

Tabela 4. PROGRAM DZIAŁALNOŚCI NA ROK 2022 dla osób wykazujących inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych - C

DOM SAMOPOMOCY
w Łańcuchach
ul. Żelazka, 10-020 Sępólno

Załącznik Nr 4
do Uchwały Nr 065/2022
Zarządu Powiatu Białostockiego
z dnia 12. stycznia 2022 r.

Zadania zaplanowane do realizacji w 2022 r.	Sposób realizacji	Liczba osób objętych oddziaływaniami	Jednostki współpracujące w realizacji	Osoba odpowiedzialna za realizację zadania (stanowisko)	Miernik realizacji zadania w 2022 r.	Zadania realizowane w 2021 r. (ustalone w Programie Działalności na rok 2021 r.)	Miernik realizacji zadania na 2021 r.	Stożenie realizacji miernika w 2021 r. (%)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<p>Trening funkcjonowania w codziennym życiu w tym:</p> <p>a) pracownia kulinarna:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nauka dokładnego mycia naczyń stołowych. 2. Nauka sporządzania prostych posiłków. 3. Motywowanie do brania udziału w zajęciach pracowni kulinarniej. 	<p>Trening kulinarny:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zajęcia teoretyczne (pogadanki, prezentacje), - zajęcia praktyczne (instruktaż z pokazem), trenowanie, nauka, utrwalanie. 	3	-	oplekun	3	<p>TRENING FUNKCJONOWANIA W CODZIENNYM ŻYCIU W TYM:</p> <p>PRACOWNIA KULINARNA</p> <p>Z powodu pandemii COVID-19 zajęcia w pracowni kulinarniej nie odbywały się.</p>	3 osoby <p>Z powodu pandemii COVID-19 zajęcia w pracowni kulinarniej nie odbywały się.</p>	0,00
<p>b) pracownia gospodarstwa domowego:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kształtowanie postawy proekologicznej z uwzględnieniem zasad właściwej segregacji odpadów. 2. Rozwijanie przydatnych nawyków higienicznych związanych z dbaniem o wygląd zewnętrzny przy użyciu przyborów i kosmetyków pielęgnacyjnych. 3. Nabywanie/ Doskonalenie praktycznych umiejętności związanych z szyciem ręcznym: nawlekanie igły, zszywanie, przyszywanie guzików. 4. Poprawa praktycznej zaradności poprzez realizację bieżących prac porządkowych życia codziennego z wykorzystaniem odpowiednich środków czystości i zastosowania ich zgodnie z przeznaczeniem. 5. Usprawnianie umiejętności w zakresie praktycznej obsługi urządzeń AGD (żelazko, pralka automatyczna, odkurzacz, zmywarka wypararka). 	<p>Trening umiejętności praktycznych:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pogadanki, - burza mózgów, - mapa myśli, - grupowa dyskusja moderowana, - instruktaż i pokaz wykonywanych czynności, czynności oraz pod kierunkiem terapeuty, - powtarzanie czynności w celu utrwalenia zdobytych umiejętności, - gry i zabawy tematyczne. 	5	-	Terapeuta	5	<p>TRENING FUNKCJONOWANIA W CODZIENNYM ŻYCIU W TYM:</p> <p>PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO</p>	<p>Ze względu na urlop macierzyński i rodzicielski od 19.07.2021 do 17.07.2022 rok terapeuty zajęcia z treningu umiejętności praktycznych nie odbywały się i plan oraz miernik na rok 2022 zostaje przeniesiony do dalszej realizacji.</p>	0,00

