

Уточнення

Додаток 1 до Положення про громадський бюджет (бюджет участі) у місті Чернігові

Бланк-заявка пропозиції (проекту), реалізація якої відбуватиметься за рахунок коштів громадського бюджету (бюджету участі) у місті Чернігові на 2017 рік та список мешканців міста Чернігова, які підтримують цю пропозицію (проект)

Ідентифікаційний номер проекту (вписує уповноважений робочий орган)	55
--	----

Примітка: пункти, зазначені „*“ є обов'язковими для заповнення!

1.* Назва проекту (не більше 15 слів):

Сімейний табір вихідного дня для сімей учасників бойових дій та сімей с особливими потребами «Веселка у долонях»

2.* Вид проекту (необхідне підкреслити і поставити знак „х“, який вказує сутність витрат):

видатки: + поточні капітальні

Проект буде реалізовано на території міста Чернігова (впишіть назву житлового масиву/мікрорайону):

Місто Чернігів

3.* Адреса, назва установи/закладу, будинку:

Чернігівський район (Чернігівський Державний центр олімпійської підготовки, водойма с. Жовінка)

4.* Короткий опис проекту (не більше 50 слів)

Сімейний табір, направлений на реабілітацію сімей, які знаходяться в складних життєвих обставинах. Відпочинок на краєвидах Чернігівщини знизять напругу і сприятимуть зміцненню відносин між батьками, а також дітьми. Спеціалісти допоможуть, як відволіктись від буденності, так і нададуть професійну психологічну допомогу з питань взаємовідносин в сім'ї, дітей, як підтримати батьків.

5. Опис проекту (примітка: опис проекту не повинен містити вказівки на суб'єкт, який може бути потенційним виконавцем проекту):

Статистика свідчить, що за останні роки спостерігається зростання кількості сімей, що потрапляють в соціально небезпечне становище. Причина такого явища - втрата моральних традицій, змінюється ставлення батьків до дітей і, в підсумку, руйнуються сім'ї. Цей факт негативно впливає на майбутню молодь України.

Сімейний табір вихідного дня спрямований на оздоровлення мікроклімату сімей учасників бойових дій та сімей, які знаходяться в складних життєвих обставинах.

Робота буде проводитись протягом року періоду кожні 14 днів (24 зміни протягом року) тривалістю 1 доба (неділя).

Керуючі проектом в січні 2017 року попередньо проводять ознайомлення мешканців міста з даною акцією. Списки сімей (учасників бойових дій та інвалідів АТО) організаторам надаються органами самоврядування та громадськими спілками. Сім'ї бажаючі прийняти в реабілітаційному відпочинку реєструються за 7 днів до зміни в табір. Реєстрація буде проводитися, як в соціальних мережах так і на місці знаходженні реалізаторів проекту. Для цього необхідно створити сторінку даного проекту в соціальних мережах. Відповідальний за це - організація котрій нададуть виконання. Учасників заздалегідь попереджують про місце і час збору. В один заїзд обслуговується 10 сімей.

Оскільки табір націлений на сім'ю де є діти, необхідним є додержання певних санітарних норм - місце проведення проекту повинно бути на основі існуючого табору або бази. В даному випадку згоду на участь в даному проекті надав Чернігівський Державний центр олімпійської підготовки. Виконавці проекту домовляються за харчування.

Перебування в таких умовах налаштує батьків на дитинство, що призводить до так званої психологічної єдності з дітьми.

У теплий період року пропонуємо додатково проводити змагання сімейної риболовлі. Приводом включення риболовлі до проекту є проект Благодійного Фонду Бориса Філатова Геннадій 2015 року, «Сімейний фестиваль реабілітаційної риболовлі» «Оберіг» для військовослужбовців, що проходять курс лікування після отриманих в зоні АТО поранень, і членів їх сімей.

Отже, що дає Сімейна рибалка?

По-перше, рибалка (як і будь-яке інше серйозне хобі) дозволяє людині повною мірою реалізувати на практиці один з найважливіших атрибутів людського буття - прагнення до СВОБОДУ. Багато філософів і психологи вважають, що потреба в свободі є первинною, базовою для людини, вродженою. Майже всі світові релігії погоджуються з тим, що унікальне відмінність людини від інших Божих створінь - саме вільна воля.

По-друге, рибалка як хобі, за характером людської активності найближче до ГРІ. Психологи виділяють різні типи діяльності людини - є праця, є пізнання, є спілкування, а є щось зовсім особливе - гра. Гра - це більш, ніж серйозне заняття, і про неї написано безліч наукових трактатів. Якщо спробувати сильно спростити і узагальнити все сказане про гру, то її сутність можна визначити, як своєрідне моделювання реального світу. Сенс цього моделювання - в розвитку наших здібностей і якостей на тлі позитивних емоцій і без ризику зробити "справжні" помилки.

По-третє, з двох названих психологічних компонентів риболовлі - свободи і гри - закономірно впливає третій: ТВОРЧИСТЬ. Зрозуміло, серед рибалок є і такі, які не навчаються ні на своїх помилках, ні на чужих, і роками не змінюють своїх звичок, закидаючи одну і ту ж вудку на одному і тому ж місці і дивуючись, чому не клює. Але подібних анахоретів серед рибальської братії мало. Зазвичай кожному знаком той самий творчий свербіж, коли весь час охоплює бажання випробувати новий водойму, нове місце, нову снасть, нову приманку, нову наживку, новий спосіб лову, нову рибу і т.п.

Змагання рибаків пропонуємо проводити на водоймищах Чернігівського району А саме водоймища селища Жовінка, оскільки на них проводиться щорічне змагання

Клуба риболовів. Сімейна риболовля проводиться з травня по жовтень, з періодичністю 30 днів.

Група рибалок не повинна пере віщувати 20 чоловік (тобто 10 сімей, де один з батьків і дитина).

У житті кожної людини повинен бути свого роду "джерело з живою водою", яєсь заняття, яке дозволяє їй повністю самореалізуватися й робить її по-справжньому щасливим. Це заняття не обов'язково має бути пов'язане з професією, це заняття не обов'язково має бути "глобальним", що займає більшу частину нашого часу. Потрібно всього лише якусь справу, яке вас повністю поглинає, дає відчуття "справжнього життя". У поета Андрія Дементьєва є така думка: хтось геніально грає на скрипці (і це один спосіб самореалізації), а хтось ще геніальніша вміє слухати музику (і це інший спосіб самореалізації). Так ось, саме риболовля може стати вашим способом самореалізації, подарувати вам справжні моменти щастя в цьому непростому житті.

6.* Інформація стосовно доступності (результатів) проекту для мешканців міста Чернігова у разі його реалізації:

(примітка: інформація щодо доступності може стосуватися, наприклад, годин роботи об'єкту, можливої плати за користування, категорії мешканців, які зможуть і які не зможуть користуватись результатами реалізації даного проекту)

Проект спрямований на сім'ї:

1. Учасників бойових дій;
2. інвалідів АТО;
3. Сім'я у СЖО (складних життєвих обставинах);
4. Многодітні;
5. особи, які мешкають в місті Чернігові

За час проекту планується надати реабілітаційний відпочинок близько 200 сім'ям. Одна сім'я може 4 рази скористуватися даним проектом.

7. Обґрунтування необхідності реалізації проекту, а також його бенефіціари *(основна мета реалізації проекту; проблема, якої воно стосується; запропоновані рішення; пояснення, чому саме це завдання повинно бути реалізоване і яким чином його реалізація вплине на подальше життя мешканців; основні групи мешканців, які зможуть користуватися результатами реалізації завдання)*

Сьогодні виникла необхідність створення цільової програми реабілітації саме для сім'ї, яка перебуває в соціально небезпечному положенні. Нікого не може залишити байдужим виховання дітей в сім'ях, які перебувають в складних життєвих обставинах. В сучасній сім'ї - втрачаються традиції, змінюється ставлення батьків до дітей і, в підсумку, руйнується мікросоціум сім'ї. У такій родині, батьки, «потопаючи» в своїх проблемах, стають нездатними здійснювати свої права належним чином, фактично кидаючи своїх дітей напризволяще. Статистика свідчить, що за останні роки спостерігається зростання кількості сімей, що розлучаються, серед них частіше зустрічаються сім'ї інвалідів АТО, учасників бойових дій та сім'ї в складних життєвих обставинах. На це вплинули і об'єктивні фактори, зокрема, низький рівень життя, «хронічне» безробіття.

В Україні досі немає державної програми психологічної реабілітації членів сімей учасників АТО. Але є фахівці-волонтери, готові допомагати бійцям позбутися від

посттравматичного синдрому. Наслідки психотравмуючих подій можуть бути згубними як для потерпілого, так і для його близьких. При чому найчастіше військові не звертаються за допомогою особисто. Часто вони відчують себе розгубленими та потребують допомоги. І чим довше людина воювала в зоні бойових дій, тим сильніше виявляється посттравматичний стресовий розлад. Від цього страждає сім'я. Також допомога потрібна і членам сімей. Після роботи з психологами у багатьох спостерігається підйом духу, з'являються нові цілі в житті.

Сім'я - це любов, дружба, взаємоповага, моральна підтримка, будинок де зустрічають люблячі діти, де люблять і чекають! Сім'я - наша фортеця! Сімейний відпочинок - це коли всі разом, коли можна краще пізнати один одного, показати дитині навколишній світ, відпочити від щоденної суєти. Тільки під час сімейного відпочинку на природі ми стаємо самі собою. Відпочинок на озері/річці, в глибинці. Чудова природа і багату історичну спадщину дають безліч можливостей провести відпочинок на озері/річці з користю не тільки для тіла, але і для душі. Чого тільки варті сімейні прогулянки по лісах. Під час таких прогулянок сім'я ще більше зближується, адже не секрет, що за трудовими буднями і щоденними господарськими клопатами ми, часом, дуже мало уваги приділяємо своїм дітям. Спільний сімейний відпочинок на природі якраз і дає прекрасну можливість дітям зрозуміти, наскільки сильно люблять їх батьки, а батькам - наскільки їм дорогі їхні діти.

Відпочинок на воді - це ще й чудова можливість привести до ладу нервову систему, розхитану під час трудових буднів, влаштування побуту. Такі водні прогулянки напевно припадуть до душі і дітям, і дорослим.

Другий аспект, завдяки якому можливо налагодити взаємовідносини - це спільні ігри. З появою телевізора і комп'ютера стала відмирати хороша сімейна традиція - збиратися всією сім'єю за столом, читати вголос, щось обговорювати, грати в лото, шашки, шахи, вишивати. Але, на щастя, зараз розроблено багато сучасних родинних ігор, взяти участь в яких можуть всі члени сім'ї. І якщо правильно вибрати гру, з урахуванням інтересів усіх присутніх, то можна не тільки чудово провести вечір, а і налаштувати відносини родини.

Важлива психотерапевтична особливість риболовлі. Риболовля на кшталт медитації, цілком і повністю поглинає свідомість людини, дозволяючи їй відволіктися від різних страхів і турбот. Життєві турботи і проблеми залишаються десь там, далеко, їх немов вітром забирає або змиває течією. Це дуже важливо, тому що в основі багатьох психічних патологій лежить саме психологічна втома, коли людина не в змозі навіть на кілька хвилин "відключитися" від настирливих переживань і роздумів, постійно "переживуючи" в голові різного роду великі й дрібні життєві та професійні проблеми. Риболовля - одне з найбільш дієвих засобів для такої "психотерапії відволіканням", вона дозволяє на час "втекти" від будь-яких проблем і негативних емоцій. Але головне навіть не в цьому. Під час такого "відключення" ми запасасмося новими душевними силами, заряджаємося позитивною енергією, що допоможе нам згодом легше впоратися з будь-якими проблемами.

Наш час справедливо називають "часом стресів і перевантажень", перш за все, нервових. У найпростішому розумінні стрес - це психологічна або фізична перевантаження, якимось негативним зіткненням з тим, що сильніше і важче нашої внутрішньої індивідуальної "норми". Часті й надмірно сильні стреси неминуче тягнуть за собою хвороби і психологічні зриви.

Стрес - це універсальна реакція, характерна для всіх людей (і тварин), але "пориг" стресу у кожного свій. Хтось впадає в стрес від будь-якої дрібниці (наприклад, погода за вікном погана), а хтось має дивну стійкість до стресів, залишаючись спокійним і працездатним навіть в самих екстремальних ситуаціях. Крім індивідуальних

психофізичних відмінностей між людьми, це залежить і від тренуваності людської психіки.

Психологи не втомлюються співати хвалебні оди карооке як психореабілітації. Більшість людей люблять співати у ванній, де їх ніхто не чує, тому розслабляються. Між цими двома факторами - вода і пісня - складається міцний зв'язок, який асоціюється з чимось приємним, розслаблюючим. Вважається, що це дуже благотворно впливає на нервову систему, дає сили для боротьби зі стресом.

8.* Орієнтовна вартість (брутто) проекту (всі складові проекту та їх орієнтовна вартість)

Складові завдання	Орієнтовна вартість (брутто), грн.
1. Послуги з проведення проекту (послуги: аніматорів, оренда водоймища, організаторів, тренера, психолога, харчування)	181 400
2. Канцелярія (35 осіб x 3 мастер-класів за зміну, ручки , папір)	37 750
3. Нагороди (грамоти, медалі 72шт.x 24зміни)	3 600
4. Буклети 1200 шт	4 000
РАЗОМ:	226 750

9.* Список з підписами щонайменше 15 громадян України, які належать до територіальної громади міста Чернігова, мають право голосу та підтримують цю пропозицію (проект) (окрім його авторів), що додається. Кожна додаткова сторінка списку повинна мати таку ж форму, за винятком позначення наступної сторінки (необхідно додати оригінал списку у паперовій формі).

10.* Контактні дані авторів пропозиції (проекту), які будуть загальнодоступні, у тому числі для авторів інших пропозицій, мешканців, представників ЗМІ, з метою обміну думками, інформацією, можливих узгоджень і т.д. (необхідне підкреслити):

а) висловлюю свою згоду на використання моєї електронної адреси : alexandra.serduk@gmail.com для зазначених вище цілей

Підпис особи, що дає згоду на використання своєї електронної адреси

б) не висловлюю згоди на використання моєї електронної адреси для зазначених вище цілей.

Примітка:

Контактні дані авторів пропозицій (проектів) (тільки для Чернігівської міської ради), вказуються на зворотній сторінці бланку-заявки, яка є недоступною для громадськості.

11. Інші додатки (якщо стосується):

Приблизний план табору додається.

I

О дев'ятій годині ознайомлення з програмою дня та нагадуємо про можливість отримати безкоштовну консультацію у професійного психолога.

До обіду проводиться робота аніматорів з дітьми та батьками.

Аніматори - акредитована організація з досвідом проведення масових розважальних заходів. Програма узгоджена заздалегідь з виконавцями проекту. Розважальна програма повинна бути налаштована на оздоровлення сімейних відносин. Активні сімейні ігри допомагають зрозуміти один одного, побачити батькам з кращого боку свої дітей та навпаки.

Сім'ї переможців нагороджуються медалями.

Обід о 12-13 годині.

Після обіду волонтери пропонують дорослим:

- майстер-клас творчість для двох для сімейних пар;
- конкурс сімейні казки;
- катання на лижах, санках (взимку);
- психологічні консультації;
- майстер-клас контроль емоцій в складних ситуаціях.

Сімейним парам, яким найкраще вдалось засвоїти майстерність надаються грамоти, призи.

Діти зайняті командними іграми (футбол, волейбол, активні ігри з аніматорами). Також психолог проводить бесіду з дітьми. Бесіда на тему «Батьки». Діти з сімей учасників бойових дій чи інвалідів АТО стикаються з проблемою «я не розумію батька», «як допомогти батьку». На ці важливі питання та питання, що турбуватимуть учасників, буде висвітлювати психолог.

Вечеря о 17-18 годині.

У вечері пропонуємо карооке. Спів підвищує активність кори головного мозку, покращує обмін речовин, стимулює дихання і кровообіг. Позитивні емоційні переживання під час співу підсилюють увагу, тонізують центральну нервову систему. При цьому в активну нервову діяльність втягуються додаткові нервові клітини, які знімають навантаження з вже працюють ланок цієї системи. Під мелодію вибудовується ритміка організму, при якій фізіологічні реакції протікають найбільш ефективно. Знижується стомлення, поліпшується самопочуття.

Або перегляд фільм сімейного жанру.

II

Період з травня до жовтня раз в місяць пропонуватимуться змагання сімейної рибалки.

В установлений день збираються учасники, члени журі, персонал (медпрацівник, волонтери спостерігачі) на водоймищі.

Протягом 4 годин учасники ловлять рибу спілкуються. А з точки зору психології, одна з найважливіших функцій спілкування - це підкріплення і підвищення нашої самооцінки. При цьому наша психіка влаштована так, що ми намагаємося інтуїтивно знаходити в житті як би "безпрограшні" ситуації, де спілкування в будь-якому випадку буде сприяти підвищенню самооцінки.

Члени журі спостерігають, можуть запитувати учасників на спеціальні теми. За час проведення турніру учасникам будуть запропоновані бутерброди і чай.

Також можуть бути присутні вболівальники але вони добираються самостійно.

Через 4 години журі в зважують зловлену рибу та визначають переможця. Найкращім 3 спортсменам вручають нагороду.

По завершенню турніра фото на згадку.