

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W CZERSKU NA 2022 ROK

Środowiskowy Dom Samopomocy w Czersku jest ośrodkiem wsparcia dziennego dla łącznie 30 osób przewlekłe psychicznie chorych i osób z niepełnosprawnością intelektualną – typu A i typu B, w tym 12 - tu uczestników posiada orzeczoną niepełnosprawność sprzężoną.

W swojej bieżącej działalności ŚDS realizuje zadania z zakresu pomocy społecznej, a główne cele zajęć to:

- 1) rozwijanie i podtrzymywanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia,
- 2) budowanie poczucia własnej wartości i pozytywnej samooceny,
- 3) zapobieganie marginalizacji życia i przeciwdziałanie izolacji społecznej uczestników,
- 4) przygotowanie do korzystania z różnych form kulturalnego spędzania czasu wolnego oraz w miarę możliwości – organizowanie sobie czasu wolnego,
- 5) nauczanie zaradności życiowej i umiejętności współżycia w grupie oraz rodzinie i społeczeństwie,
- 6) stymulowanie osobistego rozwoju poprzez opracowanie wspólnie z uczestnikiem indywidualnego planu postępowania wspierająco-aktywizującego,
- 7) pomoc w załatwianiu spraw urzędowych,
- 8) rozwój sprawności ruchowej i manualnej,
- 9) umożliwianie rozrywki i rekreacji,
- 10) organizowanie spotkań i zajęć integracyjnych poza placówką,
- 11) organizowanie pobytu uczestników w ŚDS z uwzględnieniem ich indywidualnych zainteresowań, poprzez prowadzenie różnorodnych zajęć terapeutycznych,
- 12) rehabilitacja fizyczna i psychologiczna,
- 13) zapewnienie oparcia i pomocy rodzinom uczestników,
- 14) zapewnienie zwiększonej opieki, w tym opieki specjalistycznej, pomocy i uwagi dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną.

Realizacja celów określonych w tym planie będzie się odbywała poprzez zastosowanie różnorodnych metod i form, które są dostosowane do indywidualnych potrzeb i możliwości psychofizycznych każdego uczestnika i będą sprzyjać rozwojowi jego osobowości, także w sytuacji zawieszenia pracy stacjonarnej placówki.

PLAN PRACY DLA OSÓB PRZEWLEKLE CHORYCH PSYCHICZNIE – TYPU A

Do głównych priorytetów działania Domu ukierunkowanych na osoby z przewlekłymi chorobami psychicznymi należą:

- 1) kształtowanie umiejętności społecznych i umiejętności z zakresu samoobsługi, w tym usprawnienia wykonywania podstawowych czynności dnia codziennego:
 - a) podejmowanie komunikacji i umiejętności interpersonalnych,

- b) podejmowanie samodzielnych decyzji i prób rozwiązywania problemów,
 - c) rozwój osobisty i sfery emocjonalnej,
 - d) kształtowanie umiejętności w zakresie samoobsługi,
 - e) integrowanie uczestników z ich środowiskiem lokalnym, w tym rodzinnym, poprzez:
 - dążenie do nawiązywania i utrzymywania kontaktów z sąsiadami, znajomymi oraz rodziną bliższą i dalszą,
 - f) udział w konkursach, prezentacjach, przeglądach i zawodach sportowych,
 - g) udział w okolicznościowych spotkaniach z okazji świąt,
 - h) współpraca z rodzinami i opiekunami uczestników
- 2) wsparcie w zakresie zapewnienia uczestnikom psychiatrycznej opieki zdrowotnej poprzez:
- a) zachęcanie do korzystania z pomocy lekarza psychiatry,
 - b) działania prozdrowotne oferowane w ŚDS – trening lekowy i psychoedukacja dotycząca choroby psychicznej.

W poszczególnych miesiącach roku 2022 działalność ŚDS będzie nakierowana na realizację zagadnień, które ujęte są w dalszej części opracowania:

Lp.	Zakres	Zadania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1.	2.	3.	4.	5.
I	Postępowanie wspierająco-aktywizujące	Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych , który dotyczy wszystkich możliwych celowych działań związanych z kontaktem z drugą osobą czy grupą, w tym: kształtowanie pozytywnych relacji z osobami bliskimi, kształtowanie pozytywnych cech charakteru, nabywanie zdolności asertywnego wyrażania własnego zdania, uczestniczenie w zebraniach społeczności Domu, a także utrwalanie zasad prawidłowych zachowań w miejscach publicznych i stosowania form grzecznościowych.	Codziennie treningi	Instruktorzy terapii zajęciowej, psycholog
		Trening funkcjonowania w życiu codziennym , który ma na celu przywracanie utraconych umiejętności oraz podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia, w tym: a) trening dbałości o wygląd zewnętrzny i nauka higieny – wyrobienie nawyku codziennego dbania o higienę osobistą, o wygląd zewnętrzny (korzystanie z prysznica, układanie i farbowanie włosów, dbanie o stopy i paznokcie), dobór odpowiedniej odzieży, nauka prania ręcznego i obsługa pralki automatycznej, korzystanie z suszarki. b) trening kulinarny – nabycie wiedzy	Codziennie treningi	Instruktorzy terapii zajęciowej, psycholog, psychiatra

