

# Udruga žena operiranih dojki Nada - Rijeka

Godišnji izvještaj o radu u 2022.godini

# Izvješće o radu Udruge Nada za 2022. godinu

Osnovne aktivnosti Udruge u 2022. godini bile su usmjerene na:

- pružanje podrške i rad sa ženama oboljelim i liječenim od raka dojke
- edukacija i podizanje razine svijesti javnosti o važnosti prevencije, ranog otkrivanja raka dojke i važnosti brige o vlastitom zdravlju

# Rad sa ženama oboljelim i liječenim od raka dojke

- Posjet oboljelima na bolničkim odijelima te njihovo informiranje o bolesti, liječenju, pravima i radu udruge Nada
- Pružanje psihološke pomoći ženama oboljelim od raka dojke, članovima njihovih obitelji, prijateljima i svim zainteresiranim osobama
- Organizacija i provođenje fizikalne terapije, limfne drenaže, bandaže i tjelovježbe
- Savjetovalište dežurnog onkologa i nutricionista
- Pravno savjetovanje o pravima onkoloških bolesnika
- Provođenje radionice "Ruke Nade" radi edukacije korisnika u vidu održive rehabilitacije osoba koje su usljed bolesti i liječenja od raka dojke ostale bez posla
- Organizacija raznih oblika druženja članova udruge i njihovih obitelji radi razmjene znanja i iskustava

# Edukativno-savjetodavni program

Udruga žena operiranih dojki Nada – Rijeka u suradnji sa JLS i NZZJZ PGŽ, Primorsko - goranskom županijom te privatnim poslovnim subjektima provela je u 2022. godini :

- 9 predavanja na temu "Prevenција i rano otkrivanje raka dojke"
- 4 predavanja na temu "Psihosocijalna pomoć i podrška ženama oboljelima od raka dojke i njihovim obiteljima"
- 2 radionice psihoterapeuta na temu "Biti svoj emocionalni trener"
- Svakodnevna individualna psihološka podrška
- 98 radionica Ruke Nade održanih u prostorijama udruge
- 85 radionica postoperativnih vježbi, limfne drenaže , bandaže
- 30 treninga Nordijskog hodanja
- 12 dežurstava dežurnog onkologa
- 4 savjetovanja nutricionista

# Ulaganje u promidžbeni materijal

- Dizajn i tisak časopisa "Glas Nade"
- Izrada plakata za najavu "Dana narcisa", "Dana ružičaste vrpce" i koncerta " Pjesmom za Nadu"
- Dizajn i tisak edukativno – promotivnog materijala o važnosti prevencije
- Dizajn i tisak majica sa vizualom Mirne Sišul – "Nada u gradu koji teče"
- Dizajn i tisak torbi sa vizualom Mirne Sišul- "Nada u gradu koji teče"

# Druženje i izleti

- Organizacija izleta u Labin, Rabac , Krčuli
- Izlet na Platak
- 52 druženja u prostorijama Udruge Nada
- Sudjelovanje na promociji knjige Brune Šimleše "(P)ostati zdrav"
- Sudjelovanje na koncertu udruge "Srcem za nju"
- Druženje sa predstavnicima Kluba Gea Pula

# Humanitarne i javnozdrastvene akcije

- Sudjelovanje na obilježavanju "Dana mimoza"-Nacionalni dan mimoza i Europski tjedan prevencije raka vrata maternice
- Sudjelovanje u obilježavanju Svjetskog dana debljine u javnozdravstvenoj akciji "Hodaj za svoje zdravlje" u Kostreni
- Obilježavanje Dana narcisa 2022. godine diljem Primorsko-goranske županije
- Sudjelovanje na obilježavanju mjeseca svjesnosti raka debelog crijeva
- Sudjelovanje u obilježavanju Svjetskog dana zdravlja na Korzu
- Sudjelovanje u obilježavanju Nacionalnog dana borbe protiv raka dojke
- Obilježavanje Dana ružičaste vrpce 2022. godine diljem Primorsko – goranske županije
- Organiziranje koncerta " Pjesmom za Nadu"

# Mediji

- 14 medijskih istupa vezano uz obilježavanja "Dana narcisa", "Dana ružičaste vrpce", koncerta " Pjesmom za Nadu" u cilju podizanja svijesti o važnosti prevencije i odazivanja na preventivne preglede
- Sudjelovanje na tribinama, okruglim stolovima, seminarima organiziranih od strane Udruge fizioterapeuta u Splitu, NZZJZ PGŽ, Odjela za zdravstvo Grada Rijeke i PGŽ koji su bili medijski popraćeni

Velika podrška medija za vrijeme humanitarnih akcija

Mnogobrojne objave na Facebook profilu i službenoj web stranici Udruge



# Natječaji

- Udruga Nada aplicirala je na 30 natječaja od kojih je odobreno 23 a odbijeno je 7 natječaja

# Zaposleni i radni kapaciteti

Zaposlene su 2 osobe:

- Željka Žagar, administrator, na pola radnog vremena
- Dijana Glavić, projektni koordinator, na puno radno vrijeme

# Godišnji plan za 2023.

- Nastavak provođenja svih programa i projekata
- Redovno praćenje i apliciranje na javne pozive i natječaje kako bi se osiguralo financiranje programa i aktivnosti udruge i osigurala financijska stabilnost udruge
- Organiziranje humanitarnih akcija
- Puno druženja, radionica i izleta...