

**Wykaz Zadań dla postępowania pn.
„Przeprowadzenie szkoleń zawodowych dla członków spółdzielni socjalnej w ramach projektu
Anioły Ekonomii Społecznej”**

<i>Lp.</i>	<i>Zadanie / Rodzaj kursu</i>	<i>Opis</i>
1.	2.	3.
1	Zadanie nr 1 Projektowanie i pielęgnacja terenów zielonych	Minimalna liczba godzin: 80 godzin Liczba uczestników: 3 osoby Cel: przygotowanie praktyczne i teoretyczne do wykonywania zawodu ogrodnika terenów zielonych z umiejętnością projektowania ogrodów Minimalny zakres: 1. wykonywanie czynności pielęgnacyjnych przy materiale roślinnym: odchwaszczanie, nawożenie, obcinanie przekwitłych kwiatostanów, koszenie trawników; 2. praca z urządzeniami ogrodniczymi 3. praca z wykresami, rysunkami, planami zagospodarowania przestrzennego 4. praca na maszynach usprawniających prace ogrodnicze 5. zapoznanie się z rodzajami roślin 6. nauka handlu roślinami ogrodniczymi 7. nauka o nawozach i płynach 8. nauka aranżacji roślin wewnętrznych 9. organizacja pracy gospodarstw kwiaciarskich 10. zapoznanie z uprawą, sadzeniem roślin pnących 11. sadzenie drzew i krzewów 12. projektowanie ogrodów 13. przygotowanie gleby w gruncie i pielęgnacja roślin w inspektach, szklarniach do siewu i sadzenia 14. wykonywanie prac pomocniczych przy wyznaczaniu ukształtowania terenu oraz prowadzenie robót ziemnych związanych z modelowaniem terenu wg uprzednio wyznaczonych poziomów i spadków 15. karczowanie i ścinanie drzew przy użyciu specjalnych maszyn i pił mechanicznych oraz przeprowadzanie cięć sanitarnych drzew i krzewów liściastych w parkach, zieleńcach i na ulicach. Forma: warsztaty, dyskusja
2	Zadanie nr 2 Prawo jazdy kategorii B	Minimalna liczba godzin: 30 godzin zajęć teoretycznych i 30 godzin zajęć praktycznych, chyba, że aktualne przepisy prawa będą stanowiły inaczej Liczba uczestników: 2 osoby Cel: przygotowanie teoretyczne i praktyczne do egzaminu na prawo jazdy kat. B Minimalny zakres: 1. Przepisy ogólne - podstawowe pojęcia (2 godziny) 2. Przepisy o ruchu pieszych (2 godziny) 3. Przepisy o ruchu pojazdów (9 godzin) zasady ogólne • włączanie się do ruchu • zmiana kierunku jazdy, pasa ruchu • manewry wymijania, omijania, wyprzedzania i cofania • prędkość i hamowanie • przecinanie się kierunków ruchu (pierwszeństwo na skrzyżowaniu) • holowanie, ruch pojazdów w kolumnie 4. Porządek i bezpieczeństwo na drodze (3 godziny): • postój i zatrzymywanie • używanie pojazdów w ruchu drogowym • używanie świateł zewnętrznych 5. Warunki dotyczące pojazdów (3 godziny): warunki techniczne • dokumenty pojazdu • badania techniczne pojazdu 6. Dokumenty kierującego (3 godziny): uprawnienia do kierowania • kategorie praw jazdy • wydawanie i zatrzymywanie praw jazdy • szkolenie i egzaminowanie • centralna ewidencja kierowców 7. Kontrola ruchu drogowego (1 godzina)

Proces Zarządu



Rafał Kietrys

		8. Pierwsza pomoc przedlekarska (4 godziny) 9. Znaki drogowe (3 godziny): • ostrzegawcze • zakazu • informacyjne • poziome • sygnały świetlne Forma: zajęcia teoretyczne (wykłady) i praktyczne (ćwiczenia)
3	Zadanie nr 3 Grafika komputerowa z elementami fotografii	Minimalna liczba godzin: 180 godzin Liczba uczestników: 1 osoba Cel: uzyskanie wiedzy i umiejętności z zakresu praktycznej obsługi graficznych programów komputerowych Minimalny zakres: 1. Wprowadzenie do informatyki i grafiki komputerowej 2. Wektorowa grafika komputerowa Corel Draw 3. Grafika bitmapowa Photo Shop 4. Autocad 5. QuarkXPress 6. Grafika fraktalna 7. Kompozycja obrazu, liternictwo 8. Wprowadzenie do Internetu, komunikacja internetowa i wizualna 9. Współczesne środki tworzenia obrazu 10. Multimedialne kompozycje obrazowe i animacje komputerowe 11. Barwa w obróbce komputerowej 12. Warsztaty fotografii cyfrowej Forma: wykłady, dyskusje
4	Zadanie nr 4 Instruktor terapii uzależnień	Minimalna liczba godzin: 255 godzin zajęć w formie: • zajęcia warsztatowe - 135 godzin, • staż kliniczny - 120 godzin Liczba uczestników: 2 Cel: nabycie lub podwyższenie już posiadanych kwalifikacji w zakresie wiedzy o uzależnieniu od substancji psychoaktywnych i terapii osób uzależnionych oraz przygotowanie do specyficznej pracy z osobami uzależnionymi w charakterze instruktora terapii uzależnień. Minimalny zakres: 1. psychopatologia – seminarium w wymiarze nie mniejszym niż 35 godzin; 2. staż kliniczny w wymiarze nie mniejszym niż 120 godzin w następujących typach placówek rekomendowanych przez Biuro: a) zakładach opieki zdrowotnej dla dzieci i młodzieży, b) zakładach opieki zdrowotnej dla dorosłych; 3. warsztaty w wymiarze nie mniejszym niż 100 godzin obejmujące: a) umiejętności interpersonalne niezbędne w pracy terapeutycznej, b) kontakt terapeutyczny, c) podstawy pracy indywidualnej z pacjentem. Forma: wykłady, warsztaty, treningi
5	Zadanie nr 5 Psychoterapia uzależnionych osób dorosłych	Minimalna liczba godzin: 70 godzin Liczba uczestników: 1 osoba Cel: ukierunkowane są zmiany zachowań i postaw pacjenta, jak też na rozwój jego kompetencji emocjonalnych, np. na podniesienie poziomu samokontroli, radzenie sobie z lękami oraz stresem, podniesienie samooceny, poprawę zdolności tworzenia więzi, współpracy i komunikowania się z otoczeniem, czy też na poprawę własnej motywacji do działania. Minimalny zakres: Tematy szkoleń: "Nie tylko mi się to zdarzyło" – psychoterapia osób dorosłych dorastających w rodzinie z problemem alkoholowym.

		1. Balans między potrzebą indywidualności a potrzebą bycia podobnym do innych. 2. Praca z byciem dorosłym i dzieckiem jednocześnie. 3. Proces budowania tożsamości. 4. Etapy procesu terapeutycznego. 5. Metody psychoterapii ze szczególnym uwzględnieniem bajki, metafory i transu. 6. Prezentacja przypadków. "Siła jest we mnie" – psychoterapia osób współzależniowych. 1. Znaczenie psychoedukacji w psychoterapii osób współzależniowych. 2. Jak znaleźć drogę do własnych zasobów. 3. Praca z nadkontrolą i nadodpowiedzialnością. 4. Proces wzięcia odpowiedzialności za siebie. 5. Spożytkowanie historii rodziny w procesie wychodzenia ze współzależnienia. 6. Prezentacja przypadków. "Każdy może podróżować swoją drogą" – psychoterapia pogłębiona i praca z nawrotem u osób uzależnionych. 1. Zmiany w myśleniu o leczeniu uzależnień. 2. Proces interwencji wg G. Schmidta. 3. Koło zdrowia czy HALT. 4. Gdzie się schowały moje zasoby - praca z nawrotem. 5. Spożytkowanie bycia w uzależnieniowym transie i przeformułowanie go na trans pozytywny. 6. Prezentacja przypadków. „Sutanna, habit – uzależnienie” - specyfika pracy z uzależnionymi księżmi i zakonnikami. 1. Świat księdza, zakonnika- terapeuta wędruje z pacjentem do jego świata. Celibat, czystość, posłuszeństwo, to tylko niektóre specyficzne aspekty życia osoby duchownej. 2. Ksiądz, zakonnik jako osoba wysokofunkcjonująca społecznie. 3. Praca nad relacjami w systemie jakim jest zakon, zgromadzenie, dekanat czy diecezja. 4. Praca nad tożsamością – po pierwsze jestem człowiekiem... 5. Duchowość, to więcej niż wiara, modlitwa, kościół. 6. Metafora i trans hipnotyczny jako metody pracy z wyboru w pracy z księdzem i zakonnikiem czy zakonnicą. 7. Psychoterapia i rekolekcje kapłańskie – doświadczenia współpracy Diecezjalnego Ośrodka Psychoterapii w Kowalewie i Ośrodka Terapii Uzależnień w Jarocinie. „Różne cele i wiele dróg do poradzenia sobie z uzależnieniem” - psychoterapia osób uzależnionych wysokofunkcjonujących społecznie 1. Uzależnienie jako problem uniwersalny, niezależnie od rodzaju substancji czy zachowania. 2. Definiowanie potrzeb osób uzależnionych w związku z ich pozycją społeczną, rodzinną, zawodową i fazą uzależnienia oraz własnym i niepowtarzalnym systemem wartości i prawem do decydowania o własnym życiu. 3. Praca z pacjentem nad jego (nie terapeuty) celami terapii. Od AA do psychoterapii. 4. Jerzy Mellibruda i Milton Erickson – spożytkowanie spotkania świadomego z nieświadomym. 5. Poszukiwanie zasobów i praca nad destrukcją. 6. Praca z napięciem. 7. Trans hipnotyczny, metafora jako metoda pracy szczególnie skuteczna. 8. Prezentacja przypadków. Forma: wykłady
6	Zadanie nr 6 Kadry i płace	Minimalna liczba godzin: 130 godzin Liczba uczestników: 1 osoba Cel: Nabycie umiejętności obsługi kadr i płac, podstaw księgowości Minimalny zakres: 1. przygotowanie do prowadzenia spraw kadrowo-płacowych w przedsiębiorstwie, 2. nawiązywanie i rozwiązywanie stosunku pracy, 3. zakładanie i prowadzenie akt osobowych pracownika, 4. umowy o pracę i ich rodzaje, 5. umowy cywilnoprawne, 6. świadectwa pracy, 7. urlopy wypoczynkowe, okolicznościowe, macierzyńskie, bezpłatne, szkoleniowe, 8. czas pracy,

