

Rodzaje terapii	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci ¹	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca ²	Uwagi
Trening	Trening funkcjonowania w codziennym życiu	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny i trening nauki higieny -Trening higieniczny realizowany w formie wykładów z elementami metod aktywnych: (burza mózgów, scenki dramowe, pokazów, pogadanki grupowe, rozmowy indywidualne, codzienne ćwiczenia praktyczne). Nabywanie, poszerzanie wiedzy dotyczącej schludnego wyglądu oraz trenowanie umiejętności zachowania czystego wyglądu. Poszerzanie wiedzy dotyczącej prawidłowego sposobu przechowywania odzieży. Trenowanie umiejętności niezbędnych do zachowania czystości odzieży. Nabycie wiedzy i trenowanie umiejętności dotyczących dopasowywania odzieży do wieku, okoliczności i warunków pogodowych. Doskonalenie preferencji dotyczących sposobu i stylu ubierania. Nabywanie, poszerzanie wiedzy dotyczącej różnych możliwości indywidualnych w zakresie kontroli potrzeb fizjologicznych. Wzbudzanie tolerancji na potrzeby innych. Nabywanie, poszerzanie wiedzy i umiejętności przestrzegania zasad intymności w sytuacji załatwiania potrzeb fizjologicznych. Trenowanie umiejętności zgłaszania potrzeb fizjologicznych. Nabywanie, poszerzanie wiedzy i trenowanie	codziennie	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 38 osób	Uczestnicy znają oraz stosują zasady dbania o higienę osobistą, pamiętają o konieczności mycia rąk przed posiłkiem oraz po korzystaniu z toalety, zwracają uwagę na czystość odzieży, dobierają ubranie do warunków atmosferycznych i okoliczności. potrafią korzystać z urządzeń sanitarnych, stosują wyuczone czynności w życiu codziennym.	Osoba prowadząca: Instruktor terapii zajęciowej Osoba wspierająca: opiekun	

		umiejętności dotyczących zachowania, utrzymania w czystości różnych części ciała z uwzględnieniem umiejętności cyklicznego, codziennego wykonywania czynności higienicznych. Wzbudzanie potrzeby zachowania ciała w czystości. Nabywanie i poszerzanie wiedzy dotyczącej higienicznego zachowania cyklu aktywności i odpoczynku w ciągu dnia. Przypominanie oraz trenowanie umiejętności utrzymania czystości włosów, paznokci, jamy ustnej, ubioru, bielizny, otoczenia (porządek na stanowisku, w domu: kuchnia, łazienka). Kształtowanie zachowań prozdrowotnych oraz uświadamianie konsekwencji zaniedbań w tej sferze: (choroby z brudu). Umożliwienie Uczestnikom Domu korzystania z natrysku w ŚDS. Prezentowanie poszczególnych etapów mycia z wykorzystaniem odpowiednich kosmetyków do utrzymania czystości i higieny ciała: (mydła, szampon, krem, dezodorant). CEL: kształtowanie prawidłowych nawyków dbania o wygląd zewnętrzny oraz utrzymywania higieny osobistej oraz higieny otoczenia					
--	--	---	--	--	--	--	--

		Trening kulinarny Zajęcia kulinarne z wykorzystaniem metod pracy indywidualnej i grupowej. Doskonalenie umiejętności obsługi sprzętu gospodarstwa domowego kuchnia elektryczno– gazowa , krajalnica, mikrofalówka, toster, sokowirówka, zmywarka, maszynka do mięsa, otwieracz do konserw. Nabywanie wiedzy dotyczącej higieny, estetyki przygotowywania posiłków. Nabywanie wiedzy dotyczącej ilości składu posiłków oraz pór ich przyjmowania warunkujących utrzymanie organizmu w optymalnym zdrowiu i aktywności. Planowanie i przygotowywanie prostych posiłków, korzystanie z przepisów kulinarnych. Nabywanie wiedzy dotyczącej przepisów kulinarnych i trenowanie przygotowywania posiłków. Trenowanie umiejętności podejmowania kolejnych czynności przy sporządzaniu posiłku. Rozwijanie umiejętności współpracy w grupie. Estetyczne nakrywanie do stołu, poszerzanie wiedzy i umiejętności z zakresu kulturalnego zachowywania się przy stole. Nabywanie wiedzy oraz umiejętności z zakresu zachowania się w restauracji, kawiarni. Wypracowanie wśród Uczestników poczucia obowiązku dokładności i systematyczności poprzez zmywanie naczyń zaraz po posiłku, porządkowanie miejsca pracy,	codziennie	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 39 osób	Uczestnicy samodzielnie lub z pomocą opiekuna pracowni kulinarnej potrafią przygotować proste dania w oparciu o przepisy kulinarne, wybierają odpowiednie produkty do przygotowania danego posiłku. Znają zasady kulturalnego zachowania się przy stole, potrafią estetycznie nakryć stół. Korzystają z odpowiednich sztuczków. Posiadają nawyk porządkowania miejsca pracy, zmywania naczyń po posiłku.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej Osoba wspierająca: opiekun.	
--	--	--	------------	---	---	---	--

		dbanie o czystość pracowni kulinarnej i sprzętów znajdujących się w niej. Prowadzenie rozmów na temat zasad kulturalnego zachowania się przy stole. Wspólne planowanie i kupowanie różnych produktów spożywczych z wykorzystaniem odpowiedniej sumy pieniędzy. CEL: nauka przygotowywania prostych posiłków z uwzględnieniem konieczności zachowania czystości, nauka obsługi sprzętów gospodarstwa domowego.					
		Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi Nabywanie wiedzy i orientacji dotyczącej wartości pieniądza. Nabywanie wiedzy z zakresu bezpiecznego przechowywania środków finansowych. Nabywanie wiedzy i trenowanie umiejętności planowania wydatków finansowych. Kształtowanie umiejętności racjonalnego dysponowania własnym budżetem. Pomoc w planowaniu niezbędnych zakupów, orientowanie się w cenach poszczególnych artykułów spożywczych. Nabywanie wiedzy dotyczącej proponowanych przez różne instytucje i osoby pożyczek oraz kredytów, a także konsekwencje ich zaciągania – ćwiczenia asertywnej formy	w zależności od potrzeb	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco –Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok 12 osób	Uczestnicy potrafią rozpoznawać nominały pieniężne. Potrafią przy większej lub mniejszej pomocy, prawidłowo gospodarować własnym budżetem z uwzględnieniem opłat stałych. Uczestnicy potrafią orientować się w ofercie okolicznych sklepów oraz wybierać najbardziej atrakcyjne ceny.	Osoba prowadząca: pracownik socjalny	zajęcia indywidualne

		odmowy Pogadanki na temat konsekwencji zaciągania kredytów oraz uświadamianie wartości pieniędzy. CEL: nabywanie i kształtowanie wiedzy z zakresu racjonalnego planowania wydatków finansowych, doskonalenie asertywnej formy odmowy proponowanych pożyczek					
		Trening umiejętności praktycznych Nabywanie wiedzy i umiejętności przydatnych w życiu codziennym takich jak: składanie bielizny, wkładanie do pralki brudnej bielizny, segregacja odzieży, rozwieszanie jej, nauka obsługi pralki, dozowania proszku, prasowania i przechowywania odzieży. Kształtowanie prawidłowych właściwych nawyków z zakresu obsługi sprzętu elektrycznego – odkurzacz, szczotka do zmiatania. Uświadamianie zagrożeń wynikających z nieprawidłowego używania sprzętów pod napięciem takich jak: pralka automatyczna, suszarka do włosów, żelazko. Ciągłe przypominanie o codziennym sprzątaniu pracowni, sal, łazienek, pomieszczeń w ŚDS. Organizowanie zajęć z wykorzystaniem takich narzędzi jak nożyczki, śrubokręt, wkrętak. Prezentowanie oraz tłumaczenie	codziennie	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika 24 osoby	Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty wyprać odzież (posegregować ją, włożyć do prali, wsypać proszek oraz rozwiesić ubrania). Uczestnicy zwracają uwagę na otoczenie wokół nich. Potrafią samodzielnie lub przy asyście terapeuty wytrzeć kurze, zmyć podłogi. Uczestnicy potrafią obsługiwać sprzęt gospodarstwa domowego (pralka automatyczna, odkurzacz, żelazko).	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	

