

Додаток 2

до Порядку відбору громадських організацій для надання фінансової підтримки з бюджету міста Києва

Заявка на участь у конкурсному відборі

Назва громадської організації, що подає конкурсну пропозицію	ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ “ХРИСТІЯНСЬКА СЛУЖБА ПОРЯТУНКУ”
Назва пріоритетного напрямку	Соціальна реабілітація учасників антитерористичної операції, учасників бойових дій та їх сімей
Назва проекту	Мамо, не сумуй – треба жити
Відповідність проекту оперативним цілям, завданням та заходам Стратегії розвитку міста Києва до 2025 року	Проект повністю відповідає своїми заходами стратегічним цілям та завданням визначеним в Стратегії розвитку міста Києва до 2025 року (нова редакція)
Загальна сума витрат для виконання (реалізації) проекту, тис.грн.	645,176 тис.грн.
Очікуване фінансування з бюджету міста Києва, тис.грн.	564,036 тис. грн.
Мінімально необхідний обсяг витрат для виконання (реалізації) проекту, тис.грн.	645,176 тис. грн.
Терміни реалізації проекту	10 місяців
Адреса громадської організації Телефон, факс, e-mail	Адреса: 02660, м.Київ, бул.Перова 1Б, Т. 0661084059
Прізвище, ім`я, по батькові голови громадської організації	Богдашевська Люлмила Сергіївна

Підпис

керівника громадської організації

«ХРИСТІЯНСЬКА СЛУЖБА ПОРЯТУНКУ»

Богдашевська Люлмила Сергіївна

(П.І.Б.)

Печатка громадської організації

Дата 16.12.2021



Дата реєстрації заявки	* 17.12.2021
Реєстраційний номер конкурсної пропозиції	* 95
Підпис	* <i>Мазур (Вдовиченко М.М.)</i>

* Заповнюється Організатором конкурсного відбору

Додаток 3

до Порядку відбору громадських організацій для надання фінансової підтримки з бюджету міста Києва

Опис проекту

для реалізації у 2022 році

Мамо, не сумуй – треба жити

(назва проекту)

Назва громадської організації, яка подає проект

Громадська організація «ХРИСТИЯНСЬКА СЛУЖБА ПОРЯТУНКУ»

1. Загальна інформація про громадську організацію:

- дата створення грудень 2015

Основні напрямки діяльності організації:

- сприяння відкритті та функціонуванні реабілітаційних центрів для учасників АТО.
- надання допомоги постраждалим внаслідок збройних конфліктів, воєнних дій АТО.
- проведення психологічних та юридичних консультацій.
- предмет діяльності психологічна і соціальна допомога, реабілітація та адаптація родин ветеранів АТО, родин загиблих героїв.
- структура та чисельність: Загальні Збори, Правління Організації, Наглядова рада, 987 осіб.
- джерела фінансування __спонсорські кошти, членські внески членів громадського об'єднання, кошти донорів та внески небайдужих громадян
- наявність ресурсів для виконання проекту - Приміщення, обладнання для заходів __м.Київ, бульвар Перова, будинок 1-Б
- досвід реалізації заходів із залученням бюджетних коштів __ Проект для матерів загиблих воїнів підтриманий з бюджету міста Києва в 2021 «Мамо, не сумуй – треба жити»

2. Опис та обґрунтування необхідності реалізації проекту

2.1. Мета проекту

Надати соціальну адаптацію матерям загиблих воїнів АТО, шляхом проведення регулярних тематичних тренінгів, занять, зустрічей.

2.2. Цільова група, на яку спрямовано проект (з розподілом за статтю)

Цільова група, загальна кількість членів сімей АТО: 257 осіб

Матері загиблих воїнів -117 (46%)

Члени сімей ветеранів АТО – 140(54%)

Ветеранів АТО – 26 (19% чоловіків)

Жінок ветеранів АТО – 62 (44% жінок)

Дітей Ветеранів АТО – 52(37%) дитини, з яких (37 дівчаток 71% і 15 хлопчиків 29%)

Будуть охоплені всі райони міста Києва.

2.3. Опис проблеми, на вирішення якої спрямовано проект.