		9. regulaminy pracy, 10. regulaminy wynagradzania, 11. odpowiedzialność porządkowa i materialna pracownika, 12. ochrona pracy kobiet, 13. zatrudnianie młodocianych, naliczanie plac + składek ZUS zagadnienia bhp (ochrona zdrowia, szkolenia, środki ochrony indywidualnej), 14. program komputerowy CDN Optima lub pokrewny i PLATNIK. Forma: wykłady, dyskusje
7	Zadanie nr 7 Projektowanie, pakiet Adobe, Corel Draw	Minimalna ilość godzin: 200 godzin w tym: – Corel Draw – 40 godzin, – Adobe Photoshop – 40 godzin – Adobe InDesign - 40 godzin – Adobe Illustrator – 40 godzin – Pozostałe 40 godzin szkolenia należy przeznaczyć na zagadnienia praktyczne, które wskazane zostały powyżej. Liczba uczestników: 1 osoba Cel: umiejętności obróbki graficznej, projektowania, poznanie wymogów przygotowania do druku Minimalny zakres: 1. multimedialne techniki komputerowe, 2. fotografia cyfrowa, 3. grafika rastrowa - program Photoshop, Illustrator 4. grafika wektorowa - program Corel Draw, 5. język HTML/XHTML (projektowanie stron internetowych), 6. projektowanie graficzne - tworzenie plakatów, ulotek, banerów, wizytówek, papieru firmowego, opakowań 7. projektowanie stron internetowych Forma: wykłady, ćwiczenia
8	Zadanie nr 8 Maszyny intrologatorskie	Minimalna ilość godzin: 160 godziny Liczba uczestników: 1 osoba Cel: zapoznanie słuchaczy z technologią procesów intrologatorskich, rysunkiem zawodowym, budową i obsługą maszyn intrologatorskich. Nabycie przez słuchaczy umiejętności stosowania technik intrologatorskich tj.: cięcie, klejenie, sztancowanie, falcowanie, szycie itp. Minimalny zakres: 1. BHP szkolenie wstępne i stanowiskowe 2. organizacja stanowiska pracy, 3. podstawowe wiadomości o materiałoznawstwie 4. rodzaje podstawowych materiałów, sprzętu i narzędzi, 5. procesy jednostkowe i złożone 6. oprawy Forma: wykłady, ćwiczenia
9	Zadanie nr 9 Technologia drukowania	Minimalna ilość godzin – 200 godzin Liczba uczestników: 1 osoba Cel: przygotowanie dla pracowników drukarni: marketingu, technologów, grafików, kontroli jakości, nadzoru Minimalny zakres: 1. Wstęp – specyfika offsetowego drukowania arkuszowego i zwojowego oraz wybranych wyrobów poligraficznych: opakowania, gazety, książki itp. 2. Czynniki wpływające na jakość drukowania: – operator – maszynista offsetowy – maszyna offsetowa – regulacja i przygotowanie maszyny oraz proces drukowania – reprodukcja – od projektu do formy drukowej – płyta offsetowa – forma drukowa – obciąż offsetowy – podłoże drukowe – papier, karton – farba, dodatki do farb i drukowania – płyn zwilżający – zespoły zwilżające – warunki zewnętrzne – współzależność z innymi operacjami przed i po drukowaniu

		3. Błędy drukowania - przyczyny i środki zaradcze 4. Teoria barwy, mieszanie barw i farb (pomiar barwy) 5. Warunki oceny i kontroli drukowania 6. Pomiary densy - i spektrofotometryczne oraz kontrola drukowania 7. Proofy, rodzaje i jakość a zgodność z drukowaniem nakładowym (standaryzacja, kalibracja) 8. Nowe rozwiązania w drukowaniu offsetowy Forma: wykłady
10	Zadanie nr 10 Instruktor BHP	Minimalna ilość godzin: 24 godziny szkoleniowe Liczba uczestników: 1 osoba Cel: Głównym celem szkolenia Instruktor BHP jest zapoznanie uczestników szkolenia z podstawowymi założeniami systemu zarządzania bezpieczeństwem i higieną pracy zgodnie z wymaganiami norm PN-N serii 18000. Minimalny zakres: 1. założenia systemu zarządzania bezpieczeństwem pracy 2. Polityka Bezpieczeństwa i Higieny Pracy 3. Koncepcje organizacyjne 4. Normy serii PN-N-18000, dyrektywy 5. Auditowanie i ocena organizacji 6. Komunikowanie się, przepływ informacji 7. Badania i ocena ryzyka zawodowego 8. Zakupy i podwykonawstwo 9. Monitorowanie aktywne i pro aktywne 10. Badanie wypadków przy pracy, pierwsza pomoc, ochrona przeciwpożarowa 11. Regulacje prawne z zakresu ochrony pracy 12. Zmiany w polskim prawie z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy w związku z wejściem Polski do UE 13. Rola i ranga służb ochrony i zapobiegania w przedsiębiorstwie w świetle prawodawstwa UE 14. Wprowadzenie do akredytacji, certyfikacji, audytowania Forma: teoretyczno (wykłady, warsztaty)-praktyczna (ćwiczenia)
11	Zadanie nr 11 ISO 26000 ISO 14000	Minimalna ilość godzin: 72 godziny Liczba uczestników: 1 osoba Cel: ISO 26000 Szkolenie ma na celu pomóc uczestnikom zrozumieć zasadniczy cel normy ISO 26000 oraz wyjaśnić treść i wzajemne powiązania pomiędzy wytycznymi. Szkolenie kładzie nacisk na doskonalenie zachowań przedsiębiorstwa w dziedzinie odpowiedzialności społecznej. ISO 14001 Celem jest zapoznanie się z normami dotyczącymi zarządzeń środowiskowych. Minimalny zakres ISO 26000: 1. Dlaczego wzrasta zainteresowanie zagadnieniem społecznej odpowiedzialności, wstęp do ISO 26000? 2. Charakterystyczne cechy i zasady odpowiedzialności społecznej. 3. Wytyczne wdrażania zasad odpowiedzialności społecznej w decyzjach i działaniach. Minimalny zakres ISO 14001: 1. Wprowadzenie do zarządzania środowiskowego 2. Planowanie (analiza wymagań prawnych i aspektów środowiskowych) 3. Wdrażanie i doskonalenie systemu 4. Nadzór nad skutecznością systemu Forma: wykłady i ćwiczenia
12	Zadanie nr 12 Skład publikacji elektronicznych	Minimalna ilość godzin: 100godzin – I poziom, 100 godzin – II poziom Liczba uczestników: 1 osoba Cel: Obejmuje naukę redagowania i korekty tekstów, publikowania ich w druku oraz w formie cyfrowej, w postaci dokumentów elektronicznych i serwisów internetowych Minimalny zakres: I poziom: – podstawowe zagadnienia dotyczące struktury organizacyjnej różnego rodzaju wydawnictw, – podstawy edytorstwa, – podstawy prawa autorskiego i praw pokrewnych, – podstawy redagowania merytorycznego, formalno-porządkowego, językowego i korekty, – kultura języka i wybrane zagadnienia poprawności językowej, – podstawy redakcji technicznej,

		– podstawy typografii, – podstawy grafiki wydawniczej, – kalkulacja wydawnicza i poligraficzna. <u>II poziom:</u> – liternictwo, typografia i grafika wydawnicza, – design i layout publikacji zwartych i ciągłych, – techniki i technologie w redakcji technicznej, – składkomputerowy DTP (InDesign, QuarkXpress, PhotoShop), – systemy prepress, digital workflow, – techniki i technologie poligraficzne, – materiałoznawstwo poligraficzne, intrologatorstwo, – publikowanie elektroniczne (formaty elektroniczne i język XHTML). Forma: warsztaty – główny nacisk położony jest na zajęcia praktyczne z wykorzystaniem specjalistycznego oprogramowania komputerowego
13	Zadanie nr 13 Masaż i rehabilitacja osób starszych	Minimalna ilość godzin: 160 godzin dydaktycznych Liczba uczestników: 1 osoba Cel: Praktyczne zdobycie umiejętności masażu relaksacyjnego opartego w głównej mierze na technikach masażu klasycznego. Kurs koncentruje się przede wszystkim na praktycznej nauce technik wykonania masażu oraz na umiejętności dostosowania technik do potrzeb osoby masowanej. Minimalny zakres: Wykłady (40 godz.) – Program nauczania. Przepisy BHP. – Osie i płaszczyzny ciała. – Budowa i funkcje skóry. – Część bierna układu ruchu. – Układ mięśniowy (mięśnie głowy, szyi, klatki piersiowej, brzucha, grzbietu, kończyny górnej i dolnej). – Budowa i funkcjonowanie układu nerwowego. – Budowa i funkcjonowanie układu oddechowego. – Budowa i funkcjonowanie układu krwionośnego. – Budowa i funkcjonowanie układu limfatycznego. – Budowa i funkcjonowanie układu hormonalnego. – Budowa i funkcjonowanie układu pokarmowego. – Podstawowe wiadomości teoretyczne dotyczące masażu klasycznego (wybrane definicje masażu, podział masażu, pojęcie bodźca i odczynu, mechanizm działania masażu klasycznego, higiena masażysty oraz warunki obowiązujące przy wykonywaniu masażu, środki poślizgowe stosowane w masażu, pozycje ułożeniowe, techniki stosowane w masażu klasycznym, oddziaływanie masażu na tkanki i układy, wskazania i przeciwwskazania do masażu). – Podstawy teoretyczne masażu relaksacyjnego. – Podstawy teoretyczne masażu odchudzającego. – Podstawy teoretyczne masażu sportowego. – Podstawy teoretyczne masażu izometrycznego. – Podstawy teoretyczne masażu kontralateralnego. – Podstawy teoretyczne drenażu limfatycznego. Ćwiczenia (120 godz.) – Metodyka masażu grzbietu – Metodyka masażu mięśni przykręgosłupowych – Metodyka masażu karku. – Metodyka masażu klatki piersiowej. – Metodyka masażu powłok brzusznych. – Metodyka masażu kończyny górnej. – Metodyka masażu śródreżcza. – Metodyka masażu stawu nadgarstkowego. – Metodyka masażu przedramienia. – Metodyka masażu ramienia. – Metodyka masażu mięśnia naramiennego i stawu ramiennego. – Metodyka masażu kończyny dolnej. – Metodyka masażu palców. – Metodyka masażu śródstopia. – Metodyka masażu strony grzbietowej stopy.

	– Metodyka masażu strony podeszwowej stopy. – Metodyka masażu ścięgna Achillesa. – Metodyka masażu stawu skokowego. – Metodyka masażu przedniej strony podudzia – Metodyka masażu tylnej strony podudzia.. – Metodyka masażu stawu kolanowego. – Metodyka masażu przedniej i tylnej strony uda. – Metodyka masażu pośladka. – Metodyka masażu stawu biodrowego. – Metodyka masażu twarzy, szyi i dekoltu. – Podstawy metodyki masażu relaksacyjnego. – Podstawy masażu odchudzającego. – Podstawy metodyki masażu sportowego. – Podstawy metodyki masażu kontralateralnego. – Podstawy metodyki masażu izometrycznego. – Podstawy metodyki masażu drenażu limfatycznego. Forma: wykłady, ćwiczenia
--	---

