

Udruga za promoviranje društvene solidarnosti „Srce za bližnje“

Treće godišnje izvješće za 2023. godinu

Dragi/e volonteri/ke, članovi/ice i prijatelji/ice Udruge „Srce za bližnje“,

s ponosom se osvrćemo na proteklu godinu, obilježenu doprinosom praktičnoj solidarnosti, osobito prema starijim ljudima u potrebi. Na godišnjoj večeri zahvale za sve naše volontere/ke, aktiviste/kinje i članove/ice prisjetili smo se mudre izreke etnologinje *Margaret Mead* koja je već prije 80 godina izrekla: „*Nikada ne sumnjajte u to da mala grupa ljudi može promijeniti svijet, to je jedino što ga je ikada i mijenjalo.*“

Zahvaljujući našim volonterima/kama, kroz empatične i dobrosusjedske odnose, pružili smo podršku i ohrabrenje onima kojima je to najviše trebalo: napuštenim, zaboravljenim i otpisanim starijim osobama, vraćajući u fokus vrijednosti koje su nekad bile temelj naše zajednice.

Nastojali smo da naš glas bude čujan, te smo kroz cijelu godinu podizali svijest o izazovima s kojima se starije osobe suočavaju. Potičući aktivno sudjelovanje upravo starijih osoba u društvenom životu aktivirali smo tri grupe starijih ljudi da nam se pridruže. Kroz radionice, akcije na međunarodnim danima, zajednička druženja, omogućili smo im da ponovno osjete radost zajedništva i važnost svojeg doprinosa društvu.

Motivirani, nastavljamo s našim radom i u 2024. godini. Uvjereni smo da svaki naš korak može nastaviti graditi solidarnu zajednicu na čiju podršku mogu računati sve starije osobe.

S nadom da ćemo i druge inspirirati, srdačno vam se zahvaljujemo.

Ivana Radić
predsjednica Upravnog odbora

Međunarodni dani koji promoviraju društvenu solidarnost svih generacija



Dekada zdravog starenja 2020-2030

Ljudi su kao drveće. U skladu s uvjetima životne sredine rastu i razvijaju se. Ako je prirodna i socijalna okolina zdrava, onda će bića napredovati. Tijekom Dekade zdravog starenja, koju je Svjetska zdravstvena organizacija proglasila 2020. godine, sve zemlje svijeta trebaju razvijati uvjete života da starija generacija postane nova snaga razvoja.



15.6., Svjetski dan borbe protiv nasilja nad starijima

Iako su oblici nasilja nad starijim osobama - fizičko, psihičko, emocionalno, financijsko i seksualno zlostavljanje, kao i nebriga i zanemarivanje - sveprisutni u društvu, tabu tema je, te je mali broj ljudi svjestan ovog problema. Radionicom na temu „Uključeno, sigurno i dostojanstveno u trećoj životnoj dobi“, smo u suradnju s KJU „Porodično savjetovalište“ i s oko 40 osoba iz naših grupa volontera/ki obilježili ovaj dan.



1.10., Međunarodni dan starijih osoba

"Pridružite nam se kako bismo stvorili ugodno okruženje koje će poticati osjećaj radosti i pružiti priliku da se međusobno družimo, razgovaramo i podijelimo svoje kreativne ideje za aktivno starenje." Više od 80 starijih osoba odazvalo se pozivu na lijepu jesensku nedjelju da nam se pridruže uz besplatnu kavu/kafu na gradskim trgovima u Hrasnici i Ilijašu.



5.12., Međunarodni dan volonterizma

Za starije osobe, organizirano volontiranje često se percipira kao aktivnost rezervirana za mlade, primjerice u programu „Stariji brat, starija sestra“. Zbog toga smo organizirali izlet za 30 djece i njihove volontere/ke u Ilijaš. Starije članice ženske organizacije „Zlatne ruke“, koje čuvaju i prenose kulturnu tradiciju, naučile su mlade goste pletenju, heklanju i tkanju.



20.12., Međunarodni dan ljudske solidarnosti

Ovaj UN-ov dan obilježava se od 2006. u svrhu uklanjanja siromaštva. Naše grupe u Hrasnici i Ilijašu u suradnji sa školama prikupile su namirnice i higijenske potrepštine. Socijalna radnica Udruge posjetila je starije osobe koje su prijavljene kao potrebite i pripremila podatke za njihovu podršku. Za 130 osoba, jedan dan starosti pretvorio se u radost.

