

**Darbas su jaunimu vasarą
Atvirame Telšių jaunimo centre**

Kodėl JD verta dirbti, kai kiti atostogauja

- Įspūdžiai, kurie neišblėsta, eina iš lūpų į lūpas, iš kartos į kartą...
- Gamta diktuoja sąlygas ir metodus - mažiau reikia ruošti
- Stovyklų, žygių metu jaunuoliai susitinka giluminiam lygmenyje, pažįsta vieni kitus, tai palengvina darbą visus ateinančius metus
- JŽ ir JD taip pat atranda santykį (jei nori susidraugauti su jaunuoliu, eik su juo į žygį - 98 proc. pavyks)

Kodėl JŽ reikia veiklos ne patalpose

- Vasarojam kaip mokam (alternatyvų parodymas JŽ)
- JŽ visų pirma reikalingas iššūkis
- Nekasdieniška aplinka
- Atsitraukimas nuo elektroninių priemonių
- Savarankiškumo, bendravimo, susitarimų laikymosi, savęs pažinimo įgūdžiai
- Fizinis nuovargis
- Teigiamos emocijos

Kaip išsivilioti jaunuolius į lauką

- Tikėjimas tuo, ką siūlai
- Įspūdžiai tų, kurie jau kartą dalyvavo
- Jau patirti įspūdžiai kažkokioje panašioje veikloje

Dėl ko nesimiega savaitę prieš dviračių žygį

- Kuo daugiau patirties, tuo daugiau nerimo
- Kai pažįsti jaunuolį/ę ir žinai, kad jam/jai bus labai sunku pvz. laikytis susitarimo važiuoti vienoje eilėje
- Kai žinai, kad atsitikus nelaimei vistiek bus kas nors neužtikrinta (formaliai nesutvarkyta), dėl ko teks atsakyti

Ką darom, kad ramiau būtų

- Suburiam komandą, kuri turi darbo su grupe nekasdieniškoje aplinkoje patirties (budintys žmonės, kurie atvyks esant reikalui)
- Dirbame su grupe prieš išvykstant į veiklas: susitarimai dėl visų sąlygų, paaiškinimai KODĖL taip, o ne kitaip...
- Nepilnamečių jaunuolių tėvų sutikimai (pilnamečių, pačių dalyvių sutikimai)
- Drąsiai šaliname jaunuolius, jeigu jie nesilaiko susitarimų
- Į patirtines, iššūkingas veiklas imame tuos, su kuriais esame jau geriau pažįstami - t.y. dirbame palaipsniui

Ką darom, kad ramiau būtų

- Esame išmokę teikti pirmąją pagalbą, aptarę kaip reaguojame avarinėse situacijose
- Mokiname jaunuolius, kaip suteikti pirmąją pagalbą
- Instruktuojame jaunuolius pasirašant prieš išvykdami
- Jaunuoliai privalo pateikti sveikatos pažymėjimus, kad gali dalyvauti mūsų veiklose
- Kartais jaučiam, kad reikia dar ir paskambinti tėvams
- Laikomės visų reikalavimų, kurių pajėgiame laikytis

Mūsu pasiteisinusios patirtinēs veiklos

Dviračiu žygis



Stovyklos orientuotos į procesą, tarptautinė darbo stovykla



Pėsčiųjų maratons „Kiek noriu, tiek einu“



Patirtiniai, sveikatingumo žygiai



Patirtinės aukščio užduotys





Dokumentai, formos, kurias naudojame

- Sveikatos pažyma 079/a
- Savo susikurta sveikatos forma, kurią JŽ pildo kartu su tėvais
- Nuostatai ir tėvų sutikimas
- Instruktažas, kuri pasirašo kiekvienas dalyvis
- Išskirtiniais atvejais - draudimas

Sveikatos forma

Mūsų programose siūlomosose užduotyse, kuriose dažnai būna iššūkių elementų, visi dalyvauja tik savo noru ir visada gali atsisakyti atlikti vieną ar kitą užduotį. Mes stengiamės mūsų programas pritaikyti kiekvieno žmogaus fizinei būklei. Tuo tikslu maloniai prašome užpildyti šią sveikatos formą rimtai. Jūsų pateikta informacija padės pritaikyti užduotis pagal jūsų fizinį pasirengimą.

