



„SUNCE“,

DRUŠTVO ZA PSIHOLOŠKU POMOĆ

PLAN I PROGRAM RADA ZA 2019. I 2020. GODINU

Waldingerova 11, OSIJEK

Opći cilj udruge: Promicanje, razvitak i unaprijeđenje mentalnog zdravlja pojedinaca (dijete, mladih i odraslih osoba) i grupa (obitelji, skupina i društva)

Specifični cilj: Osigurati kontinuiranu psihološku pomoć i podršku djeci, mladima i odraslim osobama na području grada Osijeka i šire.

Rad Udruge usmjeren je na prevenciju rizičnih ponašanja, identifikaciju poremećaja, poboljšanje kvalitete života te psihosocijalnu pomoć svih u potrebi, kroz ostvarivanje, praćenje, istraživanje i unapređivanje znanja i prakse pružanja psihološke pomoći i podrške.

Strateški ciljevi udruge, napravljeni prema mišljenju članova Sunca tijekom siječnja 2020. godine su sljedeći:

1. Pružanje psihološke pomoći djeci, mladima i odraslim osobama

- Unaprijeđenje kvalitete života pojedinca kroz različite aktivnosti. Podizanje kvalitete međuljudskih i međugrupnih odnosa. Poticanje promijene nepoželjnih i štetnih oblika ponašanja.

DETALJAN OPIS AKTIVNOSTI	VRIJEME PROVEDBE	NOSITELJI
<p>Telefonsko savjetovanje</p> <ul style="list-style-type: none"> - osigurati kontinuitet dva radna dana rada Telefona psihološke pomoći (ponedjeljak i srijeda od 16-19 sati) - omogućiti klijentima savjetovanje putem telefona o različitim problemima (promjena raspoloženja, tjeskoba, strahovi, uspostavljanje odnosa, stres, problemi u obitelji, teškoće u učenju) - uvesti nove volontere u rad Telefona psihološke pomoći 	<p>Kontinuirano tijekom 2019. i 2020. godine</p>	<p>Članovi Sunca Volonteri Administratorica</p>
<p>Osobno savjetovanje</p> <ul style="list-style-type: none"> - odrediti vrijeme rada savjetovališta i napraviti mjesečni plan i raspored - dogovor s klijentima o terminima dolaska - unaprijeđenje kvalitete života kroz savjetodavne i terapijske intervencije - uključivanje u rad savjetovališta članova Sunca s edukacijom za različite psihoterapijske pravce (KBT, geštalt itd.) 	<p>Kontinuirano tijekom 2019 i 2020. godine</p>	<p>Voditeljica savjetovališta (Lara Cakić) Savjetovateljji Volonteri</p>
<p>Grupno savjetovanje</p> <ul style="list-style-type: none"> - osmišljavanje i djelovanje grupa samopomoći i psihološke podrške djeci, mladima i odraslima 	<p>Kontinuirano tijekom 2019. i 2020. godine</p>	<p>Članovi Sunca Volonteri</p>

<p>- edukativno-savjetodavne radionice s grupama na različite teme (trening komunikacijskih vještina, tehnike učenja, trening samopoštovanja)</p> <p>Podizanje svijesti djece, mladih i odraslih o adekvatnom reagiranju na probleme i situacije u društvu:</p> <ul style="list-style-type: none"> -edukativne radionice o prevenciji nasilja nad/među djecom, agresivnosti, prevenciji ovisnosti, radu s darovitim učenicima ili učenicima s teškoćama u razvoju, djeci s kroničnim bolestima - izrada info letaka i brošura različite tematike 	<p>Ovisno o uvjetima projekata</p>	<p>Članovi Sunca Volonteri</p>
<p>Zagovaranje i promicanje odgovornog roditeljstva:</p> <ul style="list-style-type: none"> -izrada edukativnih i informativnih letaka, brošura za roditelje -priprema budućih roditelja za roditeljstvo -rad s roditeljima posvojiteljima -komunikacija s roditeljima putem weba -objava edukativnih tekstova za roditelje na web stranici 	<p>Kontinuirano tijekom 2019. i 2020. godine</p>	<p>Članovi Sunca Volonteri Tajnica</p>
<p>Promicanje sustavnog pristupa djeci i njihovim problemima:</p> <ul style="list-style-type: none"> -suradnja s jedinicama lokalne samouprave -suradnja na raznim događanjima i skupovima – predstavljanje iskustava iz provedbe naših projekata i programa -suradnja sa osnovnim i srednjim školama i sl. odgojno-obrazovnim institucijama -suradnja s udrugama slične tematike 	<p>Kontinuirano tijekom 2019. i 2020. godine</p>	<p>Članovi Sunca Volonteri Predsjednica</p>
<p>Rad stručnjaka psihologa s pripadnicama/ima seksualnih i rodni manjina (LGBTIQ), osnovnoškolske i srednjoškolske dobi i njihovim roditeljima i nastavnicima. Također, promocija prava svih na jednakost i pravo na nenasilje i diskriminaciju.</p> <ul style="list-style-type: none"> -suradnja s udrugama specifične tematike koja nedostaje na našim prostorima (npr. Trans aid, Lori i sl.) -sudjelovanje na raznim događajima, panelima, predavanjima gdje će se popularizirati pravo svih, naročito manjina -pisanje projekata 	<p>Kontinuirano tijekom 2019. i 2020. godine</p>	<p>Članovi Sunca Volonteri Silvija Mihaljević Lara Cakić</p>

