ROCZNY PLAN PRACY
ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY
W TARNOWSKICH GÓRACH
na 2023 rok

Środowiskowy Dom Samopomocy jest ośrodkiem wsparcia pobytu dziennego, przeznaczonym dla osób ~~dorosłych~~[1] przewlekle psychicznie chorych, niepełnosprawnych intelektualnie oraz wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych, które zgodnie ze stanem wiedzy medycznej zaliczane są do zaburzeń psychicznych, nie wymagających leczenia szpitalnego bądź opieki stacjonarnej.

Celem Środowiskowego Domu Samopomocy jest zapewnienie uczestnikom wsparcia społecznego przez szeroko zakrojoną terapię społeczną, psychiczną, fizyczną pozwalającą na zaspokojenie podstawowych potrzeb życiowych uczestników, usamodzielnienie i integracje społeczną.

Ważnym elementem pracy Domu jest integracja ww. osób z lokalnym środowiskiem poprzez ich społeczną aktywizację.

W 2023 r. Środowiskowy Dom Samopomocy w ramach bieżącej pracy terapeutycznej będzie realizował działania wynikające z rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy zapewniając następujące formy pracy terapeutycznej:

1. trening funkcjonowania w życiu codziennym,

2. umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów,

3. umiejętności spędzania czasu wolnego,

4. poradnictwo specjalistyczne,

5. pomoc w załatwianiu spraw urzędowych,

6. pomoc w korzystaniu ze świadczeń zdrowotnych,

7. terapię ruchową,

8. wyżywienie w postaci posiłku,

9. terapię zajęciową przygotowującą do dalszego samorozwoju i możliwości uczestnictwa w Warsztatach Terapii Zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia.

Planowane do realizacji w 2023r. treningi dotyczą uczestników Domu typu A, B, C. Ich poziom dostosowany będzie do poziomu możliwości psychofizycznych poszczególnych uczestników.

[1] Zapis usunięty na wniosek ŚUW Wydziału Rodziny i Polityki Społecznej (pismo nr PSI.0523.71.2022) dot. Przyjęcia Rocznego Planu Pracy na rok 2023.

Plan pracy na 2023r. opiera się na podtrzymaniu posiadanych umiejętności i wypracowaniu nowych u osób z deficytami w sferze kontaktów interpersonalnych oraz funkcjonowania w życiu codziennym.

Ponadto w 2023r. planujemy utworzyć grupę wsparcia dla rodziców/opiekunów, spotkania będą miały charakter cykliczny w zależności od zgłaszanych potrzeb.

Uzgodniono również - po zaciągnięciu opinii Uczestników jak i ich rodziców i opiekunów że w dniach 2,4,5 maja 2023r. nikt z Uczestników nie będzie obecny w ośrodku, Środowiskowy Dom Samopomocy będzie nieczynny, a pracownicy skorzystają z urlopu.

Roczny harmonogram pracy ŚDS w Tarnowskich Górach

Zakres postępowania wspierajo-aktywizującego	Zadania	Formy realizacji, metody, techniki, narzędzia	Termin realizacji	Osoby odpowiedzialne
Trening funkcjonowania w życiu codziennym	1.Trening dbałości o wygląd zewnętrzny: • Nabywanie i doskonalenie umiejętności związanych dbaniem o wygląd zewnętrzny	Trening praktyczny, instruktaż słowny, met. asymilacji wiedzy, met. problemowe	Praca ciągła (z wyłączeniem 2,4,5 maja)	Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego
	2.Trening samoobsługi: • Samodzielnego jedzenia, mycia rąk i załatwiania potrzeb fizjologicznych • Samodzielne ubieranie się (zapinanie guzików, suwaka, sznurowanie obuwia)	Trening praktyczny, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności	Praca ciągła (z wyłączeniem 2,4,5 maja)	Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego
	3. Trening nauki higieny: • Toaleta całego ciała, mycie rąk • Higiena jamy ustnej • Pielęgnacja paznokci, włosów • Codzienna zmiana bielizny • Dbanie o czystość i schludny strój	Trening praktyczny, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności, dialog indywidualny i grupowy, prezentacja, met. asymilacji wiedzy, met. problemowe	Praca ciągła (z wyłączeniem 2,4,5 maja)	Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego
	4. Trening kulinarny: • Nabywanie i doskonalenie umiejętności planowania oraz estetycznego przygotowywania i spożywania posiłków, wypracowanie społecznie akceptowanej kultury zachowania przy	Trening praktyczny, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności.	Praca ciągła (z wyłączeniem 2,4,5 maja)	Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego

	stole, poznanie i przyswajanie prostych przepisów kulinarnych, dobór artykułów spożywczych, poznanie zasad zdrowego odżywiania się, kultywowanie tradycji świątecznych poprzez przygotowanie śniadania wielkanocnego i wieczerzy wigilijnej oraz obchodów urodzin uczestników ŚDS, dekoracja stołu, (przygotowanie potraw, pieczenie ciast)			
	5. Trening umiejętności praktycznych: • obsługa sprzętu AGD: pralki, żelazka, odkurzacza, czajnika elektrycznego, piekarnika, opiekacza, miksera, • dokonywanie zakupów, porównywanie cen, • korzystanie z urzędów użyteczności publicznej • dbałość o odzież i jej naprawa, • nauka wiązania obuwia, • przyszywanie guzików, • umiejętność posługiwania się zegarem, • pielęgnowanie roślin • składanie podpisu na liście obecności, • prace porządkowe.	Trening praktyczny, instruktaż słowny, demonstrowanie czynności.	Praca ciągła (z wyłączeniem 2,4,5 maja)	Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego
	6. Trening budżetowy • poznanie wartości pieniądza, rozpoznawanie nominałów, • planowanie i robienie zakupów, orientacja w cenach i dokonywanie obliczeń, nauka gospodarowania własnym budżetem	Trening praktyczny. Instruktaż słowny, demonstrowanie czynności. Praca na materiałach pomocniczych	Praca ciągła (z wyłączeniem 2,4,5 maja)	Terapeuci poszczególnych pracowni,
	1 . Trening umiejętności personalnych i rozwiązywania problemów • kształtowanie umiejętności interpersonalnych, nawiązywanie i	Indywidualne rozmowy i ćwiczenia, zajęcia grupowe. Zebrania społeczności.	Praca ciągła (z wyłączeniem 2,4,5 maja)	Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego, którzy ukończyli odpowiednie szkolenie

Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	podtrzymywanie rozmowy, aktywne słuchanie, asertywność, znalezienie swojego miejsca w grupie, zasady pozytywnej komunikacji, umiejętność rozwiązywania konfliktów, kompromis, wyrabianie umiejętności podejmowania decyzji • nawiązywanie i utrzymywanie kontaktów społecznych, • kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z bliskimi, sąsiadami, z innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji, w urzędach, w instytucjach kultury, • kształcenie umiejętności współpracy i komunikowania się w grupie na zasadach otwartości, partnerstwa, wzajemności i solidarności;			
	2. Trening w poszczególnych pracowniach, który ma za zadanie: obniżenie i odreagowanie napięć emocjonalnych, naukę nowych umiejętności społecznie akceptowanych, wspomaganie funkcjonowania społecznego	Indywidualne rozmowy i ćwiczenia, zajęcia grupowe. Zebrania społeczności.	Raz w tygodniu	Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego, którzy ukończyli odpowiednie szkolenie
Trening umiejętności spędzania czasu wolnego	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego: • rozwijanie zainteresowania Internetem, literaturą, audycjami telewizyjnymi i radiowymi, filmem, • gry towarzyskie, • zajęcia muzycznoteatralne, • biblioterapia, • udział w spotkaniach towarzyskich, kulturalnych, • organizacja wycieczek i imprez okolicznościowych • rozwijanie	Zajęcia grupowe	Praca ciągła w pracowniach, raz w tygodniu (tz. zajęcia świetlicowe) (z wyłączeniem 2,4,5 maja)	członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego,

