

**Каргопольская местная общественная организация  
родителей детей и подростков  
ограниченными возможностями здоровья  
«Родничок надежды»**



**МАМИН  
ДЕНЬ**

# Проблемы, на решение которых направлена практика

Многодетные матери и матери, воспитывающие ребёнка с инвалидностью, проживающие в Каргополе, испытывают сильное эмоциональное выгорание.

Эта проблема была озвучена на встрече с представителями различных городских сообществ (Совета молодёжи, многодетные семьи, родители, воспитывающие детей с инвалидностью, люди с инвалидностью, индивидуальные предприниматели, сотрудники «Каргопольского центра помощи семье и детям»), где 42% присутствующих составили многодетные матери.



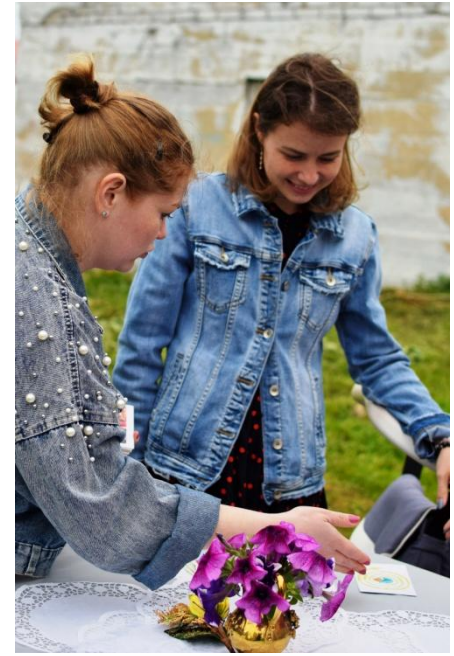
# «Мамин день» в Детском парке

Ежегодно в День защиты детей в городском парке Центр помощи семье и детям проводит праздничное мероприятие.

В 2022 году было принято решение уделить внимание не только детям, но и их мамам. Так появилась идея о проведении семейной игровой программы «Мамин день».

Цель данного мероприятия – формирование позитивного отношения к материнству, оказание эмоциональной поддержки женщинам, профилактика материнского выгорания.

Праздник удался благодаря слаженной работе не только сотрудников Центра, но и нашим многочисленным друзьям (Совет женщин Каргопольского района, Центр народных ремёсел «Берегиня», КМОО «Родничок надежды», ТТ «Алгоритм», ВПК «Дельта», ресурсный центр добровольчества г. Каргополя ), а также спонсорам, в роли которых выступили местные предприниматели (ИП Юлия Малыгина). Праздник посетили более 700 человек.



# Социальный проект «Мамин день»

Праздник «Мамин день», проведенный в Детском парке, получил множество положительных отзывов, поэтому было принято решение продолжить работу в данном направлении и разработать проект «Мамин день».

Проект получил поддержку Губернаторского центра Архангельской области «Вместе мы сильнее» и реализуется с 1 сентября 2022 г. по 30 ноября 2023 г.

## **Цель проекта:**

профилактика эмоционального выгорания и повышение родительских компетенций у женщин, воспитывающих детей с инвалидностью, и многодетных мам, проживающих в городе Каргополь Архангельской области, в возрасте от 25 до 45 лет.

## **Задачи проекта:**

- познакомить представительниц целевой аудитории со способами восстановления внутренних ресурсов;
- способствовать развитию устойчивой позитивной самооценки женщин целевой группы;
- организовать полезный семейный досуг.

# О проекте «Мамин день»

Для женщин запланирован цикл тематических встреч с различными специалистами: психолог, педагог, врач-гинеколог, специалисты по игропрактикам и домашнему театру, представители бьюти-сферы.

Особенностью проекта является то, что на мероприятие мама может прийти с детьми, и пока она будет занята, детей займут педагоги-волонтеры, имеющие большой опыт работы.

В ходе цикла тематических встреч женщины научатся способам восстановления своего внутреннего ресурса. "МаминФест", фотовыставка, публикации в СМИ позволят повысить самооценку участниц и статус матери. Женщины получат практические навыки организации детского досуга через участие в интенсиве по играм Д.В. Пименова, в мастер-классах "Чудо семейного театра" (И.А. Пономарева-Рященко), "Простые игрушки", "Организация домашнего детского праздника", "Народные игры" (АНО "Сфера возможностей").

В рамках проекта планируется цикл публикаций в социальных сетях и СМИ о женщинах – участницах проекта и фотовыставка «Мама в кадре», а также в заключение практики состоится городской праздник «МаминФест». Эти мероприятия направлены на повышение самооценки женщин и статуса женщины - матери в обществе.

