



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Warsztaty NA SIŁOWNI dla młodzieży - 12.03.2022

Fundacja im. Michalskich zaprasza młodzież 16+ na bezpłatne warsztaty na siłowni w ramach Akademii Active Life w dniu **12.03.2022 r. (sobota) w godz. 10:00-13:00.**

Akademia Active Life to nowy projekt składający się z trzech modułów: RUCH, ODDECH, ODŻYWIANIE, w ramach którego młodzież dowiaduje się w czasie praktycznych warsztatów, jak zadbać o siebie i żyć zdrowo i szczęśliwie.

Na zajęciach odbędą się:

- Rozmowa: „Jak zadbać o siebie w obecnym świecie?”
- Zajęcia praktyczne na siłowni

Link do formularza zgłoszeniowego: <https://forms.gle/TFHtAb49UX3TkKVU9>



AKADEMIA ACTIVE LIFE

12.03.2022

(SOBOTA)

10:00 - 13:00

- ROZMOWA Jak zadbać o siebie w obecnym świecie?
- Zajęcia praktyczne na siłowni

JOIN NOW

Formularz zgłoszeniowy
pod linkiem w
komentarzu

AKADEMIA ACTIVE LIFE

“

Wszystko,
co powinniście wiedzieć,
by żyć zdrowo
i szczęśliwie

RUCH

ODDECH

ODŻYWIANIE



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Uchodźcy - Informacja

Wjazd do Polski obywateli Ukrainy odbywa się na podstawie:

- ruchu bezwizowego i paszportu biometrycznego;
- wizy krajowej (D) lub wizy Schengen (C);
- wizy z oznaczeniem D lub C, lub dokumentu pobytowego wydanego przez inne państwo Schengen;
- posiadanego zezwolenia na pobyt czasowy, pobyt stały lub pobyt rezydenta długoterminowego UE i ważnej karty

- pobytu;
- wniosku o udzielenie ochrony międzynarodowej, złożonego na polskim przejściu granicznym;
- zgody komendanta Straży Granicznej, udzielanej podczas przekraczania granicy.

Pomoc oferowana przez Polski Rząd obywatelom Ukrainy odbywa się

w **PUNKTACH RECEPCYJNYCH,**

w których można otrzymać: posiłek, możliwość odpoczynku i niezbędne informacje.

Punkty recepcyjne:

- **Dorohusk** (Pałac Suchodolskich, Gminny Ośrodek Kultury i Turystyki, ul. Parkowa 5)
- **Dołhobyczów** (Przygraniczne Centrum Kultury i Rekreacji, ul. Spółdzielcza 8)
- **Horodło** (Zespół Szkół w Horodle, ul. Piłsudskiego 58)
- **Lubycza Królewska** (Szkoła Podstawowa w Lubyczy Królewskiej, ul. Jana III Sobieskiego 5)
- **Korczowa** (Świetlica, Korczowa 155)
- **Medyka** (Hala sportowa, Medyka 285)
- **Krowica Sama** (Szkoła Podstawowa, Krowica Sama 183)
- **Ustrzyki Dolne** (była Szkoła Podstawowa w Łodynie, Łodyna 41)

Jeśli obywatel Ukrainy wjechał do Polski na podstawie:

- ruchu bezwizowego i paszportu biometrycznego – legalny pobyt trwa **do 90 dni**;
- wizy krajowej lub wizy Schengen, wydanej przez polski organ – pobyt jest legalny **zgodnie z terminem ważności wizy i okresem pobytu w niej wskazanym**;

Po upływie pobytu na podstawie wizy krajowej można kontynuować pobyt bez wyjazdu w ramach ruchu bezwizowego **do 90 dni** z paszportem biometrycznym;

- wizy z oznaczeniem D lub C, wydanej przez inne państwo Schengen, lub dokumentu pobytowego wydanego przez inne państwo Schengen – legalny pobyt trwa **do 90 dni**;
- zgody komendanta Straży Granicznej – legalny pobyt trwa **15 dni**.

Przedłużenie legalnego pobytu jest możliwe przed jego upływem poprzez złożenie **wniosku o udzielenie zezwolenia na pobyt czasowy** lub w razie spełnienia przesłanek **wniosku o udzielenie zezwolenia na pobyt stały**. Wnioski składa się w urzędzie wojewódzkim, właściwym ze względu na miejsce pobytu.

Niezależnie od powyższego, istnieje możliwość legalnego przebywania na terytorium Polski na podstawie specjalnych przepisów dotyczących epidemii COVID-19.

Szczegółowe informacje

Urząd do Spraw Cudzoziemców:

www.gov.pl/udsc

<https://www.gov.pl/web/udsc/ukraina2>

Tel.: +48 47 721 75 75

Małopolski Urząd Wojewódzki w Krakowie – Wydział Spraw Cudzoziemców

Specjalna Infolinia Wojewody Małopolskiego dla obywateli Ukrainy szukających schronienia w Małopolsce, Infolinia działa 24 h na dobę.

Tel.: +48 12 210 20 02

e-mail: info.spec@muw.pl

INFOLINIA INFO.OPT - kontakt dla cudzoziemców w sprawach legalizacji pobytu i pracy od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00 - 16:00

Tel.: +48 12 210 20 20

e-mail: info.opt@muw.pl

<https://infoopt.pl/>

Załączniki :

[Komunikat dla obywateli Ukrainy](#)

INFORMACJA DLA UCHODźCÓW Z UKRAINY >>>

1. Jeżeli uciekasz przed konfliktem zbrojnym na Ukrainie, zostaniesz wpuszczany do Polski.

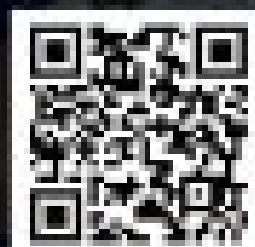
2. Jeżeli nie masz zapewnionego miejsca pobytu w Polsce, udaj się do najbliższego punktu recepcyjnego.

