



## UCZESTNICY

Samodzielne dzieci w wieku od 8 do 16 lat, które z uwagi na swoje zaburzenia lub deficyty rozwojowe wymagają wsparcia terapeutycznego. **Autyzm, zespół Aspergera, FAS / FASD, ADHD** lub inne zaburzenia nie są przeszkodą, aby dziecko wzięło udział w naszych obozach. Oczekujemy jednak, że będzie ono posiadało umiejętności w zakresie samoobsługi oraz zdolność do komunikacji pozwalające samodzielnie uczestniczyć w codziennym życiu i zajęciach grupowych.

Jeśli dziecko wymaga **indywidualnej opieki w formule 1:1** oferujemy możliwość zapewnienia asystenta – terapeuty. Jest to opcja dodatkowo płatna, a jej warunki uzgadniane są indywidualnie.

## MIEJSCE I ZAKWATEROWANIE

**Ośrodek KNIEJA w Rajgrodzie** – kompleks rekreacyjny położony w lesie sosnowym nad Jeziorem Rajgrodzkim. Zakwaterowanie w głównym budynku hotelowym w pokojach 2-, 3- i 4-osobowych z pełnym węzłem sanitarnym (łazienka z prysznicem i toaleta). Większość pokoi jest z balkonami z widokiem na jezioro lub na las. Do dyspozycji uczestników jest również 9-osobowy domek przy plaży.

## WYŻYWIENIE

Trzy posiłki dziennie: śniadania i kolacje w formie szwedzkiego bufetu oraz obiady serwowane do stolika. Pierwszym posiłkiem jest obiad w dniu przyjazdu, ostatnim – śniadanie w dniu wyjazdu.

## ORGANIZACJA POBYTU

Zajęcia terapeutyczne prowadzone przez wychowawców ukierunkowane na poprawę umiejętności społecznych odbywają się od poniedziałku do piątku, zwykle w bloku przedpołudniowym między śniadaniem a obiadem (1,5 godziny dziennie).

Program artystyczny i sportowy jest realizowany w bloku popołudniowym i wieczornym. **Realizacja założeń programowych będzie dostosowywana na bieżąco do warunków pogodowych oraz preferencji i możliwości grupy.**

W weekend dla wszystkich uczestników przewidziana jest **całodniowa wycieczka autokarowa po Suwalszczyźnie**: odwiedzimy Sanktuarium Maryjne w Studzienicznej, zwiedzimy Wigierski Park Krajobrazowy z dawnym klasztorem kamedułów oraz poznamy najgłębsze jezioro w Polsce (Hańcza). Dzieci wezmą udział w warsztatach tematycznych zorganizowanych w Suwalskim Parku Krajobrazowym w Malesowiznie.

## PROGRAM TERAPEUTYCZNY

**Trening umiejętności społecznych z elementami Treningu Zastępowania Agresji i elementami LEGO® Education SPIKE™** - metodyka zajęć pozwala nie tylko na rozwój prawidłowych zachowań społecznych i emocji, ale również na bycie twórczym, współpracę z innymi, samokontrolę i dążenie do celu.

**Trening uważności** – ćwiczenia poprawiające zdolność koncentracji i skupiania uwagi, zajęcia wyciszające i relaksacyjne z elementami jogi

## BLOK SPORTOWY

Blok sportowy przeznaczony jest dla aktywnych, pełnych energii dzieci, dla których podstawową aktywnością jest ruch. Ponieważ zakładamy, że sport jest dla każdego zapraszamy również te dzieci, które dotąd stroniły od aktywności i zamiast w ruchu wołały spędzać czas przed telefonem i komputerem.

Poza dobrą kondycją i brakiem przeciwwskazań zdrowotnych nie oczekujemy szczególnych umiejętności w żadnej dyscyplinie sportowej. To właśnie nasz obóz ma być okazją do spróbowania nowych aktywności i nabycia nowych umiejętności.

Program oparty będzie na trzech filarach:

- WODA: jezioro Rajgrodzkie i nasz fantastyczny sprzęt wodny
- ROWERY: wycieczki rowerowe po bliższej i dalszej okolicy
- HALA SPORTOWA: zajęcia ogólnorozwojowe oraz gry zespołowe

## BLOK ARTYSTYCZNY

Blok artystyczny jest dla kreatywnych dzieci, które dobrze odnajdują się we wszelkich przejawach działań artystycznych. Na młodych artystów czekać będą warsztaty, w czasie których poznają różnorodne techniki plastyczne, spróbują swoich sił w fotografii, na chwilę zmienią się w aktorów i zaprezentują na obozowej scenie i po prostu będą bawić się sztuką tworzenia.

Program oparty będzie na czterech filarach:

1. MALARSTWO I RYSUNEK: różne techniki – ołówki, kredki, farby plakatowe, akwarele, akryle
2. RZEMIOSŁO I RĘKODZIEŁO: drewno, glina, modelina, własna biżuteria i pamiątki z wakacji
3. FOTOGRAFIA: rzeczywistość i wspomnienia z wakacji zatrzymane w kadrze
4. SCENA: własne przedstawienie i zajęcia taneczne, w czasie których poczujemy muzykę całym ciałem

## ATRAKCJE KOLONIJNE

**Chodzenie po wodzie:** dzięki naszym deskom SUP z napędem Mirage Eclipse każde dziecko przekona się jak łatwo chodzi się po wodach jeziora Rajgrodzkiego.

**Rowery wodne:** nie tylko te tradycyjne, ale również ze zjeżdżalnią, w kształcie flaminga lub motorówki to mnóstwo możliwości spędzenia czasu nad wodą. Spróbujemy zdobyć wyspę bezludną Sacin, odwiedzimy sąsiedni ośrodek wypoczynkowy, a rower ze zjeżdżalnią umożliwi zjazdy do wody wszystkim dzieciom, jeśli zacumuje na płytkiej wodzie.

**Maty BeBoard:** Zabawa na matach to ulubiony sposób spędzania czasu przez dzieci, gdy temperatura przekracza 26°C. Tory przeszkód, wzajemne spychanie się do wody i ponowne wchodzenie na matę to atrakcja na wiele letnich godzin.

Żaden z naszych turnusów nie może obyć się bez **ogniska z pieczeniem kiełbasek i dyskoteki** nad brzegiem jeziora.

## CENA I WARUNKI PŁATNOŚCI

Cena: 3450 złotych

### DOPLATY DO DIET

wegetariańska, bezcukrowa, bezmleczna: 150 złotych/pobyt  
bezglutenowa, wegańska: 250 złotych/pobyt

Zaliczka w wysokości 30% wartości rezerwowanego pobytu płatna w ciągu 3 dni od dnia rejestracji na rachunek o numerze 07 1140 2004 0000 3002 8338 0499. Pozostała część płatna 30 dni przed rozpoczęciem obozu.

## DOJAZD

Nienależnie od liczby chętnych na dany termin oferujemy dojazd zorganizowany z **Warszawy**. Transport odbywa się wynajętym autokarem (zwykle przy liczbie uczestników powyżej 15) lub w formie mieszanej: do Białegostoku lub Grajewa pociągiem lub autobusem rejsowym, a dalej wynajętym busem.

Zapewniamy również transport z innych głównych miast, o ile na dany termin zbierze się odpowiednia liczba zainteresowanych. Należy mieć na uwadze – zwłaszcza w przypadku miast oddalonych znacznie od Podlasia, iż wszelkie formalności należy zakończyć jak najszybciej – w przypadku zwłoki najbardziej optymalne połączenia mogą nie być dostępne z powodu braku biletów.

**Wrocław:** mimo, iż Wrocław leży na drugim końcu Polski, dojazd do Rajgrodu jest dogodny. Możemy skorzystać z pociągu PKP Intercity Słowacki, który dojeżdża do Grajewa, skąd pozostaje jeszcze około 20 km do Ośrodka Knieja. Alternatywnym sposobem dojazdu jest transport dzieci do Warszawy, a następnie skorzystanie z oferowanego przez nas dowozu.

**Trójmiasto:** do dyspozycji mamy bezpośrednie połączenie PKP Intercity z Trójmiasta do Grajewa, skąd pozostaje jeszcze około 20 km do Ośrodka Knieja.

**Kraków, Katowice, Poznań:** istnieje szereg dogodnych połączeń PKP Intercity do Warszawy skąd będzie organizowany dalszy transportem do ośrodka.

**Łódź:** do dyspozycji mamy pociąg PKP Intercity Słowacki, który zapewnia bezpośrednie połączenie z Grajewem, skąd pozostaje jeszcze około 20 km do Ośrodka Knieja. Alternatywnym sposobem dojazdu jest transport dzieci do Warszawy, a następnie skorzystanie z oferowanego przez nas dowozu.