

**Formy i efekty prowadzonej działalności  
Środowiskowego Domu Samopomocy w Zagórzcu za 2022 rok**

Załącznik Nr 1

Zakres	<p style="text-align: center;"><b>Formy prowadzonej działalności</b></p> <p>W okresie pandemii wywołanej wirusem SARS-CoV-2 Środowiskowy Dom Samopomocy w Zagórzcu dostosował formy prowadzonej działalności tak by zapewnić ciągłość zajęć przy jednoczesnym zminimalizowaniu ryzyka zarażenia się wirusem. Formy prowadzonej przez Dom działalności do <b>maja 2022</b> realizowane były w oparciu o wewnętrzne „Procedury bezpieczeństwa na terenie Środowiskowego Domu Samopomocy w Zagórzcu związane z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19”.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Efekty w/g programu działalności dla Domu typu A, B i C</b></p>
1	2	3
	<p><b>I. Trening funkcjonowania w codziennym życiu</b> – trening w ramach, którego uczestnicy poznają, rozwijają i doskonalą umiejętności niezbędne do samodzielnego życia.</p>	
<p>Postępowanie wspierająco-aktywizujące</p>	<p><b>1. Treningu umiejętności praktycznych</b></p> <p>związany jest z doskonaleniem, rozwijaniem oraz nauką samodzielności, ubierania się, załatwiania potrzeb fizjologicznych, obsługi sprzętów AGD i RTV, sprzętu i programów komputerowych, nauka prasowania, składania ubrań, rozwieszania wypranej bielizny, dokonywania prostych prac związanych z naprawą, konserwacją sprzętów, praca w drewnie: czyszczenie listew i kawałków drewna papierem ściernym, wykonywanie i malowanie ram, prace malarskie: szpachlowanie dziur, malowanie fragmentów ścian, nauka przestrzegania i stosowania zasad BHP w trakcie wykonywanych czynności praktycznych, pielęgnacja ogrodu i obejścia Domu. Nauka szycia, przyszywania guzików, doskonalenie wyszywania, nauka i doskonalenie haftowania w zakresie haftu: płaskiego, krzyżkowego, nauka i doskonalenie szydełkowania, szycie kostiumów okolicznościowych: jasełka, przedstawienia teatralne.</p> <p>Trening <i>umiejętności praktycznych</i> w roku 2022 realizowany był w oparciu o następujące sposoby realizacji:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• filmy instruktażowe;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• poprawa jakości życia, wzrost poziomu zaradności uczestników;</li> <li>• samodzielna obsługa sprzętu AGD i RTV z zachowaniem zasad BHP;</li> <li>• podniesienie wiedzy z zakresu obsługi komputera;</li> <li>• nabycie umiejętności obsługi podstawowych programów komputerowych jak: Word, Power Point, Excel;</li> <li>• nabycie umiejętności zapisywania, kopiowania plików;</li> <li>• samodzielne posługiwanie się drukarką, skanerem;</li> <li>• przywrócenie dbałości o porządek otoczenia, estetykę pomieszczeń (samodzielność w porządkowaniu stanowiska pracy);</li> <li>• opanowanie obsługi maszyny do szycia z zachowaniem zasad BHP;</li> <li>• poprawność w określaniu dnia tygodnia, pory roku, daty i godziny;</li> <li>• wyuczenie obsługi narzędzi ogrodniczych i stolarskich;</li> <li>• nabycie umiejętności majsterkowania i wykonywania prostych prac stolarskich i drobnych napraw technicznych;</li> <li>• opanowanie zasad bezpieczeństwa i higieny pracy;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pogadanki;</li> <li>• pokazy;</li> <li>• zadania i ćwiczenia domowe;</li> <li>• wykłady informacyjne;</li> <li>• objaśnienia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• samodzielność w pielęgnacji ogrodu (podniesienie poziomu wiedzy dotyczącej okresów wegetacji roślin, sposobów ich pielęgnacji);</li> <li>• wzrost znajomości obsługi sprzętu ogrodniczego (kosiarka, przycinarka);</li> <li>• nabycie podstawowej wiedzy z zakresu pielęgnacji roślin i warzyw;</li> <li>• wyuczenie wykonywania prostych czynności krawieckich;</li> <li>• nabycie zdolności manualnych i sprawnościowych;</li> <li>• wdrożenie czynności dnia codziennego (pranie, gotowanie, sprzątanie).</li> </ul>
	<p><b>2. Treningu gospodarowania własnymi środkami finansowymi</b></p> <p>w ramach którego uczestnicy poznają wartość pieniądza, uczą się samodzielnego dokonywania zakupów, sporządzania listy potrzebnych artykułów, poznają zasady poprawnego gospodarowania środkami finansowymi, orientacji w cenach i dokonywania obliczeń matematycznych.</p> <p>Trening <i>gospodarowania własnymi środkami finansowymi</i> w roku 2022 realizowany był w oparciu o następujące sposoby realizacji:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wykład;</li> <li>• pokaz;</li> <li>• objaśnienie;</li> <li>• instruktaż słowny;</li> <li>• zadanie domowe;</li> <li>• burza mózgów;</li> <li>• metoda liczebna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• podniesienie poziomu wiedzy z zakresu właściwego dysponowania posiadanymi środkami finansowymi;</li> <li>• nabycie wiedzy z zakresu poprawności planowania zakupów;</li> <li>• nabycie umiejętności poprawnego rozplanowania dnia;</li> <li>• nabycie umiejętności związanych z orientacją w cenach;</li> <li>• wyuczenie wykonywania obliczeń matematycznych;</li> <li>• nabycie wiedzy z zakresu właściwego dokonywania zakupów (wyboru produktów w zależności od ceny);</li> <li>• zwiększenie poziomu zaradności życiowej;</li> <li>• rozsądne i właściwe dysponowanie środkami finansowymi;</li> </ul>
	<p><b>3. Treningu nauki higieny</b></p> <p>w ramach, którego uczestnicy, w zależności od swoich możliwości psychofizycznych, uczą się wykonywania czynności z zakresu higieny, począwszy od mycia rąk, twarzy, włosów, po samodzielne mycie całego ciała. Uczą się jak poprawnie dbać o higienę jamy ustnej. Trening obejmuje również naukę posługiwania się środkami higieny osobistej. W ramach treningu uczestnicy poznają i doskonalą umiejętności związane dbaniem o czystość, porządek oraz estetykę otoczenia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wyrobienie nawyków higienicznych;</li> <li>• wyuczenie poprawności doboru odzieży stosownie do pory dnia, pory roku i warunków atmosferycznych;</li> <li>• wyuczenie rozpoznawania podstawowych dolegliwości zdrowotnych oraz ich nazywanie i sygnalizowanie;</li> <li>• nauka dezynfekcji i prawidłowego mycia rąk;</li> <li>• higieny jamy ustnej, pielęgnacji paznokci, golenia się, pielęgnacji włosów.</li> </ul>

