

DAN ZA SPREMEMBE
11. APRIL 2026

DAJTE NAM MIR!

Priročnik za
nevladne organizacije in
javne zavode



Slovenska filantropija,
Zdrúženje 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 veselja. 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!



NAČRTOVANJE AKCIJE

Prvi korak pri organizaciji Dneva za spremembe 2026 je razmislek o vašem lokalnem okolju (organizaciji, skupnosti, kraju, ...) in njegovih potrebah. Kdo potrebuje pomoč? Kako bi lahko dvignili kakovost življenja? Kaj je potrebno postoriti za boljše bivanje? Izzivov gotovo ne manjka. Ali so starejši osamljeni med štirimi stenami? Se številni borijo z različnimi duševnimi stiskami? Je vaš gozd znova postal odlagališče odpadkov? Razmislite, kako lahko zbudite voljo posameznikov_ice, da bodo postali prostovoljci_ke in pomagali pri projektu.

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. Katera aktivnost lahko odgovori na specifične potrebe našega okolja?
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 z ljudmi, ki sami sicer nimajo ideje, kaj bi radi naredili, vendar bi se vseeno radi vključili. Zaželeno je, da so akcije preproste in ne zahtevajo večjih finančnih vložkov.

IDEJE ZA PROSTOVOLJSKE AKCIJE



Dajte nam mir!

Področje akcije:
človekove pravice

Vrsta akcije:
osveščevalna akcija, skupnostna akcija, prireditev

Ali se tudi vam zdi, da ni dovolj miru? Kdo kali vaš mir? So to politiki, drugi nestrpneži, nevaren promet, poka-nje petard, odlaganje odpadkov v naravo? Organizirajte zagovorniško akcijo in spodbujajte mir – lahko gre za skupinsko pisanje pisem odločevalcem ali izdelavo plakatov, ki opozarjajo na izbrano problematiko. Organizirate lahko okroglo mizo ali predavanje glede problema, ki kali vaš mir. Napišete lahko protivojna sporočila in jih predate pristojnim. Morda ne bomo spremenili sveta, bomo pa poslali signal, da nam je mar!



Začutimo mir

Področje akcije:
ranljive skupine, socialna dejavnost

Vrsta akcije:
skupnostna akcija, osveščevalna akcija, človekove pravice

Pomagajmo ustvariti sprejemajoče okolje, v katerem bomo lahko skupaj začutili duševni mir. Lahko organizirate predavanje ali skupinsko dejavnost na temo duševnega zdravja. Na pohodniških poteh 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. V bližnjem domu za starejše lahko mladinska organizacija organizira šahovski turnir, dan branja poezije, pevski nastop, ... Lahko pripravite prenašalnice znanja – starejši mlade naučijo kvačkanja, mlajši pa starejše možnosti fotografiranja s pametnim telefonom – ali pa se odpravite na skupen sprehod ter zraven še kaj uredite ali očistite.



Mirno sobivanje z naravo

Področje akcije:
varstvo okolja

Vrsta akcije:
čistilna akcija

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



Mirolov

Področje akcije:
kultura in umetnost

Vrsta akcije:
družabne igre, prireditev

Družabne igre povezujejo generacije in različne družbene skupine. Sami veste, katere igre so najbolj popularne v vašem lokalnem okolju. Organizirajte turnir v enki, taroku, srečelov ali tombolo, nanj povabite še zunanje obiskovalce, udeleženci pa lahko predebatirajo, kaj zanje pomeni mir. Pripravite nagrade, ki bodo udeležence spomnile na strpnost, solidarnost in miroljubnost.

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
- Dobrodelna 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 deklc

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

PRIJAVITE SVOJO AKCIJO

Akcijo, ki jo boste izvedli v soboto, 11. aprila 2026, prijavite prek spletnega obrazca na

<https://www.filantropija.org/prijava-danzaspremembe/>.

Svojo akcijo prijavite čim prej, da bo širša Slovenija dovolj zgodaj izvedela za vaše aktivnosti in da se vam bodo pridružili prostovoljci_ke iz vašega kraja.

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