



2019

**Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju i Pomocy
Q Zmianom**

sprawozdanie merytoryczne



Spis treści

I. INFORMACJE PODSTAWOWE	4
Władze	4
Finanse.....	4
II. PODSUMOWANIE DZIAŁAŃ	5
Działalność w roku sprawozdawczym	5
Personel Stowarzyszenia.....	5
Doskonalenie zawodowe pracowników i wolontariuszy.....	5
Odbiorcy działań Stowarzyszenia	6
Obszar działania Stowarzyszenia w 2019 roku	6
Partnerzy Stowarzyszenia w 2019 roku.....	7
III. DZIAŁALNOŚĆ PROJEKTOWA	8
ROZWIJANIE KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH	10
EFEKTYWNE UCZENIE SIĘ I ZWIĘKSZANIE SZANS NA RYNKU PRACY	12
IV. DZIAŁALNOŚĆ POZAPROJEKTOWA	13
DZIAŁANIA REALIZOWANE W RAMACH DZIAŁALNOŚCI POZAPROJEKTOWEJ	13
DZIAŁANIA REALIZOWANE NA WILEŃSKIEJ 13.....	13

Szanowni Państwo,

z przyjemnością przedstawiamy Państwu sprawozdanie merytoryczne opisujące działania zrealizowane w 2019 roku przez Stowarzyszenie na rzecz Rozwoju i Pomocy Q Zmianom. To był pracowity rok, który przysporzył nam dużo zadowolenia i satysfakcji z podejmowanych działań.

W tym roku działalność projektowa Stowarzyszenia koncentrowała się intensywnie wokół konsorcjum Nowa BAZA realizowanego na obszarach rewitalizowanych w ramach Lokalnych Systemów Wsparcia. Stowarzyszenie ma przyjemność od 2018 roku pełnić rolę Lidera projektu oraz realizować szereg działań wspierających dzieci i młodzież w wieku 6-18 lat w rozwoju edukacyjnym i społeczno-emocjonalnym.

Rok 2019 przyniósł również zakończenie projektu, w którym Stowarzyszenie Q Zmianom pełniło rolę partnera, „Inkubator PSI – Modele kompetencyjne studenta psychologii”, w którym trenerzy Stowarzyszenia prowadzili zajęcia rozwijające kompetencje trenerskie wśród studentów psychologii Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie.

W 2019 roku kontynuowaliśmy współpracę z Biurem Edukacji m.st. Warszawy i realizowaliśmy we współpracy z tym biurem łącznie 5 projektów wspierających kompetencje kluczowe dzieci, młodzieży i dorosłych – „Oswoić Konflikt!”, „Szkoła z Dobrym Klimatem”, „Ja – Młody Obywatel”, „Uczyć się, ale z Pasją!” (projekty zakończą się w roku 2019), a także „Wakacje z Q Zmianom”, które były ofertą uzupełniającą Warszawską Akcją Lato w Mieście. Reaktywowaliśmy projekt „Kibicujemy Wileńskiej 13”, w którym wspólnie z Fundacją Legii wspieraliśmy rozwój wspólnoty sąsiedzkiej przy ul. Wileńskiej 13.

Oprócz działalności projektowej, prowadziliśmy intensywne działania poza projektowe, których ważnym elementem był rozwój programu psychoterapeutycznego „Ktoś Cię Słyszy...”. Dzięki wsparciu Fundacji Legii kontynuowaliśmy Szkołę Językową, w ramach której realizowaliśmy zajęcia z języka angielskiego oraz hiszpańskiego dla młodzieży a także wyjazd językowy do Londynu.

Zapraszamy do zapoznania się ze sprawozdaniem z naszych działań!

Zespół Stowarzyszenia Q Zmianom

I. INFORMACJE PODSTAWOWE

Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju i Pomocy Q Zmianom zostało wpisane do Krajowego Rejestru Sądowego pod nr KRS 0000211297, postanowieniem Sądu Rejonowego dla m.st. Warszawy dnia 25.06.2004 roku. Nr REGON 015791731. Siedziba Stowarzyszenia mieści się w Warszawie (03-409) przy ul. Wileńskiej 13, lokal 41.

Statutowe działania Stowarzyszenia

ochrona i promocja zdrowia

pomoc społeczna, w tym pomoc rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywanie szans tych rodzin i osób

przeciwdziałanie patologiom społecznym

działanie na rzecz osób niepełnosprawnych

edukacja i wychowanie oraz oświata

promocja zatrudnienia i aktywizacja zawodowa osób pozostających bez pracy i zagrożonych zwolnieniem z pracy

działalność na rzecz rozwoju osobistego i jakości życia

działalność wspomagająca rozwój gospodarczy,
w tym rozwój przedsiębiorczości

działalność charytatywna

Władze

Od lutego 2019 roku Zarząd Stowarzyszenia tworzyły:

- 🕒 Emilia Grabowska – Prezes
- 🕒 Olga Wieczorek-Trzeciak – Wiceprezes
- 🕒 Barbara Pietrzak – Skarbnik
- 🕒 Marta Patej – Sekretarz
- 🕒 Dorota Cieślik – Członek Zarządu.

Członkinie władz Stowarzyszenia nie otrzymali wynagrodzeń pieniężnych za pracę wykonywaną z tytułu pełnienia funkcji w Zarządzie.

Finanse

Informacja finansowa stanowi oddzielne sprawozdanie. Stowarzyszenie nie prowadziło działalności gospodarczej w 2019 roku.

II. PODSUMOWANIE DZIAŁAŃ

Działalność w roku sprawozdawczym

W 2019 roku Stowarzyszenie prowadziło odpłatnie i nieodpłatnie działalność statutową. Nieodpłatnie prowadziliśmy w szczególności:

działania popularyzujące alternatywne wobec patologii społecznych, pozytywne formy aktywności

działania integrujące członków Stowarzyszenia poprzez aktywną działalność kulturalną, rekreacyjną i towarzyską

szkolenia, warsztaty, treningi, seminaria, konferencje

szkolenia członków Stowarzyszenia

indywidualne formy terapii, pomocy i edukacji psychologicznej dla młodzieży i dorosłych

przygotowywanie i opracowanie materiałów edukacyjnych lub szkoleniowych

Odpłatnie natomiast Stowarzyszenie prowadziło warsztaty psychoedukacyjne.

Personel Stowarzyszenia

W 2019 roku Stowarzyszenie współpracowało z ok 194 osobami. W głównej mierze byli to specjaliści zatrudniani na podstawie umów cywilnoprawnych (166 osób), umów

o pracę (7 osób), a także osoby pracujące w ramach własnej działalności (3 osoby), 2 stażystów oraz 16 wolontariuszy.

Doskonalenie zawodowe pracowników i wolontariuszy

Zespół koordynatorów projektów i trenerów Stowarzyszenia uczestniczył w superwizji. Ponadto pracownicy i wolontariusze Stowarzyszenia doskonalili swoje kompetencje uczestnicząc w kursach, szkoleniach i warsztatach.

Zespół Stowarzyszenia uczestniczył w następujących szkoleniach:

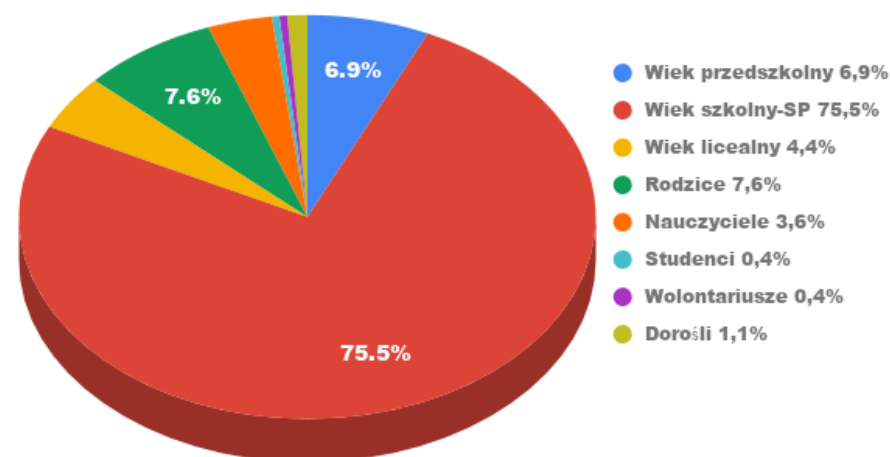
- 🌀 "PR i promowanie akcji społecznych w organizacjach pozarządowych"
Celem szkolenia było zwiększenie efektywności promowania prowadzonych przez Stowarzyszenie działań.
- 🌀 „Aktion Learning” Celem szkolenia było poznanie metody wzmacniającej realizację zaplanowanych działań przy wsparciu zespołu.
- 🌀 "Interwencja w sytuacji przemocy rówieśniczej w tym cyberprzemocy"
- 🌀 „Neurodydaktyka” Celem szkolenia było zapoznanie się z najnowszą wiedzą na temat funkcjonowania mózgu i tego jak można wspierać uczenie się
- 🌀 Wypalenie i regeneracja w pracy z lokalną społecznością – warsztat profilaktyczny
- 🌀 Mindfulness w pracy z dziećmi – trening uważności

