

Komunikační strategie projektu

Projekt Podpora psychické odolnosti a duševního zdraví skrze prevenci sedavého chování a zdravého užívání digitálních médií u předškolních dětí podpořen v rámci programu Zdraví financovaného z Malého grantového schématu z Fondů EHP 2014-2021.

Reg.č. ZD - MGS1- 064.

Vypracovala: Mgr. Zuzana Pavelcová, manažer projektu

Realizátor projektu:

Lokomoce z.s.

Slovanské náměstí 1468/12, 61200 Brno

Telefon: 731 115 224 e-mail: povolna@lokomoce.eu, pavelcova@re-life.cz

Obsah

1. ÚVOD	4
2. NOSITELÉ KOMUNIKACE	5
2.1. NOSITELÉ VNITŘNÍ KOMUNIKACE	5
2.2. NOSITELÉ VNĚJŠÍ KOMUNIKACE - PŘEHLED CÍLOVÝCH SKUPIN PROJEKTU A FORMA JEJICH ZAPOJENÍ DO PROJEKTU	6
2.3. FORMY ZAPOJENÍ CÍLOVÝCH SKUPIN DO PROJEKTU	7
3. PROSTŘEDKY A NÁSTROJE KOMUNIKACE	8
3.1. PROSTŘEDKY VNITŘNÍ KOMUNIKACE (ŘÍZENÍ PROJEKTU A PLÁNOVÁNÍ)	8
3.2. PROSTŘEDKY VNĚJŠÍ KOMUNIKACE SMĚREM K CÍLOVÝM SKUPINÁM	8
3.3. NÁSTROJE KOMUNIKACE	9
4. HARMONOGRAM	9
5. ZÁVĚR	10

Realizátor projektu:

Lokomoce z.s.

Slovanské náměstí 1468/12, 61200 Brno

Telefon: 731 115 224 e-mail: povolna@lokomoce.eu, pavelcova@re-life.cz

3

1. Úvod

Hlavním záměrem projektu je podpora duševního zdraví dětí skrze prevenci sedavého chování a podporu aktivního způsobu života. Současně usilujeme o zvýšení povědomí o dopadech nadměrného času u obrazovek na duševní zdraví. Cílem projektu je u dětí vybudovat kladný vztah k pohybu, posilovat psychickou odolnost, rozvíjet účinné strategie vyrovnávání se se stresem a emoční zátěží. Projektové cíle jsou naplňovány skrze klíčové aktivity projektu, kterými jsou:

1. Pohybové workshopy pro děti podporující psychomotorický vývoj a psychickou odolnost dětí. Tyto workshopy mají hravou formu s prvky imaginace a mindfulness a jsou utvořeny tak, aby u dětí podpory správného držení těla a snižovaly riziko nesprávného držení těla. Pohybové aktivity jsou realizovány denně, většinou dopoledne, s paní učitelkou v rámci denních aktivit školky. Pro sledování účinnosti této klíčové aktivity jsou děti na začátku a na konci školního roku (zahájení projektu) vyšetřeny screeningových kineziologickým vyšetřením. Výsledky nám umožní sledovat posun dětí v jednotlivých sledovaných doménách a současně je informací pro rodiče, kteří výsledky dostanou a mohou podle doporučení fyzioterapeuta pokračovat v cílené podpoře psychomotorického vývoje.
2. Odborné školení a supervize pro učitele a pedagogické pracovníky v MŠ ve vedení a realizaci pohybových workshopů pro děti. Výstupem bude metodika, kterou učitelé mohou využívat i po skončení projektu. Supervize a školení vedená fyzioterapeuty nebo neurologem.
3. Rodiče prochází v rámci projektu třemi na sebe navazujícími WS, které jsou zaměřeny na podporu psychické odolnosti a prevenci sedavého chování u digitálních zařízení, které zlepšují jejich znalosti a dovednosti i v oblasti prevence duševních onemocnění spojených s nadužíváním digitálních technologií. První série WS je zaměřená na digitální wellbeing, zdravé zásady užívání digitálních zařízení, včetně doporučovaných screen time. Druhý WS je zaměřen na podporu psychické odolnosti skrze emoční porozumění, rozvoj mentalizace, podporu empatie, rodiče jsou seznámeni s tím, jak u dětí podpořit zdravé copingové strategie při zvládání stresu a zátěžových situací v současném i budoucím životě dětí. Třetí WS je shrnující a dává rodičům prostor pro individuálnější otázky a nesnáze. WS jsou vedeny psychology a odborníky na oblast digitálních závislostí.

