



**Letnie półkolonie socjoterapeutyczne
„Wybieram mądrze - wybieram zdrowie!”**

**Informator programowy
2025**

Szanowni Państwo!

Fundacja Profilaktyki i Leczenia Uzależnień WYBÓR od ponad 30 lat niesie pomoc osobom najbardziej potrzebującym. Nasza misja to pomoc w walce z uzależnieniami, współuzależnieniem i wykluczeniem społecznym oraz szerzenie świadomości na temat profilaktyki.

Fundacja, posiadając status organizacji pożytku publicznego, w oparciu o wieloletnie doświadczenie w prowadzeniu działań profilaktycznych i terapeutycznych zachęca Państwa do wsparcia kolejnego, organizowanego w tym roku projektu – socjoterapeutycznych półkolonii letnich dla dzieci i młodzieży pod hasłem „Wybieram mądrze – wybieram zdrowie!”.

Grupą docelową uczestników, do których adresowana jest nasza wakacyjna propozycja, są młodzi mieszkańcy terenu gminy Wronki i okolic.

Wszyscy zdajemy sobie sprawę, że problem uzależnień, przemocy i innych patologii społecznych nie zniknął. Problemy dotyczą środowisk wokół nas – w rodzinach, szkołach, zakładach pracy. Obserwujemy, że rozwój świata wirtualnego, a zwłaszcza powszechna i nieograniczona – pozostająca w istocie poza kontrolą – dostępność do zasobów Internetu kreuje nowe wyzwania pedagogiczne i wychowawcze wiążące się z zagrożeniami prawidłowego i bezpiecznego rozwoju dzieci i młodzieży.

Kontynuowanie prowadzenia właściwych, odpowiednich dla grupy docelowej i środowisk adresatów, programów terapeutycznych i profilaktycznych jest dziś bez wątpienia również potrzebne i konieczne, co w przeszłości.

Umożliwienie dzieci i młodzieży – uczestnikom półkolonii – bezpiecznego, spokojnego i twórczego wypoczynku stanowi doskonale uzupełnienie codziennej pracy profilaktycznej i wychowawczej organizowanej w czasie roku szkolnego.

W czasie półkolonii uczestnikom zapewnione będzie wsparcie pedagogiczne. Zorganizowane zostaną liczne warsztaty i zajęcia edukacyjne – ze szczególnym naciskiem na profilaktykę uzależnień i oddziaływanie socjoterapeutyczne. Nie zabraknie również czasu na zajęcia sportowe, kulturalne oraz wycieczki krajoznawcze. W czasie każdego z turnusów przewidujemy co najmniej dwie wycieczki autokarowe.

Wszystko to, w otoczeniu pięknych terenów Puszczy Noteckiej, pozwoli uczestnikom odetchnąć od codziennych problemów oraz nabrać siły – i nowych umiejętności społecznych – do mierzenia się z codziennymi trudnościami.

W tym roku szczególnie nacisk programowcy zajęć i warsztatów chcemy położyć na problemy i zagrożenia płynące ze świata wirtualnego – hejt, przemoc, agresję i inne patologie rozpowszechniane i ogólnodostępne w Internecie, w szczególności w mediach społecznościowych. Uczestnikom półkolonii zapewnimy wsparcie wykwalifikowanej kadry wychowawczej, oraz pedagogów, psychologów i terapeutów.

Koszty organizacyjne półkolonii finansowane będą ze środków własnych Fundacji, przekazywanych darowizn oraz wpłat opiekunów uczestników zakwalifikowanych do udziału w programie.

Co ważne, z uwagi na grupę docelową uczestników, do której adresowany jest projekt, możliwość poniesienia opłaty za udział uczestnika w półkoloniach będzie deklarowana wraz z jej wysokością przez opiekunów dzieci i młodzieży zakwalifikowanych do udziału w wypoczynku. Udział osób, które nie będą w stanie pokryć kosztów organizacyjnych, zostanie sfinansowany przez Fundację. Szacowany koszt udziału jednej osoby w tygodniowym turnusie to ok. 800 zł.

Liczymy, że kolejny program realizowany w ramach naszej misji przyniesie wiele dobra, pozytywnych efektów i – co w tym wszystkim niemniej ważne – uśmiechów i radości młodych uczestników.

Zachęcamy do zapoznania się z informatorem programowym.

Więcej informacji na temat tego i innych programów oraz działań realizowanych przez Fundację znajdą Państwo na stronie internetowej Fundacji. Zachęcamy również do kontaktu telefonicznego i mailowego.