<p>Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kształtowanie umiejętności planowania wydatków i zakupów według potrzeb. 2. Doskonalenie znajomości artykułów wykorzystywanych w życiu codziennym oraz ich cen. 3. Kształtowanie zasad racjonalnego dysponowania własnymi pieniędzmi. 4. Usprawnianie procesów myślowych i percepcji wzrokowej. 5. Ćwiczenia w liczeniu pieniędzy w różnym zakresie. 	<p>- zajęcia teoretyczne (pogadanki, prezentacje, dyskusje, opis, zagadki tematyczne, wykresianki, prezentacje multimedialne, „burza mózgów”, „mapa myśli”, zdania niedokończone, gry dydaktyczne i tematyczne).</p> <p>- zajęcia praktyczne (nauka, ćwiczenia, utrwalenie, inscenizacje, scenki symulacyjne).</p>	<p>5 -</p>	<p>Terapeuta</p>	<p>5</p>	<p>TRENING FUNKCJONOWANIA W CODZIENNYM ŻYCIU : TRENING GOSPODAROWANIA WŁASNYMI ŚRODKAMI FINANSOWYMI</p>	<p>5 osób</p>	<p>100,00</p>
<p>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Umiejętne zarządzanie czasem wolnym z uwzględnieniem indywidualnych zainteresowań poprzez zachęcanie uczestników do aktywnego sposobu spędzania czasu wolnego przy realizacji własnych pasji i zainteresowań poszerzający zakres umiejętności poprzez: czytanie krótkich opowiadań, czytanie codziennej prasy, tworzenie gazetek ściennych i okolicznościowych. 2. Rozwiązywanie krzyżówek, gry towarzyskie, wycieczki, spacer, spotkania, pogadanki, odpowiedni dobór form spędzania wolnego czasu, samodzielne organizowanie sobie czasu. 3. Rekreacja, terapia ruchem, ludoterapia, spotkania towarzyskie, kulturalne (kino, muzeum) imprezy okolicznościowe, urodziny, kiermasze, konkursy, zawody, spotkania integracyjne, Mikołajki, Walentynki, gry towarzyskie, stolikowe, wycieczki. 	<p>- rozwinięcie zainteresowań uczestników, - nabycie umiejętności zagospodarowania czasu wolnego, wyboru określonej aktywności własnej, - Przygotowywanie do korzystania z różnych form spędzania wolnego czasu (słuchanie muzyki, czytanych bajek lub opowiadań, oglądanie filmów, ilustrowanych książek, granie w gry stolikowe, zespołowe np. kręgle, zabawy i gry ruchowe</p>	<p>5 -</p>	<p>Pracownicy zespołu wspierająco - aktywnizującego</p>	<p>5</p>	<p>TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO</p>	<p>5 osób</p>	<p>100,00</p>

<p>Poradnictwo psychologiczne: 1. Psychologiczne spotkania indywidualne, 2. Psychologiczne zajęcia grupowe, 3. Pomoc psychologiczna w sytuacjach nagłego i silnego dyskomfortu psychologicznego.</p>	<p>- indywidualne rozmowy wspierające o charakterze wspierającym, - indywidualne rozmowy psychologiczne o charakterze wspierającym edukacyjnym, - indywidualne rozmowy psychologiczne w sytuacjach nagłego pogorszenia stanu psychicznego, - indywidualne rozmowy psychologiczne z elementami terapii psychologicznej, - spotkania grupowe mające na celu rozwijanie umiejętności społecznych, głównie umiejętności komunikowania się z innymi, nawiązywania i podtrzymywania kontaktów społecznych, wyrażania swoich emocji i potrzeb, - rozwiązywanie konfliktów, - spotkania grupowe mające na celu rozwijanie umiejętności rozpoznawania, nazywania oraz kontrolowania i oddeagowywania emocji.</p>	5	5	Psycholog	5	PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE	-	0,00
<p>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych: 1. Pomoc w postępowaniu przed organami administracji publicznej i wymiaru sprawiedliwości. 2. Doradztwo, udzielanie informacji. 3. Wypełnianie dokumentów, wniosków. 4. Pomoc w pisaniu pism, podań. 5. Kontakt i współpraca z pracownikami urzędów i instytucji, w sprawach uczestników. 6. Współpraca z rodzinami uczestników.</p>	<p>- pomoc w rozwiązywaniu problemów dnia codziennego w sferze urzędowej; -kontakt telefoniczny, kontakt osobisty, nawiązanie kontaktu z pracownikami instytucji; -uczestnik otrzyma wsparcie i wzmocnienie w zakresie poczucia własnej wartości.</p>	5	5	Pracownik socjalny	5	POMOC W ZAŁATWIANIU SPRAW URZĘDOWYCH	5 osób	100,00

<p>Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Współpraca z placówkami psychiatrycznej opieki zdrowotnej. 2. Współpraca z innymi placówkami opieki zdrowotnej. 3. Uwzględnianie i pilnowanie wizyt u lekarza. 4. Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia. 5. Wykształcenie umiejętności radzenia sobie z doświadczaniem choroby psychicznej. 6. Zapoznanie z zasadami bezpiecznego oraz zdrowego stylu życia. 7. Zapoznanie z podstawowymi zagadnieniami z zakresu anatomii człowieka. 8. Orientacja w schemacie ludzkiego ciała. 9. Utrwalanie zasad bezpiecznego korzystania ze sprzętu rehabilitacyjnego. 	<p>- Metody asymilacyjne, - prezentacje multimedialne, - scenki tematyczne.</p>	5	5 Rodzina, opiekunowie	Pracownik socjalny, terapeuta	5	POMOC W DOSTĘPIE DO NIEZBĘDNYCH ŚWIADCZEŃ ZDROWOTNYCH	5 osób	100,00
<p>Terapia ruchowa - trening ogólnousprawniający:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kształtowanie umiejętności współdziałania i współpracy w grupie. 2. Podnoszenie ogólnej sprawności organizmu poprzez różne formy aktywności ruchowej zgodnie z predyspozycjami i zainteresowaniami. 3. Wyrabianie nawyku prawidłowej postawy we wszystkich sytuacjach życia codziennego, przeciwdziałaniu nudzie i bezczynności. 4. Podnoszenie sprawności motoryki małej i dużej. 5. Turystyka piesza i rowerowa. 6. Praca w ogrodzie, nauka prac ogrodniczych z zastosowaniem różnego rodzaju narzędzi. 	<p>- ćwiczenia ogólnousprawniające, manualne, relaksacyjne, oddechowe, równoważne, ćwiczenia przy muzyce, gry i zabawy sportowe, spacer.</p>	5	-	Terapeuta	5	TERAPIA RUCHOWA-TRENING OGÓLNOUSPRAWNIAJĄCY	5 osób	100,00

<p>9</p> <p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Prowadzenie rozmów i grupowych dotyczących dbania o higienę osobistą i wygląd zewnętrzny (nauka wykonywania makijażu, pielęgnacja i modelowanie włosów, dłoni, stóp i twarzy). 2. Kształtowanie umiejętności cech moralnych takich jak życzliwość, sprawiedliwość, szacunek, koleżeńskość poprzez pomaganie innym. 3. Kształtowanie pokazywania różnorodnych sposobów rozwiązywania problemów interpersonalnych. 4. Wyrabianie umiejętności wspólnej zabawy i współpracy w grupie. 5. Ćwiczenia umiejętności budowania poczucia bezpieczeństwa i zaufania w kontaktach z innymi osobami ze społeczeństwa. 6. Kształtowanie umiejętności nazywania i adekwatnego wyrażania emocji, myśli i uczuć. 	<p>5 -</p> <p>- zajęcia teoretyczne (pogadanki, dyskusje, mini wykład, prezentacje, projekcje filmowe), - zajęcia praktyczne (nauka, ćwiczenia, utrwalenie, inscenizacja, symulacje), - zabawy integracyjne, zabawy związane z tematyką zajęć, praca w kręgu, rundka "burza mózgów", zadania niedokończone, odgrywanie scenek, ćwiczenia ruchowe.</p>	<p>5</p> <p>Terapeuta</p>	<p>TRENING UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNYCH I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW</p> <p>5 osób</p>	<p>100,00</p>
<p>10</p> <p>Pracownia komputerowo edukacyjna:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Doskonalenie umiejętności z zakresu podstawowej obsługi sprzętu komputerowego. 2. Wdrażanie zasad bezpiecznej pracy podczas obsługi sprzętu komputerowego. 3. Doskonalenie umiejętności tworzenia prac graficznych. 4. Doskonalenie umiejętności tworzenia dokumentów tekstowych. 5. Rozwijanie koordynacji wzrokowo ruchowej. 6. Zdobycie umiejętności korzystania z przegladarek internetowych. 7. Korzystanie z programów i gier edukacyjnych. 	<p>4 -</p> <p>- metoda asymilacji: pogadanka, wykład, dyskusja - instruktaż słowny oraz praktyczny, - karty pracy, - prezentacja multimedialna, - ćwiczenia praktyczne z wykorzystaniem sprzętu komputerowego i programów.</p>	<p>4</p> <p>Terapeuta</p>	<p>PRACOWNIA KOMPUTEROWO EDUKACYJNA</p> <p>4 osoby</p>	<p>100,00</p>

