

# WSPÓLNE DZIAŁANIE - LEPSZE JUTRO



## BIULETYN PROGRAMU

NR 5  
październik 2012



Program realizowany w partnerstwie  
przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej oraz Prywatne Centrum Kształcenia Kadr w Jeleniej Górze



*Program pomaga, uczy i integruje wszystkich bez względu na wiek...*

### Drodzy Uczestnicy i Uczestniczki !

Program Wspólne działanie - lepsze jutro powoli dobiega końca. Przeżyliśmy razem cały rok i w ciągu roku zaktywizowaliśmy i włączyliśmy w nurt działań społecznych i zawodowych 100 osób z naszego miasta – Was i Wasze pociechy, do których skierowaliśmy Warsztaty Rozwoju Osobistego, Akademię dla Rodziców „Bądźmy razem”, kursy

zawodowe i doskonalące kompetencje; staże, zajęcia rozwojowe dla dzieci i młodzieży korzystających ze świetlicy środowiskowej dla dzieci w wieku szkolnym, a także Rodzinne uczestnictwo w kulturze, spotkania i wycieczki integracyjne.

**Dziś** – oddajemy w Wasze ręce przedostatnie wydanie naszego biuletynu, w którym znajdziecie

mini-relacje z kursów zawodowych i zajęć środowiskowych dla najmłodszych.

**W** biuletynie zamieściliśmy też informacje na temat Rodzinnego wypadu do... krainy gier logicznych, Wycieczki do Twierdzy Kłodzkiej i Jaskini Niedźwiedziej oraz z Obozu Harcerskiego nad morzem, w którym w sierpniu br. uczestniczyły Wasze dzieci.

*Redakcja biuletynu*



## Kształcenie i doskonalenie kompetencji w programie Wspólne działanie - lepsze jutro

Od początku trwania programu kursy zawodowe i doskonalące kompetencje prowadzone przez Prywatne Centrum Kształcenia Kadr w Jeleniej Górze są jego integralną częścią. Co ważne, kursy te są realizowane w zgodzie z faktycznym zapotrzebowaniem rynku pracy a przy tym samych beneficjentów projektu.

Do września br. pod opieką wykwalifikowanych trenerów i szkoleniowców przeprowadzono kursy Stylizacji paznokci, Kadr i płac,



Podczas kursu na Opiekuna... nie zabrakło pierwszej pomocy

Profesjonalnej sprzedaży, Opiekuna osób starszych, Małej gastronomii i cateringu, Fryzjera i cateringu, Fryzjera i stylisty, Prawa jazdy B, C, E, Obsługi wózka jezdniowego, Operatora koparkoładowarki kl. III, kurs Dla kandydatów

na wychowawców placówek wypoczynku, a także kursy Barmana i Kelnera z językiem niemieckim.

Każdy z kursów Wy, beneficjenci programu oceniliście bardzo dobrze.



## Stylizacja paznokci

80 godzinny kurs Stylizacji paznokci ukończyły 4 osoby (3 z grupy wiekowej poniżej 25 roku życia). Panie, które wzięły w nim udział otrzymały m.in. zestawy do pracy wyposażone w lampę UV, kufer z akcesoriami i preparatami oraz książkę „Piękne paznokcie – pielęgnacja i zdobienie” pomocną podczas doskonalenia w przyszłości umiejętności stylizacji. Uczestniczki poznały zagadnienia z zakresu dermatologii, organizacji stanowiska pracy stylistki, zasady higieny i BHP, manicure oraz pedicure. Każda z nich osiągnęła bardzo dobre efekty.

## Kadry i płace

Ten kurs również trwał 80 godzin. Ukończyło go 8 osób (1 z grupy wiekowej poniżej 25 roku życia). Uczestniczki poznały przepisy ogólne związane z rynkiem pracy, podpisywaniem i

rozwiązywaniem umów, świadczeniami pracowniczymi, wynagrodzeniami, obowiązkami wobec ZUS, modulami płac i rozliczeń. Zapoznały się też z programem PŁATNIK. Podstawą kształcenia teoretycznego był „Leksykon kadrowca”.

