

# Together in Distance Povezani na daljavo



# 1 Opis projekta

**TRAJANJE PROJEKTA** od 1. februarja 2021 do 31. oktobra 2021

## NAMEN

Projekt se je izvajal z namenom, da se omili posledice zdravstvene in socialne krize zaradi COVID-19, predvsem z vzpostavljanjem in povečevanjem občutka povezanosti med posamezniki in skupnostjo.

Udeleženci v projektu so pridobili boljše veščine spletne komunikacije, informacije ter podporo na naslednjih področjih:

- (1) Psiho-socialna podpora (PSS);**
- (2) Preventiva in zdravstvena podpora;**
- (3) Podpora otrokom in mladim;**
- (4) Duhovna podpora.**



## GLEDE NA REZULTATE JE BILO IZVEDENIH / PRIPRAVLJENIH

- **6 delavnic za računalniško opismenjevanje**  
udeleženi 67 uporabnikov (nep./pon.)<sup>1</sup>
- **6 delavnic in srečanj v okviru Ženskega kluba**  
udeleženi 112 uporabnikov (nep./pon.)
- **3 delavnice psiho-socialne podpore**  
udeleženi 73 uporabnikov (nep./pon.)
- **4 delavnice preventive in zdravja**  
udeleženi 106 uporabnikov (nep./pon.)
- **5 delavnic podpore otrokom in mladim**  
udeleženi 108 uporabnikov (nep./pon.)
- **6 duhovnih pogovorov**  
udeleženi 212 uporabnikov (nep./pon.)
- **6 delavnic za prostovoljce in ambasadorje društva**  
udeleženi 84 uporabnikov (nep./pon.)
- **16 izobraževalnih video posnetkov**  
z različnih področij (PSS, zdravje, duhovnost, ...)
- **1 akcija pomoči skupnosti za starejše**  
107 starejših oseb prejelo pomoč
- **1 akcija pomoč dodeljevanja šolskih potrebščin**  
več kot 420 otrok in družin je prejelo paket

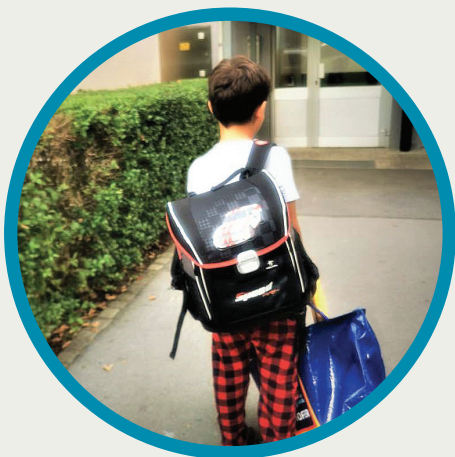
---

1 neponovljivi in ponovljivi uporabniki

## 2 Zgodbe uporabnikov

### Ajdin sin gre zdaj z večjim veseljem v šolo.

Ajda ima štiri otroke. Eden od otrok ima posebne potrebe, zato je primorana ostajati doma. Posledično imata z možem izjemno malo prihodkov. Tudi sama se sooča z zdravstvenimi težavami in mora vsak teden obiskovati bolnišnice, kar dodatno otežuje njihovo situacijo. Letos smo njeni družini, poleg tega pa še 420-im drugim otrokom, pomagali s šolskimi potrebščinami.



*»Zdaj mojega sina res ne bo več sram, ko ne bo šel več s strgano in staro torbo v šolo. Hvala za vse potrebščine, ki ste nam jih podarili. Zaradi vaše pomoči nam je mnogo lažje.« Ajda<sup>2</sup>*

### Rado (62 let) Zoom delavnice priporoča vsem.

Sam se je udeležil tako delavnic na temo računalniškega opismenjanja, vzgoje otrok, psiho-socialne podpore, zdravja in preventivne kot tudi duhovnih srečanj v okviru projekta Povezani na daljavo. Meni, da bi bila zoom srečanja tudi v prihodnje še posebej pomembna za socialno izključene. Glede izvedenih aktivnosti je povedal:

*»Vsebine so bile zelo koristne in zanimive, sploh glede vzgoje v času covid-19. Zoom srečanj se sicer redno udeležujem. Menim pa, da je lahko za osebe, ki imajo redno manj takih spletnih srečanj, to še posebej koristno; pomaga jim, da imajo občutek povezanosti, da niso same in jim ni dolgčas. Za tiste, ki sicer nimajo socialnih stikov*

<sup>2</sup> Ime je zaradi varovanja osebnih podatkov spremenjeno.

je lahko možnost, da preko Zoom srečanj ostanejo povezani, zelo koristna. Izziv je mogoče edino ta, da se tisti, ki niso navajeni komunicirati preko virtualnih srečanj, težje vključijo v pogovor. Zagotovo bi se več vključevali sčasoma, če bi imeli na voljo več podobnih srečanj, tako kot v projektu Povezani na daljavo.

Pomembno je, da na srečanja vabimo ljudi oz. znance, ki nas poznajo, saj se zaupanje v spletne programe tako poveča. Zaradi znanih obrazov potem nimajo odpora do novih stvari.

V prihodnje bi bilo zelo dobro organizirati skupine za samopomoč. Covid-19 je na psihološkem nivoju naredil veliko škode, zato bi bilo potrebno dati kar največji poudarek področju psiho-socialne podpore na vseh nivojih.« **Rado**

**Fatma (42 let) se je po dolgih letih počutila koristno.** V okviru Ženskega kluba in aktivnosti projekta Povezani na daljavo, smo se ženske večkrat srečale, izobraževale in pripravljale okusno slovensko in tudi turško hrano. Na 8. marec – Svetovni dan žensk, smo pripravile posebno druženje in kasneje tudi akcijo, kjer smo mimo-idočim ženskam podarili majhno pozornost. Fatma je sodelovala pri teh aktivnostih in povedala:



»Aktivnosti v okviru Ženskega kluba, še posebej na Svetovni dan žensk so bile zame zelo dobra izkušnja. Ko sem videla vesele obraze žensk, sem se ob tem zelo dobro počutila. Tudi druge ženske iz naše skupnosti so rekle, da se tako koristne niso počutile že vrsto let. Zelo toplo tudi v prihodnje priporočam udeležbo na takšnih srečanjih in dogodkih.« **Fatma**

## 3 Pridobljene izkušnje in spoznanja

### OKVIR PROJEKTA IN IZVEDBA

Humanitarno društvo ADRA Slovenija je med izvajanjem projekta Povezani na daljavo pridobilo pomembne izkušnje z izvajanjem programov in aktivnosti preko spleta. Odziv udeležencev na izvedene aktivnosti je bil zelo pozitiven, tudi udeležba je bila višja kot običajno, ko se izobraževalne aktivnosti izvajajo v živo. Projekt je bil izveden v skladu z vsemi načrtanimi učinki in rezultati, udeležba je bila več kot zadovoljiva, odzivi uporabnikov pa so nas spodbudili k snovanju še več takšnih in podobnih projektov s sorodno vsebino.

V projektu smo dodatno pripravili brošuro o uporabi platform Zoom, Viber in Skype, ki prvotno ni bila načrtovana, ampak se je za to pokazala potreba. Tudi pri drugih rezultatih, ki so zapisani v nadaljevanju, nam je uspelo preseči zastavljene cilje.

Pri projektu so sodelovali vsi oddelki Krščanske adventistične cerkve (ženski, otroški, zdravstveni in medijski oddelek), kot je bilo v začetku načrtovano.

Do posnetkov nekaterih Zoom srečanj je možno dostopati preko YouTube kanala ADRA Slovenija.

### DOSEŽENI UPORABNIKI

Doseženi rezultati in pričakovanja v okviru izvedbe projekta so bila v več primerih presežena, kot je razvidno iz sledečih primerov:

- Na ZOOM delavnicah smo predvideli 100 sodelujočih – dejansko smo dosegli **460 udeležnih** (nepon./pon.).
- Pri otroških aktivnostih smo predvideli 4 delavnice in 20 sodelujočih otrok - dejansko je bilo izvedenih **5 delavnic**, sodelovalo je več kot **40 otrok**.
- V Ženskem klubu smo predvidevali 20 rednih udeleženk – sodelovalo je **27 udeležnih**.
- Obe akciji za doseganje skupnosti sta dosegli več uporabnikov, kot je bilo prvotno načrtano. Pri akciji s solidarnostnimi paketi je bilo namesto 100 posameznikov s sofinanciranjem partnerjev in donatorjev **doseženih 107 starejših**. Pri akciji s šolskimi potrebščinami je bilo namesto 200 otrok z dodatnim financi-

ranjem ADRA Nizozemska in podporo zunanjih donatorjev v končnem **doseženih več kot 420 otrok in družin.**

- V projektu smo načrtovali pripravo desetih izobraževalnih video posnetkov – v končnem nam je uspelo pripraviti kar **16 kvalitetnih prispevkov** na temo osmih naravnih zdravnikov, PSS, vzgoje, nosečnosti v času covid-19 in idej za delo z otroki, Videi so objavljeni na YouTube strani ADRA Slovenija.
- Pri dosegu javnosti na socialnih omrežjih smo predvideli 5.000 doseženih ogledov oseb, dosegli pa smo več kot **17.000 ogledov.**

Pri izvajanju projekta je pomagalo več kot 20 prostovoljcev, na delavnicah in srečanjih je sodelovalo več kot 70 članov Krščanske adventistične cerkve.

Mnogi uporabniki s socialno šibkim ozadjem so prejeli tudi USB ključek z video vsebinami iz projekta, brošuro Okrepimo svoje zdravje, revijo Čili in Zdravi ter navodila za uporabo spletnih aplikacij, kot so Zoom, Viber in Skype.



## PRILOŽNOSTI ZA PRIHODNOST

Z izvajanjem projekta smo pridobili nova partnerstva in socialno mrežo, ki bo pomagala k oplemenitvi našega dela v prihodnje. Predvsem smo se povezali s člani društva Medkulturni dialog (MKD), katerega sestavljajo predvsem turški migranti in begunci. Obenem smo začeli tesno sodelovanje z Ljudsko univerzo v Trziču ter nevladno organizacijo Simbioza, ki dela predvsem s starejšo populacijo. Ljudska univerza Trzič je za migrantsko skupnost društva MKD kasneje izvedla tudi začetno spoznavno delavnico, s katero se je na našo pobudo uradno začelo tudi njihovo sodelovanje.

Začeli smo sodelovanje z medijskim oddelkom Krščanske adventistične cerkve v Sloveniji, ki v novih prostorih v Krškem zbira, snema in montira video posnetke iz različnih področij.



## USPEHI IN MOŽNOSTI ZA IZBOLJŠAVE

Projekt je bil na splošno zelo dobro zastavljen in uspešno izpeljan. Dosegli smo dovolj udeležencev na delavnicah in srečanjih, uspelo nam je okrepiti in razširiti mrežo sodelovanja in partnerstev.

Zaradi ukrepov ob širjenju covid-19 in v izogib zdravstvenim tveganjem, smo se odločili srečanja za računalniško in spletno opismenjevanje izvesti preko Zoom platforme. Pri izvedbi se je v končnem ugotovilo, da bi še posebej za starejše uporabnike bilo potrebno te delavnice izvesti v živo, ob upoštevanju veljavnih ukrepov proti širjenju koronavirusa. Omenjene osebe iz ranljive skupine potrebujejo največ individualne pomoči in svetovanja na omenjenem področju predvsem v živo.



Zaradi konteksta izvajanja delavnic v času širjenja okužb s koronavirusom smo prepoznali potrebo, da je pri vsaki tematiki uporabnike potrebno usmeriti na raziskovanje in upoštevanje verodostojnih in uradnih virov.

Uporabniki so potrebovali pomoč pri vklopjanju na Zoom srečanja, mnogi so prvič sodelovali na spletnem srečanju. Iz tega razloga smo imeli večkrat motnje na začetku srečanj, čemur bi se lahko izognili, če bi se pri uporabnikih pozanimali, ali znajo pravilno uporabljati tehnologijo.

V določenem trenutku je prišlo do zapleta z vdorom in neprijetnim vedenjem anonimnih oseb v spletno delavnico, saj smo Zoom povezave delili preko spleta v javnih objavah. Deljenju Zoom povezav v javnih objavah se je potrebno izogibati, saj s tem preprečimo vdor nezaželenih oseb, zagotoviti moramo deljenje povezave v internih in zaprtih krogih, kjer so povabljeni gostje identificirani. Deljenje v internih in zaprtih krogih sicer lahko vpliva na udeležbo na delavnicah in dogodkih, vendar smo to uspešno presegli z oglaševanjem aktivnosti, brez povezave na srečanje, na spletnih medijih dovolj zgodaj, z registracijskimi obrazci, prijavi na naš poslovni e-mail in direktno e-pošto.

Uporabniki, ki niso bili vajeni Zoom sestankov, so se težje vključevali v pogovore. Spodbuda k sodelovanju je bila ključna. Hkrati smo omogočili postavljanje vprašanj v pogovornem oknu na spletni platformi, kar je nekatere bolj sramežljive udeležence vseeno spodbudilo k postavljanju vprašanj.

Iz projekta, ki smo ga izvajali predvsem na spletnih platformah, izhaja tudi spoznanje, da je potrebno delavnice in dogodke skrbno časovno načrtovati. Dogodki na spletni platformi morajo biti krajši, kot bi lahko bile delavnice v živo, saj koncentracija hitreje pade. Dovolj časa in spodbude mora biti namenjene tudi vprašanjem in odgovorom. Izbira dobrih in energičnih govorcev je pomembna. V izvedenih delavnicah je pri številu udeležencev pomagalo dejstvo, da smo lahko zagotovili nekatere javno razpoznavne govorce, ki svoje področje zelo strokovno pokrivajo.

Področje psiho-socialne podpore bi lahko okrepili in dodali še več aktivnosti na tem področju. Bilo je veliko spodbud, da bi oblikovali skupine za samopomoč. Potreba po teh srečanjih je velika

posebej v stresnih časih, kot je pandemija. Hkrati je to eno izmed področij, kjer bi lahko s srečanji in sogovorniki v živo dosegali večji učinek delavnic. Večji učinek bi lahko beležili tudi v primeru individualnih svetovanj, ki bi potekala na spletu. Na tem področju je odprtih še veliko možnosti za razvoj izvedenih aktivnosti v projektu.

Na spletnih dogodkih smo dosegli višje število udeležencev, kot bi ga običajno dosegli pri živih dogodkih, saj predvsem delovno aktivni del populacije želi prihraniti čas in stroške prevoza na mesto izvajanja. Še posebej so bili spletni dogodki dobro sprejeti v času covid-19, saj so premostili ovire strahu, negotovosti in želje po zaščiti družinskih članov, sodelavcev, prijateljev in starejših, hkrati pa so omogočali stik z osebami, ki se soočajo s podobnimi težavami ali želijo sodelovati v pogovoru na določeno temo.

Kljub dobro sprejetim spletnim dogodkom in priložnosti približati projekt ljudem po celotni državi, ne le na mestu izvajanja, smo se srečali tudi z zasičenostjo s spletnimi platformami. Zasičenost s spletnimi platformami se je v največji meri pokazala pri otrocih, ki so šolsko leto 2020/2021 preživeli predvsem za računalniki. Zato je bilo prvotno načrtovanje otroških aktivnosti kar zahtevna naloga. Udeležba in zanimanje otrok za sodelovanje na spletu sta bila vprašljiva, predvsem v pomladnih in poletnih mesecih. Po analizi potreb in posvetovanju z učitelji ter mladinskimi delavci, je bilo ključnega pomena otrokom omogočiti medsebojno druženje pa tudi telesno aktivnost. Zato smo ob upadu okužb s koronavirusom v poletnih mesecih izvedli aktivnosti predvsem na prostem. Aktivnosti so vključevale tako poučni del, kreativne delavnice kot tudi športne dejavnosti. Delavnice in aktivnosti so bile namenjene povezovanju, izražanju, raziskovanju in sodelovanju z namenom premostitve od-tujenosti med šolanjem na daljavo.

Izdelava kvalitetnih video prispevkov je zahteven in obsežen postopek, na katerega se moramo v prihodnje bolje pripraviti. Dogovor s strokovnjaki, snemanje, urejanje, montaža in nalaganje video prispevkov na splet zahtevajo veliko dodatnega dela. V prihodnje bomo pri zastavljenih učinkih in rezultatih realno ocenili čas za izdelavo omenjenih videov.

Pri izvajanju in sodelovanju je bilo vključenih večje število prostovoljcev, ki so pripomogli pri izvajanju aktivnosti v okviru prora-

čuna projekta. Brez vključevanja oddelkov Krščanske adventistične cerkve v Sloveniji, prostovoljcev in promocijskih cen sodelujočih podjetij in posameznih s.p.-jev bi proračun projekta moral zajemati vsaj 15% več sredstev.



Na taborih otroci preživljajo čas na prostem, se gibajo na svežem zraku, prijetna druženja in doživetja pa ostanejo v lepem spominu.





Zanimive ustvarjalne, gibalne in znanstvene delavnice na prostem so dobrodošla popestritev za otroke in njihove starše. Za starše smo organizirali tudi spletne delavnice o vzgoji, kjer so se lahko s strokovnjakom pogovorili o izzivih izobraževanja na daljavo.



## POSEBNA PODROČJA

### **Psiho-socialna podpora (PSS) v času covid-19**

Tako udeleženci kot izvajalci delavnic so posebej izpostavili, da je v tem času globalne stiske premalo narejenega na področju psiho-socialne podpore posameznikom. Predvsem manjka organiziranih srečanj in skupinskih priložnosti za voden pogovor o trenutni situaciji.

### **Preventiva in zdravstvena podpora v času covid-19**

Med izvajanjem aktivnosti in delavnic smo prepoznali veliko potrebo po gradivu, ki je usmerjeno predvsem v dvig imunskega sistema in naravne odpornosti. Temu smo posebej prilagodili vsebine delavnic in na več mestih vključili koncept osmih naravnih zdravnikov. Obenem smo natisnili in razdelili lastno brošuro z naslovom Okrepimo svoje zdravje, ki je sestavljena iz konkretnih predlogov za dvig naravne odpornosti in jedilnika z recepti za okrepitev zdravja.

### **Podpora otrokom in mladim v času covid-19**

Aktivnosti za podporo otrokom in mladim so se udeležili tudi starši. Še posebej zanimiva za njih je bila delavnica z enim izmed najuspešnejših in bolj poznanih avtorjev, pedagogom in predavateljem na področju vedenjskih motenj otrok, Markom Juhantom. Ker so se starši med vzgojo otrok in izobraževanjem na daljavo srečevali s kar nekaj izzivi, je bila delavnica z g. Juhantom koristna za mnoge starše, ki so se lahko pogovorili o konkretnih izzivih in primerih.

Po šolskem letu 2020/2021 so bili otroci utrujeni in naveličani spletnih platform in dela z računalnikom. S tega vidika smo prilagodili aktivnosti ter jih prestavili v naravo, kjer je bil poudarek na druženju (seveda ob upoštevanju ukrepov) in telesni aktivnosti otrok. Po analizi stanja, pogovoru z učitelji, mladinskimi delavci ter starši smo ugotovili, da spletne delavnice niso aktivnosti, ki bodo najbolje dosegle načrtovani učinek projekta. Zato smo skozi aktivnosti, ki smo jih izvedli v projektu želeli otrokom pričarati in omogočiti spoznavanje novih in starih aktivnosti skozi druženje v naravi.

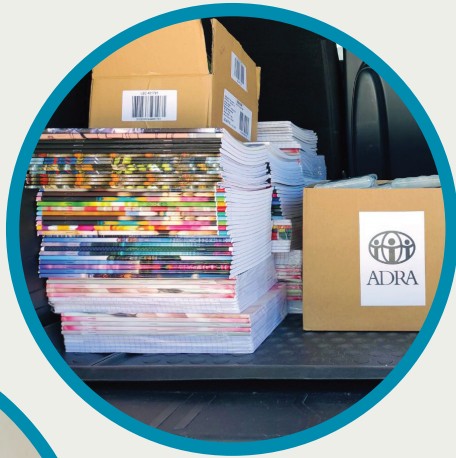
## **Duhovna podpora v času covid-19**

Duhovni pogovori in podpora so se dotikali predvsem tematik odgovornega krščanstva na področju odnosov, varovanja zdravja ter odnosa do okolja in skupnosti. Teme so posameznikom pomagale, da so lahko svoje stiske in tesnobo prepustili Bogu in se v večji meri povezali z svojimi soverniki in podobno mislečimi. V končnem so bile vidne posebne koristi, ki jih v tem času stiske ponuja vera in zaupanje v Boga.

## **Akciji pomoči in ozaveščanja**

V letu 2021 je vlada sprejela ukrepe, s katerimi se je posameznikom dodelila izredna pomoč v obliki vrednostnih bonov. Osebe so sredstva lahko izkoristile na področju turizma, v gostinstvu, športu, kulturi in izobraževanju. Družine z otroki so z boni lahko nakupile šolske učbenike, kar je bilo po eni strani ugodno pri zagotavljanju primerne pomoči pri začetku šolskega leta. Obenem je prišlo do neugodne situacije, saj je vlada RS Slovenije istočasno ukinila možnost zaprosila za enkratno socialno pomoč na centrih za socialno delo, kar so mnoge družine vsako leto izkoristile za nakup šolskih potrebščin. Zaradi večjih potreb na tem področju smo skozi projekt pakete s šolskimi potrebščinami bogato sestavili in dopolnili z dodatnimi sredstvi, ki smo jih zagotovili preko donacij v dolgoletnem programu Napolnimo Slovenijo s srečnimi otroki.

Akcijo solidarnostne pomoči za starejše smo v okviru drugih dejavnosti razširili na družine z dojenčki, večje družine in posameznike tudi z dodeljevanjem vrednostnih bonov za nakup kompletarne prehrane. Dodatno smo v okviru teh aktivnosti dosegli okoli 250 prejemnikov pomoči.



Začetek šolskega leta mnogim družinam predstavlja veliko finančno in čustveno breme. Tistim v največji stiski pomagamo z zbiranjem šolskih potrebščin.

## 4 Zahvala partnerjem in podpornikom

Zahvaljujemo se vsem, ki so projekt podprli kot partnerji/donatorji:

- ADRA Nizozemska
- Trans-evropska divizija krščanske adventistične cerkve
- Krščanska adventistična cerkev v Sloveniji
- LIDL Slovenija
- PickPack shop
- Društvo Medkulturni dialog
- Ljudska univerza Tržič
- Kulturna medgeneracijska skupina Leske
- Posebna zahvala gre vsem strokovnjakom, ki so z nami delili svoje znanje in informacije, predvsem pa hvala tudi našim prostovoljcem in prostovoljkam, ambasadorem in drugim podpornikom. S svojim časom in veselimi srci ste resnično pripomogli k kvalitetni izvedbi projekta Povezani na daljavo. **Z vami je vse boljše - hvala.**



Solidarnostno pomoč, ki smo jo prvotno namenjali starejšim, smo v okviru drugih dejavnosti razširili na družine z dojenčki, večje družine in ogrožene posameznike.