



UDRUGA ŽENA OBOLJELIH I LIJEČENIH OD RAKA

SVE za NJU 

Izvješće Udruge za 2021. godinu
Usvojeno na Skupštini 9.05.2022.

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 SVE za NJU**
- 2. Tijela Udruge**
- 3. Zaposlenici i suradnici**
- 4. Članovi Udruge i volonteri**
- 5. Aktivnosti Udruge tijekom 2021.**
 - 5.1. Preventivne akcije i druga događanja tijekom godine
 - 5.2. Projekti i natječaji u 2021.
 - 5.3. Članstvo Udruge u drugim organizacijama
 - 5.4. Sudjelovanje na stručnim skupovima
 - 5.5. Informiranje javnosti
- 6. Izvješće Centra za psihološku pomoć**
 - 6.1. Korisnice
 - 6.2. Programi
- 7. Financijsko izvješće i izvješće Nadzornog odbora**
- 8. Okvirni Plan rada za 2022.**
- 9. Donatori i partneri**
- 10. Zaključno**

1. O udruzi SVE za NJU



Dr.sc. Vesna Andrijević Matovac

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.

**Naša je misija pružiti
sveobuhvatnu podršku
ženama oboljelima od
raka i članovima obitelji.**

Centar za psihološku pomoć je mjesto gdje oboljele i liječene žene i njihove obitelji ostvaruju psihološku podršku i brigu. Centar je otvoren u svibnju 2010. godine

U rujnu 2009. Udruga je dobila na korištenje derutan prostor u Zagrebu na adresi Kneza Mislava 10/1 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 stručno psihološku pomoć. Time je započela trajna provedba Projekta Centra za psihološku 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.



Dr. Almenka Balenović, predsjednica

Udruga je na Izornoj skupštini 14. lipnja 2018. godine imenovala za predsjednicu Almenku Balenović, a za glavnu tajnicu Udruge i voditeljicu Centra za psihološku pomoć Ljiljanu Vukota.

Dr. Almenka Balenović
Predsjednica SVE za NJU

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 2021. godine sastao na formalnim sjednicama četiri puta. S obzirom na pandemiju COVID-19 svi sastanci su održani virtualnim putem. 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 2021. činile su zaposlenice Gordana Heidler, koordinatorica korisnica i programa u Centru, nutricionistica Margareta Benković, asistentica na projektima Nikolina Jurković i psihologinja Maja Erceg Tušek novozaposlena od 1. veljače 2021. 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: Dušanka Kosanović, Ljiljana Šerman, Katica Rendulić, Dea Ajduković, Aleksandra Pijuko, Veronika Blažev, Renata Takač Pejnović, Sanja Dolanski Babić, Jadranka Luca Mrđen, te studenti Pravnog fakulteta uključeni kao volonteri 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 2021. ukupan broj članova iznosio je 139, od čega je 121 pridruženih i 18 redovnih članova, ukupan broj angažiranih volontera bio je 19.

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.

Od kad 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. Nažalost, tijekom ove COVID godine nije bilo puno prilika za volonterski rad jer se nisu provodile akcije u kojima sudjeluju volonteri.

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 2021. angažirali smo 19 volontera koji su ostvarili 162 sata volonterskog rada.

5. Aktivnosti Udruge tijekom 2021.

5.1. Preventivne akcije i druga događanja tijekom godine

7.1. Voditeljica Centra za psihološku pomoć održala je predavanje studentima na Hrvatskim studijima.

16.1. Dan mimoza - prigodna objava na FB stranici Udruge s porukom o važnosti redovitih ginekoloških pregleda.

20.1. Održana je virtualna tribina Biser mudrosti u povodu obilježavanja Nacionalnog dana borbe protiv raka vrata maternice 16. siječnja i Tjedna prevencije raka vrata maternice 18.-24. siječnja 2021. godine. Tribinu je otvorila glavna tajnica udruge Ljiljana Vukota, a na tribini su sudjelovali: predstavnik Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo, Nina Milutin Gašperov i Magdalena Grce iz Zavoda za molekularnu medicinu, Institut Ruđer Bošković, Mirela Šentija Knežević, Grad Zagreb te Narcisa Slugan, Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije. Tribinu je vodila Ana Kruhac.

21.1. Pridružili smo se drugim timovima u pružanju psihološke pomoći u Glini i okolici. Voditeljica Centra za psihološku pomoć SVE za NJU Ljiljana Vukota utorkom i četvrtkom putovala je u Glinu i pružala psihološku podršku oboljelim ženama u jednom od kontejnera iza Doma zdravlja.

26.1. Ljiljana Vukota gostovala je u radijskoj emisiji na Radiu Banovina i ispričala je što SVE za NJU radi u Glini i kako je povezana s udrugom Sveta Agata Glina.

28.1. Ljiljana Vukota održala je predavanje na konferenciji IPAAC-JA u organizaciji HZIZ, na temu „Psihološka pomoć kao integralni dio personalizirane skrbi o onkološkim bolesnicima“.

4.2. Povodom Svjetskog dana borbe protiv raka 2021. udruga SVE za NJU uz podršku Ministarstva zdravlja predstavlja portal <https://psihoonkologija.hr/> kojemu je cilj pružiti podršku, informirati i osnažiti onkološke bolesnike, ali i okupiti sve udruge i zdravstvene ustanove u adresaru besplatnih stručnih savjetovališta na linku: <https://psihoonkologija.hr/adresar-savjetovalista/>

5.2. Povodom Međunarodnog dana borbe protiv raka 4.2. u suradnji sa Sekcijom za promociju pravilne prehrane i zdravlja MEFZG-a održano je online predavanje o smjernicama prehrane onkoloških bolesnika. Svoja iskustva podijelile su naša nutricionistica Margareta Benković, pacijentica Ljiljana Šegović Pivac te liječnica prim. dr. sc. Ljubica Vazdar, specijalistica interne medicine. Predavanje je održano na Facebook stranici Sekcije za promociju pravilne prehrane i zdravlja, gdje je dostupna i snimka predavanja: <https://www.facebook.com/watch/?v=175697220979464&ref=sharing>

11.2. U povodu obilježavanja Svjetskog dana bolesnika podižemo svijest šire javnosti o potrebama bolesnika te težnji za stvaranjem bolje zdravstvene i društvene zaštite koja će svakom oboljelom omogućiti dostupnu i kvalitetnu zdravstvenu skrb.

19.2.2021. Ljiljana Vukota aktivno je sudjelovala na ovogodišnjem simpoziju Best of SABCS Croatia u organizaciji Senološkog društva.

25.2. Prezentali smo hrvatski prijevod Europskog plana protiv raka: <https://www.facebook.com/UdrugaSVEzaNJU/posts/3849068525149191>

25.02. Održan je stručni sastanak „Bolesnici u središtu borbe protiv raka“ u suradnji s udrugom Nismo same, Europa Donna Hrvatska, Udruga Jedra, KUŽ i Hepatos, uz podršku tvrtke Roche.

10.3. Konferencija kampanje „Ne odustajem“ - Udruga NISMO SAME u suradnji s udrugama SVE za NJU, Oncoput i Europa Donna pokrenula je kampanju 'Ne odustajem' koja je posvećena ženama s metastatskim rakom dojke. Kampanja je zamišljena kao trajna platforma osnaživanja žena s metastatskim rakom dojke, koje nikada neće odustati.

11.3. Predstavnice Udruge prisustvovala su virtualnom webinaru „Cancer won't wait“ u organizaciji u IQUIA-a. Adresirana je važnost identificiranja i dijeljenja učinkovitih pristupa za smanjenje negativnog kolateralnog utjecaja pandemije COVID-19 na probire i dijagnozu raka te važnost omogućavanja zdravstvenom sustavu za dugoročiji napredak skrbi onkoloških bolesnika.

18.3. Objavljen je nastavak kampanje **Ne zaboravi me** u suradnji s Hrvatskim društvom za ginekološku onkologiju te s udrugama Nismo same i JA-KA uz podršku tvrtke AstraZeneca. Kampanja je pokrenuta u veljači 2020. godine s ciljem osvještavanja žena o važnosti genetičkog testiranja te poticanja žena na razgovor s liječnikom o genetičkom testiranju.

20.3. Održana je dodjela Nagrade VAM za 2020. godinu. Ovogodišnja dobitnica Nagrade VAM je Marija Patljak Bilić. Zbog nepovoljne epidemiološke situacije uzrokovane koronavirusom, dodjela je održana u prostorijama Udruge u skladu s važećim epidemiološkim mjerama. Dodjela je održana uz financijsko pokroviteljstvo Gradske skupštine Grada Zagreba.

25.3. Udruga Sveta Agata – Glina organizirala je event povodom otvaranja prostora Udruge u kontejneru odakle će lakše koordinirati svoje aktivnosti. Zahvalile su se svima koji su im pomogli protekla tri mjeseca od razornog potresa. Ovom prilikom predsjednici dr. Sanji Štingl Vlašić uručena je replika Nagrade VAM koju je na prijedlog Svjetlane Marinković dobila za 2019. godinu. Izvorna statua razbila se u potresu, a mi smo se pobrinuli da naša VAM-ovka ne ostane bez ove lijepe uspomene.