	zainteresowań plastycznych, muzycznych, technicznych, • zajęcia relaksacyjne			
Poradnictwo psychologiczne	Udział w spotkaniach z psychologiem mają na celu: rozwiązywanie trudnych emocjonalnie problemów uczestników, wsparcie dla rodzin uczestników, rozładowanie napięcia spowodowanego chorobą i sytuacją środowiska funkcjonowania, monitorowanie stanu psychicznego uczestników.	Spotkania indywidualne i zajęcia grupowe. Rozmowy, badania wyspecjalizowanymi metodami badawczymi, opinie psychologiczne.	wg. potrzeb (konsultacje odbywają się co najmniej jeden raz w miesiącu)	psycholog
Pomoc w załatwieniu spraw urzędowych	Uczestnicy otrzymują pomoc i wsparcie podczas załatwiania spraw w urzędach, placówkach ochrony zdrowia, sądach, ZUS, bankach i innych instytucjach.	Praca indywidualna ukierunkowana na uczestnika. Współpraca z rodzinami i opiekunami prawnymi uczestników	Wg. potrzeb	Pracownik socjalny, dyrektor ŚDS, pedagog
Trening ruchowy	Zajęcia usprawniania fizycznego: • na terenie ŚDS: zajęcia grupowe i indywidualne, przy wykorzystaniu pracowni usprawniania fizycznego • poza ŚDS: wycieczki , spacery, gry i zabawy sportowe, siłownia przy klubie UKS Strzybnica • gry i zabawy jako rekreacja i przygotowanie do wyjazdów reprezentujących Dom na zawodach sportowych, • wyjazdy na basen	Praca indywidualna, zajęcia grupowe. Ćwiczenia, gry i zabawy sportowe. Spacery, wycieczki, fizjoterapia, basen	Praca ciągła (z wyłączeniem 2,4,5 maja)	Fizjoterapeuta,
Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych	• pomoc w uzgadnianiu i pilnowaniu wizyt lekarskich, przy zakupie leków, pomoc w dotarciu do lekarza. Współpraca z rodziną, obserwacja uczestnika w trakcie zajęć, • konsultacje pielęgniarskie: monitorowanie stanu zdrowia uczestników, pomiary ciśnienia tętniczego, poziomu glukozy we krwi, udział	Rozmowy indywidualne. Konsultacje. Rozmowy indywidualne i	Wg. potrzeb Wg. potrzeb	zespół wspierająco-aktywizujący, lekarz psychiatra, pielęgniarka, psycholog,

	w pogadankach tematycznych o konieczności dbania o zdrowie i zdrowy styl życia, monitoring systematycznego przyjmowania leków,	grupowe.		
	Zajęcia w pracowni kulinarnej • uczestnicy przygotowują obiad, wypiekają ciasta robią kolorowe sałatki i surówki, przetwory na zimę, przygotowują poczęstunki na zabawy i uroczystości w ŚDS, • w pracowni prowadzony jest również trening umiejętności samoobsługi, zaradności życiowej i funkcjonowania w codziennym życiu. (estetyczne przygotowanie i spożywanie posiłków, kulturalne zachowanie się przy stole, poznawanie przepisów kulinarnych, nauka przygotowywania potraw, dobór artykułów spożywczych, zasady zdrowego odżywiania się, obsługa sprzętu AGD);	Praca grupowa, praca indywidualna	Praca ciągła (z wyłączeniem 2,4,5 maja)	Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego,
	Zajęcia w pracowni plastycznej: • uczestnicy wykonują prace wykorzystując m.in. kredki (ołówkowe, świecowe, pastele), farby (plakatowe, akwarele, akrylowe, witrażowe, olejne), papier (kolorowy i samoprzylepny), plastelinę, glinę, masy, bibułę, kredę, tusz, grafit, ołówek, nasiona i piasek, serwetki (decoupage), papier, wełnę, bibułę, nasiona, suche kwiaty, kamienie. • Celem wykonywanych prac jest: sprawna obsługa narzędzi plastycznych,	Praca grupowa, praca indywidualna	Praca ciągła (z wyłączeniem 2,4,5 maja)	Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego,

Terapia Zajęciowa	usprawnianie manualne, ćwiczenie koordynacji wzrokowo-ruchowej, usprawnianie postrzegania , rozwijanie wyobraźni, rozwijanie umiejętności plastycznych, nabywanie nowych umiejętności, utrwalanie nabytych wiadomości, rozszerzanie wiedzy na temat technik malarskich i materiałów. Efektem działań są m.in. kartki i ozdoby świąteczne, figurki z masy, obrazy, wazony zdobione decoupage, stroiki okolicznościowe, dekoracje placówki i inne			
	Zajęcia w pracowni artystyczno-muzycznej: • W pracowni tej prowadzona jest nauka śpiewu, gry na prostych instrumentach muzycznych, zapoznanie uczestników z literaturą muzyczną, jak też zabawa i relaks przy muzyce.	Praca grupowa, praca indywidualna	Praca ciągła, (z wyłączeniem 2,4,5 maja)	Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego,
	Zajęcia w pracowni komputerowo-fotograficznej • uczestnicy nabywają nowe bądź udoskonalają już nabyte umiejętności z zakresu programów: Open Office Writer, praca w programach edukacyjnych, • wyszukiwanie w internecie informacji dotyczących bieżących tematów i wydarzeń); edytorów graficznych Paint , korzystając z Internetu uczestnicy rozwijają własne zainteresowania, zdobywają nowe hobby, poszerzają swoją wiedzę	Praca grupowa, praca indywidualna	Praca ciągła (z wyłączeniem 2,4,5 maja)	Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego,

