

74-4242/17

ZARZĄDZENIE NR.....
PREZYDENTA MIASTA GLIWICE
z dnia.....2017
16 marec

w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy na rok 2017 Środowiskowego Domu Samopomocy w Gliwicach.

Na podstawie art.18 ust. 1 ustawy o samorządzie gminnym (t.j. Dz. U. z 2016 r. poz. 446 z późn. zm.), § 4 ust. 2 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2010 r., Nr 238, poz. 1586, z późn. zm.) oraz § 5 ust. 5 i 6 Statutu Środowiskowego Domu Samopomocy w Gliwicach wprowadzonego uchwałą Rady Miasta Gliwice nr II/22/2014 z dnia 18 grudnia 2014 r. z późn. zm. w sprawie wyodrębnienia Środowiskowego Domu Samopomocy ze struktur Ośrodka Pomocy Społecznej w Gliwicach i utworzenia nowej jednostki organizacyjnej m. Gliwice oraz nadaniem jej statutu

zarządza się, co następuje:

- § 1. Zatwierdzić Plan Pracy na rok 2017 Środowiskowego Domu Samopomocy w Gliwicach uzgodniony z Wojewodą Śląskim, stanowiący załącznik nr 1 do niniejszego zarządzenia.
- § 2. Wykonanie zarządzenia oraz okresowy przegląd, aktualizację i wydanie tekstu jednolitego powierzyć dyrektorowi Środowiskowego Domu Samopomocy w Gliwicach.
- § 3. Nadzór nad wykonaniem zarządzenia sprawuję osobiście.
- § 4. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.
- § 5. Zarządzenie podlega publikacji w Biuletynie Informacji Publicznej.

Zastępca Prezydenta Miasta
Krystian Tomala

Naczelnik Wydziału
Zdrowia i Spraw Społecznych

Paweł Staszek

RADCA PRAWNY

DYREKTOR
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Gliwicach
Magdalena Jurobina

Tomasz Miłynarczyk
09.03.17r.

Załącznik nr 1 do zarządzenia nr...

Prezydenta Miasta Gliwice z dnia...

7M-4242/17
16.03.2017

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU
SAMOPOMOCY
W GLIWICACH ROK 2017**

TRENING KULINARNY

Wzrostowy, indywidualny, grupowy, typy A, B

<p>SPOSÓB REALIZACJI</p>	<p>Nauka samodzielnego lub w asyście terapeuty przygotowywania potraw -zup, drugiego dania, dań jednogarnkowych, kanapek.</p> <p>Nauka przygotowania ciepłych i zimnych napoi, nauka higieny pracy podczas przygotowania posiłków, nabywanie umiejętności związanych z przygotowaniem potraw na specjalne okazje- Boże Narodzenie, Wielkanoc-nauka gotowania dań podtrzymujących tradycje świąteczne.</p> <p>Nauka promująca zdrowy styl odżywiania-dobór diety do poszczególnych schorzeń (dieta dla osób zagrożonych nowotworem, antycholesterolowa, dla osób z podniesionym poziomem cukru we krwi).</p> <p>Edukacja związana z odpowiednim przetwarzaniem i przechowywaniem żywności.</p> <p>Nauka wydobycia z owoców i warzyw jak największej ilości witamin.</p> <p>Nauka przygotowywania ciast, ciasteczek, tortów, przygotowanie powideł, dżemów i kompotów.</p> <p>Treningi służą także nabywaniu i utrwalaniu znajomości savoir-vivre'u- w tym umiejętność zachowania się przy stole, posługiwanie się i odpowiedniego doboru sztućców, nauka odpowiedniej dekoracji stołu i potraw, nauka serwowania potraw przywileje gości oraz obowiązki gospodarza.</p> <p>Uczestnicy zajęć nabywają umiejętność samodzielnego obsługiwanie drobnego sprzętu AGD.</p> <p>Trening Kulinarne odbywa się w pracowni kulinarnej, uczestnicy podzieleni są na małe grupy, tak, aby każdy miał okazję do aktywnego uczestnictwa w zajęciach. W ramach promowania zdrowego odżywiania, będziemy przypominać o prostych potrawach, których podstawą są kasze-jaglana, gryczana, jęczmienna połączone z warzywami o jak najmniejszym stopniu przetworzenia. Z powodu powiększającej się liczby uczestników zagrożonych miażdżycą, cukrzycą, nadciśnieniem, zwracamy też uwagę na zmniejszenie ilości spożywanego cukru i soli w potrawach. Promujemy, zapoznajemy z ziołami i całym bogactwem naturalnych smaków.</p> <p>Kolorowa sałatka: Wiosenna, świąteczna, z makaronem</p> <p>Ciasto np. Marchewkowe Murzynek, Owocowe</p> <p>Małe co nieco: Budyń Kisiel, Kaszka</p> <p>Przekąski: Ciasteczka kanapeczki,</p> <p>Szybki obiad: warzywa na patelni, ryż z warzywami</p>
<p>METODY</p>	<p>Metody dostosowane do przyjętej tematyki zajęć zgodnej z planem pracy. Instrukcja, demonstracja, wielokrotne powtarzanie czynności, utrwalanie czynności, wielokrotnie wdrażana metoda praktycznego działania.</p> <p>Trening praktyczny:</p> <ul style="list-style-type: none"> > zajęcia w grupie, > pogadanki, > demonstracja czynności, > wielokrotne ćwiczenia i powtarzanie czynności, > praca z książką
<p>OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW</p>	<p>Uczestnicy potrafią korzystać z przepisów kulinarnych, samodzielnie lub z pomocą terapeuty przygotowują posiłki -kanapki, zupy, dania jednogarnkowe, drugie dania-w zależności od indywidualnych możliwości poszczególnych osób. Potrafią dobierać odpowiednią dietę, układać jadłospis, wybierać odpowiednie produkty. Nie mają problemu z posługiowaniem się sztućcami, potrafią zmywać, sprzątać po posiłkach, zadbać o czystość pomieszczeń w których posiłki były przygotowane. Są zaznajomieni ze sposobami przechowywania żywności. Pielęgnują tradycje świąteczne poprzez przygotowanie tradycyjnych potraw.</p> <p>Uczestnik zna i stosuje terminy szczypta, garść, łyżka, łyżeczka, 1kg, 1l, 2sztuki, 0,5 szklanki, szaszetka; potrafi stosować poszczególne proporcje, potrafi wymienić i nazwać poszczególne składniki potrawy, potrafi nazwać poszczególne przyrządy oraz narzędzia potrzebne do przygotowania posiłku</p> <p>potrafi przygotować się do pracy oraz swoje stanowisko (higiena, fartuchy), uczy się dokładności w zmywaniu oraz sprzątanlu po skończonej pracy, zwraca uwagę na terminy ważności produktów, uczy się pomagać innym w zaistniałych sytuacjach, uczy się dzielić z innymi uczestnikami, stosuje zwroty grzecznościowe, potrafi obsługiwać sprzęt agd</p>

TRENING BUDŻETOWY*przeznaczony dla uczestników typu AB*

SPOSÓB REALIZACJI	<p>Nauka planowania zakupów z uwzględnieniem posiadanych środków, miesięcznego budżetu z uwzględnieniem zakupu żywności, opłacenia rachunków. Nabycie umiejętności sporządzania listy zakupów, wartościowania potrzeb, zapisywania swoich wydatków, dzielenia sumy na każdy dzień, tygodnie. Planowanie zakupów na weekend. Nauka sposobów jak nie ulegać chwytom reklamowym. Nauka korzystania z bankomatu. Nabycie umiejętności oszczędzania środków finansowych, uzyskania informacji na temat posiadania konta w banku; bezpiecznego przechowywania pieniędzy. Nabycie umiejętności samodzielnego realizowania opłat. Uświadomienie możliwości kradzieży, sposoby zabezpieczenia przed zagrożeniem, szczególnie w miejscach zaludnionych.</p> <p>Kształtowanie umiejętności planowania zakupów Kształtowanie umiejętności oszczędnego gospodarowania pieniędzmi Kształtowanie umiejętności określania cen produktów Rozróżniania kosztów stałych i kosztów zmiennych Zwracanie uwagi na potrzeby niezbędne nam do życia Eliminowanie złych nawyków podczas robienia zakupów Na co zwracamy szczególną uwagę podczas zakupów Nabywanie wiedzy o dostępnych nominałach pieniędzy oraz nauka rozróżniania ich. Uwrażliwienie na zwracanie uwagi na podstawowe potrzeby podczas zakupów Nauka korzystania z sklepu samoobsługowego, wielobranżowego, mięsnego</p>
METODY	Trening praktyczny, instruktaż słowny, opowiadanie, pogadanka, dyskusja, praca z książką; demonstrowanie czynności. Praca na materiałach pomocniczych.
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<p>Dzięki treningowi uczestnicy samodzielnie robią zakupy, planują miesięczne wydatki, potrafią ustrzec się przed kradzieżą, mają możliwość założenia konta w banku i korzystania z bankomatu.</p> <p>Uczestnik uczy się, racjonalnego planowania zakupów, rozróżnia koszty stałe od kosztów zmiennych, potrafi określić ceny i porównywać je z produktami w innych sklepach, używa zwrotów grzecznościowych, orientuje się w jakich miejscach znajduje się produkt, którego szuka, wie jak przygotować się do zakupów i o czym należy pamiętać</p> <p>Uczestnicy znają bądź orientują się w wartości nominałów, samodzielnie lub w asyście robią zakupy, umieją przygotować listę zakupów w określonym budżecie. Rozróżniają sklepy, typy działów i dostępnych w nich artykułów. Posługują się zwrotami grzecznościowymi - dzień dobry, dziękuję, przepraszam. W razie zaistniałej sytuacji potrafią poprosić personel sklepu o pomoc.</p>

