

## **Baba-Mama klub tematika**

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

helyszíne: Védőnői Klubszoba, 7757 Babarc, Béke u. 48.

### **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 (Schleer Ágnes, 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.

Babarc, 2013. november 22.

készítette: Schleer Ágnes  
területi védőnő