

PROGRAM PROFILAKTYCZNY

„(WS)POMAGAMY”

Ustka, wrzesień 2022r.

WPROWADZENIE

Program profilaktyczny dla dzieci i młodzieży z rodzin dysfunkcyjnych i zagrożonych przemocą i alkoholizmem oraz osób niesamodzielnych i niepełnosprawnych, których dotyczą wymienione zjawiska realizowany będzie pod nazwą "(WS)POMAGAMY".

Programem objęte będą osoby niesamodzielne, niepełnosprawne oraz dzieci i młodzież pochodzące z rodzin dysfunkcyjnych i zagrożonych tym problemem, w których występują deficyty w sposobie wyrażania uczuć i emocji, w których brak jest pozytywnych wzorców zachowania. Corocznie podejmujemy cykl działań środowiskowych o charakterze profilaktycznym.

Problem uzależnień wśród dzieci i młodzieży jest powszechnie znany w obecnych czasach. Uzależnienia są jednym z największych zagrożeń współczesności. Wśród osób niesamodzielnych i dotkniętych niepełnosprawnością są bardzo często osoby, które wychowywały się w rodzinach problemowych a ich niezaradność w dorosłym życiu wynika z uzależnień, których źródła należy poszukiwać we wzorcach nabytych z domu rodzinnego.

Przyczyn upatrywać należy, między innymi w gwałtownych przemianach, jakie zaszły w ostatnich latach. Choroby związane z wiekiem, niepełnosprawność, pandemia, bezrobocie, pogorszenie się sytuacji ekonomicznej polskiego społeczeństwa czy zmiany kulturowe doprowadziły do erozji systemu wartości etycznych i norm moralnych a to powoduje wzrost osób sięgających po środki psychoaktywne.

Program profilaktyczny ma na celu pokazanie i wyeksponowanie wartości, które powinny dominować w rodzinie. Zakładamy, że poprzez aktywny udział w proponowanych działaniach w rodzinie narodzi się nowy sposób na spędzanie czasu wolnego, w którym będzie dominowała aktywność połączona z poczuciem odpowiedzialności za siebie. Będziemy zachęcać uczestników do dbania o siebie nawzajem, zostaną przedstawione prawidłowe wzorce, które powinny dominować w rodzinie.

PODSTAWY PRAWNE

- Ustawę z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi.

- Ustawę z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej.
- Ustawę z dnia 9 czerwca 2011r. o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej.

ANALIZA POTRZEB

W roku 2021r. do Miejskiego Zespołu Interdyscyplinarnego wpłynęło 19 Niebieskich Kart. 4 Niebieskie Karty prowadzone są z ubiegłego roku. Łącznie prowadzonych jest 19 kart. W rodzinach prowadzona jest praca grup roboczych. Działaniami asystentów rodziny objętych jest 20 rodzin z dziećmi.

W rodzinach dysfunkcyjnych przeżywających trudności w pełnieniu funkcji opiekuńczo-wychowawczych istnieje duże ryzyko powielania przez dzieci negatywnych wzorców wychowawczych, a tym samym idących w stronę uzależnienia od alkoholu i substancji psychoaktywnych. Mając na uwadze dążenie do osiągnięcia wzorców prawidłowego funkcjonowania każdego członka rodziny, który jest narażony na negatywne skutki uzależnień tkwiących w rodzinie wychodzimy z ofertą aktywnego spędzania wolnego czasu, poprzez działania mające na celu podkreślenie wartości rodziny. Programem obejmujemy również osoby samotne, które podejmują trud wyjścia z uzależnień i kryzysów życiowych.

CEL GŁÓWNY:

Profilaktyka uzależnień oraz zmniejszanie rozmiarów zjawiska przemocy w rodzinie.

CELE SZCZEGÓŁOWE:

1. Podnoszenie świadomości społecznej na tematy dostępnych form pomocy oraz instytucji zajmujących się zjawiskiem uzależnień.
2. Podniesienie kompetencji pracowników stykających się ze zjawiskiem przemocy w rodzinie podczas wykonywanych obowiązków służbowych.

3. Podniesienie wiedzy i świadomości uczestników na temat zdrowego stylu życia.
4. Podkreślenie i wzmacnianie wartości występujących w rodzinie, kultywowanie tradycji rodzinnych.
5. Promowanie wzorców prawidłowego funkcjonowania w środowisku.
6. Integracja środowiska rodzinnego poprzez uczestnictwo w zabawach dzieci i ich rodziców.