Прагнення миру є сьогодні головним бажанням більшості українських громадян. Непередбачувана та неочікувана агресія проти України з боку Російської Федерації, окупація частини території, військовий конфлікт та бойові дії стали частиною щоденного життя. Ми всі чуємо про них або читаємо в засобах масової інформації, хтось бере безпосередню участь із зброєю в руках в захисті Батьківщини, хтось допомагає, збираю чи допомогу та направляючи її тим, хто потребує, а хтось втрачає своїх рідних і близьких.

Особливою категорією, яка потребує допомоги і заслуговує на вияв пошани - це матері загиблих воїнів. Вони перебувають у великому розпачі через втрату своїх дітей на війні, через війну, яка триває і до сьогодні. На сьогодні в Києві і околицях живуть 210 таких матерів і 30% серед них народжені до 1950 року. Перебуваючи на схилі літ, обмежені фізичним здоров'ям, вони не завжди можуть взяти участь у заходах поза межами свого будинку. Крім цього вони стикаються з різними труднощами як психологічного, соціально-побутового характеру, та часто мають проблеми із здоров'ям. Тому було сплановано організувати відвідини таких матерів, підтримати їх, проявити їм свою увагу, пошану і надати психологічну, духовну, соціальну допомогу.

Найбільш трагічні для людини події її життя пов'язані із втратою близьких людей, особливо для матерів втрати їх синів-воїнів. Інша людина своєю присутністю в житті або відсутністю в ній здатна викликати сильний біль. Смерть сприймається деколи як абстрактний факт, ми ніби знаємо, що вона повинна прийти, але не приймаємо її. Саме тому для більшості людей, а особливо для матерів втрата їхніх синів робить замах на віру у власне безсмертя, переростає в кризу, навіть якщо загрози прямої небезпеки для них немає. Саме тому, щоб змиритися з втратою близької, рідної людини для них необхідно не лише час, але й дружба, родинна підтримка, а також кваліфікована допомога фахівця.

За останніми даними управління Верховного комісара ООН з прав людини (УВКПЛ ООН) за весь період конфлікту, з 14 квітня 2014 року до 31 березня 2020 року жертвами військового конфлікту стали близько **41-44 тисячі осіб**.

Точну кількість загиблих підрахувати неможливо. За 6 років війни загинуло від 13 до 13,2 тисячі осіб, з них близько 4 тисячі 100 українських військовослужбовців та 5 тисяч 650 членів озброєних груп.

Проблеми, з якими стикаються користувачі проекту:

- тривале носіння траурного одягу;
- часте відвідування кладовища;
- постійний перегляд фотокарток померлого, розмови з ним;
- заборона членам сім'ї зачіпати речі померлого, заходити до кімнати померлого;
- створюючи нову сім'ю, пацієнт вимагає від чоловіка (дружини) поводитися так, як поведився померлий чоловік (померла дружина);
- пацієнт називає новонароджену дитину ім'ям загиблого або постійно порівнює живих дітей та загиблого воїна;
- спогади про втрату викликають сльози та інші сильні емоційні реакції;
- постійно присутні саморуйнівні дії та саморуйнівна поведінка (трудоголізм, алкоголізм, зловживання нікотинном, наркотиками, транквілізаторами, переїдання або голодування, часті травми).

Саме тому особливій уваги потребують родини загиблих. Переживання травми часто затягується на роки. Перебуваючи з родинами, які можуть співпереживати в такому горі, відбувається швидше зцілення і повернення до активного життя.

2.4. План заходів з реалізації проекту.

Відновлення людей, що втратили рідних на війні, відбувається за рахунок найближчого кола людей – родини, та тих, хто пережив таку ж втрату, а також досвідчених спеціалістів.

Метою проекту є відновлення психо - емоційного та фізичного стану матерів загиблих воїнів АТО, відновлення їхніх стосунків у родині.

Проект передбачає створення відновлюваної зони з елементами психологічної та навчальної роботи. 2 рази в місяць(по 3 дні) по 2 групи будуть організовані зустрічі для матерів загиблих воїнів АТО та їхніх сімей. Робоча група включатиме до 10 чоловік.

Будуть відбуватись відкриті зустрічі взаємодопомоги, легкий формат групової роботи з психологом із застосуванням різних методик. Члени групи залюбки сприймають позитивну та веселу атмосферу, непомітно для себе розкриваються, формулюють свої проблеми, завдяки чому страхи поступово розчиняються, а групова динаміка підтримує ці зміни. Під час таких груп створюється легка невимушена атмосфера, яка передбачає багато сміху та позитиву. З цією метою практикуються вправи в ігровій формі з використанням асоціативних карт, картинок, фігурок, інших предметів. Щоб робота сприяла психоемоційній розгрузці, практикується зміна різних форм роботи під час одного заняття: інтерактивна бесіда, метафоричні карти, релаксація, дихальні вправи, легка гімнастика, візуалізація та інші методики, спрямовані на оптимізацію енергетичних ресурсів. Крім загальноновживаних методик, психолог застосовує ті методичні прийоми, які зазвичай практикує. Кожне заняття складається з (1) очікуваного (традиційного, звичного, ритуального), що дарує спокій, впевненість, відчуття передбачуваності та стабільності та (2) нового, що створює відчуття зросту і розвитку. Такі групи відкриті, не мають жорсткої програми і надають можливість приєднатися у будь-який момент.

Крім цього кожна зустріч буде підкріплена арт терапевтичною роботою. Будуть організовані майстер класи мистецького, лікувально-профілактичного та кулінарного спрямування. Арт-терапія не має обмежень і протипоказань, для занять не потрібна спеціальна підготовка, позаяк кожна людина здатна спонтанно виражати себе, свої стани мелодією, звуком, рухом, малюнком. Завжди ресурсна, арт-терапія володіє особливо потужним арсеналом екологічних (дбайливих, бережливих) засобів впливу у кризовому консультуванні, до яких належать: малювання, ліплення, колаж, ігри, музика, створення казок/історій, робота з піском і природними матеріалами, приготування кулінарних страв (улюблена страва загиблого героя АТО, яку готує мама загиблого, розповідає його історію і пригощає інших матерів загиблих воїнів). Арт-терапевтичні техніки в силу їх специфічних особливостей забезпечують можливість максимальної за глибиною впливу і мінімальної за ступенем втручання допомоги матерям загиблих воїнів АТО.

Таким чином, арт терапевтичні заняття принесуть наступну користь:

- образи дозволяють виразити почуття; вони викликають емоційні реакції і слугують психологічним змінам;
- образи представляють як свідомий, так і несвідомий рівень психічної діяльності, забезпечують доступ до довербальних форм психічного досвіду; допомагають у розкритті проблемного психологічного матеріалу і подоланні захисту;
- техніки спонтанної і направленої уяви забезпечують психологічні зміни навіть за відсутності інтерпретацій;
- образи представляють минулий і поточний досвід, дозволяють виражати уявлення про майбутнє; нові ситуації і моделі поведінки можуть бути змодельовані і відіграні в

образних формах раніше, ніж вони будуть усвідомлені і знайдуть своє втілення у реальній поведінці;

- образи виражають ті думки і почуття, які важко передати словами; сприяють екстерналізації проблеми;
- сприймання і переробка візуальної/образної інформації мають однакову цінність і доповнюють одне одного.

Етапи реалізації	Опис заходів для здійснення етапу	Термін реалізації етапу	Результати здійснення етапу
Лютий	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Знайомство, встановлення контакту «Дозволь мені тебе пізнати»</p> <p>Мета зустрічі: Створити атмосферу, в якій учасниці дізнаються більше одна про одну і зможуть поділитись власними історіями.</p> <p>Заняття пам'яті про героя -Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього.</p> <p>2 день. Виїзний семінар з екскурсійною програмою, Київ-Батурин-Київ)</p> <p>3 день. Арт-терапевтичне заняття -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом</p>	Зустріч 1 (Програма заходів тривалістю 3 дні)	Встановлення довірливих відкритих стосунків між учасницями групи в безпечному просторі.
	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Знайомство, встановлення контакту Заняття: «Мій життєвий шлях – злети та падіння»</p> <p>Мета зустрічі: Допомогти учасницям проаналізувати свій життєвий шлях та процес внутрішніх трансформацій, усвідомити точки опори та підтримки в різні періоди життя.</p> <p>Заняття пам'яті про героя -Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього.</p> <p>2 день,</p>	Зустріч 2 (Програма заходів тривалістю 3 дні)	Встановлення довірливих відкритих стосунків між учасницями групи в безпечному просторі. Учасниці зрозуміють свої сильні сторони та власні стратегії розвитку особистості.

	<p>Арт-терапевтичне заняття -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом. 3 день. Арт-терапевтичне заняття для підвищення самооцінки майстер клас перукаря.</p>		
Березень	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Встановлення контакту з собою «Сканування тіла»</p> <p>Мета зустрічі: Розвиток уваги та усвідомленого ставлення до власних тілесних проявів, встановлення контакту з собою.</p> <p>Заняття - пам'ять про героя -Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього.</p> <p>2 День Арт-терапевтичне заняття для підвищення самооцінки майстер клас візажу.</p> <p>3 день. Арт-терапевтичне заняття -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом</p>	<p>Зустріч 3 (Програма заходів тривалістю 3 дні)</p>	<p>Учасники навчаться краще відчувати себе, своє тіло та почуття. Усвідомлення та проживання внутрішніх блоків та пригнічених почуттів.</p>
	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Копінгові стратегії, «Як я можу підтримати себе»</p> <p>Мета зустрічі: Усвідомлення існуючих та формування нових когнітивних, емоційних та поведінкових стратегій, які допомагають опанувати себе в стресових ситуаціях.</p> <p>Заняття - пам'ять про героя -Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього.</p> <p>2 День Арт-терапевтичне заняття Заняття: пізнавальний майстер клас – вода-лікує – вплив води на організм</p>	<p>Зустріч 4 (Програма заходів тривалістю 3 дні)</p>	<p>Створення переліку стратегій, що допоможуть мінімізувати негативні наслідки стресових ситуацій.</p>

	<p>людини. 3 день. Арт-терапевтичне заняття -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом</p>		
Квітень	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Втрата та горювання «Як жити далі, коли не хочеться жити»</p> <p>Мета зустрічі: обговорення як проявляються симптоми переживання травматичних подій та горювання на рівні психіки та тіла. Допомога та підтримка при втраті близької людини.</p> <p>Заняття - пам'ять про героя -Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього.</p> <p>2 День Арт-терапевтичне заняття для підвищення самооцінки майстер клас перукаря Арт-терапевтичне заняття Майстер клас – фотосесія – піднесення самооцінки матерів загиблих героїв.</p> <p>3 день Арт-терапевтичне заняття -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом</p>	Зустріч 5 (Програма заходів тривалістю 3 дні)	Учасники проаналізують свої власні прояви горювання, актуалізація методів підтримки та допомоги при переживанні втрати
	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Вшанування пам'яті «Ми пам'ятаємо»</p> <p>Мета зустрічі: Обговорення в групі, про те як можна зберігати та вшановувати пам'ять про померших, обмін досвідом. Написання листа синові.</p> <p>Заняття - пам'ять про героя -Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього.</p> <p>2 день. Виїзний семінар з екскурсійною</p>	Заняття 6 (Програма заходів тривалістю 3 дні)	Учасниці поділяться власними історіями особистим досвідом переживання втрати та збереження пам'яті про синів.

	<p>програмою(Київ- Умань - Київ),.</p> <p>3 день Арт-терапевтичне заняття -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом</p>		
Травень	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Внутрішні ресурси «Що є моєю силою?»</p> <p>Мета зустрічі: Визначити поняття внутрішніх ресурсів, актуалізувати внутрішній потенціал з метою пошуку власних ресурсів.</p> <p>Заняття - пам'ять про героя -Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього.</p> <p>2 День Реабілітаційно-терапевтичне заняття Майстер клас масажу – в здоровому тілі здоровий дух.</p> <p>3 день. Арт-терапевтичне заняття для підвищення самооцінки майстер клас візажу.</p>	<p>Зустріч 7 (Програма заходів тривалістю 3 дні)</p>	<p>Учасники заняття актуалізують внутрішні ресурси, що є розкриває внутрішній потенціал людини</p>
	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Зовнішні ресурси «Що є моєю силою? продовження»</p> <p>Мета зустрічі: Визначити поняття зовнішніх ресурсів, формування переліку матеріальні цінності, соціальні зв'язки, які допомагають та підтримують людину ззовні.</p> <p>Заняття - пам'ять про героя -Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього.</p> <p>2 День Арт-терапевтичне заняття Майстер клас – перукаря стиліста – піднесення самооцінки матерів загиблих героїв.</p>	<p>Зустріч 8 (Програма заходів тривалістю 3 дні)</p>	<p>Учасники заняття актуалізують зовнішні ресурси, що є додатковою підтримкою в житті</p>

