**ФОРМА ПРОЕКТНОЙ ЗАЯВКИ УЧАСТНИКА**

**организация**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **НАЗВАНИЕ ПРОЕКТА** | О той, что дарует нам жизнь и тепло… | | | | |
| **РУКОВОДИТЕЛЬ ПРОЕКТА** (ФИО, адрес проживания, контактный телефон, e-mail) | **Муртазаева Оксана Владимировна**  **Волгоград, ул. им. Кирова, д. 143, кв. 18**  [**hochuslischat@yandex.ru**](mailto:hochuslischat@yandex.ru) | | | | |
| **НАПРАВЛЕНИЕ, которому соответствует проект** (отметьте знаком **Х**) | Работа с членами пациентских организаций | | | | Х |
| Эффективное взаимодействие пациентских организаций с властью | | | |  |
| Управление пациентской НКО | | | |  |
| PR в пациентских НКО | | | |  |
| **ПЕРИОД РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА**  (начало не ранее 01.10.2021, окончание – не позднее 30.12.2021) | 02.10.2021 – 30.12.2021 | | | | |
| **ГЕОГРАФИЯ ПРОЕКТА** (территории, на которых будет осуществляться деятельность) | город Волгоград | | | | |
| **ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ ПРОЕКТА** | Родители детей-инвалидов | | | | |
| **АННОТАЦИЯ ПРОЕКТА** | | | | | |
| Краткое описание проекта, не более 2000 знаков с пробелами | Проект направлен на снижение риска возникновения эмоционального выгорания родителей, воспитывающих детей с инвалидностью, негативного влияния этого процесса на детей, стабилизации обстановки в семьях. Для целевой аудитории будет проведен комплекс мероприятий с диагностическими наблюдениями, беседами, коррекцией поведения в различных стрессовых ситуациях. Будут проведены семинар-тренинг «Профилактика эмоционального выгорания у родителей, воспитывающих детей с инвалидностью через изменение семейного сценария», сеансы психологической разгрузки, индивидуальные консультации психолога, арт-терапевтические занятия для родителей, экскурсии, мероприятия для повышения самооценки.  Для информирования целевой аудитории планируются презентация проекта, рассылка информационных сообщений, установление контактов с учреждениями и НКО, проводящими работу с целевой аудиторией. | | | | |
| **ОБОСНОВАНИЕ АКТУАЛЬНОСТИ И СОЦИАЛЬНОЙ ЗНАЧИМОСТИ ПРОЕКТА** | | | | | |
| Важно качественно сформулировать проблему и описать ее причины и следствия | **Родительский долг** – это тяжелая работа в режиме двадцать четыре часа в сутки. Естественно, что многие родители начинают испытывать усталость, одиночество и высокий уровень стресса, однако нередко откладывают заботу о своем здоровье, досуге и благополучии на второй план, заботясь в первую очередь о детях.  Но еще тяжелее родителям детей-инвалидов, которые сталкиваются с совершенно другим уровнем стресса, потому что им приходится ориентироваться не только на общие для всех родителей обязанности, такие как кормление, защита и уход за своими детьми, но и на уникальный набор проблем, связанных с особыми потребностями детей.  По мере взросления детей, родительских забот должно становиться меньше, но только не у родителей детей-инвалидов, которым приходится решать проблемы сложных медицинских, физических, социальных и других потребностей своего ребенка на протяжении всей жизни.  Постоянными проблемами таких родителей являются изоляция, финансовая несостоятельность, эмоциональное истощение, чувство вины и ощущение безнадежности, отсутствие возможности организовать собственный досуг. Ко всему перечисленному присоединяются такие трудности, как отсутствие замещающего взрослого, который может помочь, недоверие к окружающим людям (семье и специалистам) или волонтёрским организациям.  Неуверенность в собственных силах, отсутствие возможности участия в досуговых мероприятиях и низкий уровень личной заинтересованности в возможности отдыха приводит к ухудшению психосоматического здоровья родителя, социальному одиночеству и отстраненности от окружающего мира, потере интереса к жизни и собственному здоровью.  Все это является причинами того, что у родителей детей-инвалидов накапливается физическая и эмоциональная усталость, приводящая к эмоциональному выгоранию, которое развивается на фоне хронического стресса и ведет к истощению эмоциональных, энергетических и личностных ресурсов человека.  Накопленные отрицательные эмоции и отсутствие возможности к самореализации родителя ведет к кризису, распаду семьи, и не редко к изменению ее социального статуса (алкоголизм).  Со временем, если родитель не сумеет сформировать у себя необходимые психологические установки, постоянный стресс может перерасти в депрессию. | | | | |
| **ЦЕЛЬ ПРОЕКТА** | | | | | |
| **Ц**ель должна соответствовать проблеме, то есть при достижении поставленной цели проблема должна быть решена | Профилактика эмоционального выгорания родителя ребенка-инвалида | | | | |
| **ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ПРОЕКТА** | | | | | |
| Задачи должны соответствовать описанию проблемы и быть «шагами» к достижению поставленной цели |  | | | | |
| 1. Повышение уровня информирования целевой аудитории о мероприятиях проекта и возможности получения адресной помощи по вопросам профилактики синдрома эмоционального выгорания. 2. Организация комплекса мероприятий, направленных на стабилизацию и улучшение психического здоровья родителей, воспитывающих детей инвалидов с дальнейшим анализом результатов. | | | | |
| **ПЛАН ПОДГОТОВКИ И РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА** | | | | | |
| **№** | **Деятельность/**  **мероприятие** | | **Период** | **Ответственный** | |
| **Задача № 1.** Повышение уровня информирования целевой аудитории о мероприятиях проекта и возможности получения адресной помощи по вопросам профилактики синдрома эмоционального выгорания | | | | | |
|  | Создание общего чата и страницы в социальных сетях, приглашение родителей для участия. | | 02.10.2021 – 09.10.2021 | Руководитель проекта | |
|  | Создание и запуск анкеты-опросника. | | 02.10.2021 – 16.10.2021 | Администратор проекта | |
|  | Обработка результатов анкеты и размещение информации. | | 16.10.2021 – 23.10.2021 | Администратор проекта | |
| **Задача № 2.** Организация комплекса мероприятий, направленных на стабилизацию и улучшение психического здоровья родителей, воспитывающих детей инвалидов с дальнейшим анализом результатов. | | | | | |
|  | Привлечение в Проект организаций и специалистов, предоставляющих услуги досуговой, анимационной и психотерапевтической направленности:  - подготовка писем для организаций-участников проекта;  - личные встречи со специалистами и спонсорами мероприятий. | | 02.10.2021 – 25.12.2021 | Руководитель и администратор проектной команды | |
|  | Проведение мероприятий проекта (1 мероприятие в неделю):  - «Уроки красоты» - 3;  - «Фитнес на батутах»;  - «Фотосессия»;  - «Художественная мастерская»;  - «Экстремальный выходной»  - Семинар-тренинг «Профилактика эмоционального выгорания у родителей, воспитывающих детей с инвалидностью через изменение семейного сценария»;  - индивидуальное психологическое консультирование (по запросу) | | 02.10.2021 – 25.12.2021 | Члены проектной команды | |
|  | Анализ результатов проекта (интервьюирование, анкетирование) | | 18.12.2021 – 25.12.2021 | Руководитель и администратор проекта | |
| **Качественные результаты и способы их измерения** | | | | | |
| Соотносятся с задачами | * Повысился уровень информирования целевой аудитории о мероприятиях проекта и возможности получения адресной помощи по вопросам профилактики синдрома эмоционального выгорания среди родителей детей-инвалидов. * Появилась заинтересованность родителей детей инвалидов в участии в специально организованных мероприятиях, направленных на стабилизацию и улучшение психического здоровья. * У участников проекта повысилась уверенность в своих силах, и стабилизировалось эмоциональное состояние. * Укрепились внутрисемейные связи и отношения.   Данные параметры измеряются и констатируются при помощи диагностических исследований, интервьюирования, анкетирования и личных отзывов участников проекта. | | | | |
| **КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И СПОСОБЫ ИХ ИЗМЕРЕНИЯ** | | | | | |
| Соотносятся с деятельностью | * Созданы чаты в мессенджерах WhatsApp, Viber, не менее 40 участников в каждом. * Создана страница в социальной сети Instagram с подключением не менее 200 участников. * В проекте приняли участие не менее 40 родителей детей-инвалидов. | | | | |
