



UDRUGA ŽENA OBOLJELIH I LIJEČENIH OD RAKA

SVE za NJU 

IZVJEŠĆE ZA 2019. godinu

Usvojeno na Skupštini Udruge 2020.

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	4
2.	Tijela Udruge	5
3.	Zaposlenici i suradnici	5
4.	Članovi Udruge i volonteri	5
5.	Aktivnosti Udruge tijekom 2019.	6
5.1.	Preventivne akcije i druga događanja	6
5.2.	Projekti i natječaji	7
5.3.	Članstvo Udruge u drugim organizacijama	10
5.4.	Sudjelovanje na stručnim skupovima	10
5.5.	Informiranje javnosti	11
6.	Izvešće Centra za psihološku pomoć	12
6.1.	Korisnice	13
6.2.	Programi	13
7.	Financijsko izvješće i izvješće Nadzornog odbora	23
8.	Okvirni Plan rada za 2020.	23
9.	Donatori i partneri	24
10.	Zaključno	25

1. O Udrugi

Udruga je osnovana i upisana u Registar 21. ožujka 2008. s ciljem pružanja informacijske, psihološke i logističke pomoći ženama oboljelima od raka, kao i njihovim obiteljima kroz trajni projekt - Centar za psihološku pomoć te radi promocije prevencije bolesti i razvoja zdravog stila života, educiranja i izdavaštva u funkciji edukacije oboljelih i prevencije malignih bolesti. 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 njenu misiju i viziju.

Misija:

- edukativno i preventivno djelovanje na području Hrvatske u sklopu kojega se pruža informacijska, psihološka i logistička pomoć ženama oboljelima i liječenicima od raka, 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 onkoloških bolesnika 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 iskazuje 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



Preuzimanje prostora u Kneza Mislava 10, 2009.g.

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.

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 liječenicima od bilo koje vrste raka te prevenciji zloćudnih bolesti. Skupština Udruge je na sjednici 1.7.2015. 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 puni naziv je Udruga žena oboljelih i liječenih od raka SVE za NJU ili skraćeno SVE za NJU.

Udruga je na Izornoj skupštini 14. lipnja 2018. imenovala predsjednicu Almenku Balenović i druga tijela Udruge u skladu sa Statutom. Upravni odbor imenovo je Ljiljanu Vukota za glavnu tajnicu Udruge i Voditeljicu Centra za psihološku pomoć.

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

2. Tijela Udruge

Skupštinu Udruge čine njeni 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 2019. godine sastao na formalnim sjednicama četiri 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 2019. činile su zaposlenice Gordana Heidler, koordinatorica korisnica i programa u Centru, nutricionistica Margareta Bolarić te Nikolina Jurković, asistentica na projektima. U rujnu se, radi odlaska zaposlenice na porodiljni dopust, timu pridružila Maja Škiljević. 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 bili psiholozi i psihoterapeuti vanjski suradnici: Ljerka Zorić, Dušanka Kosanović, Ljiljana Šerman, Katica Rendulić, Dea Ajduković, Milana Vlaović Kovaček, Sanja Dolanski Babić i Jadranka Luca Mrđen te studenti Pravnog fakulteta uključeni u projekt Pravna klinika. Psihoterapeutima je osigurana supervizija kod psihologinje i psihoterapeutkinje dr. sc. Irene Bezić. U skladu s programima Centra povremeno se angažiraju dodatni vanjski suradnici.

4. Članovi Udruge i volonteri

Tijekom 2019. ukupan broj članova iznosio je 204, od čega je 186 pridruženih i 18 redovnih, a ukupan broj angažiranih volontera bio je 108.

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. U manjem broju volontiraju i studenti drugih fakulteta i djelatnici tvrtki koje potiču zaposlenike na volontiranje.

Naročito je važan segment volonterskog angažmana stručnjaka u pogledu sudjelovanja u programima Centra za psihološku pomoć, ali i u drugim aktivnostima, npr. organizacija radionica, dizajn vizuala, lektura tekstova, prijevod i sl. Tijekom 2019. angažirali smo 108 volontera koji su ostvarili 466 sati volonterskog rada.

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 tijekom 2019.

5.1. Preventivne akcije i druga događanja tijekom godine

- 30.01. uručivanje donacije Kaufland
- 21.02. tribina Druga prilika u Orahovici
- 25.02. tribina Druga prilika u Dubravi, Zagreb
- 27.02. sastanak s drugim udrugama u MZ u vezi Pravilnika o stavljanju u promet lijekova
- 1.03. tribina Druga prilika u Topuskom
- 4.03. predavanje na Sveučilištu sjever u Varaždinu o HPV-u povodom Svjetskog dana svjesnosti o HPV-u
- 18.03. predavanje u Gerontološkom centru o prevenciji raka dojke
- 21.03. aktivno sudjelovanje na tribini u Sisku o prevenciji raka dojke u organizaciji saborske zastupnice dr. Željke Josić
- 23.03. u Parku Zrinjevac Zagreb organiziranje Utrke za fajterice povodom Dana narcisa
- 27.03. tribina Druga prilika u Kostajnici
- 2.04. tribina Druga prilika u Novskoj
- 3. do 4.04. Patient Academy u Poreču-Novartis (Vrdoljak i Pleština)
- 5. do 5.04. HOK u Poreču
- 10.04. tribina Druga prilika Kutina
- 9.04. tribina Druga prilika Karlovac
- 12.04. aktivno sudjelovanje na Kongresu psihologa BIH u Banja Luci
- 15. - 19.04. studentska praksa HS Odsjek za psihologiju: Stanka Pomper i Karmen Bosančić
- 16.04. tribina Druga prilika u Sisku
- 25.04. sastanak u Saboru s predstavnicima neformalne platforme Zastupnici protiv raka
- 29.04. tribina Druga prilika u Dubrovniku
- 8.05. održana javna tribina To nisu samo ženske stvari u Hrvatskom novinarskom domu povodom Svjetskog dana borbe protiv raka jajnika
- 10.05. gostovanje na Skupštini Kluba osoba s dijabetesom u Ivanić Gradu
- 16.05. Dan otvorenih vrata Udruge u sklopu akcije Ureda za udruge Vlade RH
- 25.05. na Bundeku organizirana javnozdravstvena akcija To nisu samo ženske stvari i utrka za podršku ženama s ginekološkim karcinomima
- 27.05. tribina Druga prilika u Splitu u suradnji sa Županijskom ligom protiv raka Split
- 29.05. tribina Druga prilika u suradnji s ZJZ Ličko-senjske županije
- 6-7.06. Patient Academy Novartisa u Varaždinu
- 17.-19.06. stručni skup u organizaciji Roche-a u Zagrebu 3. Joint Action of Cancer Patient
- 18.06. Brisel konferencija Data save lives
- 11.07. Skupština Udruge
- 15.7. sudjelovanje predstavnice na stručnom skupu u Školi narodnog zdravlja HPV Healthcare Policy Brunch "Hrvatska bez raka vrata maternice - Od Nacionalnog plana do globalne akcije!"
- 13.09. u Splitu edukacija tima Udruge i volontera za Peer Navigation Program u organizaciji Novartis Oncology
- 21. 09. štand Udruge u Gornjoj Dubravi - Čučerje (prezentacija programa Centra za psihološku pomoć)
- 29.09. putovanje korisnica autobusom u Split na manifestaciji Race for the cure u organizaciji Lige protiv raka Split; (4,30 sati polazak i povratak navečer); putovanje je organizirala Udruga
- 30.09. - 4.10. provodio se projekt Mama, budi zdrava - Ružičasti listopad u srednjim školama, produženo radi gimnazije u Šibeniku - 13.11.2019.
- 2.10. predavljanje kampanje Misli na sebe - Misli na nju, Think pink Nine Andrijančić u Udruzi
- 5.10. sudjelovanje u akciji 4SHE RUN u Zadru, prezentacija Udruge i primanje donacije
- 9.10.2019. Predavanje u Pfizeru na temu komunikacija s onkološkim bolesnicima
- 10.10. Brisel CTRL konferencija (Control cancer)

- 11.10. Okrugli stol u Opatiji na konferenciji o zdravstvu UPUZ-a - aktivno sudjelovanje na panelu udruga
- 12.10. organizacija odlaska korisnica autobusom u Požegu na manifestaciju Milenijska ružičasta vrpca
- 14.10.2019. panel u Roche-u, predstavljanje Udruge
- 19.10. plenarno predavanje voditeljice Centra na Kongresu psihologa plenarno održanom u Poliklinici za zaštitu djece Grada Zagreba
- 20.10. utrka u Novskoj za NJU, organizator Atletski klub Noga, primanje donacije 31.000,00 kn
- 22.10. predavanje o prevenciji raka dojke u A1
- 24. - 26.10. Šibenik kongres HDIO i radni sastanak HFD Sekcija za onkološko ljekarništvo- aktivno sudjelovanje na okruglom stolu HDIO i predavanje na sastanku Sekcije
- 28.10. plesna predstava Bez cenzure u Maloj dvorani KD Lisinski, u izvedbi Alldance studija pod vodstvom Petre Seitz nastupila Plesna skupina SVE za NJU

U listopadu započela komunikacija i provedba programa Riječi liječe, program će ostati otvoren za financiranje do kraja godine

Listopad - Postavljanje ažuriranog digitalnog priručnika Pitaj sve SVE za NJU

16.11.2019. Split - Riva 10 sati podrška Mrak kampanji CroMSIC-a

20.11. istraživanje IPSOS okusi enteralne prehrane i predavanje dr. Vedran Tomašić

20.11.2019. Nastavak kampanje Druga prilika od sredine studenoga do 15. prosinca, digitalna kampanja, video

22.11.2019. Aktivno sudjelovanje na konferenciji o zdravstvu Futur Z u Opatiju na dva panela vezano za predsjedanje Hrvatske Vijećem Europske unije i drugo vezano na ishode liječenja i NPPR

25.11.2019. Predstavljanje ESMO vodiča za bolesnike o nuspojavama imunoterapije, promocija

3.12.2019. HLZ „Genetika u kliničkoj primjeni“, sudjelovanje na predavanju dr. sc. Tamara Žigman, dr. sc. Tajana Silovski i dr. Mario Nalbani

12.12.2019. Božićni domjenak

16.12.2019. Postavljanje digitalnog priručnika za rani rak dojke „10 koraka“ - na promociji gostovala dr. Ines Balint

19.12. Virovitica - aktivno sudjelovanje na radionici o provedbi Prve faze reorganiziranog nacionalnog programa ranog otkrivanja raka vrata maternice

5.2. Projekti i natječaji u 2019.

Provedeni se različiti projekti i programi u Centru za psihološku pomoć financirani u neposrednom partnerstvu ili na natjecajima i javnim pozivima tvrtki, lokalne i regionalne samouprave. U Centru za psihološku pomoć realizirani su programi iz sredstava regionalne i lokalne samouprave: Program pet plus - potpora liječenju onkoloških bolesnica, Psihosocijalna rehabilitacija i reintegracija žena oboljelih od raka, Oporavak onkoloških bolesnica uz grupnu podršku, To nisu samo ženske stvari, Podrška institucionalnom i organizacijskom razvoju Udruge, Centar za psihološku pomoć ženama oboljelima od raka.

Izdvajamo posebno nekoliko projekata koji su realizirani uz potporu pojedinaca ili poslovnih subjekata.

Dodjela nagrade Vesna Andrijević Matovac - VAM za 2018.

VAM je jedina nagrada koja se na nacionalnoj razini dodjeljuje pojedincu za djelovanje u zajednici i doprinos na području prevencije raka, promicanja zdravlja i skrbi za oboljele. Upravni odbor SVE za NJU je na sjednici 31. siječnja 2019. razmotrio prijedloge pristigle na javni poziv i donio odluku da se Nagrada Vesna Andrijević Matovac - VAM za 2018. godinu dodijeli profesorici biologije u Gimnaziji Daruvar IVANI ANČIĆ ANTOLOVIĆ na prijedlog ROMANE HEROUT. Svečanost je održana u Gradskoj skupštini Grada Zagreba pod pokroviteljstvom Predsjednice HR, predsjednika Gradske skupštine i Gradobačelnika Grada Zagreba.

Dan narcisa „Utrka za fajterice“



Zrinjevac: Dream team štafeta

Dan narcisa ima važnu ulogu u osvješćivanju javnosti o načinima i važnosti ranog otkrivanja raka dojke te promicanju Nacionalnog programa za rano otkrivanje raka dojke. Građani su

sudjelovali u simboličnoj utrci oko parka u znak podrške oboljelim ženama, a središnji događaj je bio Dream team štafeta u kojoj su trčale tri pobjednice, žene koje se liječe od raka dojke.

Udruga SVE za NJU je u suorganizaciji sa stalnim partnerom, Hrvatskim zavodom za javno zdravstvo pod pokroviteljstvom Gradonačelnika Grada Zagreba, obilježila Dan narcisa javnozdravstvenom akcijom „Utrka za fajterice“ 23. ožujka u parku Zrinjevac“.

Druga prilika

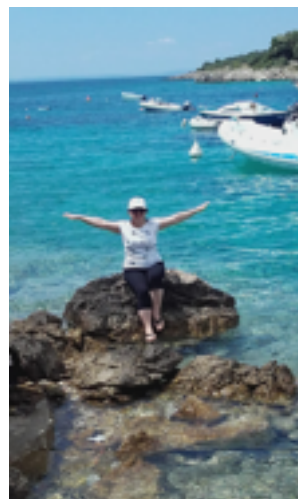
Udruga SVE za NJU već niz godina obilježava Tjedan prevencije raka vrata maternice kao članica ICCPA te brojnim aktivnostima promiče važnost brige o vlastitom zdravlju i educira javnost o prevenciji opasnih bolesti uzrokovanih humanim papilomavirusom (HPV), ujedno i glavnim uzročnikom raka vrata maternice. Tijekom 2019. provela je projekt Druga prilika u dva dijela. U prvom dijelu održala je 10 tribina u gradovima Orahovica, Zagreb, Topusko, Hrvatska Kostajnica, Novska, Kutina, Karlovac, Dubrovnik, Split i Gospić. U drugom dijelu projekta provedena je digitalna kampanja putem poruka na društvenim mrežama koje je vidjelo oko 73 000 osoba i snimljen je video koji je u tri tjedna kampanje pregledan preko 85 000 puta.



Slika s tribine u Gospiću.

Zdravo ljetno s osmijehom

Bruno Šimleša, pisac, sociolog, dobitnik Nagrade VAM i veliki ambasador Udruge, pokrenuo je po drugi put izazov na platformi Čini pravu stvar pod nazivom Zdravo ljetno s osmijehom. Prikupljena sredstva građana iskorištena su za organizaciju ljetnog odmora za 26 onkoloških bolesnica s obiteljima (ukupno 48 osoba). Na Brunin poziv u ovaj projekt uključili su se i iznajmljivači sa ponudom besplatnog smještaja za oboljele žene. Od ukupno 26 destinacija, 18 ih je bilo na otocima i 8 na kopnu. Reakcije žena su bile izvrsne, tako da postoji želja za ponavljanjem akcije slijedeće godine.



Objavljivanje ESMO vodiča za bolesnike

Uduga je, temeljem sporazuma s European Society for Medical Oncology- ESMO i uz podršku partnera, prevela i objavila dva vodiča. Jedan je predstavljen povodom obilježavanja Svjetskog dana borbe protiv raka jajnika, a radi se o vodiču za oboljele od raka dojke: „Što je rak dojke?“. Medicinsku recenziju prijevoda napravila je prim. dr. sc. Paula Podolski. Drugi vodič: „Što su nuspojave imunoterapije?“ predstavljen je u studenome, a medicinsku recenziju prijevoda učinili su doc. dr. sc. Natalija Dedić Plavetić i prof. dr. sc. Marko Jakopović. Predstavljanje vodiča popraćeno je na webu i FB ESMO.

To nisu samo ženske stvari

Povodom Svjetskog dana borbe protiv raka jajnika, Uduga je po drugi put organizirala javnu tribinu 8.05. u Hrvatskom novinarskom domu i javnozdravstvenu akciju pod nazivom To nisu samo ženske stvari. Cilj javnozdravstvene akcije je podizanje svijesti u javnosti o važnosti prevencije ginekoloških karcinoma i pružanja sveobuhvatne podrške oboljelim ženama. Moto cijele kampanje je To jest ženska bolest, ali nije samo ženski problem. Na Bundecku je 25.05. u sklopu kampanje organizirana utrka u nekoliko kategorija kako bi se promovirala tjelesna aktivnost i stvorilo zajedništvo bolesnica, stručnjaka, sportaša i svih građana koji žele dati podršku.



Bundeck: Početak utrke

Mama, budi zdrava

Udruga SVE za NJU je, treću godinu za redom u Međunarodnom mjesecu protiv raka dojke, organizirala projekt Ružičasti listopad, pod sloganom "Mama, budi zdrava", kako bi podigla svijest i odgovornost žena za vlastito zdravlje, posebno zdravlje dojki. Najveća želja majke još prije rođenja djeteta jest da bude zdravo. Djeca to isto žele poručiti svojim majkama kroz akcije koje se održavaju širom Hrvatske tijekom Ružičastog listopada.

Projekt je 2018. godine nagrađen na javnom pozivu „Komunikacijska podrška društveno korisnim programima udruga“ Ureda za udruge Vlade RH i izabran je među tri najbolja projekta civilnog društva za 2018. od strane stručnog ocjenjivačkog suda Hrvatske udruge za odnose s javnošću.

Projekt se provodi se pod pokroviteljstvom Ministarstva znanosti i obrazovanja, Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo i Hrvatskog zdravstvenog osiguranja u velikom broju srednjih škola širom Hrvatske. Učenici tijelima formiraju simboličnu vrpce i fotografiraju se ili snime kratki video s porukom, a majkama ponesu edukativni letak s porukom 'Mama, budi zdrava'. Cilj projekta i akcije je promicanje Nacionalnih programa za rano otkrivanje raka i poticanja žena svih dobni skupina na brigu o zdravlju dojki. Neposredno je u akcijama sudjelovala 31 škola i 6250 učenika.



Slika: Buje

5.3. Članstvo Udruge u drugim organizacijama

Udruga je članica European Cancer Patient Coalition (ECPC), International Cervical Cancer Prevention Association (ICCPA), World ovarian cancer coalition (WOCC), a 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 (ICCPA), obilježavanje Svjetskog dana borbe protiv raka jajnika (WOCC), sudjelovanje na sastancima i konferencijama (ECPC). Predstavnice Udruge članice su organizacije ESMO i IPOS.

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 Udruge 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.

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. Te aktivnosti spomenute su u poglavlju 5.1.

5.5. Informiranje javnosti

Temeljni i najažurniji način informiranja javnosti odvija se putem Facebooka i web stranice www.svezanju.hr. 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 2019. 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. Izvješće o radu dostupno je na web stranici nakon što ga usvoji Skupština.

Zahvaljujući donaciji Presscuta imamo informaciju o člancima u tiskanim medijima i prema izvješću, Udruga je tijekom 2019. spomenuta u 71 članka. Objave na Internetskim portalima, TV i radijske emisije i gostovanja višestruko premašuju taj broj. Samo o projektu Mama, budi zdrava objavljeno je preko 40 članaka na različitim portalima, a video snimke koje su snimljene u kampanji pregledane su na tisuće puta. Video Iskoristi drugu priliku pregledan je više od 85 500 puta.



CENTAR ZA PSIHOLOŠKU POMOĆ

SVE za NJU

Izvješće za 2019. godinu

6. Izvješće Centra za psihološku pomoć

Centar je osnovan s ciljem jačanja kapaciteta žena za suočavanje s bolešću i liječenje, pomoć u rehabilitaciji i povratku životnih uloga, poboljšanje kvalitete života, pomoć i podrška partnerima i obiteljima, efikasnijeg liječenje žena, informiranja i edukacije. Programe provode stručnjaci, a svi programi su za korisnice i korisnike¹ 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 2019. u Centar se javilo 224 novih korisnica, a uključujući i korisnice iz prethodnih godina, to je ukupno 1680 korisnica. U ovaj broj nisu uključene osobe koje dolaze na jednokratno ciljano savjetovanje i informiranje ili im se takva pomoć pruža telefonom ili mailom za područje cijele Hrvatske.

6.2. Programi

Programi su podijeljeni na psihološke tretmane, savjetovašta, edukacijsko-terapijske programe i program smještaja u Centru za vrijeme liječenja ili kontrola.

1. Psihološki tretmani:

- Individualno savjetovanje i psihoterapija
- Grupni tretmani - terapijske grupe
- Grupe podrške - uz stručnog voditelja
- Obiteljsko i partnersko savjetovanje u situaciji bolesti

2. Savjetovašta

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

Pravno savjetovašte *Pravna klinika*

Savjetovašte medicine rada

Savjetovašte 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 i slične opuštajuće radionice.

4. Smještaj korisnica u Centru

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.

¹ U daljem tekstu izraz korisnice jednako se odnosi i na korisnike.

Statistički prikaz i interpretacija

Tablica 1. Novodošle korisnice uključene u programe Centra za psihološku pomoć u razdoblju od 2010. do 2019.

Godina	2010. i 2011.	2012.	2013.	2014.	2015.	2016.	2017.	2018.	2019.	UKUPNO
Broj novodošlih	217	107	154	174	170	211	207	213	224	1677

U Tablici 2. je broj novodošlih korisnica tijekom godina koje su protokolirane kroz uvodni razgovor i popunjavanje ulaznog upitnika. Ukupno je upisano **1677** novodošlih korisnica do kraja 2019. Broj je stabilan i usklađen s mogućnostima Udruga da pruži odgovarajuće usluge dugotrajnijeg savjetovanja i sudjelovanja u većem broju programa.

1. Individualni i grupni programi i psihološki programi

Tablica 1. Individualni i grupni tretman tijekom 2019.

Individualni, partnerski i obiteljski susreti	Grupa podrške starijima	Grupa podrške mlađima	Savjetovanje putem telefona	Inicijalni i razgovori	Praćenje tijekom liječenja
830	36	12	312	224	72

Psihoterapeuti su realizirali 830 individualnih, partnerskih i obiteljskih savjetovanja u Centru i 312 individualna savjetovanja, putem telefona za oboljele žene koje su uključene u program individualnog savjetovanja, ali ne žive u Zagrebu ili radi trenutnog zdravstvenog stanja nisu u mogućnosti doći u Centar. Prije uključivanja u programe, psiholog sa svakom novodošlom korisnicom provede inicijalni razgovor i takvih razgovora je bilo 224. Korisnice koje se ne uključuju u program kontinuiranog psihološkog savjetovanja, uključuju se u program praćenja kod psihologa. U programu praćenja obavljeno je 72 razgovora. Sve zajedno tijekom godine je obavljeno **1438 individualnih psiholoških savjetovanja**.

Pored individualnog savjetovanja za korisnice koje su uključene u programe Centra, voditeljica Centra tijekom godine realizira oko 200 (procjena prema radnim bilješkama) razgovora u Centru ili putem telefona ili maila. Ti razgovori su informativni i savjetodavni, nisu evidentirani u Tablici 1. Radi se o ženama ili članovima obitelji koje nisu protokolirane/ubilježene u Centar kao korisnice, ali trebaju informaciju i savjet i većinom se radi o osobama koje ne žive u Zagrebu ili radi zdravstvenog stanja ne mogu doći u Centar osobno.

Koordinatorica Centra na dnevnoj osnovi daje različite informacije putem telefona, ne samo korisnicama, nego i građanima koji trebaju bilo kakvu informaciju u tijeku liječenja, a često se to odnosi na funkcioniranje zdravstvenog sustava. Takvi razgovori se ne bilježe niti su ubrojani u tablično izvješće.

Broj korisnica u grupi prema popisu uključenih žena:

1. Grupa podrške starijih žena, utorkom - 27 korisnica kroz godinu
2. Grupa podrške mlađih, radno aktivnih žena, utorkom - 16 korisnica kroz godinu

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 27, odnosno 16. Grupe podrške vode dvije psihoterapeutkinje. Optimalan broj na sastanku je od 8 do 12 korisnica. Ukupan broj sastanaka grupa podrške je 48, a broj dolazaka na sastanke grupa je 528.

U bazu podataka korisnica koje su uključene u programe Centra upisano je 223 novodošlih korisnica tijekom 2019. U ovom broju nisu uračunate žene niti članovi obitelji koji trebaju samo informativne razgovore i odgovore na neka konkretna pitanja ili kratkotrajnu podršku i savjetovanje.

2. Savjetovališta

Tablica 3. Rad savjetovališta

Vrsta savjetovališta	Telefonsko savjetovalište	Savjetovalište za prehranu	Pravno savjetovanje i medicina rada
Broj savjetovanja	Cca 200	93	12

Telefonsko savjetovalište

Dodatno je obavljeno oko 200 savjetovanja putem raznih medija (najviše telefonski) 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.

Savjetovalište medicine rada i pravno savjetovalište *Pravna klinika*

U savjetovalište se povremeno javljaju žene 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.

Volonteri Pravne klinike, Pravnog fakulteta u Zagrebu obavljaju 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 na temelju brošure o pravima pacijenata, a specifična pitanja upućuju se Pravnoj klinici.

Radi ovakvih savjeta javilo se 10 žena. Valja spomenuti da se u pravno savjetovalište upućuju samo korisnice s kompleksnim problemima, a sve ostale dobiju upute u Centru.

Savjetovalište za prehranu

Centar ima Savjetovalište za prehranu od mjeseca ožujka 2013., koje vodi nutricionistica Margareta Benković. 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.

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.

Tijekom 2019. provedeno je 93 savjetovanja za 87 korisnica u zakazanim terminima. Najveći broj savjetovanja obavljen je u Centru, a 27 putem telefona ili maila. Svakako je puno neevidentiranih savjetovanja koje nutricionistica obavi „ad hoc“ na upit korisnice bez zakazivanja termina. To je moguće i često se događa jer je nutricionistica zaposlenica i stalno dostupna. U savjetovalište dolaze i članovi obitelji kako bi pružali kvalitetnu podršku oboljelima, osobito ako se neposredno brinu o njihovoj prehrani.

Edukacijsko - terapijski programi

Ovaj program ima poseban značaj u radu Centra u terapijskom, a osobito u edukacijskom smislu. Predavanja, edukacije i radionice su odlična potpora ženama koje su uključene u individualne tretmane, ali se pokazalo da su korisni i ženama koje su završile individualnu terapiju ili u tom programu nisu niti bile. Kroz program se obrađuju teme prevencije, ali i specifične teme s kojima se žene suočavaju tijekom liječenja različitim terapijskim protokolima i lijekovima. Teme su medicinske, nutricionističke, psihološke, ali su zastupljene i radionice opuštanja, art radionice i radionice drugih sadržaja koje, osim opuštanja i informiranja, popratno imaju i terapijski značaj.

Tablica 4. Program predavanja i edukacijsko - terapijskih radionica za 2019.

Br.	Datum	Naslov predavanja	Predavač
1.	29.01.	Prehrana kao dio sveobuhvatnog liječenja raka	doc.dr.sc. Robert Šeparović i prim.dr.sc. Ljubica Vazdar
2.	13.02.	Prehrana - Preporuke i Prijepori	dr.sc. Robert Šeparović i prim.dr. sc. Ljubica Vazdar
3.	14.03.	Kome treba kemoterapija	dr.sc. Tajana Silovski
4.	21.03.	Potporno liječenje - antiemetska terapija	prof.dr.sc. Stjepko Pleština
5.	28.03.	Novosti u liječenju raka dojke	prim.dr.sc. Paula Podolski
6.	11.04.	Genetičko savjetovanje i testiranje na nasljedni rak dojke i jajnika	doc.dr.sc. Natalija Dedić Plavetić
7.	2.05.	Bioslični lijekovi u liječenju malignih bolesti	prof.dr.sc. Stjepko Pleština
8.	16.05.	Samo kosa i nokti	Tea Rosović, dr.med. dermatolog
9.	23.05.	Kserostomija(disfunkcija žlijezda slinovnica)i mukozitis(crvenilo..pečenje,otežano žvakanje...)	doc.dr.sc. Borislav Belev

10.	30.05.	Zaštita kože i mjere prevencije	dr.sc. Jasmina Marić Brozić
11.	19.09.	„Promjene na koži i njihovo zbrinjavanje tijekom onkološkog liječenja“	doc.dr.sc. Robert Šeparović i prim.dr.sc. Daška Štulhofer
12.	14.11.	Nuspojave kemoterapije	prim.Marijana Jazvić,dr.med.
13.	21.11.	Probiotici u zdravlju i bolesti	doc.dr.sc. Borislav Belev
14.	10.12	Zimsko jačanje organizma	Ivona Peček
Br.	Datum	Naslov radionice	Voditelj
1.	7.01.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
2.	14.01.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
3.	16.01.	Kako brinuti o sebi - Kognitivne smetnje	Dušanka Kosanović
4.	17.01.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković
5.	18.01.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
6.	23.01.	Kako brinuti o sebi - Obiteljski odnosi	Dušanka Kosanović
7.	21.01.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
8.	25.01.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
9.	25.01.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
10.	28.01.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
11.	30.01.	Kako brinuti o sebi - Relaksacija	Dušanka Kosanović
12.	1.02.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
13.	1.02.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
14.	04.02.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
15.	06.02.	Kako brinuti o sebi - Kako brinuti o sebi	Dušanka Kosanović
16.	08.02.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
17.	08.02.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
18.	11.02.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
19.	12.02.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković
20.	15.02.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
21.	15.02.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
22.	18.02.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
23.	22.02.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
24.	22.02.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
25.	25.02.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
26.	4.03.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
27.	8.03.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin

28.	8.03.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
29.	11.03.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
30.	12.03.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković
31.	15.03.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
32.	15.03.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
33.	18.03.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
34.	22.03.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
35.	22.03.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
36.	25.03.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
37.	29.03.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
38.	29.03.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
39.	1.04.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
40.	08.04.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
41.	10.04.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
42.	15.04.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
43.	16.04.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković
44.	17.04.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
45.	22.04.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
46.	6.05.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
47.	13.05.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
48.	14.05.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković
49.	20.05.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
50.	27.05.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
51.	3.06.	Plesna koreografija ponedjeljkom	Petra Mavar
52.	7.06.	Psihoterapija pokretom i plesom	Martina Mačković i Ivana Mavrin
53.	11.06.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković
54.	24.09.	Radionica PINK RIBON	Gordana Heidler
55.	15.10.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković
56.	29.10.	Radionica NARUKVICA	Ana Crnoja
57.	5.11.	Scenska improvizacija	Ozana Iveković
58.	13.11.	Kako brinuti o sebi - Kako brinuti o sebi	Dušanka Kosanović
59.	18.11.	Nutricionističko savjetovanje	Tanja Dunjić
60.	19.11.	Radionica Vilenjaka	Ljiljana Pranjić
61.	26.11.	Kako brinuti o sebi - Kako brinuti o sebi	Dušanka Kosanović
62.	4.12.	Kako brinuti o sebi - Kako brinuti o sebi	Dušanka Kosanović

63.	9.12.	Nutricionističko savjetovanje	Tanja Dunjić
64.	11.12.	Kako brinuti o sebi - Kako brinuti o sebi	Duška Kosanović
65.	18.12.	Kako brinuti o sebi - Kako brinuti o sebi	Duška Kosanović
66.-7 6	1.10.- 31.12.	Plesna koreografija ponedjeljkom - 10 susreta	Petra Mavar
77.-1 09.	1.01.- 31.12.	Body empathy 32 susreta	Ana Kuhanec Brašnović
UKUPNO PREDAVANJA			14
UKUPNO RADIONICA			109
UKUPNO SUSRETA:			123
UKUPAN BROJ DOLAZAKA U CIJELI PROGRAM			1753

Tijekom 2019. održano je ukupno 109 edukacijsko - terapijskih radionica i 14 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. O dolascima korisnica vodi se evidencija.

Ukupno u cijelom programu edukacijsko - terapijskih radionica i predavanja održana su 123 grupna susreta s ukupno 1753 dolaska.

Posebno izdvajamo

Program psihoedukacije *Kako brinuti o sebi* se u Centru provodi već sedam ciklusa, a dizajnirale su ga psihologinje Duška 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. Programu je, od kada se provodi dodana radionica o kognitivnim smetnjama, 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. Program se sastoji od osam radionica.

Plesna skupina SVE za NJU izrasla je iz programa Plesna buđenja plesne umjetnice Petre Seitz koji se u centru provodio 2016. Sama umjetnica radi koreografiju i uvježbava plesačice koje su u više navrata javno nastupale. (Močvara, Cvjetni trg, Bal studenata medicine, Božićni sajam na Velesajmu, Teatar&TD). No zajednički rad i druženje povezali su plesačice na posebno suptilan, ali snažan način što je nadraslo sva očekivanja. Iako ples ima svoju važnu tjelesnu dimenziju, on je puno više od toga. Petra je svojim plesnim umijećem, senzibilitetom i empatijom pronašla put do žena koje su prošle ili još prolaze životnu kušnju kroz zloćudnu bolest. Sprijateljila ih je s njihovim tijelom, vratila ih ne samo u „njihove cipele“ nego u „plesne cipele“, u kojima ponovo otkrivaju sebe, ljepotu i radost života, druženja i ženstvenosti. Ovo je primjer terapijskog učinka komplementarnog programa u kojemu sudjeluju žene svih dobi, oboljele od različitih bolesti, a neke od njih su još u procesu liječenja. Skupina se sastaje jednom tjedno tijekom deset mjeseci u godini. Plesna skupina nastupila je u okviru predstave Alldance studija u Teatru IT&D i u Maloj dvorani Vatroslav Lisinski.



Nastup u Lisinskom 28. listopada 2019.

Program Scenska improvizacija vodi dramska pedagoginja Ozana Iveković od 2016. Radionice scenske improvizacije u Udruzi SVE za NJU organiziraju se jednom mjesečno u trajanju od dva puna sata. Dramske igre se izvode na početku i na kraju susreta, sveukupno 15-20 minuta. Središnji dio je posvećen radu na pričama iz svakodnevnog života koje se improviziraju, pri čemu se izbjegavaju teme direktno vezane uz bolest i smrt. Voditeljica radionice predlaže okvirnu temu pa zajedno sa sudionicima radionice počinje graditi priču. Dogovori se kako priča započinje pa na scenu izlaze dobrovoljci koji improviziraju prvi prizor. Potom se povede razgovor što bi se dalje moglo događati pa se igra sljedeći prizor. I tako dok se priča logično ne završi ili dok se ne zaključi da nekog zadovoljavajućeg raspleta nema.



U istim ulogama nastupaju različiti igrači. Dramski rad sa ženama koje su oboljele od karcinoma ima tri specifičnosti: radi se s odraslim osobama, s osobama ženskog spola te s osobama koje boluju ili su preboljele tešku bolest. Voditeljica radionica nastupa prije svega kao dramska pedagoginja, a ne kao dramaterapeutkinja. U praksi se uočava da je granica zapravo vrlo tanka i da dramski rad na suptilnoj i nevidljivoj razini djeluje i terapijski. Učinci su odmah uočljivi u

osjećaju zadovoljstva samih polaznica radionica, u činjenici da barem dva sata ne misle na svoje probleme, da uživaju u međusobnom druženju i zajedničkom kreativnom radu. Sudjelovanjem u različitim dramskim situacijama proigravaju ponešto od vlastitih frustracija i teškoća, a to ih povratno osnažuje u doslovno životno važnoj bitci koju vode, koju su vodile i koju će i dalje voditi. Uživanje u dramskoj igri, osjećaj zadovoljstva i postignuća u improvizacijama kao i doprinos koji svaka polaznica daje kroz svoje prijedloge i intervencije, pozitivno utječu na fizičko i psihičko zdravlje polaznica i osnažuje ih za buduće životne izazove.

Body empathy - program posebno dizajniran za žene koji spaja kongitivno bihevioralne psihološke tehnike i pokret. Body empathy je tehnika koja na prirodan način poboljšava tjelesno, emocionalno, psihološko i socijalno funkcioniranje žena i tehnika je koja pomaže ženama da se osjećaju zadovoljnije, sigurnije, samouvjernije te da bolje funkcioniraju u svim svojim životnim ulogama.

Spoj je kineziologije i psihologije, odnosno dugogodišnjeg stručnog rada kineziologinje Ane Kuhanec Brašnović, kojoj u programu pomaže psihologinja Ida Juranić. Program se odvija u radionicama jednom tjedno. Započeo je s provedbom u studenom 2017.



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 2019. ostvareno je 262 noćenja.

Ostali programi

Vježbanje joge - 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 2018. godine korisnicama Centra omogućeno je vježbanje u prostorijama Udruge *Joga u svakodnevnom životu*, na adresi Jurišićeva 3 u Zagrebu, u jednoj grupi grupi dva puta tjedno. Procjenjujemo da se broj dolazaka na satove joge kreće oko 800.

Tablica 5. Ukupan broj usluga/dolazaka u programe tijekom 2019.

Usluga	Broj dolazaka
Psihološki programi (individualno savjetovanje u Centru i telefonom, partnersko i obiteljsko savjetovanje, praćenje i inicijalni razgovori	1438
Grupe podrške	528
Telefonsko i dr. informiranje i savjetovanje	200
Pravno savjetovanje i medicina rada	12
Savjetovanje o prehrani	93
Predavanja i radionice	1753
Joga - cca	800
Smještaj - noćenja	262
UKUPNO DOLAZAKA/USLUGA	5086

Ukupan broj intervencija samo u **individualnim savjetodavnim programima** je **1543**, a broj dolazaka/usluga u svim organiziranim programima, uključujući sva savjetovaništa, edukacijsko - terapijske radionice, smještaj, komplementarne programe i jogu te odgovore na upite, je **ukupno 5086 dolazaka**, kojom prilikom je pružena neka usluga, odnosno savjet.

Tablica 6. Broj usluga/dolazaka u svim programima Centra za psihološku pomoć od 2011. do 2018.

Godina	2011.	2012.	2013.	2014.	2015.	2016.	2017.	2018.	2019.
Broj dolazaka	1914	2370	2905	3374	3516	4098	4733	4830	5086

Broj pruženih usluga, odnosno broj dolazaka u Centar zajedno s dolascima u programe koji se provode izvan Centra raste iz godine u godinu.

Tablica 7. Dobna struktura oboljelih žena, korisnica za 2019.

Dob	- 29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80 -	Uk.
Br. korisnica	1	6	14	20	35	23	27	25	31	12	4	2	200
%	0,5	3	7	10	17,5	11,5	13,5	12,5	15,5	6	2	1	100 %

U Tablici 7. analizirano je 200 korisnica. Od ukupno 224 novodošlih 24 su članovi obitelji i njihova dob nije analizirana. Struktura novodošlih korisnica prema kronološkoj dobi u trenutku javljanja u Centar ukazuje da u Centar najviše dolaze žene u dobi 45 do 69 godina starosti. Općenito gledano, kao i prethodnih godina, u Centar dolazi više mlađih žena u radnoaktivnoj dobi.

Struktura prema vrsti karcinoma ukazuje da su najzastupljenije žene s rakom dojke (140), što je očekivano s obzirom da je takvih žena najviše među oboljelima i da su žene s rakom dojke vrlo osviještene vezano uz traženje i primanje podrške. Nakon njih slijede žene s rakom jajnika, maternice i vrata maternice (18), debelog crijeva (11), pluća (8), gušterače (4) te sporadično rak želuca, štitnjače i melanom.

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, nošenju s bolesti i u rehabilitaciji.

Terapeuti

Psihološko savjetovanje s psihoterapijskim pristupom i druge psihoedukativne programe obavlja tim vanjskih suradnika u kojem su tijekom 2019. bile psihologinje i psihoterapeutice: Ljerka Zorić, Dušanka Kosanović, Dea Ajduković, Aleksandra Pijuko, Ljiljana Šerman, Danja Dolanski Babić, Katica Rendulić, Jadranka Luca Mrđen i Milana Vlaović.

Supervizija

Stručnjacima koji provode psihološke programe savjetovanja, individualnih, grupnih, partnerskih, obiteljskih terapija i psihoedukacije, osigurana je grupna mjesečna supervizija kod psihologinje i psihoterapeutkinje. 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.

7. Financijsko izvješće i izvješće Nadzornog odbora

Ukupni prihod Udruge 2019. je bio 1.140.662 kn, a rashod 994.280 kn. Višak prihoda nad rashodom je 146.382 kn. Nadzorni odbor je nadzirao rad Udruge tijekom 2019. godine i obavio pregled financijskih izvještaja Udruge žena oboljelih i liječenih od raka SVE za NJU za 2018. godinu. Tijekom 2019. godine članovi Nadzornog odbora bili su informirani o poslovnim planovima i ostvarenim rezultatima u 2019. godini. Prema zaključku Nadzornog odbora, u poslovanju Udruge u tijeku 2019. godine nije utvrđeno odstupanje od pozitivnih propisa Republike Hrvatske i internih akata Udruge.

Rashodi su optimizirani, usklađeni s prihodima te u ovim okolnostima rada (broj usluga u Centru, razina rada Udruge i zaposlenika) osiguravaju stabilnost.

8. Okvirni plan aktivnosti za 2020.

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 radi korištenja godišnjih odmora. 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 borbe protiv 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 priloga za nastavak rada. Također je u planu, u tijeku Međunarodnog mjeseca borbe

protiv raka dojke, organizirati projekt Mama, budi zdrava i više različitih akcija u sklopu tog projekta. 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 2019. godinu.

Udruga će prihvaćati i predlagati suradnju s institucijama i drugim organizacijama te udrugama, 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. Poseban naglasak bit će na realizaciji suradnje s gospodarskim sektorom u smjeru financijske podrške programima i projektima Udruge.

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

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

Tijekom godine organizirat će se putovanje i sudjelovanje korisnika na manifestacijama Milenijska ružičasta vrpca i Race for the cure.

9. Donatori i partneri u 2019. 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 institucije, druge 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.

Zahvaljujemo zaposlenicima Udruge, volonterima i vanjskim suradnicima na uspješnom radu u 2019. godini.

ZAKLJUČNO

U Udruzi su veći dio godine bili zaposleni nutricionistica, asistentica na projektima i koordinatorica korisnica i programa u Centru. Radi odlaska na porodiljni dopust, primljena je nova zaposlenica na određeno vrijeme. 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 programi 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 Kovaček, Dei Ajduković, Katici Rendulić, Sanji Dolanski Babić, Jadranki Luca Mrđen, kao i supervizorici Ireni Bezić koja provodi grupne supervizije terapeuta jednom mjesečno od 2010.

Posebnu zahvalnost dugujemo Bruni Šimleši, Petri Seitz, Ozani Iveković, Ani Kuhanec Brašnović i Udruzi Joga u svakodnevnom životu za pokretanje inicijativa i organiziranje programa za dobrobit oboljelih žena, korisnica Centra.

Glavna tajnica
Ljiljana Vukota

Predsjednica
Almenka Balenović



Upravni odbor SVE za NJU na proslavi Božića 2019.