		i umiejętności przygotowywania prostych posiłków, kultywowanie tradycji świątecznych, kształtowanie zdrowego stylu życia oraz nauka obsługi sprzętu AGD. Wspólne planowanie i dokonywanie zakupów. Przestrzeganie higieny i estetyki przygotowania posiłków. c) trening umiejętności praktycznych – nabycie i doskonalenie umiejętności wykonywania drobnych napraw, dbanie o porządek w pomieszczeniach oraz wokół budynku, segregowanie śmieci. Uprawa i pielęgnacja ziół i roślin doniczkowych, dbałość o trawnik. Nauka prasowania i składania ręczników, odzieży, obsługa żelazka, odkurzacza oraz innego sprzętu. d) trening budżetowy – poznanie wartości pieniądza, nauka dokonywania zakupów w różnych sklepach oraz płacenie rachunków na pocztę i w banku. Wypisywanie blankietów do przelewów bankowych, prawidłowe gospodarowanie własnym budżetem, nauka obsługi bankomatu. e) Trening farmakologiczny – kształtowanie i utrwalanie umiejętności regularnego przyjmowania leków, uwrażliwianie na rozpoznawanie objawów chorobowych, uzgadnianie wizyt lekarskich, korzystanie z badań profilaktycznych. Regularne pomiary ciśnienia tętniczego, poziomu cukru oraz wagi ciała. Przestrzeganie zaleceń sanitarno - epidemiologicznych związanych z pandemią COVID – 19, pomoc chętnym uczestnikom w szczepieniach przeciwko koronawirusowi.		
		Trening umiejętności spędzania wolnego czasu, który ma na celu rozwijanie zainteresowań wybranymi audycjami telewizyjnymi i filmami, rozwijanie zainteresowań czytelniczych, rozwijanie zdolności muzycznych i artystycznych, sprawności fizycznej, a także pogłębianie wiedzy o Polsce i środowisku lokalnym. Udział w wycieczkach krajoznawczych, wyjazdach do kina i teatru, zwiedzanie wystaw, uczestniczenie w życiu społeczności lokalnej, udział w obchodach i świętach organizowanych przez Gminę Czersk, uczestnictwo w lokalnych wystawach organizowanych przez Gminne Centrum	Praca ciągła, zgodnie z kalendarzem imprez na bieżący rok	Instruktorzy terapii zajęciowej, psycholog

	Kultury w Czersku.		
	Terapia zajęciowa, która pobudza do spontanicznej twórczości, rozwija wyobraźnię i uzdolnienia, uczy starannego wykonywania prac, ćwiczy koncentrację uwagi. <u>Pracownia kulinarna</u> – nauka przygotowywania posiłków i kulturalnego zachowania się przy stole. Zapoznanie się ze sposobem pieczenia ciast oraz z potrawami kuchni regionalnych. Poznanie zasad zdrowego odżywiania się, w tym diety cukrzycowej i niskokalorycznej. <u>Pracownia plastyczna</u> – poznanie różnych technik plastycznych z wykorzystaniem różnorodnych materiałów. Doskonalenie umiejętności manualnych i rozwijanie zainteresowań. Wykonywanie sezonowych dekoracji placówki oraz stroików i kartek okolicznościowych. <u>Pracownia stolarska</u> – nauka obsługi urządzeń do obróbki drewna, wypalanie w drewnie, wykonywanie ozdób i ramek w drewnie, wykonywanie dekoracji scenicznych na przedstawienia teatralne. Wykonywanie drobnych prac naprawczych i konserwatorskich w pomieszczeniach placówki. <u>Pracownia rękodzielnicza</u> – doskonalenie uzdolnień, pobudzanie wyobraźni twórczej, usprawnianie zdolności manualnych. Nauka szycia na maszynie, robienia na drutach, haftowania, szydełkowania, przygotowanie kostiumów do przedstawień teatralnych. Nauka wykorzystania materiałów ekologicznych, układanie różnorodnych kompozycji w koszykach i wazonach. Szycie maseczek ochronnych. <u>Pracownia socjoterapeutyczna</u> – muzykoterapia, biblioterapia, gry stolikowe, oglądanie wybranych filmów, programów edukacyjnych i sportowych, konkursy muzyczne, prezentacje małych form teatralnych. Redagowanie gazetki ściennej.	Praca ciągła, zgodnie z planem pracy pracowni, codzienne treningi	Instruktorzy terapii zajęciowej, psycholog
	Zajęcia komputerowe – nauka podstaw korzystania z komputera i drukarki Korzystanie z Internetu, szukanie informacji dotyczących bieżących tematów i wydarzeń. <u>„Nasz Dom”</u> – redagowanie biuletynu Środo-	Dwa razy w tygodniu Raz na kwartał	Instruktor terapii zajęciowej Instruktorzy

