

Menopauzė turėtų būti aptariama

Visoje Europoje darbdaviai vis dažniau atkreipia dėmesį į problemą, kuri paliečia vieną iš dviejų moterų, tačiau ji pernelyg ilgai buvo palikta nuošalyje. Štai kas vyksta.

Kas yra „MenoPower“ ir kam skirta?

Menopauzė – tai ne tik sveikatos, bet ir darbo aplinkos bei lyčių lygybės klausimas. Tai tema, kuri svarbi mums visiems. „MenoPower“ – Europos Sąjungos remiama iniciatyva, jungianti organizacijas iš Kipro ir Lietuvos. Jos tikslas – užtikrinti, kad menopauzę patiriančios moterys darbo vietoje būtų matomos, išgirstos ir sulauktų reikiamo palaikymo. Be sudėtingų terminų ir skrajučių. Vietoje to – atviri pokalbiai, praktiniai įrankiai darbdaviams ir saugios erdvės, kuriose moterys gali laisvai dalytis savo patirtimi, išsakyti nuomonę ir būti išklausytos.



Vadovų švietimas

Surengėme nuotolinius mokymus darbdaviams ir personalo valdymo (HR) vadovams dviejose šalyse. Jų metu aptarėme įvairias temas – nuo teisinio menopauzės reglamentavimo ir su tuo susijusių darbdavių atsakomybių iki praktinių būdų, kaip kurti darbo aplinką, kurioje žmonės jaustųsi saugiai ir galėtų atvirai kalbėti apie menopauzę.

35+

apmokyti darbdaviai ir personalo specialistai

29

atstovaujamos organizacijos / įmonės

4

online seminarai

Erdvės, kuriose moterys gali atvirai kalbėtis

Greta darbdaviams skirtų mokymų buvo sukurtos „Meno Collective“ sesijos – saugios ir palaikančios erdvės, kuriose menopauzę patiriančios moterys gali atvirai dalytis patirtimi, užmegzti ryšius, bendrauti ir būti išgirstos.

Dalyviai vieningai pritarė, kad po mokymų jų organizacijos yra geriau pasirengusios palaikyti menopauzę patiriančias moteris ir kurti joms įtraukią darbo aplinką.

Tai ne savitarpio pagalbos grupės ir ne paskaitos, tai nuoširdūs, lygiaverčiai patirties mainai, kuriuos moderuoja ekspertai:

- Asmeninės patirtys, iššūkiai darbo vietoje ir kasdienės įveikos strategijos – visa tai aptariama atvirai, saugioje aplinkoje.
- Pagrindinės įžvalgos tiesiogiai papildė „MenoPower“ internetinį išteklių rinkinį.
- Remiantis dalyvių pasiūlymais ir įžvalgomis, rengiamas informacinis plakatas, pristatomas darbo vietose projekto partnerių šalyse.

„FemmeFest Cyprus“: kai festivalis virto reikšmingų pokyčių pradžia

Kipro „Meno Collective“ sesija vyko „FemmeFest“ festivalyje – didžiausiame kasmetiniame salos lyčių lygybės festivalyje, kuris šiais metais sulaukė daugiau nei 2 000 lankytojų.

Sesiją vedė menopauzės ekspertė ir organizacijos MITRA įkūrėja Kathy Kattashi. Buvo planuota, kad joje dalyvaus 10 žmonių, tačiau susirinko daugiau nei 30 dalyvių.

Moterys atvirai dalijosi patirtimis apie karščio bangas darbo vietoje, sunkumus susikaupti, kognityvinių funkcijų pokyčius bei tylą, kurią joms teko išlaikyti baiminantis, kad jų kompetencija bus suabejota.

Ir galbūt labiausiai netikėta – atėjo ir vyrai. Partneriai, norintys suprasti. Kolegos, norintys paremti.



Tai tik pradžia

Informaciniai plakatai darbo vietose. Bendra internetinė išteklių platforma. Daugiau mokymų, daugiau bendruomenių, daugiau atvirų pokalbių. „MenoPower“ kuria tai, kas išliks ir pasibaigus projektui – kultūrinį pokytį, keičiantį požiūrį į menopauzę išgyvenančias moteris Europos darbo vietose.

Nes sąmoningumas nėra galutinis tikslas. Tikslas – veiksmas.