

Program działań reintegracyjnych dla uczestników Klubu Integracji Społecznej w 2017 r.

Reintegracja zawodowa

l.p.	Rodzaj zajęć	Cel/tematyka zajęć	Organizacja zajęć
1.	Indywidualne spotkania z doradcą zawodowym	1. Poradnictwo dla osób bezrobotnych służące opracowaniu indywidualnej ścieżki rozwoju zawodowego. 2. Pomoc w podejmowaniu decyzji zawodowych oraz poszukiwaniu odpowiedniej pracy.	ilość sesji dostosowana do potrzeb uczestnika
2.	Kurs obsługi komputera	Kurs podstaw obsługi komputera lub kurs obsługi komputera na poziomie średnio zaawansowanym – zależnie od potrzeb grupy.	60 godzin
3.	Trening poruszania się po rynku pracy	Warsztaty przygotowujące do aktywnego poszukiwania pracy i umożliwiające poznanie: metod i technik poszukiwania pracy, redagowania dokumentów aplikacyjnych (CV, list motywacyjny) podstaw autoprezentacji.	2 spotkania
4.	„Autoprezentacja podczas rozmowy kwalifikacyjnej”	Grupowe zajęcia aktywizacyjne przygotowujące do efektywnej prezentacji własnej osoby. Zajęcia służą poznaniu podstawowych technik i zasad autoprezentacji, znaczenia tzw. mowy ciała w komunikacji i skutecznego wykorzystania podczas rozmowy z pracodawcą.	1 spotkanie
5.	„Internet metodą na znalezienie pracy”	Praktyczne zajęcia grupowe przygotowujące do poszukiwania pracy z wykorzystaniem Internetu; uczestnicy nabędą umiejętności związane z samodzielnym wyszukiwaniem ofert pracy i wysyłania dokumentów aplikacyjnych za pomocą poczty elektronicznej.	1 spotkanie
6.	Edukacja dotycząca ekonomii społecznej	Proponowane tematy: 1. cele ekonomii społecznej, 2. podmioty ekonomii społecznej, 3. dobre praktyki dotyczące przedsiębiorczości społecznej, 4. spotkanie z członkami Spółdzielni Socjalnej „Wyspa Przygód”.	2 – 3 spotkania
7.	Trening pracy	Indywidualne spotkania z osobami poszukującymi zatrudnienia służące określeniu: form, metod oraz technik umożliwiających osiągnięcie celu.	ilość sesji dostosowana do potrzeb uczestnika

8.	Grupowe konsultacje z zakresu przedsiębiorczości	Cykl spotkań doradczo – edukacyjnych dla potencjalnych grup inicjatywnych planujących otwarcie działalności gospodarczej np. w formie spółdzielni socjalnej	ilość sesji dostosowana do potrzeb uczestników
9.	Spotkania z osobami reprezentującymi środowisko pracodawców	Przedstawienie osobom poszukującym pracy potrzeb i oczekiwań pracodawców - „spojrzenie z drugiej strony”.	1 spotkanie
10.	Praca w Unii Europejskiej	Spotkanie informacyjne dla osób zainteresowanych podjęciem pracy w krajach Unii Europejskiej.	1 spotkanie

Reintegracja społeczna

I.p.	Rodzaj zajęć	Cel/tematyka zajęć	Organizacja zajęć
1.	Trening podnoszenia kompetencji społecznych	Zakres edukacyjny: 1. spostrzeganie i rozumienie innych ludzi i samego siebie w trakcie kontaktów z innymi, 2. komunikowanie się, wyrażanie myśli i uczuć, 3. rozwiązywanie konfliktów.	20 godzin
2.	Kurs udzielania pierwszej pomocy w nagłych wypadkach	Nabycie wiedzy teoretycznej oraz praktycznych umiejętności w zakresie udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej oraz pomocy w nagłych wypadkach (poparzenia, złamania, omdlenia, porażenia itp.)	8 – 10 godzin
3.	Trening rozwoju kompetencji rodzicielskich	Doskonalenie umiejętności wychowawczych u rodziców oraz poznanie sposobów komunikowania się z dziećmi. Zajęcia zakończą się wycieczką integrującą rodziny i promującą model aktywnego spędzania czasu.	16 godzin + jednodniowy wyjazd do Inwałd Parku
4.	Warsztaty rękodziela (decoupage, robienie biżuterii, i.in.)	Cel zajęć: 1. nauka technik rękodzielniczych, 2. rozbudzenie wyobraźni, 3. rozwój zdolności manualnych.	30 godzin
5.	Racjonalna Terapia Zachowania	Grupowa terapia umożliwiająca skuteczną interwencję poprzez zmianę przekonań. Daje szansę na długotrwały rozwój własny oraz poprawę codziennego funkcjonowania.	20 - 24 godziny
6.	EMDR	Eye Movement Desensitization and Reprocessing – indywidualna terapia umożliwiająca skuteczną interwencję dla osób po silnych przeżyciach emocjonalnych. Praca przy pomocy tej metody obniża poziomu lęku doświadczanego przez osoby, które wcześniej przeżyły tragiczne, traumatyczne wydarzenia.	ilość sesji dostosowana do potrzeb uczestnika