	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	znaczenia znaków ostrzegawczych, informacyjnych znajdujących się w najbliższym otoczeniu. Pogadanki, rozmowy na temat przestrzegania przepisów bezpieczeństwa. Stwarzanie sytuacji do posługiwania się różnymi narzędziami. Prezentowanie czynności mierzenia, pakowania, sprzątania i zachęcanie do uczestnictwa w tego typu zajęciach. Rozmowy grupowe na temat utrzymania czystości w miejscu pracy. Ocenianie porządku w miejscu pracy. Dodawanie różnych etapów pracy i usprawnianie jej. Prowadzenie rozmów grupowych na temat dokładności wykonywania danej pracy, oraz ocenianie jej efektów. CEL: wypracowywanie wśród Uczestników poczucia obowiązku, dokładności i systematyczności.					
		Trening kształtowania pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, i innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury. Kształtowanie pozytywnych relacji Uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami oraz innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, instytucjach kultury. Nabywanie i poszerzanie umiejętności rozwiązywania konfliktów oraz	codziennie	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym	Uczestnicy nabywają i rozwijają umiejętności z zakresu nawiązywania nowych znajomości, aktywnego słuchania, konstruktywnego rozwiązywania problemów, kształtowania postaw asertywnych, nabywania i rozwoju podstawowych umiejętności interpersonalnych zapewniających względnie dobre funkcjonowanie w środowisku społecznym oraz umiejętność załatwiania podstawowych spraw w	Osoba prowadząca: pedagog	

		rozładowywania napięcia. Nabywanie umiejętności adekwatnego spostrzegania problemu i stosowania konstruktywnych rozwiązań. Ukazywanie pozytywnych aspektów poprawnej prezentacji, niwelowanie zachowań biernych i braku inicjatywy. Kształtowanie umiejętności spokojnego rozpatrywania problemu oraz pozytywnego myślenia. Rozwijanie umiejętności pełnienia ról społecznych. Doskonalenie umiejętności współpracy i współdziałania z innymi. Rozwijanie umiejętności korzystania z różnych ofert wyspecjalizowanych instytucji publicznych, w tym usług medycznych. Wspomaganie i zachęcanie do wszystkich możliwych celowych działań związanych z drugą osobą oraz nawiązywanie i podtrzymywanie kontaktów społecznych. Kształtowanie umiejętności komunikowania się w grupie. Rozwijanie aktywności i odpowiedzialności. Pomoc w odnajdowaniu własnych zasobów i możliwości. Kształtowanie zdolności interpersonalnych, które ułatwiają radzenie sobie z problemami życia codziennego. Wyrażanie emocji w sposób akceptowany społecznie tak, by nie urazić rozmówcy. Nabywanie wiedzy na temat barier komunikacyjnych, aktywnego słuchania. Zajęcia grupowe w większych i małych grupach	danego Uczestnika ok. 44 osób	różnego rodzaju instytucjach i urzędach. Uczestnicy znają oraz stosują formy grzecznościowe adekwatne do sytuacji, szanują godność osobistą innych, potrafią współpracować w grupie i integrować się ze środowiskiem.		
--	--	---	---	--	--	--

		mających na celu rozwijanie umiejętności współpracy w grupie. CEL: kształtowanie nawyków rozwiązywania konfliktów w sposób społecznie akceptowany, rozwijanie oraz kształtowanie umiejętności współpracy w grupie, rozwijanie umiejętności zachowań asertywnych					
		Trening podstawowych umiejętności prowadzenia rozmowy Nabywanie i poszerzanie wiedzy dotyczącej komunikacji werbalnej i niewerbalnej ważnych w relacjach interpersonalnych w różnych kontekstach społecznych: towarzyskim, z przełożonym, urzędnikiem, sprzedawcą, osobą bliską, kolegą, przyjacielem, i innymi. Rozwijanie potrzeby empatii, udzielania innym wzmocnień pozytywnych niezbędnych do podtrzymywania relacji z innymi. Redukcja lęków społecznych utrudniających nawiązywanie i podtrzymywanie kontaktów z innymi. Nabywanie wiedzy i trenowanie umiejętności dotyczących uprzejmego kończenia rozmowy. Poszerzanie wiedzy z zakresu komunikowania własnych potrzeb oraz nadawania i odbioru informacji. Ćwiczenia wypowiadania trudnych słów, poszerzanie słownictwa. Nauka rozmowy w grupie. Nauka	codziennie	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 55 osób	Uczestnik zna i posługuje się zwrotami grzecznościowymi, umiejętnie wypowiada myśli oraz formułuje wypowiedzi. Uczestnik poszerza zakres pamięciowy, rozwija umiejętności spostrzegania i myślenia, poprawnie analizuje i wysuwa wnioski przyczynowo-skutkowe. Uczestnik odczuwa potrzebę nawiązywania i podtrzymywania relacji z innymi.	Osoba prowadząca: pedagog	

		posługiwania się zwrotami grzecznościowymi. Ćwiczenia umiejętności wypowiadania myśli i formułowania wypowiedzi. Prowadzenie rozmów z Uczestnikami na temat zabezpieczenia ich podstawowych potrzeb w tym: głodu, pragnienia, zmęczenia, bólu. Rozmowy na temat samopoczucia, spełnienia najważniejszych oczekiwań. CEL: kształtowanie umiejętności rozpoczynania , podtrzymywania i kończenia rozmowy, usprawnianie procesów poznawczych, zachowań asertywnych dotyczących nawiązywania i podtrzymywania relacji z bliskimi, rozwijanie umiejętności logicznego myślenia,				
		Ludoterapia / zabawoterapia Zabawy tematyczne, konstruktywne oraz gry dydaktyczne. Prowadzenie zajęć grupowych. “ja w grupie”, “grupa i ja”. W razie konieczności zajęcia tematyczne, np: “komunikacja werbalna – komunikacja niewerbalna”. Aranżowanie sytuacji zabawowej związanej z uczestnictwem w różnych zajęciach grupowych. Aranżowanie zabaw i gier na coraz wyższym poziomie. Stwarzanie przyjemnych sytuacji sprzyjających pojawianiu się dobrego nastroju i reakcji zadowolenia. Prowokowanie sytuacji do uczestniczenia w zabawach, ćwiczeniach	1 raz w tygodniu	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 55 osób	Uczestnicy nabędą zdolność nawiązywania kontaktów, prowadzenia rozmowy, odczytywania sygnałów ciała, będą potrafili wyrażać własne emocje, zaistnieć w grupie, poznają nowe sposoby zachowania się w danej sytuacji. Zabawy są źródłem radości i zadowolenia, pozwalają oderwać się od trosk codziennego życia	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej

	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego	grupowych. Ponoszenie wspólnej odpowiedzialności za wynik organizowanych gier zespołowych. Stosowanie się do ustalonych zasad. Radzenie sobie z porażką, zmniejszanie samokrytycyzmu, zwiększanie dystansu do samego siebie. Oswajanie z uczestniczeniem i współdziałaniem w grupie. Wspieranie i stwarzanie sytuacji do rozwoju zainteresowań uczestnika. CEL: integracja grupy, nauka skutecznej komunikacji, kształtowanie empatii, zrozumienia, współpraca w grupie, twórcze spędzanie czasu wolnego, rozbudzanie ciekawości poznawczej, odreagowywanie napięć.				
		Zajęcia komputerowe. Przyswojenie podstawowych informacji dotyczących komputera w tym: włączanie i wyłączanie komputera, zapoznanie z zasadami BHP, tworzenie folderów, plików. Praca w edytorach tekstu, nauka pisania na komputerze, tworzenie i formatowanie tabel. Praca w programie graficznym Paint. Nauka robienia prezentacji multimedialnych w programie PowerPoint. Nauka swobodnego poruszania się po Internecie, korzystania z wyszukiwarek internetowych. Nauka nagrywania danych na nośniki typu CD, DVD, pendrive. Nauka obsługi drukarki,	3x w tygodniu	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierającego – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierającego – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 10 osób	Uczestnicy znają zasady BHP przy korzystaniu z komputera, potrafią samodzielnie lub przy pomocy terapeuty korzystać z Internetu w celu poszerzania wiedzy. Obsługują podstawowe programy edytora tekstowego. Uczestnicy rozwijają swoje zainteresowania.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej

		bindownicy, laminatora, gilotyny. Nauka przegrywania i obróbki zdjęć. Korzystanie z gier edukacyjnych. CEL: doskonalenie umiejętności obsługi komputera, korzystanie z dóbr Internetu				
		Elementy muzykoterapii. Muzykoterapia bierna – muzyka aktywizująca, relaksacyjna. Muzykoterapia czynna – muzykowanie Uczestników (gitara, instrumenty Orffa, dzwonki, kastaniety, tamburyn i inne). Nauka śpiewania piosenek, śpiewanie utworów znanych i lubianych, popularnych, ludowych, biesiadnych i innych. Wspólne słuchanie muzyki rozrywkowej, relaksującej, śpiew z gestykulacją, śpiew przy akompaniamencie gitary, karaoke, gra na instrumentach (i inne), elementy tańca improwizowanego. CEL: wprowadzanie Uczestnika w pogodny nastrój, nauka rozładowywania napięć i emocji oraz rozwijanie uzdolnień.	1 raz w tygodniu	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 15 osób	Uczestnicy rozwijają swoje umiejętności, pobudzają uczucia, redukują trudności. Muzykoterapia ułatwia współpracę, pomaga w nawiązywaniu kontaktów, ogranicza konflikty, pobudza emocjonalnie, daje możliwość rozładowania napięć, podwyższa umiejętność koncentracji	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej
		Biblioterapia Organizowanie zajęć grupowych i indywidualnych, w tym czytanie głośne fragmentów lub całości książki, rozmowa po przeczytaniu. Słuchanie tekstów biblioterapeutycznych –	1 raz w tygodniu grupowe, codziennie	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym	Uczestnicy rozwijają zainteresowania własne poprzez systematyczną literaturę. Czytają oraz potrafią analizować przeczytany tekst. Samodzielnie czytają i przeglądają	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej

		aktywizujących bądź relaksacyjnych. Zachęcanie Uczestników do przeglądania prasy codziennej z uwzględnieniem artykułów na temat zdrowia, głośne czytanie wybranych książek, opowiadań, artykułów. Aranżowanie sytuacji pobudzających zainteresowanie książkami i tekstem. Poradnictwo biblioteczne. Wyjścia do biblioteki CEL: rozwijanie zainteresowań literaturą, kształtowanie zdolności asertywnego wyrażania swojej opinii, kształtowanie umiejętności prowadzenia rozmowy	indywidualne	Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 19 osób	codzienną prasę.		
		Filmoterapia Wspólne oglądanie wybranych filmów, inicjowanie dyskusji na temat obejrzanego filmu, umożliwienie wyrażania własnego zdania na forum grupy. Aranżowanie sytuacji inicjującej rozwój. CEL: kształtowanie zdolności asertywnego wyrażania swojej opinii, rozwój zainteresowań, rozładowanie napięć, pobudzanie empatii, wywoływanie pozytywnych emocji.	1 raz w tygodniu	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 15 osób	Uczestnicy kształtują zdolności efektywnej komunikacji, asertywnego wyrażania własnej opinii, zdania, rozwijają wyobraźnię, usprawniają procesy poznawcze. Stymulacja poszczególnych zmysłów. Film pozwala głębiej zrozumieć świat, problemy, pokazuje sposoby ich rozwiązywania, pobudzanie do własnych przemyśleń, rozwijają wrażliwość emocjonalną.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	
		Teatroterapia Przygotowywanie przedstawień, inscenizacji teatralnych poprzez zastosowania technik: psychodramy, dramy, pantomimy. Wyjazdy do	okolicz -	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco	Uczestnicy poprzez udział w przedstawieniach potrafią przedstawić swoje emocje, identyfikują się z postacią odgrywaną i zapamiętują	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	

	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych	kina, teatru. CEL: ujawnianie stanów emocjonalnych Uczestników, przedstawianie, wywołanie, rozładowanie ich uczuć oraz kształtowanie samodzielnego myślenia i działania, przezwyciężanie własnych lęków i oporów przez innymi	nościowo	– Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 14 osób	swoje role. Radzą sobie z tremą przed publicznością, z nieśmiałością oraz przezwyciężają swoje lęki. Okolicznościowe wyjazdy do kina, teatru otwierają wrażliwość Uczestników.		
		Pomoc w rozwiązywaniu problemów dnia codziennego w sferze rodzinnej, bytowej, urzędowej, mieszkaniowej, zdrowotnej.	Codziennie (w zależności od potrzeb Uczestników)	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 47 osób	Udzielanie porad zarówno dla Uczestnika jak i osób z najbliższej rodziny. Udzielania wsparcia w podejmowaniu decyzji i w sytuacjach kryzysowych, wzmacnianie poczucia wartości i podnoszenia wiary we własne siły i możliwości. Wspieranie w dążeniu do samodzielności.	Osoba prowadząca: pracownik socjalny	indywidualnie
	Terapia ruchowa	Zajęcia sportowe Prowadzenie gimnastyki ogólnousprawniającej. Rozwijanie sprawności ruchowej poprzez ćwiczenia korekcyjne, ogólnokondycyjne, manualne, oddechowe, relaksacyjne, gry i zabawy sportowe. Udział w zawodach sportowych. CEL: wzrost sprawności ruchowej, rozładowywanie napięć, poprawa samopoczucia, wzrost samodzielności i aktywności	codziennie	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 26 osób	Uczestnicy rozwijają swoją sprawność ruchową, posiadają świadomość własnego ciała, osiągają podstawowe cechy motoryczne poprzez zastosowanie w zależności od potrzeb ćwiczeń biernych, czynno – biernych.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej (fizjoterapeuta)	grupowe, indywidualne

Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa	Dziewiarstwo	fizycznej Uczestników.					
		Turystyka, rekreacja Organizowanie wycieczek jedno i kilkudniowych. Organizacja imprez integracyjnych (co rok: „RAZEM LEPIEJ” Festiwal Pomysłów Twórczych i Jesienne Prezentacje Twórczości Artystycznej Osób Niepełnosprawnych “PRZEZ DZIURKĘ OD KLUCZA”). Imprezy, spotkania okolicznościowe: Dzień babci i Dziadka, Dzień Kobiet, Dzień Mężczyzn, Śniadanie Wielkanocne, Spotkanie Wigilijne. Motywowanie do udziału w lokalnych uroczystościach: Dni Aleksandrowa Łódzkiego, Festiwal Sztuk Różnych, Otwarcie lata, Pożegnanie lata, itp. zachęcanie do udziału w imprezach organizowanych przez inne Ośrodki. Uczestniczenie w różnego rodzaju wyjazdach. Prowadzenie rozmów z uczestnikami jak należy się zachowywać podczas wyjazdów. Omawianie sposobu zachowania. CEL: umożliwienie funkcjonowania w społeczeństwie, integracja, przeciwdziałanie dyskryminacji, marginalizacji.	wg kalendarza	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika 50 osób	Uczestnicy nawiązują nowe kontakty, ugruntowują wcześniej związane przyjaźnie, integrują się, wymieniają doświadczenia, współdziałają w większej grupie, poznają historię i dziedzictwo kulturowe, urokliwe zakątki oraz atrakcje turystyczne.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	
		Zdobywanie i powiększanie umiejętności poprzez szydełkowanie, robienie na drutach. Nauka obsługi maszyn	codziennie (w zależności od chęci, samopoczucia i	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco	Uczestnicy potrafią samodzielnie lub przy wsparciu terapeuty odczytywać wzory dziewiarskie na druty i na szydełko, potrafią wykonać pracę	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	

w WTZ lub podjęcia zatrudnienia	Hafciarstwo	dzieliarskich. Poszerzanie zainteresowań oraz wykształcanie dokładności, systematyczności i poczucia obowiązku wśród Uczestników. Przygotowanie do uczestnictwa w WTZ. CEL: doskonalenie umiejętności manualnych, rozwijanie cierpliwości, kreatywności i poczucia obowiązku, doskonalenie zdolności manualnych (mała motoryka), ćwiczenie ciągłości pracy i rozwijania wyobraźni.	zainteresowań Uczestników)	– Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika. ok. 9 osób	dzieliarską na drutach i na szydełku.		
		Nauka haftu płaskiego, krzyżkowego, richelieu, gobelinowego, regionalnego. Usprawnianie motoryki małej, wykształcenie estetyki, kształtowanie cierpliwości, usprawnianie koordynacji wzrokowo – ruchowej. CEL: doskonalenie umiejętności z zakresu obsługi maszyny do szycia i haftującej, utrwalanie zasad bezpieczeństwa i higieny pracy, usprawnianie motoryki małej, koordynacja wzrokowo-ruchowa, estetyczne wykonanie zadania, kształtowanie cierpliwości poprzez stopniowe wydłużanie czasu pracy.	codziennie (w zależności od chęci, samopoczucia i zainteresowań Uczestników)	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika 7 osób	Uczestnicy znają ściegi hafciarskie, potrafią wyszywać serwetki, obrusy.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	

	Krawiectwo	Nauka i doskonalenie umiejętności samodzielnego szycia na maszynie krawieckiej, szycie rzeczy użytkowych, reperowanie odzieży, zwracanie uwagi na estetykę stroju. Nauka prasowania i składania odzieży. Przygotowanie do uczestnictwa w WTZ lub podjęcia zatrudnienia. CEL: doskonalenie umiejętności krawieckich	codziennie (w zależności od chęci, samopoczucia i zainteresowań Uczestników)	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 9 osób	Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty obsługiwać maszynę do szycia, reperować odzież. Uczestnicy potrafią prasować odzież i poskładać ją, potrafią przyszywać guziki.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	
	Stolarstwo	Utrwalanie wiedzy z zakresu Bezpieczeństwa i Higieny Pracy obsługi urządzeń, maszyn i narzędzi stolarskich oraz zapoznanie się i przestrzeganie regulaminu pracowni, nauka prawidłowego posługiwania się narzędziami zgodnie z ich przeznaczeniem, kształtowanie wyobraźni przestrzennej, doskonalenie ręcznej obróbki drewna, montaż gotowych elementów różnymi technikami, malowanie detali i gotowych wyrobów, drobne naprawy na terenie warsztatu, renowacje mebli, dbanie o porządek i higienę otoczenia, dbanie o materiały i ekonomiczne korzystanie z nich, wykonywanie drobnych drewnianych prac i zabawek. CEL: spełnianie potrzeb zawodowych	codziennie	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 7 osoby	Uczestnicy znają podstawowe zasady z zakresu przepisów BHP, potrafią samodzielnie bądź przy pomocy terapeuty posługiwać się narzędziami stolarskimi, elektronarzędziami. Zaspokajają potrzeby samorealizacji poprzez wykonywanie prostych prac stolarskich.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	Dostosowywanie zajęć do możliwości i potrzeb Uczestników
	Hortikuloterapia	Nauka pielęgnacji roślin doniczkowych oraz roślin	Rośliny – w miarę	Uczestnicy ŚDS zgodnie	Uczestnicy potrafią samodzielnie/w asyście terapeuty opiekować się	Osoba prowadząca: instruktor terapii	

		w ogródku ŚDS. Opieka nad zwierzętami w ŚDS (rybki, papugi). CEL: wykształcenie poczucia obowiązku i odpowiedzialności	potrzeby, zwierzęta – codziennie	z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 30 osób	zwierzętami ŚDS-owymi i pielęgnować rośliny doniczkowe oraz w ogródku. Uczestnicy wyrabiają w sobie poczucie obowiązku i odpowiedzialności.	zajęciowej Osoba wspierająca: opiekun	
	Rysunek	Nauka rysunku takimi technikami jak: rysowanie kredkami, ołówkiem, węglem, kredką. Usprawnianie czynności manualnych rąk. Wzmacnianie i wykorzystywanie kreatywności do poprawy samopoczucia, usprawnianie procesów poznawczych (wrażenia, spostrzeganie, obserwacja, uwaga, pamięć), usprawnianie umiejętności samodzielnego planowania i wykonywania działań, uzewnętrznianie problemów i przeżyć. CEL: poprawienie samopoczucia psychicznego, uzewnętrznienie problemów, uczuć i przeżyć	codziennie (w zależności od chęci, samopoczucia i zainteresowań Uczestników)	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 5 osób	Uczestnicy potrafią posługiwać się podstawowymi technikami rysunkowymi. Rozwijają swoją wyobraźnię, przelewają swoje przeżycia na kartkę papieru, przez co rozładowują swoje napięcia i emocje.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	
	Malarstwo	Nauka malarstwa takimi technikami jak: malowanie farbami, plakatowymi, akwarelą, witrażowymi, olejnymi, do szkła i tuszem. Uwrażliwianie na kolor, nabywanie umiejętności w	codziennie (w zależności od chęci, samopoczucia i zainteresowań Uczestników)	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem	Uczestnicy znają podstawowe techniki malarskie, potrafią je wykorzystywać. Uczestnicy potrafią łączyć i dobrać kolory, otwierają się na piękno otoczenia.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	

