

Projekto NVO finansavimo konkursui teikiančios organizacijos pavadinimas

Projekto „Aš ne vienas“ anotacija*

2023 sausio 27

(data)

Projekto tikslas	Padidinti ir praplėsti profesionalių universalių (tinkančių sveikiems ir neįgaliesiems) paslaugų prieinamumą žmonėms su negalia ir jų šeimos nariams tuo pagerinant jų <i>sveikatos būklę stiprinant fizinį aktyvumą ir sveiką mitybą bei gyvenimo kokybę</i> , kuri palaikytų neįgaliųjų socialinius ir savarankiško gyvenimo įgūdžius, didintų neįgaliųjų savarankiškumą ir užimtumą bei galimybes dalyvauti visuomenės gyvenime
Projektu sprendžiama problema	<ul style="list-style-type: none">- <i>Sergančiųjų išsėtine skleroze gerovė ir gyvenimo kokybės klausimai tampa vis aktualesni. Medikamentais gerai kontroliuojant ligos progresavimą žmonės gali dirbti, kurti šeimas, siekti asmeninių tikslų. Tą pasiekti padeda nuolatinis fizinis aktyvumas, teisingi mitybos principai, psichinės sveikatos palaikymas, santykių darbe ir namuose kūrimas. Čia jiems neabejotinai reikalinga pagalba.</i>- Išsėtinė sklerozė gali pasireikšti įvairia negalia - nuo nematomos iki visiško paralyžiaus. Niekas negali pasakyti kaip greitai liga progresuos, bet sergančiam žmogui tenka prisitaikyti prie nuolat besikeičiančios organizmo būklės. Pats adaptavimosi procesas nėra stabilus ir ilgalaikis. Kiekvienas ligos pablogėjimas priverčia iš naujo patirti psichologinę krizę dėl naujo organizmo funkcijos sutrikimo. Todėl yra labai svarbu suteikti sergančiam ne tik medicininę, bet ir psichosocialinę pagalbą. Gerinant išsėtine skleroze sergančio žmogaus bendrą sveikatą, psichinę bei socialinę gerovę, mažėja sergančiojo socialinė atskirtis – sveikesnis žmogus gali aktyviau dalyvauti socialiniame gyvenime, be to, ilgiau išlikti savarankiškas ir netapti našta savo artimiesiems ir / arba valstybei.
Projekto tikslo pasiekimui būtinos įgyvendinti veiklos	Molio/keramikos darbai Šiaulių apskrities sergančiųjų išsėtine skleroze draugijos neįgaliųjų patalpose, paslaugą gaus neįgalieji. Molio/keramikos darbų programa sudaryta, atsižvelgiant į minėtos ligos simptomus: galūnių nusilpimus, jutimo sutrikimus, negalėjimą susikaupti – padės valdyti ligą, Bus vykdomos veiklos pagal vaizduojamosios ir taikomosios dailės rūšis: taikomoji dekoratyvinė dailė ir keramika. Paskaitos/užsiėmimai neįgaliesiems ir jų šeimos nariams gerinti emocinę būseną, nes dažnai šeimoje, kur gyvena

	<p>neįgalus, ne tik patiria stresą dėl negalios, bet ir didelę įtampą jaučia artimieji. Tos paskaitos bus skirtos stresinės energijos išlaisvinimui, emocijoms problemoms spręsti, padės išlaisvinti susikaupusias neigiamas emocijas, tokias, kaip pyktis, agresija, baimės.</p> <p>Plaukimas baseine. Moksliniais tyrimais yra nustatyta, kad plaukimas turi naudą įvairioms mūsų organizmo sistemoms. Plaukimas stiprina atramos – judėjimo aparatą, viso kūno raumenis, padeda lavinti taisyklingą laikyseną. Tuo pat metu sąnariai ir stuburas apsaugomi nuo per didelės apkrovos, kuri patiriame mankštinantis sausumoje. Kraujas lengviau teka kraujagyslėmis, gerėja kraujotaka galūnėse. Išorinis vandens slėgis aktyvina kraujotakos sistemos veiklą ir gerina kraujo sugrįžimą į širdį.</p> <p>6 dienų tausojančio režimo sveikatinimo stovyklą prie Baltijos jūros Monciskėse Lietuvos paraplegikų asociacijos Landšafto terapijos ir rekreacijos terapijos centrą, kuriame yra sudarytos sąlygos bendravimui, mokymams, įvairioms pratyboms ir panašioms reikmėms skirtos patalpos. Gyvenimui nameliai pilnai pritaikyti ypač sunkią negalią turintiems žmonėms. Taip pat įrengti judėti neįgaliojo vėžimėliais trinkelėmis kloti takai ir privažiavimas prie jūros. Yra virtuvė, tačiau jei per sunku ruošti maistą – galima užsisakyti ir jau paruoštą atveža iš Šventosios. Veikia internetas, sportinio inventoriaus ir kompensacinių priemonių nuomos punktas. Stovyklos metu 5 savanorių – specialistų pagalba bus organizuota: rytinė mankšta; vaikščiėjimas šiaurietiškomis lazdomis; veiks sveikos mitybos mokykla, teatralizuotas kambarių prisistatymas, psichologės paskaita, konkursai, mandalos piešimas, darbai iš modulino ir t.t. Į stovyklą projekto dalyviai atvyks ir ruoš maistą savarankiškai savo lėšomis. Ši patirtis gyvenant nekonforto sąlygomis būtina tiek sergančiajam tiek jo šeimos nariui, o ypač vaikams.</p>
Laukiami (planuojami) projekto rezultatai	<ul style="list-style-type: none"> - kvalifikuotą kompleksinę pagalbą gaus apie 100 projekto dalyviai asmenys, kuriems nustatytas sunkus ar vidutinis neįgalumo lygis arba nuo 0 iki 50 procentų darbingumo lygis, jų šeimos nariai, ypač vaikai - sustiprės žmonių su negalia asmeninė motyvacija ir gebėjimai bei socialinė motyvacija ir įgalinimas išlaikyti kuo geresnę sveikatą, aktyvumą, kuriant sveiką gyvenseną ir aplinką, taikant aktyvias veiklas; - profesinių žinių pagalba žmonės supras ir analizuos savo problemas, užsiimtų mėgstamą veiklą ir pritaikys ją kasdieniniame gyvenime.

	<p>- dalinai pakis visuomenės požiūris į žmogų su negalia : visuomenė pritaria demokratinėms idėjoms neįgaliųjų socialinei integracijai plėsti, tačiau egzistuoja “sindromas” – tik ne mano kieme. Galioja „etikečių“ politika, kai individo savybės, neatitinkančios visuomenėje priimtų normų, standartų ir vertybių, lemia sprendimą, kiek asmeniui bus leista dalyvauti visuomenės gyvenime.</p> <p>dalinai padidės neįgaliųjų savarankiškumas, užimtumas bei pagerės neįgaliųjų ir jų šeimos <i>narių gyvenimo kokybė.</i></p>
--	---

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