

Plan i program rada Udruge NISMO SAME za razdoblje od 1. siječnja 2023. do 31. prosinca 2023.

Ovim planom obuhvaćene su aktivnosti predviđene Strateškim planom za razdoblje 2022. – 2025. (koji je usvojen na sjednici skupštine Udruge Nismo same održanoj 20. lipnja 2022.), ljudskim kapacitetima i raspoloživim resursima Udruge.

Plan je izrađen u prosincu 2022. tijekom nekoliko sastanka s ciljem provedbe predviđenog Strateškim planom.

Udruga žena oboljelih i liječenih od raka NISMO SAME će u razdoblju od jedne godine, sukladno raspoloživim resursima, u planu provoditi sljedeće aktivnosti:

1. Nastaviti s provođenjem projekta taksi prijevoza žena oboljelih od raka na kemoterapiju „Nisi sama – ideš s nama!“;

Projekt „Nisi sama – ideš s nama!“, besplatnog taksi prijevoza na kemoterapiju žena oboljelih od raka koje se liječe u zagrebačkim bolnicama, jedan je od najvažnijih projekata Udruge po kojem su NISMO SAME prepoznate ne samo u Hrvatskoj nego i šire u regiji.

Udruga je stalnoj kampanji kako bismo skrenuli pozornost na važnost socijalne usluge koju smo prvi pokrenuli u RH, a koju želimo učiniti dostupnom svim građanima oboljelima od malignih bolesti, po uzoru na praksu u brojnim zapadnoeuropskim državama u kojima je usluga taksi vožnje na kemoterapiju dio police zdravstvenog osiguranja. Prije svega, cilj nam je osigurati novčana sredstva kako bi se usluga besplatnog taksi prijevoza na kemoterapije žena koje se liječe u zagrebačkim bolnicama, a koju Udruga kontinuirano provodi od ožujka 2018., neometano odvijala i u 2023. godini.

Tijekom 2023. planiramo provesti najmanje dvije humanitarne akcije, u cilju osiguranja potrebnih novčanih sredstava za prijevoz taksijem na kemoterapiju, ali i aplicirati na druge natječaje. O projektu ćemo kontinuirano nastaviti informirati javnost na našem portalu (www.nismosame.com) i društvenih mreža te nastaviti suradnju s nacionalnim i lokalnim medijima, uključujući radio i televiziju, u cilju informiranja javnosti o usluzi besplatne taksi vožnje na kemoterapije za onkološke pacijentice koju organizira i provodi Udruga.

2. Nastaviti s provođenjem projekta „Nisi sama – pitaj bez srama!“;

Zbog velike potrebu za psihološkom podrškom 15. siječnja 2019. na portalu Nismo same (www.nismosame.com) otvorili smo posebnu povjerljivu rubriku „Nisi sama – pitaj bez



srama“ s ciljem pružanja online podrške osobama koje se liječe ili su se liječile od maligne bolesti i članovima njihovih obitelji. Otvorili smo i posebnu mail adresu podrska@nismosame.com putem koje žene oboljele od karcinoma, ali i članovi njihovih obitelji, mogu dobiti podršku i uvide u svoje psihičko stanje te smjernice oko realizacije konkretnog psihološkog/ psihijatrijskog liječenja i praćenja, ako se na to odluče. Na pitanja odgovara naša suradnica, Maja Vukoja, psihijatrica s KBC-a Zagreb.

Tako ženama koje nemaju podršku obitelji, ili novca za prijevoz na kemoterapije, omogućujemo i psihološku podršku i socijalnu uključenost.

Online podrška „Nisi sama - pitaj bez srama!“ prvi je korak mnogim oboljelima od malignih bolesti i njihovim članovima obitelji u traženju pomoći psihologa/ psihijatra. Kako u Hrvatskoj još uvijek postoji društvena stigma kada je u pitanju ovaj vid savjetovanja i liječenja, uvijek nam se lakše obratiti pismeno i anonimno. A „Nisi sama - pitaj bez srama!“ daje svima upravo tu mogućnost. Udruga će i u 2023. godini nastaviti suradnju s psihijatricom Majom Vukojom, a sukladno dinamici kojom će se otvarati natječaji, Nismo same će se prijavljivati na natječaje kako bi se projekt „Nisi sama – pitaj bez srama!“ i dalje razvijao.

