

2. Typ projektu

PROJEKT OGÓLNOGMIJSKI

PROJEKT DZIELNICOWY

Uwagi do wnioskodawców:

Wnioskodawca może zgłosić jeden projekt ogólnomiejski i jeden projekt dzielnicowy – każdy na odrębnym formularzu.

3. W przypadku projektu dzielnicowego – nazwa dzielnicy, na terenie której ma być realizowany

Łabędy

Uwagi do wnioskodawców:

Pod pojęciem „dzielnicy” należy rozumieć jednostkę pomocniczą miasta Gliwice utworzoną na mocy uchwały Rady Miasta (a nie nazwy zwyczajowe). Nazwę i obszar jednostki pomocniczej należy sprawdzać pod adresem https://bip.gliwice.eu/samorzad/rady_dzielnic.

4. Proponowana zwięzła nazwa projektu

Bliżej dziecka. Bliżej siebie. Bliżej Nas – cykl warsztatów dla rodziców, dzieci i całych rodzin.

Uwagi do wnioskodawców:

Nazwa projektu może ulec modyfikacji/doprecyzowaniu na etapie sporządzania list zadań, jeżeli w ocenie wydziałów/jednostek weryfikujących będzie to uzasadnione względami informacyjnymi.

5. Opis projektu

Bliżej dziecka. Bliżej siebie. Bliżej Nas – cykl warsztatów rozwojowych dla rodziców, cykl warsztatów rozwijających umiejętności psycho-społeczne dzieci z wykorzystaniem metod aktywizujących oraz cykl eko-kreatywnych warsztatów rękodzielniczych z elementami arteterapii dla całych rodzin

Projekt polegał będzie na organizacji 3 cykli wydarzeń skierowanych do rodziców, dzieci i całych rodzin. Wszystkie 3 cykle warsztatów składają się z wzajemnie uzupełniających się i wspierających części:

- 1) cykl warsztatów rozwojowych dla rodziców
- 2) cykl warsztatów rozwijających umiejętności psycho-społeczne dzieci z wykorzystaniem metod aktywizujących
- 3) cykl eko-kreatywnych warsztatów rękodzielniczych z elementami arteterapii dla rodzin

1) Cykl warsztatów rozwojowych dla rodziców

Cykl warsztatów wspierających i pokazujących różne strategie pomocne w budowaniu relacji rodzinnych, opartych na miłości, poczuciu bezpieczeństwa i akceptacji. Uczestnicy przećwiczą między innymi, jak rozwiązywać rodzinne spory i radzić sobie z dziecięcą frustracją, jak skutecznie komunikować się i budować

porozumienie. Dzięki nauce uważnego słuchania i empatii rodzice będą mieć wiedzę i narzędzia aby zbudować bądź wzmocnić więzi łączące je z dziećmi.

Zajęcia pomogą rodzicom sprawniej radzić sobie z rodzicielskimi wyzwaniami i obowiązkami, ułatwią znalezienie skutecznych rozwiązań, które pozwolą na zbudowanie rodzinnych relacji opartych na bezpieczeństwie, wsparciu i zrozumieniu.

Inspiracje dla warsztatów to między innymi: Marshall Rosenberg „Porozumienie bez przemocy”, Thomas Gordon „Wychowanie bez porażek”, książki Agnieszki Stein czy Jaspera Julla

Cele:

- rozwijanie umiejętności komunikowania się
- rozwijanie kompetencji psychologicznych, które pozwolą harmonijnie układać relacje z bliskimi
- rozwijanie umiejętności pozwalających na wspieranie budowy zdrowego poczucia wartości dzieci
- rozwijanie umiejętności stawiania granic dzieciom
- rozwijanie umiejętności rozwiązywania konfliktów
- rozwijają umiejętności rodzinnych mediacji
- rozwijanie umiejętności uważnego słuchania i empatycznego reagowania w kontakcie z dzieckiem
- eksploracja wartości, którymi się kieruję
- poznanie nowych metod porozumiewania się z dzieckiem
- skuteczne stosowanie nowych metod podczas codziennych czynności i obowiązków
- wspieranie dziecka w uczeniu się odpowiedzialności i ponoszenia konsekwencji
- wspieranie dziecka w samodzielności i podejmowaniu decyzji
- dbanie o własne potrzeby i relacje

Cykl warsztatów dla rodziców, długość trwania każdego warsztatu do 2,5 h.

