

PROJEKTO GALUTINĖS ATASKAITOS SANTRAUKA

2020-01-06

(data)

Projekto pavadinimas	„Sveikos mitybos įpročių puoselėjimas kurčiųjų bendruomenėje“
Projekto vykdytojas	Lietuvos kurčiųjų draugija
Projekto įgyvendinimo laikotarpis	2019 m. liepos 1 - gruodžio 20 d.
Skirta fondo lėšų (Eur)	38 000,00 Eur
Panaudota Fondo lėšų (Eur)	38 000,00 Eur
Pareiškėjo ir (arba) jo partnerio (-ių) indėlio suma (eur)	1 941,26 Eur
Projekto tikslas	Formuoti ir stiprinti klausos negalia turinčių asmenų sveikos mitybos įpročius.
Tikslinės grupės	Asmenys su klausos negalia, įskaitant 4 kurčiųjų ugdymo centrų mokinius ir 5 kurčiųjų reabilitacijos centrų lankytojus didžiuosiuose Lietuvos miestuose.
Dalyvių skaičius tikslinėse grupėse	237 tiesioginės naudos gavėjų, apie 1000 netiesioginės naudos gavėjų (informacija ir vaizdingą medžiagą internete (Youtube ir www.lkd.lt) kiekviena video peržiūrėjo nuo 300 iki 1000 žiūrovų)
Vykdytos veiklos	Projekto metu vyko sveikos mitybos mokymai 4-ose mokyklose, seminarai apie sveiką mitybą 5-nose kurčiųjų reabilitacijos centruose. Mokyklose ir kurčiųjų reabilitacijos centruose dalyviai galėjo praktiškai išbandyti sveiko maisto gaminimo ypatumus, susipažinti su sveiko maisto receptais maisto gaminimo valandėlėse. Viso projekto metu internete buvo skelbiami prevenciniai ir informaciniai video gestų kalba su titrais. Aktyviausi dalyviai buvo pakviesti į 3 dienų sveikatinimo stovyklą. Taip pat vyko individualus konsultavimas projekto pradžioje ir pabaigoje bei stovyklos metu, kur buvo aptarti individualūs žmogaus mitybos įpročiai, teikiamos rekomendacijos ir aptartami pokyčiai.
Kaip buvo vertinama, ar pasiekta projekto tikslas, įvykdyti veiklų efektyvumas	Siekiant įvertinti ar veiklos efektyvios, įdomios ir atitinka dalyvių lūkesčius, kiekvienos veiklos pabaigoje buvo aptartami veiklų rezultatai su dalyviais, atsakoma į kilusius klausimus apie sveikatą ir mitybą. Dalyviai, kurie buvo pasiryžę keisti esamus mitybos įpročius, buvo pakviesti išanalizuoti savo kūno masę analizuojančiomis svarstyklėmis projekto pradžioje, sveikatingumo stovykloje ir projektui besibaigiant, tokiu būdu stebint mitybos įpročių ir kūno pokyčius.

Projektų pasiekti rezultatai	Dalyviai gavo daug žinių apie sveiką mitybą, sveiką gyvenimą, gavo asmenines rekomendacijas ir maisto ruošimo receptus. Kai kurie dalyviai praktiškai taikė sveikos mitybos įgūdžius ir stebėjo savo pokyčius. Projekto metu buvo parengti ir internete paviešinti 12 video gestų kalba su titrais, kur pateikta lengvai suprantama ir prieinama informacija aktualiomis sveikos mitybos temomis: http://www.lkd.lt/category/sveikos-mitybos-naulienos
Projekto testinumas	Projektui pasibaigus visa informacinė ir prevencinė medžiaga gestų kalba bus ir toliau prieinama internetinėje erdvėje, kad būtų lengvai pastebima ne tik projekto dalyviams, bet ir visiems suinteresuotiems asmenims. Projekto dalyviai liko patenkinti ir susidomėję sveika mityba ir gyvenimu, todėl planuojama toliau organizuoti panašius mokymus, propaguoti sveikatinimą kurčiųjų bendruomenėje.

**Santrauką parengęs asmuo,
Projekto vadovas**

Donata Lukošienė

