



هيئة تنمية المجتمع  
Community Development Authority



# WELCOME TO ATTA HAMDAN VOLUNTEER TEAM

برنامج تأهيلي اجتماعي ثقافي رياضي متكامل للمتعافيات وأسرهن

تعزيراً لبرنامج التنمية المستدامة 2023



فريق عطاء حمدان التطوعي

من القلب للقلب

# جدول برنامج ( من القلب للقلب ) التأهيلي

برنامج متكامل يعنى بالمتعافيات وأسرهن

الأهداف و الغايات  
الخطة البرامجية و المشاريع  
الآثار الإيجابية في التمكين المالي و الوظيفي

# الرؤية 1

➤ تأهيل و إعانة المتعافيا للاستمرار  
في التعافي من خلال برامج  
علاجية مناسبة وفق الأسس  
العلمية المعترف واستعادة  
قدراتها ومهاراتها المختلفة بها  
لمنع الانتكاسة

➤ دعم الاستقرار الأسري للمتعافيات  
و تحسين العلاقة الأسرية في  
استعادة الثقة المتبادلة وإعطاء  
المتعافية فرصاً جديدة لاثبات  
جديتها وحرصها على الشفاء التام  
وتهيئة بيئة أسرية داعمة لرحلة  
الدمج المجتمعي

# الرؤية 2

برنامج تثقيف أسر المتعافيات لدفعها الاندماج في البرامج و  
الورش الاجتماعية التي تحتاجها المتعافية لاستكمال التعافي

رفع مستوى المهارات المهنية والتدريب و العمل للوصول إلى  
التمكين الوظيفي و المالي

دعم نظام القبول الاجتماعي في المجتمع وصناعة سمعة إيجابية  
تحفز المتعافية لمواجهة مجتمعه

# الأهداف البعيدة



تقديم مهمة إنسانية من فريق عطاء حمدان التطوعي إيماناً منه بتكامل العمل التطوعي مع المؤسسي لجعل الإنسان قادراً على تجاوز وتحدي أي مرض اجتماعي

تقديم برامج تأهيلية صممت لتناسب عدة فئات وفق جودة عالية وملائمة لمختلف الشرائح و الثقافات

العمل ضمن توجيهات الدولة نحو تنمية مستدامة و المساهمة في تمكين المرأة وجعلها قادرة على مواجهة تحديات الحياة

# الأهداف القريبة

- رحلة الشفاء التام والوقاية من الانتكاسة  
الدعم المجتمعي و تثقيف أسر  
المتعافيات في رحلة الدعم الأسري
- تعزيز الانتماء وعودة النسيج العائلي  
بالتشاركية
- التأهيل الاجتماعي باستعادة قدرات  
المتعافية و العودة إلى نسيجها العائلي
- التأهيل العملي ورفع قدرات المتعافية  
بمهارات علمية وعملية
- التمكين المالي و دعم مشاريع تخرج  
المتعافيات من البرامج التأهيلية
- التمكين الاقتصادي بدعم استمرار  
مشاريعهن





## الدعم الأسري في المشروع

### رحلة الدعم الأسري

تهدف الرحلة إلى دفع أسرة المتعافية للاندماج في البرامج و الورش الاجتماعية التي تحتاجها المتعافية .. وستتم من خلال روضة خاصة في بداية البرنامج عن كيفية تقبل المتعافية .. واعتبارها ناجية من مرض اجتماعي والمشاركة في إعادة دمجهن بالتعاون مع الأسر .

التعافي يبدأ بتدعيم الاستقرار الأسري للمتعافي وتهيئة بيئة أسرية داعمة لرحلة الدمج المجتمعي.

إعداد برنامج تدريبي للتوعية الأسرية على يد اخصائيين اجتماعيين للمتعافيات ضمن مشروع "من القلب للقلب" للحفاظ علي كيان الأسرة في ظل وجود ارتباط وثيق بين التفكك الأسري والانتكاسة





# التنمية المهنية المستدامة



## المشروع و التنمية المستدامة 2023

مساعدة المتعافيات من الإدمان في إنشاء مشروعات صغيرة خاصة وذلك من خلال البرنامج التأهيلي "من القلب للقلب" و دعمهن و تمكينهن بمشاركة عائلاتهن والاستفادة من القدرات الكامنة لديهن إضافةً لبناء سمعة مهنية وعلمية قادرة على مواجهة المجتمع وتغيير المسار بشكل كامل مما يساعدها في التشافي التام و التمكين المالي

فريق عطاء حمدان التطوعي



# البرنامج التأهيلي الثلاثي



يقوم البرنامج التأهيلي الثلاثي بناءً على ميول و ثقافات  
المتعافيات وبمشاركة ذويهن