Walne Zebrania Członków

W 2019 roku odbyły się dwa Walne Zebranie Członków.

26.02.19 odbyło się Walne Zebranie Wyborcze na którym wybrano nowy Zarząd Stowarzyszenia oraz przyjęto nowy statut.

18.06.19 odbyło się Zebranie Sprawozdawcze i odbyło się 20.06.2018r. W jego trakcie: zaprezentowano działania Stowarzyszenia w 2018 roku, zatwierdzono sprawozdanie finansowe i merytoryczne za 2018 rok.



Odbiorcy działań Stowarzyszenia

Od początku działalności Stowarzyszenie Q Zmianom dotarło ze swoimi programami do **30 711 dzieci, młodzieży i dorosłych**, a tylko w roku 2019 do **4 793 osób**.

Obszar działania Stowarzyszenia w 2019 roku

W 2019 roku prowadziliśmy działania na terenie województwa mazowieckiego, odbyły się one w:

- 📍 siedzibie Stowarzyszenia Q Zmianom,
- 📍 4 warszawskich przedszkolach,
- 📍 36 warszawskich szkołach podstawowych,
- 📍 4 szkołach ponadgimnazjalnych,
- 📍 1 Uniwersytecie,
- 📍 12 warszawskich świetlicach i placówkach wsparcia dziennego.

Partnerzy Stowarzyszenia w 2019 roku

- 🕒 Miasto Stołeczne Warszawa,
- 🕒 Instytut Psychologii Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego,
- 🕒 Wydział Nauk Pedagogicznych Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego,
- 🕒 Ośrodek Pomocy Społecznej w Dzielnicy Praga Północ,
- 🕒 Zakład Gospodarowania Nieruchomościami Warszawa Praga Północ,
- 🕒 Fundacja Legii,
- 🕒 Fundacja Twoja Pasja,
- 🕒 Stowarzyszenie Mierz Wysoko
- 🕒 Centrum Wspierania Rodzin,
- 🕒 Studio Oficyna,
- 🕒 Punkt 77,

Partnerzy współtworzący konsorcja wraz ze Stowarzyszeniem w 2019 roku:

- 🕒 Stowarzyszenie dla Rodzin,
- 🕒 Stowarzyszenie Katolicki Ruch Antynarkotyczny KARAN,
- 🕒 Kościół Armii Zbawienia w Rzeczypospolitej Polskiej,
- 🕒 Stowarzyszenie Grupa Pedagogiki i Animacji Społecznej Praga Północ – GPAS,
- 🕒 Klub Alternatywny Caritas,
- 🕒 Zarząd Mazowieckiego Oddziału Wojewódzkiego Towarzystwa Przyjaciół Dzieci,

W 2019 roku Stowarzyszenie Q Zmianom było członkiem:

- 🕒 Komisji Dialogu Społecznego ds. Edukacji,

- 🕒 Komisji Dialogu Społecznego ds. LSW i PWD,
- 🕒 Dzielnicowej Komisji Dialogu Społecznego Dzielnicy Pragi Północ,
- 🕒 Sieci Pozarządowych Instytucji Rynku Pracy,
- 🕒 Spółdzielni Kooperatywy Pozarządowej,
- 🕒 Forum Organizacji Praskich.

Poniżej przedstawiamy wybrane działania promocyjne zrealizowane w 2019 roku:

Kalejdoskop Edukacyjny – Warszawski Kalejdoskop Edukacyjny to wspólne przedsięwzięcie stołecznego Biura Edukacji i Branżowej Komisji Dialogu Społecznego ds. Edukacji. Odbyło się we wrześniu 2019 roku na Podzamczu, przy Fontannach. Celem wydarzenia była promocja działań warszawskich organizacji pozarządowych działających w obszarze edukacji oraz zwiększenie świadomości wśród mieszkańców i władz znaczenia prowadzonych przez NGO programów.

Piknik „Dzień Dziecka na Legii” – w czerwcu 2019 roku w ramach Święta Łazienkowskiej na stadionie Legii Warszawa odbył się piknik „Dzień Dziecka na Legii”. Było to wydarzenie kierowane do całych rodzin i przewidywało takie atrakcje jak.: szkółki piłkarskie, warsztaty, animacje czy loteria charytatywna. Stowarzyszenie również miało swoje stanowisko animacyjne na tym wydarzeniu, prowadzone przez pracowników i wolontariuszy.

Baza Kompetencji – w grudniu 2019 w ramach projektu Nowa Baza zostało zorganizowane seminarium. Adresowane było ono do kilku grup odbiorców: pracowników placówek wsparcia dziennego i innych organizacji pozarządowych oraz instytucji pracujących na terenie Pragi-Północ, nauczycieli ze szkół, osób pracujących z dziećmi i rodziną oraz urzędników. Głównym celem seminarium było stworzenie przestrzeni do dialogu pomiędzy instytucjami działającymi na terenie dzielnicy oraz przestrzeni do wymiany doświadczeń i dobrych praktyk.

Minikonferencja Młodych Obywateli – uroczyste podsumowanie i finał projektu „Ja – Młody Obywatel”. Konferencja odbyła się w prestiżowej sali SkyBox na Stadionie Miejskim Legii Warszawa, dzięki uprzejmości Fundacji Legii.

Program Minikonferencji obejmował prezentację projektu i osiągniętych rezultatów, wystąpienie uczniów i prezentacja miniprojektów, prezentację filmu z realizacji miniprojektów, poczęstunek, debatę obywatelską z widownią, wręczenie nagród, podziękowania.

III. DZIAŁALNOŚĆ PROJEKTOWA

W 2019 roku Stowarzyszenie realizowało projekty edukacyjne i społeczne w następujących obszarach tematycznych:

**Rewitalizacja
społeczna i animacja
czasu wolnego**

**Efektywność uczenia
się i zwiększanie
szans na Rynku Pracy**

Rozwijanie kompetencji społecznych

W 2019 roku Stowarzyszenie Q Zmianom aktywnie działało w Lokalnych Systemach Wsparcia. We współpracy z praskimi organizacjami pozarządowymi i instytucjami, Stowarzyszenie realizowało jeden projekt konsorcjalny. Ponadto Stowarzyszenie realizowało projekt wspierający wspólnotę sąsiedzką.

Nowa BAZA

Cel: Wyrównywanie szans edukacyjnych i społecznych dzieci i młodzieży z terenu Dzielnicy Praga Północ w wieku 6-18 lat oraz zwiększanie kompetencji opiekuńczo wychowawczych ich rodzin.

Idea projektu: Łączymy siły! 7 szkół i 7 organizacji pozarządowych działających wspólnie na rzecz dzieci i młodzieży z Pragi Północ

Główne działania po stronie Stowarzyszenia Q Zmianom:

- 🌀 Zarządzanie wszystkimi działaniami projektowymi, oraz działania promocyjne,
- 🌀 Zaplanowanie i prowadzenie Warsztatów Efektywnego Uczenia się; Warsztatów Kompetencji Społecznych, Praskiej Szkoły Językowej, Akademii Rozwoju Pasji, fakultetów edukacyjnych i wsparcia specjalistycznego;
- 🌀 Prowadzenie indywidualnego wsparcia edukacyjnego (tzw. korepetycje),
- 🌀 Zorganizowanie Seminarium Baza Kompetencji.

Współfinansowanie: Biuro Pomocy i Projektów Społecznych m.st. Warszawa

Kibicujemy Wileńskiej 13

Cele: budowanie warunków do tworzenia i wzmocnienia więzi pomiędzy mieszkańcami na podwórku przy Wileńskiej 13.

Idea projektu: Równie ważne jak remonty i budowy, jest budowanie wspólnoty, odpowiedzialności za wspólną przestrzeń i zaufania do siebie nawzajem.

Przebieg projektu:

Wzmocnienie wspólnoty mieszkańców z kamienicy przy ul. Wileńskiej 13, realizowano poprzez

- 🌀 regularne spotkania społeczności, dedykowane wszystkim mieszkańcom, zarówno na terenie podwórka i kamienicy, jak i poza terenem Wileńskiej 13,
- 🌀 animacje dedykowane dzieciom, rozwijające zainteresowania, a także wzmocniające znajomość najbliższej okolicy
- 🌀 działania sąsiedzkie wspierające współdziałanie, realizowane na podstawie bieżących potrzeb, wzmocniające inicjatywę i zaangażowanie we wspólne sprawy

Współfinansowanie: Centrum Komunikacji Społecznej m.st. Warszawa

ROZWIJANIE KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH

Rozwijanie kompetencji społecznych dzieci, młodzieży i osób dorosłych, to jeden z głównych obszarów działalności Stowarzyszenia Q Zmianom. Zespół psychologów i trenerów Stowarzyszenia od 2004 roku tworzy programy psychoedukacyjne nakierowane na rozwijanie właśnie kompetencji społecznych: komunikacji bez przemocy, współpracy, rozwiązywania konfliktów, budowania dobrego klimatu w szkole, radzenia sobie z emocjami. W 2019 roku Stowarzyszenie zakończyło bądź rozpoczęło aż 6 projektów rozwijających kompetencje społeczne, których odbiorcami były: dzieci w wieku przedszkolnym, uczniowie i uczennice szkoły podstawowej, a także rodzice i nauczyciele.

Oswoić Konflikt!

Cel: zrealizowanie programu psychoedukacyjnego „Konflikt – jak go oswoić?” rozwijającego kompetencje emocjonalno-społeczne, które sprzyjają rozwiązywaniu konfliktów bez przemocy i zwiększają bezpieczeństwo w danej placówce.

W roku 2019 realizowane były dwa projekty oparte o ten program edukacyjny.

Idea projektu: Konflikt jest naturalnym elementem bycia z innymi. Może prowadzić do porozumienia i bliskości, jeśli tylko nauczymy się go oswajać i rozwiązywać.

Najważniejsze rezultaty:

- 🌀 wzrost umiejętności rozpoznawania, nazywania i konstruktywnego wyrażania emocji wśród przedszkolaków, uczniów i uczennic,

- 🌀 zwiększenie umiejętności współpracy w klasie lub w grupie przedszkolnej wśród przedszkolaków, uczniów i uczennic klas I-III i IV-VI SP,
- 🌀 wzrost wiedzy na temat pozytywnej komunikacji (wg koncepcji Rosenberga) wśród przedszkolaków, uczniów i uczennic klas,
- 🌀 wzrost poczucia bezpieczeństwa w klasie lub w grupie wśród przedszkolaków, uczniów i uczennic klas,
- 🌀 zwiększenie umiejętności konstruktywnego rozwiązywania konfliktów wśród uczniów i uczennic klas IV-VI SP,
- 🌀 wzrost wiedzy rodziców na temat konstruktywnych sposobów wyrażania emocji przez ich dzieci.

Współfinansowanie: Biuro Edukacji m.st. Warszawa

Szkoła z Dobrym Klimatem

Cel: zwiększenie poczucia bezpieczeństwa wśród uczniów szkół gimnazjalnych uczestniczących w projekcie rozumianego jako dbanie o dobry klimat w szkole, przeciwdziałanie wykluczeniu oraz wzmocnienie kompetencji społecznych, w tym pracy zespołowej i otwartej komunikacji.

W roku 2019 realizowane były dwa projekty oparte o ten program edukacyjny.

Idea projektu: Dbanie o dobry klimat w szkole jest fundamentem na którym można budować dobrą współpracę, komunikację.

Najważniejsze rezultaty:

- ⚙️ wzrost stopnia integracji wśród uczniów uczestniczących w projekcie,
- ⚙️ wzrost wiedzy i umiejętności uczniów i uczennic w zakresie otwartej komunikacji sprzyjającej konstruktywnemu rozwiązywaniu konfliktów,
- ⚙️ wzrost wiedzy i umiejętności z zakresu reagowania w sytuacjach związanych z cyberprzemocą.

Współfinansowanie: Biuro Edukacji m.st. Warszawa

Ja – Młody Obywatel

Cel: rozwój postaw obywatelskich i zwiększenie zaangażowania uczestników projektu w życie publiczne, na terenie miasta Warszawy.

W roku 2019 realizowane były dwa projekty oparte o ten program edukacyjny.

Idea projektu: Każdy z nas może zmienić świat wokół siebie.

Najważniejsze rezultaty:

- ⚙️ Zwiększenie wiedzy i świadomości uczniów i uczennic na temat społeczeństwa obywatelskiego, praw i obowiązków obywatela,
- ⚙️ Rozwój motywacji i gotowości do działania na rzecz społeczności lokalnych u dzieci i nauczycieli uczestniczących w projekcie,
- ⚙️ Rozwój kompetencji społecznych – umiejętności współpracy, akceptacji, empatii i wzajemnego zaufania u uczniów i uczennic uczestniczących w projekcie,

- ⚙️ Pogłębienie integracji i promowanie postawy otwartości u uczestników projektu w trakcie wspólnego twórczego działania,
- ⚙️ Zwiększenie wiedzy o możliwościach realizacji projektów obywatelskich i inicjatyw lokalnych u uczestników projektu,
- ⚙️ Zwiększenie wiedzy i umiejętności dzieci i nauczycieli z zakresu pracy metodą projektu.

Współfinansowanie: Biuro Edukacji m.st. Warszawa

EFEKTYWNE UCZENIE SIĘ I ZWIĘKSZANIE SZANS NA RYNKU PRACY

2019 roku Stowarzyszenie kontynuowało współpracę z Uniwersytetem Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie przy realizacji projektu edukacyjnego dla studentów psychologii. Jednocześnie Stowarzyszenie reaktywowało projekt „Uczyć się, ale z Pasją!” i skierował go do warszawskich licealistów.

Inkubator PSI – Modele Kompetencyjne Studenta

Psychologii

Cele: podniesienie kwalifikacji zawodowych niezbędnych na rynku pracy studentów psychologii Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie

Najważniejsze rezultaty:

- 🌀 zdobycie kwalifikacji oraz wiedzy, umiejętności i kompetencji interpersonalnych przez studentów psychologii, które nie są realizowane w ramach programu studiów na kierunku psychologii, a wynikają z potrzeb pracodawców i rynku pracy.
- 🌀 rozwinięcie warsztatu trenerskiego studentów, w szczególności poprzez warsztaty z zakresu pracy z grupą, technik szkoleniowych i warsztatowych, trudnych sytuacji w pracy trenera.
- 🌀 rozwinięcie kompetencji społecznych: komunikacji, asertywności, współpracy, radzenia sobie ze stresem, w szczególności poprzez warsztaty i treningi z zakresu komunikacji interpersonalnej, asertywności, trening interpersonalny.

Współfinansowanie: w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój na lata 2014-2020

Uczyć się, ale z Pasją!

Cel: rozwinięcie kompetencji poznawczych oraz zainteresowań naukowych wśród 160 uczniów i uczennic szkół ponadpodstawowych w Warszawie.

W 2019 roku realizowano 2 edycje projektu.

Najważniejsze rezultaty:

- 🌀 Zwiększenie umiejętności uczenia się, ciekawości poznawczej i umiejętności poznawczych młodzieży,
- 🌀 Rozwinięcie kompetencji społecznych młodzieży,
- 🌀 Zwiększenie umiejętności pracy metodą projektową.

Współfinansowanie: Biuro Edukacji m.st. Warszawa

IV. DZIAŁALNOŚĆ POZAPROJEKTOWA

DZIAŁANIA REALIZOWANE W RAMACH DZIAŁALNOŚCI POZAPROJEKTOWEJ

Prowadziliśmy szereg warsztatów i zajęć dla dzieci, młodzieży oraz dorosłych na zlecenie poszczególnych instytucji. Były to m.in.:

- 🕒 trening poznawczy metodą IE R. Feuersteina – 1 osoba dorosła,
- 🕒 warsztaty "Oswoić Konflikt!" – dla 45 dzieci ze szkoły podstawowej.

DZIAŁANIA REALIZOWANE NA WILEŃSKIEJ 13

Program psychoterapeutyczny: „Ktoś Cię słyszy...” – program realizowany jest przez Stowarzyszenie od 2011 roku w odpowiedzi na potrzebę zapewnienia profesjonalnego i wykwalifikowanego wsparcia psychologicznego osobom, które: znalazły się w kryzysie życiowym (np. utraciły bliską osobę, nie mają pracy, przeżywają rozpad związku), mają trudność w budowaniu trwałych i bliskich relacji, czują się samotne, cierpią na depresję, zaburzenia osobowości, zaburzenia lękowe i obsesyjno-kompulsywne, zaburzenia odżywiania, syndrom DDA i DDD, nie akceptują siebie i swojej przeszłości, mają trudności z kontrolą własnych emocji i zachowania. Działania w ramach „Ktoś Cię słyszy...” skierowane zostały przede wszystkim do osób, które

potrzebują wsparcia terapeutów, lecz nie mają możliwości finansowych, by korzystać z oferty terapii komercyjnej. Bezpośrednimi odbiorcami programu „Ktoś Cię słyszy...” są więc osoby po 18 roku życia, znajdujące się w trudnej sytuacji materialnej i życiowej, ze wszystkich grup społecznych i zawodowych. W 2018 roku w programie uczestniczyło ponad 40 osób, które korzystały z terapii prowadzonej w 3 nurtach (humanistycznym, poznawczo-behawioralnym i psychodynamicznym), konsultacji psychologicznych i poradnictwa. Łącznie w 2019 roku odbyło się ponad 400 godzin terapii i konsultacji prowadzonych przez zespół 6 terapeutów i terapeutów-stażystów. Zespół terapeutów Stowarzyszenia regularnie uczestniczył w grupowych superwizjach prowadzonych przez zewnętrznego specjalistę z Ośrodka Pomocy i Edukacji Psychologicznej INTRA.

Szkoła Językowa

W 2019 roku dzięki współpracy z Fundacją Legii w biurze Stowarzyszenia w ciągu roku szkolnego odbywały się zajęcia z języka angielskiego i języka hiszpańskiego. W zajęciach uczestniczyły 32 osoby. Uczniowie pochodzili ze szkół i placówek znajdujących się na terenie Pragi Północ (Stowarzyszenie Otwarte Drzwi, Karan, Stowarzyszenie dla Rodzin, Towarzystwo Przyjaciół Dzieci, SP 50, SP 127, SP 30, Fundacja Twoja Pasja).

Głównym celem zajęć było wyrównywanie szans edukacyjnych naszych podopiecznych, poprzez zwiększenie ich kompetencji językowych. Program nauczania został stworzony specjalnie na potrzeby uczniów. Szczególny nacisk kładziono na nabywanie zdolności komunikacyjnych (czytanie, pisanie, mówienie, rozumienie ze słuchu), a także wzmacnianie wrażliwości interkulturowej (zagadnienia kulturowe). Zajęcia przebiegały w ramach bloków tematycznych, integrujących pracę nad konkretnym słownictwem,

niezbędnymi strukturami gramatycznymi oraz sprawnościami językowymi. Całość urozmaicona była grami i zabawami edukacyjnymi, zapewniającymi szybkie i przyjemne zdobywanie i przyswajanie wiedzy.

W ramach szkoły językowej w lipcu 2018 został zorganizowany wyjazd do Londynu na 6 dni.



**Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju i Pomocy
Q Zmianom**

ul. Wileńska 13, lok. 41
03-409 Warszawa

www.qzmianom.org

