

ZARZĄDZENIE NR.....^{43/19}.....

BURMISTRZA MIASTA BIELSK PODLASKI

z dnia^{21 lutego 2019 r.}.....

w sprawie zatwierdzenia programu działalności i planu pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Bielsku Podlaskim na rok 2019

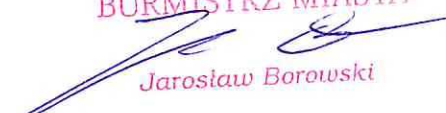
Na podstawie art. 30 ust. 1 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2018 r. poz. 994, poz. 1000, poz. 1349, poz. 1432, poz. 2500) w związku z § 4 ust. 2 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2010 r., Nr 238, poz. 1586, z 2014 r. poz. 1752, z 2018 r. poz. 2411) zarządzam, co następuje:

§ 1. Zatwierdzam program działalności i plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Bielsku Podlaskim na rok 2019, w brzmieniu określonym w załącznikach nr 1, 2, 3 i 4 do niniejszego zarządzenia.

§ 2. Wykonanie zarządzenia powierza się Dyrektorowi Środowiskowego Domu Samopomocy w Bielsku Podlaskim.

§ 3. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

BURMISTRZ MIASTA


Jarosław Borowski

PROGRAM DZIAŁALNOŚCI NA ROK 2019

ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W BIELSKU PODLASKIM

Nazwa placówki

Dla osób przewlekle psychicznie chorych – grupa A

Dla osób przewlekle psychicznie chorych - A, osób upośledzonych umysłowo - B, dla osób wykazujących inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych – C oraz dla osób z niepełnosprawnościami sprzężonymi lub spektrum autyzmu *

L.p.	Zadania zaplanowane do realizacji	Sposób realizacji	Osoby objęte oddziaływania	Jednostki współuczestniczące w realizacji zadania	Osoba odpowiedzialna za realizację zadania	Mierniki realizacji zadania w 2019r.	Stopień realizacji miernika w 2018r.
1.	TRENINGI UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH: a) samoobsługi i zaradności życiowej	Nauka podstawowych czynności życia codziennego niezbędnych w codziennym funkcjonowaniu. 1. Podtrzymywanie i utrwalanie nabytych umiejętności w zakresie samoobsługi i zaradności życiowych. 2. Utrwalanie podstawowych zasad i podstaw właściwego przygotowania stołu	-2 osoby z grupy A zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.	-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco-aktywizującego.	Odpowiedzialni: - instruktor terapii zajęciowej .	-2 osoby zostaną objęte oddziaływaniem w zakresie celów wyznaczonych w określonym obszarze tych zajęć, przynajmniej jedna z nich osiągnie zadawalający poziom ich realizacji i przyswoi	Mierniki realizacji zadania z 2018r. zostały osiągnięte na wysokim poziomie. Z wyznaczonych 3 osób, 2 osoby prowadzą samodzielne gospodarstwo i określona wiedzę przyswoiły w stopniu zadawalającym pozwalającym na samodzielne funkcjonowanie i

do posiłku.

3. Utrwalanie podstawowych zasad sprzątanía po posiłku (sprzątanía i zmywanie naczyń, mycie stołu, mycie krzesel).

4. Utrwalanie podstawowych zasad związanych z wykonywaniem porządków w domu (mycie okien, mycie podłóg, odkurzanie, czyszczenie mebli itp.).

5. Zasady właściwego dokonywania codziennych zakupów (produkty spożywcze, chemia , środki czystości, leki itp.).

6. Utrwalanie podstawowych zasad oraz umiejętności estetycznego wyglądu osobistego (ręczne lub automatyczne pranie bielizny i ubrań, czyszczenie i konserwacja odzieży i obuwia).

7. Utrwalanie podstawowych zasad składania i przechowywania czystej odzieży

wyuczone podczas treningu samoobsługi i zaradności życiowej zasady oraz umiejętnie potrafi zastosować i wykorzystać je w codziennym funkcjonowaniu.

zakończyły swój proces terapeutyczny w zakresie wyznaczonych celów. Kolejna osoba z braku możliwości realizacji celów ze względu na pobyt w szpitalu będzie kontynuować wyznaczone cele, poziom osiągniętej przez nią samodzielności wciąż pozostawia wiele do życzenia . Co pewien czas będzie wymagał utrwalania.

i bielizny.

**8. Podstawowe zasady
reparacji oraz
naprawy odzieży**
(ręczne szycie,
cerowanie, przyszywanie
guzików, nakładanie łat
i inne).

**9. Obsługa urządzeń
AGD:**

**a) pranie w pralce
automatycznej**
(obsługa pralki,
podstawowe zasady
prania, właściwe
dobieranie ubrań do
prania, stosowanie
odpowiednich
środków),

**b) prasowanie
żelazkiem**
(podstawowe zasady
prasowania, umiejętne
dobieranie temperatury
do rodzaju tkanin,)

**c) odkurzanie
pomieszczeń**
(podstawowe zasady
obsługi odkurzacza,
zasady sprzątnięcia
pomieszczeń),

**d) obsługa kuchenki
elektrycznej, obsługa
czajnika
elektrycznego,
obsługa kuchenki
mikrofalowej, obsługa
robota kuchennego,
obsługa zmywarki itp.**

	<p>b) trening kulinarny</p>	<p>10. Podstawowe zasady dbania o rośliny w domu (podlewanie kwiatów, zasilanie roślin, rozmnażanie kwiatów.</p> <p>1.Podtrzymywanie i utrwalanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu kulinarnego.</p> <p>2. Podstawowe zasady prawidłowego i zdrowego żywienia.</p> <p>3. Skutki i konsekwencje nieprawidłowego odżywiania się.</p> <p>4. Zdrowe żywienie: właściwa dieta jako jeden z elementów zdrowego żywienia, znaczenie owoców i warzyw w żywieniu.</p> <p>5. Przechowywania żywności- metody przedłużania okresu trwałości produktów spożywczych w tym owoców i warzyw (mrożenie, utrwalanie</p>	<p>-3 osoby z grupy A zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego.</p>	<p>Odpowiedzialni: - instruktor terapii zajęciowej.</p>	<p>-2 osoby przyswoją zasady kulinarne i utrwala je w praktyce w stopniu zadawalającym aż do momentu osiągnięcia samodzielności w przygotowaniu prostych dań.</p>	<p>Mierniki zadania z 2018r. nie zostały osiągnięte na poziomie ich założeń ponieważ z planowanych 3 osób nawet 2 nie przyswoiły podstawowych umiejętności i zasad niezbędnych do przygotowania prostych posiłków, to one również będą kontynuować treningi w tym zakresie aż do momentu osiągnięcia niezbędnej samodzielności w przygotowaniu nieskomplikowanych i prostych potraw.</p>
--	-----------------------------	---	---	---	---	---	--

	<p>termiczne, pasteryzacja, kiszenie i konserwowanie).</p> <p>6. Podtrzymywanie i utrwalanie nabytych oraz nauka nowych umiejętności w zakresie przygotowania podstawowych posiłków:</p> <ul style="list-style-type: none"> - parzenie kawy, herbaty - zasady przygotowania deserów, - zasady przygotowania kanapek, - zasady przygotowania posiłków. <p>7. Przygotowanie prostych dań:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sałatki, surówek - pieczenie ciast, ciastek (rogaliki, biszkopt, ciasto drożdżowe, piaskowe ciasta i inne wypieki), - desery, - gotowanie zup, - dania ziemniaczane, - proste dania mięsne, - dania mączne. 	<p>1. Podtrzymywanie i utrwalanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu higienicznego.</p>	<p>-5 osób z grupy A zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego.</p>	<p>Odpowiedzialni: - pielęgniarka.</p>	<p>-przynajmniej 3 osoby przyswoją podstawowe zasady higieny wprowadzone przez trening</p>	<p>Mierniki realizacji zadania z 2018r. nie zostały osiągnięte na wyznaczonym poziomie w stopniu satysfakcjonującym ponieważ</p>
--	---	---	--	---	---	--	--

2. Estetyczny wygląd i zasady, jak zadbać o wygląd zewnętrzny:

- a) dbanie o estetykę zewnętrzną (czyste ubranie, właściwie dobrane, zgodnie z porą roku i stosownie do okazji)
- b) schludny wygląd (czyste włosy, ostrzyżone, ogolona twarz).

3. Podstawowe zasady higieny osobistej:

- a) zapoznanie się ze środkami czystości i higieny osobistej,
- b) jak dbamy o higienę osobistą:
 - mycie rąk,
 - mycie nóg i stóp,
 - mycie całego ciała,
 - dbanie o paznokcie -
 - dbanie o włosy,
 - dbanie o higienę jamy ustnej,
 - dbanie o estetykę odzieży i obuwia.

4. Zdrowy i higieniczny tryb życia
– jak dbać o zdrowie (pielęgnacja, żywienie, systematyczne branie leków i regularne wizyty kontrolne).

5. Pogadanki, rozmowy i prezentacje

higieniczny i będą potrafiły je zastosować w codziennym funkcjonowaniu.

ze wskazanych 4 osób, 2 przyswoiły podstawową wiedzę oraz niezbędne zasady w zakresie higieny osobistej jednak stopień zastosowania tej wiedzy w codziennym funkcjonowaniu wciąż pozostawia wiele do życzenia, głównie ze względu na stan psychiczny i zdrowie uczestników. Proces ten wymaga ciągłego utrwalania.

<p>d) trening budżetowy</p>	<p>multimedialne w zakresie higieny osobistej i higieny zdrowia psychicznego.</p> <p>1.Zasoby finansowe i umiejętność gospodarowania nimi: - orientacja w cenach zakupów, - wydatki pierwszej potrzeby, - opłaty stałe, - sposoby oszczędnego gospodarowania środkami.</p> <p>2. Planowanie wydatków –zakupy: - zakupy podstawowych towarów, - planowanie zakupów na tydzień, -zakupy na weekend, - planowanie wydatków na cały miesiąc, - trudności w zakupach – zakupy pierwszej konieczności.</p>	<p>-nie wyznaczono odpowiednich osób, brak chęci współpracy w tym zakresie.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego.</p>	<p>Odpowiedzialni: asystenci prowadzący poszczególnych uczestników.</p>	<p>-żaden z uczestników nie dysponuje odpowiednim zasobem finansowym we własnym zakresie.</p>	<p>Nie wyznaczono mierników realizacji zadania z 2018r. nie zostały zrealizowane wg planu ponieważ żaden z uczestników nie wykazał ochoty na współpracę terapeutyczną w tym zakresie, głównie też z braku możliwości dysponowania własnymi środkami.</p>
<p>e) trening umiejętności prowadzenia rozmowy</p>	<p>1.Podtrzymywanie i utrwalanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu umiejętności prowadzenia rozmowy.</p> <p>2.Rozmowa jako sposób na wyrażanie</p>	<p>-4 osoby z grupy A zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: muzeum, biblioteka, przychodnia , szkoły, urzędy administracji</p>	<p>Odpowiedzialni: pracownik socjalny, pozostali członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego.</p>	<p>- 2 osoby przyswoją informacje oraz wskazówki nabyte podczas treningów umiejętności prowadzenia rozmowy i będą potrafiły w sposób praktyczny zastosować je podczas załatwiania</p>	<p>Mierniki z 2018r. zostały połowicznie zrealizowane ponieważ z zaplanowanych 4 osób w stopniu zadawalającym 2 osoby osiągnęły zamierzone efekty i przyswoiły podstawowe zasady umiejętności prowadzenia rozmowy w sposób</p>

	<p>niezbędnych potrzeb i myśli:</p> <ul style="list-style-type: none"> -podstawowe zasady prowadzenia rozmowy, - sposoby właściwego wyrażania myśli, - dialog i konwersacja jako sposoby prowadzenia rozmowy. <p>3. Formułowanie niezbędnych potrzeb i myśli przy załatwianiu spraw:</p> <ul style="list-style-type: none"> - urzędy i placówki administracji publicznej, - przychodnie, -sklepy, - biblioteka, muzeum - pozostałe instytucje, - kontakty międzyludzkie. <p>4. Rozmowa jako sposób na wyrażanie własnych emocji i uczuć:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sposoby otwierania się na rozmówcę, - jak pokonać bariery w kontaktach z drugim człowiekiem - rozmowa jako lek na osamotnienie i pustkę. 	<p>1.Podtrzymywanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu umiejętności spędzania wolnego</p>	<p>-5 osób z grupy A zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.</p>	<p>publicznej.</p> <p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p>	<p>Odpowiedzialni: instruktor terapii zajęciowej oraz pozostali członkowie zespołu wspierająco-</p>	<p>wszelkich spraw związanych z codziennym funkcjonowaniem.</p> <p>-5 osób przyswoi zasady wyuczone i nabyte podczas treningów umiejętności spędzania wolnego</p>	<p>praktyczny wykorzystując je w codziennym funkcjonowaniu, szczególnie przy załatwianiu swoich spraw samodzielnie w urzędach i innych instytucjach (MOPS, PCPR i inne), pozostałe 2 osoby będą kontynuowały wyznaczone cele do momentu osiągnięcia wymiernych efektów swojej pracy.</p> <p>Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte na poziomie satysfakcjonującym ponieważ z zaplanowanych 5 osób – 3 osoby, choć w różnym</p>
<p>f) trening umiejętności spędzania wolnego czasu</p>							

g) trening samousprawniania i doskonalenia	<p>czasu.</p> <p>2. Formy spędzania wolnego czasu: -muzyka, -gry i zabawy, - gry edukacyjne.</p> <p>3. Rozwijanie zainteresowań i hobby: - prasa i książka, -poezja, - zainteresowania plastyczne, - wyszywanie i haft.</p> <p>4. Inne: -telewizja, radio - komputer - wycieczki i spacer - kino, teatr.</p> <p>5. Sala doświadczania świata: - urządzenia stymulujące rozwój zmysłów (równowagi, dotyku, wzroku i słuchu - poznawanie i doświadczanie świata przez zmysły, - integracja sensoryczna.</p> <p>1. Podtrzymywanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu</p>	4- osoby z grupy A zgodnie z indywidualnym planem	<p>- współpraca: muzeum, biblioteka, ośrodki kultury, szkoły.</p> <p>-zajęcia prowadzone w SDS w zakresie realizacji planu postępowania</p>	aktywizującego.	<p>czasu w tym : przynajmniej 2 z nich będą miały możliwość rozwoju swoich zainteresowań i hobby podczas innych zajęć.</p> <p>- przynajmniej 2 osoby osiągną satysfakcję z uczestnictwa</p>	<p>stopniu osiągnęły zamierzone efekty i przyswoiły podstawowe zasady umiejętności spędzania wolnego czasu, ponadto 2 z tych osób nadal rozwijają swoje zainteresowania i hobby (poezja, książka, komputer, haftowanie, głównie jednak muzyka).</p> <p>Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte w stopniu satysfakcjonującym ponieważ z 4 osób</p>
--	--	---	--	-----------------	---	--

