

Всероссийский конкурсный отбор
проектов
«Женщины за здоровое общество»

Здоровая семья – сильная Россия

Номинация

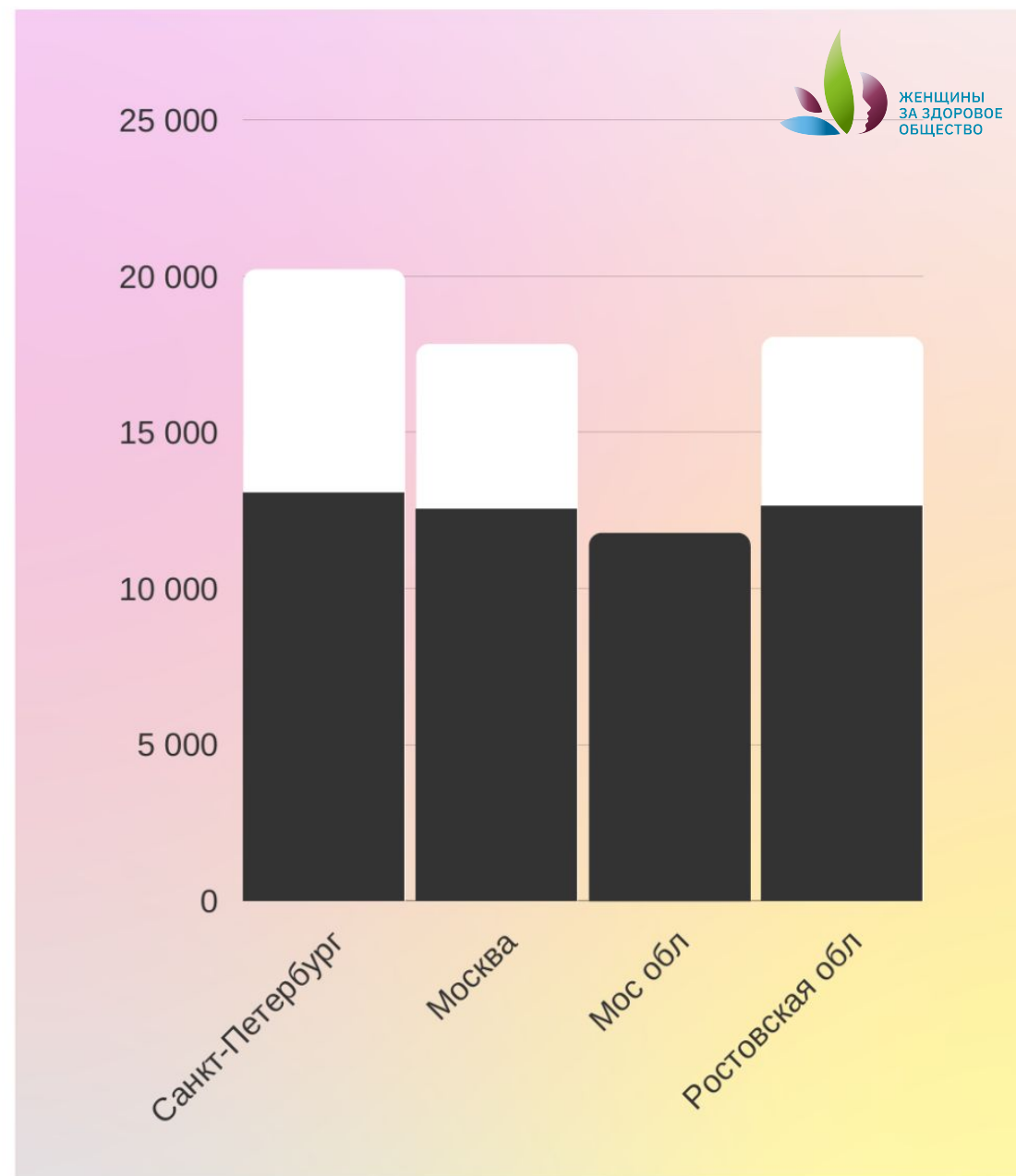
Руководитель команды: Карпович Н.Н.,
Объединение многодетных семей Москвы "РОО ОМСМ", Россия, Москва

Проблематизация.
Актуальность проекта

Самые полные дети и подростки

Москва

занимает 2 место среди регионов России





Цель проекта: Пропаганда ЗОЖ и внедрение реабилитационных практик для детей с лишним весом и ожирением, включая период пандемии.

