



Załącznik nr 5 do Regulaminu rekrutacji i uczestnictwa w projekcie „Moja siła to rodzina”

Rodzaj wsparcia w projekcie „Moja siła to rodzina”

1. **Wsparcie asystenta rodziny** - asystent rodziny będzie pomagał w poprawie sytuacji życiowej. Jego działania ukierunkowane będą głównie na pomoc w rozwijaniu umiejętności wychowawczych rodziców, rozwiązywaniu problemów w relacjach z dziećmi oraz rozwijaniu umiejętności społecznych. Asystent ponadto będzie towarzyszył w kontaktach z instytucjami i służbami, edukował oraz wspierał w korzystaniu z przysługujących praw, form pomocy, leczenia, opieki nad dziećmi. Działania asystenta realizowane będą zgodnie z ustawą z dnia 9 czerwca 2011 r. o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej (Dz.U. 2019 poz. 1111 t.j.).
2. **Wsparcie mentora ds. rozwoju dzieci i młodzieży** – inicjowanie i wzmacnianie procesu uczenia się, bezpośrednia praca na inspirowaniu rozwoju osobistego, społecznego i zawodowego, budowanie więzi i relacji z uczestnikami, zachęcanie do korzystania z zajęć.
3. **Wsparcie rodzin wspierających** - wsparcie rodziny wspierającej to pomoc w różnych aspektach życia np. pomoc w organizowaniu czasu wolnego dzieciom, pomoc w nauce, udzielanie wskazówek dotyczących wychowania dzieci. Rodziny wspierające ustanowi Dyrektor OPS właściwy ze względu na miejsce zamieszkania rodziny wspieranej zgodnie z ustawą z dnia 9 czerwca 2011 r. o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej (Dz.U. 2019 poz. 1111 t.j.). Celem wsparcia jest zaszczepienie pozytywnych wzorców w rodzinach, w których występują problemy opiekuńczo-wychowawcze.
4. **Wsparcie pielęgniarki środowiskowej** - objęcie rodzin wsparciem pielęgniarki środowiskowej, która pomoże rodzinom w zapewnieniu właściwej pielęgnacji oraz w rozwiązywaniu problemów zdrowotnych rodziny. Pomoc ta będzie polegać z jednej strony na dostarczeniu potrzebnych informacji, z drugiej natomiast, na wsparciu członków rodziny w poszukiwaniu pomocy medycznej w ramach istniejącego systemu ochrony zdrowia i profilaktyki zdrowotnej oraz poza nim (np. działalność fundacji, projekty krótkookresowe, prywatna opieka medyczna).
5. **Usługi opiekuńcze** – wsparcie dostępne według zapotrzebowania w sytuacjach, w których niezbędne jest zapewnienie opieki nad dziećmi podczas uczestnictwa rodziców i opiekunów w działaniach w Projekcie.
6. **Specjalistyczne usługi opiekuńcze** – wsparcie dla dzieci, które mogą być realizowane przez rehabilitanta, fizjoterapeutę, logopedę, psychoterapeutę lub innych specjalistów, po zdiagnozowaniu potrzeb w tym zakresie zgodnie z ustawą z dnia 9 czerwca 2011 r. o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej (Dz.U. 2019 poz. 1111 t.j.).
7. **Korzystanie przez dzieci w wieku 6-18 lat ze wsparcia w ramach Akademii Rozwoju Talentów (ART)** zgodnie z Indywidualną Ścieżką Rozwoju Dziecka (IŚRD) w tym możliwe jest wsparcie: mentorów ds. rozwoju dzieci i młodzieży, psychologa, wzięcie udziału w weekendowych laboratoriach, kursie językowym, kursie komputerowym, kursie przedsiębiorczości i kooperacji, sprofilowanych warsztatach rozwoju zainteresowań, warsztatach twórczego myślenia i działania, korepetycjach, warsztatach wyrównywania kompetencji społecznych.



