

**Centar za
edukaciju i
savjetovanje
Sunce**

**Izvještaj o radu
2016.godina**

Zagreb, travanj 2017. godine

centar za edukaciju
i savjetovanje



Pripremio: Centar za edukaciju i savjetovanje Sunce Zagreb,
Albaharijeva 2, www.ti-si-sunce.hr, info@ti-si-sunce.hr

Centar za edukaciju i savjetovanje Sunce osnovan je od strane stručnjaka koji su do tada provodili psihosocijalne, edukativne i druge programe radom u više udruga, međunarodnih organizacija, tvrtki i državnih ustanova. Prethodnim bogatim iskustvima članova te profesionalnim pristupom Centra Sunce i istaknutim rezultatima prepoznatim od nadležnih državnih tijela i šire javnosti, Centar Sunce je brzo zauzeo visoku tržišnu i javnu poziciju. Centar za edukaciju savjetovanje Sunce registriran je kao udruga 2004. godine u Gradskom uredu za opću upravu - Grad Zagreb.



Visija Udruge

je kroz interdisciplinarni pristup omogućiti stručnu i profesionalnu podršku pojedincima, obiteljima, grupama i zajednicama u Hrvatskoj, zemljama Europske unije i drugim zemljama.



Vizija Udruge

je biti mjesto izvrsnosti u pružanju različitih oblika podrške pojedincima, obiteljima, grupama i zajednicama kako bi zadovoljili svoje potencijale i ostvarili kvalitetno življenje.



Cilj Udruge

je stvaranje društva koje omogućava/pruža pojedincima svih životnih dobi jednaku priliku za realiziranje vlastitih potencijala kroz organiziranje i provođenje izvaninstitucionalnog obrazovnog, odgojnog, psihosocijalnog, savjetodavnog, rekreativnog, zdravstvenog, kreativnog, znanstvenoistraživačkog, izdavačkog, ekološkog i samoodrživog te humanitarnog rada sa svrhom poticanja ljudskih vrijednosti i razvoja pojedinaca, obitelji (djeca, mladi, roditelji i stariji) grupa i zajednica.

U 2016. godini Centar Sunce nastavlja kao i prošle godine njegovati tri osnovna smjera rada:

● Psihosocijalna podrška

- a) Razvoj zdravih stilova života kod djece i mladih osoba kroz preventivne i kurativne aktivnosti usmjerene na različite oblike neprihvatljivog ponašanja nad i među djecom i mladima, prevencija ovisnosti te unapređenje psihičkog i fizičkog zdravlja istih
- b) Sadržaji namijenjeni roditeljima i budućim roditeljima
- c) Sadržaji namijenjeni poboljšanju znanja i vještina nastavnika, učitelja i stručnih suradnika koji rade u školama te budućih stručnjaka (studentata društveno-humanističkih fakulteta) za pružanje psihosocijalne podrške krajnjim korisnicima

● Aktivnosti za očuvanje i unapređenje zdravlja - rekreativne aktivnosti

- a) Sadržaji za unapređenje psihofizičkog zdravlja djece, djece s teškoćama u razvoju, roditelja, mladih i odraslih pojedinaca i organizacija
- b) Sadržaji za razvoj zdravih stilova života i unapređenje psihofizičkog zdravlja zaposlenika i svih radno sposobnih osoba

● Obrazovanje

- a) Sadržaji za razvoj poduzetništva
- b) Sadržaji namijeni razvoju demokratizacije i civilnog društva
- c) Obrazovni sadržaji za djelatnike javnih ustanova, koje se bave djecom i mladim osobama i buduće stručnjake
- d) Sadržaji za osobni i profesionalni razvoj (cjeloživotno učenje)

CENTAR ZA EDUKACIJU I SAVJETOVANJE SUNCE U 2016. GODINI

UPRAVNI ODBOR

1. Tanja Prekodravac
2. Željka Gomuzak Anić
3. Matija Marković
4. Ivana Fekete
5. Duška Rosić

ČLANOVI

NADZORNOG ODBORA

1. Latica Mladina
2. Tanja Radionov
3. Davor Čović

ZAPOSLENICI

- Voditeljica financija (pola radnog vremena)
- Voditeljica ureda i voditeljica projekata (puno radno vrijeme)
- Psihologica i voditeljica projekata (puno radno vrijeme do 9. mjeseca, od prosinca 2016. godine dopunski rad)
- osoba na stručnom osposobljavanju bez zasnivanja radnog odnosa, mjera HZZ-a i ugovor o radu

Tijekom 2016. godine provedeni su sljedeći programi/projekti:

- „**Poticajna obitelj**“ (od 1. siječnja do 31. prosinca 2016. godine)
- „**Savjetovalište u zajednici - Savjetovalište Trešnjevka**“ (od 1. siječnja do 31. prosinca 2016. godine)
- „**Ja mogu, ja hoću - za bolju budućnost**“ (od 1. rujna do 31. prosinca 2016. godine)
- „**Moje pravo na igru i sport**“ (od 1. siječnja do 31. prosinca 2016. godine)
- „**Od zdravlja do radnog učinka**“ (od 15. rujna 2015. do 14. rujna 2016. godine)
- „**Ljubav u pokretu**“ - preventivni program za djecu i mlade (od 15. rujna 2015. godine do 11. listopada 2016. godine)
- „**Poduzetnost za poduzetništvo**“ - vježbanje poduzetništva u školskim klupama (od 1. siječnja do 31. prosinca 2016. godine)
- „**Sigurnost obiteljskog doma za svako dijete**“ -Aktivnosti i servisi za promicanje udomiteljstva i pružanje podrške udomiteljskim obiteljima" - 3. godišnji (od 1. studenog 2016. godine do 31. listopada 2017. godine)
- „**MI (seniori) za VAS (juniore) + MI (juniori) za VAS (seniore)**“ - podizanje kvalitete života starih i nemoćnih osoba (od 1. travnja 2016. godine do 31. listopada 2017. godine)



AKTIVNOSTI UDRUGE PO PROJEKTIMA U 2016. GODINI

Centar za edukaciju i savjetovanje Sunce provodio je 9 projekata/programa od kojih su neki bili usmjereni na zaštitu mentalnog zdravlja djece, mladih i odraslih osoba, prevenciju nasilja u vezama mladih, prevenciju ovisničkog ponašanja djece i mladih. Osim navedenog, pojedinim projektima/programima poticali smo, kako razvoj volonterizma u lokalnoj zajednici, tako i pokretanje različitih inicijativa. Također, dio projektnih aktivnosti bio je usmjeren na razvoj roditeljskih kompetencija. U daljnjem tekstu bit će opisane aktivnosti provedene po pojedinim projektima.

1) „Poticajna obitelj“ (od 1. siječnja do 31. prosinca 2016. godine)

Projekt je usmjeren na osiguravanje zdravog razvoja djece i intervenciju u rani razvoj djeteta, uključujući razvoj djeteta u maternici medicinsko-psihološkosocijalnu potporu trudnicama i budućim očevima. Rad obuhvaća i medijsko promoviranje ulaganja u vlastito zdravlje i razvoj, posebice osjetljivih društvenih skupina i to djece, trudnica te budućih roditelja. Svojim obilježjima projekt pripada i području javnozdravstvenih i zdravstvenih programa ili projekata. Projekt je financirao Grad Zagreb i Ministarstvo socijalne politike i mladih dok je **broj direktnih korisnika iznosio 79.**

Tečaj za buduće mame i tate

Za ulaganje u rani razvoj i odgoj djece, psihološku i pedagošku potporu trudnicama i očevima, kvalitetne partnerske i obiteljske odnose. Tečaj se sastojao od 5 tematskih cjelina, provodio se od rujna do prosinca 2016. godine, svaka u trajanju od dva sata:

- 1) Izazovi dolaska novog člana obitelji
- 2) Koji će biti naš roditeljski stil kada postanemo roditelji
- 3) Prepoznavanje plača moje bebe
- 4) Emocionalne promjene u trudnoći
- 5) Dinamika partnerskih odnosa u trudnoći i nakon poroda

Savjetodavni rad i psihoterapijski rad

S trenutnim i budućim roditeljima (savjetovanje o odgoju djece, individualno savjetovanje, partnersko i obiteljsko savjetovanje) osobito s mladim roditeljima i roditeljima kojima je to prvo dijete, trudnicama i budućim očevima, roditeljima s teškoćama u odgoju djece, roditeljima s psihološkim, psihopatološkim i drugim teškoćama prepoznatih od strane suradnih organizacija.

Održane su radionice za podršku roditeljima tijekom prva 24 mjeseca života djeteta:

- 1) Ti dražesni dvogodišnjaci
- 2) Matematika emocija
- 3) Četiri sobe promjene u obiteljima
- 4) Primjena četiri sobe promjena u roditeljstvu
- 5) Povratak na posao nakon porođajnog

Radionice su se provodile u razdoblju od rujna do prosinca 2016. godine u trajanju od 90 minuta.

U Caritasovoj „Kući ljubavi“ proveli smo ciklus radionica

Sastojao se od tri tematske cjeline. Unutar svake cjeline proveli smo 4 radionice. Popis istih nalazi se u nastavku teksta. Radionice su se provodile u razdoblju od rujna do prosinca 2016. godine u trajanju od 60 minuta.

Partnerski odnosi - ovo područje obradili smo kroz sljedeće radionice:

- 1) Što je to ljubav i kakve vrste ljubavi postoje
- 2) Kako izgleda kvalitetan partnerski odnos
- 3) Kako prekinuti nekvalitetnu vezu i krenuti dalje?
- 4) Tko sam ja ako nisam u vezi?

