

ZARZĄDZENIE NR.....526/18.....

BURMISTRZA MIASTA BIELSK PODLASKI

z dnia .....30 marca 2018 r. ....

**w sprawie zatwierdzenia programu działalności i planu pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Bielsku Podlaskim na rok 2018**


Na podstawie art. 30 ust. 1 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2017 r. poz. 1875, poz. 2232, z 2018 r. poz. 130) 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) zarządzam, co następuje:

§ 1. Zatwierdzam program działalności i plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Bielsku Podlaskim na rok 2018, w brzmieniu określonym w załącznikach nr 1, 2 i 3 do niniejszego zarządzenia.

§ 2. Wykonanie zarządzenia powierza się Referatowi Oświaty i Kultury Urzędu Miasta Bielsk Podlaski i Dyrektorowi Środowiskowego Domu Samopomocy w Bielsku Podlaskim.

§ 3. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

BURMISTRZ MIASTA



Jarosław Borowski

Załącznik Nr 1  
do Zarządzenia Nr. 526/18  
Burmistrza Miasta Bielsk Podlaski  
z dnia.....30. marca. 2018r....

**PROGRAM DZIAŁANIA NA ROK 2018 Ośrodka Wsparcia – Środowiskowy Dom Samopomocy w Bielsku Podlaskim**

**Dla osób przewlekle psychicznie chorych – grupa A**

(Dla osób przewlekle psychicznie chorych, osób upośledzonych umysłowo, dla osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych\*)

Lp.	Zadania zaplanowane do realizacji	Sposób realizacji	Osoby objęte oddziaływaniami	Jednostki współuczestniczące w realizacji	Osoba odpowiedzialna za realizację zadania	Mierniki realizacji zadania w 2018r.	Stopień realizacji miernika w 2017r.
1.	<b>TRENINGI UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH:</b>  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.	-3 osoby z grupy A zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.	-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco-aktywizującego.	<b>Odpowiedzialni:</b> - instruktor terapii zajęciowej.	-osoby objęte oddziaływaniem wg planu 3 - w stopniu zadawalającym przyswoją wyuczone podczas treningu samoobsługi i zaradności życiowej zasady, a 2 z nich umiejętnie potrafią zastosować je i wykorzystać w codziennym	Mierniki realizacji zadania z 2017r. osiągnięto w stopniu zadawalającym ponieważ wg wyznaczonych współczynników z 2 wskazanych osób obydwie w zadawalającym stopniu zrealizowały wyznaczony cel i przyswoiły określoną wiedzę, natomiast w sposób praktyczny potrafiła je wykorzystać

		<p><b>3. Utrwalanie podstawowych zasad sprzątanania po posiłku</b> (sprzątanie i zmywanie naczyń, mycie stołu, mycie krzeseł).</p> <p><b>4. Utrwalanie podstawowych zasad związanych z wykonywaniem porządków w domu</b> (mycie okien, mycie podłóg, odkurzanie, czyszczenie mebli itp.).</p> <p><b>5. Zasady właściwego dokonywania codziennych zakupów</b> (produkty spożywcze, chemia, środki czystości, leki itp.) .</p> <p><b>6. Utrwalanie podstawowych zasad oraz umiejętności estetycznego wyglądu osobistego</b> (ręczne lub automatyczne pranie bielizny i ubrań, czyszczenie i konserwacja odzieży i obuwia).</p> <p><b>7. Utrwalanie podstawowych zasad składania i przechowywania czystej odzieży i bielizny.</b></p>				<p>funkcjonowaniu.</p>	<p>tylko jedna z tych osób i dość umiejętnie zastosować w codziennym funkcjonowaniu. Jednak poziom osiągniętej samodzielności wciąż pozostawia wiele do życzenia i wymaga utrwalania.</p>
--	--	--	--	--	--	------------------------	---

**8. Podstawowe zasady repasacji 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 sprzątania 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 termiczne, pasteryzacja,</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>Odpowiedzialni: - instruktor terapii zajęciowej.</p>	<p>-3 osoby przyswoją zasady kulinarne, a przynajmniej 2 z nich w stopniu zadawalającym osiągnął umiejętność przygotowania prostych dań.</p>	<p>Stopień realizacji mierników z 2017r. osiągnięto na poziomie również zadawalającym ponieważ z planowanych 3 osób 2 z nich przyswoiły podstawową wiedzę oraz niezbędne zasady przygotowania prostych posiłków, to one również potrafią samodzielnie przygotować nieskomplikowane proste dania i wciąż utrwalają przepisy uzyskane podczas zajęć.</p>
--	-----------------------------	--	---	---	---	--	--

	<p>kiszenie i konserwowanie).</p> <p><b>6. Podtrzymywanie i utrwalanie nabytych oraz nauka nowych umiejętności w zakresie przygotowania podstawowych posiłków:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- parzenie kawy, herbaty</li> <li>- zasady przygotowania deserów</li> <li>- zasady przygotowania kanapek</li> <li>- zasady przygotowania posiłków.</li> </ul> <p><b>7. Przygotowanie prostych dań:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sałatek, surówek</li> <li>- pieczenie ciast, ciastek (rogaliki, biszkopt, ciasto drożdżowe, piaskowe ciasta i inne wypieki)</li> <li>- desery</li> <li>- gotowanie zup</li> <li>- dania ziemniaczane</li> <li>- proste dania mięsne</li> <li>- dania mączne.</li> </ul>					
c) trening higieniczny	<p><b>1. Podtrzymywanie i utrwalanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu higienicznego.</b></p> <p><b>2. Estetyczny wygląd</b></p>	-7 osób z grupy A zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.	-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego.	<b>Odpowiedzialni:</b> - pielęgniarka.	-przynajmniej 4 osoby przyswoją podstawowe zasady higieny wprowadzone przez trening higieniczny i potrafi je zastosować w codziennym funkcjonowaniu.	Mierniki realizacji zadania z 2017r. osiągnięto w stopniu dość satysfakcjonującym ponieważ ze wskazanych 2 osób, obydwie przyswoiły podstawową wiedzę oraz niezbędne zasady

**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 multimedialne**

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>w zakresie higieny osobistej i higieny zdrowia psychicznego.</p> <p><b>1.Zasoby finansowe i umiejętność gospodarowania nimi:</b>  - orientacja w cenach zakupów  - wydatki pierwszej potrzeby  - opłaty stałe  - sposoby oszczędnego gospodarowania środkami.</p> <p><b>2. Planowanie wydatków –zakupy:</b>  - 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><b>Odpowiedzialni :</b>  asystenci prowadzący poszczególnych uczestników.</p>	<p>-żaden z uczestników nie dysponuje odpowiednim zasobem finansowym we własnym zakresie.</p>	<p>Mierniki z 2017r. nie zostały zrealizowane wg planu ponieważ zaplanowana osoba nie wykazała ochoty na współpracę terapeutyczną jej stan psychiczny na to nie pozwalał.</p>
<p>e) trening umiejętności prowadzenia rozmowy</p>	<p><b>1.Podtrzymywanie i utrwalanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu umiejętności prowadzenia rozmowy.</b></p> <p><b>2.Rozmowa jako sposób na wyrażanie</b></p>	<p>-6 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>- <b>współpraca:</b>  muzeum, biblioteka, przychodnia, szkoły, urzędy administracji</p>	<p><b>Odpowiedzialni:</b>  pracownik socjalny, pozostali członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego.</p>	<p>- 3 osoby przyswoją informacje oraz wskazówki nabyte podczas treningów umiejętności prowadzenia rozmowy i potrafi w sposób praktyczny zastosować je podczas załatwiania wszelkich spraw związanych</p>	<p>Mierniki z 2017r. zostały osiągnięte dość dobrze ponieważ, z zaplanowanych 4 osób 3 osoby w stopniu zadawalającym osiągnęły zamierzone efekty i przyswoiły podstawowe zasady umiejętności prowadzenia rozmowy w sposób praktyczny</p>