	wiskowego Domu Samopomocy w Czersku.		terapii zajęciowej, psycholog
	Rehabilitacja ruchowa – doskonalenie sprawności ruchowej i koordynacji poprzez zajęcia indywidualne i grupowe z zakresu rehabilitacji, rekreacji ruchowej (basen, kręgle, jazda rowerem, nordic walking, spacer), gry i zabawy na powietrzu, relaksacji, zajęć sportowych, ćwiczeń ogólnousprawniających i manualnych.	Praca ciągła, codzienne ćwiczenia w sali rehabilitacyjnej	Instruktor terapii zajęciowej, masażysta, psycholog
	Poradnictwo specjalistyczne: Psychologiczne – rozmowy indywidualne i zajęcia grupowe. Rozwiązywanie problemów osobistych i konfliktów interpersonalnych oraz rozwijanie zdolności radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Zwiększanie poczucia własnej wartości, zmniejszanie poczucia izolacji społecznej. Prowadzenie zajęć relaksacyjnych. Udzielanie wsparcia psychologicznego członkom rodzin uczestników. Nabywanie i rozwijanie własnych umiejętności komunikacyjnych pomiędzy uczestnikami. Psychiatryczne – konsultacje lekarskie, pogadanki z lekarzem na temat przyjmowania leków oraz możliwości leczenia szpitalnego. Rehabilitacyjne – badanie uczestników pod kątem sprawności ruchowej i zalecenia rehabilitacyjne. Zajęcia rewalidacyjne - dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną. Doskonalenie pamięci i procesów myślowych, nauka w zakresie pisania, czytania, rozumienia pojęć, liczenie, posługiwanie się zegarem, pieniędzmi, kalendarzem, kształtowanie prawidłowej mowy, korygowanie zaburzeń w zakresie strony fonetycznej, leksykalnej i gramatycznej. Zajęcia edukacyjne mające na celu podnoszenie wiedzy ogólnej, rozwijanie procesów myślowych i koncentracji uwagi, wzmacnianie wiary we własne możliwości i rozwijanie samoakceptacji. Zajęcia logopedyczne – doskonalenie funkcji językowych związanych z codziennym funkcjonowaniem, zainteresowaniami oraz podnoszenie sprawności narządów mowy.	Praca ciągła Raz na dwa miesiące Raz w roku 2 razy w tygodniu Codziennie 1 raz w tygodniu	Psycholog Lekarz psychiatra Lekarz rehabilitant Pedagog Instruktorzy terapii zajęciowej, psycholog, pedagog Logopeda

		Praca z osobami starszymi oraz z uczestnikami z niepełnosprawnością sprzężoną.		
		Dodatkowe formy działań: Integracja osób niepełnosprawnych - uczestników ŚDS, ich rodzin i społeczności lokalnej poprzez spotkania integracyjne, zabawy taneczne, spotkania z okazji świąt i urodzin, a także udział w festynach, piknikach i kiermaszach, dni otwarte w placówce, itp. Aktywizacja zawodowa w kierunku podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej (sporządzenie podania do pracy, CV, napisanie życiorysu, zwiedzanie wybranych zakładów pracy i spotkania z ich przedstawicielami).	Zgodnie z kalendarzem imprez na bieżący rok Raz na kwartał	Instruktorzy terapii zajęciowej, psycholog Instruktorzy terapii zajęciowej, psycholog
		Współpraca z rodziną uczestników – organizowanie spotkań indywidualnych i grupowych. Współpraca ŚDS z innymi osobami lub podmiotami , które służą pomocą uczestnikom i gwarantują jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań (przychodnie lekarskie, zaprzyjaźnione placówki, PCPR, Urząd Miejski w Czersku, Gminne Centrum Kultury w Czersku, biblioteka, parafia, Zespół Szkół Specjalnych w Czersku itp.)	Wg potrzeb	Członkowie zespołu wspierająco - aktywizującego
II	Organizacja Domu	Koordynowanie i monitorowanie pracy zespołu wspierająco – aktywizującego.	Praca ciągła	Dyrektor ŚDS
		Opracowanie i przyjęcie planów pracy Domu oraz przygotowanie sprawozdania rocznego z działalności Domu	Styczeń, luty	Dyrektor ŚDS
		Dbanie o bezpieczne i higieniczne warunki pracy.	Praca ciągła	Dyrektor ŚDS
		Dbanie o właściwy poziom usług.	Praca ciągła	Dyrektor ŚDS
		Organizacja szkoleń i doszkalcenie pracowników.	Praca ciągła	Dyrektor ŚDS
		Zapewnienie i przestrzeganie bezpieczeństwa ochrony danych osobowych.	Praca ciągła	Dyrektor ŚDS
		Kontrola zarządcza.	Praca ciągła	Dyrektor ŚDS
		Przestrzeganie i postępowanie zgodnie z aktualnymi przepisami prawa w szczególności dot. osób niepełnosprawnych, seniorów w zakresie korzystania z różnych form wsparcia, np. usług opiekuńczych. Udział	Praca ciągła	Dyrektor ŚDS