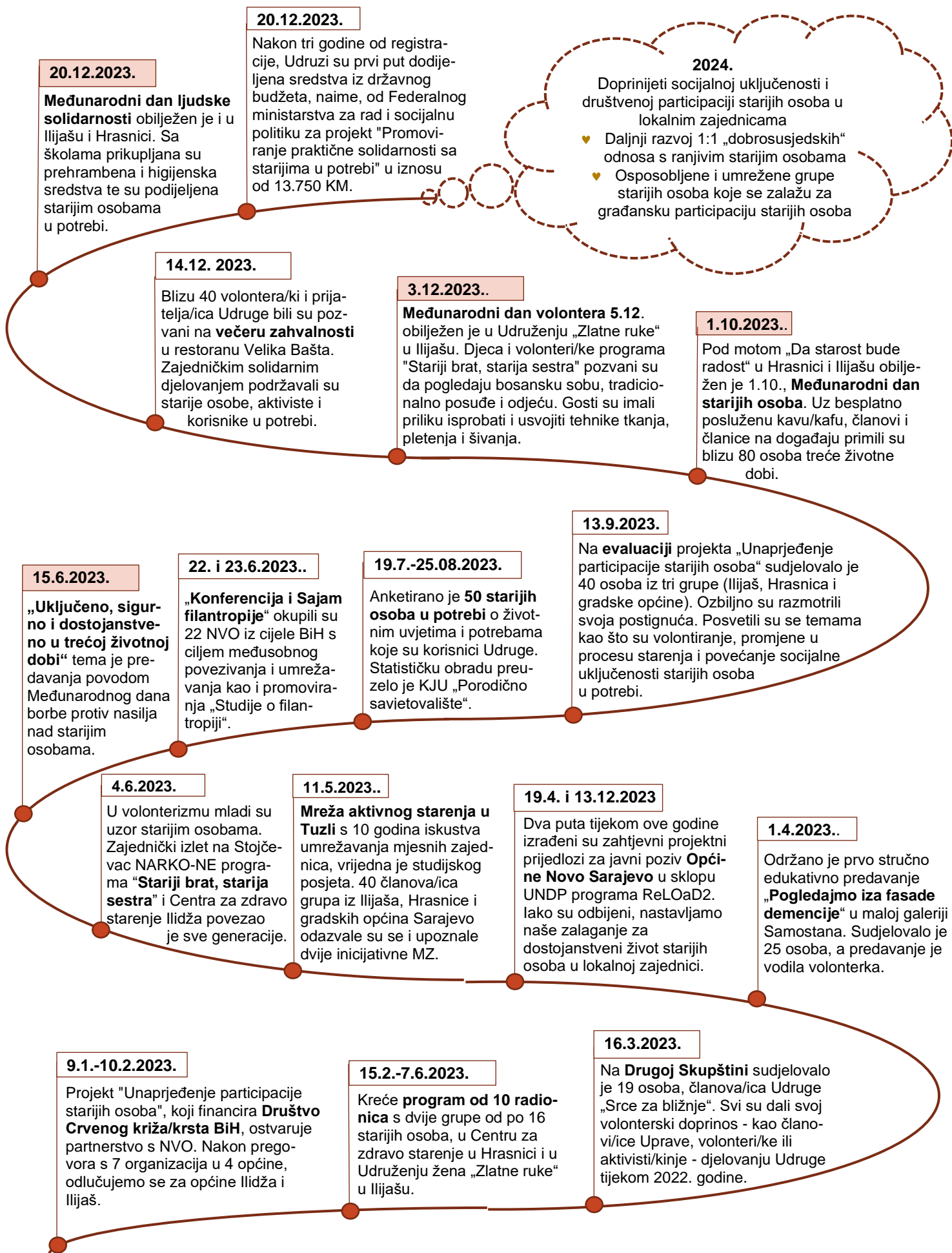
Godine su samo broj.
„Nikada nisi previše star/a,
da bi postavio/la novi cilj
i sanjao/la novi san.“

C.S. Lewis



U World Cafe evaluaciji diskutira 40 starijih sudionika/ca projekta o njihovim resursima za participaciju u razvoju solidarnog društva koje uključuje i stariju generaciju.

