

PLAN PRACY ŚDS W SOLCU KUJAWSKIM – 2017 ROK

z dnia 30 grudnia 2016 r.

LP	FORMA PRACY	CELE ODDZIAŁYWAN TERAPEUTYCZNYCH	ADRESACI	IŁOŚĆ GODZIN	OSOBA PROWADZĄCA
1.	Trening funkcjonowania w codziennym życiu				
1.1.	Trening higieniczny i dbałości o wygląd zewnątrzny	<ul style="list-style-type: none">-zmiana nawyków higienicznych-wyrobienie nawyku dbania o higienę osobistą i wygląd zewnętrzny-zachęcanie do przenoszenia wyrobionych nawyków higienicznych poza placówkę-zdobycie podstawowych umiejętności i wiadomości związanych z dbaniem o wygląd i higienę osobistą-wdrażanie do samodzielności w zakresie samopielęgnacji-wyrobienie umiejętności właściwego korzystania i stosowania środków kosmetycznych i higienicznych-nabycie umiejętności dbania o higienę osobistą-poprawa wyglądu zewnętrznego-wdrażanie do samodzielności	<ul style="list-style-type: none">Grupa AGrupa BGrupa C	<ul style="list-style-type: none">150 h150 h100 h	<ul style="list-style-type: none">Opiekun (pielęgniarka)Opiekun (pielęgniarka)Opiekun (pielęgniarka)

1.2.	Trening aktywnego udziału we własnym leczeniu	<ul style="list-style-type: none"> -nauka radzenia z symptomami choroby -pomoc w zaakceptowaniu potrzeby systematycznego przyjmowania leków -edukacja z zakresu farmakoterapii 	Grupa A	200 h	Opiekun (pielęgniarka)
		<ul style="list-style-type: none"> -zachęcanie do czynnego udziału w leczeniu farmakologicznym -nabycie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych -uświadomienie korzyści płynących z dbania o ogólny stan zdrowia 	Grupa B	200 h	Opiekun (pielęgniarka)
		<ul style="list-style-type: none"> -edukacja z zakresu farmakoterapii -utrzymywanie lub intensyfikowanie zachowań prozdrowotnych -poprawa jakości życia 	Grupa C	100 h	Opiekun (pielęgniarka)
1.3.	Trening kulinarny	<ul style="list-style-type: none"> -nauka zasad zdrowego żywienia -wdrażanie do samodzielnego przygotowania posiłku -zachęcanie do racjonalnego dokonywania zakupów i racjonalnych zachowań konsumenckich 	Grupa A	400 h	Kucharka
		<ul style="list-style-type: none"> -nauka przygotowywania różnego typu prostych posiłków -nauka samodzielnego doboru produktów spożywczych do przygotowywanych potraw -nauka postępowania się narzędziami i 	Grupa B	400 h	Kucharka

<p>1.4. Trening umiejętności praktycznych</p>	<p>urządzeniami kuchennymi</p> <ul style="list-style-type: none"> -nauka przygotowywania prostych posiłków -wdrażanie do samoobsługi podczas jedzenia -wdrażanie do racjonalnych zakupów żywnościowych -poprawa sprawności manualnej -zwiększanie zakresu niezależności w codziennym życiu -kształtowanie nowych i usprawnianie posiadanych umiejętności praktycznych -nabycie umiejętności praktycznych potrzebnych w codziennym życiu -rozwój intelektualny -kształtowanie cierpliwości, wytrwałości i poczucia odpowiedzialności za wykonywaną pracę -poznanie podstawowych narzędzi przy naprawach domowych -powiększenie zakresu niezależności -wzmacnianie poczucia własnej wartości 	<p>Grupa C</p>	<p>200 h</p>	<p>Kucharka</p>
		<p>Grupa A</p>	<p>1000 h</p>	<p>Instruktorzy terapii zajęciowej</p>
		<p>Grupa B</p>	<p>1000 h</p>	<p>Instruktorzy terapii zajęciowej</p>
		<p>Grupa C</p>	<p>1000 h</p>	<p>Instruktorzy terapii zajęciowej</p>

