

A Váltó-sáv Alapítvány BEVÁLTÓ elnevezésű programja elnyerte az ajánlott egészségfejlesztési program címet (2020. 06. 25.)

A Nemzeti Népegészségügyi Központ Országos Tisztiorvosa (Dr. Müller Cecília) által ajánlott szervezetünk egészségfejlesztési programja.

Tanúsítvány száma: 9/2020.

A tanúsítvány érvényes: 2022. 06. 25.

A program célcsoportja

Célcsoport: tinédzser fiatalok (14-25 évesek), vegyes neműek. Jellemző erre a korosztályra:

- önismereti kérdések fokozottabban jelentkeznek
- kortárskapcsolatok szerepe megnő
- kockázatkereső magatartás
- határok próbálgatása
- felnőttek való ellentmondásos viszony
- biztonságos felnőttkapcsolatok hiánya (vagy így élik meg)
- gyakran nehezen fejezik ki érzéseiket, érzelmeiket, szükségleteiket; bizonytalanok
- extra (plusz) segítséget, támogatást és odafigyelést igényelnek az élet különböző (egy vagy több területén)
- jellemzőek az érzelmi szélsőségek
- úgy érzik, nem értik meg őket, a világ ellenük van
- megkérdőjeleződik a többségi társadalom érték- és normarendszere
- megkérdőjeleződhetnek a "hagyományos" értékek
- vágynak a megértésre, szeretetre, elfogadásra
- veszélyeztetettek a függőségekre
- veszélyeztetettek egészségromboló magatartásformákra.

A program célja

Hosszú távú célok: az egészség mint érték megjelenése, az egyén optimális önmegvalósítása támogatása; biztosítani a dinamikus kölcsönhatást a fizikai, pszichológiai, biológiai és társadalmi környezettel; az egyéni akadályozottság minimalizálása és az esélyegyenlőség megvalósulása.

Összességében egészségtudatos, szociális kapcsolatokkal rendelkező, környezeti kontextusban magát elhelyezni képes fiatalok erősítése, értékrendek fejlesztése, tudatosság növelése. Szemléletformálás, érzékenyítés.

A program elsődleges, rövid távú célja: iskolai szintéren való koncepciózus és strukturált programmegjelenés segítő szakemberekkel. Együttműködés pedagógusokkal, szülőkkel és a közösség tagjaival, szignifikáns személyeivel. Hiteles és a felelősséget több szegmensen erősítő interaktív lebonyolítás megvalósítása.

Önismeret, önértékelés, erőforrás menedzsment, empowerment, kommunikációs készség fejlesztése, transzverzális kompetenciák bővítése, a szolidaritás és egymás segítségének és támogatásának mint érték megjelenése. Lelki egyensúly kialakítása és megőrzése, mentálhigiénés támogatás.

A program ütemezése

I. 6-7. Szülő és pedagógus tájékoztatók – 1-1 alkalom, 90-90 perc

II. 1-5. Diákoknak

1) **BEVÁLTÓ - EGÉSZSÉG** (2x45 perc)

2) **BEVÁLTÓ - ÉN, TE, Ő** (2x45 perc)

3) **BEVÁLTÓ - SZENVEDÉLYEK VIHARÁBAN** (2x45 perc)

4) **BEVÁLTÓ - KAPCSOLATOK** (2x45 perc)

5) **BEVÁLTÓ - ELFOGADÁS, SEGÍTSÉG, SZOLIDARITÁS** (2x45 perc)

9. Egy tanéven keresztül havi egy alkalommal meghatározott időpontban való iskolai szintéren való elérhetőség biztosítása - proaktív segítő (10 hónap, összesen 10 alkalom; 2 óra jelenlét - az alkalmazók számára - diák, pedagógus - szükség szerint bontásban).

A foglalkozások nem tömbösítve valósulnak meg, hanem legalább heti rendszerességgel (azaz legfeljebb heti 1 alkalom).