



## WYPRAWY TURYSTYCZNE

### + WARSZTATY NIEZALEŻNOŚCI

### = MAŁY SPOSÓB NA UKRYTĄ NADOPIEKUŃCZOŚĆ

- wspólne dzieło wielu aktywistów:

**Organizator: GDYŃSKIE STOWARZYSZENIE NA RZECZ OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH INTELEKTUALNIE „DOM MARZEŃ”**

**Sponsor - inwestor: URZĄD MIASTA W GDYNI**

**Współtwórcy i wykonawcy projektu:**

**Ewa Szachta – zarządzanie projektem**

**Marzena Usarek – wyprawy turystyczne**

**Irena Ratke – warsztaty niezależności - treningi z niepełnosprawnymi intelektualnie**

**Andrzej Kubiak – warsztaty niezależności - szkolenia z opiekunami**

**Osoby wspomagające w wykonaniu zadań: Beata Ujazdowska, Justyna Usarek, Beata Sączuk... i wiele, wiele innych osób, którym serdecznie dziękujemy i zachęcamy do dalszej współpracy.**



## Harmonogram dnia :

1. Zbiórka - objaśnienie celu i wspólny wyjazd na wybrane miejsce warsztatu z plenerem.
2. Samodzielność – zajęcia w podgrupach: Dzieci warsztaty zajęciowe, Rodzice trening
3. Zwiedzanie - oglądanie obiektów, słuchanie przewodników i obserwacja zachowań dzieci
4. Zakończenie – krótkie podsumowanie ze spisaniem zmian w zachowaniach i powrót



### Kolejne tematy zajęć z zakresu „Samodzielność” w podgrupach:

WYCIECZKA	TRENING Z OPIEKUNAMI	ZAJĘCIA Z NIEPEŁNOSPRAWNYMI
1. Dar Pomorza	Integracja– budowanie zaufania w grupie	Integracja – budowanie poczucia bezpieczeństwa
2. Gdańsk	Ufność czy kontrola– trudny wybór dla opiekuna	Pobudzanie wyobraźni przestrzennej - budowanie form
3. Ostrzyce	Nadopiekuńczość a obeszłasnowalnianie – wykład	Motywatory współdziałania - pozytywna rywalizacji
4. Puck, Rzućewo	Komunikacja – sztuka słuchania	Wzmacnianie percepcji wzrokowej i wyobraźni
5. Wierzyca	Stereotypy – uprzedzenia i antypatie	Rozwijanie kreatywności - tworzenie nowych zabaw
6. Hel	Asertywność – praktyczne metody kreowania postaw	Koordinacja ruchowa - ćwiczenia, zabawy
7. Bytów	Rozwiązywanie konfliktów	Odtwarzanie wzorca- ćwiczenia manualne
8. Żukowo	Wsparcie a syndrom pomocnika	Wyrażanie emocji - ekspresja ruchu
9. Kartuzy	Sztuka inspiracji – podnoszenie chęci do współdziałania	Stymulacja sensoryczna- malowanie palcami figur
10. Sopot	Moje cele – podsumowanie osiągnięć i wytyczenie celów	Podsumowanie osiągnięć i ćwiczenia na synchronizację



### **Odpowiedzi uczestników na pytanie : z jakich narzędzi skorzystam dzięki tym warsztatom?**

- Więcej swobody dla dziecka.
- Większej konsekwencji w postępowaniu dla mnie.
- Dziecko będę usamodzielniać, więcej pewności, wolności.
- Na pewne sprawy spojrzałam z innego punktu widzenia i chciałabym to wykorzystać, ale na ile mi się to uda, czas pokaże.
- Utwierdza mnie jedno jak najwięcej swobody dać dziecku.
- Z pewności siebie, dam dziecku więcej wolności.
- Będę zwracała uwagę na brak cierpliwości u mnie i nawyk „chodzenia na skróty”, dam dziecku więcej swobody.
- Inaczej patrzę na moje dziecko, inaczej się z nią kontaktuję.
- Udzielanie dziecku konkretnych odpowiedzi, usamodzielniać go, dać więcej swobody.
- Postaram się bardziej ufać dziecku, dać więcej swobody.
- Będę próbowała dziecko bardziej usamodzielniać, dać mu troszkę więcej wolności.
- Nauczyłam się krytycznie patrzeć na moje postępowanie w stosunku do dziecka, na siłę starałam się zorganizować mu czas, często patrzę na moje dziecko przez pryzmat stereotypów i opinii innych ludzi.