REALIZATOR PROGRAMU:

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Ustce,
ul. ks. Kard. S. Wyszyńskiego 3
76-270 Ustka
Tel. 59 8154 390
NIP: 839- 18-56-843

ADRESACI PROGRAMU:

Adresatami programu są rodziny ubogie, niewydolne wychowawczo, nieporadne życiowo, niedostosowane społecznie, niewłaściwie wykonujące obowiązki rodzinne, a także rodziny i osoby niesamodzielne zagrożone problemami uzależnień i niepełnosprawnością korzystające z pomocy MOPS w Ustce.

OKRES REALIZACJI PROGRAMU:

I – XII. 2023r.

PLANUJEMY NASTĘPUJĄCE DZIAŁANIA:

I. CYKL WARSZTATÓW PROFILAKTYCZNYCH DLA DOROSŁYCH:

1. „Rana, której nie leczy czas. O potrzebach ludzi dotkniętych traumą”.

Według najbardziej rozpowszechnionej wśród psychologów i psychiatrów definicji, trauma rozumiana jest jako całościowa reakcja organizmu na zdarzenie, w którym zagrożone jest zdrowie lub życie osoby bądź kogoś spośród jej bliskich.

Jako ludzie nie jesteśmy w stanie zrozumieć powodów uzależnienia bez rozpoznania traumy, nie uda nam się zgłębić doświadczenia traumy bez „rozbicia muru” uzależnienia. Wiele stresujących wydarzeń w ciągu naszego życia może wpływać na rozwój uzależnienia od alkoholu bądź wywołać traumę, która jeśli powstała w dzieciństwie i wczesnej dorosłości powoduje nie tylko bezpośrednie skutki, takie jak rany fizyczne, lęk czy skłonność do izolowania się. Powoduje także długofalowe konsekwencje zarówno fizyczne, jak i psychiczne – w tym przyczynia się do powstania uzależnienia.

Cel główny: Nabycie umiejętności radzenia sobie klientów MOPS z przytłaczającymi ich emocjami i myślami, które są związane z trudnymi doświadczeniami (Kontrolowanie czynników ryzyka).

Cele szczegółowe:

- Podnoszenie świadomości klientów MOPS nt. możliwości zmniejszenia nasilenia objawów stresu związanego z trudnym doświadczeniem.
- Podnoszenie świadomości klientów MOPS nt. objawów traumy oraz sposobów radzenia sobie z nimi.
- Zwiększenie świadomości nt. traumy i jej związku z uzależnieniem.
- Zwiększenie świadomości klienta nt. możliwości i form leczenia.
- Praca nad otwartością klienta dot. rozmowy o objawach, rozwiązań, wsparcia w sytuacji doświadczania trudnych sytuacji w życiu.

Grupa docelowa: klienci MOPS w Ustce, uczestnicy CIS w Ustce oraz osoby dotknięte uzależnieniem, mieszkańcy Miasta Ustka.

Termin: luty 2023r.

Ilość osób: 30

Miejsce: CIS w Ustce

Organizator: MOPS w Ustce

Prowadzący: Katarzyna Nowicka - psychoterapeuta

Łączny koszt: 2000,00 zł

2. Ukryta depresja, a uzależnienie od alkoholu. Co było pierwsze depresja, czy uzależnienie?

Uzależnienie od alkoholu i depresja są ze sobą wzajemnie powiązane. Nadmierne spożywanie alkoholu najczęściej powoduje zaburzenia psychiczne – w tym i depresję. Dla wielu osób jedyną i najszybszą metodą radzenia sobie z problemami jest sięganie po alkohol, który w pozornym odczuciu potrafi szybko załagodzić niepokój, lęk, smutek. W przypadku nieprzyjemnej, bolesnej czy trudnej sytuacji życiowej, dawka alkoholu może pomóc stępić ból. Okazjonalny drink na rozluźnienie nie musi być czymś złym. A jednak... Problem pojawia się w momencie, kiedy sięgamy po kieliszek przy każdym wyzwaniu, w każdej trudniejszej chwili. Jeżeli alkohol staje się sposobem na radzenie sobie z problemami i trudnymi emocjami, może świadczyć to o narastającym problemie o pojawieniu się uzależnienia. Regulowanie emocji za pomocą alkoholu w celu radzenia sobie z życiowymi kłopotami jest oznaką uzależnienia. Co jednak dzieje się w sytuacji, kiedy mamy do czynienia z depresją? Czy osoby, które cierpią na depresję piją więcej lub częściej? Czy osoby uzależnione od alkoholu zapadają na depresję?

Cel główny: Podnoszenie świadomości klientów MOPS nt. negatywnego wpływu alkoholu na jego życie.

Cele szczegółowe:

Wypożyczenie uczestników warsztatów w wiedzę na temat depresji alkoholowej:

- kiedy może wystąpić?
- objawów depresji, form.
- jak leczyć depresję alkoholową?
- działań profilaktyki zdrowia psychicznego i fizycznego.
- zapoznanie z możliwościami leczenia depresji.

Grupa docelowa: grupę docelową stanowić będą klienci MOPS w Ustce, uczestnicy CIS w Ustce oraz osoby dotknięte uzależnieniem, mieszkańcy Miasta Ustka.

Termin: kwiecień 2023r.

Ilość osób: 30

Miejsce: CIS w Ustce

Organizator: MOPS w Ustce

Prowadzący: Katarzyna Nowicka – psychoterapeuta

Koszty: 2000,00 zł

Łączny koszt: 4000,00 zł

II. GRUPA WSPARCIA MOTYWUJĄCA DO TRZEŹWOŚCI I PRACY NAD SOBĄ.

Projekt ten zakłada utworzenie grupy wsparcia jako jedną z form pomocy psychologicznej. Grupa wsparcia to spotkania, podczas których każdy dobrowolnie może podzielić się swoimi troskami, doświadczeniami, spostrzeżeniami i radościami. To przestrzeń dla osób uzależnionych od alkoholu, którzy doświadczają stresu, frustracji, niemocy. W bezpiecznej atmosferze, kameralnej grupie, przy asyście doświadczonego i wykwalifikowanego terapeuty, może posłuchać lub opowiedzieć o tym wszystkim, co dla niego ważne. To miejsce dla ludzi, którzy borykają się z tymi samymi problemami.

Pomysł utworzenia grup wsparcia o tematyce związanej z uzależnieniem od alkoholu zrodził się głównie w odpowiedzi na niesatysfakcjonujące efekty motywowania przez pracowników Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Ustce osób borykających się z problemem uzależnienia, do korzystania z dostępnej oferty wsparcia. Pod uwagę wzięto uczestników warsztatów reintegracji społecznej i zawodowej osób znajdujących się w szczególnie trudnej sytuacji na rynku pracy, wykluczonych i zagrożonych wykluczeniem społecznym.

W roku 2021 przyjętych do CIS było 49 osób z czego 3/4 miało problem alkoholowym.
Wnioski

z przeprowadzonych obserwacji diagnozujących zjawisko uzależnienia od alkoholu potwierdziły, że zasadne jest podjęcie działań w celu zmotywowania tych osób, aby skorzystały z dostępnych form pomocy instytucjonalnej. W ramach podejmowanych działań chcemy stworzyć okazję, aby w uczestnikach projektu wzbudzić potrzebę do skorzystania z odpowiedniego wsparcia, po to, by uzależnienie przestało dla nich być już tematem tabu oraz aby umożliwić im podjęcie kroków w kierunku wprowadzenia zmian w swoim życiu.

Cel główny: budowanie wewnętrznej motywacji osób uzależnionych od alkoholu, uczestniczących w Centrum Integracji Społecznej w Ustce do skorzystania z możliwych form wsparcia, w szczególności poprzez udział w grupach wsparcia motywujących do trzeźwości i pracy nad sobą, w okresie od marca do grudnia 2023r.

Cele szczegółowe:

- Prowadzenie społecznej kampanii edukacyjnej poprzez rozpowszechnienie informacji na temat grupy wsparcia wśród uczestników CIS.

Grupa docelowa: osoby, dotknięte problemem uzależnienia od alkoholu- uczestnicy Centrum Integracji Społecznej w Ustce. Będzie to grupa 3-5 osobowa w zależności od potrzeby

Koszty:

Warsztat z terapeutą – 120,00 zł za 1h x 2 zajęcia miesięcznie = 240,00 zł

Zajęcia od marca do grudnia (10 miesięcy) x 240,00 zł = 2400,00 zł

Łączny koszt: 2400,00 zł

III. WARSZTATY PROFILAKTYCZNE DLA RODZICÓW: „PODNIOSZENIE SAMOOCENY I POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI JAKO PROFILAKTYKA ZABURZEŃ PSYCHICZNYCH”.

