

JAVNI RAZPIS »PROJEKTNO DELO Z NEGOSPODARSKIM IN NEPROFITNIM SEKTORJEM – ŠTUDENSKI INOVATIVNI PROJEKTI ZA DRUŽBENO KORIST 2016–2018«

KONČNO POROČILO O DOSEŽENIH CILJIH

Navodila

- Številka pogodbe:** navedite številko pogodbe o sofinanciranju, ki jo je prejel samostojni visokošolski zavod oz. univerza
- Podatki o projektu**
 - Osnovni podatki**
 - Naziv projekta:** navedite polni naziv projekta, kot je bil naveden v vlogi.
 - Akronim:** navedite akronim projekta, v kolikor ga uporabljate.
 - Izvajalec/nosilec projekta:** navedite samostojni visokošolski zavod oz. univerzo ter članico univerze, v okviru katere se projekt izvaja.
 - Trajanje projekta:** navedite dejanski začetni in končni datum obdobja izvajanja projekta.
 - Partner 1:** navedite negospodarsko ali neprofitno organizacijo, ki je sodelovala pri izvedbi projekta kot partner 1 (v kolikor je med trajanjem projekta prišlo do zamenjave partnerja 1, navedite oba).
 - Strokovni sodelavec 1:** navedite strokovnega sodelavca prvega partnerja, ki je sodeloval pri projektu (v kolikor je med trajanjem projekta prišlo do zamenjave strokovnega sodelavca 1, navedite oba).
 - Partner 2:** navedite organizacijo z gospodarskega ali z družbenega področja, ki je sodelovala pri izvedbi projekta kot partner 2 (v kolikor je med trajanjem projekta prišlo do zamenjave partnerja 2, navedite oba).
 - Strokovni sodelavec 2:** navedite strokovnega sodelavca drugega partnerja, ki je sodeloval pri projektu (v kolikor je med trajanjem projekta prišlo do zamenjave strokovnega sodelavca 2, navedite oba).
 - Pedagoški mentor/ji:** navedite pedagoškega mentorja, ki je izvajal projektne aktivnosti (v primeru več vključenih pedagoških mentorjev, jih ustrezno dodajte, tudi če je med trajanjem projekta prišlo do zamenjav).

Za ostale točke poročila so morebitna dodatna kratka navodila navedena znotraj poročila spodaj.

H končnemu poročilu sodi tudi izjava, ki se nahaja ob koncu dokumenta, katero je potrebno obvezno izpolniti in priložiti h končnemu poročilu.

Izstavitev končnega poročila

Ob zaključku projekta je zavod dolžan predložiti končno poročilo, ki vsebuje poročilo o vsebinskem izvajanju projekta ter o doseženih ciljih, skladno z načrtom v vsebinski zasnovi projekta.

Rok za predložitev končnega poročila je ob izstavitvi zadnjega zahtevka za sofinanciranje (ZzS).

Način oddaje končnega poročila

Končno poročilo s pripadajočo dokumentacijo se oddaja v fizični obliki. Skupaj z zadnjim ZzS se posreduje po pošti na naslov: Javni študentski, razvojni, invalidski in preživninski sklad Republike Slovenije, Dunajska 20, 1000 Ljubljana, s pripisom »ZzS – ŠIPK«. Če zavod zadnji ZzS (skupaj s končnim poročilom) pošlje priporočeno po pošti, se za dan prejema šteje dan oddaje na pošto. Če zavod zadnji ZzS (skupaj s končnim poročilom) ne pošlje priporočeno, se za dan prejema šteje dan prejema ZzS (skupaj s končnim poročilom) na skladu.

Priloga 6: KONČNO POROČILO O DOSEŽENIH CILJIH

JAVNI RAZPIS

**»PROJEKTNO DELO Z NEGOSPODARSKIM IN NEPROFITNIM SEKTORJEM – ŠTUDENSKI INOVATIVNI PROJEKTI
ZA DRUŽBENO KORIST 2016–2018«**

v okviru

Operativnega programa za izvajanje evropske kohezijske politike v obdobju 2014–2020 kot neposredna potrditev operacije "Projektno delo z negospodarskim in neprofitnim sektorjem v lokalnem in regionalnem okolju – Študentski inovativni projekti za družbeno korist"; prednostne osi 10. Znanje, spretnosti in vseživljenjsko učenje za boljšo zaposljivost; prednostne naložbe 10.1 Izboljšanje enakega dostopa do vseživljenjskega učenja za vse starostne skupine pri formalnih, neformalnih in priložnostnih oblikah učenja, posodobitev znanja, spretnosti in kompetenc delovne sile ter spodbujanje prožnih oblik učenja, tudi s poklicnim svetovanjem in potrjevanjem pridobljenih kompetenc, specifičnega cilja 3: Spodbujanje prožnih oblik učenja ter podpora kakovostni karierni orientaciji za šolajočo se mladino na vseh ravneh izobraževalnega sistema.

Številka pogodbe: 11083-25/2017

1. PODATKI O PROJEKTU

1.1 Osnovni podatki

Naziv projekta	Otroci kot CPR ambasadorji - prenos znanja oživljanja do populacije	
Akronim projekta	CPR-ambasadorji	
Izvajalec/nosilec projekta	Univerza v Mariboru Fakulteta za zdravstvene vede	
Trajanje projekta	od: 01.04.2018	do: 31.07.2018
Partner 1 (negospodarska oz. neprofitna organizacija)	Zdravstveni dom Ormož	
Strokovni sodelavec 1	Ime in priimek: Alenka Simonič, dr. med. spec. Funkcija: Vodja SNMP ambulante	
Partner 2 (organizacija iz gospodarskega ali družbenega področja)	/	
Strokovni sodelavec 2	Ime in priimek: / Funkcija: /	
Pedagoški mentor/ji	Ime in priimek: izr. prof. dr. Miljenko Križmarič Zavod/članica: Univerza v Mariboru Fakulteta za zdravstvene vede	
	Ime in priimek: doc. dr. Andraž Stožer Zavod/članica: Univerza v Mariboru Medicinska fakulteta	
	Ime in priimek: Zavod/članica:	
Ostali sodelujoči	Ime in priimek: Maja Štiglic Zavod/članica: Univerza v Mariboru Fakulteta za zdravstvene vede	

1.2 Seznam sodelujočih študentov

(Navedete vse študente, ki so sodelovali na projektu in so uveljavljali stroške. V kolikor je v času trajanja projekta prišlo do zamenjave študenta, poleg imena in priimka študenta, navedite oba).

