

**Projekt „AKADEMIA ZDROWEJ RODZINY”**

**nr RPWM.11.02.03-28-0013/18**

**realizowany przez Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sorkwitach.**

**Projekt realizowany zgodnie z zasadą równości szans i niedyskryminacji,**

**w tym dostępności dla osób z niepełnosprawnościami**

**oraz zasadą równości szans kobiet i mężczyzn**

W ramach realizacji projektu Uczestnicy wzięli udział w 80 godzinach zajęć w ramach samopomocowej „Grupy wsparcia”, której celem była wymiana doświadczeń i wspólne budowanie rozwiązań dotyczących dysfunkcji działania rodziny. Zajęcia prowadził terapeuta specjalizujący się w dziedzinie wzmacniania jakości funkcjonowania rodzin.

**Tematyka pracy Grupy wsparcia obejmowała :**

* wymianę doświadczeń oraz wspólne poszukiwanie rozwiązań w obszarze wypełniania funkcji rodzicielskich i opiekuńczych
* wzajemną pomoc w rozwiązywaniu wspólnych problemów osób o podobnych doświadczeniach życiowych
* naukę definiowania i radzenia sobie z problemami w zakresie przemocy i uzależnień
* wzmocnienie więzi społecznych
* dodawanie sobie odwagi przy dochodzeniu swoich praw
* odrzucanie izolacji społecznych
* odbudowę motywacji oraz wiary we własne siły

Uczestnicy projektu otrzymali bezpłatne materiały szkoleniowe, poradniki książkowe oraz korzystali z usług cateringowych.

W wyniku realizacji działania Uczestnicy projektu podnieśli jakość funkcjonowania rodzin poprzez nabycie wiedzy i umiejętności z zakresu dobrego radzenia sobie z problemami osobistymi, społecznymi i rodzinnymi.

Uczestnikom projektu życzymy sukcesów w życiu rodzinnym, społecznym i zawodowym oraz zapraszamy do dalszego korzystania z usług wspierania rodziny, które świadczone będą w Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Sorkwitach po zakończeniu realizacji projektu.