

Po stronie mocy, przeciwko przemocy

Szanowni Państwo,

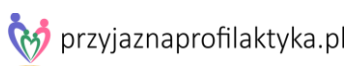
przemoc stosowana przez dzieci pojawia się często tam, gdzie brakuje pozytywnych wzorców reagowania w sytuacjach emocjonalnie trudnych. Może dziecko nie potrafi radzić sobie z nadmiernym stresem? Być może jest szykanowane przez rówieśników i agresywne zachowania to jego jedyny znany mu sposób, by sobie poradzić? Być może w jego domu brakuje wsparcia i poczucia bezpieczeństwa? A może już wyczerpały się pomysły „co z nim jest” i warto poszukać rady u pedagoga lub psychologa szkolnego?

Przemoc rówieśnicza ma różne oblicza. Do tragedii potrafią doprowadzić z pozoru błahe żarty, strach przed odtrąceniem, a zagrożenie pochodzi od rówieśników.

Materiały kampanii **Po stronie mocy, przeciwko przemocy** kierujemy do nauczycieli, rodziców, dzieci i młodzieży.

- Młodym ludziom pokazujemy, że często zachowania z pozoru niewinne, stanowią źródło cierpienia, wielkiego stresu i zaniżają poczucie własnej wartości u osoby, której te zachowania dotyczą.
- Zachęcamy do rozmowy z rodzicami i nauczycielami, podajemy numery telefonów, pod którymi można uzyskać wsparcie i konkretną pomoc.
- Podpowiadamy, jak radzić sobie z sytuacją, gdy ktoś uporczywie zamieszcza na przykład na portalu społecznościowym złośliwe i ośmieszające komentarze czy wysyła maile z pogrózkami.
- Rodziców uczulamy, na jakie sygnały powinni zwrócić uwagę, co musi ich zaniepokoić i kiedy konieczna jest reakcja.
- Podpowiadamy, jak chronić nasze dzieci przed zagrożeniami związanymi z korzystaniem z najnowszych osiągnięć technologii.

Wśród materiałów znajdą Państwo ulotki, plakaty, autorską bajkę profilaktyczną z kolorowanką, zakładki do książki i gadżety. Pomocą dla nauczycieli będą scenariusze zajęć lekcyjnych i karty aktywności, które mogą stanowić ważne źródło informacji przesiewowych dotyczących potencjalnych problemów dzieci w relacjach z rodzicami i innymi uczniami. Mogą być wykorzystane przy wstępnej diagnozie niepokojących zachowań dzieci i konsultowane później z pedagogiem lub psychologiem szkolnym.



przyjaznaprofilaktyka.pl

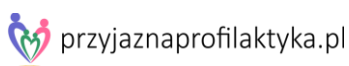
przyjaznaprofilaktyka.pl
tel. 12 222 00 21, kom. 726 038 683
biuro@przyjaznaprofilaktyka.pl

UPP Reditus Sp. z o.o., 31-511 Kraków, ul. Rakowicka 10 B/4 NIP: 6751665944, KRS: 0000750745

Materiały kampanii **Po stronie mocy, przeciwko przemocy** można zamawiać również w wersji multimedialnej, która pozwoli w bardzo szybkim czasie dotrzeć do jak największej ilości mieszkańców zamieszkujących gminę. To wygodne, tanie i oszczędzające czas narzędzie.

Zadbaliśmy o to, by jeden pakiet multimedialnych materiałów profilaktycznych mógł być łatwo udostępniany i wykorzystywany przez wszystkie podmioty w obrębie gminy, bez żadnych ograniczeń czasowych czy ilościowych. Odbiorca materiałów dostaje dane do logowania na stronie, z której można pobierać materiały multimedialne. Dane te (do logowania i pobierania) można udostępnić, np. e-mailem, wszystkim podmiotom na terenie gminy, dzięki czemu nie traci się czasu na przydzielenie materiałów profilaktycznych szkołom, urządcom, palcówkom wsparcia itp.