*Z wyrazami szacunku,
Fundatorzy i Zarząd Fundacji WYBÓR*

I. Informacje organizacyjne

1. Organizator:

FUNDACJA PROFILAKTYKI I LECZENIA UZALEŻNIEŃ "WYBÓR"

ul. Litewska 8, 60-605 Poznań

tel.: 795 247 414

e-mail: fundacja@wybor.org.pl

NIP 781-16-82-600 | REGON 630188622 | KRS 0000038398

www.wybor.org.pl

2. Rodzaj wypoczynku:

Półkolonie socjoterapeutyczno – profilaktyczne dla dzieci i młodzieży ze środowisk zagrożonych uzależnieniami, współuzależnieniem i wykluczeniem społecznym.

3. Termin:

- a) Turnus I – 28 lipca – 1 sierpnia 2025 roku (5 dni)
- b) Turnus II – 4 sierpnia – 8 sierpnia 2025 roku (5 dni)

4. Lokalizacja

Chojno, gm. Wronki, woj. wielkopolskie.

Miejsce zorganizowania turnusów wypoczynkowych położone jest na skraju Puszczy Noteckiej, nad rzeką Wartą. Rozległy teren leśny, obszary chronione, bliskość jezior, rzek, tereny turystyczne i krajoznawcze pozwolą uczestnikom na odpoczynek na łonie natury, kontakt z przyrodą.

Uczestnicy w czasie trwania półkolonii będą mieli do dyspozycji kompleks wypoczynkowo – rekreacyjny przy Parafii pw. Chrystusa Króla w Chojnie

Na kompleks składa się przystosowana do funkcji mieszkalnych „stodoła” – duży budynek mieszkalny z miejscami noclegowymi wydzielonymi w 2 odrębnych pomieszczeniach. Obiekt posiada pełny węzeł sanitarny oraz całkowitą infrastrukturę mieszkalną. W obiekcie znajduje się w pełni wyposażona kuchnia wraz z zapleczem oraz stołówka.

W bezpośrednim otoczeniu kompleksu znajdują się tereny rekreacyjne – boisko sportowe, plac zabaw, plenerowa siłownia. Uczestnicy będą mogli stale korzystać z wszelkich udogodnień i istniejącej infrastruktury. W odległości ok. 3 km od kompleksu znajduje się

ośrodek wypoczynkowy ze strzeżoną plażą nad Jeziorem Radziszewskim.

Organizator zapewni zorganizowany transport autokarowy w czasie realizacji przewidzianych tam zajęć. W trakcie trwania turnusów możliwe będzie uczestniczenie w wycieczkach turystycznych i krajoznawczych.

5. Charakterystyka uczestników i kadry:

Półkolonie letnie skierowane są do uczestników w wieku od 8 do 16 lat ze środowisk zagrożonych uzależnieniami, współuzależnieniem i wykluczeniem społecznym. Kryterium doboru uczestników na obóz wyznaczone jest sytuacją rodzinną, finansową i społeczną uczestników. Uczestnicy wypoczynku pochodzić będą jednak z różnych, zróżnicowanych środowisk – zgodnie z założeniami skutecznego oddziaływania socjoterapeutycznego w czasie trwania półkolonii.

Oferta wypoczynku skierowana jest przede wszystkim do dzieci i młodzieży z obszaru gminy Wronki.

Uczestnicy w czasie trwania półkolonii podzieleni będą na mniejsze grupy liczące ok 10-15 osób. Organizator przewiduje liczbę uczestników każdego z turnusu na maksymalnie 30-40 osób.

Mała liczebność grup pozwoli poświęcić uczestnikom dużo uwagi, co pozwoli na regularną terapię zachowań (regularne rozmowy, stała informacja zwrotna o zachowaniach pożądanых i niepożądanych).

Opiekę wychowawczą sprawować będą wykwalifikowani wychowawcy wypoczynku, przy wsparciu instruktorów terapii uzależnień, pedagogów, psychologów, instruktorów sportu i rekreacji, animatorów kultury. Wszystkie osoby zaangażowane w pracę i kontakt z uczestnikami posiadają doświadczenie w pracy z dziećmi i młodzieżą oraz odpowiednie uprawnienia do zajmowanych funkcji.

Nadzór nad prawidłową realizacją zadań oraz przebiegiem wypoczynku sprawować będzie kierownik wypoczynku.

Uczestnicy będą mieli zagwarantowaną opiekę medyczną poprzez stały dyżur pielęgniarki lub ratownika oraz świadczenia w ramach publicznej opieki zdrowotnej.

6. Transport uczestników

Organizator zapewni uczestnikom możliwość skorzystania ze zorganizowanego transportu do miejsca organizacji wypoczynku.

Transport autokarowy dla zainteresowanych zapewniony zostanie codziennie w czasie trwania półkolonii na trasie Wronki – Chojno. Zorganizowany transport zapewni bezpieczne

dowiezienie uczestników na miejsce półkolonii rano (ok. godz. 8:00) oraz odwiezienie uczestników po zakończeniu każdego dnia zajęć (ok. godz. 16:00).