Ime in priimek študenta	Zavod/članica, kjer je študent vpisan	Naziv študijskega programa	Bolonjska stopnja študija	Klasius - P	Vključeni od/do	
					od	do
Nejc Centrih	Univerza v Mariboru Fakulteta za zdravstvene vede	Zdravstvena nega	1. stopnja, VS	723	01.04.2018	31.07.2018
Martin Bosilj	Univerza v Mariboru Fakulteta za zdravstvene vede	Zdravstvena nega	1. stopnja, VS	723	01.04.2018	31.07.2018
Domen Lorenčič	Univerza v Mariboru Fakulteta za zdravstvene vede	Bioinformatika	2. stopnja, MAG	720	01.04.2018	31.07.2018
Tadej Kampič	Univerza v Mariboru Medicinska fakulteta	Splošna medicina	2. stopnja, EMAG	721	01.04.2018	31.07.2018
Jasna Klemenčič	Univerza v Mariboru Filozofska fakulteta	Psihologija	1. stopnja, UNI	311	01.04.2018	31.07.2018
Patric Rajšp	Univerza v Mariboru Fakulteta za zdravstvene vede	Zdravstvena nega	2. stopnja, MAG	723	01.04.2018	31.07.2018
Tomaž Šuen	Univerza v Mariboru Fakulteta za elektrotehniko, računalništvo in informatiko	Informatika in tehnologije komuniciranja	2. stopnja, MAG	481	01.04.2018	31.07.2018
Marja Zakešek	Univerza v Mariboru Filozofska fakulteta	Psihologija	1. stopnja, UNI	311	01.04.2018	31.07.2018
Eva Rotman	Univerza v Mariboru Fakulteta za zdravstvene vede	Zdravstvena nega	2. stopnja, MAG	723	01.04.2018	31.07.2018

1.3 V katero področje na prvi klasifikacijski ravni KLASIUS-P se uvršča projekt glede na vsebinsko zasnovu projekta (neustrezno področje izbršite):

7 - Zdravstvo in sociala

2. Povzetek projekta:

V projektu smo potrdili, da je mogoče otroke naučiti nujenja temeljnih postopkov oživljanja (CPR), do te mere, da bi lahko kasneje sami postali CPR učitelji v svojem domačem okolju. Otroci so kompetentni za poučevanje in lahko jih kakovostno naučimo temeljnih postopkov oživljanja. Izvedli smo predavanja v lokalnem okolju, kjer smo predstavili CPR vsebine, tako teoretično, kot praktično. Praktična izvedba je bila v obliki delavnic na Osnovni šoli Janka Padežnika in na Osnovni šoli sv. Tomaž. Iz vprašalnikov razdeljenih 137 otrokom po izvedbi delavnic, ugotavljamo, da bi se visok delež otrok, ki bi na ulici zagledal nezavestno osebo, počutil prestrašeno in zmedeno, v primeru, da ne bi imel ustreznega znanja, da bi pomagali. Starši v visokem deležu ocenjujejo, da bi se njihov otrok v vlogi CPR ambasadorja, počutil junaško, pomembno, koristno in ponosno. Več kot 90 % staršev, bi se bilo pripravljeno učiti temeljnih postopkov oživljanja. Samo okrog 15 % anketirancev ocenjuje svoje znanje o TPO, kot zelo dobro ali odlično.

Analiza pregleda literature kaže, da je mogoče tudi učenje otrok s strani učiteljev in ne samo reševalcev ali drugih zdravstvenih delavcev. Otroke vloga učitelja, v katero so postavljeni, močno pritegne, jim da poguma, samozavesti in zdravo mero tekmovalnosti.

Analiza tržišča s simulatorji je pokazala, da obstajajo primerni modeli za učenje otrok. Glede na potreben nizki finančni vložek, so najbolj ustrezni simulatorji, ki so mobilni za uporabo in vsebujejo minimalen nabor funkcij, kot je dvigovanje prsnega koša med umetno ventilacijo usta na usta in ustrezna podajnost prsnega koša med zunanjimi stisi. Ti simulatorji so napihljivi in kompaktni ter pogosto vsebujejo teoretične vsebine na priloženem CD pomnilniškem nosilcu.

V projektu je nastala aplikacija izdelana na platformi Azure, ogrodja Microsoft .NET core, v okolju Visual Studio in z uporabo podatkovne baze MS SQL. Za prikaz aktivnosti na geografskih kartah smo uporabili brezplačno knjižnico Mapbox. Podatke za prikaz na karti smo generirali s pomočjo Microsoft Excela ter aplikacije GeoJSON. Bistvenega pomena pri širitvi projekta na nacionalno raven je pridobivanje povratnih informacij iz lokalnih skupnosti in spremljanje statističnih parametrov na tem področju. Po določenem času bi bilo smotno preveriti spremembe v obsegu izobraženih v temeljnih postopkih oživljanja, obenem pa bi se podale realne informacije kolikšen je pristop prič zastoja srca izven bolnišnice.

Spletna stran projekta je dosegljiva na spletnem naslovu: <http://iaeste.si/cprambasadorji/>

3. Izvajanje projekta:

Na projektu so bile izvedene različne aktivnosti, od pregledov literature do praktičnih delavnic na šolah. Izvedene so bile analize tujih in domačih strokovnih člankov na različne teme iz področja psihologije in zdravstva ter računalništva. Obdelali smo zastavljene tematike in na podlagi tematike določali smernice za bodoče delovanje. Delavnice na osnovnih šolah so bile sestavljene iz praktičnega in teoretičnega dela glede na predhodno obravnavno gradivo. Določili smo si starostne skupine katere smo želeli izobraževati. Ob koncu praktičnih delavnic je bila uporabljena tudi anketna metodologija raziskovanja saj smo rezultate iz prakse pri starših in otrocih preverjali s pomočjo anketnih vprašalnikov. Opravljenih je bilo dosti ur na terenu v neposrednem stiku z lokalnim okoljem.