#### **4. Trening dbałości o wygląd zewnętrzny**

w ramach, którego uczestnicy nabywają i doskonalą umiejętności dbania o stosowny i estetyczny ubiór stosownie do pory roku, okoliczności. Wyrabiają nawyk dbania o czystość i całość odzieży (brak dziur, pęknięć). Uczą się doboru odpowiedniego rozmiaru i dopasowania do figury. Doskonalą umiejętności dbania o wygląd zewnętrzny i estetykę ubioru. Trening ten obejmuje naukę prania bielizny, dbałość i troskę o skórę, włosy, paznokcie oraz dbanie o porządek otoczenia.

- odbudowa i doskonalenie czynności związanych z dbałością o wygląd zewnętrzny i higienę ciała;
- wyuczenie systematyczności w utrzymaniu higieny osobistej;
- nabycie wiedzy z zakresu środków pielęgnacyjnych i ich przeznaczenia;
- wyuczenie systematyczności w dbałości o własną higienę;
- wzrost zaradności i samoobsługi;
- nabycie umiejętności posługiwania się środkami higieny osobistej (żele, szampony, odżywki, mydła, kremy itp.);

#### **5. Treningu kulinarnego**

w ramach, którego uczestnicy doskonalą umiejętności samodzielnego przygotowania posiłku, dekorowania i nakrycia stołu, przeznaczenia i przechowywania produktów, odczytywania terminów przydatności i oznaczeń stosowanych w gastronomii. Poznają zasady poprawnego i kulturalnego zachowania się przy stole oraz estetycznego przygotowania i spożywania posiłków. Poznają przepisy kulinarne, zasady zdrowego odżywiania się oraz obsługę sprzętu AGD.