27.3. Objavom kompilacije fotografija od proteklih godina na Facebook stranici Udruge virtualno je obilježen Dan narcisa.

1.4. U okviru kampanje NE ZABORAVI ME udruga SVE za NJU otvorila je savjetovalište za žene s rakom jajnika bez obzira jesu li završile liječenje ili ono još traje. Informacija o postojanju mutacije BRCA gena svake bolesnice pri dijagnozi raka jajnika osigurava mogućnost pravovremenog odabira personaliziranog liječenja, koje može poboljšati ishod terapije.

7.4. pokrenuta je humanitarna akcija **#citylovesgreen** u City Centeru One East i West. Kupnjom shopper torbe branda BORŠA by Mala Radnja Dizajna, prikupljeno je 123.635,75 kn za rad Centra za psihološku pomoć ženama oboljelima od raka udruge SVE za NJU.

16.4. Nutricionistica Margareta Benković prisustvovala je konferenciji EU4Nutrition LIVE- Implementacija optimalne nutritivne skrbi na razini članica EU gdje su izneseni podaci da je samo 30-60% onkoloških pacijenata, koji su bili u opasnosti od pothranjenosti, imalo nutritivnu skrb, a prehrana i nutritivna skrb izuzetno su (troškovno) učinkovite intervencije, stoga bi trebale biti ključan sastavni dio svake zdravstvene inicijative koja teži prevenciji bolesti, učinkovitom liječenju i poboljšanju ishoda liječenja.

18.4. Gostovanje Ljiljane Vukota i prof. dr. Stjepko Pleština u HRT-ovoj emisiji Studio 4 na temu kako je kriza s neisporukom lijekova bolnicama utjecala na onkološke bolesnike i o potrebnim sustavnim promjenama vezanim za liječenje najtežih bolesti.

22.4. Na Hrvatskom onkološkom kongresu u organizaciji Hrvatskog onkološkog društva Ljiljana Vukota održala je predavanje na temu „Biti bolesnik u našoj onkologiji“.

26.04. U sklopu kampanje NE ZABORAVI ME u organizaciji udruge SVE za NJU održano je predavanje za medicinske sestre, tehničare i primalje na temu „Genetičko testiranje BRCA gena u liječenju raka jajnika. Predavanja su održale Anastazija Aleksandrova Stanojević, dr. med., specijalist radioterapije i onkologije i Barbara Ilijašić, med. sestra, Klinika za ženske bolesti i porode KBC Zagreb.

30.4. Na samom otvorenju ovogodišnjeg virtualnog Hrvatskog onkološkog kongresa govorile su Ljiljana Pranjić kao pacijentica i Ljiljana Vukota kao pacijentica, ali ponajviše kao psihologinja u Centru za psihološku pomoć SVE za NJU. U tih deset minuta stalo je puno tema: distres i mentalno zdravlje, kvaliteta života, komunikacija, kakve doktore trebamo, što nedostaje hrvatskoj onkologiji, što bolesnicima može olakšati život s rakom i naravno – važnost psihoonkologije i sveobuhvatne podrške bolesnicima.

6.5. Predstavnice SVE za NJU prisustvovala su webinaru na temu "Kako Europski plan za borbu protiv raka može pomoći u suzbijanju raka žena?" u organizaciji ECPC-a.

7.5. Uoči Svjetskog dana borbe protiv raka jajnika održana je virtualna tribina „**To nisu samo ženske stvari**“. U panelu su sudjelovale pacijentice Marina Đulabić-Čalić, Veselinka Kastratović i Zrinka Ulovec, žene koje su prenijele svoje iskustvo i poruke. O prevenciji i liječenju govorili su i naši ugledni liječnici: dr. sc. Pavao Planinić, prim. mr. sc. Višnja Matković, dr. Renata Obrad Sabljak i dr. Jadranka Karuza. Tribinu je vodila Ljiljana Vukota.

17.5. održana je prva regionalna konferencija "TOGETHER WE MAKE THE DIFFERENCE" u organizaciji udruge Renesansa (Kosovo). Kolegica Violeta Pirana ovom je konferencijom u prvi plan stavila dizanje svijesti o nezadovoljenim potrebama bolesnica s rakom dojke među kojima je i pružanje psihološke pomoći oboljelima. O ovoj temi iz SVE za NJU govorila je Ljiljana Vukota, a Maja Erceg Tušek prezentirala je najosnovnije informacije i dosege iz 11-godišnjeg rada Centra za psihološku pomoć. Na konferenciji su, pored ostalih, sudjelovali ugledni onkolozi sa Kosova, predstavnice udruga bolesnica iz Srbije i Albanije, te prof. Alberto Costa.

21.5. Zaposlenice i glavna tajnica Udruge simbolično su obilježile 11. rođendan Centra za psihološku pomoć.

22.5. Održana je virtualna utrka „To nisu samo ženske stvari“. Povodom Svjetskog dana borbe protiv raka jajnika skrećemo pozornost na važnost brige o ženskom reproduktivnom zdravlju, prevenciji i ranom otkrivanju bolesti. Želimo potaknuti žene na redovite kontrolne preglede, zdraviji način života i tjelovježbu te naglasiti važnost podrške oboljelima. Prikupljena sredstva od uplaćenih startnina SVE za NJU će koristiti za nastavak rada Centra za psihološku pomoć za žene oboljele od raka i članove obitelji.

27.5. Nutricionistica Margareta Benković održala je webinar za studente Prehrambeno-biotehnološkog fakulteta na temu *Izazovi u prehrani onkoloških bolesnika* u sklopu kolegija *Prehrana žena kroz životnu dob*.

16.6. sastanak predstavnika udruga sudionica (Ljiljana Vukota i Maja Erceg Tušek ispred udruge SVE za NJU) na projektu „Razvoj mreže psihosocijalnih savjetovaništva za korisnike u riziku“, nositelj projekta je „Društvo za psihološku pomoć“, partneri: Udruženje „Djeca prva“, Institut za razvoj tržišta rada, Grad Zagreb – Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom, Centar za socijalnu skrb Zagreb, NewSchool (norveški partner).

28.6. U organizaciji udruge SVE za NJU održan je virtualni okrugli stol PSIHOONKOLOG-I-JA o psihoonkologiji, distresu i psihološkom savjetovanju, na kojem su sudjelovali stručnjaci koji se svakodnevno bave savjetovanjem onkoloških bolesnika u zdravstvenom sustavu i udrugama: dr. sc. Dea Ajduković, psihoterapeutkinja, dr. sc. Latinka Basara, psihologinja, dr. sc. Irena Bezić, psihoterapeutkinja i supervizorica, Maja Erceg tušek, psihologinja, Tomislav Peharda, psihijatar, Ivona Poljak, psihologinja.

Posebna gošća okruglog stola bila je Lana Safner, korisnica udruge SVE za NJU. Događanje je vodila Ljiljana Vukota.

29.6. Psihologinja Maja Erceg Tušek je kao članica International Psycho-oncology Society sudjelovala na skupštini.

2.7. Na web stranici Udruge objavljen je hrvatski prijevod ESMO vodiča „**Liječenje raka tijekom pandemije COVID-19: ESMO vodič za bolesnike**“ koji sadrži informacije o COVID-19 i njegovim simptomima, kao i mjere koje se mogu poduzeti kako bi se smanjio rizik od zaraze. Također, vodič pruža informacije o utjecaju pandemije COVID-19 na različite aspekte liječenja raka, uključujući moguće promjene plana liječenja i liječničkih pregleda koji bi mogli biti potrebni kako biste se bolesnici zaštitili od infekcije.

16.8. Počela je donatorska akcija Bruna Šimleše. Bruno je krenuo na Via Adriatica Trail koji je pretvorio u donatorsku akciju za žene oboljele od raka. Propješačit će 1 100 km od Istre do Prevlake preko najvećih planinskih vrhova Hrvatske. Tijekom cijelog puta poziva ljude da doniraju udruzi putem platforme Čini pravu stvar i putem KEKS Pay aplikacije i podrže njegov pothvat. Otprilike 2 milijuna koraka posvećeno je zdravlju žena koje primaju psihološku pomoć u udruzi SVE za NJU. Sav iznos donacija namijenjen je udruzi SVE za NJU za rad Centra za psihološku pomoć koji svakodnevno pruža podršku oboljelim ženama.

13.9. Nutricionistica Margareta Benković prisustvovala je virtualnom seminaru na temu važnosti prehrane za liječenje i kvalitetu života pacijenata s rakom. Renomirani europski stručnjaci iz ESPEN -a, ECPC -a, ECO -a i EFAD -a istaknuli važnost prehrane za liječenje i kvalitetu života pacijenata s rakom. Nicole Erickson, članica stručnog savjetodavnog odbora za onkologiju EFAD -a, istaknula je činjenicu da mnogi pacijenti s ozbiljnim prehranbenim problemima nemaju pristup prehranbenim savjetima: "stoga bi multidisciplinarni timovi trebali uključivati specijaliziranog onkološkog dijetetičara/nutricionista".

