

Uchwała Nr 29/56/2024 Zarządu Powiatu Hajnowskiego z dnia 17 grudnia 2024 r. w sprawie zatwierdzenia Programu Działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Hajnówce oraz rocznego planu pracy na 2025 rok

Na podstawie art. 32 ust. 1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie powiatowym (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 107) oraz § 4 ust. 1 pkt 3, ust. 2 i ust. 3 Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 roku w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2020 r. poz. 249) uchwała się co następuje:

§ 1. Zatwierdza się program działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Hajnówce – Typ A, w brzmieniu ustalonym w załączniku nr 1 do niniejszej uchwały.

§ 2. Zatwierdza się program działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Hajnówce – Typ B, w brzmieniu ustalonym w załączniku nr 2 do niniejszej uchwały.

§ 3. Zatwierdza się program działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Hajnówce – Typ C, w brzmieniu ustalonym w załączniku nr 3 do niniejszej uchwały.

§ 4. Zatwierdza się program działalności Środowiskowego Domu Samopomocy w Hajnówce dla osób z niepełnosprawnościami sprzężonymi w brzmieniu ustalonym w załączniku nr 4 do niniejszej uchwały.

§ 5. Zatwierdza się roczny plan pracy na 2025 rok Środowiskowego Domu Samopomocy w Hajnówce w brzmieniu ustalonym w załączniku nr 5 do niniejszej uchwały.

§ 6. Wykonanie uchwały powierza się Staroście Hajnowskiemu.

§ 7. Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Starosta Hajnowski Andrzej Skiepmo

Wicestarosta Justyna Jarmocik

Członek Zarządu Krzysztof Eugeniusz Petruk

Członek Zarządu Mirosław Łukianiuk

Członek Zarządu Eugeniusz Saczko

Program działalności na rok 2025 Środowiskowego Domu Samopomocy w Hajnówce dla osób przewlekle psychicznie chorych - typ A

	Zadania zaplanowane do realizacji w 2025 r.	Sposób realizacji	Liczba osób objętych oddziaływaniami	Jednostki współuczestniczące w realizacji	Osoba odpowiedzialna za realizację zadania (stanowisko)	Miernik realizacji zadania w 2025 r.*	Zadanie zaplanowane w 2024 r.(ustalone w Programie Działalności na rok 2024 r.)	Liczba osób objętych oddziaływaniami w 2024 r. (ustalona w Programie Działalności na rok 2024 r.)	Miernik realizacji zadania w 2024 r*.(ustalony w Programie Działalności na rok 2024 r.)	Realizacja miernika w 2024 r.*	Stopień realizacji miernika w 2024 r. (%) **
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	Psychoedukacja	Zajęcia cykliczne grupowe 1 raz w tygodniu Metody interaktywne.	21	Zajęcia w placówce ŚDS	Psycholog Pielęgniarka	21	Psychoedukacja	25	25	25	100,00
2	Diagnozy psychologiczne	Ocena stanu psychofizycznego: testy, wywiad, obserwacja.	12	Placówka ŚDS	Psycholog	12	Diagnozy psychologiczne	10	10	10	100,00
3	Poradnictwo i konsultacje psychologiczne	Konsultacje psychologiczne, poradnictwo indywidualne.	21	Placówka ŚDS	Psycholog	21	Poradnictwo i konsultacje psychologiczne	25	25	25	100,00

4	<p>Trening organizacji czasu wolnego</p> <p>Zgłębianie wiedzy dotyczącej umiejętności spędzania czasu wolnego. Rozwijanie zainteresowań internetem, literaturą, audycjami TV i radiowymi, filmem, nauką języków obcych (angielski).</p> <p>Gry towarzyskie.</p> <p>Zgłębianie zainteresowań muzycznych, udział w spotkaniach towarzyskich, kulturalnych.</p> <p>Udział w wycieczkach (pieszych, rowerowych itp.).</p> <p>Rozwijanie zainteresowań grami towarzyskimi, planszowymi.</p> <p>Aktywne spędzanie czasu wolnego z wykorzystaniem różnych form aktywności, tj. gry i zabawy na świeżym powietrzu, ziołoterapia, majsterkowanie, zajęcia wodno - rekreacyjne w Parku Wodnym.</p>	<p>Zajęcia grupowe raz w tygodniu, zajęcia teoretyczne, praktyczne, wykłady, referaty, dyskusje, środki multimedialne, pogadanki, wycieczki piesze, rowerowe.</p>	21	<p>Instytucje miejskie: Biblioteka Miejska, Dom Kultury, Miejskie korty tenisowe, basen odkryty OSiR w Hajnówce, Park Wodny w Hajnówce.</p>	<p>Terapeuta, ko-terapeuta</p>	21	<p>Trening organizacji czasu wolnego</p> <p>Zgłębianie wiedzy dotyczącej umiejętności spędzania czasu wolnego. Rozwijanie zainteresowań internetem, literaturą, audycjami TV i radiowymi, filmem, nauką języków obcych (angielski).</p> <p>Gry towarzyskie.</p> <p>Zgłębianie zainteresowań muzycznych, udział w spotkaniach towarzyskich, kulturalnych.</p> <p>Udział w wycieczkach (pieszych, rowerowych itp.).</p> <p>Rozwijanie zainteresowań grami towarzyskimi, planszowymi.</p> <p>Aktywne spędzanie czasu wolnego z wykorzystaniem różnych form</p>	25	25	23	92,00
---	--	---	----	---	--------------------------------	----	---	----	----	----	-------

					aktywności, tj. gry i zabawy na świeżym powietrzu, ziołoterapia, majsterkowanie, zajęcia wodno - rekreacyjne w Parku Wodnym.				
--	--	--	--	--	---	--	--	--	--

5	<p>Trening funkcjonowania w codziennym życiu Tematyka zajęć obejmuje: doskonalenie dbałości o wygląd zewnętrzny, higieny osobistej, zdrowego stylu życia. Omawianie umiejętności praktycznych w zakresie obsługi sprzętu AGD. Nauka gospodarowania własnym budżetem domowym, planowania zakupów, itp. Umiejętność wykonywania prac porządkowych wokół budynku ŚDS. Zajęcia z zakresu planowania i przygotowywania posiłków, poznawanie przepisów kulinarnych. Nauka obsługi urządzeń multimedialnych, komputera. Nauka samodzielnego załatwiania spraw urzędowych. Nauka zachowania się z zakresu pierwszej pomocy. Nauka zachowania się na drodze dla pieszych i rowerzystów. Poznanie zasad ruchu</p>	<p>Zajęcia grupowe raz w tygodniu odbywające się w formie dyskusji wykładów, prezentacji, pracy grupowej i indywidualnej. Prezentacje multimedialne. Prace gospodarcze wokół budynku ŚDS.</p>	21	<p>Instytucje publiczne, banki, markety, drogerie na terenie miasta Hajnówka</p>	<p>Terapeuta, ko-terapeuta</p>	21	<p>Trening funkcjonowania w codziennym życiu Tematyka zajęć obejmuje: doskonalenie dbałości o wygląd zewnętrzny, higieny osobistej, zdrowego stylu życia. Omawianie umiejętności praktycznych w zakresie obsługi sprzętu AGD. Nauka gospodarowania własnym budżetem domowym, planowania zakupów, itp. Umiejętność wykonywania prac porządkowych wokół budynku ŚDS. Zajęcia z zakresu planowania i przygotowywania posiłków, poznawanie przepisów kulinarnych. Nauka obsługi urządzeń</p>	25	25	25	100,00
---	---	---	----	--	--------------------------------	----	--	----	----	----	--------

drogowego.					multimedialnych , komputera. Nauka samodzielnego załatwiania spraw urzędowych. Nauka zachowania się z zakresu pierwszej pomocy. Nauka zachowania się na drodze dla pieszych i rowerzystów. Poznanie zasad ruchu drogowego.				
------------	--	--	--	--	---	--	--	--	--

6	<p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów</p> <p>Kontynuacja ćwiczeń funkcji poznawczych.</p> <p>Dalsza praca nad utrwalaniem i rozwijaniem umiejętności w komunikacji interpersonalnej. Utrwalanie metod radzenia ze stresem i z negatywnymi emocjami. Rozwiązywanie indywidualnych problemów w zależności od indywidualnych potrzeb i zaistniałych sytuacji.</p> <p>Wzmacnianie poczucia własnej wartości, samooceny z wykorzystaniem zasobów własnych i grupy.</p> <p>Motywowanie do udziału w szkoleniach zawodowych. Wsparcie osób nowo przyjętych.</p>	<p>Zajęcia grupowe raz w tygodniu odbywające się w formie dyskusji wykładów, autoprezentacji, ćwiczeń, środki multimedialne, pracy grupowej i indywidualnej</p>	21	<p>Zajęcia w placówce ŚDS</p>	Pielęgniarka	21	<p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów</p> <p>Kontynuacja ćwiczeń funkcji poznawczych.</p> <p>Dalsza praca nad utrwalaniem i rozwijaniem umiejętności w komunikacji interpersonalnej.</p> <p>Utrwalanie metod radzenia ze stresem i z negatywnymi emocjami.</p> <p>Rozwiązywanie indywidualnych problemów w zależności od indywidualnych potrzeb i zaistniałych sytuacji.</p> <p>Wzmacnianie poczucia własnej wartości, samooceny z wykorzystaniem zasobów własnych i grupy.</p> <p>Motywowanie do udziału w szkoleniach zawodowych.</p>	25	25	22	88,00
---	--	---	----	-------------------------------	--------------	----	---	----	----	----	-------

						Wsparcie osób nowo przyjętych.				
--	--	--	--	--	--	-----------------------------------	--	--	--	--

7	<p>Czynności pielęgniarskie w ŚDS Edukacja prozdrowotna. Stała kontrola parametrów RR kontrola wagi. Okazjonalne pomiary RR. Udzielanie pomocy przedmedycznej. Wydawanie leków. Poradnictwo pielęgniarskie według potrzeb. Współpraca ze służbami medycznymi.</p>	<p>Codziennie pomiary RR Pomiary wagi, temperatury w zależności od potrzeb. Pogadanki, wykłady. Podawanie leków. Udzielanie pomocy doraźnej. Indywidualne poradnictwo</p>	21	<p>Poradnia Zdrowia Psychicznego, Poradnie specjalistyczne. Pogotowie ratunkowe</p>	Pielęgniarka	21	<p>Czynności pielęgniarskie w ŚDS Edukacja prozdrowotna. Stała kontrola parametrów RR kontrola wagi. Okazjonalne pomiary RR. Udzielanie pomocy przedmedycznej. Wydawanie leków. Poradnictwo pielęgniarskie według potrzeb. Współpraca ze służbami medycznymi.</p>	25	25	25	100,00
---	---	--	----	---	--------------	----	---	----	----	----	--------

8	Zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja. Regularna gimnastyka. Ćwiczenia indywidualne. Utrzymanie poziomu glikemicznego w normie. Redukcja masy ciała bądź stabilizacja. Wycieczki rowerowe. Zajęcia rekreacyjne. Reprezentowanie ŚDS na imprezach sportowych	Zajęcia w sali gimnastycznej ŚDS trzy razy w tygodniu. Spacer, wycieczki rowerowe, marsz z kijkami Nordic Walking. Gry i zabawy sportowe	21	WTZ, SOSW OSiR w H-ce. Urząd Miasta, Starostwo Powiatowe.	Pielęgniarka koterapeuta	21	Zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja. Regularna gimnastyka. Ćwiczenia indywidualne. Utrzymanie poziomu glikemicznego w normie. Redukcja masy ciała bądź stabilizacja. Wycieczki rowerowe. Zajęcia rekreacyjne. Reprezentowanie ŚDS na imprezach sportowych	20	20	19	95,00
---	---	--	----	---	--------------------------	----	---	----	----	----	-------

9	<p>Pracownia kulturalno-oświatowa Obchody świąt religijnych i państwowych oraz imprezy okolicznościowe (min. Dzień Kobiet, Dzień Ziemi, Wigilia). Udział w życiu kulturalnym, miasta i regionu (udział w przeglądach, konkursach, występach okolicznościowych). Zorganizowanie XIII Przeglądu „Bliżej Siebie”. Muzykoterapia czynna i bierna (relaksacja muzyczna, próby i występy muzyczne). Kontynuacja stałych form zajęć: kącik geograficzny, czytelniczy, klub filmowy i muzyczny. Ćwiczenia funkcji poznawczych koncentracji, uwagi i pamięci z wykorzystaniem tablicy interaktywnej. Prace techniczne i konserwatorskie w pracowni k-o. Próby i występy teatralne. Cotygodniowe spotkania społeczności. Spotkania z ciekawymi ludźmi z miasta i regionu.</p>	<p>Stale formy codziennych zajęć wg. planu pracy pracowni i ŚDS, próby artystyczne i występy muzyczne wyjazdowe w mieście, powiecie, województwie. Prace naprawcze, konserwacyjne</p>	20	<p>Dom Kultury w Hajnówce, Michałowie, Narewce, Klub Garnizonowy w B-ku, PZN Koło Terenowe w Hajnówce, PCPR, Oddział Psychiatryczny, Oddział Pielęgnacyjno-opiekuńczy, PDO "Samarytanin"</p>	St.instr.ds. kulturalno-oświatowyc h	20	<p>Pracownia kulturalno-oświatowa Obchody świąt religijnych i państwowych oraz imprezy okolicznościowe (min. Dzień Kobiet, Dzień Ziemi, Wigilia). Udział w życiu kulturalnym, miasta i regionu (udział w przeglądach, konkursach, występach okolicznościowych). Zorganizowanie XII Przeglądu „Bliżej Siebie”. Muzykoterapia czynna i bierna (relaksacja muzyczna, próby i występy muzyczne). Kontynuacja stałych form zajęć: kącik geograficzny, czytelniczy, klub filmowy i muzyczny. Ćwiczenia funkcji poznawczych koncentracji,</p>	25	25	24	96,00
---	---	---	----	--	--------------------------------------	----	--	----	----	----	-------

						<p>uwagi i pamięci z wykorzystaniem tablicy interaktywnej. Prace techniczne i konserwatorskie w pracowni k-o. Próby i występy teatralne. Cotygodniowe spotkania społeczności. Spotkania z ciekawymi</p>				
--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--

1 0	<p>Pracownia plastyczna Przeciwdziałanie apatii i bierności poprzez rozwijanie nowych hobby i zainteresowań (wyszukiwanie nowych pomysłów w Internecie, gazetach). Nauka i doskonalenie nowych technik plastycznych np. prace z foamirana. Wpływanie poprzez arteterapię na poprawę samopoczucia. Doskonalenie umiejętności interpersonalnych poprzez wspólne wykonywanie sezonowych i świątecznych dekoracji w ŚDS.</p>	<p>Codziennie zajęcia indywidualne i grupowe w Pracowni Plastycznej według planu zajęć.</p>	15	<p>HDK; Biblioteka Miejska, Muzeum Kultury Białoruskiej, Starostwo Powiatowe w Hajnówce; WTZ H-ka, WTZ Nowa Wola, DPS w Bondarach. SOSW w Hajnówce, PDOS "Samarytanin"</p>	<p>Star. Instruktor terapii zajęciowej</p>	15	<p>Pracownia plastyczna Przeciwdziałanie apatii i bierności poprzez rozwijanie nowych hobby i zainteresowań (wyszukiwanie nowych pomysłów w Internecie, gazetach). Nauka i doskonalenie nowych technik plastycznych np. prace z foamirana. Wpływanie poprzez arteterapię na poprawę samopoczucia. Doskonalenie umiejętności interpersonalnych poprzez wspólne wykonywanie sezonowych i świątecznych dekoracji w ŚDS.</p>	15	15	15	100,00
--------	--	---	----	--	--	----	--	----	----	----	--------

1	Pracownia komputerowa Prowadzenie strony internetowej ŚDS, strony na Facebook. Gry i zabawy edukacyjne z użyciem komputera. Korzystanie z podstawowych programów komputerowych typu: WORD, Excel, Paint itd. Poznanie elementów składowych zestawu komputerowego. Poznanie zasad bezpiecznego korzystania z internetu, spotkania z policjantem odnośnie cyberprzemocy i cyberprzestępczości. Nauka korzystania z drukarki oraz z scannera. Prace konserwacyjne oraz porządkowe w pracowni. Słuchanie muzyki online. Podtrzymywanie umiejętności obsługi komputera.	Zajęcia grupowe i indywidualne	10	Zajęcia w placówce ŚDS	Terapeuta	10	Pracownia komputerowa Prowadzenie strony internetowej ŚDS, strony na Facebook. Gry i zabawy edukacyjne z użyciem komputera. Korzystanie z podstawowych programów komputerowych typu: WORD, Excel, Paint itd. Poznanie elementów składowych zestawu komputerowego. Poznanie zasad bezpiecznego korzystania z internetu, spotkania z policjantem odnośnie cyberprzemocy i cyberprzestępczości. Nauka korzystania z drukarki oraz z scannera. Prace konserwacyjne oraz porządkowe w pracowni.	15	15	9	60,00
---	---	--------------------------------	----	------------------------	-----------	----	--	----	----	---	-------

						Słuchanie muzyki online. Podtrzymywanie umiejętności obsługi komputera.				
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

1 2	<p>Trening higieniczny kobiety</p> <p>Podtrzymywanie zdobytej wiedzy z zakresu higieny osobistej oraz nawyków dbania o odzież, obuwie, dobór właściwej odzieży w zależności od pogody i pór roku.</p> <p>Utrwalanie nawyków dbania o czystość i porządek w domu-kontynuacja.</p> <p>Poszerzanie wiedzy z zakresu higienicznego trybu życia(profilaktyka chorób skóry i infekcji wirusowych , bakteryjne, grzybicze).</p> <p>Zasady zachowania dystansu społecznego reżimu sanitarnego w związku z pandemią.</p> <p>Profilaktyka raka piersi, profilaktyka chorób kobiecych. Dieta w cukrzycy. Program profilaktyki 40+ pomoc w rejestracji.</p> <p>Profilaktyka stomatologiczna.</p> <p>Higiena odżywiania się i przechowywania żywności</p>	<p>Wykłady, pokazy, prezentacje ze stron internetowych i filmy tematyczne.</p> <p>Ćwiczenia praktyczne, dyskusje moderowane w grupach.</p> <p>Spotkania ze specjalistami.</p>	9	<p>Placówki służby zdrowia.Sklepy, apteki drogerie oraz punkty z odzieżą używaną, zakłady fryzjerskie, kosmetyczne</p>	<p>Starszy Opiekun, pielęgniarka</p>	9	<p>Trening higieniczny kobiety</p> <p>Podtrzymywanie zdobytej wiedzy z zakresu higieny osobistej oraz nawyków dbania o odzież, obuwie, dobór właściwej odzieży w zależności od pogody i pór roku.</p> <p>Utrwalanie nawyków dbania o czystość i porządek w domu-kontynuacja.</p> <p>Poszerzanie wiedzy z zakresu higienicznego trybu życia(profilaktyka chorób skóry i infekcji wirusowych , bakteryjne, grzybicze).</p> <p>Zasady zachowania dystansu społecznego reżimu sanitarnego w związku z pandemią.</p> <p>Profilaktyka raka</p>	10	10	8	80,00
--------	---	---	---	--	--------------------------------------	---	---	----	----	---	-------

					piersi, profilaktyka chorób kobięcych. Dieta w cukrzycy. Program profilaktyki 40+ pomoc w rejestracji. Profilaktyka stomatologiczna. Higiena odżywiania się i przechowywani a żywności				
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

1 3	<p>Trening kulinarny</p> <p>Utrwalanie umiejętności przygotowania prostych dań.</p> <p>Nauka gotowania zup.</p> <p>Nauka układania różnorodnych jadłospisów.</p> <p>Pogadanki na temat diety pełnowartościowej.</p> <p>Utrwalanie nawyków higienicznych w kuchni</p> <p>Zapoznanie osoby nowo przyjętej z zasadami obsługi sprzętu kuchennego.</p> <p>Przygotowywanie potraw świątecznych i okazjonalnych.</p>	Zajęcia grupowe	19	Zajęcia w placówce ŚDS Sklepy spożywcze	Terapeuta Starszy Opiekun	19	<p>Trening kulinarny</p> <p>Utrwalanie umiejętności przygotowania prostych dań.</p> <p>Nauka gotowania zup.</p> <p>Nauka układania różnorodnych jadłospisów.</p> <p>Pogadanki na temat diety pełnowartościowej.</p> <p>Utrwalanie nawyków higienicznych w kuchni</p> <p>Zapoznanie osoby nowo przyjętej z zasadami obsługi sprzętu kuchennego.</p> <p>Przygotowywanie potraw świątecznych i okazjonalnych.</p>	18	18	15	83,33
1 4	<p>Terapia zajęciowa w pracowni technicznej</p> <p>Podtrzymywanie zdobytych umiejętności i sprawności manualnych.</p> <p>Rozwijanie hobby.</p> <p>Utrwalanie umiejętności wykonywania prostych prac stolarskich.</p>	Codziennie zajęcia w Pracowni Technicznej wg planu zajęć. Zajęcia praktyczne, instruktaż, porady. Pokazy i prezentacje	6	Hajnowski Dom Kultury, Sklepy narzędziowe	Terapeuta	6	<p>Terapia zajęciowa w pracowni technicznej</p> <p>Podtrzymywanie zdobytych umiejętności i sprawności manualnych.</p> <p>Rozwijanie hobby.</p>	6	6	5	83,33

	<p>Przygotowanie prac na wystawy, konkursy. Utrwalenie umiejętności posługiwania się podstawowymi narzędziami i elektronarzędziami. Wykonywanie dekoracji ŚDS z okazji świąt i innych uroczystości. Naprawa i konserwacja rowerów. Dbanie o porządek na stanowisku pracy i w pracowni(BHP).</p>	audiowizualne					<p>Utrwalenie umiejętności wykonywania prostych prac stolarskich. Przygotowanie prac na wystawy, konkursy. Utrwalenie umiejętności posługiwania się podstawowymi narzędziami i elektronarzędziami. Wykonywanie dekoracji ŚDS z okazji świąt i innych uroczystości. Naprawa i konserwacja rowerów. Dbanie o porządek na stanowisku pracy i w pracowni(BHP).</p>				
1 5	<p>Praca z rodzinami Nawiązanie współpracy z rodzinami nowo przyjętych uczestników i podtrzymywanie już nabytych kontaktów z pozostałymi rodzinami.</p>	Współpraca z rodzinami	18	Domy rodzinne	Zespół wspierająco aktywizujący	18	<p>Praca z rodzinami Nawiązanie współpracy z rodzinami nowo przyjętych uczestników i podtrzymywanie już nabytych kontaktów z pozostałymi rodzinami.</p>	20	20	16	80,00

1 6	<p>Budowa integracji społecznej Zwiększenie wiedzy na temat form i rodzaju usług świadczonych w ramach działalności ŚDS w środowisku lokalnym Współpraca z instytucjami, podmiotami, osobami współpracującymi z ŚDS.</p> <p>Zwiększenie akceptacji i zrozumienia istoty choroby psychicznej.</p> <p>Zorganizowanie XIII Przeglądu Twórczości Artystycznej SDS "Bliżej Siebie", Pleneru Malarskiego, cyklicznych spotkań "Czytamy Głośno", Pokazu Mody.</p>	<p>Wystawy, konkursy, prezentacje artystyczne. Spotkania integracyjne</p>	20	<p>Instytucje administracji samorządowej i publicznej, instytucje kultury, organizacje pozarządowe, służba zdrowia, kościoły, Placówki oświatowe, warsztaty terapii zajęciowej</p>	<p>Zespół wspierający aktywizujący ŚDS</p>	20	<p>Budowa integracji społecznej Zwiększenie wiedzy na temat form i rodzaju usług świadczonych w ramach działalności ŚDS w środowisku lokalnym Współpraca z instytucjami, podmiotami, osobami współpracującymi z ŚDS.</p> <p>Zwiększenie akceptacji i zrozumienia istoty choroby psychicznej.</p> <p>Zorganizowanie XII Przeglądu Twórczości Artystycznej SDS "Bliżej Siebie"</p>	25	25	25	100,00
--------	--	---	----	--	--	----	--	----	----	----	--------

1 7	Pracownia funkcji poznawczych i relaksacji Ćwiczenia intelektualne usprawniające pamięć. Ćwiczenia uwagi i koncentracji. Gry stymulujące pracę mózgu. Ćwiczenia ogólnousprawniające z Cogito. Hortiterapia - ogródek ziołowy. Codzienna opieka nad osobami wymagającymi wsparcia. Zapewnienie poczucia bezpieczeństwa i stworzenie przyjaznego otoczenia uczestnikom. Relaksacja, aromoterapia.	Zajęcia grupowe i indywidualne. Ćwiczenia pamięci z zeszytów Cogito	3	Zajęcia w placówce ŚDS	Starszy Opiekun	3	Pracownia funkcji poznawczych i relaksacji Ćwiczenia intelektualne usprawniające pamięć. Ćwiczenia uwagi i koncentracji. Gry stymulujące pracę mózgu. Ćwiczenia ogólnousprawniające z Cogito. Hortiterapia - ogródek ziołowy. Codzienna opieka nad osobami wymagającymi wsparcia. Zapewnienie poczucia bezpieczeństwa i stworzenie przyjaznego otoczenia uczestnikom. Relaksacja, aromoterapia.	8	8	6	75,00
--------	---	---	---	------------------------	-----------------	---	---	---	---	---	-------

1 8	Pracownia rękodzieła artystycznego Robótki szydełkowe, robótki na drutach. Inspirowanie do aktywności rękodzielniczej poprzez poszukiwanie pomysłów w internecie. Szycie ręczne. Nauka naprawy odzieży. Dekoracje okolicznościowe Umożliwienie kształtowania zainteresowań poczucia estetyki przez udział w zajęciach w pracowni.	Zajęcia grupowe i indywidualne.	15	Zajęcia w placówce ŚDS Hajnowski Dom Kultury Muzeum i Ośrodek Kultury Białoruskiej Sklepy z rękodziełem, pasmanterie oraz Second Hand.	Tereapeuta	15	Pracownia rękodzieła artystycznego Robótki szydełkowe, robótki na drutach. Inspirowanie do aktywności rękodzielniczej poprzez poszukiwanie pomysłów w internecie. Szycie ręczne. Nauka naprawy odzieży. Dekoracje okolicznościowe Umożliwienie kształtowania zainteresowań poczucia estetyki przez udział w zajęciach w pracowni.	15	15	12	80,00
--------	--	---------------------------------	----	--	------------	----	---	----	----	----	-------

* liczba osób, które w stopniu podstawowym opanują/opanowały zadanie

** stosunek liczby osób, które w stopniu podstawowym opanowały zadanie do planowanej liczby osób, które w stopniu podstawowym miały opanować zadanie (wartość miernika zrealizowanego do wartości miernika planowanego)

Program działalności na rok 2025 Środowiskowego Domu Samopomocy w Hajnówce dla osób z niepełnosprawnością intelektualną -
typ B

		Sposób realizacji									
	Zadania zaplanowane do realizacji w 2025 r.		Liczba osób objętych oddziaływaniami	Jednostki współuczestniczące w realizacji	Osoba odpowiedzialna za realizację zadania (stanowisko)	Miernik realizacji zadania w 2025 r. *	Zadanie zaplanowane w 2024 r.(ustalone w Programie Działalności na rok 2024 r.)	Liczba osób objętych oddziaływaniami w 2024 r. (ustalona w Programie Działalności na rok 2024 r.)	Miernik realizacji zadania w 2024 r*. (ustalony w Programie Działalności na rok 2024 r.)	Realizacja miernika w 2024 r.*	Stopień realizacji miernika w 2024 r. (%) **
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

1	Trening higieniczny mężczyzn Sprawdzenie higieny na podstawie karty wyglądu zewnętrznego. Utrwalanie wiedzy dotyczącej zasad higieny osobistej, wdrażanie potrzeby dbałości o wygląd zewnętrzny. Spotkania ze specjalistami (stomatolog, urolog).	Zajęcia grupowe raz w tygodniu, zajęcia indywidualne. Teoretyczne pogadanki, prezentacje multimedialne, praca z Internetem, praca z tekstem oraz zajęcia praktyczne. Wyjścia do drogerii.	6	Drogerie, zakłady fryzjerskie	Asystent osoby niepełnosprawnej	6	Trening higieniczny mężczyzn Sprawdzenie higieny na podstawie karty wyglądu zewnętrznego. Utrwalanie wiedzy dotyczącej zasad higieny osobistej, wdrażanie potrzeby dbałości o wygląd zewnętrzny. Spotkania ze specjalistami (stomatolog, urolog).	6	6	6	100,00
---	---	---	---	-------------------------------	---------------------------------	---	---	---	---	---	--------

2	<p>Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi Nauka planowania budżetu. Rozwiązywanie zadań na podstawie arkuszy matematycznych. Korzystanie z różnych programów komputerowych typu Buliba. Wykorzystywanie gier planszowych do nauki liczenia. Nauka rozróżniania bilonu oraz banknotów. Nabywanie umiejętności wybierania z gazetek promocyjnych artykułów higienicznych dla mężczyzn/kobiet, do domu. Rozwijanie umiejętności dodawania i odejmowania przy użyciu tablicy interaktywnej. Zakupy środków higienicznych.</p>	<p>Praca indywidualna i grupowa. Metody praktyczne ćwiczebne, ćwiczenie liczenia monet, gry matematyczne planszowe i komputerowe. Praca z wykorzystaniem Internetu, tablicy interaktywnej oraz kart pracy Wyjście na zakupy</p>	14	Sklepy wielobranżowe	Asystent osoby niepełnosprawnej	14	<p>Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi Nauka planowania budżetu. Rozwiązywanie zadań na podstawie arkuszy matematycznych. Korzystanie z różnych programów komputerowych typu Buliba. Wykorzystywanie gier planszowych do nauki liczenia. Nauka rozróżniania bilonu oraz banknotów. Nabywanie umiejętności wybierania z gazetek promocyjnych artykułów higienicznych dla mężczyzn/kobiet, do domu. Rozwijanie umiejętności dodawania i odejmowania przy użyciu tablicy interaktywnej. Zakupy środków higienicznych.</p>	13	13	10	76,92
---	---	---	----	----------------------	---------------------------------	----	---	----	----	----	-------

3	<p>Trening umiejętności praktycznych i załatwiania spraw urzędowych Hortiterapia - pielęgnacja kwiatów, drzew i krzewów na terenie ŚDS. Poznanie oraz utrwalenie sposobów segregacji i prania odzieży. Dokonywanie zakupów z podopiecznymi na terenie miasta Hajnówka. Kształtowanie nawyku dbania o porządek oraz czystość na terenie ośrodka, nauka sprzątaniasprzątania miejsca pracy. Nauka segregowania śmieci (recykling).</p>	<p>Zajęcia grupowe według planu, zajęcia indywidualne. Zajęcia praktyczne, teoretyczne. Wyjścia do różnych sklepów. Praca w ogrodzie zielonym oraz na terenie ŚDS.</p>	12	<p>Instytucje samorządowe, publiczne, sklepy wielobranżowe</p>	Terapeuta	12	<p>Trening umiejętności praktycznych i załatwiania spraw urzędowych Hortiterapia - pielęgnacja kwiatów, drzew i krzewów na terenie ŚDS. Poznanie oraz utrwalenie sposobów segregacji i prania odzieży. Dokonywanie zakupów z podopiecznymi na terenie miasta Hajnówka. Kształtowanie nawyku dbania o porządek oraz czystość na terenie ośrodka, nauka sprzątaniasprzątania miejsca pracy. Nauka segregowania śmieci (recykling).</p>	13	13	11	84,62
---	--	--	----	--	-----------	----	--	----	----	----	-------

4	<p>Trening organizacji czasu wolnego Wyjścia na spacer, wycieczki rowerowe, krajoznawcze (silwoterapia). Rozwijanie zainteresowań poprzez programy telewizyjne, filmy, bajki. Poszerzanie wiedzy dotyczącej koronawirusa. Zagrożenia, oszustwa na które można się narażić w Internecie oraz w życiu codziennym. Doskonalenie świadomości bezpiecznego i ostrożnego poruszania się po ulicy, chodniku. Nauka dbania o środowisko. Gry i zabawy planszowe, komputerowe. Poznanie ciekawych, interesujących miejsc w Polsce i na świecie. Poznanie tradycji, obyczajów świąt państwowych oraz religijnych. Wyjścia do placówek kulturalno - oświatowych, gastronomicznych.</p>	<p>Zajęcia grupowe według planu zajęć. Zajęcia praktyczne, teoretyczne, praca z wykorzystaniem Internetu oraz tablicy interaktywnej, spacer, wycieczki rowerowe, gry edukacyjne.</p>	14	<p>Muzeum Białoruskie, Biblioteka Miejska, Hajnowski Dom Kultury, OSiR, zakłady pracy na terenie miasta Hajnówka, pizzeria, naleśnikarnia, teatr, kino</p>	Terapeuta	14	<p>Trening organizacji czasu wolnego Wyjścia na spacer, wycieczki rowerowe, krajoznawcze (silwoterapia). Rozwijanie zainteresowań poprzez programy telewizyjne, filmy, bajki. Poszerzanie wiedzy dotyczącej koronawirusa. Zagrożenia, oszustwa na które można się narażić w Internecie oraz w życiu codziennym. Doskonalenie świadomości bezpiecznego i ostrożnego poruszania się po ulicy, chodniku. Nauka dbania o środowisko. Gry i zabawy planszowe, komputerowe. Poznanie ciekawych, interesujących miejsc w Polsce i na świecie. Poznanie tradycji, obyczajów świąt państwowych oraz religijnych. Wyjścia do placówek kulturalno - oświatowych, gastronomicznych.</p>	13	13	13	100,00
---	---	--	----	--	-----------	----	---	----	----	----	--------

5	Zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja grupa mężczyzn Gimnastyka poranna. Podtrzymanie ogólnej sprawności fizycznej. Dbanie o prawidłową wagę ciała Spacer i wycieczki rowerowe. Udział w zawodach i spartakiadach sportowych	Zajęcia grupowe: praktyczne ćwiczenia gimnastyczne. Spacer, wycieczki rowerowe rekreacyjne, rajdy piesze Nordic Walking.	6	Sala gimnastyczna ŚDS, OSiR Hajnówka, Park Wodny w Hajnówce	Terapeuta, starszy opiekun	6	Zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja grupa mężczyzn Gimnastyka poranna. Podtrzymanie ogólnej sprawności fizycznej. Dbanie o prawidłową wagę ciała Spacer i wycieczki rowerowe. Udział w zawodach i spartakiadach sportowych	13	13	10	76,92
---	---	---	---	---	----------------------------	---	---	----	----	----	-------

6	Trening interpersonalny Utrwalanie nauki nazywania i rozpoznawania emocji na podstawie kart edukacyjnych i stosowanie ich w życiu. Utrwalanie zdobytej wiedzy i umiejętności z zakresu treningu interpersonalnego. Utrwalanie zdobytych umiejętności w zakresie radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych i stresowych Poznawania zasad savir vivre i wprowadzenie ich w życie. Poznawanie nowych wyrazów i ich znaczenie. Gry i zabawy interpersonalne.	Prace w grupie, ćwiczenia komunikowania się poprzez gry, dyskusje, prezentacje, scenki sytuacyjne, ćwiczenia, Internet, praca ze Słownikiem PWN	4	Miejska Biblioteka Publiczna	Terapeuta	4	Trening interpersonalny Utrwalanie nauki nazywania i rozpoznawania emocji na podstawie kart edukacyjnych i stosowanie ich w życiu. Utrwalanie zdobytej wiedzy i umiejętności z zakresu treningu interpersonalnego. Utrwalanie zdobytych umiejętności w zakresie radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych i stresowych Poznawania zasad savir vivre i wprowadzenie ich w życie. Poznawanie nowych wyrazów i ich znaczenie. Gry i zabawy interpersonalne.	9	9	7	77,78
7	Poradnictwo i konsultacje psychologiczne	Konsultacje, diagnozy	14	Placówka ŚDS	Psycholog	14	Poradnictwo i konsultacje psychologiczne	13	13	13	100,00

8	Czynności wspierające i nadzorujące Pomoc w spożywaniu posiłków w razie potrzeby. Pomoc osobom będącym na wózku w załatwianiu potrzeb fizjologicznych. Udzielanie pomocy w nagłych wypadkach(atak epileptyczny).	Pomoc przy spożywaniu posiłków w razie potrzeby. Codzienna pomoc w załatwianiu potrzeb fizjologicznych. Całodzienny nadzór nad uczestnikiem.	1	-	Nadzór wg grafiku	1	Czynności wspierające i nadzorujące Pomoc w spożywaniu posiłków w razie potrzeby. Pomoc osobom będącym na wózku w załatwianiu potrzeb fizjologicznych. Udzielanie pomocy w nagłych wypadkach(atak epileptyczny).	2	2	1	50,00
9	Czynności pielęgniarskie w ŚDS	Codziennie pomiary RR Podawanie leków według zleceń lekarskich Udzielanie pomocy doraźnej Indywidualne poradnictwo	14	Poradnictwo pielęgniarskie e. Poradnie specjalistyczne Pogotowie ratunkowe	Pielęgniarka	14	Czynności pielęgniarskie w ŚDS	13	13	13	100,00

1 0	Pracownia techniczna Podtrzymywanie i utrwalanie sprawności manualnej poprzez wykonywanie różnych prac w pracowni. Nauka posługiwania się narzędziami ręcznymi. Utrwalanie przepisów BHP, Rozwijanie indywidualnych hobby i zainteresowań (przygotowywanie prac na wystawy). Nauka, wykonywanie drobnych prac konserwacyjnych. Wykonywanie niezbędnych elementów scenografii ozdób świątecznych Naprawa i konserwacja rowerów.	Codziennie zajęcia w pracowni według planu. Prezentacja, Internet, instruktarz, zajęcia praktyczne. Wykonywanie przedmiotów użytkowych, ozdobnych oraz prac na wystawę.	4	HDK, Biblioteka Miejska	Terapeuta	4	Pracownia techniczna Podtrzymywanie i utrwalanie sprawności manualnej poprzez wykonywanie różnych prac w pracowni (Nauka posługiwania się narzędziami ręcznymi. Utrwalanie przepisów BHP Rozwijanie indywidualnych hobby i zainteresowań (przygotowywanie prac na wystawy). Nauka, wykonywanie drobnych prac konserwacyjnych. Wykonywanie niezbędnych elementów scenografii ozdób świątecznych Naprawa i konserwacja rowerów.	3	3	3	100,00
--------	--	---	---	----------------------------	-----------	---	---	---	---	---	--------

1	Trening higieniczny kobiet Podtrzymywanie zdobytej wiedzy z zakresu higieny osobistej oraz nawyków dbania o odzież, obuwie, dobór właściwej odzieży w zależności od pogody i pór roku. Utrwalanie nawyków dbania o czystość i porządek w domu-kontynuacja. Poszerzanie wiedzy z zakresu higienicznego trybu życia(profilaktyka chorób skóry i infekcji wirusowych , bakteryjne, grzybicze). Zasady zachowania dystansu społecznego reżimu sanitarnego w związku z pandemią. Profilaktyka raka piersi, profilaktyka chorób kobiecych. Dieta w cukrzycy. Program profilaktyki 40+ pomoc w rejestracji. Profilaktyka stomatologiczna. Higiena odżywiania się i przechowywania żywności	Wykłady, pokazy, prezentacje na stronach internetowych i filmy tematyczne. Ćwiczenia praktyczne, dyskusje w grupach, wizyty w sklepach, aptekach.	8	Placówki służby zdrowia.Sklepy, apteki drogerie oraz punkty z odzieżą używaną, zakłady fryzjerskie, kosmetyczne	Starszy Opiekun Pielęgniarka	8	Trening higieniczny kobiet Podtrzymywanie zdobytej wiedzy z zakresu higieny osobistej oraz nawyków dbania o odzież, obuwie, dobór właściwej odzieży w zależności od pogody i pór roku. Utrwalanie nawyków dbania o czystość i porządek w domu-kontynuacja. Poszerzanie wiedzy z zakresu higienicznego trybu życia(profilaktyka chorób skóry i infekcji wirusowych , bakteryjne, grzybicze). Zasady zachowania dystansu społecznego reżimu sanitarnego w związku z pandemią. Profilaktyka raka piersi, profilaktyka chorób kobiecych. Dieta w cukrzycy. Program profilaktyki 40+ pomoc w rejestracji. Profilaktyka stomatologiczna. Higiena odżywiania się i przechowywania żywności	7	7	7	100,00
---	--	---	---	---	------------------------------	---	--	---	---	---	--------

1 2	Realizacja treningów indywidualnych Rozwijanie/podtrzymanie praktycznych umiejętności ujętych w zaplanowanych zadaniach m. in. wizyty lekarskie, wizyty w zakładach fryzjerskich, zakupy, pomoc w załatwianiu świadczeń itp. Utrwalanie umiejętności samodzielnego spożywania posiłków. Codzienne odbieranie i odprowadzanie uczestników na przystanek PKS.	Zajęcia praktyczne indywidualne	14	Urzędy, poradnie, banki, inne instytucje adekwatne do zrealizowania bieżących potrzeb uczestnika.	Poszczególni członkowie zespołu wspierająco-aktywizującego	14	Realizacja treningów indywidualnych Rozwijanie/podtrzymanie praktycznych umiejętności ujętych w zaplanowanych zadaniach m. in. wizyty lekarskie, wizyty w zakładach fryzjerskich, zakupy, pomoc w załatwianiu świadczeń itp. Utrwalanie umiejętności samodzielnego spożywania posiłków. Codzienne odbieranie i odprowadzanie uczestników na przystanek PKS.	13	13	13	100,00
--------	--	---------------------------------	----	---	--	----	--	----	----	----	--------

1 3	<p>Trening kulinarny Dbanie, wyrabianie oraz utrwalanie nawyków higienicznych w kuchni oraz jadalni. Wykonanie prostych dań oraz przygotowanie półproduktów, Nauka, utrwalanie umiejętności obsługi sprzętu kuchennego, Wykorzystanie nabytych umiejętności w przygotowaniu potraw świątecznych i okazjonalnych.</p>	Zajęcia grupowe	12	<p>Sklepy spożywcze Zajęcia w placówce ŚDS</p>	Terapeuta, starszy opiekun	12	<p>Trening kulinarny Dbanie, wyrabianie oraz utrwalanie nawyków higienicznych w kuchni oraz jadalni. Wykonanie prostych dań oraz przygotowanie półproduktów, Nauka, utrwalanie umiejętności obsługi sprzętu kuchennego, Wykorzystanie nabytych umiejętności w przygotowaniu potraw świątecznych i okazjonalnych.</p>	10	10	8	80,00
--------	--	-----------------	----	---	----------------------------	----	--	----	----	---	-------

1 4	<p>Zajęcia kulturalno-oświatowe</p> <p>Zorganizowanie XIII Przeglądu Twórczości "Bliżej Siebie".</p> <p>Udział w obchodach świąt religijnych i państwowych oraz imprezach okolicznościowych, podtrzymanie tradycji narodowych, religijnych, świeckich.</p> <p>Działalność artystyczna w ramach muzykoterapii czynnej, występy udział w życiu artystycznym miasta i regionu.</p> <p>Relaksacja w ramach muzykoterapii biernej.</p> <p>Zajęcia reedukacyjne, ćwiczenia funkcji poznawczych, koncentracji uwagi i pamięci. Poranne ciekawostki naukowe poszerzanie wiedzy popularno naukowej.</p> <p>Kącik geograficzny, czytelnicy, klub muzyczny, klub filmowy.</p> <p>Parce technicznej i konserwatorskie w pracowni k-o, pokoju wypoczynkowym i na placu budynku.</p> <p>Cotygodniowe spotkania społeczności.</p> <p>Spotkania z ciekawymi</p>	<p>Codziennie formy zajęć według planu</p> <p>pracowni k-o, występy poza ośrodkiem</p> <p>Spotkania z zaproszonymi gośćmi</p>	14	<p>Instytucje i jednostki w zależności od realizowanego o tematu</p> <p>HDK, GOK w Narewce, Oddział Pielęgnacyjny o Opiekuńczy w Hajnówce, Oddział Psychiatryczny w Hajnówce, SOSW, WTZ Hajnówka, Klub Abstynenta Dąb, WTZ Nowa Wola, Klub Garnizonowy i ŚDS Białystok, Seminarium Duchowne Białystok, Kościół katolicki, Akcja Katolicka Nadleśnictwo w Hajnówce Komenda Policji w Hajnówce, PDO "Samarytanin</p>	<p>Starszy instruktor ds. kulturalno oświatowych, asystent osoby niepełnosprawnej</p>	14	<p>Zajęcia kulturalno-oświatowe Prowadzenie kroniki ośrodka.</p> <p>Zorganizowanie XII Przeglądu Twórczości "Bliżej Siebie".</p> <p>Udział w obchodach świąt religijnych i państwowych oraz imprezach okolicznościowych, podtrzymanie tradycji narodowych, religijnych, świeckich.</p> <p>Działalność artystyczna w ramach muzykoterapii czynnej, występy udział w życiu artystycznym miasta i regionu.</p> <p>Relaksacja w ramach muzykoterapii biernej.</p> <p>Zajęcia reedukacyjne, ćwiczenia funkcji poznawczych, koncentracji uwagi i pamięci. Poranne ciekawostki naukowe poszerzanie wiedzy popularno naukowej.</p> <p>Kącik geograficzny, czytelnicy, klub muzyczny, klub filmowy.</p> <p>Parce technicznej i konserwatorskie w pracowni k-o, pokoju wypoczynkowym i na placu budynku.</p> <p>Cotygodniowe</p>	13	13	13	100,00
--------	---	---	----	--	---	----	--	----	----	----	--------

	osobami z miasta i regionu. Bajkoterapia			"			spotkania społeczności. Spotkania z ciekawymi osobami z miasta i regionu. Bajkoterapia				
--	---	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--

1 5	Pracownia Plastyczna Utrwalanie zasad higienicznych poprzez wyrobienie nawyku mycia/ dezynfekcji rąk prze rozpoczęciem pracy. Doskonalenie umiejętności manualnych poprzez pracę różnymi narzędziami i z różnym materiałem plastycznym. Rozbudzanie wyobraźni i kreatywności poprzez zachęcanie do tworzenia samodzielnych prac np. w domu. Ćwiczenie umiejętności wzajemnej współpracy i wzajemnej pomocy w trakcie wykonywania prac. Rozwijanie umiejętności praktycznych sprzątanie w pracowni po zajęciach. Rozwijanie hobby i zainteresowań. Prowadzenie kroniki ośrodka	Zajęcia indywidualne i grupowe według planu zajęć. Wyjście na wystawy, Wyjście w plener, do parku.	7	HDK, Miejska Biblioteka Publiczna	St. Instruktor terapii zajęciowej oraz inni członkowie zespołu wspierająco aktywizujące-go	7	Pracownia Plastyczna Utrwalanie zasad higienicznych poprzez wyrobienie nawyku mycia/ dezynfekcji rąk prze rozpoczęciem pracy. Doskonalenie umiejętności manualnych poprzez pracę różnymi narzędziami i z różnym materiałem plastycznym. Rozbudzanie wyobraźni i kreatywności poprzez zachęcanie do tworzenia samodzielnych prac np. w domu. Ćwiczenie umiejętności wzajemnej współpracy i wzajemnej pomocy w trakcie wykonywania prac. Rozwijanie umiejętności praktycznych sprzątanie w pracowni po zajęciach. Rozwijanie hobby i zainteresowań.	8	8	8	100,00
--------	--	---	---	--------------------------------------	--	---	---	---	---	---	--------

1 6	Terapia ruchowa, ćwiczenia ogólnie - usprawniające - kobiety	Ćwiczenia cardio, rozciągające, relaksacyjne, poprawiające ogólną sprawność ruchową, wycieczki rowerowe oraz piesze Treningi funkcjonalne ułatwiające codzienne życie Ćwiczenia na macie Ćwiczenia Cardio, obwodowe, zajęcia na taśmach, BUP. Ćwiczenia na piłce fitness, Spacer, marsze.	8	Zajęcia w ŚDS, zajęcia w plenerze, siłownia Endorfina, Park Wodny w Hajnówce	Terapeuta, rehabilitant	8	Terapia ruchowa, ćwiczenia ogólnousprawniające - kobiety	7	7	7	100,00
--------	--	--	---	--	----------------------------	---	---	---	---	---	--------

1 7	<p>Budowa integracji społeczności lokalnej na temat form i rodzaju usług świadczonych w ramach działalności ŚDS.</p> <p>Motywowanie do uczestnictwa podopiecznych do udziału w imprezach miejskich oraz obchodach świąt.</p> <p>Zorganizowanie XIII Przeglądu Twórczości "Bliżej Siebie", Pleneru Malarskiego, cyklicznych spotkań "Czytamy Głośno", Pokazu Mody.</p> <p>Współpraca z instytucjami, podmiotami, osobami współpracującymi z ŚDS.</p> <p>Zwiększenie akceptacji i zrozumienia istoty choroby.</p> <p>Wprowadzenie nowej formy reklamy działań ŚDS strona na Facebooku .</p>	<p>Wystawy, konkursy, prezentacje artystyczne, spotkania integracyjne.</p> <p>Publikacje promujące działalność ŚDS na stronie internetowej starostwa i Witrynie ŚDS.</p>	14	<p>ŚDS oraz instytucje administracji samorządowej i publicznej, instytucje kultury, organizacje pozarządowe, służba zdrowia, kościoły, placówki oświatowe, Warsztaty Terapii Zajęciowej, MOPS- y, GOPS- y z terenu powiatu hajnowskiego i inne osoby i podmioty współpracujące z ŚDS</p>	Członkowie zespołu wspierająco - aktywizującego	14	<p>Budowa integracji społeczności lokalnej na temat form i rodzaju usług świadczonych w ramach działalności ŚDS.</p> <p>Motywowanie do uczestnictwa podopiecznych do udziału w imprezach miejskich oraz obchodach świąt.</p> <p>Zorganizowanie XII Przeglądu Twórczości "Bliżej Siebie".</p> <p>Współpraca z instytucjami, podmiotami, osobami współpracującymi z ŚDS.</p> <p>Zwiększenie akceptacji i zrozumienia istoty choroby.</p> <p>Wprowadzenie nowej formy reklamy działań ŚDS strona na Facebooku .</p>	13	13	13	100,00
--------	---	--	----	--	---	----	--	----	----	----	--------

1 8	Pracownia funkcji poznawczych i relaksacji Ćwiczenia intelektualne usprawniające pamięć. Ćwiczenia uwagi i koncentracji. Gry stymulujące pracę mózgu. Ćwiczenia ogólnousprawniające z Cogito. Hortiterapia - ogródek zielony. Codzienna opieka nad osobami wymagającymi wsparcia. Zapewnienie poczucia bezpieczeństwa i stworzenie przyjaznego otoczenia uczestnikom. Relaksacja, aromoterapia.	Zajęcia grupowe i indywidualne. Ćwiczenia pamięci z zeszytów Cogito	4	Zajęcia w placówce ŚDS	St. Opiekun	4	Pracownia funkcji poznawczych i relaksacji Ćwiczenia intelektualne usprawniające pamięć. Ćwiczenia uwagi i koncentracji. Gry stymulujące pracę mózgu. Ćwiczenia ogólnousprawniające z Cogito. Hortiterapia - ogródek zielony. Codzienna opieka nad osobami wymagającymi wsparcia. Zapewnienie poczucia bezpieczeństwa i stworzenie przyjaznego otoczenia uczestnikom. Relaksacja, aromoterapia.	4	4	4	100,00
1 9	Ćwiczenia logopedyczna	Zajęcia indywidualne	4	Zajęcia z logopedą w ŚDS	Pielęgniarka	4	Ćwiczenia logopedyczna	4	4	4	100,00
2 0	Współpraca z rodzinami	Spotkania i rozmowy indywidualne, rozmowy telefoniczne	12	Rodziny	Członkowie zespołu aktywizująco - wspierającego	12	Współpraca z rodzinami	12	12	11	91,67

2 1	<p>Pracownia komputerowa</p> <p>Prowadzenie strony internetowej ŚDS, strony na Facebook. Gry i zabawy edukacyjne z użyciem komputera. Korzystanie z podstawowych programów komputerowych typu: WORD, Excel, Paint itd. Poznanie elementów składowych zestawu komputerowego. Poznanie zasad bezpiecznego korzystania z internetu, spotkania z policjantem odnośnie cyberprzemocy i cyberprzestępczości. Nauka korzystania z drukarki oraz z scannera. Prace konserwacyjne oraz porządkowe w pracowni. Słuchanie muzyki online. Podtrzymywanie umiejętności obsługi komputera.</p>	Zajęcia grupowe i indywidualne	6	Zajęcia na terenie ŚDS	Terapeuta	6	<p>Pracownia komputerowa</p> <p>Prowadzenie strony internetowej ŚDS, strony na Facebook. Gry i zabawy edukacyjne z użyciem komputera. Korzystanie z podstawowych programów komputerowych typu: WORD, Excel, Paint itd. Poznanie elementów składowych zestawu komputerowego. Poznanie zasad bezpiecznego korzystania z internetu, spotkania z policjantem odnośnie cyberprzemocy i cyberprzestępczości. Nauka korzystania z drukarki oraz z scannera. Prace konserwacyjne oraz porządkowe w pracowni. Słuchanie muzyki online. Podtrzymywanie umiejętności obsługi komputera.</p>	6	6	6	100,00
--------	--	--------------------------------	---	------------------------	-----------	---	--	---	---	---	--------

2 2	Pracownia rękodzieła artystycznego Robótki szydełkowe, robótki na drutach. Inspirowanie do aktywności rękodzielniczej poprzez poszukiwanie pomysłów w internecie. Szycie ręczne. Nauka naprawy odzieży. Dekoracje okolicznościowe Umożliwienie kształtowania zainteresowań poczucia estetyki przez udział w zajęciach w pracowni.	Zajęcia grupowe i indywidualne.	13	Zajęcia w placówce ŚDS Hajnowski Dom Kultury Muzeum i Ośrodek Kultury Białoruskiej Sklepy z rękodziełem, pasmanterie oraz Second Hand.	Terapeuta	13	Pracownia rękodzieła artystycznego Robótki szydełkowe, robótki na drutach. Inspirowanie do aktywności rękodzielniczej poprzez poszukiwanie pomysłów w internecie. Szycie ręczne. Nauka naprawy odzieży. Dekoracje okolicznościowe Umożliwienie kształtowania zainteresowań poczucia estetyki przez udział w zajęciach w pracowni.	13	13	12	92,31
--------	---	---------------------------------	----	--	-----------	----	---	----	----	----	-------

* liczba osób, które w stopniu podstawowym opanują/opanowały zadanie

** stosunek liczby osób, które w stopniu podstawowym opanowały zadanie do planowanej liczby osób, które w stopniu podstawowym miały opanować zadanie (wartość miernika zrealizowanego do wartości miernika planowanego)

PROGRAM DZIAŁALNOŚCI NA ROK 2025 dla osób wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych - C

	Zadania zaplanowane do realizacji w 2025 r.	Sposób realizacji	Liczba osób objętych oddziaływaniami	Jednostki współpracujące w realizacji	Osoba odpowiedzialna za realizację zadania (stanowisko)	Miernik realizacji zadania w 2025 r. *	Zadanie zaplanowane w 2024 r.(ustalone w Programie Działalności na rok 2024 r.)	Liczba osób objętych oddziaływaniami w 2024 r. (ustalona w Programie Działalności na rok 2024 r.)	Miernik realizacji zadania w 2024 r*. (ustalony w Programie Działalności na rok 2024 r.)	Realizacja w 2024 r.*	Stopień realizacji miernika w 2024 r. (%) **
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

1	<p>Trening higieniczny kobiet</p> <p>Podtrzymywanie zdobytej wiedzy z zakresu higieny osobistej oraz nawyków dbania o odzież, obuwie, dobór właściwej odzieży w zależności od pogody i pór roku.</p> <p>Utrwalanie nawyków dbania o czystość i porządek w domu-kontynuacja.</p> <p>Poszerzanie wiedzy z zakresu higienicznego trybu życia(profilaktyka chorób skóry i infekcji wirusowych, bakteryjne, grzybicze). Zasady zachowania dystansu społecznego reżimu sanitarnego w związku z pandemią.</p> <p>Profilaktyka raka piersi, profilaktyka chorób kobiecych.</p> <p>Dieta w cukrzycy.</p> <p>Program profilaktyki 40+</p>	<p>Wykłady, pokazy, prezentacje ze stron internetowych i filmy tematyczne.</p> <p>Ćwiczenia praktyczne, dyskusje moderowane w grupach. Spotkania ze specjalistami.</p>	4	<p>Placówki służby zdrowia.Sklep y, apteki drogerie oraz punkty z odzieżą używaną, zakłady fryzjerskie, kosmetyczne.</p>	St.Opiekun, Pielęgniarka	4	<p>Trening higieniczny kobiet</p> <p>Podtrzymywanie zdobytej wiedzy z zakresu higieny osobistej oraz nawyków dbania o odzież, obuwie, dobór właściwej odzieży w zależności od pogody i pór roku.</p> <p>Utrwalanie nawyków dbania o czystość i porządek w domu-kontynuacja.</p> <p>Poszerzanie wiedzy z zakresu higienicznego trybu życia(profilaktyka chorób skóry i infekcji wirusowych , bakteryjne, grzybicze). Zasady zachowania dystansu społecznego reżimu sanitarnego w związku z pandemią.</p> <p>Profilaktyka raka piersi, profilaktyka chorób kobiecych.</p> <p>Dieta w cukrzycy.</p> <p>Program profilaktyki 40+ pomoc</p>	3	3	3	100,00
---	--	--	---	--	--------------------------	---	---	---	---	---	--------

	pomoc w rejestracji. Profilaktyka stomatologiczna. Higiena odżywiania się i przechowywania żywności					w rejestracji. Profilaktyka stomatologiczna. Higiena odżywiania się i przechowywania żywności				
--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--

2	Pracownia funkcji poznawczych i relaksacji Zapewnienie poczucia bezpieczeństwa i stworzenie przyjaznego otoczenia uczestnikom. Zmniejszenie poziomu negatywnych emocji, lęku. zwiększenie samodzielności i aktywności w codziennym funkcjonowaniu. Spowalnianie procesów otępienia mózgu, spowolnienie negatywnych zmian w sferze zaburzeń pamięci. Usprawnianie procesów pamięci z zeszytów COGITO	Objęcie indywidualnym wsparciem uczestnika. Zajęcia grupowe, indywidualne. Ćwiczenia intelektualne Cogito. Zajęcia rekreacyjno-kompensacyjne. Ćwiczenia intelektualne dla dorosłych. Gry stymulujące: szachy, warcaby, puzzle, scrabble itd	9	Zajęcia w placówce ŚDS	St. Opiekun	9	Pracownia funkcji poznawczych i relaksacji Zapewnienie poczucia bezpieczeństwa i stworzenie przyjaznego otoczenia uczestnikom. Zmniejszenie poziomu negatywnych emocji, lęku. zwiększenie samodzielności i aktywności w codziennym funkcjonowaniu. Spowalnianie procesów otępienia mózgu, spowolnienie negatywnych zmian w sferze zaburzeń pamięci. Usprawnianie procesów pamięci z zeszytów COGITO	6	6	6	100,00
3	Pracownia kulturalno-oświatowa Udział w obchodach świąt religijnych, państwowych oraz imprezach okolicznościowych. Podtrzymywanie	Stale formy codziennych zajęć wg. planu pracy w pracowni k-o. Występy w mieście i regionie. Spotkania, prelekcje, pogadanki	7	SOSW, WTZ w H-ce, Duchowieństw o hajnowskie, PDO "Samarytanin"	St.instr.ds. kulturalno-oświatowych Asystent osoby niepełnosprawnej	7	Pracownia kulturalno-oświatowa Udział w obchodach świąt religijnych , państwowych oraz imprezach okolicznościowych . Podtrzymywanie	8	8	8	100,00

<p>tradycji narodowych, religijnych i świeckich. Działalność artystyczna w ramach muzykoterapii czynnej i biernej. Udział w kąciku geograficznym, czytelniczym, klubie muzycznym i filmowym. Zajęcia reedukacyjne, ćwiczenia funkcji poznawczych koncentracji, uwagi i pamięci. Bajkoterapia. Próby i występy teatralne. Zebranie społeczności. Prace naprawczo remontowe w Sali, hortiterapia na podwórku. Uczestnictwo w życiu kulturalnym miasta i regionu, integracja ze społeczeństwem. XIII przegląd "Blżej Siebie". Spotkania z ciekawymi osobami z miasta i regionu.</p>					<p>tradycji narodowych, religijnych i świeckich. Działalność artystyczna w ramach muzykoterapii czynnej i biernej. Udział w kąciku geograficznym, czytelniczym, klubie muzycznym i filmowym. Zajęcia reedukacyjne, ćwiczenia funkcji poznawczych koncentracji, uwagi i pamięci. Bajkoterapia. Próby i występy teatralne. Zebranie społeczności. Prace naprawczo remontowe w Sali, hortiterapia na podwórku. Uczestnictwo w życiu kulturalnym miasta i regionu, integracja ze społeczeństwem. XII przegląd "Blżej Siebie". Spotkania z ciekawymi osobami z miasta i regionu.</p>				
--	--	--	--	--	---	--	--	--	--

4	Czynności pielęgniarские w ŚDS Edukacja prozdrowotna. Stała kontrola parametrów RR u osób z nadciśnieniem tętniczym, kontrola wagi. Udzielanie pomocy w nagłych wypadkach. Poradnictwo pielęgniarские	Codzienne pomiary RR Pomiary wagi, temperatury. Pogadanki, wykłady, Udzielanie pomocy doraźnej, Indywidualne poradnictwo.	10	Placówka ŚDS	Pielęgniarka	10	Czynności pielęgniarские w ŚDS Edukacja prozdrowotna. Stała kontrola parametrów RR u osób z nadciśnieniem tętniczym, kontrola wagi. Udzielanie pomocy w nagłych wypadkach. Poradnictwo pielęgniarские	8	8	8	100,00
5	Zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja, zajęcia ruchowe Ćwiczenia rozciągające i cardio poprawiająca ogólna kondycję fizyczną i redukującą masę ciała. Ćwiczenia funkcjonalne zapobiegające kontuzjom przy wykonywaniu codziennych czynności . Ćwiczenia wzmacniające mięśnie poszczególnych partii ciała. Kształtowanie	Zajęcia w sali ŚDS wg. planu zajęć. Spacery, marsz z kijkami Nordic Walking,	10	-	Terapeuta	10	Zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja, zajęcia ruchowe Ćwiczenia rozciągające i cardio poprawiająca ogólna kondycję fizyczną i redukującą masę ciała. Ćwiczenia funkcjonalne zapobiegające kontuzjom przy wykonywaniu codziennych czynności . Ćwiczenia wzmacniające mięśnie poszczególnych partii ciała. Kształtowanie	8	8	8	100,00

nawyku aktywnego trybu życia Rozwijanie zainteresowań Nordic Walking, spacery, itp.				nawyku aktywnego trybu życia Rozwijanie zainteresowań Nordic Walking, spacery, itp.				
---	--	--	--	---	--	--	--	--

6	Trening organizacji czasu wolnego Kontynuacja i podtrzymywanie nabytych umiejętności w organizowaniu czasu wolnego. Dalsze motywowanie do aktywnego spędzania czasu wolnego z wykorzystaniem różnych form aktywności Rozwój hobby i indywidualnych zainteresowań. Podtrzymywanie umiejętności korzystania z Internetu.	Cykliczne zajęcia teoretyczno-praktyczne, wykłady, referaty, dyskusje, pogadanki. Spacery do lasu, parku, miasta, itd	10	Instytucje miejskie - Biblioteka Publiczna, Dom Kultury, itd.	Terapeuta	10	Trening organizacji czasu wolnego Kontynuacja i podtrzymywanie nabytych umiejętności w organizowaniu czasu wolnego. Dalsze motywowanie do aktywnego spędzania czasu wolnego z wykorzystaniem różnych form aktywności Rozwój hobby i indywidualnych zainteresowań. Podtrzymywanie umiejętności korzystania z Internetu.	6	6	6	100,00
---	--	--	----	---	-----------	----	--	---	---	---	--------

7	<p>Trening funkcjonowania w codziennym życiu Kontynuacja i podtrzymywanie praktycznych umiejętności niezbędnych do utrzymania codziennej higieny osobistej i wyglądu zewnętrznego. Utrwalanie nawyku rozsądnego gospodarowania budżetem domowym. Nauka i utrwalanie umiejętności z zakresu obsługi komputera Poszerzanie wiedzy z zakresu profilaktyki przeciw przeziębieniom, przesileniom wiosenno-jesiennym. z uwzględnieniem panującej epidemii. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych</p>	Zajęcia grupowe raz w tygodniu	10	Banki, markety, drogerie na terenie miasta Hajnówka	Terapeuta	10	<p>Trening funkcjonowania w codziennym życiu Kontynuacja i podtrzymywanie praktycznych umiejętności niezbędnych do utrzymania codziennej higieny osobistej i wyglądu zewnętrznego. Utrwalanie nawyku rozsądnego gospodarowania budżetem domowym. Nauka i utrwalanie umiejętności z zakresu obsługi komputera Poszerzanie wiedzy z zakresu profilaktyki przeciw przeziębieniom, przesileniom wiosenno-jesiennym. z uwzględnieniem panującej epidemii. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych</p>	8	8	8	100,00
---	---	--------------------------------	----	---	-----------	----	---	---	---	---	--------

8	Pracownia plastyczna Utrwalanie zasad higieny osobistej- - wyrobienie nawyku mycia rąk przed rozpoczęciem pracy w pracowni. Angażowanie do jak najbardziej samodzielnego wykonywania prac(np. odrysowywanie od szablonów, rozwieszanie ozdób świątecznych lub układanie bukietów z suszonych kwiatów). Ćwiczenie funkcji poznawczych poprzez przypominanie np. nazw kolorów z wykorzystaniem różnych materiałów plastycznych, imion sławnych malarzy itp.. Wyrabianie nawyku dbania o czystość i porządek w pracowni	Codzienne zajęcia indywidualne i grupowe. Wyjścia w plener, na wystawy. Przegląd ciekawostek plastycznych w Internecie, czasopismach. Zachęcanie, motywowanie do twórczej aktywności	4	HDK; Biblioteka Miejska; Muzeum.	Starszy Instruktor. Terapii zajęciowej	4	Pracownia plastyczna Utrwalanie zasad higieny osobistej- - wyrobienie nawyku mycia rąk przed rozpoczęciem pracy w pracowni. Angażowanie do jak najbardziej samodzielnego wykonywania prac(np. odrysowywanie od szablonów, rozwieszanie ozdób świątecznych lub układanie bukietów z suszonych kwiatów). Ćwiczenie funkcji poznawczych poprzez przypominanie np. nazw kolorów z wykorzystaniem różnych materiałów plastycznych, imion sławnych malarzy itp.. Wyrabianie nawyku dbania o czystość i porządek w pracowni	8	8	5	62,50
---	--	---	---	--	--	---	--	---	---	---	-------

9	Pracownia kulinarna Zwiększenie umiejętności w przygotowaniu prostych dań. Podtrzymanie dobrych nawyków higienicznych w kuchni Utrwalanie umiejętności obsługi sprzętu kuchennego Pogłębianie wiedzy z zakresu przygotowania potraw świątecznych i okazjonalnych	Zajęcia grupowe	9	Sklepy spożywcze Zajęcia w placówce ŚDS	Terapeuta, st. opiekun	9	Pracownia kulinarna Zwiększenie umiejętności w przygotowaniu prostych dań. Podtrzymanie dobrych nawyków higienicznych w kuchni Utrwalanie umiejętności obsługi sprzętu kuchennego Pogłębianie wiedzy z zakresu przygotowania potraw świątecznych i okazjonalnych	8	8	8	100,00
10	Diagnozy psychologiczne	Ocena stanu psychofizycznego, wywiad, obserwacja	8	Placówka ŚDS	Psycholog	8	Diagnozy psychologiczne	3	3	3	100,00
11	Poradnictwo i konsultacje psychologiczne	Poradnictwo indywidualne i grupowe, udzielanie informacji w zależności od potrzeb	10	Placówka ŚDS	Psycholog	10	Poradnictwo i konsultacje psychologiczne	8	8	8	100,00
12	Czynności wspierające i nadzorujące Codzienne wsparcie i zapewnienie komfortu psychicznego oraz zapewnienie poczucia	Asekuracja uczestnika	10	-	Wsparcie opiekuna	10	Czynności wspierające i nadzorujące Codzienne wsparcie i zapewnienie komfortu psychicznego oraz zapewnienie poczucia	8	8	8	100,00

	bezpieczeństwa.						bezpieczeństwa.				
1 3	Praca z rodzinami Współpraca z rodzinami nowo przyjętych uczestników i podtrzymywanie już nawiązanych kontaktów.	Współpraca z rodzinami.	9	Rodziny	Zespół wspierająco aktywizujący ŚDS	9	Praca z rodzinami Współpraca z rodzinami nowo przyjętych uczestników i podtrzymywanie już nawiązanych kontaktów.	4	4	4	100,00
1 4	Budowa integracji społecznej Podniesienie wiedzy na temat form i rodzaju usług świadczonych w ramach działalności ŚDS w środowisku lokalnym. Współpraca z instytucjami, podmiotami, osobami współpracującymi z ŚDS. Zwiększenie akceptacji i zrozumienie istoty choroby. Zorganizowanie XIII Przeglądu Twórczości "Bliżej Siebie", Pleneru Malarskiego, cyklicznych spotkań "Czytamy Głośno", Pokazu	Wystawy, występy artystyczne, spotkania integracyjne.	8	Instytucje administracji samorządowej i publicznej, instytucje kultury, służba zdrowia, kościoły, placówki oświatowe, MOPS-y, GOPS-y z terenu powiatu hajnowskiego i inne podmioty współpracujące z ŚDS.	Zespół wspierająco aktywizujący ŚDS	8	Budowa integracji społecznej Podniesienie wiedzy na temat form i rodzaju usług świadczonych w ramach działalności ŚDS w środowisku lokalnym. Współpraca z instytucjami, podmiotami, osobami współpracującymi z ŚDS. Zwiększenie akceptacji i zrozumienie istoty choroby.	8	8	7	87,50

	Mody.										
1 5	<p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów</p> <p>Kontynuacja ćwiczeń w zakresie rozwijaniem umiejętności w komunikacji interpersonalnej.</p> <p>Utrwalanie sposobów i metod radzenia z negatywnymi emocjami. i stresem.</p> <p>Rozwiązywanie indywidualnych problemów w zależności od indywidualnych potrzeb i zaistniałych sytuacji. Dalsza praca nad wzmocnieniem poczucia własnej wartości, samooceny z wykorzystaniem zasobów własnych i grupy.</p> <p>Wsparcie osób nowo przyjętych</p>	<p>Zajęcia grupowe raz w tygodniu odbywające się w formie dyskusji wykładów, autoprezentacji, ćwiczeń, prezentacje multimedialne</p>	10	Placówka ŚDS	Pielęgniarka	10	<p>Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów</p> <p>Kontynuacja ćwiczeń w zakresie rozwijaniem umiejętności w komunikacji interpersonalnej.</p> <p>Utrwalanie sposobów i metod radzenia z negatywnymi emocjami. i stresem.</p> <p>Rozwiązywanie indywidualnych problemów w zależności od indywidualnych potrzeb i zaistniałych sytuacji. Dalsza praca nad wzmocnieniem poczucia własnej wartości, samooceny z wykorzystaniem zasobów własnych i grupy.</p> <p>Wsparcie osób nowo przyjętych</p>	8	8	6	75,00

1 6	<p>Pracownia komputerowa</p> <p>Prowadzenie strony internetowej ŚDS, strony na Facebook. Gry i zabawy edukacyjne z użyciem komputera. Korzystanie z podstawowych programów komputerowych typu: WORD, Excel, Paint itd. Poznanie elementów składowych zestawu komputerowego. Poznanie zasad bezpiecznego korzystania z internetu, spotkania z policjantem odnośnie cyberprzemocy i cyberprzestępczości. Nauka korzystania z drukarki oraz z scannera. Prace konserwacyjne oraz porządkowe w pracowni. Słuchanie muzyki online.</p>	Zajęcia grupowe i indywidualne	4	Zajęcia na terenie ŚDS	Terapeuta	4	<p>Pracownia komputerowa</p> <p>Prowadzenie strony internetowej ŚDS, strony na Facebook. Gry i zabawy edukacyjne z użyciem komputera. Korzystanie z podstawowych programów komputerowych typu: WORD, Excel, Paint itd. Poznanie elementów składowych zestawu komputerowego. Poznanie zasad bezpiecznego korzystania z internetu, spotkania z policjantem odnośnie cyberprzemocy i cyberprzestępczości. Nauka korzystania z drukarki oraz z scannera. Prace konserwacyjne oraz porządkowe w pracowni. Słuchanie muzyki online.</p>	4	4	2	50,00
--------	---	--------------------------------	---	------------------------	-----------	---	---	---	---	---	-------

	Podtrzymywanie umiejętności obsługi komputera.						Podtrzymywanie umiejętności obsługi komputera.				
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

1 7	Pracownia rękodzieła artystycznego Robótki szydełkowe, robótki na drutach. Inspirowanie do aktywności rękodzielniczej poprzez poszukiwanie pomysłów w internecie. Szycie ręczne. Nauka naprawy odzieży. Dekoracje okolicznościowe Umożliwienie kształtowania zainteresowań poczucia estetyki przez udział w zajęciach w pracowni.	Zajęcia grupowe i indywidualne	10	Zajęcia w placówce ŚDS Hajnowski Dom Kultury Muzeum i Ośrodek Kultury Białoruskiej Sklepy z rękodziełem, pasmanterie oraz Second Hand.	Terapeuta	10	Pracownia rękodzieła artystycznego Robótki szydełkowe, robótki na drutach. Inspirowanie do aktywności rękodzielniczej poprzez poszukiwanie pomysłów w internecie. Szycie ręczne. Nauka naprawy odzieży. Dekoracje okolicznościowe Umożliwienie kształtowania zainteresowań poczucia estetyki przez udział w zajęciach w pracowni.	8	8	8	100,00
--------	---	--------------------------------	----	---	-----------	----	---	---	---	---	--------

* liczba osób, które w stopniu podstawowym opanują/opanowały zadanie

** stosunek liczby osób, które w stopniu podstawowym opanowały zadanie do planowanej liczby osób, które w stopniu podstawowym miały opanować zadanie (wartość miernika zrealizowanego do wartości miernika planowanego)

Program działalności na rok 2025 Środowiskowego Domu Samopomocy w Hajnówce dla osób z niepełnosprawnościami sprzężonymi lub spektrum autyzmu

	Zadania zaplanowane do realizacji w 2025 r.	Sposób realizacji	Liczba osób objętych oddziaływaniami	Jednostki współpracujące w realizacji	Osoba odpowiedzialna za realizację zadania (stanowisko)	Miernik realizacji zadania w 2025 r. *	Zadanie zaplanowane w 2024 r. (ustalone w Programie Działalności na rok 2024 r.)	Liczba osób objętych oddziaływaniami w 2024 r. (ustalona w Programie Działalności na rok 2024 r.)	Miernik realizacji zadania w 2024 r*. (ustalony w Programie Działalności na rok 2024 r.)	Realizacja miernika w 2024 r.*	Stopień realizacji miernika w 2024 r. (%) **
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	Trening higieniczny kobiety	Wykłady, pokazy, prezentacje ze stron internetowych i filmy tematyczne. Ćwiczenia praktyczne, dyskusje moderowane w grupach. Spotkania ze specjalistami.	4	Placówki służby zdrowia. Sklepy, apteki drogerie oraz punkty z odzieżą używaną, zakłady fryzjerskie, kosmetyczne	St. Opiekun	4	Trening higieniczny kobiety	3	3	3	100,00
2	Pracownia techniczna Podtrzymywanie i utrwalanie sprawności manualnej poprzez	Codziennie zajęcia w pracowni według planu. Prezentacja, Internet, instruktarz, zajęcia praktyczne. Wykonywanie	3	HDK, Biblioteka Miejska.	Terapeuta	3	Pracownia techniczna Podtrzymywanie i utrwalanie sprawności manualnej poprzez	3	3	2	66,67

	<p>wykonywanie różnych prac w pracowni Nauka</p> <p>posługiwania się narzędziami ręcznymi.</p> <p>Utrwalanie przepisów BHP.</p> <p>Rozwijanie indywidualnych hobby i zainteresowań, przygotowywanie prac na wystawy.</p> <p>Nauka, wykonywanie drobnych prac konserwacyjnych .</p> <p>Wykonywanie niezbędnych elementów scenografii ozdób świątecznych</p> <p>Naprawa i konserwacja rowerów.</p>	<p>przedmiotów użytkowych, ozdobnych oraz prac na konkurs Sztuki Nieprofesjonalnej</p>					<p>wykonywanie różnych prac w pracowni Nauka</p> <p>posługiwania się narzędziami ręcznymi.</p> <p>Utrwalanie przepisów BHP i edukacja dot. Covid 19.</p> <p>Rozwijanie indywidualnych hobby i zainteresowań, przygotowywanie prac na wystawy.</p> <p>Nauka, wykonywanie drobnych prac konserwacyjnych .</p> <p>Wykonywanie niezbędnych elementów scenografii ozdób świątecznych</p> <p>Naprawa i konserwacja rowerów.</p>				
3	<p>Trening interpersonalny</p> <p>Utrwalanie nauki nazywania i rozpoznawania emocji na podstawie kart edukacyjnych i stosowanie ich w życiu.</p>	<p>Prace w grupie, ćwiczenia komunikowania się poprzez gry, dyskusje, prezentacje, scenki sytuacyjne, ćwiczenia, Internet, praca ze Słownikiem PWN</p>	4	Miejska Biblioteka Publiczna	Terapeuta	4	<p>Trening interpersonalny</p> <p>Utrwalanie nauki nazywania i rozpoznawania emocji na podstawie kart edukacyjnych i stosowanie ich w życiu.</p>	6	6	3	50,00

	<p>Utrwalanie zdobytej wiedzy i umiejętności z zakresu treningu interpersonalnego .</p> <p>Utrwalanie zdobytych umiejętności w zakresie radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych i stresowych</p> <p>Poznawania zasad savir vivre i wprowadzenie ich w życie.</p> <p>Poznawanie nowych wyrazów i ich znaczenie.</p> <p>Gry i zabawy interpersonalne.</p>					<p>Utrwalanie zdobytej wiedzy i umiejętności z zakresu treningu interpersonalnego .</p> <p>Utrwalanie zdobytych umiejętności w zakresie radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych i stresowych</p> <p>Poznawania zasad savir vivre i wprowadzenie ich w życie.</p> <p>Poznawanie nowych wyrazów i ich znaczenie.</p> <p>Gry i zabawy interpersonalne.</p>					
4	<p>Pracownia funkcji poznawczych i relaksacji</p> <p>Usprawnianie procesów pamięci.</p> <p>Praktyczne ćwiczenia uwagi i koncentracji.</p> <p>Zapewnienie poczucia bezpieczeństwa i stworzenia przyjaznego otoczenia</p>	<p>Zajęcia indywidualne i grupowe</p> <p>Ćwiczenia umysłowe, ćwiczenia ogólnousprawniające(Cogito, Trenuj Umysł) stymulujące sferę poznawczą.</p>	6	<p>Zajęcia w placówce ŚDS</p>	St. Opiekun	6	<p>Pracownia funkcji poznawczych i relaksacji</p> <p>Usprawnianie procesów pamięci.</p> <p>Praktyczne ćwiczenia uwagi i koncentracji.</p> <p>Zapewnienie poczucia bezpieczeństwa i stworzenia przyjaznego otoczenia</p>	6	6	5	83,33

	uczestnikom. Zmniejszenie poziomu negatywnych emocji i lęku. Spowolnienie procesów ośpienia mózgu, spowolnienie negatywnych zmian w sferze zaburzeń pamięci. Ćwiczenia pamięci poprzez gry stymulujące prace mózgu. Zajęcia w ramach hortiterapii					uczestnikom. Zmniejszenie poziomu negatywnych emocji i lęku. Spowolnienie procesów ośpienia mózgu, spowolnienie negatywnych zmian w sferze zaburzeń pamięci. Ćwiczenia pamięci poprzez gry stymulujące prace mózgu. Zajęcia w ramach hortiterapii					
5	Zajęcia kulturalno-oświatowe Prowadzenie strony internetowej ŚDS, strony na Facebooku oraz kroniki ośrodka. Zorganizowanie XIII Przeglądu Twórczości "Blżej Siebie". Udział w obchodach świąt religijnych i państwowych oraz imprezach okolicznościowych, podtrzymanie tradycji	Codziennie formy zajęć według planu pracowni k-o Występy artystyczne w mieście i regionie Spotkania, pogadanki, odczyty	9	Instytucje i jednostki w zależności od realizowanego tematu HDK, SOSW, WTZ Hajnówka, Klub Abstynenta Dąb, WTZ Nowa Wola, Klub Garnizonowy i ŚDS Białystok, Seminarium Duchowne Białystok, Kościół	Starszy instruktor ds. kulturalno-oświatowych asystent osoby niepełnosprawnej	9	Zajęcia kulturalno-oświatowe Prowadzenie strony internetowej ŚDS, strony na Facebooku oraz kroniki ośrodka. Zorganizowanie XII Przeglądu Twórczości "Blżej Siebie". Udział w obchodach świąt religijnych i państwowych oraz imprezach okolicznościowych, podtrzymanie tradycji	6	6	6	100,00

<p>narodowych, religijnych, świeckich. Działalność artystyczna w ramach muzykoterapii czynnej, występy udział w życiu artystycznym miasta i regionu. Relaksacja w ramach muzykoterapii biernej. Zajęcia komputerowe. Zajęcia reedukacyjne, ćwiczenia funkcji poznawczych - koncentracji uwagi i pamięci. Kącik geograficzny, czytelniczy, klub muzyczny, klub filmowy. Parce techniczne i konserwatorskie w pracowni k-o, pokoju wypoczynkowym i na placu budynku. Spotkania z ciekawymi ludźmi, pasjonatami z miasta i regionu</p>			<p>katolicki, Akcja Katolicka, Muzeum Kultury Białoruskiej, Nadleśnictwo Hajnówka, Komenda Powiatowa Policji, PDO "Samarytanin"</p>		<p>narodowych, religijnych, świeckich. Działalność artystyczna w ramach muzykoterapii czynnej, występy udział w życiu artystycznym miasta i regionu. Relaksacja w ramach muzykoterapii biernej. Zajęcia komputerowe. Zajęcia reedukacyjne, ćwiczenia funkcji poznawczych - koncentracji uwagi i pamięci. Kącik geograficzny, czytelniczy, klub muzyczny, klub filmowy. Parce techniczne i konserwatorskie w pracowni k-o, pokoju wypoczynkowym i na placu budynku. Spotkania z ciekawymi ludźmi, pasjonatami z miasta i regionu</p>				
---	--	--	---	--	---	--	--	--	--

	Zebrań społeczności						Zebrań społeczności				
6	Czynności pielęgniarskie w ŚDS Stała kontrola parametrów RR Udzielanie pomocy przedmedycznej Poradnictwo pielęgniarskie według potrzeb Współpraca ze służbami medycznymi. Koordynacja zajęć rehabilitacyjnych i logopedycznych .	Stała kontrola parametrów RR Udzielanie pomocy przedmedycznej Poradnictwo pielęgniarskie według potrzeb Współpraca ze służbami medycznymi	10	Poradnie specjalistyczne Pogotowie ratunkowe	Pielęgniarka	10	Czynności pielęgniarskie w ŚDS Stała kontrola parametrów RR Udzielanie pomocy przedmedycznej Poradnictwo pielęgniarskie według potrzeb Współpraca ze służbami medycznymi. Koordynacja zajęć rehabilitacyjnych i logopedycznych .	9	9	7	77,78

7	Trening umiejętności praktycznych i załatwiania spraw urzędowych Hortiterapia - pielęgnacja kwiatów, drzew i krzewów na terenie ŚDS. Poznanie oraz utrwalenie sposobów segregacji i prania odzieży. Dokonywanie zakupów z podopiecznymi na terenie miasta Hajnówka. Kształtowanie nawyku dbania o porządek oraz czystość na terenie ośrodka, nauka sprzątnia miejsca pracy. Nauka segregowania śmieci (recykling). Nauka prawidłowego czytania symboli na metkach.	Zajęcia grupowe według planu, zajęcia indywidualne.	10	Instytucje samorządowe, publiczne, sklepy wielobranżowe	St. Opiekun	10	Trening umiejętności praktycznych i załatwiania spraw urzędowych Hortiterapia - pielęgnacja kwiatów, drzew i krzewów na terenie ŚDS. Poznanie oraz utrwalenie sposobów segregacji i prania odzieży. Dokonywanie zakupów z podopiecznymi na terenie miasta Hajnówka. Kształtowanie nawyku dbania o porządek oraz czystość na terenie ośrodka, nauka sprzątnia miejsca pracy. Nauka segregowania śmieci (recykling). Nauka prawidłowego czytania symboli na metkach.	9	9	9	100,00
---	--	---	----	---	-------------	----	--	---	---	---	--------

8	<p>Trening organizacji czasu wolnego Wyjścia na spacer, wycieczki rowerowe, krajoznawcze (silwoterapia). Rozwijanie zainteresowań poprzez programy telewizyjne, filmy, bajki. Poszerzanie wiedzy dotyczącej koronawirusa. Zagrożenia, oszustwa na które można się narażać w Internecie oraz w życiu codziennym. Doskonalenie świadomości bezpiecznego i ostrożnego poruszania się po ulicy, chodniku. Nauka dbania o środowisko. Gry i zabawy planszowe, komputerowe. Poznanie ciekawych, interesujących miejsc w Polsce i na świecie.</p>	<p>Zajęcia grupowe według planu zajęć. Zajęcia praktyczne, teoretyczne,</p>	10	<p>Ośrodek Kultury Białoruskiej, Biblioteka Miejska, Hajnowski Dom Kultury, OSiR, zakłady pracy na terenie miasta Hajnówka, pizzeria, naleśnikarnia, teatr, kino</p>	Terapeuta	10	<p>Trening organizacji czasu wolnego Wyjścia na spacer, wycieczki rowerowe, krajoznawcze (silwoterapia). Rozwijanie zainteresowań poprzez programy telewizyjne, filmy, bajki. Poszerzanie wiedzy dotyczącej koronawirusa. Zagrożenia, oszustwa na które można się narażać w Internecie oraz w życiu codziennym. Doskonalenie świadomości bezpiecznego i ostrożnego poruszania się po ulicy, chodniku. Nauka dbania o środowisko. Gry i zabawy planszowe, komputerowe. Poznanie ciekawych, interesujących miejsc w Polsce i na świecie.</p>	9	9	9	100,00
---	--	---	----	--	-----------	----	--	---	---	---	--------

	Poznanie tradycji, obyczajów świąt państwowych oraz religijnych. Wyjścia do placówek kulturalno - oświatowych, gastronomicznych.						Poznanie tradycji, obyczajów świąt państwowych oraz religijnych. Wyjścia do placówek kulturalno - oświatowych, gastronomicznych.				
9	Zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja Gimnastyka poranna. Podtrzymanie ogólnej sprawności fizycznej. Dbanie o prawidłową	Zajęcia grupowe: praktyczne ćwiczenia gimnastyczne. Spacer, wycieczki rowerowe rekreacyjne, rajdy piesze Nordic Walking.	10	Sala gimnastyczna ŚDS, OSiR Hajnówka, Park Wodny w Hajnówce, Siłownia "Endorfina"	St.Opiekun	10	Zajęcia sportowe, turystyka i rekreacja Gimnastyka poranna. Podtrzymanie ogólnej sprawności fizycznej. Dbanie o prawidłową	9	9	9	100,00

	wagę ciała Spacery i wycieczki rowerowe. Udział w zawodach i spartakiadach sportowych					wagę ciała Spacery i wycieczki rowerowe. Udział w zawodach i spartakiadach sportowych					
1 0	Trening higieniczny mężczyzn	Sprawdzanie higieny na podstawie karty wyglądu zewnętrznego. Utrwalanie wiedzy dotyczącej zasad higieny osobistej, wdrażanie potrzeby dbałości o wygląd zewnętrzny. Podtrzymanie umiejętności dotyczących higieny i bezpieczeństwa . Spotkania ze specjalistami (stomatolog, urolog).	6	Drogerie, zakłady fryzjerskie	Asystent osoby niepełnospra wnej	6	Trening higieniczny mężczyzn	6	6	5	83,33

1	Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi	Praca indywidualna i grupowa. Metody praktyczne	10	Sklepy wielobranżowe	Asystent osoby niepełnosprawnej	10	Trening gospodarowania własnymi środkami finansowymi	5	5	5	100,00
1	Nauka planowania budżetu. Rozwiązywanie zadań na podstawie arkuszy matematycznych. Korzystanie z różnych programów komputerowych typu Buliba. Wykorzystywanie gier planszowych do nauki liczenia. Nauka rozróżniania bilonu oraz banknotów. Nabywanie umiejętności wybierania z gazetek promocyjnych artykułów higienicznych dla mężczyzn/kobiet, do domu. Rozwijanie umiejętności dodawania i odejmowania przy użyciu	ćwiczebne, ćwiczenie liczenia monet, gry matematyczne planszowe i komputerowe. Praca z wykorzystaniem Internetu, tablicy interaktywnej oraz kart pracy Wyjście na zakupy					Nauka planowania budżetu. Rozwiązywanie zadań na podstawie arkuszy matematycznych. Korzystanie z różnych programów komputerowych typu Buliba. Wykorzystywanie gier planszowych do nauki liczenia. Nauka rozróżniania bilonu oraz banknotów. Nabywanie umiejętności wybierania z gazetek promocyjnych artykułów higienicznych dla mężczyzn/kobiet, do domu. Rozwijanie umiejętności dodawania i odejmowania przy użyciu				

	tablicy interaktywnej. Zakupy środków higienicznych.					tablicy interaktywnej. Zakupy środków higienicznych.					
1 2	Pracownia Plastyczna Utrwalanie nawyku mycia rąk przed przystąpieniem do prac plastycznych. Rozwijanie wyobraźni i kreatywności poprzez umożliwienie eksperymentowania z różnymi technikami i tworzywami	Zajęcia indywidualne i grupowe według planu zajęć	3	HDK, Miejska Biblioteka Publiczna	St. Instruktor terapii zajęciowej oraz inni członkowie zespołu wspierająco aktywizującego	3	Pracownia Plastyczna Utrwalanie nawyku mycia rąk przed przystąpieniem do prac plastycznych. Rozwijanie wyobraźni i kreatywności poprzez umożliwienie eksperymentowania z różnymi technikami i tworzywami	7	7	2	28,57

	plastycznymi Nauka spędzania wolnego w sposób twórczy(zachęcanie do kontynuowania prac plastycznych w domu). Rozwijanie sprawności grafomotorycznej i percepcji wzrokowej poprzez różnorodne prace z materiałów plastycznych					plastycznymi Nauka spędzania wolnego w sposób twórczy(zachęcanie do kontynuowania prac plastycznych w domu). Rozwijanie sprawności grafomotorycznej i percepcji wzrokowej poprzez różnorodne prace z materiałów plastycznych					
1 3	Trening kulinarny Przygotowanie prostyh dań, Utrwalanie nawyków higienicznych w kuchni, Nauka i utrwalanie umiejętności obsługi sprzętu kuchennego, Wykorzystanie nabytych umiejętności w przygotowaniu potraw świętecznych i okazjonalnych	Zajęcia grupowe	10	Sklepy spożywcze Zajęcia w placówce ŚDS	Terapeuta, st. opiekun	10	Trening kulinarny Przygotowanie prostyh dań, Utrwalanie nawyków higienicznych w kuchni, Nauka i utrwalanie umiejętności obsługi sprzętu kuchennego, Wykorzystanie nabytych umiejętności w przygotowaniu potraw świętecznych i okazjonalnych	9	9	9	100,00

1 4	Diagnozy i konsultacje psychologiczne	Ocena stanu psychofizycznego: Testy, wywiad, obserwacja, wsparcie psychologiczne w zależności od potrzeb	10	Placówka ŚDS	Psycholog	10	Diagnozy i konsultacje psychologiczne	9	9	9	100,00
1 5	Integracja Społeczna Zorganizowanie XIII Przeglądu Twórczości "Bliżej Siebie", Pleneru Malarskiego, cyklicznych spotkań "Czytamy Głośno", Pokazu Mody. Podniesienie wiedzy na temat form i rodzaju usług świadczonych w ramach działalności ŚDS w środowisku lokalnym. Współpraca z instytucjami, podmiotami, osobami współpracującym i z ŚDS. Zwiększenie akceptacji i zrozumienie istoty choroby.	Utrwalanie umiejętności poprawnego zachowania się w miejscu publicznym, kształtowanie relacji koleżeńskich, współpracy w grupie. Umożliwienie kontaktu z kulturą, sztuką- stworzenie możliwości odwiedzenia nowych miejsc. Ekspozycja na nowe sytuacje społeczne podczas występów artystycznych. Uczestnictwo w życiu kulturalnym miasta i regionu. Promocja twórczości artystycznej osób niepełnosprawnych w mieście i regionie. Zorganizowanie XII Przeglądu Twórczości "Bliżej Siebie".	10	SOSW , WTZ, OSIR, Nadleśnictwo w Hajnówce. Miejska Biblioteka Publiczna i HDK w Hajnówce, Stowarzyszenie Małego Osoczniaka DPS w Dzieciołowie i Klub Garnizonowy w Białymstoku. PCPR w „Muzeum Kultury Białoruskiej Hajnówce. Akcja Katolicka w Hajnówce	Opiekunowie	10	Integracja Społeczna	9	9	9	100,00

1 6	Współpraca z rodzinami	Spotkania i rozmowy indywidualne, rozmowy telefoniczne	10	Rodziny	Członkowie zespołu wspierająco - aktywizującego	10	Współpraca z rodzinami	8	8	8	100,00
1 7	Czynności wspierające i nadzorujące Nadzór w zakresie samoobsługi i bezpieczeństwa na terenie ŚDS oraz po za nim(m in. odbieranie i odprowadzenie na przystanki autobusowe).	Pomoc przy spożywaniu posiłków w razie potrzeby. Codzienna pomoc w załatwianiu potrzeb fizjologicznych. Całodzienny nadzór nad uczestnikiem.	10	-	Nadzór opiekunów	10	Czynności wspierające i nadzorujące Nadzór w zakresie samoobsługi i bezpieczeństwa na terenie ŚDS oraz po za nim(m in. odbieranie i odprowadzenie na przystanki autobusowe).	9	9	9	100,00
1 8	Pracownia komputerowa Prowadzenie strony internetowej ŚDS, strony na Facebook. Gry i zabawy edukacyjne z użyciem komputera. Korzystanie z podstawowych programów komputerowych typu: WORD, Excel, Paint itd. Poznanie elementów składowych zestawu komputerowego.	Zajęcia grupowe i indywidualne	6	Zajęcia na terenie ŚDS	Terapeuta	6	Pracownia komputerowa Prowadzenie strony internetowej ŚDS, strony na Facebook. Gry i zabawy edukacyjne z użyciem komputera. Korzystanie z podstawowych programów komputerowych typu: WORD, Excel, Paint itd. Poznanie elementów składowych zestawu komputerowego.	6	6	5	83,33

	<p>Poznanie zasad bezpiecznego korzystania z internetu, spotkania z policjantem odnośnie cyberprzemocy i cyberprzestępczości. Nauka korzystania z drukarki oraz z skanera. Prace konserwacyjne oraz porządkowe w pracowni. Słuchanie muzyki online. Podtrzymywanie umiejętności obsługi komputera.</p>						<p>Poznanie zasad bezpiecznego korzystania z internetu, spotkania z policjantem odnośnie cyberprzemocy i cyberprzestępczości. Nauka korzystania z drukarki oraz z skanera. Prace konserwacyjne oraz porządkowe w pracowni. Słuchanie muzyki online. Podtrzymywanie umiejętności obsługi komputera.</p>				
1 9	<p>Pracownia rękodzieła artystycznego Robótki szydełkowe, robótki na drutach. Inspirowanie do aktywności rękodzielniczej poprzez poszukiwanie pomysłów w internecie. Szycie ręczne. Nauka naprawy</p>	Zajęcia grupowe i indywidualne	8	<p>Zajęcia w placówce ŚDS Hajnowski Dom Kultury Muzeum i Ośrodek Kultury Białoruskiej Sklepy z rękodziełem , pasmanterie oraz Second Hand.</p>	Terapeuta	8	<p>Pracownia rękodzieła artystycznego Robótki szydełkowe, robótki na drutach. Inspirowanie do aktywności rękodzielniczej poprzez poszukiwanie pomysłów w internecie. Szycie ręczne. Nauka naprawy</p>	8	8	7	87,50

odzieży. Dekoracje okolicznościowe Umożliwienie kształtowania zainteresowań poczucia estetyki przez udział w zajęciach w pracowni.					odzieży. Dekoracje okolicznościowe Umożliwienie kształtowania zainteresowań poczucia estetyki przez udział w zajęciach w pracowni.				
---	--	--	--	--	---	--	--	--	--

* liczba osób, które w stopniu podstawowym opanują/opanowały zadanie

** stosunek liczby osób, które w stopniu podstawowym opanowały zadanie do planowanej liczby osób, które w stopniu podstawowym miały opanować zadanie (wartość miernika zrealizowanego do wartości miernika planowanego)

Roczny plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Hajnówce na rok 2025

	Zadania/Tematy	Termin realizacji	Sposób realizacji
	1	2	3
1	Kolędy ekumeniczne na Dziennym Oddziale Psychiatrycznym w Hajnówce, w Domu Miłosierdzia Samarytanin, na Oddziale Pielęgnacyjno- -Opiekuńczym w Hajnówce, Areszt Śledczy w Hajnówce, Hospicjum Proroka Eliasza w Makówce	styczeń/luty	Przygotowanie programu występu, przeprowadzenie prób i występ w w/w miejscach.
2	Wspólne występy kolędnicze z WTZ, ŚDS, SOSW oraz ze Stowarzyszeniem UTW	styczeń/ luty	Przygotowanie programu występu, przeprowadzenie prób i występ w w/w miejscach.
3	Przegląd Kolęd w Seminarium Duchownym w Białymstoku.	styczeń	Przygotowanie repertuaru, przeprowadzenie prób, zorganizowanie wyjazdu podopiecznych do Białegostoku.
4	Hajnowskie Spotkania z Kolędą Prawosławną w HDK	styczeń	Przygotowanie repertuaru, przeprowadzenie prób, występ.
5	Przegląd Kolęd i Pastoralek w ŚDS Łąźnie oraz w Przeglądzie Kolęd Siemiatycka Stajenka	styczeń	Przygotowanie repertuaru, przeprowadzenie prób, występ.
6	Cykliczne spotkania muzyczne, artystyczne oraz kulinarne - WTZ, ŚDS, SOSW w Hajnówce.	styczeń -czerwiec, wrzesień- grudzień	Regularne integracyjne spotkania muzyczne, artystyczne, kulinarne w trzech instytucjach.
7	Cykliczne spotkania muzyczne, kulinarne, rękodzielnicze z podopiecznymi Prawosławnego Domu Opieki "Samarytanin"	Cały rok kalendarzowy	Regularne, integracyjne spotkania w dwóch instytucjach
8	Cykliczne spotkania muzyczne, kulinarne, rękodzielnicze ze słuchaczami Stowarzyszenia UTW	Cały rok kalendarzowy	Regularne, integracyjne spotkania w dwóch instytucjach
9	Cykliczne spotkania "Czytamy Głośno"	Cały rok kalendarzowy	Zapraszanie do wspólnego czytania przedstawicieli różnych instytucji, działających na terenie powiatu hajnowskiego
10	Tłusty Czwartek w ŚDS.	luty	Pogadanka na temat tradycji Tłustego Czwartku. Wspólne smażenie pączków lub faworków.
11	Obchody Dnia Kobiet i Dnia Mężczyzn w ŚDS	marzec	Przygotowanie części artystycznej oraz poczęstunku.

12	Pokaz mody w Hajnowskim Domu Kultury	marzec	Zaproszenie przedstawicieli zaprzyjaźnionych placówek, prezentacja przygotowanych strojów w sali kolumnowej HDK
13	Powitanie Wiosny w ŚDS.	marzec	We współpracy ze Specjalnym Ośrodkiem Szkolno-Wychowawczym i WTZ w Hajnówce Wiosenna pogadanka, wiosenny konkurs wiedzy, wspólne wykonanie Marzanny
14	Tradycje Świąt Wielkanocnych według Kalendarza Gregoriańskiego i Juliańskiego.	kwiecień	Przypomnienie/ poznanie tradycji religijnych obchodów Wielkiej Nocy, prelekcja, filmy religijne, wykonanie kartek i stroików świątecznych, malowanie pisanek dekorowanie ośrodka, pieczenie ciast wielkanocnych
15	Przegląd Haftu i Koronki w Hajnowskim Domu Kultury.	kwiecień	Przygotowanie przez uczestników ŚDS prac na wystawę.
16	Obchody Dnia Ziemi.	kwiecień	Blok tematyczny o ekologii, Spotkanie z leśnikiem pogadanka.
17	Prace porządkowe, pielęgnacyjne ogródka ziołowego oraz na placu ŚDS.	marzec - listopad	Przekopanie ogródka, usunięcie martwych części roślin, nasadzenie nowych roślin, pielęgnacja, zbieranie ziół i suszenie ziół. Zaprojektowanie i wykonanie woreczków ziołowych, słoiczków z ziołami. Dbanie o porządek i estetykę placu wokół ŚDS. Zagospodarowanie działki przy ośrodku.
18	Obchody dnia solidarności z osobami Autystycznymi.	kwiecień	Pogadanka na temat autyzmu. Ewentualny udział w marszu solidarności z osobami autystycznymi
19	Udział w Konkursie Poetyckim/ Gali Disco Polo organizowanym przez WTZ w Hajnówce.	kwiecień/ maj	Przygotowanie uczestników do udziału w występie.
20	Impreza Integracyjna Osób Niepełnoprawnych na Pływalni Miejskiej w Hajnówce.	kwiecień	Udział uczestników ŚDS H-ka w zawodach pływackich, impreza integracyjna osób z niepełnosprawnościami
21	Tydzień Bibliotek	maj	Udział w Świącie Książki, wyjście do Biblioteki Miejskiej w Hajnówce.
22	Obchody Świąt 1 i 3 Maja.	maj	Pogadanka n/t Świąt 1 i 3 Maja, udział w miejskich obchodach Święta 3-go Maja złożenie kwiatów przed pomnikiem.
23	Przegląd Talentów Osób Niepełnosprawnych w HDK w Hajnówce (organizator SOSW w H-ce). Występ indywidualny ŚDS oraz występ grupowy podsumowujący współpracę trzech placówek	maj	Opracowanie scenariuszy występów, przeprowadzenie prób, występ artystyczny.
24	Spotkanie Integracyjne w Nowej Woli.	maj	Udział uczestników oraz kadry ŚDS w Spotkaniu Integracyjnym
25	Międzynarodowy Festiwal Hajnowskie Dni Muzyki Cerkiewnej	maj	Zorganizowanie wyjść uczestników ośrodka na próby zespołów chóralnych Hajnowskich Dni Muzyki Cerkiewnej i zwiedzanie wystaw towarzyszących Festiwalowi

26	Spotkanie z rodzinami/opiekunami uczestników ŚDS. Piknik Rodzinny	czerwiec	Występy artystyczne, prezentacja działalności ŚDS, słodki poczęstunek, wspólny grill.
27	Przegląd Piosenki Nowoczesnej w Michałowie organizowane przez WTZ w Nowej Woli.	czerwiec	Przygotowanie podopiecznych do występu muzycznego w Domu Kultury w Michałowie.
28	XIII Przegląd Twórczości Artystycznej ŚDS "Bliżej Siebie"	czerwiec/ wrzesień	Organizacja imprezy (rozesłanie kart zgłoszeń, zgodę na publikację wizerunku). Przygotowanie występu podopiecznych oraz scenografii.
29	Wycieczki krajoznawczo- turystyczne na terenie powiatu hajnowskiego.	lipiec/ wrzesień	Przygotowanie uczestników do wyjazdów (piesze, rowerowe, autokarowe), grzybobranie, zbieranie ziół i kwiatów do pracowni terapeutycznych, poznawanie historii odwiedzanych miejsc. Występ gwiazdy
30	Zajęcia rekreacyjno - sportowe.	czerwiec/ wrzesień	Nordic Walking, piłka nożna, siatkówka, tenis ziemny, tenis stołowy, inne gry ruchowe na świeżym powietrzu.
31	Puchar Polski Nordic Walking w Hajnówce.	sierpień /wrzesień	Przygotowanie uczestników do udziału w zawodach - systematyczne marsze uczestników ŚDS z kijkami
32	Spotkania z przedstawicielami KP Policji w Hajnówce.	wrzesień - listopad	Pogadanka na temat zasad bezpieczeństwa w codziennym życiu.
33	Plener malarski	sierpień/wrzesień	Zaproszenie przedstawicieli zaprzyjaźnionych placówek do wspólnego malowania. Integracja podopiecznych i kadry.
34	Udział w Rajdzie Nordic Walking Osób Niepełnosprawnych - - WTZ Hajnówka.	wrzesień	Przygotowanie uczestników do udziału w rajdzie Nordic Walking .
35	Święto pieczonego ziemniaka w ŚDS	wrzesień	Pogadanka o historii, walorach smakowych i odżywczych ziemniaków. Wspólne przygotowanie potraw z ziemniaków wraz z degustacją.

36	Przegląd Piosenki Biesiadnej w Klubie Garnizonowym w Białymstoku.	październik	Wybór piosenek i przygotowania podopiecznych do występu muzycznego org. przez ŚDS w Białymstoku i Stowarzyszenie Trampolina.
37	Obchody Dnia Wszystkich Świętych.	październik	Pogadanka na temat tradycji obchodów Dnia Wszystkich Świętych, wspomnienia o zmarłych podopiecznych, zapalenie zniczy na ich grobach.
38	Obchody Święta 11 Listopada.	listopad	Pogadanka na temat Święta Niepodległości, udział w uroczystościach miejskich złożenie kwiatów przez delegację.
39	Dzień Pracownika Socjalnego - obchody w ŚDS Hajnówka.	listopad	Wewnętrzne obchody.
40	Przegląd Sztuki Nieprofesjonalnej HDK w Hajnówce.	listopad	Przygotowanie prac na wystawę, udział uczestników ŚDS w otwarciu wystawy.
41	Andrzejkki w ŚDS	listopad	Pogadanka o tradycjach obchodów andrzejkowych, zabawy i wróżby, dyskoteka
42	Tradycje Wigilii i Świąt Bożego Narodzenia -przygotowanie Ośrodka do Spotkania Wigilijnego.	grudzień	Wigilia z udziałem osób zaproszonych, przygotowanie jasełek, robienie kartek i stroików, przygotowanie potraw wigilijnych, dekorowanie Domu.
43	Przegląd Kolęd Organizowany przez Akcję Katolicką Hajnówka i HDK	grudzień	Przygotowanie programu występu, przeprowadzenie prób i występ