

LiMSA Delegacijos EuRegMe'20

veiklos ataskaita

Tautvilė Smalinskaitė

Prezidentinės sesijos:

Pirma diena – Europos regiono direktorė Gita pristatė kaip vyks EuRegMe online, po to EuroTeam pristatė savo veiklos ataskaitas, Europos regiono strategiją. Sesijos pabaigoje dar kartą prisiminėme Plenarinės sesijos procedūras ir pabaigoje diskutavome apie pateiktus RCPs (Regulation Changes Proposals – tai yra European Regulations pateikti pasiūlymai, už kuriuos balsavome jau per pačią Plenarinę sesiją, o per Prezidentines sesijas diskutavome, kodėl jų reikia).

Antra diena – antra Prezidentinė sesija prasidėjo nuo diskusijos apie Regioninių prioritetų pasiūlymus, kurių šiemet turėjome 3 (*Health Workforce, Health, Environment and Climate Change* ir *HTPs and ENDS*). Vėliau mums buvo pristatytos finansavimo ir stipendijų galimybės Europoje bei aptarti regioniniai *External Affairs* 19/20. Dalyvavau ir *External Affairs* SWGs (small working group), kurioje pasirinkau „Medical students engagement at a national level“ temą.

Trečia diena – trečioji Prezidentinių sesijų diena prasidėjo nuo sesijos apie CB (*Capacity Building*) development, pasirinkau CB 101 paralelinę sesiją, nes neturėjau daug patirties CB srityje. Po to diskutavome apie NMO įsitraukimo į regionines veiklas didinimą ir NVO komunikacijos gaires.

Stengiausi aktyviai įsitraukti į visas diskusijas ir darbą mažose grupelėse, nuolat bandžiau galvoti, kaip galėčiau sužinotą informaciją pritaikyti LiMSA veikloje.

Labai patiko pristatytos Europinės finansavimo ir įvairių stipendijų (*Grants*) galimybės, todėl manau, kad LiMSA galėtų kai kuriomis iš jų pasinaudoti.

Kadangi šis EuRegMe buvo pirmasis online ir turėjo būti suorganizuotas labai greitai dėl atšaukto EuRegMe Lietuvoje, buvo keletas techninių kliūčių ir nesklandumų. Nepaisant to, net ir online renginys buvo įdomus ir turėjau galimybę pagilinti žinias finansų, external affairs ir CB srityse.

Kitos EuRegMe dalys:

Plenarinės sesijos – Plenarinė sesija vyko antrą renginio dieną, ji prasidėjo nuo renginio atidarymo ir sekretoriato išrinkimo, vėliau buvo priimtos AM20 regioninės plenarinės sesijos minutės, priimti visi siūlyti RCPs (*Regional Change Proposals*). Svarbiausia plenarinės dalis buvo išrinkti regioninius prioritetus (iš siūlytų 3 reikėjo išrinkti 2). Naujaisiais Europos regiono prioritetais buvo išrinkti *Health Workforce* ir *Health, Environment and Climate Change*. Plenarinės sesijos pabaigoje buvo

paskelbti mainų mugės laimėtojai, kelios NMOs pasisakė (padėjo EuroTeam už darbą ir taip greitai suorganizuotą online EuRegMe) ir susirinkimas buvo uždarytas.

Joint Sessions – patekau į sesiją *Health Workforce and Women in Global Health* (SCOME + SCORA). Nebuvau dalyvavusi jokioje panašioje sesijoje, todėl ji tikrai sužavėjo, kai kurie pateikti faktai labai stipriai nustebino ir privertė susimąstyti apie gender equity.

Training Sessions – pasirinkau sesiją *European Stakeholders*, sesija, manau, buvo naudinga, nes prieš tai visiškai nežinojau, kas yra European Stakeholders ir kam jie reikalingi. Sesijoje trumpai buvo pristatyta apie stakeholders principus, kuo jie naudingi ir kaip užmegzti ryšį su jais.

Išsikeltų tikslų įgyvendinimas:

Prieš šį EuRegMe buvo šiek tiek baisu, kadangi pirmą kartą buvau Head of Delegation be jokios pagalbos (prieš tai teko būti tik co-HoD) ir šis EuRegMe taip pat buvo man pirmasis. Dėl sudėtingumo suderinant su studijomis, manau, kad neišpildžiau visko taip, kaip norėjau ir tikrai bus daug ką patobulinti delegacijos koordinavimo srityje. Vis dėlto džiaugiuosi, kad LiMSA delegatų feedback buvo teigiamas ir dauguma jų džiaugėsi renginiu.

Planai po renginio:

Beveik visi šie tikslai susiję su delegacijos paruošimo bei koordinavimo tobulinimu. Per kitus renginius norėčiau su delegatais pasidalinti veiklos ataskaitų klausimais dar prieš patį renginį, nes atsiminti, ką veikei visas 3 ar net daugiau dienų po renginio yra gana sunku. Turint klausimus iš anksto, delegatai iš karto galėtų pildyti savo mintis po kiekvienos sesijos ar po kiekvienos dienos. Taip pat norėčiau pagilinti savo žinias CB srityje, nes sudalyvavusi šioje sesijoje supratau, kad beveik nieko nežinau apie šią svarbią IFMSA sritį.

Apibendrinimas:



Rusnė Kirtiklytė

SCORP sesijos:

Pirma diena: Aiškinomės apie neapykantos kalbą, jos pasireiškimo kontekstus įvairiomis aplinkybėmis, taip pat diskutavome apie politinio (ne)korektiškumo konceptus bei principus. Kalbėjome apie tai, kaip žmogaus teisės kartais tampa neteisingai interpretuojamos bei iškraipomos ir priešinos su sveikatos apsaugos priemonėmis, taikomomis žmonių saugumui pandemijos metu, bei kaip to išvengti.

Antra diena: Kalbėjomės apie humanitarinę pagalbą ir darbą („humanitarian aid work“), analizavome įvairias reklamines kompanijas, vykdomas įvairiose pasaulio šalyse, kuriomis siekiama pritraukti visuomenę padėti žmonėms skurdžiose šalyse. Diskutavome, kaip kartais tokios kompanijos gali tapti žalingos ir sukelti priešingus rezultatus, nei buvo tikėtasi. Dar kalbėjome apie terminą „Diagnostic gap“, dvi jo prasmes sveikatos apsaugos sistemoje ir su šiuo reiškiniu susijusias problemas.

Trečia diena: Trečios dienos sesija „Brain Drain vs Brain Gain“ buvo orientuota į sveikatos apsaugos sistemos darbuotojų migraciją. Diskutavome, kaip skirtinguose regionuose pasiskirsto sveikatos darbuotojų pajėgos, kokios to priežastys ir pasekmės. Svarstėmė, kaip lengviau ir lygiavertiškiau galima būtų užtikrinti sveikatos paslaugų pasiekiamumą žmonėms, gyvenantiems sunkiai pasiekiamose vietose, miestuose, esančiuose toli nuo centrinių ligoninių. Taip pat kalbėjomės apie etiškas įdarbinimo galimybes ir sąlygas, emigracijos rūšis ir priežastis.

Visų sesijų metu vyko intensyvios diskusijos, kuriose aktyviai dalyvavau. Jų metu buvo įdomu išgirsti įvairias nuomones, pasidalinti šalių padėtimis ir pozicijomis tam tikrais klausimais, susijusiais su žmogaus teisėmis. Buvo nemažai grupinių probleminių situacijų sprendimo užduočių, kurių metu su komandos nariais bandėme sugalvoti kūrybiškus ir kartu realistiškus, praktiškai įgyvendinamus sprendimus.

Buvo itin įdomi sesija apie neapykantos kalbą, jos apraiškas kasdieniniame kontekste ir priemones, kaip ją galima atskirti bei kokią įtaką ji daro mūsų požiūriui į tam tikras visuomenės grupes. Tikrai būtų galima suorganizuoti diskusiją, paanalizuoti pavyzdžius ir tai reguliuojančius įstatymus Lietuvoje. Galėtų būti suorganizuota, pavyzdžiui, SCORA ir SCORP jungtinė diskusija/renginys šia tema. Taip pat „Gender equality in healthcare systems“ sesijoje buvo pristatytos bendrai sveikatos apsaugos sistemos, būdingos tam tikroms šalims, WHO bendrinis modelis, jų pritaikymai, pliusai ir minusai. Šia tema galima būtų parengti irgi pristatymą/diskusiją su tam tikromis hipotetinėmis situacijomis ir jų sprendimo būdų generavimu. Būtų įdomu supažindinti narius su terminu „Diagnostic gap“, parengti workshop'ą ar kokią nors kompaniją, siekiančią iškelti šią problemą ir panagrinti jos priežastis bei pasekmes.

Laiko valdymo prasme sesijos buvo tiesiog tobulos. Iš pradžių būdavo supažindinama su sesijų planu, įvykdoma viskas minutės tikslumu, būdavo laiko ir pasidaryti arbatos per pertraukėles, ir pabendrauti su kitais sesijų nariais. Turinys buvo tikrai įdomus ir aktualus, gal šiek tiek pritrūko įvairovės technologijų prasme, nes daugiausia informacijos būdavo pateikiama skaidrių pavidalu. Taip pat nebuvo

šiek tiek energingesnių veiklų, kurios būtų leidusios truputį prabusti po pertraukos ar ilgesnės veiklos, todėl sumažėdavo dalyvių įsitraukimas.

Kitos EuRegMe dalys:

Iš visų agendos dalių, kuriose dalyvavau (be SCORP komiteto sesijų), labiausiai įsiminė ir patiko jungtinė sesija „Gender equality in healthcare systems“. Buvo pateikta be galo įdomi ir naudinga informacija apie diskriminacijos apraiškas visuose sveikatos sistemos lygmenyse, pradedant studentais, baigiant vyriausybinių lygmeniu. Kartu su komanda apstvarstėme problemas bei kūrėme strateginius planus, kaip situacija tiek atskirose valstybėse, tiek pasaulyje galėtų būti pagerinta. Taip pat dar dalyvavau „Training session: Online Facilitation“, kuri buvo irgi gana įdomi ir naudinga, nes po jos dabar turiu tiesiog milžinišką sąrašą įvairių inovatyvių programėlių ir metodų, padėsiančių kurti veiklas online.

Išsikeltų tikslų įgyvendinimas:

Buvau išsikėlusį sau tikslą kuo daugiau susipažinti su SCORP vykdomomis veiklomis, aktualiomis temomis, tarptautine komanda. Taip pat pasigilinti į kitų šalių situaciją, komitetų sprendžiamas pagrindines problemas bei taikomus sprendimo būdus. Kadangi didžiąją dalį sesijų laiko praleidome diskutuodami apie įvairių SCORP nagrinėjamą problematiką, skirtingas šalių situacijas, kalbėdami ir dalindamiesi patirtimi, manau, kad tikslus pasiekti pavyko.

Planai po renginio:

Pagrindinis tikslas, dėl kurio dalyvavau EuRegMe'20 būtent SCORP komiteto sesijose, buvo noras atgaivinti SCORP veiklą Lietuvoje. Manau, kad žmogaus teisių užtikrinimas yra pamatinė vertybė, todėl matau prasmę apie tai kalbėti ir dirbti su šia sritimi. Tad norėčiau gebėti racionaliai ir argumentuotai kalbėti apie problemas, susijusias su žmogaus teisėmis, prisidėti prie jų užtikrinimo ir informacijos sklaidos, taip pat būti dalimi komandos, užsiimsiančios SCORP komiteto atgaivinimu ir naujų idėjų bei veiklų kūrimu.