## Profesjonalny sprzedawca

Kurs obejmował 60 godzin modułu sprzedawca i 60 godzin kursu prawa jazdy kategorii B. Pierwszy z ww. ukończyło 13 osób (8 z grupy wiekowej poniżej 25 roku życia), w drugim wzięło udział 10 osób z tej grupy. W czasie szkolenia uczestnicy dowiedzieli się m.in. jak organizować sprzedaż towarów, poznali techniki sprzedaży, prawa konsumenta i procedury przyjmowania reklamacji, obsługę kas fiskalnych, fakturowanie VAT i wiele innych. Poznali również podstawowe zasady

korzystania z programu Subiekt.

## Opiekun osób starszych i niesamodzielnych

W ramach 80 godzinnego kursu Uczestniczki zapoznały się z podstawami gerontologii, pielęgnacji osób starszych i niesamodzielnych, zasadami pierwszej pomocy i podstaw BHP, elementami psychologii w pracy opiekunki oraz zasadami racjonalnego żywienia osób starszych. Każda z pań odbyła zajęcia praktyczne w DPS. Kurs ukończyły 4 osoby - jedna z nich zakłada działalność gospodarczą związaną z usługami opiekuńczymi, dwie podjęły staż w DPS „Pogodna Jesień” od 16 kwietnia br.

## Mała gastronomia i catering

Kurs trwał 80 godzin, w tym 40 godzin stanowiły zajęcia praktyczne. Tematyka obejmowała



higienę żywności i metody jej utrwalania, obróbkę wstępną surowców, charakterystykę ziół i przypraw kulinarnych, charakterystykę mleka i przetworów mlecznych, zbóż; technologię i techniki wytwarzania ciast, towaroznawstwo mięsne jak również podstawy carvingu.

szkolenie ukończyły 3 osoby.

### Fryzjer - stylistka

Realizowany w trybie indywidualnym 200 godzinny kurs Fryzjer - stylistka ukończyły 4 osoby. W ramach zajęć przygotowawczych zapoznano się m.in. z profesjonalnymi

technikami stylizacji i układania włosów, higieną i bezpieczeństwem pracy w salonie fryzjerskim, najnowszymi metodami strzyżenia i trendami obowiązującymi w dzisiejszej modzie. Panie, które ukończyły kurs po odbyciu stażu fryzjerskiego i zdaniu egzaminu czeladniczego będą mogły wykonywać ten zawód samodzielnie.

### Kursy prawa jazdy B (w toku), C,C+E

Podczas kursów realizowanych przez instruktorów z Ośrodka Szkolenia Kierowców „Radar” (C, E) uczestnicy poznali przepisy związane z prowadzeniem pojazdów samochodowych z danej kategorii prawa jazdy, czas pracy kierowców, dokumenty przewozu drogowego itp., odbyli wymagane zajęcia praktyczne (jazdy) i zdali egzaminy państwowe. Kurs prawa jazdy B jest realizowany przez OSK STOP.



Fryzjerstwo to dzisiaj bardzo opłacalne i modne zajęcie...

### Kurs Obsługi wózka jezdniowego

Kurs ukończyły 3 osoby. 2 osoby zdały egzamin UDT, jedna osoba nie przystąpiła do egzaminu.

### Obsługa koparko-ladowarki kl. III

W kursie uczestniczyły 2 osoby, 2 zdały egzamin państwowy.

### Barman z językiem niemieckim

80 godzinny kurs obejmujący 40 godzin szkolenia zawodowego i 40 godzin zajęć z języka niemieckiego, podczas którego uczestnicy zostali wprowadzeni w zawód barmana, zapoznali się z zasadami wyposażenia i organizacji profesjonalnego baru, technologią i towaroznawstwem napojów alkoholowych i bezalkoholowych, podziałem i charakterystyką napojów mieszanych, techniką miksowania,

przygotowania dekoracji do drinków i, co ważne, podstawami obsługi klienta w języku niemieckim. Kurs ukończyły 3 osoby.

### Kelner z językiem niemieckim

Kurs przygotowany w oparciu o zasady

stołowych, dodatki dekoracyjne, nakrycia stołowe, zasady obsługi gości indywidualnych, imprez zasiadawych i stojących, rodzaje lokali gastronomicznych i inne. Uzupełnieniem szkolenia były podstawy zasad savoir vivre'u.