		<p>samousprawiania i doskonalenia.</p> <p>2. Terapia dźwiękiem: - arteterapia, - choreoterapia, - muzykoterapia.</p> <p>3. Terapia obrazem (w tym arteterapia): - filmoterapia, - umiejętność posługiwania się komputerem, - umiejętność korzystania z internetu.</p> <p>4. Terapia ruchem - kinezyterapia + kinezylogia edukacyjna (ćw. psychomotoryczne), - drama, teatralne formy, arteterapia, - metoda ruchu rozwijającego W. Sherborn, - elementy jogi elementy tai – chi, - technika Aleksandra, - trening relaksacyjny E. Jacobsona.</p>	wspierająco – aktywizującym.	wspierająco – aktywizującego		w treningach samo-usprawniania i doskonalenia i odnajdą w nich sposób na samorealizację.	wskazanych w miernikach na 2018r. 2 osoby wykazały zainteresowanie w mniejszym lub w większym stopniu tą formą zajęć i znalazły możliwość rozwijania swoich pasji (film, muzyka, komputer), nadal wskazana jest kontynuacja wyznaczonych celów.
2.	TERAPIA ZAJĘCIOWA PLASTYCZNA	<p>1.Utrwalanie poznanych technik plastycznych : - decoupage (puzderka, bombki, butelki, opakowania) - iris folding (laurki, pocztówki, prace</p>	-1 osoba z grupy A zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.	-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego - współpraca:	Odpowiedzialni: instruktor terapii zajęciowej.	- założono, że w 2019 r. wyznaczona osoba osiągnie przynajmniej satysfakcję z uczestnictwa w tych zajęciach w najlepszym	Mierniki z 2018r. nie zostały osiągnięte wg założeń, ponieważ wyznaczona do pracy terapeutycznej osoba uczestniczyła w zajęciach jednak nadal ze względu na swój stan psychiczny

		<p>plastyczne – obrazy) - zdobienie sznurkiem (dzbanki, kompozycje, butelki) - quling (laurki, kompozycje przestrzenne, pocztówki), - malowanie farbami - rysunek kredą - embosing pocztówki, dekoracje – pergamono (dekoracje, wycinanki, pocztówki, kwiaty), - filcowanie wełny (dekoracje, prace plastyczne), - malowanie kredką.</p> <p>2) Kontynuowanie technik plastycznych - wiklina papierowa - bombki przestrzenne - inne wg. szkoleń.</p>		<p>muzeum, ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>		<p>przypadku weźmie udział w realizacji wyznaczonych celów.</p>	<p>związany z chorobą nie była w stanie osiągnąć wyznaczonych celów oraz zaprezentować swoje umiejętności ani też nabyć nowych umiejętności w stopniu satysfakcjonującym, wyznaczone cele będzie nadal kontynuować.</p>
3.	<p>TERAPIA ZAJĘCIOWA TECHNICZNA</p>	<p>1.Utrwalanie poznanych technik technicznych : - gipsoryt (rzeźbienie w suchym tynku, malowanie) - mandala (wysypywanie wzorów, malowanie elementów wzorów) - witraż (wyklejany folią witrażową) - wyklejanie wzorów włóczką - sztuczna biżuteria (zdobienie drewnianych</p>	<p>-nie wyznaczono osób z grupy A z zajęciami technicznymi w indywidualnym planie wspierająco – aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: muzeum, ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	<p>Odpowiedzialni: instruktor terapii zajęciowej.</p>	<p>-nie wyznaczono z gr. A osoby do pracy terapeutycznej w zakresie tych zajęć.</p>	<p>Mierniki z 2018r. nie zostały osiągnięte z braku możliwości realizacji celów w tym zakresie na rzecz uczestników gr. A – nie wykazały one zainteresowania tą formą zajęć i nie uczestniczyły w prowadzonych zajęciach. Miał też na to wpływ stan zdrowia psychicznego uczestników tej grupy.</p>

		<p>elementów- kolczyki, przewieszki , broszki)- -- metoda Tiffani'ego (bizuteria ze szkła zdobnego) - wiklina papierowa - relief na szkle .</p> <p>2. Wykorzystanie poznanych technik do wyrobu rzeczy użytkowych: - wykonanie pojemników, mis i innych przedmiotów (wiklina papierowa) - zdobienie szkła użytkowego(wazon, kubki, misy, dzbany).</p>					
4.	TERAPIA ZAJĘCIOWA MUZYCZNO-RYTMICZNA	<p>Wykorzystanie muzyki jako:</p> <p>1. Formy ekspresji artystycznej (tańce integracyjne, improwizacje taneczno-rytmiczne).</p> <p>2. Muzyka jako element nastrojotwórczy (słuchanie , śpiewanie, karaoke).</p> <p>3. Muzyka rozwijająca ekspresję wokalną (muzyczne zabawy z dźwiękiem, ruchem i rytmem, zabawy z głosem, zabawy z piosenką).</p>	<p>-3 osoby z grupy A zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	<p>Odpowiedzialni: Instruktor ds. kulturalno - oświatowych, instruktor terapii zajęciowej.</p>	<p>-przynajmniej 2 osoby osiągną satysfakcję z uczestnictwa w tych zajęciach, a 1 z nich będzie prezentować grupę ŚDS w prezentacjach, występach i konkursach artystycznych o charakterze muzycznym.</p>	<p>Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte w stopniu satysfakcjonującym ponieważ 2 z wyznaczonych osób wg tych mierników dość chętnie uczestniczyły w zajęciach jednak z zaprezentowaniem się z grupą zespołu wokalnego ŚDS nie miały odwagi, nie pozwolił też na to stan zdrowia psychicznego choć jedna z nich uczestniczyła w wyjeździe z grupą na prezentację, jednak tylko jako obserwator.</p>

5.	WARSZTAT KRAWIECKO- HAFCIARSKI	<p>4. Muzyka z wykorzystaniem instrumentów (zabawy z instrumentami perkusyjnymi).</p> <p>5. Muzyka relaksacyjna z wykorzystaniem elementów światłoterapii (aktywna relaksacja, zabawy relaksujące, relaksujące elementy świetlne).</p> <p>1. Podtrzymywanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie warsztatu krawieckiego.</p> <p>2. Kontynuowanie technik haftu krzyżkowego - pejzaże i obrazy z haftu - haft jako element dekoracyjny (dekorowanie ubrań, pocztówki, serwetki).</p> <p>3. Nauka obsługi maszyny do szycia: - zasady bezpieczeństwa pracy - podstawowe zasady obsługi - konserwacja.</p> <p>4. Podstawowe zasady</p>	<p>-1 osoba z grupy A zgodnie z indywidualnym planem wspierajaco – aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierajaco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	<p>Odpowiedzialni: -instruktor terapii zajęciowej.</p>	<p>-1 osoba osiągnie umiejętności w zakresie praktycznego korzystania z podstawowych zasad krawiectwa i podejmie się próby nauki haftu krzyżkowego.</p>	<p>Mierniki z 2018r. nie zostały osiągnięte w stopniu zadawalającym głównie ze względu na zły stan zdrowia psychicznego wyznaczonej do pracy terapeutycznej osoby i pobytu w szpitalu – wyznaczone cele należy jednak nadal kontynuować.</p>
----	---	--	---	--	---	---	--

6.	ZAJĘCIA DYDAKTYCZNE	<p>kroju i szycia - przygotowanie form do wykroi, - wykroje i projekty ubrań, - wykańczanie prac krawieckich.</p> <p>5. Przygotowanie stroi i ubrań na prezentacje i występy uczestnikom ŚDS.</p> <p>6. Przechowywanie i dbanie o materiały oraz narzędzia w warsztacie krawiecko-hafciarskim, - zasady właściwego użytkowania narzędzi w warsztacie, - zasady właściwego użytkowania materiałów w warsztacie.</p> <p>1. Podtrzymywanie umiejętności czytania i pisania - praca z tekstem, czytanie ze zrozumieniem - ćwiczenia na materiale literackim - usprawnianie manualne – gry zręcznościowe.</p> <p>2. Usprawnianie percepcji wzrokowej i słuchowej; - domino literowe,</p>	<p>-1 osoba z grupy A zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	<p>Odpowiedzialni: - terapeuta.</p>	<p>-wyznaczona osoba osiągnie przynajmniej zadowolenie z uczestnictwa w tych zajęciach w najlepszym stopniu potrafi w sposób praktyczny pozyskaną wiedzę wykorzystać przy załatwianiu spraw urzędowych i osobistych.</p>	<p>Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte połowicznie ponieważ osoba uczestnicząca w zajęciach posiada określoną wiedzę brak jednak umiejętności przy załatwianiu spraw w urzędach (wypełnić dokumenty, druki), szczególnie ze względu na zły stan zdrowia psychicznego i pobyt w szpitalu. Podobnie nie chciała uczestniczyć w prezentacjach</p>
----	--------------------------------	--	---	---	--	--	---

7.	TERAPIA RUCHOWA	<p>matematyczne, obrazowe, - uzupełnianie obrazowe.</p> <p>3. Usprawnianie orientacji w schemacie ciała i przestrzeni : - opanowywanie i stosowanie pojęć przestrzennych, - ćwiczenia orientacji w schemacie ciała.</p> <p>4. Doskonalenie pamięci: - nauka tekstów na pamięć, - ćwiczenia wzrokowe w zapamiętywaniu.</p> <p>5. Rozwijanie umiejętności interpersonalnych: - pogadanki, - prezentacje.</p> <p>1. Ćwiczenia ogólnorozwojowe - krążenia RR, NN, T, G - zwiększające ruchomość.</p> <p>2. Gimnastyka korekcyjno-kompensacyjna.</p> <p>3. Ćwiczenia wzmacniające:</p>	-1 osoba z grupy A zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.	-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego - współpraca: ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.	Odpowiedzialni: - terapeuta.	- 1 osoba wyznaczona terapeutycznie osiągnie satysfakcję z uczestnictwa w zajęciach i weźmie udział w zawodach sportowych.	artystycznych. Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte w stopniu satysfakcjonującym ponieważ wyznaczona osoba uczestniczyła co prawda dość chętnie w zajęciach w miarę swoich możliwości jednak ze względu na stan psychiczny nie brała udziału oraz nie uczestniczyła w integracyjnych
----	-----------------	---	---	---	--	--	---

- grzbiet, brzuch,
pośladki, kark
- RR, NN
- mięśnie
przykręgosłupowe.

**4. Ćwiczenia ergo-
motoryczne:**

- ćwiczenia na sprzęcie:
rowerki, stepper, wiosła,
cross, bieżnia,
stacjonarna.

**5. Lekkie ćwiczenia
usprawniające na
atlasie sportowym.**

**6. Ćwiczenia
koordynacyjno-
ruchowe.**

**7. Ćwiczenia
zręcznościowe
i równoważne.**

**8. Gry i zabawy
z wykorzystaniem
przyborów lub bez; na
sali lub na powietrzu
(park).**

**9. Odnowa
biologiczna i
elementy rehabilitacji
z wykorzystaniem:
- fotela masującego,
- masażer do ciała –
nowa forma zajęć
związana z zakupem
profesjonalnego
sprzętu sprzętu.**

zawodach sportowych.

8.	WSPARCIE	<p>1.Pomoc uczestnikom i ich rodzinom w:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pośredniczenie w załatwianiu spraw urzędowych, - reprezentowanie w instytucjach, - wsparcie psychologiczne. <p>2.Pobudzanie do aktywności społecznej:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozwijanie posiadanych umiejętności społecznych , - utrzymywanie kontaktów z rodziną i przyjaciółmi, - integracja ze społecznością lokalną. <p>3. Samopomoc uczestników ŚDS ich rodzin oraz personelu placówki, wspieranie się w przezwyciężeniu trudnych sytuacji, wzajemna integracja (wspólne wyjazdy, wycieczki, ogniska oraz turnusy rehabilitacyjne).</p>	<p>- wszyscy uczestnicy z grupy A (5 osób).</p>	<p>- zespół wspierająco – aktywizujący funkcjonujący w ŚDS</p> <p>- współpraca: rodziny, instytucje, urzędy, szkoły, młodzież.</p>	<p>Odpowiedzialni:</p> <p>- pracownicy ŚDS – zespół wspierająco-aktywizujący (instruktorzy, terapeuci, pielęgniarka, pracownik socjalny, psycholog) .</p>	<p>- pozyskanie do współpracy kolejnych 2 rodzin w przypadku nowo skierowanych osób.</p>	<p>Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte w stopniu zadawalającym ponieważ z planowanych 3 rodzin współpracę podjęliśmy z każdą z nich. Natomiast ze względu na pogarszający się stan zdrowia musiały podjąć się leczenia w szpitalu psychiatrycznym. Po zakończonym leczeniu kontynuowały proces terapeutyczny w śds gdzie miały również zapewnione wsparcie psychologiczne.</p>
9.	OPIEKA PIELĘGNIARSKA	<p>1.Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach.</p> <p>2.Podawanie leków wg zlecenia lekarza.</p>	<p>- wszyscy uczestnicy z grupy A (5 osób).</p>	<p>- rodziny, poradnie zdrowia, lekarze.</p>	<p>Odpowiedzialni:</p> <p>- pielęgniarka.</p>	<p>- 2 osoby ze schorzeniami psychicznymi podejmą się regularnej kontroli zdrowia.</p>	<p>Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte w znacznym stopniu ponieważ 2 z wyznaczonych osób podjęły się regularnego leczenia i kontroli</p>

10.	<p>BUDOWA SIECI OPARCIA SPOŁECZNEGO - na rzecz osób z zaburzeniami psychicznymi</p>	<p>3.Nadzorowanie badań: - laboratoryjnych - specjalistycznych.</p> <p>4. Współpraca z poradnią : - wizyty u lekarzy - współpraca z poradnią zdrowia psychicznego - dokonywanie pomiarów podstawowych parametrów życiowych.</p> <p>5. Pogadanki tematyczne: - zdrowy tryb życia - zdrowie psychiczne - psychoedukacja.</p> <p>6.Współpraca z rodziną.</p> <p>1.Integracja społeczna: - spotkania i wizyty młodzieży, - wymiana doświadczeń i współpraca, - tworzenie grup samopomocy, - przełamywanie funkcjonujących stereotypów.</p> <p>2 Promowanie działalności ŚDS: - foldery, pogadanki, - prelekcje</p>	- wszyscy uczestnicy z grupy A (5 osób).	<p>- zespół wspierająco-aktywizujący funkcjonujący w ŚDS</p> <p>- współpraca: instytucje, urzędy, placówki zdrowia, szkoły, rodziny, media lokalne, instytucje kościelne, organizacje pozarządowe i inne.</p>	<p>Odpowiedzialni: - pracownicy ŚDS – zespół wspierająco-aktywizujący , instruktorzy, terapeuci, pracownik socjalny, pielęgniarka, psycholog</p>	<p>- pozyskanie nowych osób, wolontariuszy, organizacji pozarządowych i instytucji chętnych do współpracy z ŚDS, współpraca z organizacjami pozarządowymi, wymiana doświadczeń, współuczestnictwo w realizacji projektów, promocja działalności ŚDS i współpraca</p>	<p>psychiatrycznej w poradni zdrowia psychicznego i w momencie pogarszającego się stanu zdrowia psychicznego zdecydowały się na leczenie w szpitalu psychiatrycznym, a po leczeniu kontynuowały terapię w śds, co prawda z różnymi efektami tej pracy. Jedna z tych osób podjęła się również regularnego leczenia w innej specjalistycznej klinice, w ramach współpracy śds z tą kliniką.</p> <p>Mierniki wyznaczone do osiągnięcia w 2018r. po raz kolejny zostały osiągnięte w stopniu bardzo nas satysfakcjonującym wykraczającym poza nasze wcześniejsze oczekiwania: wciąż rozwijamy dotychczasową współpracę z wolontariatem „W jedną stronę” oraz młodzieżą szkolną , wciąż pozyskujemy nowych wolontariuszy chętnych do współpracy z ŚDS ,</p>
-----	--	--	--	--	---	--	--