	<p>f) trening umiejętności spędzania wolnego czasu</p>	<p><b>niezbędnych potrzeb i myśli:</b>  - podstawowe zasady prowadzenia rozmowy  - sposoby właściwego wyrażania myśli  - dialog i konwersacja jako sposoby prowadzenia rozmowy.</p> <p><b>3. Formułowanie niezbędnych potrzeb i myśli przy załatwianiu spraw:</b>  - urzędy i placówki administracji publicznej  - przychodnie  - sklepy  - biblioteka, muzeum  - pozostałe instytucje  - kontakty międzyludzkie.</p> <p><b>4. Rozmowa jako sposób na wyrażanie własnych emocji i uczuć:</b>  - sposoby otwierania się na rozmówcę  - jak pokonać bariery w kontaktach z drugim człowiekiem  - rozmowa jako lek na osamotnienie i pustkę.</p> <p><b>1. Podtrzymywanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu umiejętności spędzania wolnego</b></p>	<p>-7 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><b>Odpowiedzialni:</b>  pracownik socjalny, pozostali członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego.</p>	<p>z codziennym funkcjonowaniem.</p> <p>- 5 osób przyswoi zasady wyuczone i nabyte podczas treningów umiejętności spędzania wolnego</p>	<p>wykorzystując je w codziennym funkcjonowaniu, szczególnie przy załatwianiu swoich spraw samodzielnie w urzędach i innych instytucjach (MOPS, PCPR i inne).</p> <p>Mierniki z 2017r. zostały osiągnięte w stopniu satysfakcjonującym ponieważ z zaplanowanych 4 osób wszystkie, choć w różnym</p>
--	--	---	--	---	---	---	---

<p>g) trening samousprawniania i doskonalenia</p>	<p>czasu.</p> <p><b>2. Formy spędzania wolnego czasu:</b> - muzyka - gry i zabawy - gry edukacyjne.</p> <p><b>3. Rozwijanie zainteresowań i hobby:</b> - prasa i książka - poezja - zainteresowania plastyczne - wyszywanie i haft.</p> <p><b>4. Inne:</b> - telewizja, radio - komputer - wycieczki i spacer - kino, teatr.</p> <p><b>1. Podtrzymywanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu samousprawniania i doskonalenia.</b></p> <p><b>2. Terapia dźwiękiem:</b> - arteterapia - choreoterapia - muzykoterapia.</p> <p><b>3. Terapia obrazem (w tym arteterapia):</b> - filmoterapia - umiejętność</p>	<p><b>5- osób z grupy A</b> zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.</p>	<p><b>- współpraca:</b> muzeum, biblioteka, ośrodki kultury, szkoły.</p> <p><b>- zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</b></p> <p><b>- współpraca:</b> muzeum, biblioteka, ośrodki kultury, szkoły, inne śds.</p>	<p><b>Odpowiedzialni:</b> instruktor terapii zajęciowej.</p>	<p>czasu w tym: <b>przynajmniej 3 z nich</b> będą miały możliwość rozwoju swoich zainteresowań i hobby podczas innych zajęć.</p> <p><b>- 4 osoby</b> osiągną satysfakcję z uczestnictwa w treningach samousprawniania i doskonalenia i odnajdą w nich sposób na samorealizację.</p>	<p>stopniu, osiągnęły zamierzone efekty i przyswoiły podstawowe zasady umiejętności spędzania wolnego czasu, ponadto 3 z tych osób nadal rozwijają swoje zainteresowania i hobby (poezja, książka, komputer, haftowanie, głównie jednak muzyka).</p> <p><b>Mierniki z 2017r. zostały osiągnięte w stopniu bardzo satysfakcjonującym</b> ponieważ z 4 osób wskazanych w miernikach na 2017r. aż 3 osoby wykazały zainteresowanie w mniejszym lub w większym stopniu tą formą zajęć i znalazły możliwość rozwijania swoich pasji (film, muzyka, komputer).</p>
---	--	---	--	--	---	--

		<p>posługiwania się komputerem</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- umiejętność korzystania z internetu.</li> </ul> <p><b>4. Terapia ruchem</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kinezyterapia + kinezylogia edukacyjna (ćw. psychomotoryczne)</li> <li>- drama, teatralne formy, arteterapia</li> <li>- metoda ruchu rozwijającego W. Sherborn</li> <li>- elementy jogi</li> <li>elementy tai – chi</li> <li>- technika Aleksandra</li> <li>- trening relaksacyjny E. Jacobsona.</li> </ul>					
2.	<b>TERAPIA ZAJĘCIOWA PLASTYCZNA</b>	<p><b>1.Utrwalanie poznanych technik plastycznych:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>decoupage</b> (puzderka, bombki, butelki, opakowania)</li> <li>- <b>iris folding</b> (laurki, pocztówki, prace plastyczne – obrazy)</li> <li>- <b>zdobienie sznurkiem</b> (dzbanki, kompozycje, butelki)</li> <li>- <b>quling</b> (laurki, kompozycje przestrzenne, pocztówki)</li> <li>- <b>malowanie farbami</b></li> <li>- <b>rysunek kredą</b></li> <li>- <b>embosing</b> pocztówki, dekoracje – <b>pergamono</b></li> </ul>	<p><b>-1 osoba z grupy A</b> zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.</p>	<p><b>-zajęcia prowadzone w SDS</b> w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p><b>- współpraca:</b> muzeum, ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia .</p>	<p><b>Odpowiedzialni:</b> instruktor terapii zajęciowej.</p>	<p><b>- założono, że wyznaczona osoba osiągnie przynajmniej satysfakcję z uczestnictwa w tych zajęciach w najlepszym przypadku weźmie udział w konkursach lub prezentacjach plastycznych.</b></p>	<p><b>Mierniki z 2017r. nie zostały osiągnięte wg założeń, ponieważ wyznaczona do pracy terapeutycznej osoba uczestniczyła w zajęciach jednak ze względu na swój stan psychiczny związany z chorobą nie była w stanie osiągnąć wyznaczonych celów i zaprezentować swoje umiejętności, ani też nabyć nowych umiejętności w stopniu satysfakcjonującym.</b></p>

3.	<b>TERAPIA ZAJĘCIOWA TECHNICZNA</b>	<p>(dekoracje, wycinanki, pocztówki, kwiaty )  - <b>filcowanie wełny</b>  (dekoracje, prace plastyczne)  - malowanie kredką.</p> <p><b>2) Kontynuowanie technik plastycznych</b>  - wiklina papierowa  - bombki przestrzenne  - inne wg, szkoleń.</p> <p><b>1.Utrwalanie poznanych technik technicznych:</b>  - <b>gipsoryt</b> (rzeźbienie w suchym tynku, malowanie)  - <b>mandala</b>  (wysypywanie wzorów, malowanie elementów wzorów)  - <b>witraż</b> (wyklejany folią witrażową)  - <b>wyklejanie wzorów włóczką</b>  - <b>sztuczna biżuteria</b> (zdobienie drewnianych elementów- kolczyki, przewieszki , broszki)-  -<b>metoda Tiffani’ego</b> (biżuteria ze szkła zdobnego)  - <b>wiklina papierowa</b>  - <b>relief na szkłe.</b></p> <p><b>2. Wykorzystanie poznanych technik do wyrobu rzeczy użytkowych:</b>  - wykonanie</p>	-nie wyznaczono osób z grupy A z zajęciami technicznymi w indywidualnym planie wspierająco – aktywizującym.	-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego  - <b>współpraca:</b> muzeum, ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.	<b>Odpowiedzialni:</b> instruktor terapii zajęciowej.	-nie wyznaczono osoby do pracy terapeutycznej w zakresie tych zajęć.	Mierniki z 2017r. nie zostały osiągnięte wg założeń a wyznaczone osoby nie wykazały specjalnie zainteresowaniem tą formą zajęć, żadna też z nich nie osiągnęła zamierzonych efektów i nie uczestniczyła w prezentacjach ani konkursach w tym zakresie. Miał też na to wpływ stan zdrowia psychicznego tych uczestników.
----	-------------------------------------	--	---	--	---	--	---

		pojemników, mis i innych przedmiotów (wiklina papierowa) - zdobienie szkła użytkowego( wazon, kubki, misy, dzbany).					
4.	<b>TERAPIA ZAJĘCIOWA MUZYCZNO-RYTMICZNA</b>	<p><b>Wykorzystanie muzyki jako:</b></p> <p><b>1. Formy ekspresji artystycznej</b> (tańce integracyjne, improwizacje taneczno-rytmiczne).</p> <p><b>2. Muzyka jako element nastrojotwórczy</b> (słuchanie, śpiewanie, karaoke).</p> <p><b>3. Muzyka rozwijająca ekspresję wokalną</b> (muzyczne zabawy z dźwiękiem, ruchem i rytmem, zabawy z głosem, zabawy z piosenką).</p> <p><b>4. Muzyka z wykorzystaniem instrumentów</b> (zabawy z instrumentami perkusyjnymi).</p> <p><b>5. Muzyka relaksacyjna z wykorzystaniem elementów światłoterapii</b> (aktywna</p>	-4 osoby z grupy <b>A</b> zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.	-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego  - <b>współpraca:</b> ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.	<b>Odpowiedzialni:</b> Instruktor ds. kulturalno - oświatowych, instruktor terapii zajęciowej.	-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.	Mierniki z 2017r. zostały osiągnięte w stopniu satysfakcjonującym ponieważ z wyznaczonych do pracy terapeutycznej 3 osób 2 dość chętnie uczestniczyły w zajęciach jednak z zaprezentowaniem się z grupą zespołu wokalnego ŚDS nie miały odwagi, choć jedna z nich uczestniczyła w wyjeździe z grupą.

5.	<b>WARSZTAT KRAWIECKO- HAFCIARSKI</b>	<p>relaksacja, zabawy relaksujące, relaksujące elementy świetlne).</p> <p><b>1.Podtrzymywanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie warsztatu krawieckiego.</b></p> <p><b>2.Kontynuowanie technik haftu krzyżkowego</b>  - pejzaże i obrazy z haftu  - haft jako element dekoracyjny (dekorowanie ubrań, pocztówki, serwetki).</p> <p><b>3. Nauka obsługi maszyny do szycia:</b>  - zasady bezpieczeństwa pracy  - podstawowe zasady obsługi  - konserwacja.</p> <p><b>4. Podstawowe zasady kroju i szycia</b>  - przygotowanie form do wykroi  - wykroje i projekty ubrań  - wykańczanie prac krawieckich.</p> <p><b>5. Przygotowanie stroi i ubrań na prezentacje i występy uczestnikom ŚDS.</b></p>	<p><b>-1 osoba z grupy A</b>  zgodnie z indywidualnym planem wspierajaco – aktywizującym.</p>	<p><b>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierajaco – aktywizującego</b></p> <p><b>- współpraca:</b>  ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	<p><b>Odpowiedzialni:</b>  -instruktor terapii zajęciowej.</p>	<p><b>-1 osoba</b> osiągnie umiejętności w zakresie praktycznego korzystania z podstawowych zasad krawiectwa i podejmie się próby nauki haftu krzyżkowego.</p>	<p><b>Mierniki z 2017r. nie zostały osiągnięte w stopniu zadawalającym głównie ze względu na zły stan zdrowia psychiczny i pobyty w szpitalu wyznaczonej do pracy terapeutycznej osoby – wyznaczone cele należy będą nadal kontynuowane.</b></p>
----	---	--	---	---	--	--	--

6.	<b>ZAJĘCIA DYDAKTYCZNE</b>	<p><b>6. Przechowywanie i dbanie o materiały oraz narzędzia</b> w warsztacie krawiecko-hafciarskim - zasady właściwego użytkowania narzędzi w warsztacie - zasady właściwego użytkowania materiałów w warsztacie.</p> <p><b>1. Podtrzymywanie umiejętności czytania i pisania</b> - praca z tekstem, czytanie ze zrozumieniem - ćwiczenia na materiale literackim - usprawnianie manualne – gry zręcznościowe.</p> <p><b>2. Usprawnianie percepcji wzrokowej i słuchowej;</b> - domino literowe, matematyczne, obrazowe - uzupełnianie obrazowe.</p> <p><b>3. Usprawnianie orientacji w schemacie ciała i przestrzeni:</b> - opanowywanie i stosowanie pojęć przestrzennych - ćwiczenia orientacji</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>- <b>współpraca:</b> ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	<p><b>Odpowiedzialni:</b> - terapeuta.</p>	<p>-wyznaczona osoba osiągnie przynajmniej zadowolenie z uczestnictwa w tych zajęciach ale przynajmniej, w najlepszym stopniu będzie potrafiła w sposób praktyczny pozyskaną wiedzę wykorzystać przy załatwianiu spraw urzędowych i osobistych.</p>	<p>Mierniki z 2017r. zostały osiągnięte połowicznie ponieważ z zaplanowanych 2 osób uczestniczących w zajęciach, jedna w sposób praktyczny potrafiła wykorzystać pozyskaną wiedzę oraz umiejętności przy załatwianiu spraw w urzędach (wypełnić dokumenty, druki), natomiast nie chciała uczestniczyć w prezentacjach artystycznych.</p>
----	--------------------------------	--	---	---	--	---	--

7.	TERAPIA RUCHOWA	<p>w schemacie ciała.</p> <p><b>4. Doskonalenie pamięci:</b>  - nauka tekstów na pamięć  - ćwiczenia wzrokowe w zapamiętywaniu.</p> <p><b>5. Rozwijanie umiejętności interpersonalnych:</b>  - pogadanki  - prezentacje.</p> <p><b>1. Ćwiczenia ogólnorozwojowe</b>  - krążenia RR, NN, T, G  - zwiększające ruchomość.</p> <p><b>2. Gimnastyka korekcyjno-kompensacyjna.</b></p> <p><b>3. Ćwiczenia wzmacniające:</b>  - grzbiet, brzuch, pośladki, kark  - RR, NN  - mięśnie przykręgosłupowe.</p> <p><b>4. Ćwiczenia ergomotoryczne:</b>  - ćwiczenia na sprzęcie: rowerki, stepper, wiosła, cross, bieżnia stacjonarna.</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><b>Odpowiedzialni:</b>  - terapeuta.</p>	<p>- 1 osoba wyznaczona terapeutycznie osiągnie satysfakcję z uczestnictwa w zajęciach i weźmie udział w zawodach sportowych.</p>	<p>Mierniki z 2017r. nie zostały osiągnięte w stopniu satysfakcjonującym ponieważ wyznaczona osoba uczestniczyła co prawda w zajęciach jednak ze względu na stan psychiczny nie brała aktywnego udziału w integracyjnych zawodach sportowych.</p>
----	-----------------	---	---	--	---	---	---



8.	WSPARCIE	<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>1. Pomoc uczestnikom i ich rodzinom w:  - pośredniczenie w załatwianiu spraw urzędowych  - reprezentowanie w instytucjach.  - wsparcie psychologiczne</p> <p>2. Pobudzanie do aktywności społecznej:  - rozwijanie posiadanych umiejętności społecznych  - utrzymywanie kontaktów z rodziną i przyjaciółmi  - integracja ze społecznością lokalną</p>	- wszyscy uczestnicy z grupy A (7 osób).	- zespół wspierająco – aktywizujący funkcjonujący w ŚDS - współpraca: rodziny, instytucje, urzędy, szkoły, młodzież.	<b>Odpowiedzialni:</b> - pracownicy ŚDS – zespół wspierająco-aktywizujący (instruktorzy, terapeuci, pielęgniarka, pracownik socjalny, psycholog .	- pozyskanie do współpracy kolejnych <b>3 rodzin w przypadku nowo skierowanych osób.</b>	Mierniki z 2017r. zostały osiągnięte w stopniu zadawalającym ponieważ z planowanych 2 rodzin współpracę podjęliśmy z każdą z nich. Natomiast nowo przyjęte osoby 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.
----	----------	--	--	---	--	--	--

9.	<b>OPIEKA PIELĘGNIARSKA</b>	<p><b>3. Samopomoc uczestników ŚDS ich rodzin oraz personelu placówki, wspieranie się w przezwyciężeniu trudnych sytuacji, wzajemna integracja</b> (wspólne wyjazdy, wycieczki, ogniska oraz turnusy rehabilitacyjne).</p> <p><b>1. Pierwsza pomoc</b> w nagłych wypadkach.</p> <p><b>2. Podawanie leków</b> wg zlecenia lekarza.</p> <p><b>3. Nadzorowanie badań:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- laboratoryjnych</li> <li>- specjalistycznych.</li> </ul> <p><b>4. Współpraca z poradnią:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wizyty u lekarzy</li> <li>- współpraca z poradnią zdrowia psychicznego</li> <li>- dokonywanie pomiarów podstawowych parametrów życiowych.</li> </ul> <p><b>5. Pogadanki tematyczne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zdrowy tryb życia</li> <li>- zdrowie psychiczne</li> <li>- psychoedukacja.</li> </ul> <p><b>6. Współpraca z rodziną.</b></p>	<p>- wszyscy uczestnicy z grupy A (7 osób).</p>	<p>- rodziny, poradnie zdrowia, lekarze.</p>	<p><b>Odpowiedzialni:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pielęgniarka.</li> </ul>	<p>- kolejne 2 osoby ze schorzeniami psychicznymi podejmą się regularnej kontroli zdrowia.</p>	<p>Mierniki z 2017r. zostały osiągnięte w znacznym stopniu ponieważ 2 z wyznaczonych osób podjęły się regularnego leczenia i kontroli 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.</p> <p>Po raz kolejny mierniki , tym razem z 2017r. zostały</p>
----	---------------------------------	---	---	--	---	--	--

