

**PLAN PRACY  
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY  
W ŚWIDWINIE NA ROK 2018**

Plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Świdwinie na rok 2018 obejmuje w swoim zakresie działania i przedsięwzięcia służące poprawie jakości życia uczestników Domu. Gwarantuje prawidłowe, terminowe, interesujące i innowacyjne zajęcia dla każdej grupy uczestników, zgodnie z ich możliwościami, stanem zdrowia i zainteresowaniami dostarczając nowych wrażeń i doznań. Wszystkie zajęcia obejmują swoim obszarem szeroko rozumianą edukację, wsparcie psychologiczne, terapię ruchową, rozrywkę i wypoczynek. Oparte są na szczegółowej analizie każdego przypadku z uwzględnieniem Indywidualnego Planu Wspierająco – Aktywizującego, obserwacji uczestnika i doświadczeniu zawodowym kadry Środowiskowego Domu Samopomocy.

Działania Środowiskowego Domu Samopomocy w Świdwinie przewidziane na rok 2018 mają za zadanie stwarzać warunki do nabywania umiejętności wykonywania podstawowych czynności życia codziennego niezbędnych do samodzielnej egzystencji, stymulowanie osobistego rozwoju poprzez opracowanie Indywidualnego Planu Wspierająco-Aktywizującego, zapewnienie w miarę możliwości tych potrzeb, które wpływają w dużym stopniu na rozwój psychofizyczny : poczucia bezpieczeństwa, działania higieniczne, odżywianie, ruch, odpoczynek, poszanowanie godności osobistej, kontaktów interpersonalnych. Kształtowanie wobec osób z zaburzeniami psychicznymi i ich rodzin właściwych postaw społecznych a zwłaszcza zrozumienia, tolerancji, życzliwości a także przeciwdziałanie ich dyskryminacji.

Zajęcia prowadzone będą w postaci treningów: higienicznego, kulinarnego, umiejętności praktycznych, budżetowego, prozdrowotnego, umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów w tym budowanie i kształtowanie pozytywnych relacji z otoczeniem, organizacja czasu wolnego poprzez rozwijanie zainteresowań. Planowane są działania wspierające podopiecznych w życiu codziennym np. pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, zakupach, dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych. W ramach działań ŚDS przewiduje się rozwijanie sprawności fizycznej poprzez udział w zajęciach terapii ruchowej indywidualnej i ogólnej, zawodach sportowych, paraolimpiadach. Korzystanie z urządzeń i sprzętu sportowego i rehabilitacyjnego. Zajęcia z psychologiem zarówno indywidualne jak i ogólne, korzystanie z Sali Doświadczenia Świata. Psychoedukacja i edukacja socjalna polegać będzie na nauce technik relaksacyjnych, pracy nad kształtowaniem samoakceptacji w roli chorego, dostarczaniu wiedzy na temat choroby, metod i konieczności leczenia, przeciwdziałaniu uzależnieniom od alkoholu i środków odurzających, motywowaniem do prowadzenia zdrowego i uregulowanego trybu życia. W roku 2018 przewidziana jest w dalszym ciągu ścisła współpraca z Poradnią Zdrowia Psychicznego i wsparcie lekarza psychiatry zarówno uczestników jak i ich rodzin. Prowadzone będą zajęcia muzykoterapii i taneczne.

Terapia zajęciowa w 2018 roku prowadzona będzie w następujących pracowniach: kulinarno-gospodarczej, plastycznej, rękodzieła i krawieckiej, ceramicznej, stolarskiej, komputerowej, witrażu i muzycznej. Zajęcia w poszczególnych pracowniach odbywać się będą zgodnie

z planem dziennym, tygodniowym i miesięcznym. Wynikają również z kalendarza imprez i przedsięwzięć Środowiskowego Domu Samopomocy.

Zaplanowane są spotkania integracyjne z rodzinami uczestników ŚDS oraz w ramach współpracy z instytucjami, stowarzyszeniami, związkami i zaprzyjaźnionymi ŚDS przewiduje się w ciągu całego roku liczne imprezy, wycieczki, festiwale, zawody sportowe. Odbędą się wyjazdy do kina, wycieczki rowerowe i piesze. Gościć będziemy w naszym Domu aktorów teatru krakowskiego.

Podopieczni wezmą udział w takich przedsięwzięciach jak:

- XXVI Kaziuki Wileńskie
- IV Wystawa Prac Plastycznych I Rękodzieła- Art.-Deco – uczestników Środowiskowych Domów Samopomocy z Powiatu Świdwińskiego
- Międzynarodowy Dzień Tańca
- Dzień Godności Osób Niepełnosprawnych- Zespół Placówek Specjalnych w Sławoborzu, w Szkole Podstawowej Nr 2 w Świdwinie, w Drawsku Pomorskim
- Spartakiada w ŚDS w Sławoborzu
- Przegląd Twórczości Artystycznej w ŚDS Łobez
- Turniej Gier Towarzyskich w Klępczewie
- „Krok bliżej Paraolimpiady” w Krzęcinach
- Sptyw kajakowy w Wałczu
- Impreza integracyjna „Połczyński szlak”
- VIII Między powiatowy Turniej Tańca Osób Niepełnosprawnych w Drawsku Pomorskim

Środowiskowy Dom Samopomocy w Świdwinie w roku 2018 będzie organizatorem IV Festiwalu Dyni, który odbędzie się w miesiącu wrześniu w Ieśniczówce na Przyrzeczu. Zaplanowane są spotkania ze Związkiem Diabetyków, Związkiem Niewidomych, uczniami szkół i przedszkolakami.

Podopieczni wezmą udział w wycieczkach nad morze, piknikach nad jeziorem i do Parku Zdrojowego w Połczynie Zdroju.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Świdwinie planuje również udział w przedsięwzięciu realizowanym w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki I Rozwiązywania Problemów Alkoholowych I Przeciwdziałania Narkomanii. Zostaną przeprowadzone zajęcia profilaktyczne nt. „Jak sobie radzić ze stresem” – termin realizacji czerwiec 2018 rok, oraz „Trzeźwy umysł”- konsekwencje nadużywania alkoholu i środków odurzających” – termin realizacji listopad

2018 rok. Planowany jest wyjazd uczestników ŚDS do Ośrodka Wypoczynku Rodzinnego „Gościniec” w Ustroniu Morskim w okresie od 01.06.- 07.06.2018 roku.

Zaplanowane są szkolenia w celu podnoszenia kwalifikacji pracowników i doposażenie sali rehabilitacyjnej, Sali Doświadczania Świata i pracowni.

KIEROWNIK  
Rodzinnego Domu Samopomocy  
Elżbieta Krzeszowiec