

“Scoala familiei mele” - Cursurile de vara

Intrucat in lunile precedente C.M.I. Dr. Herdea Valeria a fost implicat in desfasurarea unor activitati de promovare a educatiei pentru sanatate la nivel national, programul cursurilor postat anterior pe site nu a putut fi dus la indeplinire. Pentru a remedia situatia si a putea respecta programul cursurilor anuntat anterior, s-a luat decizia comasarii cursurilor sub denumirea de “**Sesiunea de vara a cursurilor Scoala familiei mele**”.

Astfel, **C.M.I. Dr. Herdea Valeria** alaturi de **MiniClub Condor**, in cadrul programului “*Parteneriatul pentru educatie medic – familie, cheia de bolta pentru mentinerea starii de sanatate a familiei*” organizeaza in perioada de vara iunie-august continuarea cursurilor, intr-o noua locatie.

Temele abordate

- Quo vadis familia?
- Familia contemporana intre traditii, provocarile societatii moderne si echilibrul oferit de educatie. Interferente psiho-socio-comportamentale, medicale si spirituale

Despre noua locatie

Cu putin ajutor din partea prietenilor nostri de la **MiniClub Condor**, am reusit sa mutam locatia cursurilor din cabinetul nostru catre orasul **Valea Doftanei** (*Jud. Prahova*). Decizia de a alege o locatie in afara orasului Bucuresti, a fost motivata de dorinta organizatorilor ca la aceste cursuri, in primul rand, **sa poata participa intreaga familie** - parintii, alaturi de copii iar in al doilea rand de faptul ca perioada de weekend permite comasarea cursurilor, care vor include parte teoretica, parte practica-aplicativa, atat pentru parinti, pentru copii, dar si pentru ambele grupe impreuna. Copiii vor avea parte de o **echipa de coordonare** formata de **educator si medic**, adultii vor avea o echipa de pregatire separata formata de **medici si terapeut de terapii alternative**. Cele doua grupe vor avea activitati separate si de asemenea comune, in functie de programa pe care o au fiecare de parcurs. Exceptia de la aceasta situatie o constituie mamele cu sugari mici, care vor ramane impreuna pe parcursul cursului.

Cursurile oferite intr-o locatie departe de oras, in mijlocul naturii, pot permite alaturi de achizitia de noi informatii, noi cunostiinte, in dificila *meserie* de parinte si in responsabilizanta si extraordinara aventura care este Viata pentru copiii nostri, cu siguranta permit si relaxare, odihna, incarcarea armonioasa a *bateriilor* sufletului nostru.

Cazarea se va face in cadrul unitatii [Pensiunea Valea Negrasului***](#) . Distanța dintre **Bucuresti** si **Valea Doftanei** este de 130km. Statiunea se afla la o altitudine de 800 – 1000 m.

Programul cursurilor pe lunile de vara

- **Curs iunie**
 - **Copilul 1-14 ani.** Abordare interdisciplinara pe etape: prescolar, scolar mic, pubertate . De la joc la invatare.
 - **Adolescentii.** Intre personalitate si individualitate. Optimizarea profesiei.
 - **Familia tanara.** Valentele iubirii.
- **Curs iulie**
 - **Tinerii si profesia.** Intre cariera si familie.
 - **Familia si provocarile vietii de cuplu:** el, ea si ...noi. Managementul stresului in familie si la locul de munca.
 - **Competitie sau echilibru?** Un copil,doi copii...
- **Curs august**
 - **Familia** - intre aspiratii si realizari. Darurile familiei. Cariera sau familie? Sunt posibile amandoua?
 - **Copiii mari si ...copiii lor.** Generatiile. Mecanisme de protectie in familie.
 - **Boli incurabile,** intre preventie, tratament si sustinerea celor dragi - abordare holistica.

Programul cursurilor pe zile

Cursurile se vor desfasura incepand de Vineri seara (orele 18.00) pana Duminica la amiaza (orele 14.00). Programul preliminar este prezentat mai jos:

- **Vineri**
 - 17.30-19.00 **Cazare**
 - 19.00-20.00 **Cina**
 - 20.00-21.00 **Prezentare program, acomodare participanti**
- **Sambata**
 - 07.30-08.30 **Mic dejun**
 - 09.00-12.00 **Atelier 1**
 - 13.00-14.00 **Pranz**
 - 14.00-16.00 **Odihna**
 - 16.00-19.00 **Atelier 2**
 - 19.30-21.00 **Cina**
- **Duminica**
 - 08.00-09.00 **Mic dejun**
 - 09.00-12.00 **Atelier 3**
 - 12.30-13.30 **Pranz**
 - 14.00-15.00 **Eliberare camere**
 - 14.00-14.30 **Plecare spre Bucuresti**

Reguli de grup

Comportamentul pe parcursul cursurilor se bazează pe respect reciproc, decență, bun-simt, altruism, atitudine prietenoasă, dreptul de a participa la toate activitățile educative desfășurate, precum și la cele de agrement.