3. W punkcie recepcyjnym:

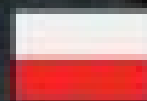
- otrzymasz więcej informacji na temat pobytu w Polsce,
- zapewnimy Ci tymczasowe zakwaterowanie w Polsce,
- otrzymasz ciepły posiłek, napój, podstawową opiekę medyczną oraz miejsce na odpoczynek.

INFOLINIA

+48 47 721 75 75



ua.gov.pl



PRZEDŚCIE GRANICZNE	ADRES PUNKTU RECEPCYJNEGO
DOLHOUCZKI-LACIECZKI	Pałac Sztukoznawstwa Dolny Ośrodek Kultury i Turystyki, ul. Parkowa 5, 24-170 Baranów - okolice
DOLHOUCZKI-UMIĘTOWO	Pracownia Centrum Kultury i Sztuki, ul. Spółdzielcza 8, 20 - 640 Dąbrowa
SOCH-ULCZAK	Zespół Szkół w Sochole, ul. Piłsudskiego 14, 70 - 600 Sochole
WIEDEŃSKA-SARNA DUBKA	Stacja Przystankowa w Lubyczy Królewskiej (przystanek dla spacerowiczów), ul. Józef Piłsudskiego 5, 24 - 640 Lubycza Królewska
KRZCZOWA-KRAKOWIEC	Stacja, Karłowca 133 07-640 Krakowiec
MEDYKA-ŚCIEŻKI	Pałac spacerowy - Medyka 245, 37-033 Medyka
BYSTRZYCA-STRASZEW	Stacja Przystankowa w m. Karłowca Sarwa 144, 37-033 Karłowca Sarwa
WIELKOPOLSKA-SARNA DUBKA	Stacja Stacja Przystankowa w Lubyczy, Lubycza 40, 24-700 Lubycza Stara

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ БЕЖЕНЦЕВ ИЗ УКРАИНЫ >>>

1. Если Вы бежите от вооруженного конфликта в Украине, Вас допустят в Польшу.

2. Если у Вас нет гарантированного места пребывания в Польше, обратитесь в ближайший пункт приема.

3. В пункте приема:

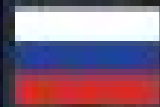
- + Вы получите более подробную информацию о Вашем пребывании в Польше,
- + мы предоставим Вам временное жилье в Польше,
- + Вы получите горячую еду, питье, базовую медицинскую помощь и место для отдыха.

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ

+48 47 721 75 75



ua.gov.pl



ПУНКТ ПРОПУСКА	АДРЕС ПУНКТА ПРИЕМА
ДОРОГУХА-ВГОДИНА	Дворец Сувалковский - районный центр культуры и туризма, ул. Паркова 1, 24-770 Дорохута - главный вход
ДАЛГОШАРОВ-УГОНИУВ	Региональный культурно-досуговый центр, ул. Крайова 8, 24-600 Далгошарув
КОСЯН-УСТАВЕЦ	Школьный комплекс в Баране, ул. Пилсудского 86, 25 - 400 Баране
ГРЕШИНЕ-РАВА РУСЬКА	Национальный дворец в Рубине Карпатский, здание части спортивного зала, ул. Липа 18, 24-600 Лобузове
КОСОВОД-КАМОНЕЦЬ	Колония в Косово, ул. Косова 100, 27-400 Косово
МЕДИКА-СЕРЕНЕ	Спортивный центр - Медика 200, Медика 27-700
КУДИМОВ-КРОВОШ	Национальный дворец в Кривоше-Селе, 27-600 Кривоше-Селье
КОНЦЕЖИВО-СМОЛЕНСЬКА	Школьный комплекс в Баране, ул. Липа 44, 25-700 Рустини-Дольне

INFORMATION FOR REFUGEES FROM UKRAINE >>>

1. If you are escaping from the armed conflict in Ukraine, you will be admitted to Poland.

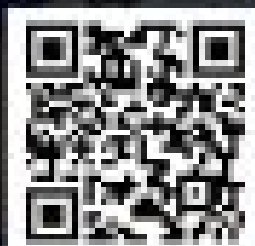
2. If you do not have a place of stay in Poland, go to the nearest reception point.

3. At the reception points:

- you will receive more detailed information about your stay in Poland,
- we will provide you with temporary accommodation in Poland,
- you will receive a hot meal, drink, basic medical assistance and a place to rest.