TRENING SPĘDZANIA WOLNEGO CZASU*przeznaczony dla uczestników typu AB*

SPOSÓB REALIZACJI	<p>Gra w Chińczyka, Gra Małpki Filmy Przyrodnicze, popularnonaukowe, komedie Realizowany w świetlicy, hali sportowej, miejscach związanych z tematem zajęć np. kino, teatr, park. W celu rozwijania zainteresowań sportowych, muzycznych, filmowych i innych oraz spędzania aktywnie czasu w domu, uczestnicy korzystać będą z proponowanych zajęć: sportowych, w tym udział w zawodach sportowych wewnętrznych i zewnętrznych, spacerach. Gry towarzyskie, w tym gry planszowe, puzzle. Słuchanie ulubionej muzyki, konkursy karaoke, śpiew, taniec, słuchanie audycji radiowych. Udział w imprezach wewnętrznych i zewnętrznych, wyjazdy do kina, muzeum, pizzerii itp. Czytanie książek i słuchanie audiobook'ów. Rozwijanie zainteresowań, w tym opieka nad roślinami doniczkowymi, akwarystyka, szydełkowanie, robienie na drutach, malowanie, fotografia, oglądanie telewizji. Organizacja wycieczek i imprez okolicznościowych.</p>
METODY	<p>Pokaz, omawianie Zajęcia świetlicowe, zajęcia sportowe, wyjazdy, gry, śpiew, słuchanie nagrań, płyt, słuchanie audycji, gry planszowe, zajęcia tematyczne</p>
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<p>Uczestnik wie jaki był tytuł filmu. Uczestnik potrafi wymienić niektórych bohaterów, ogólnie wie o czym był film, potrafi wymienić występujących Uczestnicy rozwijają zainteresowania literaturą, sztuką, muzyką. Potrafią wyrażać uczucia i emocje, identyfikować się z postacią odgrywaną, opanowują na pamięć swoje role. Przygotowują wspólnie z terapeutą ciekawe rozwiązania dekoracyjne, nie mają barier przed publicznym występowaniem. Relaksują się i wypoczywają czynnie intelektualnie. Poznają zasady różnorodnych gier stolikowych. Samodzielnie podejmują decyzje dotyczące wyboru ulubionej gry. Potrafią współpracować w grupie. Uczestnicy słuchają bądź czytają książki. Potrafią analizować bajki i teksty terapeutyczne. Samodzielnie sięgają po czasopisma</p>

TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH*przeznaczony dla uczestników typu AB***SPOSÓB
REALIZACJI**

Nabywanie umiejętności dojrzałej, asertywnej komunikacji. Zapoznanie się z terminologią dotyczącą słowa asertywność; jego pochodzenia, zapoznanie uczestników z siedmioma warunkami asertywności. Ćwiczenie zwrotów asertywnych i przypomnienie zwrotów anty-asertywnych. Usprawnianie pamięci oraz funkcji poznawczych.: ćwiczenia wspólne, które również integrują grupę. Nauka zawierania znajomości z innymi osobami. Nauka podstawowych umiejętności prowadzenia rozmowy: rozpoczynania, podtrzymywania, kończenia.; rozpoznawanie sygnałów werbalnych i niewerbalnych, rozpoznawanie sygnałów niewerbalnych zachęcających do kontaktu. Nauka umiejętności rozpoczynania rozmowy, wybranie odpowiedniego miejsca na rozmowę, znajdowanie odpowiednich rozmówców, promowanie adekwatnych tematów. Sposoby na podtrzymanie rozmowy, zapoznanie z symptomami aktywnego słuchania i rozpoznawanie ich. Nauka kończenia. Zdobycie przez uczestników ŚDS umiejętności potrzebnych do poszukiwania pracy. Nauka pisania Curriculum Vitae, kompletowanie dokumentów potrzebnych do zatrudnienia.

1. Kim jestem. Prezentacja jak się nazywam, gdzie mieszkam moje zainteresowania itp.
2. Moje samopoczucie. O czym dziś chcę rozmawiać
3. Jak zachowywać się w miejscach publicznych
4. Zasady savoir vivre przy stole
5. Moje słabe i mocne strony
6. Pomaganie innym. Czy potrafię pomagać
7. Docenianie tego co mam
8. Komplementy i robienie niespodzianek innym
9. Co powinienem w sobie zmienić nad czym pracować

Moja rodzina

Pomagam innym, czy potrafię to robić?

Moje wady i zalety, komplementy oraz robienie innym niespodzianek, potrafię się dzielić z innymi tym co mam, zachowanie w miejscach publicznych, zasady savoir vivre (witanie, zachowanie przy stole, przebywanie w ośrodku), funkcjonowanie w ośrodku

Radzenie sobie z własnym gniewem, skuteczne rozwiązywanie konfliktów, radzenie sobie z negatywnymi emocjami, nauka przyjmowania złej oceny innych.

Praca w grupie

Zajęcia realizowane będą w sali treningowej, zgodnie z przyjętą tematyką. Na zajęciach poruszane będą zagadnienia dotyczące nauki posługiwania się zwrotami grzecznościowymi, nauki zawierania znajomości z innymi osobami – witania się, podawania sobie ręki i uścisk dłoni. Nauka zadawania pytań i udzielania odpowiedzi, umiejętność rozpoznawania sygnałów zachęcających i zniechęcających do rozmowy. Poznanie sposobów inicjowania rozmowy na różne tematy, podtrzymywanie jej i kończenie. Nauka autoprezentacji. Zapoznanie się z normami zachowań obejmujących kanony grzeczności towarzyskiej. Zachowania werbalne i niewerbalne. Trening asertywnej komunikacji interpersonalnej, budowania umiejętności komunikacji z eliminowaniem błędów komunikacyjnych. Nabywanie i ćwiczenie umiejętności wyrażania swoich uczuć, reagowania na stany emocjonalne innych osób. Radzenie sobie z wyrażaniem gniewu za pomocą zachowań społecznie akceptowanych. Nabywanie umiejętności asertywnego przyjmowania oceny i krytyki.

METODY

Metody dostosowane do przyjętej tematyki zajęć zgodnej z planem pracy. Instrukcja, demonstracja, utrwalanie czynności. Wdrażana metoda praktycznego działania., wypełnianie materiałów ćwiczeniowych. Wykłady, scenki sytuacyjne, warsztaty tematyczne, nauka poprzez doświadczenie sytuacji.

metody nauczania:

metody oparte na słowie: opowiadanie, pogadanka, dyskusja,

metody praktyczne: uczenie się przez działanie; metody ćwiczebne, metody realizacji: Zajęcia w grupie, mini wykład, prezentacja multimedialna, burza mózgów

**OPIS
SPODZIEWANYCH
EFEKTÓW**

Uczestnik potrafi nawiązać i podtrzymać rozmowę, samodzielnie podejmować decyzję, aktywnie słucha, „zarządzać” własnymi emocjami, być asertywny, odpowiednio reaguje na krytykę i pochwałę, przestrzega norm i zasad funkcjonowania w grupie. Uczestnik wie w jaki sposób szukać pracy. Usprawnienie pamięci oraz innych funkcji poznawczych uczestnika.

- > uczestnik potrafi pracować w grupie,
- > samodzielnie podejmuje rozmowę oraz podtrzymać rozmowę
- > zna zasady panujące w ośrodku
- > stosuje zwroty grzecznościowe
- > zna i stosuje się do zasad panujących w ośrodku
- > nauka asertywności

Uczestnik potrafi witać się z innymi osobami w różnych sytuacjach społecznych. Potrafi nawiązać i podtrzymać rozmowę na dowolny temat. Samodzielnie podejmować decyzje, unikać nieporozumień wynikających z błędów komunikacyjnych poprzez aktywne słuchanie, dopytywanie o niezrozumiałe dla niego kwestie.

TRENING UMIEJĘTNOŚCI PRAKTYCZNYCH*przeznaczony dla uczestników typu AB*

SPOSÓB REALIZACJI	Realizowany w pomieszczeniach zawierających odpowiednie wyposażenie. Trening umiejętności praktycznych obejmuje: obsługę prostego sprzętu AGD: pralki, żelazka, miksera. Korzystanie z urządzeń użyteczności publicznej, dbałość o odzież i jej naprawę, naukę wiązania obuwia, przyszywania guzików, umiejętność posługiwania się zegarem, pielęgnowanie roślin i prace porządkowe
METODY	Trening praktyczny, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	Uczestnicy potrafią obsługiwać sprzęty, samodzielnie lub przy pomocy instruktora. Podejmują próby naprawy odzieży np. poprzez przyszywanie guzika, zacerowanie dziury. Podpisują się na liście obecności we właściwym miejscu. Potrafią odczytać godziny na zegarze. Dbają o rośliny, pamiętają o podlewaniu. Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty dbać o porządek w pomieszczeniach ŚDS i na posesji, zimą odśnieżać chodniki. Poprzez udział w treningach uczestnicy odczuwają potrzebę wdrażania nabytych umiejętności w życie codzienne w domu.

