

Razem łatwiej – aktywizacja społeczna osób z upośledzeniem umysłowym

Ełcka Caritas oraz Katolickie Stowarzyszenie Niepełnosprawnych Diecezji Ełckiej (prowadzące Warsztaty Terapii Zajęciowej w Ełku) realizują wspólnie zadanie na rzecz osób upośledzonych umysłowo. Celem zadania jest aktywizacja społeczna i integracja z lokalną społecznością grupy 22 osób upośledzonych umysłowo do końca 2013 roku. Realizacja celu możliwa będzie poprzez ukazanie nowej formy aktywności społecznej, jaką jest wolontariat. Do realizacji tego celu zaangażowanych zostało dziesięciu wolontariuszy z Ełckiego Centrum Wolontariatu Caritas (ECWC). Wśród celów szczegółowych wymienić można zmianę nastawienia najbliższego otoczenia osób upośledzonych umysłowo (22 osoby) do ich aktywizacji oraz wzrost wiedzy na temat osób upośledzonych umysłowo w lokalnym środowisku. Realizacja powyższych celów odbywa się poprzez organizację szeregu działań, obejmujących m.in. warsztaty wyjazdowe, piknik integracyjny, spotkania w szkołach, wycieczkę integracyjną, popołudniowe zajęcia, praktyki wolontariackie czy spotkania dla wolontariuszy połączone z projekcją filmu o tematyce poświęconej osobom niepełnosprawnym.

Osoby upośledzone umysłowo, uczęszczające do ełckich WTZ, biorą udział w zajęciach aktywizacji zawodowej zmierzającej do ogólnego rozwoju i poprawy sprawności niezbędnych do prowadzenia niezależnego, samodzielnego życia na miarę jej indywidualnych możliwości. Niestety, aktywizacja zawodowa nie idzie w parze z aktywizacją społeczną. Osoby te przebywają w gronie innych osób upośledzonych umysłowo, nie mają kontaktu z osobami spoza WTZ. To prowadzi do izolacji osób upośledzonych w społeczeństwie. Po zakończonych zajęciach w WTZ, osoby upośledzone zamykają się w domowym zaciszu, co często spowodowane jest strachem przed wyjściem z domu, obawą przed reakcją ludzi na ich odmiennosc. Małymi krokami można zmienić ten stan rzeczy. Poprzez szereg działań zmierzających do aktywizacji społecznej i integracji z lokalną społecznością osób upośledzonych umysłowo jest szansa, aby ukazać te osoby w zupełnie nowym świetle. Osoby te do tej pory nie angażowały się w działania wolontariackie na rzecz lokalnej społeczności. Stąd też pomysł na ukazanie wolontariatu jako formy aktywizacji społecznej osób z upośledzeniem umysłowym.

W ramach projektu na początku sierpnia odbyło się rozstrzygnięcie konkursu plastycznego pt. *Razem łatwiej – aktywizacja społeczna osób z upośledzeniem umysłowym*. Konkurs został skierowany do uczniów szkół podstawowych w powiecie ełckim. Interpretacja hasła była bardzo zróżnicowana. Dzieci w swoich pracach przedstawiały przede wszystkim pomoc dla osoby niepełnosprawnej oraz to, w jaki sposób postrzegają osoby z upośledzeniem umysłowym obok siebie, w swoim środowisku. Komisja konkursowa postanowiła nagrodzić następujące osoby: I miejsce przyznano Adamowi Derdzie (lat 12), II miejsce – Dawidowi Grajewskiemu (lat 11), natomiast III miejsce przypadło dla Patrycji Ostrowskiej (lat 10). Ponadto komisja konkursowa posta-



Wręczenie nagród finalistom konkursu plastycznego

nowiła nagrodzić dwie prace: Damiana Smaki (lat 10) oraz Bartosza Kardyńskiego (5 lat) – najmłodszego uczestnika konkursu.

Dziękujemy wszystkim zainteresowanym za udział w konkursie. Zwycięzcom i osobom wyróżnionym serdecznie gratulujemy!

Wręczenie nagród nastąpiło podczas pikniku integracyjnego w Warsztatach Terapii Zajęciowej w Ełku. Na przybyłych licznie gości czekało mnóstwo atrakcji. Działająca przy Warsztatach grupa teatralna Zgiełk wystawiła *Zemstę*. Podopieczni WTZ zachwycili wszystkich swoim kunsztem aktorskim. Pomysłowa sceneria, kostiumy, rewelacyjnie przygotowana sztuka – to wszystko sprawiło, że przedstawienie oglądało się z zapartym tchem. Po spektaklu zaproszeni goście zwiedzali warsztaty. Mogli zajrzeć do każdej pracowni i dowiedzieć się, czym na co dzień zajmują się podopieczni. Na zwiedzających czekał słodki poczęstunek oraz muzyka, która zachęcała do wspólnych tańców.

