

# IZVIJEŠĆE O RADU UDRUGE KLUB DOBRE VIBRACIJE ZA 2013.

## UVODNA RIJEČ

Vrijeme provedeno s potrebitima prilika je za učenje. Jedna od najvažnijih lekcija u toj školi je kako biti sretan. Ali biti sretan ne na način da uvidimo količinu njihovih nevolja i shvatimo kako nama i nije tako loše u životu. Vidjeti čovjeka koji teško živi, a ipak umije biti sretan, radostan, zaigran, nasmijan, ushićen, prepun životnog žara – to je istinsko bogatstvo. To se ne može iskusiti gledajući TV, čitajući novine, surfajući fejsom... To je nešto što se potpuno može doživjeti jedino u živom kontaktu s ljudima. A upravo su ljudi iz ugroženih društvenih skupina naši veliki učitelji – učitelji koji kao protuuslugu ne traže novac za ono što nam poklanjaju. Jedino što traže je malo pažnje.

Današnji je čovjek, kao kompenzaciju za potisnutu i nerazvijenu emocionalnost, spreman potrošiti silan novac na stvari koje mu zapravo nisu potrebne, već samo još više osiromašuju cijelo njegovo biće. Veliki novac mijenjamo za veliko siromaštvo, a i dalje ostajemo emocionalno ne namireni i gladni. Čudno. S druge strane postoje ljudi kojima bi taj novac i malo pažnje puno značili, možda čak i značajno promijenili život. Dajući potrebitima pomažemo i sebi i njima, a ovaj svijet činimo boljim i ljepšim mjestom. I upravo taj momenat kada primijetimo nečiju potrebu u nevolji, kada postanemo dovoljno osjetilni i suosjećajni za tuđu patnju i odlučimo odreći se nečeg u korist onoga kome je to više potrebno nego nama, u tom trenutku se dešava naše „izlječenje“. Tada se otključava i cvjeta naša emocionalnost i dešava se benefit kakav nam novac ne može osigurati. Tada dobijamo svi.

## KAPACITETI UDRUGE

Na početku godine udruga je brojila 9 članova, a na kraju godine 123 člana različitih starosnih dobi. Svi članovi udruge su sudjelovali u radu udruge bilo kao korisnici programa koje udruga organizira za građanstvo ili kao aktivisti/volonteri na realizaciji humanitarnih projekata u čijoj je provedbi udruga bila angažirana. Od ukupnog broja članova njih \_\_\_ su bili aktivni kao volonteri. Udruga je na početku godine otvorila jedno radno mjesto za administrativne poslove i zaposlila 1 radnika na neodređeno.

Za članove udruge, kao i za sve zainteresirane građane udruga je organizirala i provela više humanitarnih projekata i programa kojima je dala svoj doprinos promidžbi zdravlja i zdravih stilova življenja, te razvoju zdravog i održivog društva.

## PROJEKTI I PROGRAMI U 2013. GODINI

### Humanitarni projekti:

- DODIR DOBRE VIBRACIJE
- BUBANJ SVE LAKŠE PODNOSI – reci DA prijateljstvu!
- NO LIMIT – Daj 5 za bolji svijet!

### DODIR DOBRE VIBRACIJE

U svibnju 2013. okončana je provedba Humanitarnog projekta "DODIR DOBRE VIBRACIJE". Projekt je realiziran u suradnji s Domom za starije i nemoćne "Sv. Josip" u Zagrebu. Cilj projekta bio je educiranje populacije treće životne dobi o mogućnostima prevencije i sanacije zdravstvenih problema karakterističnih za njihovu populaciju i podrška zdravom starenju. U tom je smislu, u razdoblju od studenog 2012. do svibnja 2013. realizirano jedno predavanje o shiatsu-u i njegovim benefitima, te osigurano 200 besplatnih shiatsu tretmana za 50 korisnika/stanara doma i umirovljenika koji pohađaju druge programe u domu. Osim donacije jedne podloge za tretmane u vrijednosti od 206,00 kn, projekt smo u cjelosti samostalno o financirali novcem prikupljenim od članarina i iz programa za građanstvo (škola bubnjanja i komercijalni shiatsu tretmani).

### BUBANJ SVE LAKŠE PODNOSI – reci DA prijateljstvu!

U lipnju, s krajem školske godine, okončana je provedba Humanitarnog projekta „BUBANJ SVE LAKŠE PODNOSI – reci DA prijateljstvu!“. Projekt je proveden u suradnji s Otvorenim učilištem „Biovizija“ i osnovnim školama „Ivan Merz“ i „Pavleka Miškine“ iz Zagreba. Cilj projekta bio je prevencija nasilja među djecom i mladima organiziranjem radionica bubnjanja za učenike, njihove roditelje i osoblje osnovnih škola. Tijekom školske 2012/13. Otvoreno učilište Bio - vizija iz Zagreba prepušta nam ulogu nositelja humanitarnog projekta "BUBANJ SVE LAKŠE PODNOSI - reci DA prijateljstvu!", prepoznavši sposobnost i posvijećenost naših članova da odgovore takvom izazovu. Inače, projekt se počeo provoditi u veljači 2010. i od tada je dobio više nagrada i priznanja među kojima izdvajamo prvu nagradu "Luka Ritz" koju grad Zagreb dodjeljuje za doprinos u prevenciji nasilja među djecom i mladima. Voditelj projekta je (od samog početka njegove provedbe 2010.) bio Boris Prljević, sadašnji predsjednik naše udruge i voditelj projekta "NO LIMIT - Daj 5 za bolji svijet!" U vrijeme našeg upravljanja projektom, u navedenim je školama realizirano 70 bubnjarskih radionica i 4 javna nastupa djece – korisnika projekta. U radu radionica ukupno je sudjelovalo 60 učenika, 10 roditelja, 2 pedagoga i 4 nastavnika.

### NO LIMIT – Daj 5 za bolji svijet!

U rujnu 2013. u suradnji sa Centrom za odgoj i obrazovanje "Slava Raškaj" iz Zagreba pokrećemo pilot projekt pod nazivom "NO LIMIT - Daj 5 za bolji svijet!". Ovoga puta bubnjanje ima dvostruku ulogu: pomoći djeci s višestrukim komunikacijskim teškoćama (u drugoj općenito djeci s posebnim potrebama) u procesu rehabilitacije i njihovu inkluziju. Do kraja 2013. godine za 20 djece-korisnika Centra „Slava Raškaj“ organizirano je 30 radionica bubnjanja i 3 javna nastupa. Prvi javni nastup dogodio se nakon samo mjesec dana vježbanja, 11. listopada na tiskovnoj konferenciji povodom otvorenja sajma Vitafest, u Zagrebu, u Hypo Centru. Preostali nastupi su bili na Adventskom koncertu i školskoj priredbi

u organizaciji Centra „Slava Raškaj“, krajem prvog polugodišta. Do kraja školske 2013/14. godine planira se održati još 40 radionica i 7 javnih nastupa djece. Također je u planu osiguranje partnera i sredstava za proširenje projekta u narednoj školskoj godini. Predsjednik RH, dr.sci. Ivo Josipović prihvatio je pokroviteljstvo nad projektom, Agencija za odgoj i obrazovanje dala je pozitivno mišljenje, a Ministarstvo znanosti, obrazovanja i sporta suglasnost za njegovu provedbu u osnovnim i srednjim školama.

### **Programi za građanstvo:**

- ŠKOLA BUBNJANJA
- BODYWORK (shiatsu i ljekoviti oblozi)

#### **ŠKOLA BUBNJANJA**

Škola bubnjanja podrazumijeva kontinuirani program vježbanja/učenja sviranja djembe bubnja (vrsta tradicionalnog zapadnoafričkog instrumenta). Škola je podijeljena na 2 segmenta: Početni tečaj djembea i napredne skupine. Tijekom 2013. godine realizirano je 7 dvotjednih i 1 tromjesečni Početni tečaj djembea (svakog mjeseca tijekom školske godine po jedan), te kontinuirana nastava za 3 bubnjarske skupine u Zagrebu, te po 1 u Karlovcu i Zadru. Kroz školu bubnjanja je tijekom 2013. prošlo 124 polaznika, od toga je 61 nastavio sudjelovati u radu jedne od naprednih skupina. Pored redovite nastave organizirani su i javni nastupi na kojima su svoj rad predstavili polaznici naprednih skupina.

Pored navedenog, održano je više besplatnih radionica namijenjenih odraslima i djeci na raznim manifestacijama u Zagrebu, Karlovcu, Zadru i Šibeniku. U radu ovih radionica sudjelovalo je više od 200 polaznika.

#### **BODYWORK**

Tijekom 2013. godine shiatsu tretmanima koje provodimo od početka djelovanja naše udruge, pridodati su i tretmani raznovrsnim ljekovitim oblozima i pripravcima koji se temelje na tradicionalnoj medicini iz različitih krajeva svijeta, te kombinacijom shiatsua i đumbiranja. Tretmani se provode kontinuirano tijekom cijele godine.

#### **Ostalo:**

Tijekom godine grupa mladih volontera je s ciljem osiguranja dodatnih sredstava za djelovanje udruge vodila FB stranicu Slovenske firme Frutek d.o.o. koja se bavi proizvodnjom i distribucijom hrane za djecu. Time je godišnji proračun udruge uvećan za 20.900 kn.

## **VIDLJIVOST I SUDJELOVANJE NA DOGAĐANJIMA I MANIFESTACIJAMA**

Predstavljanje rada udruge javnosti bilo je na sljedeće načine:

- Javnim nastupima naprednih bubnjarskih skupina i djece-korisnika humanitarnih projekata – realizirano je 15 javnih nastupa:
  - Rođendanska proslava u gradskom tramvaju, Zagreb
  - Jurijevski krijesovi, Samobor

- Cirkus CIRKOBALKANA, Zagreb
  - Pastirske igre, Zagreb
  - Dani kreativnog biznisa, Zagreb
  - Park In festival, Zagreb
  - Terraneo, Šibenik
  - ZeGeVeGe festival, Zagreb
  - Sajam Mystic (svečano otvorenje i večernji koncert), Zagreb
  - Vitafest – nastup djece iz Centra „Slava Raškaj“ na svečanom otvorenju i napredne bubnjarske skupine u revijalnom dijelu), Zagreb
  - Ekosajam, Zagreb
  - Adventski koncert Centra „Slava Raškaj, Zagreb
  - Tales of Croatia (nastup djece iz Centra „Slava Raškaji napredne bubnjarske skupine) , Zagreb
- Besplatnim radionicama bubnjanja:
    - Pastirske igre (4 radionice), Zagreb
    - Samostalna promo radionica, Karlovac
    - Park In festival (3 radionice)
    - Đir po gradu (1 radionica), Šibenik
    - Terraneo (3 radionice), Šibenik
    - ZeGeVeGe sajam (1 radionica), Zagreb
    - Vitafest (4 radionice), Zagreb
    - Ekosajam (1 radionica), Zagreb
- Večerima afro plesa – organizirane su 2 večeri afro plesa. Eventi su bili otvorenog tipa (svi sudionici su mogli plesati prema svom nahođenju), a plesače su glazbeno podržale napredne bubnjarske skupine naše udruge. Ukupno je bilo 73 posjetitelja i 19 bubnjara;
- Besplatnim promo shiatsu tretmanima – ovo nije bila okosnica našeg djelovanja tijekom 2013. godine pa smo s promo tretmanima sudjelovali samo na Vitafestu u Zagrebu;
- Člancima koji je tisak objavio o nama – veliki članak o našoj školi bubnjanja i bubnjanju općenito objavio je Jutarnji list 18.listopada;
- TV priložima – HTV je u dva navrata emitirao prilog o našim aktivnostima u emisiji „Dobro jutro, Hrvatska!“. Prvi je emitiran u srpnju i bavi se općenito bubnjanjem i predstavljanjem aktivnosti udruge i humanitarnih projekata koje provodi. Drugi je emitiran u prosincu i tema j ehumanitarni projekt „NO LIMIT – Daj 5 za bolji svijet!“
- Promotivnim video klipovima postavljenim na našemYouTube kanalu – tijekom godine je postavljeno više desetaka edukativnih video klipova vezanih za bubnjanje i 5 promotivnih kojima se prezentiraju postignuća i tijek provedbe projekta „NO LIMIT – Daj 5 za bolji svijet!“;
- Prezentacijom udruge na službenoj web i FB stranici – redovito su ažurirani podatci n astranicama, te najavljivana sva događanja vezano za našu udругu kao i izviješća s istih;
- Redovitim izvještavanjem volontera i članova udruge o planovima, aktivnostima i rezultatima djelovanja udruge.

## **RAD UPRAVNIH I RADNIH TIJELA**

- Udruga je sredinom siječnja na mjestu administratora zaposlila jednu osobu na neodređeno vrijeme s punim radnim vremenom. Krajem 2013. u dogooru s uposlenikom donijeta je odluka da se radno mjesto administratora privremeno zamrzne (prenese na volontere), a da se sredstva troška plaće usmjere na realizaciju postojećih i novih humanitarnih projekata. Ostale funkcije u upravljačkim radnim tijelima udruge, njeni su članovi obavljali također volonterski;
- Članovi upravnih i radnih tijela udruge održali su 11 redovnih i 1 organizacijski sastanak (uoči pokretanja projekta NO LIMIT);
- Tijekom cijele godine članovi upravnih i radnih tijela udruge aktivno su volontirali u udruzi, te zastupali ciljeve i interese udruge i njenih članova u lokalnoj zajednici, ali i šire;
- Izrađen je program rada udruge za 2013. godinu i prezentiran članovima udruge;
- Izrađen projekt „NO LIMITED – Daj 5 za bolji svijet!“
- Izrađene dopune pravilnika djelovanja škole bubnjanja;
- Izrađena izvješća povodom završetka provedbe projekata „BUBANJ SVE LAKŠE PODNOSI – reci DA prijateljstvu!“ i „DODIR DOBRE VIBRACIJE“. Izvješća poslana donatorima i partnerima u provedbi, te s njima upoznati svi članovi udruge i ostali sudionici u njihovoj provedbi;
- Uspješno realizirana kontinuirana suradnja s volonterima, računovodstvenim servisom (nakon odlaska u mirovinu prethodne računovotkinje pronađen novi računovodstveni servis) i drugim vanjskim suradnicima;
- Obavljanje drugih organbizacijskih, administrativnih i tehničkih poslova

## **ČLANOVI UPRAVNIH I RADNIH TIJELA**

### **UPRAVNA TIJELA**

**Predsjednik udruge:** Boris Prljević  
**Tajnik udruge:** Luka Lapanja

### **RADNA TIJELA**

**Koordinatorica udruge:** Rene Ljubičić

**Radna grupa za pr i medije:** Dražen Marković, Luka Lapanja

**Voditelji/ce projekata:** Boris Prljević - „BUBANJ SVE LAKŠE PODNOSI – reci DA prijateljstvu!“ i „NO LIMIT – Daj 5 za boljisvijet!“  
Rene Ljubičić – DODIR DOBRE VIBRACIJE