Planowanych jest 10 warsztatów (5 tematów warsztatów, każdy dostępny 2 razy)

Tematyka spotkań:

1. Jak budować mosty zamiast murów? Komunikacja w rodzinie
2. Jestem OK taki jaki jestem. Wspieranie dziecka w budowaniu poczucia własnej wartości
3. Jak towarzyszyć dzieciom w złości
4. Rodzic jako przywódca w Rodzinie
5. Wysłuchaj mnie, proszę

Grupa docelowa rodzice dzieci uczęszczających do szkoły podstawowej.

Ilość uczestników każdego z warsztatów do 15 osób. W całym cyklu warsztatów weźmie udział łącznie 150 rodziców oraz dzieci – uczniów szkoły podstawowej.

Wycena materiałów na warsztaty to 150 pln/ 1 warsztat – materiały drukowane dla uczestników plus woda/drobne przekąski. Koszt materiałów za 10 warsztatów: 1500 zł

Wynagrodzenie dla osób prowadzących – 70 zł/h (jedne warsztaty ok. 2,5 h) – szacowany koszt dla jednej osoby prowadzącej 70zł*2,5*10= 1750 zł

W sumie:

1750 zł+ 1500 zł = 3250 zł

Plus ewentualny koszt Sali w Łabędziu 35 pln/ godzinę – 875 zł

2) Zajęcia rozwijające umiejętności psycho-społeczne dla dzieci

Warsztaty grupowe dla dzieci z elementami aktywizującymi. Ukierunkowane na to, by wesprzeć dzieci w polepszeniu poziomu radzenia sobie w sytuacjach społecznych jak i podniesieniu jakości relacji, które dzieci nawiązują z innymi ludźmi. Jak pokazują ostatnie badania integracja z rówieśnikami w obecnych czasach jest jednym z problemów z którymi boryka się społeczność XXI wieku. W związku z tym, wychodząc naprzeciw oczekiwaniom i potrzebom dialog i nawiązywanie relacji w grupie rówieśników będzie priorytetowym zadaniem tego cyklu spotkań.

Dzieci poprzez wykonywanie różnego rodzaju zadań, wspólną zabawę czy gry grupowe będą uczyć się, jak współpracować z rówieśnikami i podejmować różne aktywności. Dzieci będą mogły przećwiczyć nabyte umiejętności i wiedzę np. kompromisu, radzenia sobie z odmową lub innym zdaniem podczas zajęć kreatywnych dla rodzin.

Cele:

- Poznanie i większa świadomość swoich uczuć
- Poprawa komunikacji z innymi poprzez wyrażanie swoich uczuć
- Radzenie sobie z nieprzyjemnymi uczuciami
- Lepsze komunikowanie swoich stanów emocjonalnych
- Rozwijanie spostrzegawczości/ uważności
- Dbanie o własne potrzeby i relacje
- Rozwijanie umiejętności rozwiązywania konfliktów

Cykl warsztatów, długość trwania każdego warsztatu do 2,5 h. Planowanych jest 12 warsztatów (6 tematów warsztatów, każdy dostępny 2 razy).

Tematyka spotkań:

1. Moje uczucia
2. Jestem OK taki jaki jestem
3. Odkryj swój talent
4. Radzenie sobie z trudnymi uczuciami
5. Uważna komunikacja
6. Spostrzegawczość/ Uważność

Cykl warsztatów kierowany jest do dzieci ze szkół podstawowych.
Grupa docelowa: dzieci uczęszczające do szkoły podstawowej.

Ilość uczestników każdego z warsztatów do 10 osób. W całym cyklu warsztatów weźmie udział 120 dzieci – uczniów szkoły podstawowej.

