

# МАМКОМПАНИЯ

## 2023-2024

Автономная некоммерческая организация развития  
родительских компетенций «МамКомпания»

ИНН 7100030467 КПП 710001001

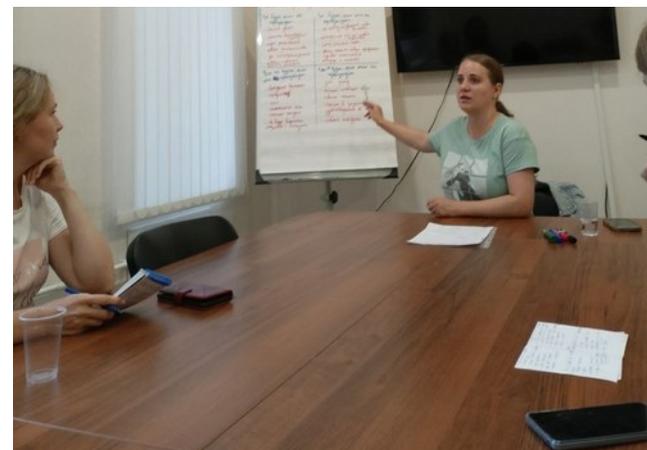
Дата регистрации 07.12.2022



# Личностный потенциал

Цикл мероприятий с психологом для женщин, матерей. Очные встречи и домашние задания. Чат в Телеграм с участницами для обсуждения заданий, получения обратной связи.

Проект направлен на создание лично-развивающей среды, возвращение собственной ценности, поиск своих сильных сторон, раскрытие внутреннего потенциала, работу со слабыми сторонами в разных направлениях (самооценка, финансовое мышление, саморазвитие, самоопределение, профориентация, эмоциональный интеллект и т.д.).



13 мероприятий, 8 постоянных участниц

<https://dobro.ru/project/10083048>

# День добрых дел

Офлайн-онлайн квест по площадкам тульских НКО.

Создан с целью познакомить туляков с деятельностью НКО, вовлечь их как благополучателей и как волонтеров.

Издана брошюра с художественными рассказами НКО.

Состоялся в день города 2023.

Реализован на средства муниципального гранта.



1 оффлайн мероприятие, 23 дня онлайн заданий, 23 НКО — площадки квеста, 150 команд, 23 волонтера, 6 бизнес-партнеров (подарки, фотозона)

<https://dobro.ru/project/10070937>

# Ремонтные мастерские

Проект по популяризации бережливости, разумной экономии. На мероприятиях участники чинили вещи, которые можно сохранить, давали им вторую жизнь, переделывали одежду (ушивали, расшивали).

В 2023м - году реализовывался на волонтерской основе.

(2 мероприятия в мае и ноябре)

В 2024м — получен президентский грант. Первое мероприятие состоялось в апреле.



3 мероприятия, 25 участников, 3 мастер - класса, 5 волонтеров

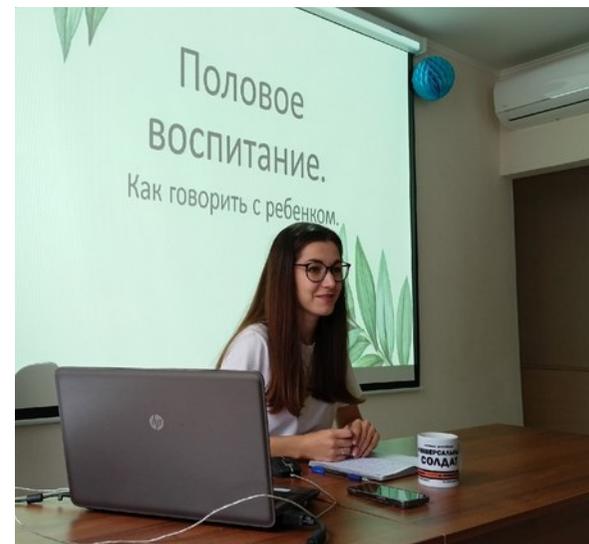
<https://dobro.ru/project/10020675>

# Информационное просвещение тульских родителей

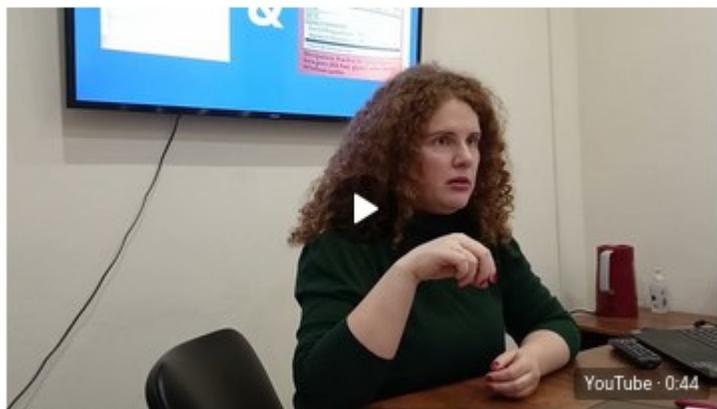
Оффлайн мероприятия по запросам аудитории.

- Семинар с психологом на тему «Половое воспитание»
- Встреча с нутрициологом на тему «Правильный подбор биологически-активных добавок»

Реализуется на волонтерских началах



По запросам участниц в Общественном Ресурсном центре состоялась встреча, где нутрициолог - нутрицевт Анастасия Тарасова рассказала о том, что такое БАД и как правильно подбирать биодобавки, кому они нужны и нужны ли. Чем отличаются различные формы одного и того же вещества. Например, как действуют разные формы магния. Полную версию вышлем по запросу - поставьте '+' в комментариях Показать ещё



БАД Магний  
3 просмотра



1.5K



2 мероприятия, 10 участниц, 2 спикера — волонтера. 2 видеозаписи теории.

<https://dobro.ru/project/10066290>

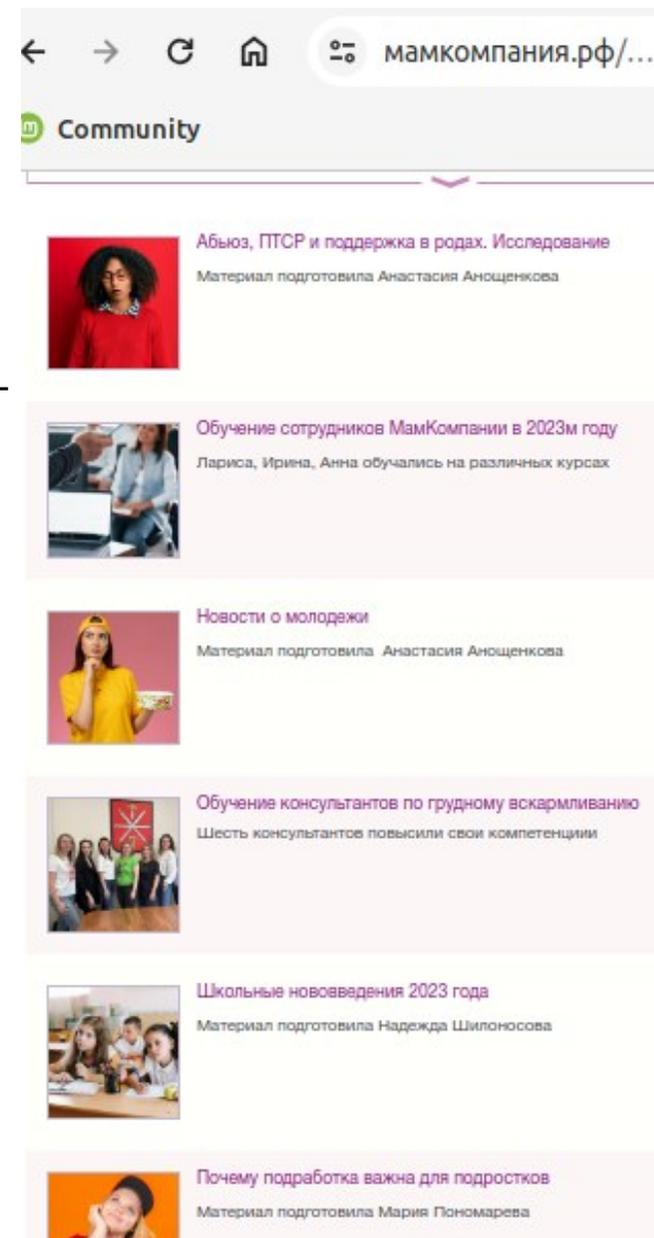
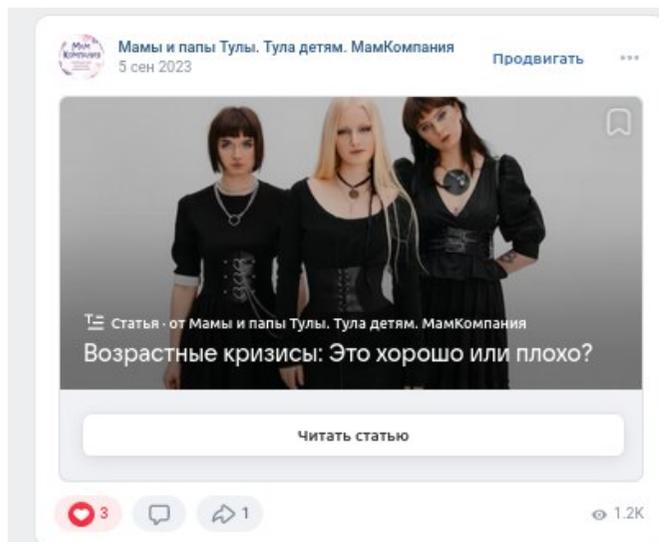
# Информационное просвещение: помогаю вам, узнаю сам (онлайн)

Уникальные новости, статьи на важные темы для родителей.

Материал готовится волонтерами, в том числе педагогами-психологами Центра психолого-педагогической, методической и консультационной помощи (при ТГПУ имени Л. Н. Толстого).

Размещается:

- на сайте <http://www.мамкомпания.рф/>
- в ВК <https://vk.com/mamcompany>
- В ОК <https://ok.ru/mamcompany>



113 Статей, 69 новостей, 15 волонтеров <https://dobro.ru/project/10066290>

# Выдох-вдох

Направлен на улучшение морально-психологического состояния тульских семей. Мероприятия:

- Семинары с психологами по эмоциональному интеллекту + видеозапись
- Групповая терапия с психологами
- Семинары по поддержке и равному консультированию
- Занятия для детей с психологом по навыкам эффективной коммуникации. Впервые была проведена совместная группа с детьми с ОВЗ
- Творческие встречи/арт терапия с художниками, психологами в том числе с присмотром за детьми в детской комнате волонтерами

2 мероприятия реализованы на волонтерских началах

С декабря 2023-го года реализуется на средства областного гранта

23 мероприятия, 276 участников мероприятий (суммарно), 18 волонтеров (суммарно), 3 публикации в СМИ