Podatke smo shranjevali na MS SQL strežniku, ki je tudi gostovan na platformi Azure. Strežnik Microsoft SQL se upravlja s programom SQL serve Management Studio in se dobro ujema z ostalimi njihovimi storitvami in tehnologijami. Uporabljali smo Transact-SQL, ki je implementacija standarda ANSI/ISO SQL. Uporabljajo ga tako pri Microsoftu kot tudi pri Sybase. Podatkovna baza je bila generirana preko uporabe code first pristopa, z uporabo knjižnice Entity Framework.

4. Odstopanja od predvidenih aktivnosti

Aktivnosti smo lahko izvedli kljub manjšim težavam s katerimi smo se srečevali. Morda nam je največjo težavo predstavljalo to, da nismo imeli CPR simulatorjev in smo jih morali pred vsako delavnico zagotoviti drugače. Menimo, da smo zastavljene cilje vzporedno z vsemi aktivnostmi dosegli in tako postavili neka nova vprašanja za nadaljnje raziskovanje. Želeli bi preveriti delovanje aplikacije v praksi in kako se odnese kot evalvacijski pripomoček. Imamo tudi željo izvesti nek cikel predavanj z vmesnimi evalvacijami, da bi lahko bolj točno preverili v kolikšni meri se otroci priučijo CPR in če so ob kontinuiranem učenju teh spretnosti dovolj kompetentni za učenje preostalih v lokalnem okolju in za izvajanje CPR.

Pred začetkom izvedbe projekta je odstopil tretji pedagoški mentor, doc. dr. Denis Špelič, vendar sta druga dva pedagoška mentorja skladno s odobritvijo Javnega sklada Republike Slovenije za razvoj kadrov in štipendije delovne naloge tretjega mentorja prevzela preostala dva.

5. Pridobljene kompetence, znanja in praktične izkušnje študentov

Navedite poklicno specifične kompetence, ki so jih študenti pridobili z vključitvijo v projekt, in način pridobitve kompetence (za vsakega študenta posebej).

Ime in priimek študenta	Opis
Nejc Centrih	Osnove organizacije dela v specifičnem poklicu zdravstvene nega na področju preventivnega varstva. Kompetence timskega dela in poglobitev poznavanja metod CPR. Kompetence pridobljene s študijem literature in s predavanji osnovnošolcem v osnovnih šolah pod nadzorom pedagoških mentorjev in strokovnega sodelavca.
Martin Bosilj	Projektno naravnano skupinsko delo, pridobivanje novih znanj iz zdravstvene nege in medicine od kolegov in mentorjev. Dosledno izpolnjevanje delovnih nalog in usklajevanje med podskupinami. Kompetence specifične za poklic diplomiranega zdravstvenika so

	pridobljene med skupnimi srečanji in izvajanju aktivnosti v lokalnem okolju.
Domen Lorenčič	Analiza zahtev potrebnih za izdelavo programskega orodja. Sodelovanje v interdisciplinarnem timu. Kompetence pri programiranju na področju strokovnjakov iz bioinformatike. Kompetence pridobljene z analizo podatkovnih baz potrebnih za programsko okolje. Izpolnjevanje delovnih nalog.
Tadej Kampič	Izvedba pregleda literature na področju prve pomoči in temeljnih postopkov oživljanja. Pridobivanje specifičnega znanja za poklic zdravnika iz področja urgentne medicine. Kompetence pridobljene pri pripravah gradiv za poučevanje reanimacije in pri sodelovanju izobraževanja v lokalnem okolju.
Jasna Klemenčič	Pregled literature na področju psihologije v povezavi s karidopulmonalno reanimacijo. Pridobivanje novih znanj od kolegov in mentorjev. Delo z novimi digitalnimi tehnologijami simulacij v medicini.
Patric Rajšp	Pregled področja uporabe simulatorjev. Izbiranje ustreznih metod simulacij za učenje osnovnošolcev. Izpolnjevanje delovnih nalog. Poglobljena znanja pri izvajanju tehnik kardio – pulmonalne reanimacije.
Tomaž Šuen	Analiza zahtev potrebnih za izdelavo programskega orodja. Sodelovanje v interdisciplinarnem timu. Kompetence specifične za študijsko področje Informatika in tehnologije komuniciranja Programiranje in analiza obstoječih podatkovnih baz.
Marja Zakelšek	Projektno naravnano skupinsko delo. Pridobivanje novih znanj od kolegov in mentorjev in usmeritev v specifične kompetence na področju psihologije. Kompetence so bili pridobljene s sodelovanjem v timu študentov iz različnih področij in pregledi literature
Eva Rotman	Pregled literature na področju usposabljanja kariopulmonalne reanimacije. Dosledno izpolnjevanje delovnih nalog glede na časovnico, usklajevanje med podskupinami.

6. Doprinos morebitnih rešitev/rezultatov projekta za vključeno negospodarsko oz. neprofitno organizacijo (PARTNER 1)

Zdravstveni dom Ormož, kot edini partner v projektu je primarno pridobil zasnovo, kako bi naj sistematično potekalo izobraževanje širše populacije iz temeljnih postopkov oživljanja (CPR). Partner zelo podpira idejo o vključevanju nadzora nad izobraževanjem s programskim okoljem. Na ta način bi imeli pregled o časovnih terminih kdaj izobraževanje ponoviti in pregled o lokacijah, kjer bi bilo potrebno okrepiti prenos znanja do populacije. Partner je prav tako izvajal izobraževanja CPR v več osnovnih šolah iz okolice Ormoža. Učitelji v osnovnih šolah in učenci so izkazali željo za te vsebine izobraževanja. Vse šole iz lokalnega področja sprejemajo tudi podane ideje o načinu edukacije s simulatorji. V teku so pogovori s šolami, da bi v sklopu tehničnega pouka sami izdelovali CPR simulatorje, ki bi jih pozneje na isti šoli uporabljali v izobraževanju CPR. ZD Ormož, pridobi ekspertno znanje o izbiri primernih simulatorjev za izobraževanje. Dodatna podajanja znanja iz strani zaposlenih na Univerzah so mogoča v Simulacijskih centrih Univerze v Mariboru in Univerze na Primorskem.