		<p>i prezentacje multimedialne, - wystawy, prezentacje, występy artystyczne.</p> <p>3. Współpraca z rodziną: - wsparcie i pomoc, - wymiana doświadczeń.</p> <p>4. Współpraca z mediami lokalnymi: - telewizja lokalna - prasa</p> <p>5. Współpraca z samorządami oraz organizacjami pozarządowymi i realizacja wspólnych projektów.</p> <p>6. Włączenie się ŚDS w realizację w ramach BUDŻETU OBYWATELSKIEGO MIASTA BIELSK PODLASKI – FESTYNU MIKOŁAJKOWEGO 2018r. – zgodnie z wolą i wynikiem głosowania mieszkańców miasta Bielsk Podlaski.</p>				<p>z mediami.</p>	<p>współpracujemy z WTZ i Zespołem Szkół Specjalnych. W ramach budowy sieci oparcia społecznego nasza placówka co roku organizuje FESTYNU MIKOŁAJKOWY, w 2018r to już jego XVII edycja, nad którą Honorowy Patronat objął Burmistrz Miasta Bielsk Podlaski, a po raz trzeci zrealizowany został w ramach <u>BUDŻETU OBYWATELSKIEGO Miasta Bielsk Podlaski na 2018r. Nasz projekt „FESTYNU MIKOŁAJKOWEGO”</u> <u>organizowany na rzecz osób niepełnosprawnych</u> zyskał ogromną akceptację społeczną i popularność wśród społeczności lokalnej Bielska Podlaskiego. W realizację tego projektu od wielu lat aktywnie włączyliśmy i wciąż to robimy, kolejne stowarzyszenia i inne organizacje pozarządowe oraz tradycyjnie młodzież ze szkolną, dzieci z przedszkoli, młodzież z domów kultury, reportaże z imprezy co roku jest emitowany w telewizji lokalnej, która również objęła imprezę Patronatem Medialnym.</p>
--	--	---	--	--	--	--------------------------	---

11.	INTERNET I KOMPUTER – metodą otwierania się na świat.	<p>1.Rozwijanie zainteresowań i hobby: - piosenki, wiersze.</p> <p>2.Poszerzanie wiedzy ogólnej: - poszukiwanie nowych metod i technik pracy z osobami</p>	<p>- wszyscy uczestnicy z grupy A (5 osób)</p>	<p>- zespół wspierająco – aktywizujący funkcjonujący w ŚDS</p> <p>- współpraca: rodziny , instytucje, urzędy, szkoły, młodzież, samorządy i organizacje pozarządowe.</p>	<p>Odpowiedzialni: - pracownicy ŚDS – zespół wspierająco-aktywizujący, instruktorzy, terapeuci.</p>	<p>- 2 osoby będą nadal rozwijać swoje umiejętności swobodnego korzystania z zasobów wiedzy internetowej i poszerzać ich zakres.</p>	<p>Aktywnie współpracujemy z Ogólnopolskim Stowarzyszeniem ŚDS-ów. Uczestniczyliśmy też w wielu projektach realizowanych przez inne ŚDS-sy oraz organizacje pozarządowe.</p> <p>Mierniki z 2018r. przekroczyły nasze oczekiwania również dzięki oddźwiękowi społecznemu po uczestnictwie w kolejnym już trzecim spotkaniu OGÓLNOPOLSKIEJ OLIMPIADY SPORTOWEJ TATASPARTAKIADY w Łazach gdzie otrzymaliśmy kolejny rok z rzędu I miejsce oraz nagrodę Far PLAY. Zaprezentowaliśmy swoje umiejętności sportowe i artystyczne- muzyczne. Rozdźwięk z tego powodu przyczynił się znacznie do wzmocnienia promocji naszej placówki.</p> <p>Ponadto cele zaplanowane wg mierników w Kąciuku komputerowym zostały osiągnięte ponad zaplanowane również ze względu na zainteresowanie uczestników grupy A internetową formą informacji i pozyskania</p>
-----	--	--	--	---	--	--	--

niepełnosprawnymi,
- nabywanie
umiejętności korzystania
z wszechstronnej
wiedzy internetowej.

**3. Wyszukiwanie
i przygotowanie
materiałów do
prezentacji
inscenizacji oraz etiud
folklorystycznych.**

wiedzy gdzie kolejny z
uczestników już trzeci
uczestnik w sposób
zaangażowany
systematycznie korzysta
z kącika komputerowego
i rozwija swoje
zainteresowania
muzyczne oraz ogólną
wiedzę o świecie i
polityce.

** właściwe podkreślić*

DYREKTOR

mgr inż. Lucyna Pakuła

Środowiskowy Dom Samopomocy
17-100 BIELSK PODLASKI
ul. Kazimierzowska 18/2
tel. 833-10-10; 833-10-11

Zatwierdzam
BURMISTRZ MIASTA

Jarosław Borowski

PROGRAM DZIAŁALNOŚCI NA ROK 2019

ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W BIELSKU PODLASKIM

Nazwa placówki

Dla osób upośledzonych umysłowo – grupa B

Dla osób przewlekle psychicznie chorych - A, osób upośledzonych umysłowo - B, dla osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych – C oraz dla osób z niepełnosprawnościami sprzężonymi lub spektrum autyzmu *

L.p.	Zadania zaplanowane do realizacji	Sposób realizacji	Osoby objęte oddziaływaniami	Jednostki współuczestniczące w realizacji	Osoba odpowiedzialna za realizację zadania	Mierniki realizacji zadania w 2019r	Stopień realizacji miernika w 2018r.
1.	<p>TRENINGI UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH:</p> <p>a) samoobsługi i zaradności życiowej</p>	<p>Nauka podstawowych czynności życia codziennego niezbędnych w codziennym funkcjonowaniu.</p> <p>1. Podtrzymywanie i utrwalanie nabytych umiejętności w zakresie samoobsługi i zaradności życiowych.</p> <p>2. Utrwalanie podstawowych zasad i podstaw właściwego przygotowania stołu do posiłku.</p> <p>3. Utrwalanie podstawowych zasad</p>	<p>-18 osób z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco-aktywizującego.</p>	<p>Odpowiedzialni: - instruktor terapii zajęciowej.</p>	<p>- 8 osób przyswoi i pogłębi informacje oraz zasady wprowadzone przez trening samoobsługi i zaradności życiowej i będą potrafiły je w sposób umiędny zastosować w praktyce wykorzystując w codziennym funkcjonowaniu.</p>	<p>Mierniki z 2018r. realizacji zadania osiągnięto w stopniu satysfakcjonującym ponieważ z 10 osób zaplanowanych wg mierników na 2018r. 6 osób przyswoiło te zasady w praktyce, utrwaliło i potrafi je zastosować w codziennym funkcjonowaniu, jednak poziom osiągniętych wyników nadal będzie wymagał pogłębiania</p>

	<p>sprzątania po posiłku (sprzątanie i zmywanie naczyń, mycie stołu, mycie krzesel).</p> <p>4. Utrwalanie podstawowych zasad związanych z wykonywaniem porządków w domu (mycie okien, mycie podłóg, odkurzanie, czyszczenie mebli itp.).</p> <p>5. Zasady właściwego dokonywania codziennych zakupów (produkty spożywcze, chemia i środki czystości, leki itp.).</p> <p>6. Utrwalanie podstawowych zasad oraz umiejętności estetycznego wyglądu osobistego (ręczne lub automatyczne pranie bielizny i ubrań, czyszczenie i konserwacja odzieży i obuwia).</p> <p>7. Utrwalanie podstawowych zasad składania i przechowywania czystej odzieży i bielizny.</p> <p>8. Podstawowe zasady repasacji oraz naprawy odzieży</p>					<p>i utrwalania tych umiejętności w dalszym procesie terapeutycznym.</p>
--	---	--	--	--	--	---

		<p>(ręczne szycie, cerowanie, przyszywanie guzików, nakładanie łąt i inne).</p> <p>9. Obsługa urządzeń AGD:</p> <p>a) pranie w pralce automatycznej (obsługa pralki, podstawowe zasady prania, właściwe dobieranie ubrań do prania),</p> <p>b) prasowanie żelazkiem (podstawowe zasady prasowania, dobieranie temperatury do tkanin),</p> <p>c) odkurzanie pomieszczeń (podstawowe zasady obsługi odkurzacza, zasady sprzątania pomieszczeń),</p> <p>d) obsługa kuchenki elektrycznej, obsługa czajnika elektrycznego, obsługa kuchenki mikrofalowej, obsługa robota kuchennego, obsługa zmywarki itp.</p> <p>10. Podstawowe zasady dbania o rośliny w domu (podlewanie kwiatów, zasilanie roślin, rozmnażanie kwiatów.</p>					
--	--	---	--	--	--	--	--

	<p>b) trening kulinarny</p>	<p>1. Podtrzymywanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu kulinarnego.</p> <p>2. Podstawowe zasady prawidłowego i zdrowego żywienia.</p> <p>3. Skutki i konsekwencje nieprawidłowego odżywiania się.</p> <p>4. Zdrowe żywienie, właściwa dieta jako jeden z elementów zdrowego żywienia, znaczenie owoców i warzyw w żywieniu.</p> <p>5. Przechowywania żywności- metody przedłużania okresu trwałości produktów spożywczych w tym owoców i warzyw (mrożenie, utrwalanie termiczne, pasteryzacja, kiszenie i konserwowanie).</p> <p>6. Podtrzymywanie i utrwalanie nabytych oraz nauka nowych umiejętności w zakresie przygotowania podstawowych posiłków:</p>	<p>-17 osób z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w SDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego.</p>	<p>Odpowiedzialni: - instruktor terapii zajęciowej.</p>	<p>- 8 osób przyswoi zasady kulinarne, a 3 z nich ponadto nauczy się samodzielnie przygotować proste danie.</p>	<p>Mierniki z 2018r. realizacji zadania zostały osiągnięte w stopniu zadawalającym ponieważ z zaplanowanych 10 osób aż 5 przyswoiło podstawowe zasady kulinarne, natomiast 4 z tych osób osiągnęły względną samodzielność w przygotowaniu prostych posiłków i potrafią tę umiejętność wykorzystać w codziennym funkcjonowaniu, nadal jednak wymagają utrwalania nabytych umiejętności.</p>
--	-----------------------------	--	---	---	---	---	--

	<p>c) trening higieniczny</p>	<ul style="list-style-type: none"> - parzenie kawy, herbaty, - zasady przygotowania deserów, - zasady przygotowania kanapek, - zasady przygotowania posiłków. <p>7. Przygotowanie prostych dań:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sałatek, surówek, - pieczenie ciast, ciastek (rogaliki, biszkopt, ciasto drożdżowe, piaskowe ciasta i inne wypieki), - desery, - gotowanie zup, - dania ziemniaczane, - proste dania mięsne, - dania mączne. <p>1. Podtrzymywanie i utrwalanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu higienicznego.</p> <p>2. Estetyczny wygląd i zasady, jak zadbać o wygląd zewnętrzny:</p> <p>a) dbanie o estetykę zewnętrzną (czyste ubranie, właściwie dobrane, zgodnie z porą roku i stosownie do okazji,</p> <p>b) schludny wygląd (czyste włosy, ogolona</p>	<p>- 17 osób z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.</p>	<p>- zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego.</p>	<p>Odpowiedzialni: - pielęgniarka .</p>	<p>- 6 osób osiągnie kolejny etap treningu i przyswoi nowe zasady higieniczne wprowadzone dzięki treningom i będą potrafiły je zastosować w praktyce.</p>	<p>Mierniki realizacji zadania w 2018r. osiągnięto w stopniu satysfakcjonującym ponieważ ze wskazanych wg miernika 8 osób 5 osób przyswoiło podstawową wiedzę, natomiast 2 z nich potrafiły zasady higieny osobistej zastosować w życiu codziennym, wciąż jednak umiejętności te wymagają utrwalania.</p>
--	-------------------------------	--	--	--	--	---	---

		<p>twarz).</p> <p>3.Podstawowe zasady higieny osobistej: a) zapoznanie się ze środkami czystości i higieny osobistej b) jak dbamy o higienę osobistą: - mycie rąk - mycie nóg i stóp - mycie całego ciała - dbanie o paznokcie - dbanie o włosy - dbanie o higienę jamy ustnej - dbanie o estetykę odzieży i obuwia.</p> <p>4. Zdrowy i higieniczny tryb życia: – jak dbać o zdrowie (pielęgnacja, żywienie, systematyczne branie leków i regularne wizyty kontrolne).</p> <p>5. Pogadanki, rozmowy i prezentacje multimedialne w zakresie higieny osobistej i higieny zdrowia psychicznego</p>					
	d) trening budżetowy	<p>1.Zasoby finansowe i umiejętność gospodarowania nimi: - orientacja w cenach zakupów, - wydatki pierwszej potrzeby,</p>	-nie wyznaczono osób z grupy B do pracy w tym zakresie zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.	-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego.	Odpowiedzialni: zespół wspierająco – aktywizujący.	Brak założeń - brak możliwości ich realizacji	Nie wyznaczono mierników realizacji zadania z 2018r. nie zostały zrealizowane wg planu ponieważ żaden z uczestników nie wykazał ochoty na współpracę