Barman i kelner to zawody popularne wśród młodych...

podobne do kursu Barman z językiem niemieckim, również 80 godzinny z podziałem na 40 godzin szkolenia zawodowego i 40 godzin zajęć z języka niemieckiego. W tym przypadku, uczestnicy poznali ogólne zasady pracy kelnera, narzędzia pracy i rodzaje zastaw

### Kurs na wychowawców placówek wypoczynkowych

Kurs, który obejmował w sumie 36 godzin. W szkoleniu uczestniczyły 7 osób (4 ukończyły kurs).



## Edukacja i kreatywność



*W świetlicy zawsze jest ciekawie i bardzo rodzinnie*

**Świetlica środowiskowa w Dziennym Domu Pomocy Społecznej przy ulicy Kilińskiego w Jeleniej Górze jest niewątpliwie jednym z największych osiągnięć programu Wspólne działanie - lepsze jutro. To właśnie tutaj młodzi beneficjenci uczestniczą w kreatywnych warsztatach z LEGO,**



**muzykoterapii, zajęciach artystycznych i socjoterapii. Ale nie tylko - specjalnie dla dzieci świetlica organizuje wycieczki krajoznawcze i inne projekty, podczas których edukacja odbywa się poprzez dobrą zabawę.**

- W świetlicy skupiamy się na rozwoju zdolności kreatywnego myślenia, a także doskonaleniu kompetencji komunikowania się w zespole czy pracy w grupie - mówi nam dyrektor PCKK w Jeleniej Górze Jolanta Ratyńska. - Edukacja i kreatywność stanowią

*Warsztaty z LEGO to jest coś!*



ideę wszystkich zajęć prowadzonych w świetlicy, z których mogą korzystać nasi młodzi beneficjenci - dodaje.

Istotnie bowiem, zajęcia w świetlicy rozwijają umiejętności młodych w sposób nietuzinkowy, a

*Są też zabawy i konkursy...*



jednocześnie niezwykle przemyślany. Dajmy na to: - Klocki LEGO rozbudzają zainteresowanie i umiejętności twórcze. Co więcej, poprawiają relacje społeczne takie jak porozumiewanie się i praca w grupie. Podczas zajęć z LEGO ćwiczymy

język polski, na przykład sylabizowanie i budowanie z klocków rebusów językowych; realizujemy zadania matematyczne polegające na liczeniu z użyciem klocków itp. - mówi Paweł Janic, prowadzący warsztaty.

Z kolei na warsztatach muzycznych, prócz ćwiczeń rozwijających

kreatywność i „zmysł artystyczny” stosuje się również zabiegi terapeutyczne, jak masaż relaksacyjny dźwiękiem z użyciem przeróżnych instrumentów (kastaniety, tamburyna, bębenki, kołatki czy dzwonki), śpiewoterapia (realizowana poprzez ćwiczenia emisyjne głosu), a także dialog

instrumentalny bez użycia słów. - Muzyka to coś, z czym mamy do czynienia na co dzień. Słuchając jej różnych odmian i stylów poszerzamy własne horyzonty i zmieniamy nastroje swoje czy też naszego otoczenia. Uważam, że zajęcia muzyczne są wyjątkowo korzystne dla dzieci i młodzieży. Nadpobudliwych mogą uspokoić, tych bardziej rozleniwionych pobudzić do działania - tłumaczy Paweł Kaczmarowski, muzykoterapeuta.

Co ważne, zaletą zajęć prowadzonych w świetlicy środowiskowej jest funkcja wartościująca. Na tę wskazują przede wszystkim najmłodszy beneficjenci programu.

**- Świetlica daje nam pewność siebie. Uczestniczymy w zajęciach, w których nie mają okazji uczestniczyć nasi koledzy. Dzięki nim mamy głowy pełne nowych pomysłów, jesteśmy lepsi z muzyki czy plastyki - mówią Wiktoria, Piotr i Beata.**



*Muzykoterapia uspokaja i poszerza horyzonty...*



## Razem zawitali do krainy gier logicznych

21 października 2012 uczestniczyliście w kolejnym z cyklu Rodzinnych wypadów do... organizowanych w ramach programu Wspólne działanie - lepsze jutro. Tym razem, zawitaliście do krainy gier logicznych. Jak było? Po prostu, wspaniale!!!

