Црвен крст на Република Северна Македонија

ДИСЕМИНАЦИСКИ МОДУЛИ

ЗА РАБОТА СО ИНСТИТУЦИИ И СТАРОСНИ ГРУПИ

ДИСЕМИНАЦИСКИ МОДУЛИ
ЗА РАБОТА СО ИНСТИТУЦИИ И СТАРОСНИ ГРУПИ

Овој модул е наменет за дисеминатори на Црвениот крст на Република Северна Македонија и служи како практично и применливо упатство за планирање и спроведување на дисеминациски сесии со следните целни групи:

- Институции (јавен и приватен сектор)
- Старосни групи (повозрасни лица / пензионери)

Црвен крст на Република Северна Македонија

Скопје
2026

ВОВЕД

Овој документ е изработен со цел да обезбеди практичен водич за дисеминација на во рамките на ЦКРСМ, со посебен фокус на работа со старосни групи – повозрасни лица / пензионери и институции – јавен и приватен сектор. Документот е наменет за обучени дисеминатори на ЦКРСМ.

Модулите содржани во овој документ се дизајнирани со флексибилност во примена, што значи дека сите вежби во модулите може да се користат поединечно или во комбинација со другите, зависно од потребите на целната група. Препораките се прилагодливи за различни контексти и видови активности во заедницата.

МЕТОДОЛОГИЈА ЗА ДИСЕМИНАЦИЈА

Методологијата за дисеминација во овој прирачник се темели на интерактивен пристап, кој има за цел не само пренос на информации, туку и развивање разбирање, ставови и мотивација за активно вклучување во хуманитарното делување на Црвениот крст.

Дисеминациските активности се конципирани така што учесниците се поставуваат во центарот на процесот на учење, а дисеминаторот има улога на олеснувач и насочувач на дискусијата, а не исклучиво на предавач. Овој пристап овозможува активно учество, размена на искуства и поврзување на содржините со реалниот живот и потребите на заедницата.

Методологијата се базира на принципите на учење преку искуство, при што теоретските информации за Црвениот крст се комбинираат со интерактивни вежби, групна работа, дискусии, квизови и практични задачи. На овој начин се поттикнува критичко размислување и се овозможува подлабоко разбирање на хуманитарните вредности и нивната примена во секојдневниот живот.

Посебен акцент се става на прилагодување на содржините и методите според целната група, претходни знаења, животно искуство и интереси. Дисеминациските сесии се дизајнирани да бидат флексибилни и модуларни, што им овозможува на дисеминаторите да ги приспособат активностите според времетраењето, бројот на учесници и контекстот во кој се спроведуваат.

Во процесот на дисеминација се почитуваат основните принципи на Црвениот крст, особено принципите на хуманост, непристрасност и неутралност, при што се обезбедува безбедна, инклузивна и почитувачка средина за сите учесници. Се избегнува политичко, верско или идеолошко влијание, а фокусот е ставен на заедничките хуманитарни вредности и солидарноста.

Методологијата исто така поттикнува двонасочна комуникација, при што искуствата, мислењата и ставовите на учесниците се препознаваат како важен ресурс во процесот на учење. Ова е особено значајно при работа со постари лица и институции, каде личното и професионалното искуство претставува значаен придонес за квалитетот на дискусијата.

Преку примената на оваа методологија, дисеминацијата не се сведува само на информирање, туку станува процес на градење доверба, јакнење на чувството на припадност кон Движењето на Црвениот крст и поттикнување на активно граѓанство и волонтерство.

МОДУЛ 1
ДИСЕМИНАЦИЈА СО ИНСТИТУЦИИ

Цел на модулот

• Да ги запознае учесниците со мандатот, принципите и улогата на Црвениот крст.
• Да ги поврзе принципите на Црвениот крст со вредностите на нивната институција.
• Да поттикне размислување за примена на хуманоста во секојдневната работа.
• Да генерира реални идеи за соработка меѓу институцијата и Црвениот крст.

Вежба 1 — НАШИ ВРЕДНОСТИ

Времетраење: 15–20 минути

Цел на активноста

Целта на оваа активност е учесниците да ги идентификуваат заедничките точки помеѓу вредностите на нивната институција и основните принципи на Црвениот крст, како и да се поттикне размислување за практичната примена на овие вредности во секојдневната работна средина.

Потребни материјали

• Флипчарт или бела табла;
• Испечатени материјали со седумте принципи на Црвениот крст: Хуманост, Непристрасност, Неутралност, Независност, Волонтерска служба, Единство, Универзалност;
• Маркери и/или лепливи белешки.

Тек на активноста

Дисеминаторот ги запознава учесниците со принципите на Црвениот крст и им доставува листа со нивните називи и кратки објаснувања. Секој учесник индивидуално размислува кои од наведените принципи се препознатливи или применливи во неговата институција (на пр. почит, тимска работа, солидарност, интегритет, поддршка). Учесниците се делат во мали групи од 4–5 лица. Секоја група изработува табела со следните колони:
• **Колона 1:** Вредности на нашата институција.
• **Колона 2:** Принципи на Црвениот крст.
• **Колона 3:** Заеднички точки и можности за практична примена.
Групите ги презентираат своите заклучоци и кратко дискутираат за идентификуваните сличности и можности за унапредување.

Прашања за насочување

Кој принцип на Црвениот крст е најсличен со вредностите на вашата институција?
Кој принцип би сакале да биде поизразено применет во вашата работна средина?
На кои начини вашиот тим може да покаже „хуманост“ или „волонтерски дух“ во секојдневното работење?

Очекувани резултати

Подигната свесност кај учесниците дека хуманите и етичките вредности можат и треба да бидат составен дел од секоја организациска култура.
Размена на искуства, идеи и добри практики за примена на принципите на Црвениот крст во секојдневните работни активности.

Вежба 2 — ВИСТИНА ИЛИ НЕВИСТИНА? интерактивна презентација

Времетраење: 10 минути

Цел на активноста

Целта на оваа активност е да се разбијат најчестите невистини поврзани со улогата, принципите и функционирањето на Црвениот крст, како и да се зголеми нивото на информираност и разбирање за работата на организацијата кај учесниците.

Начин на работа

Активноста се спроведува како кратка интерактивна презентација, со активно вклучување на учесниците во процесот на одлучување и дискусија. Дисеминаторот подготвува PowerPoint презентација или испечатени картички со однапред формулирани изјави поврзани со Црвениот крст. По секоја изјава, учесниците се изјаснуваат дали сметаат дека таа е „НЕВИСТИНА“ или „ВИСТИНА“ (со кревање рака, усно изјаснување или со картички). По добиениот одговор, дисеминаторот го соопштува точниот одговор и дава кратко, јасно и информативно објаснување.

Примери на изјави за дискусија

Изјава	Одговор	Објаснување
Црвениот крст работи исклучиво при природни катастрофи.	НЕВИСТИНА	Црвениот крст делува континуирано преку активности во областа на здравството, образованието, социјалната заштита, превенцијата и поддршката на ранливи категории.
Амблемот на Црвениот крст може слободно да го користи секој.	НЕВИСТИНА	Амблемот е заштитен со национално и меѓународно право и може да го користат исклучиво овластени лица и организации.
Првиот симбол на Движењето е создаден по пример на швајцарското знаме.	ВИСТИНА	Амблемот – црвен крст на бела подлога – претставува инверзија на боите на швајцарското знаме.
Црвениот крст е политичка организација.	НЕВИСТИНА	Согласно принципот на неутралност, Црвениот крст не учествува во политички, верски или идеолошки активности.
Волонтерите во Црвениот крст не се финансиски надоместени за својата работа.	ВИСТИНА	Волонтерската служба се темели на хуманост и доброволно ангажирање, а не на остварување профит.
Во една држава може да постојат повеќе национални друштва на Црвениот крст.	НЕВИСТИНА	Според принципот на единство, во секоја држава постои само едно национално друштво на Црвениот крст или Црвената полумесечина.

Улога на дисеминаторот

• Да обезбеди динамично темпо и јасни објаснувања.
• Да ја прилагоди сложеноста на информациите според профилот на учесниците.
• Да поттикне кратка дискусија доколку се појават дополнителни прашања или интерес.

Очекувани резултати

• Намалување на дезинформациите поврзани со работата и принципите на Црвениот крст.
• Подобро разбирање на улогата, мандатот и вредностите на организацијата.
• Зголемен интерес и доверба кај учесниците за соработка и вклучување во активности на Црвениот крст.

Вежба 3 — 8 МАЈ
зошто 8 мај е Светски ден на Црвен крст и Црвена полумесечина?

Времетраење: 10–15 минути
Форма на работа: Работа во парови или мали групи

Цел на активноста

Целта на оваа активност е учесниците да се запознаат со историското потекло и значењето на Светскиот ден на Црвениот крст и Црвената полумесечина.

Потребни материјали

• Испечатен или дигитален текст: „Зошто 8 мај е Светски ден на Црвениот крст и Црвената полумесечина?“
• Флипчарт или бела табла.
• Маркери.
• Хартија и пенкала (по желба).

Тек на активноста

Вовед (2 минути) Дисеминаторот накратко го објаснува значењето на Светскиот ден на Црвениот крст и Црвената полумесечина и ја претставува целта на активноста. Читање на текстот (3 минути) Учесниците индивидуално или во парови го читаат текстот „Светскиот ден на Црвениот крст и Црвената полумесечина“. Групна дискусија (5 минути) Учесниците се делат во парови или мали групи (3–5 лица) и дискутираат врз основа на следниве прашања:
• Кои пораки од историјата на Црвениот крст се најважни за да се запаметат?
• Што научивте од текстот што не сте го знаеле претходно?
Подготовка за пленарна презентација (3 минути).
Секоја група формулира 2–3 клучни заклучоци кои ќе ги сподели на пленарната сесија.
Пленарна презентација и кратка дискусија (5 минути).
Секоја група накратко (до 1 минута) ги презентира своите заклучоци.

Прашања за насочување

• Зошто мислите дека е важно луѓето да ја знаат позадината на Светскиот ден на Црвениот крст и Црвената полумесечина?
• Каква порака за мир и солидарност ни пренесува приказната за и како таа може да се примени во секојдневниот живот?
• Што симболизира роденденот на Анри Динан и како неговата идеја сè уште се одразува во работата на Црвениот крст денес?

Очекувани резултати

• Подобро разбирање на историското и симболично значење на 8 Мај.
• Зголемена подготвеност на учесниците да ја разбираат историјата на Црвениот крст.

ТЕКСТ — Светскиот ден на Црвениот крст и Црвената полумесечина

Во 1922 година, кратко по завршувањето на Првата светска војна, во Чехословачка (денешна Чешка Република и Словачка), Националното друштво воспоставило тридневен прекин на огнот за време на Велигден, со цел промовирање на мирот. Оваа иницијатива, позната како Примирје на Црвениот крст, довела до тоа 14-тата меѓународна конференција на Црвениот крст да формира Меѓународна комисија за испитување на ова примирје.

Извештајот на Комисијата бил презентиран на 15-тата меѓународна конференција на Црвениот крст, одржана во Токио во 1934 година. Конференцијата го прифатила принципот на склучување примирје, сметајќи дека истиот треба да биде прифатен во поголем обем. Сепак, дури по завршувањето на Втората светска војна, во 1948 година, Денот на Црвениот крст — подоцна познат како Светски ден на Црвениот крст и Црвената полумесечина (од 1984 година) — за првпат започнал да се одбележува од страна на Националните друштва ширум светот.

За датум на одбележување бил избран 8 мај, денот на раѓањето на Анри Динан, основачот на Црвениот крст. Од 1953 година, Светскиот ден на Црвениот крст и Црвената полумесечина секоја година се посветува на посебна тема од интерес за Црвениот крст и Црвената полумесечина.

Вежба 4 — ДИСКУСИЈА
како можеме да примениме хуманост во секојдневната работа?

Времетраење: 15 минути

Цел на активноста

Оваа дискусија има за цел да поттикне лично размислување кај учесниците и размена на конкретни примери од реални работни ситуации, преку кои принципот на хуманост може да се препознае и примени во секојдневната професионална практика.

Тек на активноста

Дисеминаторот ја отвора дискусијата со поставување на водечки прашања кои ги насочуваат учесниците кон размислување за сопственото однесување и работната култура, како на пример:

• Како изгледа хуманоста во нашето секојдневно работење?
• Како постапуваме кога колега се соочува со лични или професионални потешкотии?
• Кои мали, секојдневни постапки можат да направат значајна разлика во работната средина?

Учесниците споделуваат конкретни примери од своето искуство, како што се:

• давање поддршка или помош на колега;
• иницирање или учество во добротворни активности;
• вклучување во активности за поддршка на локалната заедница или ранливи групи.

По завршувањето на дискусијата, дисеминаторот ги сумира изнесените ставови и издвојува неколку заеднички заклучоци, формулирани како пораки, на пример: „Нашата хуманост на работа се манифестира преку...“

Методолошка напомена

Доколку групата е поголема, се препорачува примена на методот „брза дискусија во парови“. Учесниците се делат во парови и дискутираат по едно прашање во

времетраење од приближно 2 минути, по што следи кратко групно споделување на клучните согледувања.

Очекуван резултат

Зајакната свесност кај учесниците за значењето на хуманоста како основна вредност во работната средина, како и охрабрување за нејзина доследна и видлива примена во секојдневната работа.

Вежба 5 — РАБОТА ВО ГРУПИ мини-план за активности

Времетраење: 25–30 минути

Оваа активност е наменета за групи кои претходно се запознаени со мисијата, основните принципи и активностите на Црвениот крст и се реализира како дел од напредна дисеминациска сесија.

Цел на активноста

Целта на оваа групна работа е учесниците да развијат конкретна, реална и остварлива идеја за мала заедничка акција што нивната организација може да ја спроведе во партнерство со Црвениот крст, со цел промовирање на хуманите вредности и општествената одговорност.

Методологија на работа

Учесниците работат во мали групи, преку структуриран формат и изготвуваат краток план за активност кој може да се реализира во нивната работна средина или заедница.

Формат за групна работа (за печатење)

Елемент	Опис
Идеја / Назив на активноста	Краток и јасен назив на активноста (на пр.: „Ден на хуманоста во нашата институција“)
Цел на активноста	Што сакаме да постигнеме со оваа активност? (на пр.: поттикнување на колективна солидарност и волонтерски дух)
Вклучени учесници	Кои групи ќе бидат опфатени? (вработени, членови на семејствата, клиенти, партнери, Црвен крст)
Активности / чекори	Конкретни активности и чекори за реализација (на пр.: крводарителска акција, собирање хуманитарна помош, волонтерска акција во заедницата)
Потребни ресурси	Материјални и нематеријални ресурси (време, простор, материјали, човечки ресурси, логистичка поддршка)
Соработка со Црвен крст	На кој начин Црвениот крст може да даде поддршка (стручна, логистичка, едукативна, координациска)
Рок и следни чекори	Временска рамка за реализација и одговорно лице/тим за координација

Улога на дисеминаторот

• Ги дели учесниците во 3–4 работни групи.
• На секоја група ѝ обезбедува празна табела и јасни насоки за работа.

• Обезбедува околу 20 минути за изработка на мини-планот.
• Го координира завршниот дел, при што секоја група накратко ја презентира својата идеја (до 2 минути по група).

Очекувани резултати

• Развиени конкретни и применливи идеи за заеднички хуманитарни активности.
• Подигната мотивација кај учесниците за активно вклучување во општествено корисни иницијативи.
• Зајакнување на соработката помеѓу работните организации и Црвениот крст.

ПРЕДЛОГ АГЕНДА ЗА ДИСЕМИНАЦИСКА СЕСИЈА (40 МИНУТИ)

1. Вовед и поставување контекст

Времетраење: 5 минути

Поздрав и кратко претставување на дисеминаторот.
Кратко објаснување:
• Зошто сме тука;
• Која е темата на сесијата;
• Што можат учесниците да очекуваат.
Поврзување на темата со секојдневниот живот или работната средина.
Кратка мотивациска порака (на пр.: „Хуманите вредности не се апстрактни – тие се видливи во нашите постапки“)

2. Кратка теоретска рамка/вовед во темата

Времетраење: 10 минути

Кратко претставување на:
• Работата на Црвениот крст;
• Вежбите кои ќе се реализираат.

3. Главна активност (работен дел)

Времетраење: 15 минути (Се прилагодува според конкретната вежба)

• Јасно објаснување на задачата и очекуваниот резултат;
• Поделба во групи / парови или работа во пленум;
• Активна работа на учесниците.

4. Презентација и заедничка дискусија

Времетраење: 7 минути

Кратко споделување:
• По групи (1–2 минути по група); или
• Неколку клучни коментари од пленумот.

5. Заклучок и пораки за понатаму

Времетраење: 3 минути

Сумирање на сесијата во 2–3 клучни пораки.
• Поврзување со реалниот живот и работната средина.
• Кратка порака за мотивација или повик за ангажман (на пр.: „Секој од нас може да биде носител на хуманост – почнувајќи од денес“)
Благодарност до учесниците.

ВИЗУЕЛЕН ПРЕГЛЕД НА ВРЕМЕНСКАТА РАМКА

Дел	**Активност**	**Време**
1	Вовед и контекст	5 мин
2	Теоретски вовед	10 мин
3	Главна активност	15 мин
4	Презентации / дискусија	7 мин
5	Заклучок	3 мин
Вкупно		**40 минути**

МОДУЛ 2
ДИСЕМИНАЦИЈА СО СТАРОСНИ ГРУПИ — ПОВОЗРАСНИ ЛИЦА / ПЕНЗИОНЕРИ

Цел на модулот

• Овој модул има за цел да ги запознае учесниците со мисијата, мандатот и основните принципи на Црвениот крст, на разбирлив и пристапен начин.
• Да ја истакне улогата на Црвениот крст во поддршката на постарите лица и во унапредувањето на нивниот квалитет на живот.
• Да поттикне препознавање на хуманите вредности како солидарност, грижа, заемна поддршка и почит во секојдневието на постарите лица.
• Да охрабри активно учество на пензионерите и лицата над 62 години во заедницата, преку волонтерство, меѓусебна помош и соработка со Црвениот крст.

Вежба 1 — КРУГ НА СЕЌАВАЊА

Времетраење: 15 минути

Цел на активноста

Да се поттикне споделување на лични искуства и спомени поврзани со Црвениот крст, како и да се зајакне чувството на припадност и континуитет на хуманите вредности низ времето.

Тек на активноста

Учесниците седат во круг, со што се создава пријатна и безбедна атмосфера за разговор. Дисеминаторот ги поканува учесниците да споделат:
• Како го паметат Црвениот крст од минатото;
• Која активност, акција или настан им оставил најсилен впечаток;
• Каква улога имал Црвениот крст во нивниот живот или во заедницата.
Дисеминаторот активно слуша и ги бележи идеите, искуствата и активностите кои и денес би можеле да се применат или адаптираат на современите потреби на заедницата.

Очекуван резултат

Зајакната меѓугенерациска меморија и препознавање на вредностите на Црвениот крст како трајни и применливи и во денешно време.

Вежба 2 — ФОТО КВИЗ „ТОГАШ И СЕГА“

Времетраење: 30–60 минути
(во зависност од возраста и динамиката на групата)
Дисеминаторот прикажува фотографии од активности на Црвениот крст од минатото и од денешни акции. Учесниците ги споредуваат, коментираат и споделуваат впечатоци и лични сеќавања.

Цел на активноста

Да се прикаже континуитетот на активностите на Црвениот крст низ времето и да се поттикне дискусија за промените и сличностите.

Потребни материјали:

• Проектор / лаптоп или испечатени фотографии;
• Фотографии од: прва помош (тогаш / сега), поделба на хуманитарна помош, младински и волонтерски активности, здравствено-превентивни акции, реакции при катастрофи;
• Флипчарт или табла;
• Маркери.

Подготовка на дисеминаторот

Изберете пар на фотографии (1 стара + 1 современа) со иста или слична активност. Подгответе кратки информации за периодот (по желба). Осигурете се фотографиите да бидат соодветни според стандардите на ЦКРСМ.

Тек на вежбата

Чекор 1: Вовед (5–10 минути)
Дисеминаторот кратко објаснува:
• што е Црвениот крст;
• дека организацијата постои повеќе од 150 години;
• дека и покрај промените во светот, хуманоста останува иста.
Воведно прашање:
„Што мислите, дали активностите на Црвениот крст денес се многу различни од оние пред 50 или 70 години?“

Чекор 2: Прикажување на фотографиите (15–25 минути)
Се прикажуваат фотографии во парови (тогаш / сега). По секој пар се остава време за дискусија.
Прашања за насочување:
• Што гледате на фотографиите?
• Што е исто, а што е различно?
• Како се промениле: облеката / опремата / начинот на работа?
• Кој е фокусот на активноста?

Чекор 3: Групна дискусија и лични впечатоци (10–20 минути)
Учесниците споделуваат: впечатоци, искуства, лични или семејни сеќавања поврзани со Црвениот крст.
Пример прашања:
• Дали сте учествувале или сте биле корисници на ваква активност?
• Како би изгледала оваа активност во иднина?

Очекувани резултати

• Подигната свест за историјата и улогата на ЦКРСМ.
• Подобро разбирање на хуманитарните вредности.
• Зголемена мотивација за вклучување во активности.
• Поттикнат меѓугенерациски дијалог.
• Јасно согледување дека Црвениот крст повеќе од 150 години работи со иста цел – помош и заштита на човекот, при што организацијата постојано се адаптира на предизвиците на секоја генерација, ги користи новите ресурси и алатки, но мисијата и визијата остануваат непроменети.

ПРЕДЛОГ ФОТОГРАФИИ ВО ПРИЛОГ

Вежба 3 — КРАТОК ИНТЕРАКТИВЕН КВИЗ запознај го Црвениот крст

Времетраење: 10 минути

Цел на вежбата

Целта на оваа вежба е на интерактивен и пријатен начин да се провери и продлабочи знаењето на учесниците за симболите, амблемите и основните информации поврзани со Црвениот крст, како и да се поттикне активно учество и позитивна атмосфера во групата.

Потребни материјали

• Испечатени картички со ознаки „ТОЧНО“ и „НЕТОЧНО“ или „ДА / НЕ“.
• Флипчарт или табла.
• (По можност) визуелен материјал со симболи и амблеми на Црвениот крст.

Тек на вежбата

Дисеминаторот накратко објаснува дека следи краток квиз со прашања поврзани со Црвениот крст и дека не се оценува знаењето, туку се учи преку разговор. Дисеминаторот чита по едно прашање или прикажува слајд / картичка со изјава. Учесниците се изјаснуваат со кревање на соодветна картичка или усно дали одговорот е точен или неточен. По секој одговор, дисеминаторот го соопштува точниот одговор и дава кратко, јасно објаснување. По потреба, се поттикнува кратка дискусија или споделување лични искуства поврзани со темата.

Пример прашања / изјави:
• Амблемот на Црвен крст е заштитен со закон. (Точно)
• Црвен крст делува само во време на војна. (Неточно)
• Црвен крст и Црвена полумесечина се дел од исто меѓународно движење. (Точно)
• Секој може слободно да го користи амблемот на Црвен крст. (Неточно)
• Волонтерите се важен дел од работата на Црвен крст. (Точно)

Улога на дисеминаторот:
• Да обезбеди пријатна и охрабрувачка атмосфера.
• Да користи јасен и разбирлив јазик, прилагоден на целната група.
• Да ја поттикне групата да учествува без притисок или страв од погрешен одговор.

Очекувани резултати

• Подобрено разбирање на основните симболи и улогата на Црвениот крст.
• Активно учество и зголемен интерес кај учесниците.
• Позитивно искуство кое придонесува кон чувство на припадност и доверба во организацијата.
• Завршна порака: Дисеминаторот ја заокружува вежбата со некоја кратка порака.

Вежба 4 — ОСНОВНИТЕ ПРИНЦИПИ НА ЦРВЕНИОТ КРСТ

Времетраење: 20–30 минути
Форма на работа: Водена групна дискусија (пленарно) или работа во мали групи.

Цел на активноста

Целта е учесниците да ги разберат и препознаат основните принципи на Црвениот крст преку реални животни ситуации, поврзувајќи ги со сопственото искуство, вредности и чувството за солидарност, доверба и меѓусебна поддршка.

Потребни материјали

• Картички со прашања (или читање од страна на дисеминаторот).
• Флипчарт или бела табла.
• Маркери.

Тек на активноста

Вовед (5 минути). Дисеминаторот накратко ги претставува седумте принципи на Црвениот крст со едноставни примери и истакнува дека тие се темел на довербата и хуманоста што Црвениот крст ја гради со децении. Дискусија преку прашања (15–20 минути). Прашањата се читаат едно по едно. По секое прашање, учесниците се охрабруваат да споделат лично мислење или искуство, по што дисеминаторот го чита или објаснува одговорот.

ПРАШАЊА И ОДГОВОРИ ПО ПРИНЦИПИ:

1) ХУМАНОСТ

• Прашање:
Зошто Црвениот крст им помага на луѓето во неволја, без разлика кои се и од каде доаѓаат?
• Одговор:
Затоа што основната цел на Црвениот крст е да го заштити човечкиот живот, здравје и достоинство. Хуманоста значи да се грижиме за секој човек како за ближен, особено кога е во болка, осаменост или потреба.

2) НЕПРИСТРАСНОСТ

• Прашање:
Дали Црвениот крст смее да им помага повеќе на „своите“, а помалку на другите?
• Одговор:
Не. Црвениот крст им помага на сите подеднакво, според потребата, а не според потекло, вера, националност или убедувања. Тоа создава доверба и чувство на правичност кај сите луѓе.

3) НЕУТРАЛНОСТ

• Прашање:
Дали Црвениот крст зазема страна во политички или општествени конфликти?
• Одговор:
Не. За да може да помага на сите, Црвениот крст мора да остане неутрален. Тоа значи да не се меша во политички, верски или општествени расправи, за никој да не се чувствува исклучен или загрозен.

4) НЕЗАВИСНОСТ

• Прашање:
Дали Црвениот крст е под контрола на државата или на некоја друга институција?
• Одговор:
Не. Иако соработува со државата, Црвениот крст мора да остане независен за да може слободно да им помага на луѓето, без надворешни притисоци – политички, религиски или економски.

5) ДОБРОВОЛНА СЛУЖБА

• Прашање:
Зошто волонтерите во Црвениот крст помагаат без надомест?
• Одговор:
Доброволна служба значи дека човекот помага по сопствена волја и од срце, а не затоа што е принуден или мотивиран само од пари. Важно е посветеноста, а не надоместокот.

6) ЕДИНСТВО

• Прашање:
Зошто во една држава постои само едно Национално друштво на Црвениот крст?
• Одговор:
Во секоја држава постои само едно Национално друштво на Црвениот крст затоа што тоа овозможува сила, јасност и доверба. Едно друштво ги обединува сите волонтери и ресурси на едно место, што го прави посилно и поефикасно во помагањето на луѓето во помош. Единството гарантира дека хуманитарните активности се координирани и достапни за сите, без разлика на разлики во вера, националност или социјален статус.

7) УНИВЕРЗАЛНОСТ

• Прашање:
Дали Црвениот крст во нашата држава е поврзан со Црвениот крст во други земји?
• Одговор:
Да. Црвениот крст е светска мрежа. Сите национални друштва се еднакви и си помагаат меѓусебно, особено во големи кризи и катастрофи, без разлика каде се случуваат.

Очекувани резултати

• Учесниците ги разбираат принципите преку животни и блиски примери;
• Поттикната е доверба и чувство на припадност кон Црвениот крст;
• Охрабрено е споделување на искуства и вредности од животот.

Вежба 5 — КРЕИРАЊЕ НА МИКРО АКЦИИ ЗА ЗАЕДНИЦАТА

Времетраење: 20 минути
Оваа активност е наменета за групи кои претходно се запознаени со мисијата, основните принципи и активностите на Црвениот крст и се реализира како дел од напредна дисеминациска сесија.

Цел на активноста

Да се поттикне активно учество на постарите лица во заедницата преку развивање мали, реални и остварливи хуманитарни активности, прилагодени на нивните можности и интереси.

Тек на активноста

Учесниците се делат во мали групи. Секоја група добива задача да осмисли микро-акција што може да се реализира во нивната локална заедница, во соработка со Црвениот крст.

Примери за микро-акции

• Меѓусебна помош и поддршка на стари лица кои живеат сами,
• Организирање хуманитарен базар со рачни изработки или домашни производи,
• Заедничка акција за уредување или чистење на јавен простор (парк, двор),
• Еко-волонтерска активност прилагодена за лица 60+.
По истекот на времето, секоја група накратко (2–3 минути) ја презентира својата идеја пред останатите учесници.

Очекуван резултат

Генерирани конкретни идеи за активирање на постарите лица и нивно активно вклучување во хуманитарни и општествено корисни активности.

ПРИМЕРИ ОД ОПШТИНСКИ ОРГАНИЗАЦИИ НА ЦРВЕН КРСТ:
• Акција „Рецептот на баба“ (пример од ООЦК Гази Баба) – спојување млади и стари во готварска работилница со хуманитарен карактер.
• Дисеминациски сесии со здруженија на пензионери (пример од ООЦК Прилеп) – реализација на повеќе интерактивни сесии за општа дисеминација, во кои преку презентации, видеа, вежби и квизови се приближуваат мисијата, визијата и хуманитарните вредности на Црвениот крст, со посебен акцент на споделување на лични искуства и поттикнување меѓугенерациски дијалог.

ПРЕДЛОГ АГЕНДА ЗА ДИСЕМИНАЦИСКА СЕСИЈА СО СТАРОСНИ ГРУПИ (40 минути)

1. Добредојде и создавање пријатна атмосфера
Времетраење: 5 минути

• Топол поздрав и кратко претставување на дисеминаторот.
• Кратко неформално воведување: „Денес ќе разговараме за Црвениот крст, но и за вашите искуства“.
• Поттикнување чувство на почит и вреднување на животното искуство на учесниците.
• По можност кратко прашање за „размрдување“, на пример: „Кој првпат слушнал за Црвениот крст уште како дете“?

2. Вовед во темата – Црвениот крст тогаш и денес
Времетраење: 10 минути

• Кратко, разбирливо објаснување: што е Црвениот крст; колку долго постои; принципи, амблеми, дејности; зошто постои.
• Нагласување дека: времињата се менуваат - но хуманоста останува иста.
• Поврзување со секојдневието на постарите лица: грижа; солидарност; меѓусебна помош.

3. Главна интерактивна активност
Времетраење: 15 минути

(Се прилагодува според избраната вежба.)

4. Заедничко споделување и разговор
Времетраење: 7 минути

• Кратко споделување од учесниците: впечатоци; идеи; сеќавања.
• Насочувачки прашања, на пример: „Што од ова би можело да се примени и денес?“ „Како вие, со вашето искуство, можете да помогнете во заедницата?“

5. Заклучок и охрабрувачка порака
Времетраење: 3 минути

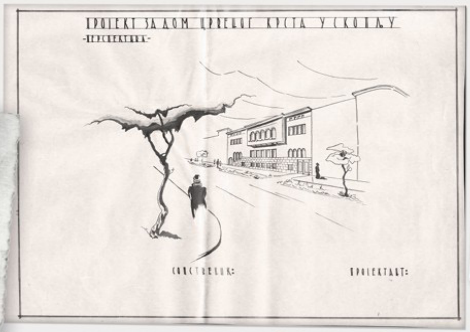
• Сумирање во 2–3 едноставни пораки, на пример: Црвениот крст е организација за сите генерации; Искуството на постарите лица е вредност; Хуманоста се живее секој ден.
• Кратка мотивациска порака: „Вашето знаење, искуство и време се богатство за заедницата“.
• Благодарност за учеството.

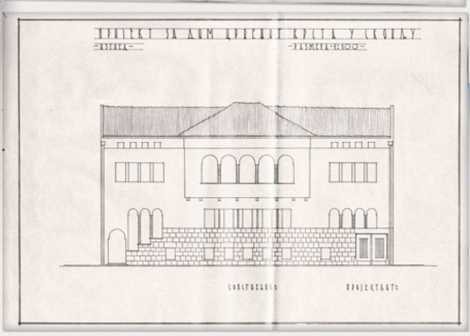
ВИЗУЕЛЕН ПРЕГЛЕД НА ВРЕМЕНСКАТА РАМКА

Дел	**Активност**	**Време**
1	Добредојде и атмосфера	5 мин
2	Вовед во темата	10 мин
3	Главна активност	15 мин
4	Споделување и разговор	7 мин
5	Заклучок	3 мин
Вкупно		**40 минути**

Прилог фотографии за **Вежба 2 – ФОТО КВИЗ „ТОГАШ И СЕГА“** од дисеминацискиот модул за старосни групи. Фотографиите во прилог може да ги испечатите за полесна употреба.

ЈОСИФ МИХАЈЛОВИЌ – ЈУРУКОСКИ,
АРХИТЕКТ-ПРОЕКТАНТ НА ОБЈЕКТОТ НА ЦРВЕН КРСТ
JOSIF MIHAJLOVIQ – JURUKOSKI
ARKITEKT – PROJEKTUES I OBJEKTIT TË KRYQIT TË KUQ
JOSIF MIHAJLOVIC – JURUKOSKI,
ARCHITECT-DESIGNER OF THE RED CROSS BUILDING





ПРОЕКТ ЗА ОБЈЕКТОТ НА ЦРВЕН КРСТ, 1930 ГОДИНА
PROJEKT PËR OBJEKTIN E KRYQIT TË KUQ, 1930
PROJECT FOR THE RED CROSS BUILDING, 1930.

ДОГРАДБА НА ОБЈЕКТОТ 2001 ГОДИНА СО ПОДДРШКА ОД АМЕРИКАНСКИ ЦРВЕН КРСТ
RINDËRTIMI I OBJEKTIT 2001 ME PËRKRAHJEN E KRYQIT TË KUQ TË AMERIKËS
EXTENSION OF THE BUILDING IN 2001 WITH SUPPORT FROM THE AMERICAN RED CROSS

ЦЕНТРАЛНА КАНЦЕЛАРИЈА НА ЦРВЕН КРСТ НА РСМ, 2025 ГОДИНА
ZYRA QENDRORE E KRYQIT TË KUQ TË RMV, 2025
HEAD OFFICE OF THE RED CROSS OF RNM, 2025

ИСТОРИЈА НА ГРАДБА НА ЦЕНТРАЛНАТА КАНЦЕЛАРИЈА НА ЦРВЕН КРСТ НА РСМ
HISTORIA E NDËRTIMIT TË ZYRËS QENDRORE TË KRYQIT TË KUQ TË RMV
HISTORY OF THE CONSTRUCTION OF THE HEAD OFFICE OF THE RED CROSS OF THE RNM

ПОДМЛАДОК НА ЦРВЕН КРСТ ТЕТОВО, 1930-ТЕ ГОДИНИ
RINIA E KRYQIT TË KUQ TETOVË, VITET E 1930
JUNIOR YOUTH OF THE RED CROSS TETOVO, 1930

НЕДЕЛА НА ГРИЖА ЗА СТАРИ ЛИЦА - ЗАКИТУВАЊЕ СО ВРЕДНОСНИ МАРКИЧКИ, 1956 ГОДИНА
JAVA E KUJDESIT PËR TË MOSHUARIT - DEKORIM ME PULLA, 1956
WEEK FOR CARE FOR OLDER PEOPLE - STAMP DECORATION, 1956

11. НЕДЕЛА НА ХИГИЕНИЗАЦИЈА, 1962Г.
JAVA E HIGJIENIZIMIT, 1962
WEEK OF HYGIENE, 1962

ДИСТРИБУЦИЈА НА ХРАНА НА ПУНКТ НА ЦРВЕНИОТ КРСТ ПО ЗЕМЈОТРЕСОТ ВО СКОПЈЕ, 1963 ГОДИНА
SHPËRNDARJA E USHQIMIT NË NJË PIKË TË KRYQIT TË KUQ PAS TËRMETIT TË SHKUPIT TË VITIT, 1963
FOOD DISTRIBUTION AT THE RED CROSS POINT AFTER THE SKOPJE EARTHQUAKE, 1963

РЕПУБЛИЧКИ НАТПРЕВАР ПО ПРВА ПОМОШ, 1970 ГОДИНА
GARAT REPUBLIKANE PËR NDIHMËN E PARË, 1970
NATIONAL FIRST AID COMPETITION, 1970

ЧЛЕНУВАЊЕ ВО ЦРВЕН КРСТ
ANËTARËSIM NË KRYQIN E KUQ
MEMBERSHIP IN THE RED CROSS

ПЕЧАТЕН ИНФОРМАТИВЕН МАТЕРИЈАЛ НА ЦРВЕН КРСТ НА РСМ
MATERIAL I SHTYPUR INFORMATIV I KRYQIT TË KUQ TË RMV
PRINTED INFORMATION MATERIAL OF THE RED CROSS OF RNM

БЕГАЛСКИ БРАН ОД КОСОВО, 1999 ГОДИНА, КАМП БЛАЦЕ
VALA E TË IKURVE NGA KOSOVA 1999, KAMPI BLLACË
INFLUX OF REFUGEES FROM KOSOVO, 1999, CAMP BLACE

ХУМАНИТАРНА ПОДДРШКА - ПОПЛАВА СКОПЈЕ, 2016 ГОДИНА
NDIHMË HUMANITARE – VËRSHIMET NË SHKUP, 2016
HUMANITARIAN SUPPORT – SKOPJE FLOOD, 2016

УСЛУГА НА ЦРВЕН КРСТ „ИТНО КОПЧЕ"
SHËRBIMI I KRYQIT TË KUQ "BUTONI EMERGJENT"
RED CROSS SERVICE "EMERGENCY BUTTON"

ДРЖАВЕН НАТПРЕВАР ПО ПРВА ПОМОШ 2024 ГОДИНА
GARAT SHTETËRORE PËR NDIHMËN E PARË 2024
NATIONAL FIRST AID COMPETITION 2024

ДНЕВЕН ЦЕНТАР ЗА ЛИЦА СО ПОПРЕЧЕНОСТ
QENDRA DITORE PËR PERSONAT ME AFTËSI TË KUFIZUARA
DAILY CENTER FOR PERSONS WITH IMPAIRMENT

ЦЕНТАР ЗА ПРВА ПОМОШ
QENDRA PËR NDIHMËN E PARË
FIRST AID CENTER

ДНЕВЕН ПРЕСТОЈ ЗА СТАРИ ЛИЦА „ДАРЕ ЏАМБАЗ"
QËNDRIM DITORE PËR PERSONA TË MOSHUAR "DARE XHAMBAZ"
DAILY CENTER FOR OLDER PEOPLE"DARE DZAMBAZ"

ДНЕВЕН ЦЕНТАР ЗА ЛИЦА СО ИНТЕЛЕКТУАЛНА ПОПРЕЧЕНОСТ„ПРОЛЕТ"
QËNDRA DITORE PËR PERSONA ME PENGESË INTELEKTUALE„PROLET"
DAILY CENTER FOR PERSONS WITH INTELLECTUAL IMPAIRMENT "PROLET"

ОПЕРАТИВЕН ЦЕНТАР ЗА ОДГОВОР ПРИ КАТАСТРОФИ
QENDRA OPERATIVE PËR PËRGJIGJE GJATË KATASTROFAVE
OPERATIONAL CENTER FOR DISASTER RESPONSE

ПУНКТ ЗА БЕЗДОМНИЦИ – СКОПЈЕ
PIKA PËR PERSONAT PA STREHIM - SHKUP
STATION FOR HOMELESS PEOPLE – SKOPJE

МОБИЛЕН ОПЕРАТИВЕН ЦЕНТАР
QENDRA MOBILE OPERATIVE
MOBILE OPERATIONAL CENTER

ЦЕНТАР ЗА МЕНТАЛНО ЗДРАВЈЕ
QENDRA PËR SHËNDET MENDOR
CENTER FOR MENTAL HEALTH

ЦЕНТРИ НА ЦРВЕН КРСТ НА РСМ
QENDRAT E KRYQIT TË KUQ TË RMV
RED CROSS OF RNM CENTERS

Црвен крст на Република Северна Македонија

Скопје
2026