

Ramowy plan pracy na 2023 rok

Miesiąc	Plan pracy
Styczeń	- Podział na nowe grupy i wprowadzenie tygodniowego systemu pracy pracowni.
13.01.	- Warsztaty z okazji Światowego Dnia Wiedzy o Pingwinach (oraz innych zwierzętach stref podbiegunowych)
15.01.	- Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy (przygotowanie pracy do licytacji od 9 stycznia)
24.01.	- Warsztaty plastyczne – przygotowanie dekoracji i rekwizytów na bal karnawałowy,
25.01.	- Bal Karnawałowy: talent show, , foto-budka, koktajl bar, słodki bufet, kącik urody,
Luty	
01.02.	- Obchody VI rocznicy istnienia gazetki „Słoneczko” (wizyta dziennikarza z lokalnej gazety, tort)
08.02.	- Dzień Pizzy – zajęcia warsztatowe z robienia pizzy
10.02.	- Dzień Internetu
15.02.	- Walentynki połączone z Tłustym Czwartkiem – (zabawy i quizy, teatrzyk o miłości, warsztaty kulinarne -faworki),
20-24.02.	-Cykl zajęć edukacyjnych „Moje Miasto -555 lecie Radzyna Podlaskiego”.
20.02	-Lekcja biblioteczna, „Moje Miasto-Radzyń Podlaski”(prezentacja historii miasta zawartej w literaturze)
21.02	-Wizyta w Urzędzie Miasta w Radzynie Podlaskim
22.02	-Spotkanie z panią Anną Wasak - autorką książki o naszym mieście
23.02	-Historia i tradycja Radzyna w sieci i lokalnych stronach
24.02	-Wizyta w Radzyńskim Ośrodku Kultury
27.02.	-Zajęcia ceramiczne z panem Krystianem Nowakiem
28.02.	-Rozgrywki ośrodkowe w bilard

Marzec	
03.03.	- Gra strategiczna plenerowa „Z mapą w dłoni”
06. – 10.03.	- Tydzień dla Kobiet: akademie, wybory miss, zabawa taneczna, dzień metamorfozy. Premiera filmiku „Siła jest kobietą”
10.03.	- Warsztaty kulinarne – kopytka
13.03.	- Spotkanie z pisarką Agatą Karpińską, promocja książki o Radzynie
13-17.03.	- Warsztaty plastyczne – przygotowywanie ozdób świątecznych
17.03.	- Obchody Dnia Św. Patryka
21.03.	- Warsztaty z okazji Światowego Dnia Zespołu Downa – dzień kolorowej skarpetki
22.03.	- Rozgrywki w memory z wykorzystaniem podłogi interaktywnej
23.03.	- Dołączenie do akcji o rowerową stolicę Polski – Aplikacja Aktywne Miasta
24.03.	- Warsztaty kulinarne - Światowy Dzień Gofra
25.03.	- Kiermasz Świąteczny
27.03.	- Warsztaty z okazji Światowego Dnia Teatru
29.03.	- Spotkanie imieninowo – urodzinowe (zabawy towarzyskie) - Udział w konkursie Serenady (zdjęcie z serem)
Kwiecień	
03.04.	- Obchody Dnia Świadomości Autyzmu, wyjście do Specjalnego Ośrodka Szkolno-wychowawczego im. Zofii Sękowskiej
05.04.	- Spotkanie Wielkanocne, warsztaty „Tradycje Wielkanocne”, nagranie życzeń wielkanocnych

14.04.	- Debata na temat zdrowia – spotkanie z p. Małgorzatą Popek.
17.04.	- zajęcia warsztatowe z okazji Światowego Dnia Cyrku
19.04.	- Dzień Ziemi
21.04.	-Wizyta na Komendzie Policji w Radzynie Podlaskim
26.04.	- Zabawa urodzinowo-imieninowa
27.04.	- Międzynarodowy Dzień Tańca
	Cały miesiąc na bieżąco prace w ogródku
Maj	
04.05.	- Grill
05.05.	- Historia Radzyna - Poznanie działalności punktu informacji Turystycznej
12.05.	- Zajęcia warsztatowe „Moja przyjaciółka książka”
22.05.	- Dzień Sportu
24.05.	- Spotkanie z ratownikiem medycznym
25.05.	- Piknik Żeglarski nad Zalewem Zemborzyckim
26.05.	- Ognisko z okazji Dnia Matki
	- cykl zajęć fotograficznych w plenerze z okazji 555-lecia Radzyna Podlaskiego
	- cykl zajęć z hortiterapii (nasz ogródek)
Czerwiec	-Cykl zajęć fotograficznych w plenerze z okazji 555-lecia Radzyna Podlaskiego, wystawa zdjęć na płócie „Z niepełnosprawnością przez Radzyn Podlaski”