<p>Zajęcia plastyczne: 1. Pogłębianie wiedzy różnorodnymi technikami wykonywania prac plastycznych i rękodzieła: poprzez malarstwo, rysunek, rzeźbę, papieroplastykę, wykonywanie przedmiotów użytkowych, witraż. 2. Wzbogacenie zainteresowań, pasji oraz podniesienie sprawności manualnej. 3. Nabycie umiejętności praktycznych szycia ręcznego, szycie maszynowe, przyszywanie guzików, wyszycie serwetek i obrządków na ścianę, haftowanie, wykonywanie maskotek i poduszek, pranie i prasowanie wykonanych serwetek. 4. Poznanie i stosowanie bezpieczne narzędzi i dbania o nie, wdrażanie do ekonomicznego wykorzystywania materiałów do pracy. 5. Nabycie poczucia odpowiedzialności za swoje miejsce pracy i utrzymanie go w należytym porządku.</p>	<p>Zajęcia teoretyczne i praktyczne: - instruktaż z pokazem, poprzez obserwację, wyjęcia edukacyjne, prezentacje komputerowe, - instruktaż z pokazem, prezentacje komputerowe, schematy z czasopism i książek.</p>	<p>5 -</p>	<p>Instruktor d/s kulturalno oświatowych</p>	<p>5</p>	<p>ZAJĘCIA PLASTYCZNE</p>	<p>5 osób</p>	<p>100,00</p>
<p>Pracownia rękodziela i stolarska: 1. Konieczne, drobne prace konserwatorsko - remontowe. 2. Obróbka ręczna drewna.</p>	<p>- pokaz i instruktaż - realizacja z wyobraźni</p>	<p>3 -</p>	<p>Instruktor terapii zajęciowej</p>	<p>3</p>	<p>PRACOWNIA RĘKODZIEŁA I STOLARSKA</p>	<p>5 osób</p>	<p>100,00</p>
<p>Współpraca z rodzinami uczestników.</p>	<p>- spotkanie z rodzinami organizowane na terenie Domu Samopomocy, - wyjazdy integracyjne, w których uczestniczą członkowie rodzin, - kontakty telefoniczne i osobiste, - zaangażowanie rodziców w organizację wspólnych spotkań integracyjnych, udział w wycieczkach oraz w wyjazdach kulturoznawczych,</p>	<p>5 -</p>	<p>Pracownicy zespołu wspierająco aktywizującego.</p>	<p>5</p>	<p>WSPÓŁPRACA Z RODZINAMI UCZESTNIKÓW</p>	<p>5 osób</p>	<p>100,00</p>

<p>Trening umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cwiczenie umiejętności przekształcenia postawy z "nie umiem", "nie dam rady", na "mogę", "potrafię". 2. Nabywanie umiejętności nawiązywania relacji w grupie i środowisku lokalnym, zwracanie się o pomoc. 3. Kształtowanie zdolności identyfikacji różnicy między słuchaniem a usłyszeniem jako kluczowego elementu empatycznej komunikacji. 4. Wyrobienie umiejętności różnicowania zachowań asertywnych, uległych i agresywnych w porozumiewaniu się. 5. Kształtowanie zdolności porozumiewania się w sposób werbalny i pozawerbalny z uwzględnieniem alternatywnych i wspomagających metod komunikacji. 	<p>- praca w kregu, grupach, indywidualnie; - psychodrama; - gry i zabawy; - burza mózgów; - dyskusja.</p>	1	-	Terapeuta	1	<p>TRENING UMIEJĘTNOŚCI KOMUNIKACYJNYCH Z WYKORZYSTANIEM ALTERNATYWNYCH I WSPOMAGAJĄCYCH SPOSOBÓW POROZUMIEWANIA SIĘ</p>	1 osoba	100,00
<p>Pracownia techniczna:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Utrwalanie umiejętności dbania o porządek na zewnątrz domu samopomocy. (grabienie liści, zbieranie szyszek, zamiatanie połbruku). 2. Utrwalanie wiadomości dotyczących obsługi maszyn sprzątających (szorowaki i maszyny do zamiatania) 3. Doskonalenie umiejętności wykonywania prostych remontów w Domu Samopomocy (malowanie ścian, szpachlowanie). 4. Doskonalenie umiejętności koszenia trawy przy wykorzystaniu kosiarki spalinowej, oraz nabycie umiejętności korzystania z podkosiarki spalinowej. 5. Współpraca z innymi pracownikami. (pomoc przy wykonywaniu okresowych ozdób). 	<p>- poznanie nazw i zastosowania narzędzi, - poznanie różnych technik, - ćwiczenia utrwalające</p>	5	-	Opiekun	5	PRACOWNIA TECHNICZNA	5 osób	100,00

DYREKTOR

Pracownia Techniczna
Domu Samopomocy
w Łaziskach

Marian Adam Szustarek STAROSTA