Cílovou skupinou jsou děti předškolního věku mezi 2 a 6 let a dále učitelé a pedagogičtí pracovníci a rodiče dětí. V rámci projektu jsou plánované aktivity pro zapojení širší veřejnosti,

Realizátor projektu:

Lokomoce z.s.

Slovanské náměstí 1468/12, 61200 Brno

Telefon: 731 115 224 e-mail: povolna@lokomoce.eu, pavelcova@re-life.cz

Komunikační plán zapojuje dotčené skupiny rodiče a v rozsahu 3 stupních:

a) pasivní informování (web, sociální sítě, letáky, zpravodaj,...)

Veškeré dokumenty, materiály a informace, které v rámci plánování vzniknou, jsou pravidelně zveřejňovány na webových stránkách www.lokomoce.cz, dále na sociálních sítích (Facebook, Instagram, nahráváme videa na YouTube) a dále využíváme prostor skrze média, která jsou ochotna své čtenáře informovat o informacích, které jsou v centru zájmu projektu.

b) aktivní informování (semináře, workshopy, e-mailová komunikace)

Zástupci cílových skupin, kteří projeví zájem o informování, dostávají prostřednictvím e-mailové korespondence pozvánky na vzdělávací akce a workshopy. Rovněž pro ně budou vytvořeny informační letáky a informační brožury, které budou distribuovány rodičům a pedagogům a současně šířeny pro zájmovou veřejnost. Pedagogičtí pracovníci dostanou metodickou příručku, která bude k dispozici zástupcům MAS s nabídkou využití ověřené metody vyplývající z realizace aktivity.

C) konzultace (např. forma dotazníkového šetření; oboustranná komunikace za účelem sběru podnětů, připomínek a postojů)

Konzultační proces je způsob komunikace s cílovými skupinami, včetně těch, jejichž zástupci se aktivně neúčastní na aktivitách projektu, s cílem zjistit podněty k realizaci projektu, připomínky nebo postoje k tématu klíčovému pro projekt

2. Nositelé komunikace

Subjekty zapojené do projektu rozdělujeme podle způsobu zapojení do projektu na nositele vnitřní a vnější komunikace.

2.1. Nositelé vnitřní komunikace

a) Realizační tým projektu

Manažer zodpovídá za veškeré komunikační toky v rámci vnitřní i vnější komunikace. Řídí komunikaci v rámci realizačního týmu. Podporuje propojení zejména realizačního užšího týmu projektu a širšího týmu projektu. Zároveň koordinuje komunikaci s Norským partnerem projektu. Zajišťuje procesní propojení komunikace s institucemi dohlížejícími na řízení projektu, především s MF ČR.

b) Pracovní skupiny

V rámci projektu fungují dvě pracovní skupiny. Psychologická sekce, kterou tvoří hlavní psycholog a psycholog junior, má na starost odborné vedení a realizaci WS pro rodiče týkajících se podpory psychické odolnosti a prevenci sedavého chování u digitálních zařízení, které zlepšují jejich znalosti a dovednosti i v oblasti prevence duševních onemocnění

spojených s nadužíváním digitálních technologií. Fyzioterapeutická sekce, tvořená neurologem, hlavním trenérem a hlavním fyzioterapeutem projektu, která má na starosti metodiku a podobu pohybových WS pro děti, odborné školení a supervizi pedagogů a pedagogických pracovníků, rovněž WS pro rodiče.

2.2. Nositelé vnější komunikace - Přehled cílových skupin projektu a forma jejich zapojení do projektu

- Děti předškolního věku.

Děti ve věku 3 - 6 let, které se zapojují do předškolního vzdělávání v rámci Mateřských škol ČR. Předškolní věk je zásadní období psychického, sociálního i emočního vývoje. V tomto období dochází k významnému rozvoji mozku, vytvářejí se klíčové vztahy k blízkým osobám a jsou také vytvořeny základy návyků životního stylu, způsobů vyrovnání se stresem a emoční zátěží. Pravidelná fyzická aktivita je u dětí v předškolním věku důležitá pro optimální psychomotorický vývoj. Skrze pohyb děti trénují kontrolu nad svými pohyby a procvičují jejich přesnost, zvyšuje se senzitivita vůči tělesným funkcím.

