

Корисні та творчі заняття до Всесвітнього дня серця

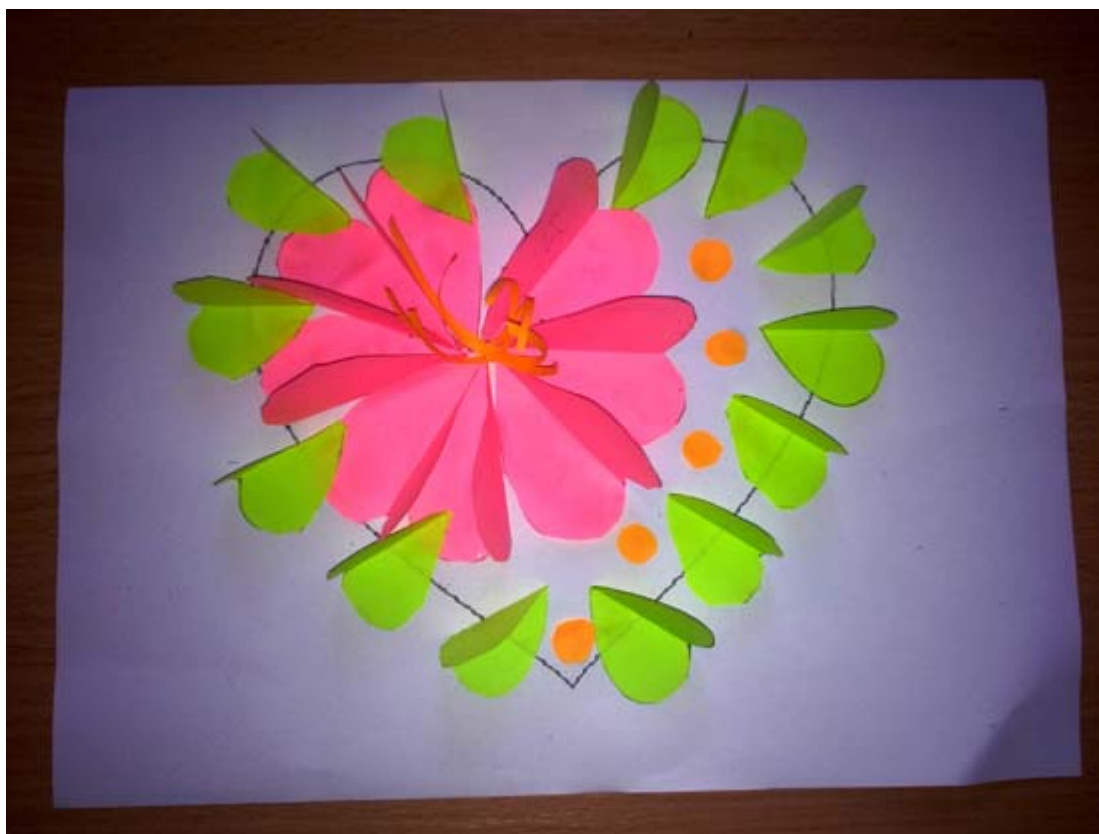


26 вересня 2013 року в Україні проводився Всесвітній день серця, котрий вже 14 років поспіль традиційно відзначається в останній тиждень вересня. У 1991 році Всесвітня федерація серця вперше ініціювала таку акцію із метою інформування населення про хвороби серця; пропаганди здорового способу життя; популяризації користі профілактики хвороб серця. Адже серцево-судинні захворювання є однією з провідних причин смертності у світі. Примітно, що в Україні 63% смертей викликані саме хворобами судин і серця.

