



UDRUGA RAST

Ulica Sv. Mateja 93

10010 Zagreb

e-mail: udruga.rast2003@gmail.com

web: <https://udruga-rast.hr>

IZVJEŠĆE O RADU UDRUGE RAST ZA 2019. GODINU

➤ **Europski socijalni fond – projektni prijedlog Udruge RAST**

Pripremljen je vlastiti projektni prijedlog za otvoreni poziv Europskog socijalnog fonda pod nazivom „Razvoj i širenje mreže izvaninstitucionalnih usluga za hrvatske branitelje i stradalnike Domovinskog rata”. U veljači 2019. godine, nakon privremene obustave, ponovno je otvoren natječaj te je Udruga RAST predala svoj projektni prijedlog. Nacionalna zaklada za razvoj civilnog društva je u rujnu 2019. zatražila dodatna pojašnjenja i dokumentaciju vezanu uz projekt koja je i dostavljena te prezentirana na zajedničkom sastanku Udruge RAST i Nacionalne zaklade za razvoj civilnog društva. Dobivena je povratna informacija o usvajanju projekta i odobravanju financiranja te najavljeno potpisivanje Ugovora o dodjeli bespovratnih sredstava početkom 2020. godine.

➤ **Europski socijalni fond – partnerstvo na projektom prijedlogu**

Udruga RAST sudjeluje kao partner, zajedno sa drugim braniteljskim udrugama, u projektom prijedlogu „Analiza društvenih faktora koji utječu na kvalitetu života braniteljske populacije – smjernice za budućnost“. Prijavitelj je Zbor udruga veterana hrvatskih gardijskih postrojbi, a prijava je predana početkom listopada na otvoreni poziv za bespovratna sredstva iz Europskog socijalnog fonda pod nazivom “Tematske mreže za društveno-ekonomski razvoj te promicanje socijalnog dijaloga u kontekstu unapređivanja uvjeta rada”.

Udruga RAST sudjeluje kao partner i u projektom prijedlogu podnositelja Zbor udruga veterana hrvatskih gardijskih postrojbi za otvoreni poziv Europskog socijalnog fonda pod nazivom „Razvoj i širenje mreže izvaninstitucionalnih usluga za hrvatske branitelje i stradalnike Domovinskog rata” pod nazivom “Budimo zajedno” koji je također usvojen te je potpisivanje Ugovora o dodjeli bespovratnih sredstava najavljeno za početak 2020. godine.

➤ **Projekt - Braniteljski.hr**

Udruga RAST vodi portal Braniteljski.hr. Na kraju 2019. broj osoba koje su pratile facebook stranicu portala iznosio je preko 5000. Posjećenost portala u 2019. godine iznosila je 156.871 pregleda stranice, odnosno 133.802 jedinstvenih pregleda stranice. Portal je aktivan kontinuirano, te je rad portala financiran putem javnih natječaja kada je to moguće, a ostalo vrijeme zahvaljujući volonterskom radu.

Udruga RAST je predala prijavu na Javni natječaj broj 01/18 za dodjelu sredstava Fonda za poticanje pluralizma i raznovrsnosti elektroničkih medija – neprofitnih pružatelja elektroničkih publikacija, neprofitnih proizvođača audiovizualnih i radijskih programa za 2019. i 2020. godinu za program "Branitelji u društvu" koji se prvenstveno odnosi na povijesno vjerodostojno prikazivanje Domovinskog rata. Program je odobren, te je dobivena potpora za 2019. i 2020. godinu. U okviru tog programa zaposlene su dvije osobe, na pola radnog vremena, te su angažirani vanjski suradnici putem autorskih ugovora. Završno izvješće za 2019. godinu je predano.

Grad Zagreb dodijelio je portalu Braniteljski.hr potporu male vrijednosti za sufinanciranje proizvodnje i objave programskih sadržaja u elektroničkim publikacijama. Potpora se odnosila na 2019. godinu.

Na portalu Braniteljski.hr promičemo pozitivnu sliku o vrijednostima Domovinskog rata i pozitivnu percepciju o hrvatskim braniteljima u javnosti. Kroz više rubrika na portalu se objavljuju korisni članci i važne informacije za hrvatske branitelje i udruge proizašle iz Domovinskog rata.

➤ **Projekt - Sportski i mentalni trening u svrhu psihosocijalnog osnaživanja i poboljšanja kvalitete života hrvatskih branitelja i članova njihovih obitelji**

Sportski i mentalni trening je višegodišnji projekt koji je započeo u rujnu 2016. godine. Četvrta godina provedbe projekta započela je u listopadu 2019. godine. Financiran je od strane Ministarstva hrvatskih branitelja.

Cilj je projekta utjecati na psihosocijalno osnaživanje njegovih sudionika te na poboljšanje kvalitete življenja kroz sportske aktivnosti, radionice i edukaciju vezane uz mentalni trening, koji će pomoći sportašima da unaprijede svoje mentalne strategije, savladaju prepreke te da se učinkovito se nose s pritiskom i neočekivanim događajima.

Dokazano je da bavljenje sportom pomaže boljem osnaživanju ljudi sa psihološkim tegobama te umanjivanju čimbenika rizičnih za fizičko i psihičko zdravlje pojedinca. Kod sudionika projekta uočili smo povećanje otpornosti na stresne situacije, lakše podnošenje svakodnevice i poslovnih obaveza. Svi ti čimbenici utječu na psihosocijalno jačanje i poboljšanje kvalitete življenja, zbog čega smo se usmjerili upravo na poticanje fizičke aktivnosti branitelja i stradalnika Domovinskog rata uključenih u projekt.

Kako bi se branitelji dodatno motivirali na redovito pohađanje treninga i uključivanje u seminare i edukaciju, u projekt su uključena i njihova djeca. Time je postignuto da osim poboljšanja zdravlja, aktivnosti projekta utječu na poboljšanje kvalitete socijalnih odnosa između roditelja i djece njihovom redovitom i strukturiranom interakcijom.

Istovremeno, djeca branitelja koji su članovi partnerskih organizacija i ujedno treneri borilačkih sportova, tijekom projekta razvijaju svoje trenerske vještine, vještine komunikacije i motivacije sportaša. Djeca branitelja koji se aktivno ili rekreativno bave sportom, mentalnim će treningom unaprijediti mentalne strategije, naučiti se učinkovito nositi s pritiskom i neočekivanim događajima te savladati prepreke koje onemogućuju postizanje optimalne izvedbe u sportu i svakodnevicu. Ostvarena je odlična suradnja s partnerima na projektu: Udruga specijalne policije iz Domovinskog rata, Zbor udruge veterana hrvatskih gardijskih postrojbi, Taekwondo klub Susedgrad Sokol.

Završno izvješće za 2019. godinu je predano i usvojeno.

➤ **Projekt - Narativna psihoterapija - Ispričaj mi priču**

Projekt "Narativna psihoterapija - Ispričaj mi priču" je projekt čija je provedba počela u kolovozu 2018. godine i završena na kraju 2019. godine. Cilj projekta je bio postići utjecaj na psihosocijalno osnaživanje njegovih sudionika te na poboljšanje kvalitete življenja kroz izvođenje narativne psihoterapije i promociju iste, što je sudionicima omogućilo da kroz pričanje

životnih i ratnih priča reinterpetiraju događaje koji su oblikovali njihove živote tako da osnaže svoju ličnost i mentalno zdravlje, učinkovito se nose sa svakodnevicom i prepoznaju sam utjecaj događaja iz Domovinskog rata na njihove živote.

Ciljana skupina su bili branitelji i stradalnici Domovinskog rata koji su dio partnerskih organizacija. Osim njih, u projektu su sudjelovali i provoditelji narativne terapije.

Kao partneri na projektu odabrani su Udruga specijalne policije iz Domovinskog rata RH, Zbor udruga veterana hrvatskih gardijskih postrojbi i Kulturni multimedijalni edukacijski tabor.

Završno izvješće je predano i usvojeno od strane Ministarstva hrvatskih branitelja.

➤ **Projekt – Istraživanje – identitet i skrb**

Na javni natječaj Psihološko i socijalno osnaživanje te podizanje kvalitete življenja hrvatskih branitelja, hrvatskih branitelja s invaliditetom, HRVI, stradalnika i članova obitelji smrtno stradaloga i nestaloga hrvatskog branitelja iz Domovinskog rata prijavljen je i projekt „Istraživanje – identitet i skrb“. Projekt je usvojen te je započeo s provedbom u rujnu 2019. godine, a trajat će do kraja 2020. godine. Cilj ovoga programa je kroz primjenu suvremenih istraživanja iz polja psihologije i sociologije proučiti karakteristike (životne vrijednosti, identitet i sl.) u sustavu skrbi o hrvatskim braniteljima te na široj braniteljskoj i stradalničkoj populaciji. Na temelju rezultata istraživanja dobit će se različiti prediktori koji će biti kvalitetna podloga za izradu daljnjih koraka u cilju poboljšanja kvalitete života i psihološkog osnaživanja braniteljske populacije te članova njihovih obitelji. Znanstveno – istraživačkim pristupom problemima djeluje se i na osvješćivanje znanstvene i šire društvene zajednice o doprinosu hrvatskih branitelja u stvaranju nezavisne Republike Hrvatske kao i o važnosti kontinuiranoga rada s osobama koje su posredno ili neposredno doživjele ratne strahote te s članovima njihovih obitelji.

➤ **Ostali prijavljeni projekti**

Na javni natječaj za financiranje projekata udruga koji je u 2019. godini objavio Grad Zagreb, prijavljen je projekt Sportsko natjecanje u Brazilskom Jiu-Jitsu. Program je usvojen i odobren, te je natjecanje održano u prosincu 2019. godine u dvorani u sklopu Sportskog parka Mladost u Zagrebu. U organizaciji i provedbi natjecanja uz Udrugu RAST, kao partnerska organizacija je sudjelovao Hrvatski akademski jiu – jitsu klub „Mladost – Alliance BD“. Izvješće o provedenom projektu je podneseno i usvojeno.

Na javne natječaje Ministarstva hrvatskih branitelja su prijavljena ukupno četiri natječaja. Na javni natječaj Promicanje vrijednosti Domovinskog rata su prijavljeni projekti "Multimedijalni prikaz obljetnica Domovinskog rata" i „Internetski portal Braniteljski.hr“, a na javni natječaj Psihološko i socijalno osnaživanje te podizanje kvalitete življenja hrvatskih branitelja, hrvatskih branitelja s invaliditetom, HRVI, stradalnika i članova obitelji smrtno stradaloga i nestaloga hrvatskog branitelja iz Domovinskog rata su prijavljeni projekti „Sportski i mentalni trening u svrhu psihosocijalnog osnaživanja i poboljšanja kvalitete života hrvatskih branitelja i članova njihovih obitelji“ i „Istraživanje – identitet i skrb“.

Projekti "Multimedijalni prikaz obljetnica Domovinskog rata" i „Internetski portal Braniteljski.hr“ nisu odobreni.

➤ **Institucionalna podrška udrugama iz Domovinskog rata**

U 2017. godini Udruga Rast se prijavila na natječaj za pružanje institucionalne podrške udrugama iz Domovinskog rata koji je objavila Nacionalna zaklada za razvoj civilnog društva.

Udrugi Rast je odobrena institucionalna podrška u razdoblju od 3 godine, te je financiranje krenulo od listopada 2017. godine.

Zahvaljujući institucionalnoj podršci zaposlena je jedna osoba na pola radnog vremena.

Nacionalnoj zakladi za razvoj civilnog društva podnesena su sva potrebna izvješća za 2019. godinu.

