

پیش از نشست:

1- جدول زیر را برای نشست خود تکمیل نمایید .

«زمان کل برنامه» در جدول برای نشست هایی است که برای بیش از یک جلسه طراحی شده اند .

تعداد شرکت کنندگان	زمان هر جلسه	زمان کل برنامه	محل برگزاری	آنلاین/حضوری
۱۳	۲ ساعت	۴ جلسه	خانه پدرم	حضوری
۷	۳ ساعت	۲ جلسه	خانه و مکان های تفریحی	حضوری
۲	۱ ساعت	۴ جلسه	خانه پدرم	حضوری
۴	۲۰ دقیقه	۲ جلسه	مدرسه	حضوری
متغیر	۱ ساعت	۲ جلسه	خانه پدرم و پدرشوهرم	حضوری

جلسات در طول یک ماه برنامه ریزی شده است.

2- جدول روند نشست را تکمیل کنید.

ستون اول به عنوان نمونه تکمیل شده. سطرهای جدول را بسته به تعداد فعالیت های نشست خود اضافه یا کم کنید .

عنوان فعالیت	مدت زمان فعالیت	شرح مختصر فعالیت	نحوه ارائه
دورهمی و احوالپرسی	۲ ساعت	حافظ خواندن ، صحبت از امور روز	توسط تسهیلگر
گردش بیرون از خانه	۳ ساعت	بازی، غذا خوردن و اتصال	توسط تسهیلگر
احوال پرسى	۱ ساعت	شنیدن صحبت های خواهرم	توسط تسهیلگر
سلام و احوال پرسى	۲۰ دقیقه	ارتباط گیری و شناخت بیشتر	تسهیلگر

تسهیلگر	صحبت از ضررهای جسمی و روانی رسانه ۱۳هـ	یک ساعت	بیان ضررهای تلویزیون و گوشی
---------	--	---------	--------------------------------