

Projekt

Názov projektu	Kluby Nezábudka - sieť podporných skupín duševného zdravia
Stručný opis projektu	Cieľom projektu je udržanie a rozvoj siete podporných skupín duševného zdravia s názvom Klub Nezábudka, ktorú začala Liga budovať v r. 2023 so zámerom podporiť zotavovanie ľudí s výzvami v oblasti duševného zdravia a celkovo starostlivosť o duševné zdravie v komunitách. V súčasnej dobe je týchto klubov 15, v rôznych mestách a regiónoch Slovenska. Určené sú pre dospelých ľudí, poskytujú nízkoprahový, bezplatný, bezpečný priestor pre každého, kto má potrebu a chuť zdieľať svoje ťažkosti v oblasti duševného zdravia a aktívne pracovať nasvojom zotavovaní, alebo zlepšení životnej situácie.

Účel výzvy, na ktorú sa projekt zameriava

	• Posilnenie efektívnosti vymáhateľnosti ľudských práv a slobôd; • Podpora aktívnej občianskej spoločnosti; • Podpora výchovy a vzdelávania detí a mládeže; • Podpora vzdelávania a školenia; • Poradenská činnosť, monitorovacia činnosť a bezplatná právna pomoc; • Výdavky neziskových organizácií a inštitúcií vykonávajúcich činnosť v oblasti ľudských práv a slobôd a predchádzania všetkým formám diskriminácie, rasizmu, xenofóbie, antisemitizmu a ostatným prejavom intolerancie;
Vysvetlite prepojenie aktivít na účel výzvy	Ľudia zažívajúci výzvy v oblasti duševného zdravia, či už z dôvodu psychickej poruchy, nepriaznivej alebo náročnej životnej situácie či iných životných okolností sú zraniteľnou skupinou. V našej spoločnosti stále ešte čelia silnej stigme, spoločenským predsudkom, diskriminácii na základe zdravotného znevýhodnenia, nedostatku podpory a pomoci ako zo strany systému, tak aj komunit. Nezriedka to vedie k izolácii jednotlivca ale aj jeho rodiny, strate spoločenského aj ekonomického statusu. Podporné skupiny v komunitách reagujú na potreby tejto skupiny ľudí svojim formátom a zameraním.

Hlavný cieľ/Identifikácia ľudsko-právneho problému

Definujte hlavný cieľ	Cieľom projektu je udržanie a rozvoj už existujúcej siete podporných skupín duševného zdravia. Projekt reaguje na najčastejšie formulované potreby ľudí, ktorí majú skúsenosť s duševným ochorením, ich príbuzných ako aj poskytovateľov služieb v tejto oblasti, ktoré boli zmapované v celoslovenskom prieskume Ligy v r. 2022-23. Jedná sa najmä o potrebu osvetu a destigmatizácie v spoločnosti, možnosť stretávania sa a vzájomnej podpory s ľuďmi s podobnými problémami, potreba doplnkovej alternatívnej služby k ťažšie dostupným profesionálnym službám, viac osvetu, vzdelávania a prevencie v komunitách.
-----------------------	--

Uvedte nástroje, ktoré použijete pri dosahovaní cieľa projektu a dôvod ich použitia

Uvedte jednotlivé nástroje a konkretizujte ich.
Pravidelné stretnutia 15 podporných skupín v rôznych mestách Slovenska 2 - 4 krát mesačne
Pravidelné supervízie peer konzultantov Ligy, ktoré sú nástrojom udržiavania kvality poskytovanej služby.

Cieľové skupiny

Zraniteľné skupiny definované podľa jednotlivých dôvodov diskriminácie • 4/ zdravotné postihnutie, • 5/ sexuálna orientácia,	
Ak ste uviedli "iné," špecifikujte	
Cieľová skupina	• 1) Verejnosť
Ak ste uviedli "iné," špecifikujte	
Zdôvodnite výber cieľovej skupiny, veľkosť cieľovej skupiny a spôsob jej zapojenia sa do projektu	Kluby sú pre dospelých ľudí s výzvami v oblasti duš. zdravia, ktorí chcú zdieľať a aktívne pracovať na svojom zotavení, na hľadaní možností k náprave svojich problémov alebo vyrovnaní sa s náročnými životnými situáciami. Vítaní sú príbuzní a blízki týchto ľudí, ako aj každý, kto má záujem o osobnostný rozvoj, alebo zlepšenie podmienok, podporu inklúzie a destigmatizácie ľudí s duševnými poruchami.