TRENING FARMAKOLOGICZNY*przeznaczony dla uczestników typu A*

SPOSÓB REALIZACJI	Nauka opisywania swoich objawów i reakcji na leki. Nabycie umiejętności uzgadniania zasad przyjmowania leków z lekarzem. Edukacja na temat korzyści związanych z systematycznym zażywaniem leków. Nabycie informacji na temat zasad prawidłowego przyjmowania leków, oceniania reakcji własnego organizmu na leki. Poznanie metod przechowywania leków. Nabycie informacji dotyczących interakcji leków z innymi lekami lub preparatami, skutków ubocznych ich działań w połączeniu z alkoholem i środkami chemicznymi. Nauka o tym jak działają leki neuroleptyczne. Przypomnienie podstawowych wiadomości na temat schizofrenii. Nabycie informacji na temat rozpoznawania i reagowania na symptomy choroby. Poszerzenie samoświadomości uczestników na temat depresji i lęku oraz sposobów radzenia sobie z nimi. Rozpoznanie objawów ubocznych, nabycie umiejętności radzenia sobie z nimi. Nabycie informacji o tym, do kogo można zwrócić się o pomoc, ze szczególnym uwzględnieniem rodziny i najbliższych. Sposoby radzenia sobie z chorobą. Nabycie wiedzy na temat wczesnych sygnałów ostrzegawczych przed nawrotem choroby – kształtowanie umiejętności rozpoznawania własnych sygnałów ostrzegawczych oraz rozwijanie umiejętności opisywania występujących objawów w kontakcie z lekarzem prowadzącym. Wskazanie na wagę znaczenia systematycznych wizyt u lekarza psychiatry. Edukacja uczestników na temat konsekwencji braku systematycznego leczenia.
METODY	Pogadanki, rozmowy, demonstracje instruktora, odgrywanie tematycznych scenek.
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	Uczestnicy biorą aktywny udział we własnym leczeniu, potrafią rozpoznać objawy choroby, systematycznie zażywają leki oraz utrzymują dobrą kondycję psychiczną oraz remisję.

TRENING W ZAKRESIE PIERWSZEJ POMOCY

SPOSÓB REALIZACJI	Nauka dotycząca reanimacji chorego nieprzytomnego, zasady reanimacji, postępowania z chorym nieprzytomnym. Ćwiczenia demonstracyjne.
METODY	Pogadanki, rozmowy, demonstracje instruktora. Ćwiczenie przez uczestników.
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	Uczestnicy potrafią udzielić pierwszej pomocy.

TRENING HIGIENICZNY*przeznaczony dla uczestników typu AB*

SPOSÓB REALIZACJI	Nauka w zakresie higieny i pielęgnacji całego ciała, jak również poszczególnych jego części: jamy ustnej, dbania o włosy, pielęgnacji dłoni i paznokci, pielęgnacji stóp, odpowiedniego mycia rąk i poszczególnych części ciała. Nauka posługiwania się środkami higieny osobistej. Edukacja na temat chorób skórnych. Nauka dbania o higienę intymną. Nauka prawidłowej depilacji i golenia różnych części ciała. Edukacja na temat konieczności codziennej zmiany bielizny. Kształtowanie potrzeby dbania o czystość ubioru, dobór kolorystyczny, dobór odzieży do okoliczności i pory roku. Realizowany w łazienkach i sali treningowej. Uczestnicy będą uczeni lub będą kontynuować naukę z zakresu opanowania czynności higienicznych i fizjologicznych z pomocą lub bez pomocy, wdrażani do kontrolowania własnych potrzeb fizjologicznych oraz sygnalizowania ich słownie lub za pomocą określonego sygnału, posługiwanie się środkami higieny osobistej. Edukacja na temat chorób skórnych oraz nabytych w wyniku niestosowania higieny po wyjściu z toalety.
METODY	Trening praktyczny. Praca ciągła. Instruktaż słowny, demonstrowanie czynności. Ćwiczenie czynności przez uczestników. Pogadanki indywidualne i grupowe.

118

OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<p>Uczestnicy potrafią dbać o higienę całego ciała, korzystać z przyborów toaletowych, kosmetyków, myją ręce po skorzystaniu z toalety, pamiętają o konieczności codziennej zmiany bielizny. Umieją się golić i depilować. Nie korzystają z przedmiotów osobistego użytku należących do innych osób. Stosują wyuczone czynności w życiu codziennym.</p> <p>Uczestnik potrafi korzystać z toalety, gasi za sobą światło, puka do drzwi zanim wchodzi do toalety, sprawdza czy jest papier, spuszcza wodę, opuszcza za sobą deskę, używa odświeżacza, każdorazowo po toalecie myje ręce, wie jak często ma myć zęby, potrafi dbać o swój wygląd zewnętrzny, odpowiednio reaguje na uwagi i stosuje się do nich. Wie jakie kosmetyki są niezbędne podczas mycia, samodzielnie sprawdza czystość odzieży, samodzielnie robi małe pranie</p> <p>Potrafi przygotować brudne rzeczy do prania i posegregować kolorystycznie</p>
-----------------------------------	--

AKADEMIA PIĘKNOŚCI <i>przeznaczony dla uczestników typu AB</i>	
SPOSÓB REALIZACJI	<p>Zajęcia realizowane będą w sali treningowej i łazienkach.</p> <p>Zajęcia te, w dalszym ciągu, mają na celu podkreślić kobiecość uczestniczek, sprawić by poczuły się atrakcyjne i akceptowały swoją kobiecość.</p> <p>Tematy do realizacji:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ dbanie o dłonie i paznokcie: zapoznanie z przyborami do pielęgnacji paznokci i nauka prawidłowego ich zastosowania, zachęcanie do używania kremów do rąk i peelingów, nauka malowania paznokci, doboru koloru lakieru w zależności od okazji ➤ dbanie o stopy: nauka przycinania paznokci, nauka dbania o szorstkie pięty np. poprzez stosowanie pumeksu ➤ dbanie o skórę całego ciała i depilacja: zachęcanie do stosowania balsamów, oliwek, peelingów, nauka depilacji i masażu ujędrniającego ➤ dbanie o włosy: zachęcanie do stosowania odżywek i maseczek do włosów, nauka prawidłowego suszenia, szczotkowania i układania włosów, dobór odpowiedniego szamponu ➤ dbanie o twarz: zachęcanie do używania żeli do mycia twarzy, maseczek i peelingów, nauka doboru kremu do typu cery ➤ makijaż: zapoznanie z kosmetykami i niezbędnymi akcesoriami do wykonania makijażu, nauka robienia makijażu adekwatnego do okazji i typu urody ➤ dobór odpowiedniej odzieży i butów do wieku, okazji i warunków atmosferycznych
METODY	<p>Trening praktyczny, praca ciągła, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności, pogadanki indywidualne i grupowe</p>
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<p>Uczestnicy potrafią zadbać o schludny wygląd, mają wyrobione dobre nawyki higieniczne. Uczestniczki samodzielnie lub z pomocą czyszczą, przycinają i malują paznokcie. Oczyszczają i przygotowują cerę pod makijaż, malują się samodzielnie lub przy asyście terapeutki. Potrafią wykonać depilację owłosienia twarzy (zarost, brwi) i pozostałych części ciała. Mają wiedzę praktyczną i teoretyczną dotyczącą prawidłowej pielęgnacji włosów, skóry ciała (np. szorstkie pięty).</p>

GIMNASTYKA-TERAPIA RUCHEM <i>przeznaczony dla uczestników typu AB</i>	
SPOSÓB REALIZACJI	<p>podniesienie sprawności fizycznej</p> <p>przeciwdziałanie nudzie i bezczynności</p> <p>podniesienie samooceny</p> <p>poszerzanie i pogłębianie zainteresowań</p> <p>podniesienie precyzji ruchów</p> <p>motywacja do podejmowania zadań o różnym stopniu trudności</p> <p>wzmocnienie kondycji fizycznej</p> <p>Ćwiczenia ogólnorozwojowe – polepszają sprawność i wydolność fizyczną, wzmacniają mięśnie, utrzymują prawidłowy zakres ruchu w stawach.</p> <p>Ćwiczenia priorecepcji – wykonanie ruchu bez kontroli wzroku, receptory ulokowane w mięśniach i ścięgnach pomagają zorientować położenie ciała w przestrzeni.</p> <p>Ćwiczenia koordynacji – poprawiają połączenie gałek ocznych z ruchami całego ciała.</p> <p>Ćwiczenia uczące regulacji napięć mięśni</p> <p>Ćwiczenia korekcyjne – powodujące korygowanie powstałych wad postawy (pleców, kończyn górnych i dolnych).</p>
METODY	<p>Grupowa, indywidualna w grupie; ćwiczenia ogólnorozwojowe, cardio, ćwiczenia poszczególnych partii mięśni</p> <p>Gra w piłkę nożną, koszykówkę, siatkówkę, dwa ognie, ringo; siłownia</p> <p>Metoda stacji – wykorzystanie przyrządów do ćwiczeń: drabinek gimnastycznych, ławeczek. Ćwiczący wykonuje ćwiczenia na każdym przyrządzie po 5 minut.</p> <p>Gimnastyka na materacach z wykorzystaniem dużych i małych piłek oraz taśm tera-band.</p> <p>Zabawy taneczno- ruchowe, także na wolnym powietrzu (Stary niedźwiedź, Raz</p>

12

PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNE <i>przeznaczony dla uczestników typu AB</i>	
SPOSÓB REALIZACJI	Terapia indywidualna i grupowa, edukacja na temat choroby. W zależności od występujących potrzeb- diagnostyczne badania psychologiczne, rozmowy z uczestnikami, pomoc w odnalezieniu odpowiednich sposobów rozwiązywania problemów. Praca nad podnoszeniem samooceny uczestników oraz zawiązywaniem i podtrzymywaniem kontaktów społecznych, radzenie sobie z trudnymi sytuacjami.
METODY	Spotkania, rozmowy indywidualne, Społeczność, psychozabawy. Prelekcje z lekarzem psychiatrą, zapotrzebowanie na poszczególne tematy zgłaszają sami uczestnicy.
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	Zwiększenie poczucia komfortu psychicznego, poszerzenie własnej świadomości, poznanie własnych możliwości i zasobów, praca nad wyglądem, lepsze radzenie sobie w sytuacji kryzysu, trudnej emocjonalnie sytuacji. Skuteczniejsze rozwiązywanie zaistniałych konfliktów, rozpoznawanie objawów choroby.