HOTLINE:

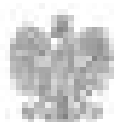
+48 47 721 75 75



ua.gov.pl



BORDER CROSSING POINT	RECEPTION POINT ADDRESS
DORUCHEN-MOGOCIN	Duchoborski Palace Commercial Culture and Tourism Center, ul. Parkowa 5, 23-110 Doruchów - heading north
DOUBRICHÓW-LUBOYCÓW	Border Culture and Recreation Center, ul. Szkołowa 8, 23 - 640 Lubońsk
DOBRY-UCIĄG	School Complex in Nowolig, ul. Piłsudskiego 45, 23 - 543 Nowolig
DOBRYE-SAMA WIEŚ	Primary School in Lubycza Królewska (back of the sports hall), ul. Szosa 81 Szkołowa 5, 23 - 630 Lubycza Królewska
DOBROWA-KAMIONKA	Campsite route, Kamionka 23-040 Kamionka
DOBRYA-DOBRYE	Sports Center - Miejska 244, 21-701 Miejska
DOBRYE-SAMA	Primary School in Nowolig Sama 44, 23-620 Nowolig Sama
DOBRYE-SAMA WIEŚ	Former Primary School in Lubycza, Lubycza 44, 23-630 Lubycza Królewska



WOJEWODA
MAŁOPOLSKI
LUBASZ KARBA

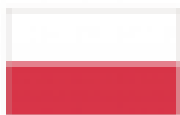


**SPECJALNA INFOLINIA
WOJEWODY MAŁOPOLSKIEGO**
dla obywateli Ukrainy szukających
schronienia w Małopolsce



12 210 20 02

info.spec@muw.pl



WOJEWODA
MAŁOPOLSKI
LUDASZ KAMIŃSKI



СПЕЦІАЛЬНА ІНФЛІНІЯ МАЛОПОЛЬСЬКОГО ВОЄВОДСТВА

для громадян України, які шукають
притулку в Малопольщі



12 210 20 02

info.spec@muw.pl



WOJEWÓDZA
MAŁOPOLSKIE
LUBANIE KRÓTKA



**EMERGENCY INFORMATION LINE
OF THE MAŁOPOLSKA VOIVODSHIP**
for Ukrainian citizens seeking shelter
in Małopolska



12 210 20 02

info.spec@muw.pl



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Warsztaty online z seksuologiem dla nastolatków w dniu 26.02.2022

Zapraszamy chłopców 16+ na bezpłatne warsztaty online z seksuologiem w dniu 26.02.2022 (sobota) w godz. 10:00 - 12:00.

Tematyka warsztatów:

- Jak dojrzewać i nie zwariować?
- Jak znaleźć odpowiedzi na nurtujące pytania?
- Dlaczego ciało się zmienia i skąd zainteresowanie innymi ludźmi?
- Jak rozmawiać i czy w ogóle jest to potrzebne?

Zajęcia poprowadzi Patrycja Wonatowska - seksuolożka, terapeutka

Zapisy poprzez formularz zgłoszeniowy pod linkiem <https://forms.gle/AWMtMHLtNwjpyv3E7>



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Spotkanie on-line „DLACZEGO I OD CZEGO MOŻE UZALEŻNIĆ SIĘ OPIEKUN?” 17.02.2022

Zapraszamy opiekunów zastępczych oraz osoby, które bezpośrednio pracują z dziećmi na organizowane przez Fundację im. Michalskich bezpłatne spotkanie on-line „DLACZEGO I OD CZEGO MOŻE UZALEŻNIĆ SIĘ OPIEKUN?” w dniu 17.02.2022 (czwartek) o godz. 18:00.

Tematy, które będą poruszone:

- RÓWNOUPRAWNIENIE
- WIĘC - KTO SIĘ UZALEŻNIA?

- CZY OPIEKUN ZASTĘPCZY JEST W GRUPIE RYZYKA?
- GDZIE SZUKAĆ ROZWIĄZAŃ I POMOCY?
- A CO Z UZALEŻNIENIEM OD POMAGANIA?

Zajęcia poprowadzi Lidia Woć - trener w profilaktyce uzależnienia i przemocy

Zapisy do 15.02.2022 poprzez Formularz pod linkiem:
<https://forms.gle/Jc8y4Uy1fNk63nePA>



FUNDACJA PROJEKT
RGZ



S.O.S. Dlaczego i od czego może uzależnić się opiekun?

Zapraszamy na XXXV
bezpłatne Spotkanie
on-line

S.O.S. "Porozmawiajmy
o dzieciach"

17.02.2022 (czwartek)
godz. 18:00



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Likwidacja barier w Małopolsce w 2022 roku



Oddział Małopolski

Likwidacja barier w Małopolsce w 2022 roku

Małopolski Oddział PFRON przypomina o realizacji i terminach przyjmowania wniosków oraz wystąpień samorządów powiatowych w ramach „Programu wyrównywania różnic między regionami III”.

W listopadzie 2021 r. Zarząd Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych przyjął „Kierunki działań oraz warunki brzegowe obowiązujące realizatorów „Programu wyrównywania różnic między regionami III” w 2022 r. Celem strategicznym programu jest wyrównywanie szans oraz zwiększenie dostępu osób z niepełnosprawnościami do rehabilitacji zawodowej i społecznej ze szczególnym uwzględnieniem osób zamieszkujących regiony słabiej rozwinięte gospodarczo i społecznie. Realizatorem programu jest samorząd powiatowy, który przyjmie zaproszenie do uczestnictwa w programie. Jednostka samorządu powiatowego będąca realizatorem programu składa wniosek bezpośrednio do właściwego Oddziału PFRON. W przypadku województwa małopolskiego: Oddział Małopolski PFRON w Krakowie: ul. Na Zjeździe 11, 30-527 Kraków.