Miesto a čas realizácie

Vymenujte miesta/ oblasti realizácie projektu, kde sa bude projekt realizovať.	
Bratislava 2x - každý utorok a štvrtok v mesiaci v pravidelnom čase	
Pezinok - každý prvý a tretí štvrtok v mesiaci v pravidelnom čase	
Senica - každý utorok v mesiaci v pravidelnom čase	
Nitra - každý párný utorok v mesiaci v pravidelnom čase	
Galanta - každú stredu v mesiaci v pravidelnom čase	
Partizánske - každú stredu v mesiaci v pravidelnom čase	
Bánovce nad Bebravou - každý utorok v mesiaci v pravidelnom čase	
Žilina - každý štvrtok v mesiaci v pravidelnom čase	
Martin - každú stredu v mesiaci v pravidelnom čase	
Spišská Nová Ves - každú stredu v mesiaci v pravidelnom čase	
Vranov nad Topľou - každý pondelok v mesiaci v pravidelnom čase	
Košice - každý piatok v mesiaci v pravidelnom čase	
Online priestor 2x - každý pondelok a štvrtok v mesiaci v pravidelnom čase	
Projekt bude realizovaný v období	1.6.2025 - 31.12.2025
Zdôvodnite výber miesta realizácie, prípadne uveďte jeho bližšiu špecifikáciu	Mestá v ktorých sú kluby naviazané na lokality, v ktorých máme vyškolených peer konzultantov Ligy, ktorí sú členmi facilitačného tímu každého klubu. Pri výbere samotných miest stretnutí, sme prihliadali na to, aby sa jednalo o živé miesta s ponukou rôznorodých aktivít a prepájania komunity.
Spolupracujem s regionálnym partnerom/partnermi	ÁNO

Uvedte partnera/partnerov

Mesto Galanta
Mesto Pezinok
Záhorská knižnica Senica
Turčianska knižnica Martin
Knižnica K. Kmeťa v Nitre
Nitrianský samosprávny kraj
Zemplínska knižnica Vranov nad Topľou
Žil:VA, kultúrne centrum Bánovce nad Bebravou
Baťa Point, Partizánske
Matica Slovenská a Mesto Spišská Nová Ves
Mestská knižnica Žilina

Odborná garancia projektu

Meno a priezvisko garanta	Kvalifikácia a odbornosť garanta v danej oblasti
Mgr. Alexandra Dzureková	liečebná pedagogička, odbornosť pre psychoterapiu I.st., certifikovaný výcvik v krízovej intervencii, výcvik pre prácu so vzťahmi jednotlivca a rodiny, vzdelanie v oblasti Recovery prístupu a peer podpory v Čechách a Írsku

Predošlé skúsenosti žiadateľa s realizáciou aktivít a projektov v danej oblasti

Názov aktivity	Rok	Informácia o skúsenostiach	Počet zapojených osôb
Projekt Spoluvorba	2022	mapovanie potrieb ľudí so žitou osobnou skúsenosťou s duševným nezdravím a systémom služieb starostlivosti oň, ich príbuzných a poskytovateľov služieb	1200
Projekt Spoluvorba	2023	vyhodnotenie projektu a získanie rebríčku najčastejšie formulovaných potrieb, z ktorých sme vychádzali pri koncipovaní služby podporných skupín	1200
Projekt PEER Podpora	2023	angažovanie a výškolenie ľudí so žitou osobnou skúsenosťou do role peer konzultantov a ich zaradenie do mulidisciplinárnych tímov ako aj do individuálnej pomoci ľuďom na ceste zotavovania	20
Projekt Kluby Nezábudka	2023	zakladanie a rozširovanie podporných skupín. Realizovanie 84 podporných skupinových stretnutí	782
Projekt Kluby Nezábudka	2024	zakladanie a rozširovanie podporných skupín. Realizovanie 499 podporných skupinových stretnutí	5068
Poznámka Liga za duševné zdravie sa dlhodobo angažuje v systematickom vzdelávaní verejnosti v oblasti duševného zdravia, pričom jej aktivity sú založené na interdisciplinárnom prístupe a integrácii vedeckých poznatkov s praktickými intervenciami. Prostredníctvom edukačných programov, osvetových kampaní a odborných diskusií sa usiluje o destigmatizáciu duševných ťažkostí a zvyšovanie informovanosti.			