10.	<b>BUDOWA SIECI OPARCIA SPOŁECZNEGO</b> - na rzecz osób z zaburzeniami psychicznymi	<b>1. Integracja społeczna:</b> - spotkania i wizyty młodzieży - spotkania integracyjne - wymiana doświadczeń i współpraca - tworzenie grup samopomocy - przełamywanie funkcjonujących stereotypów.  <b>2 Promowanie działalności ŚDS:</b> - foldery , pogadanki - prelekcje i prezentacje multimedialne - wystawy, prezentacje, występy artystyczne  <b>3. Współpraca z rodzina:</b> - wsparcie i pomoc - wymiana doświadczeń  <b>4. Współpraca z mediami lokalnymi:</b> - telewizja lokalna - prasa  <b>5. Współpraca z samorządami oraz organizacjami pozarządowymi i realizacja wspólnych projektów.</b>  <b>6. Włączenie się ŚDS</b>	- wszyscy uczestnicy z grupy A (7 osób).	- zespół wspierająco-aktywizujący funkcjonujący w ŚDS - współpraca: instytucje, urzędy, placówki zdrowia, szkoły, rodziny, media lokalne, instytucje kościelne, organizacje pozarządowe i inne.	<b>Odpowiedzialni:</b> - pracownicy ŚDS – zespół wspierająco-aktywizujący, instruktorzy, terapeuci, pracownik socjalny, pielęgniarka, psycholog	- 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 z mediami.	osiągnięte w stopniu bardzo nas satysfakcjonującym wykraczającym poza wcześniejsze oczekiwania: Rozwijaliśmy dotychczasową współpracę z wolontariatem „W jedną stronę” oraz młodzieżą szkolną, pozyskaliśmy nowych wolontariuszy chętnych do współpracy z ŚDS , współpracowaliśmy z WTZ i Zespołem Szkół Specjalnych. W ramach budowy sieci oparcia społecznego nasza placówka zorganizowała FESTYN MIKOŁAJKOWY - XVI edycja, nad którą Honorowy Patronat objął Burmistrz Miasta Bielsk Podlaski, a po raz drugi zrealizowany został w ramach <u>BUDŻETU OBYWATELSKIEGO Miasta Bielsk Podlaski na 2017r.</u> <u>Nasz projekt „FESTYNU MIKOŁAJKOWEGO”</u> <u>organizowany na rzecz osób niepełnosprawnych zaplanowany na 2018r.-</u> <u>został również po raz kolejny – już trzeci- decyzją mieszkańców miasta włączony do realizacji BUDŻETU OBYWATELSKIEGO</u>
-----	--	---	--	--	--	--	--

11.	INTERNET I KOMPUTER – metodą otwierania się na świat.	<p>w realizację w ramach BUDŻETU OBYWATELSKIEGO MIASTA BIELSK PODLASKI – FESTYNU MIKOŁAJKOWEGO 2017r. – zgodnie z wolą i wynikiem głosowania mieszkańców miasta Bielsk Podlaski.</p> <p>1. Rozwijanie zainteresowań i hobby: - piosenki, wiersze).</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. Wyszukiwanie i przygotowanie materiałów do prezentacji inscenizacji oraz etiud folklorystycznych</p>	- wszyscy uczestnicy z grupy A (7 osób)	- zespół wspierający – aktywizujący funkcjonujący w ŚDS - współpraca: rodziny, instytucje, urzędy, szkoły, młodzież, samorządy i organizacje pozarządowe.	<p><b>Odpowiedzialni:</b> - pracownicy ŚDS – zespół wspierający- aktywizujący, instruktorzy, terapeuci.</p>	- 2 kolejne osoby nabeżdżą umiejętności swobodnego korzystania z zasobów wiedzy internetowej.	<p><u>Miasta Bielsk Podlaski na 2018r.</u> W realizację tego projektu aktywnie włączyliśmy po raz kolejny stowarzyszenie „Kreatywny Bielsk” oraz młodzież ze szkół, przedszkoli i domów kultury, 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 ŚDS-sy oraz organizacje pozarządowe. Mierniki z 2017r. przekroczyły nasze oczekiwania również dzięki oddźwiękowi społecznemu po uczestnictwie w kolejnym spotkaniu TATASPARTAKIADY OGÓLNOPOLSKIEJ gdzie otrzymaliśmy I miejsce i nagrodę Far PLAY. Zaprezentowaliśmy swoje umiejętności sportowe i artystyczne- muzyczne. Rozgłos o tych wydarzeniach przyczynił się znacznie do promocji naszej placówki. Ponadto cele zostały osiągnięte</p>
-----	---	--	---	--	---	---	---

							ponad zaplanowane również ze względu na zainteresowanie uczestników grupy A internetową formą informacji i pozyskania wiedzy gdzie z 2 zaplanowanych wg wskaźników osób 3 uczestników w sposób zaangażowany systematycznie korzysta z kącika komputerowego i wciąż z ochotą rozwijają swoje zainteresowania i hobby.
--	--	--	--	--	--	--	--

\* właściwe podkreślić

DYREKTOR  
  
 mgr Izabela Pakula

Środowiskowy Dom Samopomocy  
 17-100 BIELSK PODLASKI  
 ul. Kazimierzowska 13/2  
 tel. 833-10-10; 833-10-11

Zatwierdzam:

BURMISTRZ MIASTA  
  
 Jarosław Borowski

Załącznik Nr 2  
do Zarządzenia Nr. 526/18.  
Burmistrza Miasta Bielsk Podlaski  
z dnia.....30 marca 2018r.....

## PROGRAM DZIAŁANIA NA ROK 2018 Ośrodka Wsparcia – Środowiskowy Dom Samopomocy w Bielsku Podlaskim

### Dla osób upośledzonych umysłowo – grupa B

(Dla osób przewlekle psychicznie chorych, osób upośledzonych umysłowo, dla osób wykazujących inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych\*)

L.p.	Zadania zaplanowane do realizacji	Sposób realizacji	Osoby objęte oddziaływaniami	Jednostki współuczestniczące w realizacji	Osoba odpowiedzialna za realizację zadania	Mierniki realizacji zadania w 2018r	Stopień realizacji miernika w 2017r.
1.	<p><b>TRENINGI UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH:</b></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>-20 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><b>Odpowiedzialni:</b>  - instruktor terapii zajęciowej.</p>	<p>-10 osób przyswoi informacje i zasady wprowadzone przez trening samoobsługi i zaradności życiowej i potrafi je w sposób umiejętny zastosować w praktyce wykorzystując w codziennym funkcjonowaniu.</p>	<p>Mierniki z 2017r realizacji zadania osiągnięto w stopniu satysfakcjonującym, ponieważ z 9 osób zaplanowanych wg mierników na 2017r. aż 6 osób przyswoiło te zasady w praktyce i potrafiło je zastosować w codziennym funkcjonowaniu.</p>

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

	<p><b>naprawy odzieży</b> (ręczne szycie, cerowanie, przyszywanie guzików, nakładanie łat i inne).</p> <p><b>9. Obsługa urządzeń AGD:</b></p> <p><b>a) pranie w pralce automatycznej</b> (obsługa pralki, podstawowe zasady prania, właściwe dobieranie ubrań do prania)</p> <p><b>b) prasowanie żelazkiem</b> (podstawowe zasady prasowania, dobieranie temperatury do tkanin)</p> <p><b>c) odkurzanie pomieszczeń</b> (podstawowe zasady obsługi odkurzacza, zasady sprzątania pomieszczeń)</p> <p><b>d) obsługa kuchenki elektrycznej, obsługa czajnika elektrycznego, obsługa kuchenki mikrofalowej, obsługa robota kuchennego, obsługa zmywarki itp.</b></p> <p><b>10. Podstawowe zasady dbania o rośliny w domu</b> (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</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>- 10 osób przyswoi zasady kulinarne, a 8 z nich ponadto nauczy się samodzielnie przygotować proste danie.</p>	<p>Mierniki z 2017r. realizacji zadania zostały osiągnięte w stopniu znacznym ponieważ z zaplanowanych 6 osób aż 5 przyswoiło podstawowe zasady kulinarne, natomiast 3 z tych osób osiągnęły względną samodzielność w przygotowaniu prostych posiłków i potrafią tę umiejętność wykorzystać w codziennym funkcjonowaniu.</p>
--	-----------------------------	--	---	---	---	--	--