	Sztuki użytkowe	operowaniu środkami wyrazu plastycznego, które pozwalają na przedstawienie w różnorodny i nieskrępowany sposób własnych myśli i odczuć. CEL: pobudzanie sensoryczne, rozwijanie działania twórczego, kreowanie pozytywnych myśli, poprawa zdolności manualnych, udrażliwianie na piękno		Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 4 osób			
		Aktywne spędzanie czasu wolnego. Poszerzanie zainteresowań Uczestników, zaspakajanie potrzeby samorealizacji. Kształtowanie umiejętności współpracy i współdziałania, usprawnianie umiejętności samodzielnego planowania i wykonywania działań CEL: wzmocnienie kreatywności Uczestników, poprawa samopoczucia, usprawnianie koncentracji uwagi oraz koordynacji wzrokowo – ruchowej	Codziennie (w zależności od chęci, samopoczucia i zainteresowań Uczestników)	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 25 osób	Uczestnicy aktywnie spędzają czas wolny poszerzając krąg swoich zainteresowań. Usprawniają koncentrację uwagi, koordynację wzrokowo – ruchową, zaspokoją potrzebę samorealizacji.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	
	Zdobnictwo i dekoratorstwo	Wykonywanie prac różnymi technikami. Dekoracje okolicznościowe, wykonywanie stroików okazjonalnych, ozdób świątecznych, zdobienie różnych przedmiotów, Ikebana - tworzenie kompozycji z suszonych i żywych kwiatów oraz darów natury jak kora, liście, mech, gałęzie. Powiększanie zakresu umiejętności poprzez	Codziennie (w zależności od chęci, samopoczucia i zainteresowań Uczestników)	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym	Uczestnicy wzmacniają kreatywność, poszerzają koncentrację uwagi. Uczą się nowych technik zdobnictwa i dekoratorstwa. Zaspakajają potrzebę samorealizacji.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	

		wykonywanie: stroików okazjonalnych, świątecznych ozdób, wykorzystywanych podczas różnego rodzaju imprez integracyjnych. Wykańczanie prac z pracowni stolarskiej (malowanie wykonanych prac ze sklejk) Konstruowanie prostych kompozycji według przygotowanych wcześniej wzorów. CEL: wzmacnianie kreatywności Uczestników, poprawa samopoczucia psychicznego, wzmacnianie koncentracji uwagi i koordynacji wzrokowo – ruchowej, zaspokojenie potrzeby samorealizacji Uczestników		danego Uczestnika ok. 30 osób			
--	--	---	--	---	--	--	--

Rodzaje terapii	Metody i techniki zajęć	Planowane cele, treści i formy pracy	Wymiar czasu	Adresaci ¹	Rezultaty pracy wspierającej oraz ich efekty	Kadra prowadząca ²	Uwagi
Trening	Trening funkcjonowania w codziennym życiu	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny i trening nauki higieny -Trening higieniczny realizowany w formie wykładów z elementami metod aktywnych: (burza mózgów, scenki dramowe, pokazów, pogadanki grupowe, rozmowy indywidualne, codzienne ćwiczenia praktyczne). Nabywanie, poszerzanie wiedzy dotyczącej schludnego wyglądu oraz trenowanie umiejętności zachowania czystego wyglądu. Poszerzanie wiedzy dotyczącej prawidłowego sposobu przechowywania odzieży. Trenowanie umiejętności niezbędnych do zachowania czystości odzieży. Nabycie wiedzy i trenowanie umiejętności dotyczących dopasowywania odzieży do wieku, okoliczności i warunków pogodowych. Doskonalenie preferencji dotyczących sposobu i stylu ubierania. Nabywanie, poszerzanie wiedzy dotyczącej różnych możliwości indywidualnych w zakresie kontroli potrzeb fizjologicznych. Wzbudzanie tolerancji na potrzeby innych. Nabywanie, poszerzanie wiedzy i umiejętności przestrzegania zasad intymności w sytuacji załatwiania potrzeb fizjologicznych. Trenowanie umiejętności zgłaszania potrzeb fizjologicznych. Nabywanie, poszerzanie wiedzy i trenowanie	codziennie	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 38 osób	Uczestnicy znają oraz stosują zasady dbania o higienę osobistą, pamiętają o konieczności mycia rąk przed posiłkiem oraz po korzystaniu z toalety, zwracają uwagę na czystość odzieży, dobierają ubranie do warunków atmosferycznych i okoliczności. potrafią korzystać z urządzeń sanitarnych, stosują wyuczone czynności w życiu codziennym.	Osoba prowadząca: Instruktor terapii zajęciowej Osoba wspierająca: opiekun	

		umiejętności dotyczących zachowania, utrzymania w czystości różnych części ciała z uwzględnieniem umiejętności cyklicznego, codziennego wykonywania czynności higienicznych. Wzbudzanie potrzeby zachowania ciała w czystości. Nabywanie i poszerzanie wiedzy dotyczącej higienicznego zachowania cyklu aktywności i odpoczynku w ciągu dnia. Przypominanie oraz trenowanie umiejętności utrzymania czystości włosów, paznokci, jamy ustnej, ubioru, bielizny, otoczenia (porządek na stanowisku, w domu: kuchnia, łazienka). Kształtowanie zachowań prozdrowotnych oraz uświadamianie konsekwencji zaniedbań w tej sferze: (choroby z brudu). Umożliwienie Uczestnikom Domu korzystania z natrysku w ŚDS. Prezentowanie poszczególnych etapów mycia z wykorzystaniem odpowiednich kosmetyków do utrzymania czystości i higieny ciała: (mydła, szampon, krem, dezodorant). CEL: kształtowanie prawidłowych nawyków dbania o wygląd zewnętrzny oraz utrzymywania higieny osobistej oraz higieny otoczenia					
--	--	---	--	--	--	--	--

		Trening kulinarny Zajęcia kulinarne z wykorzystaniem metod pracy indywidualnej i grupowej. Doskonalenie umiejętności obsługi sprzętu gospodarstwa domowego kuchnia elektryczno– gazowa , krajalnica, mikrofalówka, toster, sokowirówka, zmywarka, maszynka do mięsa, otwieracz do konserw. Nabywanie wiedzy dotyczącej higieny, estetyki przygotowywania posiłków. Nabywanie wiedzy dotyczącej ilości składu posiłków oraz pór ich przyjmowania warunkujących utrzymanie organizmu w optymalnym zdrowiu i aktywności. Planowanie i przygotowywanie prostych posiłków, korzystanie z przepisów kulinarnych. Nabywanie wiedzy dotyczącej przepisów kulinarnych i trenowanie przygotowywania posiłków. Trenowanie umiejętności podejmowania kolejnych czynności przy sporządzaniu posiłku. Rozwijanie umiejętności współpracy w grupie. Estetyczne nakrywanie do stołu, poszerzanie wiedzy i umiejętności z zakresu kulturalnego zachowywania się przy stole. Nabywanie wiedzy oraz umiejętności z zakresu zachowania się w restauracji, kawiarni. Wypracowanie wśród Uczestników poczucia obowiązku dokładności i systematyczności poprzez zmywanie naczyń zaraz po posiłku, porządkowanie miejsca pracy,	codziennie	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 39 osób	Uczestnicy samodzielnie lub z pomocą opiekuna pracowni kulinarnej potrafią przygotować proste dania w oparciu o przepisy kulinarne, wybierają odpowiednie produkty do przygotowania danego posiłku. Znają zasady kulturalnego zachowania się przy stole, potrafią estetycznie nakryć stół. Korzystają z odpowiednich sztuczków. Posiadają nawyk porządkowania miejsca pracy, zmywania naczyń po posiłku.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej Osoba wspierająca: opiekun.	
--	--	--	------------	---	---	---	--

		dbanie o czystość pracowni kulinarnej i sprzętów znajdujących się w niej. Prowadzenie rozmów na temat zasad kulturalnego zachowania się przy stole. Wspólne planowanie i kupowanie różnych produktów spożywczych z wykorzystaniem odpowiedniej sumy pieniędzy. CEL: nauka przygotowywania prostych posiłków z uwzględnieniem konieczności zachowania czystości, nauka obsługi sprzętów gospodarstwa domowego.					
		Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi Nabywanie wiedzy i orientacji dotyczącej wartości pieniądza. Nabywanie wiedzy z zakresu bezpiecznego przechowywania środków finansowych. Nabywanie wiedzy i trenowanie umiejętności planowania wydatków finansowych. Kształtowanie umiejętności racjonalnego dysponowania własnym budżetem. Pomoc w planowaniu niezbędnych zakupów, orientowanie się w cenach poszczególnych artykułów spożywczych. Nabywanie wiedzy dotyczącej proponowanych przez różne instytucje i osoby pożyczek oraz kredytów, a także konsekwencje ich zaciągania – ćwiczenia asertywnej formy	w zależności od potrzeb	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco –Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok 12 osób	Uczestnicy potrafią rozpoznawać nominały pieniężne. Potrafią przy większej lub mniejszej pomocy, prawidłowo gospodarować własnym budżetem z uwzględnieniem opłat stałych. Uczestnicy potrafią orientować się w ofercie okolicznych sklepów oraz wybierać najbardziej atrakcyjne ceny.	Osoba prowadząca: pracownik socjalny	zajęcia indywidualne

		odmowy Pogadanki na temat konsekwencji zaciągania kredytów oraz uświadamianie wartości pieniędzy. CEL: nabywanie i kształtowanie wiedzy z zakresu racjonalnego planowania wydatków finansowych, doskonalenie asertywnej formy odmowy proponowanych pożyczek					
		Trening umiejętności praktycznych Nabywanie wiedzy i umiejętności przydatnych w życiu codziennym takich jak: składanie bielizny, wkładanie do pralki brudnej bielizny, segregacja odzieży, rozwieszanie jej, nauka obsługi pralki, dozowania proszku, prasowania i przechowywania odzieży. Kształtowanie prawidłowych właściwych nawyków z zakresu obsługi sprzętu elektrycznego – odkurzacz, szczotka do zmiatania. Uświadamianie zagrożeń wynikających z nieprawidłowego używania sprzętów pod napięciem takich jak: pralka automatyczna, suszarka do włosów, żelazko. Ciągłe przypominanie o codziennym sprzątaniu pracowni, sal, łazienek, pomieszczeń w ŚDS. Organizowanie zajęć z wykorzystaniem takich narzędzi jak nożyczki, śrubokręt, wkrętak. Prezentowanie oraz tłumaczenie	codziennie	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika 24 osoby	Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty wyprać odzież (posegregować ją, włożyć do prali, wsypać proszek oraz rozwiesić ubrania). Uczestnicy zwracają uwagę na otoczenie wokół nich. Potrafią samodzielnie lub przy asyście terapeuty wytrzeć kurze, zmyć podłogi. Uczestnicy potrafią obsługiwać sprzęt gospodarstwa domowego (pralka automatyczna, odkurzacz, żelazko).	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	

	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów	znaczenia znaków ostrzegawczych, informacyjnych znajdujących się w najbliższym otoczeniu. Pogadanki, rozmowy na temat przestrzegania przepisów bezpieczeństwa. Stwarzanie sytuacji do posługiwania się różnymi narzędziami. Prezentowanie czynności mierzenia, pakowania, sprzątania i zachęcanie do uczestnictwa w tego typu zajęciach. Rozmowy grupowe na temat utrzymania czystości w miejscu pracy. Ocenianie porządku w miejscu pracy. Dodawanie różnych etapów pracy i usprawnianie jej. Prowadzenie rozmów grupowych na temat dokładności wykonywania danej pracy, oraz ocenianie jej efektów.					
		Trening kształtowania pozytywnych relacji uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami, i innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury. Kształtowanie pozytywnych relacji Uczestnika z osobami bliskimi, sąsiadami oraz innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, instytucjach kultury. Nabywanie i poszerzanie umiejętności rozwiązywania konfliktów oraz	codziennie	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym	Uczestnicy nabywają i rozwijają umiejętności z zakresu nawiązywania nowych znajomości, aktywnego słuchania, konstruktywnego rozwiązywania problemów, kształtowania postaw asertywnych, nabywania i rozwoju podstawowych umiejętności interpersonalnych zapewniających względnie dobre funkcjonowanie w środowisku społecznym oraz umiejętność załatwiania podstawowych spraw w	Osoba prowadząca: pedagog	

		rozładowywania napięcia. Nabywanie umiejętności adekwatnego spostrzegania problemu i stosowania konstruktywnych rozwiązań. Ukazywanie pozytywnych aspektów poprawnej prezentacji, niwelowanie zachowań biernych i braku inicjatywy. Kształtowanie umiejętności spokojnego rozpatrywania problemu oraz pozytywnego myślenia. Rozwijanie umiejętności pełnienia ról społecznych. Doskonalenie umiejętności współpracy i współdziałania z innymi. Rozwijanie umiejętności korzystania z różnych ofert wyspecjalizowanych instytucji publicznych, w tym usług medycznych. Wspomaganie i zachęcanie do wszystkich możliwych celowych działań związanych z drugą osobą oraz nawiązywanie i podtrzymywanie kontaktów społecznych. Kształtowanie umiejętności komunikowania się w grupie. Rozwijanie aktywności i odpowiedzialności. Pomoc w odnajdowaniu własnych zasobów i możliwości. Kształtowanie zdolności interpersonalnych, które ułatwiają radzenie sobie z problemami życia codziennego. Wyrażanie emocji w sposób akceptowany społecznie tak, by nie urazić rozmówcy. Nabywanie wiedzy na temat barier komunikacyjnych, aktywnego słuchania. Zajęcia grupowe w większych i małych grupach	danego Uczestnika ok. 44 osób	różnego rodzaju instytucjach i urzędach. Uczestnicy znają oraz stosują formy grzecznościowe adekwatne do sytuacji, szanują godność osobistą innych, potrafią współpracować w grupie i integrować się ze środowiskiem.		
--	--	---	---	--	--	--

		mających na celu rozwijanie umiejętności współpracy w grupie. CEL: kształtowanie nawyków rozwiązywania konfliktów w sposób społecznie akceptowany, rozwijanie oraz kształtowanie umiejętności współpracy w grupie, rozwijanie umiejętności zachowań asertywnych					
		Trening podstawowych umiejętności prowadzenia rozmowy Nabywanie i poszerzanie wiedzy dotyczącej komunikacji werbalnej i niewerbalnej ważnych w relacjach interpersonalnych w różnych kontekstach społecznych: towarzyskim, z przełożonym, urzędnikiem, sprzedawcą, osobą bliską, kolegą, przyjacielem, i innymi. Rozwijanie potrzeby empatii, udzielania innym wzmocnień pozytywnych niezbędnych do podtrzymywania relacji z innymi. Redukcja lęków społecznych utrudniających nawiązywanie i podtrzymywanie kontaktów z innymi. Nabywanie wiedzy i trenowanie umiejętności dotyczących uprzejmego kończenia rozmowy. Poszerzanie wiedzy z zakresu komunikowania własnych potrzeb oraz nadawania i odbioru informacji. Ćwiczenia wypowiadania trudnych słów, poszerzanie słownictwa. Nauka rozmowy w grupie. Nauka	codziennie	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 55 osób	Uczestnik zna i posługuje się zwrotami grzecznościowymi, umiejętnie wypowiada myśli oraz formułuje wypowiedzi. Uczestnik poszerza zakres pamięciowy, rozwija umiejętności spostrzegania i myślenia, poprawnie analizuje i wysuwa wnioski przyczynowo-skutkowe. Uczestnik odczuwa potrzebę nawiązywania i podtrzymywania relacji z innymi.	Osoba prowadząca: pedagog	

		posługiwania się zwrotami grzecznościowymi. Ćwiczenia umiejętności wypowiadania myśli i formułowania wypowiedzi. Prowadzenie rozmów z Uczestnikami na temat zabezpieczenia ich podstawowych potrzeb w tym: głodu, pragnienia, zmęczenia, bólu. Rozmowy na temat samopoczucia, spełnienia najważniejszych oczekiwań. CEL: kształtowanie umiejętności rozpoczynania , podtrzymywania i kończenia rozmowy, usprawnianie procesów poznawczych, zachowań asertywnych dotyczących nawiązywania i podtrzymywania relacji z bliskimi, rozwijanie umiejętności logicznego myślenia,					
		Ludoterapia / zabawoterapia Zabawy tematyczne, konstruktywne oraz gry dydaktyczne. Prowadzenie zajęć grupowych. “ja w grupie”, “grupa i ja”. W razie konieczności zajęcia tematyczne, np: “komunikacja werbalna – komunikacja niewerbalna”. Aranżowanie sytuacji zabawowej związanej z uczestnictwem w różnych zajęciach grupowych. Aranżowanie zabaw i gier na coraz wyższym poziomie. Stwarzanie przyjemnych sytuacji sprzyjających pojawianiu się dobrego nastroju i reakcji zadowolenia. Prowokowanie sytuacji do uczestniczenia w zabawach, ćwiczeniach	1 raz w tygodniu	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 55 osób	Uczestnicy nabędą zdolność nawiązywania kontaktów, prowadzenia rozmowy, odczytywania sygnałów ciała, będą potrafili wyrażać własne emocje, zaistnieć w grupie, poznają nowe sposoby zachowania się w danej sytuacji. Zabawy są źródłem radości i zadowolenia, pozwalają oderwać się od trosk codziennego życia	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	