Planowane miejsce zbiórki i odbioru uczestników – Wronki, parking przy ul. Leśnej 4. Szczegółowe informacje zostaną podane zakwalifikowanym uczestnikom półkolonii.

7. Wyżywienie uczestników

W czasie trwania półkolonii uczestnicy będą mieli zapewniony ciepły posiłek w formie lunchu (catering) oraz przekąski i zimny bufet i napoje. W czasie zorganizowanych wycieczek uczestnicy otrzymają odpowiedni prowiant.

8. Opłaty

Możliwość poniesienia opłaty za udział uczestnika w półkoloniach będzie deklarowana wraz z jej wysokością przez opiekunów dzieci i młodzieży zakwalifikowanych do udziału w wypoczynku.

Udział osób, które nie będą w stanie pokryć kosztów organizacyjnych, zostanie sfinansowany przez Fundację.

Szacowany koszt udziału jednej osoby w tygodniowym turnusie to ok. 800 zł.

9. Zgłoszenia

Chęć udziału w półkoloniach prosimy zgłaszać poprzez formularz zgłoszeniowy dostępny pod poniższym linkiem – dostępnym także na stronie internetowej Fundacji – www.wybor.org.pl:

<https://forms.gle/3Erwfrk7p5qoJR7X9>

Prosimy o zgłaszanie chęci uczestnictwa do dnia 15 czerwca br.

Zgłoszenie chęci uczestnictwa nie skutkuje automatyczną kwalifikacją uczestnika na półkolonie. Szczegółowe informacje, decyzję o zakwalifikowaniu oraz karty kwalifikacyjne zostaną przesłane opiekunom prawnym uczestników po zakończeniu procesu zgłoszeń przez wskazany formularz oraz weryfikacji zgłoszeń.

W przypadku braku możliwości skorzystania przez osoby zainteresowane z formularza zgłoszeniowego online oraz braku możliwości komunikacji elektronicznej – prosimy o kontakt telefoniczny pod numerem 795 247 414.

II. Cele i założenia wypoczynku

CELE OGÓLNE:

- rozwój umiejętności radzenia sobie w różnych sytuacjach życiowych,
- uwolnienie od stresu po roku szkolnym,
- nauka higieny cyfrowej – ograniczenie korzystania z zasobów świata wirtualnego, zachęcanie do systematycznego „wylogowywania się” i czerpania przyjemności z otaczającego świata rzeczywistego, zachęcanie i promowanie ograniczenia korzystania ze smartfonów i urządzeń mobilnych,
- poprawa funkcjonowania emocjonalnego i społecznego dzieci i młodzieży,
- rozwijanie zainteresowań i uzdolnień dzieci i młodzieży,
- zapobieganie marginalizacji i niedostosowaniu społecznemu dzieci i młodzieży,
- kształtowanie charakteru i pożądanych postaw w działaniu grupowym i indywidualnym dzieci i młodzieży,
- przygotowanie dzieci i młodzieży do aktywnego uczestnictwa w życiu społeczeństwa zgodnie z zasadami poszanowania drugiego człowieka,
- propagowanie prawidłowych wzorców zachowań w grupie rówieśniczej i środowisku,
- oddziaływanie socjoterapeutyczne i profilaktyka uzależnień – uświadamianie zagrożeń, w tym rosnących zagrożeń w świecie wirtualnym,
- prowadzenie działań edukacyjnych „Hejt STOP”.

CELE SZCZEGÓŁOWE:

- Emocje:
 - zmniejszenie napięć i niepokojów związanych z trudną sytuacją rodzinną, z sytuacją szkolną (odreagowanie emocjonalne),
 - rozpoznanie reakcji agresywnych, uległych, asertywnych u siebie i u innych,
 - kształtowanie właściwej reakcji na agresję innych,
 - rozpoznawanie źródeł stresu, poznanie myśli prowadzących do odczuwania stresu,
 - ćwiczenie pozytywnych sposobów radzenia sobie ze stresem,
 - ćwiczenie kontroli złości, stworzenie możliwości odreagowania tłumionych, przykrych emocji,
- Relacje interpersonalne:
 - kształtowanie więzi opartych na wzajemnym szacunku,

- poznanie różnych technik komunikacji interpersonalnej i nabycie umiejętności stosowania ich w praktyce,
- kształtowanie umiejętności pracy w zespole, odpowiedzialności indywidualnej i grupowej oraz rozwiązywania problemów i konfliktów grupowych,
- uświadamianie znaczenia reguł i norm grupy dla współżycia i współpracy,
- budowanie wzajemnego zaufania, zachęty i wsparcia między uczestnikami obozu,
- rozwijanie zdolności empatycznych,
- rozwijanie umiejętności aktywnego słuchania i udzielania informacji zwrotnej, wymienianie się pozytywnymi uczuciami z innymi.