Poczucie własnej wartości to, najprościej mówiąc, to, co o sobie myślimy i jak oceniamy samych siebie. Jest bardzo ważne dla codziennego samopoczucia, a także umiejętności podejmowania inicjatywy w życiu oraz budowania zdrowych relacji międzyludzkich. Niestety, wiele osób cierpi z powodu zaniżonego poczucia własnej wartości. Czasami może być to objaw problemów ze zdrowiem psychicznym ale poczucie własnej wartości można również wyćwiczyć samemu.

Problemy z samooceną są bardzo częste we współczesnym świecie. Niskie poczucie własnej wartości często wiąże się z chorobami psychicznymi takimi jak depresja lub zaburzenia lękowe. Często trudno jednak określić, czy niska samoocena jest powodem, czy raczej wynikiem stanów depresyjnych. W każdej takiej sytuacji niezbędna jest profesjonalna pomoc, łącznie z psychoterapią czy lekami antydepresyjnymi.

Źródłem niskiego poczucia własnej wartości bywają najczęściej:

- brak wsparcia u rodziców;
- trudne przeżycia z rówieśnikami;
- toksyczne związki;
- nagromadzenie trudnych sytuacji;
- negatywne nastawienie do siebie;
- perfekcjonizm;
- niezadowolenie z własnego wyglądu;
- przewrażliwienie na krytykę;
- towarzyszący lęk, strach i stres;

- przedkładanie innych ponad siebie;

Problemy z samooceną oraz niskim poczuciem własnej wartości stały się w obecnym świecie niemalże chorobą cywilizacyjną naszych czasów, dlatego w ramach projektu „Nie jesteś sam” chcielibyśmy poświęcić szczególną uwagę tej właśnie delikatnej tematyce i objąć wsparciem osoby, które borykają się właśnie z tego typu problemami. Są to trudności, które często rzutują na całe życie tych ludzi, uniemożliwiając realizowanie się w życiu zawodowym, czy prywatnym. Stojące na drodze w osiąganiu sukcesów, odbierające poczucie spełnienia i zadowolenia z życia, a to wszystko może prowadzić do zaburzeń psychicznych. Kierując się przekonaniem oraz wiarą, że człowiek jest najlepszą inwestycją chcielibyśmy poprzez projekt naszego Ośrodka wzmocnić pozycje tych osób w naszej lokalnej społeczności i sprawić, by uwierzyli we własne możliwości oraz by zaczęli odnosić swoje małe sukcesy, które pozwolą im rozwinąć skrzydła i zdobywać upragnione cele i marzenia.

W sali wykładowej pięcioro rodziców będzie odbywać trzy godzinne warsztaty z samooceny i podnoszenia poczucia własnej wartości(17.00-20.00), prowadzone przez trenerkę.

W sali zajęciowej siedmiorgo dzieci będzie w tym czasie odbywać zajęcia z makramy, (17.00-20.00) prowadzone przez animatora.

Warsztaty będą odbywały się w trzech 3 godzinnych cyklach.

Cel główny: podnoszenie samooceny i poczucia własnej wartości jako profilaktyka zaburzeń psychicznych.

Cele szczegółowe:

- podnoszenie świadomości na temat higieny zdrowia psychicznego;
- wzmocnienie wiary we własne możliwości i zasoby;
- dostrzeganie swoich atutów i mocnych stron;
- kształtowanie pozytywnego myślenia o sobie;
- kształtowanie umiejętności radzenia sobie z własnymi emocjami;
- integracja środowiska lokalnego;
- konstruktywne spędzanie czasu wolnego;

Grupa docelowa: grupa pięciu rodziców i siedmiorga dzieci, którzy są objęci wsparciem asystentów rodziny. Jest to grupa osób zainteresowana realizowaniem siebie, poszukująca rozwiązań oraz odkrywaniem możliwości poprawy swojej sytuacji życiowej.

Ilość osób: 7

Miejsce: CPD w Ustce

Organizator: MOPS w Ustce

Prowadzący: Małgorzata Facciolo – trener

Terminy warsztatów:

I. marzec 2023r. (CPD)

II. czerwiec 2023r. (CPD)

III. październik 2023r. (CPD)

Koszt: warsztaty z samooceny i podnoszenia poczucia własnej wartości - 1050,00 zł.

warsztaty z makramy – 1425,00 zł.

zakup poczęstunku - 200,00 zł.