	<p>c) trening higieniczny</p>	<p><b>posiłków:</b>  - parzenie kawy, herbaty  - zasady przygotowania deserów  - zasady przygotowania kanapek  - zasady przygotowania posiłków.</p> <p><b>7. Przygotowanie prostych dań:</b>  - 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><b>1.Podtrzymywanie i utrwalanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu higienicznego.</b></p> <p><b>2. Estetyczny wygląd i zasady, jak zadbać o wygląd zewnętrzny:</b>  a) dbanie o estetykę zewnętrzną (czyste ubranie, właściwie dobrane , zgodnie z porą roku i stosownie do okazji  b) schludny wygląd (czyste włosy,</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><b>Odpowiedzialni:</b>  - pielęgniarka .</p>	<p>- 8 osób przyswoi zasady wprowadzone przez trening higieniczny i potrafi je zastosować w praktyce.</p>	<p>Mierniki realizacji zadania w 2017r. osiągnięto w stopniu dość satysfakcjonującym ponieważ z zaplanowanych wg miernika 7 osób 5 osób przyswoiło podstawową wiedzę, natomiast 3 z nich potrafi zasady higieny osobistej zastosować w praktyce.</p>
--	-------------------------------	---	---	---	---	---	--

		<p>ostrzyżone, ogolona twarz).</p> <p><b>3. Podstawowe zasady higieny osobistej:</b>  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><b>4. Zdrowy i higieniczny tryb życia</b>  – jak dbać o zdrowie (pielęgnacja, żywienie, systematyczne branie leków i regularne wizyty kontrolne).</p> <p><b>5. Pogadanki, rozmowy i prezentacje multimedialne w zakresie higieny osobistej i higieny zdrowia psychicznego.</b></p>					
d) trening budżetowy	<p><b>1. Zasoby finansowe i umiejętność gospodarowania nimi:</b>  - orientacja w cenach zakupów</p>	<p>-nie wyznaczono osób z grupy B do pracy w tym zakresie zgodnie z indywidualnym</p>	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco –</p>	<p><b>Odpowiedzialni:</b>  zespół wspierająco –aktywizujący.</p>	<p><b>Brak założeń- brak możliwości ich realizacji</b></p>	<p>Mierniki z 2017r. nie zostały zrealizowane ponieważ osoba wyznaczona do ich realizacji nie przyswoiła ogólnych zasad</p>	

	<p>e) trening umiejętności prowadzenia rozmowy</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wydatki pierwszej potrzeby</li> <li>- opłaty stałe</li> <li>- sposoby oszczędnego gospodarowania środkami.</li> </ul> <p><b>2. Planowanie wydatków –zakupy:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zakupy podstawowych towarów</li> <li>- planowanie zakupów na tydzień</li> <li>-zakupy na weekend</li> <li>- planowanie wydatków na cały miesiąc</li> <li>- trudności w zakupach</li> <li>– zakupy pierwszej konieczności.</li> </ul> <p><b>1.Podtrzymywanie i utrwalanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu umiejętności prowadzenia rozmowy.</b></p> <p><b>2.Rozmowa jako sposób na wyrażanie niezbędnych potrzeb i myśli :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-podstawowe zasady prowadzenia rozmowy</li> <li>- sposoby właściwego wyrażania myśli</li> <li>- dialog i konwersacja jako sposoby prowadzenia rozmowy.</li> </ul> <p><b>3. Formułowanie</b></p>	<p>planem wspierająco-aktywizującym.</p> <p>- 8 osób z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierająco-aktywizującym.</p>	<p>aktywizującego.</p> <p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- współpraca : muzeum, biblioteka, przychodnia , szkoły.</p>	<p><b>Odpowiedzialni:</b> instruktor terapii zajęciowej, pracownik socjalny lub inni członkowie zespołu terapeutycznego wg potrzeb.</p>	<p>- 6 osób przyswoi zasady wprowadzone przez trening umiejętności prowadzenia rozmowy i potrafi w sposób praktyczny zastosować je w praktyce.</p>	<p>gospodarowania środkami we właściwym stopniu, nie wyraziła też chęci do dalszej współpracy.</p> <p>Mierniki z 2017r. zostały osiągnięte w stopniu znacznym, ponieważ z planowanych 4 osób zamierzone efekty osiągnięto u 3 osób, które przyswoiły podstawową wiedzę i zasady umiejętności prowadzenia rozmowy, ponadto 2 z nich dość samodzielnie potrafi załatwić swoje sprawy w urzędach i innych instytucjach.</p>
--	--	---	--	---	---	--	--

	<p>f) trening umiejętności spędzania wolnego czasu</p>	<p>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  -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>-21osób 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, 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 2017r. zostały osiągnięte w stopniu zadawalającym, ponieważ z planowanych 6 osób 4 osoby osiągnęło zamierzone efekty i przyswoiło podstawowe zasady umiejętności spędzania wolnego czasu, natomiast pozostałe 3 osoby rozwinęły swoje zainteresowania i hobby (muzyka, internet, haft krzyżykowy).</p>
	<p>g) trening</p>	<p>1.Podtrzymywanie</p>	<p>- 21 osób z grupy</p>	<p>-zajęcia prowadzone</p>	<p>Odpowiedzialni:</p>	<p>-10 osób osiągnie</p>	<p>Mierniki z 2017r. zostały</p>

	<p><b>samouspawniania i doskonalenia</b></p>	<p>podstawowych umiejętności nabytych w zakresie treningu samouspawniania i doskonalenia.</p> <p><b>2. Terapia dźwiękiem:</b>  - arteterapia  - choreoterapia  - muzykoterapia.</p> <p><b>3. Terapia obrazem w tym arteterapia):</b>  - filmoterapia  - umiejętność posługiwania się komputerem  - umiejętność korzystania z internetu.</p> <p><b>4. Terapia ruchem</b>  - 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>	<p><b>B</b> zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.</p>	<p>w <b>ŚDS</b> w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- <b>współpraca:</b>  domy kultury, placówki ŚDS, WTZ, wymiana doświadczeń.</p>	<p>instruktor terapii zajęciowej.</p>	<p>satysfakcję z uczestnictwa w treningu samouspawniania i doskonalenia i odnajdą w nich sposób na samorealizację, w tym 6 osób weźmie udział w różnorodnych prezentacjach.</p>	<p>osiągnięte zgodnie z planem, ponieważ z 6 osób wskazanych wg mierników wszystkie wykazały zainteresowanie tą formą zajęć oraz wszystkie wzięły udział w prezentacjach i występach.</p>
--	--	---	---	--	---------------------------------------	---	---

2.	TERAPIA ZAJĘCIOWA PLASTYCZNA	<p><b>1.Utrwalanie poznanych technik plastycznych:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>decoupage</b> (puzderka, bombki, butelki, opakowania)</li> <li>- <b>iris folding</b> (laurki, pocztówki, prace plastyczne – obrazy)</li> <li>- zdobienie sznurkiem (dzbanki, kompozycje, butelki)</li> <li>- <b>quling</b> (laurki, kompozycje przestrzenne, pocztówki)</li> <li>- <b>malowanie farbami</b></li> <li>- <b>rysunek kredą</b></li> <li>- <b>embosing</b> pocztówki, dekoracje – <b>pergamono</b> (dekoracje, wycinanki, pocztówki, kwiaty )</li> <li>- <b>filcowanie wełny</b> (dekoracje, prace plastyczne)</li> <li>- malowanie kredką.</li> </ul> <p><b>2. Kontynuowanie technik plastycznych</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wiklina papierowa</li> <li>- bombki przestrzenne</li> <li>- inne wg, szkoleń.</li> </ul>	-15 osób z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.	<p>-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego</p> <p>- <b>współpraca :</b> muzeum, ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	Odpowiedzialni: instruktor terapii zajęciowej.	-5 osób osiągnie satysfakcję z uczestnictwa w tych zajęciach, weźmie udział w konkursach i wystawach prac oraz innych prezentacjach.	Mierniki z 2017r. zostały osiągnięte w stopniu satysfakcjonującym, ponieważ z zaplanowanych 3 osób wszystkie 3 osoby osiągnęły zamierzone efekty i chętnie uczestniczyły w tych zajęciach, w tym 2 osoby wzięły udział w konkursie plastycznym.
3.	TERAPIA ZAJĘCIOWA TECHNICZNA	<p><b>1.Utrwalanie poznanych technik:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>gipsoryt</b> (rzeźbienie w suchym tynku, malowanie)</li> <li>- <b>mandala</b> (wysypywanie wzorów, malowanie</li> </ul>	-11 osób z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierająco – aktywizującym.	-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego	Odpowiedzialni: instruktor terapii zajęciowej.	-6 osób osiągnie satysfakcję z uczestnictwa w tych zajęciach i weźmie udział w konkursach i wystawach prac oraz innych prezentacjach.	Mierniki z 2017r. zostały osiągnięte wg planu ponieważ z planowanych 3 osób wszystkie 3 osoby zaangażowały się i z satysfakcją uczestniczyły w tych