W ostatnich dwóch tygodniach sierpnia odbyły się dwa pięciodniowe warsztaty wyjazdowe dla 22 osób upośledzonych umysłowo oraz dla 22 opiekunów. W trakcie warsztatów osoby upośledzone umysłowo, jak i ich opiekunowie, uczestniczyli w zajęciach z psychologiem, w zajęciach z komunikacji i wolontariatu. Podczas warsztatów z komunikacji beneficjenci projektu dowiedzieli się, w jaki sposób rozwiązywać problemy w komunikacji interpersonalnej, werbalnej i niewerbalnej. Natomiast w trakcie zajęć z wolontariatu zostały ukazane zalety wolontariatu jako jednej z form aktywizacji i integracji społecznej. Obie grupy uczestniczyły w zajęciach z zakresu udzielania pierwszej pomocy (jedna z umiejętności, które powinien posiadać każdy wolontariusz). Zajęcia te były preludium do dalszych działań w ramach projektu – praktyk wolontariackich. W czasie trwania intensywnego programu warsztatów nie zabrakło czasu na tańce, karaoke, ognisko czy grilla.

Joanna Działkowiak

Szczęśliwy senior to aktywny i zdrowy senior

Dzięki środkom pozyskanym z Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2012–2013 Caritas Diecezji Ełckiej oraz Stowarzyszenie Pomocy Humanitarnej im. św. Łazarza z siedzibą w Ełku po raz pierwszy mają możliwość realizacji zadania, które daje osobom starszym szansę aktywnego i twórczego spędzenia wolnego czasu. Projekt „**Szczęśliwy senior to aktywny i zdrowy senior**” jest skierowany do 100 osób powyżej 60. roku życia z gmin: Ełk, Prostki, Stare Juchy oraz Kalinowo. Obejmuje on kilka działań: warsztaty wyjazdowe połączone ze szkoleniami, spotkania seniorów oraz wizyty pielęgniarki, rehabilitantki w domach niepełnosprawnych osób starszych.

W lipcu seniorzy uczestniczyli już w warsztatach wyjazdowych, na których zostały przeprowadzone zajęcia z psychologiem, trenerem ds. komunikacji oraz szkolenia z zakresu obsługi komputera, decoupage'u, plecionkarstwa/koszykarstwa i opieki nad osobami starszymi. Popołudniami osoby starsze spędzały czas przy grillu, na dyskotekce seniorów oraz uczestniczyły w zajęciach sportowych prowadzonych przez fizjoterapeutę. Ogromnym zainteresowaniem cieszyły się wieczorki zdrowia, podczas których wykonywano profilaktyczne badanie poziomu ciśnienia i cukru. Pięciodniowy wyjazd do Orzysza okazał się niezapomnianym przeżyciem dla osób starszych i pozostawił wiele miłych wspomnień.

W okresie od lipca do grudnia są organizowane w Ełku tzw. spotkania seniorów, czyli całodzienne spotkania dla 80 mieszkańców z czterech gmin powiatu ełckiego. Program każdego spotkania obejmuje poranne pogaduchy przy kawie i herbacie, spotkania eksperckie, czyli wykłady z różnych dziedzin połączone z dyskusją. O tym, jacy eksperci zostaną zaproszeni, decydują sami seniorzy. W godzinach popołudniowych uczestnicy doskonalą umiejętności nabyte na szkoleniach wyjazdowych oraz jest prowadzony przez ekspertów (dietetyka, pielęgniarkę, rehabilitantkę i wizażystkę) tzw. kącik zdrowia i urody.

Kolejne dwadzieścia osób niepełnosprawnych jest objętych wizytami specjalistów w domach. Pielęgniarka, fizjoterapeutka lub opiekunka podczas wizyt udzielają wskazówek, jak dbać o zdrowie, jakie ćwiczenia wykonywać, by zachować sprawność organizmu.

Projekt „**Szczęśliwy senior to aktywny i zdrowy senior**” nie tylko aktywizuje osoby starsze, ale także pozwala realizować własne pasje. Część działań realizowanych w ramach programu może być kontynuowana także po jego zakończeniu.