Kvalitetna interakcija majke i djeteta

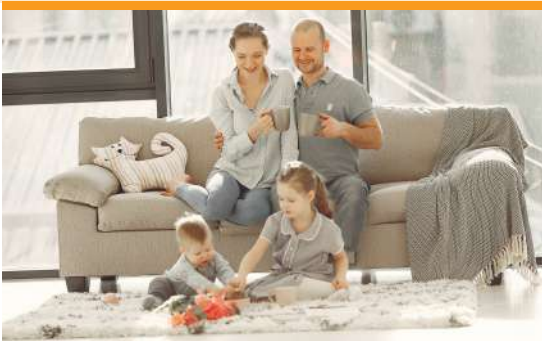
U sklopu ovog područja odradili smo 4 radionice:

- 1) Kako se igrati sa svojim djetetom?
- 2) Sport kao važan dio razvoja djeteta
- 3) Prepoznavanje emocija kod djece
- 4) Vježbanje kroz igru majke i djeteta

Priprema za život izvan Caritasove "Kuće ljubavi"

U sklopu ove tematske cjeline obradili smo sljedeće radionice:

- 1) Životopis kao preduvjet za traženje posla
- 2) Gdje tražiti posao i kako se ponašati na intervju
- 3) Kako napraviti plan za mene i moje dijete nakon godinu dana
- 4) Metode samopomoći u situaciji kada poželim odustati



2) „Program "Savjetovalište u zajednici - Savjetovalište Trešnjevka“ (od 1. siječnja do 31. prosinca 2016. godine)

Dugoročni cilj projekta je spriječiti porast maloljetničke delinkvencije na Trešnjevci te izraditi model rada u lokalnoj zajednici za sprječavanje maloljetničke delinkvencije, kao potencijalan model za ostale četvrti Grada Zagreba, druge hrvatske gradove te zemlje jugoistočne Europe.

Kontinuirano smo pružali korisnicima **različite vrste usluga** koje možemo svrstati u 3 kategorije:

- 1) psihosocijalno savjetovanje/ psihoterapija
- 2) pomoć u učenju
- 3) različite edukativne aktivnosti namijenjene širem građanstvu i stručnjacima.

Broj direktnih korisnika je bio 100, a neizravnih 135.

U sklopu projekta provodili smo sljedeće aktivnosti:

- **Individualno savjetovanje:** korištenje psihoterapijskih tehnika i metoda u savjetodavnim razgovorima s ciljem rješavanja problema zbog kojeg se korisnik uključio u savjetovanje. U sklopu ove aktivnosti ovisno o vrsti njihovih poteškoća, odnosno njihovoj kompleksnosti korisnici su bili uključeni u psihoterapijski proces ili psihosocijalno savjetovanje. Savjetovanje i psihoterapija se provodilo jednom tjedno ili jednom u dva tjedna, ovisno o dogovoru između korisnika i terapeuta, odnosno o potrebama klijenta, trajalo je od 60 do 120 minuta. U savjetovanje/psihoterapiju do sada je u tretman uključeno 35 osoba, a ukupno smo imali 130 sati. Djeca su na savjetovanje i psihoterapiju dolazila jednom tjedno u prostor udruge. Djeca su u aktivnosti savjetovanja i psihoterapije poslana iz Centra za socijalnu skrb – Ured Trešnjevka i iz suradnih škola ili prema potrebi. Najčešće su upućena zbog nasilnog ili agresivnog ponašanja u školi, teškoća u obitelji, slabih ocjena i sl. S djecom su radili educirani stručnjaci i psihoterapeuti. Osim individualnog par savjetovanja proveli smo i nekoliko savjetovanja telefonom.
- **Školsko savjetovanje:** ovaj program služi kao servis školama gdje učenici srednjih i osnovnih škola mogu dobiti pomoć oko problema koji ih muče (školskih i osobnih). Ako im poteškoće stvara školsko gradivo mogu biti uključeni u individualnu pomoć u učenju.



- **Grupno savjetovanje za roditelje:** grupa podrške održavala se jednom tjedno i to četvrtkom, u trajanju od 2 sata. U ovom izvještajnom razdoblju imali smo ukupno 7 susreta. Na grupnom savjetovanju sudjelovalo je 11 roditelja. Grupni rad odvijao se u grupama zatvorenog tipa, odnosno, roditelji koji su se u početku priključili ostali su u tretmanu do samog kraja. Na radionicama su korištene različite tehnike rada poput tehnike meditacije i opuštanja, kako bi se roditelji "vratili" sebi i u potpunosti prepustili svojim iskustvima te maksimalno (rasterećeno) sudjelovali u radu grupe i učenju.
- **Edukativne radionice za građane:** radionice su tematski bile vrlo različite kako bi zadovoljili interese što većeg broja korisnika različitih dobnih skupina. Na radionicama je ukupno sudjelovalo 40 sudionika. Radionice su se provodile u razdoblju od rujna do prosinca 2016. godine. Neke od tema radionica bile su: Kako učiti lako, Kako motivirati djecu da uče, Uspješnost u poslu - poslovna pismenost, Ostvari cilj uz savjetovanje za profesionalni razvoj, Predavanje za volontere na projektu - pomoć pri učenju.
- **Stručno osposobljavanje volontera za rad s djecom, mladima i roditeljima:** radili smo na selekciji volontera koji će pružati uslugu pomoći u učenju. Mladi volonteri iz zajednice odabrani su po unaprijed određenim kriterijima te su dužni pismeno se obavezati da će volontirati jedanput tjedno s djecom u periodu najmanje 2 mjeseca. Navedeno je uvjet na koji volonter mora pismeno pristati da bi dobio mogućnost na uključivanje u rad i kvalitetnu besplatnu edukaciju te dobio priliku za stjecanje ove vrste radnog iskustva. Na uvodnom sastanku s volonterima definirane su ne samo njihove obaveze već je dogovorena i vrsta podrške koju će im naša udruga pružati. Naime volonteri tijekom rada dobivaju najmanje jednom mjesečno grupnu superviziju. Nakon početka rada s djecom s teškoćama u učenju, organizira se skupna supervizija na kojoj su prisutni svi volonteri i njihovi koordinatori iz različitih škola, općina i gradova. Cilj je međusobna razmjena iskustava, teškoća i do tada postignutih rezultata. Isto tako za volontere su se najmanje jedanput mjesečno organizirale tematske radionice koje su vezane za rad s djecom.





- **Pružanjem psiho-socijalne pomoći i podrške osobama starije životne dobi** olakšali smo i podržali njihovu uspješnu prilagodbu na proces umirovljenja, starenja i promjene koja ona sa sobom nosi čime se dugoročno prevenirala i poboljšalo njihovo mentalno zdravlje. Oglasili smo uslugu pružanja psihološke pomoći te smo telefonski istu pružali osobama starije životne dobi. Radionice su se provodile od siječnja do prosinca 2016. godine svaka u trajanju od 60 minuta.



Radionice koje smo proveli su slijedeće: Ljubav kakva je bila i kakva je sada, Metode i tehnike poboljšanja pamćenja, Kako se prilagoditi na različite promjene koje život u trećoj dobi nosi, Važnost kvalitetne komunikacije unutar i van doma, Prepoznaj svoje emocije i izrazi ih na konstruktivan način te Moja formula sreće.

- **Promocija Udruge:** uređenje web stranice Udruge, kontaktiranje drugih Udruga u svrhu socijalnog umrežavanja, izrada promotivnog materijala te Administrativni poslovi



3) Projekt "Ja mogu ja hoću! - za bolju budućnost."(od 1. siječnja do 31. prosinca 2016. godine)

Projekt je financirao Grad Zagreb. Mladi volonteri (studenti i nezaposleni stručnjaci društveno humanističkih zanimanja) izabiru se po unaprijed određenim kriterijima te su dužni pismeno se obavezati da će volontirati jedanput tjedno s djecom s teškoćama u učenju. Volonterima se tijekom sudjelovanja na projektu pruža: ciljana, zabavna i sustavna edukacija za konkretnu vrstu rada koju će provoditi. Učenici i studenti su bili uključeni u radionice koje smo provodili u Srednjoj grafičkoj školi u Zagrebu (učenici 3 razreda). Za studente smo organizirali radionicu „Od ideje do poduzetništva“ na kojoj smo se usmjerili na to kako vlastite hobije mogu pretvoriti u start up projekt.



- 15 **korisnika** kojima je trebala pomoć pri učenju
- 127 **volontera**

Primarni cilj - poticanje aktivnog sudjelovanja mladih, nezaposlenih osoba u demokratskim procesima i razvoju civilnog društva kroz društveno odgovorni rad



Specifični ciljevi:

- potaknuti kritično razmišljanje mladih
- razvijanje komunikacijskih i prezentacijskih vještina mladih (asertivnost, poticanje inicijativa, pisanje poslovnog plana)
- pozitivni rezultati provedbe projekta vide se po školskim uspjesima djece koja su učila s volonterima



Edukativne aktivnosti:

- Pretvori svoju ideju u posao
- Upravljanje stresom - upravljanje mislima
- Poslovna komunikacija - poslovna pismenost
- Stvaranje osobnog brenda - presonal branding
- Napravite posao od svoje ideje
- Uvođenje u project management



4) Program "Moje pravo na igru i sport"(od 1. siječnja do 31. prosinca 2016. godine)

Opći cilj projekta je omogućiti djeci s teškoćama u razvoju da ojačaju svoje psihofizičke i kognitivne sposobnosti koje će im pomoći u nošenju sa svakodnevnim problemima, jačanju slike o sebi i svojim mogućnostima te pozitivnom utjecaju toga na identitet, ali i u jačanju duha samoaktualizacije za onu djecu koja će u sportu ili pak u kreativnom izražavanju pronaći svoje ispunjenje - u vrhunskom ili rekreativnom (amaterskom) obliku. Kroz program djeci se omogućilo ovladavanje osnovnih elemenata sljedećih sportova: plivanje, skokovi u vodu, vaterpolo, košarka, nogomet, tenis, hokej, gimnastika, rukomet, badminton, atletika i dr. Tijekom programa se također pružala i psihosocijalna potpora obiteljima djece s poteškoćama u razvoju te širenje dobre prakse. Broj direktnih korisnika bio je 217.

Izravni korisnici programa su bili djeca s teškoćama u razvoju u dobi od 5 do 15 godina s različitim dijagnozama: autizam, ADHD/ADD; Downov sindrom, blaži oblici cerebralne paralize, mentalno zaostajanje i dr. s područja Grada Zagreba i Zagrebačke županije.

Ukupan broj volontera na projektu iznosio je: 52 volontera u sklopu 4. sportskog natjecanja za djecu s teškoćama u razvoju „Naše pravo na sport“, odrađeno 110 volonterskih sati zajedno sa sastancima za organizaciju natjecanja. Također, 58 volontera koji su sudjelovali na treninzima kao asistenti u periodu od siječnja do rujna 2016. godine, odrađeno preko 450 volonterskih sati.

U treninge je bilo uključeno ukupno 73 djece, 16 djevojčica i 57 dječaka, od kojih je 36 djece koja su bila korisnici sportskog natjecanja, a 37 djece su bili redoviti i/ili povremeni korisnici programa tokom godine.



6. lipnja 2016. godine održan je multidisciplinarni stručni skup „Razmjenom znanja do većeg napretka djece s teškoćama u razvoju“. Cilj okruglog stola je bio okupiti multidisciplinarnan tim stručnjaka koji su spremni pridonijeti iz različitih perspektiva svojih struka, zajedničkim radom, sugestijama, svojim znanjem i iskustvom planu razvoja programa koji će doprinijeti razvoju sportskorekreativnih programa namijenjenih djeci s teškoćama u razvoju na području Grada Zagreba i šire. Na okruglom stolu sudjelovalo je ukupno 23 stručnjaka iz različitih područja. Cilj je bio raspraviti mogućnost da se djeca s poteškoćama u razvoju u slobodno vrijeme bave sportom i rekreacijom.



PROVEDENI PROGRAMI I AKTIVNOSTI UDRUGE**12**

Ove godine, program „Moje pravo na igru i sport“ i 4. sportsko natjecanje za djecu s TUR „Naše pravo na sport“ podržavali su svojim donacijama ili pomoći u organizaciji:

- 1) Ministarstvo zdravlja
- 2) Grad Zagreb – Gradski ured za zdravlje
- 3) Adria grupa d.o.o.
- 4) Petrić d.o.o., Zagreb
- 5) “TPZ” d.o.o., Zagreb
- 6) Autowill d.o.o., Zagreb
- 7) Sizis d.o.o., Zagreb
- 8) BDO Croatia d.o.o.
- 9) Kamgrad d.o.o. Zagreb
- 10) Nexsus d.o.o. Zagreb
- 11) Dm-drogerie markt d.o.o.
12. Hrvatska banka za obnovu i razvoj
13. Podzemno skladište plina
13. Spectra Media
14. Dubravica
15. Mondalez d.o.o.
16. Raiffeisen banka
17. EX-ALTO
18. Zagrebački športski savez osoba s invaliditetom
19. Hrvatski paraolimpijski odbor
20. Plivački klub Natator
21. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu
22. Centar za odgoj i obrazovanje "Goljak"
23. Hrvatski studiji Sveučilišta u Zagrebu
24. Centar za odgoj i obrazovanje „Slava Raškaj“

Na temelju rezultata evaluacije može se zaključiti da je projekt proveden u planiranom opsegu, vremenu i da je postigao očekivane rezultate i ciljeve. Sudionici posebno ističu inovativnost projekta i pozitivan utjecaj na senzibiliziranje javnosti vezano uz svakodnevne probleme djece s teškoćama i njihovih roditelja. Također, zaključena je nužnost nastavka projekta jer su sva djeca rado dolazila na treninge te su roditelji primijetili poboljšanja na motoričkom planu i sveobuhvatno poboljšanje funkcioniranja djeteta



5) Program "Od zdravlja do radnog učinka"(od 1. rujna 2015. godine do 31. prosinca 2016. godine)

Opći cilj projekta je doprinijeti zaštiti, očuvanju i unapređenju zdravlja stanovništva u Republici Hrvatskoj kroz niz aktivnosti/treninga kojima će se osposobiti i osnažiti radno aktivno i radno sposobno stanovništvo da samostalno provodi niz aktivnosti, na radnome mjestu i tokom dana te osvještavanje i usvajanje niza aktivnosti i navika koje doprinose smanjenju bolesti, odnosno unapređuju zdravlje. Projekt je financiralo Ministarstvo zdravlja i Grad Zagreb, a u samom projektu je sudlovalo 307 osoba. Od toga su njih 25 bili korisnici Dječjeg vrtića Čigra, 110 osoba iz INA d.d. - Industrija nafte (od čega je 7 osoba polazilo čitav projekt i sudjelovalo u evaluaciji), 5 privatnih osoba koje su se pridružile edukacijama i treninzima u sklopu pojedine organizacije te ukupno 167 zaposlenika iz Plive d.o.o. koji su sudjelovali u 4 edukacije i u aktivnim pauzama.

Na projektu je provedeno niz projektnih aktivnosti:

1. Edukacije za radno sposobno i radno aktivno stanovništvo
2. Edukacije i radionice za poslodavce i menadžere
3. Sportsko rekreacijski treninzi za radno sposobno stanovništvo
4. Team building za jačanje osobne odgovornosti za vlastito zdravlje
5. Praćenje individualnih rezultata napretka pojedinca i proglašavanje pobjednika „Najolimpijca – promotora zdravlja“
6. Istraživanje osviještenosti hrvatskih poslodavaca o važnosti potreba za aktivnom pauzom na radnome mjestu
7. Wellness web site i savjetovalište za poslodavce i radno stanovništvo
8. Radionica otvorena za javnost „Stručnjaci promišljaju o zdravlju radnika“
9. Priručnik „Zdrava tvrtka brine o zdravlju radnika“



Rezultati projekta nedvojbeno potvrđuju stručna saznanja o povezanosti zdravog životnog stila i redovite fizičke aktivnosti ne samo s većim stupnjem zadovoljstva sobom i svojim životom, već i s većim zadovoljstvom radnim mjestom, boljom procjenom vlastitih radnih kapaciteta i uloga, radnom učinkovitošću kao i općenito s povećanjem fizičke kondicije, tjelesne energije (radne izdržljivosti) i smanjenjem fizičkih bolova u lokomotornom sustavu.

Podaci provedeni istraživanjem provedenom na tvrtkama daje indicije da menadžment i Uprava tvrtki i dalje trebaju unaprijeđivati aktivnosti vezane uz zakonsku legislativu i/ili porezne olakšice (projekt „Živjeti zdravo“ Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo) koja ih obvezuje na osiguravanje adekvatnih uvjeta rada za svoje zaposlenike.

Sudionici radionica prepoznali su važnost tema koje su se na radionicama izlagale i u skladu s novostečenim saznanjima izražavaju promjene svojih stavova i spremnost da uvedu promjene u svoj svakodnevni život.

Sudionici sportsko-rekreacijskih treninga, kao što je bilo i očekivano, izražavaju ne samo promjene u stavovima i percepciji, već i u vlastitom ponašanju (odlasci na treninge, konzumacija zdravih namirnica i dr.) po završetku sudjelovanja u projektu - što je najbolji prediktor održivosti rezultata projekta i nakon završetka njegovog trajanja.

Ono što nužno plijeni pozornost jest da su u projektnim aktivnostima koje su tražile intenzivniji osobni angažman (ispunjavanje početnih i završnih upitnika, vođenje dnevnika na dnevnoj bazi) sudjelovali ispitanici koji u startu i kontinuirano žive zdravim životnim stilom. Takvi rezultati nisu iznenađujući ako ih promatramo kroz suvremene stručne teorije, prema kojima je lakše motivirati ljude koji već svjesno čine nešto za svoje zdravlje - da to čine još više, nego što je to slučaj s motiviranjem ljudi koji za svoje zdravlje ne čine ništa (ili mu, dapače, štete) - da se pokrenu i učine barem minimalne promjene.

**Bavljenje fizičkom
aktivnošću stvara
osjećaj većeg
zadovoljstva samim
sobom.**



6) Projekt "Ljubav u pokretu"(od 1. rujna 2015. godine do 31. rujna 2016. godine)

Opći cilj programa je doprinos prevenciji ovisnosti i nasilja i pružanje psihosocijalne podrške djeci i mladima rizičnog ponašanja u Republici Hrvatskoj.

Projekt je doprinio smanjenju pojavnih oblika rizičnog ponašanja i prevenciji ovisnosti kroz edukacije odgojnoobrazovnih djelatnika i roditelja te ciljanom psihosocijalnom podrškom djeci i mladima, zatim informiranjem i educiranjem u medijima te razmjenom znanja i iskustava između partnerskih i suradnih organizacija

Zanimljivost i specifičnost ovog programa je u tome što na, djeci i mladima, blizak način (dobrim dijelom kroz tjelesnu aktivnost, pokret, glazbu i zabavu) omogućava osnaživanje, psihosocijalnu potporu i ujedno iskustvo plesa i vrhunske zabave bez korištenja droga i alkohola. Projekt se provodio u suradnji sa Centrom za osobni i profesionalni razvoj "Sreća" iz Rijeke.

U školskoj godini od rujna 2015. do rujna 2016. godine u projektu je sudjelovalo:

- 22 osnovne škole
- 22 stručna suradnika
- 114 djece iz Požeško - slavonske Županije
- 179 djece iz ostalih županija



U projekt je je bilo uključeno ukupno **293 djece** od kojih su uglavnom uključena djeca iz 5. i 6. razreda te **32 učitelja/razrednika** iz 5. i 6. razreda, odnosno razrednici iz čijih razrednih odjeljenja su bila uključena djeca u program „Ljubav u pokretu“. Roditelji djece su uključeni direktno preko roditeljskog sastanka i edukacije koju je proveo svaki stručni suradnik u svojoj školi.

Odgojno-obrazovni djelatnici: **22 stručna suradnika** obuhvaćena su edukacijom za uvođenje novih metoda i tehnika grupnog rada s učenicima rizične skupine, proveli su grupni rad s učenicima, obuhvaćeni su aktivnostima supervizije i kontinuirane podrške u primjeni novonaučenih metoda u svojoj školi s izabranom skupinom djece te sastancima škola i partnera. Uključeni su u evaluaciju i u završnu aktivnost pripreme za izradu prijedloga nacionalnog modela preventivnog rada.



7) Projekt "Poduzetnost za poduzetništvo - vježbanje poduzetništva u školskim klupama"(od 1. rujna 2015. godine do 31. listopada 2017. godine)

Projekt ima za cilj pomoći mladima da razviju poduzetnička znanja i vještine te spriječe svoju nezaposlenost. S obzirom na današnje brze društveno-ekonomske promjene, postoji potreba za pravovremenom i što boljom pripremom mladih ljudi za život i svijet rada. Ovim se projektom usmjeravamo na usvajanje znanja i razvijanje sposobnosti prepoznavanja i procjene vlastitih slabosti i snaga, kao i procjenu opravdanosti preuzimanja rizika.