		<p>elementów wzorów)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>witraż</b> (wyklejany folią witrażową)</li> <li>- <b>wyklejanie wzorów</b> włóczką</li> <li>- <b>sztuczna biżuteria</b> (zdobienie drewnianych elementów- kolczyki, przewieszki , broszki)</li> <li>-<b>metoda Tiffani'ego</b> (biżuteria ze szkła zdobnego)</li> <li>- <b>wiklina papierowa</b></li> <li>- <b>relief na szkłe.</b></li> </ul> <p><b>2. Wykorzystanie poznanych technik do wyrobu rzeczy użytkowych:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wykonanie organizatorów, pojemników, mis i innych (wiklina papierowa)</li> <li>- zdobienie szkła użytkowego(wazon, kubki, misy, dzbany).</li> </ul>		<p>- <b>współpraca:</b> muzeum, ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>			<p>zajęciach przygotowując prace na wystawę prac i do konkursów plastyczno-technicznych.</p>
--	--	--	--	--	--	--	--



4.	<b>TERAPIA ZAJĘCIOWA MUZYCZNO-RYTMICZNA</b>	<p><b>Wykorzystanie muzyki jako:</b></p> <p><b>1. Formy ekspresji artystycznej</b> (tańce integracyjne, improwizacje taneczno-rytmiczne).</p> <p><b>2. Muzyka jako element nastrojotwórczy</b> (słuchanie, śpiewanie, karaoke).</p> <p><b>3. Muzyka rozwijająca ekspresję wokalną</b> (muzyczne zabawy z dźwiękiem, ruchem i rytmem, zabawy z głosem, zabawy z piosenką).</p> <p><b>4. Muzyka z wykorzystaniem instrumentów</b> (zabawy z instrumentami perkusyjnymi).</p> <p><b>5. Muzyka relaksacyjna z wykorzystaniem elementów światłoterapii</b> (aktywna relaksacja, zabawy relaksujące, relaksujące elementy świetlne).</p>	<p>-20 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>- <b>współpraca:</b> ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	<p><b>Odpowiedzialni:</b> Instruktor terapii zajęciowej, instruktor ds. kulturalno – oświatowych.</p>	<p>-10 osób osiągnie satysfakcję z uczestnictwa w tych zajęciach w tym <b>6 osób</b> weźmie udział jako grupa reprezentacyjna ŚDS w prezentacjach, występach i konkursach artystycznych o charakterze muzycznym, kontynuowanie działalności zespołu wokalnego ŚDS .</p>	<p>Mierniki z 2017r. zostały osiągnięte w stopniu <b>bardzo nas</b> satysfakcjonującym, <b>ponieważ</b> z zaplanowanych 8 osób 6 osiągnęło zamierzone efekty i <b>chętnie</b> uczestniczyło w tych zajęciach, przy czym 5 z tych osób <b>bardzo</b> aktywnie uczestniczyło w próbach zespołu wokalnego i wielokrotnie brało udział w konkursach i prezentacjach muzycznych.</p>
----	---	--	---	---	---	---	---

5.	<b>WARSZTAT KRAWIECKO- HAFCIARSKI</b>	<p><b>1. Podtrzymywanie podstawowych umiejętności nabytych w zakresie warsztatu krawiecko-hafciarskiego.</b></p> <p><b>2. Kontynuowanie technik haftu krzyżkowego</b>  - pejzaże i obrazy z haftu  - haft jako element dekoracyjny (dekorowanie ubrań, pocztówki, serwetki).</p> <p><b>3. Nauka obsługi maszyny do szycia:</b>  - zasady bezpieczeństwa pracy  - podstawowe zasady obsługi  - konserwacja.</p> <p><b>4. Podstawowe zasady kroju i szycia:</b>  - przygotowanie form do wykroi  - wykroje i projekty ubrań  - wykańczanie prac krawieckich.</p> <p><b>5. Przygotowanie stroi i ubrań na prezentacje i występy uczestnikom ŚDS.</b></p> <p><b>6. Przechowywanie</b></p>	-4 osoby z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierająco -aktywizującym	-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego  - współpraca: ośrodki kultury, szkoły pozostałe ośrodki wsparcia	<b>Odpowiedzialni:</b> -instruktor terapii zajęciowej	-4 osoby osiągną <b>samodzielność</b> w zakresie praktycznego wykorzystania nabytych umiejętności krawieckich i doskonalenia technik haftu krzyżkowego.	<b>Mierniki z 2017. zostały osiągnięte w stopniu bardzo nas satysfakcjonującym, ponieważ z zaplanowanych 3 osób wg mierników wszystkie 3 osoby chętnie uczestniczyły w tych zajęciach i z ogromną satysfakcją wykonywały prace hafciarskie traktując to również jako własne hobby, ponadto chętnie doskonały kolejne techniki szycia i haftu.</b>
----	---	---	--	---	--	---	---

6.	<b>ZAJĘCIA DYDAKTYCZNE</b>	<p><b>i dbanie o materiały oraz narzędzia</b> w warsztacie krawiecko-hafciarskim - zasady właściwego użytkowania narzędzi w warsztacie - zasady właściwego użytkowania materiałów w warsztacie.</p> <p><b>1. Podtrzymywanie techniki czytania i pisania:</b> - ćwiczenia grafomotoryczne (rysowanie po śladzie, rysunki dowolne, przepisywanie krótkich tekstów) - utrwalanie znajomości liter - czytanie zdań i krótkich tekstów - usprawnianie manualne - zabawy zręcznościowe.</p> <p><b>2. Ćwiczenia i zabawy rozwijające i usprawniające</b> percepcję słuchową, wzrokową oraz koordynację wzrokowo-słuchowo-ruchową: - zabawy manipulacyjne - ćwiczenia logopedyczne.</p> <p><b>3. Usprawnianie</b></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>- <b>współpraca:</b> ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.</p>	<p><b>Odpowiedzialni:</b> - terapeuta.</p>	<p>-8 osób osiągnięte zadowolenie z uczestnictwa w tych zajęciach i potrafi w sposób praktyczny wykorzystać pozyskaną wiedzę, w tym 5 z tych osób weźmie udział w prezentacjach i występach.</p>	<p>Mierniki z 2017r. zostały osiągnięte w znacznym stopniu, ponieważ z zaplanowanych 6 osób, wszystkie 6 osób chętnie uczestniczyły w zajęciach i w sposób praktyczny potrafiło wykorzystać nabytą wiedzę, 4 z tych 5 osób umiejętnie wykorzystało tę umiejętność 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><b>orientacji:</b> w schemacie ciała i przestrzeni: - opanowywanie i stosowanie pojęć przestrzennych - ćwiczenia orientacji w schemacie ciała.</p> <p><b>4. Doskonalenie pamięci:</b> - nauka tekstów na pamięć - ćwiczenia wzrokowe w zapamiętywaniu.</p> <p><b>5. Rozwijanie umiejętności interpersonalnych:</b> - pogadanki - prezentacje.</p> <p><b>1. Ćwiczenia ogólnorozwojowe</b> - krążenia RR, NN, T, G - zwiększające ruchomość.</p> <p><b>2. Gimnastyka korekcyjno-kompensacyjna.</b></p> <p><b>3. Ćwiczenia wzmacniające:</b> - grzbiet, brzuch, pośladki, kark - RR, NN - mięśnie przykręgosłupowe.</p> <p><b>4. Ćwiczenia ergo-</b></p>	-12 osób z grupy B zgodnie z indywidualnym planem wspierająco –aktywizującym.	-zajęcia prowadzone w ŚDS w zakresie realizacji planu postępowania wspierająco – aktywizującego  - <b>współpraca:</b> ośrodki kultury, szkoły, pozostałe ośrodki wsparcia.	<b>Odpowiedzialni:</b> - terapeuta.	- 7 osób osiągnie satysfakcję z uczestnictwa w zajęciach, najlepsze wezmą udział w zawodach sportowych.	Mierniki z 2017r. zostały osiągnięte w stopniu bardzo nas satysfakcjonującym, ponieważ wszystkie 6 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><b>motoryczne:</b> - ćwiczenia na sprzęcie : rowerki, stepper, wiosła, cross, bieżnia stacjonarna.</p> <p><b>5. Lekkie ćwiczenia usprawniające na atlasie sportowym.</b></p> <p><b>6. Ćwiczenia koordynacyjno- ruchowe.</b></p> <p><b>7. Ćwiczenia zręcznościowe i równoważne.</b></p> <p><b>8. Gry i zabawy z wykorzystaniem przyborów lub bez; na sali lub na powietrzu (park).</b></p> <p><b>1.Pomoc uczestnikom i ich rodzinom w:</b> - pośredniczenie w załatwianiu spraw urzędowych - reprezentowanie w instytucjach .</p> <p><b>2.Pobudzanie do aktywności społecznej:</b> - rozwijanie posiadanych umiejętności społecznych - utrzymywanie kontaktów z rodziną i</p>	- wszyscy uczestnicy z grupy <b>B (23 osoby).</b>	- zespół wspierająco – aktywizujący funkcjonujący w ŚDS - <b>współpraca:</b> rodziny, instytucje, urzędy, szkoły, młodzież.	<b>Odpowiedzialni:</b> - pracownicy ŚDS – zespół wspierająco- aktywizujący (instruktorzy, terapeuci, pracownik socjalny, pielęgniarka).	- pozyskanie do współpracy kolejnych <b>3 rodzin</b> ( <b>utworzenie grupy samopomocy</b> ).	<b>Mierniki z 2017r. 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.</b>
----	----------	---	---	---	--	---	---