7. Doprinos morebitnih rešitev/rezultatov projekta za vključeno organizacijo iz gospodarskega ali družbenega področja (PARTNER 2)

Ni bil vključen drugi partner.

8. Izkazovanje družbene koristi morebitnih rešitev/rezultatov projekta v lokalnem/regionalnem okolju, učinek na širšo lokalno skupnost ter prispevek k enakim možnostim

Doprinos projekta v lokalnem/regionalnem okolju je širjenje znanja o pravih postopkih oživljanja. Znanje smo prenesli do učiteljev in učencev v lokalnih osnovnih šolah. Učenci so znanje prenašali dalje na svoje sorodnike, prijatelje in znance.

Enake možnosti vidimo v vključevanju skupin, ki bi na tak način pridobile status in občutek, da lahko pomagajo splošni populaciji v primeru prve pomoči pri zastoju srca. Same vsebine se niso pokazale kot komplicirane za naučiti. Prenajanje znanja kot CPR ambasadorji se vključenim v raziskavo ne zdi problematično. Med 70 in 90% učencev (n=137), ki smo jih vključili v raziskavo, je podalo mnenje, da bi se z veseljem učili temeljne postopke oživljanja, če bi jih nekdo naučil.

9. Trajnost/prihodnost projekta

Prihodnost projekta vidimo v profesionalni izdelavi programskega okolja na področju GEOGRAFSKIH INFORMACIJSKIH SISTEMOV (GIS). To je edini večji strošek, ki pa je ocenjen na nekaj deset tisoč evrov. V projektu se je izkazalo da bi osnovne šole bile zainteresirane, da dobijo status »CPR AMBASADORJEV«. Tudi osnovnošolci so pripravljeni v domačem okolju učiti svoje sosede, prijatelje in sorodnike in izveden tečaj VNESTI V RAČUNALNIŠKI PROGRAM. Na ta način bi lahko za celo državo, imeli statistični pregled po občinah ali drugih geografskih enotah o številu naučene populacije. Evropska komisija v Deklaraciji ravno to zahteva – sistematičen pristop in nadzor nad edukacijo, ki je pa ne pri nas ne v svetu še ni vzpostavljena. Projekt bi se verjetno brez težav razširil po svetu. Ker se generacije v osnovnih šolah menjavajo, izobraževanje pa bi potekalo kontinuirano, lahko predvidevamo, da bi se znanje na celotni ravni prebivalstva izboljševalo. Poučenih bi bilo vedno več otrok, znanje v lokalnem okolju pa bi se obnavljalo.

10. Opredelitev izvajanja načrta/ov sprejetega strateškega dokumenta zavoda

Strategija razvoja univerze v Mariboru 2014-2020 vključuje vzpostavitev sistema vseživljenjskega učenja. Projekt CPR ambasadorji postavlja temelje za vseživljenjsko izobraževanje praktično celotne populacije v Republiki Sloveniji. Univerza v Mariboru s svojimi Simulacijskimi centri lahko prispeva k kakovostnem izobraževanju tako reševalcev, učiteljev in osnovnošolcev. Ideja projekta je vzpostavitev mreže šol v sistemu CPR ambasadorji, kjer bi osnovnošolci prevzemali vlogo učiteljev in učili CPR v domačem okolju, ter aktivnost zabeležili v računalniški program. Strategija razvoja UM opredeljuje vpetost univerze v lokalno okolje: če bi se projekt nadaljeval v profesionalno različico, bi lahko univerza lahko bila dolgoročno vpeta ne samo v lokalno okolje ampak širše, tudi mednarodno. Ideja, ki smo jo raziskali ni samo aplikativna ampak ponuja platformo za znanstveno raziskovalno delo na različnih področjih. Z vzpostavljenim inovacijskim sistemom izobraževanja, bi preko osnovnošolcev imeli dostop do velikega odstotka državljanov RS in bi jim lahko podajali informacije o zdravem načinu življenja, preventivi in veliko drugih informacij povezanih z zdravjem. Podatke bi pa lahko pridobivali tudi iz smeri državljanov (populacije), preko osnovnošolcev do učiteljev in zdravstvenih institucij/ministrstva.

11. Posredni učinki na projektu

Navedite posredne učinke vključenih oseb v projekt

	Število študentov	Opomba
Zaposlitev študenta v partnerski organizaciji	-	-
Možnost zaposlitve študenta v partnerski organizaciji (po zaključku izobraževanja)	2	Možnost zaposlitve zdravnikov splošne medicine in zdravstvenikov reševalcev.
Študent nadaljuje delo v partnerski organizaciji preko študentske napotnice, pogodbe, druge oblike sodelovanja	-	-
Izvajanje študijskih obveznosti (priprava magistrske, diplomske)	-	-

naloge na podlagi potrebe organizacije)		
-----------------------------------------	--	--

Če so na projektu vidni tudi drugi učinki (npr. posodobitev učnega programa, prenos znanja kot npr. izvedeno predavanje s strani predstavnika vključenih partnerjev, osvojitve nagrade/priznanja na tekmovanju, natečaju, podelitev štipendije ...) le-te navedite in jih na kratko opišite.

12. Informiranje in obveščanje

V okviru projekta so bili informirani o dejavnostih projekta starši otrok, ki so neposredno sodelovali v projektu.

Obveščanje je potekalo v sklopu večih delavnic : 11.6., 12.6. in 13.6.2018 na OŠ Janka Padežnika Mariboru ter 19.06. in 20.06.2018 na OŠ Sv. Tomaž.

Za namene informiranja in obveščanja je bila vzpostavljena spletna stran: <http://iaeste.si/cprambasadorji/>

Izjava

S podpisom in žigom na tem obrazcu potrjujemo točnost in resničnost vseh podatkov, navedenih v končnem poročilu in vseh priloženih prilogah (npr. fotokopija končnega izdelka).

Kraj in datum: Maribor, 7.8.2018

Ime in priimek osebe, ki je pripravila poročilo:

Izr. prof. dr. Miljenko Križmarić

Patric Rajšp

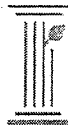
Nejc Centrih



Ime in priimek ter podpis
zakonitega zastopnika zavoda
Dekanica

Prof. Dr (Združeno kraljestvo Velike Britanije in
Severne Irske) Majda Pajnkihar





JAVNI RAZPIS »PROJEKTNO DELO Z NEGOSPODARSKIM IN NEPROFITNIM SEKTORJEM – ŠTUDENTSKI INOVATIVNI PROJEKTI ZA DRUŽBENO KORIST 2016–2018«

KONČNO POROČILO O DOSEŽENIH CILJIH

Navodila

1. **Številka pogodbe:** navedite številko pogodbe o sofinanciranju, ki jo je prejel samostojni visokošolski zavod oz. univerza
2. **Podatki o projektu**
 - 2.1 **Osnovni podatki**
 - **Naziv projekta:** navedite polni naziv projekta, kot je bil naveden v vlogi.
 - **Akronim:** navedite akronim projekta, v kolikor ga uporabljate.
 - **Izvajalec/nosilec projekta:** navedite samostojni visokošolski zavod oz. univerzo ter članico univerze, v okviru katere se projekt izvaja.
 - **Trajanje projekta:** navedite dejanski začetni in končni datum obdobja izvajanja projekta.
 - **Partner 1:** navedite negospodarsko ali neprofitno organizacijo, ki je sodelovala pri izvedbi projekta kot partner 1 (v kolikor je med trajanjem projekta prišlo do zamenjave partnerja 1, navedite oba).
 - **Strokovni sodelavec 1:** navedite strokovnega sodelavca prvega partnerja, ki je sodeloval pri projektu (v kolikor je med trajanjem projekta prišlo do zamenjave strokovnega sodelavca 1, navedite oba).
 - **Partner 2:** navedite organizacijo z gospodarskega ali z družbenega področja, ki je sodelovala pri izvedbi projekta kot partner 2 (v kolikor je med trajanjem projekta prišlo do zamenjave partnerja 2, navedite oba).
 - **Strokovni sodelavec 2:** navedite strokovnega sodelavca drugega partnerja, ki je sodeloval pri projektu (v kolikor je med trajanjem projekta prišlo do zamenjave strokovnega sodelavca 2, navedite oba).
 - **Pedagoški mentor/ij:** navedite pedagoškega mentorja, ki je izvajal projektne aktivnosti (v primeru več vključenih pedagoških mentorjev, jih ustrezno dodajte, tudi če je med trajanjem projekta prišlo do zamenjav).

Za ostale točke poročila so morebitna dodatna kratka navodila navedena znotraj poročila spodaj.

H končnemu poročilu sodi tudi izjava, ki se nahaja ob koncu dokumenta, katero je potrebno obvezno izpolniti in priložiti h končnemu poročilu.

Izstavitev končnega poročila

Ob zaključku projekta je zavod dolžan predložiti končno poročilo, ki vsebuje poročilo o vsebinskem izvajanju projekta ter o doseženih ciljih, skladno z načrtom v vsebinski zasnovi projekta.

Rok za predložitev končnega poročila je ob izstavitvi zadnjega zahtevka za sofinanciranje (ZzS).

Način oddaje končnega poročila

Končno poročilo s pripadajočo dokumentacijo se oddaja v fizični obliki. Skupaj z zadnjim ZzS se posreduje po pošti na naslov: Javni štipendijski, razvojni, invalidski in preživninski sklad Republike Slovenije, Dunajska 20, 1000 Ljubljana, s pripisom »ZzS – ŠIPK«. Če zavod zadnji ZzS (skupaj s končnim poročilom) pošlje priporočeno po pošti, se za dan prejema šteje dan oddaje na pošto. Če zavod zadnji ZzS (skupaj s končnim poročilom) ne pošlje priporočeno, se za dan prejema šteje dan prejema ZzS (skupaj s končnim poročilom) na skladu.

Priloga 6: KONČNO POROČILO O DOSEŽENIH CILJIH

JAVNI RAZPIS

»PROJEKTNO DELO Z NEGOSPODARSKIM IN NEPROFITNIM SEKTORJEM – ŠTUDENSKI INOVATIVNI PROJEKTI ZA DRUŽBENO KORIST 2016–2018«

v okviru

Operativnega programa za izvajanje evropske kohezijske politike v obdobju 2014–2020 kot neposredna potrditev operacije "Projektno delo z negospodarskim in neprofitnim sektorjem v lokalnem in regionalnem okolju – Študentski inovativni projekti za družbeno korist"; prednostne osi 10. Znanje, spretnosti in vseživljenjsko učenje za boljšo zaposljivost; prednostne naložbe 10.1 Izboljšanje enakega dostopa do vseživljenjskega učenja za vse starostne skupine pri formalnih, neformalnih in priložnostnih oblikah učenja, posodobitev znanja, spretnosti in kompetenc delovne sile ter spodbujanje prožnih oblik učenja, tudi s poklicnim svetovanjem in potrjevanjem pridobljenih kompetenc, specifičnega cilja 3: Spodbujanje prožnih oblik učenja ter podpora kakovostni karierni orientaciji za šolajočo se mladino na vseh ravneh izobraževalnega sistema.

Številka pogodbe: 11083-25/2017

1. PODATKI O PROJEKTU

1.1 Osnovni podatki

Naziv projekta	Vpliv tehnik sproščanja na raven stresa in zadovoljstvo z življenjem študentov	
Akronim projekta	AntiStres	
Izvajalec/nosilec projekta	Univerza v Mariboru Fakulteta za zdravstvene vede	
Trajanje projekta	od: 1. 3. 2018	do: 30. 6. 2018
Partner 1 (negospodarska oz. neprofitna organizacija)	Zavod izobraževalni center Empatium - zavod za izobraževanje, usposabljanje in ozaveščanje, Maribor	
Strokovni sodelavec 1	Ime in priimek: Ajda Demšar Funkcija: ustanoviteljica	
Partner 2 (organizacija iz gospodarskega ali družbenega področja)	/	
Strokovni sodelavec 2	Ime in priimek: Funkcija:	
Pedagoški mentor/ji	Ime in priimek: Majda Pajnkihar Zavod/članica: Fakulteta za zdravstvene vede	
	Ime in priimek: Gregor Štiglic Zavod/članica: Fakulteta za zdravstvene vede	
Ostali sodelujoči	Ime in priimek: Leona Cilar Zavod/članica: Fakulteta za zdravstvene vede	

1.2 Seznam sodelujočih študentov

(Navedete vse študente, ki so sodelovali na projektu in so uveljavljali stroške. V kolikor je v času trajanja projekta prišlo do zamenjave študenta, poleg imena in priimka študenta, navedite oba).

Ime in priimek študenta	Zavod/članica, kjer je študent vpisan	Naziv študijskega programa	Bolonjska stopnja študija	Klasius - P	Vključeni od/do	
					od	do
Petra Janeska	Univerza v Mariboru, Fakulteta za Zdravstvene vede	Zdravstvena nega	1. stopnja (VS)	723	1.3.2018	30.6.2018
Viktorija Malek	Univerza v Mariboru, Fakulteta za Zdravstvene vede	Zdravstvena nega	1. stopnja (VS)	723	1.3.2018	30.6.2018
Maša Silovšek	Univerza v Mariboru, Fakulteta za Zdravstvene vede	Zdravstvena nega	2. stopnja	723	1.3.2018	30.6.2018
Anja Štante	Univerza v Mariboru, Fakulteta za Zdravstvene vede	Bioinformatika	2. stopnja	720	1.3.2018	30.6.2018
Maša Hvastija	Univerza v Mariboru, Filozofska fakulteta	Psihologija	1. stopnja (UNI)	311	1.3.2018	30.6.2018
Polonca Borko	Univerza v Mariboru, Filozofska fakulteta	Psihologija	1. stopnja (UNI)	311	1.3.2018	30.6.2018
Kaja Kustec	Univerza v Mariboru, Fakulteta za Zdravstvene vede	Management ZSV	2. stopnja	340	1.3.2018	30.6.2018

1.3 V katero področje na prvi klasifikacijski ravni KLASIUS-P se uvršča projekt glede na vsebinsko zasnovo projekta (neustrezno področje izbršite):

7 - Zdravstvo in sociala

2. Povzetek projekta:

V sklopu projekta smo se ukvarjali z učinki stresa in vplivom tehnik sproščanja na zmanjšanje ravni stresa med študenti zdravstvene nege. Stres je najpogostejši povzročitelj različnih fizioloških boleznih današnjega časa. Po podatkih svetovne zdravstvene organizacije (WHO) je stres ena večjih zdravju škodljivih nevarnosti 21. stoletja. Po podatkih NIJZ je od 70 do 80 odstotkov vseh obiskov pri zdravniku zaradi bolezni, ki so povezane s stresom.

Poklic medicinske sestre oziroma zdravstvenika je eden izmed najbolj stresnih poklicev, ki vključuje veliko število zahtev na delovnem mestu, število ur dela, delo ob vikendih, praznikih ter ponoči, količina in zahtevnost dela, neprestan nadzor na svojimi čustvi. Učinkovitost tehnik sproščanja smo preverili na populaciji, ki se izobražuje za omenjen poklic. Cilj je preventivno delovati na študentove ravni stresa ter jih hkrati opolnomočiti z znanjem, kako ravnati, ko se bodo znašli v stresni situaciji. Za obvladovanje in odpravljanje stresa uporabljamo tudi različne tehnike sproščanja. Najpogostejše tehnike sproščanja so: dihalna terapija, joga, vizualizacija, akupresura, meditacija, masaža, progresivna mišična sprostitvev, terapija s plesom, tehnike čuječnosti in telesna aktivnost. V sklopu projekta smo udeležence v intervencijski skupini izobrazili za izvajanje tehnike trebušnega dihanja. Redna vadba izbrane tehnike ali tehnik sproščanja ima številne pozitivne učinke za posameznikovo telesno in duševno zdravje. Med njimi so na primer učinkovitejše spoprijemanje s stresom – sproščanje zmanjšuje stresne simptome in pomaga telesu, da se vrne v ravnovesje; lajšanje bolečine – sproščanje zvišuje prag bolečine in blaži doživljanje bolečine; izboljšanje spanja in zmanjšanje utrujenosti; izboljšanje koncentracije in spomina; povečanje samozaupanja; višanje produktivnosti; preprečevanje/lajšanje psihosomatskih bolezni (zvišan krvni pritisk, migrene, razdražljiv prebavni sistem ...) (Grum in Zupančič Tisovec, 2017). Namen projekta je bil ugotoviti, ali intervencija z učenjem tehnik sproščanja oziroma redno sproščanje med klinično prakso pripomore k zmanjšanju stresa in zadovoljstvu študentov zdravstvene nege.

Zanimalo nas je tudi, kakšno je trenutno stanje v zaznavi stresa in zadovoljstvu z življenjem pri študentih zdravstvene nege. Na podlagi rezultatov (tako kvantitativnih kot tudi kvalitativnih) smo ugotovili, da je pri udeležencih v intervencijski skupini prišlo do znižanja zaznane ravni stresa, prav tako se jim je zvišalo zadovoljstvo z življenjem v primerjavi s kontrolo skupino. Udeleženci v intervencijski skupini tehnik sproščanja niso izvajali tako redno in pogosto kot smo jim predlagali, zato sklepamo, da je do znižanja prišlo zaradi povečane percepcije na negativne učinke stresa in hkratno ozaveščanje za aktivno sproščanje (bodisi preko telesne aktivnosti, glasbe, pogovora). Študentje so povedali, da niso čutili potrebe so izvajanju vaj, saj se sproščajo na druge načine, kar potrjujejo tudi pridobljeni rezultati.

Omejitev raziskave se kaže v relativno majhnem vzorcu študentov zdravstvene nege. Tako rezultatov ne moremo posplošiti na celotno populacijo študentov zdravstvene nege. Prav tako moramo rezultate interpretirati s previdnostjo, saj ne moremo jasno opredeliti zakaj študenti niso izpolnjevali dnevnikov in posledično zakaj je prišlo do znižanja ravni stresa. V prihodnosti se kaže možnost izvedbe raziskave na večjem vzorcu študentov zdravstvene nege, kjer pa bi bilo potrebno še več pozornosti nameniti motivaciji za izvajanje tehnik sproščanja in beleženja aktivnosti v dnevnike.

3. Izvajanje projekta:

Z izvajanjem projekta smo začeli tako, da so se študenti s teoretičnimi koncepti in strokovno literaturo seznanili doma oziroma v knjižnici, kar je bila tudi prva aktivnost za vzpostavitev enotnega izhodišča za nadaljnje delo.

V naslednjem koraku smo udeležence (študente 1. letnikov UM FZV študijskega programa Zdravstvena nega) razdelili v kontrolne in intervencijske skupine. Anketiranje udeležencev intervencijske skupine je potekalo na Fakulteti za zdravstvene vede, kjer smo hkrati izpeljali tudi izobraževanje o stresu in posameznih tehnikah sproščanja. Anketiranje udeležencev kontrolne skupine pa je potekalo na terenu v posameznih domovih za starostnike, torej pred vstopom v klinično okolje.

Statistične analize in obdelave podatkov so študentke izvajale od doma. Izvedba fokusnih skupin je potekala na fakulteti z strani študentk. Po izvedbi fokusnih skupin so študentke izvedle kvalitativno analizo podatkov, oziroma kodiranje in kategoriziranje. Po izvedenih analizah so podatke interpretirale, pridobljene rezultate iz obeh delov študije pa predstavile v okviru posameznih elaboratov. Prav tako je bil izveden sistematičen pregled literature, ki je predstavljen v ločenem elaboratu.

4. Odstopanja od predvidenih aktivnosti

Do največjega odstopanja pri izvedbi načrtovanih aktivnosti je prišlo pri zbiranju tedenskih dnevnikov sproščanja. Študentje niso bili dovolj motivirani, da bi redno izvajali posamezne tehnike sproščanja in hkrati to beležili. Menimo, da ima velik vpliv na to razvojno obdobje v katerem se nahajajo študentje prvega letnika, saj še nimajo v celoti razvitega zavedanja o pomembnosti in težavnosti poklica ter hkrati s tem povezane odgovornosti. Prav tako je na odstopanje verjetno vplivala obremenjenost študentov s študijem.

5. Pridobljene kompetence, znanja in praktične izkušnje študentov

Navedite poklicno specifične kompetence, ki so jih študenti pridobili z vključitvijo v projekt, in način pridobitve kompetence (za vsakega študenta posebej).	
Ime in priimek študenta	Opis
Petra Janeska	Skozi sistematično iskanje in analizo literature je pridobila znanje s področja raziskovanja v zdravstveni negi. Prav tako je sodelovala pri pisanju sistematičnega preglednega članka, kjer je dobila večšine akademskega pisanja. Pridobila pa si je tudi izkušnje s področja raziskovalnega dela v skupini.
Viktorija Malek	Pridobila je znanje s področja pregleda in analize literature. S svojim delom na pripravi gradiv za spletno stran je pridobila tudi kompetence s področja grafičnega oblikovanja ter dela v skupini z ostalimi študenti.
Maša Silovšek	Pridobila je večšine sistematičnega iskanja in analize literature ter akademskega pisanja. Prav tako se je naučila kritično oceniti članke. Poglobila je obstoječe znanje s področja raziskovanja v zdravstveni negi in dela v skupini.
Anja Štante	Pridobila je večšino iskanja in analize literature s področja stresa med študenti zdravstvene nege. Prav tako analize rezultatov ter skupinskega dela. Poglobila je svoje znanje s področja priprave koncepta, oblikovanja in vzdrževanja spletnih strani.
Maša Hvastija	Z delom na projektu je pridobila večšine analize literature ter znanja za pripravo promocijskega materiala (priprava gradiva in oblikovanje brošure). Pridobila pa si je tudi izkušnje s področja raziskovalnega dela v skupini.
Polonca Borko	Pridobljene večšine pri projektu se nanašajo na analizo in vrednotenje vprašalnikov. Znanje je pridobila s področja opisne in sklepne statistike, ter interpretacije rezultatov. Poglobila je tudi svoje znanje s področja priprave foto in video gradiv, saj je bila zadolžena za fotografiranje in snemanje video posnetkov.
Kaja Kustec	Pridobila je večšino iskanja in analize literature ter analize rezultatov. Sodelovala je pri kvantitativni analizi podatkov ter pri pripravi elaboratov ter si pridobila tudi izkušnje z delom v interdisciplinarni skupini raziskovalcev.

6. Doprinos morebitnih rešitev/rezultatov projekta za vključeno negospodarsko oz. neprofitno organizacijo (PARTNER 1)

Zavod Izobraževalni center Empatium je s projektom pridobil kvaliteten in strokoven material za širjenje ozaveščenosti – spletna stran, posnetki sproščanj, zloženka, rezultati raziskave. V sklopu projekta smo dodatno izobrazili študentke, ki bodo lahko neposredno širile novo pridobljeno znanje med svoje vrstnike in tudi na tak način izpolnjevale vizijo Zavoda - širjenje informacij in izobraževanje tako strokovne kot splošne javnosti iz področja duševnega zdravja, razvojnih motenj in možnosti znanstveno podprtih intervencij.

Pomemben doprinos, ne samo za Zavod, temveč tudi za posreden razvoj stroke, je opravljena raziskava iz katere lahko izhajajo nadaljnje raziskave na tem področju, ki bodo morda lahko pripomogle k sistemski rešitvi na tem področju – na kakšen način ranljive skupine in poklice zaščititi pred negativnimi učinki stresa ter s kakšnimi veščinami jih opolnomočiti, da bo negativnih vplivov čim manj.

7. Doprinos morebitnih rešitev/rezultatov projekta za vključeno organizacijo iz gospodarskega ali družbenega področja (PARTNER 2)

/

8. Izkazovanje družbene koristi morebitnih rešitev/rezultatov projekta v lokalnem/regionalnem okolju, učinek na širšo lokalno skupnost ter prispevek k enakim možnostim

Zelo pomembna posredna družbena korist so zagotovo mirnejši in dovtetnejši študenti, ki opravljajo del klinične prakse v domovih za starostnike, kar posredno vpliva na celostno izkušnjo uporabnika. Omenjen projekt je prvi te narave, ki se je tako teoretično kot tudi praktično lotil reševanja stresa pri študentih. Ker so spletno stran oblikovale študentke za študente je le-ta primerna njihovim potrebam, kar pomeni, da se na tak način lahko kdorkoli za prve informacije obrne na spletno stran ali zloženko in poišče odgovore.

Rezultati projekta so pomembni tudi zato, ker lahko služijo kot izhodišče za učinkovito načrtovanje bodočih intervencij, ki bodo namenjene študentom – tako z vidika izvedbe kot z vidika učinkovitosti. S sproščenimi, mirnejšimi in zadovoljnimi študenti in bodočimi zdravstvenimi delavci bo tako pridobilo tudi regionalno okolje.

9. Trajnost/prihodnost projekta

Delo na projektu je rezultiralo s podatki o soočanju študentov zdravstvene nege s stresom v kliničnem okolju. Ugotavljamo, da se študenti zdravstvene nege v kliničnem okolju soočajo s precejšnjo stopnjo stresa. Prav tako je ugotovljeno, da se je raven stresa znižala ob koncu kliničnih vaj. Obstaja veliko možnosti nadgradnje projekta z na primer razširitvijo vzorca, večjim motiviranjem študentov in izvedbo bolj pogostih predavanj.

10. Opredelitev izvajanja načrta/ov sprejetega strateškega dokumenta zavoda

V okviru projekta AntiStres izvedene aktivnosti prispevajo tudi k uresničevanju Strategije razvoja Univerze v Mariboru 2014-2020, še posebej na področjih znanstvene in umetniške dejavnosti (str. 14), aktivnega sodelovanja študentov v izobraževalnih, znanstvenoraziskovalnih ter umetniških dejavnostih (str. 15) ter vpetosti univerze v lokalno okolje (str. 18).

Projektno delo študentov v okviru tega projekta je tudi v skladu z zadnjim Programom dela Univerze v Mariboru za leto 2017, kjer je v točki 2.2 posebej poudarjeno interdisciplinarno povezovanje raziskovalcev v skupnih raziskovalnih in drugih projektih ter spodbujanje vključevanja študentov v raziskovalno in projektno delo ter povezovanje le-teh z gospodarskim in družbenim okoljem oz. delodajalci.

11. Posredni učinki na projektu

Navedite posredne učinke vključenih oseb v projekt

	Število študentov	Opomba
Zaposlitev študenta v partnerski organizaciji	0	
Možnost zaposlitve študenta v partnerski organizaciji (po zaključku izobraževanja)	0	Zavod Empatium je neprofitni zavod, ki se financira s strani donacij, projektov in izvedenih obravnav (torej po principu »ponudba-povpraševanje«). Dolgoročno stremimo k oblikovanju stalnih programov, vendar v tem trenutku ne bi mogli zagotoviti stabilne zaposlitve za novega diplomanta.
Študent nadaljuje delo v partnerski organizaciji preko študentske napotnice, pogodbe, druge oblike sodelovanja	0	Trenutno v sklopu Zavoda ne potekajo nobeni podobni projekti ali aktivnosti, kjer bi se lahko študentke vključile.
Izvajanje študijskih obveznosti (priprava magistrske, diplomske)	1	Študentka Maša Silovšek je trenutno v fazi priprave dispozicije za mag. nalogo s

naloge na podlagi potrebe organizacije)	področja, ki ga obravnava tudi projekt AntiStres.
-----------------------------------------	---------------------------------------------------

12. Informiranje in obveščanje

Rezultati projekta in več informacij o poteku dela in udeleženi študentih ter drugih sodelavcih so objavljeni na spletni strani, katero so v sklopu projekta oblikovali študenti in je dostopna na naslednjem naslovu: <https://sites.google.com/view/projekt-antistres>

Na spletni strani so podane osnovne informacije o projektu in sodelujočih na projektu, podani pa so tudi nasveti za spopadanje s stresom in rezultati projekta.

Izdelana je bila tudi brošura v kateri so podane osnovne informacije o stresu, načinih spopadanja s stresom in tehnikah sproščanja. V elektronski obliki je brošura na voljo na spletni strani.

Objavljen bo tudi sistematični pregledni članek na temo prisotnosti in obvladovanja stresa med študenti zdravstvene nege.

Izjava

S podpisom in žigom na tem obrazcu potrjujemo točnost in resničnost vseh podatkov, navedenih v končnem poročilu in vseh priloženih prilogah (npr. fotokopija končnega izdelka).

Kraj in datum: Maribor, 20. 7. 2018

Ime in priimek osebe, ki je pripravila poročilo:

Prof. Dr (Združeno kraljestvo Velike Britanije in Severne Irske) Majda Pajnkihar

Izr. prof. dr. Gregor Štiglic

Asist. Ajda Demšar

Asist. Leona Cilar



Ime in priimek ter podpis
zakonitega zastopnika zavoda
Dekanica

Prof. Dr (Združeno kraljestvo Velike Britanije in
Severne Irske) Majda Pajnkihar



T. 1. 1