



Zápis z 1. jednání pracovní skupiny MAP IV v území dopadu ORP Nové Město na Moravě

Název skupiny:	PS Volná
Den a místo jednání:	28. 2. 2024, KD NMNM
Přítomní členové:	Mgr. Veronika Augustýnová, Mgr. Ivana Hesová, Mgr. Eva Kulková, Alena Pátková, Mgr. Pavlína Poláčková, Eva Poulová,
Omluvení členové:	-
Nepřítomní členové:	-
Den a místo následného jednání:	Středa 17. dubna 2024 v 15 hodin v Kanceláři MAP Vratislavovo náměstí 12, NMnM

Program jednání:

1. Přivítání členů PS, administrativa
2. Úvodní informace z projektu
3. Představení hodnotitele
4. Plánování
5. Stanovení dalšího termínu schůzky

Průběh jednání:



1. Přivítání členů PS, úvodní informace z projektu

Skupina Volná se na setkání sešla v plné sestavě. Členky skupiny se navzájem seznámily a podepsaly požadované dokumenty.

Manažerka projektu přivítala všechny přítomné členky a členy pracovních skupin, přivítala a představila také hodnotitelku Bc. Soňu Baueršimovou. Proběhly nutné administrativní úkony.

2. Úvodní informace z projektu

Manažerka projektu seznámila členy a členky PS s tím, že projekt byl ŘO schválen, probíhají dílčí úpravy žádosti.

Sdělila složení realizačního týmu, představila nové členy PS. Mgr. T. Pospíšila nahradil v PS pro rovné příležitosti ředitel ZŠ a MŠ Jimramov Mgr. Michal Budig, Bc. T. Plevu z PS volně nahradila Mgr. Ivana Hesová ze ZŠ a MŠ Křídla.

Manažerka připomněla jednotlivé povinné aktivity projektu, pohovořila o nastavení projektu, zmínila četnost setkávání PS, obsah práce, cíle, výstupy. Dále zmínila shrnutí implementačních aktivit, indikátory, které PS musí naplnit.

3. Představení hodnotitele

Ing. Kondýsková představila novou hodnotitelku pro MAP IV, Bc. Soňu Baueršimovou. Předala jí poté slovo. Bc. Baueršimová shrnula povinnou aktivitu 2-Vnitřní hodnocení projektu-její popis, cíle, výstupy. Dále představila metody, jaké při vnitřním hodnocení bude používat.

4. Plánování

Skupina se společně dohodla na námětech a plánovaných aktivitách, která bude během projektu realizovat.

- **Mindfulness**

Lektor: Mgr. Jiří František Průža

Termín konání: 20. 5. 2024

Cílová skupina: veřejnost

Vazba na implementaci akčních plánů: Rovné příležitosti, wellbeing

1. hodina - co ovlivňuje naši psychickou kondici
 - stres, emoce, potřeby, hodnoty, normy společnosti
 - vlastní postoj k sobě samé/samému, očekávání.
2. hodina - syndrom vyhoření, úzkosti, depresivita v současné společnosti.
 - rozvoj, příznaky, prevence
 - komfortní zóna, umění myslet na sebe.
3. hodina - meditační techniky, jako součást psychohygieny
 - mindfulness, praktická cvičení



Spolufinancováno
Evropskou unií



- **Mezigenerační kvíz**

Lektor: PS volná

Termín konání:

Cílová skupina: veřejnost

Vazba na implementaci akčních plánů: Mezigenerační soužití

5. Stanovení dalšího termínu schůzky

Skupina stanovila termín dalšího setkání na středu 17. dubna 2024 v 15 hodin.

V Novém Městě na Moravě dne 1. 3. 2024

Vypracoval/a