Komunikace s dětmi probíhá zprostředkovaně skrze jejich pečovatele – učitele a rodiče.

- Pedagogičtí pracovníci mateřských škol včetně vedoucích pedagogických pracovníků.

Pedagogové a pedagogičtí pracovníci v mateřských školách jsou zprostředkující cílovou skupinou, která je nositelem aktivit projektu. Učitelé jsou proškoleni našimi odborníky a předpokládá se, že získané dovednosti a znalosti využijí při realizaci pohybových aktivit s dětmi. Současně je vítáno a podporováno, aby se pedagogové účastnili psychologických WS zaměřených na zvyšování psychické a emoční odolnosti a prevenci psychických potíží souvisejících s nadměrným časem tráveným u obrazovek digitálních zařízení. Díky tomu mohou předávat své znalosti a dovednost předávat dalším kolegům případně rodičům dětí.

Komunikace s mateřskými školami probíhá skrze:

- a) Pracovní skupiny – učitelé přijdou do přímého kontaktu s psychology projektu a fyzioterapeuty.
- b) Odborný tým – komunikace je primárně s hlavním koordinátorem cílových skupin, případně s manažerem projektu.
- c) Účast na workshopech.
- d) Vzájemné setkávání a předání zkušeností apod.

Pedagogové dostávají informace o projektu prostřednictvím emailu, rovněž jim bude zaslán dotazník zpětné vazby.

- Rodiče dětí

Rodiče dětí jsou zprostředkující cílovou skupinou, kterou považujeme za jednu z nejdůležitějších. Získat si rodiče pro spolupráci považujeme za zásadní. Získané dovednosti a znalosti získané v rámci našich odborných WS má aspiraci změnit postoje a přístup k výchově dětí a tím pozitivně působit na jejich psychomotorické zrání a zlepšení wellbeingu. Rodiče dostávají informace o WS dopředu na začátku realizace projektu, poté průběžně před každým WS, který se v dané MŠ koná. V rámci projektu probíhá dotazníkové šetření, které má za cíl zjistit změnu postojů a názorů na ohnisková témata projektů, současně jsou rodiče dotazováni na spokojenost s průběhem projektu a jeho realizací, připomínky rodičů jsou průběžně vyhodnocovány. Rodiče se mohou obracet na hlavního psychologa, hlavního fyzioterapeuta nebo koordinátora cílových skupin. Dostávají informace z kineziologického screeningového vyšetření jejich dítěte s konkrétními výstupy.

Komunikace s rodiči probíhá skrze:

- e) Pracovní skupiny – rodiče přijdou do přímého kontaktu s psychologem projektu a fyzioterapeutem.
- f) Odborný tým – komunikace je primárně s hlavním koordinátorem cílových skupin, případně s manažerem projektu.
- g) Účast na workshopech.
- h) Vzájemné setkávání a předání zkušeností apod.

- Veřejnost

Veřejnost je informována především pasivně skrze webové stránky, sociální sítě nebo články v médiích. Pro veřejnost jsou uspořádány dvě osvětové akce, které cílí především na území Jihomoravského kraje.

2.3. Formy zapojení cílových skupin do projektu

Všechny výše uvedené cílové skupiny se různou formou mohou zapojit do realizace projektových aktivit. Formu zapojení shrnuje Tabulka 1.

TABULKA 1: FORMY ZAPOJENÍ CÍLOVÝCH SKUPIN DO PROJEKTU

Cílová skupina	Pasivní informování	Aktivní informování			Konzultace
	Web, sociální sítě, mediální výstupy	WS s rodiči	WS pro učitele	Osvětové akce pro veřejnost	Dotazníkové šetření, evaluační

Realizátor projektu:

Lokomoce z.s.

Slovanské náměstí 1468/12, 61200 Brno

Telefon: 731 115 224 e-mail: povolna@lokomoce.eu, pavelcova@re-life.cz

					dotazníky
Děti předškolního věku	NE	NE	NE	ANO	NE
Pedagogičtí pracovníci	ANO	ANO	ANO	ANO	ANO
Rodiče	ANO	ANO	ANO	ANO	ANO
Veřejnost	ANO	NE	NE	ANO	NE

3. Prostředky a nástroje komunikace

3.1. Prostředky vnitřní komunikace (řízení projektu a plánování)

- **Emailová komunikace**

Probíhá v rámci vnitřní komunikace mezi členy realizačního týmu.