Apibendrinimas:

EuRegMe'20 metu dalyvavau SCORP komiteto sesijose. Realiai labai įdomu tai, kad buvo pasirinktos gana siauros, bet tikrai aktualios temos, susijusios su SCORP veikla. Sesijų metu drauge sprendėme įvairias hipotetines situacijas, ieškojome būdų, pavyzdžiui, kaip sumažinti neapykantos kalbos sklaidą, diskutavome, kaip politinis korektiškumas kartais gali turėti ne vien teigiamą atspalvį, kaip kompanijos, bandančios padėti skurdžių regionų žmonėms, kartais gali iš esmės pabloginti esamą situaciją ir dar daug kitų temų. EuRegMe'20 buvo tikrai vertinga ir prasminga nuotolinė patirtis, daugiau turėjusi galimybę dalyvauti ir susipažinti su daugybe šiltų, draugiškų ir taip pat besirūpinančių *human rights & peace* užtikrinimu pasaulyje žmonių.

Viltė Pacevičiūtė

SCOPE sesijos:

Pirma diena: susipažinimas, speed dating, protmūšis komandose, įvadinė sesija apie mainus (dalyvavau begineriuose tai nieko nauho nesužinojau, na bet pasikartojau), savos patirties dalinimasis SWG – labai patiko, stebėjausi skirtumais tarp šalių ir nustebinau pati save pasidalindama savo minimalia patirtimi, kuri kitiems pasirodo tikrai naudinga.

Antra diena: šiek tiek įdomesnė sesijų tematika nei pirmąją dieną, buvo įdomu išgirsti kaip kiti tvarkosi COVID laikotarpiu savo pareigybėse. Turėjom brain stormingą situacijoms mažose grupėse, mano grupė buvo ganėtinai pasyvi, o sugalvotos idėjos nelabai pritaikomos mums Lietuvoje, tačiau vėl gi džiaugiausi galimybe išgirsti kitų patirtis. Vakare turėjome mainų mugę, kurioje su kolega Šarūnu manau tikrai šauniai pristatėme Lietuvą (nors buvo nemažai techninių kliūčių ir nelabai daug susidomėjusių klausytojų), kitų dalyvių pristatymai taip pat padėjo susidaryti įvaizdį apie mainus jų šalyse. Po to žinoma turėjome Blue Party, kas buvo tikrai geriausia team building'o dalis, nors ir per zoom.

Trečia diena: pirmoje dienos pusėje (SWG) sudalyvauti nespėjau dėl transformacinės lyderystės mokymų, tačiau įsijungiau į antrąją kur jau buvo sesijų uždarymas, nelabai turiu ką plačiau pakomentuoti.

Aktyviai dalyvavau visose užduotyse (tiek SWG sesijų metu, tiek neformaliose), gal kiek pasyviau reiškiausi minčių generavime dėl COVID (ką daryti dėl mainų etc), nes tiesiog neturėjau kuo pasidalinti iš Lietuvos pusės.

Pagrindine sudominusia idėja pasidalinau prie sau išsikeliamų ilgalaikių tikslų, tad ja ir norėčiau dalintis su limsiečiais, burti tam komandą.

Viskas tikrai labai patiko, vertinu ypač teigiamai, nes tikrai nebuvo nuobodu (lyginant su AM'20, man šis online renginys pasirodė geriau). Gal pirmąją dieną nereikėjo to introduction į mainus, nes manau SCOPE sesijose dalyvaujantys tikrai žino basic'us kaip kas funkcionuoja, o tą laiką buvo galima išnaudoti kokiais kitai tematikai, bet na čia mano asmeninė nuomonė.

Kitos EuRegMe dalys:

Exchanges fair - vienintelis minusas tik gal dėl techninių detalių – mažai kas mokėjo naudotis discordu, strigo streaminimo video, tačiau buvo patogų persijunginėti iš vieno kambario į kitą. Organizatorių komanda tikrai dėjo didžiules pastangas, jog visi suprastų kaip ką daryti, anksčiau baigus dienos sesijas ar per pertraukėles pasiūlė net išsibandyti ar viskas veiks, tai didžiulis plusas :D Per AM'20 pristatinėjome per Zoom tai nors ir buvo patogiau, bet nepavyko daryt kažkokių break out kambarių, jog jungtumeis tik į dominančias šalis, tad visas pristatymas bendrai labai užsitęsė, tad manau per discord variantas (kad ir su minimaliais trūkumais) yra tikrai geriau.

Išsikeltų tikslų įgyvendinimas:

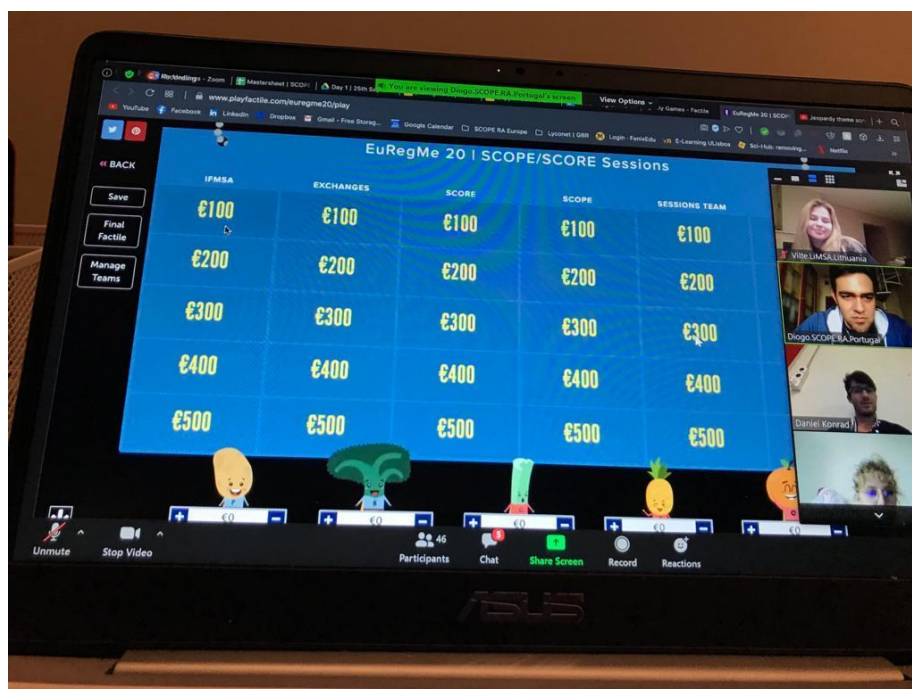
Mano tikslas buvo aktyviau įsitraukti į užduotis ir drąsiau reikšti savo nuomonę per darbus su SWG (lyginant su dalyvavimu pirmose savo sesijose per AM, kuriose buvo tikrai nedrąsu). Vertinu, jog šiuos tikslus įvykdyti man tikrai pavyko ir net daugiau nei buvau suplanavusi.

Planai po renginio:

Ilgalaikiai – tobulinti mūsų socialinės programos pasiūlą (ypač off-season mėnesiais) ir norėčiau sukurti Lietuvą ir mūsų mainus pristatantį profesionalų video, kuriame nusifilmuotų ir visa mainų komanda, ir LiMSA nariai. Dauguma šalių rodė panašaus formato pristatymus per Exchanges fair ir tai mane labai sužavėjo bei įkvėpė, manau tokie video pristatymai geriausia reklama. Tad palaukus kol šiek tiek nūslūgs pandemija kreipčiausi į mūsų piaro VC ir galbūt surinkus komandą pavyktų sususukti kažką gero (filmuotoją jau radau :D). Aišku žiūrėsime kaip čia į biudžetą įsipaišytų.

Apibendrinimas:

Buvau LiMSA delegatė SCOPE/SCORE sesijoms, tad EuRegMe'20 savaitgalis, nors ir vykęs online, man buvo vienas smagiausių rudens highlight'ų. Buvo begalo naudinga su kolegomis iš visos Europos ne tik diskutuoti globaliomis temomis, tačiau taip pat ir brain storminti ir dalintis patirtimis kaip galėtume tobulinti mainų programą savo šalyje bei kaip šių dienų aktualijos darys tam įtaką. Pasibaigus sesijoms džiaugiausi ne tik atradusi daugiau vidinės motyvacijos, tačiau ir papildžiusi naujų draugų sąrašą, ko tikrai nesitikėjau iš online renginio!



Šarūnas Raudonis

SCOPE sesijos:

Pirma diena — susipažinau su kitų šalių mainų atstovais. Per Introduction naudojom Zoom Escape Rooms, tai buvo proga trumpai pabendraut su žmonėm iš įvairių šalių, aišku, gaila, kad to nebuvo galima padaryti gyvai. Vėliau vyko Sustainability in Exchanges sesija, jos metu išgirdau praktiškų patarimų, kaip sklandžiai planuoti veiklą mainų komitete, manau, sesija buvo naudinga. Toliau sekė Exchange Quiz – Family Feud žaidimo principu, kurį, beje, vėliau išbandėm per Mokymus Žaliems, pasitikrinom, ką žinom ir ką nežinom apie mainus, Buvo išties smagu, bulvių komandai trūko nedaug iki trečios vietos :(Dieną pabaigėm su Sharing is Caring dalimi, kurioje pasidalinau, kaip Lietuvoje vykdoma atranka į mainus ir ką reikėtų patobulinti ją organizuojant.

Antra diena — dieną pradėjome nuo labai svarbios sesijos apie COVID-19 ir mainus. Manau, kad tai buvo naudingiausia sesija per EuRegMe, nes gavome patarimų, kaip funkcionuoti mainų komitetui, net kai pasaulyje yra atšaukti mainai. Vėliau sekė SCORE sesija, kadangi jau turėjau žinių apie projektų formų pildymą, buvo puiki proga pakartoti ir atnaujinti žinias. Vėliau sekė mainų mugė – nors ir su techniniais nesklandumais, bet pristatėme savo šalies mainų programą ir tikimės, kad Lietuva neliko nepastebėta.

Trečia diena — small working groups organizavome teoretinį mainų populiarinimo renginį, manau, buvo puikus workshopas, kurio idėjas galima pritaikyti planuojant veiklą. Vėliau turėjom External Session, kurios metu kalbėjo profesorius iš Lodzės universiteto, kuris pasakojo, ką studentams reiškia nuotolinis mokymas. Profesorius dalinosi patirtimi, kaip nuotolinį mokymą padaryti įdomesniu, kaip skatinti studentus kliniškai mąstyti net ir būnant visą dieną prie kompiuterio ekrano. Vėliau sekė plenarinė sesija, kurią stebėjau per Facebook stream'ą.

Visomis dienomis stengiausi būti aktyvus ir diskutuoti. Per Exchange Quiz buvau komandos lyderis, o kitomis dienomis stengiausi dalintis gerosiomis LiMSA patirtimis mainų srityje, supratau, kad turime iš tiek daug ko duoti kitoms šalims ir turime labai gerai funkcionuojančią mainų sistemą, lyginant su kitomis šalimis.

Manau, kad patarimai, išgirsti per mainų ir COVID-19 sesiją, gali būti naudingi organizuojant pre departure training. Sesijos metu išgirdau puikių patarimų ir idėjų, ką reiktų daryti, jei pre departure training reiktų organizuoti nuotoliniu būdu, tad, jei šiemet bus panaši situacija dėl renginių ribojimo, manau, žinosiu, kokių lektorių pakviesti ir kaip renginį padaryti kuo įdomesni.

Pastebėjau, kad labai sunku rengiantiesiems laikytis renginių tvarkaraščių ir susidarydavo nemaži vėlavimai. Taip pat nemažai dalykų, kuriuos girdėjau, man jau buvo žinomi, tad labai skatinu į EuRegMe aplikuoti ir pareigas neužimančių žmonių, nes tikrai sužinosite daug naujų dalykų.

Kitos EuRegMe dalys:

Stebėjau tik plenarinę sesiją. Pastebėjau, kad daug šalių nesiuntė savo atstovų ir šiaip sesija atrodė labai formali, galbūt, kai ji vyksta kontaktiniu būdu, būna daugiau diskusijų nei palyginus su online renginiu.

Išsikeltų tikslų įgyvendinimas:

Šiaip esu patenkintas, nes svarbiausias dalykas buvo daugiau sužinoti apie covid ir mainus, tad esu labai patenkintas, kad dalyvavau tokioje sesijoje. Žinoma, galbūt norėjau surasti daugiau naujų pažinčių ir susirasti naujų draugų, tačiau tai daug sudėtingiau, kai renginys yra online.

Planai po renginio:

Buvau išsikėlęs tikslą susipažinti su naujais žmonėmis renginio metu bei įgyti naudingos patirties, kuri padėtų organizuojant veiklą mainų komitete. Gal ir buvo šiek tiek sunkiau dėl naujų pažinčių, nes neturėjome normalios social dalies, bet, manau, kad įgijau naudingos patirties, kurios kažkiek jau panaudojau mainų konkurso organizavime ir mokymų žaliems ruošime, taip pat įgavau naudingų minkštųjų kompetencijų sustainability sesijoje, radau idėjų, kaip reiktų gyvuoti mainų komitetui net ir tokiu atveju, jei mainai nevyksta dėl pandemijos.

Apibendrinimas:

EuRegMe suteikė progą pajauti, kad net ir sėdėdamas už kompiuterio ekrano gali surasti bendraminčių iš skirtingų šalių, supranti, kad medicinos studentų bėdos, baimės ir džiaugsmas šiuo metu tiek Lietuvoje, tiek pasaulyje yra panašūs. Per IFMSA supranti, kad joks medicinos studentas, kad ir kur bebūtų, niekada nebus paliktas vienas ir visi galime dirbti kartu, norėdami susikurti saugesnę ir smagesnę ateitį.

Aistė Jurkonytė

SCORA sesijos:

Pirma diena - labai interaktyvus *team building*’as („pasigaudžiau“ naujų idėjų LiMSA renginiams). CSE pristatymas, dirbome SWG, tai labai įtraukė, geriau nei tiesiog paskaitos klausymas.

Antra diena - *Inclusive language* paskaita, pristatė daug nežinotų/įdomių faktų, nors ir ne viskam pritariau. *How to rest workshop*’as – labai naudingas, originalus.

Trečia diena - paskaitos apie *sex workers* ir seksualinės ir reprodukcinės sveikatos ir teisės įstatymus Europoje.

Mano vaidmuo - Labai daug laiko praleista SWG, o vėliau ir grupelių atskiri prisistatymai (SWG temos: lytiškumo mokymų programos kūrimas užsienio konservatyvioje šalyje; streso malšinimas; visuomenės požiūris į abortus Lietuvoje). Dalyvavimas Kahoot’uose ir Wooclap’uose.

Idėjos, kurios sudomino - Wooclap’o naudojimas. Linksmi/personalizuoti Kahoot’ai. SWG per zoom’ą. Ypač daug idėjų lytiškumo ugdymo užsiėmimams.

Bendras sesijų vertinimas - trukmė buvo ideali, tvarkaraštis labai gerai sudėliotas, sesijos organizuotos, aiškios. Užteko pertraukų, neperkrauta.

Kitos EuRegMe dalys:

Dalyvavau plenarinėje sesijoje. Buvo įdomu pamatyti EuRegMe „stambiu planu“.

Išsikeltų tikslų įgyvendinimas:

Turėjau išsikėlusį labai aiškius tikslus – praplėsti bendraminčių ratą, susipažinti su SCORA angelais iš kitų šalių. Tai tikrai pavyko – užmegztos draugystės iš Zoom’o persikėlė ir į kitas platformas. Dabar galiu teigti, kad prireikus pagalbos išgryninant renginio idėją/konceptą tikrai galėsiu ieškoti pagalbos tarp Ispanijos, Portugalijos ar Rusijos NORA/LORA.

Planai po renginio:

Vienas iš ilgalaikių tikslų – surasti potencialų kviestinį užsienio lektorių LiMSA webinar’ams. Kol kas dar nežinau, ką norėčiau pakviesti, bet užtat žinau, kur turėčiau kreiptis, norint tokį lektorių surasti.

Apibendrinimas:

Dalyvau SCORA angelų sesijose! Buvo labai smagu pamatyti tiek daug naujų (arba jau ir pažįstamų) veidų. Temos, kuriomis diskutavome ir prie kurių dirbome mažose grupėse nekasdieninės: *sex workers* teisės ir sveikata, lytiškumo mokymai konservatyviose šalyse, *inclusive language* sesija. Laiko planavimas buvo idealus – sesijos vykdavo antroje dienos

pusėje, porą valandų. EuRegMe 2020 parodė, kad net virtualioje aplinkoje vykstantis renginys gali būti įtraukiantis, prikaustantis dėmesį (bet tikrų apsikabinimų vis dėlto labai pritrūko!)



Saulė Janušonytė

SCORA sesijos:

Pirma diena 1) SCORA komiteto pristatymas 2) Susipažinamas su SCORAngelais iš Europos regiono 3) Kahoot apie SCORA IFMSA 4) Paskaita apie CSE 5) CSE programos sukūrimas pramanytam NMO.