**Poziom zadowolenia uczestników i ich wskazania na zapotrzebowanie tego typu imprez  
przewyższył wszelkie oczekiwania.  
Jeśli chcesz zrealizować podobny projekt w organizacji do której należysz,  
ZAPRASZAMY!!!**

Więcej ... w galerii zdjęć w dziale WOLONTARIAT / WSPÓŁDZIAŁANIE



\*\*\*

**Syndrom pomocnika objawia się tym, że osoba, ma tysiące pomysłów jak pomagać  
innym... i ani jednego aby pomóc sobie.**



**[www.etito.pl](http://www.etito.pl)**

# STUDIUM PSYCHOLOGII

## IM C. G. JUNGA

Zapraszamy do kształcenia się na kierunkach:

- Psychoterapia
- Ochrona zdrowia
- Psychologia praktyczna
- Parapsychologia

Organizatorzy zajęć w GDYNI:



Telefony kontaktowe:

Irena – 504079400

Andrzej – 602647495

Strony internetowe:

[www.etito.pl/2h.php](http://www.etito.pl/2h.php)

[www.studiumpsychologiijunga.edu.pl/](http://www.studiumpsychologiijunga.edu.pl/)

[www.etito.pl](http://www.etito.pl)



Zachęcamy też do przeczytania publikacji, które podnoszą i dodają sił.

Znajdziesz je na stronie: [www.etito.pl/4b.php](http://www.etito.pl/4b.php)

# ETITO

**EDUKACJA, TERAPIE I TRENINGI OSOBOWOŚCI**

ETITO to platforma JEDNOSTEK, których celem jest szeroko pojęta działalność edukacyjna w zakresie USZLACHTNIANIA ZASOBÓW OSOBOWYCH oraz propagowania działalności charytatywnej i miękkiego ZZL.

Misja ETITO, niekoniecznie pod hasłem : "PRACA NAJWYŻSZYM DOBREM CZŁOWIEKA", związana jest z myślą o przydatności społecznej każdego obywatela z uwzględnieniem jego talentów.

Koncepcja ETITO opiera się na samodzielnym działaniu JEDNOSTEK pod sztandarem ETITO - który jest agitator, koordynatorem działań, gwarantem jakości usług oraz reklamodawcą i propagatorem.



[www.etito.pl](http://www.etito.pl)

1. Każdy kto zaznał chwil trudnych, w których emocje i odczucia dźwigane przez natrętne myśli spędzały sen z powiek w nocy i odbierały koncentrację w dzień...



**emocje...Myśli...odczucia...**

2. Każdy kto wierzy w siebie i innych lub chce uwierzyć i działać w oparciu o zasadę: „buduj z tego co masz już teraz, tam gdzie jesteś” ...



**Tu... i ... Teraz**

3. Każdy kto znajdzie dla siebie lub innych choćby jedną godzinę na miesiąc by z energią, motywacjami i optymizmem rozświetlać przyszłość ...



**energia ... i... optymizm**

... każdy może się do nas przyłączyć ... i być etito.



**M A Z P**  
**Międzyregionalna Akademia Zarządzania Personelem**  
**Kijów – Ukraina**

**Zapraszamy do kształcenia się na kierunkach:**

- **psychologia praktyczna**
- **interwent kryzysowy**
- **instruktor terapii uzależnień**
- **psychologia zarządzania zasobami ludzkimi**

**Organizatorzy zajęć w GDYNI:**

**Irena Ratke – 504-079-400**

**Andrzej Kubiak - 602647495**

[eapi@etito.pl](mailto:eapi@etito.pl)



**Strony internetowe:**

[www.etito.pl/2c.php](http://www.etito.pl/2c.php)

[www.polska-psychologia.edu.pl](http://www.polska-psychologia.edu.pl)

**[www.etito.pl](http://www.etito.pl)**



**Edukacja Terapie i Treningi Osobowości**

**[www.etito.pl](http://www.etito.pl)**  
**trener: [andrzej@etito.pl](mailto:andrzej@etito.pl)**