* „Sunce“, Društvo za psihološku pomoć – u daljnjem tekstu Sunce

2. Razvoj i unaprjeđenje rada Sunca:

- Kontinuirano praćenje napretka Sunca. Osiguranje financijske stabilnosti unutar organizacije kroz provođenje projekata. Razvijanje vještina za upravljanje projektnim ciklusom.

DETALJAN OPIS AKTIVNOSTI	VRIJEME PROVEDBE	NOSITELJI AKTIVNOSTI
<p>Sastanak Skupštine i Upravnog odbora najmanje dva puta godišnje</p>	<p>Veljača 2019., rujan 2019. Veljača 2020., rujan 2020.</p>	<p>Predsjednica Upravni odbor Svi članovi i volonteri</p>
<p>Projekti</p> <ul style="list-style-type: none"> - pratiti nove natječaje (Nacionalna zaklada za razvoj civilnog društva, Ministarstvo za demografiju, obitelji, mlade i socijalnu politiku, Ministarstvo zdravlja itd.) - proširiti aktivnosti i na EU projekte - pisanje projektnih prijedloga - pronalazak novih partnera za rad na projektima - stručno usavršavanje članova u pisanju projektnih prijedloga 	<p>Kontinuirano tijekom 2019. i 2020. godine</p>	<p>Članovi Sunca Tim za projekte</p>
<p>Osiguranje adekvatnog prostora za provođenje aktivnosti</p> <ul style="list-style-type: none"> -odvojiti aktivnost Telefon psihološke pomoći od rada Savjetovališta - prijava za financijsku institucionalnu potporu udrugama -potražiti potencijalne donatore za opremanje novog prostora 	<p>Kontinuirano tijekom 2019. i 2020.</p>	<p>Marina Matković Silvija Mihaljević</p>
<p>Zaposlenje djelatnika</p> <ul style="list-style-type: none"> - zaposliti osobu na puno radno vrijeme, možda primarno na radnom mjestu savjetovatelja -zaposliti administratora udruge na pola radnog vremena -prednost pri zapošljavanju nezaposlenom članu Sunca 	<p>Kontinuirano tijekom 2019. i 2020.</p>	<p>Marina Matković Silvija Mihaljević</p>

* „Sunce“, Društvo za psihološku pomoć – u daljnjem tekstu Sunce

<p>Unaprijediti organizacijske kapacitete Sunca -povećati broj savjetovatelja u Savjetovalištu s dosadašnjih 6 na 8 -usustaviti volonterski rad (studenti psihologije) u rad Sunca</p>	<p>Kontinuirano tijekom 2019. i 2020.</p>	<p>Lara Cakić</p>
<p>Edukacija -aplicirati na natječaje za edukaciju članovima i volonterima -omogućiti članovima i volonterima edukaciju iz njima interesnog područja (agresija, rad s djecom...), i područja od trenutnog interesa za naše korisnike</p>	<p>Kontinuirano tijekom 2019. i 2020.</p>	<p>Marina Matković Silvija Mihaljević</p>
<p>Osvremenjivanje i redovno održavanje web stranice Sunca</p>	<p>Kontinuirano tijekom 2019. i 2020.</p>	<p>Tajnica</p>
<p>Uređivanje, dopunjavanje, praćenje administrativne dokumentacije Sunca -obnavljanje formulara -praćenje zakonskih akti</p>	<p>Kontinuirano tijekom 2019. i 2020.</p>	<p>Marina Matković Lara Cakić Silvija Mihaljević Svi savjetovatelji Volonteri na Telefonu</p>

U Osijeku, veljača 2019.

Predsjednica:


