Projekts LLI-468 Solis uz priekšu: attīstot personīgos resursus un nodarbinātībai nepieciešamās prasmes (I can work)

Vasaras nometnes programma Lietuvā

18.-22.jūlijs, 2022, Kretingas rajons (“Jaunimo sodyba”)

|  |  |
| --- | --- |
| 18.jūlijs (atklāšanas diena) | |
|  |  |
| 07:00 | Iekāpšana autobusā Kuldīgā Pilsētas laukumā |
| 08:30 | Iekāpšana autobusā Liepājā veikala Depo autostāvvietā |
| 10.00-10.30 | Reģistrācija viesu namā “Jaunimo sodyba” |
| 11.00-12.00 | Atklāšanas ceremonija |
| 12.00-13.00 | Iekārtošanās nometnē |
| 13.00-13.30 | Pusdienas |
| 13.30-14.30 | Brīvais laiks |
| 14.30-16.00 | Iepazīstināšana ar nometnes noteikumiem, dalība komandās |
| 16.00-17.30 | Savstarpējā iepazīšanās un spēles |
| 17.30-18.00 | Brīvais laiks |
| 18.00-18.30 | Vakariņas |
| 18.30-19.00 | Brīvais laiks |
| 19.00-21.00 | Vakara programma iekštelpās (LV un LT valstu prezentācijas) |
| 21.00-22.00 | Gatavošanās nakšņošanai |
| 22:00 | Naktsmiers |
| 19.jūlijs (čaklo roku diena) | |
| 08:00 | Celšanās |
| 08.30-09.00 | Rīta vingrošana (LT vadībā) |
| 09.00-09.30 | Brokatis |
| 09.30-10.00 | Brīvais laiks |
| 10.00-12.30 | Keramikas darbnīca |
| 13.00-13.30 | Pusdienas |
| 13.30-14.30 | Brīvais laiks |
| 14.30-16.00 | Somu dekorēšanas darbnīca |
| 16.00-17.30 | Nozīmīšu izgatavošanas darbnīca |
| 17.30-18.00 | Brīvais laiks |
| 18.00-18.30 | Vakariņas |
| 18.30-19.00 | Brīvais laiks |
| 19.00-21.00 | Vakara pasēdēšana pie ugunskura |
| 21.00-22.00 | Gatavošanās nakšņošanai |
| 22:00 | Naktsmiers |
| 20.jūlijs (sporta diena) | |
| 08:00 | Celšanās |
| 08.30-09.00 | Rīta vingrošana (LV vadībā) |
| 09.00-09.30 | Brokatis |
| 09.30-10.00 | Brīvais laiks |
| 10.00-12.30 | Sporta sacīkstes |
| 13.00-13.30 | Pusdienas |
| 13.30-14.30 | Brīvais laiks |
| 14.30-17.30 | Labirinta terapija |
| 17.30-18.00 | Brīvais laiks |
| 18.00-18.30 | Vakariņas |
| 18.30-19.00 | Brīvais laiks |
| 19.00-21.00 | Sacensību dalībnieku apbalvošana, kino vakars |
| 21.00-22.00 | Gatavošanās nakšņošanai |
| 22:00 | Naktsmiers |
| 21.jūlijs (radošā diena) | |
| 08:00 | Celšanās |
| 08.30-09.00 | Rīta vingrošana (LT vadībā) |
| 09.00-09.30 | Brokatis |
| 09.30-10.00 | Brīvais laiks |
| 10.00-12.30 | Māla apgleznošanas darbnīca |
| 13.00-13.30 | Pusdienas |
| 13.30-14.30 | Brīvais laiks |
| 14.30-15.30 | “Let’s splash” - šļakstīšanās |
| 15.30-17.30 | Ziepju izgatavošanas darbnīca |
| 17.30-18.00 | Brīvais laiks |
| 18.00-18.30 | Vakariņas |
| 18.30-19.00 | Brīvais laiks |
| 19.00-21.00 | Viktorīna, dejas |
| 21.00-22.00 | Gatavošanās nakšņošanai |
| 22:00 | Naktsmiers |
| 22.jūlijs (noslēdzošā diena) | |
| 08:00 | Celšanās |
| 08.30-09.00 | Īpašais rīts – “Mana dāvana Tev” |
| 09.00-09.30 | Brokatis |
| 09.30-10.30 | Brīvais laiks, mantu savākšana |
| 10.30-13.00 | Dalīšanās iespaidos, noslēguma ceremonija |
| 13.00-13.30 | Pusdienas |
| 13.30-14.30 | Atvadas |
| 14.30 | Došanās mājup |
| 16:00 | Atgriešanās Liepājā |
| 17:30 | Atgriešanās Kuldīgā |

Nometnes vadītāja: Greta Klapatauskiene, tel.: 860505968, e-pats: [gretastraksyte968@gmail.com](mailto:gretastraksyte968@gmail.com)