Do maja 2022r. w trakcie zajęć systematycznie przeprowadzana była dezynfekcja powierzchni, uczestnicy przebywający w pracowni zaopatrzeni byli w nakrycie głowy (jednorazowy czepek), maseczkę i rękawiczki ochronne.

Naczynia są starannie myte i wyparzone. Po zajęciach sala jest dezynfekowana oraz poddawana procesowi wietrzenia.

- podniesienie poziomu zaradności życiowej;
- samodzielność obsługiwanie sprzętu AGD z zachowaniem zasad BHP;
- samodzielność w przygotowywaniu posiłku (dania obiadowe, zupy, desery, ciasta, sałatki).;
- wyuczenie przeznaczenia produktów spożywczych (znajomość jednostek miar);
- podniesienie kultury zachowania się przy stole;
- wzrost świadomości zdrowego odżywiania;
- ułatwienie funkcjonowania w środowisku i otoczeniu;
- wyuczenie dbałości o porządek otoczenia (porządkowanie stanowiska pracy);
- opanowanie zasad zachowania bezpieczeństwa przy obsłudze sprzętu gospodarstwa domowego;
- wdrożenie nabytych umiejętności w życiu codziennym;

<p>Postępowanie wspierająco-aktywizujące</p>	<p><b>II. Trening umiejętności społecznych</b></p> <p>trening w ramach, którego uczestnicy nabywają i doskonalą już opanowane umiejętności komunikacyjne (zdobywanie wprawy, biegłości). Uczą się tego, jak reagować na swoje emocje, komunikować się z innymi ludźmi oraz współpracować w grupie. Zajęcia odbywają się w kilkuosobowych stałych grupach, gdzie uczestnicy – pod nadzorem terapeuty – mają za zadanie obserwować zachowania innych, ale i zwracać uwagę na to, jak sami zachowują się w stosunku do innych osób.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wypracowanie całkowicie nowych umiejętności (formułowanie krótkich poleceń);</li> <li>• eliminacja deficytów i zachowań nadmiarowych (sprawniejsza samokontrola i zmiana nieodpowiednich lub mało skutecznych nawyków interpersonalnych);</li> <li>• dopasowanie własnego zachowania (sprawniejsze korzystanie ze swoich umiejętności podczas interakcji z innymi ludźmi, zwracanie uwagi na dostosowanie własnego zachowania do sytuacji i partnera interakcji).</li> </ul>
<p>Postępowanie wspierająco-aktywizujące</p>	<p><b>III. Trening umiejętności komunikacyjnych,</b></p> <p>w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• poszerzenie zasobu słownictwa;</li> <li>• budowa, rozwój komunikacji werbalnej i pozawerbalnej;</li> <li>• nabycie umiejętności analizy mowy ciała innych osób;</li> <li>• zrozumienie znaczenia komunikacji niewerbalnej (gesty, mimika, tembr głosu, postawa ciała);</li> <li>• realizowanie mowy werbalnej w sposób prawidłowy;</li> <li>• zbudowanie poczucia bezpieczeństwa (uczestnik lepiej rozumie świat i otaczającą go sytuację);</li> <li>• rozwój poznawczy (uczestnik poznaje nowe rzeczy, zdobywa nowe informacje);</li> <li>• nowe gesty, nowy kontekst sytuacyjny);</li> <li>• aktywne uczestnictwo w komunikacji – nie pozostaje bierny (pobudzenie);</li> <li>• uczestnik prawidłowo odbiera komunikaty.</li> </ul>

#### **IV. Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów**

trening w ramach, którego uczestnicy nabywają i doskonalą umiejętność nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych, podtrzymywania rozmowy, aktywnego słuchania, asertywności, uczą się odpowiedzialności, współpracy, zasad partnerstwa, rozwiązywania problemów, nawiązywania i utrzymywania kontaktów społecznych, kształcenie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie na zasadach otwartości, partnerstwa i wzajemności.

Postępowanie  
wspierająco-  
aktywizujące

- podniesienie kultury bycia, prawidłowej postawy społecznej i umiejętności wchodzenia w interakcje społeczne;
- wzrost znajomości przestrzegania zasad i reguł współżycia;
- rozwój, doskonalenie umiejętności empatycznych, (zrozumienia dla innych, pomoc osobom potrzebującym);
- nauka radzenia sobie ze stresem, lękiem, brakiem akceptacji;
- wzrost poziomu bogactwa słownictwa;
- podniesienie komunikacji w grupie i poza nią na zasadach otwartości, tolerancji, partnerstwa i wzajemności;
- nabycie umiejętności wyrażania własnych potrzeb i emocji;
- podniesienie zaradności w kontaktach z urzędami i instytucjami;- przygotowanie uczestnika do podjęcia pracy oraz uzyskania odpowiedniego zatrudnienia;
- podniesienie samorządności poprzez udział w samorządzie Domu.
- wyuczenie przekazu informacji za pomocą komunikacji pozawerbalnych (gesty, mimika);
- podniesienie umiejętności wyrażania własnych potrzeb, utrzymywania i nawiązywania kontaktów społecznych;
- nabycie umiejętności prawidłowego sposobu reagowania na zaistniałe sytuacje konfliktowe;
- wyrobienie nawyku punktualności i systematyczności;
- wzrost poziomu kultury słowa (zwroty grzecznościowe);

#### V. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego:

w ramach, którego uczestnicy poznają różnorodne formy aktywnego spędzania czasu: kino, wycieczki i wyjazdy krajoznawcze, zwiedzanie muzeów, zabytków, zawody sportowe, występy i pokazy artystyczne, rozwijanie zainteresowań lekturą czasopism i książek, a także wybranymi audycjami radiowymi, telewizyjnymi, filmami i internetem, rozwijanie umiejętności korzystania z takich form spędzania wolnego czasu jak: turystyka, działalność rekreacyjna, udział w imprezach kulturalnych, sportowych, towarzyskich, rozwój zainteresowań plastyką: wykonywanie sezonowych dekoracji placówki, malowanie różnymi rodzajami materiału: farba plakatowa, farba akwarelowa, farba do szkła, farba olejna i akrylowa, węgiel drzewny, pastela olejna, pastela sucha, plastelina, kredki ołówkowe i świecowe, ołówek. Nauka innych technik plastycznych: masa solna, masa papierowa, kaletnictwo, collage, odbijanka, frotaż, ozdabianie szklanych naczyń, ćwiczenia wyobraźni tj. malowanie ilustracji do wcześniej przytoczonego tekstu, nauka układania kwiatów z liści, grupowe wykonywanie plakatów o różnorodnej tematyce, papiero-plastyka: origami, quilling, zdobienie metodą decoupage, praca z gliną ( wyjazdowe zajęcia z ceramiki). Trening obejmuje rozwój zainteresowań twórczością artystyczną, wdrażanie i aktywizowanie w zakresie różnych form np. biblioterapia, udział w przedstawieniach okolicznościowych.

Postępowanie  
wspierająco-  
aktywizujące

- samodzielność w organizacji i planowaniu czasu wolnego;
- wzrost zainteresowania książką, lekturą, audycjami radiowymi i telewizyjnymi;
- podniesienie umiejętności samodzielnego korzystania z teatru, kina, biblioteki; czynny udział w imprezach kulturalnych, sportowych;
- poprawa sprawności manualnej;
- wdrożenie nowych metod i techniki;
- poprawna współpraca w grupie na zasadach otwartości, pomocy i partnerstwa;
- podniesienie samooceny i pewności siebie (dowartościowanie własnej osoby);
- zniwelowanie nudy, poczucia osamotnienia i dowartościowanie własnej osoby – wyuczenie asertywności i konsekwencji w działaniu;
- rozwój wyobraźni, twórczego myślenia, twórczej aktywności;
- wzbogacenie słownictwa;
- czynny i aktywny udział w imprezach kulturalnych, sportowych;
- przyswojenie zasad współżycia grupowego (integracja z grupą);
- rozwój indywidualnych zainteresowań i uzdolnień;
- integracja ze społecznością lokalną;
- rozwój zainteresowań twórczych;
- poprawa sprawności manualnej;
- usprawnienie funkcji zaburzonych;
- uspołecznienie, rozwój zainteresowań twórczością artystyczną, rozwój wyobraźni, twórczego myślenia i aktywności.
- wzrost zainteresowań sposobami i możliwościami atrakcyjnego spędzania czasu wolnego.