| **КОМАНДА ПРОЕКТА** | | | | | |
| Квалификация заявителя |
| Заявитель – Муртазаева Оксана Владимировна, 15.07.1976 г.р.  Образование: Высшее. ВГСХА, 1998 г. (Волгоградская Государственная сельскохозяйственная академия). Специальность: инженер-педагог.  Место работы: Председатель ВОООРДИСПКИ «Хочу слышать».  С 2014 г. - активный участник общественной жизни г. Волгограда: рабочие встречи, совещания по вопросам социальной защиты, образования и здравоохранения людей с инвалидностью.  Состоит в Общественной палате г. Волгограда.  Председатель общественного совета по проведению независимой оценки качества условий оказания услуг организациями социального обслуживания при Комитете социальной защиты населения Волгоградской области.  Председатель Общественного совета ФКУ Главное бюро медико-социальной экспертизы по Волгоградской области  Заместитель председателя Регионального отделения Совета общественных организаций по защите прав пациентов при Территориальном органе Федеральной службы по надзору в сфере здравоохранения по Волгоградской области.  Эксперт Общероссийского Народного Фронта.  На протяжении 7-ти лет возглавляет Волгоградскую областную общественную организацию родителей детей инвалидов по слуху после кохлеарной имплантации «Хочу слышать», которая является региональным оператором Федерального проекта ОНФ #ПРО\_НЕЕ в г. Волгоград.  Руководитель Региональной общественной организации (без образования юридического лица) содействия инвалидам и семьям с детьми инвалидами «Равный мир».  Принимает участие в общественно-значимых проектах г. Волгограда в качестве волонтера.  Организует акции по сбору и доставке средств и подарков в пользу малоимущих, детей-инвалидов, людей, находящихся в трудной жизненной ситуации.  Имеет опыт руководства проектом «Музыка души», реализуемого за счет средств Фонда Президентских Грантов в 2021 г. (30 участников), а также собственных проектов, реализуемых за счет собственных средств, средств спонсоров и организации.  Функционал руководителя проекта: общее руководство проектом, подбор и привлечение сотрудников проекта, ведение документации проекта, планирование работы, контроль за деятельностью и расходами по проекту, проведение оперативных совещаний, осуществление связи с организациями-партнерами, заключение договоров о сотрудничестве, организация и проведение добровольческих лагерей, планирование обучения и поддержки добровольцев проекта, подготовка текущих и итогового отчетов.  Координатор проекта – Упшинская Елена Юрьевна, 12.03.1965 г. р.  Образование: Высшее. Волгоградский социально-педагогический университет. 2001 г. Преподаватель дошкольной психологии и педагогики.  Место работы: 2006-2020 гг. – заведующий реабилитационным отделением для детей и подростков с ограниченными возможностями.  С 2021 г. – психолог-дефектолог – самозанятый. Педагог-психолог МОУ Д/с № 292.  Автор и руководитель Пилотных проектов «Передышка», «Радуга звуков» г. Волгограда.  Функционал координатора проекта: координация деятельности по основным направлениям проекта на конкретной территории, локальное планирование деятельности, формирование графика проведения мероприятий проекта на территории, осуществление контроля работы, набор и поддержка добровольцев, размещение информации о проекте в сети интернет, осуществление связи со СМИ, с представителями основной целевой аудитории проекта, участие в оперативных совещаниях, подготовка текущих и итогового отчетов о реализации проекта на конкретной территории. | | | | |
| **ПАРТНЕРЫ ПРОЕКТА** | | | | | |
| В том числе некоммерческие организации, общественные объединения, государственные и муниципальные учреждения, органы власти | Общероссийский Народный Фронт.  Муниципальное учреждение «Молодежный центр «Паритет» Кировского района Волгограда».  Студия прыжкового спорта и танца @kangooVolgograd.  Мото-Клуб «Железные Леди» Сталинград.  ВРО «Мото-Джимхана Волгоград».  Интерактивный Музей «Россия –Моя история».  Фитнес-клуб «Power\_in\_jumping\_vlg».  Филиал Футбольной школы «Спартак-юниор» в г. Волгоград.  Историко-игровой Клуб «Путь Рыцаря».  Художественная школа «АРТЛАБ\_ШКОЛА\_ВОЛГОГРАД». | | | | |
| **РЕСУРСЫ** | | | | | |
| **№** | **Наименование** | **Количество** | | **Источник** | |
| **Человеческие ресурсы** | | | | | |
|  | Руководитель проекта | 1 | | ВОООРДИСПКИ «Хочу слышать» | |
|  | Администратор проекта | 1 | | ВОООРДИСПКИ «Хочу слышать» | |
|  | Психолог проекта | 1 | | ВОООРДИСПКИ «Хочу слышать» | |
|  | Волонтер-косметолог | 1 | | Фриланс | |
|  | Волонтеры-байкеры | 2 | | Мотоклуб «Железные Леди» Сталинград,  ВРО «Мото Джимхана Волгоград» | |
|  | Фотограф | 3 | | Муниципальное учреждение «Молодежный центр «Паритет» Кировского района Волгограда», фриланс, ОНФ | |
|  | Тренер по фитнесу | 2 | | Фитнес-клуб «Power\_in\_jumping\_vlg», Студия прыжкового спорта и танца «@kangoo\_Volgograd» | |
|  | Преподаватель по изо. искусству | 1 | | Художественная школа «АРТЛАБ\_ШКОЛА\_  ВОЛГОГРАД» | |
|  | Тренер по фехтованию | 2 | | Историко-игровой Клуб «Путь Рыцаря» | |
|  | Тренер по футболу | 2 | | Филиал Футбольной школы «СПАРТАК ЮНИОР» в Волгограде | |
|  | Волонтеры | 12 | | Интерактивный Музей «Россия–Моя история», Историко-игровой Клуб "Путь Рыцаря", Студия прыжкового спорта и танца «@kangoo\_Volgograd» | |
| **Материалы для проведения мероприятий** | | | | | |
|  | ручка шариковая | 10 | | Из собственных средств | |
|  | бумага для принтера | 2 пачки | | Из собственных средств | |
|  | краски акварельные | 10 | | Участники проекта | |
|  | кисти художественные | 20 | | Участники проекта | |
|  | бумага акварельная | 10 | | Участники проекта | |
|  | наборы декоративной косметики | На 10 персон | | Участники проекта | |
|  | зеркало | 10 | | Участники проекта | |
| Материалы для организации фотозоны | | | | | |
|  | украшенная елка | 1 | | Муниципальное учреждение «Молодежный центр «Паритет» Кировского района Волгограда», | |
|  | новогодние украшения для стен | 2 | | Из собственных средств | |
| Продукты для кофе-паузы | | | | | |
|  | чай, кофе, сахар, выпечка | На 10 персон | | Участники проекта | |
|  | одноразовая посуда | На 10 персон | | Из собственных средств | |
|  | чайник | 1 | | Из собственных средств | |
| **Оборудование и помещения** | | | | | |
|  | Оборудованное помещение для проведения семинара (столы, стулья, проектор, экран) | 1 | | Помещение штаба ОНФ | |
|  | Оборудованное помещение для занятий фитнесом на батутах | 1 | | Спортивный зал Фитнес-клуба «Power\_in\_jumping\_vlg», | |
|  | Оборудованное помещение для фотосессии | 1 | | Муниципальное учреждение «Молодежный центр «Паритет» Кировского района Волгограда | |
|  | Оборудованное помещение для проведения мастер-класса по изоискусству (мольберты, столы, стулья) | 1 | | Интерактивный Музей «Россия –Моя история» | |
|  | Мотоциклы | 2 | | Мотоклуб  «Железные Леди» Сталинград»,  ВРО «Мото Джимхана Волгоград» | |
|  | Площадка для проведения мероприятия «Экстремальные выходные» | 1 | | Исторический парк музея «Россия-Моя история» | |
|  | Мечи для фехтования (деревянные) | 10 | | Историко-игровой Клуб "Путь Рыцаря" | |
|  | Перчатки тряпичные для защиты рук | 10 пар | | Историко-игровой Клуб "Путь Рыцаря" | |
|  | Мячи для мастер-класса по футболу | 5 | | Филиал Футбольной школы «СПАРТАК ЮНИОР» в Волгограде | |
|  | Конусы для мастер-класса по футболу | 20 | | Филиал Футбольной школы «СПАРТАК ЮНИОР» в Волгограде | |
|  | Обувь для мастер-класса по фитнесу Канго-Джамп | 3 пары | | Студия прыжкового спорта и танца «@kangoo\_Volgograd» | |
|  | Оборудование для музыкального сопровождения: колонки, микрофоны, пульт диджея | 1 комплект | | Интерактивный Музей «Россия –Моя история» | |
|  | Ноутбук | 1 | | Из собственных средств | |
|  | Принтер | 1 | | Из собственных средств | |
|  | Помещение для проведения мастер-класса по макияжу | 1 | | Помещение штаба ОНФ | |
| **Услуги** | | | | | |
|  | Интернет | 3 месяца | | Из собственных средств | |
|  | Мобильная связь | 3 месяца | | Из собственных средств | |
|  | Изготовление бланков благодарностей, дипломов участников проекта | 50шт | | Из собственных средств | |