SPRAWOZDANIE

z projektu **„Smakuj życie w każdym wieku bez alkoholu”**

z wykorzystania dofinansowania w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki

i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Kołobrzegu w roku 2016

Projekt był adresowany do wychowanków internatu Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego „Okruszek” i odbył się we współpracy z Seniorami z Uniwersytetu III

w Wieku w Kołobrzegu. Wszystkie cele i zakładane rezultaty zostały osiągnięte na miarę możliwości wychowanków, a dotyczyły:

* ochrony wychowanków przed zażywaniem alkoholu,
* dostarczenia podstawowych wiadomości o niebezpieczeństwach związanych

z uzależnieniem od alkoholu,

* wypracowania umiejętności odmawiania, podejmowania decyzji i dokonywania właściwych wyborów,
* kształtowania poczucia odpowiedzialności za siebie i innych,
* wzmacniania samooceny i budowania poczucia własnej wartości,
* promowania zdrowego stylu życia i postaw asertywnych w walce z alkoholem,
* kształtowania nawyków kulturalnego zachowania się w miejscach publicznych,
* kreowania optymalnych wzorców spędzania czasu wolnego.

Poprzez realizację siedmiu etapów projektu „Smakuj życie w każdym wieku bez alkoholu” wychowankowie z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim i umiarkowanym nabyli, na miarę swoich możliwości, następujące umiejętności:

* wypowiadania się na temat zasad zdrowego stylu życia,
* przedstawiania informacji dotyczących uzależnień i profilaktyki,
* motywowania siebie do dbania o własne zdrowie,
* dokonywania świadomego wyboru życia wolnego od uzależnień,
* mówienia NIE alkoholowi,
* sprawiania przyjemności nie tylko sobie, ale też innym (laurka dla mamy, taty),
* zdrowego i kreatywnego spędzania czas wolny.

W ramach projektu zrealizowano siedem etapów, czyli:

* zajęcia profilaktyczne „Życie bez alkoholu smakuje lepiej”- prezentacja multimedialna,
* dwukrotne warsztaty lepienia w glinie w Pracowni ceramiki unikatowej

w Kołobrzegu (lepienie różnorodnych form i późniejsze malowanie już wypalonych wytworów glinianych),

* „Neurobik, czyli fitness umysłu” - czas na gry zręcznościowe oraz wspólne

z seniorami układanie puzzli,

* „Coś dla ciała – zumba dla każdego”, czyli warsztaty zumby dla najmłodszych

i troszeczkę starszych,

* „Wspólne święto: matek, ojców i dzieci”, czyli warsztaty rękodzieła bez względu na wiek,
* piknik z grillem i podsumowanie projektu.

Osoba odpowiedzialna za realizację projektu : Elżbieta Wolska-Grębosz