



KLASA: 003-01/20-01/01  
URBROJ: 2170-57-17-20-2

Rijeka, 30. rujan 2020.

- Udruga Terra
- Udruga osoba s mišićnom distrofijom PGŽ
- Udruga osoba s cerebralnom i dječjom paralizom Rijeka

## Predmet: Poziv na sudjelovanje u psihoedukativnim radionicama

Poštovani,

nastavno na e-mail Pročelnice Odjela za zdravstvo i socijalnu skrb Grada Rijeke iz veljače 2020., obavještavamo vas da će ciklus psihoedukativnih radionica za mlade kojima je cilj osnaživanje osoba s invaliditetom i osoba koje su izložene siromaštvu započeti s realizacijom 21. listopada, a vama se obraćamo s molbom za pomoć u regrutaciji osoba za sudjelovanje u radionicama.

Projekt uključuje ciklus od pet psihoedukativnih radionica (svaka u trajanju od 2 sata) koje se provode s ciljem osnaživanja navedene dvije skupine mladih osoba. Na radionicama će sudionici/ice u atmosferi uzajamnog podržavanja i aktivnog rada usvajati različite tehnike i informacije koje im mogu pomoći u očuvanju mentalnog zdravlja te u prevenciji različitih mentalnih poremećaja. Termini održavanja radionica, teme i izvoditelji nalaze se u Tablici 1. Prva radionica traje pola sata duže zato što je u tom terminu predviđeno međusobno upoznavanje sudionika radionica i svih izvoditeljica. Ciklus radionica provest će djelatnice Sveučilišnog savjetovanišnog centra Sveučilišta u Rijeci koje su projekt osmislile na poziv Grada Rijeke za suradnju u provedbi projektne aktivnosti *Organizacija grupa samopomoći u okviru Programa za mlade Grada Rijeke 2018.-2022.*

Projekt uključuje rad s jednom grupom mladih osoba koja bi uključivala osobe s invaliditetom i osobe koje su izložene siromaštvu. Grupa će se sastojati od maksimalno 10 sudionika/ica jer je tada moguće ostvariti optimalne uvjete rada u grupi. S obzirom na važeće



epidemiološke mjere i preporuke, radionice će se održati *online* putem Zoom platforme za koju će sudionici/ice dobiti pozive za uključivanje od strane provoditelja aktivnosti.

Tablica 1. Ciklus radionica za provedbu projektne aktivnosti Organizacija grupa samopomoći (u okviru Programa za mlade Grada Rijeke 2018-2022.)

Datum održavanja	Tema	Voditeljica radionice
21. listopada (srijeda) 17:00 – 19:30	Kako ojačati psihičko zdravlje i povećati otpornost na probleme?	doc. dr. sc. Jasminka Juretić, prof. psihologije
04. studenoga (srijeda) 17:00 – 19:00	Kako se nositi s problemima u svakodnevnom životu?	Jasna Borbelj Čeko, mag. psych.
17. studenoga (utorak) 17:00 – 19:00	Kako postaviti i ostvariti svoje ciljeve?	Ines Jakovčić, univ. spec. psihološkog savjetovanja
02. prosinca (srijeda) 17:00 – 19:00	Uspješno uključivanje na tržište rada - upoznavanje s metodama traženja posla te razvoj vještina pismenog i usmenog predstavljanja poslodavcima	Nikoleta Zubić, mag. psych.
16. prosinca (srijeda) 17:00 – 19:00	Biti informiran - ključ za ostvarenje svojih prava	Sandra Nuždić, prof.

Molimo vas da nam **do 09. listopada** javite imena i kontakte maksimalno 3 zainteresirana člana/ice ili korisnika/ice usluga vaše Udruge. Ime i prezime, broj mobitela i adresu e-pošte zainteresiranih sudionika/ica javite nam na [ssc.uniri@gmail.com](mailto:ssc.uniri@gmail.com). Ako netko od sudionika/ica treba podršku prilikom pristupanja *online* platformi ili neke dodatne prilagodbe, ljubazno molimo da nas i o tome obavijestite kod prijave sudionika/ca.

S poštovanjem,

VODITELJICA SVEUČILIŠNOG SAVJETOVANIŠNOG CENTRA  
prof. dr. sc. Ivanka Živčić-Bećirević