

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 26

(data)

<b>Priemonės pavadinimas</b>	Mentorystė ir emocinė parama per ŠJT: resursų atkūrimas moterims patyrusioms smurtą ir pagalbos teikėjų perdegimo prevencija
<b>Priemonės vykdytojas</b>	Moterų informacijos centras
<b>Priemonės įgyvendinimo laikotarpis</b>	2026 05 13 – 2026 12 31
<b>Skirta finansavimo suma</b>	15 000,00 Eur
<b>Pareiškėjo indėlio suma</b>	3615,90 Eur
<b>Priemonės tikslas</b>	Užtikrinti tęstinę emocinę paramą ir mentorystę moterims, patyrusioms smurtą artimoje aplinkoje (SAA) ar jo riziką, bei Moterų informacijos centro specialistėms, taikant šokio-judesio terapijos metodus, siekiant stiprinti savireguliacijos gebėjimus, emocinį atsparumą ir vidinių resursų taikymą kasdienėse gyvenimo bei profesinėse situacijose.
<b>Tikslinė grupė / narių skaičius</b>	Moterys, patyrusios smurtą artimoje aplinkoje ar jo pavojų, bei Moterų informacijos centro specialistės, narės, savanorės.

<p><b>Numatomos vykdyti veiklos</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tikslinių grupių informavimas, atranka ir įtraukimas į emocinės paramos ir mentorystės programą.</li> <li>2. 2 šokio-judesio terapijos mentorystės ciklai smurtą artimoje aplinkoje ar jo pavojų patyrusioms moterims</li> <li>3. Šokio-judesio terapijos mentorystės ciklas Moterų informacijos centro specialistėms, narėms ir savanorėms (SKPC specialistėms ir Pagalbos moterims linijos savanorėms)</li> <li>4. Savarankiškos praktikos tarp mentorystės sesijų – uždaros internetinės bendruomenės kūrimas, namų darbai, kita savarankiška praktika</li> <li>5. Renginys (patyriminis užsiėmimas), Baigiamasis alumnių bendruomenės vakaras</li> <li>6. Projekto viešinimas socialiniuose tinkluose, straipsniai.</li> </ol>
<p><b>Numatomas poveikis ir rezultatai (kiekybiniai ir kokybiniai)</b></p>	<p>Kiekybiniai rezultatai:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. iki 24 SAA ar jo pavojų patyrusių moterų bei iki 30 SKPC specialistė/savanorių baigusių mentorystės kursą</li> <li>2. 22 terapinių ciklų sesijos iš kurių 20 2 val. trukmės ir 2 1 val. trukmės, iki 24 moterų patyrusių SAA). Vienoje sesijoje dalyvauja iki 12 moterų.</li> <li>3. 12 šokio-judesio terapijos sesijų, skirtų SKPC specialistėms, iki 30 specialistė/savanorių per visą projekto laikotarpį. Vienoje sesijoje dalyvauja 10 moterų.</li> <li>4. 24 moterys dalyvauja savarankiškoje emocinės paramos praktikoje</li> <li>5. 1 baigiamasis renginys, kuriame dalyvauja ne mažiau kaip 30 moterų.</li> <li>6. 7 soc. tinklų žinučių; 1 tiesioginė 30 min. transliacija su MIC specialiste ir šokio-judesio terapeute; 1 klausimų atsakymų sesija; 2 pranešimai spaudai; 1 straipsnis žiniasklaidoje.</li> </ol> <p>Kokybiniai rezultatai:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 100% projekto dalyvių atitinka tikslinę grupę</li> <li>2. daugiau nei 70 % dalyvių nurodys savivertės pagerėjimą, mažesnę potrauminio streso poveikį, stipresnę ryšį su savo kūnu</li> <li>3. 70 % dalyvių nurodys sumažėjusį emocinį krūvį, stipresnes profesines ribas ir pagerėjusį savireguliacijos gebėjimą.</li> <li>4. Ne mažiau kaip 70% dalyvių nurodo savireguliacijos ir kūno sąmoningumo stiprėjimą.</li> <li>5. 80% baigiamojo renginio dalyvių renginį įvertina teigiamai.</li> <li>6. Viešinimo turinys 100% atitinka projekto temą.</li> </ol>
<p><b>Kontaktinė informacija ir registracijos galimybės: telefono numeris, el. paštas, socialiniai tinklai, interneto svetainė ir kt.</b></p>	<p>Projektą koordinuoja Ieva Šaduikė, tel. numeris +37063023834, el.paštas <a href="mailto:ieva@lygus.lt">ieva@lygus.lt</a>. Moterų informacijos puslapis <a href="http://www.lygus.lt">www.lygus.lt</a>. Registracija vykdoma susisiekus telefonu arba el. paštu tiesiogiai</p>

	su projekto koordinatore arba Moterų informacijos centro Specializuotos kompleksinės pagalbos centru telefonu +37065095216 arba el. paštu <a href="mailto:skpc@lygus.lt">skpc@lygus.lt</a> .
--	--

**Santrauką parengęs asmuo**

**Ieva Šaduikė**  
(Vardas ir pavardė)



(Parašas)

---