## الرياضة

برنامج تعليمي  
للرياضات النسائية

## الطبخ و الحلويات

برنامج تعليمي  
للأطباق العربية

## المشغولات اليدوية

الصناعات اليدوية  
كالشمع و الصابون  
و الاكسسوار

# برنامج الرياضة للجميع



البرنامج الرياضي : أنت المدربة



فوائد البرنامج

تقليل الرغبة الشديدة في العودة التعاطي.  
تعيد تشكيل خلايا الدماغ التي تضررت  
من الإدمان  
تنتج الرياضة "مكافآت عصبية" وتزيد من  
احترام الذات  
تقلل من القلق والتوتر تعزز النوم بشكل  
أفضل  
تحسن التفكير وتقديم منظور إيجابي

فريق عطاء حمدان التطوعي



برنامج الطهي : أنت المبدعة



### فوائد البرنامج

مهنة الطهي هي المهنة الأكثر التصاقاً  
بالمرأة فداخل كل أنثى طاهية تسعى لأن  
لتكون نجمة بيتها ومجتمعها .. وبرنامج  
الطهي للمتعاوية بمشاركة عائلتها يضمن  
تحفيزها وتحفيز عائلتها على النجاح و  
تقديم كل الدعم لها .. ما يجعل العائلة  
أكثر استقراراً بالإضافة إلى امتلاك مهنة  
مشرفة تجعل المتعاوية قادرة مالياً  
واقتمادياً

# برنامج الصناعات اليدوية



برنامج الصناعة اليدوية : أنت المبدعة



## فوائد البرنامج

تعتبر المهن و الحرف اليدوية من أهم المهن التي تحمل في طياتها الحالات الإبداعية مما يجعل المتعافية تشعر بقيمتها و بذاتها وبمشاركة عائلتها تتمكن من الدعم الأسري لرفع شأنها وإعطاءها سمعة جيدة ومردوداً اقتصادياً هاماً إضافة إلى أن العمل مع أسرتها يمد جسر الثقة و التماسك الأسري ... وتلك المهن تجعل المرء صبوراً أكثر من أي وقت مضى

فريق عطاء حمدان التطوعي

# شركاء العمل

يعتمد المشروع على مجموعة من  
الاخصاصات كما سيكون هناك  
ضيوفاً كلجان التحكيم للمسابقات

يضم فريق العمل : اخصائي  
اجتماعي - مرشد نفسي - مدربة  
رياضة - مدربة طهي - مدربة  
مشغولات يدوية -

فريق عطاء حمدان التطوعي



فريق العمل يضم اداريين وفريق تنسيق و تدريب و تواصل

# مهام برنامج التأهيل الثلاثي

التعليم	الترفيه	الإندماج
التوجيه	التمكين	التوعية
مد جسور الثقة	إعادة تأهيل	ترتيب النسيج الاجتماعي
صناعة مستقبل	منع الانتكاسة	الدعم

مشروع من القلب للقلب التأهيلي الثلاثي يعتمد على ثلاثة اختصاصات حسب ماذكر سابقاً وذلك بدءاً من تحديد الفئات المناسبة لكل برنامج ورغبات المتعافيات باستبيان خاص يوزع عليهن بمشاركة ذويهم مع مراعاة طبيعة الحالة و قدراتها و طبيعتها

# الإطار العام للمشروع الثلاثي من القلب للقلب

تنافسي يخضع للجان تحكيم المشاريع النهائية

➤ يتم تجهيز القوائم وتنظيمها و إعداد الجدول الزمني للبدء بالبرامج

➤ البدء في البرنامج التأهيلي الثلاثي بورشة عمل أو ( محاضرة توعوية ) لأسر المتعافيات حول أهمية البرنامج والمشاركة فيه

➤ يعتمد المشروع على مجموعة من الاختصاصات كما سيكون هناك ضيوفاً مثل لجان التحكيم للمسابقات ( مشاهير في الرياضة و الطهي و الصناعات اليدوية )

➤ يحدد عدد كل فئة لكل برنامج من البرامج التأهيلية بعد دراسة الاستثمارات المقدمة للمتعاقيات و أسرهن حول رغبتهم مع مراعاة المستوى الثقافي و العمر و الصحة البدنية



# تأهيل أسر المتعافيات



**التأهيل من قبل اخصائيين اجتماعيين بالتعاون  
مع الطبيب المعالج ووفق حالة المتعافية وبعد  
دراسة ملفها كاملاً**

برنامج تثقيف أسرة المتعافية : ويهدف لدفع أسرة المتعافية للاندماج في البرامج الملحة لصالح المتعافية وكيفية تقبلها بوضع خطوات مع المعالج للمساهمة بالدمج .

دعم نظام القبول الاجتماعي في المجتمع : لتحقيق التوافق الاجتماعي و الاندماج دون النفور من الآخرين لا بد من إعداد و تأهيل بالتعاون مع الأسرة لإعادة المتعافية إلى نسيجها الاجتماعي .

