



## „POMAGAJMY RAZEM”

### 1. Informacje ogólne

Ośrodek Pomocy Społecznej w Ciepłowodach przystąpił do realizacji projektu systemowego pn. „Pomagajmy razem” współfinansowanego przez UE z EFS w ramach POKL, Priorytet VII Promocja integracji społecznej, Działanie 7.1 Rozwój i upowszechnienie aktywnej integracji, Poddziałanie 7.1.1 Rozwój i upowszechnienie aktywnej integracji przez ośrodki pomocy społecznej. Projekt jest realizowany od lipca do grudnia 2012 r.

### 2. Cele projektu

Celem ogólnym projektu jest zdobycie/podniesienie kwalifikacji zawodowych oraz kluczowych kompetencji i umiejętności przez 8 uczestniczek projektu pn. „Pomagajmy razem”. Cel ten zostanie osiągnięty przez realizację następujących celów szczegółowych:

- 1) Zwiększenie aktywności zawodowej i nabycie umiejętności poruszania się po rynku pracy,
- 2) Wzbogacenie wiedzy i umiejętności potrzebnych do zmiany postaw i zachowań społecznych poprzez pracę socjalną.

Celem projektu jest rozwijanie aktywnych form integracji społecznej i umożliwienie dostępu do nich osobom zagrożonym wykluczeniem społecznym. Projekt ma za zadanie umożliwić klientom pomocy społecznej podjąć działania, które mają ich wesprzeć w realizacji działań zmierzających do kształcenia umiejętności w zakresie pełnienia ról społecznych, wspierania samodzielności w zdobywaniu i aktualizacji kwalifikacji zawodowych.

### 3. Beneficjenci projektu

Beneficjentami projektu są osoby zarejestrowane w Powiatowym Urzędzie Pracy w Zielonkach, jako bezrobotne lub poszukujące pracy w wieku aktywności zawodowej, korzystające ze świadczeń pomocy społecznej i zamieszkałe na terenie gminy Ciepłowody.

Beneficjentkami ostatecznymi projektu jest 8 osób, które zostały zakwalifikowane do udziału w projekcie w drodze przeprowadzonej rekrutacji.

Z przeprowadzonej diagnozy wynika, że największym problemem jest sytuacja wśród kobiet oraz osób niepełnosprawnych, dlatego projekt „Pomagajmy razem” jest w całości skierowany do tej właśnie grupy.

### 4. Trening kompetencji i umiejętności społecznych

Szkolenie to miało formę wyjazdów i odbyło się w Kudowie Zdrój w dniach od 02.07.2012 r. do 06.07.2012 r. Szkolenie obejmowało m. in. takie zagadnienia jak: komunikacja, asertywność, profilaktyka zdrowia i radzenia sobie ze stresem.

### Galeria



„POMAGAJMY RAZEM”

**5. Aktywne metody poszukiwania pracy**

Szkolenie to miało miejsce w Ciepłowodach w dniach od 06-10.08.2012 r.

Miało na celu przede wszystkim: nauczanie poruszania się po rynku pracy, poznanie najskuteczniejszych metod szukania pracy, określenie predyspozycji zawodowych oraz tworzenie dokumentów aplikacyjnych.

Wszystkie uczestniczki pozytywnie zaliczyły egzamin końcowy.

**6. Szkolenie informatyczne**

Szkolenie informatyczne miało miejsce w Ciepłowodach w dniach od 20-31.08.2012 r.

Szkolenie miało na celu zdobycie umiejętności w zakresie obsługi podstawowych programów biurowych typu word, excel. Uczestniczki nauczyły się również porozumiewania i poszukiwania pracy za pomocą Internetu (mail, fora, portale społecznościowe). Wszystkie uczestniczki pozytywnie zaliczyły egzamin końcowy.

Galeria

**7. Szkolenie – opiekunka domowa**

Celem szkolenia było nabycie przez uczestniczki projektu pn. „Pomagajmy razem” kwalifikacji w zawodzie opiekunka domowa.

Szkolenie miało miejsce w Ciepłowodach w dniach od 01.10.2012 r. do 12.10.2012 r. Zajęcia przybierały różną formę, m. in. wykładów z pokazami slajdów, wicze praktycznych, rozmów oraz oglądania filmów tematycznych. Uczestniczki szkolenia nauczyły się przede wszystkim: mierzenia ciśnienia, temperatury, pulsu, cukru; zmiany pościeli; pielęgnowanie chorego; kompresoterapii; pierwszej pomocy.

Wszystkie uczestniczki pozytywnie zaliczyły egzamin końcowy.

Galeria

**8. Terapia psychologiczna w aktywizacji zdrowotnej**

Program Terapii psychologicznej w aktywizacji zdrowotnej obejmował zagadnienia z zakresu:

- własnego wizerunku, w tym poczucie własnej wartości, poznanie i wykorzystanie własnych zasobów,
- komunikacji społecznej, w tym podstawowe informacje i cechy dobrej komunikacji interpersonalnej i przezwyciężanie barier komunikacyjnych,
- asertywności, w tym otwarte wyrażanie swoich uczuć, opinii i potrzeb,
- redukcji stresu i przezwyciężanie problemów życiowych w tym motywacja do podjęcia działań związanych z określeniem i realizacją celów.

**9. Konferencja podsumowująca projekt pn. „Pomagajmy razem”**

Dnia 17 grudnia 2012 r. w sali konferencyjnej nr 12 przy Pl. A. Mickiewicza 2 w Ciepłowodach odbyła się konferencja podsumowująca projekt systemowy



„POMAGAJMY RAZEM”

realizowany przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Ciepłowodach pn. "Pomagajmy razem".

Projekt był współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki. Zakładał aktywizację osób długotrwale bezrobotnych, korzystających ze świadczeń pomocy społecznej poprzez udział w cyklu szkoleń. W projekcie udział wzięło 8 bezrobotnych kobiet z terenu gminy Ciepłowody.

Uczestniczki projektu zdobyły m.in. kwalifikacje w zawodzie opiekunka domowa oraz kluczowe kompetencje i umiejętności potrzebne do poruszania się na rynku pracy. Odbły również szkolenie informatyczne.

Osobami odpowiedzialnymi za działania związane z realizacją projektu byli: Koordynator projektu – Elżbieta Kuś, księgowa – Barbara Gerlach oraz pracownik socjalny – Kamila Cisakowska.