

Tabela 3. PROGRAM DZIAŁALNOŚCI NA ROK 2022 dla osób z niepełnosprawnością intelektualną - B

OWIĄSTOWY ŚRODOWISKO
DOM SAMOPOMOCY
w Łaznolach
ŁAZNIE 23-16-010-00-01

Załącznik Nr. 3
do Uchwały Nr 865/2022
Zarządu Powiatu Białostockiego
z dnia 18. stycznia 2022 r.

Zadania zaplanowane do realizacji w 2022 r.	Sposób realizacji	Liczba osób objętych oddziaływaniami	Jednostki współuczestniczące 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.	Stopień 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"> Nauka operowania nożem kuchennym (obieranie, krojenie). Nauka nakrywania stołów do posiłku. Nauka sporządzania prostych posiłków. Nauka dokładnego mycia naczyń stołowych i drobnego sprzętu kuchennego. <p>b) pracownia gospodarstwa domowego:</p> <ol style="list-style-type: none"> Usprawnianie umiejętności w zakresie praktycznej obsługi urządzeń AGD (żelazko, pralka automatyczna, odkurzacz, zmywarka, wyparzararka). Poprawa praktycznej zaradności poprzez realizację bieżących prac porządkowych życia codziennego z wykorzystaniem odpowiednich środków czystości i zastosowania ich zgodnie z przeznaczeniem. Kształtowanie postawy proekologicznej z uwzględnieniem zasad właściwej segregacji odpadów. Rozbudzanie motywacji do systematycznej opieki nad roślinami doniczkowymi. Nabywanie/ Doskonalenie praktycznych umiejętności związanych z szyciem ręcznym: nawlekanie igły, zszywanie, przyszywanie guzików. Rozwijanie przydatnych nawyków higienicznych związanych z dbaniem o wygląd zewnętrzny przy użyciu przyborów i kosmetyków pielęgnacyjnych. 	<p>Trening kulinarny:</p> <ul style="list-style-type: none"> zajęcia teoretyczne (pogadanki, prezentacje), zajęcia praktyczne (instruktaż z pokazem), trenowanie, nauka, utrwalanie. <p>Trening umiejętności praktycznych:</p> <ul style="list-style-type: none"> pogadanki, burza mózgów, mapa myśli, grupowa dyskusja moderowana, instruktaż i pokaz wykonywanych czynności, samodzielna realizacja czynności oraz pod kierunkiem terapeuty, powtarzanie czynności w celu utrwalenia zdobytych umiejętności, gry i zabawy tematyczne. 	31	-	Opiekun	31	<p>TRENING FUNKCJONOWANIA W CODZIENNYM ŻYCIU W TYM:</p> <p>PRACOWNIA KULINARNA</p> <p>Z powodu pandemii COVID-19 zajęcia w pracowni kulinarnej nie odbywały się.</p>	31 osób	0,00
<ol style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> proekologicznej z uwzględnieniem zasad właściwej segregacji odpadów, Rozbudzanie motywacji do systematycznej opieki nad roślinami doniczkowymi. Nabywanie/ Doskonalenie praktycznych umiejętności związanych z szyciem ręcznym: nawlekanie igły, zszywanie, przyszywanie guzików. Rozwijanie przydatnych nawyków higienicznych związanych z dbaniem o wygląd zewnętrzny przy użyciu przyborów i kosmetyków pielęgnacyjnych. 		31	-	Terapeuta	31	<p>TRENING FUNKCJONOWANIA W CODZIENNYM ŻYCIU W TYM:</p> <p>PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO</p>	31 osób	100,00

<p>Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Doskonalenie znajomości artykułów wykorzystywanych w życiu codziennym oraz ich cen. 2. Utrwalanie pisowni liter, cyfr i nazewnictwa ich oraz czytanie w prowadzonym treningu. 3. Nabywanie wiedzy z zakresu wartości pieniądza i podstawowych pojęć ekonomicznych. 4. Kształtowanie zasad racjonalnego dysponowania własnymi pieniędzmi. 5. Usprawnianie procesów myślowych i percepcji wzrokowej. 6. Ćwiczenia w liczeniu pieniędzy w różnym zakresie. 7. Kształtowanie umiejętności planowania wydatków i zakupów według potrzeb. 8. Utrwalanie umiejętności posługiwania się kalendarzem oraz zegarem. 	<p>-</p>	<p>31</p>	<p>Terapeuta</p>	<p>31</p>	<p>TRENING FUNKCJONOWANIA W CODZIENNYM ŻYCIU : TRENING GOSPODAROWANIA WŁASNYMI ŚRODKAMI FINANSOWYMI</p>	<p>31 osób</p>	<p>100,00</p>
--	----------	-----------	------------------	-----------	---	----------------	---------------