Renata Stańczyk



Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej

Zadanie jest współfinansowane ze środków Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2012-2013



Poświęcenie plecaków

Tornistry 2013 – rozdane

3 sierpnia Caritas Diecezji Ełckiej zorganizowała szkolenie parafialnych zespołów Caritas. Szkolenie odbyło się w Centrum Pastoralno-Administracyjnym w Ełku. Spotkaniu przewodniczył bp Romuald Kamiński. Obecni byli również ks. dr Maciej Gilewski – wicedyrektor Caritas Diecezji Ełckiej oraz ks. dr Jacek Uchan – dyrektor Wydziału Duszpasterstwa Ogólnego i Anna Rudzińska – opiekun PZC. Szkolenie rozpoczęło wspólną modlitwą. W trakcie spotkania biskup poświęcił 1500 plecaków.

Stało się już tradycją, że każdego roku Caritas przeprowadza akcję *Tornister pełen uśmiechu*, która ma na celu wyposażenie dzieci pochodzących z rodzin ubogich w podstawowe artykuły szkolne i plecaki. Biskup do zebranych skierował słowa, które miały na celu uświadomienie wszystkim działającym w parafialnych zespołach Caritas, jaka jest ich misja. Nawiązując do wypowiedzi papieża Franciszka, biskup Kamiński zachęcał: „Bądźcie apostołami Chrystusa!”. Mówił o ważnej roli wszystkich wspólnot parafialnych, nawoływał do wychodzenia i poszukiwania bliźniego, potrzebującego człowieka w małych środowiskach lokalnych. Często ludzie, do których kierują się członkowie Caritas, to osoby potrzebujące nie tylko wsparcia materialnego, ale przede wszystkim nawiązania kontaktu i zrozumienia. Rola parafialnych zespołów Caritas w trosce o drugiego człowieka jest ogromna. Należą do nich świadomi swojej misji ludzie, gotowi świadczyć różnorodne formy pomocy. Bez osób, które czują potrzebę pomagania innym, nie byłaby możliwa pomoc naszym bliźnim. Bóg do swoich celów wybiera tych, którzy służą, kierując się mądrością życiową, a przede wszystkim sercem.

Kolejnym etapem szkolenia była konferencja na temat: *Zrozumieć potrzeby drugiego człowieka*, którą poprowadził ks. dr Jacek Uchan. Po konferencji głos zabrał ks. dr Maciej Gilewski, który przedstawił kwestie bieżące związane z działalnością Caritas.

Spotkanie zakończyło się wspólną agapą.

Anna Rudzińska

Niezapomniana pielgrzymka

9 sierpnia wyruszyliśmy z Ełku z pielgrzymką na Jasną Górę, którą zorganizowała Caritas Diecezji Ełckiej. Pierwszym celem naszej trasy były Łagiewniki, gdzie wzięliśmy udział we mszy św. celebrowanej przez ks. Dariusza Kruczyńskiego w sanktuarium Bożego Miłosierdzia. Następnie w Krakowie zwiedzaliśmy Wawel, Zamek Królewski, kościół Mariacki i Sukiennice. Byliśmy pod słynnym oknem papieskim.

Później była Kalwaria Zebrzydowska i Wadowice. Wreszcie wieczorem dojeżdżamy do

Częstochowy i zdążyliśmy jeszcze na apel jasnogórski. W niedzielę po śniadaniu skierowaliśmy się do Kiedrzyń, gdzie dołączamy do XXI Ełckiej Pielgrzymki Pieszej na Jasną Górę. Wspólnie przechodzimy pięć kilometrów pod szczyt jasnogórski. Wrażenia niesamowite, jak pielgrzymki piesze z całej Polski są uroczyście witane na Jasnej Górze. Po paradzie uczestniczymy we mszy św. odprawionej przez bpa Jerzego Mazura. Udajemy się do miejscowości Mstów, gdzie zwiedzamy sanktuarium Matki Bożej Mstowskiej Miłosierdzia. Archi-

tektura kościoła urzeka spokojnym, klasycyzującym barokiem, występującym w Polsce krótko na przełomie XVII/XVIII wieku. Ostatnim miejscem naszego pielgrzymowania jest sanktuarium Matki Bożej w Gidlach.

Wyjazd ten pozwolił umocnić więź między nami, dostarczyć duchowej energii. Dziękujemy za zorganizowanie tak fantastycznej pielgrzymki, aż żal, że te trzy dni minęły tak szybko. Była to dla nas prawdziwa uczta duchowa.