	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego	grupowych. Ponoszenie wspólnej odpowiedzialności za wynik organizowanych gier zespołowych. Stosowanie się do ustalonych zasad. Radzenie sobie z porażką, zmniejszanie samokrytycyzmu, zwiększanie dystansu do samego siebie. Oswajanie z uczestnictwem i współdziałaniem w grupie. Wspieranie i stwarzanie sytuacji do rozwoju zainteresowań uczestnika. CEL: integracja grupy, nauka skutecznej komunikacji, kształtowanie empatii, zrozumienia, współpraca w grupie, twórcze spędzanie czasu wolnego, rozbudzanie ciekawości poznawczej, odreagowywanie napięć.				
		Zajęcia komputerowe. Przyswojenie podstawowych informacji dotyczących komputera w tym: włączanie i wyłączanie komputera, zapoznanie z zasadami BHP, tworzenie folderów, plików. Praca w edytorach tekstu, nauka pisania na komputerze, tworzenie i formatowanie tabel. Praca w programie graficznym Paint. Nauka robienia prezentacji multimedialnych w programie PowerPoint. Nauka swobodnego poruszania się po Internecie, korzystania z wyszukiwarek internetowych. Nauka nagrywania danych na nośniki typu CD, DVD, pendrive. Nauka obsługi drukarki,	3x w tygodniu	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 10 osób	Uczestnicy znają zasady BHP przy korzystaniu z komputera, potrafią samodzielnie lub przy pomocy terapeuty korzystać z Internetu w celu poszerzania wiedzy. Obsługują podstawowe programy edytora tekstowego. Uczestnicy rozwijają swoje zainteresowania.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej

		bindownicy, laminatora, gilotyny. Nauka przegrywania i obróbki zdjęć. Korzystanie z gier edukacyjnych. CEL: doskonalenie umiejętności obsługi komputera, korzystanie z dóbr Internetu				
		Elementy muzykoterapii. Muzykoterapia bierna – muzyka aktywizująca, relaksacyjna. Muzykoterapia czynna – muzykowanie Uczestników (gitara, instrumenty Orffa, dzwonki, kastaniety, tamburyn i inne). Nauka śpiewania piosenek, śpiewanie utworów znanych i lubianych, popularnych, ludowych, biesiadnych i innych. Wspólne słuchanie muzyki rozrywkowej, relaksującej, śpiew z gestykulacją, śpiew przy akompaniamencie gitary, karaoke, gra na instrumentach (i inne), elementy tańca improwizowanego. CEL: wprowadzanie Uczestnika w pogodny nastrój, nauka rozładowywania napięć i emocji oraz rozwijanie uzdolnień.	1 raz w tygodniu	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 15 osób	Uczestnicy rozwijają swoje umiejętności, pobudzają uczucia, redukują trudności. Muzykoterapia ułatwia współpracę, pomaga w nawiązywaniu kontaktów, ogranicza konflikty, pobudza emocjonalnie, daje możliwość rozładowania napięć, podwyższa umiejętność koncentracji	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej
		Biblioterapia Organizowanie zajęć grupowych i indywidualnych, w tym czytanie głośne fragmentów lub całości książki, rozmowa po przeczytaniu. Słuchanie tekstów biblioterapeutycznych –	1 raz w tygodniu grupowe, codziennie	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym	Uczestnicy rozwijają zainteresowania własne poprzez systematyczną literaturę. Czytają oraz potrafią analizować przeczytany tekst. Samodzielnie czytają i przeglądają	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej

		aktywizujących bądź relaksacyjnych. Zachęcanie Uczestników do przeglądania prasy codziennej z uwzględnieniem artykułów na temat zdrowia, głośne czytanie wybranych książek, opowiadań, artykułów. Aranżowanie sytuacji pobudzających zainteresowanie książkami i tekstem. Poradnictwo biblioteczne. Wyjścia do biblioteki CEL: rozwijanie zainteresowań literaturą, kształtowanie zdolności asertywnego wyrażania swojej opinii, kształtowanie umiejętności prowadzenia rozmowy	indywidualne	Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 19 osób	codzienną prasę.		
		Filmoterapia Wspólne oglądanie wybranych filmów, inicjowanie dyskusji na temat obejrzanego filmu, umożliwienie wyrażania własnego zdania na forum grupy. Aranżowanie sytuacji inicjującej rozwój. CEL: kształtowanie zdolności asertywnego wyrażania swojej opinii, rozwój zainteresowań, rozładowanie napięć, pobudzanie empatii, wywoływanie pozytywnych emocji.	1 raz w tygodniu	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 15 osób	Uczestnicy kształtują zdolności efektywnej komunikacji, asertywnego wyrażania własnej opinii, zdania, rozwijają wyobraźnię, usprawniają procesy poznawcze. Stymulacja poszczególnych zmysłów. Film pozwala głębiej zrozumieć świat, problemy, pokazuje sposoby ich rozwiązywania, pobudzanie do własnych przemyśleń, rozwijają wrażliwość emocjonalną.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	
		Teatroterapia Przygotowywanie przedstawień, inscenizacji teatralnych poprzez zastosowania technik: psychodramy, dramy, pantomimy. Wyjazdy do	okolicz -	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco	Uczestnicy poprzez udział w przedstawieniach potrafią przedstawić swoje emocje, identyfikują się z postacią odgrywaną i zapamiętują	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	

	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych	kina, teatru. CEL: ujawnianie stanów emocjonalnych Uczestników, przedstawianie, wywołanie, rozładowanie ich uczuć oraz kształtowanie samodzielnego myślenia i działania, przezwyciężanie własnych lęków i oporów przez innymi	nościowo	– Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 14 osób	swoje role. Radzą sobie z tremą przed publicznością, z nieśmiałością oraz przezwyciężają swoje lęki. Okolicznościowe wyjazdy do kina, teatru otwierają wrażliwość Uczestników.		
		Pomoc w rozwiązywaniu problemów dnia codziennego w sferze rodzinnej, bytowej, urzędowej, mieszkaniowej, zdrowotnej.	Codziennie (w zależności od potrzeb Uczestników)	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 47 osób	Udzielanie porad zarówno dla Uczestnika jak i osób z najbliższej rodziny. Udzielania wsparcia w podejmowaniu decyzji i w sytuacjach kryzysowych, wzmacnianie poczucia wartości i podnoszenia wiary we własne siły i możliwości. Wspieranie w dążeniu do samodzielności.	Osoba prowadząca: pracownik socjalny	indywidualnie
	Terapia ruchowa	Zajęcia sportowe Prowadzenie gimnastyki ogólnousprawniającej. Rozwijanie sprawności ruchowej poprzez ćwiczenia korekcyjne, ogólnokondycyjne, manualne, oddechowe, relaksacyjne, gry i zabawy sportowe. Udział w zawodach sportowych. CEL: wzrost sprawności ruchowej, rozładowywanie napięć, poprawa samopoczucia, wzrost samodzielności i aktywności	codziennie	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 26 osób	Uczestnicy rozwijają swoją sprawność ruchową, posiadają świadomość własnego ciała, osiągają podstawowe cechy motoryczne poprzez zastosowanie w zależności od potrzeb ćwiczeń biernych, czynno – biernych.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej (fizjoterapeuta)	grupowe, indywidualne

Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa	Dziewiarstwo	fizycznej Uczestników.					
		Turystyka, rekreacja Organizowanie wycieczek jedno i kilkudniowych. Organizacja imprez integracyjnych (co rok: „RAZEM LEPIEJ” Festiwal Pomysłów Twórczych i Jesienne Prezentacje Twórczości Artystycznej Osób Niepełnosprawnych “PRZEZ DZIURKĘ OD KLUCZA”). Imprezy, spotkania okolicznościowe: Dzień babci i Dziadka, Dzień Kobiet, Dzień Mężczyzn, Śniadanie Wielkanocne, Spotkanie Wigilijne. Motywowanie do udziału w lokalnych uroczystościach: Dni Aleksandrowa Łódzkiego, Festiwal Sztuk Różnych, Otwarcie lata, Pożegnanie lata, itp. zachęcanie do udziału w imprezach organizowanych przez inne Ośrodki. Uczestniczenie w różnego rodzaju wyjazdach. Prowadzenie rozmów z uczestnikami jak należy się zachowywać podczas wyjazdów. Omawianie sposobu zachowania. CEL: umożliwienie funkcjonowania w społeczeństwie, integracja, przeciwdziałanie dyskryminacji, marginalizacji.	wg kalendarza	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika 50 osób	Uczestnicy nawiązują nowe kontakty, ugruntowują wcześniej związane przyjaźnie, integrują się, wymieniają doświadczenia, współdziałają w większej grupie, poznają historię i dziedzictwo kulturowe, urokliwe zakątki oraz atrakcje turystyczne.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	
		Zdobywanie i powiększanie umiejętności poprzez szydełkowanie, robienie na drutach. Nauka obsługi maszyn	codziennie (w zależności od chęci, samopoczucia i	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco	Uczestnicy potrafią samodzielnie lub przy wsparciu terapeuty odczytywać wzory dziewiarskie na druty i na szydełko, potrafią wykonać pracę	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	

w WTZ lub podjęcia zatrudnienia	Hafciarstwo	dziewiarskich. Poszerzanie zainteresowań oraz wykształcanie dokładności, systematyczności i poczucia obowiązku wśród Uczestników. Przygotowanie do uczestnictwa w WTZ. CEL: doskonalenie umiejętności manualnych, rozwijanie cierpliwości, kreatywności i poczucia obowiązku, doskonalenie zdolności manualnych (mała motoryka), ćwiczenie ciągłości pracy i rozwijania wyobraźni.	zainteresowań Uczestników)	– Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika. ok. 9 osób	dziewiarską na drutach i na szydełku.		
		Nauka haftu płaskiego, krzyżykowego, richelieu, gobelinowego, regionalnego. Usprawnianie motoryki małej, wykształcenie estetyki, kształtowanie cierpliwości, usprawnianie koordynacji wzrokowo – ruchowej. CEL: doskonalenie umiejętności z zakresu obsługi maszyny do szycia i haftującej, utrwalanie zasad bezpieczeństwa i higieny pracy, usprawnianie motoryki małej, koordynacja wzrokowo-ruchowa, estetyczne wykonanie zadania, kształtowanie cierpliwości poprzez stopniowe wydłużanie czasu pracy.	codziennie (w zależności od chęci, samopoczucia i zainteresowań Uczestników)	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika 7 osób	Uczestnicy znają ściegi hafciarskie, potrafią wyszywać serwetki, obrusy.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	