<p>Trening umiejętności spędzania czasu wolnego:</p> <ol style="list-style-type: none"> Umiejętne zarządzanie czasem wolnym z uwzględnieniem indywidualnych zainteresowań uczestników do aktywnego sposobu spędzania czasu własnych pasji i zainteresowań poszerzający zakres umiejętności poprzez: czytanie krótkich opowiadań, czytanie codziennej prasy, tworzenie gazetek ściennych i okolicznościowych, rozwiązywanie krzyżówek, gry towarzyskie, wycieczki, spacer, spotkania, pogadanki, odpowiedni dobór form spędzania wolnego czasu, samodzielne organizowanie sobie czasu. Rekreacja, terapia ruchem i judoterapia, spotkania towarzyskie, kulturalne (kino, muzeum) imprezy okolicznościowe ,urodziny, kiermasze, konkursy, zawody, spotkania integracyjne. Mikodajki, Walentynki, gry towarzyskie, stolikowe, wycieczki. 	<p>- rozwiniecie 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. kregle, zabawy i gry ruchowe</p>	<p>31 -</p>	<p>Pracownicy zespołu wspierająco - aktywnizującego</p>	<p>31</p>	<p>TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO</p>	<p>31 osób</p>	<p>100,00</p>
<p>Poradnictwo Psychologiczne:</p> <ol style="list-style-type: none"> Psychologiczne spotkania indywidualne, Psychologiczne spotkania grupowe, Pomoc psychologiczna w sytuacjach nagłego i silnego dyskomfortu psychologicznego. 	<p>- indywidualne rozmowy psychologiczne o charakterze wspierająco-odreagowującym, - indywidualne rozmowy psychologiczne o charakterze wspierająco 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, rozwiązywania konfliktów, - spotkania grupowe mające na celu rozwijanie umiejętności rozpoznawania, nazywania oraz kontrolowania i odreagowywania emocji.</p>	<p>31 -</p>	<p>Psycholog</p>	<p>31</p>	<p>PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE</p>	<p>-</p>	<p>0,00</p>

<p>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych:</p> <ol style="list-style-type: none"> 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>- pomoc w rozwiązywaniu problemów dnia codziennego w sferze urzędowej;</p> <p>-kontakt telefoniczny, kontakt osobisty, nawiązanie kontaktu z pracownikami instytucji;</p> <p>-uczestnik otrzyma wsparcie i wzmocnienie w zakresie poczucia własnej wartości.</p>	<p>31</p> <p>- PCR, GOPS, MOPS - Bank - Poczta</p>	<p>Pracownik socjalny</p> <p>31</p>	<p>POMOC W ZAŁATWIANIU SPRAW URZĘDOWYCH</p> <p>22 osoby</p>	<p>100,00</p>
<ol style="list-style-type: none"> 7. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych: 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,</p> <p>- prezentacje multimedialne,</p> <p>- scenki tematyczne.</p>	<p>31</p> <p>Rodzina, opiekunowie</p>	<p>Pracownik socjalny, terapeuta</p> <p>31</p>	<p>POMOC W DOSTĘPIE DO NIEZBĘDNYCH ŚWIADCZEŃ ZDROWOTNYCH</p> <p>31 osób</p>	<p>100,00</p>

<p>8</p> <p>Terapia ruchowa - trening ogólnosprawniający:</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>31 -</p>	<p>31</p>	<p>terapeuta</p>	<p>31</p>	<p>TERAPIA RUCHOWA- TRENING OGOLNOSPRAWNIAJACY</p>	<p>31 osób</p>	<p>100,00</p>
<p>9</p> <p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nauka umiejętności budowania poczucia bezpieczeństwa i zaufania w kontaktach z innymi osobami ze społeczeństwa. 2. Ćwiczenie pokazywania różnorodnych sposobów interpersonalnych. 3. Prowadzenie rozmów i grupowych dotyczących dbania o higienę osobista i wygląd zewnętrzny (nauka wykonywania makijażu, pielęgnacja i modelowanie włosów, dłoni, stóp i twarzy). 4. Zajęcia z choreoterapii fizyczną, udoskonalające wrażliwość, poprzez ruch swojego ciała z możliwością wyrażania swoich emocji i nastrojów. 5. Nauka umiejętności cech moralnych takich jak życzliwość, sprawiedliwość, szacunek, koleżeństwo poprzez pomaganie innym. 6. Nauka umiejętności wspólnej zabawy i współpracy w grupie. 7. Ćwiczenie umiejętności nazywania i adekwatnego wyrażania emocji, myśli i uczuć. 	<p>31 -</p>	<p>31</p>	<p>Terapeuta</p>	<p>31</p>	<p>TRENING UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNYCH I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW</p>	<p>31 osób</p>	<p>100,00</p>

