

PLAN PRACY

ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W BIRCZY
DLA DOMU TYPU A, B, C ORAZ UCZESTNIKÓW Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI
SPRZĘŻONYMI LUB SPEKTRUM AUTYZMU

NA 2024 ROK

L.p.	Nazwa zadania	Sposób realizacji zadania	Termin realizacji zadania	Osoby odpowiedzialne za realizację zadania
I.	Trening funkcjonowania w codziennym życiu dla domu A, B, C			
	Trening dbałości o wygląd zewnętrzny:	W ramach treningu uczestnicy będą nabywać umiejętności: - Zwiększenia zaradności, samodzielności i niezależności od osób drugih, kształtowania nawyków i umiejętności codziennego dbania o wygląd zewnętrzny -Dbania o czysty, stosowny i estetyczny ubiór -Nabywanie wiedzy i umiejętności doboru ubioru do warunków atmosferycznych -Systematycznego dbania o wygląd twarzy, czystość włosów i staranne uczesanie - Poszerzanie wiedzy na temat zasadności stosowania kosmetyków oraz przyborów kosmetycznych	Codziennie treningi przez cały rok Osoby wymagające	Zespół W-A Pielęgniarka
	Trening nauki higieny	- Kształtowanie nawyku systematycznego dbania o higienę - Stosowania się do częstego mycia i dezynfekcji rąk -Poznawanie środków pomagających w zachowaniu czystości. - Edukacja na temat konieczności codziennej zmiany bielizny osobistej -Nauka dbania o higienę jamy ustnej, paznokci i włosów - Poznawanie zasad bezpiecznego używania kosmetyków pielęgnacyjnych i środków czystości zgodnie z ich przeznaczeniem	Codziennie treningi przez cały rok Osoby wymagające	Pielęgniarka Zespół W-A

	Trening kulinarny	- Rozwijanie samodzielności i zaradności życiowej - Nauka samodzielnego lub z asystą opiekuna przygotowania prostych dań -Poznawanie zasad zdrowego odżywiania -Planowanie jadłospisu oraz zakup produktów potrzebnych do wykonania konkretnego posiłku -Poznawanie przepisów kulinarnych oraz dokonywanie wyboru odpowiednich artykułów spożywczych - Przygotowywanie w sposób estetyczny różnorodnych posiłków z zachowaniem podstawowych zasad higieny. - Zwiększenie umiejętności w zakresie technik i organizacji pracy przy sporządzaniu posiłków, wypieku ciast i przygotowywaniu deserów - Nauka obróbki wstępnej mięsa, warzyw i owoców (mycie, obieranie, krojenie) -Odpowiednie stosowanie przypraw w posiłkach -Nauka dekorowania i nakrywania do stołu oraz odpowiedniego zachowania się przy stole -Zdobywanie umiejętności posługiwania się miarami: litr, mililitr, kilogram, gram, szklanka, łyżka, szczypta -Rozwijanie umiejętności posługiwania się sprzętem AGD (kuchenka, zmywarka, piekarnik elektryczny, kuchenka mikrofalowa, blender, robot kuchenny, opiekacz, frytownica) - Kultywowanie tradycji świątecznych poprzez przygotowanie Śniadania Wielkanocnego, Wieczery Wigilijnej oraz obchodów urodzin uczestników domu	Codzienne treningi przez cały rok	Zespół W-A
	Trening umiejętności praktycznych	Zajęcia plastyczno – krawieckie: - Odkrywanie własnego potencjału twórczego oraz motywowanie do własnej inwencji twórczej - Wpajanie poczucia odpowiedzialności za powierzone zadanie oraz umiejętności w gospodarowaniu materiałami - Kształtowanie poczucia estetyki, staranności i dokładności -Rozwijanie zainteresowań oraz zdolności manualnych uczestników - Kształtowanie umiejętności doboru właściwych materiałów do wykonywanych prac - Wyrabianie nawyku doprowadzania do	Codzienne treningi przez cały rok	Zespół W-A

		efektu końcowego wykonywanych prac -Nabywanie umiejętności posługiwania się różnymi technikami plastycznymi (rysunek, malarstwo, decoupage, witraż, bibułkarstwo, tworzenie z masy plastycznej, oklejanie słoików i butelek, -Wykonywanie dekoracji sezonowych oraz okolicznościowych – stroiki Wielkanocne i Bożonarodzeniowe, kartki i ozdoby świąteczne, upominki urodzinowe dla uczestników) -Rozwijanie praktycznych umiejętności krawieckich (przyszywanie guzików, wykonywanie prostych ściągów, poznanie technik hafciarskich, robótki ręczne, dokonywanie napraw odzieży). -Nauka posługiwania się maszyną do szycia - Promowanie uczestników i domu w środowisku oraz regionie poprzez udział w konkursach i wystawach - Przestrzeganie przepisów BHP podczas wykonywania treningu Zajęcia stolarskie: - Zdobywanie wiedzy oraz przestrzeganie przepisów w zakresie Bezpieczeństwa i Higieny Pracy przy obsłudze urządzeń, maszyn, i narzędzi stolarskich - Nauka prawidłowego przygotowywania stanowiska pracy - Nauka czyszczenia i konserwacji narzędzi stolarskich - Rozwijanie zainteresowań uczestników - Nabywanie umiejętności manualnych oraz postaw efektywnej pracy -Rozpoznawanie gatunków drewna od materiałów drewnopodobnych -Trasowanie linii i cięcie materiału -Nauka posługiwania podstawowymi narzędziami stolarskimi tj: młotek, obcęgi, kleszcze, kombinerki, gwoździe, kołki szybkiego montażu i inne -Doskonalenie obróbki drewna - Nabywanie umiejętności wykonywania przedmiotów użytkowych z drewna, sklejki i zapalek (ramki do obrazów, skrzynki do kwiatów, karmniki dla ptaków, szopki, domki z zapalek itp.) -Nauka barwienia, lakierowania, malowania detali i gotowych wyrobów -Montaż gotowych elementów różnymi technikami - Wykonywanie odlewów z gipsu		
--	--	--	--	--

		- Nabywanie umiejętności wykonywania dekoracji przestrzennych stosownych do okoliczności - Wykonywanie ozdób wg własnej inwencji twórczej i potrzeb Domu - Nauka zachowania czystości oraz robienia porządku na stanowisku pracy po skończonym treningu Zajęcia komputerowe: - Poszerzanie wiedzy na temat ostrożności w obsłudze komputera, postępowanie zgodnie z zasadami BHP - Kształtowanie umiejętności efektywnego wykorzystywania komputera , rozwijania własnych zainteresowań -Oswajanie z nowoczesną techniką i praktycznym jej wykorzystaniem - Przyswajanie podstawowych informacji dotyczących komputera (włączanie, wyłączanie, tworzenie plików, folderów, poznawanie systemu operacyjnego i najważniejszych jego programów itp.) - Nabywanie umiejętności samodzielnej obsługi komputera, tableta, smartfona, laminatora -Korzystanie z programów do odtwarzania plików zdjęciowych, muzycznych i filmowych -Praca w edytorach tekstu (nauka poprawnego pisania na klawiaturze, rozmieszczania tekstu, kopiowania, wycinania, tworzenia i formatowania tabel, poprawnego pisania dokumentów itp.) -Projektowanie kartek świątecznych - Przygotowywanie i drukowanie dyplomów, zaproszeń, życzeń okolicznościowych i napisów -Rozwijanie umiejętności korzystania z sprzętów peryferyjnych (obsługa drukarki, kserokopiarki, skanera) -Praca z internetem (nauka korzystania z wyszukiwarek internetowych, pisanie i wysyłanie maili z załącznikami, korzystanie z portali społecznościowych, internetowych serwisów informacyjnych dotyczących bieżących tematów i wydarzeń) -Rozwijanie logicznego myślenia, spostrzegawczości i koncentracji uwagi poprzez gry komputerowe -Wyszukiwanie i ściąganie druków oraz innych informacji dla potrzeb uczestników		
--	--	--	--	--

		- Nauka korzystania z aparatu fotograficznego, robienia i przegrywania zdjęć - Prowadzenie kroniki fotograficznej Domu Zajęcia gospodarstwa domowego: -Postępowanie wg zasad BHP, -Rozwijanie zaradności życiowej, samodzielności w zakresie podstawowych czynności dnia codziennego - Uświadamianie zagrożeń wynikających z nieprawidłowego użytkowania sprzętów pod napięciem elektrycznym - Nauka obsługi sprzętu AGD i RTV (pralki automatycznej, odkurzacza, żelazka, telewizor, odtwarzacz DVD, magnetofon) zgodnie z instrukcją obsługi - Zapoznavanie się z sprzętem porządkowym - Zwracanie uwagi na kolejność wykonywanych czynności oraz zastosowanie odpowiednich detergentów jak również rękawic ochronnych -Nauka prania ręcznego i w pralce automatycznej oraz prasowania -Nabywanie umiejętności w zakresie dbałości o czystość i porządek w salach treningowych, budynku i wokół niego (wycieranie kurzy, zmiatanie, mycie podłóg, odkurzanie, podlewanie i pielęgnacja kwiatów, grabienie liści, pielęgnacja krzewów, pielenie rabatek, odśnieżanie) - Nauka segregacji śmieci z podziałem na papier, szkło, bio, metale i tworzywa sztuczne oraz odpady mieszane		
	Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi	- Kształtowanie nawyków racjonalnego dysponowania własnym budżetem -Zwiększenie samodzielności w zakresie odpowiedniego planowania wydatków związanych z zaspokajaniem własnych potrzeb - Poznawanie wartości pieniądza jako środka płatniczego - Rozróżnianie nominałów, liczenie pieniędzy, orientacja w cenach danych produktów - Nauka planowania budżetu z podziałem na ważne i ważniejsze uwzględniając przy tym zakup żywności, leków oraz opłacenia rachunków -Nauka planowania oraz sporządzania praktycznej listy zakupów	Praca ciągła	Zespół W-A

		- Nauka dokonywania zakupów w placówkach handlowych z zastosowaniem się do powszechnie przyjętych w tych miejscach norm -Poznawanie trudności jakie można napotkać podczas robienia zakupów -Terminowe opłacanie rachunków -Zapoznanie z zasadami reklamacji towaru -Pogadanki na temat bezpiecznego przechowywania pieniędzy -Poznanie niebezpieczeństw wynikających z podjęcia pożyczek - Nauka obsługi bankomatu oraz posługiwania się kartą bankomatową,		
	Trening funkcjonowania w codziennym życiu dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną lub spektrum autyzmu	- Kształtowanie umiejętności w zakresie samoobsługi w tym usprawnianie, wykonywanie podstawowych czynności dnia codziennego -Dostosowanie treningu higienicznego do potrzeb uczestników z uwzględnieniem ich jednostek chorobowych. -Nauka posługiwania się środkami higieny osobistej i środkami czystości. -Zapewnienie bezpieczeństwa i pomocy przy korzystaniu z toalety - Pomoc w zdejmowaniu i ubieraniu odzieży wierzchniej i obuwia - Pomoc przy posiłkach i karmienie osób tego wymagających (pomoc w trzymaniu sztućców, kubka, talerza) - Nauka estetycznego spożywania posiłków oraz kulturalnego zachowania się przy stole. - Nauka rozpoznawania podstawowych produktów spożywczych ich zastosowania - Uczestniczenie w pogadankach prozdrowotnych	Praca ciągła	Pielęgniarka
			Praca ciągła	Zespół W-A
II.	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów dla typu domu A, B, C.			
	Kształtowanie pozytywnych relacji uczestnika z: osobami bliskimi, sąsiadami, z	-Kreowanie właściwych relacji z otoczeniem, osobami bliskimi, sąsiadami, kolegami, urzędnikiem, sprzedawcą oraz osobami nieznanymi - Nabywanie i doskonalenie umiejętności prowadzenia konwersacji w sposób	Praca ciągła	Zespół W-A Psycholog

	innymi osobami w czasie zakupów, w środkach komunikacji publicznej, w urzędach, w instytucjach kultury	otwarty i kulturalny - Kształtowanie umiejętności nawiązywania pozytywnych relacji oraz współpracy w grupie, rozwijanie cech moralnych takich jak życzliwość, sprawiedliwość, szacunek, uprzejmość oraz odpowiedzialność - Poznanie i kontrolowanie mowy ciała (gestykulacja, mimika, kontakt wzrokowy) -Zdobywanie wiedzy dot. sposobów rozwiązywania konfliktów - Poznanie znaczenia uczuć i emocji w relacjach interpersonalnych (złość, radość, agresja słowna i werbalna) -Nabywanie umiejętności przestrzegania norm społecznych, zasad kulturalnego oraz bezpiecznego zachowywania się w miejscach użyteczności publicznej (np. w sklepie, banku, urzędzie, kościele, ośrodku zdrowia, instytucjach kultury itp.) -Nabywanie wiedzy dotyczącej sposobów radzenia sobie ze stresem w życiu codziennym - Nauka radzenia sobie z konfliktami w środowisku rodzinnym oraz codziennych sytuacjach społecznych		
	Trening umiejętności komunikacyjnych w tym z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się, w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej	- Kształtowanie, rozwijanie i utrzymywanie umiejętności komunikacyjnych uczestnika przy jednoczesnym uwzględnieniu jego indywidualnych predyspozycji i możliwości - Nauka werbalnych i niewerbalnych sposobów komunikacji poprzez zwracanie uwagi na kontakt wzrokowy, wyraz twarzy, gestykulację, postawę ciała, głos i ton - Umożliwienie oraz ułatwienie sposobu komunikowania się z otoczeniem - Rozwijanie umiejętności rozpoznawania, rozumienia i wyrażania uczuć -Korzystanie z pomocy nowych technologii w zakresie porozumiewania się – komunikacja za pomocą programu „Mówik” -Korzystanie z Piktogramów –nauka znaczenia poszczególnych znaków, tworzenie zdań i opowiadań -Wykorzystywanie książek obrazkowych do porozumiewania się z osobą z problemami w komunikacji werbalnej -Układanie zdań z rozsypanki wyrazowej	Praca ciągła	Zespół W-A Psycholog

		- Nauka poprawnego pisania z osobą niemówiącą jako sposobu porozumiewania się z innymi - Przełamywanie barier nieśmiałości w nawiązywaniu kontaktów interpersonalnych		
	Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów oraz komunikacyjny dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną lub spektrum autyzmu	- Zwiększanie umiejętności w zakresie nawiązywania i podtrzymywania relacji z innymi - Nauka porozumienia bez przemocy, wdrażanie w częste korzystanie z komunikatów asertywnych. - Nauka podejmowania, prowadzenia i kończenia rozmowy - Nabywanie umiejętności przestrzegania zasad kulturalnego zachowywania się w miejscach publicznych - Nauka udzielania informacji o sobie, poznawanie słabych i mocnych stron charakteru - Nabywanie wiedzy dotyczącej sposobów radzenia sobie ze stresem oraz sytuacjami trudnymi	Praca ciągła	Zespół W-A Psycholog Pracownik socjalny
III.	Trening umiejętności spędzania czasu wolnego dla domu typu A, B , C.			
		- Zagospodarowanie czasu wolnego, rozwijanie zainteresowań z uwzględnieniem indywidualnych możliwości i predyspozycji uczestników - Rozwijanie zainteresowań literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi, Internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych. - Przeglądanie prasy codziennej, lokalnej, albumów przyrodniczych, turystycznych, biograficznych poszerzających wiedzę na temat tradycji świątecznych oraz zainteresowań uczestników. - Zajęcia z zakresu biblioterapii: czytanie książek, artykułów, opowiadań ze zrozumieniem, omawianie czytanego tekstu) - Słuchanie audycji radiowych dających możliwość śledzenia na bieżąco wiadomości z kraju i ze świata - Zajęcia z zakresu muzykoterapii: wyzwalamie indywidualnego potencjału twórczego poprzez kontakt z piosenką i muzyką	Zajęcia odbywają się codziennie	Zespół W-A

		- Nauka śpiewu, gry na prostych instrumentach muzycznych, zabawa i relaks przy muzyce, karaoke - Efektywne zagospodarowanie czasu, większe uspołecznienie i redukcja stresu w oparciu o słuchane utwory muzyczne - Nauka wyszukiwania programów telewizyjnych wg zainteresowań, oglądanie i omawianie filmów -Rozwijanie zainteresowania Internetem poprzez naukę wyszukiwania ciekawych stron internetowych (np. sportowych, przyrodniczych, historycznych itp.), korzystania z portali społecznościowych oraz gier komputerowych. -Nabywanie wiedzy na temat organizowania czasu wolnego oraz poznawania jego różnych form np. kino, teatr, wycieczki, wyjazdy krajoznawcze. -Zainteresowanie uczestników kontaktem z przyrodą (spacery po okolicy , parku, do lasu, pikniki na świeżym powietrzu, ogniska, grzybobranie) - Nauka przygotowania małych form artystycznych z okazji świąt i uroczystości okolicznościowych oraz wzajemna współpraca z innymi uczestnikami -Angażowanie uczestników do udziału w występach artystycznych, spotkaniach okolicznościowych i integracyjnych (zabawy karnawałowe, andrzejkowe). -Zwiększanie zdolności indywidualnych uczestników poprzez udział w grach świetlicowych, towarzyskich, tematycznych oraz dydaktycznych - Rozwijanie zmysłu estetycznego , wrażliwość na piękno, wartość literatury i sztuki		
	Trening spędzania czasu wolnego dla uczestników z niepełnosprawnością sprzężoną lub spektrum autyzmu	- Dobór indywidualnych zajęć do potrzeb i możliwości uczestników z niepełnosprawnością sprzężoną lub spektrum autyzmu . - Spędzanie wolnego czasu w pokoju wyciszenia przy muzyce relaksacyjnej - Zajęcia z zakresu muzykoterapii: nauka tekstów piosenek, śpiewu, gry na instrumentach muzycznych - Rozwijanie zainteresowań w zakresie literatury (czytanie książek, oglądanie albumów i atlasów) - Indywidualne zajęcia z wykorzystaniem radia i telewizji -Zwiększanie zdolności	Praca ciągła	Zespół W-A

		indywidualnych i umiejętności manualnych poprzez uczestnictwo w zajęciach tematycznych i dydaktycznych - Wykonywanie zajęć wyrażających emocje poprzez rysowanie, zajęcia plastyczne - Prowadzenie zajęć dotyczących zgadywania co dana osoba czuje na podstawie wyrazu twarzy - Przebywanie na zewnątrz, obserwowanie przyrody i zachodzących w niej zmian.		
IV.	Poradnictwo psychologiczne dla typu Domu A,B i C			
		- Monitorowanie nastroju i diagnoza uczestników. - Tworzenie Indywidualnych Planów Postępowania Wspierająco-Aktywizujących. - Interwencja w konfliktach i praca nad zmianą zachowań. - Budowanie bezpieczeństwa i wzmacnianie wartości. - Prowadzenie treningów społecznych, relaksacyjnych i psychoterapii. - Ćwiczenia usprawniające procesy poznawcze. - Szkolenia dla pracowników z zakresu zdrowia psychicznego. - Psychoedukacja i wsparcie dla opiekunów.	Cztery razy w miesiącu.	Psycholog
	Poradnictwo psychologiczne dla uczestników z niepełnosprawnością sprzężoną lub z spektrum autyzmu	- Ćwiczenia poprawiające procesy poznawcze, obejmujące koncentrację, pamięć i inne funkcje kognitywne. - Treningi relaksacyjne, oparte na wizualizacji, pracy neuromięśniowej lub autogenicznej. - Wsparcie psychologiczne w radzeniu sobie z trudnościami. - Podnoszenie rozumienia kontekstów społecznych przez uczestników. - Trening zarządzania stresem. - Rozwijanie inteligencji emocjonalnej, obejmującej rozpoznawanie, rozumienie i regulację emocji u siebie i innych.	Cztery razy w miesiącu	Psycholog

V.	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych dla domu typu A, B, C.			
	Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych według indywidualnych potrzeb realizowana w urzędach i miejscach użyteczności publicznej.	-Omawianie podstawowych praw i obowiązków obywatela w urzędzie -Nauka odpowiedniego słownictwa urzędowego oraz właściwego zachowania się w urzędzie -Zdobywanie wiedzy dotyczącej funkcjonowania urzędów -Poznawanie zakresu spraw realizowanych w poszczególnych urzędach - Zapoznanie uczestników z adresami instytucji i urzędów w których należy przedkładać stosowne dokumenty -Nauka sposobów załatwiania spraw (tj. telefonicznie, osobiście) -Pomoc w wypełnianiu różnego rodzaju druków i blankietów -Odpowiednie interpretowanie pism urzędowych, przestrzeganie terminów odpowiedzi, kompletowanie dokumentów i składanie w odpowiednich instytucjach. -Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych osobom, które tego potrzebują	Według potrzeb	Pracownik Socjalny Zespół W-A
VI.	Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych dla domu typu A, B, C.			
	W tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, pomoc w zakupie leków, pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia.	-Nauka samodzielnego i odpowiedzialnego dbania o swoje zdrowie fizyczne i psychiczne. - Wyrabianie nawyku samodzielnego uzgadniania i pilnowania terminów wizyt lekarskich, -Pomoc w zakupie leków oraz wypisywaniu recept i ich realizowaniu -Pomoc w dotarciu do jednostek ochrony zdrowia -Wdrażanie do systematycznego zażywania leków oraz nauka dbania o zdrowie. -Poznawanie odpowiednich diet oraz konieczności ich przestrzegania -Nauka samokontroli w chorobach przewlekłych (cukrzyca) i rozpoznawania symptomów nasilenia choroby. -Kontrola podstawowych parametrów życiowych z indywidualnym podejściem do choroby uczestnika -Doraźna opieka pielęgniarska	Praca ciągła	Pielęgniarka Zespół W-A

[illegible]

		- Usprawnianie i utrzymanie dobrostanu psychofizycznego w możliwym do osiągnięcia zakresie - Kształtowanie świadomej aktywności rekreacyjno-sportowej - Poprawa kondycji i zwiększenie sprawności fizycznej -Zajęcia dopasowane indywidualnie do możliwości uczestników. - Nabycie, doskonalenie sprawności ruchowej w ramach ćwiczeń ogólnousprawniających, manualnych, równoważnych, ćwiczeń przy muzyce -Ćwiczenia indywidualne i grupowe o charakterze ogólnorozwojowym -Ćwiczenia wzmacniające mięśnie, zwiększające kondycję dotyczące utrzymania prawidłowej postawy. -Ćwiczenia na sprzętach gimnastycznych: atlas, bieżnia elektryczna, rower treningowy, rotor kończyn dolnych, piłka treningowa, dyski sensomotoryczne, drabinki -Dla osób z niedowładem stosowanie: ćwiczeń na podwieszakach, stół usprawniający motorykę małą, piłki manipulacyjne -Relaksacja – zabawy i gry odprężające, rozluźniające, wyciszające, uspakajające, redukujące stres, lęk, ból, poprawiające nastrój -Gry zespołowe: piłka nożna, siatkówka, koszykówka, piłka ręczna - Korzystanie z Hali sportowej i Orlika -Rozładowanie napięć psychicznych, polepszenie samopoczucia poprzez sport	Praca ciągła	Zespół W-A
	Turystyka i rekreacja	-Z zakresu turystyki: zajęcia realizowane przez wycieczki krajowe, zwiedzanie, pikniki, rajdy, spacer w naturze, wyjazdy do kina - Poznawanie ciekawych miejsc turystycznych poprzez oglądanie filmów i zwiedzanie świata online -Z zakresu rekreacji: imprezy okolicznościowe, muzykoterapia, imprezy integracyjne z innymi ośrodkami.		
	Terapia ruchowa oraz rehabilitacja i fizjoterapia dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną lub spektrum autyzmu	-Prowadzenie zajęć dopasowanych indywidualnie do możliwości uczestników -Ćwiczenia oparte na metodzie PNF (ćw. w odciążeniu na podwieszakach, samowspomagane na blockach) -Ćwiczenia motoryki małej i dużej (ćw. czynne i bierne, ćw. przy drabince, przy stoliku do ćwiczeń, z użyciem piłeczek,	Praca ciągła	Terapeuta Fizjoterapeuta

		dysku, wałków, woreczków, taśmy Thera - Band, na materacu) -Masaż klasyczny -Ćwiczenia izometryczne kręgosłupa -Ćwiczenia sensoryczne oraz koordynacji wzrokowo – ruchowej -Ćwiczenia napięcia mięśniowego i elastyczności mięśni - Nauka chodzenia po schodach, nierównej powierzchni jak również omijania przeszkód		
IX.	Inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia dla Domu typu A,B,C			
		W tym zakresie prowadzone będą zajęcia mające na celu rozwijanie umiejętności praktycznych przydatnych do podjęcia aktywności zawodowej oraz ukazanie wszystkich aspektów podjęcia zatrudnienia. -Rozwijanie umiejętności tworzenia planów na przyszłość - Opracowanie planu działania w celu poszukiwania pracy; -Opanowanie nawyków niezbędnych w pracy zawodowej (punktualność, systematyczność, odpowiedzialność, przestrzeganie przepisów BHP). -Przygotowywanie i sprzątanie stanowiska pracy -Nauka pisania CV i listu motywacyjnego -Wyszukiwanie ogłoszeń, ofert pracy w prasie, Internecie, Powiatowym Urzędzie Pracy. -Kompletowanie dokumentacji niezbędnej do zatrudnienia -Poszerzenie wiadomości na temat aktualnego rynku pracy.	Praca ciągła	Pracownik Socjalny Zespół W-A
X.	Trening umiejętności społecznych dla domu typu A,B,C			
	Umiejętności kształtowania motywacji do akceptowanych przez otoczenie zachowań.	-Nabywanie prawidłowych zachowań społecznych w zakresie różnych miejsc, sytuacji i kontaktów interpersonalnych. -Planowanie czasu z uwzględnieniem różnych aktywności: obowiązki, samoobsługa, przyjemności, hobby, spotkania towarzyskie.	Praca ciągła z grupą wytypowaną	Psycholog, Terapeuta

	Kształtowanie nawyków celowej aktywności:	-Nauka odraczania potrzeb. -Wyznaczanie sobie celów krótko i długo terminowych, -Nabycie umiejętności realnego i adekwatnego postrzegania i reagowania w sytuacji społecznej, -Prowadzenie działań w czasie teraźniejszym w zamian za korzyści i sukcesy osiągnięte w dalszej przyszłości. -Wzmacnianie koncentracji uwagi	Osoby wymagające	
	Prowadzenie treningów zachowań społecznych:	-Poznawanie reguł obowiązujących w społeczeństwie, -Nauka sposobu życia akceptowanego przez społeczeństwo -Aktywne uczestniczenie w nowych sytuacjach społecznych (wyjścia, wyjazdy), -Odgrywanie scenek sytuacyjnych, demonstracje, rozmowy indywidualne i pogadanki, -Udział w zajęciach indywidualnych i grupowych. Nauka asertywności -Odbudowa utraconych zachowań związanych z kontaktem z innymi osobami	Osoby wymagające	
	Trening umiejętności społecznych dla osób z niepełnosprawnością sprzężoną lub spektrum autyzmu	- Kształtowanie umiejętności społecznych i samoobsługi, w tym usprawnianie wykonywania podstawowych czynności dnia codziennego - Poglębianie relacji z innymi uczestnikami - Wpajanie reguł obowiązujących w społeczeństwie - Doskonalenie umiejętności rozpoznawania, nazywania emocji u siebie i innych - Rozwijanie umiejętności dłuższego czasu skupiania uwagi nad ćwiczeniami (osoby z spektrum autyzmu) - Rozwijanie umiejętności radzenia sobie z niepowodzeniami (osb. z spekt. aut.)	Praca ciągła	Psycholog, Terapeuta

Wskazanie adresatów: Treningi i zajęcia prowadzone są dla wszystkich uczestników Domu, którymi są osoby chore psychicznie, osoby z niepełnosprawnością intelektualną i osoby wykazujące inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych (Dom A,B,C) w tym również osoby z niepełnosprawnością sprzężoną lub spektrum autyzmu. Uczestnicy realizują zajęcia zgodnie z założonymi IPPW-A. Dom prowadzi również zajęcia dostosowane dla każdego uczestnika z niepełnosprawnością sprzężoną lub spektrum autyzmu indywidualnie dostosowane do jego dysfunkcji narządów wzroku, słuchu, mowy i sprawności fizycznej. Natomiast co 6 miesięcy podsumowywane są osiągnięte rezultaty oraz wprowadzana jest modyfikacja, jak również oceniana jest aktywność, zachowania uczestników na poszczególnych treningach i zajęciach.

W Środowiskowym Domu Samopomocy w Birczy pracownicy opracowują roczne oraz miesięczne plany pracy treningów i zajęć uwzględniające IPPW-A uczestników typu A,B,C oraz osób z niepełnosprawnością sprzężoną lub spektrum autyzmu oraz prowadzą niezbędną dokumentację wg Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010r.z póź. zmianami.