	o otaczającym ich świecie, • nauka obsługi aparatu fotograficznego i cyfrowej obróbki zdjęć			
	Zajęcia w pracowni usprawniania fizycznego: • ćwiczenia ogólno usprawniające • ćwiczenia manualne, ćwiczenia relaksacyjne, ćwiczenia oddechowe, • ćwiczenia przy muzyce z elementami choreografii, gry i zabawy sportowe, spacery mające na celu: podtrzymanie ogólnej sprawności ruchowej, usprawnianie motoryczne, rozładowanie napięć psychicznych, poprawę stanu psychofizycznego, polepszenie samopoczucia, pobudzenie aktywności, stymulowanie samodzielności	Praca grupowa, praca indywidualna	Praca ciągła (z wyłączeniem 2,4,5 maja)	Członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego,
Inne formy wsparcia	Współpraca z rodzinami	Praca grupowa, praca indywidualna	Praca ciągła (z wyłączeniem 2,4,5 maja)	Zespół wspierająco-aktywizujący Grupa wsparcia

Wszystkie osoby odpowiadające za realizację programów wspierająco - aktywizujących posiadają (zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy) przeszkolenie i doświadczenie w zakresie:

- umiejętności kształtowania motywacji do akceptowanych przez otoczenie zachowań,

- kształtowania nawyków celowej aktywności,

- prowadzenia treningu zachowań społecznych.

RAMOWY TYGODNIOWY PLAN ZAJĘĆ
W ŚRODOWISKOWYM DOMU SAMOPOMOCY typ ABC w 2023 roku

7.30-8.00
konsultacje zespołu wspierająco – aktywizującego, trening obsługi własnej, otwarty dialog i konsultacje zdrowotne śniadanie,

8.00-9.00
spotkanie społeczności Domu - dzieńdoberek, przygotowanie do zajęć w pracowniach,

9.00-12.00
zajęcia w pracowniach tematycznych - terapia zajęciowa, praca grupowa - zajęcia dodatkowe, konsultacje psychologiczne, specjalistyczne, socjalne, treningi,

12.00-12.30
przygotowywanie do obiadu (czynności higieniczne), spożywanie gorącego posiłku,

12.30 – 13.30
zajęcia w pracowniach tematycznych- terapia zajęciowa, praca grupowa - zajęcia dodatkowe, konsultacje psychologiczne, specjalistyczne, socjalne, treningi,

13.30-15.30
zajęcia integracyjne – relaksacyjne, treningi, dowolne zajęcia w grupach. Prace porządkowe na terenie Domu. Praca indywidualna z uczestnikami. Podsumowanie dnia, ocena zajęć, uzupełnianie dokumentacji.

HARMONOGRAM PLANOWANYCH ZADAŃ, IMPREZ OKOLICZNOŚCIOWYCH I SPOTKAŃ

W roku 2023 tematami przewodnimi rocznej pracy będą: Śląsk – tradycje, obrzędy, kultura, miejsca, zwyczaje.

STYCZEŃ

1. Bal karnawałowy (konkursy, zabawa taneczna, przygotowanie poczęstunku, dekoracja sali, sztuka dekoracji stołu).

2. Dzień Babci i Dziadka – wizyta Omy

3. Urodziny uczestników Domu (przygotowanie upominków, zorganizowanie spotkania wszystkich uczestników połączonego z poczęstunkiem).

4. Nasz Domek – wydanie kolejnego numeru gazetki

5. Gdzie nas nogi poniosą – z wizytą u stomatologa

LUTY

1. Walentynki – poczta walentynkowa.

2. Tłusty Czwartek (przygotowanie tradycyjnych pączków, wymiana przepisów, przypomnienie tradycji i zwyczajów).

3. Gotujemy Po śląsku – wizyta zaproszonego gościa

4. Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją

5. Urodziny uczestników Domu.

MARZEC

1. Dzień Kobiet – śląska moda

2. Pierwszy Dzień Wiosny – spalenie marzanny, ognisko.

3. Urodziny uczestników.

4. Świąteczne przygotowania z okazji Świąt Wielkiej Nocy (własnoręczne wykonywanie zaproszeń dla rodzin uczestników i gości, tworzenie kartek świątecznych, wykonywanie świątecznych stroików na stół i dekoracji ściennych).

