

ZARZĄDZENIE NR 60/2020

PREZYDENTA MIASTA ŚWIĘTOCHŁOWICE

z dnia 31.01.2020 r.

**w sprawie zatwierdzenia Planu Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy na rok 2020**

Na podstawie art. 30 ust. 1, art. 31 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2019 poz. 506, z późn. zm.) w związku z § 4 ust. 2 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz.U. z 2010 r., Nr 238, poz. 1586, z późn. zm.).

**zarządza się, co następuje :**

**§1**

Zatwierdza się uzgodniony z Wojewodą Śląskim Plan Pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Świętochłowicach na rok 2020, stanowiący załącznik do ww. Zarządzenia.

**§2**

Wykonanie Zarządzenia powierza się Dyrektorowi Środowiskowego Domu Samopomocy w Świętochłowicach.

**§3**

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

Zap. Prezydenta Miasta  
Druhni Zastępca  
Prezydenta Miasta  
*Adam Trzebińczyk*  
Adam Trzebińczyk

Naczelnik  
Wydziału do spraw  
Pracy i Polityki Społecznej  
*Jan Kalafarski*  
Jan Kalafarski

Radca Prawny  
Krystian Załęczny  
87-4102

## Plan Pracy

### Środowiskowego Domu Samopomocy w Świętochłowicach na 2020 r.

#### I Program zajęć terapeutyczno- rehabilitacyjnych

1. Treningi samoobsługi i treningi umiejętności społecznych obejmujących: trening higieniczne, trening umiejętności praktycznych, trening budżetowy, trening kulinarny, trening lekowy, trening prowadzenia rozmowy, trening rozwiązywania problemów, trening umiejętności sędziunia czasu wolnego- treningi prowadzone codziennie w ramach zajęć wspierająco- aktywizacyjnych.
2. Poradnictwo psychologiczne – prowadzone codziennie,
3. Psychoedukacja z lekarzem psychiatrą – prowadzona raz w tygodniu,
4. Terapia zajęciowa - prowadzona codziennie,
5. Niezbędna opieka oraz pomoc w załatwianiu różnych spraw- usługa świadczona codziennie,
6. Terapia ruchowa - prowadzona codziennie,
7. Cykl reportaży: „Prawdę mówiąc” - raz w miesiącu,
8. Zajęcia z grupą wokalną - raz w tygodniu,
9. Siłownia- codziennie,
10. Program edukacyjny „Skarbonka„ dotyczący problemu zadłużania się w bankach osób zagrożonych wykluczeniem społecznym - raz w miesiącu,
11. „Dookoła świata” cykl reportaży – raz w miesiącu,
12. „W Bibliotece Miejskiej „ – cykl spotkań – raz w miesiącu,
13. „Etykieta dobrego wychowania „- cykl zajęć z savoir vivre,
14. „Nordic Walking- Spacer po zdrowie, projekt podjęty w ramach Narodowego Programu Ochrony Zdrowia,
15. Biblioterapia – tematyka do wyboru,
16. „Gwiazdy sportu” cykl zajęć przybliżających sylwetki znanych sportowców ,
17. „Kinomaniak”- oglądanie ciekawych filmów w ŚDS – dyskusja- dwa razy w miesiącu,
18. Zajęcia komputerowe- dwa razy w tygodniu,
19. Relaks przy muzyce- raz na dwa tygodnie,
20. Poradnictwo rodzin, kontakty z rodzinami – wg potrzeb rodzin,
21. Grupa wsparcia dla rodzin – co kwartał,
22. Klub uczestnika – 2 razy w tygodniu w godzinach popołudniowych,
23. Pracownia botaniczna – zajęcia sezonowe,
24. Inne: warsztat psychologiczny – zajęcia edukacyjne, gry i zabawy psychologiczne i integracyjne, kolorowanki antystresowe sposobem na rozładowanie stresu.

#### W planie pracy na rok 2020 przewidujemy zorganizowanie dla mieszkańców Miasta:

- Dnia Walki z Depresją (luty),
- Festynu integracyjnego dla mieszkańców miasta pt. „Chcemy być z Wami” (czerwiec),

- V Mistrzostwa „Cymbergaja” dla Osób Niepełnosprawnych Miasta Świętochłowice oraz miast ościennych (wrzesień) ,
- Tygodnia Zdrowia Psychicznego ( październik) .

## **II Program zajęć edukacyjnych rekreacyjno – kulturalnych**

### **Styczeń**

1. Zaproszenie do ośrodka chóru Magnificat. Wspólne kolegowanie,
2. Udział w Orszaku Trzech Króli,
3. Wyjazd do Panewnik, zwiedzanie Szopek Bożonarodzeniowych,
4. Obchody Dnia Babci i Dziadka,
5. Dzień poświęcony życiu i twórczości Karela Gotta.

### **Luty**

1. Walentynki w ŚDS,
2. Dzień walki z depresją,
3. Tłusty czwartek- tradycje i obyczaje,
4. Dzień Kota – felinoterapia,
5. Bal karnawałowy,
6. Zaproszenie Fundacji „Pomóc więcej” działającej na rzecz osób niepełnosprawnych.

### **Marzec**

1. Dzień Kobiet.
2. Obchody dnia mężczyzny.
3. Topienie Marzanny – powitanie wiosny.
4. Turniej gier stolikowych z Warsztatami Terapii Zajęciowej w Świętochłowicach.
5. Zaproszenie Sanepidu w ramach współpracy w zakresie profilaktyki zdrowotnej.

### **Kwiecień**

1. Prima a aprils.
2. Międzynarodowy Dzień Ziemi – obchody.
3. Międzynarodowy Dzień Sportu – dzień poświęcony tematyce,
4. Światowy Dzień Zdrowia – zajęcia poświęcone tematyce,
5. Uroczyste Śniadanie Wielkanocne w ŚDS.
6. Udział w Grand Prix Miasta – rozgrywki sportowe,
7. Międzynarodowy Dzień Tańca – zajęcia poświęcone tematyce.

### **Maj**

1. Przygotowania do festynu ŚDS „Chcemy być z Wami” dla mieszkańców miasta,
2. Międzynarodowy Dzień Muzeów – wyjście do wybranego muzeum,
3. Obchody Dnia Matki,
4. Turniej warcabów w ramach Grand Prix Miasta.

## **Czerwiec**

1. Rozpoczęcie „Lata” w ŚDS, zaproszenie uczestników Warsztatów Terapii Zajęciowej w Świętochłowicach.
2. Dzień Ojca w ośrodku.
3. Festyn integracyjny „Chcemy być z Wami” dla mieszkańców miasta,
4. Międzynarodowy Dzień Jogi – zajęcia poświęcone tematyce,
5. Spacer po mieście z uczestnikami – zwiedzanie nieznanymi zakątków miasta,
6. Dzień walki z cukrzycą w ośrodku.

## **Lipiec**

1. Wyjście na basen do Ośrodka Sportu i Rekreacji „Skałka”,
2. Grillowanie na tarasie,
3. Wycieczka do skansenu w Parku Śląskim w Chorzowie.

## **Sierpień**

1. Wyjście na basen Ośrodka Sportu i Rekreacji „Skałka”,
2. Grillowanie na tarasie,
3. Wycieczka całonocna,
4. Turniej gier zręcznościowych z DDzP.

## **Wrzesień**

1. Organizacja V „Mistrzostw Cymbergaja” dla osób niepełnosprawnych z naszego miasta i miast ościennych,
2. „Obchody Dnia Głośnego Czytania” – czytanie przez uczestników wybranych wcześniej fragmentów książek,
3. Wycieczka do Palmiarni w Gliwicach,
4. Światowy Dzień Pierwszej Pomocy – zajęcia sportowe.

## **Październik**

1. Tydzień Obchodów Zdrowia Psychicznego w ŚDS,
2. Spotkanie z podróżnikiem,
3. Halloween w ŚDS – dyskoteka,
4. Wyjście do teatru.

## **Listopad**

1. Obchody Dnia Wszystkich Świętych,
2. Andrzejki – zabawa andrzejkowa,
3. Obchody Dnia Niepodległości,
4. „Dzień Postaci z Bajek” – przebieranie się za ulubioną postać z bajek.

## **Grudzień**

1. „Dzień Pluszowego Misia”- zajęcia poświęcone tematyce,
2. Obchody Dnia Górnika – wyjście na przedstawianie do Przedszkola Nr 9,
3. Dekorowanie Ośrodka Świątecznymi dekoracjami,
4. Spotkanie z Mikołajem w ŚDS,
5. Wypiekanie pierników w ramach przygotowań przedświątecznych,
6. Wigilia w ŚDS,
7. Sylwester – pożegnanie starego roku.