

UDRUGA ŽENA OBOLJELIH I LIJEČENIH OD RAKA



IZVJEŠĆE ZA 2016. godinu

Usvojeno na Skupštini Udruge 8. svibnja 2017. godine

Udruga SVE za NJU zahvaljuje svojim članovima, vanjskim suradnicima, volonterima, donatorima i svima koji su na bilo koji način pomogli i podržali rad Udruge i Centra za psihološku pomoć. Nadasve zahvaljujemo svim korisnicama i korisnicima Centra na ukazanom povjerenju.

Rad Udruge i Centra za psihološku pomoć posvećujemo prvoj predsjednici i jednoj od osnivačica Udruge **Vesni Andrijević Matovac** kojoj je posthumno, 2011. godine, dodijeljena Nagrada Grada Zagreba.

## SADRŽAJ

1. O Udruzi.....	1
2. Tijela Udruge.....	2
3. Zaposlenici i suradnici.....	2
4. Članovi Udruge i volonteri.....	2
5. Aktivnosti Udruge.....	3
5.1. Preventivne akcije i druga događanja .....	3
5.2. Projekti.....	5
5.3. Članstvo Udruge u drugim organizacijama.....	7
5.4. Sudjelovanje na stručnim skupovima.....	7
5.5. Informiranje javnosti.....	7
6. Izvješće Centra za psihološku pomoć.....	8
6.1. Korisnice.....	8
6.2. Programi.....	8
6.3. Supervizija.....	16
7. Financijsko izvješće.....	17
7.1. Prihodi i rashodi.....	17
7.2. Izvješće Nadzornog odbora.....	17
8. Plan za 2017. godinu.....	18
9. Donatori i partneri .....	18

## 1. O Udruzi

Udruga je osnovana 21. ožujka 2008. kao Udruga žena oboljelih i liječenih od raka dojke, njihovih obitelji i prijatelja „SVE za NJU!“. Ciljevi Udruge su pružanja informacijske, psihološke i logističke pomoći ženama oboljelima od raka dojke, kao i njihovim obiteljima kroz trajni Projekt - Centar za psihološku pomoć, te promocija prevencije bolesti i razvoj zdravog stila života, educiranje i izdavaštvo u funkciji edukacije i prevencije. Udrugu su osnovale tri pacijentice: Vesna Andrijević Matovac, Bojana Benović i Almenka Balenović. Prva predsjednica Udruge bila je Vesna Andrijević Matovac koja je prvih godina vodila Udrugu i zajedno s drugima razvijala njezinu misiju i viziju.

### **Misija:**

- edukativno i preventivno djelovanje na području Hrvatske u sklopu kojega se pruža informacijska, psihološka i logistička pomoć ženama oboljelima i liječenima od raka dojke, kao i njihovim obiteljima
- suradnja i udruživanje s drugim istovrsnim i sličnim udrugama i organizacijama, te drugim zdravstvenim, socijalnim i drugim ustanovama i organizacijama u Hrvatskoj na području psihosocijalne skrbi i prevencije
- aktivnosti usmjerene na promjene politika u području poboljšavanja liječenja, prava oboljelih i psihosocijalne skrbi

### **Vizija:**

- Udruga je prepoznata kao posrednik i medij preko kojega društvo (javni, privatni i državni sektor) pokazuje svoju odgovornost za žene oboljele od raka i njihove obitelji
- okuplja građane i stručnjake visoke razine osobne i profesionalne odgovornosti koji su angažirani u pružanju psihološke pomoći oboljelima i u prevenciji bolesti
- Centar za psihološku pomoć je mjesto gdje oboljele i liječene žene i njihove obitelji ostvaruju psihološku podršku i brigu

U rujnu 2009. Udruga je dobila na korištenje derutan prostor na adresi Kneza Mislava 10, Zagreb te nakon adaptacije 21. svibnja 2010. otvorila Centar za psihološku pomoć u kojemu sve žene oboljele od bilo koje vrste raka i njihove obitelji mogu potražiti prijeko potrebnu stručnu psihološku pomoć. Time je započela trajna provedba Projekta Centra za psihološku i psihosocijalnu pomoć. Psihološku pomoć i programe Centra provode profesionalci, stručnjaci sukladno uzusima svoje struke. Centar je glavna i trajna aktivnost Udruge usmjerena na krajnje korisnike - žene oboljele od raka, članove njihovih obitelji i bliske osobe.

Udruga je na Izornoj skupštini 26. studenog 2014. imenovala, predsjednicu, dopredsjednicu i članove tijela u skladu sa Statutom. S obzirom na svoju djelatnost, Udruga je na Skupštini 26. studenog 2014. donijela Izmjene i dopune Statuta čime je promijenila naziv te se profilira kao organizacija posvećena ženama oboljelima i liječenima od bilo koje vrste raka te prevenciji malignih bolesti kod žena. Skupština Udruge je na sjednici 1.07.2015. donijela novi Statut Udruge u kome je djelomično izmijenjeno ustrojstvo te se umjesto dopredsjednika ustrojava mjesto glavnog tajnika kao druge ovlaštene osobe za zastupanje Udruge.

Sadašnji naziv je Udruga žena oboljelih i liječenih od raka SVE za NJU ili skraćeno SVE za NJU.

**Predsjednica Udruge:**  
**Almenka Balenović, dr. med. spec. med. rada i športa**

## 2. Tijela Udruge

**Skupštinu Udruge** čine njezini redovni članovi s pravom glasa.

**Upravni odbor** ima sedam članova: Almenka Balenović, predsjednica i članice: Ivona Došen, Silvana Planinić, Kira Zagorac, Jasminka Osrečki, Petra Levak i Nika Lazić. Upravni odbor se tijekom 2016. godine sastao na formalnim sjednicama pet puta. Tijekom godine članice Upravnog odbora su u stalnom kontaktu. Ovisno o aktivnostima Udruge pojedine članice preuzimaju neposredne zadatke.

Članovi **Nadzornog odbora** su Iva Butić, Draženka Krmek i Dubravko Marković, predsjednik.

Udruga ima **Stručno vijeće** u sastavu Bianca Matković, Marijana Braš, Željko Vojnović, Nataša Jokić Begić.

Na sastancima Skupštine, Nadzornog i Upravnog odbora vode se zapisnici, a rad članova svih tijela je volonterski.

## 3. Zaposlenici i suradnici

Tim Udruge tijekom 2016. činile su Jana Dusper, voditeljica Ureda, Gordana Heidler, koordinatorica korisnica i programa u Centru te nutricionistica Margareta Bolarić. Zadatak tima je organizacija i provedba aktivnosti u Udruzi i Centru uz stvaranje ugodne atmosfere u kojoj se korisnice i korisnici Centra osjećaju sigurno, dobrodošlo i ugodno. Voditeljica Centra je Ljiljana Vukota, prof. psih.

Stalni suradnici Centra i provoditelji programa su: psiholozi vanjski suradnici Ljerka Zorić, Dušanka Kosanović, Ljiljana Šerman, Katica Rendulić, Dea Ajduković i Milana Vlaović, studenti Pravnog fakulteta uključeni u projekt Pravna klinika. Psihologima terapeutima je osigurana supervizija kod psihologinje psihoterapeutkinje Irene Bezić. U skladu s programima Centra povremeno se angažiraju dodatni vanjski suradnici.

U akcijama koje Udruga organizira sudjeluju i volonteri, korisnice Centra za psihološku pomoć, studenti Medicinskog fakulteta, Edukacijsko rehabilitacijskog fakulteta, Filozofskog fakulteta Odsjeka za psihologiju, Ekonomskog fakulteta u Zagrebu i drugi.

## 4. Članovi Udruge i volonteri

Tijekom 2016. ukupan broj članova iznosio je 166 članova od čega je 147 pridruženih i 19 redovnih, a ukupan broj angažiranih volontera bilo je 98.

Volonteri Udruge su osobe različitih dobi, zanimanja, motiva, ali svi sa željom da doprinesu općem dobru u svojoj zajednici poglavito u području prevencije raka dojke, promocije preventivnih pregleda i rada Centra za psihološku pomoć. Svojim radom volonteri doprinose i zajednici, ali i Udruzi, pomažu da glas o Udruzi dođe do potrebitih, grade ugled Udruge i pomažu prikupljati humanitarne priloge za rad Centra za psihološku pomoć. Najveći broj volontera su članice i korisnice, oboljele i liječene žene i članovi obitelji. One su u većini slučajeva prošle ili prolaze kroz neku fazu bolesti i znaju najbolje od svih koliko je važna prevencija, rano otkrivanje i pravodobno liječenje. Redovito su među volonterima studenti Medicinskog fakulteta u Zagrebu. Otkad Udruga radi, već je nekoliko generacija studenata medicine volontiralo u udruzi. Neki od njih danas su već liječnici, ali i dalje povezani s Udrugom. Udruga ima Sporazum o suradnju s Edukacijsko rehabilitacijskim fakultetom. Ovaj fakultet može biti primjer drugima u njegovanju volonterstva i poticanju studenata na volontiranje, čak i kroz izborni kolegij volontiranja. U 2016. godini imali smo petu generaciju studentica ERF-a i nadamo se dugoročnoj suradnji s Fakultetom. Svi volonteri nauče nešto o civilnom društvu, osvijeste svoju odgovornost za dobrobit zajednice, nauče puno iz područja djelovanja Udruge i najbolji su ambasadori prevencije i zdravijeg stila života. Računamo i da će u

svom budućem profesionalnom životu pokazivati poseban senzibilitet za onkološke bolesnike, pružati im suport i ohrabrivati ih da potraže psihosocijalnu pomoć.

Naročito je važan segment volonterskog angažmana stručnjaka u pogledu sudjelovanja u programima Centra za psihološku pomoć. Kroz njihova predavanja provodimo ne samo edukaciju bolesnica nego i edukaciju volontera i tima Udruge.

Jednom godišnje Udruga organizira druženje volontera na kojem im se prigodnom zahvalnicom oduži za njihov volonterski rad. S jednim dijelom volontera sklapaju se pisani ugovori o volontiranju, a studentima je na raspolaganju i mentoriranje volonterskog rada.

## 5. Aktivnosti Udruge

### 5.1. Preventivne akcije i druga događanja tijekom godine

- **Siječanj** - Udruga je tradicionalno obilježila 10. tjedan prevencije raka vrata maternice zajedno s partnerima Hrvatskim zavodom za javno zdravstvo, European Cervical Cancer Association (ECCA), Institutom Ruđer Bošković, NZJZ „Dr. Andrija Štampar“ uz podršku Ureda SZO u Hrvatskoj i GUZ Grada Zagreba, a pod pokroviteljstvom Ministarstva zdravlja.

- **27.1.** održana je konferencija za medije na kojoj su najavljena događanja u vezana uz obilježavanje 10. tjedna prevencije raka vrata maternice. Na konferenciji je predstavljena globalna kampanja „Hello curly“, koja se provodi od siječnja nadalje.
- **29.1.** održan je simpozij „Pobijedimo rak vrata maternice“ u Hotelu Dubrovnik. Simpozij je u fokusu imao prevenciju i provedbu Nacionalnog programa ranog otkrivanja raka vrata maternice. Organizirao ga je Hrvatski zavod za javno zdravstvo u suradnji s partnerima iz kampanje.
- **30.1.** održana je javnozdravstvena akcija u Arena centru s ciljem podizanja svijesti o važnosti prevencije

- **4.2.** održana je konferencija za medije u povodu Svjetskog dana borbe protiv raka, koju je organizirala udruga SVE za NJU s Hrvatskim zavodom za javno zdravstvo i Koalicijom udruga u zdravstvu. Na konferenciji je istaknuta nužnost donošenja Nacionalnog plana za borbu protiv zloćudnih bolesti.

- **21.2.** u sklopu 9. tjedna psihologije na tribini Zdravstvena psihologija u skrbi za onkološke bolesnike u ZIKZ, svoja predavanja su održale Ljiljana Vukota, Voditeljica Centra za psihološku pomoć te psihoterapeutkinje Dušanka Kosanović, psih., obiteljska terapeutkinja i Ljerka Zorić, psih., te Latinka Basara.

- **8.3.** povodom Dana žena, održana je humanitarna akcija Centra Murad. Kupnjom kreme Hydrate for Hope - Hydro-Dynamic Ultimate Moisture s poklon-torbicom po promotivnoj cijeni Murad donira 50 kuna Udruzi.

- Dan narcisa obilježili smo dva dana. U petak **18.3.** u City Centrima One East i West s Nastavnim zavodom za javno zdravstvo „Dr. Andrija Štampar“ u sklopu Dana zdravlja. U subotu **19.3.** na Cvjetnom trgu pod pokroviteljstvom gradonačelnika Grada Zagreba, a pridružio nam se i Medikol.

- **21.03.** na poziv NZJZ Splitsko-dalmatinske županije u povodu Dana narcisa, održano je predavanje u Trogiru, kojom prilikom je izložen model rada Centra za psihološku pomoć.

- **15.4.** u Hrvatskom liječničkom zboru održan je Simpozij „Hrvatske smjernice za genetsko savjetovanje i testiranje na nasljedni rak dojke i jajnika“ u organizaciji udruge SVE za NJU i Hrvatskog društva za kliničku genetiku.

- **5.5.** u Hrvatskom novinarskom domu održana je tribina „Zajedno u prevenciji i liječenju“ povodom Svjetskog dana raka jajnika, kako bi se skrenula pozornost javnosti na teškoće s kojima se suočavaju oboljele žene, podigla svijest o važnosti redovitih pregleda i ranog otkrivanja te zajedno sa

suorganizatorima, educirala žene i javnost o rizicima i simptomima raka jajnika. Na tribini su sudjelovali Hrvatsko ginekološko onkološko društvo, Hrvatsko društvo za ginekologiju i opstetriciju, Referentni centar Ministarstva zdravlja Republike Hrvatske za maligne bolesti tijela maternice, jajovoda i jajnika KBC Rijeka, Referentni centar Ministarstva zdravlja Republike Hrvatske za premaligne i maligne lezije stidnice, rodnice i vrata maternice KBC Zagreb i Hrvatsko ginekološko-onkološko društvo. U sklopu Tribine predstavljen je i ESMO Vodič za žene oboljele od raka jajnika Tribinu je podržala AstraZeneca.

- **20.5.** u Galeriji ULUPUH otvorena je izložba Paslika – svijet iznova stvoren. Autorica projekta je Kruna Tarle, a korisnice Udruge izradile su svoje portrete u gipsu.

- **24.5.** u Udruzi je održan Dan otvorenih vrata u organizaciji Ureda za udruge Vlade RH, u sklopu kojeg je predstavljena je aplikacija UdrugelInfo, održan Okrugli stol: Psiho-Onkolog-I-Ja uz sudjelovanje psihologa i psihoterapeuta iz Udruge, prof.dr.sc. Ljiljane Šerman, onkologinje doc. Natalije Dedić Plavetić i bolesnica te predstavljena publikacija Rak jajnika – Vodič za bolesnice. Istog dana, Udruga je proslavila 6. Rođendan Centra za psihološku pomoć.

- **5.6.** održan je donatorski koncert Mozartina „SVE Mozartine i gosti za NJU“ u KD Vatroslav Lisinski.

- **12.-13.9.** Udruga sudjeluje na PACT partnership konferenciji na kojoj su se ispitivale mogućnosti bolje dostupnosti liječenja pacijentima. Konferencija je održana u Sofiji u Bugarskoj, a prisustvovala su Ljiljana Vukota i Jana Dusper.

- **13.9.** Udruga je sudjelovala na XIII. Maksimirskim jesenima, Međunarodnoj manifestaciji za osobe starije životne dobi, u Parku Maksimir. Udruga je predstavila rad Centra za psihološku pomoć žena oboljelih od raka.

- **27.9.** u Hrvatskom novinarskom domu na konferenciji za medije predstavljena je nacionalna trogodišnja javnozdravstvena kampanja „Reci rukama“ s porukom „Mi možemo. Ja mogu.“ kojom se Hrvatska pridružila globalnoj kampanji borbe protiv raka. Ideja nacionalne kampanje je priključivanje globalnim naporima da se proširi poruka „Mi možemo. Ja mogu.“ i da poduzmemo nešto za prevenciju, rano otkrivanje i kvalitetnije liječenje i sveobuhvatnu skrb za oboljele. Organizatori konferencije su SVE za NJU i Koalicija udruga u zdravstvu, sponzor je Roche, a partneri su CroMSic i Hrvatska pošta.

- **28.9.** kampanja „Reci rukama“ s porukom „Mi možemo. Ja mogu.“ predstavljena je u Roche-u d.o.o. Hrvatska.

- **30.9.** povodom Mjeseca borbe protiv raka dojke, u Galeriji Klovićevi dvori otvorena je izložba „Zastani“. Autorica instalacije od preko dvije tisuće umetaka za grudnjake spojeno je u parovima putem vezica, koje simboliziraju povezanost svih žena, Andreja Hojnik Fišić htjela je podsjetiti na važnost preventivnih pregleda i pružanje psihosocijalne podrške oboljelima. Nakon otvorenja izložbe, u atriju Galerije održan je i koncert grupe Meritas.

#### **Listopad – Međunarodni mjesec borbe protiv raka dojke:**

- **8.10.** na stručnom skupu „Univerzalni pristup palijativnoj skrbi - I tvoja pomoć je potrebna!“ u organizaciji Hrvatskog centra za palijativnu skrb, Sekcija za bol HDPM HLZ-a, sudjelovala je Ljiljana Vukota na Okruglom stolu s temom „Volonteri u zdravstvenim ustanovama i zajednici“
- **8.10.** Udruga je sa svojim korisnicama sudjelovala u snimanju Milenijske fotografije ružičaste vrpce u Čakovcu. Snimanje 5. milenijske fotografije „Ružičaste vrpce“ od strane fotografa Šime Strikomana organizirala je Županijska liga protiv raka Čakovec, pod pokroviteljstvom Saveza udruga protiv raka dojke (SURD), Međimurske županije i grada Čakovca.
- **15.10.** na Cvjetnom trgu održana je Edukativna i javnozdravstvena akcija ZASTANI uz sudjelovanje Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo i Hrvatskog zavoda za zdravstveno osiguranje. Događanje je vodio Bruno Šimleša, dobitnik Nagrade VAM za 2015. godinu. Građani su se mogli informirati o Centru za psihološku pomoć Udruge SVE za NJU i aktivno uključiti u nedavno pokrenuti projekt RECI RUKAMA s porukom „Mi možemo. Ja mogu.“

- Korisnice Centra za psihološku pomoć su sve prisutne iznenadile flash mobom „Pink Dance SVE za NJU“, plesnom koreografijom koju su uvježbale pod vodstvom Petre Mavar.
- **18.10.** predstavljena je kampanja Reci rukama s porukom „Mi možemo. Ja mogu.“ na KBC-u Zagreb.
  - **25.10.** predstavljena je kampanja Reci rukama s porukom „Mi možemo. Ja mogu.“ u Osijeku u suradnji s osječkim KBC-om i Medicinskim fakultetom.
  - **26.10.** organizirano je preuzimanje donacije od AVON-a.
  - **27.10.** Udruga je sudjelovala u projektu „Pomaganje je in“ s Poliklinikom Bagatin.
- **2.11.** Predsjednica Udruge Almenka Balenović predstavila je rad Udruge i Centra za psihološku pomoć na Women Power Conference održanoj u Zagrebu.
- **2.11.** pokrenuta je akcija „Pitaj SVE – SVE za NJU“, kojom je Udruga pozvala građane da pošalju svoja pitanja o svim aspektima bolesti, s ciljem sastavljanja praktičnog digitalnog priručnika s odgovorima na najčešća pitanja oboljelih i njihove okoline.
- **3.11.** predstavljena je kampanja Reci rukama s porukom „Mi možemo. Ja mogu.“ na HZJZ.
- **8.11.** predstavljena je kampanja Reci rukama s porukom „Mi možemo. Ja mogu.“ na KBC-u Sestre Milosrdnice.
- **9.11.** predstavljena je kampanja Reci rukama s porukom „Mi možemo. Ja mogu.“ na Klinici za tumore.
- **11.11.** organiziran je i održan simpozij „Psihološka pomoć onkološkim bolesnicima“ na 24. godišnjoj konferenciji hrvatskih psihologa u Opatiji. Na simpoziju su sudjelovale: Ljiljana Vukota, Ljiljana Šerman, Ljerka Zorić, Latinka Basara i Irena Bezić.
- **17.11.** predstavljena je kampanja Reci rukama s porukom „Mi možemo. Ja mogu.“ u Rijeci u suradnji s riječkim KBC-om i Medicinskim fakultetom.
- **24.11.** u sklopu akcije preventivnih pregleda mobilnim mamografom NZJZ „Dr. andrija Štampar“ predstavnica Udruge pružila je informativnu podršku ženama u Čehima (Zagreb), koje su sudjelovale u akciji.
- **3.12.** predstavljen je rad Udruge i Centra za psihološku pomoć u Uredu Predsjednice Republike Hrvatske.
- **4.12.** udruga je sa svojim štandom sudjelovala na humanitarnom Božićnom sajmu na Zagrebačkom Velesajmu, koji svake godine organizira Međunarodni klub žena Zagreb.
- **14.12.** u prostorijama Udruge održano je predbožićno druženje s korisnicama, volonterima, partnerima i prijateljima Udruge na kojem su i podijeljene zahvalnice novim partnerima i volonterima.
- **15.12.** predstavljena je kampanja Reci rukama s porukom „Mi možemo. Ja mogu.“ u Splitu u suradnji sa splitskim KBC-om i Medicinskim fakultetom.

## 5.2. Projekti/natječaji

Provedene su preventivne akcije i različiti programi u Centru za psihološku pomoć financirani na natječajima i Javnom pozivu lokalne i regionalne samouprave. Udruga je korisnik institucionalne podrške Nacionalne Zaklade za razvoj civilnog društva. Neki od projekata i programa su: Lutka – terapijsko sredstvo u oporavku žena oboljelih od raka, Program 3P – personalizirana psihološka pomoć ženama oboljelima od raka, Projekt Zastani, Zajedno smo jače – multidisciplinarni grupni rad sa ženama oboljelima od raka.

Izdvajamo projekte koji su realizirani uz potporu poslovnih subjekata, započeti u 2016. i nastavljaju se u 2017. godini.



## **Mi možemo. Ja mogu.**

Udruga je nositelj trogodišnjeg Projekta „Mi možemo. Ja mogu. u partnerstvu s Koalicijom udruga u zdravstvu (KUZ), Udrugom studenata medicine u Hrvatskoj (CroMSIC) i Hrvatskom poštom. Projekt je pokrenut u rujnu 2016. po uzoru na globalnu kampanju World Cancer Day-a (WCD) pod nazivom Talking hands, sa sloganom WecanIcan.

Glavni ciljevi tog projekta su: podizanje svijesti stručne i svekolike javnosti o potrebi donošenja Nacionalnog plana za borbu protiv zloćudnih bolesti, promocija i implementacija ciljeva Nacionalnog plana za borbu protiv zloćudnih bolesti, te dugoročno smanjenje mortaliteta, uspostava registara ishoda liječenja, mobilizacija resursa ključnih dionika u njegovoj provedbi. Prva faza projekta provedena je će se u razdoblju od rujna do prosinca s naglaskom na dio slogana *Mi možemo* uz sudjelovanje državnih institucija, medicinskih fakulteta, zavoda za javno zdravstvo, kliničkih bolničkih centara, tijela lokalne i regionalne samouprave, onkoloških udruga, volontera studenata medicinskih fakulteta i drugih suradnika koji će se priključiti provedbi projekta. Projekt je predstavljen u svim kliničkim bolničkim centrima u Hrvatskoj, na Medicinskim fakultetima u Rijeci, Splitu i Osijeku te u Hrvatskom zavodu za javno zdravstvo. Također je u nekoliko navrata predstavljen i građanima na javnim akcijama.

## **Pitaj sve – SVE za NJU**

U studenome je Udruga odlučila pripremiti praktični vodič s odgovorima na najčešća pitanja oboljelih i njihove okoline, a postaviti su ih mogli svi zainteresirani građani.

Kroz akciju „Pitaj SVE – SVE za NJU“, udruga je pozvala građane da svoja pitanja o svim aspektima bolesti pošalju na mail ili kućnu adresu Udruge. Odgovore na ona najučestalija pitanja pripremili su stručnjaci onkolozi, koji su tijekom studenog i prosinca održavali i predavanja u Centru za psihološku pomoć ženama oboljelima od raka. Online priručnik s odgovorima bit će dostupan na internetskim stranicama Udruge SVE za NJU.

Kroz ovu akciju posebna pozornost željela se posvetiti ženama s metastatskim rakom, koji sa sobom nosi i najviše izazova, kako za oboljele, tako i za njihovu bližu, ali i širu okolinu.

Odgovore na pitanja pripremao je tim Udruge u suradnji sa stručnjacima onkolozima, a poseban je doprinos ovoj akciji dala primarijus dr. sc. Paula Podolski s Klinike za onkologiju KBC Zagreb kroz predavanje *Pitaj onkologa*, održano u Centru za psihološku pomoć. Također, pacijentice koje su korisnice Udruge, bit će dostupne za sva eventualna pitanja. U prvo „izdanje“ elektroničkog priručnika uključena su ona najčešća, zajednička pitanja. Cilj je njime obuhvatiti različita iskustva, cjelovito informirati i educirati o življenju s bolešću, osnažiti oboljele i njihovu okolinu. Riječ je o svima dostupnom i preglednom elektroničkom priručniku koji će se s vremenom nadograđivati budući da se kroz rad Udruge svakodnevno razmjenjuju pitanja i odgovori, što praktične, što emocionalne prirode

## **Hello Curly**

Od siječnja 2016. nadalje, provodi se globalna kampanja Hello Curly osmišljena s ciljem povećanja svijesti o važnosti prevencije raka vrata maternice, nastala u suradnji s europskim i svjetskim organizacijama. Stranica [www.hellocurly.org](http://www.hellocurly.org) kreirana prema ideji agencije Bruketa&Žinić OM. Glavni lik je simpatična mačka koja je postala zaštitno lice i simbol kampanje. Ona želi ohrabriti žene da češće kažu “hello curly” odlazeći na ginekološke preglede. U glazbenom spotu “The Curly Song” zaigrana mačka Curly i njezine prijateljice trube o problemu raka vrata maternice, dok edukativni videi, koji se objavljuju tijekom kampanje, informiraju žene o svim aspektima i načinima prevencije.

### 5.3. Članstvo Udruge u drugim organizacijama i suradnja s različitim organizacijama i institucijama

Udruga je članica European Cancer Patient Coalition (ECPC), European Cervical Cancer Association (ECCA) i Koalicije udruga u zdravstvu (KUZ), od rujna 2013. članica je i jedna od osnivačica Saveza udruga protiv raka dojke. Predstavnici Udruge sudjeluju na sastancima i u realizaciji akcija i projekata kao što su Milenijska fotografija ružičaste vrpce (SURD), obilježavanje Europskog tjedna prevencije raka vrata maternice (ECCA), sudjelovanje na sastancima i konferencijama (ECPC), suradnja na pokretanju i provedbi projekta MI možemo. Ja mogu. (KUZ).

U okviru suradnje s drugim društvima i organizacijama civilnog društva posebno ističemo **Udrugu za edukaciju i savjetovanje Krugovi s kojima surađujemo u pružanju** financijske pomoći oboljelim ženama u okviru Projekta *I jedna kuna je dovoljna*. Pomoć koji Krugovi pružaju oboljelima je od izuzetne važnosti.

### 5.4. Sudjelovanje na stručnim skupovima

Predstavnici Udruge sudjelovali su na različitim stručnim skupovima u svrhu vlastite edukacije, ali i prezentacije rada Udruge i Centra stručnoj javnosti. S obzirom da je pružanje psihosocijalne pomoći glavna zadaća Centra, tako su i stručni skupovi na kojima se prezentirao rad Udruge uglavnom skupovi psihologa i liječnika, ali i različiti okrugli stolovi na stručne teme i edukacije. Izdvajamo sudjelovanje na sastanku u Beču u vezi osnivanja međunarodnog borda pacijenata, zdravstvene administracije i proizvođača lijekova, sudjelovanje na stručnom skupu u HLZ o smjernicama, predavanje i okrugli stol u sklopu stručnog skupa Palijativa te predstavljanje Udruge na Women power conference u Zagrebu.

Predstavnici Udruge sudjelovali su na različitim sastancima, okruglim stolovima i tribinama koje su organizirale različite institucije i druge organizacije te preventivnim i humanitarnim akcijama kao podrška aktivnostima drugih udruga.

U svrhu trajnog usavršavanja provodi se i edukacija nutricionistice uz sudjelovanje na stručnim skupovima i kongresima:

26.2.2016. - Stručni skup „Ortoreksija“, Nastavni zavod za javno zdravstvo "Dr. Andrija Štampar"

10.-11.6.2016. - Međunarodni kongres „Nutricionizam i dijetetika 2016“, Hotel Westin, Zagreb

17.11.2016. Konferencija za „Primjenjeni nutricionizam u industriji i turizmu“, Hotel Dubrovnik, Zagreb

### 5.5. Informiranje javnosti

Temeljni i najažurniji način informiranja javnosti odvija se putem Facebooka. Tijekom godine o aktivnostima Udruge izvještavali su različiti web portali, dnevni i tjedni tisak, stručni časopisi različite TV kuće i radio postaje. U povodu važnijih događaja medijima se uputi posebna obavijest ili se organizira konferencija za medije. Udruga je tijekom 2016. godine organizirala Dan otvorenih vrata Udruge i Centra za sve građane, a javnost je o svakoj akciji bila obaviještena putem medija Udruge i putem Javnih medija. Različite televizijske kuće snimile su više priloga povezanih s aktivnostima Udruge, a predstavnici Udruge gostovali su u više TV emisija.

Zahvaljujući donaciji Presscuta imamo informaciju o člancima u tiskanim medijima i prema izvješću Udruge je tijekom 2016. spomenuta u 105 članaka. Objave na Internetkim portalima višestruko premašuju taj broj.

## 6. Izvješće Centra za psihološku pomoć

Centar je osnovan s ciljem jačanje kapaciteta žena za suočavanje s bolešću i liječenje, pomoć u rehabilitaciji i povratku životnih uloga, poboljšanje kvalitete života, pomoć i podrška partnerima i obiteljima, efikasnije liječenje žena, informiranje i edukacija.

Svi programi su za korisnice i korisnike<sup>1</sup> besplatni.

### 6.1. Korisnice

Pod pojmom korisnice na ovom mjestu mislimo na korisnice i korisnike koji su uključeni u psihološke tretmane i smještaj u Centru i za koje se u strukturiranom upitniku prikupljaju različiti podaci (osobni, sociodemografski, podaci o bolesti, liječenju, planiranje tretmana, životne navike i sl.). Tijekom 2016. u Centar se javilo 211 novih korisnica, a uključujući i korisnice iz prethodnih godina to je ukupno 1033 korisnice. U ovaj broj nisu uključene osobe koje dolaze na jednokratno ciljano savjetovanje i informiranje ili im se takva pomoć pruža telefonom za područje cijele Hrvatske.

### 6.2. Programi

Programi su podijeljeni na psihološke tretmane, savjetovališta, edukacijsko-terapijske programe i program domaćinstva (smještaj u Centru).

#### 1. Psihološki tretmani:

Individualno savjetovanje i psihoterapija

Grupni tretmani – terapijske grupe

Grupe podrške – uz stručnog voditelja

Obiteljsko i partnersko savjetovanje

#### 2. Savjetovališta

Telefonsko savjetovalište za oboljele i liječene žene, članove njihovih obitelji i druge bliske osobe koji nisu u mogućnosti fizički dolaziti u Centar.

Pravno savjetovalište *Pravna klinika*

Savjetovalište medicine rada

Savjetovalište za prehranu

#### 3. Edukacijsko terapijski programi

Edukacijsko terapijske radionice, psihoedukacija, nutricionizam – grupna predavanja i individualna savjetovanja, vježbanje joge - program za oboljele od raka, predavanja liječnika (onkolozi, radiolozi, radioterapeuti, liječnici obiteljske medicine, fizijatri i dr.), povremene art radionice, plesne radionice i plesna koreografija, sastanci i druženje korisnica ponedjeljkom (Blablaonica), team building u grupama na inicijativu korisnica.

#### 4. Smještaj u Centru – program domaćinstva

Besplatan smještaj žena s prebivališten izvan Zagreba za vrijeme liječenja ili višednevnih kontrola u zdravstvenim ustanovama u Zagrebu.

Svi programi su za korisnice i korisnike besplatni.

---

<sup>1</sup> U daljem tekstu izraz korisnice jednako se odnosi se i na korisnike.

a. Individualni i grupni psihološki tretmani tijekom 2016.

Tablica 1. Individualni i grupni tretman tijekom 2016.- broj dolazaka

Mjesec	Vrste tretmana – broj sastanaka/intervencija						
	Individualni, partnerski i obiteljski susreti	Grupa podrške starijih-br.susreta	Grupa podrške mladih-br. susreta	Partnersko/obiteljsko savjetovanje	Telefonsko savjetovanje (individualne terapije putem telefona)	Savjetovalište med. rada i pravno	Prve obrade / uvodni razgovor/novodošle
Siječanj	24	2	1	0	6	1	19
Veljača	68	4	1	0	26	1	33
Ožujak	70	4	2	4	23	2	27
Travanj	78	4	1	1	29	5	19
Svibanj	89	4	2	1	21	6	14
Lipanj	79	3	1	2	20	1	10
Srpanj	35	0	0	1	11	3	11
Kolovoz	4	0	0	0	1	0	3
Rujan	71	2	1	0	33	2	31
Listopad	68	4	1	0	53	3	16
Studeni	61	4	2	0	52	0	26
Prosinac	48	4	1	0	43	1	15
<b>UKUPNO</b>	<b>695</b>	<b>35</b>	<b>13</b>	<b>9</b>	<b>318</b>	<b>25</b>	<b>224</b>

\* Terapeuti su imali 318 savjetovanja putem telefona (zabilježeno u Tablici 1.), a voditeljica Centra, također psihologinja oko 200 (procjena prema radnim bilješkama). Razgovori kod voditeljice su informativni i savjetodavni i radi se o ženama ili članovima obitelji koje nisu protokolirane/ubilježene u Centar kao korisnice i većinom su izvan Zagreba (drugi dijelovi Hrvatske ili inozemstvo).

U broj Individualnih psiholoških tretmana uključeni su i obiteljski i partnerski tretmani.

Broj korisnica u grupi prema popisu uključenih žena:

7. Grupa podrške starijih žena, utorkom - 11 korisnica kroz godinu
8. Grupa podrške mladih, radno aktivnih žena, utorkom -13 korisnica kroz godinu

Tijekom 2016. u najvećoj mjeri je psihološka pomoć pružena u obliku individualne terapije, a značajno je manji broj partnerskih i obiteljskih savjetovanja. Sveukupno s uvodnim razgovorima je bilo **1 246 savjetodavnih seansi**. Cijele godine radile su dvije grupe podrške, jedna za žene zrelije dobi i druga za mlađe, radno aktivne žene. Prosječan broj žena na popisu u grupi je 11, odnosno 13, a na svakom sastanku je bila prisutna jedna terapeutkinja. **Ukupan broj dolazaka na sastanke grupa je 334.**

Prema broju dolazaka na uvodni razgovor (Tablica 1.) vidljiv je pozitivan učinak promotivnih akcija Udruge na broj novodošlih korisnica početkom i krajem godine (Dan mimoza, Europski tjedan prevencije raka vrata maternice, Dan narcisa i Međunarodni mjesec borbe protiv raka dojke). Ranijih godina su bile izraženije razlike u broju novodošlih korisnica po mjesecima, no te razlike su sve

manje jer Udruga tijekom cijele godine organizira preventivne akcije i zadovoljavajuće je prisutna u javnosti.

U bazu podataka korisnica koje su uključene u programe Centra upisano je 209 novodošlih korisnica tijekom 2016. U ovom broju nisu uračunate žene niti članovi obitelji koje trebaju samo informativne razgovore i odgovore na neka konkretna pitanja ili kratkotrajnu podršku i savjetovanje.

**Tablica 2. Novodošle korisnice uključene u programe Centra za psihološku pomoć u razdoblju od 2010. do 2016.**

Godina	2010. i 2011.	2012.	2013.	2014.	2015.	2016	UKUPNO
Broj novodošlih	<b>217</b>	<b>107</b>	<b>154</b>	<b>174</b>	<b>170</b>	<b>209</b>	<b>1031</b>

U Tablici 2. je broj novodošlih korisnica tijekom godina koje su protokolirane kroz uvodni razgovor i popunjavanje ulaznog upitnika. Ukupno je upisano **1031** novodošlih korisnica do kraja 2016. što je povećanje od 39 novih korisnica u odnosu na 2015., odnosno **povećanje od oko 25%**.

## **2. Savjetovališta**

### **Telefonsko savjetovalište**

Tijekom 2016. nastavilo je s radom telefonsko savjetovalište, primarno namijenjeno ženama koje žive dalje od Zagreba, ali i ženama iz Zagreba u slučaju potrebe za kriznom intervencijom. Telefonskim putem savjetovano je velik broj žena iz cijele Hrvatske, ali i članova obitelji oboljelih. U Centru se posebno protokolira individualno savjetovanje/psihološki tretman putem telefona za žene koje su evidentirane kao korisnice programa individualnog savjetovanja (obavljan uvodni razgovor i popunjen ulazni upitnik), a takvih intervencija je registrirano 318.

Dodatno je obavljeno oko 200 savjetovanja putem raznih medija za žene i članove obitelji iz Zagreba i drugih gradova ili inozemstva koje nisu upisane u evidencije kao korisnice Centra. Ti razgovori su informativni i savjetodavni, ali žene nisu uključene formalno u programe i nisu evidentirane kao korisnice. Primjećuje se da članovi obitelji češće žele savjetovanje bez registracije korisničkog statusa.

Slične razgovore obavljaju zaposlenici Centra i njima su obuhvaćene žene iz cijele Hrvatske, ali se pozivi statistički ne obrađuju i ne bilježe jer su više informativnog, a manje terapijskog karaktera i ima ih previše da bi se protokolirali.

### **Pravno savjetovalište *Pravna klinika***

Volonteri Pravne klinike, Pravnog fakulteta u Zagrebu obavili su 21 savjetovanja korisnica u pravnim pitanjima, ne samo iz područja prava pacijenata nego i drugih područja pravne problematike. Na većinu upita o pravima korisnice dobiju obavijest u Centru, a specifična pitanja upućuju se Pravnoj klinici. Smanjen broj upućivanja u Pravno savjetovalište je rezultat postojanja brošure o pravima pacijenata tako da najvažnije savjete i odgovore na najčešća pitanja korisnice dobiju od tima u Centru.

### **Savjetovalište medicine rada**

U savjetovalište se javilo 4 korisnica radi pojašnjavanja pitanja iz područja medicine rada. Savjetovanje se odnosi na dokumentaciju i proceduru. U Centru se ne provode nikakvi medicinski postupci ili pregledi. Iako je ovaj broj relativno malen, mogućnost da dobiju uputu važna je svim ženama koje se boje da neće više moći raditi zbog bolesti. Osnovne informacije o utvrđivanju tjelesnog oštećenja korisnice dobiju od osoblja u Centru.

### Savjetovalište za prehranu

Centar ima Savjetovalište za prehranu od mjeseca ožujka 2013. koje vodi nutricionistica Margareta Bolarić. Individualno savjetovanje omogućeno je svim korisnicama neposredno u Centru, a putem telefona i mailom i za korisnice izvan Zagreba. Tako se edukacija iz nutricionizma u programu Edukacijsko terapijskih radionica odlično uklapa u rad individualnog savjetovanja u području prehrane. Savjetovanja su prilagođena potrebama korisnica i neke od njih u savjetovalište dolaze višekratno.

U savjetovalište za prehranu korisnice su se počele primati u travnju 2013. godine. U okviru savjetovališta odrađuje se individualno savjetovanje o prehrani uživo, telefonski i putem e-maila. U savjetovalište dolaze i članovi obitelji kako bi pružali kvalitetnu podršku oboljelima, osobito ako se neposredno brinu o njihovoj prehrani.

Savjetovalište za prehranu uključuje:

- istraživanje literature – formiranje baze stručne literature korisne za rad u savjetovalištu
- proučavanje literature i stručnih radova na temu pravilne prehrane onkoloških bolesnika
- primjenu upitnika za prikupljanje podataka o prehranbenim navikama
- individualno savjetovanje korisnica
- izradu individualnih sustava pravilne prehrane
- vođenje baze podataka o prehranbenim navikama oboljelih
- istraživanje i analizu prikupljenih podataka o prehrani korisnica
- sudjelovanje u izradi edukativnih materijala za oboljele o prehrani
- suradnju s psihoterapeutom u pružanju podrške kod integracije promjena u prehrani i razvoju zdravijeg životnog stila
- suradnju s liječnicima i drugim stručnjacima u pogledu izrade sustava prehrane i savjetovanja korisnica
- suradnju s kolegama u drugim organizacijama i institucijama.

**Tablica 3. Ukupan broj pojedinačnih savjetovanja o prehrani u svim oblicima tijekom 2016.**

<b>UKUPAN BROJ SAVJETOVANJA</b>	<b>93</b>
Od toga - Broj savjetovanja telefonom	30
Od toga - Broj savjetovanje e-mailom	4
<b>Ukupno obrađenih osoba</b>	<b>74</b>
od čega: korisnice Centra	73
vanjski upiti	1

Tijekom 2016. obavljeno je ukupno 93 individualnih savjetovanja o prehrani za 74 korisnica.

### 3. Edukacijsko-terapijski programi

Ovaj program ima posebni značaj u radu Centra u terapijskom, a osobito u edukacijskom smislu. Predavanja, edukacije i radionice su odlična potpora ženama koje u uključene u individualne tretmane, ali se pokazalo da su neophodni i ženama koje su završile individualnu terapiju. Kroz program se obrađuju teme prevencije, ali i specifične teme s kojima se žene suočavaju tijekom različitih terapija. Teme su medicinske, nutricionističke, psihološke, ali su zastupljene i radionice opuštanja, art radionice i radionice drugih sadržaja koje osim opuštanja, informiranja popratno imaju i terapijski značaj.

**Tablica 4. Program predavanja i edukacijsko-terapijskih radionica za 2016.**

<b>Br.</b>	<b>Datum</b>	<b>Naslov predavanja</b>	<b>Predavač</b>
1.	25.2.	Tjelesna aktivnost žena operiranih i liječenih zbog tumorskih bolesti	mr. sc. Ljiljana Vrcić Kiseljak
2.	10.3.	Genetika i nasljedni karcinomi	prof. dr. sc. Ljiljana Šerman
3.	13.4.	Kognitivni poremećaji u bolesnica s rakom dojke liječenih kemoterapijom i hormonskom terapijom	prim. dr. sc. Paula Podolski
4.	21.4.	Kvaliteta života bolesnica s rakom dojke	dr. sc. Tajana Silovski i prim. dr. sc. Robert Šeparović
5.	5.5.	Kserostomija u tijeku kemoterapije (suhoća usne šupljine) i kako je možemo ublažiti	doc. dr. sc. Borislav Belev
6.	19.5.	Rak dojke, nuspojave, suradljivost i važnost uzimanja onkološke terapije	prim. Željko Soldić, dr. med. i Marijana Jazvić, dr. med.
7.	2.6.	Nuspojave onkološkog liječenja u bolesnica s rakom dojke	prim. dr. sc. Paula Podolski
8.	9.6.	Endokrina terapija u liječenju hormonski ovisnog karcinoma dojke	doc. dr. sc. Natalija Dedić Plavetić
9.	16.6.	Melanom	dr.sc. Jasmina Marić Brozić
10.	20.10.	Vježbanje i rehabilitacija nakon operacije dojke	Natalija Režek, bacc. physioth., limfoterapeut
11.	3.11.	Liječenje karcinomske boli - mora li toliko boljeti?	doc. dr. sc. Zoran Lončar
12.	17.11.	Liječenje ranog i uznapredovalog HER-2 pozitivnog raka dojke	Martina Bašić Koretić, dr. med.
13.	24.11.	Pitaj onkologinju	prim. dr. sc. Paula Podolski
14.	1.12.	Liječenje ranog i metastatskog hormonski ovisnog karcinoma dojke - nove mogućnosti	prof. dr. sc. Damir Vrbanc
15.	15.12.	Kognitivni poremećaji u bolesnica s rakom dojke liječenih kemoterapijom i hormonskom terapijom	prim. dr. sc. Paula Podolski
<b>Br.</b>	<b>Datum</b>	<b>Naslov radionice</b>	<b>Voditelj</b>
1.	27.1.	Plesno buđenje s Petrom	Petra Mavar
2.	3.2.	Plesno buđenje s Petrom	Petra Mavar
3.	11.2.	Kako brinuti o sebi - Tijelo, stres, opuštanje	Dušanka Kosanović
4.	24.2.	Kako brinuti o sebi - Asertivnost	Dušanka Kosanović
5.	29.2.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković
6.	2.3.	Kako brinuti o sebi - Partnerski i obiteljski odnosi	Dušanka Kosanović
7.	9.3.	Plesno buđenje s Petrom	Petra Mavar
8.	16.3.	Detoksikacija - Samopomoć u liječenju i oporavku	Ivona Peček
9.	17.3.	Kako brinuti o sebi - Emocije	Dušanka Kosanović
10.	23.3.	Kako brinuti o sebi	Dušanka Kosanović
11.	4.4.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković
12.	6.4.	Plesno buđenje s Petrom	Petra Mavar
13.	27.4.	Plesno buđenje s Petrom	Petra Mavar
14.	2.5.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković
15.	4.5.	Plesno buđenje s Petrom 1. proba	Petra Mavar
16.	13.5.	1. Radionica - Izrada maske - gipsanog odljevka lica	Kruna Tarle
17.	14.5.	2. Radionica - Izrada maske - gipsanog odljevka lica	Kruna Tarle
18.	16.5.	3. Radionica - Izrada maske - gipsanog odljevka lica	Kruna Tarle
19.	18.5.	Plesno buđenje s Petrom	Petra Mavar
20.	31.5.	Radionica opuštanja	Dušanka Kosanović
21.	6.6.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković
22.	19.9.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković

23.	28.9.	Uvodno predavanje za radionicu: Primjena ekspresivnog pokreta i pozitivnih afirmacija u žena oboljelih od raka dojke	Valentina Begić, studentica Edukacijsko - rehabilitacijskog fakulteta
24.	24.10.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković
25.	7.9.	Plesno buđenje s Petrom	Petra Mavar
26.	14.9.	Plesno buđenje s Petrom	Petra Mavar
27.	21.9.	Plesno buđenje s Petrom	Petra Mavar
28.	28.9.	Plesno buđenje s Petrom	Petra Mavar
29.	05.10.	Plesno buđenje s Petrom	Petra Mavar
30.	10.10.	Plesno buđenje s Petrom	Petra Mavar
31.	12.10.	Plesno buđenje s Petrom	Petra Mavar
32.	24.10.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković
33.	15.11.	Mala škola kuhanja	Dunja Gulin
34.	16.11.	Plesno buđenje s Petrom	Petra Mavar
35.	24.11.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković
36.	30.11.	Plesno buđenje s Petrom	Petra Mavar
37.	5.12.	Radionica izrade origami leptirića	Ljiljana Pranjić
38.	6.12.	Plesno buđenje s Petrom	Petra Mavar
39.	17.12.	1. Radionica Izrada lutke Ginjole	Kruna Tarle
40.	18.12.	2. Radionica Izrada lutke Ginjole	Kruna Tarle
41.	19.12.	3. Radionica Izrada lutke Ginjole	Kruna Tarle
42.	19.12.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković
<b>UKUPNO SUSRETA:</b>			<b>57</b>
<b>Ukupan broj dolazaka:</b>			<b>1091</b>

Tijekom 2016. održano je ukupno 57 edukacijsko-terapijskih radionica i predavanja u Centru. Na predavanja dolaze aktivne korisnice psiholoških programa, žene koje su završile svoje psihološke tretmane i druge žene koje se žele educirati u nekom području. Predavanja su neovisna jedno od drugog i nije potreban kontinuitet u dolascima, jer se na predavanju obrađuje jedna tema. Teme se biraju prema pitanjima koja oboljele žene najčešće postavljaju i prilagođena su njihovim potrebama i interesima. U edukacijsko-terapijskim radionicama i na predavanjima bio je 1091 dolazak.

Pored radionica i predavanja održano je 6 sastanaka *Blablaonice* na koje dolaze korisnice jednom mjesečno na neformalno druženje i razmjenu iskustava. Ovi sastanci u pravilu nisu strukturirani i nemaju stručnog voditelja. U suradnji sa salonom Šminkeraj održano je 5 edukacija šminkanja na koje su dolazile korisnice u grupama po 3.

**Ukupno u cijelom programu edukacijsko terapijskih radionica i predavanja održano su 57 grupna susreta s ukupno 1.091 dolazak.**

### Izdvajamo

Posebno izdvajamo **program *Kako brinuti o sebi*** koji se u Centru provodi već četvrti ciklus, a dizajnirale su ga psihologinje Dušanka Kosanović i Ana Majdančić. Program je kroz godine doživio minimalne modifikacije, a od korisnica je izvrsno prihvaćen. Prorađuju se teme stresa, opuštanja, emocija, asertivnosti, obiteljskih i partnerskih odnosa, ljutnje. Programi je dodana završna radionica *Kako brinuti o sebi* kao i dvije radionice relaksacije i opuštanja. Svaka radionica ima uvodni dio koji je psihoedukacija o određenoj temi, a potom trening, rad u malim grupama s ciljem vježbanja kako naučeni sadržaj integrirati u svakodnevnicu.



Također izdvajamo program **Plesno buđenje s Petrom koji vodi Metra Mavar na zadovoljstvo brojnih korisnica. Petra je formirala posebnu grupu za koju je napravila koreografiju i ta grupa je nastupila u Močvari te snimila Flash Mob na Cvjetnom trgu u sklopu akcije Zastani u listopadu.**

#### **4. Program domaćinstva (smještaj u Centru)**

Za žene s prebivalištem izvan Zagreba, skromnijeg socioekonomskog statusa, osiguran je smještaj u Centru za vrijeme višednevne dijagnostike, pregleda i tijekom terapije u zagrebačkim bolnicama. **Tijekom 2016. ostvareno je 115 noćenja.**

#### **Ostali programi**

##### **Vježbanje joga - program za oboljele i liječene od raka**

Udruga *Joga u svakodnevnom životu* prepoznala je potrebe oboljelih žena za specifičnim oblikom vježbanja koje je između ostaloga i u funkciji smanjivanja razine stresa. Tijekom 2014. godine korisnicama Centra omogućeno je vježbanje u prostorijama Udruge *Joga u svakodnevnom životu* na adresi Jurišićeva 3 u Zagrebu u dvije grupe dva puta tjedno. Procjenjujemo da se **broj dolazaka na satove joga kreće oko 950.**

##### **Šminkeraj**

U okviru suradnje s Ingom Marić i salonom Šminkeraj korisnice dobivaju besplatnu edukaciju u korištenju dekorativne kozmetike i šminkanju. Radionice se odvijaju prema dogovoru u malim grupama po 3 korisnice pod vodstvom stručnjaka. Tijekom 5 susreta **edukaciju je prošlo 15 korisnica.**

##### **Povremene art radionice**

Druženje i kreativni rad djeluje vrlo opuštajuće, a pružaju se i mogućnosti za svladavanje različitih tehnika za izradu predmeta i ukrašavanje. Takva radionica je održana u organizaciji Centra i korisnica, a izrađivali su se leptiri prema ideji **Ljiljane Pranjić**. Radionica je ponovljena na želju korisnica. Održane je nekoliko radionica u s **Krunom Tarle** u dva programa na temu istraživanja sebe i vlastite kreativnosti. Prvi je bio Paslika - svijet iznova stvoren u kojem su korisnice izrađivale odlijevle vlastitog lica od gipsa. Radionici se pridružio i **Bruno Šimleša**, a priređena je i izložba u HDLU u Tkalčićevoj ulici. U drugom programu Lutka kao terapijsko sredstvo žene su izrađivale ginjole.

##### **Team building/grupe za druženje i razmjenu iskustava - Blablaonice**

Dolasci u Centar i sudjelovanje u programima zbližuje korisnice i povećava njihove želje i potrebe za neformalnim druženjima kao što su obilježavanje blagdana u Centru, zajednički domjenci, izleti, grupni odlasci u kazalište i sl. Same korisnice izrazile su želju za redovitijim susretima ovakve vrste te je u program uvršteno njihovo redovito susretanje svakog drugog ponedjeljka u mjesecu, koje koriste za razgovoru i aktivnosti koje same izaberu. Ove grupe održavaju se bez stručnog voditelja.

**Tablica 5. Ukupan broj dolazaka/sudjelovanja/pojedinačnih usluga u svim oblicima tijekom 2016. u Centru**

Usluga	Broj dolazaka
Psihološki programi (onindividualno, partnersko, obiteljsko i telefonsko savjetovanje te uvodni intervjui)	1 246
Grupne podrške	334
Telefonsko i dr. informiranje i savjetovanje	200
Pravno savjetovanje	21
Savjetovanje medicine rada	4
Savjetovanje o prehrani	93
Predavanja i radionice	1091
Yoga – 20 žena kroz godinu u dvije grupe	Cca 950
Blablaonica - jednom mjesečno	29
Šminkeraj prema dogovoru	15
Smještaj- noćenja	115
<b>UKUPNO DOLAZAKA/USLUGA</b>	<b>4.098</b>

Ukupan broj dolazaka na uvodne intervjue, individualni i grupni **psihološki tretman je 1.580**, a broj dolazaka/usluga u svim organiziranim programima uključivo savjetovališta, edukacijsko terapijske radionice i ostale je **ukupno 4.098 svih dolazaka u Centar** kojim prilikom je pružena neka usluga.

**Tablica 6. Broj usluga/dolazaka u Centar od 2011. do 2016.**

Godina	2011.	2012.	2013.	2014.	2015.	2016.
Broj dolazaka u Centar	<b>1914</b>	<b>2.370</b>	<b>2.905</b>	<b>3.374</b>	<b>3.516</b>	<b>4.098</b>

Broj pruženih usluga odnosno broj dolazaka u Centar raste iz godine u godinu s tim da ga tim Centra usklađuje s financijskim mogućnostima za provedbu programa i organizaciju usluga. **Povećanje u odnosu na 2015. iznosi 582, nešto više od 20%.**

**Tablica 7. Dobna struktura novodošlih korisnica za 2016.**

Dob	<20	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85+	Uk.
Br. korisnica	1	0	4	12	13	14	27	16	33	32	29	10	3	1	0	<b>191<sup>2</sup></b>
%	0,5	0	2,1	5,8	7	7	14,1	8,4	17,3	15,7	15,2	5,2	1,6	0,5	0	<b>100</b>
Broj (%)	<b>85 (44,5%)</b>								<b>17,3%</b>	<b>73 (38,2%)</b>						

<sup>2</sup> U Tablici 7 analizirane su samo korisnice Centra (bolesnice), bez članova obitelji

Struktura novodošlih korisnica prema kronološkoj dobi u trenutku javljanja u Centar ukazuje da u Centar najviše dolaze žene u dobi 55 do 59 godine starosti. Njih je 33 (17,3%). Prema našim iskustvima mlađe žene su češće radno aktivne, fizički pokretljivije i samostalnije te otvorenije i motiviranije za traženje i prihvaćanje savjeta stručnjaka. Stoga su te dobne skupine više zastupljene u Centru. Broj žena mlađih od 55 godina iznosi 85 (44,5%), a broj žena u dobi od 60 godina i starijih iznosi 73 (38,2%).

Struktura prema vrsti karcinoma ukazuje da su najzastupljenije žene s rakom dojke što je očekivano s obzirom da je takvih žena najviše i da su žene s rakom dojke jako osvještene vezano uz traženje i primanje podrške.

Dobna struktura korisnica se razlikuje od epidemioloških podataka o incidenciji raka dojke u žena u Hrvatskoj prema kojoj od raka najčeće oboljevaju starije žene.

### **Evaluacija programa**

Tijekom godine korisnice imaju mogućnost kroz evaluacijski upitnik ocijeniti kvalitetu programa u Centru i korisnost programa za sebe kao i suradnju s osobljem i terapeutima. Ukupno gledajući sve ocjene su izuzetno visoke te se prema povratnoj informaciji korisnica može zaključiti da su zadovoljne ponuđenim programima, da je suradnja s terapeutima odlična, da im terapije pomažu u rješavanju teškoća i nošenju s bolešću.

### **6.3. Supervizija**

Stručnjacima koji provode psihološke programe savjetovanja, individualnih, grupnih, partnerskih, obiteljskih terapija i psihoedukacije osigurana je grupna mjesečna supervizija kod psihologinje i psihoterapeutkinje Irene Bezić. Supervizijski sastanci počeli su se održavati odmah po otvaranju Centra za psihološku pomoć kako bi se i na ovaj način omogućio specijalizirani profesionalni rast i razvoj terapeuta u ovom specifičnom području. Iza stručnjaka stoji njihovo stečeno znanje, terapijske vještine, ali i ogromno iskustvo u radu sa ženama oboljelima od raka i članovima obitelji o čemu svjedoče podaci o provedenim individualnim i drugim terapijama. Superviziju vodi **psihoterapeutkinja dr. sc. Irena Bezić, psihologinja**, a sastanci se održavaju jednom mjesečno.

### **Zaključno**

Tijekom 2016. godine provedene su sve planirane aktivnosti, a Centar je radio u kontinuitetu. U Udruzi su zaposleni voditeljica ureda Udruge, nutricionistica te koordinatorica korisnica i programa u Centru. Zahvaljujući brojnim vanjskim suradnicima različitih struka i specijalnosti bilo je moguće provesti raznolik program edukacija i radionica. Predavači su vrhunski stručnjaci od kojih uče ne samo korisnice nego i terapeuti, volonteri i tim Udruge. Postignuti rezultati ukazuju da su programu dobro izbalansirani i dovoljno raznovrsni kako bi pokrili različite potrebe korisnica za informiranjem i učenjem.

Zahvaljujemo svim vanjskim suradnicima koji su sudjelovali u provedbi programa u Centru na njihovom entuzijazmu i profesionalnosti, a posebno terapeutima: Ljerki Zorić, Dušanki Kosanović, Ljiljani Šerman, Milani Vlaović, Dei Ajduković i Katici Rendulić, kao i supervizoricu Ireni Bezić koja provodi grupne supervizije terapeuta jednom mjesečno od 2010.

Posebnu zahvalnost dugujemo Petri Mavar, Ingi Marić, Ozani Iveković i Udruzi Joga u svakodnevnom životu za besplatno organizirane programe za korisnice Centra.

## 7. Financijsko izvješće

### 7.1. Prihodi i rashodi

Tablica 7. Prihodi i rashodi za 2016. godinu - financijski izvještaj rada udruge SVE za NJU

Opis	Iznos (kn)
<b>Ukupni prihodi:</b>	<b>100%</b>
prihodi od proračuna, lokalne i regionalne uprave	10,57%
poslovni sektor	56,90%
osobne i ostale donacije	32,53%
<b>ukupni rashodi:</b>	<b>100%</b>
Plaće i rashodi za radnike	24,39%
hladni pogon i usluge psihološkog savjetovanja	71,46%
- od toga terapeuti i ugovori za provedbu programa	65,86%
kampanje	4,15%

Udruga je u 2016. godini ostvarila **1.553.301,00** kn prihoda (povećanje od 419.689,00 kn ili 47%). Većina prihoda dolazi od donacija, prvenstveno od trgovačkih društava i ostalih pravnih osoba, a značajno manjim dijelom od državne, lokalne i regionalne samouprave. Posebno ističemo donaciju u iznosu 200.000,00 kuna od privatne osobe. Ostalo povećanje odnosi se na poslovni sektor.

Udruga je u 2016. godini ostvarila **1.448.855** kn rashoda što je oko 40% više nego prošle godine. Vidljivo se da je Udruga u cijelosti rashode prilagodila prihodima. Većina rashoda odlazi na tzv. hladni pogon i troškove za pružatelje usluga terapija i plaće zaposlenika. Rashodi su optimizirani, te u ovim okolnostima rada (broj usluga u Centru, razina rada Udruge i zaposlenika) smatramo da ne postoji mogućnost još veće racionalizacije troškova, a da se integritet programa i uvjeti rada zaposlenika i Udruge ne ugroze.

Razlika u iznosu od **104.446,00** kn između prihoda i rashoda za 2016. je prenesena u 2017.

Izvješća su podnesena i prihvaćena od strane Ministarstva financija i Porezne uprave.

### 7.2. Izvješće Nadzornog odbora

Nadzorni odbor u sastavu Dubravko Marković, predsjednik i članice Draženka Krmek i Iva Butić ima uvid u sve aktivnosti i poslovanje Udruge. Članovi Nadzornog odbora obavještavaju se o sastancima Upravnog odbora na kojima slobodno prisustvuju. Odboru su pisanim putem dostavljena financijska izvješća vezana za rad Udruge SVE za NJU za period od 01.01.2016. do 31.12.2016. Nadzorni odbor nadzirao je rad Udruge tijekom 2016. godine i obavio pregled poslovnih knjiga, poslovne dokumentacije i financijskih izvještaja Udruge žena oboljelih i liječenih od raka SVE za NJU.

U tijeku 2016. godine obavljen je i revizijski uvid u financijsko poslovanje za 2015. godinu, koji je obavilo ovlašteno revizorsko društvo Unis revizija d.o.o. Zagreb. Revizijom nisu utvrđena bilo kakva odstupanja od zakonskih propisa koji uređuju financijsko i računovodstveno poslovanje Udruge.

Prema zaključku Nadzornog odbora, u poslovanje Udruge u tijeku 2016. godine nije utvrđeno odstupanje od pozitivnih propisa Republike Hrvatske i internih akata Udruge.

## **8. Okvirni plan aktivnosti za 2017.**

Tijekom cijele godine provodit će se programi Centra za psihološku pomoć prema ustaljenoj strukturi s pauzom za ljetnu stanku u trajanju do tri tjedna i pauzom za zimsku stanku u trajanju do dva tjedna. Udruga će organizirati preventivne akcije u povodu Europskog tjedna prevencije raka vrata maternice, Dana narcisa s ciljem osvještavanja javnosti o važnosti prevencije raka dojke, Svjetskog dana raka jajnika u ciljem osvještavanja žena o ovoj bolesti te pružanju podrške oboljelima i obiteljima. Javne akcije će uz web stranicu i FB biti način obavještanja javnosti o radu Udruge i Centra te prikupljanja humanitarnih priloga za nastavak rada. Također je u planu u tijeku Međunarodnog mjeseca borbe protiv raka dojke organizirati kampanju jednog naziva i više različitih akcija u sklopu te kampanje. Tijekom cijele godine u skladu s mogućnostima suradnje s drugim organizacijama i poslovnim partnerima provodit će preventivne akcije i manifestacije u svrhu podizanja svijesti o prevenciji i drugih karcinoma.

Udruga će dodijeliti Nagradu Vesna Andrijević Matovac - VAM za 2016. godinu.

Nastavit će se provedba projekta Mi možemo ja mogu. U 2017. godini očekujemo još veće „otvaranje“ Udruge u javnosti, te veći angažman na prevenciji, obilježavanju i radu sa ženama oboljelima ostalim vrstama karcinoma, ne samo dojke.

Udruga će prihvaćati i predlagati suradnju institucijama i drugim organizacijama te udrugama. Udruga će pratiti i prijavljivati svoje programe i projekte na natječaje u lokalnoj zajednici, na županijskoj i nacionalnoj razini kako bi uz donacije osigurala sredstva za nastavak provedbe programa Centra za psihološku pomoć i provedbu preventivnih akcija i manifestacija.

Udruga će kontinuirano u skladu s ostvarenim resursima provoditi različite programe u Centru za psihološku pomoć te ih prilagođavati potrebama korisnica.

Krajem godine bit će organizirano druženje korisnica, partnera, volontera i drugih prijatelja Udruge prilikom kojeg će se podijeliti zahvalnice.

## **9. Donatori i partneri u 2016. godini**

Prihodi Udruge od suradnje s poslovnim partnerima zauzimaju značajno mjesto u realizaciji ukupnih prihoda. Ovim putem zahvaljujemo svima partnerima i donatorima među kojima su pravne i fizičke osobe čija podrška je u najvećoj mjeri osigurala realizaciju godišnjih aktivnosti Udruge. Osobito zahvaljujemo građanima na njihovoj podršci, kao i članovima Udruge. Udruga ima „Zid zahvale“ na kojem su svi donatori koji su dosad pomogli rad Udruge.

Posebno zahvaljujemo institucijama na razini Grada Zagreba i Hrvatske s kojima smo ostvarili suradnju u 2016. na provedbi različitih preventivnih akcija i stručnih skupova. Dobitnik Nagrade VAM za 2015. Bruno Šimleša tijekom cijele godine promicao je ugled Udruge i njezine aktivnosti u javnosti te u mnogima i osobno sudjelovao. Izdvajamo akciju Učini pravu stvar kojom je prikupljao donacije za rad Centra.

Zahvaljujemo zaposlenicima Udruge, volonterima i vanjskim suradnicima na uspješnom radu u 2016. godini.

**Upravni odbor SVE za NJU**

**Predsjednica Udruge  
Almenka Balenović, dr. med. spec. med. rada i športa**