3. Jačati portal Nismo same i društvene mreže kao središnje mjesto okupljanja žena;

I u 2023. godini na portalu ćemo nastaviti objavljivati priče žena oboljelih od raka, intervjuje sa stručnjacima, zanimljive članke koje pišu vodeći hrvatski novinari i stručnjaci te obavještavati javnost o svim planiranim događanjima i kampanjama Udruge. Portal Nismo same prepoznat je u cijeloj regiji i za jedan mali portal koji radimo volonterski ima veliku čitanost. S ponosom možemo reći da su portal i društvene mreže Nismo same postale mjestom okupljanja žena iz čitave regije, jer svaka od njih u sadržajima koje objavljujemo pronađe nešto za sebe. U tijeku je i prijevod dijela sadržaja stranice na engleski jezik te je plan u 2023. godini pokrenuti stranicu i na engleskom jeziku. Održavanje web stranice te društvenih mreža sa svim aktivnostima Udruge, suradnja s nacionalnim i lokalnim medijima, uključujući radio stanice i televizije, u cilju informiranja javnosti o usluzi besplatne taksi vožnje na kemoterapije za onkološke pacijentice i drugim projektima Udruge. Na portalu ćemo i u 2023. godini nastaviti agitirati i za provođenje Nacionalnog strateškog okvira protiv raka do 2030., dokumenta koji je u prosincu 2020. usvojio Hrvatski sabor.

4. Organizirati izložbu pod nazivom „Ja sam snaga“;

Udruga NISMO SAME u suradnji s fotoreporterom Vjekoslavom Skledarom uz novčanu podršku tvrtke Novartis, priprema izložbu fotografija žena oboljelih od raka dojke koje su uslijed liječenja izgubile kosu. Izložba je autorski projekt, nosi snažnu ekspresiju i poruku, a



sve s ciljem destigmatizacije žena oboljelih od raka dojke, najčešće maligne bolesti od koje obolijevaju žene.

5. Osigurati stabilnost i funkcionalnost Udruge;

Udruga je tijekom 2022. bila jedna od 22 udruge iz cijele Hrvatske koje su na natječaju „Žuta točka“ dobile priliku jačati svoje filantropske i fundraising aktivnosti te uspješnije upravljati svojim organizacijama. Kroz pet online modula, stekle smo nova znanja koja će nam pomoći u tome da Udruga postane financijski održiva, da poveća svoj društveni utjecaj i socijalni kapital, poboljša komunikaciju u javnosti te postigne veću razinu transparentnosti u financijskom upravljanju.

U 2023. plan je konzultirati i stručnjake koji imaju iskustva u izradi programa pomoću kojega bismo mogle lakše upravljati podacima o donatorima te osmisliti učinkovitiju strategiju prikupljanja novčanih sredstava za nastavak rada Udruge i održivost naših projekata od važnosti za zajednicu.

Kako bismo osigurali dodatna novčana sredstva za projekte, pratit ćemo sve natječaje. Udruga će se javljati na natječaje kao što je, primjerice, Javni natječaj za financiranje programa i projekata udruga iz Proračuna Grada Zagreba, koji je planiran za ožujak 2023. godine. U planu nam je prijaviti se i na barem jedan natječaj za ostvarivanje financijske podrške iz EU i drugih međunarodnih fondova, ako takvi natječaji budu raspisani i ako budemo zadovoljavali uvjete natječaja.