5. Światowy Dzień Osób z Zespołem Downa – działania zwiększające świadomości w społeczeństwie dotyczące osób z zespołem Downa

6. Światowy Dzień Teatru – wyjazd na spektakl teatralny

7. Gdzie nas nogi poniosą – wizyta w salonie fryzjerskim

8. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych potrzeb oraz możliwości ŚDS

KWIECIEŃ

1. Hortikuloterapia – zajęcia ogrodowe, prace wiosenne na terenach zielonych.

2. Spotkanie Wielkanocne (uroczyste śniadanie).

3. III Spacer/bieg na Niebiesko dla Autyzmu

4. Urodziny uczestników.

5. Dzień Drzewa – wyjazd do nadleśnictwa Tworóg, spotkanie z leśniczym.

6. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych potrzeb oraz możliwości ŚDS

7. Nasz Domek – wydanie kolejnego numeru gazetki

MAJ

1. Rocznica Konstytucji 3 Maja i Święto Polskiej Flagi, rola symboli narodowych - patriotyczne warsztaty o charakterze edukacyjnym.

2. Urodziny uczestników.

3. Majówka – wyjazd do kina

4. Dzień Godności Osób Niepełnosprawnych – impreza integracyjna.

5. Dzień Rodziny – uroczyste spotkanie z rodzinami/opiekunami. Przygotowanie upominków i poczęstunku.

6. Sadzenie kwiatów w ogrodzie.

7. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych potrzeb oraz możliwości ŚDS

8. Dzień muzeów - Wyjazd do muzeum Chleba w Radzionkowie

9. Gdzie nas nogi poniosą – wizyta w zakładzie rękodzielniczym w Tarnowskich Górach

CZERWIEC

1. Dzień Dziecka

2. Dzień Sportu. Wizyta gości z innych zaprzyjaźnionych ŚDSów.

3. Urodziny uczestników.

4. Dzień otwarty ŚDS

5. Po naszemu czyli po śląsku – spotkanie z gościem

6. Zajęcia na powietrzu: gry sportowe, relaks.

7. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych potrzeb oraz możliwości ŚDS

LIPIEC

1. Zajęcia w plenerze: spacery, wycieczka piesza, zajęcia fotograficzne, plastyczne, gry i zabawy na wolnym powietrzu.

2. Hortikuloterapia – zajęcia w ogrodzie, pielęgnacja terenów zielonych wokół Domu.

3. Urodziny uczestników.

4. Międzynarodowy Dzień Przyjaźni

5. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych potrzeb oraz możliwości ŚDS

6. Nasz Domek – wydanie kolejnego numeru gazetki

SIERPIEŃ

1. „W zdrowym ciele, zdrowy duch” – wycieczka po najbliższej okolicy, połączona z promocją zdrowego stylu życia.

2. Silwoterapia – wycieczka nad Zalew w Pniowcu.

3. Hortikuloterapia – zajęcia ogrodnicze przy Domu.

4. Kurtyna Wodna – zabawy z wodą.

5.Urodziny uczestników.

6. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych potrzeb oraz możliwości ŚDS

WRZESIEŃ

1. Wyjazd na piknik do Świerklańca

2. Hortikuloterapia – zajęcia ogrodnicze , prace porządkowe na terenach zielonych wokół ŚDS.

3. ”Gwarki” – przygotowanie stoiska z prezentacją prac uczestników i materiałami promocyjnymi. Udział w zabawach i konkursach (grill).

4. Spotkania warsztatowe z rodzinami uczestników Domu.

5. Urodziny uczestników.

6. Spotkanie ze strażakiem.

7. Dzień Chłopaka

8. Święto pieczonego ziemniaka. Ognisko, kociołek, pieczenie ziemniaków, zabawy i gry na wolnym powietrzu. Zajęcia kulinarne: „wszystko z ziemniaka”.

9. Gdzie nas nogi poniosą – wizyta w ogrodnictwie „Karaś”

10. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych potrzeb oraz możliwości ŚDS

PAŹDZIERNIK

1. Grzybobranie (wspólne grzybobranie – poznawanie gatunków grzybów, zajęcia kulinarne nakierowane na przetworzenie zebranych grzybów).