9.	<b>OPIEKA PIELĘGNIARSKA</b>	<p>przyjaciółmi - integracja ze społecznością lokalną. - <b>wsparcie psychologiczne</b></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>1. <b>Pierwsza pomoc</b> w nagłych wypadkach.</p> <p>2. <b>Podawanie leków</b> wg zlecenia lekarza.</p> <p>3. <b>Nadzorowanie badań:</b> - laboratoryjnych - specjalistycznych.</p> <p>4. <b>Współpraca z poradnią:</b> - wizyty u lekarzy - współpraca z poradnią zdrowia psychicznego - dokonywanie pomiarów podstawowych parametrów życiowych.</p> <p>5. <b>Pogadanki tematyczne:</b> - zdrowy tryb życia</p>	<p>- wszyscy uczestnicy z grupy B (23 osoby).</p>	<p>- rodziny, poradnie zdrowia, lekarze.</p>	<p><b>Odpowiedzialni:</b> - pielęgniarka</p>	<p>- 4 osoby upośledzone umysłowo ze schorzeniami towarzyszącymi podejmą się regularnej kontroli stanu zdrowia w ramach współpracy śds z Poradnią Zdrowia.</p>	<p>Mierniki z 2017r. zostały osiągnięte w stopniu dość satysfakcjonującym, ponieważ z 3 zaplanowanych wg mierników osób kolejne 2 osoby regularnie kontrolują swoje zdrowie i uczęszczają do poradni cukrzycowej.</p>
----	---------------------------------	---	---	--	--	--	---

10.	<p><b>BUDOWA SIECI OPARCIA SPOŁECZNEGO</b> - na rzecz osób z zaburzeniami psychicznymi</p>	<p>- zdrowie psychiczne - psychoedukacja.</p> <p><b>6. Współpraca z rodziną.</b></p> <p><b>1. Integracja społeczna:</b> - spotkania i wizyty młodzieży - spotkania integracyjne - wymiana doświadczeń i współpraca - tworzenie grup samopomocy - przełamywanie funkcjonujących stereotypów.</p> <p><b>2. Promowanie działalności ŚDS:</b> - foldery, pogadanki - prelekcje i prezentacje multimedialne - wystawy, prezentacje, występy artystyczne.</p> <p><b>3. Współpraca z rodziną:</b> - wsparcie i pomoc - wymiana doświadczeń</p> <p><b>4. Współpraca z mediami lokalnymi:</b> - telewizja lokalna</p>	<p>- wszyscy uczestnicy z grupy B (23 osoby).</p>	<p>- zespół wspierająco-aktywizujący funkcjonujący w ŚDS</p> <p>- <b>współpraca:</b> instytucje, urzędy, placówki zdrowia, szkoły, rodziny, media lokalne, instytucje kościelne i inne.</p>	<p><b>Odpowiedzialni:</b> - pracownicy ŚDS – zespół wspierająco-aktywizujący, instruktorzy, terapeuci, pracownik socjalny, pielęgniarka.</p>	<p>- 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>	<p>Mierniki z 2017r. zostały osiągnięte w stopniu bardzo satysfakcjonującym wykraczającym poza wcześniejsze oczekiwania: nadal rozwijaliśmy dotychczasową współpracę z wolontariatem „W jedną stronę” oraz młodzieżą szkolną, pozyskaliśmy nowych wolontariuszy chętnych do współpracy z ŚDS, współpracowaliśmy z WTZ i Zespołem Szkół Specjalnych. W 2017 r. w ramach budowy sieci oparcia społecznego nasza placówka zorganizowała FESTYN MIKOŁAJKOWY- XVI edycja, nad którą Honorowy Patronat objął Burmistrz Miasta Bielsk Podlaski, a realizowany został w ramach <b>BUDŻETU OBYWATELSKIEGO</b></p>
-----	--	--	---	---	--	--	--

		<p>- 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><u>Miasta Bielsk Podlaski na 2017r.</u>  <u>Nasz projekt „FESTYNU MIKOŁAJKOWEGO”</u>  <u>organizowany na rzecz osób niepełnosprawnych zaplanowany na 2018r.-</u>  <u>został po raz kolejny decyzją mieszkańców</u>  <u>miasta włączony do realizacji BUDŻETU OBYWATELSKIEGO</u>  <u>Miasta Bielsk Podlaski na 2018r.</u> W realizację tego projektu aktywnie włączyliśmy stowarzyszenie „Kreatywny Bielsk” oraz młodzieży ze szkół, przedszkoli i domów kultury, reportaż 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.</p> <p>Mierniki z 2017r. po raz kolejny nas zaskoczyły i przekroczyły nasze oczekiwania również dzięki oddźwiękowi społecznemu po</p>
11.	INTERNET I KOMPUTER – metodą otwierania się na świat	<p>1.Rozwijanie zainteresowań i hobby: - piosenki, wiersze, gry .</p> <p>2.Poszerzanie wiedzy</p>	- wszyscy uczestnicy z grupy B (23 osoby).	- zespół wspierająco – aktywizujący funkcjonujący w ŚDS - <b>współpraca:</b> rodziny, instytucje, urzędy, szkoły,	<b>Odpowiedzialni:</b> - pracownicy ŚDS – zespół wspierająco-aktywizujący, instruktorzy, terapeuci,	- 3 kolejne osoby nabeżdżą umiejętności korzystania z zasobów wiedzy internetowej.	



		<p><b>ogólnej:</b>  - poszukiwanie nowych metod i technik pracy z osobami niepełnosprawnymi  - nabywanie umiejętności korzystania z wszechstronnej wiedzy internetowej,</p> <p><b>3.Szukanie i przygotowanie materiałów do prezentacji inscenizacji oraz etiud folklorystycznych.</b></p>		młodzież.	opiekunowie.		<p>zorganizowanym przez nasz FESTYWNIE MIKOŁAJKOWYM 2017. Rozgłos z tego powodu wywołany przez prasę i telewizję w sposób bardzo znaczący przyczynił się do wzmocnienia promocji naszej placówki. Ponadto cele zostały osiągnięte ponad zaplanowane również ze względu na zainteresowanie uczestników grupy B internetową formą informacji i pozyskania wiedzy, którzy w sposób zaangażowany systematycznie korzystają z kącika komputerowego i wciąż z ochotą rozwijają swoje zainteresowania i hobby.</p>
--	--	---	--	-----------	--------------	--	---

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

*Jarostaw Borowski*

## Roczny plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Bielsku Podlaskim na rok 2018


Lp.	Zadania/Tematy	Termin realizacji	Sposób realizacji
1.	<b>VIII Podlaski Przegląd Kolęd i Pastoralek.</b>	I/2018r.	Udział uczestników ŚDS w prezentacjach artystycznych podczas kolejnego Podlaskiego Przeglądu Kolęd i Pastoralek „Siemiatycka Stajenka” organizowanym przez WTZ w Siemiatyczach.
2.	<b>XII Wojewódzki Przegląd Kolęd i Pastoralek.</b>	I/2018r.	Udział uczestników ŚDS w prezentacjach artystycznych w kolejnym Wojewódzkim Przeglądzie Kolęd i Pastoralek „Dokąd gwiazda prowadzi” zorganizowanym przez MOPR i ŚDS w Białymstoku.
3.	<b>Tradycyjny Bal Karnawałowy w ŚDS.</b>	I/2018r.	Tradycyjnie organizowany w placówce kolejny bal karnawałowy z udziałem uczestników ŚDS wybory króla i królowej balu, gry, zabawy, upominki, prezentacja najciekawszych stroi karnawałowych.
4.	<b>WSPÓLNE KOŁĘDOWANIE w Bibliotece Publicznej w Orli.</b>	II/2018r.	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.	<b>WALENTYNKI – Dzień Zakochanych w ŚDS.</b>	II/2018r.	Przygotowanie prezentacji słowno-muzycznej w wykonaniu uczestników ŚDS, muzyka refleksyjna przy kawie i herbatce.
6.	<b>Miejska Biblioteka Publiczna – spotkania z instruktorami – jako element pracy terapeutycznej.</b>	II/2018r.	Odwiedziny w Bibliotece jedną z form spotkań o charakterze terapeutycznym, wykorzystanie zasobów biblioteki do pracy terapeutycznej, udział w warsztatach tematycznych organizowanych przez Bibliotekę.
7.	<b>Wyjazd do kina lub teatru wycieczka do Białegostoku.</b>	III/2018r.	Tradycyjnie jak co roku wycieczka zorganizowana do Białegostoku w połączeniu z wyjazdem do kina lub teatru oraz wyjściem do kawiarni lub restauracji.
8.	<b>Dzień Kobiet w ŚDS.</b>	III/2018r.	Zorganizowanie uroczystości dla uczestniczek ŚDS „Kobieta dawniej, a dziś” – przygotowanie prezentacji słowno-muzycznej przez uczestników ŚDS, poczęstunek przy kawie i herbacie.

9.	<b>Wielkanocne Konkursy Plastyczne - udział uczestników ŚDS.</b>	III/2018r.	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.	<b>Przygotowania do Świąt Wielkanocnych w placówce ŚDS.</b>	IV/2018r.	Święta Wielkanocne w ŚDS, pielęgnowanie zwyczajów i tradycji ludowej związanych z obchodem Świąt Wielkanocnych, przygotowanie dekoracji świątecznej w placówce, malowanie jaj.
11.	<b>KONKURS POETYCZKI „Zaczarowane strofy”</b>	IV/2018r.	Konkurs organizowany przez WTZ w Hajnówce, uczestnicy ŚDS wezmą w nim udział w ramach wieloletniej współpracy, zaprezentują swoje umiejętności artystyczne .
12.	<b>Wyjścia do Kawiarni – wzbogacenie zajęć terapeutycznych.</b>	V/ 2018r.	Poznajemy różne formy umiejętności spędzania wolnego czasu – wyjście do kawiarni jako jedna z takich form.
13.	<b>Marsz Godności Osób Niepełnosprawnych w Hajnówce.</b>	V/2018r.	Udział uczestników ŚDS w Marszu Godności zorganizowanym przez Środowiskowy Dom Samopomocy w Hajnówce.
14.	<b>IX Przegląd Tańca Osób Niepełnosprawnych „Baw się i tańcz”.</b>	V/2018r.	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.
15.	<b>Dni Bielska Podlaskiego.</b>	VI/2018r.	Udział uczestników ŚDS w prezentacjach artystycznych z okazji Dni Bielska Podlaskiego, uatrakcyjnienie występów artystycznych z okazji Dnia Dziecka.
16.	<b>Miting Lekkoatletyczny w Mońkach.</b>	VI/2018r.	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.	<b>Zawody Sportowe Osób Niepełnosprawnych w Łapach z udziałem uczestników ŚDS.</b>	VI/2018r.	Przygotowania do zawodów sportowych w Łapach, ćwiczenia w zakresie wybranych konkurencji sportowych, wytypowanie reprezentacyjnej grupy sportowej z ŚDS. Udział w zawodach i wspólna zabawa.

18.	<b>Udział uczestników ŚDS w Konkursie Plastycznym PFRON.</b>	VI/2018r.	Udział uczestników ŚDS w cykliczny Ogólnopolskim Konkursie Plastycznym PFRON. Przygotowanie prac plastycznych na konkurs w ramach terapii zajęciowej plastyczno-technicznej.
19.	<b>Wypoczynek plenerowy na łonie natury – wyjazd do lasu.</b>	VII/ 2018r.	Zorganizowanie wypoczynku – wyjazd do lasu w ramach współpracy z Nadleśnictwem Bielsk – poznajemy florę i faunę leśną.
20.	<b>Zorganizowanie wycieczki turystyczno-krajoznawczej.</b>	VII/2018r.	Zorganizowanie wyjazdu z cyklu „Poznajemy nasz region” związanego z poznawaniem ciekawych, bogatych przyrodniczo lub historycznie miejsc na Podlasiu.
21.	<b>Wyjazd na OGNISKO.</b>	VIII/2018r.	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.	<b>Wyjazd do OPERY PODLASKIEJ.</b>	VIII/ 2018 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.	<b>Festiwal Taneczny Osób Niepełnosprawnych w Łapach.</b>	IX/2018r.	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.	<b>PRZEGLĄD Twórczości Osób Niepełnosprawnych "PLĄS" w Łapach</b>	IX/2018r.	Prezentacja dorobku artystycznego uczestników ŚDS, spotkanie integracyjne i wymiana doświadczeń, podczas spotkania integracyjnego w Łapach zorganizowanego przez ŚDS w Łapach.
25.	<b>Przeгляд Piosenki Biesiadnej Osób Niepełnosprawnych w WTZ stare Racibory.</b>	IX/2018r.	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.	<b>XIV TATASPARTAKIADA - Łazy 2018 r.</b>	X/2018r.	Udział uczestników ŚDS w XIV edycji Pikniku Sportowo- Rodzinnego Osób Niepełnosprawnych w Łazach. Konkurencje sportowe, prezentacje, wspólna zabawa, poczęstunek oraz integracja uczestników pikniku.
27.	<b>XI Przeгляд Piosenki Biesiadnej „Po ten kwiat”– Białystok 2018.</b>	X/2018r.	Przygotowanie programu i prezentacja uczestników ŚDS podczas zorganizowanego przez MOPR i ŚDS w Białymstoku Przeгляdu Piosenki Osób Niepełnosprawnych. Wymiana doświadczeń, integracja i wspólna zabawa.

28.	<b>VI Przegląd Twórczości Osób Niepełnosprawnych „Zbiór Form Artystycznych”.</b>	XI / 2018r.	Prezentacja twórczości artystycznej uczestników śds (taniec, śpiew) podczas cyklicznego spotkania integracyjnego zorganizowanego przez WTZ Nowa Wola, wymiana doświadczeń artystycznych.
29.	<b>ANDRZEJKI W ŚDS.</b>	XI / 2018r.	Zorganizowanie Integracyjnego Spotkania Andrzejkowego na rzecz osób niepełnosprawnych w naszej placówce z udziałem młodzieży szkolnej oraz grupy wolontariatu. Gry, zabawy i wróżby sposobem na dobrą zabawę.
30.	<b>Festyn Mikołajkowy 2018.</b>	XII/2018r.	Przygotowanie przez naszą placówkę XVII edycji imprezy integracyjnej na rzecz społeczności lokalnej „FESTYN MIKOŁAJKOWY 2018” w ramach realizacji <b>BUDŻETU OBYWATELSKIEGO Miasta Bielsk Podlaski na rok 2018 – już po raz trzeci, o czym w głosowaniu obywatelskim zdecydowali mieszkańcy miasta.</b>
31.	<b>WIGILIA w ŚDS.</b>	XII/2018r.	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.	<b>Uczestnictwo w projektach realizowanych przez organizacje pozarządowe i instytucje publiczne na rzecz osób niepełnosprawnych.</b>	I – XII/2018r.	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.

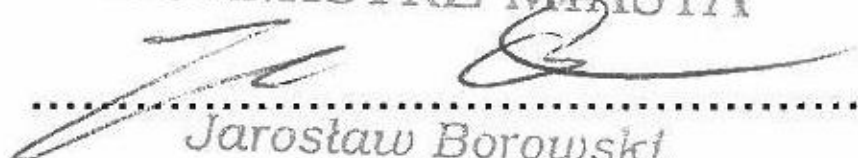
DYREKTOR

mgr inż.  Anna Pakula

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

Zatwierdzam:

BURMISTRZ MIASTA

  
.....  
Jarosław Borowski