Profil djelovanja Udruge postaje jasniji kroz tri projekta: (1) Promoviranje praktične solidarnosti sa starijim osobama u potrebi, (2) Participacija starijih osoba u oblikovanju društvenog života; (3) Inicijativna grupa za izradu Strategije razvoja građanske participacije starijih osoba. Partnerska suradnja i umrežavanje s drugim nevladinim organizacijama također dobivaju na zamahu.



Jesmo li uspjeli promovirati društvenu solidarnost sa starijim osobama u ovoj 2023. godini? Kako mjerimo odgovarajuće promjene? Jesu li se dobronamjerni i empatični odnosi sa starijim ljudima u našem okruženju proširili i ojačali? Našim projektima i aktivnostima stvaramo okvir kojim potičemo sudionike/ce da probude u sebi viziju i motivaciju za solidarno djelovanje.

Participacija starijih osoba u oblikovanju društvenog života koji uključuje građane treće životne dobi

Društvo Crvenog krsta /križa BiH odobrio je pilot projekt za 40 osoba treće životne dobi u tri lokalne zajednice u Sarajevu da bi se uhvatili u koštac s problemima starenja u našem društvu. Educirali su se o bitnim temama zdravog/aktivnog starenja, istraživali i ispitivali svoje životno iskustvo kako bi ga investirali u izgradnju društvene solidarnosti sa starijim osobama u potrebi.



Poziv starijim osobama u tri općina KS.
Uključite se i podržite starije osobe!

Statistički podaci za 2023.



Promoviranje praktične solidarnosti sa starijim osobama u potrebi

- ♥ U Sarajevu se nastavlja volontiranje za starije susjede u potrebi. Od ukupno 40 prijavljenih, 20 osoba je aktivno; njihova starosna dob je od 20 do 79 godina, 16 volontera je ženskog i 4 muškog spola.
- ♥ Naših 20 korisnika/ica imaju između 66 i 95 godina, 16 su žene i 4 muškarci. U tijeku 2023. god. umrlo je 4 korisnika.
- ♥ Projekt koordinatorka posjetila je 85 osoba koje su nam bile prijavljene kao potrebite, te s njima uradila socijalnu anamnezu
- ♥ Ukupno je posjetila 299 osoba.
- ♥ A prošla je više od 1700 km unutar gradskih općina te općina Ilijaš i Ilidža.



Samostan sv. Ante Sarajevo
Partner u humanitarnom radu

Podijeljena humanitarna pomoć

- ♥ **Namirnice i higijenske potrepštine**
100 obiteljskih paketa (vrijednost 60 KM)
190 vreća za pojedince (vrijednost 40 KM)
- ♥ **Potvrde za plaćanje lijekova**
34 potvrde za podizanje lijekova u prosječnom iznosu od 62 KM
- ♥ **Novčana podrška**
229 novčanih doprinosa za plaćanje režijskih troškova

Edukativni program od 9 radionica za grupe u Hrasnici i Ilijašu

1. Starost bez stereotipa- prepoznavanje i prevazilaženju predrasuda
2. Da li je starenje silaženje niz stepenice života ili uspon do vrhunca života?
3. Raspakiranje svog životnog ruksaka – moje vještine i talenti
4. Zona komfora: Kako izaći iz nje i rasti do novih horizonata?
5. Koje zaštitne faktore za zdravo starenje imamo u našoj okolini?
6. Kako pristupiti sredstvima javne komunikacije kako bi starije osobe učinili vidljivim?
7. Volontiranje starijih za starije - put prema osmišljavanju vlastitog projekta
8. Osmišljavamo inicijative za aktivno starenje kod nas! Filantropija!
9. Komunikacija sa korisnicima

Dva stručna predavanja za sve sudionike/ce projekta

1.4.23. **Pogledamo iza fasade demencije**
Izabela Mahmutović, socijalna radnica s iskustvom u radu sa dementnim osobama u staračkom domu, praktično objašnjava bolest, faze, simptome i izazove za osobe u okruženju bolesnika. Oko 30 osoba prisustvovalo je događaju u Samostanu sv. Ante.

