



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

Projekt „**Od bierności do aktywności**”
współfinansowany przez
Unię Europejską w ramach
Europejskiego Funduszu Społecznego
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej
57-400 Nowa Ruda, ul. Kolejowa 18
tel/fax 074-8721056, 074-8721166
e-mail: mops@mops.nowaruda.

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



DODATEK NR 3 DO SIWZ

OPIS PRZEDMIOTU ZAMÓWIENIA

Numer sprawy:

MOPS/K/360/1/11

Przedmiot zamówienia

Przedmiotem zamówienia jest przeprowadzenie warsztatów aktywizacyjno-edukacyjnych dla 18 bezrobotnych mieszkańców miasta Nowej Rudy, poszukujących pracy lub nie pozostających w zatrudnieniu, będących jednocześnie w wieku aktywności zawodowej, zagrożonych wykluczeniem społecznym i korzystających ze świadczeń pomocy społecznej w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Nowej Rudzie, w ramach projektu "Od bierności do aktywności" realizowanego w ramach PROGRAMU OPERACYJNEGO KAPITAŁ LUDZKI PRIORYTET VII Promocja integracji społecznej DZIAŁANIE 7.1 Rozwój i upowszechnianie aktywnej integracji PODDZIAŁANIE 7.1.1 Rozwój i upowszechnianie aktywnej integracji przez ośrodki pomocy społecznej, współfinansowanego ze środków EUROPEJSKIEGO FUNDUSZU SPOŁECZNEGO.

Warsztaty powinny odbywać się do godz. 15-tej, max. 6 godzin dziennie, na terenie Nowej Rudy

Termin – lipiec – sierpień 2011r.

Warsztaty

Część I

"Warsztaty interpersonalno – motywacyjne" - 40 godzin , max. 6 godzin dziennie przy założeniu, że 1 godzina zajęć = 45 minut zegarowych.

Tematyka obejmuje w szczególności :

1) Integracja grupy i przeciwdziałanie izolacji społecznej

2) Budowanie poczucia własnej wartości:

- czym jest poczucie własnej wartości,
- wpływ samooceny na nasze życie,
- sposoby na podniesienie poczucia własnej wartości,
- wzmocnienie wiary we własne siły,
- odkrycie własnych zasobów,
- kształtowanie własnej postawy,
- przełamanie biernej postawy życiowej,
- rozwijanie kompetencji i umiejętności społecznych w celu przygotowania do aktywnego udziału w życiu rodzinnym, społecznym i zawodowym.

3) Kształtowanie postawy asertywnej:

- czym jest asertywność,
- asertywne przyjmowanie ocen,
- przyjęcie aktywnej postawy w pokonywaniu życiowych trudności.

4) Efektywna komunikacja

- charakterystyka procesu komunikacji,
- techniki i metody efektywnej komunikacji w relacjach i kontaktach międzyludzkich,
- komunikacja werbalna i niewerbalna,
- diagnoza swojego stylu komunikacji,
- sztuka słuchania i analizowania wypowiedzi,
- komunikacja asertywna,
- reguły dobrej komunikacji.

5) Nauka radzenia sobie ze stresem:

- mechanizm oddziaływania stresu na organizm,
- uświadomienie uczestnikom indywidualnej podatności i odporności na stres,
- odporność i radzenie sobie ze stresem,
- sposoby optymalnego reagowania na bierność i agresję.

Część II

„Warsztat terapeutyczny”- 12 godzin , max. 6 godzin dziennie przy założeniu, że 1 godzina zajęć = 45 minut zegarowych.

Tematyka obejmuje w szczególności:

- edukowanie uczestników w zakresie rozpoznawania uzależnień,
- podniesienie poziomu wiedzy i świadomości o problemach występujących w rodzinie,
- metody pracy nad problemami,
- przekazanie uczestnikom wiedzy o instytucjach niosących pomoc i roli specjalistów niosących pomoc,
- konsekwencje zaniechania walki z problemami,
- pozytywne skutki podejmowanych wysiłków,
- poszukiwanie konstruktywnych rozwiązań sytuacji trudnych

Część III

Przeprowadzenie indywidualnych rozmów z psychologiem - 4 godziny dla 1 uczestnika, przy założeniu, że 1 godzina zajęć = 45 minut zegarowych.

Tematyka obejmuje w szczególności:

1) Diagnozę osobowościową:

- poznanie sytuacji życiowej i osobistej uczestników,
- poznanie potrzeb i celów uczestników,

2) Wsparcie psychologiczne:

- sposoby radzenia sobie z problemami dnia codziennego
- pomoc w zrozumieniu swoich reakcji i emocji.
- diagnoza barier w samoakceptacji oraz próba ich eliminacji.

3) Rozmowa o charakterze motywacyjnym:

- poszukiwanie indywidualnych korzyści z udziału w projekcie
- zwiększenie motywacji do udziału w projekcie,
- motywowanie do wprowadzania zmian w swoim życiu oraz podejmowanie działań związanych z podejmowaniem aktywności zawodowej,
- analiza mocnych stron uczestników, dotychczasowych osiągnięć w celu podniesienia samooceny.

Część IV

„Warsztaty gospodarowania zasobami i budżetem” - 8 godzin , max. 6 godzin dziennie przy założeniu, że 1 godzina zajęć = 45 minut zegarowych.

Tematyka obejmuje w szczególności:

- uświadomienie uczestnikom własnych zasobów i środków,
- nabycie umiejętności gospodarowania własnymi zasobami i środkami,

- planowanie budżetu domowego.

Część V

„Warsztaty kreowania własnego wizerunku” - 5 godzin , przy założeniu, że 1 godzina zajęć = 45 minut zegarowych.

Tematyka obejmuje w szczególności:

- czym jest własny wizerunek,
- omówienie czynników warunkujących wygląd ogólny,
- kreowanie nienagannego wizerunku: fryzura, strój, higiena osobista,
- elementy wizerunku w miejscu pracy,
- dostosowanie własnego wizerunku w różnych sytuacjach,
- umiejętność autoprezentacji.

Część VI

„ Warsztaty doradztwa zawodowego” - 25 godzin zajęć warsztatowych , max. 6 godzin dziennie przy założeniu, że 1 godzina zajęć = 45 minut zegarowych, 3 godziny konsultacji indywidualnych z każdym uczestnikiem przy założeniu, że 1 godzina zajęć = 45 minut zegarowych

Tematyka obejmuje w szczególności:

- nabycie wiedzy o rynku pracy i mechanizmach nim rządzących,
- analiza rynku pracy,
- diagnoza umiejętności i predyspozycji zawodowych w stosunku do każdego uczestnika
- motywowanie do zdobywania nowych kwalifikacji zawodowych,
- przygotowanie dokumentów aplikacyjnych w celu pozyskania pracy,
- przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej,
- nabycie umiejętności rozmowy z potencjalnym pracodawcą,
- autoprezentacja,
- praca na mocnych stronach uczestnika w celu budowania motywacji i wiary we własne siły, związanych z podejmowaniem aktywności zawodowej,
- analiza mocnych stron uczestników, dotychczasowych osiągnięć w celu podniesienia samooceny.