

**GEA Pula**, Klub žena liječenih od karcinoma dojke



## **OPERATIVNI GODIŠNJI PLAN ZA 2020. GODINU**

*Pula, prosinac 2019. godine*

## Operativni godišnji plan rada za 2020. g.

OPĆI CILJ							
Doprinijeti očuvanju i promicanju zdravlja žena u Istarskoj županiji							
RB	SPECIFIČNI CILJEVI	AKTIVNOSTI	INDIKATORI REZULTATA	NOSITELJI I IZVRŠITELJI AKTIVNOSTI	VRIJEME PROVOĐENJA AKTIVNOSTI	POTREBNA SREDSTVA	PLANIRANI IZVORI FINANCIRANJA
A	B	C	D	E	F	G	H
1.	Pružiti podršku oboljelim ženama <b>informiranjem, edukacijama i savjetovanjem</b>	<b>1.1. Savjetovalište za oboljele i liječene žene i članove njihovih obitelji</b>	Broj osoba koje savjet potraže u savjetovalištu  Evaluacijski list	<b>Voditelj projekta:</b> <b>Loredana Ščulac</b> <hr/> onkolog dr. med.Mario Božac <hr/> onkologinja dr. Liliana Božac Radolović <hr/> po potrebi i drugi specijalisti dr. med <hr/> volonterke/članice kluba	tijekom cijele godine (po potrebi u srpnju i kolovozu) jednom tjedno - srijedom od 17 do 19 sati	22.000,00 kn	Grad Pula

		<p><b>1.2. „Tri Z“ – edukativno-savjetodavno-terapijski program koji uključuje rad psihoterapeuta, fitoterapeuta, farmaceuta i nutricionista</b></p> <p>- predavanja - radionice - savjetovališta - dodaci prehrani, čajevi, vitamini</p>	<p>Broj predavanja i radionica</p> <p>Broj sudionika na predavanjima i radionicama od čega broj članica</p> <p>Broj održanih savjetovališta</p> <p>Broj žena koje su koristile savjetovalište</p> <p>Broj žena koje su zatražile dodatke prehrani, vitamine i čajeve</p> <p>Evaluacijski listovi</p>	<p><b>Voditelj projekta:</b></p> <p><b>Nataša Vitasović</b></p>	<p>Kontinuirano tijekom cijele godine;</p> <p>Predavanja po potrebi i interesu</p> <p>Jedna grupna radionica mjesečno (osim srpnja i kolovoza)</p> <p>Savjetovališta po najavi jednom tjedno od 17.00 do 19.00 sati</p>		
				<p>Vesna Thiele, licencirani fitoterapeut</p>		<p>6.000,00 kn (savj.) / 800,00 kn (pred.)</p>	<p><b>ADRIS</b></p>
				<p>Štefanija Prosenjak Žumber, socijalni pedagog i realitetni psihoterapeut</p>		<p>10.000,00 kn</p>	
				<p>nutricionist Zavoda za javno zdravstvo Istarske županije</p>		<p>0,00 kn</p>	<p><b>ZZJZIŽ</b></p>
				<p>Ana Grbac, magistrica farmacije</p>		<p>7.000,00 kn (savj.) / 1.300,00 kn (pred.)</p>	
				<p>Vesna Thiele i Ana Grbac: - dodaci prehrani, čajevi, vitamini</p>		<p>24.000,00 kn</p>	<p><b>ADRIS</b></p>
				<b>UKUPAN TROŠAK</b>			<p><b>49.100,00 kn</b></p>

		<p><b>1.3. Stvaranje mreže udruga koje djeluju na području Istarske županije a koje okupljaju žene liječene i operirane od raka dojke s ciljem pružanja rehabilitacijskih usluga širem broju žena</b></p>	<p>Broj sastanaka s predstavnicima udruga</p> <p>Broj predstavnika koji su se odazvali sastancima</p> <p>Potpisivanje Pisma namjere</p>	<p><b>Voditelj projekta:</b></p> <p><b>Andrea Bulešić</b></p>	<p>Inicijalni sastanak – proljeće 2020.</p> <p>Koordinacija aktivnosti kontinuirano tijekom godine</p>	<p>1.000,00 kn</p>	<p>Članarine/ donacije</p>
		<p><b>1.4. Gostujuća predavanja na temu zdravlja žene</b></p> <p>teme po izboru članica</p>	<p>Broj održanih predavanja tijekom godine</p> <p>Evaluacijski listovi</p>	<p><b>Voditelj projekta:</b></p> <p><b>Nataša Vitasović</b></p>	<p>Kontinuirano tijekom godine osim srpnja i kolovoza</p>	<p>3.000,00 kn</p>	<p>Članarine/ donacije</p>

2.	Pomoć u <b>rehabilitaciji</b> žena liječenih od karcinoma dojke pružanjem zdravstvene i terapijske usluge	<b>2.1. Limfna drenaža</b>	Broj pacijentica koje su potražile pomoć zbog limfedema ruku ili nogu	<b>Voditelj: Matea Štimac</b>	5 dana u tjednu, tijekom cijele godine (osim u srpnju i kolovozu), u desetodnevnom tretmanu, u trajanju od 1 do 2 sata dnevno, ovisno o težini limfedema;	84.000,00 kn	Istarska županija + donacije + humanitarne akcije
				Fizioterapeutkinja Matea Štimac			
			Postotak pacijentica koje su se potpuno oporavile od limfedema	Fizioterapeutkinja Vanja Zuban			
			Postotak pacijentica kojima se nakon tretmana limfedem smanjio	Fizioterapeutkinja Marica Matošević			
			Postotak pacijentica kod kojih se zbog učinkovitosti limfne drenaže nisu razvile druge komplikacije (erizipel i dr.)	Fizioterapeutkinja Ilenia Fabris Lazarro			
			Evaluacijski listovi	Fizioterapeutkinja Milena Jovanović			

		<b>2.2. Medicinsko-korektivne vježbe</b>	Broj žena kod kojih je evidentan dobar postoperativni oporavak i kondicija	viša fizioterapeutkinja Milena Jovanović	tijekom cijele godine (osim u srpnju i kolovozu), dvaput tjedno po sat vremena	12.000,00 kn	Istarska županija + donacije + humanitarne akcije
		<b>2.3. Joga</b>	Broj žena uključenih u aktivnost  Postotak žena kod kojih je evidentan dobar postoperativni oporavak i kondicija.	licencirani trener Saša Jaklin	tijekom cijele godine (osim u srpnju i kolovozu), dvaput tjedno	1.000,00 kn	Članarina

3.	Doprinijeti smanjenju smrtnosti od raka dojke <b>promocijom ranih preventivnih pregleda</b> i razvijanje svijesti o važnosti preventivnih pregleda	<p><b>3.1. Humanitarna akcija Dan narcisa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ishodovanje dozvole od UDU-a i otvaranje humanitarnog računa</li> <li>- konferencija za medije, priprema priopćenja</li> <li>- pozivnica novinarima i osobama iz javnog i društvenog života</li> <li>- gostovanja u medijima</li> <li>- osiguravanje stolova (Tržnica) i dozvole za korištenje javne površine (Grad Pula)</li> <li>- tisak promotivno-edukativnih materijala</li> <li>- slaganje buketa i podjela na pulskoj tržnici</li> </ul>	<p>Broj članica volonterki koje prisustvuju u humanitarnoj akciji</p> <p>Broj građana koji prisustvuje u humanitarnoj akciji</p> <p>Broj objavljenih članaka i sudjelovanja u radijskim i TV emisijama</p> <p>Povećanje odaziva žena na preventivne preglede</p>	<p><b>Voditelj projekta:</b></p> <p><b>Nataša Vitasović</b></p> <p>članice volonterke i brojne osobe iz javnog i društvenog života Grada Pule i Istarske županije i predstavnici Zavoda za javno zdravstvo Istarske županije</p>	treća subota u ožujku	7.000,00 kn	Grad Pula + donacije + sponzori
----	--	--	--	--	-----------------------	-------------	---------------------------------





		<ul style="list-style-type: none"> <li>- osiguravanje besplatne reprodukcije glazbe (ZAMP)</li> <li>- dogovaranje sponzora i osiguravanje nagrada</li> <li>- dogovaranje glazbenog dijela programa</li> <li>- priprema i tisak promotivno-edukativnih materijala i majica</li> <li>- slaganje startnih paketa – članice</li> <li>- podjela plakata i letaka po gradu i trgovinama</li> <li>- podjela startnih paketa i promotivno-edukativnih materijala na dan utrke</li> </ul>					
--	--	--	--	--	--	--	--