Спеціалісти Києво-Святошинського центру соціально-психологічної реабілітації населення до Дня серця провели інформаційні зустрічі, інтерактивні бесіди та творчі заняття для пацієнтів Київської обласної дитячої лікарні. Робота із дітьми була присвячена популяризації здорового способу життя та профілактичних заходів для зменшення ризиків хвороб серця;

приверненню уваги дітей до причин захворювання; формуванню розуміння того, що на виникнення і перебіг хвороби можна й потрібно активно впливати. Працівники Центру розповіли маленьким пацієнтам, що основні умови розвитку серцево-судинних захворювань – це артеріальні гіпертензії, підвищений рівень загального холестерину крові, надмірна вага, гіподинамії, тютюнопаління і стреси.

Творчі заняття, під час яких дітки виготовляли аплікації із симпатичних паперових сердечок, були спрямовані на зняття психоемоційної напруги – фактора, котрий найбільш негативно впливає на здоров'я людини і її серця зокрема.



Літнє дозвілля-2013



Другий рік поспіль Києво-Святошинський ЦСПР влітку запрошує дітей та підлітків на зустрічі та майстер-класи.

Як виявилось, заняття дуже актуальні саме в липні-серпні для тих дітей, котрі залишаються в Боярці чи приїжджають в гості до бабусь-дідусів.

Щотижня спеціалісти ЦСПР проводили заняття з 3-4 групами дітей за програмою «Літнє дозвілля». Спочатку були створені групи з чіткими віковими рамками, але наприкінці літа спеціалісти виявили, що «рамки розмилися» і утворилися різновікові команди, де кожен учасник відчуває себе затишно. У таких групах відбувалася взаємодія та взаємодопомога дітей, молодші переймали досвід старших.



Загалом за два місяці у заняттях взяло участь близько 200 дітей та підлітків. Учасники груп проводили свій вільний час у пізнанні нових цікавих видів діяльності: відкрили для себе квілінг, плетіння з газет, ЗД-аплікацію, петриківський розпис, монотипію; мали можливість спробувати себе в спортивних іграх, розважитись ляльковим театром та ін. Кожна дитина знайшла тут справу до душі, змогла виявити і розвинути свої творчі здібності.

Результатом діяльності стала виставка робіт, яка протягом вересня експонується в холі ЦСПР. Звичайно, найкращі роботи і вироби діти забрали собі, адже це чудова можливість зробити подарунок тим, кого любиш.



Майстер-класи від Катерини Шахрай

✘ На початку вересня 2013 року активна учасниця МК «Позитив» Катерина Шахрай у Києво-Святошинському ЦСПР провела два цікавих майстер-класи. Обидві зустрічі виявились дуже корисними та цікавими. Перше заняття для діток з мамами та для підлітків було присвячене петриківському розпису. Катерина так детально все пояснювала та показувала, що наприкінці заняття усі учасники опанували основи петриківки. Навіть ті, хто ніколи не випробовували себе у подібному виді мистецтва, по закінченню заняття отримали власноруч виготовлений декоративний виріб – розфарбовану скляну пляшечку або дерев'яну лопаточку.



А тематика другого майстер-класу була близька та цікава кожній дівчині – плетіння волосся. Дівчатка-підлітки не лише засвоїли навички плетіння коси й потренувалися заплітати волосся, а ще й вмовили Катерину кожній зробити гарну зачіску – заплести «колосок». Одна із учасниць майстер-класу після заняття збиралася на свято, тож дуже зраділа, що не довелося витрачатися на послуги перукаря.

А ось, що розповіла про себе творча та талановита дівчина, ведуча майстер-класів – Катерина Шахрай: «Я закінчила дев'ять класів Боярської ЗОШ № 1, а вчилась малювати у Будинку культури м. Боярки. Також я закінчила школу танців із хіп-хопу і курси перукарів, у дитинстві займалася художньою гімнастикою. Зараз навчаюсь у КВНЗ КОР «Коледжі культури та мистецтва» (Комунальний заклад Київської Ради «Коледж культури та мистецтв») на хореографа, танцюю з трьох рочків. Я не уявляю свого життя без танців та малювання. Мені дуже сподобалося проводити ці майстер-класи. Я швидко знайшла спільну мову з учасниками занять і чудово провела час».