		w programie „Czerska Karta Seniora”.		
--	--	--------------------------------------	--	--

**Plan imprez kulturalno – sportowo – integracyjnych na 2022 rok
dla Środowiskowego Domu Samopomocy w Czersku**

Miesiąc	Impreza kulturalno – sportowo - integracyjna
Styczeń	Przygotowanie prac na licytację XX Finału WOŚP.
	Przeгляд Kolęd i Pastorałek.
	Spotkanie z redaktorką „Zeszytów Czerskich” – p. Bogumiłą Milewską.
	Przygotowanie masek karnawałowych i bal maskowy dla uczestników ŚDS.
	Światowy Dzień Środków Masowego Przekazu
	Obchody Dnia Babci i Dziadka.
Luty	Międzynarodowy Dzień Pizzy – wyjście uczestników do pizzerii.
	XXX Światowy Dzień Chorego – udział we Mszy Św. oraz spotkanie z członkami stowarzyszeń kościelnych działających przy parafii.
	Walentynki – wyjazd do kina.
	„Mam talent” – przegląd talentów uczestników ŚDS i uczniów ZSS w Czersku.
	Tłusty czwartek – pieczenie pączków.
Marzec	Popielec – wyjście do Kościoła na sypanie popiołu.
	Dzień Kobiet i Dzień Mężczyzn.
	II Turniej gry w warcaby.
	Poznajemy pracę ratownika medycznego – spotkanie w ŚDS.
	Z wizytą u sąsiadów – Spółdzielnia Inwalidów „Równość”.
Kwiecień	Światowy Dzień Świadomości Autyzmu. Spotkanie z psychologiem i przybliżenie wiedzy na temat problemów osób z tym zaburzeniem i ich rodzin.
	2022 – rokiem Marii Konopnickiej. Poznanie życiorysu autorki oraz czytanie wybranych wierszy.
	Uroczyste Śniadanie Wielkanocne.

	Warsztaty kulinarne z okazji Europejskiego Dnia Śniadania.
	Światowy Dzień Ziemi – edukacja uczestników na temat segregowania odpadów oraz sprzątanie wokół placówki.
Maj	Spotkanie z historykiem p. Hieronimem Kucharskim z okazji Święta Konstytucji 3 Maja.
	V Turniej Tenisa Stołowego o Puchar Prezesa OSP w Czersku.
	Obchody Dnia Godności Osób z Niepełnosprawności Intelktualną.
	Dzień Matki i Międzynarodowy Dzień Rodziny – spotkanie w placówce z członkami rodzin uczestników.
	Dzień Samorządu Terytorialnego – spotkanie z urzędnikiem UM w Czersku.
Czerwiec	Spotkanie integracyjne z uczestnikami z ŚDS w Brusach.
	2022 – Międzynarodowym Rokiem Szkła. Zwiedzanie Zakładów Przetwórstwa Szkła w Śliwicach.
	Wyjazd kręgielni w Chojnicach.
	Warsztaty z fotografowania – zajęcia w plenerze.
	Spotkanie z leśnikiem z okazji Światowego Dnia Środowiska.
	Obchody Dnia Ojca.
Lipiec	Spływ kajakowy.
	Warsztaty z wypieku chleba sworzyńskiego w Swornegaciach.
	Wędkowanie nad Jeziorem Ostrowite.
	Spotkanie integracyjne z uczestnikami z ŚDS w Wielu.
	Dzień policjanta – spotkanie z policjantem z Komisariatu Policji w Czersku.
Sierpień	Święto Sportu w ŚDS
	Wycieczka do Gdyni. Zwiedzanie wytwórni puzzli i gier planszowych „Trefl FACTORY”.
	Święto Wojska Polskiego – prelekcja i śpiewanie piosenek żołnierskich.
	Wycieczka do Marszewa. Zwiedzanie Leśnego Ogrodu Botanicznego.
	Dzień Solidarności i Wolności – pogadanka i wykonanie gazetki tematycznej.