	<p>3 день Арт-терапевтичне заняття -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом</p>		
Червень	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Злість як базова емоція «Злість – мій друг чи ворог?»</p> <p>Мета зустрічі: Розкриття суті емоцій злості, агресії та гніву, усвідомлення що за ними стоїть. Асертивне проживання злості.</p> <p>Заняття - пам'ять про героя -Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього.</p> <p>2 День Арт-терапевтичне заняття Майстер клас гра на сопілці – ознайомлення інструментом.</p> <p>3 день Арт-терапевтичне заняття -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом</p>	<p>Зустріч 9 (Програма заходів тривалістю 3 дні)</p>	<p>Учасниці навчаться розпізнавати та проживати злість, отримають навички асертивної поведінки.</p>
	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Радість як базова емоція «Дозволь собі радіти»</p> <p>Цілі: обговорення того, як можна радіти життю після переживання втрати. Виявлення внутрішніх бар'єрів, що блокують почуття радості. Формування переліку того, що може приносити радість та задоволення.</p> <p>Заняття - пам'ять про героя Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього</p> <p>2 День Арт-терапевтичне заняття Майстер клас вишивка бісером – українська символіка.</p> <p>3 День Арт-терапевтичне заняття Майстер клас – перукаря</p>	<p>Заняття 10 (Програма заходів тривалістю 3 дні)</p>	<p>Учасниці усвідомлять, що важливого в емоції радості, що вона дає. Пропрацюють внутрішні блоки та бар'єри. Складуть власний перелік речей, що приносять радість.</p>

	стиліста – піднесення самооцінки матерів загиблих героїв.		
Липень	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Психосоматика «Про що мені каже моє тіло?»</p> <p>Мета зустрічі: дізнатись про те, як психіка і тіло взаємопов'язані. Діагностика психосоматичних проявів.</p> <p>Заняття - пам'ять про героя Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього.</p> <p>2 День Арт-терапевтичне заняття Майстер клас малюнок моєї сім'ї – спогади про героя.</p> <p>3 день Арт-терапевтичне заняття -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом</p>	Зустріч 11 (Програма заходів тривалістю 3 дні)	Учасниці дізнаються більше про психосоматику та проаналізують власні психосоматичні прояви
	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Сімейні традиції «Моя родина – моя сила»</p> <p>Мета зустрічі: актуалізація сімейних традицій, звичаїв, щоденних ритуалів, які можуть згуртувати членів родини, зміцнити стосунки з рідними.</p> <p>Заняття - пам'ять про героя Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього.</p> <p>2 День Арт-терапевтичне заняття Майстер клас – всі ми художники – ознайомлення з різними техніками малювання.</p> <p>3 день -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом</p>	Заняття 12 (Програма заходів тривалістю 3 дні)	Усвідомлення важливості та необхідності традицій в житті. Формування переліку щоденних ритуалів, об'єднуючих родину.
Серпень	1 день. Заняття з психологом	Заняття 13	Учасниці проаналізують

	<p>Тема: Життєвий баланс. Сфери життя людини «Колесо балансу життя»</p> <p>Мета зустрічі: цілісно, звернути увагу на різні сфери життя та відкрити можливості для розвитку.</p> <p>Заняття - пам'ять про героя Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього</p> <p>2 день. Виїзний семінар з екскурсійною програмою(Київ -Радомишль-Київ)</p> <p>3 день -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом</p>	(Програма заходів тривалістю 3 дні)	різні сфери свого життя та сформують найближчі зони розвитку.
	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Сила роду «Мое життєве древо»</p> <p>Мета зустрічі: Створення родоводу, аналіз родових установок та життєвих сценаріїв. Вшанування пам'яті предків.</p> <p>Заняття - пам'ять про героя Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього</p> <p>2 День Арт-терапевтичне заняття майстер клас малюнок кавою</p> <p>3 день -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом</p>	Заняття 14 (Програма заходів тривалістю 3 дні)	Учасники проаналізують життєві сценарії та установки, що йдуть через покоління.
Вересень	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема:Ейдетика «Нейрогімнастика»</p> <p>Мета зустрічі: Розвинути навички, що підвищують розумову працездатність, стійкість уваги, а також сприяють цілісному розвитку мозку, синхронізації роботи півкуль.</p> <p>Заняття - пам'ять про героя Страва героя – приготування</p>	Зустріч 15 (Програма заходів тривалістю 3 дні)	Вивчення вправ, що активізують роботу мозку та формують нові нейронні зв'язки, що є профілактикою деменції, Альцгеймеру, порушення пам'яті.