	<p>e) trening umiejętności prowadzenia rozmowy</p>	<p>- opłaty stałe, - sposoby oszczędnego gospodarowania środkami.</p> <p>2. Planowanie wydatków – zakupy: - zakupy podstawowych towarów, - planowanie zakupów na tydzień, - zakupy na weekend - planowanie wydatków na cały miesiąc, - trudności w zakupach, - zakupy pierwszej konieczności.</p> <p>1. Podtrzymywanie i utrwalanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu umiejętności prowadzenia rozmowy.</p> <p>2. Rozmowa jako sposób na wyrażanie niezbędnych potrzeb i myśli: - podstawowe zasady prowadzenia rozmowy, - sposoby właściwego wyrażania myśli, - dialog i konwersacja jako sposoby prowadzenia rozmowy.</p> <p>3. Formułowanie niezbędnych potrzeb i myśli przy</p>	<p>-9 osób z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: muzeum, biblioteka, przychodnia, szkoły.</p>	<p>Odpowiedzialni: instruktor terapii zajęciowej, pracownik socjalny lub inni członkowie zespołu terapeutycznego wg potrzeb.</p>	<p>- przynajmniej 4 osoby osiągną wyższy poziom realizacji programu treningu osób i przyswoją nowe zasady oraz umiejętności wprowadzone przez tę formę zajęć, będą potrafiły też w sposób praktyczny zastosować je w życiu codziennym.</p>	<p>terapeutyczną w tym zakresie, głównie też z braku możliwości dysponowania własnymi środkami.</p> <p>Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte w stopniu satysfakcjonującym ponieważ z planowanych 6 osób osiągnęło zamierzone efekty w przypadku 4 osób, które przyswoiły podstawową wiedzę i zasady umiejętności prowadzenia rozmowy, natomiast 2 z nich dość samodzielnie potrafi załatwić swoje sprawy w urzędach i innych instytucjach. Proces ten jednak wciąż należy kontynuować dla wypracowanych umiejętności.</p>
--	--	--	--	---	---	--	--

	<p>f) trening umiejętności spędzania wolnego czasu</p>	<p>załatwianiu spraw: - urzędy i placówki administracji publicznej, - przychodnie, -sklepy, - biblioteka, muzeum, - pozostałe instytucje, - kontakty międzyludzkie.</p> <p>1.Podtrzymywanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu umiejętności spędzania wolnego czasu.</p> <p>2. Formy spędzania wolnego czasu: - muzyka, - gry i zabawy, - gry edukacyjne.</p> <p>3. Rozwijanie zainteresowań i hobby: - prasa i książka, -poezja - zainteresowania plastyczne - wyszywanie i haft.</p> <p>4. Inne : -telewizja, radio - komputer - wycieczki i spacer - kino, teatr.</p> <p>5. Sala doświadczania świata:</p>	<p>-18 osób z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w SDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: muzeum, biblioteka, ośrodki kultury, szkoły.</p>	<p>Odpowiedzialni: instruktorzy terapii zajęciowej, terapeuci, pracownik socjalny, pozostali członkowie zespołu terapeutycznego.</p>	<p>- 9 osób przyswoi zasady wprowadzone przez trening umiejętności spędzania wolnego czasu w tym przynajmniej 4 z tych osób będzie miało możliwość rozwoju swoich zainteresowań i hobby.</p>	<p>Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte w stopniu bardzo satysfakcjonującym ponieważ z wyznaczonych 9 osób 6 osób osiągnęło zamierzone efekty i przyswoiło podstawowe zasady oraz umiejętności spędzania wolnego czasu, osiągnęło przy tym ogromną satysfakcję i znalazło sposób na rozwinięcie i urozmaicenie swoich zainteresowań o inne formy (muzyka, internet, haft krzyżykowy).</p>
--	--	--	---	---	---	---	--

	<p>g) trening samouspawniania i doskonalenia</p>	<p>- urządzenia stymulujące rozwój zmysłów (równowagi, dotyku, wzroku i słuchu) - poznawanie i doświadczanie świata przez zmysły - integracja sensoryczna</p> <p>1. Podtrzymywanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu samouspawniania i doskonalenia.</p> <p>2. Terapia dźwiękiem: - arteterapia, - choreoterapia, - muzykoterapia.</p> <p>3. Terapia obrazem (w tym arteterapia): - filmoterapia, - umiejętność posługiwania się komputerem, - umiejętność korzystania z internetu.</p> <p>4. Terapia ruchem - kinezyterapia + kinezyjologia edukacyjna (ćw. psychomotoryczne), - drama, teatralne formy, arteterapia, - metoda ruchu rozwijającego W. Sherborn</p>	<p>- 18 osób z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.</p>	<p>- zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: domy kultury, placówki ŚDS, WTZ, wymiana doświadczeń.</p>	<p>Odpowiedzialni: instruktor terapii zajęciowej.</p>	<p>- 8 osób osiągnie satysfakcję z uczestnictwa i poszerzy zakres zainteresowań tą formą treningów odnajdując w nich sposób na samorealizację, ponadto zespół wokalny 6 osobowy osiągnie kolejny poziom swego profesjonalizmu i weźmie udział w kolejnych prezentacjach.</p>	<p>Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte wg założeń i zgodnie z planem ponieważ z 10 osób wskazanych wg mierników wszystkie wykazały zainteresowanie tą formą zajęć przy czym 6 z nich wzięło udział w prezentacjach i występach zespołu wokalnego ŚDS, zdobywając nagrody i wyróżnienia.</p>
--	--	---	--	--	---	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> - elementy jogi elementy tai – chi, - technika Aleksandra, - trening relaksacyjny E. Jacobsona. 					
2.	TERAPIA ZAJĘCIOWA PLASTYCZNA	<p>1. Utrwalanie poznanych technik plastycznych:</p> <ul style="list-style-type: none"> - decoupage (puzderka, bombki, butelki, opakowania), - iris folding (laurki, pocztówki, prace plastyczne – obrazy), - zdobienie sznurkiem (dzbanki, kompozycje, butelki), - quling (laurki, kompozycje przestrzenne, pocztówki), - malowanie farbami - rysunek kredą - embosing pocztówki, dekoracje – pergamono (dekoracje, wycinanki, pocztówki, kwiaty), - filcowanie wełny (dekoracje, prace plastyczne), - malowanie kredką. <p>2. Kontynuowanie technik plastycznych</p> <ul style="list-style-type: none"> - wiklina papierowa, - bombki przestrzenne, - inne wg, szkoleń. 	-14 osób z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: muzeum, ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	Odpowiedzialni: instruktor terapii zajęciowej.	-6 osób osiągnie satysfakcję z uczestnictwa w tych zajęciach, poszerzy swoje umiejętności o kolejny etap pracy terapeutycznej i umiejętność nowych technik oraz jak wcześniej weźmie udział w kolejnych konkursach i wystawach prac oraz innych prezentacjach.	Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte w stopniu satysfakcjonującym, ponieważ z zaplanowanych 5 osób wszystkie osoby osiągnęły zamierzone efekty i chętnie uczestniczyły w tych zajęciach biorąc udział w konkursach plastyczno-technicznych.

3.	TERAPIA ZAJĘCIOWA TECHNICZNA	<p>1. Utrwalanie poznanych technik:</p> <ul style="list-style-type: none"> - gipsoryt (rzeźbienie w suchym tynku, malowanie), - mandala (wysypywanie wzorów, malowanie elementów wzorów), - witraż (wyklejany folią witrażową), - wyklejanie wzorów włóczką, - sztuczna biżuteria (zdobienie drewnianych elementów - kolczyki, przewieszki, broszki), - metoda Tiffani'ego (biżuteria ze szkła zdobnego), - wiklina papierowa, - relief na szkle. <p>2. Wykorzystanie poznanych technik do wyrobu rzeczy użytkowych:</p> <ul style="list-style-type: none"> - wykonanie organizerów, pojemników, mis i innych (wiklina papierowa) - zdobienie szkła użytkowego (wazon, kubki, misy, dzbany). 	<p>-11 osób z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierającym – aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierającego – aktywizującego</p> <p>- współpraca: muzeum, ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	<p>Odpowiedzialni: instruktor terapii zajęciowej.</p>	<p>-7 osób osiągnęły satysfakcję z uczestnictwa w tych zajęciach i wezmą udział w konkursach i wystawach prac oraz innych prezentacjach.</p>	<p>Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte w stopniu satysfakcjonującym ponieważ z planowanych 6 osób 4 osoby zaangażowały się i z satysfakcją uczestniczyły w tych zajęciach przygotowując prace na wystawę prac i do konkursów plastyczno-technicznych.</p>
----	-------------------------------------	--	---	--	--	---	---

4.	TERAPIA ZAJĘCIOWA MUZYCZNO-RYTMICZNA	<p>Wykorzystanie muzyki jako:</p> <p>1. Formy ekspresji artystycznej (tańce integracyjne, improwizacje taneczno-rytmiczne).</p> <p>2. Muzyka jako element nastrojotwórczy (słuchanie, śpiewanie, karaoke).</p> <p>3. Muzyka rozwijająca ekspresję wokalną (muzyczne zabawy z dźwiękiem, ruchem i rytmem, zabawy z głosem, zabawy z piosenką).</p> <p>4. Muzyka z wykorzystaniem instrumentów (zabawy z instrumentami perkusyjnymi).</p> <p>5. Muzyka relaksacyjna z wykorzystaniem elementów światłoterapii (aktywna relaksacja, zabawy relaksujące, relaksujące elementy świetlne).</p>	<p>-16 osób z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierająco - aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	<p>Odpowiedzialni: Instruktor terapii zajęciowej, instruktor ds. kulturalno – oświatowych.</p>	<p>-10 osób osiągnie satysfakcję z uczestnictwa w tych zajęciach w tym 6 osób weźmie udział jako grupa reprezentacyjna ŚDS w prezentacjach, występach i konkursach artystycznych o charakterze muzycznym, kontynuowanie działalności zespołu wokalnego ŚDS.</p>	<p>Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte również w stopniu satysfakcjonującym ponieważ z zaplanowanych 10 osób 6 osiągnęło zamierzone efekty i chętnie uczestniczyło w tych zajęciach, przy czym 5 z tych osób bardzo aktywnie uczestniczyło w próbach zespołu wokalnego i wielokrotnie brała udział w konkursach i prezentacjach muzycznych.</p>
----	---	--	---	---	---	---	--

5.	WARSZTAT KRAWIECKO- HAFCIARSKI	<p>1. Podtrzymywanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie warsztatu krawiecko-hafciarskiego.</p> <p>2. Kontynuowanie technik haftu krzyżkowego - pejzaże i obrazy z haftu, - haft jako element dekoracyjny (dekorowanie ubrań, pocztówki, serwetki).</p> <p>3. Nauka obsługi maszyny do szycia: - zasady bezpieczeństwa pracy, - podstawowe zasady obsługi, - konserwacja.</p> <p>4. Podstawowe zasady kroju i szycia - przygotowanie form do wykroi, - wykroje i projekty ubrań, - wykańczanie prac krawieckich.</p> <p>5. Przygotowanie stroi i ubrań na prezentacje i występy uczestnikom ŚDS.</p> <p>6. Przechowywanie</p>	<p>-4 osoby z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierająco -aktywizującym</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: ośrodki kultury, szkoły pozostałe ośrodki wsparcia</p>	<p>Odpowiedzialni: -instruktor terapii zajęciowej</p>	<p>-4 osoby osiągną samodzielność w zakresie praktycznego wykorzystania nabytych umiejętności krawieckich i doskonalenia technik haftu krzyżkowego.</p>	<p>Mierniki z 2018. zostały osiągnięte na wyznaczonym poziomie z zaplanowanych 4 osób wg mierników wszystkie 4 osoby chętnie uczestniczyły w tych zajęciach i z ogromną satysfakcją wykonywały prace hafciarskie traktując to również jako własne hobby, ponadto chętnie doskonalili kolejne techniki szycia i haftu.</p>
----	---	---	---	--	--	---	---

6.	ZAJĘCIA DYDAKTYCZNE	<p>i dbanie o materiały oraz narzędzia w warsztacie krawiecko – hafciarskim: - zasady właściwego użytkowania narzędzi w warsztacie, - zasady właściwego użytkowania materiałów w warsztacie.</p> <p>1.Podtrzymywanie techniki czytania i pisania: -ćwiczenia grafomotoryczne (rysowanie po śladzie, rysunki dowolne, przepisywanie krótkich tekstów), -utrwalanie znajomości liter, - czytanie zdań i krótkich tekstów, -usprawnianie manualne, -zabawy zręcznościowe.</p> <p>2. Ćwiczenia i zabawy rozwijające i usprawniające percepcję słuchową, wzrokową oraz koordynację wzrokowo-słuchowo-ruchową: -zabawy manipulacyjne, -ćwiczenia logopedyczne.</p>	<p>-12 osób z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierająco –aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	<p>Odpowiedzialni: - terapeuta.</p>	<p>-8 osób osiągnie zadowolenie z uczestnictwa w tych zajęciach i będą potrafiły w sposób praktyczny wykorzystać pozyskaną wiedzę, w tym 6 z tych osób weźmie udział w prezentacjach i występach.</p>	<p>Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte w znacznym stopniu, ponieważ z zaplanowanych 8 osób, 6 osób chętnie uczestniczyło w zajęciach i w sposób praktyczny potrafiło wykorzystać nabytą wiedzę korzystając ze wszelkich możliwych pomocy dydaktycznych, 4 z wyznaczonych osób umiejętnie wykorzystało nabytą wiedzę przy załatwianiu spraw w urzędach (wypełnić dokumenty, druki), ponadto osoby te chętnie uczestniczyły w prezentacjach i występach w placówce oraz poza nią.</p>
----	--------------------------------	--	--	---	--	---	---

7.	TERAPIA RUCHOWA	<p>3. Usprawnianie orientacji w schemacie ciała i przestrzeni: - opanowywanie i stosowanie pojęć przestrzennych, - ćwiczenia orientacji w schemacie ciała.</p> <p>4. Doskonalenie pamięci: - nauka tekstów na pamięć, - ćwiczenia wzrokowe w zapamiętywaniu.</p> <p>5. Rozwijanie umiejętności interpersonalnych: - pogadanki - prezentacje.</p> <p>1. Ćwiczenia ogólnorozwojowe - krążenia RR, NN, T, G - zwiększające ruchomość.</p> <p>2. Gimnastyka korekcyjno-kompensacyjna.</p> <p>3. Ćwiczenia wzmacniające: - grzbiet, brzuch, pośladki, kark. - RR, NN, - mięśnie przykręgosłupowe.</p>	- 8 osób z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierająco –aktywizującym.	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	Odpowiedzialni: - terapeuta.	- 6 osób osiągnie satysfakcję z uczestnictwa w zajęciach, najlepsze osoby wezmą udział w zawodach sportowych.	Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte w stopniu bardzo nas satysfakcjonującym, ponieważ wszystkie 7 zaplanowanych wg mierników osób bardzo chętnie uczestniczyło w zajęciach jak również wszystkie wzięły aktywny udział w zawodach sportowych uczestnicząc w wielu konkurencjach sportowych.
----	-----------------	---	---	--	---------------------------------	---	--