8. **Weekendowe laboratoria** – cykle spotkań dla dzieci i młodzieży ze specjalistami z różnych dziedzin, którzy będą przybliżać uczestnikom tajniki uprawianych przez nich dyscyplin naukowych, sportowych czy artystycznych. Ideą spotkań jest pokazanie uczestnikom, i młodzieży ciekawych profesji, pasji, idei, pomysłów, aby pobudzić ich kreatywność, otwartość i gotowość do zmian. W ramach zadania młodzież będzie mogła skorzystać z doradztwa zawodowego.
9. **Edukacja Rodzina** – wsparcie edukacyjne w obszarze umiejętności wychowawczych obejmujące dwa warsztaty wyjazdowe.
 - a) trzydniowy wyjazdowy warsztat na początku projektu **„Poznajemy się jako osoby niepowtarzalne i wyjątkowe”**. Celem warsztatu jest budowanie więzi społecznych, rozumienie siebie i innych jako jednostek o unikalnych doświadczeniach i potrzebach a także wprowadzenie uczestników projektu w cykl edukacyjny (jedna grupa warsztatowa będzie liczyć max. 20 osób). Dzięki warsztatowi, rodziny dowiedzą się o ogólnym przebiegu całego projektu o jego celach i założeniach jakie będą realizowane w kolejnych jego etapach. Rodziny będą miały możliwość bliższego poznania się , integracji w warunkach przyjaznej atmosfery.

Uczestnicy trzydniowego, wyjazdowego warsztatu będą miały zapewnione noclegi w hotelu, przejazd tam i z powrotem, pełne wyżywienie oraz wsparcie i opiekę profesjonalistów.
 - b) pięciodniowy wyjazdowy warsztat na końcu projektu **„Wychowanie do wartości i planowanie przyszłości – czyli scenariusze rodziny pisane”**. Warsztat ma na celu wzmacnianie aktywności rodzin oraz poprawę ich sytuacji życiowej. Podczas warsztatów rodziny zdobędą umiejętności związane z wypełnianiem ról społecznych a także nauczą się wykorzystywać swój potencjał. Celem warsztatów jest również odkrywanie i nazwanie wartości, które są ważne dla rodziny jako całości.. Kolejnym ważnym elementem warsztatów jest wspólne planowanie przez rodziny, w jaki sposób mogą zmienić swój styl życia, jakie działania mogą i są w stanie podjąć. Rodziny na bazie doświadczeń wyniesionych z wcześniejszych zajęć i nabytych umiejętności przygotowują scenariusze rozwoju swoich rodzin, uwzględniając zarówno aspekty związane z wychowaniem, jak i z zarządzaniem budżetem domowym. W trakcie warsztatów odbywać się będą gry i działania animacyjne w terenie. Uczestnicy pięciodniowego, wyjazdowego warsztatu będą miały zapewnione noclegi w hotelu, przejazd tam i z powrotem, pełne wyżywienie oraz wsparcie i opiekę profesjonalistów.

10. cykl warsztatów w Bielsku-Białej.

- **„Komunikacja w rodzinie”**- pomoc w rozwijaniu umiejętności komunikacyjnych w kontekście relacji rodzinnych, efektywnej komunikacji między członkami rodziny.
- **„Bezpieczny dom”** – warsztat mający na celu wspieranie rodzin w kryzysie oraz kreowanie i promowanie działań wspieranie prawidłowe funkcjonowanie rodzin. Celem warsztatu jest ograniczenie zjawiska przemocy w rodzinie poprzez edukacje i działania profilaktyczne, zmniejszenie szkód związanych z problemami uzależnień. Warsztat promuje zdrowy styl życia oraz postawy wolne od uzależnień. Uczestnicy warsztatu nabierają umiejętności radzenia sobie ze stresem, rozwiązywania konfliktów bez



przemocy oraz budowania zdrowych relacji z ludźmi. Uczestnicy zdobywają także wiedzę o prawach i obowiązkach rodziców oraz o systemie pomocy.

- „**Więzi rodzinne**” – cykl warsztatów dla rodziców/opiekunów oraz dzieci składający się z następujących tematów:

- „Jak efektywnie porozumiewać się z dziećmi?”
- „Jak budować i wzmacniać więzi rodzinne?”
- „Dobry rodzic, czyli o mądrej miłości rodzicielskiej”
- „Więzi rodzinne”

- „**Asertywny rodzic**”- celem warsztatu jest wyposażenie rodziców w konkretne narzędzia reagowania na zachowania dzieci i budowania z nimi prawidłowych relacji. Podczas warsztatów zostaną poruszone zagadnienia:

- jak czytać emocje u dzieci i jak na nie reagować,
- jak skutecznie pokazywać dzieciom granice, czyli jak karać, jak chwalić i zachęcać do współpracy,
- jak rozmawiać z dzieckiem o emocjach,
- jak rozpoznać i reagować na równe sygnały płynące od dzieci.