Projekt „Poduzetnost za poduzetništvo - vježbanje poduzetništva u školskim klupama“ financirali su:

- **Ministarstvo znanosti, obrazovanja i sporta** - za razdoblje od 1. rujna 2015. godine do 31. kolovoza 2016. godine
- **Ministarstvo za demografiju, obitelj, mlade i socijalnu politiku** - za razdoblje od 1. studenog 2016. godine do 31. listopada 2017. godine

Broj direktnih korisnika iznosio je 208.



8) Projekt "Sigurnost obiteljskog doma za svako dijete - aktivnosti i servisi za promicanje udomiteljstva i pružanje podrške udomiteljskim obiteljima"(od 1. studenog 2016. godine do 30. listopada 2019. godine)

Glavni cilj programa je razviti mrežu usluga u zajednici koje će doprinijeti prevenciji institucionalizacije djece bez odgovarajuće roditeljske skrbi kroz promicanje udomiteljstva i razvoj servisa podrške udomiteljskim obiteljima.

Motivacijskim predavanjima i medijskom kampanjom „**Pruži ljubav, pruži dom**“ promoviralo se udomiteljstvo i poticale osobe da postanu udomitelji, a sve s ciljem smanjenja broja djece u institucijama socijalne skrbi.

Jedan od važnih aspekata ovog programa je i **povećanje broja udomitelja s visokom stručnom spremom**. Naime, prema podacima različitih istraživanja koja su se bavila temom udomiteljstva u Hrvatskoj, utvrđeno je da je 52% udomitelja nižeg obrazovnog statusa, a 39% ih je sa završenom srednjom stručnom spremom. Sa završenom višom ili visokom školom ih je svega 6%. Ovaj podatak upućuje na potrebu povećanja broja udomitelja s visokom stručnom spremom.



U cilju deinstitutionalizacije, djeci je potrebno osigurati smještaj u obiteljima udomitelja, čiji se broj i kvaliteta trebaju povećati intenzivnim radom u području udomiteljstva u cilju uvažavanja i poštivanja dječjih prava. U skladu s tim, osiguravamo podršku udomiteljima za djecu kroz pružanje različitih usluga u zajednici (grupe podrške, edukativne radionice, SOS telefon, edukativna platforma..) kako bismo im pružili adekvatnu pomoć u izvršavanju udomiteljskih zadataka.

U sklopu programa organizirala su se dva puta godišnje **druženje udomitelja i njihove udomljene djece** kako bi se udomitelji međusobno upoznali i razmijenili iskustva, a u program su bile uključene dvije skupine korisnika: potencijalni udomitelji i udomitelji koji već udomljavaju djecu.



9) Projekt "Mi (Seniori) za vas (Juniore) + Mi (Juniori) za vas (Seniore) - podizanje kvalitete života starih i nemoćnih osoba (od 1. svibnja 2016. godine do 31. listopada 2017.)

Glavni cilj projekta je razviti mrežu različitih usluga za osobe starije životne dobi na području Mjesne zajednice Trešnjevka. Proveden u suradnji s Domom za starije osobe Trešnjevka i Gerontološkim centrom.

Projekt su financirali:

- **Zaklada Zajednički Put i Zaklada za razvoj lokalne zajednice Slagalice** – za period od 1. svibnja 2016. do 30. listopada 2016. godine
- **Ministarstvo za demografiju, obitelj, mlade i socijalnu politiku** – za period od 1. studenog 2016. godine do 31. listopada 2017. godine



Usluge koje su na raspolaganju korisnicima su navedene u nastavku:

1. **Pružanje volonterske pomoći osobama starije životne dobi:** volonteri će se s osobama starije životne dobi dogovoriti koju vrstu aktivnosti, odnosno usluga koje nudimo, imaju želju koristiti te dogovoriti dinamiku pružanja usluge (razgovor, šetnja, nabavka..).
2. **SOS telefonska linija za savjetodavnu pomoć osobama starije životne dobi:** naši stručnjaci pružaju pomoć osobama starije životne dobi da riješe različite emocionalne poteškoće ili druge probleme s kojima se susreću. Također pružamo i mogućnost individualnog savjetovanja/psihoterapije.
3. **Grupa za osobe starije životne dobi „Sigurno mjesto za nas“:** u sklopu ove aktivnosti korisnici su dva puta mjesečno dolazili na grupu u kojoj će se razgovarati o različitim poteškoćama koje život u ovoj dobi nosi.
4. **Osnove rada na računalu**
5. **Aktivnost „Seniori za Juniore“:** kroz ovu aktivnost osobe starije životne dobi mogu postati volonteri naše udruge pružajući uslugu pomoći u učenju učenicima ili se mogu uključiti u provedbu sportskih aktivnosti za djecu s teškoćama u razvoju.

VREDNOVANJE USPJEŠNOSTI PROVEDENIH AKTIVNOSTI

19

Evaluacije su provedene od strane zaposlenika udruge, odnosno od strane voditelja projekata ili izvoditelja pojedinih aktivnosti, dok je dio programa evaluirao vanjski suradnik. Evaluacije se čuvaju u arhivi udruge. **Procesna evaluacija** evaluira provedbu aktivnosti u odnosu na plan i njen utjecaj na efikasnost programa. **Programska evaluacija** uključuje model „prije-poslije“. Za svaku aktivnost kreiramo evaluacijske upitnike koji mjere razinu zadovoljstva korisnika provedenim aktivnostima, razinu određenih vještina, znanja i sposobnosti kod polaznika prije provedbe i nakon provedbe aktivnosti.

Usluge Centra Sunce u ovom izvještajnom razdoblju koristilo je više od **1474 direktnih korisnika** od kojih su neki pohađali više programa ili aktivnosti, a neki samo jedan. S obzirom na velik broj nastupa u medijima tijekom 2016. godine (nastupi na televiziji i radiju, informacije preko on line i papirnih medija) procjenjujemo da je broj indirektnih korisnika više od 250 000.



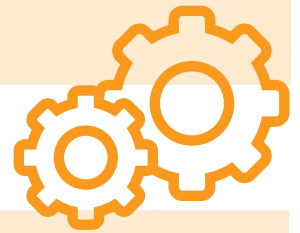
U 2016. godini nisu provedene nikakve samofinancirajuće aktivnosti.

SURADNJA S DRUGIM INSTITUCIJAMA, UDRUGAMA I ORGANIZACIJAMA U LOKALNOJ ZAJEDNICI

20

Kontinuirano ulažemo u poticanje i održavanje učinkovite suradnje među **ustanovama u lokalnoj zajednici** (osnovne škole, CZSS, ambulanta školske medicine, Vijeće gradske četvrti Trešnjevka Jug i Sjever, Crkva Marije pomoćnice). Sa školama u gradskoj četvrti Trešnjevka postoji višegodišnja suradnja (sklopljeni ugovori o suradnji) kao i sa CZSS-om.

Nastavljamo suradnju sa suradnim ustanovama i udrugama kroz pozivanje na okrugle stolove, radionice, obilježavanje godišnjica i drugih aktivnosti. I ove godine kao i prethodnih smo pozivani na **Okrugle stolove, predavanja i edukacije drugih udruga s područja Grada Zagrebu i cijele Hrvatske.**



Sudjelovali smo na **Godišnjoj Skupštini Koordinacije udruga za djecu** kao članovi te aktivno sudjelujemo u suradnji s Koordinacijom i drugim udrugama u davanju prijedloga i sugestija preko Web aplikacije e-Savjetovanja koja omogućuje uključivanje u otvorena javna savjetovanja u postupku donošenja zakona, drugih propisa i akata.

Centar Sunce je član Koordinacije udruga za djecu i **PRECEDE** - Partnerstvo za prihvaćanje i suradnju kroz odgoj i obrazovanje djece predškolske dobi u Europi.

Nastavljamo suradnju s medijima kojima informiramo javnost o našim aktivnostima i uslugama koje udruga pruža.

Tijekom 2016. godine surađivali smo s:

- Hrvatski katolički radio
- Hrvatska radio televizija (Dobro Jutro Hrvatska, Brilljantin)
- IN Portal
- Rekreacija.hr
- www.klinfo.hr
- Baby-bonus
- www.sretnodijete.net
- www.vcz.hr
- Hrvatski radio
- Ordinacija.hr
- www.centar-zdravlje.net
- Civilnodruštvo.hr
- Trudnoća.hr i dr.



Tijekom 2016. godine promovirali smo Udrugu i aktivnosti nastupima u različitim medijima (3 nastupa na Hrvatskom katoličkom radiju u sklopu emisije „Obitelj danas“, BIZdirekt časopis - broj za veljaču 2016. godine (str. 85)



I tijekom 2016. godine Centar Sunce je djelovao uspješno u okviru svoje misije, vizije, ciljeva, Statuta, strateških i operativnih ciljeva te kadrovskih i financijskih mogućnosti. Bili smo aktivni u našim glavnim područjima djelovanja.



Redovite supervizije svih suradnika koji pružaju psihosocijalne usluge klijentima pokazuju visoki standard brige o stručnim suradnicima i kvaliteti njihovog tretmanskog rada.

U financijskom, kadrovskom i programskom smislu i ove godine bilježimo rast i napredak naše Udruge. Centar Sunce je raspolagalo sredstvima dovoljnim za dalje stručno aktivno i financijski likvidno djelovanje udruge.

Kako bismo osigurali sredstva za nastavak programa i aktivnosti, redovito smo aplicirali na natječaje tijekom 2016. godine.

Naši programi pokrili su potrebe naših korisnika. Prisutni smo u medijima i tako dosegli do velikog broja direktnih i indirektnih korisnika.

Plan u 2017. godini primarno je sudjelovati na domaćim i EU natječajima, kako bismo osigurali sredstva za kontinuitet postojećih aktivnosti i kako bismo pokrenuli nove programe/projekte za korisnike te dalje raditi na brojnosti i kvaliteti tima Centra Sunce i pružanju kvalitetnih usluga korisnicima.