16.9. Održan je e-stručni skup u organizaciji Koordinacije Obiteljske Medicine (KoHoM) na kojem je Voditeljica Centra i glavna tajnica udruge SVE za NJU Ljiljana Vukota održala predavanje na temu "Jesmo li sigurni? Perspektiva pacijenata".

20.9. Definiranje programa rada mreže u sklopu projekta „Razvoj mreže psihosocijalnih savjetovališta za korisnike u riziku“, prvom sastanku je prisustvovala Maja Erceg Tušek ispred udruge SVE za NJU.

29.9. Psihologinja Maja Erceg Tušek prisustvovala je webinaru Cancer and Sexuality u organizaciji IPOS -a i EGOS- a.

30.9. Psihologinja Maja Erceg Tušek prisustvovala je ECPC webinaru.

30.9. U Glini je najavljen početak nacionalnog projekta udruge SVE za NJU „**Mama, budi zdrava – Ružičasti listopad 2021.**“ koji je tijekom listopada proveden u 77 obrazovnih ustanova diljem Hrvatske s ciljem podizanja svijesti o raku dojke i poticanja žena na preventivne preglede. Poruka "Mama, budi zdrava" poruka je koje učenici prenose svojim majkama, ali i svim ženama, da brinu o svome zdravlju. Projekt je proveden pod pokroviteljstvom Ministarstva znanosti i obrazovanja te uz podršku Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo, kao i Hrvatskog zavoda za zdravstveno osiguranje. Projekt su također podržale tvrtke Manner, Avon, Roche, AstraZeneca, Pfizer i Končar.

1.10. Definiranje programa rada mreže u sklopu projekta „Razvoj mreže psihosocijalnih savjetovališta za korisnike u riziku“, drugom sastanku prisustvovala je Maja Erceg Tušek ispred udruge SVE za NJU.

4.10. Edukacija, 1. dio „Jačanje zagovaračkih kapaciteta“ u sklopu projekta „Razvoj mreže psihosocijalnih savjetovališta za korisnike u riziku“, prisustvovala je Maja Erceg Tušek ispred udruge SVE za NJU.

7.-10.10. održan je 1. Hrvatski virtualni kongres onkoloških ljekarnika. Osim izvrsnih predavanja koji govore o mogućnostima ove struke u prevenciji i poboljšanju ishoda liječenja, organizator je na samom početku Kongresa prikazao razgovor Ljiljane Vukota, voditeljice Centra za psihološku pomoć udruge SVE za NJU s bolesnicom Lanom Safner.

7.10. Dan ružičaste vrpce obilježili smo prigodnom objavom na FB stranici Udruge pozivajući žene da redovito kontroliraju svoje dojke.

10.10. Dan mentalnog zdravlja obilježili smo prigodnom objavom na svojoj Fb stranici porukom: *„Nažalost, imate rak!“ – rečenica koja svakoga šokira i potakne najcrnije misli. Dio žena utone u depresiju i očaj, obuzme ih beznađe i strah, zbog čega se nerijetko ne mogu same suočiti s dijagnozom. Iz tog im je razloga potrebna ne samo topla riječ i ohrabrenje, nego i stručna psihološka pomoć. U ovakvoj situaciji i riječi su lijek.*

11.10. Edukacija, 2. dio „Jačanje zagovaračkih kapaciteta“ u sklopu projekta „Razvoj mreže psihosocijalnih savjetovališta za korisnike u riziku“, prisustvovala je Maja Erceg Tušek ispred udruge SVE za NJU.

12.10. U Hrvatskoj je pokrenuta je kampanja „Time to act! / Vrijeme je za akciju: Ne dopustite da vas Covid-19 spriječi u borbi protiv raka“. Na konferenciji je sudjelovala Ljiljana Vukota, glavna tajnica Udruge i voditeljica Centra za psihološku pomoć SVE za NJU u sekciji *Pacijenti u središtu onkološke skrbi – od prevencije do dostupnosti Inovacija*.

16.10. U Balama je održana šetnja organizirana kao potpora borbi protiv raka dojke. Šetnja je organizirana na inicijativu Marije Patljak Bilić, dobitnice nagrade VAM za 2020., a uz potporu Općine Bale i TZ Bale. Sredstva prikupljena od uplate startnina donirana su udruzi SVE za NJU.

17.10. Članovi riječke udruge Torpedo Runners povodom Mjeseca borbe protiv raka dojke održali su u Rijeci donatorsku akciju i otvoreni trening, naglasivši važnost kretanja i bavljenja tjelesnom aktivnošću ne samo zdravih, već i onkoloških i svih drugih bolesnika. Sve donacije koje je udruga Torpedo Runners prikupila donirane su udruzi SVE za NJU.

19.10. Održan je virtualni Gilead breast cancer advisory board pod nazivom Triple-negative breast cancer: PAG advisory board na kojemu je sudjelovala psihologinja Maja Erceg Tušek.

21.10. održan je 2. stručni simpozij u organizaciji Instituta za gastroenterološke tumore (IGET) pod naslovom: „Priprema pacijenata s gastroenterološkim tumorima za operacijski zahvat, mogućnosti rehabilitacije i njezinog značaja tijekom onkološkog liječenja“. Psihologinja Maja Erceg Tušek održala je predavanje „Mogući benefiti primjene prehabilitacijskih protokola iz perspektive pacijenta i psihologa; dostupnost psihologa onkološkom bolesniku u RH“.

23.-24.10. održana je Pan-Europska Konferencija u organizaciji EUROPA DONNA - The European Breast Cancer Coalition na kojoj su aktivno sudjelovale psihologinje Maja Erceg Tušek Ljiljana Vukota na teme "survivorshipa" s kojima se suočavaju pacijentice s rakom dojke. Naglasile su kako psihosocijalnu skrb onkoloških bolesnika treba prepoznati kao univerzalno ljudsko pravo.

25.10. Psihologinja Maja Erceg Tušek gostovala je na Radiju Sljeme u emisiji PSIHOLOGIJA.

25.10. Uredništvo portala Recipe koji vodi Udruga studenata farmacije i medicinske biokemije Hrvatske, CPSA, organiziralo je donatorski kviz za SVE za NJU. Kako bi obilježili mjesec listopada kao mjesec borbe protiv raka dojke, kotizacija za kviz se uplaćivala direktno udruzi SVE za NJU. U ime udruge, kvizu se pridružila naša nutricionistica Margareta Benković koja je ukratko i predstavila naš rad.

27.10. Na domjenku u restoranu Tagliata, predstavljen je projekt Victorious kojeg je osmislio Nino Radošević (Nicolas Diamane). Kao modni dizajner, fotograf i kreativni direktor, osmislio je koncept u kojem se prikazuju dizajn i fotografiju u jednom. Dio eventa bila je i izložba portreta korisnica Udruge SVE za NJU, a nazočila mu je i glavna tajnica Udruge, Ljiljana Vukota. Cilj projekta je inspirirati i nadahnuti žene na međusobnu podršku i zajedništvo.

28.10. Webinar „Governance of Integrated and Comprehensive CancerCare – the case for Comprehensive Cancer Care Networks” u organizaciji IPAC i ECPC, sudjelovala psihologinja Maja Erceg Tušek.

2.11. Movember – prigodnim vizualom SVE za NJU za SVE za NJEGA udruga SVE za NJU se uključila u Movember pokret s ciljem osvještavanja svijesti o raku testisa.

4.11. Definiranje programa rada mreže u sklopu projekta „Razvoj mreže psihosocijalnih savjetovališta za korisnike u riziku“, trećem sastanku prisustvovala je Maja Erceg Tušek ispred udruge SVE za NJU.

4.11. NUTRITION DAY/Dan kliničke prehrane - Večernji list u suradnji s Hrvatskom udrugom poslodavaca – Koordinacijom industrije medicinske prehrane organizirao je okrugli stol na ovu temu, a stručnjaci ukazuju na važnost medicinske prehrane te će nas sve malo bolje upoznati s važnostima ovakvog načina prevencije i liječenja. Na panelu je uz mr. sc. dr. Vanju Krnić, predsjednicu HUP-koordinacije industrije medicinske prehrane, dr.sc. Davora Kusta, dr.med., specijalista onkologije i radioterapije, dr. med. Vedrana Tomašića, specijalista interne medicine i uže specijalnosti iz gastroenterologije, sudjelovala i Margareta Benković, nutricionistica udruge SVE za NJU.

04.-06.10. Održana je online međunarodna konferencija u organizaciji ABC Global Alliance ABC6 – pratila Maja Erceg Tušek.

08.11. IEPPPO 2021 online – aktivno sudjelovale Ljiljana Vukota, Margareta Benković, Nikolina Jurković i Maja Erceg Tušek.

10.11. Na svečanom otvorenju Godišnje konferencije hrvatskih psihologa voditeljici Centra za psihološku pomoć SVE za NJU Ljiljani Vukota dodijeljena je nagrada Zlatni grb za doprinos u psihoonkologiji. Uručio ju je predsjednik Hrvatskog psihološkog društva Josip Lopižić.

