

## PLAN ORGANIZOWANIA SPOŁECZNOŚCI LOKALNEJ - LISTOPAD i GRUDZIEŃ 2022 ROKU

DATA	GODZINA	RODZAJ DZIAŁAŃ/USŁUGA	ZAKRES DZIAŁAŃ	MIEJSCE REALIZACJI	rejestracja
16.11.2022 r.	17.00 - 18.30	Grupa dla rodziców - warsztaty	- Spotkanie organizacyjne, przedstawienie założeń warsztatów,; - prawidłowości w rozwoju dziecka – poznawczym, emocjonalnym i społecznym.	GOK	CUS pod nr telefonu 33- 4790517 (wew.28)
23.11.2022 r.	17.00 - 18.30		Emocje dziecka i rodzica - jak sobie radzić z trudnymi emocjami i zachowaniami.	GOK	
01.12.2022 r.	16.30 - 18.00		Komunikacja pomiędzy dzieckiem i rodzicem – zasady efektywnej komunikacji, bariery komunikacyjne.	CUS	
07.12.2022 r.	17.00 - 18.30		Stawianie granic i wymagań	GOK	
14.12.2022 r.	17.00 - 18.30		Budowanie poczucia własnej wartości	GOK	
06.11.2022 r.	14.00 - 15.00	Doradca zawodowy	Pomoc w napisaniu CV i listu motywacyjnego	CUS	CUS pod nr telefonu 33- 4790517 (wew.28), bądź bezpośrednio u pracowników socjalnych

\* Odbiorcami usług są mieszkańcy gminy Goleszów. Szczegóły dotyczące kwalifikacji osób w opisie usług

\* liczba miejsc w ramach organizowanych usług jest ograniczona

\* w harmonogramie mogą nastąpić zmiany ze względów organizacyjnych

\* usługi oferowane przez CUS są bezpłatne

## OPIS DZIAŁAŃ/USŁUG

<p><b>Grupa dla rodziców - warsztaty</b></p>	<p>Program warsztatów dla rodziców ma na celu podniesienie kompetencji wychowawczych rodziców, zmianę negatywnych postaw wychowawczych, wzrost samoświadomości oraz wymianę doświadczeń między rodzicami. Zaplanowano 8 spotkań w grupie 6-8 osób, na których będą poruszane następujące zagadnienia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• prawidłowości w rozwoju dziecka – poznawczym, emocjonalnym i społecznym,</li> <li>• emocje rodzica i dziecka – radzenie sobie z trudnymi emocjami i zachowaniami,</li> <li>• komunikacja pomiędzy dzieckiem z rodzicem – zasady efektywnej komunikacji, bariery komunikacyjne,</li> <li>• stawianie granic i wymagań,</li> <li>• budowanie poczucia własnej wartości u dziecka,</li> <li>• relacje z dorastającym dzieckiem.</li> </ul> <p>Oprócz omówienia powyższych zagadnień odbędzie się spotkanie organizacyjne mające na celu przedstawienie prowadzącego i uczestników oraz omówienie tematyki warsztatów a także spotkanie podsumowujące połączone z wypełnieniem ankiety ewaluacyjnej.</p> <p>Odbiorcami mogą być rodzice, którzy chcą zwiększyć swoje kompetencje rodzicielskie, osoby niewydolne wychowawczo, posiadające problemy w wychowaniu dzieci.</p>
<p><b>Doradca zawodowy</b></p>	<p>Doradca zawodowy da wskazówki jak prawidłowo napisać CV i list motywacyjny, mieszkańcom gminy Goleszów, którzy długotrwale poszukują pracy, mają problem z napisaniem dokumentów aplikacyjnych.. Doradca wskaże także aktualne oferty pracy, które są dostępne w Powiatowym Urzędzie Pracy w Cieszynie, a także to, jak poszukiwać ofert w internecie, bądź innych możliwych miejscach.</p>