6. Nastaviti s provođenjem projekta „Nisi sama – educiraj se uz zdravu kavu s nama“ (UP.02.2.1.08), koji provodimo u sklopu ESF Operativnog programa „Učinkoviti ljudski potencijali 2014. – 2020.“

U sklopu poziva sklopu ESF Operativnog programa „Učinkoviti ljudski potencijali 2014. – 2020.“ „Promocija zdravlja i prevencija bolesti - faza 2“ Udruga Nismo same prijavila se na natječaj s ciljem promicanje zdravih navika i zdravlja i povećanje svijesti građana Hrvatske o važnosti prevencije malignih oboljenja raka dojke. Udruga je 15. ožujka 2022. potpisala Ugovor o dodjeli bespovratnih sredstava u iznosu od 98.519,00 kuna. Od toga, 85 sredstava financirat će se iz Europskog socijalnog fonda, a 15 posto iz Državnog proračuna Republike Hrvatske.

Projekt se sastoji od nekoliko elemenata:

- Inicijativa „Zdrava kava“ u više gradova u RH

S priprema za provođenje inicijative "zdrava kava" započeli smo krajem ožujka 2022. te smo do kraja 2022. godine „zdravu kavu“ održale u Sisku, Karlovcu, Vukovaru, Šibeniku, Zaboku,



Ludbregu, Slavonskom Brodu i Koprivnici. Inicijativi „zdrava kava“ u osam navedenih gradova odazvalo se gotovo 400 sudionika te 44 liječnika.

U 2023. godini s inicijativom ćemo obići Daruvar, Gospić, Viroviticu, Osijek, Pakrac, Oštarije i Glinu, kako bi žene i u tim gradovima dobile priliku informirati se od profesionalaca (zdravstvenih i socijalnih djelatnika), uz organizacijsku podršku Udruge. Volonteri Udruge će, kao i na „zdravim kavama“ u 2022., također podijeliti osobna iskustva u borbi s rakom dojke.

- Radionice za novooboljele žene od malignih bolesti

U sklopu projekta u 2022. organizirale smo pet radionica za novooboljele žene i članove njihovih obitelji.

U 2023. godini predstoji nam organizacija četiri radionice.

7. Organizirati najmanje dvije humanitarne akcije (ljetnu i zimsku) za projekt „Nisi sama – ideš s nama!“;

Kako bismo osigurali sredstva za nastavak projekta besplatnog taksi prijevoza na kemoterapiju „Nisi sama – ideš s nama!“, planiramo organizirati najmanje dvije humanitarne akcije, ljetnu i zimsku humanitarnu akciju.

8. Obilježiti Dan narcisa (ovisno o epidemiološkim mjerama);

Kao i prethodnih godina, Udruga NISMO SAME u 2023. planira obilježiti Dan narcisa. Zakupit ćemo štand Tržnica Grada Zagreba na kojem ćemo izložiti narcise te naše proizvode. Dan narcisa obilježava se u ožujku s ciljem skretanja pozornosti na važnost preventivnih pregleda, kako bi se žene upozorile da rak dojke ne shvaćaju olako i da redovito odlaze na preventivne preglede.

9. Provesti online kampanju „U listopadu nosimo roza!“ u sklopu koje educiramo žene o važnosti preventivnih programa i upozoravamo javnost na probleme oboljelih od raka;

„U listopadu nosimo roza!“ je kampanja koju od samog osnutka Udruga provodi na svom portalu (www.nismosame.com) i društvenim mrežama. Kroz kampanju apeliramo na sve žene da se redovito odazivaju na preventivne preglede koji se održavaju u sklopu Nacionalnog programa ranog otkrivanja raka dojke. U 2019. godini u sklopu kampanje snimile smo edukativan video o samopregledu grudi s pjevačicom Idom Prester. Video je dostupan na našem YouTube kanalu i pregledan je više od 200 tisuće puta i do sada je spasio više života.



10. Nastaviti s provođenjem projekta „Rad i rak“ pod nazivom „Dajmo im da rade“;

Kroz projekt „Rad i rak“ koji ćemo u 2023. provoditi pod nazivom „Dajmo im da rade“ zagovarati ćemo promjene Zakon o radu, po pitanju čega ćemo se udružiti s drugim udrugama koje skrbe o osobama s invaliditetom. Na projektu „Dajmo im da rade“ planiramo uspostaviti suradnju i s poslodavcima te nadležnim državnim institucijama. Cilj nam je na temu 'rad i rak' stvoriti međusektorsku koaliciju koja će donijeti promjene.