Zmiany w programie

W dniu 22 listopada 2021 roku Rada Nadzorcza Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, na wniosek Zarządu Funduszu, podjęła decyzję o wprowadzeniu korzystnych zmian w „Programie wyrównywania różnic między regionami” obszar D, który przewiduje pomoc finansową dla samorządów terytorialnych oraz organizacji pozarządowych z przeznaczeniem na zakup mikrobusów albo autobusów do przewozu osób niepełnosprawnych do placówek służących ich rehabilitacji. Zmiany dotyczą:

- umożliwienia dofinansowania zakupu pojazdów do przewozu osób niepełnosprawnych do placówek prowadzonych przez jednostki samorządu terytorialnego szczebla wojewódzkiego (dotychczas w programie mogły uczestniczyć wyłącznie placówki prowadzone przez samorząd gminny, powiatowy albo organizacje pozarządowe);
- podwyższenia maksymalnej wysokości dofinansowania PFRON (intensywności pomocy) do zakupu pojazdu o 15 punktów procentowych.

Terminy i miejsce składania dokumentów

Wnioski zarządców w wielorodzinnych budynkach mieszkalnych dotyczące obszaru A programu oraz samorządów gminnych i powiatowych oraz organizacji pozarządowych dotyczące obszaru E gminy składają bezpośrednio w Oddziale Małopolskim PFRON w Krakowie: ul. Na Zjeździe 11, 30-527 Kraków. Wnioski przyjmowane są w trybie ciągłym.

W przypadku pozostałych obszarów, tj. B, C, D, F wnioski przyjmowane są przez Realizatorów programu tj. Powiaty - Powiatowe Centra Pomocy Rodzinie, w terminie wyznaczonym przez poszczególne jednostki powiatowe: styczeń/luty 2022 r.

Warunki uczestnictwa w programie

O środki PFRON mogą się ubiegać projektodawcy, którzy nie posiadają:

- wymagalnych zobowiązań wobec PFRON,
- zaległości w obowiązkowych wpłatach na PFRON,
- wymagalnych zobowiązań wobec BGK – dotyczy obszar A programu,
- wymagalnych zobowiązań wobec ZUS i Urzędu Skarbowego

Pozostałe dokumenty tj. procedury realizacji programu dostępne są na stronie internetowej PFRON: <https://www.pfron.org.pl/aktualnosci/szczegoly-aktualnosci/news/program-wyrownywania-roznic-miedzy-regionami-iii-w-2022-roku/>

Zapraszamy do kontaktu z Oddziałem Małopolskim PFRON w celu uzyskania szczegółowych informacji – Bogusława Słońska 0-12 31-21-418, 663-023-484, mail: bslonska@pfron.org.pl

Materiał prasowy: Oddział Małopolski PFRON

Załączniki:

[Materiał prasowy OM PFRON](#)

[ulotka informacyjna dla GMIN 2022](#)

LOGOTYPY:

Czerwono zielony znak graficzny tulipana z nazwą Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych Oddział Małopolska.



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Wigilia 2021

Szanowni Państwo.

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie uprzejmie informuje, że dzień **24 grudnia 2021 roku (Wigilia)**, jest dniem wolnym od pracy, w zamian za pierwszy dzień świąt Bożego Narodzenia przypadający w sobotę 25 grudnia 2021 roku.

Z wyrazami szacunku,
Dyrekcja i pracownicy Centrum.



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Program Wyrównywania Różnic Między Regionami III - na rok 2022

Oddział Małopolski Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych pismem znak: O-06/2706/2021/BS z dnia 30.11.2021 roku zaprosił Powiat Krakowski do wzięcia udziału w programie pn.: „Program wyrównywania różnic między regionami III” w 2022 roku.

Zarząd Powiatu w Krakowie Uchwałą Nr 424/2021 z dnia 9 grudnia 2021 roku wyznaczył termin składania przez Beneficjentów wniosków w ramach „Programu wyrównywania różnic między regionami III” w roku 2022. W Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie **do dnia 1 lutego 2022 roku** należy składać wnioski w ramach:

obszaru B - likwidacja barier w urzędach, placówkach edukacyjnych

lub środowiskowych domach samopomocy w zakresie umożliwienia osobom niepełnosprawnym poruszania się i komunikowania - dofinansowanie w wysokości do 150.000,00 zł (nie więcej niż **35%** kosztów realizacji projektu kwalifikujących się do objęcia pomocą),

obszaru D - likwidacja barier transportowych, dofinansowanie w wysokości do:

- 120.000,00 zł dla samochodów osobowych, zwanych dalej „mikrobusami”, które w wersji standardowej są samochodami 9-cio miejscowymi, specjalnie przystosowanymi do przewozu osób na wózkach inwalidzkich,
- 100.000,00 zł dla pozostałych samochodów osobowych, zwanych dalej „mikrobusami” które w wersji standardowej są samochodami 9-cio miejscowymi,
- 300.000,00 zł dla autobusów,

(nie więcej niż 75% kosztów realizacji projektu kwalifikujących się do objęcia pomocą w przypadku projektów dotyczących placówek służących rehabilitacji osób niepełnosprawnych oraz nie więcej niż 85% w przypadku projektów dotyczących warsztatów terapii zajęciowej)

obszaru F - do 80% kosztów realizacji projektu nie więcej niż 160.000,00 zł na remont bądź modernizację przeciwdziałającą degradacji infrastruktury istniejącego warsztatu terapii zajęciowej.

Poniżej link do informacji dotyczących Programu wyrównywania różnic między regionami III w roku 2022 oraz druk wniosku.

- Link:
<https://www.pfron.org.pl/aktualnosci/szczegoly-aktualnosci/news/program-wyrownywania-roznic-miedzy-regionami-iii-w-2022-roku/>
- Wniosek o dofinansowanie ze środków PFRON projektów w ramach obszaru B,D i F „Program wyrównywania różnic między regionami III”.

Załączniki:

Wersja WORD
[wniosek 2022](#)

Wersja PDF
[wniosek 2022](#)



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Szkolenie dla opiekunów zastępczych "Samodzielność od kuchni - Usamodzielniamy przez gotowanie" 15.12.2021 r.

Zapraszamy opiekunów zastępczych na bezpłatne szkolenie: „Samodzielność od kuchni - Usamodzielniamy przez gotowanie”

15.12.2021 r. (środa) w godz. 10 - 16, ul. Szeroka 31/4 w Krakowie.

- Porcja praktycznej wiedzy o gotowaniu w placówkach,
- Podstawowe szkolenie dietetyczne - rola składników, piramida i talerz harwardzki,
- Gra edukacyjna - "O gotowaniu nie tylko przy stole",
- Gotowanie w praktyce,
- Wyzwania związane z gotowaniem w pieczy, gra karciana o tematyce kulinarnej.

ZAJĘCIA W FORMIE WARSZTATOWEJ poprowadzi dwóch trenerów z [Fundacji Samodzielność od kuchni](#).

Uczestnicy otrzymają talię kart do pracy z młodzieżą oraz link do materiałów.

UWAGA!!! W szkoleniu mogą wziąć udział tylko osoby zaszczepione.

Zapisy poprzez FORMULARZ: <https://forms.gle/ouERvQwXCBtgEnzW7> lub mail: fundacja@fundacjamichalskich.pl

Zgłoszenia przyjmujemy do 08.12.2021 lub do wyczerpania miejsc!



FUNDACJA
IM. JACKA I PIOTRA
MICHALSKICH

ZAPRASZA NA SZKOLENIE
DLA OPIEKUNÓW ZASTĘPCZYCH,
KTÓRE POPROWADZI FUNDACJA SAMODZIELNOŚĆ
OD KUCHNI

**SAMODZIELNOŚĆ OD
KUCHNI**
USAMODZIELNIAMY PRZEZ GOTOWANIE!

15.12.2021 (ŚRODA)
GODZ. 10:00 - 16:00
KRAKÓW



- ▶ Poreja praktycznej wiedzy o gotowaniu w placówkach
- ▶ Podstawowe szkolenie dietetyczne - rola składników, piramida i talerz harwardzki
- ▶ Gry edukacyjne - "O gotowaniu nie tylko przy stole"
- ▶ Gotowanie w praktyce
- ▶ Wyzwania związane z gotowaniem w pieczy, gra karciana o tematyce kulinarnej

ZAJĘCIA W FORMIE WARSZTATOWEJ poprowadzi dwóch trenerów z Fundacji Samodzielność od kuchni
Uczestnicy szkolenia otrzymają talie kart do pracy z młodzieżą oraz link do materiałów



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Spotkanie online STRATA I ŻAŁOBA/03.12.2021 (PIĄTEK) godz. 18:00

Zapraszamy

Opiekunów zastępczych oraz osoby, które bezpośrednio pracują z dziećmi

na XXXIV bezpłatne Spotkanie on-line

S.O.S. "Porozmawiajmy o dzieciach"

STRATA I ŻAŁOBA

w dniu 03.12.2021 (piątek) o godz. 18:00

□ STRATA I ŻAŁOBA - Jak wspierać osoby po śmierci bliskich?

□ Czym jest proces żałoby i jak przebiega?

□ Jakie reakcje mogą towarzyszyć osobie po stracie?

□ Jak wspierać osoby w żałobie? Dobre praktyki, a dobre rady.

Zajęcia poprowadzą absolwentki Studium Psychoterapii Indywidualnej i Studium Psychoterapii Par w Laboratorium Psychoedukacji. Obecnie pracujące w Konteksty.net

Nina Harbuz - Członkini kolektynu Instytutu Dobrej Śmierci. Pracuje z osobami doświadczającymi żałoby i straty, zaburzeniami osobowości, zmagającymi się z depresją, nerwicą lękową. Działająca również w ośrodku „2strona” <https://www.2strona.pl/>

Ewa Bytniewska - Psychoterapeutka, pedagog, członek nadzwyczajny Polskiego Towarzystwa Psychologicznego. Pracuje z osobami z doświadczeniem żałoby, w tym z rodzicami po stracie dziecka. Działa

również w Gabinetcie Psychoterapii i Rozwoju „Razem do zmiany” <http://www.razemdozmiany.pl/>

Zapisy do 01.12.2021 poprzez Formularz pod linkiem: <https://forms.gle/kM6HvtjJyFG18SeV8>

Więcej informacji pod nr tel. 728 908 236



FUNDACJA PROJEKT
RSZ

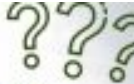


FUNDACJA
IM. JACKA I PIOTRA
MICHAŁSKICH

**S.O.S. STRATA
I ŻAŁOBA**

Zapraszamy na XXXIV
bezpłatne Spotkanie
on-line
S.O.S. "Porozmawiajmy
o dzieciach"

**03.12.2021 (piątek)
godz. 18:00**



? STRATA I ŻAŁOBA - Jak wspierać osoby po śmierci bliskich?

? Czym jest proces żałoby i jak przebiega?

? Jakie reakcje mogą towarzyszyć osobie po stracie?

? Jak wspierać osoby w żałobie? Dobre praktyki, a dobre rady.

Zajęcia poprowadzą absolwentki Studium Psychoterapii Indywidualnej i Studium Psychoterapii Par w Laboratorium Psychoedukacji. Obecnie pracujące w [Konteksty.net](https://www.konteksty.net)

Nina Harbuz - Członkini kolektywu Instytutu Dobrej Śmierci. Pracuje z osobami doświadczającymi żałoby i straty, zaburzeniami osobowości, zmagającymi się z depresją, nerwicą lękową. Działająca również w ośrodku „Zstrona” <https://www.zstrona.pl/>

Ewa Bytniewska - Psychoterapeutka, pedagog, członek nadzwyczajny Polskiego Towarzystwa Psychologicznego. Pracuje z osobami z doświadczeniem żałoby, w tym z rodzicami po stracie dziecka. Działa również w Gabinetce Psychoterapii i Rozwoju „Razem do zmiany” <http://www.razemdozmiany.pl/>



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Warsztaty dla młodzieży w pieczy zastępczej: PRAKTYCZNE WARSZTATY NA SIŁOWNI oraz SPOSOBY RADZENIA SOBIE ZE STRESEM

Najlepiej uczyć się poprzez doświadczenie, dlatego zapraszamy młodzież 16+ na bezpłatne PRAKTYCZNE WARSZTATY organizowane przez Fundację Michalskich:

- Prowadzone przez medalistkę Mistrzostw Polski w lekkoatletyce PRAKTYCZNE WARSZTATY NA SIŁOWNI, 27.11.2021 (sobota) w godz. 10-13 (w tym: praktyczne ćwiczenia, nauka odpowiednich wzorców, by trening był efektywny, analiza składu ciała)
- Warsztaty SPOSOBY RADZENIA SOBIE ZE STRESEM, 04.12.2021 (sobota) w godz. 10-12 (w tym: jak zadbać o siebie w trudnym okresie, jak radzić sobie ze stresem)

Formularz zgłoszeniowy: <https://forms.gle/MmifgFctmi48ZVUdA>

Fundacja im. Jacka i Piotra Michalskich: www.fundacjamichalskich.com.pl

27.11.2021 (sobota)
10:00 - 13:00
PRAKTYCZNE WARSZTATY
NA SIŁOWNI

04.12.2021 (sobota)
10:00 - 12:00
Warsztaty
SPOSOBY RADZENIA
SOBIE ZE STRESEM



**MINI AKADEMIA
JUMP
2LIFE**

ZAPISZ SIĘ! 728 908 236


Praktyczne warsztaty
na siłowni

- praktyczne ćwiczenia na urządzeniach w klubie fitness (nie tylko dla świetnego wyglądu).
- nauka prawidłowych wzorców ruchowych, aby trening był efektywny.
- dużo potu, śmiechu totalnego relaksu.
- analiza składu ciała.

Zajęcia poprowadzi Urszula Kuśnierz - była lekkoatletka, medalistka Mistrzostw Polski, która zaraża ludzi pasją do sportu

27.11.2021 (sobota)
10:00-13:00

**BEZPŁATNA
AKADEMIA**





Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Szkolenie dla rodzin zastępczych - „Praca z dzieckiem po traumie”

Zapraszamy rodziców zastępczych i prowadzących rodzinne domy dziecka do udziału w organizowanym przez ROPS w Krakowie szkoleniu „Praca z dzieckiem po traumie”

Cel szkolenia - poszerzenie wiedzy nt. pracy i współpracy na rzecz dziecka, które doświadczyło traumy:

- przyczyny, symptomy i przebieg traumy,
- jak zmienia dziecko przeżyta trauma, co jest odwracalne, a co trwałą zmianą,
- wsparcie dziecka z doświadczeniem traumy - warsztat pracy.

Terminy do wyboru: **08.12.2021, 10.12. 2021, 15.12.2021, 16.12.2021** – w godz. 9.00-15.45 (w tym przerwa kawowa – 15 min i obiadowa – 30 min; rejestracja od 8.30)

Miejsce: **ul. Prądnicka 12, Kraków** – Sala Szkoleniowa Awocado Lunch Bar Kraków

Wypełniony i podpisany formularz zgłoszeniowy należy przesłać pocztą elektroniczną, w formie skanu, na adres: szkolenia-piecza@rops.krakow.pl.

TERMIN SKŁADANIA DOKUMENTÓW REKRUTACYJNYCH: **01.12.2021 godz. 10:00**

Informacja o naborze na stronie ROPS Kraków:

<https://rops.krakow.pl/profesjonalne-kadry-wspierania-rodziny-i-pieczy-zastepczej/nabor-na-szkolenia-i-superwizje,nabor-na-szkolenie-praca-z-dzieckiem-po-traumie>

[Formularz zgłoszeniowy](#)

[Regulamin](#)



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Odwołanie wycieczki

Uprzejmie informujemy, że zaplanowana na dzień 20.11.2021r. wycieczka dla rodzin zastępczych „W poszukiwaniu skarbów jesieni” na Lubogoszcz, nie odbędzie się ze względu na niekorzystne warunki pogodowe. Wyjazd zostanie zrealizowany w późniejszym terminie. W razie pytań prosimy o kontakt telefoniczny:

Dział Wspierania Rodziny i Systemu Pieczy Zastępczej

ul. Kopernika 13, 32-050 Skawina

tel. (12) 210-09-76

fax. (12) 210-09-77



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Symulacyjna gra ekonomiczna dla młodzieży

Fundacja Michalskich zaprasza młodzież 16+ z pieczy zastępczej w sobotę 20.11.2021 godz. 11-15 na GRĘ SYMULACYJNĄ „ROBINSON NA PLUSIE” - w Krakowie przy ul. Szerokiej 31/4.