<p>Pracownia komputerowo edukacyjna: 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. Zdobywanie umiejętności korzystania z przeglądarek internetowych. 7. Korzystanie z programów i gier edukacyjnych.</p>	<p>- metoda asymilacji: pogadanka, wykład, dyskusja - instruktaż słowny oraz praktyczny, - karty pracy, - prezentacja multimedialna, - ćwiczenia praktyczne z wykorzystaniem sprzętu komputerowego i programów.</p>	29	Terapeuta	29	PRACOWNIA KOMPUTEROWO EDUKACYJNA	28 osób	100,00
<p>Zajęcia plastyczne: 1. Rozwijanie aktywności twórczej różnorodnymi technikami wykonywania prac plastycznych i rękodzieła: malarstwo, rysunek, rzeźba, papieroplastyka, wykonywanie przedmiotów użytkowych, witraż. 2. Podnoszenie zainteresowań i poprawa motoryki małej. 3. Kształtowanie umiejętności szycia ręcznego, szycia maszynowego, przyszywanie guzików, wyszywanie serwetek i obrządków na ścianę, haftowanie, wykonywanie maskotek i poduszek, pranie i prasowanie wykonanych serwetek. 4. Wdrażanie do ekonomicznego wykorzystywania materiałów do pracy, prawidłowe i bezpieczne operowanie narzędziami. 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, wyjścia edukacyjne, prezentacje komputerowe, - instruktaż z pokazem, prezentacje komputerowe, schematy i książek.</p>	31	Instruktor d/s kulturalno oświatowych	31	ZAJĘCIA PLASTYCZNE	31 osób	100,00
<p>Pracownia rękodzieła i stolarska: 1. Nauka sposobów formowania ceramiki. 2. Właściwe użycie elektronarzędzi. 3. Działania na rzecz podnoszenia estetyki obiektu.</p>	<p>- pokaz techniki realizacji - instruktaż BHP - praktyczna realizacja</p>	31	Instruktor terapii zajęciowej	31	PRACOWNIA RĘKODZIEŁA I STOLARSKA	31 osób	100,00

13	Współpraca z rodzinami uczestników.	<ul style="list-style-type: none"> - 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, 	31	Pracownicy zespołu wspierająco aktywizującego.	31	WSPÓŁPRACA Z RODZINAMI UCZESTNIKÓW	31 osób	100,00
14	<p>Trening umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nabywanie umiejętności nawiązywania relacji w grupie i środowisku lokalnym, zwracanie się o pomoc. 2. Kształtowanie zdolności porozumiewania się w sposób werbalny i pozawerbalny z uwzględnieniem alternatywnych i wspomagających metod komunikacji. 3. Cwiczenie umiejętności przekształcenia postawy z "nie umiem", "nie dam rady", na "mogę", "potrafię". 4. Kształtowanie zdolności identyfikacji różnicy między słuchaniem a usłyszeniem jako kluczowego elementu empatycznej komunikacji. 5. Wyrobienie umiejętności rozróżniania zachowań asertywnych, uległych i agresywnych w porozumiewaniu się. 	<ul style="list-style-type: none"> - praca w kręgu, grupach, indywidualnie; - psychodrama; - gry i zabawy; - burza mózgów; - dyskusja. 	14	Terapeuta	14	TRENING UMIEJĘTNOŚCI KOMUNIKACYJNYCH Z WYKORZYSTANIEM ALTERNATYWNYCH I WSPOMAGAJĄCYCH SPOSOBÓW POROZUMIEWANIA SIĘ	14 osób	100,00

<p>Pracownia techniczna: 1. Zapoznanie się z zasadami bezpiecznego korzystania z kosiarek spalinowych, oraz zasadami bezpiecznego koszenia trawy. 2. Doskonalenie umiejętności koszenia trawy przy wykorzystaniu kosiarki spalinowej, oraz nabycie umiejętności korzystania z pod kosiarki spalinowej. 3. Doskonalenie umiejętności wykonywania prostych remontów w Domu Samopomocy (malowanie ścian, szpachlowanie). 4. Utrwalanie umiejętności dbania o porządek na zewnątrz domu samopomocy. (grabienie liści, zbieranie szyszek, zamiatanie polbruku). 5. Współpraca z innymi pracownikami. (pomoc przy wykonywaniu okresowych ozdób).</p>	<p>- poznawanie nazw i zastosowania narzędzi, - poznawanie różnych technik, - ćwiczenia utrwalające</p>	<p>31</p>	<p>Opiekun</p>	<p>31 osób</p>	<p>PRACOWNIA TECHNICZNA</p>	<p>100,00</p>
--	---	-----------	----------------	----------------	-----------------------------	---------------

DYREKTOR
 Powiatowego Środowiskowego
 Domu Samopomocy
 w Łazimach
Marian Adam Sacharewicz

STAROSTA
Jan Bolesław Perkowski