Strona internetowa szkoły, biblioteki, urzędu, OPS-u, parafii, portale społecznościowe – to miejsca, gdzie mieszkańcy szukają potrzebnych informacji. Zachęcamy, by zamieszczać tam wartościowe treści dotyczące profilaktyki uzależnień i przemocy.



przyjaznaprofilaktyka.pl
tel. 12 222 00 21, kom. 726 038 683
biuro@przyjaznaprofilaktyka.pl

UPP Reditus Sp. z o.o., 31-511 Kraków, ul. Rakowicka 10 B/4 NIP: 6751665944, KRS: 0000750745

Zawartość pakietu:

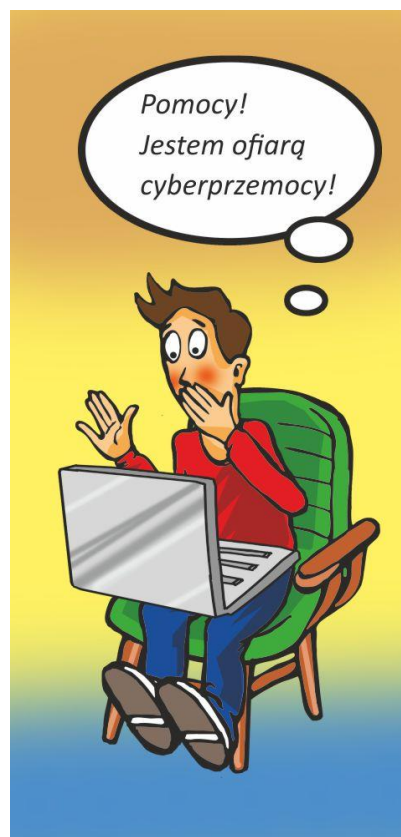
1. Ulotka:

Wyznaczanie granic



2. Ulotka:

Cyberprzemoc



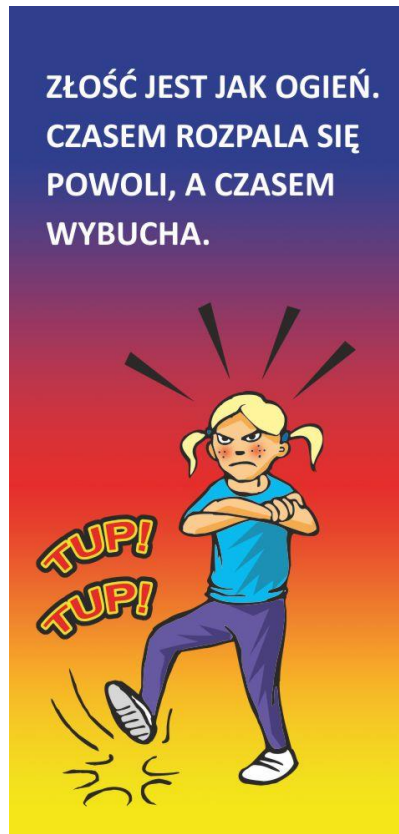
3. Ulotka:

Hejt w Internecie



4. Ulotka:

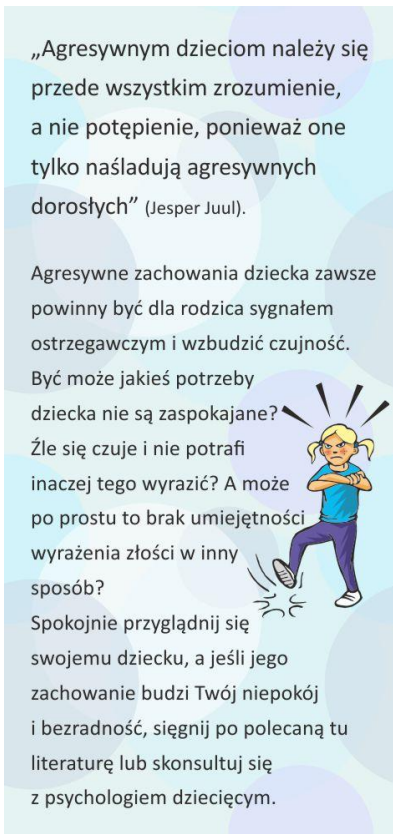
Jak radzić sobie ze złością



5. Ulotka:

Budowanie odporności psychicznej

6. Ulotka:

Agresja – nowe tabu?

7. Ulotka:

Wspieraj, nie oceniaj



8. Ulotka:

Złość u mojego dziecka

Złość u mojego dziecka

Jako rodzice wielokrotnie doświadczamy trudnych momentów związanych z wyrażaniem złości przez nasze dzieci. Momenty te mogą powodować, że mamy poczucie, iż nie radzimy sobie z własnym dzieckiem – nie wiemy, jak mu pomóc. Wyobrażamy sobie, że mogą one wpływać na poczucie naszych kompetencji rodzicielskich, codzienne funkcjonowanie i odbiór tego, jakie właściwie jest nasze dziecko.

Są to powody, dla których warto zatrzymać się nad złością i zastanowić nad kilkoma jej aspektami:

- Jak JA odczuwam złość? Czy jest jej dużo w moim życiu? Czy wiem, kiedy się zbliża? Co pomaga mi, by nie wybuchać w trudnych momentach? Jak okazuję złość?
- Po co nam właściwie złość?
- Czy wiem, kiedy moje dziecko złości się najczęściej? Czy potrafię wylapać moment, kiedy robi się coraz bardziej rozszalzone? Czy zaraża mnie swoją złością?

9. Plakat: *Słowa budują nasze szkoły*



10. Scenariusze zajęć lekcyjnych dla dzieci i młodzieży, dla różnych grup wiekowych, pliki PDF:

- *Dobre słowa mają moc*
- *Jak w rzeczywistości wyglądają celebryci?*
- *Ćwiczmy uważność*

11. Karty aktywności dla dzieci i młodzieży, dla różnych grup wiekowych, pliki PDF:

- *Dobre słowa mają moc*
- *Jak w rzeczywistości wyglądają celebryci?*
- *Ćwiczmy uważność*

12. Bajka profilaktyczna z kolorowanką: *Cyberzmartwienie Tymka*



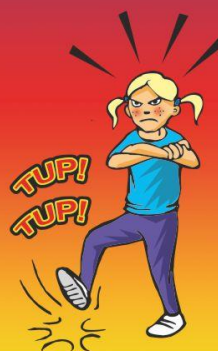
13. Gadżet – długopis:



14. Gadżet – zakładka:

Jak radzić sobie ze złością?

Złość jest jak ogień.
Czasem rozpala się
powoli, a czasem
wybucha.



Złość jest nam
potrzebna. Informuje
nas, że coś jest nie tak,
jakbyśmy tego chcieli.
Dobrze jest uczyć się
pokazywać swoją złość
tak, by nie ranić innych.

**A co Tobie pomaga
poradzić sobie ze
złością?**

- ◆ Zjedzenie czegoś pysznego.
- ◆ Napicie się wody.
- ◆ Pobieganie.
- ◆ Potupanie w miejscu.
- ◆ Schowanie się gdzieś, gdzie nikt nie będzie Ci przeszkadzać.
- ◆ Głębokie wdechy.
- ◆ Może masz swoje sposoby?


15. Gadżet – plan lekcji

Lp.	Godz.	Poniedziałek
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

Lp.	Godz.	Wtorek
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

Lp.	Godz.	Środa
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

**Pamiętaj,
to Ty budujesz świat,
w jakim chcesz żyć.**



Lp.	Godz.	Czwartek
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

Lp.	Godz.	Piątek
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

Obraźliwe słowa, złośliwe komentarze,
ośmieszające teksty...
Nikt nie chce być ich adresatem.

Zanim coś napiszesz w sieci, pomyśl,
czy nie sprawisz tym komuś przykrości.

Poniedziałek		Wtorek		Środa		Czwartek		Piątek	
1		1		1		1		1	
2		2		2		2		2	
3		3		3		3		3	
4		4		4		4		4	
5		5		5		5		5	
6		6		6		6		6	
7		7		7		7		7	
8		8		8		8		8	
9		9		9		9		9	
10		10		10		10		10	

Tociu,
daj cioci
buzioczka.

