



# NEWSLETTER NR1

PIERWSZE MIĘDZYNARODOWE SPOTKANIE SPAHC

Ceuti od 24go do 24go października 2016

*Hiszpania*

Ten projekt został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej.  
Projekt lub publikacja odzwierciedlają jedynie stanowisko ich autora i Komisja Europejska nieponosi odpowiedzialności za umieszczoną w nich zawartość merytoryczną.

Project's code: 2016-1-ES01-KA204-025099

## PRVI BILTEN

**Obecnie społeczeństwo staje przed wieloma wyzwaniem: rodzicom brakuje umiejętności społecznych i rodzicielskich, nie korzystają z mediów cyfrowych w efektywny, bezpieczny sposób, prowadzą stacjonarny tryb życia, nie poświęcają dzieciom niewiele czasu. Edukatorom brakuje narzędzi i metodologii by dotrzeć do rodziców i zachęcić ich do zdrowszego trybu życia.**

### **SPAHCO**

(Silniejsi Rodzice – Zdrowsze Społeczności) jest dwuletnim projektem, który ma na celu stworzenie innowacyjnych narzędzi cyfrowych oraz metodologii dla reduktorów prowadzących trening umiejętności rodzicielskich, uświadamiających rodzicom powagę prowadzenia zdrowego trybu życia oraz proponujących im zajęcia i narzędzia do osiągnięcia tych celów.

Projekt współfinansowany przez program Erasmus + (Strategiczne Partnerstwa dla Edukacji Dorosłych – Współpraca Dla Innowacji i Wymiany Dobrych Praktyk), partnerzy w projekcie pochodzą z 7 różnych krajów, edukują dorosłych na temat zdrowia i profilaktyki.

**CEL:** Pierwszą grupą docelową są dorośli edukatorzy, którym partnerstwo udostępni produkty intelektualne poprzez projekt. Drugą grupą beneficjentów są rodziny, w szczególności te z dziećmi w wieku od 0 do 18 lat, prowadzące zdrowszy tryb życia.

**PRODUKTY:** Projekt wytworzy dwa produkty intelektualne. Gra on-line, poruszająca tematykę prozdrowotną, mającą na celu wspólną rozgrywkę dorosłych i dzieci; aplikacja, która pokaże działania prozdrowotne w gminach partnerów i otac-

zających je miastach oraz będzie służyła do zwiększania świadomości wśród rodziców. Korzystając z doświadczeń w projekcie stworzony zostanie Przewodnik Użytkownika dla Dorosłych Edukatorów z rekomendacjami jak używać wymienionych wcześniej narzędzi cyfrowych w efektywny sposób.

**Oczekiwane rezultaty:** potężne narzędzia dla edukatorów pracujących z rodzicami i rodzinami. Duży wpływ na obywateli, pomocny w prowadzeniu zdrowego trybu życia.

### **Kluczowe aspekty:**

Program: Erasmus + KA2 Edukacja Dorosłych

Data rozpoczęcia: 01/ 09/ 2016

Data zakończenia: 31/ 08/ 2018

Budżet: 182.070,00 €

### **Partnerzy:**

- Gmina Ceutí (Hiszpania),
- Gmina Viborg (Dania),
- A.L.I.A.T. (Rumunia),
- Gmina Miejska Ława (Polska),
- Stowarzyszenie Iskenderum (Turcja),
- Euro-Net (Włochy),
- Państwowy Instytut Zdrowia Varazdin (Chorwacja).



## SPAHCO SPOTKANIE MIĘDZYNARODOWE

### Pierwsze spotkanie SPAHCO miało miejsce w Ceuti 24-25 Października 2016

Spotkanie to było okazją do poznania partnerów oraz do zaprezentowania swoich doświadczeń dotyczących projektu.

Gmina Viborg, lider poprzedniego projektu "Siła Oporu", w którym uczestniczyła razem z ALIAT i Ceuti przedstawiła rezultaty projektu reszcie partnerów aby wspólnie czerpać z nich korzyści.

"Siła Oporu" była projektem Grundtvig skupionym na zmianie kultury alkoholowej w europejskich rodzinach. Głównym celem było wspomaganie społeczności, formalnych i nieformalnych organizacji, stowarzyszeń w celu zmiany stosunku dorosłych, rodziców i rodzin do alkoholu.

Warsztaty były okazją do zapoznania się z dobrymi praktykami partnerów (oto kilka przykładów):

- Komitet do wprowadzenia Narodowej Strategii Promocji Zdrowia w Ceuti (Hiszpania),
- "Dalej Młodzieży! Uprawiamy sport!" w Iskenderun (Turcja),
- "Młodzieżowy Lider" i Wolontariat w Ośrodku w Iławie (Polska),
- Nagradzane gry stworzone przez Euro-net (Włochy),
- "Mały i Zdrowy" w Varazdin (Chorwacja),
- Wczesna profilaktyka i praca w odniesieniu do kultury cyfrowej w Viborg (Dania),
- Działalność społeczno-ekonomiczna w Bukareszcie (Rumunia)

Lider projektu wskazał metodologię, która będzie obowiązywała podczas trwania projektu oraz wskazał podstawy prawne UE.

Partnerzy ustalili następane kroki oraz daty dwóch następnych spotkań międzynarodowych.



**POWER TO  
RESIST**



## MOCNIEJSI RODZICE & ZDROWSZA SPOLECZNOSC

### Podczas pierwszego spotkania uczestnicy pracowali w grupach – wymieniali poglądy oraz wyciągali wspólne wnioski związane z tematem Silnych Rodziców i Zdrowych Społeczności.

#### Silni Rodzice:

- Nigdy nie biją dzieci. Wszystkie uczestniczące kraje mają prawa przeciwko biciu dzieci.
- Nie nagradzają za dobre zachowanie lub dobre wyniki,
- Nie unikają dyskusji sam na sam. Silni Rodzice – Dobrzy Słuchacze,
- Nie zawstydzają dzieci w celu wymuszenia innego zachowania,
- Nie całują swoich dzieci w towarzystwie,
- Nie są pracoholikami. Spędzają czas z dziećmi,
- Doceniają wysiłek – nie rezultat,
- Godzą się po kłótni – i pokazują dzieciom jak to osiągnąć,
- Nie spędzają dużo czasu przed ekranem,
- Są świadomi efektu lustra – dziecko widzi – dziecko robi,
- Patrzą na czas jako kluczowy czynnik dobrego samopoczucia dzieci,
- Czerpią z przeszłości lecz żyją w teraźniejszości!
- Uczą i motywują dzieci,
- Są łagodnymi rodzicami,
- Przygotowują dzieci do życia,
- Akceptują inność,
- Są szczęśliwymi rodzicami,
- Nie wyzyskują emocjonalnie ("Po tym co dla Ciebie zrobiłem...!"),
- Współpracują z innymi rodzicami,
- Interesują się życiem innych dzieci, nie tylko swoich,
- Są "elastycznymi" rodzicami,
- Są konsekwentni i zrównoważeni,
- Pokazują dzieciom jak prosić o pomoc,
- Wyposażają dzieci w wiedzę jak zrozumieć innych,
- Dają czas – prezent dla nich i nas,
- Nie krytykują, rozmawiają z szacunkiem,
- Sprawiają, że dzieci czują się bezpiecznie,
- Nie stosują przemocy fizycznej i psychicznej,
- Pokazują dzieciom, że miłość to mieć czas dla innych ludzi,
- Ustanawiają dobre zasady w rodzinie,
- Odrabiają razem z dziećmi pracę domową i zwracają uwagę na to co wydarzyło się w szkole,
- Słuchają muzyki razem z dziećmi,
- Pokazują swoje emocje,
- Mówią nie – ale wyjaśniają dlaczego,
- Wiedzą gdzie szukać odpowiedzi,
- Wiedzą gdzie szukać zdrowych społeczności,
- Rozumieją swoje dzieci i sprawiają, że dzieci czują się rozumiane,
- Szanują uczucia dzieci i motywują je do rozmowy o nich,
- Wyposażają dzieci w narzędzia dla zdrowych, ekonomicznych zachowań.



### Zdrowe społeczności:

- Są dobrze połączone,
- Mają silną tożsamość,
- Są aktywne i twórcze,
- Podążają w kierunku zdrowia,
- Dają dzieciom poczucie przynależności,
- Organizują "Dzień uprzejmości" co miesiąc,
- Organizują kwiaty dla wszystkich matek na "Dzień Matki",
- Organizują bieg dzieci dla innych dzieci,



- Mają pozytywne wizje,
- Prezentują pozytywny język ciała,
- Nie noszą "maski",
- Nie boją się mówić prawdy,
- Nie oceniają i wyśmiewają,
- Nie wywracają oczami,
- Organizują czas wolny,
- Tworzą lokalne sieci,
- Upewniają się, że dzieci są szczęśliwe kiedy są z przyjaciółmi i ich rodzicami,



- Organizują lanch dla rodziców w szkołach,
- Organizują "Grupy dla Matek" gdzie matki na urlopie macierzyńskim rozmawiają i dzielą się problemami,
- Organizują "pikniki naukowe" (uczniowie szkół średnich dla uczniów szkół podstawowych),
- Są szkołami, gdzie dzieciom nie wolno przynosić urządzeń elektronicznych,
- Są platformą dla rozwoju klasowych społeczności,
- Są platformą dla otwartej dyskusji o problemach,
- Są dobrą komunikacją pomiędzy członkami,
- Wymuszają interakcję,
- Stwarzają poczucie przynależności dla dzieci i wszystkich dorosłych,

## PREZENTACJA PARTNERÓW

### **Gmina Ceutí (Hiszpania)**

#### **Lider**

Gmina Ceutí, położona w regionie Murcia (południowo-wschodnia Hiszpania), ma populację 11,400 mieszkańców i jest bardzo dobrze skomunikowana z obszarami wielkomiejskimi.

Ceutí jest sygnatariuszem Narodowej Strategii Zapobiegania i Promocji Zdrowia, której głównym celem jest podniesienie średniej długości życia, wolnej od niepełnosprawności. Przyniesie to dobre praktyki dla całego kraju.

[www.ceuti.es](http://www.ceuti.es)

### **Gmina Viborg (Dania)**

Viborg jest 9 co do wielkości gminą w kraju.

Działania związane z SSP (współpraca pomiędzy lokalnymi rządami, szkołami i policją) są przykładem dobrych praktyk. Swą pracę opierają na wczesnej profilaktyce i podążają za tematem "kultury cyfrowej" - właściwego i odpowiedzialnego korzystania z nowych technologii.

[www.viborg.dk](http://www.viborg.dk)

### **Euro-net (Włochy)**

Położona w regionie Basilicata, Euro-net jest organizacją non-profit, przedstawicielem licznych sieci europejskich, z dużym doświadczeniem w tworzeniu gier i filmów animowanych oraz może się pochwalić uczestnictwem w wielu projektach europejskich. W projekcie zajmą się stworzeniem aplikacji i gry on-line.

[www.euro-network.eu](http://www.euro-network.eu)

[www.synergy-net.info](http://www.synergy-net.info)

### **ALIAT (Rumunia)**

Stowarzyszenie dla Zwalczenia Alkoholizmu i Nadużywania Narkotyków jest organizacją pozarządową, z której usług korzysta ponad 17.300 uzależnionych od narkotyków oraz 1400 uzależnionych od alkoholu. W organizacji działa około 1200 profesjonalistów wyszkolonych we wcze-

snym wykrywaniu uzależnień. ALIAT poprowadzi temat "umiejętności społecznych".

[www.aliat-ong.ro](http://www.aliat-ong.ro)

### **Gmina Iława (Polska)**

Ośrodek Psychoedukacji, Profilaktyki Uzależnień i Pomocy Rodzinie uczestniczy w SPAHCO wnosząc do projektu szereg dobrych praktyk w dziedzinie pracy z rodziną i młodzieżą. Podczas projektu stworzą Przewodnik dla Edukatorów.

[www.osrodek.ilawa.pl](http://www.osrodek.ilawa.pl)

### **ISKED (Turcja)**

Stowarzyszenie Edukacyjno-młodzieżowe ISKENDERUN posiada doświadczenie w edukowaniu ludzi zagrożonych wykluczeniem społecznym. Poprowadzą pracę projektową w dziedzinie włączenia społecznego na każdym etapie projektu.

[www.iskenderun.org.tr](http://www.iskenderun.org.tr)

### **Państwowy Instytut Zdrowia Varazdinska (Chorwacja)**

Odpowiedzialni za promocję zdrowia, poprawę dobrobytu oraz zapobieganie chorobom wśród 200,000 mieszkańców regionu Varazdin. Wprowadzają interesujące inicjatywy ("Mały i zdrowy", „Spacerem do zdrowia"). Poprowadzą temat „Zdrowe Społeczności”.

[www.zzzzzv.hr](http://www.zzzzzv.hr)

#### *Więcej informacji o projekcie:*

- <https://www.facebook.com/StrongerParents/>

- [www.spahco.eu](http://www.spahco.eu)





Ten projekt został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej.  
Projekt lub publikacja odzwierciedlają jedynie stanowisko ich autora i Komisja Europejska nieponosi odpowiedzialności za umieszczoną w nich zawartość merytoryczną.

Project's code: 2016-1-ES01-KA204-025099