

**RAMOWY TYGODNIOWY HARMONOGRAM PRACY
W ŚRODOWISKOWYM DOMU SAMOPOMOCY W PIONKACH
ROK 2020**

L.p	Dzień tygodnia	Godz.	Rozkład zajęć terapeutycznych
1.	PONIEDZIAŁEK	8.00-10.00	- Animoterapia – karmienie rybek, czynności porządkowe przy akwarium; poradnictwo psychologiczne dla uczestników – zajęcia z psychologiem;
		10.00-11.00	- Trening higieniczny – kąpiel pod prysznicem, toaleta poranna, zmiana odzieży; - Zajęcia muzyczne z elementami relaksacji i aromatoterapii;
		10.00-11.00	- Trening kulinarny – (grupa dyżurująca); przygotowanie śniadania dla grupy, przygotowywanie gorącego posiłku (zupa, zapiekanka itp.);trening umiejętności praktycznych
		11.00-11.30	- Wspólny posiłek; po posiłku trening umiejętności praktycznych;
		11.30-12.30	- Zajęcia świetlicowe (terapia zajęciowa);
		12.30-13.00	- Trening komunikacyjny – I grupa; - Zajęcia komputerowe; Próby Teatru Pralnia.
		13.00-14.00	- Przerwa na kawę;
		14.00-15.00	- Zajęcia świetlicowe c.d; trening spędzania czasu wolnego (zajęcia muzyczne, z książką); - Zajęcia w grupach-terapia indywidualna zgodna z IPW-A;

2.	WTOREK	8.00-10.00	- Animoterapia – karmienie rybek, wymiana wody w akwarium; - Zajęcia indywidualne - trening higieniczny; trening budżetowy; trening rozwiązywania umiejętności interpersonalnych i rozwiązywanie problemów; pomoc w załatwianiu spraw urzędowych; trening kulinarny – przygotowanie gorącego posiłku
		10.00 -11.00 11.00-12..00	- Wspólne spożywanie przygotowanego posiłku i prace porządkowe w pracowni - Zajęcia indywidualne/ praca w podgrupach – zgodnie z IPW-A; trening umiejętności komunikacyjnych – II grupa
		13.30-15.00	- Grupa grająca w piłkę nożną - wyjście na zajęcia na miejską halę sportową; - Pozostała grupa – c.d treningu kulinarnego – przygotowanie dla grupy kawy - zajęcia na powietrzu w zależności od warunków atmosferycznych; ergoterapia w ogrodzie
3.	ŚRODA	8.00-10.00	- Animoterapia – karmienie rybek, prace pielęgnacyjne przy akwarium; - Trening higieniczny; trening umiejętności praktycznych;
		10.00-11.00	- Trening kulinarny (grupa dyżurująca); trening prowadzenia gospodarstwa domowego; - Zajęcia świetlicowe; zajęcia w poszczególnych pracowniach - terapia zajęciowa;
		10.00-11.00	- Zajęcia z psychologiem w tym poradnictwo indywidualne dla uczestników;
		11.00-12.30	- Wspólny posiłek; po posiłku trening umiejętności praktycznych;
		12.30-13.00	- Trening praktyczny i prowadzenia gospodarstwa domowego; Próby Teatru Pralnia;
		13.00-14.00	- C.d treningu kulinarnego – wspólna kawa uczestników; prace porządkowe w pracowni po podwieczorku
		14.00-15.00	- Zajęcia ruchowe w siłowni lub na powietrzu - Terpaia indywidualna- (trening budżetowy; zajęcia komputerowe, terapia zajęciowa); - Trening spędzania czasu wolnego - Zajęcia

			bloku muzycznego, filmowego;
4.	CZWARTEK	8.00-10.00 10.00-11.00 10.00-11.00 11.00-15.30 lub 11.00-12.00 12.00-13.00 13.00-14.00 14.00-15.00	- Animoterapia – karmienie rybek, prace pielęgnacyjne przy akwarium; - Trening higieniczny; trening umiejętności praktycznych; - Trening relaksacyjny; trening budżetowy- zajęcia indywidualne; Trening kulinarny (grupa dyżurująca); - Wspólne spożywanie posiłku; po posiłku trening umiejętności praktycznych; - W miesiącach kwiecień – październik – wyjazd na hipoterapię - Zajęcia grupowe na świetlicy – terapia zajęciowa ; growo – trening umiejętności komunikacyjnych – I grupa; - Przerwa na kawę; - Trening porządkowy; Zajęcia komputerowe; Trening prowadzenia gospodarstwa domowego; Próby Teatru Pralnia - Zajęcia w grupach – trening spędzania czasu wolnego- muzyka, film, książka)
5.	PIĄTEK	8.00-10.00 10.00-11.00 10.00-11.00 11.00-13.30 13.30-15.00	- Animoterapia – karmienie rybek; prace pielęgnacyjne i porządkowe przy akwarium; - Trening higieniczny; Trening relaksacyjny przy muzyce; - Trening kulinarny (grupa dyżurująca); Trening prowadzenia gospodarstwa domowego w tym prace porządkowe; trening budżetowy; trening komunikacyjny – i grupa - Wspólny posiłek; po posiłku Trening umiejętności praktycznych; - Trening umiejętności komunikacyjnych praca indywidualna i grupowa - II grupa - Zajęcia sensoryczne, w tym tym Metoda Knillów i Metoda Denisona oraz próby Teatru Pralnia. - Trening ruchowy – zajęcia w sali lub na powietrzu – w zależności od warunków atmosferycznych.

			– Poradnictwo psychologiczne dla rodzin uczestników w zależności od aktualnych potrzeb. - Ergoterpia – zajęcia uzależnione od aktualnych warunków atmosferycznych.
--	--	--	---

Dodatkowo, po wspólnym ustaleniu terminu, w danych daniach realizowane będą wyjazdy na wycieczki, do kina, teatru oraz na przedsięwzięcia realizowane przez zaprzyjaźnione placówki.

W okresie letnim plan często ulega zmianie z uwagi na wprowadzanie pieszych wędrówek i wycieczek do okolicznej Puszczy Kozienskiej oraz wyjazdy na zaproszenia do udziału w imprezach sportowych, spotkaniach towarzyskich, kierowane z innych placówek.

OPRACOWAŁA: