

Zarządzenie 24/2019
Burmistrza Miasta Rypin
z dnia 14 lutego 2019 roku

w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Rypinie na 2019 rok.

Na podstawie § 4 pkt 2 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2018 r. poz. 2411 z późn. zm.) w związku z art. 7 ust. 1 pkt 6 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2018 r. poz. 994 z późn. zm.) zarządzam jak następuje:

1. Zatwierdzam Plan Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Rypinie na 2019 rok.
2. Za realizację zatwierdzonych planów odpowiedzialny jest Kierownik ŚDS w Rypinie.
3. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania .

BURMISTRZ MIASTA RYPIN

mgr Paweł Grzybowski

Zakres działania – cele szczegółowe	Planowane treści, formy i metody pracy oraz cele	Adresaci	Częstość i forma treningów	Osoby odpowiedzialne za realizację (z opisem posiadanych kwalifikacji i doświadczenia zawodowego)	Opis spodziewanych efektów
<p>Kształtowanie, rozwijanie i podtrzymywanie umiejętności funkcjonalne w życiu codziennym</p>	<p>Training higieniczno – kosmetyczny Nabyć, rozwój i utrzymanie umiejętności z zakresu opanowania czynności fizjologicznych z pomocą i bez pomocy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sygnalizowanie potrzeb fizjologicznych, • poprawne korzystanie z toalety. <p>Nabyć, rozwój i podtrzymanie wykształconych już nawyków:</p> <ul style="list-style-type: none"> • regularnej toalety całego ciała; • higieny jamy ustnej; • używania przyborów toaletowych i kosmetyków; • stosowanie zabiegów pielęgnacyjnych – golenie, strzyżenie mycie zębów; • dbania o czystość ubioru, • samodzielnego ubierania się, • dobór odzieży odpowiedniej do pory roku i okoliczności, • stosowania podpasek i wkładek higienicznych, <p>Wizyty u fryzjera – współpraca z Zespołem Szkół nr 2 - regularne wizyty w pracowni fryzjerskiej warsztatów szkolnych</p> <p><u>Metody pracy:</u> instruktaż wykonywanych czynności, pokaz, ćwiczenia praktyczne - wykonywanie pod kierunkiem terapeuty, pogadanki.</p> <p><u>Cel:</u> Kształtowanie nawyków codziennego dbania o higienę osobistą i wygląd zewnętrzny.</p>	<p>Typ A, B, C</p>	<p>Praca ciągła, ok. 3 h codziennie; trening realizowany zgodnie z potrzebami poszczególnych uczestników</p>	<p>Iwona Wojciechowska - pielęgniarka – wykształcenie średnie medyczne – pielęgniarstwo, 22 –letni staż pracy z osobami zaburzonymi psychicznie.</p> <p>Ukończona Policealna Szkoła Terapeutów Zajęciowych w Toruniu</p> <p><u>Szkolenia:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • „Podstawy diabetologii” • „Opieka nad terminalnie chorymi” – kurs; • „Organizacja i planowanie pracy z podopiecznym – osoby starsze i psychicznie chore” • „Rehabilitacja pacjentów z przewlekłymi zaburzeniami psychicznymi” – • „Umiejętności interpersonalne w pracy społecznej” • „Arteterapia – formy i techniki pracy z upośledzonymi umysłowo”; • „Działania na rzecz osób zagrożonych wykluczeniem społecznym, w tym niepełnosprawnych”. • „Muzykoterapia” – warsztaty • „Etyka w pracy pracownika socjalnego” • „Praca z osobą w podszóstym wieku w kontekście psychologicznym” <p>konsekwencji starzenia się”</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sygnalizuje potrzeby fizjologiczne; • samodzielnie korzysta z toalety; • odczuwa konieczność regularnego mycia się; • odczuwa potrzebę regularnego mycia jamy ustnej • nabył umiejętności lub podtrzymał posiadane umiejętności w zakresie utrzymania higieny osobistej, zna i stosuje środki służące do utrzymania higieny osobistej; • potrafi samodzielnie się ubrać; • myje ręce po opuszczeniu wc i pozostawia porządek w toalecie; • uświadamia sobie jaki wpływ na dobre samopoczucie ma wygląd zewnętrzny ; wie jak zachować się w salonie fryzjerskim

	<p>Trening umiejętności praktycznych Nabyć lub doskonalić umiejętności z zakresu prac porządkowych w budynku i wokół niego, prania ręcznego i w pralce wirtnikowej, rozwieszania prania, prasowania, korzystania ze sprzętu AGD, przechowywania artykułów spożywczych, segregowania śmieci</p> <p>Metody pracy: instruktaż wykonywanych czynności, pokaz, ćwiczenia praktyczne - wykonywanie pod kierunkiem terapeuty, pogadanki.</p> <p>Cel: wypracowanie umiejętności, dokładności i zaangażowania w zakresie czynności porządkowych</p>	Typ A, B, C	praca ciągła (przy okazji treningu higienicznego, kulinarnego i robótke ręcznych)	<ul style="list-style-type: none"> • „Specyfika i metody pracy z osobami z zaburzeniami ze spektrum autyzmu”. • „Podstawy i zastosowanie komunikacji alternatywnej wśród osób dorosłych” <p>Konferencje: III Kujawsko - Pomorskie Forum Psychiatrii Środowiskowej</p> <p>Iwona Wojciechowska Anna Rupińska Ewa Marciniak</p>	<p>Uczestnik :</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrafi dbać o czystość i porządek w pomieszczeniach; • potrafi przygotować rzeczy do prania i posegregować kolorystyczne, • potrafi korzystać z podstawowego sprzętu AGD; • wie jak przechowywać produkty spożywcze; • potrafi segregować śmieci;
	<p>Trening kulinarny</p> <ul style="list-style-type: none"> • wspólne planowanie posiłków i dokonywanie zakupów artykułów niezbędnych do ich przygotowania ; • nauka i utrwalanie zdobytych już, podstawowych czynności kuchennych – obieranie, krojenie, porcjowanie, parzenie herbaty i kawy, • nauka i utrwalenie umiejętności samodzielnej obsługi sprzętu AGD (kuchnia elektryczna, maszynka elektryczna, blender, kuchenka mikrofalowa, zmywarka do naczyń, itp.); • pieczenie ciast i wykonywanie deserów na imprezy okolicznościowe, 	Typ A,B,C	praca ciągła – 5 godzin dziennie uczestnicy codziennie pełnią dyżury w kuchni i na stołówce	<p>Anna Rupińska - Instruktor terapii zajęciowej – Wyższe – zdrowie publiczne, dietetyka, 11 lat stażu pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi,</p> <p>W trakcie studiów poddyplomowych na kierunku terapia zajęciowa w Collegium Medicum w Bydgoszczy</p> <p>Szkolenia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Konstruowanie indywidualnych programów terapeutycznych dla uczestników WTZ i SDS” • Nowelizacja ustawy Prawo Zamówień Publicznych 	<p>Uczestnik potrafi samodzielnie lub z pomocą opiekuna pracowni kulinarnej:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Przygotować ciepły posiłek, upiec ciasto, obrać i pokroić warzywa, ustalić listę zakupów, • wybrać prawidłowe produkty do określonego posiłku; • obierać i kroić warzywa i mięso; • przygotować posiłki • preczytać ze zrozumieniem i skorzystać z przepisu kulinarnego, prawidłowo przechowywać produkty spożywcze; • obsługiwać sprzęt AGD; • celebrować uroczystości, • wybierać właściwe sztuczce i posługiwać się nimi, oraz kulturalnie zachowywać się przy stole;

<ul style="list-style-type: none"> kształcenie i utrwalanie umiejętności prawidłowego przechowywania produktów; nauka korzystania z przepisów kulinarnych, przygotowywanie stołów i potraw na imprezy okolicznościowe(śniadanie wielkanocne, spotkanie opłatkowe, urodziny uczestników, itp.) kształtowanie i utrwalanie nawyków poprawnego postępowania się sztućcami i zachowania przy stole; kształtowanie umiejętności samodzielnego jedzenia, nakrywania i podawania do stołu, nauka sprzątnięcia po posiłku organizacja, przygotowanie uczestników i udział w konkursie kulinarnym „Kulinariada” wyjścia do obiektów gastronomicznych; edukacja w zakresie zdrowego odżywiania się; wykonywanie przetworów – kompoty, dżemy, kiszenie ogórków – z warzyw i owoców wyhodowanych w ramach hortiterapii, mrożenie warzyw i owoców; <p><u>Metody pracy:</u> wykonanie zadania według instruktarzu słownego terapeuty oraz demonstrowania czynności.</p> <p><u>Cel:</u> nauka przygotowania prostych posiłków z uwzględnieniem zachowania czystości i stosowania przepisów bhjp;</p>		Typ A, B, C	raz w tygodniu 3h trening indywidualny zajęcia grupowe -5 h tygodniowo	<ul style="list-style-type: none"> Prawo Zamówień Publicznych w wydatkowaniu środków publicznych. Prowadzenie treningów umiejętności społecznych /komunikacyjnych/ w zakresie specjalistycznych usług opiekuńczych. „Etyka w pracy pracownika socialnego” „Praca z osobą w podszłym wieku w kontekście psychologicznych konsekwencji starzenia się” „Specyfika i metody pracy z osobami z zaburzeniami ze spektrum autyzmu”. „Podstawy i zastosowanie komunikacji alternatywnej wśród osób dorosłych” Konferencja – III Kujawsko - Pomorskie Forum Psychiatrii Środowiskowej” 	<ul style="list-style-type: none"> nakrywać do stołu i sprzątać po posiłku, umyć naczynia i sprzątnąć miejsce pracy, prawidłowo zachować się w restauracji – złożyć zamówienie, zapłacić rachunek, Uczestnik ma poczucie obowiązku dot. pełnienia dyżurów i potrafi współdziałać w grupie. <p>Uczestnik posiadał następujące umiejętności:</p> <ul style="list-style-type: none"> rozpoznał nominaty, odlicza określone kwoty, rozsądnie gospodaruje własnym budżetem z uwzględnieniem opłat stałych, potrafi dokonać zakupów,
<ul style="list-style-type: none"> nauka planowania i robienia zakupów – planowanie zakupów koniecznych 	<p><u>Trening budżetowy</u></p> <p>Kontynuacja działań mających na celu:</p> <ul style="list-style-type: none"> poznanie wartości nominatów, nabywanie umiejętności odliczania określonych kwot i dokonywania obliczeń; 			Magdalena Liszewska - pracownik socjalny – wykształcenie wyższe – Praca opiekuńcza i socjalna Pedagogika opiekuńczo - wychowawcza, 1 rok stażu pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi	

