PATVIRTINTA
Lietuvos Respublikos finansų ministro
2024 m. liepos 11 d. įsakymu Nr. 1K-234

(Viešosios įstaigos veiklos ataskaitos forma)

_____VšĮ Mediapressa_____
(viešosios įstaigos pavadinimas)

_____2025 m._____ VEIKLOS ATASKAITA
(ataskaitinis laikotarpis)

__2026 04 30__ Nr. __1____
(data)

I SKYRIUS **INFORMACIJA APIE VEIKLĄ ATASKAITINIU LAIKOTARPIU**
1. Veiklos tikslai:
Inicijuoti ir vykdyti teigiamus pokyčius Lietuvoje Mamų psichikos sveikatos ir pogimdyminės depresijos (PD) raštingumo, prevencijos ir pagalbos bei mamų gerovės ir psichikos sveikatos srityje:
1.1. Didinti tiesiogiai (teikiant paslaugas) ir netiesiogiai (skatinant, diegiant) psichosocialinės pagalbos galimybes bei šių paslaugų prieinamumą.
1.2. Didinti tėvų emocinį raštingumą, gerinti mamų ir šeimų informuotumą, įgalintą pasirengimą vaiko gimimui, motinystei, tėvystei laukiantis ir auginant kūdikį.
1.3. Prisidėti prie švietimo, prevencijos, stigmos mažinimo psichikos sveikatos srityje. Didinti pogimdyminės depresijos supratimą, skatinti ir vykdyti PD prevenciją plačiai visuomenėje ir plačiai tikslinėse grupėse (mama, tėvas, šeima, artimieji, draugai, kartos, bendruomenės, valstybės organizacijos, specialistai, NVO, visuomenė);
1.4. Atstovauti mamų psichikos sveikatos poreikius ir siekti geresnės moterų psichikos sveikatos padėties per sisteminių pokyčius, politiką, advokaciją, reprodukcinių ir kt. moterų teisių įtvirtinimą.
1.5. Stiprinti organizaciją.
2. Uždaviniai:
2.1. Teikti specializuotas viešąsias paslaugas: konsultavimas, psichosocialinės paslaugos, terapiniai, savitarpio užsiėmimai, paskaitos, kursai, kvalifikacijos mokymus ir kt.
2.2. Vykdyti leidybinę, šviečiamąją, edukacinę veiklas tikslinei auditorijai. Vystyti ir stiprinti leidybinį socialinį verslą.
2.3. Organizuoti prevencinę, socialinę, bendruomeninę veiklas. Organizuoti Savanorių ir savanorių-ambasadorių darbą. Vykdyti psichikos sveikatos gerovės ir stigmos mažinimo projektus, veiklas; Inicijuoti ir vykdyti socialinius, informacinius, švietimo ir paramos veiksmai, renginius bei projektus.
2.4. Vykdyti advokaciją. Pasiūlymai, susitikimai, pranešimai ir kita veikla, kuria siekiame pokyčių moterų sveikatos priežiūroje, reprodukcinių teisių, paslaugų stiprinimo sferoje ir pan.
2.5. Stiprinti organizaciją. Rengti ir tikslinti organizacijos ilgalaikę veiklos strategiją. Plėsti komandą, stiprinti jos narių gebėjimus bei kompetencijas. Plėsti finansavimo priemones, stiprinti paramos lėšų pritraukimą. Gerinti viešąjį įvaizdį ir didinti žinomumą. Bendradarbiauti su kitomis organizacijomis, įsitraukti į asociacijas. Organizuoti savanoriškas veiklas. Viešinti veiklas ir informuoti apie organizacija bei jos veiklas, tikslus ir kt.

3. Siekiant veiklos tikslų atlikti darbai:

3.1. Teikti specializuotas viešąsias paslaugos:
3.1.1. Individualios nemokamos paslaugos: Individualus nemokamas psichologinis konsultavimas, psichoterapinė ir kita individuali konsultavimo pagalba tėvams, turintiems PD požymių.
3.1.2. Grupinės nemokamos paslaugos: Vykdyta grupinė terapinė, edukacinė, savitarpio veikla tėvams.
3.1.3. Vykdyti kvalifikacijos mokymai rengti kvalifikacijos mokymai Vilniaus m. ASPĮ personalui; vykdyti kvalifikacijos mokymai visuomenės sveikatos biurų specialistams;
3.1.4. Tobulintas Vilniaus m. sveikatos įstaigų vertinti pogimdyvinės depresijos riziką bei vykdyti sutrikimus patiriančių moterų priežiūrą;

3.2. Vykdyta leidybinė, šviečiamoji, edukacinė veiklos
3.2.1 Leidyba. Leidžiami spausdinti atmintinių leidiniai tėvams: „Nėštumo kalendorius“, ketvirtinis leidinys. „Kūdikio dienoraštis“, ketvirtinis leidinys. Leidiniai nemokamai dalijami asmens sveikatos įstaigose, gimdymo stacionaruose, medicinos centruose.
Spausdinami edukaciniai leidiniai psichikos sveikatos tema depresijos ir kt. temomis. Lankstinukai, atvirukai, skrajutės ir kt.

3.3. Organizuota prevencinė, socialinė, visuomeninė, bendruomeninė veikla.
3.3.1. „Žvelk Giliau”psichikos sveikatos gerovės stiprinimo, prevencijos, ir stigmos mažinimo projektas;
3.3.2. Edukacija. Vykdytos paskaitos tėvams, publikuoti straipsniai.
3.3.3. Pranešimai konferencijose, dalyvavimas diskusijose, pranešimai žiniasklaidoje, straipsniai, dalyvavimas laidose, radijo laidoje ir kt.

3.4 Inicijuoti ir įvykdyti advokacijos veiksmai
3.4.1. Inicijuotas susitikimas Tauragės raj. savivaldybėje, siekiant aptarti moterų psichikos sveikatos priežiūros iššūkius ir skatinti bendradarbiavimą.

3.5. Vykdyti organizaciją stiprinantys veiksmai:
3.5.1. Plėtotos veiklų finansavimo galimybės ir priemonės, stiprintas paramos lėšų pritraukimas, organizuotas verslo lėšų pritraukimas ir GPM lėšų pritraukimo kampanija.
3.5.2. Bendradarbiauta su kitomis organizacijomis.
Narystė asociacijoje Motinystę globojančių iniciatyvų sąjunga (MGIS) nuo 2020 11 04, vadybos narė nuo 2021 03 04.
Narystė asociacijoje Socialinio verslo asociacija (LiSVA) nuo 2021 04 02.
Narystė asociacijoje Moters teisės-visuotinės žmogaus teisės (MTVŽT) nuo 2023 05 17.
Narystė asociacijoje LYDERĖ nuo 2024 12 07.
3.5.3. Organizuotas savanorių pritraukimas ir veiklos.
3.5.4. Viešintos veiklos ir informuoti apie organizacija bei jos veiklas, tikslus ir kt.

4. Siekiant veiklos tikslų pasiekti rezultatai:

4.1.1. Individuali pagalba šeimoms: 514 asmenines psichologų, psichoterapeutų konsultacijas, kuriose lankėsi 123 asmenys.
● 1) psichologinis konsultavimas ciklais (7 kartai asmeniui, 15 asmenų=105 konsultacijų); POVEIKIS Bendras EPDS balo pokyčio vidurkis po 7 psichologo konsultacijų – 9.00 balai.
2) psichologinis konsultavimas ciklais (6 kartai asmeniui, 20 asmenų=120 konsultacijų); POVEIKIS skaičiuotas psichologiniam konsultavimui cikluose. Apskaičiuota, kad po 6 PDC psichologo konsultacijų depresijos simptomų vidutiniškai sumažėjo 44 procentais arba 20 dalyvių po 6 konsultacijų ciklo EDPS surenkamų balų suma asmeniui vidutiniškai sumažėjo 6.05 balais (13,77 iki 7,7).
3) papildomas konsultavimas: 22 konsultacijos.
● psichoterapija (16 kartų asmeniui, 10 asmenų= 160 konsultacijų); POVEIKIS: Pagerėjusi Psichologinė būsena, padidėjęs savęs ir savo situacijos supratimas, aiškumas dėl priimamų sprendimų ir veiksmų. EPDS surenkamų balų suma vidutiniškai sumažėjo 7,5 balais.

