



**Ghid
metodologic al
programului de
dezvoltare
personală și a
abilităților
socio-
emoționale cu
adaptarea și
aplicarea de
metodologii de
tip life-
coaching
pentru copii și
tineri**

1. Preambul

Acest ghid este destinat implementării unui program complex de dezvoltare personală și socio-emoțională pentru copiii și tinerii cu vârste între 6 și 16 ani. Programul, a fost testat de Asociația Stea din Satu Mare și Asociația Pirita Children din Baia Mare pe o perioadă de 20 de luni cu un total de 110 copii și tineri cu vârste între 6 și 16 ani. Programul este structurat pe baza principiilor metodologiei de Social Emotional Learning (SEL) și vizează dezvoltarea unor abilități esențiale de viață, necesare pentru a naviga cu succes provocările zilnice și a construi un viitor prosper.

Ghid a fost elaborat pentru a susține realizarea activităților A5. **Program de dezvoltare personală și a abilităților socio-emoționale cu adaptarea și aplicarea de metodologii de tip life-coaching pentru copii și tineri**, în cadrul proiectului “Și EU pot! IMAGINEZ, CRED și CONSTRUIESC un VIITOR de SUCCES!”.

2. Problemele pe care le adresează programul de dezvoltare personală și socio-emoțională

Copiii și tinerii cu care noi lucrăm provin din medii vulnerabile și constatăm faptul că aceștia manifestă adesea comportamente prin care ajung în familie și la școală să fie catalogați ca fiind „copii problemă” :

- Dificultăți de învățare, atenție și concentrare
- Frecvență redusă la școală
- Nerespectarea regulilor
- Violență verbală și fizică, distrugeri

În consecință, aceștia ajung în situații de a fi pedepsiți și/sau marginalizați. Astfel de experiențe repetate au de multe ori ca efecte :

- Interiorizarea etichetei primite „copil rău”
- Stimă de sine scăzută
- Adâncirea problemelor de comportament

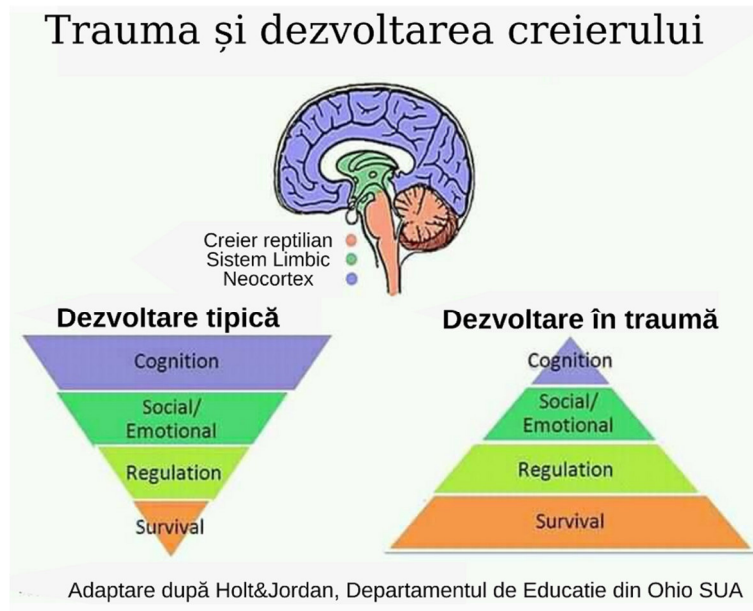
În acest context este foarte important să ne punem întrebările „De unde vin aceste probleme?” și „Care sunt cele mai eficiente strategii de rezolvare ?”

Căutările echipei noastre ne-au dus la descoperirea cercetărilor din domeniul neuroștiinței¹ care arată următoarele :

- comportamentul necorespunzător al unui copil este cel mai adesea un semn al prezenței invizibile a unei traume, izvorâte din abuz și neglijare
- copiii care reacționează cu ostilitate sau prin închiderea în sine prezintă semnele exterioare ale unei experiențe interioare de supraîncărcare cu stres.

¹ Stephen W. Porges (2021): Teoria polivagalului: Fundamentele neurofiziologice ale emoțiilor, atașamentului, comunicării și autoreglementării. (Profesor de psihiatrie la University of North Carolina at Chapel Hill, director al Kinsey Institute Traumatic Stress Research)

- **amigdala**, reprezentând acea componentă din creier care se activează atunci când simțim frică, având rol de a ne proteja, este **hiperactivă** atunci când stresul este permanent, ceea ce determină **dezechilibre la nivel hormonal**.
- acest tip de stres generează o stare (aproape) permanentă de lipsă de siguranță, determinând organismul să rămână pregătit pentru a apela oricând la una din strategiile de supraviețuire: luptă – fugă – îngheț.
- atunci când cineva se află în mod obișnuit într-un mediu nesigur sau stresant, acea persoană poate fi în mod constant în modul „luptă – fugă – îngheț” în care toată lumea pare a fi un dușman.



3. Strategii de acțiune

Specialiștii susțin că a da vina pe copii, a folosi amenințări sau pedepse, nu face decât să agraveze aceste probleme.

Dacă învățăm să citim semnele și să le recunoaștem pentru ceea ce sunt - **un semnal al unui sistem nervos supraîncărcat** - vom putea evita să dăm vina pe copii sau să îi etichetăm.

A privi comportamentul neadecvat al copiilor ca o reacție la stres mai degrabă decât ca un comportament rău intenționat este primul pas spre a-i ajuta să-și dezvolte abilitățile de autoreglare emoțională.

Copiii din medii defavorizate **au mare nevoie de adulți** în jurul lor care să îi sprijine prin **reducerea surselor de stres** și creșterea capacității lor de a-și recunoaște și de **a-și gestiona în mod eficient emoțiile**.

4. Principii în munca cu copiii

- P1. O strategie de formare / educație bazată pe **a motiva** copilul
- P2. Este extrem de important **să evaluăm** în mod complex **nevoile** copilului, **interesele și așteptările** acestuia
- P3. Stimularea, creșterea **motivației** pentru schimbare prin **educația pozitivă**

Proiect derulat de



P4. Maniera de abordare a copilului este cea de **partener** în procesul propriei sale dezvoltări

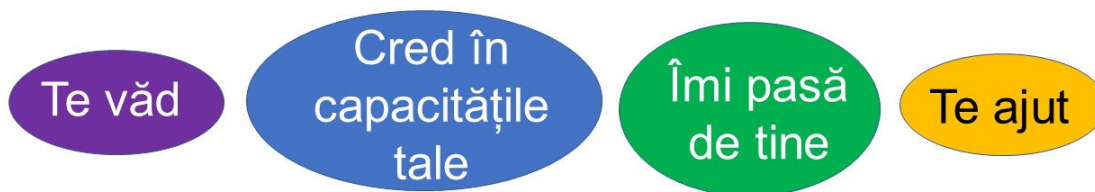


P5. Folosim metode **interactive** și componente **experiențiale**



Mentalitate și atitudini

Atitudinea echipei educative



Cultura organizațională promovată la nivelul grupelor de copii și tineri

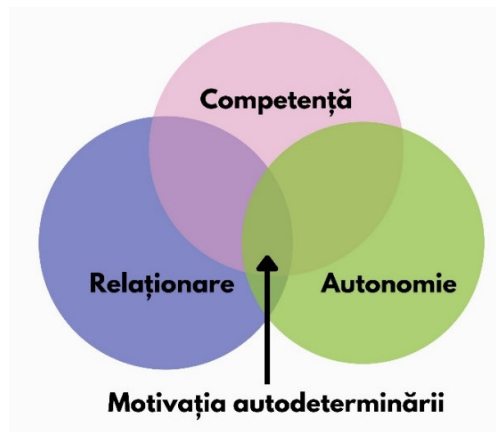


5. Nevoile la care răspunde programul

Programul de dezvoltare personală și socio-emoțională este construit astfel încât să răspundă celor trei nevoi de bază ale participanților conform teoriei autodeterminării: *nevoia de autonomie, nevoia de competență și nevoia de relaționare*.

- **Autonomia** se referă la experimentarea voinței, a sentimentului de alegere atunci când întreprinzi o acțiune, înseamnă a acționa conform propriilor interese.
- **Competența** se referă la trăirea sentimentului de eficiență în interacțiunea cu mediul,
- **Relaționarea** se referă la experimentarea iubirii și grijii din partea celor apropiați și la sentimentul de apartenență.

Programul susține dezvoltarea abilităților și competențelor copiilor și tinerilor utile și necesare pentru viitoarea lor incluziune socio-profesională răspunzând acestor trei tipuri de nevoi de bază



Starea de bine creată în cadrul activităților de învățare socio-emoțională îi face pe copii și tineri să fie curioși și să se implice în comportamente de explorare. Acest lucru indică o motivație intrinsecă, semn distinctiv al unei funcționări din proprie voință și a implicării în comportamente care sunt interesante și atrăgătoare pentru ei.

Satisfacerea nevoii de autonomie este considerată a fi cea mai importantă pentru dezvoltarea și menținerea activităților ce sunt motivate intrinsec. Cu cât o activitate este mai autonomă, cu atât există o relație mai mare cu starea de bine, performanța și perseverența.

Pe de altă parte, satisfacerea nevoii de competență este critică pentru trăirea sentimentului de bucurie și experimentarea creativității. Satisfacerea acestor nevoi nu doar hrănesc procesul motivației intrinseci, ci pot de asemenea rezulta din aceasta.

Atunci când curiozitatea conduce la descoperiri și învățare, copiii și tinerii experimentează un sentiment sincer de uimire, ceea ce facilitează asimilarea rapidă a noilor înforșării și astfel la construirea competenței. La fel se întâmplă și cu copiii și tinerii care își urmează interesele. Aceștia sunt ei înșiși și astfel au un sentiment de autonomie și autenticitate care contribuie la starea de bine.

Programul de dezvoltare personală și socio-emoțională hrănește nevoile copiilor și tinerilor :

- 1. Dorința de a se simți conectat** cu ceilalți pentru a iubire și îngrijire, și de a fi iubit și îngrijit : echipa și grupul în care membrii au grijă unii de alții iar spațiul de activități este un mediu sigur și stimulant, în care sunt încurajate învățarea, inițiativele și interacțiunile sociale

Echipa susține prin :

- Cunoașterea copiilor și tinerilor: manifestarea interesului față de aceștia
- Consolidarea legăturilor de grup: lucrul în echipă, activități distractive
- Sprijin emoțional
- Atmosferă pozitivă

- 2. Autogovernarea**, guvernarea de către sine : spațiu pentru exprimarea sinelui în timpul activităților, luarea de inițiativă și experiențele practice

Echipa susține prin :

- Oferirea copiilor și tinerilor de opțiuni/alegeri
- Încurajarea inițiativei

Proiect derulat de

- Susținerea gândirii critice : exerciții de reflecție colectivă și individuală
- Asigurarea de libertate cu oferea de sprijin

3. Competența : copiii și tinerii se simt competenți atunci când cred că știu ce trebuie să facă pentru a avea succes și se simt capabili să facă față provocărilor.

Echipa susține prin :

- Încurajarea copiilor și tinerilor să realizeze sarcini noi
- Punerea în situații de a face față unor provocări
- Oferirea de feedback și felicitări atunci când au făcut progrese



Răspundem nevoilor

01

CONECTARE / APARTENENȚĂ:

A se simți bine într-un grup, a fi valorizați în grup,
a fi apreciați de ceilalți

COMPETENȚĂ:

A se simți capabili, a simți că pot reuși să
facă ceva cu forțe proprii

02

03

AUTONOMIE / CONTROL:

A-și putea exercita voința cu un anumit control
asupra a ceea ce fac, a putea alege

6. Obiectivele Programului

Principalele obiective ale programului de dezvoltare personală și socio-emoțională includ:

- Dezvoltarea stimei și încrederii în sine.
- Cultivarea unei imagini de sine pozitive și sănătoase.
- Îmbunătățirea abilităților de recunoaștere și gestionare a emoțiilor.
- Gestionarea eficientă a stresului și anxietății.
- Dezvoltarea inteligenței emoționale și a rezilienței.
- Îmbunătățirea competențelor de rezolvare de probleme.
- Creșterea curiozității și a deschiderii către noi provocări.
- Îmbunătățirea percepțiilor despre sine, ceilalți și societate.

7. Structura Programului

7.1. Participanți

- **Grupe de copii:** 6 grupe a câte 15 copii, din care 4 grupe la STEA și 2 grupe la PIRITA.
- **Grupe de tineri:** 2 grupe a câte 10 tineri, provenind din cele două ONG-uri.

Proiect derulat de



7.2. Sesiuni SEL (Social Emotional Learning) de grup și lifecoaching individual

- **Sesiuni de grup:** Fiecare grupă a participat la o sesiune de grup săptămânală, timp de 20 de luni. Aceste sesiuni vor fi orientate pe dezvoltarea personală și socio-emoțională prin metode interactive și adaptate vârstei.
- **Sesiuni individuale:** Fiecare participant a beneficiat de minimum 6 sesiuni individuale de lifecoaching pe parcursul programului. Aceste sesiuni au fost personalizate în funcție de nevoile și obiectivele fiecărui copil sau tânăr, ajutându-l să-și contureze un plan de viitor.

7.3. Evaluări și Monitorizare

- **Evaluarea inițială:** Programul a început cu o evaluare individuală a nevoilor fiecărui participant, pentru a stabili un plan personalizat de intervenție.
- **Evaluare intermediară:** La mijlocul programului echipa a realizat o evaluare împreună cu participanții în baza metodologiei construite, pentru a reflecta asupra progreselor realizate și a stabili direcții de acțiune pe termen lung.
- **Evaluarea finală:** Programul s-a încheiat cu o evaluare finală realizată împreună cu participanții, pentru a reflecta asupra progreselor realizate și a stabili direcții de acțiune pe termen lung.

8. Metodologia de Intervenție

Metodologia de intervenție se bazează pe un model integrat de dezvoltare socio-emoțională (SEL) și lifecoaching, având drept scop dezvoltarea abilităților esențiale de viață și creșterea capacității de autocunoaștere și autoeficacitate a copiilor și tinerilor. Aceasta a fost implementată prin sesiuni săptămânale, atât în grup, cât și individual, pe parcursul a 20 de luni.

8.1. Abordarea SEL (Social Emotional Learning)

Social Emotional Learning (SEL) este o abordare educațională holistică care urmărește să sprijine copiii și tinerii în dezvoltarea unui set de abilități socio-emoționale esențiale pentru succesul personal și social.



Învățarea socio-emoțională



Proiect derulat de



Programul a integrat cele cinci componente fundamentale ale SEL:

1. Conștientizarea de sine

- **Descriere:** Participanții sunt încurajați să exploreze și să-și înțeleagă propriile emoții, gânduri și valori. Aceasta include recunoașterea emoțiilor, înțelegerea impactului acestora asupra comportamentului și dezvoltarea unei imagini de sine pozitive.
- **Metode:** Jocuri de înțelegere a emoțiilor, exerciții de mindfulness, discuții ghidate despre identitatea personală și valori.

2. Conștientizarea socială

- **Descriere:** Aceasta componentă se concentrează pe dezvoltarea empatiei și a capacității de a înțelege și respecta perspectivele altora, inclusiv recunoașterea și aprecierea diversității culturale.
- **Metode:** Jocuri de rol, simulări de situații sociale, exerciții despre diversitate și incluziune, proiecte colaborative.

3. Luarea deciziilor responsabile

- **Descriere:** Participanții învață să ia decizii etice și constructive, evaluând consecințele pe termen scurt și lung ale acțiunilor lor, atât pentru ei înșiși, cât și pentru ceilalți.
- **Metode:** Analiza studiilor de caz, scenarii de luare a deciziilor, dezbateri și discuții etice, reflecții asupra alegerilor personale.

4. Relaționarea pozitivă

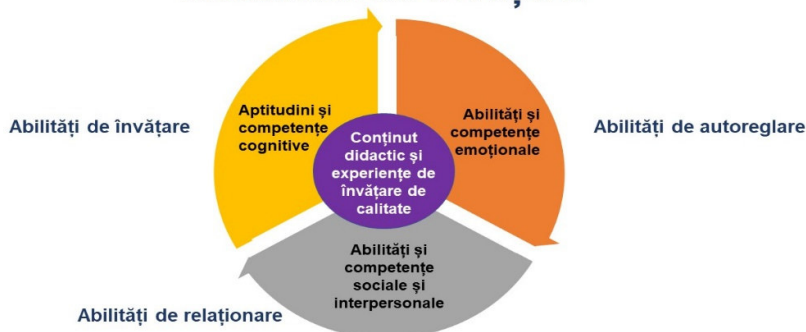
- **Descriere:** Dezvoltarea abilităților necesare pentru a construi și menține relații sănătoase și respectuoase, inclusiv comunicarea eficientă, rezolvarea conflictelor și lucrul în echipă.
- **Metode:** Exerciții de comunicare, jocuri de cooperare, activități de team-building, tehnici de mediere a conflictelor.