Łączny koszt: 2675,00 zł

IV. SPOTKANIE EDUKACYJNE DLA RODZIN Z NASTOLETNIAMI DZIEĆMI „W RODZINIE SIŁA”

Wiek dojrzewania charakteryzują różnego rodzaju eksperymenty, m.in. z narkotykami czy alkoholem. Nieletni konsumenci alkoholu są narażeni na tzw. szkody bieżące związane z piciem. Należą do nich np. wypadki, również te ze skutkiem śmiertelnym, jak np. jazda po alkoholu czy utonięcia, przemoc, a także niechciane i ryzykowne kontakty seksualne. Duże natężenie spożycia alkoholu w wieku dorastania koreluje z takimi zjawiskami, jak: wczesna inicjacja seksualna, niechciana ciąża, wczesne wstępowanie w związek małżeński czy partnerski bez odpowiedniej do tego dojrzałości, zaniechanie dalszej edukacji, wczesne podejmowanie pracy zawodowej lub wczesne bezrobocie.

Jednym z istotnych czynników chroniących przed zrachowaniami ryzykownymi jest pozytywna więź z rodzicami, dlatego pożądana jest aktywna współpraca z rodzicami w obszarze profilaktyki. Zdarza się, że rodzice nie stawiają granic, nie rozmawiają z dziećmi o piciu alkoholu i nie wspierają dziecka w abstynencji, w podejmowaniu kluczowych decyzji. Wspólne wykonywanie różnych zadań przez rodziców i dzieci jest najefektywniejszą formą profilaktyczną.

W Projekcie umożliwiamy nastolatkom i ich rodzicom wspólny udział w wydarzeniu kulturalnym, jednocześnie - ze względu na tematykę - mającym się stać przyczynkiem do wspólnych refleksji i stawiania ważnych pytań.

Założeniem Projektu jest projekcja – w warunkach kontrolowanych – filmu poruszającego ważny problem społeczny jakim jest uzależnienie od alkoholu. Film możemy bowiem traktować jako medium przydatne w psychologicznych oddziaływaniach leczniczych. Zastosowanie filmu w terapii wzbudza coraz większe zainteresowanie specjalistów na całym świecie, a wyniki prowadzonych do tej pory badań zdają się wskazywać, że wykorzystanie

obrazów filmowych w sesjach terapeutycznych daje pozytywne skutki lecznicze, głównie dzięki zjawisku identyfikowania się z bohaterem oraz możliwości przepracowania określonych sytuacji trudnych. Film najczęściej wykorzystywany jest w charakterze kontekstu pomocniczego lub interpretacyjnego umożliwiającego pełniejsze zrozumienie jakiegoś zjawiska społecznego. Niniejszy Projekt daje członkom rodziny możliwość zgłębienia problemów, doświadczanych przez bohaterów filmu jak również wspólnego spędzenia czasu. Spotkanie z terapeutą, pomoże usystematyzować i zrozumieć prezentowane w filmie problemy.

Cel główny: profilaktyka uzależnień wśród młodzieży poprzez wspieranie prawidłowych relacji w rodzinie.

Cele szczegółowe:

- ograniczenie negatywnych skutków spożywania alkoholu, zarówno wśród rodziców jak i młodzieży,
- ograniczenie występowania ryzykowanych zachowań,
- wzmocnienie więzi między rodzicami a dziećmi,
- kształtowanie modelu spędzania wolnego czasu.

Grupa docelowa: rodzice z dziećmi powyżej 15 r.ż.

Ilość osób: 30

Miejsce: Kino Delfin w Ustce

Organizator: MOPS w Ustce

Prowadzący: Terapeuta uzależnień

Termin: maj 2023

Koszt: bilety do kina, popcorn, napój – 50,00 zł x 30 osób - 1500,00 zł.

spotkanie z terapeutą – 150,00 zł.

Łączny koszt: 1650,00 zł

V. JOGA RODZINNA – WARSZTATY DLA RODZICÓW Z MAŁYMI DZIEĆMI

Joga rodzinna to wyjątkowy i twórczy sposób spędzania czasu z dzieckiem. Wspólne spotkania, podczas których rodzic ćwiczy razem z dzieckiem, sprzyjają pogłębieniu więzi rodzinnych i poczuciu bliskości, jak również doskonałą prawidłową postawę, budują nawyk zdrowego ruchu, elastyczność ciała, oboje uczą się asana. Uczestnictwo w

zajęciach pozwala wyrazić wewnętrzną energię, nauczyć się prawidłowego oddechu i relaksacji, przy czym wszystko odbywa się w atmosferze zabawy.