Vasaras nometni organizē Kretingas Dienas aktivitāšu centrs sadarbībā ar Kurzemes plānošanas reģionu. Nometne tiek īstenota ar Interreg Latvijas-Lietuvas pārrobežu sadarbības programmas 2014.-2020.gadam atbalstu projekta Nr. LLI-468 “I can work” ietvaros. Informējam, ka projekta publicitātes nodrošināšanai ekskursijas laikā iespējama fotografēšana un filmēšana. Papildu informācija: Alise Lūse, 26567874, [alise.luse@kurzemesregions.lv](mailto:alise.luse@kurzemesregions.lv)

Vasaras nometnes noteikumi

Nometnes mērķis – LV un LT jauniešu ar garīga rakstura traucējumiem sociālā sadarbība un pieredzes apmaiņa

Nometnes uzdevumi:

1. Netradicionālo prasmju attīstība caur nometnes ikdienas darbnīcām
2. Veselības uzlabošana caur nometnes ikdienas sporta aktivitātēm
3. Strapkulturālā savstarpējā ideju un pieredzes apmaiņa

Aktivitāšu spektrs: Nometnā plānotas gan pasīvās (māksla, atpūta, terapija), gan aktīvās (sports, uzdevumi, sacensības, spēles, sociālo prasmju apguve) aktivitātes.

Nometnes apkopojums:

* Nometnē piedalās 30 dalībnieki, ieskaitot pavadošās personas. LT grupa sastāv no 15 dalībniekiem – 5 personas ar invaliditāti un 3 pavadošās personas no Kretingas Dienas aktivitāšu centra un 5 personas ar invaliditāti un 2 pavadošās personas no Invadīdu nodarbinātības un pakalpojumu centra Raseiņos. LV grupa sastāv no 15 dalībniekiem – 7 personas ar invaliditāti un 2 pavadošās personas no Kuldīgas un 4 personas ar invaliditāti un 2 pavadošās personas no Liepājas Dienas aktivitāšu centra.
* Nometnes pirmajā dienā dalībnieki sadalās 3 jauktās komandās
* Katra komanda izvēlas savu kapteini (ne pavadošo personu)
* Katrai komandai papildu būs viens brīvprātīgais, kas palīdzēs tikt galā ar visu nepieciešamo
* Katrai grupai (Kretinga, Raseiņi, Kuldīga, Liepāja) jāsagatavo viena 30 min gara rīta vingrojumu sērija
* Katrai valstij jāsagatavo viena vakara programma (18.jūlijam), kura iepazīstina ar valsti caur nacionālajiem ēdieniem, dziesmām, dejām, video utml. (brīvs radošo domu lidojums)
* Katru pēcpusdienu no 13:30 līdz 14:30 nometnes personāls sanāk uz neformālu sanāksmi pie kafijas galda, lai izdiskutētu dienas norisi, dalītos iespaidos, veicinātu dalībnieku savstarpējo draudzību un pozitīvu gaisotni

Noteikumi

1. Visiem dalībniekiem jāievēro nometnes programma un noteiktais laika grafiks
2. Katrai grupai jāievēro sava vadītāja (brīvprātīgā vai socialā darbinieka) norādes
3. Vajadzību/problēmu gadījumā jāvēršas pie sava vadītāja (brīvprātīgā vai socialā darbinieka)
4. Katrai grupai jāievēro nometnes koordinatoru norādes
5. Dalībniekiem jārespektē vienam otru
6. Dalībniekiem jārespektē vadītāji un noteikumi, nedrīkst bojāt ēkas un inventāru
7. Dalībniekiem aizliegts patvaļīgi pamest nometni

Kas jāņem līdz uz nometni

* Vairāki drēbju komplekti un komfortabli apavi
* Higiēnas preces (šampūns, dušas želeja, zobupasta un zobubirste utml.)
* Ieteicama EVAK (Eiropas veselības apdrošināšanas) karte
* Katrai grupai jāsagatavo savu nelielu medicīnas preču komplektiņu
* Katrai grupai ieteicams noteikt atbildīgo par veselību, t.sk. pirmās palīdzības veikšanai, ja nepieciešams
* Aizsargmaska
* Katrai valstij jāsagatavo neliela prezentācija iepazīšanās vakaram, t.sk. tam nepieciešamie materiāli (ēdiens utml.)
* Gultasveļa un dvieļi tiks nodrošināti uz vietas
* Katram dalībniekam (t.sk. pavadošām personām) jāsagatavo 1 neliela dāvaniņa līdz 5 EUR vērtībā kādam citam nometnes dalībniekam (tāda, kas der gan vīrietim, gan sievietei), ko pasniegt pēdējā nometnes dienā
* Un pats svarīgākais – paņemt līdz labu garastāvokli, vēlmi darboties, mācīties un iegūt jaunus draugus☺