Wolontariusze z Parafialnego Zespołu Caritas w Kalinowie

Moje Mazurskie Wakacje – letni wypoczynek dla dzieci i młodzieży polonijnej z Białorusi

Zakończył się letni wypoczynek Polonii z Białorusi

Języki rosyjski, białoruski, przeplatane z językiem polskim mogli słyszeć mieszkańcy Regła, Orzysza oraz Świętajna w okresie od 3 czerwca do 25 lipca, kiedy to wypoczywały dzieci i młodzież polskiego pochodzenia z Białorusi.

Łącznie z wypoczynku letniego skorzystało 500 osób – w wieku od 7 do 17 lat. Dla wielu z nich była to pierwsza – ale jak wszyscy zgodnie podkreślali nieostatnia – wizyta w kraju przodków. Za rekrutację osób, które gościła ełcka Caritas, odpowiadały organizacje katolickie na Białorusi – przede wszystkim Caritas. Uczestnicy pochodzili z obszaru trzech diecezji/archidiecezji (grodzieńskiej, witebskiej, mińsko-mohylewskiej).



Spotkanie integracyjne

Każdy turnus, w którym uczestniczyli nasi rodacy zza wschodniej granicy, trwał 14 dni. W tym czasie kolonisci uczestniczyli w dwóch wycieczkach – do Elku oraz do Giżycka. Czas wolny, w trakcie którego były organizowane gry i zabawy białoruskie (*Krokodyl, Książęta i zamki, Pole cudów, Dwoch kapitanów*) organizowali białoruscy wychowawcy. Dużym powodzeniem cieszyły się zajęcia plastyczne, podczas których wykonywane były papierowe serduszka przekazywane sobie nawzajem. Nie zabrakło także zajęć o charakterze edukacyjnym, jak choćby dotyczących ekologii. Organizowane były wieczory kultury białoruskiej. O to, by kolonisci wyjechali z Polski z elementarną wiedzą o naszym kraju, języku, kulturze, literaturze, dbali lektorzy prowadzący zajęcia z języka polskiego.

Tym, co lubi białoruska Polonia, bez wątplenia jest sport. Dużym zainteresowaniem cieszyły się zajęcia sportowe z kick-boxingu. Dzieci i młodzież chętnie uczestniczyli w grach zespołowych, korzystali z kąpieli w mazurskich jeziorach. Chłopcy korzystali z boisk znajdujących się przy każdym z ośrodków, jak również z profesjonalnych obiektów sportowych – hali sportowej czy Orlika. Nie zabrakło także polskich gier i zabaw, takich jak gra w dwa ognie czy podchody.

Na zakończenie każdego turnusu organizowane były spotkania podsumowujące dwutygodniowy pobyt w Polsce. Był to czas przemów, występów artystycznych, podziękowań, wręczania upominków. Zwieńczeniem tych wieczorów były dyskoteki, na których bawili się nie tylko dzieci i młodzież, ale także kierownicy i wychowawcy.

Na zakończenie pobytu w Polsce każdy uczestnik otrzymał od organizatora – ełckiej Caritas – paczkę ze słodyczami.

Projekt jest współfinansowany ze środków finansowych otrzymanych z Ministerstwa Spraw Zagranicznych w ramach konkursu na realizację zadania „Współpraca z Polonią i Polakami za granicą w 2013 r.”

Profesjonalizacja wolontariatu Caritas. Co jeszcze przed nami?

Dobiegają końca działania w ramach projektu *Profesjonalizacja wolontariatu 18+ działającego przy Caritas Diecezji Ełckiej* współfinansowanego ze środków Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Programu Operacyjnego Fundusz Inicjatyw Obywatelskich. W pierwszej połowie września zostanie zrealizowane jedno z ostatnich działań – spotkanie integracyjne. Odbędzie się ono w Elku. Zostaną zaproszeni wolontariusze Ełckiego Centrum Wolontariatu Caritas, wolontariusze parafialnych zespołów Caritas oraz podopieczni Stowarzyszenia Pomocy Humanitarnej im. św. Łazarza z siedzibą w Elku. W trakcie spotkania nastąpi podsumowanie wszystkich działań, które były realizowane w ramach projektu od czerwca br.: wyjazdowych warsztatów oraz szkoleń dla wolontariuszy ECWC i PZC.