● kognityvinė elgesio hipnoterapija (4 kartai asmeniuix8 asmenys=32 konsultacijos); POVEIKIS paslaugos gavėjų psichologinė būsena pagerėjo, pogimdyminės depresijos požymiai sumažėjo vidutiniškai 6 EPDS balais.
● vienkartinis psichologinis konsultavimas (1 kartas asmeniui, 45 asmenys);

4.1.2. Grupinė pagalba šeimoms:
● Viena Psichoedukacinė psichoterapinė grupė nėščiosioms ir moterims po gimdymo, turinčioms PD, nerimo požymių (12 susitikimų, 10 asmenų). POVEIKIS: Pagerėjo
Paslaugos gavėjų psichologinė būsena, pogimdyminės depresijos požymiai vidutiniškai sumažėjo 6,2 balo.
●Viena Psichoedukacinė grupė tėčiams turintiems PD ar nerimo požymių. (8 susitikimai nuotoliu, 6 dalyviai). POVEIKIS: Pagerėjo paslaugos gavėjų psichologinė būsena pagerėjo apie 40,2 proc.: nerimo simptomai Q1 – 66,7, Q2 42,9 proc. sugebėjimas susidoroti su sunkumais 11,1 proc. pogimdyminės depresijos požymiai EPDS vidutiniškai sumažėjo 3,6 balo.
● Suorganizuotos inovatyvaus savitarpio pagalbos grupės mamoms, auginančioms kūdikius Tauragėje, Druskininkuose ir Šilalėje;

4.1.3. Kvalifikacijos kėlimo mokymai:
●Įvykdytų Pogimdyminės depresijos programos kursų/grupių - 2 vnt., dalyvių skaičius PD programoje – 109 asmens sveikatos specialistų (akušeriai, akušeriai - ginekologai, šeimos gydytojai, slaugytojai), patobulinusių kvalifikaciją 8 val. mokymuose „Pogimdyminės depresijos rizikos vertinimas ir priežiūra“.
● Įvykdytų Pogimdyminės depresijos programos “Pogimdyvinės depresijos ir kitų sutrikimų atpažinimas, pagalbos galimybės ir nukreipimas“ kursų/grupių grupių - 1 vnt., dalyvių skaičius PD programoje – iki 50 visuomenės psichikos sveikatos stiprinimo paslaugas teikiantiems visuomenės sveikatos biurų specialistams (Emocinės gerovės konsultantams, psichologams);
4.1.4. Vykdytos specialistų ir tėvų apklausos Vilniaus m. ASPĮ, konsultuotos Vilniaus miesto sveikatos priežiūros įstaigos dėl geresnės psichikos sveikatos priežiūros nėštumo metu ir po gimdymo;

4.2. Spausdinti leidiniai:
● „Nėštumo kalendorius“, Ketvirtinis leidinys, 2025 m. išleisti 4 tiražai. Platinimas nemokamai gydymo įstaigose, ginekologų, akušerių kabinetuose.
● „Kūdikio dienoraštis“, Ketvirtinis leidinys, 2025 m. išleisti 4 tiražai. Platinimas gimdymo namuose – stacionarai Lietuvoje;

4.3.2. ● Nuotolinis edukacinių paskaitų ciklas tėvams: "Psichologinis pasirengimas tėvystei", 3 nuotolinės paskaitos, 328 dalyviai POVEIKIS: Geresnė dalyvių žinios PD srityje vertinama registracijos metu ir po paskaito rodo žinių pagerėjimą: „Kaip atskirti pogimdyminę melancholiją nuo pogimdyminės depresijos?“ žinios padidėjo nuo 15 proc. iki 68 proc.;
„Kokie savijautos požymiai yra laikomi SOS, kuriems pasireiškus, rekomenduojama nedelsiant kreiptis pagalbos (pvz. tel. 112)“ žinojo 42 proc. iki paskaitos ir 91 proc. po paskaitos. Žino daugiau nei dvi įstaigas, kur registruotis pagalbai nemokamai, be siuntimo 40 proc. registracijos metu ir iki 74 proc. po paskaitos.
● Pranešimai konferencijose:
2025 03 28 “Mamų psichikos sveikata ir iššūkiai, siekiant gyvenimo kokybės“. Konferencija „1000 pirmųjų vaiko gyvenimo dienų: projekto patirtis Lietuvoje ir jo perspektyvos “, Nacionalinė šeimos taryba, Seimo Socialinių reikalų ir darbo komitetas
2025 05 22 „Patirtis, kurį gali keisti viešąją politiką“,. Konferencija HI 2030: vizija sveikesnei visuomenei Psichikos sveikata: nuo skaičių iki pokyčių, Higienos institutas
2025 05 30 “Instagraminė motinystė: kokį melą kuria tobuli reelsai?“ Konferencija LOGIN
2025 08 30 Diskusija “Kokia prasmė turėti vaiką?”, organizatorius Pogimdyminės depresijos centras, festivalis BŪTENT
2025 10 17 „Tobulos motinystės vaizdinys ir iššūkiai kovoje su lūkesčiais. Pogimdyminė depresija, kuri paliečia ir mamą, ir tėtį“, Sveikatos paroda, Litexpo

2025 12 08 „Psichikos sveikata motinystėje. Moterų teisė į sveikatą“, konferencija Žmogaus teisės psichiatrijoje, SAM HI
● Publikuoti straipsniai nacionalinėje žiniasklaidoje, regioninėje žiniasklaidoje, dalyvauta Radijo laidose.

4.4. **Inicijuoti ir įvykdyti advokacijos veiksmai.** Inicijuotas ir įvykęs susitikimas Tauragės raj. savivaldybėje, siekiant aptarti moterų psichikos sveikatos priežiūros iššūkius ir skatinti bendradarbiavimą.

4.5.1.
● Įvykdyta GPM kampanija.
● Parengta ir vykdyta Lėšų pritraukimo strategija;
Parengta komunikacijos strategija; Pritraukta paramos lėšų: Juridinių asmenų parama 6100.00 eur., 1.2 % nuo GPM 1619,08 eur, 28 asmenų; Fizinių asmenų ir anonimų parama 817.95 eur:
● Įvykti 4 finasuoti projektai ir 1 nefinansinės paramos projektas.
1.SADM finansuojamas Depresijos po gimdymo prevencija ir pagalba: pilotinės savitarpio pagalbos grupės mamoms su kūdikiais bei šeimų psichologinis konsultavimas nėštumo metu ir po gimdymo.
2.SAM finansuojamas Psichikos sveikatos ambasadorių iniciatyvos „Žvelk Giliau“ projektas
3. Vilniaus miesto savivaldybės finansuojama Visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos priemonė „Pogimdyminės depresijos prevencija ir pagalba“.
4. Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos finansuojamas projektas „VšĮ Mediapressa institucinis stiprinimas: finansinio tvarumo didinimas, socialinio verslo paslaugų kokybės gerinimas bei plėtra“.
5. Nefinansinės paramos projektas, bendrai finansuojamas Europos Sąjunga. Socialinį poveikį kuriančio dizaino sprendimo kūrimas Dizaino sparnai.
4.5.2. Bendradarbiauta su kitomis MGIS asociacija (vykdytas projektas kartu), įsitraukta į 3 asociacijas, palaikytas bendradarbiavimas su kitomis žmogaus teisių ir nėščiųjų, mamų ir šeimų gerovės srityje dirbančiomis organizacijomis.
4.5.3. Parengtas naujas Pogimdyminės depresijos centro vizualaus identiteto gidas, sukurtas naujas grafinis logotipas, spalvų gama, šriftas ir pan.
● Atnaujintas leidinio “Kūdikio dienoraštis” turinys ir dizainas

II SKYRIUS
INFORMACIJA APIE PLANUOJAMĄ VEIKLĄ ATEINANČIAIS FINANSINIAIS METAIS

5. Veiklos tikslai:

Inicijuoti ir vykdyti teigiamus pokyčius Lietuvoje Mamų psichikos sveikatos ir pogimdyminės depresijos (PD) raštingumo, prevencijos ir pagalbos bei mamų gerovės ir psichikos sveikatos srityje:

5.1. Didinti tiesiogiai (teikiant paslaugas) ir netiesiogiai (skatinant, diegiant) psichosocialinės pagalbos galimybes bei šių paslaugų prieinamumą.

5.2. Didinti tėvų emocinį raštingumą, gerinti mamų ir šeimų informuotumą, įgalintą pasirengimą vaiko gimimui, motinystei, tėvystei laukiantis ir auginant kūdikį.