Respectarea de către cursanți a programului de curs - sosire, cazare, participare la curs. În cazul în care un membru al familiei, nu dorește să participe la curs, nu este obligat să o facă. Poate să fie prezent doar la activitățile de agrement. Pe perioada cursului, va putea desfășura activități individuale. Acceptul de a participa la această mini-tabără educațională, este însă condiționat, de comportament decent și de a nu deranja în nici un fel prin comportamentul propriu pe nimeni, dintre cei care participă efectiv la curs.

Se vor respecta strict orele de masă, curs, trezire, stingere, utilizare a focului.

Totii cei participanți se vor implica în buna desfășurare a cursului, precum și în desfășurarea cât mai plăcută a perioadelor de agrement.

Este obligatoriu:

- păstrarea în condiții de curățenie și siguranță a zonei în care se va desfășura cursul precum și a întregii zone de cazare,
- respect față de personalul pensiunii
- pe perioada cursului este interzis cu strictețe - consumul de alcool, fumatul, comportamentul indecent
- telefoanele se vor menține pe *silent* pe parcursul orelor de curs
- nu sunt acceptate discriminări de -sex, religie, apartenență politică, dizabilități.
- adresabilitatea între cursanți se va stabili de comun acord, la începerea cursului
- respect față de - speaker, cursanți, posibilitatea de intervenție la finalul prezentării materialului
- dreptul la opinie, fără a fi premise abateri de la minimă decență, între interlocutori
- copiii vor avea un saculeț, care să conțină apă plată la 0,5 l imbuteliată, haine de schimb, în funcție de condițiile meteo și vârsta, palariu, încălțăminte solidă.
- în funcție de patologia cunoscută, se recomandă participanților să aibă o trusă medicală de urgență proprie asupra lor.
- în completarea pre-testului, vă rugăm să specificați eventualele alergii, intoleranțe, boli cronice, etc.
- informațiile și materialele primite la curs sunt confidențiale
- organizatorii vor asigura: program de curs, materiale, condiții decente de cazare și masă

Acestea nu vor fi considerate criterii de excludere, ele sunt solicitate, în vederea asigurării siguranței și confortului atât al dvs cât și al grupului.

Organizatorii & Insciere curs

Mai multe detalii despre cazare, masa si cursuri, program de agrement, vor fi oferite de catre organizatori:

- **Teodor Herdea** - detalii curs – **0723.144.572**
- **Iorgulescu Adrian** - detalii administrative – **0725.211.112**

In vederea bunei desfasurari a cursului, precum si a intregii perioade de weekend, va aducem la cunostiinta urmatoarele:

- inscrierea la cursuri este conditionata de completarea formularului de inscriere: **Formular de inscriere.docx, Formular de inscriere.doc**

Cazare & Costuri & Transport

Se vor percepe contravaloarea cazarii, meselor (sunt incluse trei mese/zi), material de curs, cheltuieli ocazionate de personal auxiliar necesar pentru ingrijirea si supravegherea copiilor, ceea ce insumeaza in total:

1. Cost de persoana pentru participarea la un curs (de Vineri pana Duminica)

- varianta singur in camera dubla (nu exista camera single) -**560 ron**

- varianta singur in garsoniera - **600 ron**

2. Cost pentru un cuplu pentru participarea la un curs (de Vineri pana Duminica)

- camera dubla - **960 ron**

- garsoniera **1000 ron**

**Nu se percepe taxa suplimentara pentru cazarea copiilor cu varste sub 12 ani, cazati in camera cu parintii!*

***Mesele acestora vor fi achitate separat, in functie de cerintele parintilor si oferta pensiunii.*

In cadrul acestui pachet de curs, organizatorii ofera bonus:

- cursurile pentru copii + supraveghere copii, in perioada in care se deruleaza cursurile pentru parinti

- organizare activitati de agrement: excursie pentru copii, foc de tabara, mini-zoo pentru copii, concursuri pentru copii, pictura pe piatra, lemn.

Optional

Transport pentru participantii care nu au alt mijloc de deplasare in zona, organizatorii asigura transport dus-intors cu microbus - 80 ron/persoana.

Pentru a se putea face rezervarea intregii locatii, in conditii corespunzatoare, este necesara **achitarea avansului de participare la curs – 100 ron** de persoana (*minim solicitat de catre pensiune*), **pana la data de 18.05.2012.**

In perioada **14.05.2012 - 18.05.2012**, puteti achita avansul de curs la sediul cabinetului in zilele de **Luni si Miercuri** intre **orele 18.00-19.30**, **Marti, Joi si Vineri** intre **orele 09.00-11.00.**

Neprezentarea dvs. la curs sau nerespectarea regulilor de comportament prevazute mai sus, atrag dupa sine, excluderea de la programul educational si atrag de asemenea, pierderea avansului achitat anterior.

Plata integrala a cursului se va face in perioada **18.05.2012 - 25.05.2012**, in quantum precizat mai sus.

Atragem atentia ca neplata integrala a cursului, pana la data de 25.05.2012, atrage dupa sine neparticiparea la curs si pierderea avansului.

Ganduri de final

Dorim sa va asiguram ca ne-am gandit foarte mult, inainte de a lansa acest proiect de vara. Nu este usor de realizat si implica o responsabilizare mult mai mare decat in cadrul cursurilor noastre desfasurate la cabinet. La cabinet, am fost doar noi, intr-un fel sau altul "acasa", asa cum ne-am obisnuit sa ii spunem cabinet. Sa incerci organizarea de cursuri intr-o alta locatie, in afara zonei familiare tie si pacientilor tai, este deja un act care implica riscuri enorme - fie increderea excesiva ca si-ar dori si altfel de cursuri, fie un dram de risc...putin mai mare in realitate decat estimam la acest moment; implica de asemeni costuri materiale, ce tin de deplasare, cazare, masa, logistica. Nici asta nu este usor de dus. Incercam macar sa nu implice costuri foarte mari pentru curs. Macar la acest capitol dorim sa fie ca "acasa".

Avem alaturi parteneri excelent pregatiti. Initiem cursurile de copii, bine punctate educational. Initiem cursurile pentru familie, altfel decat am facut pana acum. Invatam despre valoarea timpului pentru familia noastra, despre valori de baza ale vietii noastre, despre cum sa modelam ceea ce avem in noi.

Nu vrem sa va schimbam, ne dorim sa va descoperiti dvs. insiva, adevaratele dvs. potente si sa aveti curaj sa le manifestati si sa va manifestati, asa cum sunteti cu adevarat. Incercam sa va ajutam sa descoperiti mecanisme de protectie, intr-o lume, in care valorile traditiei nu mai prea au loc, in care lupta pentru supravietuire, calca tot si distruge pana si valorile noastre intrinseci. Incercam sa va ajutam sa va claditi temelii casei "pe terenul fertil" al profunzimilor sufletului dvs.

Pentru toate acestea, avem nevoie sa fiti partenerii nostri, in acest proces de educatie, al dvs. si al nostru, pentru ca si noi invatam alaturi de dvs., la fiecare dintre cursuri. Nu sunt doi oameni la fel, nu sunt doua situatii identice si nici rezolvarea acestora nu va fi la fel, cu atat mai putin impactul in viata fiecaruia dintre noi sau modul in care facem fata la stress, emotii pozitive sau negative, ar putea fi vreodata identice.

Exista posibilitatea ca aceste cursuri sa fie foarte placute, dupa cum exista posibilitatea ca ele sa nu fie "gustate" prea tare de anumiti doritori in ale invatarii.

Nu va putem promite nimic, din ceea ce nu va depinde direct de noi, dar in mod cert ne vom stradui sa va fie cat mai bine si sa ramaneti in suflet cu amintirea placuta, macar de a fi incercat, noi toti impreuna cu dvs. alaturi de noi, intr-o singura "familie largita" sa cream ceva inedit, nou si armonios, care sa ne infrumuseteze viata, sa ne faca mai curajosi, mai buni, mai intelepti si mult, mult mai toleranti cu semenii nostri, cu noi insine si daca vom reusi sa ne acceptam pe noi insine, sa ne respectam pe noi insine, sa ne apreciem corect, sa fim mai fericiti, in mod cert vom reusi toate acestea cu si in familiile noastre!

Cu drag,
Echipa C.M.I. Dr. Herdea Valeria
<http://dr.herdea.ro/>