Obecnie wolontariusze obu formacji kończą praktyki, w trakcie których wykorzystują wiedzę teoretyczną nabytą w trakcie wcześniejszych szkoleń. Do tej pory praktyki zakończyli wolontariusze ECWC – uczestnicy kursu przygotowawczego na wychowawców wypoczynku letniego. Większość z nich praktyki odbyła na koloniach organizowanych przez ełcką Caritas w Orzyszu oraz Świętajnie.

Działania realizowane w ramach projektu służą wzrostowi poziomu i jakości usług świadczonych przez wolontariuszy. Dzięki przeprowadzonym szkoleniom wzrosło także wachlarz usług oferowanych przez ełcką Caritas.

Spotkanie z nieznanym, czyli warsztaty nt. HIV i AIDS



Co to jest HIV, jaka jest różnica między HIV a AIDS, gdzie osoby zarażone wirusem mogą szukać pomocy – to tylko niektóre z informacji przekazanych uczestnikom warsztatów, których ełcka Caritas gościła w Świętajnie.

Od 25 lipca do 9 sierpnia stu mieszkańców województwa brało udział w zadaniu publicznym pod nazwą *HIV/AIDS – warsztaty dla dzieci i młodzieży*, współfinansowanym ze środków Samorządu Województwa Warmińsko-Mazurskiego. Uczestnicy warsztatów w większości zostali wytypowani przez księży proboszczów oraz prezesów parafialnych zespołów Caritas. Wiele osób osobiście zgłosiło się do siedziby ełckiej Caritas, by zapisać swoje dziecko na warsztaty. Poza wykładami, pogadankami oraz prezentacjami multimedialnymi dzieci mogły obejrzeć krótkie filmiki sławnych osób w ramach projektu *Pozytywne życie* zrealizowanego przez Zjednoczenie na Rzecz Żyjących z HIV/AIDS. Po projekcji prowadzone były burzliwe dyskusje, uczestnicy wymieniali się swoimi refleksjami, spostrzeżeniami. Wśród młodszych uczestników warsztatów dużym powodzeniem cieszyły się prace plastyczne, rysunkowe, tworzenie plakatów.

Opiekę nad uczestnikami między zajęciami sprawowali przeszkoleni opiekunowie, którzy organizowali rozliczne gry, zabawy, zajęcia muzyczne oraz piesze wycieczki po Świętajnie.

Wakacje z przedsiębiorczością



Sto osób z województwa podlaskiego uczestniczyło w koloniach zorganizowanych przez elcką Caritas w Świętajnie. Dzieci wypoczywały w okresie od 9 do 24 lipca. Czas spędzony w mazurskiej miejscowości upływał na grach i zabawach. Nie zabrakło także wspólnych śpiewów przy ognisku czy dyskoteki. Nie był to jednak tradycyjny wypoczynek. Co wyróżniło go spośród innych turnusów, to warsztaty, które zostały przeprowadzone w trakcie jego trwania.

Ich tematem przewodnim była przedsiębiorczość. Uczestnicy w trakcie zajęć – prowadzonych przez animatora – zgłębiali następujące zagadnienia:

- *Przedsiębiorczość – co to takiego?* Omówiona została definicja słowa przedsiębiorczość, dzieci dowiedziały się, jakimi cechami charakteryzuje się osoba przedsiębiorcza, poznały sylwetki takich osób;
- *Kim zostanę, gdy dorosnę?* W trakcie tych zajęć przedstawione zostało znaczenie pracy w życiu człowieka. Uczestnicy dowiedzieli się, jak można opracować plan kariery zawodowej;
- *Biznesplan, czyli jak zrobić dobry interes.* Omówione zostały ogólne zasady konstruowania biznesplanu. Poruszono zagadnienia dotyczące PR firmy;
- *Kiedy dorosnę, założę firmę – teoria w praktyce.* Zajęcia dotyczyły przeniesienia zapisów biznesplanu do rzeczywistości, omówiono czynności, które należy wykonać, by założyć własną działalność gospodarczą. Dzieci zakładały fikcyjne firmy, tworzyły ich loga, nazwy, poznawały znaczenie public relations.

W nawiązaniu do tematu przewodniego kolonii – przedsiębiorczości, dzieci, które opracowywały plany karier, miały także okazję do odkrywania swoich pasji. Posłużyły temu zajęcia organizowane przez wychowawców, wśród których znalazły się zajęcia kulinarne, plastyczne, sportowe.

Organizacja wypoczynku letniego połączonego z warsztatami z zakresu przedsiębiorczości odbyła się w ramach zadania publicznego pn. *Przedsiębiorcze dzieciaki na wakacjach*. Zadanie zrealizowano przy wsparciu finansowym Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Białymstoku.