	<p>страви загиблого воїна і розповідь про нього</p> <p>2 день, Арт-терапевтичне заняття -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом.</p> <p>3 День Арт-терапевтичне заняття -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом</p>		
	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Внутрішні трансформації «Нейрографіка»</p> <p>Мета зустрічі: навчитись техніці, що сприяє внутрішній трансформації, зміні стереотипних форм поведінки. Формування нових нейронних зв'язків.</p> <p>Заняття - пам'ять про героя Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього</p> <p>2 День Арт-терапевтичне заняття Заняття: пізнавальний майстер клас – вода-лікує – вплив води на організм людини.</p> <p>3 День Арт-терапевтичне заняття Майстер клас – перукаря стиліста – піднесення самооцінки матерів загиблих героїв.</p>	<p>Заняття 16 (Програма заходів тривалістю 3 дні)</p>	<p>Учасниці здобудуть інструмент трансформації внутрішніх станів, стереотипних форм поведінки та сприймання реальності.</p>
Жовтень	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Методи релаксації «Прогресивно-м'язова релаксація за методом Едмунда Джейкобсона»</p> <p>Мета зустрічі: навчитись вмінню розрізняти стани напруги та розслаблення, навичкам релаксації та самовідновлення</p> <p>Заняття - пам'ять про героя Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього.</p>	<p>Заняття 17 (Програма заходів тривалістю 3 дні)</p>	<p>Учасниці навчаться навичці саморегуляції та зняттю емоційної і фізичної напруги.</p>

	<p>2 День Арт-терапевтичне заняття Спів – як відзеркалення душі</p> <p>3 день, Арт-терапевтичне заняття -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом</p>		
	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Методи релаксації «Дихальні релаксаційні техніки»</p> <p>Цілі: навчитись дихальним технікам, які покращують самопочуття та знімають стани емоційної та фізичної напруги.</p> <p>Заняття - пам'ять про героя Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього</p> <p>2 День Арт-терапевтичне заняття Малюємо і мріємо – сворення малюнку свого майбутнього</p> <p>3 день, Арт-терапевтичне заняття -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом</p>	<p>Заняття 18 (Програма заходів тривалістю 3 дні)</p>	<p>Учасниці навчаться технікам «Дихання по квадрату», «3-2-3», «Шодхана», що гармонізують та нормалізують внутрішній стан.</p>
Листопад	<p>1 день. Заняття з психологом</p> <p>Тема: Підтримка «Звернутись за допомогою – прояв слабості чи сили?»</p> <p>Цілі: усвідомити що таке підтримка, як вона може проявлятися, як ми можемо про неї просити. Навчитись виражати прохання про необхідність підтримки та допомоги.</p> <p>Заняття - пам'ять про героя Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього</p> <p>2 День Виїзний семінар з екскурсійною програмою(Київ- Вінниця – Київ)</p> <p>3 день,</p>	<p>Заняття 19 (Програма заходів тривалістю 3 дні)</p>	<p>Навчитись різним способам підтримки, подолання внутрішніх бар'єрів при вираженні потреби в допомозі або підтримці.</p>

	Арт-терапевтичне заняття -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом		
	1 день. Заняття з психологом Тема: Цінності «Мої життєві цінності» Мета зустрічі: актуалізувати систему ціннісних орієнтацій, розширити уявлення про систему власних цінностей та життєвих орієнтирів Заняття - пам'ять про героя Страва героя – приготування страви загиблого воїна і розповідь про нього 2 День Арт-терапевтичне заняття -Майстер клас лікувальна фізкультура з реабілітологом 3 День Арт-терапевтичне заняття Майстер клас – перукаря стиліста – піднесення самооцінки матерів загиблих героїв.	Зустріч 20 (Програма заходів тривалістю 3 дні)	Учасниці усвідомлять власні цінності та життєві орієнтири, що є джерелом мотивації і підтримки

2.5. Участь громадської організації в реалізації проекту (людські, фінансові ресурси тощо)

Волонтери. Християнська Служба порятунку вже декілька років поспіль піклується про матерів загиблих воїнів АТО, ветеранів та їхні сім'ї. Через тісні контакти з іншими організаціями, спільну участь в заходах, залучаються волонтери, які є надзвичайно помічні при організації занять.

Співпраця з іншими громадськими організаціями. Християнська Служба порятунку допомагає матерям загиблих воїнів АТО і сім'ям ветеранів АТО з усіх районів м. Києва та по Україні, що дає можливість оперативно обмінюватись інформацією та організовувати чисельні заходи.

Приміщення для заходів та майстер класів. Християнська Служба порятунку має облаштовані приміщення для тренінгів, занять та заходів, які знаходяться в різних районах міста (Дніпровський район, Деснянський район).

2.6. Очікувані результати реалізації проекту (вказіть конкретні кількісні та якісні результативні показники)

Плануємо, що послугами проекту скористаються:

Матері загиблих воїнів -117 (46%)

Члени сімей ветеранів АТО – 140(54%)

Ветеранів АТО – 26 (19% чоловіків)

Жінок ветеранів АТО – 62 (44% жінок)

Дітей Ветеранів АТО – 52(37%) дитини, з яких (37 дівчаток 71% і 15 хлопчиків 29%)

Загалом: 257 осіб

В результаті проведених заходів 257 осіб (матерів загиблих воїнів, ветеранів та членів їхніх родин) скористаються послугами проекту. Будуть налагоджені відкриті стосунки матерів, ветеранів і їх родин з оточенням. Матері загиблих воїнів АТО візьмуть активну участь у різних заходах, майстер класах, пройдуть ряд занять, тренінгів, на яких навчатися контролювати свої емоції і навчатися жити далі.

Всі учасники проекту регулярно спілкуватимуться з психологом та з іншими матерями загиблих воїнів АТО, які теж ділитимуться про власні переживання і відчуття.

2.7. Можливість поширення досвіду реалізації проекту.

Будемо привертати увагу громадськості і органів державної влади до Матерів загиблих воїнів АТО ветеранів АТО і їх родин, наголошувати на актуальності допомоги, пам'яті і вшанування. Планується подальша робота за наступними напрямками: соціально-психологічна допомога, включення у суспільство, реінтеграція, примирення.

1. 3. Кошторис проекту

№ п/п	Назва статті витрат на реалізацію проекту	Кількість, од.	Ціна за одиницю, грн.	Вартість, грн.
1.	Оплата послуг залучених спеціалістів (плата за договором про надання послуг), що передбачаються тільки для оплати послуг спеціалістів, які залучаються до підготовки, реалізації проекту або проведення заходу на підставі цивільно-правових договорів	5 спеціалістів, 10 місяців		325000,00
		Керівник проекту (10 місяців)	6500,00	65000,00
		Бухгалтер (10 місяців)	6500,00	65000,00
		Реабілітолог (10 місяців)	6500,00	65000,00
		Психолог (10 місяців)	6500,00	65000,00
		Педагог (10 місяців)	6500,00	65000,00

2.	Податки та збори (в тому числі): ЄСВ (22%)	22% (10 місяців)	7150,00	71500,00
3	Оплата інтернету для роведення заходів(власні кошти)	10 місяців	150,00	1500,00 (власні кошти)
4	Оплата зв'язку для проведення проєку (власні кошти)	10 місяців	240,00	2400,00 (власні кошти)
5	Оплата картриджів та заправка для друку матеріалів для захисту (власні кошти)	5 шт	240,00	1240,00 (власні кошти)
6.	Росхідні господарські матеріали для проведення заходів (власні кошти)	40 шт	300,00	12000,00 (власні кошти)
7.	Оплата вартості проживання матерів під час заходів (власні кошти)	20 діб*10 осіб	300,00	60000,00 (власні кошти)
8.	Оплата послуг викладача по художньому майстерству для проведення майстер класів. (власні кошти)	1 особа*20год.	200,00	4000,00 (власні кошти)
9.	Оплата послуг фотографа (проведення фотосесії з матерями загиблих воїнів)	1 раз	3000,00	3000,00
10.	Друк фотографій та календарів з фото матерями	50 шт.	25,00	1250,00
11.	Оплата послуг перукаря та візажиста (проведення майстер класів з матерями загиблих воїнів)	7 разів	3000,00	21000,00
12.	Оплата екскурсійних послуг(транспорт, гід) Автобус до 39 місць, марка Iveco (Київ-Батурин-Київ)	8 год.	1765,00	47336,00 14120,00