- „**Nastolatek – droga ku dorosłości**” – celem warsztatu jest zwiększenie świadomości, wiedzy i kompetencji rodziców w zakresie wychowania nastolatka. Zakres tematyczny warsztatów:

- kryzysy rozwojowe nastolatka,
- zachowania ryzykowne,
- jak rozmawiać z nastolatkiem na trudne tematy,
- jak wychować odpowiedzialnego nastolatka,
- ćwiczenia z komunikacji - trening rozmowy z nastolatkiem tj. kradzież, spożywanie alkoholu itp.

W ramach zajęć warsztatowych dla całych rodzin zrealizowane zostanie również doradztwo w zakresie zarządzania budżetem domowym oraz przyznanie bonu dla rodziny na realizację przygotowanego projektu.

- **warsztaty z pierwszej pomocy przedmedycznej** – zakres tematyczny warsztatów:

- na jakie sygnały chorobowe dzieci należy reagować,
- co robić gdy dziecko dozna urazu, zakrztusi się,
- prowadzenie podstawowych zabiegów resuscytacyjnych,
- ocena stanu poszkodowanego dziecka,
- pozycja bezpieczna ustalona.

- **warsztaty profilaktyczne i doradztwo indywidualne z zakresu przeciwdziałania przemocy, profilaktyki uzależnień i edukacji seksualnej** – zakres tematyczny warsztatów:



- przeciwdziałanie przemocy w rodzinie – charakterystyka przemocy, osoby stosujące przemoc, osoby doświadczające przemocy, cykl przemocy domowej, rówieśniczej oraz cyberprzemoc,
- profilaktyka uzależnień – rodzaje uzależnień, kryteria diagnostyczne oraz „zarządzanie” emocjami dzięki którym można zapobiegać zjawisku uzależnień,
- edukacja seksualna – jak rozmawiać z dziećmi nt. seksualności, rozmowy na temat kobiecości i męskości oraz ról pełnionych w związku z identyfikacją płciową, zdrowie i higiena kobiet, badania profilaktyczne – profilaktyka zdrowotna, planowanie urodzeń, pielęgnacja noworodków oraz dzieci.

- **warsztat z zakresu edukacji finansowej** - zakres tematyczny warsztatów:

- budżet domowy, czym jest i jak nim gospodarować,
- sposoby i możliwości oszczędzania w gospodarstwie domowym,
- jak nie wpaść w pętlę zadłużenia i jak sobie radzić gdy tak się stanie?,
- finanse w rodzinie.

- **warsztat wyrównywania kompetencji społecznych dla dzieci i młodzieży oraz edukacja dla zdrowia psychicznego** – warsztat ma formę grupowego treningu umiejętności społecznych (TUS) . Celem warsztatów jest rozwijanie umiejętności interpersonalnych u dzieci, tak by poprawić ich społeczne funkcjonowanie poprzez zmianę zachowań nieakceptowanych na społecznie akceptowane. Zdobyte podczas warsztatów umiejętności pozwolą na lepsze funkcjonowanie w środowisku szkolnym, rówieśniczym, domowym itp.. Warsztaty będą prowadzone z podziałem na grupy wiekowe z uwzględnieniem natężenia zajęć szkolnych.

11. **Wsparcie w ramach Animacji Samopomocy Sąsiedzkiej** (praca środowiskowo-rodzinna)– to wsparcie realizowane przez specjalistę aktywizacji rodzin w społeczności lokalnej oraz animatorów samopomocy sąsiedzkiej w środowisku lokalnym, które będą umożliwiać spędzenie czasu i nawiązanie relacji w lokalnej społeczności. Wsparcie to uwzględnia także organizację wydarzeń sąsiedzkich, spotkań kręgów rodzinnych, prowadzenie działań animacyjnych i organizowanie wydarzeń społecznościowych tj. sąsiedzkie pikniki, festyny, zawody sportowe, drobne działania poprawiające estetykę otoczenia, wycieczki górskie, wizyty do innych społeczności. W zadaniu tym rodziny będą miały możliwość przygotowania projektu rodzinnego a następnie uzyskać dofinansowanie na jego realizację w formie BONU RODZINNEGO.

Bon rodzinny pozwoli na realizację niewielkiego przedsięwzięcia zaplanowanego przez rodzinę, a zmierzającego do polepszenia jej sytuacji.

12. **Program „Odzyskać dziecko”** – propozycja dla Uczestników, których dzieci przebywają w placówkach opiekuńczo – wychowawczych lub w pieczy zastępczej. Wsparcie realizowane w formie spotkań indywidualnych oraz grupowych, w tym warsztatów.