		<b>3.3. Edukativna predavanja o ranom otkrivanju raka dojke uz radionice o samopregledu dojke</b>	Broj održanih predavanja i radionica	<b>Voditelj projekta:</b> <b>Suzana Forlani</b>	Kontinuirano tijekom godine	5.000,00 kn	
			Broj prisutnih građana na održanim edukacijama	onkolog dr.med. Mario Božac			
			Povećanje odaziva žena na preventivne preglede	Patronažna sestra Suzana Forlani			
		<b>3.4. Tiskanje edukativno-promotivnih materijala</b>  - info punkt, plakati, letci	Broj tiskanih brošura, pamučnih vrećica	<b>Voditelj projekta:</b> <b>Andrea Bulešić</b>	Kontinuirano tijekom godine	16.000,00 kn	
			Broj podijeljenih promotivnih materijala i uporabnih predmeta				

4.	Osigurati unutarnju stabilnost, financijsku održivost i jačanje kapaciteta udruge	<b>4.1. Provedba i praćenje operativnog financijskog plana organizacije</b>	Uredno provođenje financijskog plana za 2020. godinu	<b>Voditelj projekta: Nataša Vitasović</b>	kontinuirano	10.000,00 kn	
		<b>4.2. Osigurati veću vidljivost, prepoznatljivost i transparentnost djelovanja udruge</b>	<p>Broj održanih konferencija za medije</p> <p>Broj gostovanja u televizijskim i radijskim emisijama</p> <p>Broj objavljenih članaka</p> <p>Javno objavljivanje programa, planova, izvješća o radu i financijskih izvješća na internetskoj stranici udruge</p> <p>Broj objava i pratitelja na Facebooku</p>	<b>Voditelj projekta: Nataša Vitasović Andrea Bulešić</b>	kontinuirano		

		<p><b>4.3. Razvoj samofinancirajućih aktivnosti izradom predmeta članica i sadnjom cvijeća koje će se dijeliti u zamjenu za dobrovoljni prilog na humanitarnim akcijama</b></p> <p>- nabava materijala za rad</p> <p>- organizacija okupljanja članica</p>	<p>Visina dobrovoljnog priloga</p>	<p><b>Voditelj projekta:</b> <b>Loredana Šćulac</b></p>	<p>kontinuirano</p>	<p>1.000,00 kn</p>	
		<p><b>4.4. Uređenje sustava volontiranja u udruzi</b></p>	<p>Uredno vođenje evidencije o volonterima i ostvarenim satima volontiranja</p>	<p><b>Voditelj projekta:</b> <b>Andrea Bulešić</b></p>	<p>kontinuirano</p>	<p>48.000,00 kn</p>	<p>Nacionalna zaklade za razvoj civilnog društva</p>
		<p><b>4.5. Prijava na natječaje EU fondova, natječaje Ministarstva zdravstva, lokalne samouprave i privatnog sektora</b></p>	<p>Broj prijava na natječaje</p>	<p><b>Voditelj projekta:</b> <b>Andrea Bulešić</b></p>	<p>Kontinuirano</p>		

		<b>4.6. Provedba Institucionalne potpore Nacionalne zaklade za razvoj civilnog društva</b>  - tromjesečno izvještavanje - praćenje provedbe	Zapošljavanje jedne osobe	<b>Voditelj projekta: Andrea Bulešić</b>	Kontinuirano		
		<b>4.7. Provedba Institucionalne potpore Grada Pule</b>  - polugodišnje i godišnje izvještavanje	Zapošljavanje jedne osobe	<b>Voditelj projekta: Loredana Ščulac</b>	Kontinuirano	30.000,00 kn	Grad Pula
		<b>4.8. Vođenje financijskog dijela poslovanja, praćenje plaćanja članarina i upis novih članica</b>	Broj novoučlanjenih članica	<b>Voditelj projekta: Loredana Ščulac</b>	kontinuirano		
		<b>4.9. Provedba programa Mlade snage solidarnosti – volonteri</b>  - koordinacija volontera	Broj volontera  Broj aktivnosti u kojima su sudjelovali volonteri	<b>Voditelj projekta – mentor: Marijeta Matijaš</b>	Kontinuirano tijekom 2020. godine	50.900,00 kn	Europske snage solidarnosti

### **Završne napomene**

Operativni godišnji plan rada Kluba žena Gea Pula za 2020. godinu je provedbeni dokument Strateškog plana za razdoblje od 2018. – 2021. godine, usvojen je na skupštini Kluba **10. prosinca 2019.** godine.

Pula, 10. prosinca 2019.

Klub žena liječenih od karcinoma dojke Gea Pula

Nataša Vitasović,

predsjednica