Wrzesień	Międzynarodowy Dzień Urody. Pogadanka tematyczna i kącik kosmetyczny.
	Wyjazd na basen.
	2022 – rokiem Ignacego Łukasiewicza. Poznanie życiorysu wynalazcy lampy naftowej.
	Grzybobranie.
	Wyjazd do teatru.
Październik	Międzynarodowy Dzień Osób Starszych i Międzynarodowy Dzień Muzyki. Spotkanie z uczestnikami DD Senior+ w Czersku.
	Warsztaty w Kaszubskiej Chacie im. J. Chełmowskiego w Brusach – Jaglie.
	Spotkanie z lekarzem z okazji Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego.
	Warsztaty kulinarne. Potrawy z dyni i ziemniaków.
	Przygotowanie wiązanek na groby z okazji Święta Zmarłych.
Listopad	Dzień Zaduszny. Wyjście na cmentarz i zapalenie zniczy na grobach byłych uczestników.
	Spotkanie z dietetykiem z okazji Europejskiego Dnia Zdrowego Jedzenia i Gotowania.
	Wyjazd na basen do Fojutowa.
	2022 - rokiem Józefa Wybickiego. Wycieczka do Muzeum Hymnu Narodowego w Będominie.
	Andrzejkę – wróżby i zabawa w placówce.
	Gminny Dzień Seniora.
Grudzień	Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych. Warsztaty wykonywania ozdób świątecznych – spotkanie z dziećmi z ZSS w Czersku.
	Mikołajki.
	Wyjazd do kina.
	Mistrzostwa Świata w Piłce Nożnej w Katarze. Konkurs wiedzy o mistrzostwach.
	Uroczyste Spotkanie Opłatkowe.

PLAN PRACY DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ INTELEKTUALNĄ – TYP B

Do głównych priorytetów działania ŚDS ukierunkowanych na osoby z niepełnością intelektualną należy:

- 1) kształtowanie umiejętności z zakresu samoobsługi, rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego i bardziej niezależnego życia oraz optymalne usprawnienie psychofizyczne i społeczne, prowadzące do funkcjonowania osoby w sferze myślenia, przeżywania doznań estetycznych oraz działania,
- 2) zapewnienie wsparcia psychologicznego oraz umożliwienie korzystania z pomocy lekarza psychiatry,
- 3) integrowanie uczestników z ich środowiskiem lokalnym, w tym rodzinnym poprzez organizowanie wspólnych spotkań, wycieczek, festynów, itp.

W poszczególnych miesiącach roku 2022 działalność ŚDS będzie nakierowana na realizację zagadnień, które ujęte są w dalszej części opracowania:

Lp.	Zakres	Zadania	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
1.	2.	3.	4.	5.
I	Postępowanie wspierająco-aktywizujące	Trening umiejętności społecznych i interpersonalnych , który jest prowadzony poprzez zabawę i ćwiczenia. Ma na celu: kształtowanie umiejętności nawiązywania i utrzymywania poprawnych kontaktów społecznych, naukę umiejętności realizowania ważnych życiowo spraw, kształtowanie samorządności poprzez udział w zebraniach społeczności Domu, kształtowanie zachowań asertywnych, utrwalanie prawidłowych zachowań w miejscach publicznych, stosowania form grzecznościowych, kształtowanie umiejętności rozwiązywania konfliktów.	Codziennie treningi	Instruktorzy terapii zajęciowej, psycholog
		Trening funkcjonowania w życiu codziennym , który ma na celu rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego i bardziej niezależnego życia poprzez: a) trening dbałości o wygląd zewnętrzny i nauka higieny – samodzielne załatwianie potrzeb fizjologicznych, samodzielne dbanie o estetyczny wygląd, samodzielne mycie się, korzystanie z prysznicy, dbanie o higienę jamy ustnej oraz higienę ciała, b) trening kulinarny – nauka obierania owoców i warzyw, nauka rozpoznawania produktów spożywczych, przygotowanie prostego posiłku, nakrywanie do stołu oraz	Codziennie treningi	Instruktorzy terapii zajęciowej, psycholog, psychiatra