Gra jest świetna - to symulacja zarządzania pieniędzmi; pozwala zdobyć faktyczne doświadczenie i pokazuje, jak tworzyć rezerwy, inwestować oraz współpracować w zespole.

Generalnie - na własnej skórze uczy, jak zrobić tak, żeby zarobić na wydatki i żeby nam kasy starczyło na cały miesiąc ☐

Zgłoszenia do środy 17.11.2021 r.:
https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfHQSS-y47O2HxXvCpDlbzhQN9vyXm7C1uwwR_GyygHsX6Bgg/viewform





Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Wycieczka dla rodzin zastępczych

W dniu 20.11.2021r. koordynatorzy rodzinnej pieczy zastępczej organizują górską wycieczkę na Lubogoszcz w Beskidzie Wyspowym pt. „ W poszukiwaniu skarbów jesieni”, na którą zapraszają wszystkie chętne rodziny zastępcze ze swoimi podopiecznymi. W programie m.in. wspólny spacer w pięknej górskiej scenerii, zwiedzanie w towarzystwie leśniczego ścieżki przyrodniczej, wspólne ognisko (zestaw ogniskowy do nabycia w Bazie Szkolno-Wypoczynkowej w cenie 10 PLN/osoba), możliwość skorzystania ze stołówki i konkurs. Do przejścia będzie dystans około 4,5 km w jedną stronę, częściowo znakowany szlakiem turystycznym PTTK, pod górę. Zbiórka o godz.10 na parking przy kościele w Kasince Małej. Dla niezmotywowanych zapewniamy transport – ilość miejsc ograniczona, decyduje kolejność zgłoszeń. Uczestników prosimy zaopatrzyć się w odpowiednie obuwie trekkingowe oraz odzież turystyczną stosowną do pogody.

Organizatorzy zastrzegają sobie prawo odwołania wycieczki w razie niekorzystnych warunków atmosferycznych.

Zgłoszenia z podaniem liczby uczestników prosimy kierować do swoich organizatorów/koordynatorów lub telefonicznie:

Dział Wspierania Rodziny i Systemu Pieczy Zastępczej

ul. Kopernika 13, 32-050 Skawina

tel. (12) 210-09-76

fax. (12) 210-09-77



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Szkolenie dla rodzin zastępczych - Komunikacja dorastania - metody i narzędzia skutecznej pracy z dzieckiem na poszczególnych etapach rozwoju

Zapraszamy rodziców zastępczych i prowadzących rodzinne domy dziecka do udziału w organizowanym przez ROPS w Krakowie szkoleniu „Komunikacja dorastania - metody i narzędzia skutecznej pracy z dzieckiem na poszczególnych etapach rozwoju”.

Cel szkolenia - doskonalenie umiejętności rozmowy z dzieckiem w różnym wieku, uzyskanie wiedzy o wpływie przywiązania na zachowania człowieka przez całe życie oraz o tym, jak zmienia się mózg nastolatka oraz jak zmiany te wpływają na zachowanie; czego się spodziewać i jak się dogadać z nastolatkiem (warsztat)

Terminy do wyboru: **23.11.2021, 25.11.2021, 02.12.2021, 03.12.2021** - w godz. 9.00-15.45 (w tym przerwa kawowa - 15 min i obiadowa - 30 min; rejestracja od 8.30)

Miejsce: **ul. Prądnicka 12, Kraków** - Sala Szkoleniowa Awocado Lunch Bar Kraków

Wypełniony i podpisany formularz zgłoszeniowy należy przesłać pocztą elektroniczną, w formie skanu, na adres: szkolenia-pieczka@rops.krakow.pl.

TERMIN SKŁADANIA DOKUMENTÓW REKRUTACYJNYCH: **16.11.2021 do godz. 10:00**

Informacja o naborze na stronie ROPS Kraków:

<https://rops.krakow.pl/profesjonalne-kadry-wspierania-rodziny-i-pieczy-zastepczej/nabor-na-szkolenia-i-superwizje,nabor-na-szkolenie-komunikacja-dorastania-metody-i-narzedzia-skutecznej-pracy-z-dzieckiem-na-poszczegolnych-etapach-rozwoju>

[Formularz zgłoszeniowy](#)



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Sport, Kultura, Rekreacja i Turystyka

Zapraszamy organizacje pozarządowe, działające na rzecz osób niepełnosprawnych z terenu Powiatu Krakowskiego, do składania wniosków o dofinansowanie ze środków PFRON organizacji sportu, kultury, rekreacji i turystyki osób niepełnosprawnych.

Wnioski należy składać **do 30 listopada 2021r.** w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie, pokój 11

Wniosek do pobrania WORD

[Wniosek SKRiT na rok 2022](#)



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Zapraszamy młodzież z rodzin zastępczych na

ciekawe warsztaty!

Warsztaty dla młodzieży 16+ z pieczy zastępczej w ramach Mini Akademii Jump2Life:

- 23.10.2021 (sobota) godz. 10 -13: Warsztaty z radcą prawnym pracującym z młodzieżą - **POMOC NA USAMODZIELNIENIE**, porady prawne, rozmowy o umowach, kredycie.



- 06.11.2021 (sobota) godz. 10 - 13: Warsztaty w kuchni - **ZDROWE ODŻYWIENIE NIE MUSI BYĆ TRUDNE**, szybkie przygotowywanie zdrowych posiłków, planowanie menu itd.



Miejsce: ul. Szeroka 31/4, Kraków (Kazimierz)

Zapisy poprzez formularz: <https://forms.gle/Pu1pe8XKmE8JPKJB9> do 20.10.2021 r.