Visa jūsų pateikta informacija yra konfidenciali ir prieinama tik mokymo programos vadovams ir tik užsiėmimo metu – vėliau formos sunaikinamos.

Bendra informacija

| | |
|---|--|
| Vardas ir p. | |
| Gimimo data | |
| Telefonas | |
| Ką informuoti nelaimės atveju (Vardas, pavardė ir tel.) | |

Sveikatos profilis

Pažymėkite jums tinkantį atsakymą. Jeigu į kurį nors klausimą atsakote **TAIP**, prašome aprašyti plačiau ir detaliau nusakyti simptomus, reakcijas, sąlygas ir pan.

| KLAUSIMAI | NE | TAIP |
|---|----|------|
| Šienligė ar kitos alergijos? | | |
| Ar naudojate reguliariai kokius nors specialius medikamentus? | | |
| Ar per pastaruosius 2 metus gulėjote ligoninėje? | | |
| Ar turite kokių nors širdies ir kraujagyslių negalavimų? | | |
| Ar sergate hipertenzija? (per aukštas kraujospūdis) | | |
| Ar sergate hipotonija? (per žemas kraujospūdis) | | |
| Ar jums būna galvos svaigimo arba silpnumo priepuolių? | | |
| Ar turėjote rimtų stuburo traumų? | | |
| Ar turėjote rimtų galvos traumų? | | |
| Ar turite rimtų raiščių arba sąnarių problemų? | | |
| Ar sergate: | | |
| Astma? | | |
| Cukrinį diabetą? | | |
| Hemofilija (kraujo nekrešėjimas)? | | |

Žygio dalyvio (nuo 14 iki 18 metų) ir tėvų sutikimas

Aš, **sutinku** žygio metu, kuris 2016 m. balandžio 15 d. 16.00 val. iki balandžio 16 d. 19.00 val., laikytis šių, nuostatuose patvirtintų, dalyviams reikalavimų:

1. Savavališkai (neįsiję vadovų) nepasišalinti iš žygio ar elgtis ne pagal susitarimus, kurie priimti pasiruošimo žygiui metu;
2. Laikytis saugaus elgesio, higienos, savisaugos reikalavimų, tinkamai naudotis elektros prietaisais, būti atsargiems su ugnimi;
3. NEVARTOTI alkoholio ar kitų svaiginančių medžiagų (pastebėjus, kad dalyvis yra apsvaigęs, jis šalinamas iš renginio, pranešant apie įvykį tėvams/globėjams arba policijai);

.....
(Dalyvio vardas, pavardė, parašas)

Aš, (dalyvio tėvo ar mamos vardas, pavardė)
.....

1. Sutinku, kad mano sūnus/duktė dalyvautų žygyje, kuris 2016 m. balandžio 15 d. 16.00 val. iki balandžio 16 d. 19.00 val.;
2. Sutinku, jei mano sūnus/duktė nesilaikys bent vieno iš žygio nuostatuose patvirtintų pagrindinių reikalavimų – atvykti ir parsivežti sūnų/duktę;
3. Esant reikalui, mano vaikui gali būti suteikta pirmoji medicininė pagalba.

.....
(Vieno iš tėvų vardas, pavardė, parašas, telefono numeris, data)

Kaip dirbant kartu susitvarkyti dokumentus
taip, kad neliktų spragų ir galėtume miegot
ramiau.

Jaunimo centruose/erdvėse dirba minimaliai
personalo, todėl esame nepajėgūs
pasidaryti viską (bent jau mes).

Kaip galėtume vieni kitiems padėti?