8.	WSPARCIE	<p>4. Ćwiczenia ergomotoryczne: - ćwiczenia na sprzęcie: rowerki, stepper, wiosła, cross, bieżnia stacjonarna.</p> <p>5. Lekkie ćwiczenia usprawniające na atlasie sportowym.</p> <p>6. Ćwiczenia koordynacyjno-ruchowe.</p> <p>7. Ćwiczenia zręcznościowe i równoważne.</p> <p>8. Gry i zabawy z wykorzystaniem przyborów lub bez; na sali lub na powietrzu (park).</p> <p>9. Odnowa biologiczna i elementy rehabilitacji z wykorzystaniem : - fotela masującego - masażer do ciała – nowa forma zajęć związana z zakupem profesjonalnego sprzętu.</p>	1.Pomoc uczestnikom i ich rodzinom w: - pośredniczenie w załatwianiu spraw urzędowych	- wszyscy uczestnicy z grupy B (19 osoby).	- zespół wspierająco – aktywizujący funkcjonujący w ŚDS - współpraca: rodziny , instytucje ,	Odpowiedzialni: - pracownicy ŚDS – zespół wspierająco-aktywizujący (instruktorzy,	- pozyskanie do współpracy kolejnych 3 rodzin (utworzenie grupy samopomocy i	Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte ponieważ z zaplanowanych 2 nowych rodzin podjęliśmy współpracę z każdą z tych
----	----------	---	--	--	---	--	--	--

		<p>- reprezentowanie w instytucjach .</p> <p>2.Pobudzanie do aktywności społecznej - rozwijanie posiadanych umiejętności społecznych, - utrzymywanie kontaktów z rodziną i przyjaciółmi, - integracja ze społecznością lokalną, - wsparcie psychologiczne.</p> <p>3. Samopomoc uczestników ŚDS ich rodzin oraz personelu placówki, wspieranie się w przezwyciężeniu trudnych sytuacji, wzajemna integracja (wspólne wyjazdy, wycieczki, ogniska oraz turnusy rehabilitacyjne).</p>		<p>urzędy, szkoły, młodzież.</p>	<p>terapeuci, pracownik socjalny, pielęgniarka).</p>	<p>wsparcia).</p>	<p>rodzin, wielokrotnie udzielając różnych form wsparcia w tym również wsparcia psychologicznego.</p>
9.	OPIEKA PIELĘGNIARSKA	<p>1.Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach.</p> <p>2.Podawanie leków wg zlecenia lekarza.</p> <p>3.Nadzorowanie badań: - laboratoryjnych - specjalistycznych.</p> <p>4. Współpraca z poradnią:</p>	<p>- wszyscy uczestnicy z grupy B (19 osoby).</p>	<p>- rodziny, poradnie zdrowia, lekarze.</p>	<p>Odpowiedzialni: - pielęgniarka</p>	<p>- 3 osoby upośledzone umysłowo ze schorzeniami towarzyszącymi podejmą się regularnej kontroli stanu zdrowia w ramach współpracy śds z Poradnią Zdrowia.</p>	<p>Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte w stopniu satysfakcjonującym ponieważ z 4 zaplanowanych wg mierników osób kolejne 2 osoby regularnie kontrolują swoje zdrowie i uczęszczają do poradni cukrzycowej.</p>

10.	<p>BUDOWA SIECI OPARCIA SPOŁECZNEGO - na rzecz osób z zaburzeniami psychicznymi</p>	<ul style="list-style-type: none"> - wizyty u lekarzy, - współpraca z poradnią zdrowia psychicznego, - dokonywanie pomiarów podstawowych parametrów życiowych. <p>5. Pogadanki tematyczne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zdrowy tryb życia, - zdrowie psychiczne - psychoedukacja. <p>6. Współpraca z rodziną.</p> <p>1. Integracja społeczna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - spotkania i wizyty młodzieży - spotkania integracyjne - wymiana doświadczeń i współpraca - tworzenie grup samopomocy - przełamywanie funkcjonujących stereotypów. <p>2 Promowanie działalności ŚDS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - foldery, pogadanki, - prelekcje i prezentacje multimedialne, - wystawy, prezentacje, występy artystyczne. 	- wszyscy uczestnicy z grupy B (19 osoby).	<ul style="list-style-type: none"> - zespół wspierająco-aktywizujący funkcjonujący w ŚDS - współpraca: instytucje, urzędy, placówki zdrowia, szkoły, rodziny, media lokalne, instytucje kościelne i inne. 	<p>Odpowiedzialni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pracownicy ŚDS – zespół wspierająco-aktywizujący, instruktorzy, terapeuci, pracownik socjalny, pielęgniarka. 	<ul style="list-style-type: none"> - pozyskanie nowych osób, wolontariuszy, instytucji chętnych do współpracy z ŚDS, utworzenie grupy samopomocy we współpracy z młodzieżą szkolną oraz wolontariatem, współpraca z samorządami i organizacjami pozarządowymi, realizacja wspólnych projektów. 	<p>Po raz kolejny mierniki wyznaczone do osiągnięcia w 2018r. zostały osiągnięte w stopniu bardzo nasatisfakcjonującym wykraczającym poza nasze wcześniejsze oczekiwania: wciąż rozwijamy dotychczasową współpracę z wolontariatem „W jedną stronę” oraz młodzieżą szkolną, wciąż pozyskujemy nowych wolontariuszy chętnych do współpracy z ŚDS, współpracujemy z WTZ i Zespołem Szkół Specjalnych. W ramach budowy sieci oparcia społecznego nasza placówka co roku</p>
-----	--	---	--	--	--	---	--

		<p>3. Współpraca z rodziną: - wsparcie i pomoc, - wymiana doświadczeń.</p> <p>4. Współpraca z mediami lokalnymi: - telewizja lokalna, - prasa.</p> <p>5. Współpraca z samorządami oraz organizacjami pozarządowymi i realizacja wspólnych projektów.</p> <p>6. Włączenie się ŚDS w realizację w ramach BUDŻETU OBYWATELSKIEGO MIASTA BIELSK PODLASKI – FESTYNU MIKOŁAJKOWEGO 2018r. – zgodnie z wolą i wynikiem głosowania mieszkańców miasta Bielsk Podlaski.</p>					<p>organizuje FESTYNU MIKOŁAJKOWY, w 2018r to już jego XVII edycja, nad którą Honorowy Patronat objął Burmistrz Miasta Bielsk Podlaski, a po raz trzeci zrealizowany został w ramach <u>BUDŻETU OBYWATELSKIEGO Miasta Bielsk Podlaski na 2018r.</u> Nasz projekt „<u>FESTYNU MIKOŁAJKOWEGO</u>” <u>organizowany na rzecz osób niepełnosprawnych</u> zyskał ogromną akceptację społeczną i popularność wśród społeczności lokalnej Bielska Podlaskiego. <u>W realizację tego projektu od wielu lat aktywnie włączyliśmy i wciąż to robimy, kolejne stowarzyszenia i inne organizacje pozarządowe oraz tradycyjnie młodzież szkolną, dzieci z przedszkoli, młodzież z domów kultury.</u> Reportaż z imprezy co roku jest emitowany w telewizji lokalnej, która również objęła imprezę Patronatem Medialnym. Aktywnie współpracujemy z Ogólnopolskim Stowarzyszeniem ŚDS-ów, uczestniczyliśmy też w wielu projektach realizowanych przez inne</p>
--	--	--	--	--	--	--	--

11.	INTERNET I KOMPUTER – metodą otwierania się na świat	<p>1.Rozwijanie zainteresowań i hobby: - piosenki, wiersze, gry</p> <p>2.Poszerzanie wiedzy ogólnej: - poszukiwanie nowych metod i technik pracy z osobami niepełnosprawnymi, - nabywanie umiejętności korzystania z wszechstronnej wiedzy internetowej,</p>	- wszyscy uczestnicy z grupy B (19 osoby).	- zespół wspierająco – aktywizujący funkcjonujący w ŚDS - współpraca: rodziny, instytucje, urzędy, szkoły, młodzież.	Odpowiedzialni: - pracownicy ŚDS – zespół wspierająco-aktywizujący , instruktorzy, terapeuci, opiekunowie.	- 2 kolejne osoby nabeżdą umiejętności korzystania z zasobów wiedzy internetowej.	<p>ŚDS-sy oraz organizacje pozarządowe. Mierniki z 2018r. przekroczyły nasze oczekiwania również dzięki oddźwiękowi społecznemu po uczestnictwie w kolejnym już trzecim spotkaniu TATASPARTAKIADY OGÓLNOPOLSKIEJ OLIMPIADY SPORTOWEJ w Łazach gdzie otrzymaliśmy kolejny rok z rzędu I miejsce i nagrodę Far PLAY. Zaprezentowaliśmy swoje umiejętności sportowe i artystyczno-muzyczne. Rozdźwięk z tego powodu przyczynił się znacznie do wzmocnienia promocji naszej placówki.</p> <p>Ponadto cele na 2018r. zostały osiągnięte również w zakresie kącika komputerowego ze względu na zainteresowanie uczestników grupy A internetową formą informacji i pozyskania wiedzy gdzie kolejny z uczestników już trzeci uczestnik w sposób zaangażowany systematycznie korzysta z kącika komputerowego i rozwija swoje zainteresowania</p>
-----	---	--	--	---	--	---	---

		3.Szukanie i przygotowanie materiałów do prezentacji inscenizacji oraz etiud folklorystycznych.					muzyczne oraz ogólną wiedzę o świecie i polityce.
--	--	---	--	--	--	--	---

DYREKTOR

mgr inż. Lucyna Pakula

Środowiskowy Dom Samopomocy
17-100 BIELSK PODLASKI
ul. Kazimierzowska 18/2
tel 833-10-10 833-10-11

ZATWIERDZAM

Jarosław Borowski

Załącznik Nr 3
do Zarządzenia Nr... 43/19...
Burmistrza Miasta Bielsk Podlaski
z dnia... 21. lutego 2019 r.

PROGRAM DZIAŁALNOŚCI NA ROK 2019
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W BIELSKU PODLASKIM

Nazwa placówki

Dla osób z niepełnosprawnościami sprzężonymi lub spektrum autyzmu

Dla osób przewlekle psychicznie chorych - A, osób upośledzonych umysłowo - B, dla osób wykazujących inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych – C oraz dla osób z niepełnosprawnościami sprzężonymi lub spektrum autyzmu *

L.p.	Zadania zaplanowane do realizacji	Sposób realizacji	Osoby objęte oddziaływaniami	Jednostki współuczestniczące w realizacji	Osoba odpowiedzialna za realizację zadania	Mierniki realizacji zadania w 2019r	Stopień realizacji miernika w 2018r.
1.	TRENINGI UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH: a) samoobsługi i zaradności życiowej	Nauka podstawowych czynności życia codziennego niezbędnych w codziennym funkcjonowaniu. 1.Podtrzymywanie i utrwalanie nabytych umiejętności w zakresie samoobsługi i zaradności życiowych. 2. Utrwalanie podstawowych zasad i podstaw właściwego przygotowania stołu do posiłku.	- 6 osób z grupy spektrum autyzmu i niepełnosprawnością sprzężoną zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.	-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco-aktywizującego.	Odpowiedzialni:-instruktor terapii zajęciowej.	- przynajmniej 3 osoby przyswoją informacje i zasady wprowadzone przez trening samoobsługi i zaradności życiowej i będą potrafiły je w miarę swoich możliwości i stopnia niepełnosprawności	W 2018r. realizowano mierniki założone do realizacji z gr. B. W ciągu roku na bazie gr. B - wytypowano podgrupę autyzm/sprzężenia. Mierniki z 2018r. realizacji zadania określono na 6 osób A/S. Poziom ich realizacji był różny w zależności od stopnia niepełnosprawności

		<p>3. Utrwalanie podstawowych zasad sprzątania po posiłku (sprzątanie i zmywanie naczyń, mycie stołu, mycie krzeseł).</p> <p>4. Utrwalanie podstawowych zasad związanych z wykonywaniem porządków w domu (mycie okien, mycie podłóg, odkurzanie, czyszczenie mebli itp.).</p> <p>5. Zasady właściwego dokonywania codziennych zakupów (produkty spożywcze, chemia i środki czystości, leki itp.).</p> <p>6. Utrwalanie podstawowych zasad oraz umiejętności estetycznego wyglądu osobistego (ręczne lub automatyczne pranie bielizny i ubrań, czyszczenie i konserwacja odzieży i obuwia).</p> <p>7. Utrwalanie podstawowych zasad składania i przechowywania czystej odzieży i</p>				<p>zastosować w praktyce wykorzystując w codziennym funkcjonowaniu korzystając oczywiście ze wsparcia i pomocy innych osób.</p>	<p>uczestników. W 1 przypadku stopień realizacji celów był właściwie na poziomie braku widocznych efektów i możliwości realizacji zadań ze względu na stopień upośledzenia. Pozostałe 4 osoby zrealizowały wyznaczone cele połowicznie pozyskując określoną wiedzę teoretyczną, a w przypadku 1 osoby widoczne były znaczne efekty pracy terapeutycznej, które zrealizowane zostały na poziomie satysfakcjonującym. Jednak proces terapeutyczny nadal będzie wymagał pogłębiania i utrwalania nabytych umiejętności w dalszej pracy.</p>
--	--	--	--	--	--	---	--

		<p>bielizny.</p> <p>8. Podstawowe zasady repasacji oraz naprawy odzieży (ręczne szycie, cerowanie, przyszywanie guzików, nakładanie łat i inne).</p> <p>9. Obsługa urządzeń AGD:</p> <p>a) pranie w pralce automatycznej (obsługa pralki, podstawowe zasady prania, właściwe dobieranie ubrań do prania),</p> <p>b) prasowanie żelazkiem (podstawowe zasady prasowania, dobieranie temperatury do tkanin),</p> <p>c) odkurzanie pomieszczeń (podstawowe zasady obsługi odkurzacza, zasady sprzątania pomieszczeń),</p> <p>d) obsługa kuchenki elektrycznej, obsługa czajnika elektrycznego, obsługa kuchenki mikrofalowej, obsługa robota kuchennego, obsługa zmywarki itp.</p> <p>10. Podstawowe</p>					
--	--	--	--	--	--	--	--

	<p>b) trening kulinarny</p>	<p>zasady dbania o rośliny w domu (podlewanie kwiatów, zasilanie roślin, rozmnażanie kwiatów.</p> <p>1. Podtrzymywanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu kulinarnego.</p> <p>2. Podstawowe zasady prawidłowego i zdrowego żywienia.</p> <p>3. Skutki i konsekwencje nieprawidłowego odżywiania się.</p> <p>4. Zdrowe żywienie, właściwa dieta jako jeden z elementów zdrowego żywienia, znaczenie owoców i warzyw w żywieniu.</p> <p>5. Przechowywania żywności- metody przedłużania okresu trwałości produktów spożywczych w tym owoców i warzyw (mrożenie, utrwalanie termiczne, pasteryzacja, kiszenie i konserwowanie).</p>	<p>-6 osób z grupy spektrum autyzmu i niepełnosprawność sprzężona zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.</p>	<p>- zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego.</p>	<p>Odpowiedzialni: - instruktor terapii zajęciowej.</p>	<p>- przynajmniej 3 osoby przyswoją informacje i zasady wprowadzone przez trening kulinarny i będą potrafiły je w miarę swoich możliwości i stopnia niepełnosprawności zastosować w praktyce wykorzystując w codziennym funkcjonowaniu, korzystając oczywiście ze wsparcia i pomocy innych osób.</p>	<p>W 2018r. realizowano mierniki założone do realizacji z gr. B. W ciągu roku na bazie gr. B - wytypowano podgrupę autyzm/sprzężenia. Mierniki z 2018r realizacji zadania określono na 6 osób A/S. Poziom ich realizacji był różny w zależności od stopnia niepełnosprawności uczestników. W 1 przypadku możliwość realizacji zadań była właściwie na poziomie braku widocznych efektów i możliwości realizacji wyznaczonych celów ze względu na stopień niepełnosprawności. Pozostałe 3 osoby zrealizowały wyznaczone cele połowicznie jedynie w zakresie wiedzy teoretycznej, a w przypadku 2 osób widoczne były efekty pracy terapeutycznej i możliwość ich realizacji na poziomie satysfakcjonującym.</p>
--	-----------------------------	--	---	--	---	--	---

	<p>c) trening higieniczny</p>	<p>6. Podtrzymywanie i utrwalanie nabytych oraz nauka nowych umiejętności w zakresie przygotowania podstawowych posiłków: - parzenie kawy, herbaty, - zasady przygotowania deserów, - zasady przygotowania kanapek, - zasady przygotowania posiłków.</p> <p>7. Przygotowanie prostych dań: - sałatek, surówek, - pieczenie ciast, ciastek (rogaliki, biszkopt, ciasto drożdżowe, piaskowe ciasta i inne wypieki), - desery, - gotowanie zup, - dania ziemniaczane, - proste dania mięsne, - dania mączne.</p> <p>1. Podtrzymywanie i utrwalanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu higienicznego.</p> <p>2. Estetyczny wygląd i zasady, jak zadbać</p>	<p>-5 osób z grupy autyści i sprzężenia zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego.</p>	<p>Odpowiedzialni: - pielęgniarka.</p>	<p>- 4 osoby przyswoją informacje i zasady wprowadzone przez trening higieniczny i będą potrafiły je w miarę swoich możliwości i stopnia</p>	<p>Proces terapeutyczny nadal będzie wymagał pogłębiania i utrwalania nabytych umiejętności.</p> <p>W 2018r. realizowano mierniki założone do realizacji z gr. B. W ciągu roku na bazie gr. B - wytypowano podgrupę autyzm/sprzężenia. Mierniki z 2018r realizacji zadania określono na 6</p>
--	-------------------------------	---	---	---	--	--	---

		<p>o wygląd zewnętrzny: a) dbanie o estetykę zewnętrzną (czyste ubranie, właściwie dobrane, zgodnie z porą roku i stosownie do okazji, b) schludny wygląd (czyste włosy, ostrzyżone, ogolona twarz).</p> <p>3. Podstawowe zasady higieny osobistej: a) zapoznanie się ze środkami czystości i higieny osobistej b) jak dbamy o higienę osobistą:</p> <ul style="list-style-type: none"> - mycie rąk, - mycie nóg i stóp, - mycie całego ciała, - dbanie o paznokcie, - dbanie o włosy, - dbanie o higienę jamy ustnej, - dbanie o estetykę odzieży i obuwia. <p>4. Zdrowy i higieniczny tryb życia – jak dbać o zdrowie (pielęgnacja, żywienie, systematyczne branie leków i regularne wizyty kontrolne).</p> <p>5. Pogadanki, rozmowy i prezentacje</p>				<p>niepełnosprawności przyswoić określoną wiedzę, a nabyte umiejętności zastosują w praktyce wykorzystując w codziennym funkcjonowaniu korzystając oczywiście ze wsparcia i pomocy innych osób.</p>	<p>osób A/S. Poziom ich realizacji był różny w zależności od stopnia niepełnosprawności uczestników. W 1 przypadku brak było możliwości realizacji wyznaczonych celów na określonym poziomie – zbyt skomplikowane cele, które uległy modyfikacji. Poziom realizacji wyznaczonych celów u kolejnych 3 osób zrealizowany został na poziomie teoretycznego zrozumienia, natomiast możliwość ich realizacji w praktyce jedynie przy pomocy i wsparciu innych osób. Kolejne 2 osoby dość dobrze przyswoiły wiedzę i umiejętności wg wyznaczonych celów – na poziomie satysfakcjonującym. Jednak dla podtrzymania wypracowanych efektów proces terapeutyczny nadal będzie wymagał pogłębiania i utrwalania nabytych umiejętności w przypadku tych osób.</p>
--	--	---	--	--	--	---	---

	<p>d) trening budżetowy</p>	<p>multimedialne w zakresie higieny osobistej i higieny zdrowia psychicznego</p> <p>1. Zasoby finansowe i umiejętność gospodarowania nimi: - orientacja w cenach zakupów, - wydatki pierwszej potrzeby, - opłaty stałe, - sposoby oszczędnego gospodarowania środkami.</p> <p>2. Planowanie wydatków –zakupy: - zakupy podstawowych towarów, - planowanie zakupów na tydzień, - zakupy na weekend, - planowanie wydatków na cały miesiąc, - trudności w zakupach, - zakupy pierwszej konieczności.</p>	<p>-nie wyznaczono osób z grupy autyści i sprzężenia do pracy w tym zakresie zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego.</p>	<p>Odpowiedzialni: zespół wspierająco –aktywizujący.</p>	<p>Brak założeń- brak możliwości ich realizacji z tą grupą.</p>	<p>W 2018r. realizowano mierniki założone do realizacji z gr. B. W ciągu roku wytypowano na bazie gr. B - podgrupę autyzm/sprzężenia. Mierniki z 2018r realizacji zadania w przypadku treningu budżetowego nie uwzględniły osób z tej grupy.</p>
	<p>e) trening umiejętności prowadzenia rozmowy</p>	<p>1. Podtrzymywanie i utrwalanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu umiejętności prowadzenia rozmowy.</p>	<p>-2 osoby z grupy autyści i sprzężenia zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: muzeum, biblioteka,</p>	<p>Odpowiedzialni: instruktor terapii zajęciowej, pracownik socjalny lub inni członkowie zespołu terapeutycznego wg potrzeb.</p>	<p>- przynajmniej 2 osoby osiągną wyższy poziom realizacji programu treningu osób z wyodrębnionej grupy i przyswoją nowe zasady oraz umiejętności w</p>	<p>W 2018r. realizowano mierniki założone do realizacji z gr. B. W ciągu roku na bazie gr. B - wytypowano podgrupę autyzm/sprzężenia. Mierniki z 2018r realizacji zadania określono na 3</p>

	<p>f) trening umiejętności spędzania wolnego czasu</p>	<p>2. Rozmowa jako sposób na wyrażanie niezbędnych potrzeb i myśli: - podstawowe zasady prowadzenia rozmowy, - sposoby właściwego wyrażania myśli, - dialog i konwersacja jako sposoby prowadzenia rozmowy.</p> <p>3. Formułowanie niezbędnych potrzeb i myśli przy załatwianiu spraw: - urzędy i placówki administracji publicznej, - przychodnie, - sklepy, - biblioteka, muzeum, - pozostałe instytucje, - kontakty międzyludzkie.</p> <p>1. Podtrzymywanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu umiejętności spędzania wolnego czasu.</p> <p>2. Formy spędzania wolnego czasu: - muzyka, - gry i zabawy,</p>	<p>- 6 osób z grupy autyści i sprzężenia zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.</p>	<p>przychodnia, szkoły.</p> <p>- zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: muzeum, biblioteka, ośrodki kultury, szkoły.</p>	<p>Odpowiedzialni: instruktor terapii zajęciowej</p>	<p>kontaktowaniu się wprowadzone przez tę formę zajęć oraz będą potrafiły w sposób praktyczny zastosować je w życiu codziennym.</p> <p>- 5 osób przyswoi zasady wprowadzone przez trening umiejętności spędzania wolnego czasu w tym przynajmniej 3 z tych osób osiągną satysfakcję z uczestnictwa w tej</p>	<p>osoby A/S. Poziom ich realizacji był różny w zależności od stopnia niepełnosprawności uczestników. Stopień realizacji wyznaczonych celów w przypadku 2 osób zrealizowany został na poziomie zrozumienia, natomiast możliwość ich realizacji w praktyce i możliwość porozumienia jedynie przy pomocy i wsparciu innych osób. W przypadku 1 osoby dość dobrze została przyswojona wiedza i możliwość porozumiewania się na poziomie satysfakcjonującym. Jednak dla podtrzymania wypracowanych efektów proces terapeutyczny nadal będzie wymagał pogłębiania i utrwalania nabytych umiejętności w przypadku tych osób.</p> <p>W 2018r. realizowano mierniki założone do realizacji z gr. B. W ciągu roku na bazie gr. B - wytypowano podgrupę autyzm/sprzężenia. Mierniki z 2018r realizacji zadania określono na 6 osób A/S. Poziom ich realizacji był różny w zależności od stopnia</p>
--	--	---	--	---	--	--	---

	<p>g) trening samouspawniania i doskonalenia</p>	<p>- gry edukacyjne.</p> <p>3. Rozwijanie zainteresowań i hobby:</p> <ul style="list-style-type: none"> - prasa i książka, - poezja, - zainteresowania plastyczne, - wyszywanie i haft. <p>4. Inne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - telewizja, radio, - komputer, - wycieczki i spacer, - kino, teatr. <p>5. Sala doświadczenia świata:</p> <ul style="list-style-type: none"> - urządzenia stymulujące rozwój zmysłów (równowagi, dotyku, wzroku i słuchu), - poznawanie i doświadczanie świata przez zmysły, - integracja sensoryczna. <p>1. Podtrzymywanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu samouspawniania i doskonalenia.</p> <p>2. Terapia dźwiękiem:</p> <ul style="list-style-type: none"> - arteterapia, - choreoterapia, - muzykoterapia. 	<p>- 6 osób z grupy autyści i sprzężenia zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.</p>	<p>- zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: domy kultury, placówki ŚDS, WTZ, wymiana</p>	<p>Odpowiedzialni: instruktor terapii zajęciowej.</p>	<p>formie zajęć lub będzie miało możliwość rozwoju swoich zainteresowań.</p> <p>- przynajmniej 3 osoby osiągną satysfakcję z uczestnictwa w zajęciach i poszerzą zakres zainteresowań określoną formą treningów być może odnajdując w nich</p>	<p>niepełnosprawności uczestników. W 1 przypadku możliwości realizacji wyznaczonych celów na określonym poziomie okazała się zbyt skomplikowana. Poziom realizacji wyznaczonych celów u kolejnych 3 osób zrealizowany został na poziomie satysfakcjonującym, który dostarczał pozytywnych emocji tym uczestnikom. Kolejne 2 osoby potrafiły w umiejętny sobie sposób dobrać formę spędzania wolnego czasu do swoich zainteresowań i zrealizować założone cele na poziomie również satysfakcjonującym. Jednak dla podtrzymania wypracowanych efektów proces terapeutyczny nadal będzie wymagał pogłębiania i utrwalania nabytych umiejętności w przypadku tych osób.</p> <p>W 2018r. realizowano mierniki założone do realizacji z gr. B. W ciągu roku na bazie gr. B - wytypowano podgrupę autyzm/sprzężenia. Mierniki z 2018r realizacji zadania określono na 6 osób A/S. Poziom ich realizacji był różny w</p>
--	--	---	--	---	--	--	--

		<p>3. Terapia obrazem (w tym arteterapia):</p> <ul style="list-style-type: none"> - filmoterapia, - umiejętność posługiwania się komputerem, - umiejętność korzystania z internetu. <p>4. Terapia ruchem</p> <ul style="list-style-type: none"> - kinezyterapia + kinezylogia edukacyjna (ćw. psychomotoryczne), - drama, teatralne formy, arteterapia, - metoda ruchu rozwijającego W. Sherborn, - elementy jogi elementy tai – chi, - technika Aleksandra, - trening relaksacyjny E. Jacobsona. 		doświadczeń.		sposób na samorealizację, a przynajmniej 1 z wyznaczonych osób weźmie udział w kolejnych prezentacjach zespołu wokalnego ŚDS.	zależności od stopnia niepełnosprawności uczestników. 3 osoby osiągnęły zamierzone efekty i przyswoiły podstawowe zasady i umiejętności tej formy zajęć, a 1 z nich osiągnęła ogromną satysfakcję i znalazło sposób na rozwinięcie swoich zainteresowań muzycznych i udział w zespole wokalnym ŚDS wzięła udział w prezentacjach i występach zespołu wokalnego ŚDS zdobywając nagrody i wyróżnienia.
2.	TERAPIA ZAJĘCIOWA PLASTYCZNA	<p>1.Utrwalanie poznanych technik plastycznych:</p> <ul style="list-style-type: none"> - decoupage (puzderka, bombki, butelki, opakowania), - iris folding (laurki, pocztówki, prace plastyczne – obrazy), - zdobienie sznurkiem (dzbanki, kompozycje, butelki), - quling (laurki, kompozycje 	-4 osoby z grupy autyści i sprzężenia zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: muzeum, ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	Odpowiedzialni: instruktor terapii zajęciowej.	-2 osoby osiągną satysfakcję z uczestnictwa w tych zajęciach, usprawnią swoje umiejętności manualne i rozwiną się o kolejny etap pracy terapeutycznej i zdobędą umiejętność nowych technik dostosowanych do	W 2018r. realizowano mierniki założone do realizacji z gr. B. W ciągu roku na bazie gr. B - wytypowano podgrupę autyzm/sprzężenia. Mierniki z 2018r realizacji zadania określono na 3 osoby A/S. Poziom ich realizacji był różny w zależności od stopnia niepełnosprawności uczestników. W 1 przypadku możliwość

3.	TERAPIA ZAJĘCIOWA TECHNICZNA	<p>przestrzenne, pocztówki), - malowanie farbami, - rysunek kredą, - embosing pocztówki, dekoracje – pergamono (dekoracje, wycinanki, pocztówki, kwiaty), - filcowanie wełny (dekoracje, prace plastyczne), - malowanie kredką.</p> <p>2. Kontynuowanie technik plastycznych - wiklina papierowa, - bombki przestrzenne - inne wg. szkoleń.</p> <p>1.Utrwalanie poznanych technik: - gipsoryt (rzeźbienie w suchym tynku, malowanie), - mandala (wysypywanie wzorów, malowanie elementów wzorów), - witraż (wyklejany folią witrażową), - wyklejanie wzorów włóczką, - sztuczna biżuteria (zdobienie drewnianych elementów- kolczyki, przewieszki , broszki), - metoda Tiffani'ego (biżuteria ze szkła zdobnego),</p>	-3 osoby z grupy autyści i sprzężenia zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.	-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego - współpraca: muzeum, ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.	Odpowiedzialni: instruktor terapii zajęciowej.	ich możliwości manualnych. -2 osoby osiągną satysfakcję z uczestnictwa w tych zajęciach i wezmą udział w konkursach i wystawach prac oraz innych prezentacjach.	realizacji zadań była na poziomie utrwalania podstawowych umiejętności manualnych nabytych wcześniej. Pozostałe 2 osoby zrealizowały wyznaczone cele na poziomie poznawania nowych technik w stopniu satysfakcjonującym. Proces terapeutyczny nadal będzie wymagał pogłębiania i utrwalania nabytych umiejętności w zakresie poznanych technik. W 2018r. realizowano mierniki założone do realizacji z gr. B. W ciągu roku na bazie gr. B - wytypowano podgrupę autyzm/sprzężenia. Mierniki z 2018r realizacji zadania określono na 3 osoby A/S. Poziom ich realizacji był różny w zależności od stopnia niepełnosprawności uczestników. Z planowanych 3 osób, dwie osoby zaangażowały się i z satysfakcją uczestniczyły w tych zajęciach przygotowując prace na wystawę prac i do
----	-------------------------------------	---	---	---	--	--	---