برنامج رفع مستوى المهارات المهنية و التدريب و العمل : لتناسب مع احتياجات سوق العمل في المجتمع وتحقيق تنمية مستدامة و فكرة التدريب والعمل من أهم العوامل المساعدة لعدم الانتكاسة و آلية لتعزيز التعافي

# مدة البرنامج 9 جلسات ويضاف لها الجلسة الختامية لكل برنامج

مدة الجلسة 3 ساعات يتخللها 15 دقيقة استراحة

بعض الأمثلة عن جلسات البرنامج

## الرياضة الجلسة الثالثة

يقام سباق تتابع بين الفرق المكونة من المتعافيات و أسرهن ببدء التمارين التي تراعي أعمارهن و نشاطهن الجسدي حيث لكل حالة خصوصية في الحركة و اللعب وممارسة الرياضة

## الطهي الجلسة الخامسة

تتسابق المتعافيات و أسرهن في إعداد الكيك بالليمون بمؤقت زمني محدد وسط تشجيع ومساعدة ومساندة الأسر

## هاند ميد الجلسة السابعة

ذوو المتعافية يجهزون أدوات العمل الأساسية لصناعة الصابون ويساندونها لإنجاز عملها اليدوي خلال فترة زمنية محددة

# الجلسة الختامية للبرنامج

النهايات السعيدة دائماً تمهد لبدايات جديدة أكثر سعادة

## حفل التكريم

بحضور شخصيات ومؤسسات داعمة لتبني مشاريع المتعافيات

في نهاية البرامج الثلاثة يتم إقامة حفل تكريمي للفائزات وتحصل جميع المشاركات على شهادات تكريمية بما فيهن عائلات المتعافيات

يقدم لكل فائزة في كل مشروع تسهيلات ودعم لتنفيذ مشاريعهن وللمشاركات فرص عمل في بعض المؤسسات الداعمة و الأهلية

تمنح المشاركات و عائلاتهن عضوية فريق حمدان التطوعي

# الاحتياجات العامة

## الاحتياجات الثابتة للمشاريع الثلاثة

- ملعب رياضي مغلق مجهز بأدوات الايروبيك وبعض التجهيزات الأخرى تطلب بناءً على تقييم المعالج
- مطبخ مجهز بأدواته كاملة بما فيها الثلاجات و أفران الطهي و أدوات صناعة الحلويات
- قاعة كبيرة مجهز بمنضدة طويلة مثل قاعة اجتماعات بالإضافة إلى المواد التي ستتطلبها الصناعة ... اليدوية مثل الشمع أو الصابون أو القش

مع ملاحظة الحاجات الخاصة الثابتة و المتغيرة التي ستطلب لكل برنامج

# البدايات

يحدد عدد كل فئة لكل برنامج من البرامج التأهيلية بعد دراسة الاستثمارات المقدمة للمتعاقيات و أسرهن حول رغبتهم مع مراعاة المستوى الثقافي و العمر و الصحة البدنية

## الاستثمارات

تخضع جميع الاستثمارات للمعالج والخبراء والاختصاصيين الاجتماعيين لاختيار البرنامج المناسب مع آلية تنفيذه بالتشاور وتسجيل الملاحظات وفق الصفحة التالية





# رأي الاخصائيين

ملاحظات	المقترحات	الملف النفسي	الملف الطبي	التاريخ
• اكتب هنا	• اكتب هنا	• اكتب هنا	• اكتب هنا	جميلة 
• اكتب هنا	• اكتب هنا	• اكتب هنا	• اكتب هنا	أحمد 
• اكتب هنا	• اكتب هنا	• اكتب هنا	• اكتب هنا	داليا 
• اكتب هنا	• اكتب هنا	• اكتب هنا	• اكتب هنا	آمال 

فريق عطاء حمدان التطوعي



## « الحفل التكريمي »

سيكون الحفل التكريمي الختامي لإعلان العائلة الفائزة عن كل مشروع وتقديم الدروع و الشهادات كما يتضمن مؤتمراً صحفياً حول نجاح المشروع وإعطاء الفرصة للمتعافيات و أسرهن للبدء بمشاريعهن الصغيرة من خلال داعمين والاتفاق على اطلاق صفة ضحية على الناجيات من الادمان



## من القلب للقلب

فريق عطاء حمدان التطوعي





## الاحتياجات الخاصة بفريق عمل عطاء حمدان التطوعي

- تأمين موصلات فريق عطاء حمدان التطوعي من وإلى مراكز عمل البرامج  
الثلاثية
- صرف مكافآت لفريق العمل التخصصي حيث أن الفعاليات و الدورات  
ستكون ضمن أوقات العمل الرسمي
- الإشارة إلى فريق حمدان التطوعي في جميع وسائل الإعلام و الإعلان  
ومواقع التواصل الاجتماعي التي يطلقها مركز عونك للبرنامج التأهيلي  
وحفظ حقوقها الفكرية



# تتضمن الدراسة العامة للمشروع جميع تفاصيل العمل من الألف إلى الياء

أدوات العمل

المخطط الزمني

آلية العمل

استمارات التقييم

الاستمارات الاستشارية

استمارات المشاركة

الرعايات

الضيوف المشاركون

فريق العمل وتخصصاته

التواصل الاجتماعي

الإعلام

مجموعات التواصل

فريق عطاء حمدان التطوعي



هيئة تنمية المجتمع  
Community Development Authority



من القلب للقلب



LET'S WORK  
TOGETHER

فريق عطاء حمدان التطوعي