11. Nastaviti s provođenjem radionica i drugih događanja u prostoru Udruge;

Tijekom 2022. Udruga je u svom prostoru organizirala više radionica, a interes je bio iznimno velik. Kako više nisu na snazi epidemiološke mjere zbog covida, plan je u 2023. organizirati različite radionice pisanja, psihološke radionice, književne večeri, večeri stand-up komedije. Željama nam je i da prostor postane mjesto na kojem će sve oboljele žene doći po savjet, popiti kavu i gdje se neće osjećati usamljeno.

12. Book Club

U travnju 2022. Udruga je u suradnji s članicom Renatom Bačanek pokrenula književni klub pod nazivom „Book club & more“ koji je namijenjen svim ženama koje dijele našu ljubav i strast prema čitanju. Interes je bio velik pa imamo dvije grupe kako bismo svi mogli diskutirati. Grupe se sastaju jednom mjesečno, a članice razgovaraju o knjizi koja je bila zadana za taj mjesec. U 2023. već u siječnju smo organizirali i dva gostovanja pisaca čije smo knjige čitali. Prva gošća bit će biti Maša Kolanović, autorica knjige „Sloboština Barbie“, te će članice imati priliku postavljati pitanja i saznati više o spisateljici te knjizi. U našem drugom susretu ugostit ćemo Ivan Đogića, autora putopisa „Iran u prezentu“, čiju smo knjigu također čitali u protekloj godini. Plan je nastaviti s gostovanjima pisaca, ali i organizacijom posjeta knjižnicama, ne samo u Zagrebu već i u drugim gradovima. Koliko ženama znači književni klub govori i činjenica da postoji i lista čekanja za nove članove. S projektom ćemo se, ako bude mogućnosti, javljati na natječajima.

13. Nastavak kampanje 'Ne odustajem'

Udruga NISMO SAME u suradnji s udrugama Sve za nju, Oncoput i Europa Donna, u ožujku 2021. pokrenula je kampanju 'Ne odustajem' koja je posvećena ženama s metastatskim rakom dojke. U 2022. snimile smo video, Gibonnijevu pjesmu "Ne odustajem", u obradi Nikše Bratoša, koju su otpjevale mlade pjevačke zvijezde: Eni Jurišić, Nika Turković, Mia Dimšić i Antonela Đinđić, a kako bismo pružili podršku ženama oboljelima od metastatskog raka i njihovim obiteljima. Cilj nam je u 2023. nastaviti s kampanjom.



14. Organizirati crowdfunding kampanju za prikupljanje dodatnih sredstava za projekt „Uz nas niste sami“

Udruga Nismo same pokrenula je, u suradnji sa Zavodom za transfuzijsku i regenerativnu medicinu Klinike za tumore Kliničkog bolničkog centra Sestre milosrdnice, projekt pod nazivom „Uz nas niste sami“, u sklopu kojega je predviđena nabavka ultrazvučnog aparata koji bi bolesnicima koji se liječe kemoterapijom omogućio dostupnost brže dijagnostike terapije i kontrolnih pregleda vezanih za probleme krvnih ugrušaka. Udruga je na natječaju tvrtke Pliva „Zajedno prema zdravlju“ za kupnju aparata dobila 50.000,00, kuna a ostatak planiramo od građana i tvrtki prikupiti crowdfunding kampanjom.

15. Razvoj volonterstva

I u 2023. posebnu ćemo pažnju posvetiti razvoju volonterskog rada i osvješćivanju građana i predstavnika tvrtki o tome koliko je za razvoj zajednice važna uloga pojedinaca u pomaganju. Brojne razvijene države razvijaju volonterstvo i svijest o njegovoj važnosti postoji već od osnovne škole.

Plan i programa rada Udruge žena oboljelih i liječenih od NISMO SAME za 2023. godinu usvojen je na sjednici Skupštine koja je održana 29. prosinca 2022. godine.

Ivana Kalogjera Brkić

predsjednica Udruge

