Fundusze Europejskie Program Regionalny | MAŁOPOLSKA | Unia Europejska Europejski Fundusz Społeczny

„WSPARCIE PRACOWNIKÓW W RADZENIU SOBIE ZE STRESEM"

Centrum Medyczne Maszachaba realizuje projekt pt. **„Wsparcie pracowników w radzeniu sobie ze stresem"** w ramach REGIONALNEGO PROGRAMU OPERACYJNEGO WOJEWÓDZTWA MAŁOPOLSKIEGO NA LATA 2014-2020 DZIAŁANIE 8.6 WSPARCIE NA RZECZ WYDŁUŻANIA AKTYWNOŚCI ZAWODOWEJ PODDZIAŁANIE 8.6.2 PROGRAMY ZDROWOTNE, Typ projektu B: **Wdrożenie programów zdrowotnych dotyczących chorób będących istotnym problemem zdrowotnym regionu.**

Kto może uczestniczyć w projekcie:

Grupa docelowa projektu to osoby, które mieszkają lub pracują na terenie województwa małopolskiego, są pełnoletnie w wieku aktywności zawodowej i należą do jednej lub dwóch niżej opisanych grup.

Grupa A – osoby niezależnie od wieku wykonują zawody o podwyższonym poziomie stresu:

- podejmują decyzje - kadra zarządzająca;
- są narażone w pracy na bliski kontakt emocjonalny z drugim człowiekiem: pracownicy sektora ochrony zdrowia, pedagodzy;
- są narażone na traumatyczne wydarzenia: służby mundurowe
- są narażone na wysokie ryzyko wypadku przy pracy: górnicy i pracownicy fizyczni sektora budowlanego;

Grupa B – osoby niezależnie od grupy zawodowej są w **wieku 30-39 lat**

Grupa C – osoby niezależnie od grupy zawodowej są w **wieku 50 lat i więcej**

Co projekt oferuje uczestnikowi:

W ramach projektu dostępne są następujące formy wsparcia dla uczestników spełniających kryteria udziału w programie:

1) warsztaty psychoedukacyjne
2) zwrot kosztów opiekuna osoby niesamodzielniej, którą opiekuje się uczestnik projektu
3) zwrot kosztu dojazdu na miejsce wsparcia tj. warsztaty psychoedukacyjne oraz z powrotem.

Warsztaty psychoedukacyjne prowadzone będą przez dwóch trenerów, magistrów psychologii, **w grupach 10 - osobowych**. Czas trwania warsztatów dla każdej z grup: łącznie **24 godziny w 4 modułach po 6 godzin zegarowych**, w dni wolne, tj. **sobota i niedziela**, co dwa tygodnie.

Warsztaty zostaną przeprowadzone zgodnie ze szczegółowym scenariuszem określonym w "PROGRAMIE PROFILAKTYKI CHORÓB ODSTRESOWYCH U OSÓB PRACUJĄCYCH NA TERENIE WOJEWÓDZTWA MAŁOPOLSKIEGO NA LATA 2019-2021 Z PERSPEKTYWĄ KONTYNUACJI (RPZ)".

Uczestnicy warsztatów będą łączeni w grupy, w których występują podobne problemy, a schemat warsztatów określony w RPZ dostosowany zostanie do ich profilu oraz w grupy mieszane pod względem zawodu i/lub wieku warsztaty te będą realizowane w oparciu o schemat standardowy określony w RPZ.

Każdy uczestnik w ramach warsztatów otrzyma:

1) materiały szkoleniowe
2) piłeczkę antystresową
3) catering w formie napojów, słodkich i słonych przekąsek oraz ciepłego posiłku
4) podręcznik dydaktyczny + płyta CD z materiałami do relaksacji
5) certyfikat potwierdzający nabycie kompetencji miękkich

W ramach projektu zapewnione jest udział we wsparciu dla osób niepełnosprawnych min. poprzez:

- umożliwienie dotarcie (w tym transport specjalisty) na miejsce realizacji projektu oraz skorzystanie z usług oferowanych w projekcie
- zapewnienie materiałów edukacyjnych dla potrzeb osób z niepełnosprawnościami (osoby niewidome/ niedowidzące)
- zapewnienie miejsca realizacji warsztatów bez barier architektonicznych;
- zapewnienie materiałów w języku łatwym do czytania,

W przypadku chęci uczestnictwa w warsztatach psychoedukacyjnych osób z niepełnosprawnościami należy wcześniej poinformować realizatora projektu w celu przygotowania odpowiedniej pomocy oraz sprawnej obsługi uczestnictwa ww. osoby.

Informacje organizacyjne:

- **Udział w warsztatach psychoedukacyjnych jest bezpłatny.**
- **Liczba uczestników projektu jest ograniczona.**
- Osoby zainteresowane udziałem w projekcie składają uzupełnione **ankiety kwalifikacyjne** (dostępne do pobrania na stronie projektu lub w biurze projektu) osobiście w Biurze Projektu, Kraków 31-202, ul. Prądnicka 50A, za pośrednictwem poczty oraz poprzez przesłanie ankiety kwalifikacyjnej w wersji elektronicznej (w załączeniu wzór ankiety).
- Zakwalifikowani uczestnicy, w pierwszym dniu realizacji wsparcia oraz po zakończeniu uczestnictwa w szkoleniu (do 3 tygodni), są zobowiązani do przedstawienia dokumentów potwierdzających zatrudnienie (zaświadczenia z zakładu pracy lub kserokopie umowy cywilno-prawnej, lub dla samozatrudnionych – kserokopie wpisu do CEIDG).
- Szczegółowe informacje na temat projektu można uzyskać pod numerem tel. **126330218**, **+48508607705**, mailowo: **projekt.zdrowie@maszachaba.com.pl** lub osobiście w siedzibie Biura Projektu.

Beneficjent (realizator) projektu:
Centrum Medyczne Maszachaba Sp. z o.o.
ul. Prądnicka 50a, 31-202 Kraków
Nr wniosku: RPMP.08.06.02-12-0249/18
Tytuł projektu: „Wsparcie pracujących w radzeniu sobie ze stresem".