11.11. U organizaciji tvrtke Roche održana je konferencija "Data4Oncology" na temu utjecaja pandemije na onkološke pacijente, važnosti korištenja zdravstvenih podataka u onkologiji te ostalim aspektima primjene digitalnih tehnologija i aktualne situacije vezane za onkologiju. U panelu "Korištenje podataka za poboljšanje ishoda liječenja - Nacionalni plan protiv raka (NPPR)" sudjelovala je i Ljiljana Vukota, prof. psih. Voditeljica Centra za psihološku pomoć uz prim. Veru Katalinić-Janković, dr.med. pomoćnica ministra, Ministarstvo zdravstva, Jelenu Curać, v.d. pomoćnica ravnatelja za IT, HZZO te prof. dr. sc. Eduard Vrdoljaka, predsjednik Povjerenstva za izradu i praćenje Nacionalnog plana za borbu protiv zloćudnih bolesti, predstojnik Klinike za onkologiju i radioterapiju KBC-a Split.

17.11. Održano je predavanje „Prehranom do zdravlja“ u sklopu projekta „**To nisu samo ženske stvari**“. Prehrana je važan segment našega zdravlja, jer hrana koju unosimo puno je više od goriva za svakodnevne aktivnosti. Predavanje je održala Margareta Benković, mag. nutr., nutricionistica u Savjetovalištu za prehranu SVE za NJU.

1.12. Održan je webinar u organizaciji udruge SVE za NJU i tvrtke AstraZeneca na temu „Što trebamo znati o testiranju BRCA gena i liječenju bolesnica s rakom jajnika?“ namijenjen liječnicima obiteljske medicine i ginekolozima u primarnoj zdravstvenoj zaštiti.

Predavači: dr. sc. Pavao Planinić, dr. med., specijalist ginekologije i opstetricije, uža specijalnost ginekološka onkologija Zavod za ginekološku onkologiju, Klinika za ženske bolesti i porode KBC Zagreb

Pozvani diskutanti: dr. Zrinka Hudjek Leskovar, Izvršni odbor Koordinacije liječnika obiteljske medicine, dr. Dragan Soldo, predsjednik Hrvatskog društva obiteljskih doktora, dr. Dimče Sertić, predsjednik Sekcije ginekologa u primarnoj zdravstvenoj zaštiti.

03.12. Psihologinja Maja Erceg Tušek sudjelovala je na ABC Global Alliance godišnjoj skupštini ispred udruge SVE za NJU kao aktivne članice ABC Global Alliance-a.

07.-10.12. SABCS 2021 – Maja Erceg Tušek pratila je online kongres

9.12. Definiranje standarda u sklopu projekta „Razvoj mreže psihosocijalnih savjetovališta za korisnike u riziku“, prisustvovala su Ljiljana Vukota i Maja Erceg Tušek ispred udruge SVE za NJU.

14.12. Psihologinja Maja Erceg Tušek održala je predavanje studentima psihologije na Hrvatskim studijima u sklopu kolegija „Zdravstvena psihologija“.

14.12. U organizaciji udruge Roditelji u akciji – RODA održana je online radionica na temu Akcijskog plana za zdravlje žena na kojoj su sudjelovale psihologinje Ljiljana Vukota i Maja Erceg Tušek. Radionica je bila namijenjena stručnjakinjama koje se na različite načine kroz svoj rad zalažu za zdravlje žena. Na temelju prikupljenih informacija s radionice izradit će se prijedlog nacrtu Akcijskog plana za zdravlje svih žena u RH.

15.12. Održano je predavanje o važnosti prehrane tijekom onkološkog liječenja. Prehrana je važan dio potpornog liječenja i o ovoj temi govorila je Margareta Benković, nutricionistica u Savjetovalištu za prehranu udruge SVE za NJU. Hrvoje Tretinjak iz tvrtke Fresenius Kabi predstavio je stručni portal nijeFRKA.hr koji je osmišljen s ciljem informiranja onkoloških bolesnika iz područja prehrane.

18.12. U organizaciji tvrtke Novartis održan je virtualni regionalni skup za pacijente posvećen temama koje su od velike važnosti onkološkim pacijentima iz područja psihologije i nutricionizma u kojem su svojim izlaganjima sudjelovale voditeljica Centra za psihološku pomoć Ljiljana Vukota i nutricionistica Margareta Benković. Doprinos raspravi dali su i zdravstveni stručnjaci iz domene onkologije, kliničke farmakologije i farmacije.

22.12. Održano je predbožićno druženje s Jacquesom Houdekom na kojem su našim korisnicama uručeni pokloni tvrtke Danijel cosmetics.

5.2. Projekti i natječaji u 2021.

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. Tijekom 2021. godine provodili su se sljedeći projekti:

- HELPDESK SVE za NJU – psihosocijalna potpora za onkološke bolesnice
- To nisu samo ženske stvari
- Osnaživanje za socijalnu rehabilitaciju i reintegraciju onkoloških bolesnika
- Program pet plus – potpora liječenju onkoloških bolesnica
- Centar za psihološku pomoć onkološkim bolesnicama

- Psihološka podrška ženama oboljelima od raka
- Psihoonkologija
- Ne zaboravi me
- Mama, budi zdrava

Projekti u tijeku:

TO NISU SAMO ŽENSKE STVARI

„To nisu samo ženske stvari“ trogodišnji je program udruge SVE za NJU financiran od strane Ministarstva zdravstva, na temelju Natječaja za prijavu trogodišnjih programa udruga iz područja zdravstva. U okviru programa organiziraju se stručne tribine, predavanja u gradskim četvrtima otvorena za javnost, javnozdravstvene akcije, radionice za žene i druge aktivnosti u zajednici s ciljem promicanja primarne i sekundarne prevencije malignih bolesti reproduktivnih organa te Nacionalnih programa za rano otkrivanje raka. Provedba svake pojedine aktivnosti iz Programa bit će posebno najavljena na medijima Udruge. Razdoblje provedbe programa je od prosinca 2019. do listopada 2022. godine.

HELPDESK SVE za NJU - psihosocijalna potpora za onkološke bolesnice

HELPDESK SVE za NJU trogodišnji je program financiran od strane Ministarstva zdravstva, na temelju Natječaja za prijavu trogodišnjih programa iz područja psihosocijalne potpore u RH. Organizirana psihosocijalna potpora je dio potpornog liječenja onkoloških bolesnika, ali nedovoljno zastupljena u sustavu i zajednici. Program osigurava oboljelim ženama stručnu i besplatnu psihosocijalnu podršku tijekom liječenja i oporavka. U program se može uključiti svaka žena oboljela od bilo koje vrste raka i u bilo kojoj fazi liječenja ili oporavka. Za uključivanje u program nije potrebno biti član Udruge. Razdoblje provedbe programa je od prosinca 2019. do studenog 2022. godine.

Osnaživanje za socijalnu reintegraciju onkoloških bolesnika

„Osnaživanje za socijalnu rehabilitaciju i reintegraciju onkoloških bolesnika“ naziv je trogodišnjeg programa koji Udruga provodi u razdoblju od 2020. do 2023. u sklopu natječaja „razvoj i širenje mreže socijalnih usluga koje pružaju udruge“ Ministarstva za demografiju, obitelj, mlade i socijalnu politiku, a odnosi se na usluge kojima se osigurava reintegracija socijalno osjetljivih skupina u život zajednice. Projekt provodi udruga SVE za NJU u partnerstvu s Pravnom Klinikom Pravnog fakulteta u Zagrebu i u suradnji s udrugama Sv. Margareta iz Dubrave, Sv. Agata iz Gline i Vila za Liku iz Gospića.

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

Mama, budi zdrava – Ružičasti listopad 2021.

Nacionalna kampanja „Mama, budi zdrava – Ružičasti listopad“ udruge SVE za NJU ove se godine provela peti put u 76 osnovnih i srednjih škola te jednom vrtiću u 19 županija, odnosno 65 mjesta diljem Hrvatske s ciljem promicanja Nacionalnih programa za rano otkrivanje raka dojke i poticanja žena na brigu o zdravlju. Oko 27 tisuća učenica i učenika dobilo je edukativan letak na koji su upisali majčino i svoje ime te ga uručili svojim majkama kako bi pomogli osvijestiti žene o važnosti brige za njihovo zdravlje u Međunarodnom mjesecu borbe protiv raka dojke. U školama su snimljene brojne fotografije, video poruke učenika „Mama, budi zdrava“, ali i provedene brojne druge aktivnosti poput predavanja, izrade edukativnih plakata, letaka i pisanih poruka posvećenih zdravlju te dizanju svijesti o važnosti čuvanja zdravlja i usvajanja zdravih životnih stilova.



Projekt se proveo pod pokroviteljstvom Ministarstva znanosti i obrazovanja te uz podršku Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo, kao i Hrvatskog zavoda za zdravstveno osiguranje. Projekt su također podržale tvrtke Manner, Avon, Roche, AstraZeneca, Pfizer i Končar.

NE ZABORAVI ME

SVE za NJU s partnerima Hrvatskim društvom za ginekološku onkologiju te udrugama Nismo same, „JA KA“ i Hrvatskim društvom medicinskih sestara, tehničara i primalja nastavila je s kampanjom pod nazivom „Ne zaboravi me“. Kampanja je pokrenuta u veljači 2020. godine s ciljem osvještavanja žena o važnosti genetičkog testiranja te poticanja žena na razgovor s liječnikom o genetičkom testiranju. Svaka žena oboljela od raka jajnika treba znati je li kandidat za genetičko testiranje na mutacije BRCA gena. Mutacije BRCA gena povećavaju rizik za razvoj raka jajnika i raka dojke, a kod oboljelih žena rezultat testa može biti od odlučujuće važnosti pri izboru terapije. Udruga u suradnji s liječnicima otvara online savjetovalište za individualno informiranje bolesnica o testiranju BRCA gena. Svaka bolesnica zaslužuje detaljne informacije o testiranju i značaju rezultata testa u izboru terapije. Tijekom 2021. godine proveden je nastavak kampanja NE ZABORAVI ME u sklopu koje smo periodično objavljivali preventivne, informativne poruke i edukativne poruke, te video zapise povezane s BRCA testiranjem, ranim otkrivanjem, iskustvom i prevencijom raka jajnika. Održana su i stručna predavanja za pacijentice i zdravstvene djelatnike koji se bave ovim područjem.

Dodjela nagrade Vesna Andrijević Matovac – VAM za 2020.

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 3. ožujka 2021. razmotrio prijedloge pristigle na Javni poziv i donio odluku da se Nagrada Vesna Andrijević Matovac – VAM za 2020. godinu dodijeli Mariji Patljak Bilić, ženi koja je u jeku svoga liječenja našla snage objaviti svoju priču te sustavno putem javnih istupa i na društvenim mrežama podizati svijest o važnosti prevencije raka dojke, ohrabrivati zdrave žene da se redovito kontroliraju, a bolesne da budu pozitivne i posvećene liječenju. Prijedlog je stigao iz Općine Bale – Valle, od načelnika općine Edija Pastrovicchia te drugi neovisni prijedlog od Maje Miljković. Zbog nepovoljne epidemiološke situacije uzrokovane koronavirusom, dodjela je održana u prostorijama Udruge u skladu s važećim epidemiološkim mjerama. Dodjela je održana uz financijsko pokroviteljstvo Gradske skupštine Grada Zagreba.



Objavljivanje ESMO vodiča za bolesnike

Udruga je, temeljem sporazuma s European Society for Medical Oncology (ESMO) i uz podršku partnera, prevela i objavila **Liječenje raka tijekom pandemije COVID-19: ESMO vodič za bolesnike**. Hrvatski prijevod Esmo vodiča za bolesnike objavljen je na web stranici Udruge. Vodič sadrži informacije o COVID-19 i njegovim simptomima, kao i mjere koje se mogu poduzeti kako bi se smanjio rizik od zaraze. Također, vodič pruža informacije o utjecaju pandemije COVID-19 na različite aspekte liječenja raka, uključujući moguće promjene plana liječenja i liječničkih pregleda koji bi mogli biti potrebni kako biste se bolesnici zaštitili od infekcije. Priručnik je dostupan na linku: http://www.svezanju.hr/esmo-vodic-za-bolesnike-lijecenje-raka-tijekom-pandemije-covid-19/?fbclid=IwAR0L6dKOB3huzgYNYc6NGo-okGX4KmQ4w1_Pu5QnyGEBqG9FqZgkZ3XZ4hY



Što je COVID-19 i kako će pandemija utjecati na moje liječenje raka?

Ovaj je vodič pripremljen kako bi omogućio Vama, kao i Vašim prijateljima, obitelji i njegovateljima bolje razumijevanje utjecaja **pandemije COVID-19** na liječenje Vašeg raka. Vodič sadrži informacije o bolesti **COVID-19** i njezinim simptomima, kao i mjere koje možete poduzeti kako biste smanjili rizik od zaraze. Također, vodič pruža informacije o utjecaju **pandemije COVID-19** na različite aspekte liječenja raka, uključujući moguće promjene Vašeg plana liječenja i liječničkih pregleda koji bi mogli biti potrebni kako biste se zaštitili od infekcije.

HUMANITARNA AKCIJA #citylovesgreen

Akcija je provedena u trgovačkim centrima City Center One East i City Center One West u razdoblju od 7. travnja do 2. svibnja 2021. u skladu s Rješenjem nadležnog ureda Graga Zagreba. Kupnjom shopper torbe hrvatskog branda BORŠA by Mala Radnja Dizajna u akciji je prikupljeno ukupno 123.635,75 kn i sva sredstva utrošena su na usluge individualnog i grupnog psihološkog savjetovanja kroz razdoblje od travnja do rujna u koje je bilo uključeno 145 korisnica.

#citylovesgreen

HUMANITARNA AKCIJA

7.4.-2.5.2021.

CITY CENTER ONE EAST&WEST
ZAGREB

123.635,75 kn

145 korisnica

547 psiholoških savjetovanja

SVE za NJU



DONATORSKE AKCIJE:

1. **Via Adriatica Trail** – Bruno Šimleša 16. kolovoza 2022. pokrenuo je donatorsku akciju s ciljem prikupljanja pola milijuna kuna, za permanentnu psihološku pomoć za oboljele od raka. Brunin plan je prehodati 1,5 milijuna koraka, odnosno 1.100 kilometara na putu nazvanom Via Adriatica Trail. Konkrentno, od Kamenjaka do Prevlake. U prvoj fazi od Kamenjaka do Knina prikupljeno je 321.051,25 kn. Sva prikupljena sredstva bit će iskorištena u svrhu pružanja psihološke pomoći ženama oboljelima od raka i članovima njihovih obitelji iz cijele Hrvatske u Centru za psihološku pomoć SVE za NJU. U ovoj avanturi na samom početku simbolično mu se pridružila i jedna korisnica Udruge, a veći dio staze s Brunom je prohodala njegova supruga Maja Šimleša.



2. **L'Adria cosmetics d.d.** – Tijekom cijele 2021. svakom kupnjom L'Adria okoločne kreme kupci doniraju 10 kn udruzi SVE za NJU.
3. **Torpedo Runners** – Članovi riječke udruge Torpedo Runners povodom Mjeseca borbe protiv raka dojke održali su u Rijeci donatorsku akciju i otvoreni trening, naglasivši važnost kretanja i bavljenja tjelesnom aktivnošću ne samo zdravih, već i onkoloških i svih drugih bolesnika. Sve donacije koje je udruga Torpedo Runners prikupila donirane su udruzi SVE za NJU.



4. **Ružičasta šetnja** - U Balama je 16.10.2022. održana šetnja organizirana kao potpora borbi protiv raka dojke. Šetnja je organizirana na inicijativu Marije Patljak Bilić, a uz potporu Općine Bale i TZ Bale. Sedamdesetak sudionika prošetalo se baljanskim priobaljem sa startom na recepciji kampa Mon Perin pa preko austro-ugarskih tvrđava i nazad. Za sudjelovanje na ovoj šetnji bilo je potrebno uplatiti kotizaciju u visini od 20 kn koja je, kao i ostali dobrovoljni prilozi, uplaćena kao donacija na račun udruge SVE za NJU. Svi sudionici su ujedno dobili i roza mašnicu kao zaštitni znak borbe protiv raka dojke te roza SVE za NJU narukvicu.
5. **Afrodita** - Kozmetika Afrodita Hrvatska pridružila se Ružičastom listopadu odvojivši velik broj proizvoda čijom je kupnjom donirano 7 kn udruzi SVE za NJU. U mjesecu listopadu od prodaje svakog označenog pink proizvoda prikupljeno je 10.000 kn. Donirana sredstva će biti utrošena za rad Centra za psihološku pomoć.



6. **Croatia Records** - U listopadu, mjesecu borbe protiv raka dojke, udruga SVE za NJU i Croatia Records pokrenuli su hvalevrijednu kampanju koja ima za cilj prikupiti sredstva i podići svijest o ovoj, ali i svim ostalim malignim bolestima. Tijekom listopada Croatia Records je od svake kupnje ostvarene putem svog webshopa, u minimalnom iznosu od 100 kuna, udruzi SVE za NJU donirao 15 kuna.
7. **Dream point – Sophie la Girafe** - Za svaki prodani privjesak Sophie la girafe u listopadu kupci su donirali udruzi SVE za NJU .
8. **Torterie Macarone** – Tijekom Ružičastog listopada od svakog prodanog macaronsa od maline, 1 kunu donirana je udruzi SVE za NJU.