	<p>do przygotowania posiłku w ramach treningu kulinarnego;</p> <ul style="list-style-type: none"> ustalenie priorytetów przy planowaniu miesięcznego budżetu – wspieranie umiejętności gospodarowania środkami finansowymi, wyjścia na zakupy – nauka korzystania ze sklepu samoobsługowego; orientacja w cenach; uświadomienie konsekwencji zaciągania zobowiązań <p><u>Metody pracy:</u> pogadanki, praca na materiałach pomocniczych, zajęcia praktyczne – wyjścia do sklepów;</p> <p><u>Cel:</u> wypracowanie umiejętności gospodarowania własnym budżetem i dokonywania zakupów</p>			<p><u>Szkolenia:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> „Trening umiejętności społecznych” „Specyfika i metody pracy z osobami z zaburzeniami ze spektrum autyzmu”. „Podstawy i zastosowanie komunikacji alternatywnej wśród osób dorosłych” <p><u>Konferencje:</u></p> <p>„Co zagraża współczesnej rodzinie?”</p> <p>III Kujawsko - Pomorskie Forum Psychiatrii Środowiskowej”</p> <p>Anna Rupińska</p>	<ul style="list-style-type: none"> potrafi określić priorytety przy planowaniu zakupów;
	<p><u>Trening zachowań prozdrowotnych:</u></p> <p>Działania mające na celu wykształcenie nawyku i umiejętności:</p> <ul style="list-style-type: none"> regularnego przyjmowania leków; rozpoznawania zwiastunów i reagowania na symptomy choroby; poznanie działania leków neuroleptycznych, rozpoznanie objawów ubocznych i nabycie umiejętności radzenia sobie z nimi korzystania z usług medycznych (lekarz rodzinny, poradnie specjalistyczne); wsparcie w hospitalizacji; zrozumienie znaczenia systematycznych wizyt u lekarza psychiatry. <p>Działania te będą realizowane poprzez kontakty z opiekunami, pomoc w rejestracji do lekarza, monitorowanie regularnej farmakoterapii i wizyt w PZP, oraz innych specjalistycznych poradniach</p>	Typ A	Praca ciągła przez cały rok; Raz w m-cu 2h – pogadanka, ustalanie wizyt lekarskich wg potrzeb	<ul style="list-style-type: none"> Iwona Wojciechowska 	<p><u>Uczestnik:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> zna przebieg własnej choroby; regularnie przyjmuje leki zlecone przez specjalistę; zna konsekwencje przerwania farmakoterapii, zna działanie leków neuroleptycznych i umie sobie radzić z efektami ubocznymi ich stosowania, potrafi rozpoznać objawy choroby;

	<p><u>Metody pracy:</u> instruktarz wykonywanych czynności, pogadanki, rozmowy indywidualne, dyskusja, wymiana poglądów</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>				
<p>Kształtowanie umiejętności interpersonalnych i społecznych</p>	<p>Kontynuacja działań mających na celu nabycie i doskonalenie umiejętności:</p> <ul style="list-style-type: none"> konstruktywnego rozwiązywania konfliktów, rozpoznawania i wyrażania emocji, podtrzymywania rozmowy i aktywnego słuchania; współpracy i zasad partnerstwa; rozwiązywania problemów, kształtowania pozytywnych relacji z osobami bliskimi; kształtowania zachowań asertywnych; kształtowania poczucia świadomości ciała; usprawniania procesów poznawczych; podjęmowania celowej aktywności; trening stosownego zachowania w miejscach publicznych; <p><u>Metody pracy:</u> zebrania społeczności, dyskusje, pogadanki, psychoterapia indywidualna</p> <p><u>Cel:</u> wzrost poczucia własnej wartości, usprawnienie komunikacji, poznanie własnych możliwości, zdobycie umiejętności rozwiązywania problemów</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) zebrań społeczności 1 raz w tygodniu</p>	<p>psycholog; wszyscy terapeuci</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> potrafi nawiązywać kontakty z otoczeniem; potrafi nawiązać i podtrzymać rozmowę; podjęmuje próby kontrolowania własnego zachowania; prawidłowo zachowuje się w miejscach publicznych; radzi sobie w nowych i trudnych sytuacjach; jest w dobrych stosunkach z bliskimi;
<p>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego</p>	<p>Zachęcanie do aktywnego spędzania czasu wolnego oraz stwarzanie możliwości rozwijania zainteresowań uczestników poprzez:</p>	<p>Typ A, B, C</p>	<p>praca ciągła – codziennie, ok 2 h</p>	<p>Ewelina Gawrońska- pedagog, wykształcenie wyższe – pedagogika; specjalność</p>	<p>Uczestnik: Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> pozna formy i sposoby spędzania czasu wolnego,

<ul style="list-style-type: none"> • organizowanie seansów filmowych, • czytanie książek i prasy, • rozwiązywanie krzyżówek • gry towarzyskie, • spotkania, pogadanki, dyskusje, wymianę doświadczeń, • wyjścia do biblioteki, kina, muzeum, teatru <p><u>Metody pracy:</u> gry towarzyskie, zajęcia czytelnicze, biblioterapia, wyjścia kulturalno - towarzyskie</p> <p><u>Cel:</u> ogólny rozwój uczestników, wskazanie różnych możliwości spędzania czasu wolnego z uwzględnieniem indywidualnych zainteresowań</p>	Typ A, B, C	Praca ciągła – codziennie, 3 h	<p>rewalidacja osób upośledzonych umysłowo – oligofrenopedagogika;</p> <p><u>Szkolenia:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • „Specyfika i metody pracy z osobami z zaburzeniami ze spektrum autyzmu”. • „Podstawy i zastosowanie komunikacji alternatywnej wśród osób dorosłych” • „Trening umiejętności społecznych” <p>Magdalena Liszewska wspierający: wszyscy terapeuci</p>	<ul style="list-style-type: none"> • pozna korzyści związane z posiadaniem czasu wolnego • potrafi samodzielnie zorganizować sobie czas wolny, • zna swoje pasje i zainteresowania, • czyta książki i czasopisma, ogląda filmy, słucha audycji radiowych; • korzysta z biblioteki; • zna zasady różnych gier stołkowych i podejmuje rywalizację;
<p><u>Terapia ruchowa</u></p> <p>Organizowanie zajęć sportowych:</p> <ul style="list-style-type: none"> • gra w rzutki, boccie, piłkarzyki, piłkę nożną, unihokej, kregle, • ćwiczenia ogólnousprawniające, • ćwiczenia korekcyjne, • spacery, • organizowanie rozgrywek sportowych, • ćwiczenia z wykorzystaniem sprzętu poprawiającego kondycję i koordynację; • Ćwiczenia w UGUL-u • Udział uczestników w turniejach i spartakiadach sportowych <p><u>Metody pracy:</u> metoda zabawowa, metoda naśladowcza – ścista, pokaz.</p> <p><u>Cel:</u> poprawa lub utrzymanie sprawności fizycznej na dotychczasowym poziomie,</p> <p>Wyjścia do publicznych obiektów sportowych:</p> <ul style="list-style-type: none"> • basen – nauka pływania i rekreacja w wodzie, • kregielnia, hala sportowa, MOSiR, itp. 	Typ A, B, C	średnio 1 raz w tygodniu	<p>Ewa Marciniak - fizjoterapeuta – policealne medyczne - fizjoterapia, 21 lat stażu pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi</p> <p>Ukończyła Policealną Szkołę Terapeutów Zajęciowych w Toruniu</p> <p><u>Szkolenia:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • „Organizacja imprez dla małej i dużej grupy” – warsztaty z pedagogiki zabawy ; • „Rehabilitacja pacjentów z [przewlekłymi zaburzeniami psychotycznymi]” • „Arterterapia – formy i techniki pracy z upośledzonymi umysłowo”; • „Prowadzenie treningów umiejętności społecznych/komunikacyjnych / w zakresie specjalistycznych usług opiekuńczych.” • „Etyka w pracy pracownika socjalnego” • „Praca z osobą w podeszłym wieku w kontekście psychologicznych konsekwencji starzenia się” 	<p><u>Uczestnik:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • poprawił swoją kondycję fizyczną bądź utrzymał ją na dotychczasowym poziomie, • potrafi korzystać z różnych form spędzania wolnego czasu, • poprawia kontrolę nad swoimi emocjami, • ma lepsze samopoczucie, • poprawił umiejętność współpracy i komunikowania się; • nabrał poczucia pewności siebie, • poprawił integrację społeczną • jest systematyczny, odczuwa świadomą potrzebę ruchu <p><u>Uczestnik:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • wie jak zachować się w publicznym obiekcie sportowym – potrafi zakupić bilet wstępu, skorzysta z szatni itp., rozpoczął naukę pływania,

	<p><u>Metody pracy</u> – praktycznego działania, pokaz</p> <p>Cel: nauka zachowania w miejscu publicznym (obiekcie sportowym)</p> <p>Udział w turniejach, spartakiadach, meczach i innych rozgrywkach sportowych</p> <p>Cel: rozwijanie zdolności i zainteresowań uczestników; doskonalenie sprawności fizycznej;</p>	Typ A, B, C	zgodnie z harmonogramem imprez	<ul style="list-style-type: none"> • „Specyfika i metody pracy z osobami z zaburzeniami ze spektrum autyzmu”. • Podstawy i zastosowanie komunikacji alternatywnej wśród osób dorosłych 	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • podniósł poczucie własnej wartości • odkrył własne możliwości, • osiągnął satysfakcję z rywalizacji, • rywalizuje w oparciu o zasady „fair play”
<p>Terapia zajęciowa</p>	<p>Zajęcia plastyczne:</p> <p>Rozwijanie umiejętności plastycznych poprzez:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wykonywanie prac różnymi technikami – wyklejanie, wydzieranie, stemplowanie, wypalanie, gwasz, akryl, collage, de cupage, rysunek, mozaika, małe formy rzeźbiarskie (plastelina, modelina, masa solna, masa papierowa), malowanie na płótnie, malowanie techniką akryl, akwarela, tempera. 2. Odrysowywanie kształtów i wypełnianie ich różnymi materiałami 3. Mandale, 4. Collage, frottage 5. Praca z materiałami naturalnymi – patyki, piasek, ziarno, itp. 6. Małe formy graficzne – stemplowanie, odciskanie, wycinanki, wydzieranki, wyklejanki, wydrapywanki; 7. Małe formy rzeźbiarskie – plastelina, modelina, masa solna, formowanie papieru, przestrzenne formy z papieroplastyki, wykonywanie prostych form użytkowych z różnych materiałów, recykling; 	Typ A, B, C	Praca ciągła – codziennie, 6 h	<p>Dorota Dębowska - instruktor terapii zajęciowej – wykształcenie policealne w zawodzie plastyk, 15 lat stażu pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi. Ukończyła Policealną Szkołę Terapeutów Zajęciowych w Toruniu</p> <p>Szkolenia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Prowadzenie treningów umiejętności społecznych w zakresie specjalistycznych usług opiekuńczych” • „Organizacja imprez dla małej i dużej grupy” – warsztaty z pedagogiki zabawy. • „Jak radzić sobie w trudnych sytuacjach zawodowych. • Problematyka wypalenia zawodowego”. • „Etyka w pracy pracownika socjalnego” • „Praca z osobą w podszłym wieku w kontekście psychologicznych konsekwencji starzenia się” • „Specyfika i metody pracy z osobami z zaburzeniami ze spektrum autyzmu”. 	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ujawnia własne myśli i uczucia i stany emocjonalne, • wyrabia poczucie ładu, porządku i estetyki, • rozwija wyobraźnię, • rozwija „małą motorykę”, • wdraża się do współpracy w grupie i wzajemnej pomocy, • nabywa umiejętności posługiwania się różnymi narzędziami i materiałami plastycznymi, • podnosi poczucie własnej wartości, osiągnął satysfakcję z wykonanej pracy przez jej prezentację w ośrodku, osiągnął sukces biorąc udział w konkursach,

<p>8. Witraż z papieru i bibuły, malowanie na szkło;</p> <p>9. Rysunek – kredki, ołówki, flamastry, kreda, pastel, tusz, świeca;</p> <p>10. Malarstwo: farby plakatowe, akwarelowe, tempera, akryl, farby do szkła</p> <p>11. Udział w konkursach plastycznych dla osób niepełnosprawnych</p> <p><u>Metody pracy:</u> metoda swobodnej ekspresji, metoda zadań inspirujących, doświadczeń i eksperymentowania (np. mieszanie barw)</p> <p><u>Cel:</u> wzbudzenie emocji wywierających korzystny wpływ na zaspokojenie potrzeby samorealizacji.</p>		<ul style="list-style-type: none"> • „Podstawy i zastosowanie komunikacji alternatywnej wśród osób dorosłych 	
<p><u>Zajęcia rekodzielnicze</u></p> <p>zdobywanie nowych/ poszerzanie zakresu posiadanych umiejętności rekodzielniczych przez:</p> <ul style="list-style-type: none"> • szycie maszynowe (patchwork, szycie kostiumów teatralnych, przeróbki maszynowe) • szycie ręczne (hafty: krzyżykowy, Richelieu, za igłą, dziergany, krzyżyk) • robiecie na drutach i szydełku, quililing, • wiązanie makramy, • aplikacje, • pracę na krośnie tkackim, • wykonywanie dekoracji okolicznościowych, • udział w konkursach <p><u>Zajęcia hortiterapii:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Wyszadzanie nasion i roślin cebulowych do gruntu, • Rozmnażanie bylin i krzewów; 	<p>Typ A, B, C</p> <p>Praca ciągła codziennie 4 h</p>	<p>Ewa Marciniak</p>	<p><u>Uczestnik:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • poszerzył swoje umiejętności poprzez zapoznanie się z różnymi technikami rekodzielniczymi: • poprawił sprawność manualną i koordynację wzrokowo – ruchową, • potrafi samodzielnie wykonać na drutach lub szydełku prosta prace, a także naprawić odzież (cerowanie, przyszywanie guzika, itp.); • kształtuje prawidłową postawę zawodową – sumiennosc, • systematycznosc, obowiazkowość; • rozwinął swoje zainteresowania, poznał jedną z form spędzania czasu wolnego, wyciszył się i zrelaksował, • doprowadza rozpoczętą prace do końca, sprząta po sobie stanowisko pracy. <p><u>Uczestnik:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • poprawił swój nastrój, • współpracuje w grupie, • wyciszył się i zrelaksował,
	<p>Typ A, B, C</p> <p>5 godzin tygodniowo</p>	<p>Aleksandra Rupińska Kryszczuk – specjalista hortiterapii- wykształcenie wyższe</p> <p><u>Szkolenia:</u></p>	

	<p><u>Metody pracy</u> – praktycznego działania, pokaz</p> <p>Cel: nauka zachowania w miejscu publicznym (obiekcie sportowym)</p> <p>Udział w turniejach, spartakiadach, meczach i innych rozgrywkach sportowych</p> <p>Cel: rozwijanie zdolności i zainteresowań uczestników; doskonalenie sprawności fizycznej;</p>	Typ A, B, C	zgodnie z harmonogramem imprez	<ul style="list-style-type: none"> • „Specyfika i metody pracy z osobami z zaburzeniami ze spektrum autyzmu”. • „Podstawy i zastosowanie komunikacji alternatywnej wśród osób dorosłych 	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • podniósł poczucie własnej wartości • odkrył własne możliwości, • osiągnął satysfakcję z rywalizacji, • rywalizuje w oparciu o zasady „fair play”
<p>Terapia zajęciowa</p>	<p><u>Zajęcia plastyczne:</u></p> <p>Rozwijanie umiejętności plastycznych poprzez:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wykonywanie prac różnymi technikami – wyklejanie, wydzieranie, stemplowanie, wypalanie, gwasz, akryl, collage, de cupage, rysunek, mozaika, małe formy rzeźbiarskie (plastelina, modelina, masa solna, masa papierowa),malowanie na płótnie, malowanie techniką akryl, akwarela, tempera. 2. Odrysowywanie kształtów i wypełnianie ich różnymi materiałami 3. Mandale, 4. Collage, frottage 5. Praca z materiałami naturalnymi – patyki, piasek, ziarno, itp. 6. Małe formy graficzne – stemplowanie, odciśkanie, wycinanki, wydzieranki, wyklejanki, wydrapywanki; 7. Małe formy rzeźbiarskie – plastelina, modelina, masa solna, formowanie papieru, przestżzenie formy z papieroplastyki, wykonywanie prostych form użytkowych z różnych materiałów, recykling; 	Typ A, B, C	Praca ciągła – codziennie, 6 h	<p>Dorota Dębowska - instruktor terapii zajęciowej – wykształcenie policealne w zawodzie plastyk, 15 lat stażu pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi. Ukończyła Policealną Szkołę Terapeutów Zajęciowych w Toruniu</p> <p><u>Szkolenia:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • „Prowadzenie treningów umiejętności społecznych w zakresie specjalistycznych usług opiekuńczych” • „Organizacja imprez dla małej i dużej grupy” – warsztaty z pedagogiki zabawy. • „Jak radzić sobie w trudnych sytuacjach zawodowych. Problematyka wypalenia zawodowego”. • „Etyka w pracy pracownika socjalnego” • „Praca z osobą w podeszłym wieku w kontekście psychologicznych konsekwencji starzenia się” • „Specyfika i metody pracy z osobami z zaburzeniami ze spektrum autyzmu”. 	<ul style="list-style-type: none"> • wdraża się do współpracy w grupie i wzajemnej pomocy, • nabywa umiejętności posługiwania się różnymi narzędziami i materiałami plastycznymi, • podnosi poczucie własnej wartości, osiągnął satysfakcję z wykonanej pracy przez jej prezentację w ośrodku, • osiągnął sukces biorąc udział w konkursach,