## DZIAŁANIA WSPIERAJĄCE

Działania na rzecz dzieci i młodzieży	<b>Bon żłobkowy</b>	<p>Goleszowski bon żłobkowy, to świadczenie mające na celu wspomóc rodziców w zapewnieniu opieki nad dziećmi do lat 3. Świadczenie przysługuje rodzicom dzieci w wieku do lat 3, mieszkającym na terenie gminy Goleszów, którzy są zatrudnieni lub wykonują inną pracę zarobkową i w ramach zapewnienia opieki nad swoim dzieckiem zawarli umowę z publicznym lub niepublicznym żłobkiem, klubem dziecięcym, punktem opieki dziennej lub nianią. Świadczenie przysługuje również rodzicom, którzy między innymi z powodu ciężkiej choroby lub niepełnosprawności, kontynuowania nauki w systemie dziennym, odbywania stażu lub szkolenia zawodowego nie są zatrudnieni i nie wykonują pracy zarobkowej. Maksymalna wartość bonu żłobkowego wynosić będzie 400 zł miesięcznie. Goleszowski Bon Żłobkowy będzie przyznawany na wniosek rodzica na okres od 1 września do 31 sierpnia następnego roku. Przed złożeniem wniosku należy zawrzeć umowę o świadczenie opieki nad dzieckiem do lat 3.</p>
	<b>Placówka wsparcia dziennego</b>	<p>W Dzięgielowie funkcjonuje Środowiskowe Ognisko Wychowawcze prowadzone przez Towarzystwo Przyjaciół Dzieci Oddział Powiatowy w Cieszynie. Placówka oferuje:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pomoc w pokonywaniu trudności w nauce i uzyskiwaniu promocji do wyższej klasy,</li> <li>- wspieranie rozwoju dziecka, rozwijanie zainteresowań i uzdolnień, organizację czasu wolnego,</li> <li>- wdrażanie wychowanków do przestrzegania zasad współżycia społecznego, kształtowanie właściwego stosunku i motywacji do nauki i pracy, podnoszenie kultury osobistej wychowanków, eliminowanie zaburzeń zachowania, agresji, przemocy, wulgarności,</li> <li>- promowanie zdrowego życia, w tym działania profilaktyczne,</li> <li>- współpracę z rodziną wychowanka, pomoc w rozwiązywaniu problemów wychowawczych, podtrzymywanie emocjonalnych więzi dziecka z rodziną,</li> <li>- organizowanie pomocy materialnej dla wychowanków ognisk, w tym dożywiania.</li> </ul> <p>Dzieci z oferty ogniska korzystają dobrowolnie, mogą być kierowane do placówki również przez pedagoga szkolnego. Objęte</p>

wsparciem są, m.in.: dzieci z rodzin niewydolnych wychowawczo, zagrożonych bezrobociem, uzależnieniami, przemocą, o niskim statusie materialnym.

Ognisko Wychowawcze TPD nr 7 działa od poniedziałku do piątku w godzinach popołudniowych (14.00 - 18.00 i czasami w soboty) przez 10 miesięcy w roku. W placówce można organizowane są działania, takie jak:

- pomoc w nauce (douczenie (od poniedziałku do piątku),
- zajęcia sportowo – rekreacyjne,
- zajęcia kulturotwórcze,
- zajęcia plastyczne,
- współprace ze środowiskiem rodzinnym dziecka – konsultacje pedagogiczne dla rodziców,
- współpraca ze szkoła – konsultacje z pedagogiem szkolnym według potrzeb,
- imprezy okolicznościowe.

W 2022 roku z wsparcia TPD skorzystało 30 osób.

**Zajęcia profilaktyczne w szkołach**

W ramach składanego zapotrzebowania, dostępnych terminów realizowane są działania profilaktyczne, informacyjno edukacyjne w szkołach na terenie gminy Goleśzów.

Zajęcia profilaktyczne w szkołach mają na celu działalność informacyjną i edukacyjną w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych i przeciwdziałania narkomanii oraz ograniczanie zachowań ryzykownych wśród dzieci i młodzieży.

Wyróżniamy trzy rodzaje profilaktyki:

- profilaktykę uniwersalną - to działania adresowane do całych grup bez względu na stopień ryzyka występowania problemów związanych z używaniem środków odurzających, alkoholu, substancji psychotropowych, środków zastępczych, uzależnień behawioralnych oraz nowych substancji psychoaktywnych. Działania te mające na celu zmniejszanie lub eliminowanie czynników ryzyka, które sprzyjają rozwojowi problemów w danej populacji oraz wzmocnienie czynników wspierających prawidłowy rozwój,
- Profilaktyka selektywna jest ukierunkowana na jednostki i grupy zwiększonego ryzyka, tzn. takie, które ze względu na sytuację rodzinną, społeczną, środowiskową czy uwarunkowania biologiczne narażone są na większe ryzyko wystąpienia

problemów.

- profilaktyka wskazująca jest ukierunkowana na jednostki i grupy wysokiego ryzyka, które przejawiają wczesne symptomy problemów związanych z używaniem różnego rodzaju środków i substancji uzależniających ale nie spełniają jeszcze kryteriów diagnostycznych uzależnienia.

W ramach bezpłatnych warsztatów/wykładów szkoły otrzymują propozycję zajęć z zakresu:

- bezpieczna droga do szkoły, bezpieczeństwo dzieci i młodzieży w różnych sytuacjach – bezpieczny kontakt z obcymi,
- cyberprzemoc – cyberzagrożenia – patostreamerzy zagrożenia z YouTube'a, kradzieże danych, stalking, szantaż, groźby, odpowiedzialność za naruszenie dóbr osobistych, znieważenie, zniesławienie, hejt,
- dopalacze, substancje psychoaktywne, nowoczesne socjotechniki sprzedaży,
- przeciwdziałanie narkomanii,
- trzeźwy kierowca - bezpiecznie na drodze,
- DRUGSTOP - walizka narkotykowa,
- przeciwdziałanie mowie nienawiści „Stop Hejt”.

Działania na rzecz seniorów	<b>Teleopieka</b>	<p>W ramach programu osłonowego Teleopieka w gminie Goleszów przewidziane są działania zmierzające do poprawy bezpieczeństwa oraz możliwości samodzielnego funkcjonowania w miejscu zamieszkania osób starszych przez dostęp do tzw. opieki na odległość. Seniorom zostaną dostarczone specjalne opaski, za pośrednictwem których realizowany będzie monitoring osoby starszej oraz w miarę potrzeby kontakt z telecentrum i adekwatne udzielenie wymaganej pomocy. Opaski bezpieczeństwa będą wyposażone w co najmniej trzy z następujących funkcji:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• przycisk bezpieczeństwa – sygnał SOS,</li><li>• detektor upadku,</li><li>• czujnik zdjęcia opaski, lokalizator GPS,</li><li>• funkcje umożliwiające komunikowanie się z centrum obsługi i opiekunami,</li><li>• funkcje monitorujące podstawowe czynności życiowe (puls i saturacja),</li><li>• sprawowanie całodobowej opieki na odległość nad seniorami przez centrum monitoringu.</li></ul> <p>Z programu mogą skorzystać osoby w wieku powyżej 65 lat. Aby uzyskać więcej informacji należy skontaktować się z pracownikami socjalnymi Centrum Usług Społecznych w Goleszowie pod nr telefonu <b>33 4790517 wew. 12 i 13.</b></p>
-----------------------------	-------------------	---

### Kluby Seniora

Na terenie gminy funkcjonują trzy kluby seniora w następujących miejscowościach: Cisownicy, Bażanowicach i Dzięgielowie.

Uczestnikami Klubów mogą być osoby:

- powyżej 60 roku życia, zamieszkujące gminę Goleszów;
- potrzebują wsparcia w codziennym funkcjonowaniu;
- chcą wykorzystać wolny czas i spędzać go aktywnie w miłym towarzystwie;
- chcą rozwijać swoje pasje, zainteresowania, umiejętności i zdolności.

W ramach projektu realizowana jest opieka krótkoterminowa dla seniorów poprzez wszechstronną aktywizację, działania podejmowane na rzecz ochrony zdrowia, rozwijanie zainteresowań, tworzenie oparcia społecznego, zaspokajanie potrzeby kontaktu, przynależności, integrację społeczną, przeciwdziałanie marginalizacji, organizację rekreacji, utrzymywanie i rozwijanie sprawności fizycznej oraz intelektualnej.

#### HARMONOGRAM LISTOPAD:

DATA	GODZINA	
17.11.2022 r.	14.00 - 17.00	Wspólność majątkowa - porady prawne grupowe (Indywidualne po wcześniejszym uzgodnieniu)
	17.00 - 18.00	Joga
	18.00 - 19.00	Ćwiczenie koncentracji poprzez rysowanie
18.11.2022 r.		Basen
22.11.2022 r.	14.00 - 16.30	Dietetyk – Żywnienie dla kości i stawów
	16.30 - 18.00	Gimnastyka
	18.00 - 19.00	Ćwiczymy pamięć – rymowanki
24.11.2022 r.	14.00 - 17.00	Zajęcia z psychologiem

**BAŻANOWICE**  
ul. Cieszyńska 17

		17.00 - 18.00	Joga	
		18.00 - 19.00	Trening na rowerach stacjonarnych	
	25.11.2022 r.		Wyjazd do teatru do Cieszyna na operetkę „Baron Cygański”	
	29.11.2022	14.00 - 16.30	Nasi listopadowi Solenizanci – składamy życzenia. Spotkanie towarzyskie przy kawie i ciastku	
		16.30 - 18.00	Gimnastyka	
		18.00 - 19.00	Gry karciane	
	<b>CISOWNICA</b> ul. Cisowa 122	16.11.2022 r.	9.00 - 11.15	Warsztaty tworzymy wianki na drzwi wejściowe
			11.15 - 12.15	Joga
			12.15 - 14.00	Słuchamy pieśni patriotycznych
		18.11.2022 r	15.00 - 16.00	Basen
21.11.2022 r		9.00 -11.00	Zajęcia z psychologiem na temat „Czas w życiu Seniora”	
		11.00 -12.00	Gimnastyka	
		12.00 -14.00	Gry karciane	
23.11.2022 r.		9.00 - 11.15	Zajęcia z Dietetyczką – Żywnienie dla kości i stawów	
		11.15 -12.15	Joga	
	12.15 -14.00	Ćwiczymy pamięć - rymowanki		



		25.11.2022 r.		Wyjazd do teatru do Cieszyna na operetkę „Baron Cygański”
		28.11.2022 r.	9.00 - 11.00	Zajęcia z psychologiem – „Jak ważne jest regularne stawianie wyzwań naszemu umysłowi”
			11.00 - 12.00	Gimnastyka
			12.00 - 14.00	Ćwiczenie koncentracji poprzez rysowanie
		30.11.2022 r.	9.00 - 11.15	Nasi listopadowi Solenizanci – składamy życzenia. Spotkanie towarzyskie przy kawie i ciastku. Wspólny śpiew
			11.15 - 12.15	Joga
			12.15 - 14.00	Trening na rowerach stacjonarnych
	<b>Poradnictwo psychologiczne</b>	17.11.2022 r.	11.30 - 18.00	Z porad psychologicznych mogą korzystać dorośli oraz młodzież mieszkający na terenie gminy Goleszów. Porady dotyczą działań profilaktycznych i pomocy w związku z zagrożeniem uzależnieniem, współuzależnieniem, stresem oraz innymi sytuacjami wymagającymi pomocy. Psycholog przyjmuje w budynku
		24.11.2022 r.	11.30 - 14.30	
		30.11.2022 r.	14.00 - 15.00	
		01.12.2022 r.	11.30 - 16.30	
		07.12.2022 r.	14.00 - 17.00	
		08.12.2022 r.	11.30 - 14.30	
		14.12.2022 r.	14.00 - 17.00	
		15.12.2022 r.	12.00 - 18.00	
		21.12.2022 r.	14.00 - 18.00	
		22.12.2022 r.	12.00 - 18.00	
		28.12.2022 r.	12.00 - 18.00	
	<b>Poradnictwo prawne</b>	18.11.2022 r.		Z nieodpłatnej pomocy prawej mogą skorzystać osoby, które nie są w stanie ponieść kosztów za usługi prawnicze. Przed udzieleniem pomocy należy złożyć stosowne oświadczenie. Pomoc prawna obejmuje informacje z zakresu:
		21.11.2022 r.		
		25.11.2022 r.		
		28.11.2022 r.		

		02.12.2022 r.	9.00 - 14.00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• prawa pracy,</li> <li>• przygotowania do rozpoczęcia działalności gospodarczej,</li> <li>• prawa cywilnego,</li> <li>• prawa karnego,</li> <li>• prawa administracyjnego,</li> <li>• prawa ubezpieczeń społecznych,</li> <li>• prawa rodzinnego,</li> <li>• praw podatkowego,</li> <li>• prawa celnego,</li> <li>• prawa dewizowanego,</li> <li>• prawa handlowego.</li> </ul> <p>Forma udzielonej nieodpłatnej pomocy prawnej:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• poinformowanie osoby o obowiązujący stanie prawnym, jej uprawnieniach, obowiązkach, w ty w związku z toczącym się postępowaniem przygotowawczym, administracyjnym, sądowym lub sądownoadministracyjnym,</li> <li>• wskazanie osobie uprawnionej sposobu rozwiązania jej problemu prawnego,</li> <li>• sporządzenie projektu pisma w sprawach ww.</li> <li>• nieodpłatną mediację,</li> <li>• sporządzenie projektu pisma o zwolnienie od kosztów sądowych lub ustanowienie pełnomocnika z urzędu.</li> </ul> <p>Poradnictwo koordynowane jest przez Starostwo Powiatowe w Cieszynie, udzielane jest bezpłatnie, po wcześniejszym uzgodnieniu terminu.</p>
		05.12.2022 r.		
		09.12.2022 r.		
		12.12.2022 r.		
		16.12.2022 r.		
		19.12.2022 r.		
		23.12.2022 r.		
		30.12.2022 r.		



## **SŁOWNICZEK:**

**CUS** - Centrum Usług Społecznych w Goleszowie

**GOK** - Gminny Ośrodek Kultury

**TPD** – Towarzystwo Przyjaciół Dzieci – Oddział Powiatowy w Cieszynie