ZAJĘCIA W PRACOWNI REASTYCZNEJ <i>przeznaczony dla uczestników typu AB</i>	
SPOSÓB REALIZACJI	Zajęcia arteterapeutyczne realizowane poprzez: <ul style="list-style-type: none"> ➤ malowanie pastelami suchymi, tłustymi pejzaży, laurek, prac związanych ze światem zwierząt, ➤ ozdabianie prac z masy papierowej, ➤ wykonanie ozdób świątecznych dowolnymi technikami, ➤ szycie ze skóry i filcu kotów, koników, ptaszków. ➤ ozdabianie metalowych puszek motywami zwierząt z serwetek, ➤ wykonanie ozdób z różnych materiałów na zabawę karnawałową, ➤ wykonanie ozdób walentynkowych różnymi technikami, ➤ szycie breloczków z różnych materiałów, ➤ współtworzenie – uzupełnianie części reprodukcji dowolną techniką. ➤ filcowanie na sucho koników, kotów w foremkach. ➤ odlewy gipsowe, ➤ letnie eksperymenty z kolorem -wykonanie prac malarskich dowolną techniką. ➤ wykonanie karnecików, kartek dowolną techniką. ➤ przygotowanie prac na wystawę. ➤ dekorowanie pomieszczeń, stołów wykonanymi pracami świątecznymi, ubieranie choinki.
METODY	Metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, pokaz, ćwiczenie, instruktaż
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<ul style="list-style-type: none"> ➤ rozwijanie indywidualnych zdolności plastycznych, ➤ uwrażliwienie na estetykę i dokładność wykonywanej pracy, ➤ rozwijanie sprawności manualnej, ➤ wyrabianie umiejętności wyrażania swoich myśli i uczuć w formie prac plastycznych, ➤ integracja w grupie.

ZAJĘCIA W PRACOWNI WITRAŻU <i>przeznaczony dla uczestników typu A</i>	
SPOSÓB REALIZACJI	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Praca nad projektem. Wstępny szkic – zanotowanie pomysłu. Rozrysowanie go w odpowiednim formacie. W niektórych wypadkach ogranicza się ten etap do korzystania z gotowych wzorów. ➤ Przygotowanie szablonu: przeniesienie projektu na karton (za pomocą kalki), wycięcie elementów nożycami do szablonów, numerowanie poszczególnych fragmentów. ➤ Kolorystyczny dobór szkła, obrysowanie elementów szablonu na szkło, numeracja. ➤ Cięcie szkła. ➤ Szlifowanie wyciętych fragmentów aż do zgodności z szablonem. ➤ Zestawienie szkieł na podświetlonym stole w całość. Ewentualne korekty na szlifierce. ➤ Staranne odtłuszczenie szkieł. Oklejanie folią miedzianą. Wyglądzenie folii agatowym gładzikiem. ➤ Lutowanie przygotowanych szkieł w całość: nałożenie topnika i lutowanie cyną. ➤ Ewentualne pokrycie szwu cynowego patyną. ➤ Staranne wyczyszczenie gotowego witrażu. ➤ Wykonanie zawieszki.
METODY	Część teoretyczna. Dotyczy nowych uczestników. Poznawanie techniki witrażu Tiffaniego poparte oglądaniem albumu z przykładowymi realizacjami, dzięki czemu uczestnicy prędzej przełamują opory przed nową, trudną z pozoru techniką. Omawianie warsztatu witrażownika, poznawanie pracowni -

10

	<p>dwa trzy Baba Jaga patrzy, Labada).</p> <p>Marsz po narysowanej linii, pokonywanie dystansu z zamkniętymi oczami, zmiana kierunku marszu, gra w klasy i grzyba.</p> <p>Zabawy i zawody w rzucaniu piłeczkami, woreczkami z piaskiem lewą i prawą ręką.</p> <p>Kręgle, bule, berek.</p> <p>Skakanie na piłce z uszami</p>
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<p>Uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> > zna i stosuje reguły gier zespołowych > aktywnie i systematycznie uczestniczy w zajęciach > rozwijanie aktywności sportowych > nauka obsługi maszyn oraz sprzętu dostępnego w siłowni > nauka nazewnictwa poszczególnych urządzeń, czynności <p>Zachowanie, a nawet powiększenie zakresu ruchu w stawach.</p> <p>Polepszenie a w kilku przypadkach utrzymanie dotychczasowego krążenia w organizmie, co wpływa dodatkowo na cały ustrój, przez odżywienie i dotlenienie.</p> <p>Poprawienie orientacji w przestrzeni, co pomoże w wykonywaniu codziennych zajęć (toaleta, ubieranie, jedzenie).</p> <p>Próby korygowania wad postawy bez zaburzania mechanizmu kompensacyjnego.</p>

ZAJĘCIA FITNESS <i>przeznaczony dla uczestników typu AB</i>	
SPOSÓB REALIZACJI	Realizowany w sali treningowej. Proste ćwiczenia kształtujące sylwetkę i ujędrniające poszczególne partie ciała: ramiona, uda, pośladki, brzucha. Rozgrzewka podnosząca ogólną sprawność organizmu oraz ćwiczenia rozciągające.
METODY	Praca ciągła, instruktaż słowny, demonstrowanie ćwiczeń.
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<p>Uczestnicy podnoszą swoją kondycję fizyczną, mają świadomość swojego ciała i poszczególnych partii mięśni. Potrafią koordynować ruchy ciała.</p> <ul style="list-style-type: none"> > Wzmocnienie mięśni, ujędrnienie poszczególnych partii ciała. > Wdrażanie do dokładnego wykonywania ćwiczeń w celu uzyskania jak najlepszych i najszybszych efektów. > Kształtowanie umiejętności aktywnego słuchania. > Wydłużanie czasu koncentracji uwagi. > Zwiększanie własnej motywacji uczestników.

ZAJĘCIA REWALIDACYJNE <i>przeznaczony dla uczestników typu B</i>	
SPOSÓB REALIZACJI	Zajęcia prowadzone w świetlicy obejmujące: kompensowanie istniejących braków i trwałych uszkodzeń organicznych, zapobieganie pogłębianiu się istniejącego niedorozwoju, powstawaniu innych dodatkowych upośledzeń, kształtowanie i rozwijanie procesów poznawczych, schematu własnego ciała i orientacji przestrzennej, sposobu komunikowania się z otoczeniem, umiejętności współżycia w grupie.
METODY	Zajęcia w małych grupach
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<ul style="list-style-type: none"> > Poprawa koordynacji wzrokowo-ruchowej oraz ogólnej sprawności uczestników. > Wzrost zainteresowania otoczeniem, nabycie umiejętności współżycia w grupie. > Osiągnięcie optymalnego poziomu samodzielności w podstawowych sferach życia

RELAKSACJA <i>przeznaczony dla uczestników typu AB</i>	
SPOSÓB REALIZACJI	Relaksacja jako proces wchodzenia w stan relaksu będzie osiągana w procesie treningu relaksacyjnego. Uczenie się relaksacji, rozluźnienie określonych grup mięśni, spowalnianie oddechu, oddychania przy pomocy przepony. Treningi relaksacyjne jako forma terapii (autoterapii) stosowanej służące wyciszeniu, uspokojeniu, redukowaniu stresu, lęku, bólu, poprawiające nastrój. Muzyka relaksacyjna, muzyka poważna szum morza, śpiew ptaków, odgłosy lasu;
METODY	Ćwiczenia oddechowe. Wizualizacja. Trening autogenny Shulza. Relaksacja Jacobsona. Tematyczne ćwiczenia wyobraźni. Muzyka relaksacyjna zwiększająca poczucie bezpieczeństwa. Bierne polegają na odtwarzaniu uprzednio specjalnie przygotowanej muzyki dla uzyskania uspokojenia, odwrócenia uwagi i zorganizowania czasu wolnego.
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<p>Wyciszenie, zmniejszenie napięcia mięśniowo-emocjonalnego. Poprawa samopoczucia fizycznego i psychicznego. Rozwój wyobraźni i procesów myślenia. Wzrost poczucia bezpieczeństwa. Wzmocnienie zaufania do siebie. Lepsza praca układu trawiennego i wegetatywnego. Obniżenie ciśnienia i poprawa pracy serca. Redukcja stresu.</p> <p>Uczestnik potrafi się położyć zamknąć oczy, rozluźnić, uspokoić, odprężyć, Uczestnik uczy się nazywać odczucia które mu towarzyszyły podczas relaksowania się</p>

ilp

	<p>Uczestnicy mogą pokazać, jak wyobrażają sobie znane, mityczne stwory, mogą też wymyślić, nazwać i pokazać swoje własne bajkowe zwierzę.</p> <p>Dowolność techniczna.</p> <p>4. Ja i zwierzę. Jakie zwierzę przypominam, z którym chciałbym być utożsamiony? Które zwierzę imponuje mi inteligencją, sprytem, zwinnością, urodą, łagodnością, oryginalnością... Tym razem każdy uczestnik będzie musiał uzasadnić swój wybór, do swojej pracy dołączyć krótki opis.</p> <p>5. Zagadnienie ruchu. Lecący ptak, skaczący kot, biegnący koń... Jak to zrobić na papierze?</p> <p>6. Zwierzęta głębin morskich. Ryby, rozgwiazdy, pławikonik, delfin, meduza, ryby głębinowe, rekin, ośmiornica, kalmar, krewetka, krab, gąbka... Barokowe bogactwo form i kolorów. Temat realizowany kolorem na dużym formacie.</p> <p>7. Moje ZOO- nasze ZOO. Każdy uczestnik tworzy swoje własne ZOO. Po skompletowaniu wielu rysunków wspólnie stworzymy z nich dużą mozaikę - nasze ZOO. Dowolność techniczna przy wykonywaniu poszczególnych, małych prac uczyni naszą mozaikę bogatszą i ciekawszą.</p> <p>8. Zwierzęta ładne - zwierzęta brzydkie. Zagadnienie estetyki, względności pojęć: ładny, brzydki.</p> <p>9. Zwierzęta w sztuce - malarze animaliści, zwierzę w rzeźbie, malarstwo paleolitu, zwierzęta na sławnych obrazach.</p> <p>10. Projekcje filmów przyrodniczych i filmów fabularnych, w których bohaterami są zwierzęta.</p>
METODY	<p>1. Praca indywidualna.</p> <p>2. Praca zespołowa</p> <p>a) małe zespoły dwu lub trzyosobowe</p> <p>b) duże zespoły, np. 5 osób</p> <p>c) praca całą grupą nad jednym projektem</p> <p>3. Zróżnicowane techniki: rysunek- ołówek, węgiel, sepia, kredki, pastel suchy i tłusty, malarstwo-tempera, akwarela, olej, grafika- monotypia, drzeworyt, collage z wykorzystaniem różnych tworzyw i materiałów (tkaniny, tapety, folie, piasek...)</p> <p>wyklejanie, wydrapywanie, tworzenie brył przestrzennych- drut, papier, gips, klej, tkaniny, farba, absolutna dowolność techniczna- indywidualny dobór adekwatnych dla siebie technik i środków wyrazu, łączenie technik.</p> <p>4. Poprzedzenie części praktycznej zajęć teoretycznym omówieniem zadania- przybliżenie tematu, wyjaśnienie pojęć, techniczne omówienie metod pracy i problemów, które mogą się pojawić (dotyczy to szczególnie trudniejszych technik, np. drzeworytu, malarstwa olejnego, konstruowania form przestrzennych).</p> <p>5. Praca w plenerze.</p>
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<p>Możliwość pełnego i swobodnego wyrażenia środkami malarskimi i graficznymi. Pełniejsze zrozumienie procesu i metod pracy. Likwidowanie (w miarę możliwości) barier warsztatowych, przeszkadzających i hamujących pełną realizację pomysłu. Uwrażliwienie i podniesienie świadomości plastycznej. Uświadomienie i zrozumienie własnych potrzeb i oczekiwań. Konsekwencją tych ogólnych założeń jest jak najlepsze wykorzystanie i rozwinięcie indywidualnych możliwości podopiecznych, umożliwienie im rozwoju w kierunku dla nich najlepszym, zgodnym z poziomem intelektualnym, temperamentem, wrażliwością, stopniem zainteresowania zagadnieniami plastycznymi, naturalnymi skłonnościami do określonych technik, konwencji, tematów. Pomoc w uświadomieniu własnej odrębności. Co z kolei daje możliwość pełniejszego relaksu, odprężenia, rozluźnienia emocji i stresów. Próba wyrażenia znanych pojęć nowymi środkami, dzięki temu przypisanie im nowych treści daje nowe otwarcie na poziomie dobrze znanej przestrzeni. Wzbogaca postrzeganie, stymuluje wyobraźnię.</p>

CIĘKAWE ŚCIEŻKI SZTUKI zajęcia dodatkowe <i>przeznaczone dla uczestników typu A</i>	
SPOSÓB REALIZACJI	<p>Oglądamy albumy malarstwa, architektury. Rozmawiamy na temat reprodukcji. Każdy uczestnik wyraża swój stosunek do oglądanych reprodukcji, uzasadnia go. Następnie rozmawiamy o autorze, jego twórczości, założeniach jego sztuki. Skąd się wywodził, jaki nurt reprezentował, staramy się zrozumieć, dlaczego tworzył właśnie tak.</p> <p>2. Zajęcia podobne do punktu 1., ale z wykorzystaniem przeglądarki internetowej.</p>
METODY	<p>Oglądanie albumów, reprodukcji.</p> <p>Czytanie ciekawszych fragmentów literatury z zakresu historii sztuki, dotyczącej sztuki średniowiecza.</p> <p>Praca z przeglądarką internetową.</p> <p>Oglądanie materiałów filmowych na odtwarzaczu DVD.</p> <p>Praca w grupie.</p> <p>Rozmowa – dzielenie się refleksjami, opiniami...</p>
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<p>Podstawowym celem zajęć są poznanie i rozwój. Uczestnicy obcuja z często zupełnie nowymi dla nich rejonami sztuk wizualnych. Rozwijają swoją wrażliwość na piękno, uczą się patrzeć i postrzegać nieco inaczej i głębiej niż dotychczas.</p> <p>Uwrażliwienie, wzbogacenie, rozwój świadomości estetycznej.</p>

	<p>używanych urządzeń (np. szlifierki, lutownicy), narzędzi (np. noży do szkła, nożyc do szablonów), materiałów, kolejnych stanowisk (cięcie szkła, szlifowanie, lutowanie), rozmowa o zasadach pracy i bezpieczeństwa.</p> <p>Część praktyczna. Praca indywidualna. Każdy uczestnik pracuje nad własnym witrażem swoim tempem. Pracuje tak długo, jak długo jest w stanie zachować skupienie i koncentrację na wykonywanych czynnościach.</p> <p>Nie każdy uczestnik jest w stanie samodzielnie wykonać własny witraż od projektu do gotowego przedmiotu. Dlatego udział w zajęciach niektórych uczestników ogranicza się do wykonywania prostszych i bezpieczniejszych czynności. Np. oklejania wyszlifowanych szkieł taśmą miedzianą, wycinania kartonowych szablonów. Niektóre osoby znajdują dużo radości w układaniu kompozycji z gotowych, oszlifowanych szkiełek. W ten sposób powstają ciekawe, gotowe pomysły na witraż, często doprowadzane do etapu ostatniego- gotowego produktu- przez kogoś innego.</p>
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<p>Usprawnienie. Nabycie większej umiejętności wykonywania precyzyjnych czynności manualnych. Podniesienie umiejętności koncentracji. Skupienie uwagi na wykonywaniu jednego, wieloetapowego zadania. Nabranie pewności siebie i wiary w swoje możliwości – podniesienie samooceny. Pozbycie się lęków przed trudnym zadaniem – właściwa, a nie zaniżona ocena własnych ograniczeń i możliwości.</p>

ZAJĘCIA W PRACOWNI PESTYCZNEJ II
przeznaczony dla uczestników typu AB

SPOSÓB REALIZACJI	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mozaika. Stosowanie konwencji mozaiki z wykorzystaniem różnych tworzyw (papier, modelina, tkanina, naturalne faktury). Specyfika tej techniki doskonale pomaga zrozumieć pojęcie kompozycji, uczy "zagospodarowania" płaszczyzny i pracy kolorem w sposób abstrakcyjny, nowy. Dodatkowym plusem jest spotkanie z fakturą jako formalnym środkiem wyrazu- tworzenie mozaiki jednolitej kolorystycznie, a maksymalnie zróżnicowanej fakturowo. 2. Czerń i biel- pojęcie kontrastu. Ograniczenie środków formalnych do bieli i czerni. Zawężenie środków wyrazu ułatwi wprowadzenie pojęcia rytmu w plastyce. 3. Koło – forma magiczna. Mandala. Rozmowa o kole. Znaczenie tej formy w przyrodzie, znaczenie symboliczne – w mitach, baśniach, znaczenie potoczne i metaforyczne. Np. spirala, planeta, wiatrak, kręgi na wodzie, zegar, tęcza, oka, atom, koło fortuny... Pojęcie mandali – uruchamianie wrażliwości i emocji. Wykorzystanie plastycznych środków wyrazu jako języka uniwersalnego dla "wyrażenia siebie". Kolejny etap zajęć, to wspólna praca nad dużymi kołami – białym i czarnym. 4. Praca z tekstem. Pierwsza część zajęć to czytanie celowo do tego wybranych fragmentów tekstów literackich. W drugiej części uczestnicy wykonują własną ilustrację, wizualną interpretację usłyszaną treść. 5. " Ja i moja bajka". Uczestnicy utożsamiają się z którąś ze znanych sobie bajek, lub wymyślają swoją własną historię. Wykonują ilustrację i uzasadniają swój wybór. Zajęcia te pomagają „zajrzeć w siebie” i uświadomić sobie swoje potrzeby, lęki, pragnienia. 6. Collage. Łączenie różnych technik. Przekaz skrótem myślowym. Oszczędność środków wyrazu. Nauka przekazania maksymalnie dużej treści w sposób syntetyczny, skrótowy, metaforyczny. Świadomy wybór środków wyrazu. Tworzenie nowych wartości znaczeniowych, abstrakcyjne łączenie realnych form. Wprowadzenie pojęć: surrealizm, piktogram, komunikacja wizualna. 7. Zabawa w kalambury rysunkowe. Rywalizacja w 2 lub 3 zespołach. Uczestnicy muszą szybko i skutecznie zinterpretować rysunkiem wylosowane pojęcie. Wymaga to szybkiego myślenia, skojarzeń, odważnego, szybkiego rysowania na dużej płaszczyźnie tablicy, syntezy, uproszczenia. 8. Wyjście w plener. Dwa możliwe warianty: rysunek ołówkiem – graficzne potraktowanie tematu, wąski zakres środków wyrazu – kreska i walor. Drugi wariant, to praca kolorem (pasty). Obie wersje tych zajęć uczą wnikliwego patrzenia, obserwacji, postrzegania otoczenia i rzeczy zwyczajnych inaczej. Pomagają rozwijać wrażliwość na piękno, często niedostrzegane w pozornie banalnym i nudnym otoczeniu. Jest to też świetne, czysto warsztatowe ćwiczenie oka. Nabycie umiejętności zachowania proporcji, perspektywy, kadrowania. 9. Kolor + czerń = rysunek. Wydrapywanie kolorowego rysunku w czarnej płaszczyźnie. Tematem mogą być np. fajerwerki, jesienny las, bukiet kwiatów... Technika wymusza działanie kreską, punktem, bez plamy i waloru. Pomaga w zrozumieniu technik graficznych. Każde myśleć całą płaszczyzną formatu, bez postrzegania przedmiotowego. <p>Projekt "Zwierzęta"</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Najbliższe nam czworonogi- zwierzęta związane z człowiekiem. Ten temat na początek realizacji projektu ma na celu rozwiązanie dwóch problemów. Po pierwsze pomoże "oswoić się" uczestnikom z tematem nowego projektu. Po drugie pomoże też potraktować temat bardziej osobiście i emocjonalnie. Przewidując pracę indywidualną różnymi technikami. Jeśli uczestnicy zaangażują się w ten temat mocno- pracę zakończymy zrealizowaną wspólnie historyjką obrazkową. 2. Czarno- biało. Na motywach ze świata zwierząt wchodzimy w czarno- biały świat grafiki- zebra, panda, orka, sroka, pingwin, niedźwiedź polarny, czarna pantera. Praca indywidualna rozpocznie się wykonaniem szkicu. Potem rysunku. Część uczestników przeniesie swój szkic na matrycę graficzną. Technika wykonania będzie linoryt. 3. Bajkowe zwierzę. Zwierzęta z bajek, legend, ludowych wierzeń i podań, mityczne stwory- smok, bazyliżek, sfinks, gryf, pegaz, jednorożec... Temat daje wiele możliwości wyobraźni i kreacji.
--------------------------	---

14

ZAJĘCIA W PRACOWNI CERAMICZNEJ*przeznaczony dla uczestników typu AB*

SPOSÓB REALIZACJI	<p>Terapia zajęciowa w pracowni ceramicznej wykorzystuje terapeutyczne wartości pracy i twórczości artystycznej. Zajęcia pozwalają na osiągnięcie satysfakcji z posiadanych umiejętności jak również nabywanie nowych, celem pełniejszej samorealizacji siebie, pomimo trudności i ograniczeń. Podczas zajęć uczestnicy rozwijają sprawność manualną, wyobraźnię i kreatywność. Uczą się spędzania wolnego czasu w sposób twórczy.</p> <p>Zajęcia arteterapeutyczne realizowane są poprzez:</p> <p>Rozwinięcie i utrwalenie umiejętności w formowaniu form naczyniowych następującymi technikami: waleczków, odciskania, wyciskania oraz techniką z płata</p> <p>Wykonanie postaci zwierząt: rzeźb, płaskorzeźb oraz innych dowolnych form z wykorzystaniem technik formowania i modelowania z gliny.</p> <p>Wykonanie małych form dekoracyjnych, biżuterii, gadżetów ceramicznych których motywem przewodnim jest świat zwierząt.</p> <p>Wykonanie z gliny fantastycznych zwierząt inspirowanych światem baśni, filmów oraz wyobraźni uczestników.</p> <p>Wykonanie ceramicznego zoo.</p> <p>Wykonanie portretu "przyjaciela" zwierzaka</p> <p>Wykonanie dekoracji okolicznościowych świątecznych.</p> <p>Szkliwienie prac poznanymi technikami</p> <p>Toczenie naczyń na kole garncarskim.</p>
METODY	Metody nauczania praktycznego, warsztaty, pokaz, ćwiczenia, pogadanka, instruktaż
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<p>Poprzez rzeźbienie oraz modelowanie w glinie spowodowanie rozluźnienia, usunięcia napięcia fizycznego, wzbudzenie pozytywnych emocji.</p> <p>Zapoznanie z podstawowymi technikami formowania z gliny oraz ich praktycznym wykorzystaniem.</p> <p>Przybliżenie podstawowych wiadomości związanych z technologią ceramiczną.</p> <p>Rozwijanie zainteresowań i wyobraźni oraz kształtowanie wrażliwości artystycznej</p>

ZAJĘCIA W PRACOWNI KRAWIECKO FLORYSTYCZNEJ*przeznaczony dla uczestników typu B*

SPOSÓB REALIZACJI	<p>Filcowe torby i torebki</p> <p>Stroje do przedstawienia i dodatki</p> <p>Przygotowania do Walentynek serduszka i gadżety</p> <p>Buty średniowieczne</p> <p>Torby zakupowe</p> <p>Materiałowe wykończenia do koszyczków</p> <p>Zwierzaki Pluszaki</p> <p>Kolorowe breloczki</p> <p>Koniki</p> <p>Stroje do przedstawienia</p> <p>Kolorowe Poduszki</p> <p>Jesienne kompozycje kwiatowe</p> <p>Przygotowania do świąt Bożego Narodzenia Choinki i kule szyszkowe</p> <p>Stroiki świąteczne</p> <p>Pogotowie krawieckie. Przeróbki dla uczestników Domu</p>
METODY	<p>Metody pracy</p> <p>Krawiectwo: szycie rzeczy użytkowych, zabawkarstwo, reperowanie odzieży</p> <p>Inne metody nauczania:</p> <p>metody oparte na słowie: opowiadanie, pogadanka, dyskusja, praca z książką;</p> <p>metody praktyczne: uczenie się przez działanie; metody ćwiczebne, metody realizacji_zadań wytwórczych</p>
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<ul style="list-style-type: none"> > kształtowanie poczucia sprawstwa > rozwijanie i kształtowania zainteresowań z zakresu szycia ręcznego > ćwiczenie umiejętności szycia ścięciem fastrygowym, za igłą, ścięciem okrętowym i krzyżkowym > rozwijanie i ćwiczenie w nawijaniu nici na maszynę > rozwijanie i kształtowanie zainteresowań z zakresu florystyki > kształtowanie poczucia estetyki i dokładności > rozwijanie i ćwiczenie umiejętności układania wykrojów na materiale > rozwijanie i ćwiczenie umiejętności dopasowywania nici do materiału > rozwijanie i ćwiczenie krojenia materiału według wykroju > rozwijanie i ćwiczenie umiejętności zaznaczania fastrygą długości dołu 9np. spódnicy, spodni, stroju), wszycia i długości rękawów > rozwijanie i ćwiczenie umiejętności odmierzania i posługiwanie się miarą krawiecką > rozwijanie i ćwiczenie umiejętności zdejmowania miary klientowi, kształtowanie umiejętności odpowiedniego zachowania podczas przymiarki

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ rozwijanie i ćwiczenie umiejętności rozróżniania wszystkich narzędzi i przyborów w pracowni oraz nazywania ich np. maszyna żelazko, deska do prasowania, nożyce, igły, szpilki, nici, radełko, miara, fastryga, igielnik itp. ➤ rozwijanie i ćwiczenie umiejętności rozróżniania materiałów: tkaniny, dzianiny, włóknin ➤ ćwiczenie pojęć; miłe, ciepłe, szorstkie, śliskie, gładkie, ➤ kształtowanie umiejętności dopasowywania elementów dekoracyjnych pod względem stylu i kolorystyki ➤ rozwijanie i ćwiczenie w nawlekaniu nici do igły ➤ rozwijanie i ćwiczenie umiejętności przewijania nici z małej szpulki na dużą ➤ rozwijanie i segregowania materiałów do zajęć, nauka pojęć małe, średnie, duże ➤ rozwijanie i ćwiczenie układania i plecienia wianków ➤ rozwijanie i ćwiczenie umiejętności dopasowywania i przyklejania drobnych elementów dekoracyjnych ➤ rozwijanie i ćwiczenie umiejętności posługiwania się klejem na gorąco ➤ rozwijanie i ćwiczenie umiejętności rozprasowywania, zaprasowywania szwów i prasowania ubrań ➤ rozwijanie i ćwiczenie umiejętności wpinania podszewki do materiału za pomocą szpilek ➤ rozwijanie i ćwiczenie umiejętności wszywania podszewki do materiału ➤ rozwijanie i ćwiczenie umiejętności przyszywania guzików do materiału
--	--

ZAJĘCIA W PRACOWNI PARATEATRALNEJ <i>pracownia dla uczestników typu A</i>	
SPOSÓB REALIZACJI	Zajęcia opierają się na potraktowaniu teatru jako medium dla kreatywnego działania w jego wszechstronnym ujęciu. To sposobność do pracy grupowej oraz indywidualnej w oparciu o zajęcia świadomości ciała (elementy pantomimy, choreografii); pracę z tekstem (wyimprovizowanym, jak również literackim, proponowanym) – analiza, interpretacja, relacje, podział na role; plastykę – przyczynek do myślenia o scenografii, rekwizycie, kostiumie. Praca roczna sprzyja gruntownemu przygotowaniu (również w warstwie kontekstowej) przygotowywanej prezentacji teatralnej, proponowanej zazwyczaj jesienią zaproszonej publiczności. Tu Podopieczni prezentują efekty rocznej pracy – jest to ważny aspekt proponowanej pracy terapeutycznej. W 2017 roku będzie to praca nad spektaklem <i>Mistrza i Małgorzaty</i> M. Bułhakowa
METODY	Praca indywidualna, praca w grupie, warsztaty. W oparciu o wszelakie inspiracje teatralne, które katalizują działania kreatywne, skłaniają do refleksji, pomagają budować interakcje i relacje społeczne
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	Podopieczni ośmielają się do bardziej twórczych, osobistych wypowiedzi, uczą się współpracy w grupie, uczą się „siebie nawzajem”, ośmieleni do zajmowania stanowiska w podejmowanych w szerokim, uniwersalnym kontekście tematów artystycznych, otwierają się na stawianie pytań i stawianie pytań; w konsekwencji dostają również sposobność do prezentacji szerszej publiczności swojej pracy – oferując swoją wypowiedź artystyczną doświadczają komunikatu zwrotnego: „wasza propozycja jest twórcza, ciekawa, piękna”.

ZAJĘCIA W PRACOWNI RĘKODZIELA ARTYSTYCZNEGO <i>pracownia dla uczestników typu AB</i>	
SPOSÓB REALIZACJI	Terapia zajęciowa w pracowni rękodzieła artystycznego wykorzystuje terapeutyczne wartości pracy i twórczości artystycznej. Zajęcia te pozwalają na osiągnięcie satysfakcji z posiadanych umiejętności, jak również nabywanie nowych celem pełniejszej samorealizacji siebie, pomimo istniejących trudności i ograniczeń. Podczas zajęć uczestnicy rozwijają sprawność manualną, wyobraźnię i kreatywność. Uczą się spędzania wolnego czasu w sposób twórczy. W ramach pracowni uczestnicy nabywają i doskonalą umiejętności poprzez: <ul style="list-style-type: none"> ➤ filcowanie: poznanie technik filcowania na mokro i sucho, tworzenie z wełny czesankowej bamboszy, toreb, etui, aniołów, zwierzaków oraz ozdób bożonarodzeniowych i wielkanocnych; nauka wykorzystania wełny czesankowej do zdobnictwa. ➤ szycie ozdób wielkanocnych z gotowego filcu ➤ szycie butów średniowiecznych z skóry i filcu
METODY	Metody nauczania praktycznego, pokaz, instruktaż, ćwiczenie
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Doskonalenie techniki filcowania na mokro i sucho ➤ Rozwijanie indywidualnych zdolności twórczych ➤ Rozwijanie twórczego myślenia ➤ Uwrażliwianie na estetykę i dokładność wykonywanej pracy ➤ Rozwijanie zainteresowań uczestników ➤ Aktywizowanie do działania ➤ Kształtowanie poczucia sprawstwa ➤ Kształtowanie umiejętności aktywnego słuchania ➤ Stymulowanie i rozwijanie wrażliwości słuchowej, dotykowej, wzrokowej ➤ Rozwijanie i podtrzymywanie sprawności manualnej w obrębie kończyn górnych ➤ Zwiększanie zakresu manipulacji w obrębie kończyn górnych ➤ Zwiększanie zakresu ruchomości w stawach kończyn górnych ➤ Wzmacnianie siły mięśni kończyn górnych ➤ Wdrażanie do przyjmowania odpowiedniej pozycji ciała podczas pracy siedzącej przy stole ➤ Normalizacja w zakresie dostosowania odpowiedniego nacisku kończyn górnych do podłoża

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Wdrażanie do dbania o porządek w czasie i po zakończonych zajęciach przy swoim stanowisku pracy ➤ Wdrażanie do przestrzegania zasad bezpiecznej pracy w pracowni ➤ Podtrzymywanie samodzielności w czynnościach samoobsługowych ➤ Kształtowanie potrzeby nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych ➤ Uwrażliwianie na zwracanie uwagi na potrzeby innych ➤ Kształtowanie poczucia przynależności do grupy ➤ Kształtowanie umiejętności współpracy z grupą ➤ Podnoszenie poziomu kultury osobistej w zakresie komunikacji interpersonalnej
--	--

ZAJĘCIA W PRACOWNI BIUROWO-KOMPUTEROWEJ

przeznaczony dla uczestników typu B

SPOSÓB REALIZACJI	Zajęcia terapeutyczne w pracowni terapii zajęciowej realizowane są w oparciu o techniki cardmakingu i scrapbookingu. W pracy wykorzystywane są również techniki plastyczne takie jak rysunek kredkami akwarelowymi, malowanie farbami akwarelowymi czy temperami, technika serwetkowa, papier mache. Zajęcia prowadzone w pracowni mają również na celu naukę korzystania z narzędzi biurowych, takich jak: ksero, drukarka, skaner, gilotyna czy trymer do cięcia papieru. Uczestnicy będą nabywali i doskonalić umiejętność obsługi komputera dzięki programom np. „Porusz umysł”. Uczestnicy tworzyć będą kartki okolicznościowe (urodzinowe, świąteczne itp. z wykorzystaniem motywów zwierząt. Z wykorzystaniem masy papierowej i techniki serwetkowej powstaną inne prace plastyczne nawiązujące tematyką do świata zwierząt.
METODY	Metody nauczania praktycznego: rozwijanie umiejętności, pokaz, instruktaż, ćwiczenia.
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Uwrażliwianie na przestrzeganie zasad BHP pracy z komputerem, obowiązujących w pracowni ➤ Uwrażliwianie na konieczność przestrzegania regulaminu ŚDS, stosowanie się do stosowanego harmonogramu pracy i godzin zajęć ➤ Budowanie poczucia sprawstwa ➤ Podnoszenie poziomu samooceny uczestnika ➤ Dbanie o dobre samopoczucie psychiczne np. poprzez rozładowywanie negatywnych napięć emocjonalnych ➤ Wydłużanie czasu koncentracji uwagi ➤ Rozwijanie umiejętności aktywnego słuchania ze zrozumieniem ➤ Uwrażliwianie na estetyczne wykonywanie podjętej pracy ➤ Rozwijanie samodzielności i dokładności ➤ Rozwijanie kreatywności i zdolności twórczych ➤ Poznanie nowych technik plastycznych np. praca z masą papierową ➤ Podtrzymywanie umiejętności pracy techniką serwetkową ➤ Podtrzymywanie i doskonalenie techniki malowania akrylami ➤ Rozwijanie i podtrzymywanie umiejętności logicznego myślenia ➤ Usprawnianie manualne ➤ Podtrzymywanie sprawności motoryki małej poprzez utrzymywanie prawidłowej ruchomości stawów kończyn górnych ➤ Ćwiczenie i stymulowanie koordynacji wzrokowo-ruchowej i słuchowo-ruchowej ➤ Ćwiczenie percepcji słuchowej, wzrokowej ➤ Ćwiczenie świadomości w zakresie somatognozji ➤ Podtrzymywanie sprawności grafometrycznej ➤ Uczenie współbycia z innymi ➤ Rozwijanie zdolności podejmowania rozmowy na różne tematy ➤ Budowanie umiejętności bezinteresownego niesienia pomocy innym ➤ Uczenie bycia empatycznym względem siebie ➤ Nauka oszczędnego gospodarowania wspólnymi materiałami i narzędziami pracy ➤ Wyrabianie nawyku dbania o czystość stanowiska pracy ➤ Wyrabianie nawyku dbania o higienę osobistą po skończonych zajęciach, posiłkach ➤ Rozwijanie i podtrzymywanie umiejętności posługiwania się zwrotami grzecznościowymi ➤ Uwrażliwianie na przestrzeganie zasad dobrego zachowania, witania się z wszystkimi uczestnikami zajęć, personelem.

4

ZAJĘCIA W PRACOWNI STOŁARSKIEJ*przeznaczony dla uczestników typu B***SPOSÓB
REALIZACJI**

klocki manipulacyjne
świeczniki,
karmniki,
budki lęgowe,
lampka nocna
ramki na prace ceramiczne,
tablice paletowe,
choinka z drewna,
podkładki z drewna z transferem,
prace w drewnie wielkanocne
prace w drewnie z okazji walentynek
zegar składanie obudowy
ramki na zdjęcia
prace z korków do drewna
wykonanie gry zręcznościowej
obraz z kredek świecowych

METODY

Grupowa, Indywidualna w grupie, pokaz, Instruktaż

**OPIS
SPODZIEWANYCH
EFEKTÓW**

- nauka posługiwania się narzędziami (piła ręczna, packa szlifierska, wiertarka
- poznanie pojęć wkręt, kolek,
- zwracanie uwagi na ostrożność podczas pracy z narzędziami
- wzmacnianie koordynacji wzrokowo ruchowej
- rozwijanie zainteresowań
- podnoszenie precyzji ruchów
- kształtowanie relacji interpersonalnej
- rozwijanie sprawności manualnej
- rozwijanie i zainteresowań
- wzmacnianie poczucia własnej wartości
- poznanie różnego rodzaju materiałów nie tylko stolarskich możliwych do wykorzystania w procesie tworzenia
- zrozumienie istoty samodzielności oraz odpowiedzialności za zlecone zadanie
- poznanie terminów prąd, napięcie, oprawka, żarnik,
- kształtowanie poczucia sprawstwa
- zrozumienie niebezpieczeństwa związanego z prądem elektrycznym, zachowanie szczególnej ostrożności podczas pracy
- uwrażliwienie na pomoc słabszym od siebie
- kształtowanie poczucia sprawstwa
- kształtowanie prawidłowych wzorców zachowań
- stymulowanie ogólnego rozwoju emocjonalnego-fizycznego-psychicznego
- motywowanie do zadań o różnym stopniu trudności
- budowa więzi emocjonalnej
- wzmacnianie motoryki małej
- poznanie różnego rodzaju materiałów nie tylko stolarskich możliwych do wykorzystania w procesie tworzenia
- motywowanie zadań o różnym stopniu trudności
- wzmacnianie motoryki małej
- wzmocnienie precyzji ruchów
- kształtowanie umiejętności organizacji czasu wolnego
- wzbudzenie poczucia własnej wartości, podwyższenie samooceny
- poszerzanie zainteresowań
- doskonalenie orientacji wzrokowo ruchowej

ZAJĘCIA MUZYCZNE

(warsztaty bębniarskie, próby zespołu)

przeznaczony dla uczestników typu AB

SPOSÓB REALIZACJI	Tematyczne zajęcia instrumentalne wyrażające emocje, ćwiczenia rytmizacji, gry w tempo nauka gry na instrumentach nauka nazewnictwa poszczególnych instrumentów poznanie terminów rytm, takt, metrum odtwarzanie poszczególnych partii piosenek nauka poszczególnych technik gry na instrumencie
METODY	Wykorzystanie instrumentów oraz śpiewanie, integracja w grupie zajęcia grupowe, słuchanie muzyki, techniki projekcyjne mające na celu uruchomienie procesów wyobraźniowych
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	<ul style="list-style-type: none"> > Uczestnik potrafi wyrazić swoje emocje za pomocą gry > potrafi grać do rytmu > zna nazwy instrumentów oraz technik gry > zna i stosuje terminy rytm, tempo, > potrafi odtworzyć poszczególne partie piosenek

WARSZTATY BĘBNIARSKIE*Przeznaczone dla uczestników typu AB*

SPOSÓB REALIZACJI	Zajęcia grupowe
METODY	Pokaz, działanie praktyczne
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	Uczestnicy opanują umiejętność rytmicznego uderzania w instrument, doprowadzenie do wyłonienia jednolitego rytmu – założenie dla grupy A Uczestnicy bawią się muzyką zależnie od możliwości indywidualnych łączenie dźwięków, bębny grzechotki – założenie wobec grupy B

SPOTKANIA KLUBOWE*przeznaczony dla uczestników typu A*

SPOSÓB REALIZACJI	Grupa samopomocowa dla byłych uczestników SDS i osób oczekujących na przyjęcie. W ramach klubu odbywają się: <ul style="list-style-type: none"> > Zajęcia relaksacyjne > Warsztaty plastyczne: Malowanie prac plastycznych techniką farb olejnych, pastel suchych, tłustych, akwareli. > Gry stolikowe > Spotkania tematyczne > Spotkania okazjonalne urodziny klubowiczów > Wspólne wyjście do kina, udział w wystawach. Uczestnicy Klubu będą realizowali program, który zawierać będzie: trening kulinarny, zajęcia relaksacyjne, grupę dyskusyjną. Ponadto uczestnicy klubu będą włączani we wszystkie dodatkowe imprezy, które będą miały miejsce w Środowiskowym Domu Samopomocy. Spotkania odbywają się w świetlicy ŚDS
METODY	Metody nauczania praktycznego: rozwijanie indywidualnych zainteresowań, pokaz, instruktaż, ćwiczenie.
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	Podtrzymywanie więzi, efektów terapeutycznych oraz możliwość doraźnego wsparcia. Uzyskanie psychicznego wsparcia, przełamywanie izolacji i samotności.

GRUPA WSPARCIA DLA RODZIN

SPOSÓB REALIZACJI	Spotkania dla rodzin osób z zaburzeniami psychicznymi odbywają się w pierwszy i trzeci wtorek każdego miesiąca w galerii „Sklepik z Marzeniami”. Grupa wsparcia ma charakter otwarty, mogą w niej uczestniczyć rodziny osób uczęszczających do ośrodka jak i osoby, których bliscy nie podjęli leczenia lub są uczestnikami innych ośrodków. Spotkania prowadzone są przez lekarza psychiatrę i psychologa. Okazjonalnie zapraszani są też goście specjalni- rzecznik praw pacjenta, doświadczony pracownik socjalny, ekspert przez doświadczenie (EX-IN). Grupa daje możliwość uzyskania wsparcia w gronie osób doświadczających trudności w związku z chorobą psychiczną bliskiej osoby, pozwala na podzielenie się trudnościami i uzyskanie pomocy. Elementy psychoedukacji mają na celu zapoznanie uczestników spotkań z mechanizmami zaburzeń psychicznych. Wzajemna wymiana doświadczeń buduje pozytywne relacje między członkami grupy, sprzyja kontaktom towarzyskim, realizowanym na gruncie rodzinnym. Wymiana informacji wspiera osoby, daje potrzebną wiedzę o etapach leczenia, pozwala przewidzieć ewentualne trudności. Spotkanie grupowe
--------------------------	---

METODY	Spotkania grupowe, rozmowy i konsultacje indywidualne. Dyskusja, burza mózgu
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	Wspieranie w obliczu codziennych trudności związanych z chorobą psychiczną, współdziałanie w kwestii realizacji wspólnego planu terapeutycznego (dotyczy osób uczęszczających do ośrodka). Destygmatyzacja osób cierpiących na zaburzenia psychiczne. Część edukacyjna ma na celu także przybliżenie informacji o możliwościach szukania pomocy i zróżnicowanych formach leczenia. Pomoc w podjęciu leczenia osobom, które dotąd z tego nie skorzystały. Nawiązanie relacji pomiędzy członkami grupy, wsparcie, wzajemna wymiana w różnych sytuacjach życiowych. Wgląd w nietypowe zachowania pojedynczego uczestnika, określenie oddziaływania korygującego kłopotliwe zachowania lub wywołanie nowych pozytywnych akceptowanych społecznie

PRACA SOCJALNA

SPOSÓB REALIZACJI	Wizyty w środowisku zamieszkania, kontakt z innymi jednostkami, które wspierają uczestnika jak OPS PCK
METODY	Indywidualnego przypadku
OPIS SPODZIEWANYCH EFEKTÓW	Zapewnienie uczestnikom wszelkiej pomocy, do której są uprawnieni z tytułu stanu zdrowia lub sytuacji materialnej

DYREKTOR
Środowiskowego Domu Samopomocy
w Świerkocinie
Magdalena Odrobina

Zastępca Prezesa Miasta
Krystian Tomala

14

RAMOWY PLAN ZAJĘĆ GALERII "SKLEPIK Z MARZENIAMI" NA ROK 2017

1.	Codzienne funkcjonowanie galerii (dotyczy każdego wtorku, środy i piątku)	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ekspozycja ciekawych wyrobów rękodzielniczych powstałych na zajęciach terapeutycznych w ośrodku. Wykonanych przez uczestników ŚDS ➤ Dbłość o ciekawy wystrój, aranżację wnętrza podkreślającą klimat i specyfikę naszej galerii. ➤ Przygotowanie aranżacji okazjonalnych, np. Karnawał, Walentynki., Dzień kobiet, Wielkanoc., Halloween, Mikołajki, Święta ➤ Prezentowanie nowych, ciekawych prac malarskich wykonanych przez uczestników ŚDS (między wystawami czasowymi). ➤ Wystawy czasowe -prezentacja prac twórców profesjonalnych, amatorów, pasjonatów
2.	Organizacja wystaw	➤ Nawiązywanie kontaktów z twórcami niepełnosprawnymi, amatorami, profesjonalistami
3.	konsultacje psychologiczne (w każdy czwartek)	➤ Dla osób cierpiących na zaburzenia psychiczne ich rodzin (oferta otwarta) w ramach poprawy sytuacji w obszarze zdrowia psychicznego, wsparcia osób chorujących psychicznie , ich rodzin, promowania ŚDS
4.	Grupa wsparcia (co drugi wtorek)	➤ Dla rodzin osób zaburzonych psychicznie

KALENDARZ IMPREZ KULTURALNYCH, SPORTOWYCH, INTEGRACYJNYCH W 2017 ROKU

1	STYCZEŃ	<ul style="list-style-type: none"> ➤ zabawy karnawałowe ➤ impreza urodzinowa uczestników
2	LUTY	<ul style="list-style-type: none"> ➤ zabawa Walentynowa ➤ impreza urodzinowa uczestników ➤ przedstawienie teatralne Rycerz Bolko połączone z zabawą karnawałową dla uczestników ich rodziców i zaproszonych gości
3	MARZEC	<ul style="list-style-type: none"> ➤ dzień kobiet, ➤ impreza urodzinowa uczestników
4	KWIECIEŃ	<ul style="list-style-type: none"> ➤ święta wielkanocne ➤ wyjście do palmiarni ➤ impreza urodzinowa uczestników
5	MAJ	<ul style="list-style-type: none"> ➤ wycieczka do ZOO w Opolu ➤ impreza urodzinowa uczestników ➤ turnieju piłki nożnej
6	CZERWIEC	<ul style="list-style-type: none"> ➤ wyjścia do ogrodu botanicznego, ➤ pikniki Integracyjne, ➤ wycieczka ➤ impreza urodzinowa uczestników
7	LIPIEC	<ul style="list-style-type: none"> ➤ wyjścia na kąpielisko leśne, ➤ impreza urodzinowa uczestników ➤ wycieczka
8	SIERPIEŃ	<ul style="list-style-type: none"> ➤ wyjścia na kąpielisko leśne ➤ impreza urodzinowa uczestników
9	WRZESIEŃ	<ul style="list-style-type: none"> ➤ dzień chłopaka, ➤ wycieczka

148

10	PAZDZIERNIK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ impreza urodzinowa uczestników ➤ impreza o charakterze integracyjno – kulturalnym ➤ impreza urodzinowa uczestników
11	LISTOPAD	<ul style="list-style-type: none"> ➤ impreza integracyjno -kulturalną prezentująca całoroczny dorobek uczestników ŚDS ➤ Andrzejkki ➤ impreza urodzinowa uczestników ➤ turniej piłki nożnej ➤ wyjście do kina
12	GRUDZIEŃ	<ul style="list-style-type: none"> ➤ obchody Międzynarodowego Dnia Osób Niepełnosprawnych, ➤ mikołajki, ➤ wigilia ➤ impreza urodzinowa uczestników

W 2017 roku wszelkie formy działalności prowadzonej w ŚDS realizowane będą pod hasłem Nasi bracia mniejsi.

Uzasadnienie

Na podstawie § 4 ust. 2 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 w sprawie środowiskowych domów samopomocy, regulamin organizacyjny, program działalności i plan pracy opracowuje kierownik domu w uzgodnieniu z wojewodą. Plan Pracy na rok 2017 Środowiskowego Domu Samopomocy w Gliwicach został zaakceptowany przez Dyrektora Wydziału Polityki Społecznej Śląskiego Urzędu Wojewódzkiego.

Zgodnie z § 5 ust. 6 Statutu Środowiskowego Domu Samopomocy, wprowadzonego uchwałą Rady Miasta Gliwice nr II/22/2014 z dnia 18 grudnia 2014 r. z późn. zm. w sprawie wyodrębnienia Środowiskowego Domu Samopomocy ze struktur Ośrodka Pomocy Społecznej w Gliwicach i utworzenia nowej jednostki organizacyjnej m. Gliwice oraz nadaniem jej statutu, regulamin organizacyjny, program działalności oraz plany pracy na każdy rok ŚDS podlegają zatwierdzeniu przez Prezydenta Miasta Gliwice.

DYREKTOR
Środowiskowego Domu Samopomocy
Magdalena Odrębina