



„SUNCE“

DRUŠTVO ZA PSIHOLOŠKU POMOĆ

PLAN I PROGRAM RADA ZA 2021. I 2022. GODINU

Waldingerova 11, OSIJEK

Opći cilj udruge: promicanje, razvitak i unaprijeđenje mentalnog zdravlja pojedinaca (dijce, 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 2021. 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 promjene nepoželjnih i štetnih oblika ponašanja.

DETALJAN OPIS AKTIVNOSTI		
TELEFONSKO SAVJETOVANJE	VRJEME PROVEDBE	NOSITELJI
- dva radna dana osigurati kontinuitet 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	Kontinuirano tijekom 2021. i 2022. godine	Članovi Sunca Volonteri Administratorica
Osobno savjetovanje - 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, gestalt itd.) - omogućiti klijentima online savjetovanje	Kontinuirano tijekom 2021. i 2022. godine	Voditeljica savjetovališta (Lara Cakić) Savjetovateljji Volonteri
Grupno savjetovanje - osnivanje i djelovanje grupa samopomoći i psihološke podrške djeci, mladima i odraslima	Kontinuirano tijekom 2021. i 2022. godine	Članovi Sunca Volonteri Administratorica

- edukativno-savjetodavne radionice s grupama na različite teme (trening komunikacijskih vještina, tehnike učenja, trening samopoštovanja)		
Podizanje svijesti djece, mladih i odraslih o adekvatnom reagiranju na probleme i situacije u društvu: - edukativne radionice o udomiteljstvu, roditeljstvu, prevenciji nasilja nad/među djecom, agresivnosti, prevenciji ovisnosti, radu s darovitim učenicima ili učenicima s teškoćama u razvoju, djeci s kroničnim bolestima, kako se nositi s posljedicama epidemije koronavirusa - izrada info letaka i brošura različite tematike	Ovisno o uvjetima projekata	Članovi Sunca Volonteri Administratorica
Zagovaranje i promicanje odgovornog roditeljstva: - izrada edukativnih i informativnih letaka, brošura za roditelje - priprema budućih roditelja za roditeljstvo - rad s roditeljima udomiteljima - komunikacija s roditeljima putem weba - objava edukativnih tekstova za roditelje na web stranici	Kontinuirano tijekom 2021. i 2022. godine	Članovi Sunca Volonteri Administratorica
Promicanje sustavnog pristupa djeci i njihovim problemima: - suradnja s jedinicama lokalne samouprave - suradnja na raznim događanjima i skupovima – predstavljajući iskustava iz provedbe naših projekata i programa - suradnja s osnovnim i srednjim školama i drugim odgojno-obrazovnim institucijama - suradnja s udrugama slične tematike	Kontinuirano tijekom 2021. i 2022. godine	Članovi Sunca Volonteri Predsjednica

2. Razvoj i unaprijeđenje 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
Sastanak Skupštine i Upravnog odbora najmanje dva puta godišnje	Siječanj 2021., rujan 2021. Veljača 2022., rujan 2022.	Predsjednica Upravni odbor Svi članovi i volonteri
Projekti - pratiti nove natječeaje (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	Kontinuirano tijekom 2021. i 2022. godine	Članovi Sunca Tim za projekte
Zadržati drugi prostor za provođenje aktivnosti i dovršiti renovaciju prostora u Waldingerovoj ulici	Kontinuirano tijekom 2021. i 2022.	Članovi Sunca
Zaposlenje djelatnika - zaposliti osobu na puno radno vrijeme, po mogućnosti primarno na radnom mjestu savjetovatelja (prednost pri zapošljavanju nezaposlenom članu Sunca)	Kontinuirano tijekom 2021. i 2022.	Predsjednica Administratorica
Unaprijediti organizacijske kapacitete Sunca - uspostaviti volonterski rad (studenti psihologije) u rad Sunca	Kontinuirano tijekom 2021. i 2022.	Lara Cakić
Edukacija	Kontinuirano tijekom 2021. i 2022.	Svi članovi

- aplicirati na natječaj za edukaciju članovima i volonterima - omogućiti članovima i volonterima edukaciju iz njima zanimljivog područja (agresija, rad s djecom...) i područja od trenutnog interesa za naše korisnike		
Osuveremenjivanje i redovno održavanje web stranice Sunca	Kontinuirano tijekom 2021. i 2022.	Tajnica
Uređivanje, dopunjavanje, praćenje administrativne dokumentacije Sunca -obnavljanje formulara -praćenje zakonskih akti	Kontinuirano tijekom 2021. i 2022.	Svi članovi Volonteri na Telefonu

U Osijeku, siječanj 2021.

Predsjednica:

Martina