7.	Gospodarowanie czasem i posiadanymi zasobami finansowymi	Zakres tematyczny: 1. definiowanie celów i szukanie sposobów ich realizacji, 2. korzystanie z praw zarządzania czasem i zwiększania skuteczności w osiąganiu wymiernych efektów w działaniu, 3. kształcenie pożądaných nawyków, 4. planowanie budżetu domowego, 5. podstawowe zasady z zakresu inteligencji finansowej przeciwdziałających pochopnym decyzjom ekonomicznym.	ilość spotkań dostosowana do potrzeb grupy
8.	Trening rozwoju kompetencji społecznych „I Ty możesz być autorem swoich sukcesów”	Zakres tematyczny: 1. profil osobowości i tożsamości, 2. wartości, 3. komunikacja i relacja, 4. zmiana, 5. motywacja, 6. język ciała 7. najkrótsza droga do celu.	7 spotkań
9.	„Rozmieć i być rozumianym”	Zajęcia grupowe, których zakres edukacyjny obejmuje obszary: wzmocnienia poczucia zaufania do własnych możliwości, poznanie zasad skutecznej komunikacji werbalnej i niewerbalnej, kształtowanie umiejętności aktywnego słuchania.	1 spotkanie
10.	Trening asertywności	Tematyka poszczególnych zajęć: 1. Podstawowe zagadnienia 2. Asertywność, agresywność, uległość 3. Budowanie relacji interpersonalnych	3 spotkania
11.	Coaching	Indywidualne spotkania, których celem jest wzmocnienie klienta oraz wspieranie go w samodzielnym dokonywaniu zamierzonej zmiany (w oparciu o własne odkrycia, wnioski i zasoby).	ilość sesji dostosowana do potrzeb uczestnika
12.	„Metody i techniki kontroli stresu”	Grupowe zajęcia warsztatowe dot. nauki przezwycięzania sytuacji stresowych. Zainteresowane osoby będą mogły dodatkowo skorzystać z badania testem określającym typ temperamentu i sposób reagowania na stres.	1 spotkanie
13.	Wolontariat.	Spotkania edukacyjne dla uczestników KIS oraz chętnych klientów MOPS.	1 spotkanie
14.	Instytucjonalna ścieżka pomocowa dla osób uwikłanych w problem przemocy domowej.	Spotkania edukacyjne dla uczestników KIS oraz chętnych klientów MOPS.	1 spotkanie
15.	Profilaktyka nowotworów piersi.	Edukacja prozdrowotna – dla uczestniczek KIS oraz pozostałych chętnych klientek MOPS.	1 spotkanie
16.	Prawa i ochrona konsumentów.	Spotkania edukacyjne dla uczestników KIS oraz chętnych klientów MOPS.	1 spotkanie



MOPS Mielcu

17.	Wakacyjny Klub Mam	Cykl zajęć warsztatowych odbywających się dla matek i ich dzieci. Proponowane bloki zajęć: 1. doskonalenie kompetencji rodzicielskich, 2. motywowanie dziecka do nauki, 3. bezpieczne wakacje, 4. udzielanie pierwszej pomocy, 5. zdrowe żywienie i zdrowy styl życia, 6. jak skutecznie radzić sobie w trudnych sytuacjach, 7. prawa i obowiązki rodziców (rodzina, szkoła) 8. poznaj mieleckie lasy.	zajęcia będą zrealizowane w czasie wakacji letnich
18.	Impreza rodzinno - integracyjna	Spotkanie integracyjne dla uczestników KIS oraz osób z ich „otoczenia”.	termin realizacji: VII - VIII