		obsługa sprzętu AGD, c) trening umiejętności praktycznych – nabycie umiejętności naprawy drobnych usterek, nauka i utrwalanie umiejętności obsługi urządzeń domowych (pralka, suszarka, kuchenka, żelazko), dbanie o porządek w pomieszczeniach, segregowanie odpadów. d) trening budżetowy – poznanie wartości pieniądza, planowanie i dokonywanie zakupów, orientacja w cenach, nauka dokonywania prostych obliczeń, nauka dokonywania opłat w banku i na poczcie. e) trening farmakologiczny – regularne przyjmowanie leków przepisanych przez lekarza.		
		Trening umiejętności spędzania wolnego czasu, który ma na celu rozwijanie zainteresowań wybranymi audycjami telewizyjnymi i filmami, rozwijanie umiejętności korzystania z takich form jak: turystyka, rekreacja, zachęcanie do rozwijania swoich zainteresowań, rozwiązywanie prostych łamigłówek i krzyżówek. Uczestniczenie w życiu parafii.	Praca ciągła, zgodnie z kalendarzem imprez na bieżący rok	Instruktorzy terapii zajęciowej, psycholog
		Terapia zajęciowa, która zmierza do wszechstronnego rozwoju uczestnika, w tym: włączanie uczestnika w życie grupy, samorealizacja i akceptacja własnej niepełnosprawności. <u>Pracownia kulinarna</u> – nauka przygotowywania prostych posiłków i kulturalnego zachowania się przy stole, poznanie zasad zdrowego odżywiania się, utrwalanie umiejętności z zakresu uprawy ziół i kwiatów. Ponadto nauka utrzymania porządku w kuchni, zachowania higieny w kontaktach z żywnością oraz racjonalne planowanie wydatków. <u>Pracownia plastyczna</u> – poznanie różnych technik plastycznych z wykorzystaniem różnorodnych materiałów. Wykonywanie sezonowych dekoracji placówki, stroików, kartek okolicznościowych. <u>Pracownia stolarska</u> – nauka korzystania z odpowiednich narzędzi stolarskich, poszerzanie wiedzy o materiałach. Nauka prawidłowego wbijania gwoździ, kołków, haczyków oraz wykonywanie	Praca ciągła, zgodnie z planem pracy pracowni	Instruktorzy terapii zajęciowej, psycholog

	drobnych napraw. <u>Pracownia rękodzielnicza</u> – rozwijanie uzdolnień, usprawnianie zdolności manualnych. Nauka nawlekania i bezpiecznego obchodzenia się z igłą, robótki na drutach, szydełkowanie, prasowanie. <u>Pracownia socjoterapeutyczna</u> – muzykoterapia, biblioterapia, gry stolikowe, kalambury, audycje telewizyjne, prezentacje małych form teatralnych, redagowanie gazetki ściennej.		
	Zajęcia komputerowe – nauka obsługi komputera i przygotowania go do pracy. Wyszukiwanie w internecie informacji dotyczących bieżących tematów i wydarzeń. <u>„Nasz Dom”</u> – redagowanie biuletynu Środowiskowego Domu Samopomocy w Czersku.	Dwa razy w tygodniu Raz na kwartał	Instruktor terapii zajęciowej Instruktorzy terapii zajęciowej, psycholog
	Rehabilitacja ruchowa – zajęcia indywidualne i grupowe z zakresu: rehabilitacji, rekreacji ruchowej (basen, kręgle, jazda rowerem, nordic walking, spacer) relaksacji, zajęć sportowych, ćwiczeń ogólnousprawniających i manualnych.	Praca ciągła, codzienne zajęcia w sali rehabilitacyjnej w ŚDS	Instruktor terapii zajęciowej, masażysta, psycholog
	Poradnictwo specjalistyczne: Psychologiczne – rozmowy indywidualne i zajęcia grupowe. Rozwiązywanie problemów osobistych i konfliktów interpersonalnych oraz rozwijanie zdolności radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Udzielanie wsparcia psychologicznego członkom rodzin uczestników Psychiatryczne – konsultacje lekarskie, pogadanki z lekarzem na temat przyjmowania leków oraz możliwości leczenia szpitalnego. Rehabilitacyjne – badania uczestników pod kątem sprawności ruchowej i zalecenia rehabilitacyjne. Zajęcia rewalidacyjne dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną. Nauka w zakresie pisania, czytania, rozumienia pojęć, liczenie, posługiwanie się zegarem, pieniędzmi, kalendarzem, kształtowanie prawidłowej mowy, korygowanie zaburzeń w zakresie strony fonetycznej, leksykalnej i gramatycz-	Praca ciągła Raz na dwa miesiące Raz w roku 2 razy w tygodniu	Psycholog Lekarz psychiatra Lekarz rehabilitant Pedagog

		nej, doskonalenie pamięci i procesów myślowych.		
		Zajęcia edukacyjne - mające na celu podnoszenie wiedzy ogólnej, rozwijanie procesów myślowych i koncentracji uwagi, wzmacnianie wiary we własne możliwości i rozwijanie samoakceptacji.	codziennie	Instruktorzy terapii zajęciowej, psycholog, pedagog
		Zajęcia logopedyczne – podnoszenie funkcji językowych związanych z codziennym funkcjonowaniem, zainteresowaniami oraz podnoszenie sprawności narządów mowy	1 raz w tygodniu	Logopeda
		Dodatkowe formy działań:		
		Integracja osób niepełnosprawnych, ich rodzin i społeczności lokalnej poprzez spotkania integracyjne, zabawy taneczne, spotkania z okazji świąt i urodzin, a także udział w festynach, piknikach i kiermaszach.	Zgodnie z kalendarzem imprez na bieżący rok	Instruktorzy terapii zajęciowej, psycholog
II	Organizacja Domu	Aktywizacja zawodowa w kierunku podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej.	Raz na kwartał	Instruktorzy terapii zajęciowej
		Współpraca z rodziną uczestników – organizowanie spotkań indywidualnych i grupowych.	Wg potrzeb	Członkowie zespołu wspierająco - aktywizującego
		Współpraca ŚDS z innymi osobami lub podmiotami , które służą pomocą uczestnikom i gwarantują jak największą efektywność wspólnie podejmowanych oraz realizowanych działań (przychodnie lekarskie, zaprzyjaźnione ośrodki, PCPR, Urząd Miejski w Czersku, Gminne Centrum Kultury w Czersku, biblioteka, parafia, Zespół Szkół Specjalnych w Czersku itp.)		
		Koordynowanie i monitorowanie pracy zespołu wspierająco – aktywizującego.	Praca ciągła	Dyrektor ŚDS
		Opracowanie i przyjęcie planów pracy Domu oraz przygotowanie sprawozdania rocznego z działalności Domu	Styczeń, luty	Dyrektor ŚDS
		Dbanie o bezpieczne i higieniczne warunki pracy.	Praca ciągła	Dyrektor ŚDS
		Dbanie o właściwy poziom usług.	Praca ciągła	Dyrektor ŚDS
		Organizacja szkoleń i doskonalenie pracowników.	Praca ciągła	Dyrektor ŚDS
		Zapewnienie i przestrzeganie bezpieczeństwa ochrony danych osobowych.	Praca ciągła	Dyrektor ŚDS

		Kontrola zarządcza.	Praca ciągła	Dyrektor ŚDS
		Przestrzeganie i postępowanie zgodnie z aktualnymi przepisami prawa w szczególności dot. osób niepełnosprawnych, seniorów w zakresie korzystania z różnych form wsparcia, np. usług opiekuńczych. Udział w programie „Czerska Karta Seniora”.	Praca ciągła	Dyrektor ŚDS

**Plan imprez kulturalno – sportowo – integracyjnych na 2022 rok
dla Środowiskowego Domu Samopomocy w Czersku**

Miesiąc	Impreza kulturalno – sportowo - integracyjna
Styczeń	Przygotowanie prac na licytację XX Finału WOŚP.
	Przeegląd Kolęd i Pastorałek.
	Spotkanie z redaktorką „Zeszytów Czerskich” – p. Bogumiłą Milewską.
	Przygotowanie masek karnawałowych i bal maskowy dla uczestników ŚDS.
	Światowy Dzień Środków Masowego Przekazu
	Obchody Dnia Babci i Dziadka.
Luty	Międzynarodowy Dzień Pizzy – wyjście uczestników do pizzerii.
	XXX Światowy Dzień Chorego – udział we Mszy Św. oraz spotkanie z członkami stowarzyszeń kościelnych działających przy parafii.
	Walentynki – wyjazd do kina.
	„Mam talent” – przegląd talentów uczestników ŚDS i uczniów ZSS w Czersku.
	Tłusty czwartek – pieczenie pączków.
Marzec	Popielec – wyjście do Kościoła na sypanie popiołu.
	Dzień Kobiet i Dzień Mężczyzn.
	II Turniej gry w warcaby.
	Poznajemy pracę ratownika medycznego – spotkanie w ŚDS.
	Z wizytą u sąsiadów – Spółdzielnia Inwalidów „Równość”.