	Krawiectwo	Nauka i doskonalenie umiejętności samodzielnego szycia na maszynie krawieckiej, szycie rzeczy użytkowych, reperowanie odzieży, zwracanie uwagi na estetykę stroju. Nauka prasowania i składania odzieży. Przygotowanie do uczestnictwa w WTZ lub podjęcia zatrudnienia. CEL: doskonalenie umiejętności krawieckich	codziennie (w zależności od chęci, samopoczucia i zainteresowań Uczestników)	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 9 osób	Uczestnicy potrafią samodzielnie lub w asyście terapeuty obsługiwać maszynę do szycia, reperować odzież. Uczestnicy potrafią prasować odzież i poskładać ją, potrafią przyszywać guziki.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	
	Stolarstwo	Utrwalanie wiedzy z zakresu Bezpieczeństwa i Higieny Pracy obsługi urządzeń, maszyn i narzędzi stolarskich oraz zapoznanie się i przestrzeganie regulaminu pracowni, nauka prawidłowego posługiwania się narzędziami zgodnie z ich przeznaczeniem, kształtowanie wyobraźni przestrzennej, doskonalenie ręcznej obróbki drewna, montaż gotowych elementów różnymi technikami, malowanie detali i gotowych wyrobów, drobne naprawy na terenie warsztatu, renowacje mebli, dbanie o porządek i higienę otoczenia, dbanie o materiały i ekonomiczne korzystanie z nich, wykonywanie drobnych drewnianych prac i zabawek. CEL: spełnianie potrzeb zawodowych	codziennie	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 7 osoby	Uczestnicy znają podstawowe zasady z zakresu przepisów BHP, potrafią samodzielnie bądź przy pomocy terapeuty posługiwać się narzędziami stolarskimi, elektronarzędziami. Zaspokajają potrzeby samorealizacji poprzez wykonywanie prostych prac stolarskich.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	Dostosowywanie zajęć do możliwości i potrzeb Uczestników
	Hortikuloterapia	Nauka pielęgnacji roślin doniczkowych oraz roślin	Rośliny – w miarę	Uczestnicy ŚDS zgodnie	Uczestnicy potrafią samodzielnie/w asyście terapeuty opiekować się	Osoba prowadząca: instruktor terapii	

		w ogródku ŚDS. Opieka nad zwierzętami w ŚDS (rybki, papugi). CEL: wykształcenie poczucia obowiązku i odpowiedzialności	potrzeby, zwierzęta – codziennie	z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 30 osób	zwierzętami ŚDS-owymi i pielęgnować rośliny doniczkowe oraz w ogródku. Uczestnicy wyrabiają w sobie poczucie obowiązku i odpowiedzialności.	zajęciowej Osoba wspierająca: opiekun	
	Rysunek	Nauka rysunku takimi technikami jak: rysowanie kredkami, ołówkiem, węglem, kredką. Usprawnianie czynności manualnych rąk. Wzmacnianie i wykorzystywanie kreatywności do poprawy samopoczucia, usprawnianie procesów poznawczych (wrażenia, spostrzeganie, obserwacja, uwaga, pamięć), usprawnianie umiejętności samodzielnego planowania i wykonywania działań, uzewnętrznianie problemów i przeżyć. CEL: poprawienie samopoczucia psychicznego, uzewnętrznienie problemów, uczuć i przeżyć	codziennie (w zależności od chęci, samopoczucia i zainteresowań Uczestników)	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 5 osób	Uczestnicy potrafią posługiwać się podstawowymi technikami rysunkowymi. Rozwijają swoją wyobraźnię, przelewają swoje przeżycia na kartkę papieru, przez co rozładowują swoje napięcia i emocje.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	
	Malarstwo	Nauka malarstwa takimi technikami jak: malowanie farbami, plakatowymi, akwarelą, witrażowymi, olejnymi, do szkła i tuszem. Uwrażliwianie na kolor, nabywanie umiejętności w	codziennie (w zależności od chęci, samopoczucia i zainteresowań Uczestników)	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem	Uczestnicy znają podstawowe techniki malarskie, potrafią je wykorzystywać. Uczestnicy potrafią łączyć i dobrać kolory, otwierają się na piękno otoczenia.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	

	Sztuki użytkowe	operowaniu środkami wyrazu plastycznego, które pozwalają na przedstawienie w różnorodny i nieskrępowany sposób własnych myśli i odczuć. CEL: pobudzanie sensoryczne, rozwijanie działania twórczego, kreowanie pozytywnych myśli, poprawa zdolności manualnych, udrażliwianie na piękno		Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 4 osób			
		Aktywne spędzanie czasu wolnego. Poszerzanie zainteresowań Uczestników, zaspakajanie potrzeby samorealizacji. Kształtowanie umiejętności współpracy i współdziałania, usprawnianie umiejętności samodzielnego planowania i wykonywania działań CEL: wzmocnienie kreatywności Uczestników, poprawa samopoczucia, usprawnianie koncentracji uwagi oraz koordynacji wzrokowo – ruchowej	Codziennie (w zależności od chęci, samopoczucia i zainteresowań Uczestników)	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym danego Uczestnika ok. 25 osób	Uczestnicy aktywnie spędzają czas wolny poszerzając krąg swoich zainteresowań. Usprawniają koncentrację uwagi, koordynację wzrokowo – ruchową, zaspokoją potrzebę samorealizacji.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	
	Zdobnictwo i dekoratorstwo	Wykonywanie prac różnymi technikami. Dekoracje okolicznościowe, wykonywanie stroików okazjonalnych, ozdób świątecznych, zdobienie różnych przedmiotów, Ikebana - tworzenie kompozycji z suszonych i żywych kwiatów oraz darów natury jak kora, liście, mech, gałęzie. Powiększanie zakresu umiejętności poprzez	Codziennie (w zależności od chęci, samopoczucia i zainteresowań Uczestników)	Uczestnicy ŚDS zgodnie z ustaleniami Zespołu Wspierająco – Aktywizującego i Indywidualnym Planem Postępowania Wspierająco – Aktywizującym	Uczestnicy wzmocniają kreatywność, poszerzają koncentrację uwagi. Uczą się nowych technik zdobnictwa i dekoratorstwa. Zaspakajają potrzebę samorealizacji.	Osoba prowadząca: instruktor terapii zajęciowej	

		wykonywanie: stroików okazjonalnych, świątecznych ozdób, wykorzystywanych podczas różnego rodzaju imprez integracyjnych. Wykańczanie prac z pracowni stolarskiej (malowanie wykonanych prac ze sklejki) Konstruowanie prostych kompozycji według przygotowanych wcześniej wzorów. CEL: wzmacnianie kreatywności Uczestników, poprawa samopoczucia psychicznego, wzmacnianie koncentracji uwagi i koordynacji wzrokowo – ruchowej, zaspokojenie potrzeby samorealizacji Uczestników	danego Uczestnika ok. 30 osób				
--	--	--	---	--	--	--	--

¹ – W przeciągu całego roku Zespół Wspierająco – Aktywizujący stara się zachęcić do udziału w zajęciach wszystkich Uczestników ŚDS. Oferta ŚD S-u opiera się na działaniach długoterminowych, a formy pomocy dostosowane są do indywidualnych potrzeb i możliwości każdej z osób uczestniczącej w zajęciach (IPPW-A). Każdy Uczestnik rozwija się we własnym tempie, bez presji czasu.

² – Placówka zatrudnia osoby niezbędne do realizacji zadań i zapewnienia sprawnego funkcjonowania placówki. Osoby zatrudnione w ŚDS-ie posiadają odpowiednie kwalifikacje i doświadczenie zawodowe; wszyscy pracownicy, których zakres obowiązków obejmuje prowadzenie treningów umiejętności społecznych zostali przeszkoleni zgodnie z § 11. 2 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010r.