Joga pozwala dzieciom na poznanie i zapanowanie nad własnym ciałem, wzmacnia je i poprawia koordynację, dodaje energii, uczy koncentracji i relaksacji, ćwiczy pamięć, pobudza wyobraźnię oraz rozwija kreatywność. Natomiast rodzice mogą lepiej poznać swoje dzieci-ich możliwości, zainteresowania, stosunek do wyzwań. Dzięki temu łatwiej jest zrozumieć potrzeby dziecka oraz wspierać jego rozwój o naturalne talenty.

Rodzinne zajęcia jogi przynoszą korzyści dziecku i rodzicowi. Dają dziecku przykład na wspólne aktywne spędzanie czasu co z pewnością ich do siebie zbliży i pogłębi rodzinną więź. Profilaktyka od najmłodszych lat. Zajęcia trwają 60 min.

Cel główny: wzmocnienie więzi między rodzicem a dzieckiem oraz profilaktyka zdrowia psychicznego dzieci.

Cele szczegółowe:

- integracja środowiska lokalnego;
- konstruktywne spędzanie czasu wolnego;
- kształtowanie modelu spędzania wolnego czasu.

Grupa docelowa: podopieczni MOPS (rodzice z dziećmi w wieku od 4 do 12 lat)

Ilość osób: 12

Miejsce: Centrum edukacji w Ustce - „Tu Sztuka”

Terminy warsztatów:

- I. wrzesień 2023 r.
- II. październik 2023 r.
- III. listopad 2023 r.

Łączny koszt: 900,00 zł

VI. „STOP PRZEMOCY – USTKA SIĘ JEDNOCZY” - AKCJA PROFILAKTYCZNA

Akcja profilaktyczna „STOP PRZEMOCY” nawiązuje do dnia 2 października, czyli Międzynarodowego Dnia bez Przemocy. W przedsięwzięciu cyklicznie biorą udział uczniowie wraz z nauczycielami, pedagogami usteckich szkół, pracownicy MOPS oraz zaproszeni goście. Podczas kampanii rozpowszechniane są ulotki dotyczące możliwości uzyskania wsparcia dla ofiar przemocy na terenie naszego miasta. W minionych latach spotkanie cieszyło się dużym zainteresowaniem oraz licznym gronem uczestników. Uczniowie szkół manifestują potrzebę budowania świata bez przemocy, bez agresji. Świata lepszego, bezpiecznego, gwarantującego

wszystkim odpowiednie warunki dorastania i rozwoju. Kampania ta ma za zadanie zwrócić uwagę ludzi na prawo do godności i szacunku każdego człowieka, poczynając już od tych najmłodszych. Naszym wspólnym dobrem jest tworzenie świata w którym nie ma przemocy.

W ramach przedsięwzięcia „STOP PRZEMOCY” zrealizujemy:

1. **Konkurs plastyczny** w szkołach podstawowych oraz w szkole ponadpodstawowej w Ustce pod hasłem „Stop przemocy”. Podejmowanie tematów związanych z przemocą, metod rozwiązywania konfliktów wśród rówieśników.
2. Współpraca z placówkami przedszkolnymi (pogadanki opiekunów grup przedszkolnych na temat przemocy, przygotowanie przez dzieci czerwonych serduszek z papieru i przekazanie ich do siedziby MOPS).
3. Wykonanie prac plastycznych wychowanków Centrum Pomocy Dzieciom w Ustce oraz Placówka Wsparcia Dziennego w Ustce pod hasłem „W dniu bez przemocy Ustka się jednoczy”.
4. Zorganizowanie wystawy prac plastycznych laureatów konkursu plastycznego.
5. Spotkanie wychowanków usteckich szkół wraz z nauczycielami, pedagogami, pracownikami MOPS.
6. **Happening z udziałem dzieci i młodzieży usteckich szkół** na terenie OSiR w Ustce; wykonanie zdjęcia dzieciom, które ustawią się w kształcie serca.

Cel główny: podnoszenie świadomości społecznej na temat przeciwdziałania zjawisku przemocy oraz wyrażenie społecznego sprzeciwu na zjawisko przemocy

Grupa docelowa: uczniowie wraz z nauczycielami, pedagogami usteckich szkół, pracownicy MOPS, CIS.