Kwiecień	Światowy Dzień Świadomości Autyzmu. Spotkanie z psychologiem i przybliżenie wiedzy na temat problemów osób z tym zaburzeniem i ich rodzin.
	2022 – rokiem Marii Konopnickiej. Poznanie życiorysu autorki oraz czytanie wybranych wierszy.
	Uroczyste Śniadanie Wielkanocne.
	Warsztaty kulinarne z okazji Europejskiego Dnia Śniadania.
	Światowy Dzień Ziemi – edukacja uczestników na temat segregowania odpadów oraz sprzątanie wokół placówki.
Maj	Spotkanie z historykiem p. Hieronimem Kucharskim z okazji Święta Konstytucji 3 Maja.
	V Turniej Tenisa Stołowego o Puchar Prezesa OSP w Czersku.
	Obchody Dnia Godności Osób z Niepełnosprawności Intelktualną.
	Dzień Matki i Międzynarodowy Dzień Rodziny – spotkanie w placówce z członkami rodzin uczestników.
	Dzień Samorządu Terytorialnego – spotkanie z urzędnikiem UM w Czersku.
Czerwiec	Spotkanie integracyjne z uczestnikami z ŚDS w Brusach.
	2022 – Międzynarodowym Rokiem Szkła. Zwiedzanie Zakładów Przetwórstwa Szkła w Śliwicach.
	Wyjazd kręgielni w Chojnicach.
	Warsztaty z fotografowania – zajęcia w plenerze.
	Spotkanie z leśnikiem z okazji Światowego Dnia Środowiska.
	Obchody Dnia Ojca.
Lipiec	Spływ kajakowy.
	Warsztaty z wypieku chleba sworzyńskiego w Swornegaciach.
	Wędkowanie nad Jeziorem Ostrowite.
	Spotkanie integracyjne z uczestnikami z ŚDS w Wielu.
	Dzień policjanta – spotkanie z policjantem z Komisariatu Policji w Czersku.
	Święto Sportu w ŚDS

Sierpień	Wycieczka do Gdyni. Zwiedzanie wytwórni puzzli i gier planszowych „Trefl FACTORY”.
	Święto Wojska Polskiego – prelekcja i śpiewanie piosenek żołnierskich.
	Wycieczka do Marszewa. Zwiedzanie Leśnego Ogrodu Botanicznego.
	Dzień Solidarności i Wolności – pogadanka i wykonanie gazetki tematycznej.
Wrzesień	Międzynarodowy Dzień Urody. Pogadanka tematyczna i kącik kosmetyczny.
	Wyjazd na basen.
	2022 – rokiem Ignacego Łukasiewicza. Poznanie życiorysu wynalazcy lampy naftowej.
	Grzybobranie.
	Wyjazd do teatru.
Październik	Międzynarodowy Dzień Osób Starszych i Międzynarodowy Dzień Muzyki. Spotkanie z uczestnikami DD Senior+ w Czersku.
	Warsztaty w Kaszubskiej Chacie im. J. Chełmowskiego w Brusach – Jaglie.
	Spotkanie z lekarzem z okazji Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego.
	Warsztaty kulinarne. Potrawy z dyni i ziemniaków.
	Przygotowanie wiązanek na groby z okazji Święta Zmarłych.
Listopad	Dzień Zaduszny. Wyjście na cmentarz i zapalenie zniczy na grobach byłych uczestników.
	Spotkanie z dietetykiem z okazji Europejskiego Dnia Zdrowego Jedzenia i Gotowania.
	Wyjazd na basen do Fojutowa.
	2022 - rokiem Józefa Wybickiego. Wycieczka do Muzeum Hymnu Narodowego w Będominie.
	Andrzejki – wróżby i zabawa w placówce.
	Gminny Dzień Seniora.
Grudzień	Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych. Warsztaty wykonywania ozdób świątecznych – spotkanie z dziećmi z ZSS w Czersku.
	Mikołajki.

	Wyjazd do kina.
	Mistrzostwa Świata w Piłce Nożnej w Katarze. Konkurs wiedzy o mistrzostwach.
	Uroczyste Spotkanie Oplatkowe.

LICZBA OSÓB ZAKWALIFIKOWANYCH NA ROK 2022

ŚRODOWISKOWY DOM SAMOPOMOCY W CZERSKU

LICZBA OSÓB OGÓŁEM – 30

OSÓB ZE SPEKTRUM AUTYZMU – 0

OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI SPRZĘŻONYMI – 12

LICZBA OSÓB OCZEKUJĄCYCH – 0

Opracował:

Czersk, dnia

Uzgodniono z Wojewodą Pomorskim

Gdańsk, dnia

Zatwierdziła jednostka prowadząca lub zlecająca

Czersk, dnia