<p>8. Witraż z papieru i bibuły, malowanie na szkło;</p> <p>9. Rysunek – kredki, ołówki, flamastry, kreda, pastel, tusz, świeca;</p> <p>10. Malarstwo: farby plakatowe, akwarelowe, tempera, akryl, farby do szkła</p> <p>11. Udział w konkursach plastycznych dla osób niepełnosprawnych</p> <p><u>Metody pracy:</u> metoda swobodnej ekspresji, metoda zadań inspirujących, doświadczeń i eksperymentowania (np. mieszanie barw)</p> <p><u>Cel:</u> wzbudzenie emocji wywierających korzystny wpływ na zaspokojenie potrzeby samorealizacji.</p>			<ul style="list-style-type: none"> • „Podstawy i zastosowanie komunikacji alternatywnej wśród osób dorosłych 	
<p><u>Zalety rękodzielnicze</u></p> <p>zdobywanie nowych/ poszerzanie zakresu posiadanych umiejętności rękodzielniczych przez:</p> <ul style="list-style-type: none"> • szycie maszynowe (patchwork, szycie kostiumów teatralnych, przeróbki maszynowe) • szycie ręczne (hafty: krzyżykowy, Richelieu, za igłą, dziergany, krzyżyk) • robienie na drutach i szydełku, quilting, • wiązanie makramy, • aplikacje, • pracę na krośnie tkackim, • wykonywanie dekoracji olicznościowych, • udział w konkursach 	<p>Typ A, B, C</p>	<p>Praca ciągła codziennie 4 h</p>	<p>Ewa Marcinia</p>	<p><u>Uczestnik:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • poszerzył swoje umiejętności poprzez zapoznanie się z różnymi technikami rękodzielniczymi: • poprawił sprawność manualną i koordynację wzrokowo – ruchową, • potrafi samodzielnie wykonać na drutach lub szydełku prosta prace, a także naprawić odzież (cerowanie, przyszywanie guzika, itp.); • kształtuje prawidłową postawę zawodową – sumiennosc, • systematycznosc, obowiazkowość; • rozwinął swoje zainteresowania, poznał jedną z form spędzania czasu wolnego, • wyciszył się i zrelaksował, • doprowadza rozpoczętą prace do końca, sprząta po sobie stanowisko pracy.
<p><u>Zalety hortiterapii:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Wysadzanie nasion i roślin cebulowych do gruntu, • Rozmnażanie bylin i krzewów; 	<p>Typ A, B, C</p>	<p>5 godzin tygodniowo</p>	<p>Aleksandra Rupińska Kryszczuk – specjalista hortiterapii- wykształcenie wyższe</p> <p><u>Szkolenia:</u></p>	<p><u>Uczestnik:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • poprawił swój nastrój, • współpracuje w grupie, • wyciszył się i zrelaksował,

<ul style="list-style-type: none"> Wykonywanie prac porządkowych w ogrodzie, Prowadzenie warzywnika, zbiór plonów, przygotowanie gleby do zimy, Wykonywanie dekoracji i prac plastycznych z wykorzystaniem „darów” natury; 			<ul style="list-style-type: none"> „Specyfika i metody pracy z osobami z zaburzeniami ze spektrum autyzmu”. „Podstawy i zastosowanie komunikacji alternatywnej wśród osób dorosłych 	<ul style="list-style-type: none"> zwiększył swój rozwój społeczny i osobisty, poszerzył swoją wiedzę w zakresie ogrodnictwa, znalazł swoje zainteresowania,
<p>Zajęcia komputerowe</p> <p>Pogłębianie wiedzy i rozwijanie umiejętności informatycznych przez:</p> <ul style="list-style-type: none"> naukę podstaw obsługi komputera i jego podstawowych programów (Word, Paint) kommunikowanie się za pomocą komputera i technologii informacyjno – komunikacyjnych (np. obsługa poczty elektronicznej) doskonalenie umiejętności korzystania z drukarki, skanera wykorzystywanie komputera, oraz programów i gier edukacyjnych do poszerzania wiedzy z różnych dziedzin, nauka obsługi aparatu foto (wykonywanie zdjęć na imprezach okolicznościowych, przenoszenie zdjęć z aparatu na PC, i ich katalogowanie) <p><u>Metody pracy:</u> mini wykład, metoda zadaniowa, metody praktyczne</p> <p><u>Cel:</u> Rozwijanie zainteresowań techniką cyfrową i wdrażanie do świadomego korzystania z niej.</p>	Typ A, B, C	2 razy w tygodniu 2 h	Magdalena Liszewska	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> zna zasady obsługi komputera, potrafi znaleźć w Internecie potrzebne mu informacje, potrafi samodzielnie napisać pismo i wydrukować je, rozwiąła swoje zainteresowania, potrafi komunikować się za pomocą komputera i technologii informacyjno – komunikacyjnych, wykorzystuje komputer do poszerzania wiedzy i umiejętności z różnych dziedzin
<p>Zajęcia muzyczne</p> <p>Stymulowanie rozwoju emocjonalnego, poznawczego i społecznego poprzez różne formy aktywności muzycznej:</p> <ul style="list-style-type: none"> sluchanie muzyki, naukę piosenek w połączeniu z układami choreograficznymi, 	Typ A, B, C	Praca ciągła – codziennie , 3h	Iwona Wojciechowska	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> rozładował napięcia emocjonalne - jest rozluźniony, wyciszony i zrelaksowany, rozwinął twórczą aktywność, podnosi poczucie własnej wartości,