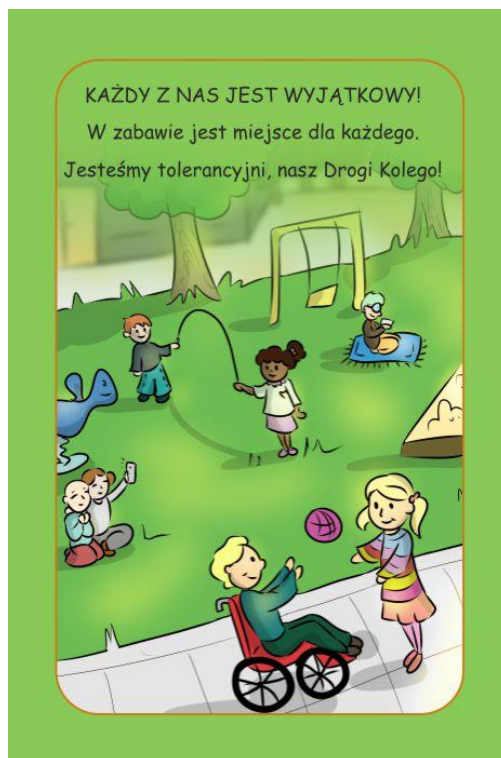
Ciociu, zamiast
buzioczka wolę
przyjąć piątki.

Tu jest moje „STOP”

Czasami chcemy być bliżej kogoś,
a niekiedy nie jest nam z tym komfortowo.
Pamiętaj, **to Ty decydujesz**, jak blisko
chcesz podejść do drugiej osoby.

Kocham Cię,
mamo.

16. Gadżet – tabliczka mnożenia:



X	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20
3	3	6	9	12	15	18	21	24	27	30
4	4	8	12	16	20	24	28	32	36	40
5	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50
6	6	12	18	24	30	36	42	48	54	60
7	7	14	21	28	35	42	49	56	63	70
8	8	16	24	32	40	48	56	64	72	80
9	9	18	27	36	45	54	63	72	81	90
10	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100

Po stronie mocy, przeciwko przemocy – zawartość pakietu klasycznego, papierowego:

Zawartość pakietu DUŻEGO:

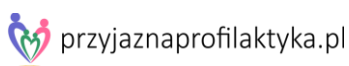
1. Ulotki: 8 rodzajów po 400 sztuk (łącznie 3200 ulotek).
2. Scenariusze zajęć lekcyjnych dla dzieci i młodzieży, dla różnych grup wiekowych, pliki PDF do samodzielnego wydruku.
3. Karty aktywności dla dzieci i młodzieży, dla różnych grup wiekowych, pliki PDF do samodzielnego wydruku.
4. Plakat: 20 sztuk.
5. Bajka profilaktyczna z kolorowanką: *Cyberzmartwienie Tymka*: 40 sztuk.
6. Gadżet – długopis: 100 sztuk.
7. Gadżet – zakładka do książki: 100 sztuk.
8. Gadżet – plan lekcji: 100 sztuk.
9. Gadżet – tabliczka mnożenia: 100 sztuk.
10. Pendrive ze scenariuszami zajęć lekcyjnych i z kartami aktywności: 1 sztuka.

Cena pakietu DUŻEGO: 2500 zł netto / 3075 zł brutto

Zawartość pakietu ŚREDNIEGO:

1. Ulotki: 8 rodzajów po 200 sztuk (łącznie 1600 ulotek).
2. Scenariusze zajęć lekcyjnych dla dzieci i młodzieży, dla różnych grup wiekowych, pliki PDF do samodzielnego wydruku.
3. Karty aktywności dla dzieci i młodzieży, dla różnych grup wiekowych, pliki PDF do samodzielnego wydruku.
4. Plakat: 10 sztuk.
5. Bajka profilaktyczna z kolorowanką: *Cyberzmartwienie Tymka*: 20 sztuk.
6. Gadżet – długopis: 50 sztuk.
7. Gadżet – zakładka do książki: 50 sztuk.
8. Gadżet – plan lekcji: 50 sztuk.
9. Gadżet – tabliczka mnożenia: 50 sztuk.
10. Pendrive ze scenariuszami zajęć lekcyjnych i z kartami aktywności: 1 sztuka.

Cena pakietu ŚREDNIEGO: 1350 zł netto / 1660,5 zł brutto



Zawartość pakietu MAŁEGO:

1. Ulotki: 8 rodzajów po 100 sztuk (łącznie 800 ulotek).
2. Scenariusze zajęć lekcyjnych dla dzieci i młodzieży, dla różnych grup wiekowych, pliki PDF do samodzielnego wydruku.
3. Karty aktywności dla dzieci i młodzieży, dla różnych grup wiekowych, pliki PDF do samodzielnego wydruku.
4. Plakat: 5 sztuk.
5. Bajka profilaktyczna z kolorowanką: *Cyberzmartwienie Tymka*: 10 sztuk.
6. Gadżet – długopis: 25 sztuk.
7. Gadżet – zakładka do książki: 25 sztuk.
8. Gadżet – plan lekcji: 25 sztuk.
9. Gadżet – tabliczka mnożenia: 25 sztuk.
10. Pendrive ze scenariuszami zajęć lekcyjnych i z kartami aktywności: 1 sztuka.

Cena pakietu MAŁEGO: 800 zł netto / 984 zł brutto

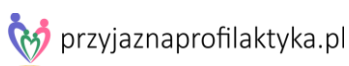
Zawartość pakietu EXTRA:

1. Ulotki: 8 rodzajów po 400 sztuk (łącznie 3200 ulotek).
2. Scenariusze zajęć lekcyjnych dla dzieci i młodzieży, dla różnych grup wiekowych, pliki PDF do samodzielnego wydruku.
3. Karty aktywności dla dzieci i młodzieży, dla różnych grup wiekowych, pliki PDF do samodzielnego wydruku.
4. Plakat: 20 sztuk.
5. Bajka profilaktyczna z kolorowanką: *Cyberzmartwienie Tymka*: 40 sztuk.
6. Gadżet – długopis: 100 sztuk.
7. Gadżet – zakładka do książki: 100 sztuk.
8. Gadżet – plan lekcji: 100 sztuk.
9. Gadżet – tabliczka mnożenia: 100 sztuk.
10. Pendrive ze scenariuszami zajęć lekcyjnych i z kartami aktywności: 1 sztuka.
11. **Pełny pakiet materiałów multimedialnych:** do nieograniczonej dystrybucji i użytku przez wszystkie podmioty, na terenie całej gminy.

Cena pakietu EXTRA: 3300 zł netto / 4059 zł brutto

Zamawiający nie ponosi kosztów wysyłki.

Dokładne ilości materiałów dla poszczególnych pakietów są podane w zamówieniu.



Po stronie mocy, przeciwko przemocy 2023 — zawartość pakietu multimedialnego:

1. **Scenariusze zajęć lekcyjnych** dla dzieci i młodzieży, dla różnych grup wiekowych, pliki PDF:
 - *Dobre słowa mają moc*
 - *Jak w rzeczywistości wyglądają celebryci?*
 - *Ćwiczymy uważność*
2. **Karty aktywności** dla dzieci i młodzieży, dla różnych grup wiekowych, pliki PDF:
 - *Dobre słowa mają moc*
 - *Jak w rzeczywistości wyglądają celebryci?*
 - *Ćwiczymy uważność*
3. **Opowiadanie profilaktyczne z kolorowanką** *Cyberzmartwienie Tymka*, pliki PDF.
4. **E-ulotki:** 5 rodzajów dla dzieci i młodzieży w plikach PDF i JPG.
5. **E-ulotki:** 3 rodzaje dla rodziców w pliku PDF i JPG.
6. **E-book** dla rodziców.
7. **E-book** dla dzieci i młodzieży.
8. **Pendrive** ze wszystkimi materiałami kampanii multimedialnej: 1 sztuka.

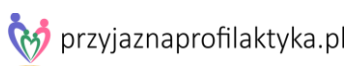
E-booki są przygotowane w formie:

- pliku .exe (do przeglądania na komputerach z systemem Windows),
- pliku PDF,
- zestawu plików JPG,
- zestawu plików umożliwiającego publikację e-booka na stronie internetowej.

Cena netto: 1200 zł netto / 1476 zł brutto

Zamawiający nie ponosi kosztów wysyłki.

WAŻNE! 1 pakiet multimedialny może być wykorzystany na terenie całej gminy, przez wszystkie współpracujące podmioty.



przyjaznaprofilaktyka.pl
tel. 12 222 00 21, kom. 726 038 683
biuro@przyjaznaprofilaktyka.pl

UPP Reditus Sp. z o.o., 31-511 Kraków, ul. Rakowicka 10 B/4 NIP: 6751665944, KRS: 0000750745