



Załącznik Nr 2 do Uchwały Nr XXIII/505/2016
Rady Miasta Rzeszowa z dnia 1 marca 2016 r.



**FORMULARZ ZGŁASZANIA ZADAŃ
DO RZESZOWSKIEGO BUDŻETU OBYWATELSKIEGO NA 2017 R.**

1. Kategoria zadania (właściwe zaznaczyć):

KATEGORIA I (budowa, modernizacja lub remont infrastruktury miejskiej)	
KATEGORIA II (budowa, modernizacja lub remont infrastruktury osiedlowej)	
KATEGORIA III (działania o charakterze prospołecznym, kulturalnym, oświatowym lub sportowym)	X

2. Nazwa zadania

WenDo dla każdej mieszkanki.

3. Szacunkowy koszt zgłaszanego zadania (szacowana suma wszystkich wydatków koniecznych, związanych z realizacją zadania):

Koszt warsztatu 25 razy 2500 zł = 62500,00 zł
Sala na WenDo = 12 g*40zł* 25 warsztatów = 12000,00 zł
Catering na warsztat, drobny w tym woda = 15000,00 zł(600zł*25 warsztatów)
Koszty administracyjne 10500,00 zł w tym biuro, telefon, Internet, materialny biurowe, osoba ds. organizacji warsztatów

4. Opis zadania wraz z uzasadnieniem (należy uzasadnić potrzebę zrealizowania wnioskowanego zamierzenia oraz w jaki sposób realizacja zadania wpłynie pozytywnie na społeczność Miasta Rzeszowa):

5. WenDo jest metodą przeciwdziałania przemocy wobec kobiet. Uczy jak w każdej sytuacji: w miejscu publicznym, na ulicy, w pracy, w domu – przestać czuć się bezradną i bezbronną. Uczy także, jak reagować na przemoc. Wzmacnia poczucie pewności siebie i poczucie własnej wartości. Pomaga rozwiązywać konflikty, przełamać stereotypy i obawy, poczucie winy i wstyd. Od „zwykłej” samoobrony WenDo różni się między innymi tym, jak wielkie znaczenie przywiązuje do asertywności. Wyraża się to przekonaniem, że nikt nie ma prawa naruszać naszych granic. Poznając swoje własne granice, uczymy się także szanować granice innych ludzi. WenDo jako sztuka samoobrony psychicznej pokazuje, jak ważna jest umiejętność rozwiązywania konfliktów, a przede wszystkim podtrzymywanie komunikacji, nie zrywanie kontaktu. Jest to ważny aspekt WenDo, jako profilaktyki przemocy. WenDo jest po prostu sposobem na to, jak nie stać się ofiarą. Warsztaty Wendo dla dziewczynek w wieku od 7 lat wykorzystują energię, mądrość dziewczynek, oraz ich potencjał. Podczas 2-dniowych warsztatów, każda uczestniczka nauczy się zachowań

asertywnych, zwłaszcza stanowczego stawiania granic, mówienia "NIE" a także przećwiczyć sposoby obrony w sytuacjach zagrożenia.

W marcu 2016r. ogłosiliśmy nabór na warsztaty WenDo. W ciągu 3 dni od ogłoszenia naboru, zgłosiło się ponad 200 kobiet, które były uczennicami gimnazjów, szkół średnich, kobiety pełnoletnie, matki wychowujące dzieci, kobiety w wieku emerytalnym. Matki i nauczycielki, pytały się o warsztaty dla dziewczynek od 7 r.ż. Duże zainteresowanie warsztatami spowodowało, że chcemy je przeprowadzić dla jak największej liczby Kobiet w Rzeszowie.

Warsztaty te trwają 2 dni, po 6 godzin, mogłybyśmy objąć naszymi warsztatami każdą grupę wiekową czyli dziewczynki ze szkół podstawowych, gimnazjalnych, szkół średnich, studentek, kobiet między 18 a 90 rokiem życia. Każda z grup liczyłaby 12 uczestniczek, planujemy 25 warsztatów czyli mogłoby w nich wziąć udział 300 kobiet w wieku od 7 do 90 lat.