15.6.2023. **„Uključeno, sigurno, dostojanstveno i zaštićeno u trećoj životnoj dobi“**

tema je predavanja povodom Međunarodnog dana borbe protiv nasilje nad starijim osobama. Stručni saradnik KJU Porodično savjetovalište, *Amer Šenderović* ohrabrio je sudionike, njih 50, da otvore oči i priiave slučajevne nasilja.

Studijski posjet Mreži za aktivno starenje MAS u Tuzli



„Dobar glas daleko se čuje“

U želji za suradnjom i povezivanjem s drugim organizacijama koji okupljaju i podržavaju starije osobe, 11.5.23. organiziran je studijski posjet Mreži aktivnog starenja u Tuzli. 39 članica grupa iz Ilijaša, Hrasnice i gradskih općina sudjelovalo je na posjetu. Inicijalne grupe aktivnog starenja IGAS Gornja Tuzla i Dragunja kao domaćini srdačno su nas dočekali, predstavili svoje projekte za poboljšanje uvjeta života starijih osoba, omogućili razmjenu iskustava te pripremili zajednički ručak i druženje.

Zajednički događaji sa Stariji brat, starija sestra



I Izletište Stojčevac u Ilidži

„Prirodni raj Sarajeva“, „Prava oaza“, „Najlijepši dragulj pod Igmanom“ ... Blizu 100 osoba - djeca, njihovi/e volonteri/ke (studenti/ce) i starije osobe iz Hrasnice su u nedjelju, 4.6. uživali u međugeneracijskom druženju.



II Zlatne ruke starijih žena u Ilijašu

„Nedjelja ispunjena ljubavlju, učenjem, druženjem i prilikom da obilježimo 5.12 Međunarodni dan volontera“, zaključak je koordinatorkice projekta „Stariji brat, starija sestra“ *Izanele Mahmutović*. Pod vodstvom članica Udruženja „Zlatne ruke“, djeca su kreirala svoje prve radove, čilime i narukvice te upoznala stare bh. tradicije.

Četiri blagdanske akcije, zajedno organizirane od Samostana sv. Ante i Udruge Srce za bližnje

9.4.23. Uskrs

13.6. 23., sv. Anto Padovanski

4.10.23., sv. Franjo Asiški

25.12.23., Božić



Da nijedna starija osoba ne bude napuštena, zaboravljena ili otpisana“ moto je kojim se Udruga usmjerava na izgradnju dobrotvornih, empatičnih, čak i prijateljskih veza sa starijim osobama u našim projektima. Ne samo „dobrosusjedsko“ volontiranje za potrebite nego i redovni mentorski i edukativni sastanci volontera/ki jačaju osjećaj pripadnosti, povezanosti i solidarnosti korisnika i volontera/ki.

Izveštaj o rezultatima akcionog istraživanja o životnim uslovima i potrebama starijih osoba u našim projektima

Tijekom istraživanja provedenog ljeti 2023. godine, imala sam priliku posjetiti i anketirati 50 starijih osoba, koje su korisnici/ce Udruge. Rezultati istraživanja istaknuli su visoku razinu osamljenosti i potrebu za društvenim kontaktima među starijim osobama, uz ekonomski izazov s kojim se suočavaju. Proces anketiranja nije bio bez izazova, posebno zbog emocionalnih ispovijesti i suza starijih osoba. Sami su, bez podrške obitelji, rijetki imaju kontakte s prijateljima ili susjedima. Osim posjeta vozača toplog obroka i poštaru nitko im ne pokuca na vrata. S niskim ili gotovo nikakvim primanjima, prepušteni su sami sebi i ovisni o vanjskoj pomoći. S nostalgijom su govorili o prošlim vremenima kada je bilo uobičajeno da se susjedima pruža pomoć i kada su u susjedovoj kući bili dobrodošli. Veći dio njih izrazilo želju da bi provodili vrijeme izvan kuće: u prirodi ili na kulturnim događajima, ali im je potrebna podrška drugih! Njihova iskrenost da se više plaše samoće nego smrti pokazala je koliko je važno da energično razvijemo dalje projekte praktične solidarnosti i proširimo „dobrosusjedске“ odnose.

Dajana Mišković -Rizvanović, projektna koordinatorica



Sarajevo, studeni/novembar 2023.

Primjeri dobre prakse korisnika/ca i volontera/ki



Jasmina, volonterka, 63

Druženje s starijim osobama kroz volontiranje moje je zadovoljstvo. Do sada nisam naišla na veće izazove osim jednog odbijanja druženja. Posjećujem tri starije osobe i svaki susret donosi trenutke ispunjene smijehom i pozitivnom energijom. Često komuniciram kako bih im organizovala potrebnu pomoć, ali sam naučila postavljati granice. "Srce za bližnje" ima važnu ulogu u pružanju osjećaja pripadnosti zajednici starijim osobama. Najstrajnija volonterka (od 2018.)



Jasmin, vozač, 29

Otkako sam počeo učestvovati u akcijama podjele paketa za Udrugu, upoznao sam sigurno preko 200 starijih osoba u potrebi. Najveći utisak na mene ostavile su one koje staju same po selima, daleko od ljudi i mogućnosti da im neko pomogne. Teško nas puste da odemo kući, nedostaje im društvo. Najtužnije je kad kažu: "Dođite još koji put dok smo živi." Sretan sam što mogu donijeti bar malo radosti u njihov život. Volonter koji najviše putuje (od 2021.)



Korisnik, 71 godina

Otkako sam upoznao Darka, mnogo se promijenio moj život. Dobar je čovjek, živo biće koje ulazi u moj dom, kuha kafu i razgovaramo o svemu. Inspirišu me njegova energija i osmijeh. Iako nikada nisam pitao je li mu to opterećenje, zahvalan sam mu što dolazi. Često maštam o izlascima s njim, iako to nije moguće. Zajedničko igranje šaha pomaže da se osjećam manje usamljeno jer nisam izlazio iz stana već tri godine. Sretan sam što netko brine za mene i druge usamljene ljude. Od 2022., Novi Grad



Korisnica, 71 god.

U mom životu, stvari su se promijenile sedmičnim posjetima dvije studentice. Osjećam kao da su me vratile u život. Brzo sam se navikla na njih. Nemam riječi kojima bih dovoljno opisala koliko su mi važne. Smatram ih anđelima koji su došli i donijeli mi svjetlost. Udruga "Srce za bližnje" uvijek je tu kad ih trebam, spremna da pomogne i podrži me. Istinski su susretljivi, obazrivi i plemeniti. Od 2022., Općina Centar

Večera zahvale volonterima/kama na putu iz 2023. u 2024. godinu



Već tradicionalno u prosincu pozivamo naše volontere i volonterke, njih 40, na zajedničku večeru. Svako mjesto bilo je ukrašeno čašom pekmeza koju su pripremili starije korisnice.

Poruka u papirnatom srcu:

Drage volonterke, dragi volonteri Udruge „Srce za bližnje“, hvala vam što ste zajedno s nama u ovoj 2023. godini izgradili bolji svijet! Ostanimo i u 2024. na ovom putu i riješimo izazove zajedno. Želimo vam sve najbolje,

Dajana Mišković-Rizvanović i s. Magdalena Schildknecht

Tko upravlja Udrugom?

Fra Stipan Radić, predsjednik Skupštine Udruge, gvardijan samostana sv Ante Ivana Radić, Predsjednica Upravnog odbora, Fondacija Stariji brat, starija sestra
Članovi Upravnog odbora

Ileana Šnur-Muratagić, NARKO-NE prevencija.ba
Aida Brdar, IT kompanija KLIKA d.o.o.
Krešimir Ljubas, HKO Kruh sv. Ante
Edin Kopic, SafeNet d.o.o.

s. Magdalena Schildknecht
Dajana Mišković-Rizvanović

Franjevačka 6, 71000 Sarajevo
srcesvante@gmail.com; 062 064 277

Izvršna direktorica
Koordinatorica projekta

Adresa
Kontakt

Spoznali smo da starenje više nije bauk i da smo u mogućnosti pomoći i drugim starijim osobama!

Izjava u evaluaciji projekta u Ilijašu i Hrasnici, 13.9.23.

Naši donatori



franz hilf
Franziskaner für Menschen in Not
Franjevci za ljude u potrebi, Beč