		<ul style="list-style-type: none">- wiklina papierowa- relief na szkle. <p>2. Wykorzystanie poznanych technik do wyrobu rzeczy użytkowych:</p> <ul style="list-style-type: none">- wykonanie organizatorów, pojemników, mis i innych (wiklina papierowa),- zdobienie szkła użytkowego (wazon, kubki, misy, dzbany).					konkursów plastyczno-technicznych.
--	--	--	--	--	--	--	---

4.	TERAPIA ZAJĘCIOWA MUZYCZNO-RYTMICZNA	<p>Wykorzystanie muzyki jako:</p> <p>1. Formy ekspresji artystycznej (tańce integracyjne, improwizacje taneczno-rytmiczne).</p> <p>2. Muzyka jako element nastrojotwórczy (słuchanie, śpiewanie, karaoke).</p> <p>3. Muzyka rozwijająca ekspresję wokalną (muzyczne zabawy z dźwiękiem, ruchem i rytmem, zabawy z głosem, zabawy z piosenką).</p> <p>4. Muzyka z wykorzystaniem instrumentów (zabawy z instrumentami perkusyjnymi).</p> <p>5. Muzyka relaksacyjna z wykorzystaniem elementów światłoterapii (aktywna relaksacja, zabawy relaksujące, relaksujące elementy świetlne).</p>	<p>-5 osób z grupy autyści i sprzężenia zgodnie z indywidualnym planem wspierająco - aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	<p>Odpowiedzialni: Instruktor terapii zajęciowej, instruktor ds. kulturalno – oświatowych.</p>	<p>- przynajmniej 3 osoby osiągną satysfakcję z uczestnictwa w tych zajęciach i poszerzą zakres zainteresowań określonej formą treningów być może odnajdując w nich sposób na samorealizację, a przynajmniej 1 z wyznaczonych osób weźmie udział w kolejnych prezentacjach zespołu wokalnego ŚDS.</p>	<p>W 2018r. realizowano mierniki założone do realizacji z gr. B. W ciągu roku na bazie gr. B - wytypowano podgrupę autyzm/ sprzężenia. Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte w stopniu satysfakcjonującym ponieważ z zaplanowanych 4 osób osiągnęło zamierzone efekty i chętnie uczestniczyło w tych zajęciach 4 osoby przy czym 1 z tych osób bardzo aktywnie uczestniczyło w próbach zespołu wokalnego i wielokrotnie brało udział w konkursach i prezentacjach muzycznych.</p>
----	---	---	---	---	---	---	--

5.	WARSZTAT KRAWIECKO- HAFCIARSKI	<p>1. Podtrzymywanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie warsztatu krawiecko-hafciarskiego.</p> <p>2. Kontynuowanie technik haftu krzyżkowego - pejzaże i obrazy z haftu, - haft jako element dekoracyjny (dekorowanie ubrań, pocztówki, serwetki).</p> <p>3. Nauka obsługi maszyny do szycia: - zasady bezpieczeństwa pracy, - podstawowe zasady obsługi, - konserwacja.</p> <p>4. Podstawowe zasady kroju i szycia: - przygotowanie form do wykroi - wykroje i projekty ubrań, - wykańczanie prac krawieckich.</p> <p>5. Przygotowanie stroi i ubrań na prezentacje i występy uczestnikom ŚDS.</p>	- brak osób z grupy autyści i sprzężenia zgodnie z indywidualnym planem wspierająco - aktywizującym.	- zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego - współpraca: ośrodki kultury, szkoły pozostałe ośrodki wsparcia	Odpowiedzialni: -instruktor terapii zajęciowej	- nie wytypowano osób z tej grupy do pracy terapeutycznej	W 2018r. realizowano mierniki założone do realizacji z gr. B. W ciągu roku na bazie gr. B - wytypowano podgrupę autyzm/sprzężenia. Mierniki z 2018r. nie uwzględniały osób z tej grupy do pracy terapeutycznej w zakresie ustalonych zajęć.
----	---	---	--	--	--	---	---

6.	ZAJĘCIA DYDAKTYCZNE	<p>6. Przechowywanie i dbanie o materiały oraz narzędzia w warsztacie krawiecko-hafciarskim, - zasady właściwego użytkowania narzędzi w warsztacie, - zasady właściwego użytkowania materiałów w warsztacie.</p> <p>1. Podtrzymywanie techniki czytania i pisania: - ćwiczenia grafomotoryczne (rysowanie po śladzie, rysunki dowolne, przepisywanie krótkich tekstów) - utrwalanie znajomości liter - czytanie zdań i krótkich tekstów - usprawnianie manualne - zabawy zręcznościowe.</p> <p>2. Ćwiczenia i zabawy rozwijające i usprawniające percepcję słuchową, wzrokową oraz koordynację wzrokowo-słuchowo-ruchową: - zabawy manipulacyjne, - ćwiczenia</p>	<p>-4 osoby z grupy autyści i sprzężenia zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.</p>	<p>- zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	<p>Odpowiedzialni: - terapeuta.</p>	<p>- 3 osoby osiągną zadowolenie z uczestnictwa w tych zajęciach, a przynajmniej 1 z nich będzie potrafiła w sposób praktyczny wykorzystać pozyskaną wiedzę w codziennym funkcjonowaniu, a w miarę wypracowanych efektów weźmie udział w prezentacjach i występach.</p>	<p>W 2018r. realizowano mierniki założone do realizacji z gr. B. W ciągu roku na bazie gr. B - wytypowano podgrupę autyzm/sprzężenia. Mierniki z 2018r realizacji zadania określono na 6 osób A/S. Poziom ich realizacji był różny w zależności od stopnia niepełnosprawności uczestników. 3 osoby osiągnęły zamierzone efekty i przyswoiły podstawowe zasady i umiejętności tej formy zajęć, a 1 z nich osiągnęła satysfakcję i znalazła sposób na rozwinięcie swoich zainteresowań. Natomiast wszystkie z wyznaczonych osób będą kontynuowały wyznaczony kierunek</p>
----	--------------------------------	--	--	--	--	---	---

7.	TERAPIA RUCHOWA	<p>logopedyczne.</p> <p>3. Usprawnianie orientacji w schemacie ciała i przestrzeni: - opanowywanie i stosowanie pojęć przestrzennych, - ćwiczenia orientacji w schemacie ciała.</p> <p>4. Doskonalenie pamięci: - nauka tekstów na pamięć, - ćwiczenia wzrokowe w zapamiętywaniu.</p> <p>5. Rozwijanie umiejętności interpersonalnych: - pogadanki, - prezentacje.</p> <p>1. Ćwiczenia ogólnorozwojowe - krążenia RR, NN, T, G - zwiększające ruchomość.</p> <p>2. Gimnastyka korekcyjno-kompensacyjna.</p> <p>3. Ćwiczenia wzmacniające: - grzbiet, brzuch,</p>	<p>- 5 osób z grupy autyści i sprzężenia zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca: ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	<p>Odpowiedzialni: - terapeuta.</p>	<p>- 3 osoby osiągną satysfakcję z uczestnictwa w zajęciach, najlepsze os. wezmą udział w zawodach sportowych.</p>	<p>pracy. Proces terapeutyczny nadal będzie wymagał pogłębiania i utrwalania nabytych umiejętności w zakresie pozyskanej wiedzy i umiejętności.</p> <p>W 2018r. realizowano mierniki założone do realizacji z gr. B. W ciągu roku na bazie gr. B - wytypowano podgrupę autyzm/sprzężenia. Mierniki z 2018r realizacji zadania określono na 4 osoby A/S. Poziom ich realizacji był różny w zależności od stopnia niepełnosprawności uczestników jednak wszystkie osoby chętnie</p>
----	-----------------	---	--	--	---	--	--

		<p>pośladki, kark, - RR, NN, - mięśnie przykręgosłupowe.</p> <p>4. Ćwiczenia ergomotoryczne : - ćwiczenia na sprzęcie : rowerki, stepper, wiosła, cross, bieżnia stacjonarna.</p> <p>5. Lekkie ćwiczenia usprawniające na atlasie sportowym.</p> <p>6. Ćwiczenia koordynacyjno-ruchowe.</p> <p>7. Ćwiczenia zręcznościowe i równoważne.</p> <p>8. Gry i zabawy z wykorzystaniem przyborów lub bez, na sali lub na powietrzu (park).</p> <p>9. Odnowa biologiczna i elementy rehabilitacji z wykorzystaniem : - fotela masującego - masażer do ciała – nowa forma zajęć związana z zakupem profesjonalnego sprzętu</p>					<p>uczestniczyły w zajęciach i chętnie korzystały z nowych form aktywizacji, odnowy i rehabilitacji korzystając z zakupu nowego sprzętu przeznaczonego do pracy z tą grupą osób.</p>
--	--	---	--	--	--	--	--

8.	WSPARCIE	<p>1. Pomoc uczestnikom i ich rodzinom w: - pośredniczenie w załatwianiu spraw urzędowych - reprezentowanie w instytucjach .</p> <p>2. Pobudzanie do aktywności społecznej: - rozwijanie posiadanych umiejętności społecznych, - utrzymywanie kontaktów z rodziną i przyjaciółmi, - integracja ze społecznością lokalną. - wsparcie psychologiczne.</p> <p>3. Samopomoc uczestników ŚDS ich rodzin oraz personelu placówki, wspieranie się w przezwyciężeniu trudnych sytuacji, wzajemna integracja (wspólne wyjazdy, wycieczki, ogniska oraz turnusy rehabilitacyjne).</p>	<p>- wszyscy uczestnicy z grupy autyści i sprzężenia (6 osób).</p>	<p>- zespół wspierająco – aktywizujący funkcjonujący w ŚDS - współpraca: rodziny , instytucje , urzędy, szkoły, młodzież.</p>	<p>Odpowiedzialni: - pracownicy ŚDS – zespół wspierająco-aktywizujący (instruktorzy, terapeuci, pracownik socjalny, pielęgniarka).</p>	<p>- pozyskanie do współpracy kolejnych osób i rodzin (utworzenie grupy wsparcia).</p>	<p>Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte ponieważ z zaplanowanych 2 nowych rodzin podjęliśmy współpracę z każdą z tych rodzin, wielokrotnie udzielając różnych form wsparcia w tym również wsparcia psychologicznego.</p>
9.	OPIEKA PIELĘGNIARSKA	<p>1. Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach.</p>	<p>- wszyscy uczestnicy z grupy autyści i sprzężenia (6 osób).</p>	<p>- rodziny, poradnie zdrowia, lekarze.</p>	<p>Odpowiedzialni: - pielęgniarka</p>	<p>- przynajmniej 2 osoby z wyznaczonej grupy</p>	<p>Mierniki z 2018r. zostały osiągnięte ponieważ każda z wyznaczonej</p>

10.	BUDOWA SIECI OPARCIA SPOŁECZNEGO - na rzecz osób z zaburzeniami psychicznymi	<p>2. Podawanie leków wg zlecenia lekarza.</p> <p>3. Nadzorowanie badań: - laboratoryjnych, - specjalistycznych.</p> <p>4. Współpraca z poradnią: - wizyty u lekarzy, - współpraca z poradnią zdrowia psychicznego, - dokonywanie pomiarów podstawowych parametrów życiowych.</p> <p>5. Pogadanki tematyczne: - zdrowy tryb życia - zdrowie psychiczne - psychoedukacja.</p> <p>6. Współpraca z rodziną.</p> <p>1. Integracja społeczna: - spotkania i wizyty z młodzieżą, - spotkania integracyjne, - wymiana doświadczeń i współpraca, - tworzenie grup samopomocy, - przełamywanie</p>	- wszyscy uczestnicy z grupy autyści i sprzężenia (6 osób).	- zespół wspierająco-aktywizujący funkcjonujący w ŚDS - współpraca: instytucje, urzędy, placówki zdrowia, szkoły, rodziny, media lokalne, instytucje	Odpowiedzialni: - pracownicy ŚDS – zespół wspierająco-aktywizujący, instruktorzy, terapeuci, pracownik socjalny, pielęgniarka.	w tym ze schorzeniami towarzyszącymi podejmą się regularnej kontroli stanu zdrowia w ramach współpracy śds z Poradnią Zdrowia. - pozyskanie nowych osób, wolontariuszy, instytucji chętnych do współpracy z ŚDS, utworzenie grupy samopomocy we współpracy z młodzieżą szkolną oraz	grupy osób objęta została opieką pielęgniarską i na bieżąco miała monitorowany stan zdrowia i podstawowe parametry życiowe. Po raz kolejny mierniki wyznaczone do osiągnięcia w 2018r. zostały osiągnięte w stopniu bardzo nas satysfakcjonującym wykraczającym poza nasze wcześniejsze oczekiwania: wciąż rozwijamy dotychczasową
-----	--	--	---	---	--	--	---