➤ **Sudjelovanje u promociji knjige "Psihosocijalna prilagodba hrvatskih branitelja – individualna i društvena perspektiva"**

Udruga Rast aktivno je sudjelovala u promociji knjige "Psihosocijalna prilagodba hrvatskih branitelja – individualna i društvena perspektiva". Dopredsjednica Udruge Rast gospođa Sandra Šućurović bila je jedan od autora navedene knjige. Knjiga je nastala u koautorstvu tri psihologa: Sandre Šućurović, Igora Mikloušića i Martine Knežević, a predstavlja suradnju između Zbora udruga veterana hrvatskih gardijskih postrojbi, Instituta društvenih znanosti Ivo Pilar, Hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu te Udruge specijalne policije. Tijekom 2019. godine provedena je aktivna promocija knjige, te su izvršene donacije knjiga različitim knjižnicama i drugim ustanovama za koje je relevantna tematika knjige.

Knjiga je svojevrsni pionir u svome području, jer je jedna od rijetkih koje opsežno i na znanstveni način obrađuje temu uključivanja branitelja u društvo i daje konkretne preporuke za rad s braniteljskom populacijom, ali i svim budućim ratnim veteranima.

➤ **Individualna psihološka savjetovanja**

S obzirom na to da je dopredsjednica udruge Sandra Šućurović po struci mag. psych., kao volonterski program izvode se individualna psihološka savjetovanja s braniteljima, te članovima njihovih obitelji u svrhu pružanja psihološke pomoći, lakšeg podnošenja stresa, kako bi se olakšalo uključivanje u svakodnevni život te spriječilo razvijanje težih psihičkih posljedica. Teme koje su uključene su razvoj samopoštovanja, upravljanje stresom i emocijama, razvoj asertivne komunikacije, rješavanje sukoba, edukacije o posljedicama rata i psihičkim poremećajima i nošenje s dijagnozom bolesti.

➤ **Unaprijeđeno je administrativno poslovanje**

Unaprijeđeno je administrativno poslovanje udruge. Konkretno; vode se sve potrebne evidencije (o članovima, o radnicima, o radnom vremenu), slaže se arhiva udruge, redovito se komunicira s knjigovodstvenim servisom.

➤ **Udruga je sklopila Ugovore o radu s novim zaposlenicima**

U 2019. godini, Udruga je zaposlila još jednu osobu, na pola radnog vremena, te je ukupno imala dvije osobe zaposlene, od toga jednu na puno radno vrijeme. Također, angažirani su i novi suradnici i stručnjaci, putem Autorskih ugovora i Ugovora o djelu.

➤ **Prisustvovanje obljetnicama:**

25. veljače 2019. - 25. godišnjica osnutka 1. HGZ

01. svibanj 2019. - 24. obljetnica vojno redarstvene operacije "Bljesak"

27. i 28. svibanj 2019. - 28. obljetnica ustrojavanja Oružanih snaga, Dana oružanih snaga i Dana Hrvatske kopnene vojske

25. lipanj 2019. – obilježavanje Dana državnosti Republike Hrvatske

5. kolovoz 2019. - 25. obljetnica vojno-redarstvene operacije "Oluja"

9. rujna 2019. – 26. Obljetnica VRO „Medački džep“

18. rujna 2019. - 24. godišnjica akcije "Una 95"

8. listopada 2019. - obilježavanje Dana neovisnosti Republike Hrvatske

31. listopada 2019. - Polaganje vijenaca povodom blagdana Svih Svetih

17. i 18. studeni 2019. – Obilježavanje „Dana sjećanja na žrtvu Vukovara 18.11.1991.

10. prosinac 2019. – Obilježavanje godišnjice smrti prvog hrvatskog predsjednika dr. Franje Tuđmana

Sandra Šučurović
Dopredsjednica



Udruga Rast korisnik je institucionalne podrške Nacionalne zaklade za razvoj civilnog društva i Ministarstva hrvatskih branitelja.