	<ul style="list-style-type: none"> • taniec, • relaksację przy muzyce, • przygotowanie występów okolicznościowych i do udziału w konkursach • korzystanie z instrumentów perkusyjnych w celu rozładowania napięcia emocjonalnych, <p><u>Metody pracy:</u> odciążająca – wyobraźniowa, aktywizująca emocjonalnie; treningowa, relaksacyjna;</p> <p><u>Cel:</u> ogólne korzystne wpływanie na stan psychofizycznego samopoczucia</p>	Typ A, B, C	praca ciągła – według potrzeb	Magdalena Liszewska	<ul style="list-style-type: none"> • osiągnął sukces występując publicznie na konkursach, przeglądach, imprezach okolicznościowych, • rozwinął swoje zdolności i zainteresowania.
<p>Pomoc w realizacji spraw urzędowych i w kontaktach z instytucjami</p>	<p>Uczestnicy wspierani przez terapeutę samodzielnie załatwiają swoje sprawy w urzędach, wypełniają dokumenty, piszą wnioski, otrzymują informacje i wskazówki pomocne w rozwiązaniu konkretnej sprawy danego uczestnika.</p> <p><u>Metody pracy:</u> indywidualne poradnictwo społeczne, mini wykład, wykonanie zadania według instruktarzu terapeuty.</p> <p><u>Cel:</u> wsparcie uczestnika w samodzielności</p>	Typ A, B,	w zależności od potrzeb	Magdalena Paradowska – psycholog, biblioterapeuta; wykształcenie wyższe, staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi – 1 rok;	<p>Uczestnik i jego bliscy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • otrzymają pomoc i wsparcie w dążeniu do samodzielności, • otrzymają pomoc i wsparcie w podejmowaniu decyzji i w sytuacjach trudnych; • otrzyma wzmocnienie w zakresie poczucia własnej wartości i podnoszenia wiary we własne siły.
<p>Pomoc psychologiczna (dla uczestników i ich opiekunów)</p>	<p>Zadania wynikające ze sprawowania opieki psychologicznej nad uczestnikami :</p> <ul style="list-style-type: none"> • poznanie historii życia uczestników poprzez dokumentację, rozmowy z nimi, wypowiedzi rodzin i pracowników; • orientacja w stanie psychicznym uczestników poprzez obserwacje i rozmowy; • poradnictwo psychologiczne dostosowane do potrzeb uczestników, • interwencja w sytuacjach kryzysowych, • diagnoza uczestników, • aktualizacja dokumentacji indywidualnej uczestników, 	Typ A, B,	w zależności od potrzeb	<p>Magdalena Paradowska – psycholog, biblioterapeuta; wykształcenie wyższe, staż pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi – 1 rok;</p> <p><u>Szkolenia:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • „Specyfika i metody pracy z osobami z zaburzeniami ze spektrum autyzmu”. • „Podstawy i zastosowanie komunikacji alternatywnej wśród osób dorosłych” • „Trening umiejętności społecznych” 	<p>Uczestnik i jego opiekunowie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • otrzymują diagnozę psychologiczną, • poznają ocenę możliwości rozwojowych, oraz potrzeb emocjonalno – społecznych, • znają zasady radzenia sobie w sytuacjach trudnych, • otrzymują wsparcie psychologiczne.

<ul style="list-style-type: none"> • Wykonywanie prac porządkowych w ogrodzie, • Prowadzenie warzywnika, zbiór plonów, przygotowanie gleby do zimy, • Wykonywanie dekoracji i prac plastycznych z wykorzystaniem „darów” natury; 				<ul style="list-style-type: none"> • „Specyfika i metody pracy z osobami z zaburzeniami ze spektrum autyzmu”. • Podstawy i zastosowanie komunikacji alternatywnej wśród osób dorosłych 	<ul style="list-style-type: none"> • zwiększył swój rozwój społeczny i osobisty, • poszerzył swoją wiedzę w zakresie ogrodnictwa, • znalazł swoje zainteresowania,
<p>Zajęcia komputerowe</p> <p>Pogłębianie wiedzy i rozwijanie umiejętności informatycznych przez:</p> <ul style="list-style-type: none"> • naukę podstaw obsługi komputera i jego podstawowych programów (Word, Paint) • komunikowanie się za pomocą komputera i technologii informacyjno – komunikacyjnych (np. obsługa poczty elektronicznej) • doskonalenie umiejętności korzystania z drukarki, skanera • wykorzystywanie komputera, oraz programów i gier edukacyjnych do poszerzania wiedzy z różnych dziedzin, • nauka obsługi aparatu foto (wykonywanie zdjęć na imprezach okolicznościowych, przenoszenie zdjęć z aparatu na PC, ich katalogowanie) <p><u>Metody pracy:</u> mini wykład, metoda zadaniowa, metody praktyczne</p> <p><u>Cel:</u> Rozwijanie zainteresowań techniką cyfrową i wdrażanie do świadomego korzystania z niej.</p>	<p>Typ A, B, C</p>	<p>2 razy w tygodniu 2 h</p>	<p>Magdalena Liszewska</p>	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zna zasady obsługi komputera, • potrafi znaleźć w Internecie potrzebne mu informacje, • potrafi samodzielnie napisać pismo i wydrukować je, • rozwija swoje zainteresowania, • potrafi komunikować się za pomocą komputera i technologii informacyjno – komunikacyjnych, • wykorzystuje komputer do poszerzania wiedzy i umiejętności z różnych dziedzin 	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • rozładował napięcia emocjonalne - jest rozluźniony, wyciszony i zrelaksowany, • rozwiniął twórczą aktywność, • podnosi poczucie własnej wartości,
<p>Zajęcia muzyczne</p> <p>Stymulowanie rozwoju emocjonalnego, poznawczego i społecznego poprzez różne formy aktywności muzycznej:</p> <ul style="list-style-type: none"> • słuchanie muzyki, • naukę piosenek w połączeniu z układami choreograficznymi, 	<p>Typ A, B, C</p>	<p>Praca ciągła – codziennie, 3h</p>	<p>Iwona Wojciechowska</p>		<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • rozładował napięcia emocjonalne - jest rozluźniony, wyciszony i zrelaksowany, • rozwiniął twórczą aktywność, • podnosi poczucie własnej wartości,

