

(Projekto anotacijos forma)

Projektą NVO finansavimo konkursui teikiančios organizacijos pavadinimas

Projekto „Emocinės gerovės kultūra Šiaulių mieste“ anotacija*

2025-02-19

(data)

Projekto tikslas	Sukurti erdvę inovatyvioms emocinės gerovės ir atsparumo ugdymo veikloms, prisidedančioms prie Šiaulių miesto gyventojų psichologinės gerovės stiprinimo.
Projektu sprendžiama problema	Visuomenėje vis daugiau žmonių susiduria su emocinės gerovės iššūkiais, kurie veikia jų gyvenimo kokybę, santykius ir psichologinį atsparumą.
Projekto tikslo pasiekimui būtinos įgyvendinti veiklos	Emocinės gerovės ir atsparumo ugdymo dirbtuvės; Emocinės paramos konsultacijos (taikant įsisąmoninimo grįstos elgesio terapijos elementus).
Laukiami (planuojami) projekto rezultatai	<p>Įgyvendinus projektą miesto gyventojai dalyvaus emocinės gerovės stiprinimo veiklose, kurios suteiks įrankius stresui valdyti, savivertei ugdyti ir emociniam atsparumui didinti.</p> <p><i>Kiekybiniai rezultatai:</i> 12 veiklų (mažiausiai 144 dalyviai); 30 individualių konsultacijų (mažiausiai 10 dalyvių). Dalyvių savijauta vidutiniškai pagerės ne mažiau kaip 20 punktų (VAS skalė), bent 80% dalyvių nurodys teigiamą emocinės būsenos pokytį, o 50% išreikš norą dalyvauti tolesnėse veiklose.</p> <p><i>Kokybiniai rezultatai:</i> dalyviai įgis praktinių įrankių streso ir emocinio išsekimo valdymui, mažins psichikos sveikatos stigmą, stiprins bendruomeniškumą ir socialinius ryšius. Projekto metu renkami duomenys leis geriau suprasti emocinės sveikatos poreikius ir formuoti tolimesnes iniciatyvas.</p>

*Projektui pristatyti skiriama nuo 600 iki 1000 spaudos ženklų su tarpais.