Основные задачи:

- Широкое информирование и обучение через онлайн-мероприятия.
- Обучение основам управления весом, питания и коррекции пищевого поведения.
- Поддержка многодетных матерей Москвы, воспитывающих детей с лишним весом или ожирением.

Направления работы:

- Просвещение и мотивация к ЗОЖ.
- Консультирование по вопросам питания и пищевого поведения.
- Социальная и психологическая поддержка родителей.
- Профилактика эмоционального выгорания.

Целевая аудитория: Многодетные матери с детьми, имеющими лишний вес или диагноз «ожирение».

Формат: Онлайн-мероприятия, консультации, обучающие программы.

Результат: Повышение уровня знаний о ЗОЖ, улучшение качества жизни семей, профилактика ожирения у детей.

Стадия проекта. Зрелость проекта

Выбирается один из возможных вариантов статусов проекта:

- Завершённый проект/успешная практика (кейс)

с 1.12.2020 по 30.11.2021

Вся Москва.

проект продуман,

есть команда,

ресурсы, проект прошел внедрение на целевой аудитории,

может быть использован как «лучшая практика» для масштабирования на других площадках или расширении целевой аудитории

Миссия проекта. Цели и задачи проекта

Пропаганда ЗОЖ и внедрение реабилитационных практик для детей с лишним весом и ожирением, включая период пандемии.

1

Информирование
ЦГ о влиянии
правил питания в
семье на развитие
лишнего веса у
детей

2

Информирование
ЦГ о методах и
способах
получения
комплексной
помощи

3

Создание
площадки (онлайн
и оффлайн
форматов) для
оказания
комплексной
(психологической,
диетологической и
социальной)
помощи

4

Организация и
проведение
мероприятий
специалистами,
направленных на
оказании оказания
комплексной
помощи ЦГ

Суть проекта

Кратко и тезисно описывается суть проекта: что за проект, какая «механика» проекта, из каких инициатив/событий состоит проект, как реализуется либо будет реализовываться проект

Отработка технологии обучения с помощью метода когнитивно-поведенческой терапии родителей оказывать влияние на мотивацию к ЗОЖ ребенка с избыточным весом или ожирением на широкой выборке, в повседневной жизни семьи (ни родители, ни дети не изолировались из привычной им среды).

Созданы и внедрены уникальные методические пособия, которые ЦГ используют для обучения ребенка с избыточным весом или ожирением эмоциональной саморегуляции без помощи еды, контролю размера порций, внедрять рекомендации МЗ РФ или лечащего врача.

Формирование и проведение онлайн терапевтических групп и создание и ведение чатов поддержки для родителей детей с избыточным весом или ожирением для внедрение в жизнь ребенка с избыточным весом или ожирением рекомендаций МЗ РФ или лечащего врача. Воздействие носило не разовый, а длительный характер (14 недель и более для некоторых участников).

Основные результаты проекта

Указывается до 5 основных результатов проекта, которые были достигнуты в 2021 году

- 6800 участников открытых мероприятий;
- 300 мам детей с лишним весом получили адресную помощь (терапевтические группы онлайн);
- более чем 1 тонну жира скинули участники проекта;
- более 90% детей-участников снизили вес;
- повысили физ активность все участники проекта;