Rdzinny wypad do... krainy gier logicznych był niewątpliwie jednym z najlepszych „wypadów” z cyklu. Na tym spotkaniu, nie zabrakło zarówno walorów edukacyjnych, jak i mnóstwa dobrej zabawy, w której niezwykle chętnie uczestniczyli duzi i mali beneficjenci programu Wspólne działanie - lepsze jutro. Należy podkreślić, że ideą spotkania była integracja rodziny we wspólnej, kształcącej zabawie. W pierwszej fazie każda rodzina grała w inną grę planszową.

**- Najbardziej podobała mi się gra o Faraonie, było dużo ciekawostek**



Każda z rodzin otrzymała zestaw gier w nagrodę za udział w spotkaniu

**o Egipcie - mówi Sara. Z kolei Maja preferuje: - Górę mądrości, bo były tam zagadki do rozwiązywania.**

Uczestnicy rozwijali też inteligencję finansową podczas gry w Monopol. Emocje rosły z każdą chwilą. Przy pierwszym stole wygrała **Daria**, a przy drugim **Radek**.



Wszyscy świetnie się bawili. Każda z rodzin otrzymała w nagrodę zestaw gier za udział w spotkaniu.

**- Mamy w planie kolejne spotkania, wymianę gier albo wspólną grę - mówią p. Beata i p. Dorota, uczestniczki "wypadu".**

## Wycieczki do Twierdzy Kłodzkiej oraz Jaskini Niedźwiedziej okazały się strzałem w dziesiątkę



Podczas wycieczki do Twierdzy Kłodzkiej i Jaskini Niedźwiedziej, uczestnicy zapoznali się z historią odwiedzonych miejsc, a także ciekawostkami z nimi związanymi. Ogromne zainteresowanie dorosłych i dzieci wzbudziły labirynt i ciemne zakamarki twierdzy, maszyny obronne, jadalnia i pomieszczenia szpitalne. W Jaskini Niedźwiedziej - najbardziej ciekawe okazały się stalaktyty i stalagmity.

**- Na wycieczkach można się sporo dowiedzieć. Są to także doskonałe okazje do integracji i wspólnych rozmów - ocenia Marek.**



## Chcieliby jeszcze raz być na „takim fajnym obozie”

W sierpniu br. najmłodszy uczestnicy programu „Wspólne działanie - lepsze jutro” w wieku od 7--13 lat wypoczywali na Obozie harcerskim nad morzem, którego celem było zapoznanie uczestników z ideą harcerstwa, kształtowanie zaradności życiowej, wyrobienie u uczestników wrażliwości na piękno przyrody, kształtowanie i propagowanie zdrowego stylu życia, dbanie o kondycję, szczepienie i propagowanie idei pracy nad sobą, wyrobienie aktywnej (twórczej) postawy wobec świata, ukształtowanie własnego systemu wartości opartego na Prawie Harcerskim, podejmowanie wyzwań walki z własną słabością, lękiem i osiągnięcie wysokiego poziomu kultury osobistej.

Organizacją wypoczynku zajęła się profesjonalna firma turystyczna „Globtour” ze Szczecina wybrana w drodze ogłoszonego przetargu. Dzieci przebywały w Ośrodku Wypoczynkowym „Wrzos” w Łukęcinie, położonym niedaleko kąpieliska morskiego. Pod opieką profesjonalnych pedagogów dzieci aktywnie spędziły czas na wspólnych grach i zabawach oraz zawodach sportowych. Najchętniej wykorzystywano urządzenia Ośrodka takie jak: basen letni, boisko do piłki nożnej i koszykówki, plac zabaw, salę dyskotekową czy gry w piłkarzyki.

Dzieci miło wspominają wycieczki autokarowe do Kamienia Pomorskiego (w tym rejs statkiem do Dziwnowa), do Wolina i Międzyzdrojów oraz Trzęsacza i Niechorza. Bliskie sąsiedztwo wybrzeża morskiego dawało okazję do kąpeli morskich, wspólnych gier i zabaw integracyjnych na plaży. Odwiedzano również pobliski las, w którym m.in. szukano śladów zwierząt.

Zdecydowana większość uczestników (90% dzieci) stwierdziło, że chciałoby jeszcze raz być na „takim fajnym” obozie.