Cele szczegółowe:

- modelowanie i kształtowanie postaw szacunku i partnerstwa w relacjach rówieśniczych dzieci i młodzieży,
- uwrażliwianie dzieci i młodzieży na temat przemocy w ich najbliższym otoczeniu, a zwłaszcza w grupach rówieśniczych - w procesie aktywności twórczej wychowanków,
- podnoszenie świadomości społecznej w zakresie przyczyn i skutków *przemocy* w rodzinie.

Grupa docelowa: uczniowie wraz z nauczycielami, pedagogami usteckich szkół, wychowankowie usteckich przedszkoli, pracownicy MOPS.

Partnerzy: OSiR Ustka, Szkoła Podstawowa nr 1 w Ustce, Szkoła Podstawowa nr 2 w Ustce, Szkoła podstawowa nr 3 w Ustce, Zespół Szkół Ogólnokształcących i Technicznych w Ustce, zespoły przedszkolne z terenu Ustki.

Termin - wrzesień/październik 2023

Ilość osób: 150 osób

Miejsce: OSiR w Ustce

Miejsce wykonania prac plastycznych: SP1, SP2, SP3, ZSOiT w Ustce, CPD, PWD w Ustce

Współorganizator: MZI, OSiR

Koszty:

- zakup voucherów dla laureatów konkursu plastycznego- szkoły – **600,00 zł**,
 - zakup voucherów dla laureatów konkursu plastycznego CPD, PWD - **300,00 zł**
 - zakup słodczy dla dzieci biorących udział w przedsięwzięciu - **300,00 zł**
 - zapewnienie bezpieczeństwa – umowa z firmą ochroniarską (świadczenie usługi Kierownika imprezy) – **400,00 zł**
 - zamówienie transparentu np. „Stop Przemocy - Ustka się jednoczy”, lub „Dzień bez przemocy - Ustka się jednoczy”. - **400,00 zł**

Łączny koszt: 2000,00 zł

VII. SZKOLENIE DLA CZŁONKÓW MIEJSKIEGO ZESPOŁY INTERDYSCYPLINARNEGO ORAZ GRUP ROBOCZYCH

Problematyka przemocy w rodzinie zyskuje coraz więcej uwagi w wymiarze prawnym, psychologicznym i zdrowotnym. Jest to jednak problemem, który zmienia swoje formy na przestrzeni lat. W związku z tym niezbędna jest również zmiana sposobu rozwiązania tego problemu. Pomaganie rodzinom doświadczającym zjawiska przemocy, jest procesem wymagającym interdyscyplinarnych działań.

Z uwagi na częste zmiany w prawie oraz rozwój metod pracy w rodzinach przemocowych niezbędne jest zachowanie ciągłości w podnoszeniu kwalifikacji kadry poprzez organizowanie szkoleń. Tematyka szkolenia będzie obejmowała aspekty prawne związane z przemocą w rodzinie, bieżące zmiany oraz ewentualne nowelizacje.

Cel główny: podniesienie kompetencji zawodowych członków Miejskiego Zespołu Interdyscyplinarnego i grup roboczych realizujących zadania z zakresu przemocy w rodzinie.

Grupa docelowa: członkowie MZI i GR

Termin szkolenia: listopad 2023 r.

Miejsce szkolenia: Urząd Miasta w Ustce

Liczba uczestników: 30

Prowadzący: Atelier- Centrum Profilaktyki i Reedukacji

Koszt: 2400,00 zł. za 4 godz. dydaktyczne

Koszt poczęstunku – 100,00 zł.

Łączny koszt: 2500,00 zł.

VIII. „AKTYWNY I BEZPIECZNY ” – DZIEŃ USTECKIEGO SENIORA

Międzynarodowy Dzień Osób Starszych przypada na dzień 1 października. Jest to bardzo ważne święto i doskonała okazja do podkreślenia wyjątkowej roli osób starszych w naszym lokalnym społeczeństwie.

Impreza integracyjną pn. „Aktywny i bezpieczny” rozpocznie wielobarwny happening, który zakończy się radosnym międzypokoleniowym festynem. W trakcie spotkania seniorzy nawiążą nowe relacje, zmniejszy się poczucie wykluczenia i osamotnienia. Ruch pozytywnie wpłynie na samopoczucie i stan zdrowia. Pamiątki otrzymane podczas imprezy pozwolą wspominać miłe chwile, spotkanie pozwoli pozytywnie spojrzeć na rzeczywistość i podnieść samoocenę.