5.3. Prisidėti prie švietimo, prevencijos, stigmos mažinimo psichikos sveikatos srityje. Didinti pogimdyminės depresijos supratimą, skatinti ir vykdyti PD prevenciją plačiai visuomenėje ir plačiai tikslinėse grupėse (mama, tėvas, šeima, artimieji, draugai, kartos, bendruomenės, valstybės organizacijos, specialistai, NVO, visuomenė);

5.4. Atstovauti mamų psichikos sveikatos poreikius ir siekti geresnės moterų psichikos sveikatos padėties per sisteminių pokyčius, politiką, advokaciją, reprodukcinių ir kt. moterų teisių įtvirtinimą.

5.5. Stiprinti organizaciją.

6. Uždaviniai:

6.1. Teikti specializuotas viešąsias paslaugas: konsultavimas, psichosocialinės paslaugos, terapiniai, savitarpio užsiėmimai, paskaitos, kursai, kvalifikacijos mokymus ir kt.
6.2. Vykdyti leidybinę, šviečiamąją, edukacinę veiklas tikslinei auditorijai. Vystyti ir stiprinti leidybinį socialinį verslą.
6.3. Organizuoti prevencinę, socialinę, bendruomeninę veiklas. Organizuoti Savanorių ir savanorių-ambasadorių darbą. Vykdyti psichikos sveikatos gerovės ir stigmos mažinimo projektus, veiklas; Inicijuoti ir vykdyti socialinius, informacinius, švietimo ir paramos veiksmai, renginius bei projektus.
6.4. Vykdyti advokaciją. Pasiūlymai, susitikimai, pranešimai ir kita veikla, kuria siekiame pokyčių moterų sveikatos priežiūroje, reprodukcinių teisių, paslaugų stiprinimo sferoje ir pan.
6.5. Stiprinti organizaciją. Rengti ir tikslinti organizacijos ilgalaikę veiklos strategiją. Stiprinti organizacijos skaidrumą. Tikslinti organizacijos ilgalaikę veiklos strategiją. Plėsti komandą, stiprinti jos narių gebėjimus bei kompetencijas. Plėsti finansavimo priemones, stiprinti paramos lėšų pritraukimą. Bendradarbiauti su kitomis organizacijomis, įsitraukti į asociacijas. Organizuoti savanoriškas veiklas. Viešinti veiklas, įsitraukti į žiniasklaidos priemones, reginius, informuoti apie problemą, organizacija bei jos veiklas, tikslus ir kt.
7. Siekiant veiklos tikslų planuojami atlikti darbai:
7.1. Viešosios paslaugos. Konsultavimas asmeninis, paskaitos, terapiniai užsiėmimai, kvalifikacijos mokymai, kursai. 7.2. Šviečiamoji, edukacinė ir leidybinė veikla. Leidiniai tėvams 4 k./metus, atmintinės apie mamų psichikos sveikatą sveikatos įstaigoms;
7.2. Socialinė ir prevencinė veikla. Savanorių darbo organizavimas, bendradarbiavimas su kitomis organizacijomis. Psichikos sveikatos gerovės ir stigmos mažinimo projektai bei viešieji renginiai su Žvelk Giliau ambasadoriais; Socialiniai, informaciniai, švietimo ir paramos projektai.
7.3. Advokacija. Advokacijos strategija. Apklausa. Pasiūlymai, raštai, susitikimai su sprendimų priėmėjais, įstaigų atstovais nacionaliniu ir regioniniu lygmeniu ir kita veikla, kuria siekiame pokyčių moterų sveikatos priežiūroje, reprodukcinių teisių, paslaugų stiprinimo sferoje.
7.4. Organizacijos stiprinimo veiklos. Susitikimai ir kitas bendradarbiavimas su regioninėmis NVO. GPM kampanijos parengimas ir vykdymas. Lėšų pritraukimo iš verslo įmonių vykdymas. Dalyvauti konferencijose, diskusijose. Projektų paraiškų teikimas ir vykdymas numatytomis kryptimis,

III SKYRIUS
INFORMACIJA APIE DALININKUS

8.	Informacija apie dalininkus:		
	Dalininkas	Įnašo vertė finansinių metų pabaigoje	Įnašo vertė praėjusių finansinių metų pabaigoje
	1	2	3
8.1.	1 (vienas) dalininkas - fizinis asmuo, įmonės direktorė Nida Vildžiūnaitė	869,00 Eur.	869,00 Eur.

Direktorė Nida Vildžiūnaitė