Wycena materiałów na warsztaty to:

250 pln/ 1 warsztat – materiały drukowane dla uczestników, materiały dedykowane każdemu warsztatowi np.: peruki, owoce, materiały papiernicze plus woda/drobne przekąski. Koszt materiałów za 12 warsztatów: 3000 zł

Wynagrodzenie dla osób prowadzących – 70 zł/h (jedne warsztaty ok. 2,5 h)
– szacowany koszt dla jednej osoby prowadzącej $70\text{zł} \cdot 2,5 \cdot 12 = 2100\text{ zł}$

W sumie:

$3000\text{ zł} + 2100\text{ zł} = 5100\text{ zł}$

Plus ewentualny koszt Sali w Łabędziu 35 pln/ godzinę – 1050 zł

3) Cykl eko-kreatywnych warsztatów rękodzielniczych z elementami arteterapii dla rodzin

Ten cykl polegał będzie na organizacji rodzinnych warsztatów rękodzielniczych dla całych rodzin (rodzice plus dzieci). Już w praktyce zarówno rodzice jak i dzieci będą mieli okazje do praktycznego zastosowania pogłębionej wiedzy i umiejętności z 2 wcześniejszych cykli warsztatów. Stosowane będą metody arteterapeutyczne.

Cele:

- Rozwijanie i ćwiczenie współpracy
- Poprawa komunikacji
- Rozwijanie kreatywnego myślenia
- Pogłębianie i budowanie relacji pomiędzy dzieckiem a rodzicem
- Konstruktywne spędzanie wolnego czasu – również jako alternatywa dla komórki/TV/internetu, jednocześnie profilaktyka patologii
- Rozwijanie zdolności manualnych
- Rozwijanie samodzielności i decyzyjności
- Rozwijanie umiejętności artystycznych i praktycznych

Cykl warsztatów, długość trwania każdego warsztatu do 3,5 h. Planowanych jest 12 warsztatów (6 tematów warsztatów, każdy dostępny 2 razy)

Tematyka spotkań:

Dzięki udziałowi w cyklu uczestnicy będą mieli okazje nauczyć się wielu technik twórczych, które będą mogli w przyszłości wykorzystać w codziennym życiu.

Zabiegani rodzice często nie potrafią (czasami nie mają czasu, są zmęczeni i nie mają ochoty) robić ręcznie różne rzeczy z dziećmi. Nauczyciele przedszkoli wskazują na to, że dzieci słabo sobie radzą z motoryką (np. korzystanie z nożyczek itp.).

Podczas warsztatów wykorzystywane będzie wiele technik rękodzielniczych (tj. podstawy stolarstwa, podstawy florystyki itp.). Dodatkowym atutem tego cyklu warsztatów jest ich ekologiczny charakter – będziemy korzystać z materiałów naturalnych, czasami wręcz z odzysku. We współczesnym świecie „zalanym

chińszczyzną” mamy nadzieję, że przyniesie to wymierne korzyści świadomościowe dla uczestników i ukształtuje przyszłe zachowania rynkowe dzieci.

Planowanym efektem projektu będzie zacieśnienie relacji rodzinnych, ukazania konstruktywnych sposobów spędzania czasu wolnego, co będzie miało pozytywny wpływ na przyszłe wybory sposobów spędzania czasu przez naszych młodych mieszkańców.

Udział w tych zajęciach przyniesie korzyści zarówno dzieciom jak i rodzicom. Dzieciom pozwoli rozwinąć umiejętności motoryczne, co skutkować będzie lepszą pracą manualną w szkole. Rodzicom natomiast pokaże szereg możliwości spędzania wolnego czasu z dzieckiem w sposób kreatywny i jednocześnie pożyteczny, bo rozwijający umiejętności nie tylko manualne a równocześnie komunikację, wyrażanie swoich myśli, potrzeb i emocji.

Projekt kierowany jest do rodzin; rodziców i dzieci mieszkających na terenie Łabęd, dolna granica wiekowa dzieci 5 lat.

Eko - rodzinne warsztaty rękodzielnicze podzielone by były na **6 bloków tematycznych:**

- Instrumenty muzyczne
- Łapacz snów
- Świąteczne szaleństwo (stroiki i ozdoby)
- Eko-latawiec
- Leśny ogródek
- Zabawowe skrzynie

Każdy z tych bloków odbywałby się w 2 grupach max do 10 par (rodzic + dziecko) w każdej z grup.