# Партнёры проекта «Мамин день»

- ГБУ АО "Каргопольский центр помощи семье и детям"
- Индивидуальные предприниматели бьюти-сферы г. Каргополя
- АНО "Сфера возможностей": центр поддержки инициатив
- Врач-гинеколог Изотова А.А.
- Психологи Шклякова Т.Н., Шкляков М.А.
- Специалист по игропрактикам Пименов Д.В., г. Санкт-Петербург
- ИП Рященко И.А. (Домашний театр ручной работы "Сказки из чемодана"), г. Владимир
- Фотограф Коробицына А.А.
- Совет женщин Каргопольского округа



# Отзывы о проекте «Мамин день»



Марина Шалгачева

19 фев в 21:39



Сегодня ,в очередной раз на" маминим дне"мы узнавали секреты семейного театра,с прекрасным мастером Ириной Рященко из Владимира.Это было чудесно!!!Прекрасные душевные мини-спектакли!!!А наши детишки ,придумали и поставили свой, рисованный спектакль!Спасибо,огромное!!!! 🌸🌸🌸



Оля

21.01.23

Теплая и дружественная атмосфера мероприятия, профессиональные советы по макияжу,вкусные пироги - все это позволило отдохнуть и перезагрузиться всего за пару часов! Спасибо!



Наталья

21.01.23

Считаю, что проект очень актуален. Мамы с удовольствием приходят на встречи, так как в непринужденной обстановке получают новую полезную информацию, общаются друг с другом, не переживая при этом за своих детишек))



Марина

21.01.23

Всегда классная доброжелательная атмосфера,полезные занятия для мамы и детей.



Марина

21.01.23

Нашей семье очень приятно и радостно учавствовать в проекте Мамин день,встречи с психологами,косметологами,специалистом по играм.Особенно очень нравится нашим детям,с большим удовольствием они ждут этот день.Большое спасибо,что пригласили нас.



Наталья

22.01.23

С удовольствием посещаю мероприятия по проекту "Мамин день". В такие "мамины" выходные переключаюсь на живое общение с интересными людьми. А каждый участник, будь он организатором, родителем или гостем мероприятия, интересен, и в каждом есть что-то особенное. На каждой встрече я или открываю для себя что-то новое, или опровергаю старое, переосмысливаю свои былые взгляды и установки или убеждаюсь в правильности своих мыслей. Все мероприятия "Маминогo дня" так или иначе помогают мне совершенствовать не только себя, но и отношения с членами семьи. "Мамин день" - это мамин ресурс, а ресурсная мама - здоровая семья, я так думаю))  
Ещё очень приятно, что во время организованных встреч мам с детьми занимаются педагоги, а дети знакомятся друг с другом и учатся взаимодействовать между собой.  
(ред.)



Юлия

19.01.23

Хочу сказать спасибо за возможность участия в проекте "Мамин день". За возможность получить новые знания по воспитанию детей, научиться уделять время себе. Хочется отметить что организаторы продумали и то, что многие мамы не могут оставить детей одних дома, и предоставили возможность посетить мероприятия проекта с детьми, для которых педагоги проводили разные занятия. Планирую участвовать в проекте в дальнейшем, уверена, впереди ещё много всего интересного.  
(ред.)

# Отзывы о проекте «Мамин день»

**Анна Г.:**

Мне повезло больше других потому, что я приняла участие в мероприятиях в рамках проекта " мамин день". Как здорово, что такая прекрасная идея была поддержана! Мы разбирались со своим внутренним миром с психологами, учились играть и распределять время с игропрактиком и даже нашли время сделать макияж под руководством профессионалов. И это ещё не все! Каждый месяц мы ждём встречи, всегда полезной и удивительной. Ведь так приятно познавать, пробовать новое, да и просто заниматься собой, когда знаешь, что дети в это время не просто под присмотром, а заняты самыми интересными делами. Специалисты "центра помощи семье и детям" - мастера своего дела, они бесконечно могут выдумывать, творить и радовать детей любого возраста! Дети тоже каждый раз ждут этого дня с нетерпением)))

Благодарю всех причастных к организации этого прекрасного проекта! Это внимание необыкновенно приятно. Много ли нужно замотанной матери? Чуть времени для себя, немного тишины и чашечку чая)) Проект «Мамин день» подарил мне приятные знакомства, новые знания и умения, и, что важно - отличное настроение! Проект даёт силы, вдохновляет, учит, окружает деятельной заботой. Спасибо всем за предоставленную возможность быть участником такого замечательного действия!!!







Продолжение следует...



МАМИН  
ДЕНЬ