

DAN ZA SPREMEMBE
11. APRIL 2026

DAJTE NAM MIR!

Priročnik za
podjetja

SLOVENSKA
FILANTROPIJA

Slovenska filantropija,
Združenje za promocijo prostovoljstva
Cesta Dolomitskega odreda 11
1000 Ljubljana

KAJ JE DAN ZA SPREMEMBE?

“Če se vprašamo, katerih dobrin nam danes v našem bogatem svetu najbolj primanjkuje, bi med te gotovo sodile sočutje, strpnost, solidarnost; mirno in produktivno sožitje človečnosti.”

– Anica Mikuš Kos,
predsednica Slovenske filantropije

Dan za spremembe je največja vseslovenska prostovoljska akcija. Nastala je z namenom spodbujanja državljanov_k vseh starosti k aktivnemu odzivu na potrebe svoje skupnosti.

Prvi Dan za spremembe je potekal že leta 2010, ko smo pod sloganom Ne prepuščaj se toku, SPREMINJAJ tudi TI! nagovarjali prebivalce_ke Slovenije, da vsaj za en dan postanejo prostovoljci in prostovoljke. Lani smo skupaj s 13.000 prostovoljci_kami v okoli 190 akcijah po Sloveniji izvedli akcije s sloganom Naj tvoja volja spreminja vesolja. Letošnji slogan Dajte nam mir je nekoliko drugačen, saj nas kljub provokativnemu prizvoku poziva, naj upočasnimo tempo življenja, se spomnimo osnovnih vrednot in poskusimo soustvarjati pogoje, v katerih lahko začutimo mir.

Prostovoljstvo je ena izmed zadnjih aktivnosti, ki v zameno za dobra dejanja ne zahteva ničesar in s tem že sama po sebi ustvarja bolj solidarno, povezano in mirno družbo. V Sloveniji ima dolgo tradicijo, je pomemben socialni korektiv, prispeva k povezovanju organizacij in ljudi v lokalnih skupnostih.

Živimo v nemirnih časih. Vse več je vojn in vremenskih ekstremov. Bogati so vedno bolj bogati, revni pa vedno bolj revni. Tudi v naši državi so

razmere za marsikoga daleč od idealnih. Vse več je sovražnega govora, težav v duševnem zdravju in občutka nemoči. Zato je pravi čas, da rečemo: »Dajte nam mir!«

Samo v miru lahko namreč ustvarjamo, se povezujemo in sobivamo z mislijo na prihodnost. Združeni narodi so leto 2026 razglasili za [mednarodno leto prostovoljstva](#) za doseganje ciljev trajnostnega razvoja. Vabljeni, da svoje akcije usmerite tudi v uresničevanje katerega izmed teh 17 ciljev.

Tudi letos bodo širom Slovenije potekale najrazličnejše prostovoljske akcije – od delovnih akcij, pogovornih delavnic, družabnih dogodkov v domovih za ostarele do izmenjevalnic oblačil in še mnogih drugih. Prostovoljske aktivnosti so tiste, ki ljudi vabijo iz cone (ne)udobja v akcijo, zato vas vabimo, da se jim pridružite tudi vi in postanete prostovoljec_ka za en dan!

V sklopu 17. Dneva za spremembe vas vabimo, da organizirate prostovoljske aktivnosti po lastni izbiri glede na potrebe vaše skupnosti oz. organizacije.

Svoj prosti čas in energijo namenite dobrim delom, ki bodo ustvarjala občutek miru in večala skupno dobro, solidarnost, spoštovanje, enakost, zaupanje ter omogočala socialno vključenost vseh posameznikov_ic v vaši skupnosti ter prispevala k pozitivnim spremembam.

Kako bo vaša akcija soustvarjala mir?

DAJTE NAM MIR!

SLOVENTROPIJA
FILANTROPIJA

Prostovoljstvo je ena zadnjih aktivnosti, ki seje dobro brez pričakovanja materialnih koristi. Prav takrat, ko sejemo dobro, se zgodi nepričakovano – ugotovimo, da se tudi sami začnemo počutiti bolje. Je dajanje in prejemanje - ko sami podarimo del svojega časa za pomoč drugemu, nazaj prejmemo občutek izpolnjenosti. Morda celo začutimo mir. Zato je prostovoljstvo nevarno za tiste, ki po svetu sejejo nemir in pohlep.

Živimo v nemirnih časih, kar ni več zgolj floskula. Vse več je vojn, v katerih umirajo nedolžni ljudje. Vse več je vremenskih ekstremov, ki uničujejo domove in pridelek. Vse več je sovražnega govora in nestrpnosti, ki sta postala nekaj tako običajnega, da so ju začeli kot nekaj povsem normalnega uporabljati še naši politiki. Vse več je težav v duševnem zdravju, ki so posledica (tudi) prehitrega načina življenja in nerealnih pričakovanj. Živimo v časih, ko bi bolj kot kadarkoli prej potrebovali sočutje in solidarnost, da bi zmogli prebroditi vse krize. Namesto tega pa po svetu vse močnejše lomastita razdiralnost in pohlep.

Čas je, da se upremo takšnemu življenju in odločno rečemo: Dajte nam mir! Kako bomo to naredili? Še enkrat več s širjenjem vrednot solidarnosti, človečnosti, sodelovanja in miru. Vsa prostovoljska dela so v svoji srži solidarna in miroljubna. Svojo energijo usmerjajo v smer sobivanja in stran od konflikta.

Zato se lahko pod sloganom Dajte nam mir združimo v najrazličnejše prostovoljske akcije – od aktivistične zagovorniške akcije, kjer zahtevamo mir, do skupnostne ali medgeneracijske akcije, v kateri se bomo povezali za mirno prihodnost. Morda bomo na čistilni akciji poskrbeli za mirno vest pri sobivanju z naravo ali pa bomo ustvarili koticke, poti in klopi, na katerih bomo začutili mir. Soustvarjajmo mir!



ZAKAJ SE PRIDRUŽITI DNEVU ZA SPREMEMBE?

Posamezniki se vključujejo v prostovoljske akcije v želji po povezovanju, grajenju skupnosti, pripadnosti ter zaradi dobrega občutka, ki posameznika prevzame, ko naredi dobro delo.

Tudi podjetja se vse pogostejše odločajo za vplevanje prostovoljstva v organizacijske strukture, ker prepoznavajo pozitivne posledice na zaposlenih, ekipah in lokalni skupnosti.

Vpliv korporativnega prostovoljstva na zaposlene:

- Razvoj novih veščin
- Višja samozavest zaposlenih
- Večja povezanost ekipe
- Večje zadovoljstvo in motivacija zaposlenih na delovnem mestu
- Večja pripadnost podjetju

Vpliv korporativnega prostovoljstva na skupnost:

- Povezanost podjetja z lokalnim okoljem
- Vključenost podjetja in zaposlenih v lokalno skupnost
- Pozitivna prepoznavnost podjetja v skupnosti
- Prepoznavanje in sodelovanje pri reševanju izzivov lokalnega okolja
- Pozitivna prepoznavnost podjetja v skupnosti

Vpliv korporativnega prostovoljstva na podjetje:

- Manjša fluktuacija zaposlenih
- Povečano zaupanje podjetju
- Pozitivna promocija podjetja
- Pozitiven vpliv na ugled podjetja
- Zadovoljni in pozitivno motivirani zaposleni

Poskusite tudi vi - čas vaših zaposlenih in njihovo energijo namenite dobrim delom, ki bodo večala skupno dobro, solidarnost, spoštovanje, enakost, zaupanje, omogočala socialno vključenost posameznikov v skupnosti in prispevala k pozitivnim in trajnostnim spremembam.

Vabimo vas, da v okviru že 17. Dneva za spremembe tudi pri vas organizirate aktivnosti.

NAČRTOVANJE AKCIJE

Prvi korak pri organizaciji akcije je razmislek o tem, komu želimo nameniti naš čas ter energijo. Razmislite, kje v vašem okolju je potrebna sprememba na bolje in kako lahko spodbudite dejanja, ki bodo prispevala k miru. Premislite tudi, koliko zaposlenih lahko vključite v akcijo in/ali koliko sredstev lahko namenite izvedbi akcije.

Predlagamo, da v podjetju organizirate sestanek, na katerem razmislite o omenjenih možnostih. Ugotovite, kakšne so potrebe skupnosti v lokalnem okolju. Preverite, kdo je pripravljen sodelovati (tudi organizacijsko) in s kakšno aktivnostjo. Povežite se z nevladnimi organizacijami in javnimi zavodi ter skupaj zasnujte konkretne akcije, ki bodo izboljšale stanje na izbranem področju. Prostovoljstvo predstavlja pomemben socialni kapital ter ustvarja odporne in vključujoče skupnosti. Spodbudite zaposlene, da se aktivno vključijo v spremembe, ki jih želijo videti v okolju, kjer živijo, delajo ali preživljajo čas.

Aktivirate se lahko na različnih ravneh:

- izvedete prostovoljsko akcijo znotraj vaše organizacije,
- sodelujete v prostovoljski akciji v kraju, ki jo koordinira druga organizacija,
- postanete nosilci oz. koordinatorji prostovoljske akcije.

Pred načrtovanjem akcije predlagamo, da v svoji skupnosti organizirate sestanek, na katerem razmislite o potrebah vaše skupnosti in kako jih obravnavati. Preverite, kdo je pripravljen sodelovati in s kakšno aktivnostjo. Povežite se z drugimi nevladnimi organizacijami, javnimi zavodi, občino, sodelujte s podjetji ter posamezniki v vašem kraju. Skupaj zasnujte konkretne akcije, ki bodo izboljšale stanje.

Nekaj vprašanj za razmislek:

1. Kateri problem bi želeli nasloviti?
2. Za katero ciljno skupino želimo pripraviti aktivnost?
3. Kaj je naš glavni cilj?
4. Kakšna aktivnost lahko odgovori na specifične potrebe ali izzive lokalne skupnosti?
5. Kdo bodo naši prostovoljci_ke in koliko jih lahko sprejmemo?
6. Potrebujemo koordinacijsko ekipo?
7. Koliko sredstev potrebujemo za izvedbo akcije?
8. Kdo so naši partnerji?
9. Kako bomo promovirali dogodek?

Slovenska filantropija spodbuja akcije, ki bodo povezale različne posameznike_ce in organizacije ter bodo odprte za sodelovanje s posamezniki_cami, ki sami sicer nimajo ideje, kaj bi radi naredili, vendar bi se vseeno radi vključili. Zaželeno je, da akcije stremijo k dolgoročnejšim rešitvam in so enostavne oziroma ne zahtevajo večjih finančnih vložkov.

PODROČJA AKCIJ

Ko boste prepoznali potrebe svoje skupnosti, akcijo najprej umestite v eno izmed področij:

ČLOVEKOVE
PRAVICE

RANLJIVE
SKUPINE

SOCIALNA
DEJAVNOST

ZDRAVJE

ŠPORT IN
REKREACIJA

KULTURA IN
UMETNOST

VZGOJA IN
IZOBRAŽEVANJE

VARSTVO
OKOLJA

NARAVA

ŽIVALI

STAREJŠI

OTROCI IN
MLADI

DRUGO



VRSTE AKCIJ

Na kakšen način boste prispevali k dosegu izbranega cilja?

- Osveščevalna akcija
- Medsoseska pomoč
- Urejanje javnih prostorov
- Predstava/flash mob
- Zbiralna akcija
- Posvet/okrogla miza
- Športna aktivnost
- Medgeneracijske aktivnosti
- Skupnostna akcija
- Kulturne in umetniške aktivnosti
- Dražba
- Izmenjevalnica
- Prireditve
- Družabne igre
- Posredovalnica veščin
- Čistilna akcija
- Dobrodela akcija
- Drugo



CILJI TRAJNOSTNEGA RAZVOJA

Katerega izmed ciljev trajnostnega razvoja boste podprli s svojo akcijo (izberete lahko enega ali več)?

Cilj 1: ODPRAVA REVŠČINE

Odpraviti vse oblike revščine povsod po svetu

Cilj 2: ODPRAVA LAKOTE

Odpraviti lakoto, zagotoviti prehransko varnost in boljšo prehrano ter spodbujati trajnostno kmetijstvo

Cilj 3: ZDRAVJE IN DOBRO POČUTJE

Poskrbeti za zdravo življenje in spodbujati splošno dobro počutje v vseh življenjskih obdobjih

Cilj 4: KAKOVOSTNO IZOBRAŽEVANJE

Vsem enakopravno zagotoviti kakovostno izobrazbo ter spodbujati možnosti vseživljenjskega učenja za vsakogar

Cilj 5: ENAKOST SPOLOV

Doseči enakost spolov ter krepiti vlogo vseh žensk in deklíc

Cilj 6: ČISTA VODA IN SANITARNA UREDITEV

Vsem zagotoviti dostop do vode in sanitarne ureditve ter poskrbeti za trajnostno gospodarjenje z vodnimi viri

Cilj 7: CENOVNO DOSTOPNA IN ČISTA ENERGIJA

Vsem zagotoviti dostop do cenovno sprejemljivih, zanesljivih, trajnostnih in sodobnih virov energije

Cilj 8: DOSTOJNO DELO IN GOSPODARSKA RAST

Spodbujati trajnostno, vključujočo in vzdržno gospodarsko rast, polno in produktivno zaposlenost ter dostojno delo za vse

Cilj 9: INDUSTRIJA, INOVACIJE IN INFRASTRUKTURA

Zgraditi vzdržljivo infrastrukturo, spodbujati vključujočo in trajnostno industrializacijo ter pospeševati inovacije

Cilj 10: ZMANJŠANJE NEENAKOSTI

Zmanjšati neenakosti znotraj držav in med njimi

Cilj 11: TRAJNOSTNA MESTA IN SKUPNOSTI

Poskrbeti za odprta, varna, vzdržljiva in trajnostna mesta in naselja

Cilj 12: ODGOVORNA PORABA IN PROIZVODNJA

Zagotoviti trajnostne načine proizvodnje in porabe

Cilj 13: PODNEBNI UKREPI

Sprejeti nujne ukrepe za boj proti podnebnim spremembam in njihovim posledicam

Cilj 14: ŽIVLJENJE V VODI

Ohranjati in vzdržno uporabljati oceane, morja in morske vire za trajnostni razvoj

Cilj 15: ŽIVLJENJE NA KOPNEM

Varovati in obnoviti kopenske ekosisteme ter spodbujati njihovo trajnostno rabo, trajnostno gospodariti z gozdovi, boriti se proti širjenju puščav, preprečiti degradacijo zemljišč in obrniti ta pojav ter preprečiti izgubo biotske raznovrstnosti

Cilj 16: MIR, PRAVIČNOST IN MOČNE INSTITUCIJE

Spodbujati miroljubne in vključujoče družbe za trajnostni razvoj, vsem omogočiti dostop do pravnega varstva ter oblikovati učinkovite, odgovorne in odprte ustanove na vseh ravneh

Cilj 17: PARTNERSTVA ZA DOSEGANJE CILJEV

Okrepiti načine in sredstva za izvajanje ciljev ter oživiti globalno partnerstvo za trajnostni razvoj

IDEJE ZA PROSTOVOLJSKE AKCIJE



Podarite mir

Področje akcije:
človekove pravice

Vrsta akcije:
osveščevalna akcija, skupnostna akcija, prireditve

Povežite se z lokalno organizacijo in jih povprašajte, pri čem potrebujejo pomoč. Morda njihovi prostori že dlje časa niso bili prebeljeni, morda potrebujejo pomoč pri sestavljanju in montaži pohištva. Mogoče pa je na njihovem dvorišču vrtno pohištvo, namenjeno druženju, ki ga je nujno potrebno osvežiti. Z brusnim papirjem, čopiči, malo barve in laka in dobro voljo vašega kolektiva lahko lokalnemu društvu vsaj za nekaj časa podarite malo miru.



Mirolov

Področje akcije:
kultura in umetnost

Vrsta akcije:
družabne igre, prireditve

Družabne igre povezujejo generacije in ljudi. Sami veste, katere igre so najbolj popularne v vašem kolektivu. Organizirajte turnir v enki, taroku, srečelov ali tomboli, nanj povabite še zunanje obiskovalce, zmagovalci pa lahko prejmejo izdelke ali ugodnosti vašega podjetja. Pripravite nagrade, ki bodo udeležence spomnile na strpnost, solidarnost in miroljubnost.



Začutimo mir

Področje akcije:
ranljive skupine,
socialna dejavnost

Vrsta akcije:
skupnostna akcija, osveščevalna akcija, človekove pravice

Pomagaјmo ustvariti sprejemajoče okolje, v katerem bomo lahko skupaj začutili duševni mir. Lahko organizirate skupinsko dejavnost na temo duševnega zdravja. Na poteh blizu vašega podjetja lahko uredite mirne kotičke. Na vašem dvorišču lahko postavite klopce miru, na katere se lahko usedejo mimoidoči in se umirijo. Lahko se povežete z organizacijo, ki se ukvarja s področjem duševnega zdravja, in skupaj z njimi ustvarite dan s pripadniki ranljivih skupin na področju duševnega zdravja.



Mirno sobivanje generacij

Področje akcije:
starejši, otroci in mladi

Vrsta akcije:
medgeneracijske aktivnosti

Medgeneracijske akcije, ki privabijo sodelovanje mlajših in starejših, so odličen način za ustvarjanje družbe, v kateri je možno mirno sobivanje. Vabimo vas, da se povežete z domom starejših ali kakšnim društvom v vašem kraju ter pripravite skupne aktivnosti – šahovski turnir, dan branja poezije, pevski nastop, ... Lahko pripravite prenašalnico znanja – starejši mlajše naučijo kvačkanja, mlajši pa starejše možnosti fotografiranja s pametnim telefonom – ali pa se odpravite na skupen sprehod ter zraven še kaj uredite ali očistite.



Čisto okolje, mirna vest

Področje akcije:
varstvo okolja

Vrsta akcije:
čistilna akcija

V čistem okolju se vsi počutimo bolje. Začnite na vašem dvorišču, nato pa se odpravite na pohod okoli soseske in poberte čim več odpadkov, ki jih najdete na tleh, da bo vaša okolica čista, narava obvarovana in embalaža reciklinana. Očistite lahko potok, obalo, gozd, sprehajalno pot, igrišče, mestni park, ... Povabite lahko tudi ostale krajanke in krajanke, da se vam pridružijo, saj več rok več smeti doseže. Mirno sobivanje z naravo je edina možna pot v mirno prihodnost.

PRIJAVITE SVOJO AKCIJO

Da bo vaša akcija del vseslovenskega Dneva za spremembe, vas vabimo, da jo prijavite, saj bo tako vidna v našem zbiru vseh akcij, ki bodo potekale širom Slovenije.

Akcijo, ki jo boste izvedli v soboto, 11. aprila 2026, prijavite prek spletnega obrazca na <https://www.filantropija.org/prijava-danzaspremembe/>.

K akciji lahko povabite tudi nekdanje zaposlene, upokojene sodelavce_ke, člane družine, ... V kolikor želite, lahko k akciji povabite tudi ostale prostovoljce_ke – v tem primeru pri prijavi označite, da je akcija odprtega tipa.

Zadnji rok za spletno prijavo je **31. 3. 2026**.

Vse prijavljene akcije bomo objavili na posebnem spletnem mestu: <https://www.filantropija.org/danzaspremembe/>, ki bo omogočalo tudi iskanje po regijah. S tem bo opis vaše akcije dostopen vsem zainteresiranim prostovoljcem_kam, morebitnim partnerjem in medijem.

Potrebe po prostovoljcih_kah lahko vpišete tudi na Posredovalnico prostovoljskih del. <https://www.prostovoljstvo.org/posredovalnica-prostovoljskih-del>

KAKO VAM BOMO POMAGALI NA SLOVENSKI FILANTROPIJI?

V primeru, da potrebujete pomoč pri idejah za aktivnosti, nas lahko kontaktirate.

Po prijavi boste prejeli letošnjo podobo Dneva za spremembe in dodatna navodila za kakovostno in varno izvedbo akcije ter spisek opravil.

Skrbeli bomo za nacionalno in lokalno medijsko promocijo Dneva za spremembe. Pomagali vam bomo pri oglaševanju vaše aktivnosti na www.filantropija.org, www.prostovoljstvo.org in prek [Facebook profila prostovoljstvo.org](#), tako da bodo prostovoljci_ke lahko opazili vašo akcijo oziroma, da bi potencialni_e prostovoljci_ke in partnerji lahko prišli v stik z vami.

Kontakt:

01 / 433 40 24

051 775 237

danzaspremembe@filantropija.org