

## **Baba-Mama klub tematika**

### 1. A tevékenység megnevezése: Baba- mama klub

helyszíne: Művelődési Ház, 7751 Szederkény, Rákóczi u. 12.

### 2. A tevékenység céljának, a fejleszteni kívánt készségek leírása:

A pozitív beállítódásoknak, magatartásoknak és szokásoknak a kialakulását segíteni, amelyek az egyén egészségi állapotát hosszú távon javítják és meghatározzák. Felkészíteni a résztvevőket arra, hogy legyenek képesek életmódjukra vonatkozóan helyes döntéseket hozni, egészséges életvitelt kialakítani, konfliktusokat megoldani, stressz helyzetet kezelni. A tevékenységek célja a csoporttagok aktivitására épülő problémafeltárás és annak rövid és hosszú távú kezelése.

### 3. A célcsoport leírása:

létszám: kb. 10-15 család

általános jellemzők:

- átlagos életkor: 20-40 év közötti felnőtt + gyermekeik
- érdeklődés: családi élet, gyereknevelés, egészséges életmód, betegség megelőzés, szűrővizsgálatok

### 4. A tervezett alkalmak száma: 10 alkalom

A tevékenység időtartama: 14.30-16:00-ig alkalmanként

### 5. A tevékenység munkaerőigénye:

- megvalósítók létszáma: 1 fő csoportvezető (Barkovics Katalin, területi védőnő)
- képzés: felsőfokú, főiskolai diploma

### 6. A tevékenység módszertanának leírása:

- előadások
- csoportos megbeszélések, vita
- bemutatás
- interaktív módszerek, szituációs játékok

7. A tevékenység eszközigényének leírása:

Tárgyi feltételek: -

8. A tervezett tevékenység időbeni bontása (az egyes alkalmak leírása: érintett témák):

1. alkalom: Ismerkedjünk meg önmagunkkal – játékos önismeret
2. alkalom: Család, mint a társadalom legalapvetőbb egysége és annak működése
3. alkalom: Családi szerepek Nagyszülő – szülő – gyermek
4. alkalom: Féltékeny apák
5. alkalom: Napirend, rituálék hatása a gyermek közérzetére, viselkedésére
6. alkalom: Testvér születik, testvérféltékenység
7. alkalom: Dackorszak, problémakezelés a dacos korszakokban
8. alkalom: Háztartási balesetek, azok megelőzésének lehetőségei
9. alkalom: Gyermek a közösségben – kapcsolatteremtés s barátság
10. alkalom: Határok a családban Én – Te - Mi

9. A tevékenység kimenete (a teljesítés követelményeinek leírása):

Az alkalmak 80%-án való részvétel. Korszerű ismeretek átadása, melyek tudatában a résztvevők megfelelő készségeket és jártasságokat szerezzenek egészségük megőrzésére és védelmére.

10. A tevékenység sikeres megvalósításával elérni kívánt eredmények leírása:

- Olyan szellem kialakítása, amely tudatos egészségmegőrző és fejlesztő magatartásra ösztönöz, amelynek során fokozatosan kontrollt nyernek saját életük, egészségi állapotuk felett.
- Boldog, boldogságra képes emberek nevelése.

Szederkény, 2013. szeptember 18.

.....  
készítette: Barkovics Katalin  
területi védőnő