<p>Postępowanie wspierająco-aktywizujące</p>	<p><b>VI. Poradnictwo psychologiczne:</b></p> <p>w ramach, którego uczestnicy uczą się radzenia sobie w sferze emocjonalno- osobowościowej, doskonałą grafomotorykę, rozwijają i doskonałą kompetencje interpersonalne, asertywność, poznają metody radzenia sobie ze stresem, współpracy i współdziałania w grupie. W toku zajęć uczestnicy nabywają niezbędne kompetencje interpersonalne.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wsparcie w sytuacjach trudnych oraz odreagowanie emocji;</li> <li>• doskonalenie grafomotoryki, rozwój i doskonalenie kompetencji interpersonalnych;</li> <li>• poznanie metod radzenia sobie ze stresem;</li> <li>• poznanie metod współpracy i współdziałania w grupie;</li> <li>• wyuczenie asertywności i konsekwencji w działaniu;</li> <li>• poznanie technik dobrej komunikacji;</li> <li>• nabycie umiejętności samodzielnego rozwiązywania problemów osobistych;</li> <li>• podniesienie wiedzy z zakresu akceptowanych sposobów rozładowywania napięcia emocjonalnego;</li> <li>• podniesienie wiedzy z s zakresu radzenia sobie ze stresem;</li> <li>• wzrost asertywnego sposobu reagowania ;</li> <li>• nabycie przez uczestników umiejętności społecznych związanych z komunikacją interpersonalną;</li> <li>• wzrost pozytywnego obrazu własnej osoby;</li> <li>• zwiększenie motywacji do podejmowania wartościowych aktywności;</li> <li>• wyćwiczenie zaburzonych funkcji poznawczych (pamięć, koncentracja itd.).</li> </ul>
<p>Postępowanie wspierająco-aktywizujące</p>	<p><b>VII. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych:</b></p> <p>wszelkie działania skierowane na nabycie umiejętności właściwego pisania pism i podań oraz wypełniania wniosków a także sposobu załatwiania spraw i poprawnego rozumienia pism urzędowych. W ramach zajęć uczestnicy zdobywają wiedze z zakresu funkcjonowania urzędów (poczta, bank itp.).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nabycie wiedzy z zakresu funkcjonowania instytucji państwowych;</li> <li>• wyuczenie poprawnego rozumienia i interpretowania pism urzędowych;</li> <li>• podniesienie poziomu wiedzy z zakresu instytucji działających w miejscu zamieszkania i poza nim oraz składania pism, wniosków w odpowiednich urzędach;</li> <li>• samodzielność przy wypełnianiu blankietów bankowych, adresowaniu listów;</li> <li>• nabycie umiejętności prawidłowego komunikowania się w relacji patent – urzędnik;</li> <li>• samodzielność przy wypełnianiu dokumentów urzędowych, pisaniu podań, oświadczeń, wniosków i pism;</li> </ul>

<p>Postępowanie wspierająco-aktywizujące</p>	<p><b>VIII. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych:</b></p> <p>stały kontakt umożliwiający wymianę informacji dotyczącą stanu zdrowia psychicznego, oparty na pomocy w dostępie do placówek zdrowia psychicznego; organizacja konsultacji psychiatrycznych, oceny stanu zdrowia psychicznego, terapii farmakologicznej, utrzymanie stałego kontaktu z neurologiem i psychiatrą.</p> <p>Edukacja zdrowotna ukierunkowana na zapobieganie, przeciwdziałanie i zwalczanie COVID-19, będąca procesem dydaktyczno-wychowawczym, w którym uczestnicy uczą się jak żyć, aby zachować i doskonalić zdrowie własne i innych ludzi oraz tworzyć środowisko sprzyjające zdrowiu, a w przypadku choroby aktywnie uczestniczyć w jej leczeniu, radzić sobie i zmniejszać jej negatywne skutki.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• utrzymanie optymalnego stanu zdrowia (zapobieganie nawrotom choroby);</li> <li>• ułatwienie dostępu do placówek ochrony zdrowia;</li> <li>• wykształcenia systematyczności przyjmowania leków (poprawa zdrowia fizycznego i psychicznego);</li> <li>• poprawa stanu psychofizycznego, podniesienie poziomu rozpoznawania i sygnalizowania zmian chorobowych;</li> <li>• podniesienie poziomu wiedzy na temat leczenia farmakologicznego, zniwelowanie zachowań niekorzystnych poprzez propagowanie różnych form aktywności;</li> <li>• zmotywowanie do stałego kontaktu z poradniami specjalistycznymi;</li> <li>• wzrost samodzielności w podejmowaniu decyzji;</li> <li>• rozwój umiejętności pełnego i prawidłowego funkcjonowania w środowisku, podniesienie poczucia świadomości choroby.</li> </ul> <p>Celem edukacji zdrowotnej jest udzielanie pomocy w:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• poznawaniu siebie, śledzeniu przebiegu swojego rozwoju, identyfikowaniu i rozwiązywaniu problemów zdrowotnych;</li> <li>• zrozumieniu, czym jest zdrowie, od czego zależy, dlaczego i jak należy o nie dbać;</li> <li>• rozwijaniu poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych ludzi, wzmacnianiu poczucia własnej wartości i wiary w swoje możliwości;</li> <li>• rozwijaniu umiejętności osobistych i społecznych sprzyjających dobremu samopoczuciu.</li> </ul>
--	--	---