W ramach przedsięwzięcia zrealizujemy:

- a. Wielobarwny pochód na terenie OSIR
- b. Festyn (konkursy sportowe, konkursy wiedzy, wspólne grillowanie, zabawa pod gołym niebem, itp.)

Cel główny: walka z wykluczeniem osób w wieku senioralnym i z niepełnosprawnością, aktywizacja i integracja osób starszych, propagowanie wiedzy na temat dostępnych form pomocy dla osób starszych, popularyzowanie udziału osób starszych w życiu kulturalnym, profilaktyka uzależnień.

Grupa docelowa: seniorzy z miasta Ustka

Termin - październik 2023 r.

Ilość osób: 300 osób

Miejsce: OSIR

Współorganizator: OSIR

Koszty:

- poczęstunek 7000,00 zł
- obsługa muzyczna i wodzirej z animacjami: 3800,00 zł
- organizacja i przystrojenie przestrzeni: 5200,00 zł
- upominki 2000,00 zł

Koszt łączny: 18000,00 zł

IX. WIGILIA DLA OSÓB SAMOTNYCH, ZAGROŻONYCH WYKLUCZENIEM SPOŁECZNYM POPRZEZ UZALEŻNIENIA.

Wielu podopiecznych Ośrodka, to osoby starsze, samotne z niepełnosprawnościami, zagrożone wykluczeniem społecznym z powodu uzależnień. Osoby te oprócz pomocy finansowej i rzeczowej potrzebują wsparcia w postaci pracy socjalnej. Jedną z takich form pracy jest zorganizowanie spotkania wigilijnego. Spotkanie wigilijne pozwala na wspólne spędzanie czasu wolnego, kultywowanie tradycji oraz wzmocnienie poczucia przynależności i wartości uczestników.

Organizatorem będzie MOPS, który poprowadzi spotkanie wigilijne. Usługą gastronomiczną- przygotowaniem posiłków, przygotowaniem sali zajmie się kierownik wraz z pracownikami Stołówki nr 2 w Ustce. Miejskie Przedszkole przygotowuje część artystyczną oraz drobne upominki.

Cel główny: przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu osób zagrożonych z powodu uzależnień, aktywizacja i integracja, popularyzowanie udziału osób starszych w życiu kulturalnym.

Grupa docelowa: osoby starsze, samotne z niepełnosprawnościami, zagrożone wykluczeniem społecznym z powodu uzależnień, podopieczni MOPS.

Termin - grudzień 2023 r.

Ilość osób: 40 osób

Miejsce: Stołówka przy SP2

Koszt łączny: 3500,00 zł

5. ZASOBY OSOBOWE I RZECZOWE

ZASOBY OSOBOWE

Osobą odpowiedzialną za całość realizacji Programu będzie kierownik MOPS. Nadzór finansowy pełnić będzie główny księgowy MOPS. Pracownicy skoordynują poszczególne moduły projektu. Pracownicy ci posiadają doświadczenie w realizacji projektów.

6. BUDŻET PROGRAMU

Lp.	Rodzaj kosztów	Ilość osób	Termin	Usługa	Zakup
I.	Cykl warsztatów profilaktycznych dla dorosłych	30	I -Luty II - Kwiecień	4000,00	0,00
II.	Grupa wsparcia motywująca do trzeźwości	W zależności od potrzeb	Marzec- Grudzień	2400,00	0,00
III.	Cykl warsztatów dla rodzin: Podnoszenie samooceny i poczucia własnej wartości jako profilaktyka zaburzeń psychicznych.	7	I - Marzec II – Czerwiec III - Październik	2475,00	200,00
IV.	Spotkanie edukacyjne dla rodzin z nastoletnimi dziećmi „W rodzinie siła”	30	Maj	150,00	1500,00
V.	Joga rodzinna warsztaty dla rodziców z małymi dziećmi	12	I - Wrzesień II – Październik III - Listopad	900,00	0,00
VI.	„STOP PRZEMOCY - USTKA SIĘ JEDNOCZY” akcja profilaktyczna	150	Wrzesień	400,00	1600,00
VII.	Szkolenie dla członków Zespołów Interdyscyplinarnych i Grup Roboczych	30	Listopad	2400,00	100,00
VIII.	„Aktywny i bezpieczny”- Dzień Usteckiego Seniora	300	Październik	9800,00	8200,00
IX.	Wigilia	40	Grudzień	3500,00	0,00
OGÓŁEM 37 625,00 zł				26 025,00	11 600,00