Информация о текущем статусе реализации проекта

СМИ

- Сайт Кремля: [Родители - агенты влияния подготовились к началу нового учебного года](#)
- [Проект многодетных о правильном питании представлен на Глобальном Продовольственном форуме](#)
- [2021 год объявляем «Годом здоровья» для всех членов РОО ОМСМ](#)
- [Похудели на тонну. Мама и их дети сбросили лишние килограммы благодаря курсу “Родители - агенты влияния”](#)
- [В деле регуляции веса поможет только опытный наставник](#)
- [Минус 25 кг лишнего веса у всей семьи за полгода](#)
- [Желание во вселенную: хочу понять, как сделать так, чтобы мой ребёнок похудел!](#)
- [Диета не поможет. Надо менять весь образ жизни.](#)
- [Не хотелось признавать, что я набрала вес и закрывала глаза на состояние детей](#)
- **[Как ребенку справиться с лишним весом](#)**
 - [Тарелка без правил](#)
 - [Вприкуску со стрессом](#)
 - [Как правильно выбирать продукты в супермаркетах](#)
 - [Эффективна ли диета по группе крови](#)
 - [Чем заняться осенью](#)
 - [Как съесть пиццу и похудеть](#)
 - [Автор ряда больших публикаций в федеральном журнале "Энциклопедия здоровья"](#)

Информация о текущем статусе реализации проекта

Описывается тезисно какие на момент подачи заявки на конкурсный отбор выполнены «шаги» по реализации проекта. Желательно представить статистические данные, подтверждающие текущий статус проекта, а также представить ссылки на сайты/ видео-контент/статьи в СМИ / посты в соцсетях и прочее, подтверждающее текущий статус проекта

Статистические данные

- 100% участников получили новые знания о причинах и последствиях детского ожирения и применяют их. Изменился подход к выбору еды для ребенка с лишним весом и семьи в целом
- 88,9% изменили и упорядочили ритм и режим питания ребенка с лишним весом и ожирением.
- 41,1% семей благополучателей стали больше двигаться благодаря участию в проекте и вовремя ложиться спать
- 92,8 % участников стали увереннее и спокойнее благодаря участию в проекте, поняли, что знают, как помочь ребенку, по поводу которого они обратились и помогают ему.
- 69,9 % отметили улучшение психологического климата в семье: стали более дружными, снизилось число конфликтов.
- 88,9% участников отметили улучшение отношений с ребенком, по поводу которого они обратились
- 55,6% отметили улучшение отношений с ребенком и усиление его мотивации к ЗОЖ
- 88,9% отметили уменьшение ИМТ ребенка, по поводу которого они обратились, в сторону нормализации этого показателя.

Каналы продвижения проекта

Указываются каналы продвижения проекта, которые преимущественно будут использованы. Здесь важно указать: наименование ресурсов, предоставить конкретную ссылку на ресурс, указать относительно каждого канала продвижения инструменты продвижения

Канал продвижения

Описание

ВКонтакте

Здоровая семья - сильная Россия.
Проект при поддержке #ДТСЗН #Москवादобрыйгород
https://vkvideo.ru/playlist/-77862236_13

ТелеДоктор

На программе обсудили важность обучения детей правилам питания дома и за его пределами, Презентовали программу Родители - агенты влияния, в которой можно принять участие бесплатно.
Обсудили здоровые пищевые привычки, которые помогут снизить и поддерживать вес...

Ресурсы

Указываются какие ресурсы есть в проекте, в т.ч. Финансовые, организационные, информационные и пр.
Отдельно выделяются какие ресурсы требуются проекту для его воплощения и реализации

1 Российское общество
сомнологов.
Информационный ресурс

2 Научно-практический центр
детской психоневрологии.
Информационный ресурс

3 Ассоциация когнитивно-
поведенческой терапии.
Информационный ресурс

4 Денежных средства организации-заявителя

5 Труд добровольцев-экспертов

6 Грантовая поддержка “Москва - добрый город”

Команда проекта

Руководители проекта



Карпович Наталья Николаевна,
Руководитель РОО «Объединение
многодетных семей города Москвы»,
Россия, Москва, 1972 г.,

Ключевые члены команды



Чернявская Оксана Владимировна,
Россия, Москва, 1976 г.,



ФИО полностью, должность в юр.лице
(если применимо), страна, регион,
город, населенный пункт, где
проживает, год рождения, фото – по
каждому члену команды