5. Managementul de sine

- **Descriere:** Aceasta componentă se referă la capacitatea de a-și gestiona emoțiile, gândurile și comportamentele într-o varietate de situații, inclusiv dezvoltarea autodisciplinii și a abilităților de coping.
- **Metode:** Tehnici de autoreglare emoțională, practici de mindfulness, exerciții de gestionare a stresului, planuri de acțiune personalizate.



Mecanismul învățării



Proiect derulat de



8.2. Life-Coaching pentru copii și tineri

Life-coaching-ul oferă un cadru structurat prin care copiii și tinerii pot fi ghidați să își definească și să își atingă obiectivele personale. Acest proces este personalizat pentru a răspunde nevoilor individuale ale fiecărui participant, având următoarele etape:

1. Definirea aspirațiilor și a viziunii de viitor

- **Descriere:** Copiii și tinerii sunt ghidați să își imagineze și să își formuleze o viziune de viitor, incluzând obiective personale, educaționale și profesionale. Acest pas implică stabilirea unor scopuri pe termen scurt, mediu și lung.
- **Metode:** Sesiuni de brainstorming, vizualizări ghidate, crearea unei hărți a visurilor, discuții individuale cu coach-ul pentru definirea obiectivelor.

2. Planificarea și implementarea obiectivelor

- **Descriere:** După stabilirea obiectivelor, participanții dezvoltă un plan concret pentru atingerea acestora. Acest plan include pași specifici, resurse necesare și termene limită realiste.
- **Metode:** Crearea planurilor de acțiune, stabilirea de milestone-uri, identificarea resurselor și a potențialelor obstacole, monitorizarea progresului în cadrul sesiunilor de coaching.

3. Dezvoltarea potențialului personal

- **Descriere:** Copiii și tinerii sunt încurajați să-și dezvolte abilitățile necesare pentru a-și atinge potențialul maxim. Aceasta include dezvoltarea gândirii critice, a creativității și a încrederii în sine.
- **Metode:** Exerciții de gândire laterală, activități de explorare a talentelor personale, coaching pentru îmbunătățirea abilităților de leadership, sesiuni de feedback constructiv.

4. Suport continuu în realizarea obiectivelor

- **Descriere:** Coach-ul oferă suport continuu și motivațional, ajutându-i pe participanți să rămână angajați și să depășească obstacolele care pot apărea pe parcurs.
- **Metode:** Întâlniri regulate pentru verificarea progresului, ajustarea planurilor de acțiune în funcție de evoluția participantului, oferirea de resurse adiționale și recomandări pentru auto-dezvoltare.

5. Reflecția și conștientizarea progresului

- **Descriere:** Pe parcursul și la finalul programului, participanții sunt ghidați să reflecteze asupra progreselor făcute și să conștientizeze schimbările pozitive din viața lor. Această etapă este esențială pentru consolidarea învățării și asigurarea sustenabilității rezultatelor pe termen lung.
- **Metode:** Jurnale de reflecție, discuții de grup despre experiențe, evaluări individuale finale, planificarea pașilor următori după încheierea programului.

8.3. Evaluare și monitorizare

- **Evaluări periodice:** Programul include evaluări la începutul, la mijlocul și la finalul programului, pentru a măsura progresul fiecărui participant în atingerea obiectivelor stabilite. Aceste evaluări vor include autoevaluări, feedback din partea coach-ului și, acolo unde este cazul, feedback din partea familiei și comunității.

- **Instrumente de monitorizare:** Sunt utilizate jurnale de progres, chestionare de feedback, și instrumente de măsurare a competențelor socio-emoționale, pentru a asigura un proces de coaching eficient și adaptat nevoilor individuale.

Metodologia de intervenție propusă oferă un cadru robust și flexibil pentru dezvoltarea personală și socio-emoțională a copiilor și tinerilor, integrând cele mai bune practici din SEL și life-coaching. Prin abordarea holistică și personalizată, programul își propune să creeze o schimbare durabilă în viețile participanților, echipându-i cu abilitățile necesare pentru a-și atinge potențialul maxim și a naviga cu succes provocările vieții.

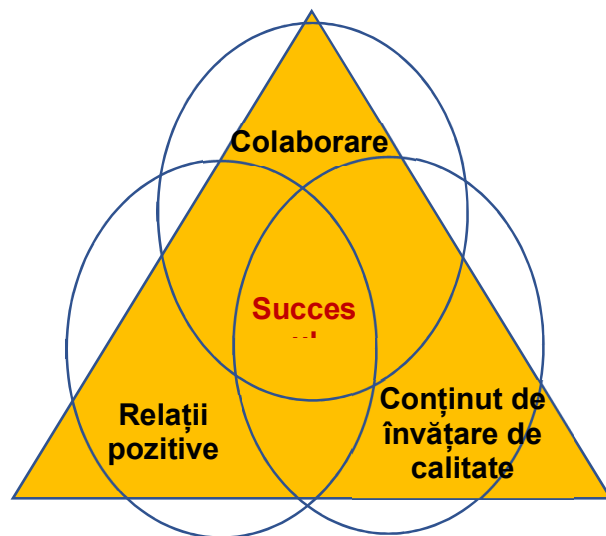
9. Rolul echipei educative

Coach-ii și consilierii joacă un rol esențial în acest program, fiind catalizatori ai schimbării și dezvoltării personale. Aceștia:

- Ghidează copiii și tinerii în procesul de auto-descoperire și realizare a potențialului.
- Facilitează reflecția și conștientizarea progreselor făcute.
- Oferă sprijin emoțional și motivațional continuu.

Echipele educative lucrează împreună în mod curent printr-o abordare sistemică a dezvoltării copilului pentru a sprijini fiecare copil/tânăr:

- să acumuleze noi cunoștințe și informații
- să se dezvolte din punct de vedere emoțional, comportamental și social,
- în funcție de nevoile curente.



10. Rezultate

Principalele rezultate atinse sunt:

- 90 de copii și 20 de tineri vulnerabili din Satu Mare și Baia Mare și-au dezvoltat abilitățile de viață : construirea stimei de sine și a încrederii în sine; cultivarea unei identități și imagini de sine pozitive; recunoașterea și înțelegerea emoțiilor; gestionarea eficientă a stresului, anxietății și emoțiilor negative; dezvoltarea inteligenței emoționale; dezvoltarea rezilienței și a abordării deschise, cu curiozitate, a noilor provocări și idei; dezvoltarea competențelor de rezolvare de probleme; îmbunătățirea atitudinilor și percepțiilor despre sine, despre ceilalți și despre școală/societate.
- 90 de copii și 20 de tineri vulnerabili din Satu Mare și Baia Mare se cunosc mai bine pe ei înșiși, își conștientizează potențialul, și-au identificat talentele și interesele vocaționale,

Proiect derulat de

și-au construit aspirații pentru un viitor de succes și au elaborat câte o planșă cu planul lor de viitor.

Programul de dezvoltare personală și socio-emoțională descris în acest ghid este o investiție pe termen lung în viitorul copiilor și tinerilor, având ca scop nu doar sprijinirea acestora în depășirea provocărilor actuale, ci și pregătirea lor pentru a deveni adulți responsabili, empatici și încrezători în propriile forțe. Implementarea sa va avea un impact profund și de durată asupra vieților acestora, contribuind la construirea unei comunități mai sănătoase și mai echilibrate emoțional.

Planurile activităților de grup

În continuare anexăm cu rol de model Curriculum-ul programului de dezvoltare personală și a abilităților socio-emoționale cu adaptarea și aplicarea de metodologii de tip life-coaching pentru copii și tineri și fișele de activități de lifecoaching de grup realizate și testate în cadrul proiectului “Și EU pot! IMAGINEZ, CRED și CONSTRUIESC un VIITOR de SUCCES!”, cu grupele de copii și tineri de la Asociația Stea și de la Asociația Pirita Children și Fișele de activități realizate.

Proiect derulat de



Curriculum-ul programului de dezvoltare personală și a abilităților socio-emoționale cu adaptarea și aplicarea de metodologii de tip life-coaching pentru copii și tineri

proiect “Și EU pot! IMAGINEZ, CRED și CONSTRUIESC un VIITOR de SUCCES!”