Caritas Diecezji Elckiej

ul. 3 Maja 10, 19-300 Ełk
tel. +48 87 629 02 60, faks +48 87 629 02 50
www.elk.caritas.pl, e-mail: elk@caritas.pl
Regon 040109444, NIP 848-14-65-879

Pomóż nam pomagać!

Konto bankowe:

PKO BP SA O/Ełk 29 1020 4724 0000 3302 0027 2369

Konto walutowe:

PL 72 1020 4724 0000 3102 0031 3015
SWIFT BPKOPLPW



Dzielmy się Miłością

Biuletyn Informacyjny Caritas Diecezji Elckiej
Redaktor odpowiedzialny: Joanna Działkowiak

Profilaktyka i nie tylko



W okresie od 1 do 8 lipca został zorganizowany ośmiodniowy warsztat wyjazdowy, w którym udział wzięły 52 osoby, w wieku od 10 do 16 lat (mieszkańcy województwa warmińsko-mazurskiego: z powiatu elckiego, węgorzewskiego i gołdapskiego). Poruszono zagadnienia dotyczące uzależnień.

Prowadzone były także zajęcia mające na celu rozwój bądź nabycie umiejętności społecznych niezbędnych w walce z uzależnieniami.

Jako pierwsze zostały poruszone zagadnienia związane z komunikacją (werbalną i niewerbalną). Uczestnicy odgrywali scenki, doskonaląc umiejętności w tym zakresie. Następnie dzieciom i młodzieży została przedstawiona definicja słowa *asertywność*. Mogli dowiedzieć się, czy są osobami asertywnymi, czy mają problemy z wyrażaniem swojego zdania. Przedstawione zostały sposoby odmawiania, mówienia słowa „nie”. Aby zastosować teorię w praktyce, dzieci i młodzież odgrywały scenki, w których musieli zachować się w sposób asertywny. Każda ze scenek była następnie omawiana, podawane były inne propozycje zachowania się w danej sytuacji. Równie istotne co zajęcia z asertywności, były te dotyczące samoakceptacji (dzieci m.in. pisały reklamę na swój temat).

Kolejnym zagadnieniem, na które zwrócono uwagę, był stres. Przedstawione zostały metody radzenia sobie z nim, pokazane zostały gry i zabawy relaksacyjne. Ostatniego dnia omówiono mity i stereotypy dotyczące uzależnień, z uwzględnieniem alkoholu, papierosów oraz narkotyków.

Uczestnicy warsztatów wzięli udział w jednodniowej wycieczce do Ełku, gdzie wysłuchali pogadanki w Muzeum Historycznym, uczestniczyli w zajęciach tanecznych i ceramicznych w Szkole Artystycznej. Następnie spędzili blisko dwie godziny w parku wodnym.

Zadanie publiczne pn. *Wakacyjne działania profilaktyczne* zrealizowano przy wsparciu finansowym Wojewody Warmińsko-Mazurskiego.

jd

Warsztatów profilaktycznych ciąg dalszy

Dobiegła końca realizacja zadania pn. *Wakacyjne warsztaty profilaktyczne II*, współfinansowanego ze środków Samorządu Województwa Warmińsko-Mazurskiego. Była to druga edycja letnich warsztatów, pierwsza odbyła się w ubiegłym roku. Celem tegorocznych warsztatów było podwyższenie świadomości społecznej młodzieży w zakresie profilaktyki, ze szczególnym uwzględnieniem sięgania po alkohol, a także prowadzenie działań ukierunkowanych na wykształcenie praktycznych umiejętności w zakresie zmniejszania ryzyka wejścia na drogę uzależniania. Jednym z celów szczegółowych było przekazanie wiedzy na temat problemu alkoholowego w rodzinie.

W tegorocznych warsztatach uczestniczyło 80 uczniów szkół podstawowych i gimnazjalnych z terenu województwa warmińsko-mazurskiego. Co to jest uzależnienie, czym powodowane, w jaki sposób je rozpoznać – tego m.in. dowiedziały się osoby uczestniczące w zajęciach warsztatowych. Miały one także okazję do rozwoju umiejętności w zakresie asertywności. Dowiedziały się również, jak radzić ze stresem. Trener przeprowadził szereg ćwiczeń, których celem było podwyższenie samoakceptacji wśród nastolatków. Każdy z uczestników przed rozpoczęciem warsztatów i po ich zakończeniu wypełnił anonimową ankietę ewaluacyjną.