Оксана СЛЄПОВА

**Соціальний песимізм може
провокувати підвищену
захворюваність**



До Дня Незалежності України соціальним працівником ЦСПР Тетяною Чірковою було проведено низку бесід із дітьми, котрі перебувають на стаціонарному лікуванні у Київській обласній дитячій лікарні. Бесіди було присвячено наступним питанням:

- Актуальність для українців Дня Незалежності;
- Ідентифікація себе як українця;
- Патріотизм сучасної молоді;
- Розуміння України як Батьківщини та ототожнення себе з нею.

Згідно спостережень спеціаліста, діти, на жаль, досить поверхнево розуміють такі поняття, як незалежність, патріотизм, національна ідентичність тощо. А серед підлітків поширена думка, що Україну потрібно якнайшвидше покинути у пошуках «кращого життя». Молоді люди, з ким вдалося поспілкуватися на вказану тематику, не знайомі з досягненнями України у світі, не знають, чим можна пишатися у власній країні, не бачать свого майбутнього у рідному краї. Соціальний песимізм, на жаль, може значним чином провокувати підвищену захворюваність. З метою психологічної реабілітації в рамках

діяльності групи «Літнє дозвілля» було запропоноване творче завдання – створити аплікацію «За що я люблю Україну». Декілька робіт – на наших фото.





Запис до групи раннього розвитку в ЦСПР

До уваги активних та небайдужих батьків!

Якщо вашій дитині від 1,5 до 2,5 років, запишіться

на безкоштовну групу раннього розвитку

«Я та моя дитина»

На вас чекають:

- Консультації психолога (індивідуальні та в групі)
- Обмін досвідом щодо взаємодії з дитиною та секретів виховання
- Ігри під музику та віршики (хороводи, зарядка)
- Ігрова активність на руках у мами/батька (релаксація,

масаж, зарядка)

- Спільна творчість разом із мамою чи батьком
- Розвиток дрібної моторики: пальчикові та жестові ігри, шнурівка, мозаїка, намиста тощо

**Зустріч раз на тиждень, проводить практичний психолог
Жанталай Наталія Валентинівна**

Очікувані результати для матусь:

1. Покращення взаємодії «мати/батько – дитина»
2. Здобуття навичок взаємодії з дитиною раннього віку
3. Уміння бути активним партнером дитини в його діяльності
4. Повага до бажань та потреб малюка, готовність прийняти його індивідуальні прояви
5. Узгодженість виховного батьківського впливу та батьківських очікувань із віковими психологічними особливостями дітей
6. Розширення знань стосовно ігор, вправ та інших видів взаємодії з дітьми раннього віку

Очікувані результати для дітей:

1. Розвиток пізнавальної сфери (пам'ять, мислення, увага, мовлення); емоційної сфери та творчої активності
2. Уміння:
 - бути активним учасником групи;
 - ефективно взаємодіяти з мамою (татом);
 - взаємодіяти з однолітками;
 - взаємодіяти одночасно з мамою (татом) та групою
3. Опанування навичок застібання ґудзиків, липучок, шнурівок; використання прищіпок; збирання монет до скарбничок; ліплення з тіста; малювання пальчиками та крейдою; аплікації; розмальовки тощо.
4. Знайомство з фігурами, квітами, тваринами, казками тощо.
5. Формування у дитини таких рис характеру, як самостійність, упевненість у собі, активність, доброзичливе ставлення до однолітків та дорослих.

Участь матусь чи татусів у заняттях ОБОВ'ЯЗКОВА!

Києво-Святошинський центр соціально-психологічної реабілітації населення, місто Боярка, вул. Хрещатик 83, територія Київської обласної дитячої лікарні, старі корпуси, біля лор-відділення

З питань запису до груп звертатись до психолога Жанталай Наталії Валентинівни за телефонами: (045-98) 46-851 або 095-511-19-94