<ul style="list-style-type: none"> • wskazywanie możliwości poznawczych i rozwojowych uczestników, • psychoedukacja uczestników, podtrzymywanie kontaktów z rodzinami, • wystawianie opinii psychologicznych, • prowadzenie terapii indywidualnej i grupowej; <p><u>Metody pracy:</u> wywiad, analiza dokumentów, 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>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zwiększył swoją aktywność, • wzrosło jego poczucie własnej wartości i wiary we własne siły, • podniósł poziom logicznego myślenia, • zwiększył koncentrację uwagi, • poprawił poziom sprawności grafomotorycznej, • usprawnił pamięć wzrokową i słuchową;
<p><u>Edukacja pedagogiczna</u></p> <p>Usprawnianie procesów poznawczych – pamięci, logicznego myślenia, koncentracji uwagi, spostrzegania, myślenia</p> <p>przyczynowo – skutkowego</p> <p>Metody pracy: dyskusja, pogadanka, ćwiczenia praktyczne, zajęcia indywidualne w zakresie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • kształcenia mowy, • doskonalenia technik czytania, liczenia, pisania, • utrwalania pojęć figury geometrycznej, • ćwiczenia rozpoznawania godzin na zegarze, 	Typ A, B, C	Raz w tygodniu , 2 h	Ewelina Gawrońska - pedagog	

Wszystkie podejmowane formy aktywności, wynikają z indywidualnego programu postępowania wspierającego – aktywizującego każdego uczestnika.

Zespół Wspierający – Aktywizujący stara się zmotywować wszystkich uczestników do jak największej aktywności poprzez udział w zajęciach.

Oferta Domu opiera się na działaniach długoterminowych a formy pomocy dostosowane są do indywidualnych potrzeb i możliwości każdej z osób uczestniczących w zajęciach.

BURMISTRZ MIASTA RYPIN

Kierownik Środowiskowego
Domu Samopomocy w Ryplinie

[Podpis]

KALENDARZ IMPREZ NA 2019 ROK

STYCZEŃ	<ul style="list-style-type: none"> • „Wieczór kołęd” • Urodziny uczestników urodzonych w miesiącu styczniu • Bale karnawałowe • Wyjście do biblioteki • Turniej w rzutki
LUTY	<ul style="list-style-type: none"> • Bal Radości dla osób niepełnosprawnych – 19 lutego • Urodziny uczestników urodzonych w miesiącu lutym • Wyjście do kina • „Tłusty czwartek” - spotkanie integracyjne w DPS w Brodnicy - 28 lutego • Walentynki • „Ostatki” - zabawa karnawałowa
MARZEC	<ul style="list-style-type: none"> • Dzień Kobiet – mini SPA, Zumba • Urodziny uczestników urodzonych w miesiącu marcu • Turniej w piłkarzyki – ŚDS, W TZ • Wyjście do biblioteki
KWIECIEŃ	<ul style="list-style-type: none"> • Urodziny uczestników urodzonych w miesiącu kwietniu • Dzień w ogrodzie (prace porządkowe zakończone ogniskiem) • Turniej w piłkę nożną - ŚDS z W TZ • Śniadanie wielkanocne • Rozgrywki sportowe – pracownicy kontra uczestnicy
MAJ	<ul style="list-style-type: none"> • Mecz w unihokeja z W TZ Rypin • Urodziny uczestników urodzonych w miesiącu maju • Piknik rodzinny w ogrodzie (z okazji Dnia Matki) • Miejskie obchody Dnia Godności Osób z Niepełnosprawnością – „Majówka bez barier”
CZERWIEC	<ul style="list-style-type: none"> • Spartakiada Sportowa – Nowa Wieś • Urodziny uczestników urodzonych w miesiącu czerwcu • Rypińska Spartakiada „Sprawni Inaczej” • Wycieczka
WRZESIEŃ	<ul style="list-style-type: none"> • Kulinarjada – konkurs kulinarny • Turniej w boccie • Urodziny uczestników urodzonych w miesiącu wrześniu • Udział w Mazowieckich Dniach Integracji Osób Niepełnosprawnych

	<ul style="list-style-type: none"> • Dzień Chtopaka • Grzybobranie • Urodziny uczestników urodzonych w miesiącu wrzeźniu • „Święto plecionego ziemniaka” – porządki w ogrodzie zakończone ogniskiem
PAŹDZIERNIK	<ul style="list-style-type: none"> • Turniej Darta • Wyjście do kina • Urodziny uczestników urodzonych w miesiącu październiku • Grzybobranie • Rozgrywki w piłkę nożną (ŚDS Rypin, WTZ Rypin, ZS nr 5 w Rypinie)
LISTOPAD	<ul style="list-style-type: none"> • Andrzejki – „Wieczór wróżb i magii” • Urodziny uczestników urodzonych w miesiącu listopadzie • Integracyjne zawody w darta (ŚDS, WTZ, ZS nr 5) • Konkurs plastyczny
GRUDZIEŃ	<ul style="list-style-type: none"> • Zawody pływackie dla osób niepełnosprawnych (pływalnia RCS) • Spotkanie opłatkowe z rodzinami uczestników • Turniej gier stołkowych • Kolacja wigilijna

BURMISTRZ MIASTA RYPIN

mgr Paweł Grzybowski

Kierownik Stowarzyszenia
Doma Samopomocy w Rypinie
organizator imprez sportowych
Ewa Jasinska