



ЖЕНСКИЕ НАЧАЛА: ОТ МАТЕРИ К ДОЧЕРИ

АВТОР ПРОЕКТА: СВЕТЛАНА ВОСКРЕСЕНСКАЯ

Я мечтаю, чтобы женщин России обрели настоящее здоровье, в широком значении этого слова, а именно «полное физическое, духовное и социальное благополучие» (определение ВОЗ)

Женщина - хранительница семейного очага здоровья, а семья - ячейка общества, соответственно, от здоровья женщин и ее семьи, зависят показатели здорового общества, а значит и то будущее, что мы оставим нашим потомкам!

В традиционной культуре России, основные женские постулаты здоровья на уровне тела, духа и психики, передавались от старшего поколения к младшему, была преемственность и уважение к опыту.

В современном мире, эти мудрые «передачи» внутри семьи, сменились на гигантский поток информации извне, где масса доступных знаний, которые все больше запутывают и дезориентируют юных девочек.

Именно девочка «прорастает» в женщину, впитывая азы и неся эту основу через всю жизнь, дальше, своим детям, поему считаю крайне важным восстановить прямые связи от матери к дочери, где мать является образчиком здоровых привычек.

ЗДОРОВЬЕ женщины это:

- ЗДОРОВЫЕ ПРИВЫЧКИ ТЕЛА
- ЗДОРОВОЕ УКРЕПЛЕНИЕ ДУХА
- ЗДОРОВЫЕ ОТНОШЕНИЯ С ЛЮДЬМИ

ТРИЕДИНСТВО, ГДЕ КАЖДЫЙ ПУНКТ ВАЖЕН...

География проекта: Самарская область, город Тольятти

Целевая группа проекта: Матери-одиночки воспитывающие дочерей до 18 лет, в том числе несовершеннолетние будущие мамы



Новизна проекта: Комплексное сопровождение матери и дочери, с внедрением целостного подхода к здоровью женщины, как единство физического, духовного и социального благополучия

Цель проекта: Просвещение и помощь во внедрении здоровых привычек и принципов, через традиционные, культурные ценности, творчество, преемственность в семейных связях "мать-дочь"

Задачи проекта

- создание пространства доверия и безопасности, с формированием круга единомышленниц «мама и дочь» для дальнейшей взаимопомощи
- осуществление координации и поддержки на всех этапах проекта, включая привлечение кадрового состава: психолог, телесный практик, арт-терапевт
- обеспечение необходимыми материалами, учебными пособиями, оздоровительно-досуговыми и творческими мероприятиями в рамках прохождения курса



Продолжительность программы: Три месяца

Организация деятельности по проекту: Четыре этапа

1 этап - Выявление семей, где мать-одиночка растит дочку, без поддержки отца ребенка, в том числе будущие несовершеннолетние матери-одиночки

2 этап - Диагностика и анкетирование женщин с целью выявления круга проблем и видов помощи наряду с общим образовательно-профилактическими мероприятиями

3 этап - Проведение встреч, творческих групп и оказание специалистами необходимой комплексной помощи в триединстве составляющих здоровья женщины: физическая, духовная, социальная часть

4 этап – Подведение итогов, оценка результативности проекта и принятие решений по сопровождению участницам проекта



Являюсь автором и ведущей программ «Банная вечёра», «Распусти свои пояса»,

АВТОР ПРОЕКТА: **СВЕТЛАНА ВОСКРЕСЕНСКАЯ**

- Автор и ведущая программ для женщин «Банная вечера» и «Распусти свои пояса»
- Соавтор курса "Что хочет девочка?"(9-12 лет)
- Организатор творческих женских групп вне возраста, в том числе выездных путешествий
- Дипломированный специалист социально-психологического театра и динамических медитаций
- Исследователь этно-психологии и основатель бренд-мастерских Артель "Воскресение"
- Общественный деятель и участник городских форумов в сфере ЗОЖ , в том числе партнер проекта для женщин «Велодевичник Тольятти», «Креативные города», программы «Утро Губернии», благотворительных акций для детского дома «Солнечный круг»

Фото предыдущих программ в форме женских групп и встреч «мать и дочь»