1. Kierownik – wykształcenie wyższe - (andragog, oligofrenopedagog), studia podyplomowe: Organizacja i Metody Pomocy Społecznej, Terapia Zajęciowa; I stopień specjalizacji w zawodzie pracownik socjalny; kursy i szkolenia zawodowe; (staż: 8 lat pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi);
2. Pedagog - wykształcenie wyższe - (psychopedagogika z profilaktyką społeczną, kurs), (staż: 3 lata i 3 m-ce pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi);
3. Pracownik socjalny – wykształcenie wyższe - (pedagogika resocjalizacyjna z doradztwem zawodowym, licencjat – praca socjalna w specjalizacji doradztwo socjalne z terapią i mediacją w rodzinie, w trakcie szkolenia specjalizacyjnego z organizacji pomocy społecznej), (staż: 2 lata i 11 m-cy pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi);
4. Instruktor terapii zajęciowej – wykształcenie wyższe – (oligofrenopedagog, pedagogika szkolna i terapia pedagogiczna); kursy i szkolenia zawodowe: („Dokumentowanie pracy terapeuty – ocenianie i ewaluacja procesu terapeutycznego z elementami superwizji.”; „Metody pracy z osobami niepełnosprawnymi z zaburzeniami psychicznymi.”w trakcie szkolenia specjalizacyjnego z organizacji pomocy społecznej); (staż: 7

- lat i 5 m-cy pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi);
5. Instruktor Terapii Zajęciowej – wykształcenie wyższe - (pedagogika opiekuńczo - wychowawcza, dyplom terapeuty zajęciowego); kursy i szkolenia zawodowe; (staż: 12 lat i 3 m-ce pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi);
 6. Instruktor Terapii Zajęciowej – wykształcenie wyższe – (pedagogika specjalna w zakresie resocjalizacji); kursy i szkolenia zawodowe: („Dokumentowanie pracy terapeuty – ocenianie i ewaluacja procesu terapeutycznego z elementami supervizji.”; „Aktywizacja społeczna osób niepełnosprawnych.”, „Gry i zabawy psychoedukacyjne.”; „Profilaktyka uzależnień.”; wieloletnie doświadczenie (przeszło 28 lat pracy w Domu Dziecka, jako Koordynator pieczy zastępczej i asystent rodziny, często z osobami niepełnosprawnymi i wykluczonymi społecznie; (staż: 2 lata i 10 m-cy z osobami z zaburzeniami psychicznymi);
 7. Instruktor Terapii Zajęciowej – wykształcenie wyższe, (pedagogika specjalna w zakresie resocjalizacji); kursy i szkolenia zawodowe: („Wsparcie i podnoszenie kwalifikacji zawodowych kadr pomocy i integracji społecznej.”, „Metodyka i zasady organizacji procesu terapeutycznego w zakresie specjalistycznych usług opiekuńczych. Profesjonalizm usług terapeuty.”, „Terapeuta zajęciowy – rola, zadania, funkcje, autorytet.”, „Trening komunikacji interpersonalnej z elementami asertywności.”, „Praca z osobą chorującą psychicznie – formy wsparcia.”); (staż: 5 lata i 6 m-cy pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi);
 8. Instruktor Terapii Zajęciowej – wykształcenie średnie (dyplom terapeuty zajęciowego i technika fizjoterapii); (staż: 9 lat i 4 m-ce pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi);
 9. Opiekun (pracownia kulinarna) – wykształcenie zawodowe, kurs gastronomiczny (staż: 15 lat i 11 m-cy pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi).
 10. Opiekun – wykształcenie zawodowe - (ukończony kurs opiekuna, w trakcie podnoszenia kwalifikacji); (staż: 10 m-cy pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi ,w tym 6 m-cy stażu)

Harmonogram innych zajęć o charakterze okazjonalnym w rozkładzie miesięcznym:

STYCZEN

Dzień Babci i Dziadka

LUTY

Tłusty Czwartek - zabawa karnawałowa

Zabawa Walentynkowa

MARZEC

Uroczystość z okazji Dnia Kobiet

Powitanie wiosny

KWIECIEŃ

Śniadanie Wielkanocne

Uroczystość z okazji Dnia Mężczyzny

MAJ

„Gawęda Majowa” - DPS Rąbień

CZERWIEC

„Razem Lepiej” Festiwal Pomysłów Twórczych (organizatorzy)

LIPIEC

Prezentacja Naszego Domu podczas Dni Aleksandrowa Łódzkiego

WRZESIEŃ

Festiwal Sztuk Różnych – organizator Urząd Gminy Aleksandrów Łódzki, OPS Aleksandrów Łódzki

LISTOPAD

„PRZEZ DZIURKĘ OD KLUCZA” Jesienne Prezentacje Twórczości Artystycznej Osób Niepełnosprawnych (organizatorzy)

Zabawa Andrzejkowa

GRUDZIEŃ

Spotkanie Wigilijne

Informacja dotycząca współpracy z rodzinami uczestników z partnerami społecznymi i innymi podmiotami współpracującymi z ŚDS

W Środowiskowym Domu Samopomocy w celu podniesienia jakości świadczonych usług przyjmuje się różnorodne kierunki dalszego rozwoju. Komplementarność tych usług warunkują następujące działania: zatrudnienie wykwalifikowanej kadry, wzbogacanie form terapii poprzez wprowadzanie nowych technik terapii, organizowanie i umożliwienie systematycznego udziału w szkoleniach dla pracowników, stałe doposażanie pracowni w nowe urządzenia i sprzęt, angażowanie do współpracy społeczność lokalną (m.in. wolontariuszy z Zespołu Szkół Zawodowych w Aleksandrowie Łódzkim), promocja zdrowia psychicznego oraz przeciwdziałanie marginalizacji i stygmatyzacji osób niepełnosprawnych poprzez organizowanie imprez o charakterze ponadlokalnym, ciągła współpraca z jednostkami samorządu terytorialnego oraz organizacjami pozarządowymi na terenie województwa, wymiana dobrych praktyk z jednostkami o podobnej strukturze spoza województwa, utrzymywanie dalszych kontaktów z instytucjami promującymi twórczość artystyczną osób niepełnosprawnych (m.in. Fundacja „Mimo Wszystko” Anny Dymnej, Studio Integracji Krzysztofa Cwynara), pozyskiwanie środków zewnętrznych, odbudowywanie właściwych relacji uczestnika z najbliższymi.

- ⤴ Urząd Miejski Aleksandrów Łódzki,
- ⤴ Zakład Opieki Zdrowotnej w Aleksandrowie Łódzkim,
- ⤴ Poradnia Psychologiczna w Aleksandrowie Łódzkim,
- ⤴ Utworzony przy ŚDS Klub Wolontariusza „Pomocna Dłoń” - młodzież z Zespołu Szkół Zawodowych w Aleksandrowie Łódzkim,
- ⤴ Stowarzyszenie Pomocowe „POMOST” w Aleksandrowie Łódzkim,
- ⤴ Fundacja Osób Społecznie Aktywnych „F.O.S.A.” w Aleksandrowie Łódzkim,
- ⤴ pracownicy socjalni Ośrodka Pomocy Społecznej w Aleksandrowie Łódzkim,
- ⤴ Przedszkole Integracyjne w Aleksandrowie Łódzkim,
- ⤴ Partnerstwo na rzecz Aleksandrowa,
- ⤴ Studio Integracji Krzysztofa Cwynara w Łodzi,
- ⤴ Biblioteka Publiczna w Aleksandrowie Łódzkim,
- ⤴ DPS w Rąbieniu,
- ⤴ WTZ w Rąbieniu,

- ✧ ośrodki wsparcia dla osób z niepełnosprawnością intelektualną i zaburzeniami psychicznymi działające na terenie województwa łódzkiego,
- ✧ Młodzieżowy Dom Kultury w Aleksandrowie Łódzkim,
- ✧ Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Aleksandrowie Łódzkim,
- ✧ stała współpraca z rodzinami Uczestników i ich najbliższym otoczeniem
- ✧ Fundacja „JA-TY-MY”
- ✧ PCPR w Zgierzu,
- ✧ Starostwo Powiatowe w Zgierzu.
- ✧ Spółdzielnia Socjalna „Incepcja” w Aleksandrowie Łódzkim.

Planowane szkolenia dla osób wchodzących w skład Zespołu Wspierajaco – Aktywizującego organizowanych przez Kierownika, bądź osobę przez niego wyznaczoną w rozkładzie miesięcznym (tematyka szkoleń może ulec zmianie w zależności od potrzeb zgłaszanych przez pracowników zespołu):

STYCZEŃ

„Instytucja psychiatryczna XXI wieku. Zwrócenie się ku pacjentowi.”

LUTY

„Alternatywy do uzależnienia. Strategie pomocne w wychodzeniu z nałogu i utrzymaniu abstynencji.”

MARZEC

„Rozumienie umierania i śmierci przez niepełnosprawnych intelektualnie z perspektywy pedagogicznej i paliatywnej.”

KWIECIEŃ

„Starzenie się i starość osób niepełnosprawnych intelektualnie.”

MAJ

„Koncepcja Best – Friends dla osób z demencją.”

CZERWIEC

„Kryzys psychiczny nie musi zaskakiwać!. Wskazówki dla opiekunów i pacjentów.”

WRZESIEŃ

„Spojrzenie na chorobę psychiczną z perspektywy pracy socjalnej.”

PAŹDZIERNIK

„Socjalny wymiar psychiatrii środowiskowej.”

LISTOPAD

„Grupa wzajemnego wsparcia.”

GRUDZIEŃ

„Socjoterapia – terapeutyczne znaczenie relacji międzyludzkich.”

Szkolenia zewnętrzne podnoszące kwalifikacje zawodowe – w miarę możliwości finansowych placówki.