<p>Postępowanie wspierająco-aktywizujące</p>	<p><b>IX. Niezbędna opieka:</b></p> <p>zapewnienie niezbędnej opieki w czasie pobytu uczestnika w ŚDS i transportu. Zapewnienie bezpieczeństwa na zajęciach, organizowanych wycieczkach, wyjazdach i wyjściach poza instytucją.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zapewnienie niezbędnej opieki w czasie pobytu uczestnika w ŚDS i transportu busem;</li> <li>• wzrost poczucia bezpieczeństwa (asekurowanie, asystowanie w czasie korzystania z urządzeń i sprzętu będącego na wyposażeniu Domu);</li> <li>• zapewnienie bezpieczeństwa na zajęciach, organizowanych wycieczkach, wyjazdach i wyjściach poza instytucją.</li> <li>• pomoc w przemieszczaniu się po budynku Domu (obsługa windy);</li> <li>• asekurowanie i kontrola w czasie korzystania ze sprzętów i wyposażenia Domu.</li> </ul>
<p>Postępowanie wspierająco-aktywizujące</p>	<p><b>X. Terapia ruchem:</b></p> <p>umożliwienie wszechstronnego rozwoju, poprawa sprawności ruchowej oraz wydolności organizmu, organizowanie zajęć indywidualnych i grupowych. Wspieranie rozwoju sprawności fizycznej poprzez tworzenie warunków do uprawiania różnych dyscyplin sportu, udział w zawodach sportowych, turystyce i rekreacji.</p> <p>Terapia ruchem realizowana jest poprzez: gimnastykę ogólnorozwojową;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zajęcia sportowe (piłka siatkowa, nożna, koszykówka, ping-pong, piłkarzyki, bilard itp.);</li> <li>• zajęcia pływacki (basenowe);</li> <li>• rekreację, spacer, ścieżka zdrowia;</li> <li>• turystykę; wycieczki; zwiedzanie; pikniki, rajdy.</li> <li>• zajęcia na siłowni: atlas, rower treningowy, stepper.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• poprawa sprawności fizycznej i wrażeń estetycznych;</li> <li>• czynny udział w zajęciach sportowych, rekreacyjnych;</li> <li>• rozwój zainteresowań turystyką, rekreacją i innymi formami aktywnego spędzania czasu wolnego;</li> <li>• poprawa motoryki dużej i małej;</li> <li>• podniesienie aktywności ruchowej w codziennym życiu;</li> <li>• zapobieganie dysfunkcjom;</li> <li>• aktywny, zdrowy styl życia;</li> <li>• wzrost wydolności organizmu;</li> <li>• podniesienie świadomości potrzeby ruchu;</li> <li>• zintegrowanie grupy.</li> </ul>

<p>Postępowanie wspierająco-aktywizujące</p>	<p><b>XI. Współpraca z rodziną i środowiskiem:</b></p> <p>w ramach, której pracownicy zapewniają stały i ciągły kontakt z rodzinami uczestników przyczyniający się do poprawy funkcjonowania uczestników w środowisku. Organizowane są spotkania z rodzinami celem zmniejszenia poczucia wykluczenia społecznego rodzin. Współpraca przyczynia się do uzyskania pomocy w dotarciu do usług socjalnych i świadczeń rzeczowych. Ułatwienia dostępu do komunikatorów internetowych (Messenger) celem organizacji zajęć alternatywnych (on-line), monitorowanie stanu zdrowia, procesu farmakoterapii, wymiana informacji o potrzebach socjalnych i bytowych, edukacja <b>Covid -19</b>;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• prowadzenie konsultacji z rodziną w sytuacjach konfliktowych, utrzymywanie stałego kontaktu, organizacja zebrań, spotkań umożliwiających wymianę informacji o przebiegu terapii;</li> <li>• utrzymanie stałego i dobrego kontakt z rodziną w celu zdobycia informacji dającej sumę wiedzy o danym uczestniku, przyczynach jego nieobecności na zajęciach, pogorszeniu stanu zdrowia a także celem lepszego poznania jego potrzeb;</li> <li>• utrzymanie stałego kontaktu z rodziną celem poszerzenia wiedzy na temat środowiska rodzinnego, potrzeb, oczekiwań uczestników, sytuacji problemowych;</li> <li>• pomoc w dostępie do świadczeń socjalnych, udzielanie informacji, wskazówek i pomocy w zakresie rozwiązywania spraw życiowych, urzędowych i socjalno – bytowych uczestników;</li> <li>• wzrost wiedzy z zakresu profilaktyki COVID -19.</li> </ul>
<p>Postępowanie wspierająco-aktywizujące</p>	<p><b>XII. Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w WTZ lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy:</b></p> <p>w ramach zajęć uczestnicy zaznajamiają się z sytuacją na rynku pracy, uczą się tworzenia niezbędnych dokumentów aplikacyjnych oraz sztuki autoprezentacji. Poznają zasady funkcjonowania Powiatowych Urzędów Pracy i Zakładów Pracy Chronionej. Kształtują własne postawy wobec zatrudnienia i podstawowe umiejętności niezbędne w pracy.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nabycie umiejętności samodzielnego pisania podania o pracę i CV;</li> <li>• rozbudzenie potrzeby zdobycia pracy (aktywizacja zawodowa);</li> <li>• rozwój umiejętności dzielenia się własnymi doświadczeniami;</li> <li>• wzrost naturalnych zdolności i predyspozycji uczestników dla kształtowania więzi społecznych i określenia możliwości wykonywania pracy zarobkowej;</li> <li>• podniesienie aktywności zawodowej;</li> <li>• czynny udział w szkoleniach umożliwiających podniesienie kwalifikacji zawodowych;</li> <li>• przygotowanie do uczestnictwa w WTZ lub podjęcia zatrudnienia w tym w zakładach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy;</li> <li>• podniesienie wiedzy z zakresu funkcjonowania Powiatowych Urzędów Pracy i sytuacji na rynku pracy;</li> <li>• nabycie umiejętności autoprezentacji oraz określania własnych silnych i słabych stron.</li> </ul>

<p>Postępowanie wspierająco-aktywizujące</p>	<p><b>XIII. Niepełnosprawność sprzężona</b></p> <p>zajęcia prowadzone są dla uczestników, u których zdiagnozowano dwie niepełnosprawności.</p> <p>Symbole przyczyny niepełnosprawności:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 01-U – upośledzenie umysłowe;</li> <li>- 11-I – inne schorzenia: endokrynologiczne, metaboliczne, zaburzenia enzymatyczne, choroby zakaźne, odzwierzęce, zeszpecenia, choroby układ krwiotwórczego;</li> <li>- 02-P – choroby psychiczne ;</li> <li>- 04-O – choroby narządu wzroku;</li> <li>- 06-E – epilepsja;</li> <li>- 10-N – choroby neurologiczne;</li> <li>- 12-C – całościowe zaburzenia rozwojowe (powstałe przed 16 r. ż. utrwalonymi zaburzeniami interakcji społecznych lub komunikacji werbalnej oraz stereotypami zachowań, zainteresowań i aktywności.</li> </ul> <p>Zajęcia mają na celu wywołanie zaplanowanych uczuć i wrażeń.</p>	<p>Stworzenie warunków do możliwie najbardziej wszechstronnego rozwoju i pożytecznego włączenia w życie społeczne poprzez: przywrócenie maksymalnej sprawności fizycznej, psychicznej i społecznej; przygotowanie do samodzielnego życia w społeczeństwie; tworzenie w środowisku odpowiednich warunków do prawidłowego funkcjonowania. Wyposażenie – w pozostające w zakresie możliwości uczestnika – wiadomości i umiejętności, aby:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mógł porozumiewać się z otoczeniem w najpełniejszy sposób, werbalnie lub pozawerbalnie;</li> <li>• był zaradny w życiu codziennym, adekwatnie do własnego, indywidualnego poziomu sprawności i umiejętności oraz miał poczucie sprawczości;</li> <li>• mógł uczestniczyć w różnych formach życia społecznego na równi z innymi członkami danej zbiorowości, znając ogólnie przyjęte normy współżycia społecznego.</li> </ul> <p>Uczestnicy otrzymują bodźce wizualne, słuchowe, uczuciowe i wibracyjne, kinestatyczne jak również zapachowe i smakowe.</p> <p>Wszechstronny rozwój poprzez stymulację percepcji wzrokowej, słuchowej, dotykowej, węchowej, smakowej i zmysłu równowagi.</p>
<p>Postępowanie wspierająco-aktywizujące</p>	<p><b>XIV. Działania wspomagające i aktywizujące:</b></p> <p>Zapewnienie oparcia społecznego, dążenie do rozwoju umiejętności pełnego i prawidłowego funkcjonowania społecznego.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wzrost czynnego udziału w terapii (integracja grupowa);</li> <li>• niwelowanie nudy, beczynności i braku zajęcia;</li> <li>• zniwelowanie braku aktywności, znużenia;</li> <li>• podniesienie poziomu integracji ze społecznością ŚDS;</li> <li>• wzrost zdyscyplinowania, odpowiedzialności;</li> <li>• kontrolowanie własnych emocji;</li> <li>• wzrost samodzielności w organizacji planu dnia;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• wyuczenie sposobów radzenia sobie z emocjami;</li> <li>• zredukowanie poczucia osamotnienia;</li> <li>• wzrost motywacji do udziału w proponowanej terapii;</li> <li>• wzrost integracji ze społeczeństwem;</li> <li>• monitorowanie stanu zdrowia, procesu farmakoterapii, wymiana informacji o potrzebach socjalnych i bytowych, edukacja Covid -19.</li> </ul>
<p>Postępowanie wspierająco-aktywizujące</p>	<p><b>XV. Zajęcia alternatywne (on-line)</b></p> <p>zajęcia , które ze względu na swoją specyfikę mogą być realizowane z wykorzystaniem metod i technik nauki na odległość. Zajęcia te organizowane są poprzez komunikatory internetowe: Messenger, rozmowy telefoniczne i wideo. W ramach zajęć on line uczestnicy wypełniają karty pracy w oparciu o instruktaże słowne.</p> <p>Zajęcia alternatywne wprowadzone zostały dla grupy uczestników, którzy ze względów zdrowotnych i obawy o własne zdrowie jak i zdrowie swoich rodzin nie uczestniczyli w zajęciach stacjonarnie.</p> <p>Zajęcia w formie zdalnej odbywały się zgodnie z planem miesięcznym. Bezpośredni kontakt poprzez narzędzia komunikacji na odległość w zakresie usług zgodnie z § 14. Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. 2020 Nr 249).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wsparcie informacyjne (COVID -19);</li> <li>• wsparcie psychologiczne;</li> <li>• niwelowanie nudy, bezczynności i braku zajęcia;</li> <li>• wzbudzanie motywacji, ciekawości i otwartości poznawczej;</li> <li>• podniesienie poziomu zaradności życiowej;</li> <li>• zapobieganie „uwstecznianiu się”;</li> <li>• wspieranie w rozwoju zainteresowań;</li> <li>• stymulowanie procesów poznawczych umożliwiających adekwatne i efektywne funkcjonowanie;</li> <li>• wzrost samodzielności w organizacji planu dnia;</li> <li>• wyuczenie sposobów radzenia sobie z osamotnieniem;</li> <li>• podniesienie wiedzy i świadomości zdrowego stylu życia;</li> <li>• doskonalenie umiejętności samodzielnej organizacji czasu wolnego;</li> <li>• utrzymanie dotychczasowej jakości życia.</li> </ul>