



## **UDRUGA RAST**

Ulica Sv. Mateja 93

10010 Zagreb

e-mail: [udruga.rast2003@gmail.com](mailto:udruga.rast2003@gmail.com)

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

IBAN: HR23400091110135486

## **IZVJEŠĆE O RADU UDRUGE RAST ZA 2020. GODINU**

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

U veljači 2019. godine, predan 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“. Ugovor o dodjeli bespovratnih sredstava u iznosu od 1.927.015,69 kn je potpisan 05. veljače 2020. godine kada je započeta provedba projekta koja će trajati 24 mjeseca. Kao partneri na projektu su angažirani Zbor udruge veteran hrvatskih gardijskih postrojbi I Udruga specijalne policije iz Domovinskog rata RH. Na projektu su zaposlene četiri osobe na puno radno vrijeme, te su angažirani vanjski suradnici, stručnjaci različitih profila. Sva potrebna programska i financijska izvješća su predana u zadanim vremenskim okvirima, nadležnom tijelu PT 2, Nacionalnoj zakladi za razvoj civilnog društva, te su i prihvaćena, odnosno odobrena.

### ➤ **Projekt - Braniteljski.hr**

Udruga RAST vodi portal Braniteljski.hr. 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, jedna na pola radnog vremena, te jedna na dopunski rad te su angažirani vanjski suradnici putem autorskih ugovora. Završno izvješće za 2020. godinu je predano i odobreno. Također je u prosincu 2020. predana prijava na Javni natječaj broj 1/20 za dodjelu sredstava Fonda poticanje pluralizma i raznovrsnosti elektroničkih medija.

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

objavljaju 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, te je trajalo do listopada 2020. 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 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 vještine komunikacije i motivacije sportaša. Izrađena je brošura o komunikaciji kao edukativni materijal za sudionike i korisnike projekta. 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 2020. godinu je predano i usvojeno.

➤ **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 kolovoza 2021. 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.



➤ **Pomoć pri obnovi stambenih objekata hrvatskih branitelja i članova njihovih obitelji kroz nabavu i dostavljanje potrebnog građevinskog materijala**

Projekt je baziran na pomoći kod obnove oštećenih stambenih objekata za branitelje i njihove obitelji koji su u teškoj novčanoj situaciji, a koji su pretrpjeli materijalnu štetu nastalu nakon potresa u Zagrebu. Nakon dodjele sredstava u srpnju 2020. godine, kupljen je potrebni materijal za obnovu jednog oštećenog objekta branitelja i njegove obitelji. Od ministarstva je odobrena zamolba za produljenje projekta do 31.06.2021 godine, s obzirom na novi potres krajem 2020. godine. U tekućoj godini udruga će pokušati pronaći građevinski obrt za sanaciju navedenog objekta.

➤ **Pružanje psihosocijalne i fizioterapeutske podrške te kinezioloških usluga korektivnog vježbanja hrvatskim braniteljima i članovima njihovih obitelji uslijed epidemije bolesti COVID-19**

Glavne aktivnosti projekta bile su pružanje psihosocijalne podrške putem telefonske linije i pružanje fizioterapeutske podrške te kinezioloških usluga korektivnog vježbanja hrvatskim braniteljima i članovima njihovih obitelji uslijed epidemije bolesti COVID-19. O mogućnostima korištenja navedenih usluga, ciljna populacija bila je obaviještena putem internetske stranice Udruge RAST.

Psiholog angažiran za pružanje psihosocijalne podrške putem telefonske linije uspostavljenom putem ovog projekta zaprimao je pozive korisnika koji su se javljali s problemima vezanim uz izvanrednu situaciju zbog epidemije COVID-19. Korisnici su se ponekad javljali jednokratno, a s nekima su dogovoreni i dodatni termini.

Kineziterapeut angažiran je u funkciji pružanja kineziterapeutske procjene i tretmana kao i korištenja mjernih uređaja iz područja kineziologije. U sklopu projekta, kineziterapeut je od instrumentarija koristio opremu za vježbanje (prostirke, gume, girje, utege, valjke za masažu i sl.), tlakomjer, beskontaktni infracrveni toplomjer, Compex elektrostimulator, pulsnioksimetar, vagu, kao i svu zaštitnu opremu i higijenska sredstva u svrhu smanjenja mogućnosti zaraze virusom COVID-19.

S obzirom na fizioterapeutske usluge, izvršeno je pružanje fizioterapeutske procjene i tretmana kao i korištenje uređaja iz područja fizikalne medicine i rehabilitacije. Fizioterapeut je radio na utvrđivanju fizioterapeutske procjene, izradi fizioterapeutskih programa, provedbi korektivnih vježbi, provedbi tretmana uz pomoć rehabilitacijskih uređajate provedba mišićne stimulacije i relaksacije nakon korektivnih vježbi uz pomoć Compex uređaja. Prilikom provedbe aktivnosti, kontinuirano je korištena zaštitna oprema i higijenska sredstva u svrhu smanjenja mogućnosti zaraze virusom COVID-19.

➤ **Ostali prijavljeni projekti**

Udruga RAST je nakon završetka institucionalne podrške 2020. godine ministarstvu hrvatskih branitelja poslala zamolbu za dodjelu sredstava za pokriće osnovnih troškova rada i djelovanja. Zamolba je odobrena te je udruzi odobreno iznos od 10.000 kn.

Zbog epidemiološke situacije, prošle se godine obustavio natječaj Ministarstva hrvatskih branitelja preko kojeg udruga inače kontinuirano provodi projekt Sportski i mentalni trening već od 2016. godine. Navedeni projekt planira se nastaviti u ovoj tekućoj godini nakon obnove javnog poziva.

➤ **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 2020. godinu.

➤ **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 2020. godini, Udruga je zaposlila novu osobu na puno radno vrijeme, te je ukupno imala šest zaposlene osobe. Također, angažirani su i novi suradnici i stručnjaci, putem Autorskih ugovora i Ugovora o djelu.



**Sandra Šučurović**  
Dopredsjednica



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