1.5. Trening gospodarowania własnymi zasobami finansowymi	<p>-poznanie sposobów racjonalnego gospodarowania własnymi środkami finansowymi</p> <p>-nauka planowania miesięcznych wydatków</p> <p>-zakupy oraz trudności z nimi związane</p> <p>-wdrażanie do samodzielności finansowej</p> <p>-trudności związane z zakupami</p> <p>-nauka wypełniania druków płatniczych</p>	Grupa A	80 h	Pedagog
	<p>-nauka wyznaczania realistycznych celów finansowych</p> <p>-sposoby gospodarowania pieniędzmi</p> <p>-trudności podczas planowania i dokonywania zakupów</p>	Grupa B	80 h	Pedagog
		Grupa C	40 h	Pedagog
2.	<p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów</p>	Grupa A	50 h	Psycholog
	<p>-przełamywanie lęków społecznych i izolacji społecznej</p> <p>-poprawa ilości i jakości interakcji społecznych</p> <p>-nabycie umiejętności rozwiązywania problemów</p> <p>-poprawa relacji interpersonalnych</p> <p>-poprawa jakości życia społecznego</p> <p>-nabycie umiejętności rozwiązywania trudnych sytuacji życiowych</p>	Grupa B	50 h	Psycholog

		<ul style="list-style-type: none"> -systemy postrzegania świata – wzrokowy, słuchowy, kinestetyczny -podstawy dobrego kontaktu -nabywanie umiejętności rozwiązywania sytuacji trudnych i konfliktowych -wdrażanie do podejmowania aktywności kulturalnej -poszerzanie swoich zainteresowań -zmiana postrzegania rzeczywistości jako środowiska przyjaznego do samorozwoju 	Grupa C	12 h	Psycholog
3.	Trening umiejętności spędzania wolnego czasu	<ul style="list-style-type: none"> -stymulowanie rozwoju -eliminowanie zjawiska nudy i monotoni z życia osoby niepełnosprawnej intelektualnie -nauczenie aktywnego spędzania wolnego czasu -przelamywanie bierności -dążenie do samorealizacji i samowyróżnienia się -zwiększenie niezależności w życiu codziennym 	Grupa B Grupa C	400 h 362 h	Zespół Wspierający – Aktywizujący
4.	Poradnictwo psychologiczne	<ul style="list-style-type: none"> -poprawa funkcjonowania psychospołecznego -podejmowanie aktywności społecznej adekwatnie do swoich ograniczeń i możliwości -nabywanie umiejętności radzenia sobie w 	Grupa A	150 h	Psycholog

	<p>trudnych sytuacjach społecznych</p> <ul style="list-style-type: none"> -zachęcanie do podejmowania aktywności celowej -wdrażanie do rozwiązywania trudnych sytuacji życiowych -zachęcanie do funkcjonowania w oparciu o własne możliwości -poprawa relacji w rodzinie -nauka radzenia sobie ze stresem -wspieranie w trudnych sytuacjach życiowych 	<p>Grupa B</p>	<p>150 h</p>	<p>Psycholog</p>
	<ul style="list-style-type: none"> -poprawa relacji w rodzinie -nauka radzenia sobie ze stresem -wspieranie w trudnych sytuacjach życiowych 	<p>Grupa C</p>	<p>100 h</p>	<p>Psycholog</p>
5.	<p>Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych</p>	<p>Grupa A</p>	<p>80 h</p>	<p>Pedagog</p>
	<ul style="list-style-type: none"> -nauka oraz pomoc w wypełnianiu druków urzędowych -zachęcanie do samodzielności w załatwianiu spraw urzędowych -poprawa odbioru społecznego osób z zaburzeniami psychicznymi -psychoedukacja w zakresie praw przysługujących osobom niepełnosprawnym -motywowanie do samodzielności -wdrażanie do aktywności w środowisku lokalnym 	<p>Grupa B,C</p>	<p>80 h</p>	<p>Pedagog</p>

6.	<p>Trening poznawczy</p> <p>Podtrzymywanie umiejętności szkolnych</p> <p>Trening poznawczy</p>	<p>-praca nad zmianą pesymistycznych przekonań -nauka realistycznego myślenia -poprawa sprawności funkcji intelektualnych</p> <p>-stymulowanie rozwoju intelektualnego -funkcjonowanie w oparciu o własne możliwości -poznanie swoich mocnych stron</p> <p>-ćwiczenie zdolności językowych -praca nad poprawą pamięci krótkotrwałej i długotrwałej -poprawa jakości życia</p>	<p>Grupa A</p> <p>Grupa B</p> <p>Grupa C</p>	<p>300 h</p> <p>300 h</p> <p>150 h</p>	<p>Pedagog, psycholog</p> <p>Pedagog</p> <p>Pedagog, psycholog</p>
7.	<p>Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych</p>	<p>-wytrobienie i podtrzymanie nawyku korzystania z pomocy lekarzy specjalistów -pomoc w zakupie leków i dostępie do lekarzy specjalistów -wytrobienie umiejętności poruszania się po placówkach specjalistycznych</p> <p>-wytrobienie nawyku dbania o własne zdrowie -nabywanie umiejętności szukania pomocy u lekarzy specjalistów -zaakceptowanie niepełnosprawności, minimalizowanie skutków</p>	<p>Grupa A</p> <p>Grupa B</p>	<p>52 h</p> <p>52 h</p>	<p>Opiekun (pielęgniarka)</p> <p>Opiekun (pielęgniarka)</p>

		<ul style="list-style-type: none"> -nauka i pomoc w rejestrowaniu do lekarzy specjalistów -monitorowanie przebiegu leczenia, przypominanie o terminach wizyt -nauka i pomoc w poruszaniu się w placówkach medycznych 	Grupa C	52 h	Opiekun (pielęgniarka)
8.	Terapia ruchowa	<ul style="list-style-type: none"> -zaktywizowanie do ćwiczeń fizycznych -uczenie odpowiedzialności jednostki za wynik zespołu -zachęcanie do nowej formy – gry interaktywne, ruchowe -zachęcanie do czynnego spędzania wolnego czasu 	Grupa A,B,C	862 h	Instruktorzy terapii zajęciowej, opiekun, kucharka
9.	Trening relaksacyjny	<ul style="list-style-type: none"> -nauka radzenia sobie ze stresem -nauka prostych technik relaksacyjnych -nauka zmniejszania napięcia mięśniowego i emocjonalnego -ćwiczenia podnoszące ogólną sprawność ruchową i zwiększające zakres ruchu -poprawa jakości życia -kształtowanie umiejętności bezpiecznego rozładowywania napięcia emocjonalnego, wyrażania emocji -nauka orientacji w schemacie swojego 	Grupa A,B	40 h	Psycholog
			Grupa C	32 h	Psycholog

		ciała, kształtowanie świadomości ciała -indukowanie pozytywnych stanów emocjonalnych, rozwijanie zdolności wyobraźniowych				
10.	Przygotowanie do uczestnictwa w WTZ lub podjęcia zatrudnienia w tym warunkach pracy chronionej na przystosowanym rynku pracy	-aktywizowanie do podjęcia zatrudnienia -nauka pisania niezbędnych dokumentów potrzebnych do podjęcia pracy -utrzymanie zatrudnienia -zapoznanie z różnymi sposobami szukania pracy- -nauka aktywnego szukania pracy -dostosowanie do swoich możliwości -wdrażanie do samodzielności	Grupa A Grupa B	15 h 15 h	Pedagog Pedagog	
		-dążenie do samodzielności w zaspokajaniu swoich podstawowych potrzeb życiowych -nauka pisania życiorysu -podejmowanie aktywności zawodowej na miarę swoich indywidualnych możliwości i ograniczeń	Grupa C	10 h	Pedagog	