Jeden warsztat będzie trwał do 3,5 h i będzie prowadzony przez 2 instruktorów. Zajęcia będą odbywały się w godzinach popołudniowych bądź dniach wolnych od pracy.

Na każdy z warsztatów będzie tworzona osobna lista z zapisami, o udziale decyduje kolejność zgłoszeń.

Planowanym miejscem gdzie odbywać się będą warsztaty jest Centrum Kultury Łabędź w Gliwicach lub/i szkoła Podstawowa nr 29, które to miejsca będą odpowiednio przygotowane do przyjęcia uczestników projektu.

Osoby bądź firmy prowadzące warsztaty będą wybierane do konkretnych bloków tematycznych.

Wycena poszczególnych warsztatów:

- Eko-latawiec ogólny koszt dla pary 150 zł. (drewno, materiały, sznurki, narzędzia)
- Leśny ogródek 150 zł koszt dla pary (materiały /drewno, słoje, ziemia, narzędzia, rośliny, figurki)
- Zabawowe skrzynie 150 zł koszt dla pary (materiały, skrzynia, kółka, zawiasy, narzędzia,

- Świąteczne szaleństwo (stroiki i ozdoby) koszt dla pary 150 zł (materiały, nożyczki, zszywacze, kleje, świąteczne ozdoby)
- Instrumenty muzyczne koszt dla pary 150 zł (materiały, nożyczki, kleje, ozdoby, narzędzia)
- Łapacz snów koszt dla pary 150 zł (materiały na łapacz snów, nożyczki, kleje, ozdoby, narzędzia)

Wynagrodzenie dla osób prowadzących – 80 zł/h (jedne warsztaty ok. 3,5 h) – szacowany koszt dla jednej osoby prowadzącej $80\text{zł} \times 3,5 \times 12 = 3360\text{ zł}$

Koszt materiałów: 18 000 zł

Koszt przy 2 osobach prowadzących wyniesie: 6720 zł.

Wstępny HARMONOGRAM WARSZTATÓW

Styczeń, Marzec, Maj

Wrzesień/Październik, Listopad, Grudzień

SUMA:

- 1. Cykl warsztatów dla rodziców, 150 uczestników, koszty: 3250 zł plus sala 875 zł**
- 2. cykl warsztatów rozwijających umiejętności psycho-społeczne dzieci z wykorzystaniem metod aktywizujących, 120 uczestników, koszty: 5100 zł plus sala 1050 zł**
- 3. cykl eko-kreatywnych warsztatów rękodzielniczych z elementami arteterapii dla rodzin, 120 rodzin (ok 240 osób), koszty: materiały 18000 zł plus 6720 zł, sala 1680 zł.**

Suma kosztów całego projektu: 33070,00 zł

Uwagi do wnioskodawców:

1. Projekt musi być możliwy do wykonania w ciągu jednego roku budżetowego.
2. Należy doprecyzować miejsce, w którym projekt ma być realizowany.
3. Projekt ogólnomiejski musi dotyczyć zadania realizowanego na obszarze więcej niż jednej dzielnicy lub skierowanego do ogółu mieszkańców.
4. Projekty o charakterze inwestycyjnym i remontowym muszą dotyczyć nieruchomości będących własnością miasta Gliwice i pozostających w jego władaniu.
5. Pozostałe kryteria, jakie powinien spełniać projekt, zostały określone w Uchwale nr II/26/2018 Rady Miasta Gliwice z dnia 13 grudnia 2018 r. w sprawie Gliwickiego Budżetu Obywatelskiego.

6. Uzasadnienie potrzeby realizacji projektu (realizacja projektów powinna odpowiadać na zidentyfikowane potrzeby społeczne)

W tym trudnym dla nas wszystkich czasie pandemii COVID-19, kiedy diametralnie zmieniło się nie tylko życie gospodarcze, ale także model codziennego funkcjonowania nas ludzi i naszych relacji, warsztaty ukierunkowane na pogłębianie więzi z samym sobą jak i z najbliższymi są wyjątkowo istotne. Jest to niezwykle stresujący czas, a umiejętne odpowiadanie na potrzeby zarówno nas samych jak i naszych dzieci (będziemy je pogłębiać na kolejnych warsztatach) pozwala obniżyć poziom stresu zarówno nam jak i dzieciom. Samym dzieciom lepiej kształtuje uporządkowane mózgi. Mniej stresu to również lepszy rozwój intelektualny, emocjonalny i fizyczny.