9. **Lijepa.hr** - Prilikom svake kupovine na web stranici Lijepa.hr <https://www.lijepa.hr/ruzicasti-listopad-na-lijepa.hr> kupci su mogli donirati 10 kuna kupnjom određenih proizvoda, a Lijepa.hr donirala još jednom toliko. Sva prikupljena sredstva koristit će se za rad udruge SVE za NJU.
10. **La PIEL by Lana Jurčević** - La PIEL je mjesec listopad posvetio ženama i zdravlju. Svakom kupovinom dijamantne bombe za kupanje na webshopu www.mylapiel.com građani su donirali udruzi SVE za NJU 10 kn, odnosno 20 kn kupnjom 2+1 gratis bombe za kupanje. Donatorskom akcijom prikupljeno je 5.000,00 kn koje će biti utrošene za rad Centra za psihološku pomoć ženama oboljelima od raka i njihovim obiteljima.



11. **Donatorski kviz** u organizaciji portala **Recipe** - Uredništvo portala Recipe koji vodi Udruga studenata farmacije i medicinske biokemije Hrvatske, CPSA, organiziralo je donatorski kviz za SVE za NJU. Kako bi obilježili mjesec listopada kao mjesec borbe protiv raka dojke, kotizacija za kviz se uplaćivala direktno udruzi SVE za NJU, čime je donirano ukupno 3.323,00 kune.



12. **Projekt Victorious** - Nino Radošević (Nicolas Diamane) je kao modni dizajner, fotograf i kreativni direktor, osmislio koncept u kojem se prikazuju dizajn i fotografiju u jednom. Cilj projekta je inspirirati i nadahnuti žene na međusobnu podršku i zajedništvo. Inspiracija je potekla od 9 snažnih i moćnih žena prošlost te jednog filmskog lika, a to su: Kraljica Viktorija, Borte Ujin, Hurrem sultanija, Ivana Orleanska, Kleopatra, Kosem sultanija, Cixi, Kraljica Elizabeta I., Kartini te Daenerys Targaryen (Game of Thrones). U sklopu ovog projekta na web stranici <https://www.nicolasdiamane.com/> može se pogledati virtualna izložba fotografija svih nositeljica s njihovom kratkom porukom ohrabrenja te 5 fotografija žena predstavnica udruge SVE za NJU, a pokrenuta je i donatorska akcija u kojoj se od prodaje nakita sva prikupljena sredstva doniraju udruzi SVE za NJU.

- 13.



Terensko savjetovalište za onkološke bolesnike u Glini

Odmah nakon potresa u Sisačko-moslavačkoj županiji, 19. siječnja počelo je s radom psihološko savjetovalište PSIHIJATRIJSKA I PSIHOLOŠKA PODRŠKA ZA GRAĐANE GLINE I OKOLICE. Udruga je u sklopu savjetovališta pokrenula terensko specijalizirano savjetovalište u Glini u kontejnerskom zdravstvenom kampu. Psihologinja je volonterski odlazila u savjetovalište dva puta tjedno kako bi bila na raspolaganju onkološkim bolesnicima. Paralelno s time psihologinja se uključila u osnaživanje rada udruge Sveta Agata. Organizirana je uspješna donatorska akcija za pomoć udruzi Sv. Agata.

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), članica je i jedna od osnivačica Saveza udruga protiv raka dojke (SURD) te je članica ABC Global Alliance-a od 2021. godine. Predstavници 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 organizacija 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 koju Krugovi pružaju oboljelima je od izuzetne važnosti.

5.4. Sudjelovanje Udruge na stručnim skupovima

Predstavници 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.

Predstavници 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. 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 2021. spomenuta u 63 članaka. Objave na Internetskim portalima, TV i radijske emisije i gostovanja višestruko premašuju taj broj. Samo o projektu *Mama, budi zdrava* objavljeno je preko 35 članaka na različitim portalima, a video snimke koje su snimljene u kampanji pregledane su na tisuće puta.



Tražiti psihološku pomoć je znak mudrosti, a ne znak slabosti!

6. Izvješće Centra za psihološku pomoć za 2021. godinu

Centar je osnovan s ciljem jačanja kapaciteta žena za suočavanje s bolešću i liječenje, pomoć u rehabilitaciji i povratku životnih uloga, poboljšanja kvalitete života, pomoći i podrške partnerima i obiteljima, efikasnijeg liječenja žena, informiranja i edukacije. Programe provode stručnjaci, a svi programi su za korisnice i korisnike¹ besplatni.

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

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 2021. u Centar se javilo 334 novih korisnica, a uključujući i korisnice iz prethodnih godina, to je ukupno 2219 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, savjetovališta, edukacijsko-terapijske programe i program smještaja u Centru za vrijeme liječenja ili kontrola. Zbog epidemije i opasnosti od infekcije koronavirusom korisnice nisu pozivane u Centar fizički. Svi programi za koje je to bilo moguće provodili su se putem telefona, različitih aplikacija, videocallom ili putem aplikacije Zoom.

Psihološki tretmani:

- Individualno savjetovanje i psihoterapija
- Grupe podrške – uz stručnog voditelja
- Obiteljsko i partnersko savjetovanje u situaciji bolesti

Savjetovališta

- Psihološko 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 za prehranu

Edukacijsko - terapijski programi

Program edukacije bolesnica iznimno je važan radi kvalitetnog informiranja i podizanja razine zdravstvene pismenosti. U tu svrhu organiziraju se predavanja uglednih stručnjaka iz različitih centara u RH uglavnom onkolozi, ali i drugi. Edukacijsko - terapijske radionice organiziraju se u području psihoedukacije, nutricionizama i sl. Pored toga organizirano je vježbanje joge, povremene art radionice, plesne radionice i plesna koreografija, scenska improvizacija, radionice disanja i slične opuštajuće radionice. Naravno, aktivnosti su se provodile online radi epidemiološke situacije.

Smještaj korisnica u Centru

U smještajnoj jedinici (dvije sobe, kupaonica i čajna kuhinja) osiguran je besplatan smještaj žena s prebivalištem izvan Zagreba za vrijeme liječenja ili višednevnih kontrola u zdravstvenim ustanovama u Zagrebu.

Svi programi su za korisnice i korisnike besplatni.

Statistički prikaz i interpretacija

Tablica 1. Novodošle korisnice uključene u programe Centra za psihološku pomoć u razdoblju od 2010. do 2021. godine

Godina	2010. i 2011.	2012.	2013.	2014.	2015.	2016.	2017.	2018.	2019.	2020.	2021.	UKUPNO
Broj novodošlih	217	107	154	174	170	211	207	213	224	204	334	2219

U Tablici 1. je broj novodošlih korisnica tijekom godina koje su protokolirane kroz uvodni razgovor i popunjavanje ulaznog upitnika. Ukupno je upisano **2219** novodošlih korisnica do kraja 2021. Broj je do 2021. bio stabilan i usklađen s mogućnostima Udruga za pružanje odgovarajuće usluge dugotrajnijeg savjetovanja i sudjelovanja u većem broju programa. Tijekom 2021. došlo je do značajnijeg porasta korisnica no unatoč tome tim Udruga je zajedno sa stalnim suradnicima uspješno pružio sve potrebne usluge bez ikakvih ograničenja. Također je zadržan trend savjetovanja putem digitalnih aplikacija i telefona.

U bazu podataka korisnica koje su uključene u programe Centra upisano je 334 novodošlih korisnica tijekom 2021. 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. Dio korisnica koje se uključile u program 2020. nastavile su sudjelovati u programu i u 2021.

1. Individualni i grupni programi

Tablica 2. Individualni i grupni tretman tijekom 2021.

Partnersko i obiteljsko savjetovanje	Genetičko savjetovanje	Grupa podrške zajednička-br. susreta	Individualno savjetovanje	Inicijalni razgovori	Praćenje tijekom liječenja
125	9	35	1905	334	158

Psihoterapeuti su realizirali **125** partnerskih i obiteljskih savjetovanja, a novost je genetičko savjetovanje u kome je provedeno 9 savjetovanja. Prije epidemije prevladavala su savjetovanja u fizičkim susretima, a telefonsko savjetovanje bilo je rezervirano za žene koje žive izvan Zagreba ili su u lošem zdravstvenom stanju no to se sasvim promijenilo. Obavljeno je **1905** individualnih savjetovanja putem telefona za oboljele žene koje su uključene u program individualnog savjetovanja. Prije uključivanja u programe, sa svakom novodošlom korisnicom provede se inicijalni razgovor i takvih razgovora je bilo **334**. Te razgovore uglavnom provodi psihologinja. Korisnice koje se ne uključuju u program kontinuiranog psihološkog savjetovanja, uključuju se u program praćenja ili u neke druge programe. U programu praćenja obavljeno je 158 razgovora. Sve zajedno tijekom godine je obavljeno **2531 individualnih psiholoških savjetovanja**.

Pored individualnog savjetovanja za korisnice koje su uključene u programe Centra zaposlenici i vanjski suradnici putem telefona, maila, poruka kroz FB i sl. obave brojna savjetovanja, informativne i savjetodavne razgovore koji nisu u Tablici 2. 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 uključeni u tablično izvješće.

Grupe podrške

Grupa podrške održavala se online, utorkom - 32 korisnica kroz godinu

Nakon potresa 2020. privremeno su prestale s radom grupe podrške. Na to se nadovezala epidemija. Grupni programi su od rujna 2020. organizirani preko aplikacije Zoom, no nažalost mnogim ženama takva

komunikacija nije bila dostupna. Stoga je u rujnu formirana jedna grupa podrške koja se sastajala online s voditeljicom psihoterapeutkinjom. Ipak, dobra strana online rada je bila otvorena mogućnost da se grupi podrške pridruže žene iz bilo kojeg mjesta u Hrvatskoj što prije nije bilo moguće. Tijekom godine u grupu su bile upisane 32 korisnice, održano je 35 sastanaka grupe na kojima je zabilježeno 263 dolaska.

Savjetovališta

Tablica 3. Rad savjetovališta

Vrsta savjetovališta	Savjetovanje/informiranje	Savjetovališta za prehranu	Pravno savjetovanje
Broj savjetovanja	250	169	42

Telefonsko savjetovališta

Dodatno je obavljeno najmanje 250 savjetovanja putem raznih medija (telefonski, putem maila ili FB) 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. Također je nakon potresa bio povećan broj poziva, a to se povećalo s izbijanjem epidemije i smanjenom dostupnošću zdravstvenih usluga što se protegnulo i na 2021.

Najviše razgovora obavila je koordinatorka koja se javlja na info telefon. Slične razgovore obavljaju i drugi zaposlenici Centra i njima su obuhvaćene žene iz cijele Hrvatske, ali se pozivi statistički ne obrađuju i ne bilježe jer su više informativnog karaktera i ima ih previše da bi se protokolirali.

Pravno savjetovališta *Pravna klinika*

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 javile su se 42 korisnice. Valja spomenuti da se u pravno savjetovališta upućuju samo korisnice s kompleksnim problemima, a sve ostale dobiju upute u Centru.

Savjetovališta za prehranu

Centar ima Savjetovališta za prehranu od mjeseca ožujka 2013., koje vodi nutricionistica. Individualno savjetovanje omogućeno je svim korisnicama neposredno u Centru, putem telefona i mailom. 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 savjetovališta dolaze višekratno.

Savjetovališta 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 2021. provedeno je 169 savjetovanja korisnica u zakazanim terminima. Manji broj savjetovanja obavljen je u Centru (5), a veći broj (164) putem telefona ili online. Savjetovanje i dodatno informiranje odvija se i putem maila, pogotovo kad su u pitanju kratki dodatni upiti korisnica nakon održanog savjetovanja putem telefona. 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. Zbog epidemiološke situacije uzrokovane koronavirusom programi su nakon kraćeg prekida od ožujka do lipnja 2020. održavani online putem Zoom aplikacije tijekom cijele 2021..

Tablica 4. Program predavanja i edukacijsko - terapijskih radionica za 2021.

Br.	Datum	Naslov predavanja	Predavač
1.	28.1.	Kolorektalni karcinom - bolest žena i muškaraca	Doc dr. sc. Ilijan Tomaš, dr. med.
2.	04.2.	Zaštita zdravlja kostiju kod onkoloških bolesnica	Doc dr. sc. Dragan Trivanović, dr. med.
3.	05.2.	Smjernice za prehranu onkoloških bolesnika	Margareta Benković, mag. nutr.
4	26.2.	Personalizirano liječenje HER2-pozitivnog ranog raka dojke	Prof. dr. sc. Ingrid Belac-Lovasić, dr. med.
5	11.3.	Kako poboljšati komunikaciju? – Mogu li bolesnici pomoći liječniku?	Doc. dr. sc. Robert Šeparović, dr. med. Dr. sc. Ana Tečić Vuger, dr. med.
6.	18.3.	Promjene na koži i njihovo zbrinjavanje tijekom onkološkog liječenja	Prim. dr. sc. Daška Štulhofer Buzina, dr. med.
7.	31.3.	Liječenje raka jajnika i važnost genetičkog testiranja	Prim, mr. sc. Višnja Matković, dr. med.
8.	09.4.	Liječenje boli i kaheksija	Doc. prim. dr. sc. Lidija Fumić Dunkić, dr. med.
9.	14.4.	Radioterapije u liječenju raka dojke	Prim. Marijana Jazvić, dr. med.
10.	29.4.	Liječenje metastatskog raka dojke	Dr. sc. Tajana Silovski, dr. med.
11.	06.5.	Prikaz kompleksnog liječenja pacijentice s rakom dojke	Martina Bašić-Koretić, dr. med.
12.	13.5.	Limfedem u onkoloških bolesnica – prevencija, liječenje i rehabilitacija	Doc. dr. sc. Ana Poljičanin, dr. med.
13.	20.5.	Liječenje trostruko negativnog raka dojke	Doc. prim. dr. sc. Natalija Dedić Plavetić, dr. med.
14.	27.5.	Kognitivne teškoće onkoloških bolesnica kao nuspojave sustavnog liječenja	Prim. dr. sc. Paula Podolski, dr. med.
15.	10.6.	Brinete li dovoljno o svojoj koži? Zaštita kože i mjere prevencije za nastanak karcinoma	Doc. dr. sc. Jasmina Marić Brozić, dr. med.

16.	16.6.	Sve što biste trebali znati o štitnjači	Prof. dr. sc. Tina Dušek, dr. med.
17.	01.7.	Ljeto nam se vratilo – na tanjur	Margareta Benković, mag. nutr.
18.	20.9.	Sve što želite znati o genetici i nasljednim karcinomima – a nemate koga pitati	Prof. dr. sc. Ljiljana Šerman, dr. med.
19.	23.9.	Trostruko negativan rak dojke – standardna klinička praksa i iskustvo iz inozemnog centra	Doc. dr. sc. Robert Šeparović, dr. med. Dr. sc. Ana Tečić Vuger, dr. med.
20.	04.11.	Liječenje ranog HER2-pozitivnog raka dojke – Jučer, dana, sutra	Prof. dr. sc. Ingrid Belac-Lovasić, dr. med.
21.	11.11.	Probiotici u zdravlju i bolesti	Doc. dr. sc. Borislav Belev, dr. med.
22.	17.11.	Prehranom do zdravlja	Margareta Benković, mag. nutr.
23.	25.11.	Testiranje BRCA gena u prediktivne svrhe	Doc. prim. dr. sc. Natalija Dedić Plavetić., dr. med.
24.	02.12.	Kolorektalni karcinom - bolest žena i muškaraca	Doc dr. sc. Ilijan Tomaš, dr. med.
25.	09.12.	Liječenje hormonski ovisnog raka dojke i nuspojave liječenja	Prim. dr. sc. Paula Podolski, dr. med.
26.	13.12.	Genetičko testiranje BRCA gena u terapijske svrhe	Doc. prim. dr. sc. Natalija Dedić Plavetić., dr. med.
27.	15.12.	Prehrana kao dio potpunog liječenja i portal nijeFRKA.hr	Margareta Benković, mag. nutr. Hrvoje Tretinjak, mag. pharm.
Br.	Datum	Naslov radionice	Voditelj
1	10.02.	Scenska improvizacija-Zoom	Ozana Iveković
2	15.02.	Plesna koreografija-Zoom	Petra Seitz
3	22.02.	Plesna koreografija-Zoom	Petra Seitz
4	01.03.	Plesna koreografija-Zoom	Petra Seitz
5	08.03.	Plesna koreografija-Zoom	Petra Seitz
6	15.03.	Plesna koreografija-Zoom	Petra Seitz
7	15.03	Kako brinuti o sebi-Tijelo, opuštanje, stres-Zoom	Duška Kosanović
8	22.03.	Plesna koreografija-Zoom-Zoom	Petra Seitz
9	22.03.	Kako brinuti o sebi-Emocije-Zoom	Duška Kosanović
10	29.03	Plesna koreografija-Zoom-Zoom	Petra Seitz
11	29.03.	Kako brinuti o sebi-Asertivnost-Zoom	Duška Kosanović
12	12.04.	Plesna koreografija-Zoom	Petra Seitz
13	12.04.	Kako brinuti o sebi-Kognitivne teškoće-Zoom	Duška Kosanović
14	19.04.	Plesna koreografija-Zoom	Petra Seitz
15	26.04.	Plesna koreografija-Zoom	Petra Seitz
16	03.05.	Plesna koreografija-Zoom	Petra Seitz
17	10.05.	Plesna koreografija-Zoom	Petra Seitz
18	17.05.	Plesna koreografija-Zoom	Petra Seitz
19	24.05.	Plesna koreografija-Zoom	Petra Seitz
20	31.05.	Plesna koreografija-Zoom	Petra Seitz
21	13.07.	Radionica disanja 1-Zoom	Antonio Mrzlić
22	08.11.	Kako brinuti o sebi-Tijelo, opuštanje, stres-Zoom	Duška Kosanović
23	15.11.	Kako brinuti o sebi-Asertivnost-Zoom	Duška Kosanović
24	22.11.	Kako brinuti o sebi-Emocije-Zoom	Duška Kosanović
25	29.11.	Radionica disanja 2-Zoom	Antonio Mrzlić
26	06.12.	Kako brinuti o sebi-Partnerski i obiteljski odnosi-Zoom	Duška Kosanović
27	18.12.	Plesna koreografija-Zoom	Petra Seitz
UKUPNO PREDAVANJA			27

UKUPNO RADIONICA	27
UKUPNO SUSRETA:	54
UKUPAN BROJ DOLAZAKA U CIJELI PROGRAM	2110

S ovim rezultatima možemo biti iznimno zadovoljni s obzirom na to da smo se svi navikavali na digitalne platforme. Tijekom 2021. održano je ukupno 27 edukacijsko - terapijskih radionica i 27 online predavanja. 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 posjećenosti se vodila evidencija prisutnih na Zoom-u. Ukupno u cijelom programu edukacijsko - terapijskih radionica i predavanja održana su **54** online susreta s ukupno **2110** dolazaka, od toga na predavanja **1531**.