Antra diena 1) Paskaita apie inclusive language (visus įskaitančią kalbą) 2) Paskaita apie stresą siekiant SCORA tikslų.

Trečia diena 1) Paskaita apie seksualinės ir reprodukcinės sveikatos ir teisės įstatymus Europoje 2) Paskaita apie sekso paslaugas teikiančius darbuotojus, jų teises ir sveikatą

Mano vaidmuo:

- Pirma diena: Dalyvavau Kahoot apie SCORA IFMSA, dalyvavau užduoty, kurios metu grupelėje reikėjo sukurti CSE programą konservatyvioje šalyje ir pristačiau šią programą kitoms grupelėms.
- Antra diena: Dalyvavau dviejose SWG: apie nusiramino būdus stresui malšinti bei įrašo formulavimą jautriomis SRHR temomis (HIV tema specifiskai).
- Trečia diena: Dalyvavau dviejose SWG: apie specifinę seksualinės ir reprodukcinės sveikatos ir teisių temą - pasirinkome kalbėti apie visuomenės požiūrį į abortus Lietuvoje - ir apie sekso darbuotojų sveikatą bei teises ir kaip galima prie to prisidėti.

Su limsiečiais pasidalinčiau idėjomis, kaip vesti lytiškumo ugdymo pamokas konservatyviose mokyklose per lytiškumo ugdymo mokymus studentams (pvz. pradėti pamokas nuo mažiau šokiruojančių SRHR temų kaip anatomija). Taip pat pasidalinčiau inclusive language svarba per ŽIV/AIDS mokymus bei LUM.

Bendras vertinimas - viskas labai patiko, laiko vadyba buvo nuostabi, buvo įdomu dirbti su SWG.

Kitos EuRegMe dalys:

Dalyvavau plenarinės sesijos pradžioje. Kliuvo tik pavėluota sesijos pradžia ir transliacijos atsijungimas pradžioje sesijos (turbūt visa tai lėmė interneto ryšio problemos).

Įsikeltų tikslų įgyvendinimas ir planai po renginio:

Norėjau artimai susipažinti su kitų NMO SCORA atstovais, kad galėčiau apie jų renginius pasidalinti su LiMSA SCORA nariais. Dėl renginio „Zoom“ platformas tai buvo sudėtingiau įvykdyti negu realybėje, tačiau esu vis vien patenkinta rezultatais.

Dėl mažesnių darbo grupių paskirstymo užduotims buvo suteikta galimybė kiek per ekraną įmanoma artimiau susipažinti su kitais sesijos dalyviais. Apie renginius užsienyje sužinoti pavyko tik minimaliai, tačiau ryšys su kitais dalyviais užmegztas.

Taip pat norėjau išgirsti informacijos ir sužinoti apie SCORA temas, kuriomis pastaruoju metu LiMSA SCORA komitete kalbama mažiau. Šį tikslą pavyko įgyvendinti, sužinojau daugiau apie sekso darbuotojus, jų teises (bei teisių pažeidimus) ir šio darbo legalizavimo naudą/trūkumus.

Apibendrinimas:

Dalyvavau SCORA EuRegMe'20 Online sesijose. Įspūdžiai labai geri, kadangi, SCORA angelai yra patys šilčiausi ir įdomiausi žmonės ir sesijas suorganizavusi komanda puikiai suplanavo laiką ir sesijų įvairovę (buvo kalbama apie sex-ed svarbą ir metodus, sekso darbuotojų teises ir sveikatą, stresą dirbant su SCORA komiteto temomis, "inclusive" (visus įskaitančią) kalbą...) Net nesitikėjau, kad digitalinėje erdvėje vykstantis renginys gali būti toks įdomus ir kad pavyks asmeniškai susipažinti su kitų NMO atstovais.

Gasparas Žumbakys

SCORA sesijos:

Pirma diena - turėjome nemažai team buldingų, daugelis jų sudarė įdomūs ir interaktyvūs žaidimai. Labai džiugu, kad kai kurie žaidimai pasirinkti patikrinti ir užtvirtinti žinias dėl renginio bei jame naudojamų terminų ar sutrumpinimų, o kiti žaidimai buvo pasirinkti pralinksminėti dalyvius.

Antra diena - labai naudinga paskaita apie "Inclusive language", joje pristatė man dar negirdėtų faktų bei bendravimo subtilybių, kurios gali būti pritaikytos tiek vedant renginius bei komunikuojant kasdieniniame gyvenime. Įdomiai buvo pristatyta tema "How to rest", jos metu diskutavome apie skirtingus žingsnius, kurių turėtume imtis, kad apsaugotume save nuo perdegimo.

Trečia diena - klausiamės pristatymo apie "sex workers" Europoje, kokios sveikatos problemos ištinka šioje srityje dirbančias žmones bei painingos sveikatos paslaugų teikimo situacijos dėl tyrančios neigiamos nuostatos prieš šios srities darbuotojus.

Aktyviai dalyvavau "work shops" diskutavome apie įvairias problemas su kuriomis susiduria edukacijos sistemos darbuotojai bandydami perteikti seksualinį mokymą mokiniams. Nagrinėjome konkrečias situacijas ir ieškojome sprendimo būdų.

Manau kiekvienam LiMSiečiui būtų verta sužinoti apie "Inclusive language" tai būtų labai naudinga vedant renginius, ypač asmenims, kurie ateityje planuoja vesti dirbtuves ar paskaitas kontraversiškomis temomis. Manau būtų naudinga padaryti paskaitą visiems mūsų organizacijos nariams šia tema.

Bendras vertinimas - tikrai pagirtinai paruoštas detalizuotas tvarkaraštis su konkrečiais laikais. Pačios sesijos pateiktos įdomiai ir interaktyviai.

Kitos EuRegMe dalys:

Plenarinės sesijos - tikrai šaunu buvo susipažinti su didesne IFMSA Europos dalimi, pabendrauti su asmenimis, kurie taip pat siekia didesnės taikos, vienybės bei tobulėjimo sveikatos sektoriuje.

Išsikeltų tikslų įgyvendinimas:

Vienas pagrindinių mano tikslų buvo susipažinti su kituose Europos šalyse esančių IFMSA NPOs nariais, ypač su SCORA angelais. Tai tikrai pavyko susipažinau su keliomis scora komandos merginomis iš Latvijos ir Romunijos su jomis labai intensyviai diskutavome apie SCORA komitetus ir susiduriame dažniausias problemas. Antra mano tikslas buvo įgauti kuo daugiau patirties, nurodant konkrečias įgautas žinias sužinojau kaip būtų galima vesti interaktyvesnius LUM net nuotoliniu būdu.

Planai po renginio:

Norėčiau padaryti paskaitą apie "Intrusive language"

Apibendrinimas:

Renginys tikrai labai pavykęs ir patiko. Įsimintiniausias work shoppas buvo CSE ir kaip seksualinė edukacija turėtų būti implementuota į švietimo sistemos programą. Manau, kad Inclusive language dirbtuvėse gauta informacija pravers ir ateityje.

Pavel Riabec

SCOPH sesijos:

Pirma diena prasidėjo nuo „Introduction and get to know each other“ sesijos, skirtos dalyvių susipažinimui tarpusavyje. Labiausiai įsiminė "speed dating" veikla, kai dalyviai buvo išskiriami į atsitiktines grupes ir turėjo papasakoti vienas kitam tam tikrus faktus apie save, o įsiminė ji dėl to kad tai yra tikrai įdomus ir geras būdas dalyviams susipažinti ir šiek tiek neformaliai pabendrauti net ir online renginio metu.

Paskui sekė SCOPH 101 sesija, kur buvo pristatyta SCOPH international Team struktūra ir užsimenama apie SCOPH komiteto workshopus: tokius kaip PHLT, PHLT-T, MHE, ATOP, AMOC ir ONE-HEALTH workshopus, kuriuos nacionaliniai komitetai gali organizuoti savo šalyje, arba prisijunti prie kitos šalies organizuojamų. Taip pat buvo pristatytos Public Health Exchange programos, kaip dar viena galimybė IFMSA nariams gauti naujų kompetencijų, ir dabartiniai Europos regiono SCOPH prioritetai- psichinė sveikata ir antimikrobinis atsparumas. Per scoph 101 turėjome rasti kuo daugiau oranžinių daiktų savo name ir tai buvo linksmas ir įdomus interaktivas.

Diena pasibaigė "Let's talk about Mental Health" sesija, kur, mano manymu buvo per daug bendros informacijos ir statistikos, su kuriom mes ir taip dažnai susiduriame studijose, per LiMSA renginius ir netgi medijoje, ir dažnai girdime visus apibrėžimus ir faktus, gal norėtusi daug rimtesnių ir gilesnių įžvalgų, o ne paviršutiniško pasakojimo apie psichinės sveikatos svarbą ir susijusias problemas. Ši sesija, mano manymu, buvo skirta žmonėms tolimiems nuo visuomenės sveikatos temu ir atrodė tiesiog bendrai edukacinė, kas atrodė gan keistai tokio renginio kontekste.

Antroji diena prasidėjo nuo "The climate change emergency" sesijos. Pagrindinė sesijos mintis buvo – pranešti, kad klimato kaita sukels daugiau emigracijos ateityje ir dėl to gali kilti naujų problemų, ir emigracijos klausimas taps daug ūmesnis. Taip pat buvo aptarti Global action for climate change pasiekimai. Užsibaigė pirma dienotvarkės dalis brainstormo sesija apie tai, ką mes galime pakeisti savo ir visuomenės gyvenime, kad sumažintume klimato kaitą, per šį laiką aš išsčiau ir savo nuomonę ir pakomentavau kelias kitas idėjas.

Antroji tos pačios dienos sesija buvo skirta klimato kaitos ir psichinės sveikatos sąsajoms išaiškinti. Labiausiai įsiminė Wooclap programos naudojimas atsakymams iš auditorijos surinkti, kaip aš pastebėjau, po EuRegMe LiMSA nariai pradėjo taikyti ją savo darbuose, ir ji tikrai yra nuostabus įrankis. Didžiąja laiko dalį buvo aiškinamos savokos ir bendraujama su auditorija. Tokio formato sesijose norėtusi matyti daug konkretesnį temos atskleidimą, gal pritruko galimybės dalyviams padiskutuoti tarpusavyje ir su pranešėjumi.

Trečią dieną vyko paskutine šio EuRegMe sesija „One planet, one health“, kur dalyviams buvo pasakojama apie antimikrobinio atsparumo problemą bendrai, taip pat apie One Health požiūrį į mediciną, ir apie Health in all policies strategiją. Mano manymu, tai buvo produktyviausia ir įdomiausia sesija iš visų, buvo aptartos biomedicinos studentų advokacinės pastangos siekiant sukurti bendrą informavimo sistemą, kur visos dalis visada turėtų supratimą apie tai kokį poveikį jų sprendimai daro kitų sryčių specialistams. Paskui sekė Open space pokalbis grupelėse, aš pasirinkau temą Fake news in vaccination, what can we do about it, tikrai smagiai praleistas laikas diskutuojant apie įvairiais netikrų naujienų išraiškas skirtingose

šalyse, pasidalinau pavyzdžiais iš Lietuvos ir sužinojau kad daug kur situacija labai panaši į mūsų.

