanie audycji radiowych i oglądanie wybranych programów telewizyjnych;</li> <li>• wyjścia do biblioteki miejskiej;</li> <li>• gry stołkowe; towarzyskie, rozwiązywanie krzyżówek</li> <li>• turystyka, imprezy towarzysko – kulturalne organizowane w ośrodku i poza nim;</li> </ul> <p><u>Metody pracy:</u> audycje radiowo-telewizyjne, gry stołkowe i towarzyskie, imprezy okolicznościowe, konkursy, zawody, spotkania integracyjne, wycieczki;</p> <p><u>Cel:</u> wskazanie różnych możliwości spędzania czasu wolnego z uwzględnieniem indywidualnych zainteresowań</p>				<p><b>Ewa Marciniak</b> - fizjoterapeuta – policealne medyczne - fizjoterapia, 19 lat stażu pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi W trakcie nauki w Policealnej Szkole Terapeutów Zajęciowych w Toruniu</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Organizacja imprez dla małej i dużej grupy” – warsztaty z pedagogiki zabawy ;</li> <li>• „Rehabilitacja pacjentów z [przewlekłymi zaburzeniami psychotycznymi]” – szkolenie.</li> <li>• „Arteterapia – formy i techniki pracy z upośledzonymi umysłowo”;</li> <li>• „Prowadzenie treningów umiejętności</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• potrafi wybrać najkorzystniejsze dla siebie formy spędzania czasu wolnego, zaplanować je i je realizować;</li> <li>• zna zasady różnych gier stołkowych i podejmuje rywalizację;</li> <li>• współpracuje w grupie;</li> </ul>
<p><b>Terapia ruchowa</b></p> <p>Poprawa/utrzymanie sprawności psychofizycznej uczestnika poprzez:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gry i zabawy ruchowe,</li> <li>• ćwiczenia ogólnousprawniające,</li> <li>• ćwiczenia korekcyjne,</li> <li>• spacery,</li> <li>• organizowanie rozgrywek sportowych,</li> <li>• ćwiczenia z wykorzystaniem sprzętu poprawiającego kondycje i koordynację.</li> </ul> <p><u>Metody pracy:</u> metoda zabawowa, metoda naśladowcza – ścisła, pokaz.</p> <p><u>Cel:</u> poprawa lub utrzymanie sprawności fizycznej na dotychczasowym poziomie,</p>	<p>Typ A, B, C</p>	<p>Praca ciągła – codziennie, 3 h</p>		<p><b>Uczestnik:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• poprawił swoją kondycje fizyczną bądź utrzymał ją na dotychczasowym poziomie,</li> <li>• ma lepsze samopoczucie, poprawił umiejętność współpracy i komunikowania się;</li> <li>• wzmocnił wiarę we własne możliwości,</li> <li>• jest systematyczny, odczuwa świadomą potrzebę ruchu</li> </ul>	

	<p>Wyjścia do publicznych obiektów sportowych – basen, kregielnia, hala sportowa, itp.</p> <p><u>Metody pracy</u> – praktycznego działania, pokaz</p> <p><u>Cel</u>: nauka zachowania w miejscu publicznym ( obiekcie sportowym)</p> <p>Udział w turniejach, spartakiadach, meczach i innych rozgrywkach sportowych</p> <p><u>Cel</u>: rozwijanie zdolności i zainteresowań uczestników; doskonalenie sprawności fizycznej;</p>	<p>Typ A, B, C</p>	<p>średnio 1 raz w m-cu</p>	<p>społecznych/komunikacyjnych/ w zakresie specjalistycznych usług opiekuńczych."</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>wie jak zachować się w publicznym obiekcie sportowym – potrafi zakupić bilet wstępu, skorzysta z szatni itp.</li> </ul>
<p><b>Terapia zajęciowa</b></p>	<p><u>Zajęcia plastyczne:</u></p> <p>Poszerzanie zakresu umiejętności poprzez :</p> <p>1. działalność plastyczną obejmująca różne techniki – wyklejanie, wydzieranie, stemplowanie, wypalanie, collage, de cupage, małe formy rzeźbiarskie (plastelina, modelina, masa solna, masa papierowa), malowanie na płótnie, malowanie techniką akryl, akwarela, tempera.</p> <p>2. Odbiór sztuki – organizowanie wyjść do muzeum i na wystawy plastyczne wg bieżących ofert,</p>	<p>Typ A, B, C</p>	<p>Praca ciągła – codziennie, 6 h</p>	<p><b>Dorota Dębowska</b> - instruktor terapii zajęciowej – wykształcenie policealne w zawodzie plastyk, 13 lat stażu pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi.</p> <p>W trakcie nauki w Policealnej Szkole Terapeutów Zajęciowych w Toruniu</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>„Prowadzenie treningów umiejętności społecznych w zakresie specjalistycznych usług opiekuńczych” - szkolenie;</li> <li>„Organizacja imprez dla małej i dużej grupy” – warsztaty z pedagogiki zabawy.</li> <li>„Jak radzić sobie w trudnych</li> </ul>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>potrafi stosować różne techniki plastyczne,</li> <li>rozwinął „małą motorykę”,</li> <li>jest przygotowany do odbioru sztuki,</li> <li>zna instytucje kultury,</li> <li>podniósł poczucie własnej wartości,</li> <li>osiągnął satysfakcję z wykonanej pracy przez jej prezentację w ośrodku,</li> <li>osiągnął sukces biorąc udział w konkursach,</li> </ul>



	<p>eksponowanie reprodukcji i prac artystów na zajęciach;</p> <p>3. Promowanie twórczości uczestników – udział w konkursach, wystawianie prac dekoracyjnych i użytecznych na terenie ośrodka, wystawianie prac w środowisku lokalnym (kiermasze, wystawy, aukcje).</p> <p><u>Metody pracy:</u> metoda swobodnej ekspresji, metoda zadań inspirujących, doświadczeń i eksperymentowania ( np. mieszanie barw), konkursów)</p> <p><u>Cel:</u> wzbudzanie emocji wywierających korzystny wpływ na zaspokojenie potrzeby samorealizacji.</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• sytuacjach zawodowych. Problematyka wypalenia zawodowego”.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• postrzeżenia przedmioty w innej formie użytkowej,</li> </ul>
	<p><b>Zajęcia rekrudzielnicze</b></p> <p>zdobywanie nowych/ poszerzanie zakresu posiadanych umiejętności rękodzielniczych przez:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• poznanie nowej techniki - Quilling</li> <li>• szycie maszynowe (patchwork, szycie kostiumów teatralnych, przeróbki maszynowe)</li> <li>• szycie ręczne (hafty: krzyżykowy, Richelieu, za igłą, dziergany, krzyżyk)</li> <li>• robienie na drutach i szydełku, wiązanie makramy,</li> <li>• aplikacje,</li> <li>• pracę na krośnie tkackim,</li> <li>• wykonywanie dekoracji okolicznościowych,</li> <li>• udział w konkursach</li> </ul>	Typ A, B, C	Praca ciągła codziennie 4 h	Ewa Marciniak	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uczestnik:</li> <li>• poszerzył swoje umiejętności poprzez zapoznanie się z różnymi technikami rękodzielniczymi:</li> <li>• poprawił sprawność manualną i koordynację wzrokowo – ruchową,</li> <li>• potrafi samodzielnie wykonać na drutach lub szydełku prosta prace, a także naprawić odzież ( cerowanie, przyszywanie guzika, itp.);</li> <li>• kształtuje prawidłową postawę zawodową – sumiennność, systematyczność, obowiązkowość; rozwinął swoje</li> </ul>

				Ewa Jasińska	<p>zainteresowania, poznał jedną z form spędzania czasu wolnego,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>wyciszył się i zrelaksował,</li> <li>doprowadza rozproszoną pracę do końca, sprząta po sobie stanowisko pracy.</li> </ul>
<p><b>Zajęcia komputerowe</b></p> <p>Pogłębianie wiedzy i rozwijanie umiejętności informatycznych przez:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• naukę podstaw obsługi komputera i jego podstawowych programów (Word, Paint)</li> <li>• komunikowanie się za pomocą komputera i technologii informacyjno – komunikacyjnych (np. obsługa poczty elektronicznej)</li> <li>• doskonalenie umiejętności korzystania z drukarki, scanera</li> <li>• wykorzystywanie komputera, oraz programów i gier edukacyjnych do poszerzania wiedzy z różnych dziedzin,</li> <li>• nauka obsługi aparatu foto (wykonywanie zdjęć na imprezach okolicznościowych, przenoszenie zdjęć z aparatu na PC, i ich katalogowanie)</li> </ul> <p>Metody pracy: mini wykład, metoda zadaniowa, metody praktyczne</p> <p>Cel: Rozwijanie zainteresowań techniką cyfrową i wdrażanie do świadomego korzystania z niej.</p>	Typ A, B, C	2 razy w tygodniu 2 h		Iwona Wojciechowska	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zna zasady obsługi komputera,</li> <li>• potrafi znaleźć w Internecie potrzebne mu informacje,</li> <li>• potrafi samodzielnie napisać pismo i wydrukować je, rozwija swoje zainteresowania,</li> <li>• potrafi komunikować się za pomocą komputera i technologii informacyjno – komunikacyjnych,</li> <li>• wykorzystuje komputer do poszerzania wiedzy i umiejętności z różnych dziedzin</li> </ul> <p>Uczestnik: • rozładował napięcia</p>
<p><b>Zajęcia muzyczne</b></p> <p>Stymulowanie rozwoju emocjonalnego,</p>	Typ A, B, C	Praca ciągła – codziennie, 3h			

	<p>poznawczego i społecznego poprzez różne formy aktywności muzycznej:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• słuchanie muzyki,</li> <li>• naukę piosenek w połączeniu z układami choreograficznymi,</li> <li>• taniec,</li> <li>• relaksację przy muzyce,</li> <li>• przygotowanie występów okolicznościowych i do udziału w konkursach</li> <li>• korzystanie z instrumentów perkusyjnych w celu rozładowania napięć emocjonalnych,</li> </ul> <p><u>Metody pracy:</u> odraogowująco – wyobrażeniowa, aktywizująca emocjonalnie; treningowa, relaksacyjna;</p> <p><u>Cel:</u> ogólne korzystne wpływanie na stan psychofizycznego samopoczucia</p>				<p>emocjonalne - jest rozluźniony, wyciszony i zrelaksowany,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rozwinął twórczą aktywność,</li> <li>• podnosi poczucie własnej wartości,</li> <li>• osiągnął sukces występując publicznie na konkursach, przeglądach, imprezach okolicznościowych,</li> <li>• rozwinął swoje zdolności i zainteresowania.</li> </ul>
<p><b>Pomoc w realizacji spraw urzędowych i w kontaktach z instytucjami</b></p>	<p>Uczestnicy wspierani przez terapeutę samodzielnie załatwiają swoje sprawy w urzędach, wypełniają dokumenty, piszą wnioski, otrzymują informacje i wskazówki pomocne w rozwiązywaniu konkretnej sprawy danego uczestnika.</p> <p><u>Metody pracy:</u> indywidualne</p> <p>poradnictwo socjalne, mini wykład, wykonanie zadania według instruktarzu terapeuty.</p> <p><u>Cel:</u> wsparcie uczestnika w samodzielności</p>	<p>Typ A, B, C</p>	<p>praca ciągła – według potrzeb</p>	<p>Ewa Jasińska</p>	<p>Uczestnik i jego bliscy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• otrzymują pomoc i wsparcie w dążeniu do samodzielności,</li> <li>• otrzymują pomoc i wsparcie w podejmowaniu decyzji i w sytuacjach trudnych;</li> <li>• otrzyma wzmocnienie w zakresie poczucia własnej wartości i podnoszenia wiary we własne siły.</li> </ul>
<p><b>Pomoc psychologiczna (dla uczestników i</b></p>	<p>Poradnictwo psychologiczne:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przeprowadzanie badań i działań diagnostycznych uczestników,</li> </ul>	<p>Typ A, B,</p>	<p>w zależności od potrzeb</p>	<p>psycholog</p>	<p>Uczestnik i jego opiekunowie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• otrzymują diagnozę psychologiczną,</li> </ul>

<p><b>ich opiekunów)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• diagnozowanie sytuacji rodzinnych uczestników w celu wspierania ich rozwoju i określenia odpowiednich form pracy:</li> <li>• konsultacje ze specjalistami,</li> <li>• wywiady z opiekunami uczestników</li> <li>• pogadanki i spotkania z opiekunami uczestników,</li> <li>• udzielanie indywidualnych porad uczestnikom w rozwiązywaniu bieżących trudności osobowościowych, w kontaktach rodzinnych czy środowiskowych;</li> <li>• pogadanki i spotkania z uczestnikami mające na celu rozwijanie ich umiejętności społecznych, omawianie tematyki psychologicznej, zdrowotnej i społecznej interesującej uczestników.</li> </ul> <p><u>Metody pracy:</u> wywiad, rozmowa kierowana, obserwacja</p> <p><u>Cel:</u> kształtowanie osobowości w sferze intelektualnej, emocjonalnej, oraz rozwój umiejętności społecznych uczestnika, wsparcie psychologiczne uczestnika i jego bliskich.</p>		<p>Raz w tygodniu, 2 h</p>	<p>Ewa Jasińska</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• poznają ocenę możliwości rozwojowych, oraz potrzeb emocjonalno – społecznych, znają zasady radzenia sobie w sytuacjach trudnych, otrzymują wsparcie psychologiczne.</li> </ul> <p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• poprawi sprawność grafomotoryczną,</li> <li>• będzie umiał się podpisać,</li> </ul>
	<p><b>Edukacja pedagogiczna</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• usprawnianie czynności grafomotorycznych,</li> <li>• nauka i utrwalanie podstawowych</li> </ul>	<p>Typ B</p>			

	<p>umiejętności potrzebnych w życiu codziennym (podtrzymywanie umiejętności szkolnych – nauka pisania, czytania, nazywanie dni tygodnia, pór roku, miesięcy, postępowania się zegarkiem, itp.)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>wykonywanie w edukacji gier planszowych, puzzli, klocek itp.</li> </ul> <p>Metody pracy: pokaz, naśladowictwo, zabawy, gry</p> <p>Cel: ogólny rozwój uczestników z niepełnosprawnością intelektualną</p>				<ul style="list-style-type: none"> <li>podniesie poziom logicznego myślenia,</li> <li>zwiększy koncentrację uwagi,</li> <li>poprawi pamięć wzrokową i słuchową,</li> <li>rozpozna dni tygodnia, pory roku, miesiące, strony (lewą i prawą)</li> </ul>
--	--	--	--	--	---

## KALENDARZ IMPREZ NA 2016 ROK

<b>STYCZEŃ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy</li> <li>• Bal maskowy w ŚDS w Golubiu Dobrzyńiu</li> <li>• Urodziny uczestników</li> <li>• Integracyjny mecz w piłkę nożną w Rypińskim Centrum Sportu ( ŚDS, WTZ, ZS nr 5)</li> </ul>
<b>LUTY</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Urodziny uczestników</li> <li>• Bal Radości dla osób niepełnosprawnych – Nadróż</li> <li>• „Tłusty czwartek” - 4 lutego</li> <li>• Walentynki – 12 luty</li> <li>• „Ostatki” - zabawa karnawałowa – 9 luty</li> </ul>
<b>MARZEC</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dzień Kobiet – mini SPA – 6 marca</li> <li>• Konkurs na pisanek wielkanocną</li> <li>• Urodziny uczestników</li> <li>• Śniadanie wielkanocne</li> </ul>
<b>KWIECIEŃ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Urodziny uczestników</li> <li>• Dzień w ogrodzie ( prace porządkowe zakończone ogniskiem)</li> <li>• Zawody pływackie dla osób niepełnosprawnych - RCS Rypin</li> <li>• Turniej gier stołowych</li> </ul>
<b>MAJ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Urodziny uczestników</li> <li>• Integracyjne zawody sportowe z uczestnikami WTZ w Rypinie – unihokej</li> <li>• Piknik rodzinny w ogrodzie (z okazji Dnia Matki )</li> <li>• Miejskie obchody Dnia Godności Osób z Niepełnosprawnością – „Majówka bez barier”</li> </ul>
<b>CZERWIEC</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Urodziny uczestników</li> <li>• Ogólnopolski Festiwal Artystyczny Osób z Niepełnosprawnością Brodnica</li> <li>• Spartakiada Sportowa – Nowa Wieś</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rypińska Spartakiada „Sprawni Inaczej</li> <li>• Dni Rypina – wystawienie stoiska z wyrobami uczestników, występ zespołu wokalnego</li> </ul>
<b>WRZESIEŃ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Urodziny uczestników</li> <li>• Kulinarjada –X (jubileuszowa) edycja</li> <li>• Dzień chłopaka</li> <li>• Pieczenie ziemniaka – porządki w ogrodzie zakończone ogniskiem</li> </ul>
<b>PAŹDZIERNIK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Urodziny uczestników</li> <li>• Turniej Darta</li> <li>• Grzybobranie</li> <li>• Zawody sportowe ( dla osób mniej sprawnych fizycznie)</li> </ul>
<b>LISTOPAD</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Urodziny uczestników</li> <li>• Andrzejki – „Wieczór wróżb i magii”</li> <li>• Integracyjne zawody w darta ( ŚDS, WTZ, ZS nr 5)</li> <li>• Konkurs plastyczny</li> </ul>
<b>GRUDZIEŃ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Urodziny uczestników</li> <li>• Kiermasz świąteczny</li> <li>• Spotkanie opłatkowe z rodzinami uczestników</li> <li>• Kolacja wigilijna</li> </ul>

## **Tematy szkoleń dla członków Zespołu Wspierającego – Aktywizującego w roku 2016**

1.

<i><b>Termin realizacji</b></i>	<i><b>Tematyka szkolenia</b></i>	<i><b>Osoba odpowiedzialna</b></i>
I półrocze (do 30.06.2016r.)	Podstawy praktycznego dialogu z pacjentem psychiatrycznym.	Ewa Jasińska
II półrocze (do 31.12.2016r.)	Niepełnosprawny intelektualnie zagrożony uzależnieniem od alkoholu.	Krzyszyna Rumińska