	Автобус до 39 місць, марка Iveco (Київ- Умань -Київ)	8год.	1415,00	11320,00
	Автобус до 39 місць, марка Iveco (Київ -Радомишль-Київ)	8год	1479,00	11832,00
	Автобус до 39 місць, марка Iveco (Київ- Вінниця -Київ)	8 год	1258,00	10064,00
13.	Стаття видатків «Предмети, матеріали, обладнання та інвентар»:			94950,00
	Товари для роботи психолога, для проведення майстер класів - малювання, вишивка, творчість, канцелярські товари.			23300,00
	Асоціативні карти (робота психолога)	15 шт	400,00	6000,00
	Метафоричні карти (робота психолога)	10 шт	351,00	3500,00
	Контактно-ресурсні карти(робота психолога)	2 шт	315,00	630,00
	Фарби	15 шт	238,00	3570,00
	Олівці	15 шт	168,00	2520,00
	Набори для вишивання	15 шт	230,00	3450,00
	Набори для творчості			
	Канцелярські товари	20 шт	136,00	2720,00
	Папір А 4	20 шт	53,00	1060,00
	Файли А4			
	Продукти харчування для проведення кулінарних майстер класів :			60000,00
	Борошно, крупи, макаронні вироби, яйця, бакалея	50 шт	200,00	10000,00
	М'ясні продукти	100 шт	200,00	20000,00

Рибні продукти	100 шт	200,00	20000,00
Спеції	25 шт.	100,00	2500,00
Овочева група	25 шт.	100,00	2500,00
Дезінфікуючі засоби в тому числі:			11650,00
Антисептики (5,0 л.)	10 шт.	325,00	3250,00
Маски	100 шт.	84,00	8400,00
Усього витрат за кошторисом			645176,00
Власний внесок			81140,00
Очікуване фінансування з бюджету міста Києва			564036,00

Керівник проекту - до обов'язків керівника належить організація заходів і забезпечення всім необхідним, контроль над перебігом проекту, залучення волонтерів.

Бухгалтер - до обов'язків бухгалтера належить здійснення проплат для повноцінного забезпечення перебігу проекту, контроль фінансових витрат та звітність.

Психолог - до обов'язків психолога належить організація групових занять для цільової аудиторії, проведення індивідуальних консультацій та бесід.

Педагог - до обов'язків належить організація майстер класів, ігор, спільних зустрічей і занять, допомога в організації заходів разом з психологом, проведення музичних майстер класів та зустрічей.

Реабілітолог - до обов'язків реабілітолога належить організація занять для ветеранів АТО спільно з психологом, контроль за запланованими заходами та фізичними навантаженнями, індивідуальні консультації.

Всі спеціалісти мають відповідну кваліфікацію і досвід роботи з даною категорією.

8 годин щотижня додатково спеціалісти і організатори проекту витратять на підготовку заходів: організація заходів і забезпечення всім необхідним, контроль над перебігом проекту, залучення волонтерів, інформування матерів та ветеранів АТО і членів їхніх родин про

заходи та загальне інформування про проект, здійснення проплат для повноцінного забезпечення перебігу проекту, контроль фінансових витрат та звітність, організація майстер класів, ігор, спільних зустрічей і занять.

На поза тренінгову роботу фахівців відводиться 6 годин що два тижні. Фахівці перед заняттям проводять 2-годинну нараду, на якій протягом першої години відбувається психоедукація та підготовка до роботи з людьми, що отримали травматичний досвід (робота з надмірною агресією, з тривогою, страхами, навчання саморегуляції тощо), а протягом другої - підготовка до тренінгу. Після відпрацювання тренінгу в групах, здійснюється аналіз роботи для врахування особливостей цільової аудиторії в подальшій роботі. Крім того, ще 2 години - для консультацій учасників групи після тренінгу (за запитом).

* До кошторису не можуть бути включені такі види діяльності:

надання фінансової підтримки для участі в довгострокових навчаннях і тренінгах;

закупівля товарів будь-якого виду, що становить більше 60% бюджету;

видатки на придбання основних засобів;

будівництво та капітальний ремонт, придбання нерухомості;

створення фінансових фондів;

організація і проведення розважальних заходів;

проведення довгострокових наукових або технічних досліджень;

організація та проведення фуршетів, банкетів, обідів тощо;

здійснення діяльності релігійного або політичного характеру.

Підпис керівника громадської організації
Сергіївна

(П.І.Б.) Богдашевська Люлмила

Печатка громадської організації