Bendrai, sakyčiau renginys buvo labiau orientuotas į naujokus, nei į labiau visuomenės sveikatos temose pažengusius studentus. Lėkroriams ne visada pavykdavo išlaikyti auditoriją, nors tai yra suprantamai sunkiau daryti organizuojant renginį online. Nustebino, kad neatsižvelgiant į solidų dalyvių sakičių per visa renginį ne karto nekilo techninių nesklandumų. Taip pat buvo bėgalo malonų pabendrauti su pozityviais motyvuotais žmonėmis ir iš IT ir iš kitų NMO.

Kitos EuRegMe dalys:

Trečioji diena man prasidėjo nuo training session „Leadership and conflict management“, kurioje su pavyzdžiais buvo aptariami lyderystės tipai, jų privalumai ir trukumai, įgūdžiai svarbus darbui komandoje ir sėkmingam darbo organizavimui. Antroje dalyje buvo kalbama apie konfliktų sprendimo technikas ir budus, kaip išspręsti konfliktą darbo aplinkoje. Buvo daug interaktyvumo iš lektoriaus pusės ir darbo grupėse, aptariami realūs atvejai, žmonių patirtis sprendžiant konfliktus. Jaučiausi aktyviai įsitraukęs į visas veiklas ir diskusijas.

Tą pačią dieną vyko ir SCOPH Fair, buvo pristatytos 3 idėjos: Vaccination guide 101- internetine svetainė kur bet kas galėtų rasti daug patikrintos patikimos informacijos apie vakcinaciją, gan įdomi mintis, kurią norėčiau pasiūlyti ir mūsų nacionaliniam komitetui atsižvelgiant į vakcinacijos situacija šalyje; Mental health lectures for schools, pavadinimas pats viską pasako;) ir Mental health week – teminių renginių ir paskaitų ciklas organizuojamas universitetuose. Tikiu kad mūsų SCOPH veiklos galėtų irgi būti pristatomi SCOPH Fair, ir atrodytų labai gerai šalia kitų pristatymų.

Dieną uždarė Plenarinė sesija, kurioje buvo aptarti bendri Europos regiono organizaciniai reikalai, išrinktos ir patvirtintos 2 naujos strateginės veiklos kryptis, bei vyko EuRegMe uždarymo procedūros. Likdavo tik stebėtis kiek emocijų rodė senoji Europos regiono komanda atsisveikinant vieni su kitais, tai buvo labai gražus vaizdas.

Išsikeltų tikslų įgyvendinimas:

Ruošdamas renginiui planavau atstovauti LiMSA, keistis patirtimi, susipažinti su kitų šalių programomis ir veiklomis tai pavyko gerai, nors renginys ir vyko online platformoje, buvo skirta laiko ir dalyvių neformaliai bendravimui, susipažinimui ir aptarymui. Tai buvo vienas pagrindinių mano tikslų, aš norėjau reprezentuoti LiMSA ir Lietuvą kaip vieninga komanda, dalyvauti visose sesijose ir pasiimti iš šio renginio maksimumą naudingos ir įdomios informacijos.

Iš dalies gaila, kad neteko įgauti tiek naujų žinių, kiek aš tikejausi, nes renginys palietė nors ir visas aktualias temas, bet tikrai ne taip išsamiai kaip norėtusi, tačiau jokių būdu nemanau, kad dalyvavimas visose sesijose nebuvo prasmingas, nes vis tiek galėjau mokytis pastabumo, kritiškai analizuoti pristatymus ir domėtis su kokiomis temomis dabar dirba kolegos iš kitų organizacijų, esančių Europos regione, stebėti tarptautinėje erdvėje vykstančius procesus, aktyviai reikšti savo poziciją, bei pačiam drąsiai kelti klausimus ir teikti pasiūlymus.

Taip pat dalyvavimas buvo naudingas, nes pavyko gauti vertingos atstovavimo tarptautinėje erdvėje patirties, kad galėčiau sėkmingai atstovauti ir reprezentuoti LiMSA ir Lietuva ateities renginiuose. Matant kitų šalių pavyzdį, aš supratau kad tikrai daug ką darome gerai vietinių lygių, papildomai gavau ir daugiau motyvacijos drąsiai skatinti LiMSA imtis iniciatyvos ir įsitraukti į įvairias IFMSA veiklas.

Planai po renginio:

- Skatinti komandos narius aktyviai įsitraukti į tarptautinę veiklą, dalintis ir semtis patirties iš kitų NMO, kad visa tai vėliau panaudoti organizacijos stiprinimui ir veiklų tobulinimui. Tikslas-padrąsinti limsiečius dalyvauti tarptautinėse renginiuose ir veiklose.
- Skatinti komandą kuriant naujas veiklas atsižvelgti į aktualius regioninius prioritetus ir strategines veiklos kryptis, nes tai užtikrins daug didesnę veiklų palaikymą iš IFMSA pusės. Tikslas-užtikrinti narių informotumą ir supratimą apie IFMSA strategijos aktualijas ir prioritetus.
- Pasidalinti su EuRegMe'21 OC savo įžvalgomis apie pirmą online vykusį EuRegMe, gali būti kad mano pastbėjimai ir komentarai bus naudingi ruošiant renginį kitais metais-padės iš anksto apsidrausti nuo problemų, kurių galime išvengti.
- Siekiu dalintis savo naujais įgūdžiais su limsiečiais per individualius kontaktus ir pokalbius , turėdamas daugiau patirties galiu efektyviau konsultuoti ir patarti kiekvienam besikreipiančiam patarimo.

Apibendrinimas:

Tai buvo begalo malonus nuotykis. Puiki galimybė pabendrauti su IFMSA atstovais ir NMO kolegomis iš mūsų regiono, pasidalinti patirtimi ir žiniomis, geriau susipažinti vieniems su kitais ir pagalvoti apie bendradarbiavimo galimybes. Gavau daug motyvacijos eiti į priekį kartų su LiMSA ir siekti naujų aukštumų.