16.06.	- Dzień Rodziny – grill, prezentacja wystawy na płocie, występ naszych podopiecznych, prezentacja tańca do piosenki Sanah „Nic dwa razy...”
17.06.	- Kiermasz Kozirynek (stoisko z naszymi pracami oraz występ wokalnno-taneczny naszych podopiecznych)
28.06.	- Wycieczka do Wojciechowa (Muzeum Kowalstwa, Zoo, ognisko z kiełbaskami)
27 i 29.06.	- seans filmowy „Wicher” i „Wicher II” – warsztaty o przyjaźni
30.06.	Warsztaty edukacyjne „Zdrowy tryb życia”
Lipiec	
03.07.	- warsztaty florystyczne „Zapachy lawendy”
05.07.	- wyjazd do Kodnia – przegląd występów artystycznych
07.07.	- „Dzień Francuski”- kurs baristy (warsztaty edukacyjne)
10.07.	- warsztaty artystyczne „Świadomość mojego ciała”
12.07.	-warsztaty fotograficzne „Wakacyjne kadry”
14.07.	- wakacyjny film – „Kino Ośrodkowe”
19.07. 21.07.	- Piknik integracyjny w Anielinie (I miejsce w konkursie na plakat dotyczący uzależnień)
24.07.-06.08	Przerwa wakacyjna
Sierpień	
07.08.	- warsztaty edukacyjne/artystyczne „Kartka z wakacji”
09.08.	- ścieżka sensoryczna „Ćwiczenie zmysłów”-
11.08.	- warsztaty kulinarne „Wakacyjny przysmak”
14.08.	- turniej „Gry planszowe”
16.08.	- zabawa taneczne, karaoke „ Hity lata”

18.08.	- warsztaty „Sprawna komunikacja”
21.08.	- warsztaty „Aktywny relaks”(balony wodne)
23.08.	- spotkanie z pszczelarzem „Pasieka OliDarka w DŚDS”Apiterapia
25.08.	- wakacyjny film „Kino Ośrodkowe”
28.08.	- warsztaty kulinarne „Zdrowe koktajle”
30.08.	-aromaterapia, warsztaty „Zdrowa skóra”
Wrzesień	
01.09.	- Grill „Pożegnanie wakacji”
04.09.	- Wyjście do kina „Mój Pies 2”
06.09.	- Spotkanie z pisarką Agatą Karpińską
08.09.	- Warsztaty fotograficzne „Fotografia w grafice użytkowej”
08.09.	- Ogólnopolska konferencja naukowa „Henryk Sienkiewicz w kulturze i życiu Polaków”- krzewienie dziedzictwa narodowego i kultury polskiej.
09.09.	-Narodowe czytanie Eliza Orzeszkowa „Nad Niemnem”
13.09.	- Warsztaty edukacyjne „Gry i świat wirtualny”
15.09.	- Pożegnanie Lata – piknik integracyjny w Krzymoszycach
18.09.	- Historia Radzyna - Audioguide – spacer po mieście
20.09.	- „Pozostający w ciszy”, (poznanie historii 555lecia Radzyna Podlaskiego– spacer po radzyńskiej nekropolii z pracownikiem Państwowego Archiwum w Radzynie Podlaskim)
20.09.	- Udział w Akcji Pobijmy Razem Rekord Polski (najdłuższy łańcuch ludzi trzymających się za ręce)
22.09.	- Zawody w Nordic Walking – dzień sportu

25.09.	-Warsztaty z wykorzystaniem dyni (zajęcia sensoryczne, warsztaty kulinarne, tworzenie dekoracji)
27-29.09.	- Obchody Dnia Chłopaka wybory Mistera (środa), sesja fotograficzna (czwartek), Dzień Chłopaka – dyskoteka urodzinowo-imieninowa (piątek) Próby grupy tanecznej Próby grupy recytatorskiej Nagranie teledysku do piosenki Sanah „nic dwa razy ...”
Październik	
10.10.	Akademia „Pomiędzy słowami zawarte... Czytamy wiersze Wisławy Szymborskiej” organizowana przez DŚDS przy współpracy z Miejską Biblioteką Publiczną w Radzynie Podlaskim z okazji obchodów Dnia Zdrowia Psychicznego
11.10.	Warsztaty „Klasyki filmowe w nowym wydaniu” seans filmowy w kinie w Radzyńskim Ośrodku Kultury
13.10.	- Udział w konkursie „Bajki Słowiańskie” zorganizowanym przez Fundację My Słowianie
16.10.	- Spotkanie z ciekawą osobą – prelekcja na temat profilaktyki badania słuchu firmy Audiofon
18.10.	- Jesienne zawody sportowe na świeżym powietrzu.
20.10.	Spotkanie pt. „Przegląd Ośrodkowych Podróżników”
23-27.10	- Cykl Warsztatów „Ekologia przyszłością naszej planety”
23.	- warsztaty edukacyjne: recykling i segregacja śmieci
24.	- sprzątanie świata
25.	- quiz ekologiczny, Zabawa taneczna (urodzinowo-imieninowa)
26.	- dekoracje z recyklingu – warsztaty artystyczne, pogadanka ekologiczna „Długa historia Alu-puszki, czyli aluminiowej puszki na napoje”
27.	- warsztaty kulinarne pt. ”Zero Waste”
30.10.	Warsztaty tworzenia wiązanek na groby, wyjście na cmentarz i akcja „Zapal znicz”

Listopad	
03.11.	- Urodziny DŚDS – wyjście do kina
08.11.	- Turniej w puzzle online,
11.11.	- obchody Święta Niepodległości
13.11.	- przegląd piosenki patriotycznej, akademii poświęconej odzyskaniu niepodległości,
17.11.	- Spotkanie z podróżnikiem Mateuszem Chołody
20.11.	- Warsztaty edukacyjne – „Zwyczaje andrzejkowe – historia i nazwa magicznego wieczoru”
20.11.	- Rozdanie nagród za konkurs plastyczny „Bajki słowiańskie” zorganizowany przez Fundację „My Słowianie”
20.11.	- Turniej piłki interaktywnej (smart floor)
22.11.	- Andrzejki w Anielinie – spotkanie integracyjne
27.11.	- Turniej gry w warcaby
29.11.	- Andrzejki oraz zabawa urodzinowo-imieninowa.
	Warsztaty plastyczne – przygotowywanie ozdób świątecznych na kiermasz bożonarodzeniowy
	Nagranie życzeń Bożonarodzeniowych

Zajęcia cykliczne:

1. NORDIC-WALKING - *cały rok*
2. Raz na dwa tygodnie grupowe wyjścia na zajęcia do biblioteki - *poniedziałki*
3. Treningi społeczne, pedagogiczne, medyczne i treningi zaradności życiowej wg zaistniałych potrzeb (teoria i praktyka wg potrzeb i zainteresowań zgłaszanych przez uczestników) pod nazwą „Od supełka do węzełka” prowadzone metodą warsztatową.
4. Redagowanie gazetki „SŁONECZKO” – *miesięcznik*
5. Zbieranie korków na rzecz Hospicjum Małego Księcia w Lublinie.
6. Raz w miesiącu dyskoteka urodzinowo-imieninowa.
7. Treningi umiejętności społecznych w plenerze i na terenie ośrodka.

8. Spotkania Dyskusyjnego Klubiku Książki – dwa razy w miesiącu.
9. Zajęcia warsztatowe grupy teatralnej.

Szkolenia personelu:

- 06.03. – szkolenie rodo
- 23.05. – wypalenie zawodowe
- 24.05. – udzielanie I pomocy przedmedycznej
- 10.07 – trening umiejętności społecznych
- 10.07.- trening umiejętności komunikacyjnych z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się

kierownik Dziennego Środowiskowego
Domu Samopomocy
w Radzynie Podlaskiej
mgr Beata Ratajczyk