Warsztaty stworzone zostały w konwencji 3 cykli, aby zaadresować zarówno potrzeby rodziców, dzieci jak i wspierać budowanie więzi w rodzinie.

Rodzina jest podstawową komórką społeczną, stanowi wspólnotę osób, która jest podstawową formą życia zarówno indywidualnego jak i społecznego. To ona należy do pierwszego środowiska dającego człowiekowi możliwość wszechstronnego rozwoju, zaspokajania jego wielu potrzeb i wprowadzania go w świat wartości i norm społecznych. Szczególnie w obecnym czasie, kiedy dzieci w sposób fizyczny miały ograniczony dostęp do kontaktu z innymi osobami (brak szkoły, przedszkola, „lock down”) ważne jest aby nauczyć dzieci właściwego podejścia do relacji międzyludzkich. Istotny jest jej wspierający i pozytywny charakter rodziny, który może nieść. Dziecko identyfikuje się ze swoją rodziną, przejmując w rodzinie poglądy, postawy, wzory zachowania i postępowania. Dlatego tak istotne jest to, czego dzieci uczą się w rodzinie, jak i sposób w jaki my – rodzice towarzyszymy im we wzrastaniu i nabywaniu umiejętności. Dobrze funkcjonująca rodzina zaspokaja potrzeby swych dzieci, jak żadna inna grupa społeczna. Bardzo istotna jest świadomość rodziców odnośnie ich sposobów wychowawczych. Możliwość przyjrzenia się im, poznania nowych perspektyw i przećwiczenia nowych rozwiązań (np. w sytuacjach konfliktowych) pomoże zarówno rodzicom jak i dzieciom.

Dzięki udziałowi w projekcie uczestnicy – zarówno dzieci jak i rodzice, będą mieli okazję rozwinąć i pogłębić szereg umiejętności (cele szczegółowe zostały wymienione powyżej) oraz pogłębić więzi między sobą: rodzic- dziecko. To właśnie relacje i ich jakość, a nie rzeczy sprawiają, że dzieci stają się mądrzejsze i w pełni mogą doświadczać bliskości, samych siebie i świata.

Najważniejszymi czynnikami wpływającymi na rodzaj wytwarzającej się więzi jest zarówno dostępność fizyczna i emocjonalna opiekuna, jak i szybkość reagowania na wysyłane przez dziecko sygnały (o tym szerzej na warsztatach).

Projekt ma zaspokajać zarówno powyższe potrzeby, w tym zdrowych i wspierających relacji rodzic-dziecko, jak i następujące, potrzebę np.:

- Wsparcia innych rodziców/dzieci
- Rozwijania różnego rodzaju umiejętności, poznawanie nowych praktycznych metod ich zastosowania
- Pogłębiania relacji ze sobą samym
- Szukania odpowiedzi na gromadzące się pytania, wątpliwości i rodzicielskie niepokoje
- Zrozumienia na czym polega bycie emocjonalną istotą

- Umiejętnego zarządzania swoimi emocjami w mementach trudnych, konfliktowych
- Potrzeba przećwiczenia nowych technik w miejscu bezpiecznym, warunkach treningowych
- Potrzeba rozwijania własnych kompetencji
- Dostępność fizyczna i emocjonalna rodziców w czasie „wiecznego zabiegania”
- Uważności i odporności psychicznej w dynamicznie zmieniającym się świecie
- Uczenia współpracy
- Rozwijania kreatywnego myślenia
- Konstruktywnego spędzania czasu – jako profilaktyka patologii
- Rozwoju zdolności manualnych
- Samodzielności, podejmowania decyzji i działania
- Twórczości, kreatywności
- Upowszechniania życia lokalnego i integracji mieszkańców dzielnicy

W przypadku projektów ogólnomiejskich do wniosku należy dołączyć listę poparcia co najmniej 150 mieszkańców Gliwic, na formularzu określonym w załączniku nr 4 do zarządzenia nr PM-2470/2020 Prezydenta Miasta Gliwice z dnia 7 lipca 2020 r.