	<p>funkcjonujących stereotypów.</p> <p>2 Promowanie działalności ŚDS: - foldery, pogadanki, - prelekcje i prezentacje multimedialne - wystawy, prezentacje, występy artystyczne.</p> <p>3. Współpraca z rodziną: - wsparcie i pomoc - wymiana doświadczeń</p> <p>4. Współpraca z mediami lokalnymi: - telewizja lokalna - prasa</p> <p>5. Współpraca z samorządami oraz organizacjami pozarządowymi i realizacja wspólnych projektów.</p> <p>6. Włączenie się ŚDS w realizację w ramach BUDŻETU OBYWATELSKIEGO MIASTA BIELSK PODLASKI – FESTYNU MIKOŁAJKOWEGO 2018r. – zgodnie z</p>		kościelne i inne.		<p>wolontariatem, współpraca z samorządami i organizacjami pozarządowymi, realizacja wspólnych projektów.</p>	<p>współpracę z wolontariatem „W jedną stronę” oraz młodzieżą szkolną, wciąż pozyskujemy nowych wolontariuszy chętnych do współpracy z ŚDS, współpracujemy z WTZ i Zespołem Szkół Specjalnych. W ramach budowy sieci oparcia społecznego nasza placówka co roku organizuje FESTYNU MIKOŁAJKOWY, w 2018r to już jego XVII edycja, nad którą Honorowy Patronat objął Burmistrz Miasta Bielsk Podlaski, a po raz trzeci zrealizowany został w ramach <u>BUDŻETU OBYWATELSKIEGO Miasta Bielsk Podlaski na 2018r. Nasz projekt „FESTYNU MIKOŁAJKOWEGO” organizowany na rzecz osób niepełnosprawnych</u> zyskał ogromną akceptację społeczną i popularność wśród społeczności lokalnej Bielska Podlaskiego. <u>W realizację tego projektu od wielu lat aktywnie włączyliśmy i wciąż to robimy, kolejne stowarzyszenia i inne organizacje pozarządowe</u></p>
--	---	--	-------------------	--	---	--

		wolą i wynikiem głosowania mieszkańców miasta Bielsk Podlaski.					<p><u>oraz tradycyjnie młodzież szkolną, dzieci przedszkoli, młodzież z domów kultury, reportaże z imprezy co roku jest emitowany w telewizji lokalnej, która również objęła imprezę Patronatem Medialnym. Aktywnie współpracujemy z Ogólnopolskim Stowarzyszeniem ŚDS-ów. Uczestniczyliśmy też w wielu projektach realizowanych przez inne ŚDS-sy oraz organizacje pozarządowe. Mierniki z 2018r. przekroczyły nasze oczekiwania również dzięki oddźwiękowi społecznemu po uczestnictwie w kolejnym już trzecim spotkaniu TATASPARTAKIADY OGÓLNOPOLSKIEJ gdzie otrzymaliśmy kolejny rok z rzędu I miejsce i nagrodę Far PLAY. Zaprezentowaliśmy swoje umiejętności sportowe i artystyczne- muzyczne. Rozdźwięk z tego powodu przyczynił się znacznie do wzmocnienia promocji naszej placówki.</u></p>
--	--	--	--	--	--	--	--

11.	INTERNET I KOMPUTER – metodą otwierania się na świat	<p>1.Rozwijanie zainteresowań i hobby: - piosenki, wiersze, gry .</p> <p>2.Poszerzanie wiedzy ogólnej: - poszukiwanie nowych metod i technik pracy z osobami niepełnosprawnymi, - nabywanie umiejętności korzystania z wszechstronnej wiedzy internetowej,</p> <p>3.Szukanie i przygotowanie materiałów do prezentacji inscenizacji oraz etiud folklorystycznych.</p>	- uczestnicy z grupy autyści i sprzężenia (4 osoby).	- zespół wspierająco – aktywizujący funkcjonujący w ŚDS - współpraca: rodziny, instytucje, urzędy, szkoły, młodzież.	Odpowiedzialni: - pracownicy ŚDS – zespół wspierająco-aktywizujący , instruktorzy, terapeuci, opiekunowie.	- 2 osoby nabędą umiejętności korzystania z zasobów wiedzy internetowej.	Ponadto cele zostały osiągnięte ponad zaplanowane również ze względu na zainteresowanie uczestników grupy A internetową formą informacji i pozyskania wiedzy gdzie kolejny z uczestników już trzeci uczestnik w sposób zaangażowany systematycznie korzysta z kącika komputerowego i rozwija swoje zainteresowania muzyczne oraz ogólną wiedzę o świecie i polityce
-----	---	--	--	--	--	--	---

DYREKTOR
mgr inż. *Lucyna Paćka*

Środowiskowy Dom Samopomocy
17-100 BIELSK PODLASKI
ul. Kazimierzowska 18/2
tel. 833-10-10; 833-10-11

Zatwierdzam
BURMISTRZ MIASTA
Jarostaw Borowski

Załącznik Nr 4
do Zarządzenia Nr... 43/19...
Burmistrza Miasta Bielsk Podlaski
z dnia... 21. lutego 2019 r.

**Roczny plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy
w Bielsku Podlaskim
na rok 2019**

Lp.	Zadania/Tematy	Termin realizacji	Sposób realizacji
1	IX Podlaski Przegląd Kolęd i Pastorałek w Siemiatyczach	I/2019r.	Udział uczestników ŚDS w prezentacjach artystycznych podczas kolejnego już IX Podlaskiego Przeglądu Kolęd i Pastorałek „Siemiatycka Stajenka” organizowanym przez WTZ w Siemiatyczach.
2	XIII Wojewódzki Przegląd Kolęd i Pastorałek w Białymstoku	I/2019r.	Udział uczestników ŚDS w prezentacjach artystycznych w kolejnym Wojewódzkim Przeglądzie Kolęd i Pastorałek „Dokąd gwiazda prowadzi” zorganizowany przez MOPR i ŚDS w Białymstoku.
3	Tradycyjny Bal Karnawałowy w ŚDS	I/2019r.	Tradycyjnie organizowany w placówce kolejny bal karnawałowy 2019r. z udziałem uczestników ŚDS wybory króla i królowej balu, gry, zabawy, upominki, prezentacja najciekawszych stroi karnawałowych.
4	INTEGRACYJNE KOŁĘDOWANIE w Bibliotece Publicznej w Orli	II/2019r.	Spotkanie integracyjne z młodzieżą szkolną i wspólne kołędowanie zorganizowane przez Bibliotekę w Orli, uczestnicy ŚDS jako gość specjalny spotkania – prezentacja kolęd w ich wykonaniu.
5	WALENTYNKI – Dzień Zakochanych w ŚDS.	II/2019r.	Tradycyjnie przygotowanie prezentacji słowno-muzycznej w wykonaniu uczestników ŚDS, muzyka refleksyjna przy kawie i herbatce oraz wspólna zabawa.
6	Miejska Biblioteka Publiczna – kontynuowanie współpracy terapeutycznej z ŚDS	II/2019r.	Współpraca z biblioteką jedną z form spotkań o charakterze terapeutycznym, wykorzystanie zasobów biblioteki do pracy terapeutycznej, udział w warsztatach tematycznych organizowanych przez bibliotekę.
7	Wyjazd do kina lub teatru wycieczka do Białegostoku.	III/2019r.	Tradycyjnie jak co roku wycieczka zorganizowana do Białegostoku w połączeniu z wyjazdem do kina lub teatru oraz wyjściem do kawiarni lub restauracji - kontynuacja.

8	Dzień Kobiet w ŚDS.	III/2019r.	Zorganizowanie uroczystości na rzecz uczestniczek ŚDS „Kobieta współczesna” - przygotowanie prezentacji słowno - muzycznej przez uczestników ŚDS, poczęstunek przy kawie i herbacie.
9	Wielkanocne Konkursy Plastyczne - udział uczestników ŚDS.	IV/2019r.	Tradycyjnie jak co roku przygotowanie prac plastycznych na Wielkanocne Konkursy Plastyczne organizowane przez domy kultury i organizacje pozarządowe w ramach promowania kultury, obyczajów oraz tradycji ludowych związanych ze Świątami Wielkanocnymi.
10	Przygotowania do Świąt Wielkanocnych w placówce ŚDS.	IV/2019r.	Święta Wielkanocne w ŚDS, pielęgnowanie zwyczajów i tradycji ludowej związanych z obchodem Świąt Wielkanocnych, przygotowanie dekoracji świątecznej w placówce, malowanie jaj.
11	KONKURS POETYCKI „Zaczarowane strofy”	IV/2019r.	Konkurs organizowany przez WTZ w Hajnówce, uczestnicy ŚDS wezmą w nim udział w ramach wieloletniej współpracy, zaprezentują swoje umiejętności artystyczne.
12	Wyjścia do Kawiarni – wzbogacenie zajęć terapeutycznych.	V/2019r.	Poznajemy różne formy umiejętności spędzania wolnego czasu – wyjście do kawiarni jako jedna z takich form.
13	Marsz Godności Osób Niepełnosprawnych w Hajnówce.	V/2019r.	Udział uczestników ŚDS w Marszu Godności zorganizowanym przez Środowiskowy Dom Samopomocy w Hajnówce, wspólny piknik i zabawa w plenerze.
14	X Przegląd Tańca Osób Niepełnosprawnych „Baw się i tańcz” w Zespole Szkół Specjalnych w Bielsku Podlaskim	V/2019r.	Tradycyjnie jak co roku udział uczestników ŚDS w konkursie tanecznym osób niepełnosprawnych „Baw się i tańcz” zorganizowanym przez Stowarzyszenie „Male Marzenia” jako spotkanie integracyjne w Zespole Szkół Specjalnych w Bielsku Podlaskim, integracja i wspólna zabawa.
15	Dni Bielska Podlaskiego.	VI/2019r.	Udział uczestników ŚDS w prezentacjach artystycznych z okazji Dni Bielska Podlaskiego, uatrakcyjnienie występów artystycznych z okazji Dnia Dziecka.
16	Miting Lekkoatletyczny w Mońkach.	VI/2019r.	Integracja osób niepełnosprawnych podczas konkurencji sportowych z udziałem uczestników ŚDS woj. podlaskiego w Mońkach. Zdrowa rywalizacja i wspólna zabawa przedstawicieli poszczególnych placówek ŚDS uczestniczących w spotkaniu.

17	Zawody Sportowe Osób Niepełnosprawnych w Łapach z udziałem uczestników ŚDS.	VI/2019r.	Przygotowania do zawodów sportowych w Łapach, ćwiczenia w zakresie wybranych konkurencji sportowych, wytypowanie reprezentacyjnej grupy sportowej z ŚDS. Udział w zawodach, wspólna zabawa, wymiana doświadczeń.
18	Udział uczestników ŚDS w Konkursie Plastycznym PFRON.	VI/2019r.	Udział uczestników ŚDS w cykliczny Ogólnopolskim Konkursie Plastycznym PFRON. Przygotowanie prac plastycznych na konkurs w ramach terapii zajęciowej plastyczno-technicznej.
19	Wypoczynek plenerowy na łonie natury – wyjazd do lasu.	VII/ 2019r.	Zorganizowanie wypoczynku – wyjazd do lasu w ramach współpracy z Nadleśnictwem Bielsk – jak chronić florę i faunę – szanujemy nasze środowisko naturalne.
20	Zorganizowanie wycieczki turystyczno-krajoznawczej.	VII/2019r.	Zorganizowanie wyjazdu z cyklu „Poznajemy nasz region” związanego z poznawaniem ciekawych, bogatych przyrodniczo lub historycznie miejsc na Podlasiu – ciąg dalszy naszego cyklu.
21	Wyjazd na OGNISKO.	VIII/2019r.	Zorganizowanie integracyjnego spotkania naszego ośrodka z uczestnikami WTZ w Bielsku Podlaskim. Integracja, ognisko i wspólna zabawa w ramach wzajemnej współpracy i wymiany doświadczeń naszych ośrodków.
22	Wyjazd do OPERY PODLASKIEJ.	VIII/ 2019 r.	Wycieczka do Opery Podlaskiej w Białymstoku - korzystanie z oferty repertuaru – obejrzenie sztuki teatralnej. Zorganizowania wycieczka będzie jedną z form umiejętności spędzania wolnego czasu.
23	Festiwal Taneczny Osób Niepełnosprawnych w Łapach.	IX/2019r.	Przygotowanie repertuaru tanecznego celem prezentacji artystycznych uczestników ŚDS. Wytypowanie grupy uczestników do prezentowania naszej placówki. Festiwal taneczny jest jedną z form integracji osób niepełnosprawnych woj. podlaskiego.
24	PRZEGLĄD Twórczości Osób Niepełnosprawnych "PLĄS" w Łapach	IX/2019r.	Prezentacja dorobku artystycznego uczestników ŚDS, spotkanie integracyjne i wymiana doświadczeń, podczas spotkania integracyjnego w Łapach zorganizowanego przez ŚDS w Łapach.
25	Przeгляд Piosenki Biesiadnej Osób Niepełnosprawnych w WTZ stare Racibory.	IX/2019r.	Przygotowanie grupy do prezentacji repertuaru piosenek biesiadnych. Wybór repertuaru oraz przygotowanie odpowiedniej stylizacji zespołu wokalnego ŚDS. Wyjazd na prezentację do WTZ w Starych Raciborach.

26	XV TATASPARTAKIADA - Łazy 2019r.	X/2019r.	Udział uczestników ŚDS w XV edycji Pikniku Sportowo - Rodzinnego Osób Niepełnosprawnych w Łazach. Konkurencje sportowe, prezentacje, wspólna zabawa, poczęstunek oraz integracja uczestników pikniku.
27	XII Przegląd Piosenki Biesiadnej „Po ten kwiat” – Białystok 2019r.	X/2019r.	Przygotowanie programu i prezentacja uczestników ŚDS podczas zorganizowanego przez MOPR i ŚDS w Białymstoku Przeglądu Piosenki Osób Niepełnosprawnych. Wymiana doświadczeń, integracja i wspólna zabawa.
28	VII Przegląd Twórczości Osób Niepełnosprawnych „Zbiór Form Artystycznych”.	XI / 2019r.	Prezentacja twórczości artystycznej uczestników śds (taniec, śpiew) podczas cyklicznego spotkania integracyjnego zorganizowanego przez WTZ Nowa Wola, wymiana doświadczeń artystycznych.
29	ANDRZEJKI W ŚDS	XI /2019r.	Zorganizowanie Integracyjnego Spotkania Andrzejkowego na rzecz osób niepełnosprawnych w WTZ w Bielsku Podlaskim z udziałem młodzieży szkolnej oraz grupy wolontariatu. Gry, zabawy i wróżby sposobem na dobrą zabawę.
30	Festyn Mikołajkowy 2019.	XII/2019r.	Przygotowanie przez naszą placówkę XVIII edycji imprezy integracyjnej na rzecz społeczności lokalnej „ FESTYN MIKOŁAJKOWY 2019 ” . Promowanie działalności placówki oraz budowa oparcia społecznego na rzecz osób niepełnosprawnych z zaburzeniami psychicznymi.
31	WIGILIA w ŚDS.	XII/2019r.	Przygotowanie uroczystej wigilii w naszym domu. Degustacja potraw wigilijnych, jasełka w wykonaniu uczestników ŚDS oraz prezenty od Św. Mikołaja. Życzenia i łamanie się opłatkiem.
32	Uczestnictwo w projektach realizowanych przez organizacje pozarządowe i instytucje publiczne na rzecz osób niepełnosprawnych.	I – XII/2019r.	Integracja uczestników ŚDS z osobami niepełnosprawnymi zrzeszonymi w innych organizacjach pozarządowych, warsztatach terapii zajęciowej, placówkach opiekuńczych, szkołach i instytucjach. Poszukiwanie nowych form wsparcia osób niepełnosprawnych, budowa sieci oparcia społecznego na rzecz tych osób. Prezentacje i występy artystyczne. Integracja ze społecznością lokalną. Współpraca z samorządami gminy, miasta i powiatu.

DYREKTOR

mgr inż.  Lucyna Pakuła

Środowiskowy Dom Samopomocy

17-100 BIELSK PODLASKI

ul. Kazimierzowska 18/2

tel. 833-10-10 833-10-11

Zatwierdzam
BURMISTRZ MIASTA


Jarosław Borowski