NEWSLETTER #2 – Octombrie 2024

www.merestproject.eu

#MEREST_PROJECT
#RESILIENCE

***Suntem încântați să anunțăm lansarea a două noi resurse pe site-ul proiectului #MeRest.***

***Aceste materiale au fost elaborate pentru a facilita împărtășirea și utilizarea metodologiilor creative care au caracterizat proiectul și pentru a oferi sprijin concret formatorilor și adulților interesați în promovarea rezilienței.***

## Ghid pentru Atelierul de Teatru

Prima resursă este un ghid detaliat care descrie atelierul de înregistrare și interpretare teatrală, bazat pe cadrul de reziliență (Copyright Hart, Blincow & Cameron). Acest atelier, ultimul din cele trei planificate în cadrul proiectului, s-a axat pe crearea de podcasturi în care participanții și-au împărtășit poveștile de reziliență. În acest proces, ei și-au dezvoltat competențe-cheie precum flexibilitatea, rezolvarea problemelor și creativitatea. În plus, prin lecții și activități menite să îmbunătățească vocea, interpretarea și lectura expresivă, participanții s-au implicat într-o abordare artistică inovatoare și imersivă care le-a permis să își împărtășească experiențele într-un mod nou.

Aceste ateliere s-au dovedit a fi un instrument puternic pentru consolidarea rezilienței personale, oferind un spațiu sigur și stimulativ pentru explorarea propriilor experiențe. Ghidul oferă toate informațiile necesare pentru a replica și adapta activitatea în contexte diferite, oferind formatorilor și participanților posibilitatea de a explora reziliența prin artă și povestire.

În plus, ghidul prezintă o colecție de podcast-uri create în timpul proiectului în cele cinci țări partenere - Lituania, România, Italia și Grecia - disponibile pe canalul YouTube al proiectului: @MeRestProject.

## Manual pentru Atelierul de Teatru

A doua resursă este un manual practic conceput pentru a promova reziliența prin activități creative. Manualul oferă orientări, bune practici și strategii pentru reproducerea rezultatelor proiectului #MeRest, cu accent pe atelierele destinate dezvoltării abilităților emoționale și sociale. Acesta se adresează celor care lucrează cu adulți și organizații cu scopul de a îmbunătăți bunăstarea și de a promova dezvoltarea personală. Completând celelalte resurse ale proiectului, manualul servește drept instrument util pentru adaptarea și reproducerea activităților propuse pentru consolidarea rezilienței și promovarea incluziunii sociale, în special în rândul celor mai vulnerabile grupuri afectate de evenimente provocatoare, atât la nivel personal, cât și colectiv.

Co-funded by the European Union

2022-1-LT01-KA220-ADU-000085035

Manualul prezintă bazele teoretice ale Cadrului de reziliență și oferă competențele necesare pentru a implementa ateliere la nivel local, asigurând coerența cu obiectivele pedagogice ale proiectului.

În manual veți găsi:

- O prezentare a impactului psiho-social al urgenței sanitare Covid-19 în Lituania, România, Grecia și Italia

- Cele mai bune practici din proiectele artistice care promovează reziliența

- O prezentare generală a atelierelor de înregistrare #MeRest în diferitele țări partenere

- Principalele rezultate

- Recomandări pentru replicare

- Orientări pentru formatori

Aceste ateliere nu numai că sprijină creșterea participanților, dar urmăresc, de asemenea, să îmbunătățească dezvoltarea profesională a formatorilor care își pot integra abilitățile cu tehnici creative în povestire, arte vizuale și teatru, urmând instrucțiunile furnizate. În acest fel, formatorii vor avea instrumentele de care au nevoie pentru a dezvolta reziliența participanților și pentru a contribui la crearea unui impact de durată în comunități.

**Cum găsiți resursele prezentate?**
Materialele sunt disponibile în cinci limbi:
**engleză, lituaniană, română, greacă și italiană.**
Ambele resurse pot fi descărcate gratuit de pe site-ul oficial al proiectului la adresa: **www.merestproject.eu**
Urmăriți-ne pe cele mai populare rețele de socializare cu
**#merest_project and #resilience**

*Acest proiect este finanțat cu sprijinul Comisiei Europene. Această publicație [raport] reflectă doar opiniile autorului, iar Comisia Europeană, instituțiile sale și Agenția Națională nu pot fi trase la răspundere pentru conținutul acestui material sau pentru orice utilizare care ar putea fi făcută informațiilor conținute în acesta.*