○ Rozwój osobowy:

- praca nad wzmacnianiem mocnych stron własnej osobowości przy dostrzeganiu i pomniejszaniu stron słabych,
- praca nad asertywnością – umiejętność odmawiania bez strachu,
- rozwój własny dzieci i młodzieży, ze szczególnym naciskiem na odkrywanie wewnętrznych zasobów, zwiększenie zaufania do siebie, poczucia własnej skuteczności, kształtowanie własnej tożsamości,
- zapobieganie wadliwej adaptacji dzieci do warunków życia i wymagań otoczenia, poprzez uczenie ich pozytywnego patrzenia na siebie, swoje życie i otoczenie (zmiana sądów o rzeczywistości),
- praca nad zdrowym, higienicznym i rozważnym korzystaniem z zasobów świata wirtualnego, urządzeń mobilnych, internetu,

○ Zasoby do wykorzystania:

- czasowa izolacja od trudności rodzinnych będących istotnym zagrożeniem dla rozwoju młodych ludzi;
- wsparcie pedagogiczne i opiekuńcze ze strony doświadczonych specjalistów – wychowawców, pedagogów, terapeutów, psychologów,
- bliskość natury, oddalenie od miasta,
- bliskość licznych ciekawych atrakcji turystycznych i krajoznawczych, wycieczki krajoznawcze,
- program zajęć sportowych, edukacyjnych, profilaktycznych i terapeutycznych – zajęcia prowadzone przez wykwalifikowaną kadrę i specjalistów,
- materiały plastyczne i artystyczne do prowadzenia zajęć i warsztatów,

- gry i zabawy ruchowe – forma zabawowa, zespołowe gry sportowe,
- społeczność – praca w zastępach, kształtowanie tożsamości grupowej, przynależności do grupy, pomoc w przejściu fazy konfliktu, mówienie o emocjach;
- terapia zajęciowa – twórczość grupowa, szablony motyli (dekorujemy obóz), dyżury zastępów: sprzątanie obozu, zmywanie, nakrywanie do stołu;
- zajęcia warsztatowe w zastępach – komunikacja, stres, relaksacja, asertywność.

○ Oczekiwane efekty:

Uczestnik półkolonii:

- został wyposażony w bazowe umiejętności radzenia sobie w trudnej codziennej rzeczywistości;
- zna swoje mocne strony;
- wie, że jest człowiekiem wartościowym zasługującym na szacunek;
- jest zrelaksowany i wie jak się relaksować w trudnych chwilach;
- umie funkcjonować w grupie;
- nawiązuje nowe znajomości z rówieśnikami z innych szkół;
- potrafi samodzielnie zorganizować sobie czas wolny w sposób aktywny;
- rozumie i stosuje zasady „fair-play” w rywalizacji sportowej;
- dba o higienę cyfrową – potrafi „wylogować się” ze świata wirtualnego;
- potrafi weryfikować informacje i rozróżniać prawdę od „fake newsów” w sieci i świecie wirtualnym,
- jest świadomy zagrożeń płynących ze świata wirtualnego, ma świadomość problematyki hejtu, pozornej bezkarności i anonimowości w sieci,
- zna i stosuje zasady racjonalnego odżywiania się;
- poznał faunę i florę regionu, w którym odbywał się obóz;
- potrafi docenić piękno przyrody;
- dba o środowisko naturalne;
- dba o higienę ciała i o porządek w najbliższym otoczeniu;
- jest uprzejmy, kulturalnie spożywa posiłki;
- jest aktywny i z zaangażowaniem podejmuje się realizacji różnych zadań.

○ EWALUACJA

Ewaluacja będzie się odbywać na bieżąco poprzez stały monitoring codziennej pracy i obserwację uczestników obozu.

III. Ramowy plan dnia

8:00 – zbiórka uczestników korzystających z dojazdu zorganizowanego (Wronki, ul. Leśna 4)

8:30 – zbiórka uczestników na terenie ośrodka w Chojnie, przedstawienie planu dnia,

8:45 – 11:45 – zajęcia programowe,

12:00 – lunch,

13:00 – 15:30 – zajęcia programowe,

15:40 – odjazd uczestników korzystających z dojazdu zorganizowanego do Wronek,

16:00 – zakończenie dnia zajęć, odbiór uczestników korzystających z dojazdu własnego.

Szczegółowy program półkolonii oraz jego realizacja zależą będzie od ilości uczestników na każdym z turnusów oraz możliwości organizacyjnych, a także warunków pogodowych.

Szczegółowe informacje organizacyjne zostaną podane zakwalifikowanym uczestnikom półkolonii.