2. Dzień Zdrowia Psychicznego (spotkania z psychologiem, lekarzem psychiatrą).

3. Dzień Nauczyciela

4. Urodziny uczestników.

5. Dzień Muzyki – biesiada śląska

6. Jesienne prace w ogrodzie przy Domu.

7. Wyjścia/wyjazdy/wycieczki – według otrzymywanych zaproszeń, ofert, zgłaszanych potrzeb oraz możliwości ŚDS

8. Nasz Domek – wydanie kolejnego numeru gazetki

LISTOPAD

1. „Pamiętajmy o najbliższych" – Święto Zmarłych i Zaduszki – wyjście na cmentarz.

2. Obchody Święta Niepodległości

3. Czwarte urodziny naszego ŚDS – impreza integracyjna.

4. Urodziny uczestników.

5. Dzień Pluszowego Misia

6. „Andrzejki" przyjęcia zaproszonych gości z innych środowiskowych domów, zabawa taneczna , wróżby andrzejkowe.

GRUDZIEŃ

1. Dzień Górnika – wizyta górnika

2. Mikołajki w naszym Domu (przygotowanie upominków, spotkanie z Mikołajem, wspólna zabawa).

3. Przygotowania do Świąt Bożego Narodzenia (samodzielne wyrabianie i pieczenie świątecznych pierników, wykonanie zaproszeń dla gości na spotkanie wigilijne, tworzenie kartek świątecznych, wykonanie stroików i dekoracji ściennych, przygotowanie świątecznych upominków dla gości, uroczyste spotkanie opłatkowe).

4. Uroczysta Wigilia.

5. Wspólne kolędowanie (nauka śpiewu kolęd i gry na prostych instrumentach muzycznych).

6. Urodziny uczestników.

PRZEWIDYWANE REZULTATY PRACY WSPIERAJĄCEJ ORAZ OSIĄGNIĘĆ UCZESTNIKÓW

1. Doprowadzenie w miarę możliwości do życiowego usamodzielnienia osób z zaburzeniami psychicznymi oraz ich integracji ze środowiskiem.

2. Odbudowanie i podtrzymanie u osób zagrożonych wykluczeniem społecznym umiejętności uczestnictwa w życiu społecznym i pełnienia ról społecznych w Domu, życiu prywatnym i społecznym.

3. Odbudowanie i podtrzymanie zdolności do samodzielnego życia, radzenia sobie z trudnościami dnia codziennego.

4. Wzrost u uczestników kompetencji w zakresie:

a) samoobsługi i zaradności życiowej,

b) współdziałania i funkcjonowania w grupie,

c) udoskonalenia podstawowych procesów psychicznych (koncentracji i uwagi, rozwoju wyobraźni, wypracowania staranności i precyzji w działaniu, cierpliwości, uważności na drugiego człowieka, spostrzegawczości w obszarze zjawisk otaczających, kojarzenia i tworzenia w percepcji rozwoju psychomotorycznego)

d) pobudzenia motywacji do działań twórczych, na drodze wsparcia psychologicznego i pedagogicznego rozwój osobowości, pobudzenie i konsekwentnie dążenie do wzrostu kreatywności, wzmocnienie poczucia bezpieczeństwa w celu pełniejszego i swobodniejszego wyrażanie siebie,

e) obniżenia, rozładowania i redukcji negatywnych napięć, emocji i agresji, w ujęciu interpersonalnym i grupowym jednostek,

f) dostarczenia pozytywnych bodźców w celu wzmocnienia poczucia radości, satysfakcji, przepracowanie zmartwień wobec sytuacji zdrowotnej i napotykanych w związku z tym niepowodzeń

g) wypracowania nawyku dbałości o własny wizerunek w celu zmniejszenia poczucia wykluczenia społecznego,

h) dążenia do samodzielności w załatwianiu prostych spraw urzędowych, w tym wypracowania wiedzy z pomocy jakich instytucji można skorzystać w sytuacji kryzysu,

i) zachowań prozdrowotnych poprzez m.in.: ukształtowanie nawyków sprzyjających zdrowiu, rozpoznawanie i nazywanie dolegliwości zdrowotnych oraz właściwe na nie reagowanie.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Tarnowskich Górach spełnia wszystkie standardy wymienione w §18 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy.