

WPLYNEŁO 109 011  
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie  
w Goleniowie  
Data ..... 01/05/2021 .....  
Ilość załączników .....  
Podpis ..... NOWOSIŃSKO .....

## Roczne sprawozdanie z działalności rehabilitacyjnej i wykorzystania środków finansowych Warsztatu Terapii Zajęciowej w Nowogardzie za rok 2020

Działalność Warsztatu Terapii Zajęciowej w Nowogardzie w roku 2020 r. finansowana była ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych na podstawie umowy nr ODD/WTZ/03/2000 zawartej z Państwowym Funduszem Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych w Warszawie w dniu 27 grudnia 2000r. W dniu 2 grudnia 2002r. Powiat Goleniowski zawarł z Zachodniopomorskim Towarzystwem Pomocy Osobom Niepełnosprawnym w Nowogardzie umowę nr 8213-9-1/02 dotycząca Finansowania kosztów Warsztatu Terapii Zajęciowej.

### 1. Charakterystyka uczestników warsztatu oraz frekwencja w 2020 roku.

W zajęciach warsztatowych w roku 2020 brało udział 30 uczestników.

#### • Przedział wiekowy

21-30 lat - 11 osób,  
31-40 lat - 9 osób,  
41-50 lat - 7 osób,  
51-60 lat - 3 osoby.

#### • Płeć

Żeńska - 15 osób,  
Męska - 15 osób.

#### • Stopnie niepełnosprawności

Stopień znaczny - 26 osób,  
Stopień umiarkowany - 4 osoby.

#### • Rodzaje niepełnosprawności

##### Schorzenia wiodące:

7 osób - upośledzenie umysłowe,  
4 osoby - choroba neurologiczna,  
9 osób - choroba psychiczna,  
1 osoba - upośledzenie narządu ruchu,  
1 osoba - choroba narządu wzroku,  
1 osoba - inne, metaboliczne, endokrynologiczna itp.

##### Schorzenia sprzężone:

1 osoba - choroba neurologiczna, upośledzenie umysłowe,  
1 osoba - ze schorzeniami neurologicznymi, z dysfunkcją narządu ruchu,  
1 osoba - upośledzenie umysłowe, choroba psychiczna, epilepsja,  
1 osoba - choroba psychiczna, choroba układu oddechowego i krążenia,

1 osoba - choroba psychiczna, upośledzenie narządu ruchu, choroba neurologiczna,  
1 osoba- upośledzenie umysłowe, inne, metaboliczne, endokrynologiczne...,  
1 osoba - upośledzenie umysłowe, zaburzenia głosu, mowy i choroby słuchu, choroba narządu wzroku.

Uczestnicy WTZ w roku 2020 brali aktywny udział w zajęciach warsztatowych. Terapia i rehabilitacja przebiegała w trybie stacjonarnym, gdzie podopieczni wspólnie rozwijali swoje talenty, ćwiczyli umiejętności społeczne i zawodowe, integrowali się i rehabilitowali, a także w systemie niestacjonarnym, poprzez który uczestnicy realizowali indywidualny program rehabilitacji zgodnie z opracowanym przez terapeutów planem pracy zdalnej.

## **2. Charakterystyka poszczególnych pracowni.**

### **Pracownia poligraficzno-komputerowa.**

Zajęcia w pracowni poligraficzno-komputerowej w roku 2020 prowadzone były dla sześciu uczestników. Brały w nich udział osoby:

- z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, całościowym zaburzeniem rozwoju,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, upośledzeniem umysłowym, zaburzeniem głosu, mowy i chorobami słuchu oraz chorobami narządu wzroku,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, chorobą neurologiczną,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, chorobą psychiczną,
- z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, upośledzeniem umysłowym,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, chorobą psychiczną.

W roku 2020 w miesiącu styczniu z pracowni poligraficzno-komputerowej odeszła jedna osoba, która nie przejawiała chęci uczestnictwa w terapii. Na jej miejsce została przyjęta osoba z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności z całościowym zaburzeniem rozwoju.

Zgodnie z indywidualnymi programami rehabilitacji i terapii w pracowni poligraficzno-komputerowej realizowano zadania:

### **W pierwszym półroczu 2020 roku:**

#### **1. Rozwijanie zaradności osobistej:**

- wdrażanie procedur (w teorii i praktyce) dbania o higienę osobistą związaną obostrzeniami dotyczącymi Covid-19,
- dbanie o wygląd zewnętrzny,
- utrzymanie czystości w pracowni,
- dbanie o porządek i higienę na własnym stanowisku pracy,
- usamodzielnienie w podstawowych czynnościach domowych (zamiatanie i mycie podłogi, ścieranie kurzu, dezynfekcja powierzchni i przedmiotów).

## **2. Rozwijanie umiejętności zawodowych:**

- przestrzeganie regulaminu WTZ i planu dnia pracy,
- kształtowanie nawyku przestrzegania dyscypliny pracy (punktualność, planowanie),
- odpowiedni stosunek do obowiązków (dyscyplina, odpowiedzialność za powierzone zadanie),
- organizacja stanowiska pracy,
- nauka samodzielnego rozwiązywania problemów,
- dokonywanie prawidłowych wyborów.

## **3. Rehabilitacja w pracowni poligraficzno-komputerowej:**

### **A) Komputer jako narzędzie pracy:**

- przestrzeganie regulaminu obowiązującego w pracowni oraz zasad BHP- zachowanie bezpieczeństwa na stanowisku pracy,
- prawidłowe uruchomienie zestawu komputerowego,
- szanowanie cudzej własności.

### **B) Elementy komputera i ich funkcje:**

- nabywanie, utrwalanie umiejętności obsługi i podłączenia sprzętu multimedialnego i kompatybilnego z komputerem,
- wskazywanie podstawowych elementów zestawu komputerowego i omówienie ich przeznaczenia (drukarka, skaner, rzutnik multimedialny, głośniki),
- omawianie najważniejszych elementów budowy wewnętrznej komputera.

### **C) Sposoby komunikowania się z komputerem w środowisku Windows:**

- utrwalenie pojęć: program, oprogramowanie, system operacyjny, środowisko pracy, dokument,
- charakterystyka najważniejszych elementów środowiska Windows: okno, pulpit, ikony, przyciski, pasek zadań,
- klasyfikowanie typów okien i omawianie ich budowy oraz przeznaczenia,
- interpretowanie komunikatów systemu operacyjnego,
- zarządzanie plikami i folderami w systemie Windows,
- tworzenie folderów,
- kopiowanie i przenoszenie plików do folderów,
- wykonanie operacji usuwania plików lub folderów.

## **W drugim półroczu 2020 roku:**

### **1. Rehabilitacja społeczna:**

- trening pozytywnego myślenia, utrzymania wiary w siebie,
- trening rozwiązywania problemów w trudnych sytuacjach międzyludzkich,
- kształtowanie poczucia odpowiedzialności za samodzielnie podejmowane decyzje i dokonywane wybory,
- utrwalenie właściwego stosunku do przełożonych,

- kształtowanie umiejętności komunikacji interpersonalnej,
- uświadomienie wartości i znaczenia pracy,
- praca nad emocjami (nauka panowania nad negatywnymi emocjami),
- wzmacnianie umiejętności samodzielnego podejmowania racjonalnych decyzji.

## **2. Rehabilitacja w pracowni poligraficzno – komputerowej:**

### **A) Nabywanie i rozwijanie umiejętności obsługi programów:**

- Microsoft Word,
- Microsoft Excel,
- Microsoft Power Point,
- Paint,
- obsługa programów multimedialnych.

### **B) Przeglądarka internetowa źródłem wiedzy:**

- przypomnienie ogólnych zasad dotyczących przeglądarki internetowej,
- otwieranie stron WWW, adresu URL, witryn internetowych.

### **C) Praktyczne wykorzystywanie zasobów Internetu podczas pracy zdalnej:**

- wyszukiwanie informacji korzystając z przeglądarki internetowej,
- korzystanie ze stron edukacyjnych,
- pozyskiwanie plików graficznych i muzycznych,
- aktywny udział w wideorozmowach i zajęciach on-line,
- korzystanie z poczty internetowej (odbieranie, wysyłanie plików i materiałów dydaktycznych poprzez pocztę e-mail).

### **D) Ćwiczenia wspomagające rozwój intelektualny uczestnika podczas pracy zdalnej:**

- kaligrafia,
- zajęcia usprawniające logiczne myślenie,
- ćwiczenia motoryki małej,
- zadania matematyczne,
- ortografia,
- praca z tekstem.

### **Trening ekonomiczny**

- ćwiczenia orientacji w wydatkach i dochodach,
- trening oszczędzania na wyznaczony cel,
- planowanie wydatków,
- samodzielne dokonywanie zakupów.

### **Kontakt z rodziną**

Kontakt z rodziną utrzymywany był systematycznie. Rozmawiano na temat potrzeb uczestnika, jego stanu zdrowia, zachowania i nieobecności. Sprawy dotyczące funkcjonowania placówki w czasie pandemii były na bieżąco omawiane z rodzicami, jak i z samymi uczestnikami.

- kontakt telefoniczny,
- listowny,
- osobisty.

### **Pracownia plastyczna.**

Zajęcia w pracowni plastycznej w roku 2020 przeprowadzone były dla sześciu uczestników, brały w nich udział osoby:

- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, upośledzeniem umysłowym i epilepsją,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, upośledzeniem umysłowym,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, chorobą psychiczną,
- z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, upośledzeniem umysłowym,
- z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, upośledzeniem umysłowym, chorobą psychiczną i epilepsją,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, upośledzeniem umysłowym i chorobą psychiczną.

Zgodnie z indywidualnymi programami rehabilitacji i terapii w pracowni plastycznej zrealizowano zadania:

### **W pierwszym półroczu 2020 roku:**

#### **1. Rozwijanie zaradności osobistej:**

- wyrabianie nawyku przestrzegania zasad higieny osobistej i bezpieczeństwa (podstawowe zasady profilaktyki zdrowotnej w czasie panującej pandemii),
- utrzymanie czystości w pracowni,
- dbanie o porządek na własnym stanowisku pracy,
- posługiwanie się sprzętem AGD (żelazko, pralka, kuchenka, kuchenka mikrofalowa, mikser),
- usamodzielnienie w podstawowych czynnościach domowych (zamiatanie i mycie podłogi, ścieranie kurzy),
- kształtowanie i utrwalanie nawyków prawidłowego posługiwania się sztucami.

#### **2. Rozwijanie umiejętności zawodowych:**

- kształtowanie umiejętności organizacji pracy, samodzielności wykonywania zadań, umiejętność pracy według harmonogramu planu pracy( praca zdalna),
- przestrzeganie obowiązującego regulaminu WTZ,
- kształtowanie nawyku przestrzegania dyscypliny pracy (punktualność, planowanie),
- odpowiedni stosunek do obowiązków (dyscyplina, odpowiedzialność za powierzone zadanie w trybie stacjonarnym i niestacjonarnym),
- organizacja stanowiska pracy,

- dokonywanie prawidłowych wyborów.

### **3. Rehabilitacja w pracowni plastycznej:**

#### **Utrwalanie i poznawanie różnorodnych form plastycznych:**

##### **a) Papieroplastyka**

- szkicowanie ołówkiem, rysowanie kredkami ołówkowymi, świecowymi i pastelami,
- wyklejanie obrazów na desce kulkami z bibuły, skóry i kolorowych gazet,
- malowanie farbami plakatowymi, witrażowymi, akwarelowymi,
- modelowanie i lepienie z masy solnej, modeliny i plasteliny,
- wykonywanie ozdób świątecznych z bibuły oraz krepy.

##### **b) Warsztat krawiecki:**

- zapoznanie się i utrwalenie znajomości przyborów i narzędzi w pracowni,
- wycinanie kształtów z materiału, według wzoru (kwiaty, gwiazdy, listki),
- nauka podstawowych ściegów ręcznych.

##### **c) Dodatkowe zajęcia:**

Rozmowy z uczestnikami na temat:

- panującej epidemii (zasady, bezpieczeństwo, profilaktyka),
- organizacji czasu wolnego,
- radzenia sobie w sytuacjach stresowych (kształtowanie umiejętności skutecznego radzenia sobie ze stresem).

#### **W drugim półroczu 2020 roku:**

##### **1. Rehabilitacja społeczna:**

- kształtowanie współpracy, asertywności, odpowiedzialności, zasad partnerstwa, rozwiązywania problemów, właściwej komunikacji interpersonalnej,
- praca nad własnymi emocjami i ich kontrolą,
- stosowanie form grzecznościowych adekwatnych do sytuacji,
- trening rozwiązywania problemów w trudnych sytuacjach międzyludzkich w czasie pandemii,
- wiara we własne siły, możliwości pokonywania lęku przed nowymi wyzwaniami (praca zdalna),
- zachęcenie i motywowanie do realizacji programu rehabilitacji podczas pracy zdalnej.

##### **2. Rehabilitacja w pracowni plastycznej:**

#### **Utrwalanie i poznawanie różnorodnych form plastycznych:**

##### **a) Rysunek:**

- szkicowanie ołówkiem,
- rysowanie kredkami ołówkowymi, pastelami i węglem.

**b) Rzeźba:**

- masy plastyczne (masa solna, modelina, plastelina),
- recykling (obklejanie butelek plastikowych masą solną).

**c) Dekoratorstwo i zdobnictwo:**

- wyklejanie obrazów na desce kulkami z bibuły, skóry i kolorowych gazet,
- tworzenie stroików świątecznych (Dzień Wszystkich Świętych),
- wykonywanie kartek bożonarodzeniowych,
- wykonywanie oraz zdobienie bombek choinkowych,
- collage- wyklejanie, wycinanie, wydzieranie z papieru,
- nawlekanie koralików.

**d) Warsztat krawiecki:**

- utrwalanie podstawowych ściegów ręcznych,
- kolorystyczny dobór nici do tkaniny,
- przyszywanie guzików.

**Trening ekonomiczny:**

- kształtowanie umiejętności oszczędzania,
- planowanie wydatków, oszczędne gospodarowanie budżetem oraz wydawanie pieniędzy w celu zakupu akcesoriów do pracy zdalnej,
- rozróżnianie nominałów pieniądza,
- orientacja w cenach niezbędnych produktów.

**Kontakt z rodziną:**

- kontakt telefoniczny,
- listowny,
- osobisty.

Stały kontakt telefoniczny z uczestnikiem i jego rodziną. Na bieżąco omawialiśmy potrzeby uczestnika, a w odpowiedzi udzielaliśmy konkretniej pomocy oraz wskazówek dotyczących terapii. Rozmowy miały również charakter serdecznych pogawędek.

**Pracownia manualno-ruchowa.**

Zajęcia w pracowni manualno-ruchowej w roku 2020 prowadzone były dla sześciu uczestników, brały w nich udział osoby:

- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, upośledzeniem narządu ruchu,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, chorobą neurologiczną,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, upośledzeniem umysłowym,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, chorobą neurologiczną,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, chorobą psychiczną,

- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, ze schorzeniami neurologicznymi i dysfunkcją narządu ruchu.

Zgodnie z indywidualnym programem rehabilitacji i terapii w pracowni manualno- ruchowej realizowano zadania:

### **W pierwszym półroczu 2020 roku:**

#### **1. Rozwijanie zaradności osobistej, oraz zwiększenie samodzielności w zakresie wykonywania czynności życia codziennego:**

- wyrabianie nawyku przestrzegania zasad higieny osobistej i bezpieczeństwa w czasie panującej pandemii koronawirusa,
- podstawowe zasady profilaktyki zakażeń,
- usamodzielnianie w podstawowych czynnościach domowych, tj. zamiatanie, mycie podłogi, podlewanie kwiatów,
- wyrabianie nawyku dbania o porządek w swoim najbliższym otoczeniu: np. odnoszenie po sobie naczyń, wycieranie stołu, wynoszenie śmieci,
- trening estetycznego spożywania posiłku, doskonalenie czynności posługiwania się sztućcami,
- trening samodzielnego ubierania i zdejmowania odzieży wierzchniej,
- kształtowanie nawyku dbania o ubiór (odwieszanie odzieży),
- trening pisania (podpisywanie się imieniem i nazwiskiem).

#### **2. Rehabilitacja w pracowni manualno-ruchowej:**

a) arteterapia:

- rysowanie kredkami, ołówkiem, pastelami, kredą,
- papieroplastyka, kartki okolicznościowe, laurki,
- wydzieranie, rwanie i zagniatanie papieru,
- wyklejanie bibułą, plasteliną,
- malowanie farbami.

b) ćwiczenia motoryki małej:

- ćwiczenia graficzne (np. pisanie po śladzie, rysowanie szlaczków literopodobnych w liniaturze),
- ćwiczenia percepcji wzrokowej (np. nawlekanie koralików).

c) ćwiczenia, zadania usprawniające logiczne myślenie:

- karty pracy,
- układanie puzzli, klocków,
- układanie figur wg. wzoru.

d) zajęcia dodatkowe:



- kształtowanie/utrwalanie umiejętności podpisywania się imieniem i nazwiskiem,
- rozmowy z uczestnikami na temat:
  - e) panującej epidemii koronawirusa (zasady, bezpieczeństwo, profilaktyka),
  - f) organizacji czasu wolnego,
  - g) radzenia sobie w sytuacjach stresowych,
  - h) kształtowanie umiejętności skutecznego radzenia sobie ze stresem.

### **3. Rehabilitacja społeczna (socjalizacja):**

- nauka pozawerbalnego porozumiewania się z otoczeniem, komunikowania potrzeb, chęci,
- kształtowanie odpowiedniego zachowania się w stosunku do kolegów i koleżanek,
- umiejętne radzenie sobie ze stresem i frustracją, niwelowanie zachowań agresywnych, (autoagresji),
- motywowanie do nawiązywania kontaktów interpersonalnych z osobami w najbliższym otoczeniu,
- wpajanie zwrotów grzecznościowych,
- przestrzeganie zasad i reguł życia społecznego.

### **W drugim półroczu 2020 roku:**

#### **1. Rozwijanie umiejętności zawodowych:**

- nabywanie umiejętności samodzielnej pracy:
  - organizacja pracy zgodnie z harmonogramem dnia,
  - kształtowanie umiejętności utrzymania samodyscypliny,
  - wyrabianie nawyku systematyczności,
- wdrażanie do przestrzegania dyscypliny pracy (punktualność, zaangażowanie, odpowiedzialność),
- wyrabianie odpowiedniego stosunku do powierzonych zadań (odpowiedzialność za wykonanie zadania w trybie stacjonarnym i niestacjonarnym),
- wyrabianie odpowiedniego stosunku do obowiązków,
- wpajanie zakazów, nakazów i obostrzeń obowiązujących w pracowni (placówce),
- egzekwowanie odpowiedniego zachowania, działania mającego na celu dostosowania się do poleceń przełożonych,
- kształtowanie nawyku dokładności, staranności i wytrwałości w pracy.

#### **2. Rehabilitacja w pracowni manualno-ruchowej:**

W trakcie pracy zdalnej (w formie kart pracy):

- usprawniano funkcje wzrokowe (np. wyodrębnianie różnic w obrazkach, uzupełnienie braków we wzorach),
- ćwiczono sprawność grafomotoryczną (np. kopiowanie rysunków, labirynty, malowanki, wypełnianie konturów),
- pracowano metodą arteterapii:
  - rysowanie kredkami, pastelami,

- papieroplastyka, kartki okolicznościowe, laurki,
  - wydzieranie z papieru,
  - wyklejanie bibułą, plasteliną,
  - malowanie farbami,
  - tworzenie wyrobów okolicznościowych,
- odbywał się trening przestrzegania ustalonego trybu dnia pracy.

### **3. Rehabilitacja społeczna (socjalizacja):**

- zachęcanie i motywowanie do realizacji indywidualnego programu rehabilitacji podczas pracy zdalnej (karty pracy- teczka, wideorozmowa),
- wiara we własne siły, możliwości pokonywania lęku przed nowym i nieznanym (praca zdalna),
- utrzymywanie relacji interpersonalnych poprzez udział w wideorozmowach,
- budowanie poczucia przynależności do grupy.

#### **Trening ekonomiczny:**

- kształtowanie świadomości oszczędzania,
- planowanie wydatków, oszczędne gospodarowanie budżetem oraz racjonalne wydawanie pieniędzy (m.in. na zakup akcesoriów do pracy zdalnej).

#### **Kontakt z rodziną:**

Wymiana informacji odbywała się w formie wideorozmów, korespondencyjnie i telefonicznie. Rozmowy dotyczyły nieobecności uczestnika, jego stanu zdrowia i potrzeb. Podczas dialogu omawiano także powierzone zadania w pracy zdalnej oraz przekazywano uczestnikom i ich opiekunom wskazówki, w jaki sposób prawidłowo realizować program rehabilitacji w domu. Odbywały się również rozmowy wsparcia i pomocy w sytuacjach trudnych i kryzysowych wynikających z izolacji.

#### **Pracownia stolarska.**

Zajęcia w pracowni stolarskiej w roku 2020 prowadzone były dla sześciu uczestników, brały w nich udział osoby:

- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, chorobą psychiczną, chorobą układu oddechowego i krążenia,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, chorobą narządu wzroku,
- z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, upośledzeniem umysłowym,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, chorobą psychiczną,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, chorobą psychiczną, upośledzeniem narządu ruchu, chorobą neurologiczną,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, upośledzeniem umysłowym.

Zgodnie z indywidualnymi programami rehabilitacji i terapii w pracowni stolarskiej realizowano zadania:

## W pierwszym półroczu 2020 roku:

### **1. Utrwalanie i podtrzymanie znajomości zasad BHP i p.poż**

- poznanie i podtrzymanie poznanych przepisów oraz zasad bezpieczeństwa higieny pracy i p.poż w zakresie niezbędnym w czasie wykonywania zadań w pracowni stolarskiej,
- nabycie umiejętności wykonywania pracy w sposób bezpieczny dla siebie i innych osób, postępowania w sytuacjach awaryjnych oraz udzielenia pomocy osobie, która uległa wypadkowi.

### **2. Doskonalenie i podtrzymanie sprawności manualnych poprzez wykonywanie prac ręcznych:**

- rozróżnianie i dobieranie odpowiedniego narzędzia do wykonywanej pracy,
- nabywanie umiejętności obsługi sprzętu stolarskiego,
- nabywanie umiejętności obsługi maszyn warsztatowych,
- nabywanie umiejętności toczenia i obróbki drewna,
- nabywanie umiejętności posługiwania się sprzętem ręcznym (piła ręczna, imadło, wkrętarka, klucze, dłuta, świdry, materiały ściernie),
- wycinanie elementów drewnianych,
- łączenie elementów za pomocą kleju, śrub, gwoździ lub zszywek,
- szlifowanie,
- heblowanie,
- lakierowanie, bejcowanie lub malowanie powierzchni drewnianych,
- wykonywanie ozdób z drewna,
- nabywanie umiejętności przeznaczenia naturalnych i chemicznych środków stosowanych w stolarstwie takich jak: pokosty, lakiery, kleje, bejce, farby,
- wykonywanie drobnych przedmiotów gospodarstwa domowego,
- nabywanie umiejętności barwienia drewna,
- nabywanie umiejętności montażu gotowych elementów poprzez różne techniki,
- nabywanie umiejętności wycinania kształtów okolicznościowych, tworzenie ramek, karmników, lampionów,
- tworzenie półproduktów do dalszej obróbki w innych pracowniach.

### **3. Doskonalenie sprawności manualnych poprzez:**

- korygowanie i kompensowanie braków w zależności od indywidualnych potrzeb uczestnika,
- usprawnianie koordynacji wzrokowo-ruchowej oraz przygotowanie do samodzielnego wykonywania zadań,
- łączenie elementów konstrukcyjnych,
- łączenie różnych materiałów za pomocą kleju, śrub, gwoździ lub zszywek,
- projektowanie wzorów i konstruowanie przedmiotów z drewna,
- poprawne trzymanie narzędzi i posługiwanie się nimi,
- nanoszenie wymiarów,
- barwienie drewna,

- trasowanie,
- montaż gotowych elementów poprzez różne techniki,
- drobne naprawy,
- wypalanie w drewnie,
- wycinanie kształtów,
- tworzenie: ramek, donic na kwiaty, karmników, lampionów,
- tworzenie półproduktów do dalszej obróbki w innych pracowniach.

#### **4. Przygotowanie uczestników do życia w środowisku społecznym:**

- przestrzeganie zasad BHP i p.poż,
- profilaktyka oraz zasady postępowania w czasie pandemii,
- rozbudzenie poczucia przynależności do społeczności lokalnej,
- rozwijanie umiejętności współpracy i współżycia z innymi ludźmi,
- kształtowanie umiejętności porozumiewania się z otoczeniem,
- wykorzystywanie umiejętności werbalnych i pozawerbalnych,
- wdrażanie do kulturalnego, społecznie akceptowanego sposobu życia, eliminowanie zachowań niepożądanych,
- zapoznanie z najbliższym środowiskiem społeczno-przyrodniczym.

#### **5. Trening ekonomiczny:**

- zarządzanie pieniędzmi,
- poznanie wartości pieniądza,
- trening planowania wydatków,
- trening samodzielnych zakupów,
- trening umiejętności oszczędzania.

#### **6. Kontakt z rodziną:**

- kontakt telefoniczny,
- kontakt listowny,
- rozmowy indywidualne,
- poradnictwo,
- konsultacje.

Kontakt dotyczył planowanych zadań, nieobecności, oraz postępów w procesie rehabilitacji i terapii.

#### **W drugim półroczu 2020 roku:**

##### **1. Podtrzymanie i utrwalenie zasad BHP i p.poż:**

- utrwalanie zasobu wiedzy z zakresu bezpieczeństwa higieny pracy i p.poż,

- nabywanie umiejętności wykonywania pracy w sposób bezpieczny dla siebie i innych osób, postępowania w sytuacjach awaryjnych oraz udzielenia pomocy osobie, która uległa wypadkowi.

## **2. Doskonalenie i podtrzymanie zakresu zajęć technicznych:**

- nabywanie umiejętności obsługi sprzętu stolarskiego,
- nabywanie umiejętności ręcznej obróbki drewna,
- nabywanie umiejętności posługiwania się sprzętem ręcznym (piła ręczna, imadło, wkrętarka, klucze, dłut, świdry, materiały ściernie),
- wycinanie elementów drewnianych,
- łączenie elementów za pomocą kleju, śrub, gwoździ,
- szlifowanie,
- lakierowanie, bejcowanie lub malowanie powierzchni drewnianych,
- wykonywanie ozdób z drewna,
- nabywanie umiejętności barwienia drewna,
- nabywanie umiejętności montażu gotowych elementów poprzez różne techniki,
- nabywanie umiejętności wycinania kształtów okolicznościowych.

## **3. Wdrażanie do praktycznego zastosowania zasad etyki życia codziennego, społecznego oraz rozwijanie zaradności osobistej:**

- profilaktyka oraz zasady postępowania w czasie pandemii,
- trening prawidłowej komunikacji wewnątrzrodzinnej,
- kształtowanie i podtrzymanie nawyku utrzymania porządku,
- kształtowanie świadomości ekologicznej i zachowań proekologicznych,
- trening przestrzegania zasad kultury osobistej,
- kształtowanie umiejętności porozumiewania się,
- kształtowanie koncentracji,
- kształtowanie cierpliwości i wytrwałości oraz poczucia odpowiedzialności,
- trening wdrażanie efektu zadowolenia z własnej pracy,
- trening dokonywania właściwego wyboru,
- trening zachowania higieny osobistej.

## **4. Trening ekonomiczny:**

- zarządzanie pieniędzmi,
- trening planowania wydatków,
- trening samodzielnych zakupów,
- trening umiejętności oszczędzania.

## **5. Kontakt z rodziną:**

- kontakt telefoniczny,
- kontakt listowny,

- indywidualne rozmowy,
- poradnictwo,
- konsultacje.

Kontakt dotyczył planowanych zadań, wsparcia instruktazowego telefonicznego.

#### **6. W ramach pracowni prowadzone są zajęcia pedagogiczno-rewalidacyjne, które mają na celu:**

- usprawnianie funkcji percepcyjno-motorycznych,
- doskonalenie procesu pisania i czytania,
- rozwijanie myślenia arytmetycznego, utrwalanie wiadomości i umiejętności, również w zakresie języka polskiego, podstawowej wiedzy o świecie, wiedzy przyrodniczej,
- ćwiczenia usprawniające koncentrację uwagi,
- ćwiczenia plastyczne, twórczość własna, kolorowanie.

#### **Pracownia gospodarstwa domowego.**

Zajęcia w pracowni gospodarstwa domowego w roku 2020 prowadzone były dla sześciu uczestników. Brały w nim udział osoby:

- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, w tym inne schorzenia,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, chorobą neurologiczną,,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, chorobą psychiczną,
- ze znacznym stopniem niepełnosprawności, upośledzeniem umysłowym.

W miesiącu wrześniu jeden uczestnik ze znacznym stopniem niepełnosprawności, chorobą psychiczną, został tymczasowo zawieszony w zajęciach terapii z powodu panującej pandemii Covid-19 (mieszkaniec DPS), a jego miejsce zajął uczestnik, ze znacznym stopniem niepełnosprawności, upośledzeniem umysłowym, który był gotów do podjęcia pracy w pracowni gospodarstwa domowego.

#### **W pierwszym półroczu 2020 roku:**

##### **1. Rozwijanie zaradności osobistej:**

- wpajanie teorii i praktyki dbania o higienę osobistą związaną z obostrzeniami Covid - 19,
- profilaktyka przed zakażeniami oraz zachowań prozdrowotnych (dezynfekcja),
- zajęcia z gospodarstwa domowego; higieniczne i estetyczne przyrządzanie posiłków, prace porządkowe, obsługa urządzeń technicznych w reżimie sanitarnym,
- przestrzeganie regulaminu i planu pracy,
- odpowiedni stosunek do obowiązków (punktualność),
- ćwiczenia w zakresie dokładności pracy oraz przestrzegania dyscypliny pracy,
- ćwiczenia w zakresie samodzielnego planowania, kontrolowania i wykonywania pracy,
- umiejętność pracy pod presją czasu (ograniczony czas na wykonanie danego zadania),
- trening ekonomiczny.

## **2. Rozwijanie umiejętności zawodowych:**

- trening umiejętności pracy w zespole i współodpowiedzialności za wykonywane zadania,
- rozwijanie motywacji i tempa pracy,
- nauka umiejętności doboru składników niezbędnych do przygotowania potraw,
- ćwiczenia wytrwałości i odpowiedzialności za doprowadzenie powierzonego zadania do końca,
- umiejętność przyjmowania krytyki,
- podnoszenie sprawności manualnej i ruchowej,
- utrwalanie umiejętności przygotowania prostych posiłków,
- umiejętność organizacji stanowiska pracy,
- poznawanie sposobów przyrządzania potraw tj. zupy, sosy, sałatki,
- planowanie jadłospisów- właściwy dobór i łączenie składników.

## **3. Doskonalenie umiejętności zawodowych w pracowni gospodarstwa domowego:**

- podtrzymywanie i wyrabianie samodzielności w zakresie przygotowania posiłków, zachowania czystości i wykonywania obowiązków domowych,
- wyrabianie umiejętności pracy w grupie,
- kształtowanie systematyczności i obowiązkowości,
- przestrzeganie przepisów BHP,
- nauka posługiwania się prostymi narzędziami kuchennymi,
- sprzątanie, zmywanie, gotowanie, smażenie, pranie, pieczenie, prasowanie zgodnie z obowiązującymi zasadami higienicznymi i sanitarnymi, z zastosowaniem środków do tego przeznaczonych (detergenty, środki do dezynfekcji i ochrony),
- korzystanie z przepisów kulinarnych,
- obsługa sprzętu- kuchenka mikrofalowa, czajnik bezprzewodowy, żelazko,
- kształtowanie umiejętności przygotowania stanowiska pracy i dbania o zachowanie przy nim czystości,
- nabywanie i utrwalanie umiejętności samodzielnego nakrywania do stołu, doboru odpowiednich sztućców, estetycznego podawania pieczywa, dekoracji stołu,
- nauka przygotowania posiłków na specjalne okazje np. urodziny.

## **W drugim półroczu 2020 roku:**

### **1. Rehabilitacja społeczna:**

- trening podstawowych umiejętności komunikacji społecznej,
- utrzymywanie relacji interpersonalnych,
- praca nad własnymi emocjami i ich kontrolą,
- trening rozwiązywania problemów w trudnych sytuacjach międzyludzkich w czasie pandemii,
- utrwalanie wiary we własne siły, możliwości i pokonywanie lęku przed nowymi wyzwaniami (praca zdalna),
- zachęcanie, motywowanie do realizacji programu rehabilitacji w czasie pracy zdalnej (karty pracy – teczka, wideorozmowa).

## **2. Rehabilitacja w pracowni gospodarstwa domowego:**

- wyrabianie nawyku noszenia maseczek chroniących nos i usta oraz częstej dezynfekcji rąk, podczas przyrządzania posiłków,
- wyrabianie nawyków higienicznych i estetycznych podczas wykonywania czynności kulinarnych,
- dbanie o higienę i porządek otoczenia z użyciem środków chemicznych stosowanych w kuchni w czasie reżimu sanitarnego,
- rozwijanie nawyku zakładania odzieży ochronnej, zwracanie uwagi na estetykę i czystość odzieży własnej,
- kształtowanie umiejętności wykonywania trudniejszych czynności kulinarnych takie jak np. smażenie, formowanie (np. pulpetów, kotletów, itd.), odmierzanie składników, przyprawianie potraw,
- wzrost wiedzy na temat planowania posiłków, układania jadłospisów,
- zapoznanie się z zasadami prawidłowego przechowywania żywności,
- rozwijanie intelektualne uczestnika (karty pracy- kaligrafia, zajęcia usprawniające logiczne myślenie, koordynacja wzrokowo-ruchowa, ćwiczenia motoryki małej, zajęcia praktyczne),
- rozwijanie umiejętności współpracy podczas pracy zdalnej.

### **Trening ekonomiczny:**

- umiejętności oszczędzania,
- analiza możliwości finansowych,
- planowanie wydatków (np. zakup akcesoriów do nauki zdalnej).

### **Kontakt z rodziną:**

- kontakt listowny,
- kontakt telefoniczny,
- kontakt poprzez portal społecznościowy.

Stały kontakt telefoniczny z uczestnikiem i jego rodziną. Na bieżąco omawiane były potrzeby uczestnika, problemy dnia codziennego, jak również problemy występujące podczas pracy zdalnej.

### **Indywidualna rehabilitacja ruchowa.**

#### **Uczestnik 1**

Uczestniczka z epilepsją. Trójpłaszczyznowe skrzywienie kręgosłupa. W badaniu stwierdza się plecy wklęsło okrągłe oraz skoliozę piersiową prawostronną. Stopy końsko-szpotawe, szpotawość kolan. Skostnienia stawowe.

Cel rehabilitacji: zwiększenie zakresów ruchu w stawach barkowych, poprawa koordynacji, zwracanie uwagi na samokontrolę w zachowaniu prawidłowej postawy, wzmocnienie mięśni brzucha.



Metody: ćwiczenia czynne, równoważne, korekcyjne, koordynacyjno-ruchowe, prioprioreceptywne, rozciągające, stabilizacyjne, poizometryczna relaksacja mięśni, wzmacnianie mięśni posturalnych, samowspomaganie, masaż klasyczny, rozluźnianie powięziowe, wzorce PNF, Bobath, ćwiczenia z przyrządami (gumy thera – band, piłki).

Ze względu na sytuację związaną z pandemią Covid-19 od 26 października z uczestnikiem prowadzona jest praca zdalna - ćwiczenia z instruktorem doręczano co tydzień. Ocena uzyskanych efektów pracy jest jednak niemożliwa.

### **Uczestnik 2**

Stan po urazie czaszkowo – mózgowym (2013) z następstwem niedowładu czterokończynowego z przewagą w kończynach dolnych oraz dyzartrią. Uraz wielonarządowy - upadek z 10 m na stronę prawą. Neuropatia nn.kkd. Chód bociani (z bad. EMG – IV 2015 – cechy ciężkiego uszkodzenia obu nerwów strzałkowych oraz w stopniu mniejszym piszczelowych bardziej po stronie prawej). Uszkodzenie mózdzku. Nadciśnienie tętnicze.

Cel rehabilitacji: poprawienie funkcji chodu zwłaszcza w fazie przetaczania stopy, poprawa ruchomości st. skokowych z naciskiem na aktywizowanie mięśni prostowników i prozatorów stóp, pobudzanie i stymulacja kkd, poprawa równowagi i koordynacji ruchowej. Zlikwidowanie szumów w uszach.

Metody: neuromobilizacja, ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne, wzorce PNFu, Bobath, masaż klasyczny, rozluźnianie powięziowe, ćwiczenia czynne, ćwiczenia na poduszce sensomotorycznej, terapia punktów spustowych.

Ze względu na sytuację związaną z pandemią Covid-19 od 26 października z uczestnikiem prowadzona jest praca zdalna- ćwiczenia z instruktorem doręczane są co tydzień. Ocena uzyskanych efektów pracy jest jednak niemożliwa.

### **Uczestnik 3**

Uczestniczka z mpdz typu spastycznego czterokończynowego w pozycji krzeselkowej. Przykurcze przywiedzeniowo-zgięciowe w obu kończynach dolnych oraz lewej kończynie górnej. Choroba psychiczna. Uczestniczka porusza się na wózku.

Cel rehabilitacji: zmniejszenie napięcia mięśniowego, rozciągnięcie przykurczonych mięśni oraz poprawa zakresu ruchów we wszystkich stawach. Ogólne usprawnienie uczestniczki.

Metody: ćwiczenia bierne, czynno-bierne, rozciągające, oddechowe, elementy PNFu, terapia ręki spastycznej.

Ze względu na sytuację związaną z pandemią Covid-19 od 26 października prowadzona była praca zdalna. Uczestniczka otrzymała instruktaż z ćwiczeniami, jednak nie wyraziła chęci kontynuowania w ten sposób rehabilitacji. Ocena jej stanu zdrowia jest niemożliwa.

#### **Uczestnik 4**

Uczestnik z mpd. Płaskostopie, kolana koślawe, zniesiona lordoza lędźwiowa, kifoza piersiowa pogłębiona.

Cel rehabilitacji: korygowanie ustawienia kkd, wzmocnienie mm. pośladkowych, korygowanie prawidłowych krzywizn kręgosłupa, rozciągnięcie m. piersiowego wielkiego.

Metody: ćwiczenia korekcyjne, Bobath, poizometryczna relaksacja mięśni, ćwiczenia czynne.

Ze względu na sytuację związaną z pandemią Covid-19 od 26 października z uczestnikiem prowadzona była praca zdalna- ćwiczenia z instruktorem doręczane są co tydzień. Ocena uzyskanych efektów pracy jest jednak niemożliwa.

#### **Uczestnik 5**

Uczestnik po urazie w obrębie CUN. Trudności w uzyskaniu prawidłowej postawy oraz prawidłowego wzorca chodu z uwagi na ograniczenie ruchomości miednicy i stawów biodrowych - zwapnienia (zg. P 35 L35). Skostnienia mięśniowe stawów biodrowych. Kontakt logiczny zaburzony, rozumie komendy.

Cel rehabilitacji: poprawa postawy ciała, utrzymanie dotychczasowego zakresu ruchów w stawach biodrowych, ogólne usprawnienie uczestnika.

Metody: ćwiczenia czynne w odciążeniu, czynne wolne, koordynacyjno-ruchowe, ogólnousprawniające, wzorce PNFu.

Ze względu na sytuację związaną z pandemią Covid-19 od 26 października z uczestnikiem prowadzona była praca zdalna- ćwiczenia z instruktorem doręczane są co tydzień. Ocena uzyskanych efektów pracy jest jednak niemożliwa.

#### **Uczestnik 6**

Uczestniczka z mpd z połowicznym niedowładem lewostronnym szczególnie nasilonym w kończynie górnej. Przewlekła padaczka. Po stronie prawej w prawej półkuli duża torbiel podpajęczynówkowa. Ręka mocno zaciśnięta w pozycji spastycznej. Przdopochylenie miednicy, pogłębiona kifoza piersiowa, zniesiona lordoza lędźwiowa (plecy okrągłe). Cukrzyca.

Cel rehabilitacji: rozluźnienie spastycznej ręki, wzmocnienie mm. stabilizujących, poprawa faz chodu po stronie bezpośrednio zajętej, poprawa koordynacji ruchowej, usprawnianie motoryki małej, koordynacji wzrokowo – ruchowej.

Metody: ćw. krążeniowo – wydolnościowe, wzorce PNFu, Bobath, poizometryczna relaksacja mięśni, masaż klasyczny, ćw. koordynacyjne i proprioreceptywne, ćw. czynne.

Ze względu na sytuację związaną z pandemią Covid-19 od 26 października z uczestniczką prowadzona była praca zdalna- ćwiczenia z instruktorem doręczano co tydzień. Uczestniczka

łączy się również internetowo, gdzie prowadzona była gimnastyka ruchowa. Ocena uzyskanych efektów pracy jest jednak niemożliwa.

### **Uczestnik 7**

Uczestnik z mpd. w przebiegu schorzenia występuje porażenie spastyczne czterokończynowe ze szczególnym uwzględnieniem kończyn dolnych. Przykurcze zgięciowe w stawach biodrowych i kolanowych. Leczony operacyjnie- plastyka wielopoziomowa ścięgien kkd. Dodatkowo stwierdza się plecy okrągłe i skoliozę jednołukową prawostronną. Uczestnik porusza się na wózku.

Cel rehabilitacji: Rozciągnięcie przykurczonych mięśni, zwiększenie ruchów we wszystkich stawach, korygowanie wady postawy ciała, wzmocnienie mięśni posturalnych ciała (pośladkowe, mm. brzucha). Nauka utrzymania się w klęku bez pomocy terapeuty oraz nauczenie oddychania torem piersiowym. Rozbicie zrostów na brzuchu. Samodzielne stawanie przy balkoniku.

Metody: ćwiczenia czynno-bierne, prowadzone, czynne wolne, czynne z oporem, rozciągające, oddechowe, koordynacyjno-ruchowe, stabilizacyjne, priopriorecepcji, wzorce PNFu, korygujące. Ćwiczenia z przyrządami (gumy thera band, piłki). Bobath.

Ze względu na sytuację związaną z pandemią Covid-19 od 26 października z uczestnikiem prowadzona była praca zdalna- ćwiczenia z instruktorem doręczane są co tydzień. Ocena uzyskanych efektów pracy jest jednak niemożliwa.

### **Uczestnik 8**

Uczestniczka z mpd. W przebiegu choroby występuje porażenie spastyczne czterokończynowe, skolioza jednołukowa prawostronna oraz trudności w koordynacji wzrokowo-ruchowej. Leczona operacyjnie- plastyka wielopoziomowa ścięgien kkd oraz korekcja skoliozy. Przykurcze wyprostne w stawach kolanowych i biodrowych oraz zgięciowe w stawach łokciowych. W kończynach górnych wzmożone napięcie w stawach dystalnych utrudnia zadania motoryki małej. Uczestniczka porusza się na wózku. Bruksizm.

Cel rehabilitacji: Zmniejszenie napięcia mięśniowego, korekcja postawy ciała, poprawa koordynacji wzrokowo-ruchowej, zwiększenie zakresu ruchów w kkd i kkg oraz wzmocnienie mm.głębokich. Rozluźnienie mm. twarzy i żuchwy. W dalszym etapie uzyskanie funkcji chodu przy pomocy chodzika rehabilitacyjnego.

Metody: Ćwiczenia czynne, czynno-bierne, prowadzone, równoważne, prioprioreceptywne, rozciągające, oddechowe, elongacja, elementy PNFu, masaż klasyczny, pionizacja, praca na bliznach, rozluźnianie powięzi.

Ze względu na sytuację związaną z pandemią Covid-19 od 26 października z uczestnikiem prowadzona była praca zdalna- ćwiczenia z instruktorem doręczane są co tydzień. Uczestniczka łączyła się również internetowo, gdzie prowadzona jest gimnastyka ruchowa. Ocena uzyskanych efektów pracy jest jednak niemożliwa.

### Uczestnik 9

Uczestniczka z mpd. Przykurcze zgięciowe stawów biodrowych i kolanowych w przebiegu czterokończynowego porażenia spastycznego. Zniekształcenia stóp, skostnienia mięśniowe stawów biodrowych. Leczona operacyjnie – plastyka wielopoziomowa ścięgien kkd. Miednica w przodopochyleniu. Zaburzony prawidłowy wzorzec chodu. W czerwcu br. całkowita alloplastyka stawu biodrowego prawego.

Cel rehabilitacji: poprawa zakresów ruchu w stawach biodrowych i kolanowych oraz poprawa funkcji życia dnia codziennego (nachylanie się, chodzenie, pokonywanie przeszkód, itp.).

Metody: ćwiczenia czynne w odciążeniu, czynne wolne, ogólnousprawniające, poizometryczna relaksacja mięśni, masaż klasyczny, ćw. koordynacyjno-ruchowe, prioprioreceptywne, stabilizacyjne, praca na bliznach, rozluźnianie powięzi, Bobath.

Ze względu na sytuację związaną z pandemią Covid-19 od 26 października z uczestnikiem prowadzona była praca zdalna- ćwiczenia z instruktorem doręczano co tydzień. Ocena uzyskanych efektów pracy jest jednak niemożliwa.

### Uczestnik 10

Uczestniczka po przebytych udarach. Blizna po operacji na cieśni nadgarstka. W 2018 roku wycięcie węzłów chłonnych z prawej jamy pachowej.

Cel rehabilitacji: utrzymanie prawidłowego zakresu zgięcia w st. barkowym prawym oraz utrzymanie pozostałych zakresów ruchów, niedopuszczanie do powstawania obrzęków limfatycznych.

Metody: ćwiczenia czynne wolne, czynne z przyrządami, praca wzorcami PNF, Bobath, opracowanie blizny, masaż limfatyczny.

Ze względu na sytuację związaną z pandemią Covid-19 od 26 października z uczestnikiem prowadzona była praca zdalna- ćwiczenia z instruktorem doręczano są co tydzień. Ocena uzyskanych efektów pracy jest jednak niemożliwa.

### Uczestnik 11

Stan po dawno przebytych zatruciu grzybami halucynogennymi z następowym zatrzymaniem krążenia i niedotlenieniowym uszkodzeniem mózgu. Rozległe zaniki korowo-podkorowe, uszkodzenie mózdzku. Po przebytych zawale mięśnia sercowego. Cechy parkisjonizmu oraz podejrzenie mikroudarów.

Niedowład połowiczny – spastyczny lewostronnie, silniej w kończynie górnej. Afazja. Chód drobnymi kroczkami. Siła mięśniowa prawidłowa. Problem z ruchami precyzyjnymi i przekraczaniem linii środkowej ciała, jak również z zachowaniem equilibrium - uczestnik przechyla się na stronę lewą. Płytki oddech, problem z wdechem.

Cel rehabilitacji: poprawa funkcji chodu w każdej jego fazie z równoczesną koordynacją ruchów tułowia. Praca nad odnalezieniem linii środkowej ciała, jak i z przekraczaniem tej linii głównie strony bezpośrednio zajętej. Praca nad ruchami precyzyjnymi.

Metody: neuromobilizacja, PNF, Bobath, ćw. oddechowe.

Ze względu na sytuację związaną z pandemią Covid-19 od 26 października prowadzona była praca zdalna jednak uczestnik nie wyraził chęci kontynuowania w ten sposób rehabilitacji. Ocena jego stanu zdrowia jest niemożliwa.

### **Uczestnik 12**

Uczestnik z mpd z niedowładem czterokończynowym. Komunikacja werbalna. Epilepsja. Leczony operacyjnie- plastyka ścięgien i mm kkd. Porusza się na wózku. Zachowały się u niego odruchy pierwotne, między innymi odruch spadochronowy. Zaburzona motoryka.

Cel rehabilitacji: wzmocnienie mm. posturalnych, wzmocnienie mm. kkg, uzyskanie lepszej ruchomości w st. biodrowych – zwłaszcza wyprost, poruszanie się na czworaka.

Metody: Bobath, wzorce PNFu, ćw. czynne wolne.

Ze względu na sytuację związaną z pandemią Covid-19 od 26 października z uczestnikiem prowadzona była praca zdalna- ćwiczenia z instruktorem doręczano co tydzień. Ocena uzyskanych efektów pracy jest jednak niemożliwa.

### **Uczestnik 13**

Uczestniczka z mpd. W przebiegu schorzenia występuje porażenie spastyczne czterokończynowe ze szczególnym uwzględnieniem kończyn dolnych. Przykurcze przywiedzeniowo-zgięciowe w stawach biodrowych oraz zgięciowe w stawach kolanowych. Zniesione ruchy czynne w stawach skokowych oraz halluxy. Leczona operacyjnie – plastyka wielopoziomowa ścięgien kkd. W kończynach górnych wzmożone napięcie szczególnie w stawach dystalnych co utrudnia zadania motoryki małej. Skolioza jednołukowa lewostronna. Uczestniczka porusza się na wózku.

Cel rehabilitacji: zmniejszenie napięcia mięśniowego, przeciwdziałanie pogłębianiu się wadliwej postawy ciała (skoliozy), poprawa koordynacji wzrokowo-ruchowej, zwiększenie zakresu ruchów zwłaszcza w stawach dystalnych kończyn górnych i kończyn dolnych, praca nad chwytem ręki, wzmacnianie mięśni posturalnych ciała, doskonalenie prawidłowego chodu o balkoniku.

Metody: ćwiczenia czynno-bierne, czynne wolne, prowadzone, równoważne, proprioreceptywne, koordynacyjno – ruchowe, rozciągające, elementy PNFu, Bobath, masaż klasyczny, masaż bańką chińską, pionizacja, praca na bliznach, kineziotaping, ćwiczenia z przyrządami (piłki, dysk sensomotoryczny), rozluźnianie powięzi, kinesioping.

Ze względu na sytuację związaną z pandemią Covid-19 od 26 października z uczestniczką prowadzona była praca zdalna – ćwiczenia z instruktorem doręczano co tydzień. Ocena uzyskanych efektów pracy jest jednak niemożliwa.

### **3. Ogólne założenia Warsztatów Terapii Zajęciowej w Nowogardzie.**

Warsztat Terapii Zajęciowej w 2020 roku realizował zadania z zakresu rehabilitacji społecznej oraz zawodowej zmierzającej do ogólnego rozwoju, samodzielnego i niezależnego funkcjonowania w życiu codziennym oraz aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym.

Realizacja tych zadań odbywała się poprzez:

- ogólne usprawnianie,
- rozwijanie umiejętności wykonywania czynności życia codziennego, zaradności osobistej,
- rehabilitację społeczną i zawodową realizowaną poprzez zajęcia ergoterapeutyczne,
- rozwój psychofizyczny,
- rehabilitację ruchową,
- trening ekonomiczny,
- współpracę ze środowiskiem rodzinnym,
- zajęcia integracyjne w WTZ oraz poza warsztatem, np. spotkania kulturalne.

### **4. Efekty oddziaływań terapeutycznych i rehabilitacyjnych WTZ w Nowogardzie.**

Efekty rehabilitacji i terapii są oceniane w trzech sferach:

1. Zaradność osobista oraz samodzielność wykonywania czynności życia codziennego,
2. Rehabilitacja społeczna (socjalizacja),
3. Rehabilitacja zawodowa.

Ad 1. Zaradność osobista oraz samodzielność wykonywania czynności życia codziennego.

Trening umiejętności praktycznych to jedna z form wsparcia, która polega na nabywaniu, rozwijaniu i zwiększaniu samodzielności uczestników w zakresie czynności dnia codziennego. Poprzez systematyczny trening zaradności osobistej siedemnastu uczestników opanowało podstawowe czynności przydatne w życiu codziennym, z czego sześciu uczestników nabrało wprawy w zamiataniu i myciu podłogi używając odpowiednich do tego narzędzi i środków czystości, a jedenastu potrafi zadbać o porządek w swoim najbliższym otoczeniu i swoje stanowisko pracy, z czego jedna z nich po wcześniejszym udzieleniu wskazówek. U trzech osób wyrobiono nawyk systematycznego dbania o wygląd zewnętrzny i utrzymania ciała w czystości z uwzględnieniem umiejętności cyklicznego, codziennego wykonywania czynności higienicznych używając kosmetyków do tego przeznaczonych, np. dezodorantu, czy pianki do golenia. Cztery osoby podwyższyły swoje umiejętności kulinarne, z czego troje uczestników z zakresu przygotowania prostego posiłku jakim są kanapki, a jedna osoba nabyła podstawową wiedzę i umiejętności przygotowujące ją do samodzielnego prowadzenia gospodarstwa domowego oraz pracy pod nadzorem, np. w małej gastronomii. Podstawowe reguły i zasady zachowywania się przy stole wpoilo sześciu uczestników, z czego trzy osoby potrafią prawidłowo nakryć do stół, a trzy osoby nabyły umiejętność estetycznego spożywania posiłku przestrzegając porządku

i czystości przy stole, jedna z nich zaczęła kontrolować ilość spożywanego posiłku. W związku z panującą pandemią Covid-19 uczestnicy zapoznali się z obowiązującymi zasadami i ograniczeniami, które zapobiegają zakażeniu koronawirusem. U 15 podopiecznych wyrobiono nawyk przestrzegania zasad higieny osobistej i bezpieczeństwa- zachowują dystans społeczny i stosują przepisy reżimu sanitarnego.

#### Ad 2. Rehabilitacja społeczna (socjalizacja).

Treningi prowadzone w ramach socjalizacji pozwoliły na rozwój odpowiednich zachowań społecznych: dwie osoby nabyły umiejętności rozwiązywania problemów w trudnych sytuacjach międzyludzkich, dwie osoby dzięki nawiązaniu bliższych relacji interpersonalnych wzbogaciły formy spędzania czasu wolnego i aktywnego wypoczynku, dwie osoby zaczęły przestrzegać zasad i reguł życia społecznego, a jedna osoba poczyniła duże postępy w pracy nad samym sobą kontrolując swoje negatywne emocje. U dwóch osób zaobserwowano wzrost samooceny i poczucia własnej wartości. Pięć osób nauczyło się pokonywać lęk przed nowym wyzwaniem, a pięć osób nabrało wiary we własne siły, z czego jedna z nich nabyła odwagi i śmiałości w kontaktach interpersonalnych. Dwie osoby podczas pracy zdalnej opanowały umiejętność nawiązania kontaktu przy użyciu komunikatora Messenger, przez co aktywnie uczestniczą w wideorozmowach.

#### Ad 3. Rehabilitacja zawodowa.

W ramach rehabilitacji zawodowej w poszczególnych pracowniach podejmowanych było szereg działań, które pozwoliły na podniesienie umiejętności pracowniczych w odpowiednich kierunkach zawodowych. Jedna osoba nabrała większej śmiałości podczas pracy na komputerze, przez co nauczyła się odpowiednio odczytywać komunikaty i umiejętnie wyszukiwać informacji w przeglądarce internetowej. Korzystanie z poczty internetowej, w szczególności odbieranie i wysyłanie plików opanowały trzy osoby. Dwie osoby nabyły umiejętność formatowania tekstu i grafiki w programie Microsoft Word, a jedna potrafi stworzyć prezentację multimedialną w postaci pokazu slajdów za pomocą programu Microsoft Power Point. Trzy osoby nabyły podstawowe umiejętności z zakresu warsztatu krawieckiego, z czego dwie potrafią nawlekać igłę, cerować dziurki i przyszywać guziki, a jedna osoba opanowała technikę wyszywania serwetek prostymi ściegami. Dwie osoby nabyły wprawę w nawlekaniu koralików na sznurek tworząc ozdobną biżuterię. Cztery osoby stały się bardziej kreatywne i samodzielnie podejmują decyzję odnośnie wyboru materiału jakim chcą pracować. Jedna osoba rozwinęła swoją sprawność motoryczną poprzez szkic. Czterech uczestników rozwija sztukę plastyczną wykonując obrazy na desce, szkłe oraz płótnie wykorzystując różne techniki malarskie. Trzy osoby opanowały umiejętność samodzielnego przygotowania posiłku zachowując przy tym estetykę pracy i dokładność, z czego jedna z nich bez niczyjej pomocy sporządziła danie obiadowe z dwóch potraw. Jeden uczestnik w miarę swoich możliwości przygotowany jest do podjęcia pracy. Cztery osoby wyrobiły nawyk zakładania odzieży ochronnej podczas wykonywania i wydawania posiłku. Dwie osoby podtrzymywały umiejętność łączenia elementów drewnianych za pomocą kleju oraz szlifowania drewna przy użyciu szlifierki tarczowo-taśmowej. Dwie osoby ćwiczyły technikę użycia ścisku stolarskiego i umiejętnego bejcowania i malowania powierzchni drewnianych. Uczestnicy

trenowali zręczność cięcia wzdłużnego i poprzecznego za pomocą piły modelarskiej. Jedna osoba kontynuowała pracę wycinania szablonów drewnianych używając piły taśmowej i nabrała wprawy wycinania piłą modelarską. Osiem osób rozwinęło swoje cechy osobowości niezbędne podczas pracy: troje uczestników nabyło umiejętność pracy w zespole, jedna osoba nabyła cechę wytrwałości doprowadzając powierzone zadanie do końca, a cztery osoby nabyły wiedzę na temat planowania i organizowania pracy własnej poprzez zajęcia zdalne. Cztery osoby przestrzegają dyscypliny pracy oraz regulaminu i zasad panujących na terenie placówki, dwie z nich potrafią także pracować pod presją czasu. Dziewięciu uczestników wyrobiło nawyk systematyczności i samodyscypliny organizując pracę zgodnie z harmonogramem dnia. U czterech osób wrobiono odpowiedni stosunek do powierzonych zadań uwzględniając zaangażowanie i odpowiedzialność.

## **5. Dodatkowe formy rehabilitacji i terapii.**

- rehabilitacja ruchowa,

zajęcia prowadzone były w formie indywidualnej i grupowej. Wszyscy uczestnicy brali udział w gimnastyce porannej, w ćwiczeniach relaksacyjno-koncentrujących, w grach i zabawach ruchowych oraz zajęciach ze stepu przy muzyce. Osoby z zaleceniem lekarskim były poddawane indywidualnej rehabilitacji zgodnie z zaleceniami specjalisty. Osoby chętne brały udział w zajęciach oraz zawodach sportowych.

- spotkania kulturalne ( kino, teatr),

uczestnicy warsztatu wraz z opiekunami korzystali z każdej nadarzającej się okazji do udziału w wydarzeniach kulturalnych, które rozwijają zmysł piękna, wrażliwości i poczucia estetyki.

- filmoterapia,

wyświetlono reportaże, filmy i programy o tematyce: informacyjnej, historycznej, rozrywkowej, biograficznej i ekologicznej pobudzające syntonie z otoczeniem.

- zajęcia integracyjne,

uczestnicy korzystali z każdej możliwej okazji, aby czynnie uczestniczyć w życiu społecznym. Podopieczni doskonalili poziom integracji oraz poznawali siebie poprzez wspólny udział w zajęciach integracyjnych. Mieli możliwość zawierania nowych znajomości i doświadczania nowych sytuacji. Zajęcia te miały na celu umożliwienie podopiecznym pełnego uczestnictwa w życiu społecznym, kulturalnym i towarzyskim. Budują pewność siebie, motywują do podejmowania kontaktów interpersonalnych oraz angażowania się w życie publiczne.

- biblioterapia,

głośne czytanie oraz słuchanie literatury (słuchowiska), skutkowało poprawą umiejętności czytania, poszerzeniem zasobu słownictwa, pobudzaniem wyobraźni i kreatywności u części uczestników warsztatu.



- muzykoterapia,

muzykoterapia oddziałuje na uczestników pozaintelektualnie, pobudza i porządkuje uczucia. Czynny udział w muzykoterapii redukuje trudności, ułatwia współpracę, nawiązanie kontaktów, ogranicza konflikty i daje możliwość rozładowania wewnętrznych napięć.

- ogrodnictwo i silwoterapia,

w sezonie wiosennym organizowane były zajęcia związane z plewieniem i podlewaniem rabatek, koszeniem i grabieniem trawnika. Kontakt z pięknem natury i efekty starań dają dużą satysfakcję i motywują do dalszego zaangażowania.

- współpraca z rodzicami,

nieodzownym elementem rehabilitacji była współpraca z rodzicami i opiekunami uczestników. Odbywała się w formie telefonicznej, korespondencyjnej i osobistej rozmowy indywidualnej.

- zajęcia z psychologiem.

Uczestnicy i opiekunowie korzystają z indywidualnej konsultacji z psychologiem.

## **6. Informacja o decyzjach podjętych przez Radę Programową WTZ w Nowogardzie.**

Skład rady programowej:

- Kierownik Warsztatu,
- Instruktorzy terapii zajęciowej,
- Specjalista do spraw rehabilitacji (rehabilitant),
- Psycholog.

Zadania rady programowej:

- opracowywanie indywidualnych programów terapii i rehabilitacji dla poszczególnych uczestników warsztatu oraz wskazanie osób odpowiedzialnych za ich realizację,
- przeprowadzanie okresowej (rocznej) i kompleksowej (trzyletniej) oceny realizacji IPR i T,
- przeprowadzanie półrocznej oceny indywidualnych efektów rehabilitacji uczestników,

- udzielanie informacji i wsparcia opiekunom i rodzicom uczestników,
- wyrażanie opinii na temat przyznawania i wydatkowania środków treningu ekonomicznego,
- dokonywanie corocznej oceny efektów terapii u poszczególnych uczestników,
- przyznawanie nagród dla uczestników wyróżniających się zaangażowaniem i postępami w realizacji IPR i T (pochwała słowna, wyróżnienie na forum, dyplomy, nagrody rzeczowe, wyjazdy i wyjścia).

Zebrania rady programowej odbywały się raz w miesiącu i były udokumentowane w formie sprawozdania. Posiedzenia Rady Programowej WTZ w Nowogardzie miały charakter organizacyjny (stworzenie odpowiednich warunków pracy oraz zapewnienie bezpieczeństwa uczestnikom i pracownikom podczas panującej pandemii Covid-19) oraz obejmowały kwestię wysokości środków treningu ekonomicznego dla poszczególnych uczestników.

W roku sprawozdawczym 2020 Rada Programowa przeprowadziła okresową- roczną i półroczną- ocenę postępów w rehabilitacji każdego uczestnika. Działania te dotyczyły rehabilitacji ogólnej i zawodowej. Pomimo odmienności przypadków oraz różnic w osiągnięciach i postępach, we wszystkich przypadkach pozytywnie oceniono wyniki realizacji Indywidualnych Programów Rehabilitacji, a co za tym idzie, w mniejszym bądź większym stopniu postawę zaangażowania i aktywności uczestników warsztatu. We wszystkich przypadkach założenia programowe zostały zrealizowane w stopniu zadawalającym, optymalnym i adekwatnym do możliwości uczestnika. Celem ich była ocena dynamiki postępów uczestnika Warsztatu. Stanowią one podstawę do konstruowania doskonalszych indywidualnych programów rehabilitacji.

W dalszym ciągu konieczne jest obserwowanie zachowań i postaw uczestników, aby bezustannie wpływać na podtrzymanie nabytych umiejętności i stymulować ich do dalszego rozwoju i aktywności. Ponadto należy monitorować zmieniające się potrzeby i możliwości psychofizyczne podopiecznych, aby dostosować założenia programowe do potrzeb osób biorących udział w zajęciach.

WARSZTATY TERAPII ZAJĘCIOWEJ  
ul. Boh. Warszawy 32  
72-200 NOWOGARD  
tel./fax 091/89 25 982

Kierownik  
Warsztatów Terapii Zajęciowej  
w Nowogardzie  
Jolanta Gawlicka

Warsztat Terapii Zajęciowej w Nowogardzie

Lp.	Nazwa Kosztów/Wydatku	Plan finansowy na 2020r	Plan po zmianach	Środki PFRON	Własne	Środki PFRON	Srodki wydatkowane razem w I kwartale	Srodki wydatkowane razem w II kwartale	Srodki wydatkowane razem w III kwartale	Srodki wydatkowane razem w IV kwartale	Srodki wydatkowane w 2020r.	pozostało do wydatnia
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.
1.	Wynagrodzenia pracowników	440 000,00	440 000,00	398 000,00		398 000,00	91 008,51	85 698,44	135 777,49	127 605,56	440 000,00	-
	dotacje, wydatki osobne											
	pozostałe od wypracowań											
	logia na ZrSS	127 000,00	132 338,00	118 105,10		118 105,10	21 305,44	35 235,38	22 857,96	52 840,22	132 338,00	-
	Koszty dotyczące funkcjonowania warsztatu w						1 078,42	3 973,19	960,99	20 234,27	26 268,87	-
	zakup materiałów						5 957,55	1 537,71	5 167,63	19 125,25		
	usługi materialne						14 159,47	25 709,83	20 639,26	26 438,32	86 946,88	
	usługi niematerialne											
	Wydatki na materiały, wyposażenie lub koszty	49 500,00	42 750,00	38 475,00		38 475,00	11 250,00	9 000,00	9 000,00	13 500,00	42 750,00	-
	eksploatacji samochodu związane z realizacją											
	programu rehabilitacji i niezapewiającej obsługi											
	działalności warsztatu											
4.	Koszty ubezpieczenia uczestników warsztatu	400,00	265,00	238,50		238,50	-	265,00	265,00	-	265,00	-
5.	Koszty ubezpieczenia mienia warsztatu	1 000,00	846,00	761,40		761,40	-	846,00	846,00	-	846,00	-
6.	Koszty kieszonkowego, o którym mowa w § 13 rozporządzenia	27 800,00	17 800,00	16 020,00		16 020,00	4 241,00	1 170,00	3 729,00	8 566,00	17 800,00	-
7.	Koszty wydatków organizacyjnych dla uczestników warsztatu	10 000,00	-	-		-	-	-	-	-	-	-
8.	Koszty materiałów do terapii w pracowniach, w tym:	23 000,00	27 000,00	24 900,00		24 900,00	4 156,87	690,03	7 550,59	14 609,51	27 000,00	-
	w pracowni gospodarstwa domowego	17 000,00	17 000,00	15 900,00		15 900,00	3 726,09	330,09	4 180,64	8 753,18	17 000,00	-
9.	Zakup wyposażenia	2 500,00	2 000,00	18 180,00		18 180,00	1 000,00	2 464,97	17 735,03	2 000,00	20 200,00	-
10.	Koszty szkolenia	2 000,00	2 000,00	1 800,00		1 800,00	1 000,00	-	1 000,00	-	2 000,00	-
<b>RAZEM</b>		<b>683 200,00</b>	<b>683 200,00</b>	<b>614 880,00</b>		<b>614 880,00</b>	<b>133 061,82</b>	<b>134 689,82</b>	<b>181 120,04</b>	<b>234 840,32</b>	<b>683 200,00</b>	<b>-</b>
	Data ureczania środków do WTZ			Plan		Styczeń - Marzec 2020r	Kwiecień - Czerwiec 2020r	Lipiec - Wrzesień 2020r	Październik - Grudzień 2020r	Zwrócone do PFRON		
	Środki otrzymane z PFRON od początku roku			614 880,00		153 720,00	153 720,00	153 720,00	153 720,00	153 720,00	614 880,00	0
	Inne źródła (Stowarzyszenie)			68 320,00		68 320,00	25 162,00	22 479,00	22 479,00	68 320,00		
	Naliczone odsetki od środków na rachunku bankowym WTZ			0,00		0,00	-	-	-	-		
	Razem środki na działalność WTZ			683 200,00		683 200,00	178 882,00	174 398,00	174 398,00	178 199,00	683 200,00	0
	Liczba uczestników warsztatu ogółem					30	30	30	30	30		
						Grupa I	6	6	6	6		
						Grupa II	6	6	6	6		
						Grupa III	6	6	6	6		
						Grupa IV	6	6	6	6		
						Grupa V	6	6	6	6		
	Stan zatrudnienia (w ciatach)											

DYREKTOR  
SOWIATOWEGO CENTRUM POMOZYROZJINE  
mgr Krystyna Kanorska

ZŁOTONA ZOSIECZKA  
mgr Krystyna Kanorska



## ROZLICZENIE ROCZNE KWOT UZYSKANYCH ZE SPRZEDAŻY PRODUKTÓW I USŁUG WTZ W 2020R.

Załącznik nr 2

	Przychody ze sprzedaży	Rozchód – środki wydatkowane na integrację społeczną	Pozostałe środki do wydatkowania
1	2	3	4
Srodki niewydatkowane w 2019r.	7 126,82		
I kwartał	673,00	720,00	
II kwartał	139,00	,00	
III kwartał	533,00	,00	
IV kwartał	2 045,00	,00	
Narastająco od początku roku / Stan na koniec roku	10 516,82	720,00	9 796,82

OLGA WITKO-SYDORCZYK

mgr Joanna Ambroży

DYREKTOR  
POWIATOWEGO CENTRUM POMOCY RODZINIE

mgr Krystyna Jaworska

