



PROGRAM DZIAŁALNOŚCI NA ROK 2015  
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY  
w LUBNIEWICACH typ B

## **Cel główny działalności Środowiskowego Domu Samopomocy:**

Celem głównym jest osiągnięcie przez osoby z upośledzeniem umysłowym możliwie najwyższego ich poziomu funkcjonowania w środowisku lokalnym w zakresie czynności dnia codziennego i funkcjonowania w życiu społecznym.

## **Cele szczegółowe:**

- nabycie umiejętności społecznych i umiejętności z zakresu samoobsługi( w tym usprawnienie wykonywania podstawowych czynności dnia codziennego),
- wsparcie w zakresie zapewnienia uczestnikom opieki zdrowotnej(psychologicznej, psychiatrycznej, neurologicznej, itp.)
- poprawa sprawności psychofizycznej,
- działania wspomagające rozwój intelektualny,
- kształtowanie umiejętności społecznych i interpersonalnych oraz integracja ze środowiskiem lokalnym.

## **Zasady organizacji zajęć:**

Zajęcia w ŚDS w Lubniewicach odbywają się 5 dni w tygodniu, w tym 6 godzin poświęconych jest na zajęcia terapeutyczne. Zajęcia prowadzone są przez instruktorów w odpowiednio wyposażonych pracowniach wg. opracowanych wcześniej dokumentów. Uczestnicy mają zapewnione dowozy, a także jeden ciepły posiłek. Zajęcia prowadzone w ośrodku dostosowane są do indywidualnych potrzeb uczestników. Pracownicy Domu dbają o dobro uczestników i wysoką jakość świadczonych usług, zachowują w tajemnicy wszelkie informacje dotyczące uczestników ich rodzin oraz na bieżąco dokumentują swoją pracę. Pobyt w Środowiskowym Domu Samopomocy powinien być zakończony(jeśli jest to możliwe) przejściem do Warsztatów Terapii Zajęciowej, CIS, a nawet uzyskania zatrudnienia w zakładach pracy w warunkach chronionych.

## **Zakres działań poszczególnych pracowni i sposób świadczonych usług:**

1. Sala ogólna połączona z kuchnią: trening funkcjonowania w codziennym życiu, trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi, . Osoby odpowiedzialne za

**prowadzenie zajęć: Instruktor terapii, instruktor ds. kulturalno – oświatowych.**

- w zakresie terapii stosowana jest biblioterapia – rozwijanie zainteresowań literaturą;
- Ludo terapia – terapia zabawą – gry stolikowe, karty, kalambury, itp.,
- pracownicy ŚDS służą pomocą w załatwianiu spraw osobistych, urzędowych uczestników. Są to sprawy urzędowe w ZUS, Urzędzie Gminy, Sądowe, bankowe , itp.
- Indywidualna praca z uczestnikami – kształcenie umiejętności pisania, czytania oraz liczenia – praca wg potrzeb indywidualnych uczestników,
- prowadzenie zajęć kulinarnych, przygotowania prostych potraf, umiejętność obsługi podstawowych sprzętów AGD tj. mikrofalówka, robot kuchenny czy zmywarka oraz umiejętność prawidłowego nakrywania do stołów. Uczestnicy uczą się również sporządzania listy zakupów oraz wydatkowania środków na powyższy cel.
- trening umiejętności praktycznych np. zajęcia gospodarcze (prawidłowe dbanie o czystość i porządek w pomieszczeniach , w których odbywają się w zajęciach).

**2. Pracownia plastyczna – trening umiejętności spędzania czasu wolnego, osoby odpowiedzialne za prowadzenie zajęć: Instruktor terapii, instruktor ds. kulturalno - oświatowych.**

- w zakresie powyższej terapii uczestnicy ŚDS mają możliwość rozwijania swoich zdolności manualnych poprzez wykonywania różnorodnych form zajęć rękodzielniczych ( np. haft krzyżykowy, wyszywanie, itp.), plastyczno – malarskich (np. malowanie na szkłe, na ceramice, wyklejanie, wykorzystywanie różnego rodzaju technik zdobienia prac, jak kolaż, decupage).

**3. Pracownia komputerowa - trening umiejętności spędzania czasu wolnego, osoby odpowiedzialne za prowadzenie zajęć: Kierownik ŚDS, ratownik medyczny.**

- powyższy trening ma na celu usprawnienie i doskonalenie umiejętności obsługi sprzętów komputerowych, drukarki oraz sprawne korzystanie z internetu.

**4. Sala rehabilitacyjno – wypoczynkowa: trening umiejętności spędzania czasu wolnego, terapia ruchowa, osoby odpowiedzialne za prowadzenie zajęć: Instruktor terapii, instruktor ds. kulturalno – oświatowych, fizjoterapeuta, ratownik medyczny.**

- Ludo terapia – terapia zabawą – wyprowadzenie uczestników ze stanu apatii i izolacji za pomocą np. gier zręcznościowych polegających na współzawodnictwie,
- muzykoterapia – działająca przede wszystkim na emocje uczestników oraz ukazuje wpływ sfery słuchu na wzrok;
- w ośrodku prowadzone są również zajęcia zmierzające do podnoszenia sprawności

fizycznej i rehabilitacyjnej uczestników. Posiadany sprzęt rehabilitacyjny pozwala na wykonywanie przez uczestników ćwiczeń wg indywidualnych potrzeb oraz możliwości uczestnika. Ponadto prowadzone są ruchowe gry zespołowe.

- trening relaksacyjny – relaksacja przy muzyce, wizualizacja.
- zajęcia rehabilitacyjne,
- edukacja zdrowotna.

**5. Pokój wyciszeni – trening relaksacyjny, poradnictwo specjalistyczne, osoby odpowiedzialne za prowadzenie zajęć: psycholog, instruktor terapii, instruktor ds. kulturalno – oświatowych, ratownik medyczny oraz kierownik ŚDS:**

- powyższy pomieszczenie służy m.in. do prowadzenia zajęć z zakresu indywidualnego poradnictwa psychologicznego, socjalnego, itp.
- ponad to służy do wyciszania emocji, odpoczynku uczestników.

**6. Łazienka - trening higieniczny, osoby odpowiedzialne: Instruktor terapii, instruktor ds. kulturano - oświatowych:**

- prowadzone są zajęcia z zakresu dbania o higienę osobistą oraz dbania o swój wygląd zewnętrzny ( obsługa suszarki, prostownicy, lokówki, itp.)

Niektórzy z uczestników regularnie korzystają z natrysku znajdującego się w łazience.

**7. Pralnia – suszarnia, trening funkcjonowania w codziennym życiu, osoby odpowiedzialne: Instruktor terapii, instruktor ds. kulturano - oświatowych:**

- zajęcia prowadzone są z zakresu umiejętności praktycznych tj. pranie i obsługa urządzeń AGD – pralki, żelazka.

**8. Ogródek - teren zielony otaczający budynek ŚDS - trening aktywnego spędzania czasu wolnego. Osoby odpowiedzialne: Instruktor terapii, instruktor ds. kulturano – oświatowych, ratownik medyczny:**

- prowadzone są zajęcia z zakresu prawidłowego dbania o zielen wokół nas. Zajęcia te również mają na celu relaksacje uczestników oraz wyładowanie negatywnych emocji oraz poprawę kondycji fizycznej uczestników.

**9. Pracownia stolarsko - techniczna – trening aktywnego spędzania czasu wolnego, trening umiejętności praktycznych. Osoby odpowiedzialne: Instruktor terapii, instruktor ds. kulturano – oświatowych, ratownik medyczny oraz kierownik ŚDS:**

- powyższa sala służy do prowadzenia zajęć związanych z wykonywaniem prac w drewnie, z nabyciem umiejętności samokontroli tempa pracy, posługiwaniem się ręcznymi

2

narzędziami, elektro-narzędziami do obróbki drewna. Celem zajęć jest przede wszystkim rozwijanie zdolności manualnych uczestników, nauka obróbki drewna, tworzenie szablonów do pracy i odrysowywanie ich w drewnie, rozbudzanie zainteresowania pracą i wprowadzanie swoich pomysłów, oraz utrwalanie zasad bezpieczeństwa korzystania z różnych narzędzi i urządzeń technicznych.

### **Możliwości realizacyjne poszczególnych form działania:**

#### Etaty:

1. Kierownik/ instruktor terapii	0,75/0,25
2. Instruktor terapii	1,0
3. Instruktor ds. kulturalno – oświatowych	1,0
4. Psycholog	0,25
5. Fizjoterapeuta	0,05
6. Ratownik medyczny	0,75

Typ domu: B,    liczba miejsc: 15.

#### Pomieszczenia ŚDS służące do realizacji powyższych działań:

1. Sala ogólna połączona z kuchnią
2. Pracownia plastyczna
3. Pracownia komputerowa
4. Sala rehabilitacyjno – wypoczynkowa
5. Pokój wyciszeń
6. Łazienka
7. Pralnia - suszarnia
8. Ogródek – teren zielony przy ŚDS.
9. Pracownia stolarsko – techniczna.

**Kierownik ŚDS**  
*Slompa*  
z up. Joanna Skrzypacz  
instruktor terapii zajęciowej

*Slompa*  
*Slompa*  
*Adriana*

*Za zgodą*  
**BURMISTRZ LUBNIEWIC**  
*Tomasz Jaskuła*