W razie pytań - kontakt e-mail: fundacja@fundacjamichalskich.pl lub tel. 728 908 236

Zapraszamy serdecznie!



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Szkolenie „Praca z dzieckiem z FAS i ze spektrum

FAS” dla rodzin zastępczych

Stowarzyszenie Nowy Dom zaprasza rodziny zastępcze do udziału w szkolenie on-line „Praca z dzieckiem z FAS i ze spektrum FAS”. Szkolenie odbędzie się w dniach 22-23.10.2021 (od godziny 16) w ramach projektu „POMOC dla pieczy”.

Tematyka szkolenia:

- Czym jest Płodowy Zespół Alkoholowy (FAS);
- Podstawowe syndromy, objawy, cechy FAS/FASD;
- Funkcjonowanie dziecka z FAS w szkole, w grupie rówieśniczej, w środowisku rodzinnym, w systemie edukacji;
- Umiejętności dzieci z FAS;
- Niewłaściwe zachowania - rozwiązywanie problemów;
- Praca z dzieckiem z FAS oraz jego opiekunami - Strategie postępowania i pomagania dziecku z FAS;
- System wsparcia dla dziecka z FAS - formalny i nieformalny;

Osoby zainteresowane proszone są o przesłanie wypełnionej ankiety zgłoszeniowej na adres: stowarzyszenienowydom@interia.pl

[ankieta rekrutacyjna](#)



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Oferta zajęć dla młodzieży

Fundacja im. Jacka i Piotra Michalskich zaprasza młodzież w wieku 16+ na bezpłatne zajęcia do Mini Akademii Jump2Life.

1) Bezpłatne WARSZTATY BARISTYCZNE w Galicyjskiej Szkole Smaku z możliwością uzyskania certyfikatu: 02.10.2021 (sobota) w godz. 10-15

Parzenie kaw jako pasja lub inspiracja do przyszłej pracy



2) Spotkanie PSYCHOTERAPIA - czy warto?: 09.10.2021 (sobota) w godz. 10-12

Jak wygląda terapia? Czy to jest dla mnie? Po czym poznać dobrego terapeuty? Na te i inne pytania odpowie Gabriela Gradys - usamodzielniona wychowanka pieczy zastępczej, studentka psychologii na Uniwersytecie Gdańskim, pracownik naukowy na Uniwersytecie Jagiellońskim.

PSYCHOTERAPIA
czy warto?

Jak wygląda terapia?

Czy to jest dla mnie?

Po czym poznać dobrego terapeutę?

Spotkanie poprowadzi Gabriela Gradys - usamodzielniona wychowawca z pieczy zastępczej, studentka ostatniego roku psychologii na Uniwersytecie Gdańskim, pracownik naukowy na UJ

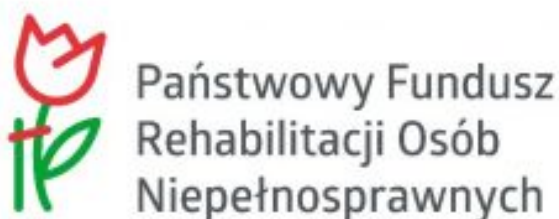
09.10.2021 (sobota) | godz. 10:00 - 12:00

Zachęcamy do korzystania z Formularza zgłoszeniowego: <https://forms.gle/M9MzdQi8y5drgALz7>



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

CIDON: Centrum informacyjno-doradcze dla osób z niepełnosprawnością



CIDON: Centrum informacyjno-doradcze dla osób z niepełnosprawnością

Oddział Małopolski Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych informuje, że od dnia 1 września 2021 r. przy Oddziale uruchomione zostało Centrum informacyjno-doradcze dla osób z niepełnosprawnością (CIDON).

W ramach działalności CIDON osoby z niepełnosprawnością oraz osoby z ich otoczenia mogą uzyskać informacje m.in. na temat:

- programów realizowanych przez PFRON,
- projektów realizowanych przez organizacje pozarządowe,
- obowiązujących systemów orzecznictwa,
- dostępnego wsparcia finansowego oraz rzeczowego,
- zaopatrzenia w sprzęt ortopedyczny czy rehabilitacyjny,
- ulg a także uprawnień wynikających z przepisów prawa,
- instytucji wspierających osoby z niepełnosprawnością i wiele innych.

Docelowo Centrum informacyjno-doradcze stanie się miejscem, w którym osoby z niepełnosprawnością uzyskają kompleksowe wsparcie w każdym obszarze wymagającym pomocy, doradztwa, a także konsultacji. Dbając o jak najwyższe standardy obsługi pragniemy zapewnić, że Centrum będzie również systematycznie rozszerzać swoją ofertę, między innymi o możliwość skorzystania z usługi specjalisty ds. zarządzania rehabilitacją czy skierowania do Ośrodka Wsparcia i Testów, gdzie osoby z niepełnosprawnością będą mogły testować najnowsze technologie asystujące.

Zachęcamy do śledzenia informacji na temat CIDON na stronie www.pfron.org.pl oraz w mediach społecznościowych. CIDON pozostaje do Państwa dyspozycji od poniedziałku do piątku w godzinach funkcjonowania Oddziału, nr tel. 12 312 14 33.

Treść informacji w wersji WORD:

[Informacja o utworzeniu CIDON](#)

Logotypy:

Logo PFRON składające się z zielono czerwonego wzoru graficznego tulipana i nazwy Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych,

Logo CIDON składające się z zielonego znaku graficznego oraz nazwy CIDON w Oddziale PFRON