- **Telefonická nebo osobní komunikace** - především formou rozhovorů a diskuse
- **Pravidelné porady realizačního týmu projektu.**

Realizační tým se schází na pravidelných poradách, z nichž jsou pořizovány zápisy a tyto jsou uloženy v dokumentaci projektu (vč. prezenčních listin/screenshot z online jednání). Koordinační tým se schází v předem stanovených termínech (cca 1krát za 14 dnů), z jejich jednání je pořizován zápis, který je vždy uložen v dokumentaci projektu, z porad je pořizována fotodokumentace, která je archivována v elektronické podobě. K zápisům z porad mají přístup všichni členové realizačního týmu projektu.

- **Tištěné prostředky**

Veškeré tištěné prostředky disponují s logem EHP fondů v souladu s pravidly povinné publicity. Všechny oficiální materiály a dokumenty jsou zpracovávány na hlavičkový papír s výše uvedeným logem, názvem a číslem projektu.,

3.2. Prostředky vnější komunikace směrem k cílovým skupinám

- **E-mailová komunikace**

Emailová komunikace probíhá s ředitelkami MŠ, pedagogy a rodiči, kteří jsou osloveni s pozvánkami na akce a vzdělávací WS projektu vždy dvakrát před jejich konáním s cílem zajistit jejich účast. Rovněž emailová komunikace probíhá s rodiči přímo ve věci zasílání výsledků screeningových vyšetření dětí s doporučením vhodných preventivních kroků.

- **Osobní komunikace**

Probíhá především formou rozhovorů a diskuse v rámci vzdělávacích akcí a WS.

- Články v médiích

Mívají podobu odborných a populárně naučných článků týkající se zaměření projektu a vztahujících se k jeho v cílům.

- Internet

Informace o projektu, aktuální dokumenty, výstupy, informační zdroje a pozvánky jsou zveřejněné na webových stránkách projektu www.lokomoce.cz, <https://www.lokomoce.cz/o-grantu-ehp>. Aktuální informace o průběhu projektu, konání akcí a další jsou také dostupné na sociální síti Facebook, Instagram nebo YouTube „Lokomoce- pohyb jako prevence“.

3.3. Nástroje komunikace

- Propagační materiály

- letáky, brožury, využití místních obecních zpravodajů

- Workshopy

- diskuse s dotčenými cílovými skupinami

- Internet

- e-mailová komunikace

- sociální síť Facebook, Instagram, YouTube

- webové stránky www.lokomoce.cz

- Dotazníkové šetření

- dotazníkové šetření u cílové skupiny rodičů a pedagogických pracovníků

- evaluační dotazníkové šetření v rámci zpětné vazby realizace projektu

4. Harmonogram

TABULKA 2: HARMONOGRAM KOMUNIKAČNÍHO PLÁNU.

Kdo	Jak	Co	Kdy
Realizační tým	Porady a pracovní jednání	Probíhající aktivity, plánování činností	Po celou dobu realizace projektu, vždy dle potřeby min. 1krát měsíce
Pracovní skupiny	Porady a pracovní jednání	Probíhající aktivity, odborné výstupy	Po celou dobu realizace projektu, vždy dle potřeby

Realizátor projektu:

Lokomoce z.s.

Slovanské náměstí 1468/12, 61200 Brno

Telefon: 731 115 224 e-mail: povolna@lokomoce.eu, pavelcova@re-life.cz

Administrativní tým	Webové stránky	Aktuální informace o probíhajících aktivitách projektu. Průběh realizace projektu. Pozvánky na workshop.	Pravidelná aktualizace, po celou dobu realizace projektu.
Administrativní tým	Sociální dítě (Facebook, Instagram, YouTube)	Aktuální informace o probíhajících aktivitách projektu. Průběh realizace projektu. Pozvánky na workshop.	Pravidelná aktualizace, po celou dobu realizace projektu.
Manažer projektu	Tisková zpráva	Informace o projektu, odborné a osvětové výstupy.	Minimálně 1x za dobu realizace projektu.

5. Závěr

Komunikační plán projektu Podpora psychické odolnosti a duševního zdraví skrze prevenci sedavého chování a zdravého užívání digitálních médií u předškolních dětí slouží především k informovanosti všech aktérů a široké veřejnosti o jednotlivých dílčích realizovaných aktivitách a odborných edukačních informacích.

Dokument Komunikační strategie projektu byl schválen realizačním týmem dne 14. 12. 2022.