Posebno izdvajamo

Program psihoedukacije *Kako brinuti o sebi* se u Centru provodi već sedam ciklusa, a dizajnirale su ga psihologinje Dušanka Kosanović i Ana Majdančić. Program je kroz godine doživio minimalne modifikacije, a od korisnika 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. Tijekom 2021. održana su online dva ciklusa od 4 radionice.

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 2021. ostvareno je **345** 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. Korisnicama Centra omogućeno je vježbanje u prostorijama Udruge *Joga u svakodnevnom životu*, na adresi Jurišićeva 3 u Zagrebu, u jednoj grupi dva puta tjedno. Dio programa provodio se online. Procjenjujemo da se broj dolazaka na satove joga kreće oko 600 tijekom godine.

Tablica 5. Ukupan broj usluga/dolazaka u programe tijekom 2021. godine

Usluga	Broj dolazaka
Psihološki programi (individualno savjetovanje u Centru i telefonom, partnersko, obiteljsko i genetičko savjetovanje, praćenje i inicijalni razgovori)	2531
Grupe podrške	263
Telefonsko i dr. informiranje i savjetovanje	250
Pravno savjetovanje i medicina rada	42
Savjetovanje o prehrani	169

Predavanja i radionice	2110
Joga – cca	600
Smještaj - noćenja	346
UKUPNO DOLAZAKA/USLUGA	6311

Ukupan broj intervencija samo u **individualnim psihološkim programima je 2531**, a broj dolazaka/usluga u svim organiziranim programima, uključujući grupe podrške, sva savjetovaništa, edukacijsko - terapijske radionice, smještaj, komplementarne programe i jogu te odgovore na upite, je **ukupno 6311**, kojom prilikom je pružena neka usluga, odnosno savjet.

Tablica 6. Broj usluga/dolazaka u svim programima Centra za psihološku pomoć od 2011. do 2021. godine

Godina	2011.	2012.	2013.	2014.	2015.	2016.	2017.	2018.	2019.	2020.	2021.
Broj dolazaka	1914	2370	2905	3374	3516	4098	4733	4830	5086	3846	6311

Tijekom 2021. je premašen broj dolazaka/usluga iz predpandemijske 2019. Veći broj usluga je rezultat 60% povećanja broja novodošlih korisnika i činjenice da su online programi Centra dostupni širom Hrvatske ženama i muškarcima koji inače ne bi imali mogućnost sudjelovanja.

Tablica 7. Dobna struktura oboljelih žena, korisnica za 2021. godinu

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	9	9	16	40	35	40	29	42	32	13	12	3	280
%	3.2	3.2	5.7	14.3	12.5	14.3	10.3	15.0	11.4	4.6	4.3	1.1	100

U Tablici 7. analizirano je 280 oboljelih (264 žene i 16 muških). Od ukupno 334 novodošlih 54 su članovi obitelji te se njihova dob nije analizirala u tablici. Struktura novodošlih korisnika i korisnika prema kronološkoj dobi u trenutku javljanja u Centar ukazuje da u Centar najviše dolaze žene u dobi 40 do 64 godina starosti. Općenito gledano kao i prethodnih godina, u Centar dolazi više mlađih žena u radno aktivnoj dobi.

Struktura prema vrsti raka ukazuje da su najzastupljenije žene s rakom dojke, 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 ginekološkim karcinomima, karcinomom debelog crijeva, pluća te sporadično žene oboljele od drugih vrsta raka.

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 savjetovanja pomažu u rješavanju teškoća, nošenju s bolesti i u rehabilitaciji. Također su izvanredno ocjenjene zaposlenice i cijeli tim Udruge (Margareta Benković, Nikolina Jurković, Maja Erceg Tušek, Gordana Heidler i Ljiljana Vukota).

Terapeuti

Psihološko savjetovanje s psihoterapijskim pristupom i psihoedukativne programe obavlja tim vanjskih suradnika u kojem su tijekom 2021. bile psihologinje i psihoterapeutkinje: Dušanka Kosanović, Dea Ajduković, Aleksandra Pijuko, Ljiljana Šerman, Sanja Dolanski Babić, Katica Rendulić, Jadranka Luca Mrđen, Maja Erceg Tušek, Veronika Blažev, Renata Takač Pejnović i Ljiljana Vukota. Izvanredan doprinos u ukupnoj komunikaciji s korisnicama ostvarila je koordinatorica Gordana Heidler.

Supervizija

Stručnjacima koji provode psihološke programe savjetovanja, individualnih, grupnih, partnerskih, obiteljskih terapija i psihoedukacije, osigurana je grupna mjesečna supervizija. 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 2021. je bio 1.838.032 kn, a rashodi 1.274.211 kn. Nadzorni odbor je nadzirao rad Udruge tijekom 2021. godine i obavio pregled financijskih izvještaja Udruge žena oboljelih i liječenih od raka SVE za NJU za 2021. godinu. Tijekom 2021. godine članovi Nadzornog odbora bili su informirani o poslovnim planovima i ostvarenim rezultatima. Prema zaključku Nadzornog odbora, u poslovanju Udruge u tijeku 2021. 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 2022.

Tijekom cijele godine provodit će se programi Centra za psihološku pomoć prema ustaljenoj strukturi, u skladu s epidemiološkim mjerama, 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 prikladno u skladu s mogućnostima i epidemiološkom situacijom obilježiti Europski tjedan prevencije raka vrata maternice, Dan narcisa s ciljem osvještavanja javnosti o važnosti prevencije raka dojke, Svjetski dan 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 obavješćavanja 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 vrsta raka.

Udruga će dodijeliti Nagradu Vesna Andrijević Matovac - VAM za 2021. 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.

Ako epidemiološke mjere i stanje s pandemijom COVID-19 dopuste, krajem godine bit će organizirano druženje korisnica, partnera, volontera i drugih prijatelja Udruge.

9. Donatori i partneri u 2021. 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, trgovačka društva, druge pravne i fizičke osobe čija podrška je u najvećoj mjeri osigurala realizaciju godišnjih aktivnosti Udruge. Osobito zahvaljujemo građanima na njihovoj podršci i brojnim donacijama, kao i članovima Udruge na njihovoj vjernosti. Zahvaljujemo zaposlenicima Udruge, volonterima i vanjskim suradnicima na uspješnom radu u 2021. godini.

ZAKLJUČNO

U Udruzi su tijekom 2021. godine bile zaposlene koordinatorica korisnica i programa u Centru Gordana Heidler, nutricionistica Margareta Benković, asistentica na projektima Nikolina Jurković i novozaposlena psihologinja Maja Erceg Tušek. 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: Dušanki Kosanović, Ljiljani Šerman, Katici Rendulić, Dei Ajduković, Sanji Dolanski Babić, Jadranki Luca Mrđen, Aleksandri Pijuko, Maji Erceg Tušek, Veroniki Blažev, Renati Takač Pejnović, te Ireni Bezić kao supervizoricima koja provodi grupne supervizije terapeuta jednom mjesečno od 2010. godine.

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

Iza nas je još jedna teška i nadasve izazovna godina koja je utjecala na sve ljude, a posebno one najranjivije u psihološkom i zdravstvenom smislu. Mnogim korisnicama epidemija je prouzrokovala značajno smanjenu dostupnost zdravstvenih usluga i veliku zabrinutost za pravovremenost liječenja i prouzročila teškoće u donošenju odluke o cijepljenju. Sve to pojačalo je psihološku uznemirenost, a fizička distanciranost i strah od infekcije uzrokovala su socijalnu deprivaciju s kojom su se neke korisnice jako teško nosile. Onima koje su potražile pomoć u Centru pruženo je sve što je toga trenutka bilo moguće. Na kraju za sve koji će čitati ove retke posebno spominjemo da iako je SVE za NJU udruga žena u Centar za psihološku pomoć dobro su došli i muškarci bilo kao članovi obitelji i partneri ili kao onkološki bolesnici. Udruga će nastojati nadalje trajno održavati psihološke programe jednako dostupne onkološkim bolesnicama i bolesnicima.

Glavna tajnica
Ljiljana Vukota

Predsjednica
Almenka Balenović