	Competențe	Fraza cheie	Planificare
A.	Evaluare inițială a nevoilor de dezvoltare personală și a abilităților de viață		Luna 0
1	Domeniul 1: Conștiința de sine	Eu sunt	
1.1	Participanții demonstrează că sunt conștienți de propriile emoții : Identificarea emoțiilor	Sunt conștient de ceea ce simt	Luna 1
1.1.2	Participanții demonstrează că sunt conștienți de propriile emoții : Legătura dintre gânduri, sentimente și comportamente	Sunt conștient de legătura dintre gânduri, sentimente și comportamente	Luna 2
1.2	Participanții demonstrează că sunt conștienți de trăsăturile lor personale	Sunt conștient de trăsăturile mele, știu ce fac bine și știu care sunt domeniile pe care pot lucra pentru a mă îmbunătăți	Luna 2
1.3	Participanții demonstrează că sunt conștienți de suportul extern pe care îl au	Sunt conștient de sprijinul pe care îl am în jurul meu	Luna 3
1.4	Participanții demonstrează simțul responsabilității personale	Sunt conștient de responsabilitățile mele	Luna 4
2	Domeniul 2: Autogestionare/Autocontrol	EU pot	
2.1	Participanții demonstrează capacitatea de a-și gestiona emoțiile constructiv	Îmi pot gestiona emoțiile în mod responsabil	Luna 5
2.2	Participanții demonstrează capacitatea de a-și regla comportamentele	Pot să îmi controlez impulsurile, să îmi modific gândurile și să aplic strategii de reducere a stresului pentru a avea comportamente adecvate în diverse situații	Luna 6
2.3	Participanții demonstrează capacitatea de a-și realiza obiectivele	Pot stabili și atinge obiective care mă vor ajuta să am succes	Luna 7
2.4	Participanții dau dovadă de onestitate și integritate	Pot să acționez în mod onest	Luna 8

3 Domeniul 3: Conștiința socială		Imi pasă	
3.1	Participanții demonstrează că sunt conștienți de emoțiile și perspectivele altor persoane	Îmi pasă de sentimentele și punctul de vedere al celorlalți	Luna 9
3.2	Participanții dau dovadă de considerație față de ceilalți și de dorința de a contribui în mod pozitiv la comunitatea lor	Îmi pasă de sentimentele celorlalți și îmi aduc contribuția concret pentru a face grupa/clasa/școala/comunitatea mea mai bună	Luna 10
3.3	Participanții demonstrează că sunt conștienți de aspectele legate de cultură și că respectă demnitatea și diferențele dintre oameni	Îmi pasă și respect diferențele individuale ale celorlalți	Luna 11
3.4	Participanții pot interpreta indicii sociale	Îmi pasă de felul în care îmi percep pe ceilalți și de felul în care sunt percepuți de ei	Luna 12
4 Domeniul 4: Management social		Acționez	
4.1	Participanții folosesc comunicarea pozitivă și abilitățile sociale pentru a interacționa eficient cu ceilalți	Interacționez în mod adecvat cu ceilalți	Luna 13
4.2	Participanții dezvoltă relații constructive cu persoane și grupuri	Fac tot ce îmi stă în putere pentru a avea relații constructive	Luna 14
4.3	Participanții demonstrează capacitatea de a preveni, gestiona și rezolva în mod constructiv conflictele interpersonale	Gestionez în mod constructiv conflictele interpersonale	Luna 15
4.4	Participanții demonstrează capacitatea de a cere și a oferi ajutor la nevoie	Cer și ofer ajutor atunci când este nevoie	Luna 16
5 Domeniul 5: Luarea deciziilor		Aleg să	
5.1	Participanții demonstrează că sunt conștienți de valorile proprii și cele ale grupurilor din care fac parte și demonstrează capacitatea de a se ghida după acestea	Știu să mă ghidez după valori atunci când am de luat o decizie	Luna 17
5.2	Participanții demonstrează capacitatea de a înțelege norme sociale și standarde etice	Respect normele sociale și standardele etice ale grupurilor din care fac parte	Luna 18
5.3	Participanții demonstrează capacitatea de a formula alternative și a analiza critic diverse opțiuni înainte de a lua o decizie	Pot să realizez o evaluare realistă a consecințelor diferitelor acțiuni asupra bunăstării mele și a celorlalți	Luna 19
5.4	Participanții utilizează abilități eficiente de luare a deciziilor	Pot să iau decizii bune	Luna 20
B. Evaluare finală			Luna 21

Editorul materialului: Asociația Stea și Asociația Pirita Children – Copiii din Pirita
Data publicării: martie 2024

<https://asociatiasteasm.ro/si-eu-pot/>

Material realizat cu sprijinul Active Citizens Fund România, program finanțat de Islanda, Liechtenstein și Norvegia prin granturile SEE 2014 – 2021. Conținutul acestui material nu reprezintă în mod necesar poziția oficială a Granturilor SEE și Norvegiene 2014 – 2021; pentru mai multe informații accesați www.eeagrants.org

Proiect derulat de

