

Visuomenės sveikatos priemonių, finansuojamų  
Vilniaus miesto savivaldybės visuomenės  
sveikatos rėmimo specialiosios programos  
lėšomis, paraiškų atrankos konkurso  
organizavimo tvarkos aprašo  
10 priedas

(Vilniaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos  
lėšomis finansuojamos priemonės santraukos forma)

**VILNIAUS MIESTO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS RĖMIMO SPECIALIOSIOS PROGRAMOS LĖŠOMIS  
FINANSUOJAMOS PRIEMONĖS SANTRAUKA**

\_\_\_\_\_2026 05 04\_\_\_\_\_

(data)

<b>Priemonės pavadinimas</b>	Pogimdyminės depresijos prevencija ir pagalba
<b>Priemonės vykdytojas</b>	Pogimdyminės depresijos centras, VšĮ Mediapressa
<b>Priemonės įgyvendinimo laikotarpis</b>	2026 04 29- 2026 12 31
<b>Skirta finansavimo suma</b>	24000,00 Eur
<b>Pareiškėjo indėlio suma</b>	300,00 Eur
<b>Priemonės tikslas</b>	Suteikti psichologinę pagalbą tėvams individualiai ir grupėse, patiriantiems pogimdyminės depresijos (PD); emocinę paramą, esant psichikos sveikatos sunkumams nėštumo metu ir pirmuosius metus po gimdymo (įskaitant dėl persileidimo, vaiko netekties ir kt.), pagerinti tėvų psichologinę savijautą, vykdyti šeimų pogimdyminės depresijos prevenciją (grupių susitikimai ir edukacija).
<b>Tikslinė grupė / narių skaičius</b>	274
<b>Numatomos vykdyti veiklos</b>	Individuali pagalba šeimoms 1) psichologinis konsultavimas (6 kartai asmeniui, 30 asmenų); 2) psichoterapija (12 kartų asmeniui, 10 asmenų);

	<p>3) Psichoedukacinė grupė nėščiosioms ir moterims po gimdymo, turinčioms PD, nerimo požymių (12 gyvų susitikimų).</p> <p>4) Psichoedukacinė grupė tėčiams turintiems PD ar nerimo požymių. (8 susitikimai nuotoliu būdu)</p> <p>5) Edukacijų ciklas tėvams (3 paskaitos nuotoliniu būdu)</p>
<b>Numatomas poveikis ir rezultatai (kiekybiniai ir kokybiniai)</b>	Pagerėjusi mamų ir tėčių psichologinė būseną, sumažės depresija ir patiriamas nerimas, matuojant pagal pogimdyminės depresijos skalę EPDS, sumažėję nerimo požymiai pagal GAD-7. Geresni dalyvių gebėjimai, įgūdžiai ir žinios PD srityje: atpažįsta PD ar kitų sutrikimų požymius / kada reikia kreiptis pagalbos;
<b>Kontaktinė informacija ir registracijos galimybės: telefono numeris, el. paštas, socialiniai tinklai, interneto svetainė ir kt.</b>	<p><a href="http://www.pdcentras.lt">www.pdcentras.lt</a></p> <p><a href="https://www.facebook.com/PDCENTRAS">https://www.facebook.com/PDCENTRAS</a></p> <p><a href="https://www.instagram.com/pdcentras/">https://www.instagram.com/pdcentras/</a></p> <p>Įstaigos naujienlaiškis</p> <p>Kontaktinė informacija <a href="https://pdcentras.lt/kontaktai/">https://pdcentras.lt/kontaktai/</a></p>

**Santrauką parengęs asmuo**

(Vardas ir pavardė)

Nida Vildžiūnaitė

(Parašas)

