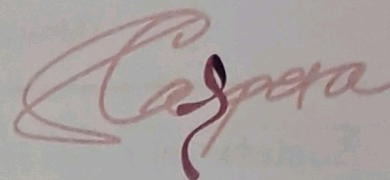


Udruga CASPERA, udruga žena oboljelih i liječenih od karcinoma
Vukovarska 109 A
21000 Split



Mob: 091 953 4358
E-mail: info@caspera.hr
HR1223400091111065464

PLAN I PROGRAM RADA UDRUGE CASPERA ZA 2024. GODINU

Sonja Grgat
Split, veljača 2024

Uvod

U skladu sa Strateškim planom Udruge 2023.-2026., izrađen je Operativni plan i plan rada udruge Caspera koji je usvojen na sjednici skupštine održanoj u Splitu 15.02.2024 godine te predstavlja temelj i smjernice za rad Udruge u 2024. godini.

Ovisno o potrebama, te ukazanim mogućnostima ili prijetnjama, plan može doživjeti i izmjene o čemu će odluku donijeti Središnji odbor, a o svojoj odluci će izvijestiti Skupštinu na prvom idućem zasjedanju.

Plan je podijeljen u tri strateška cilja te je za svaki cilj definirana odgovorna osoba, vrijeme provedbe, te mjerljive ishode.

Voditelji pojedinih aktivnosti razradit će svaku pojedinu aktivnost u skladu sa zahtjevima specifične aktivnosti te u isto uključiti ostale zaposlenike, članove, volontere, partnere i podupiratelje Caspere.

Strateški cilj 1. rast i razvoj udruge

AKTIVNOST	ODGOVORNA OSOBA	VRIJEME PROVEDBE	MJERLJIVI ISHODI
Organizacija redovnih mjesečnih radionica (aromaterapija, joga s učiteljicom joge, radionica izrade rukotvorina (radna terapija))	Sonja Grgat	Kroz cijelu godinu, jednom mjesečno	Socijalizacija žena
Projekti usmjereni tjelesnoj aktivnosti, pisati će se projekti prema raspisanim natječajima u Gradu, Županiji, ministarstvu zdravstva....	Sonja Grgat	Nakon što odobre natječaje	Bolja tjelesno, ali i psihičko zdravlje žene
Projekti usmjereni rekreacijskom i društveno socijalnom uključenju žena, kao što su, organizacija turističkih izleta, planinarskih izleta pod vodstvom profesionalnih vodiča. Zatim edukativne šetnje gradom pod vodstvom turističkog vodiča.	Sonja Grgat	Periodično kroz godinu	Socijalizacija i uključivanje žena u društvo
Organizacija II. po redu "Nacionalnog simpozija udruga" na kojem će tema biti "Stabilnost i održivost onkoloških udruga". Cilj samog Simpozija bi bio evaluacija aktivnosti koje pružamo našim korisnicima, kao i naglasak na sve izazove sa kojima se susrećemo u našem radu.	Sonja Grgat	Travanj 2024	Udruživanje i međusobna suradnja između organizacija civilnog društva, ali i lokalne i nacionalne vlasti. Cilj je bolja i kvalitetnija skrb onkoloških pacijenata, ali i osvještavanje javnosti o važnosti brige za sebe.
Rad na poboljšanju izgleda društvenih stranica, podizanje priča, redovito dodavanje sadržaja na web, fb i instagram. Redoviti kontakti s lokalnim medijima.	Sonja Grgat	Periodično po potrebi	Bolja vidljivost i dostupnost ženama koje dobiju, ali i onima koje već imaju dijagnozu karcinoma

Udruga žena oboljelih i liječenih od karcinoma CASPERA

<p>Organizacija modne revije povodom obilježavanja Dana borbe protiv raka jajnika. U suradnji s Butikom Marina i gospođom Žanom Krželj. Podizanje svijesti o ovoj teškoj dijagnozi i o važnosti redovnih preventivnih pregleda s naglaskom na ginekološke preglede.</p>	<p>Sonja Grgat</p>	<p>Svibanj 2024</p>	<p>Podizanje svijesti opće populacije, ali i poruka da bez obzira na dijagnozu, život i dalje ide i vrijedan je življenja</p>
<p>Kontinuitet pružanja psihološke podrške našim članicama i njihovim obiteljima, ali ne više samo preko zoom aplikacije, već redoviti razgovori Žena sa savjetovateljicama i u prostoru Udruge. Osim individualnih savjetovanja, mogućnost i grupne psihološke podrške</p>	<p>Sonja Grgat</p>	<p>Kroz cijelu godinu ovisno o potrebi naših članica, grupna psihološka jednom mjesečno</p>	<p>Poboljšanje kvalitete života žene s karcinomom</p>

1.1. Strateški cilj 2.

AKTIVNOST	ODGOVORNA OSOBA	VRIJEME PROVEDBE	MJERLJIVI ISHODI
<p>Suradnja s gđom. Dubravkom Vuković – dermatologinjom za preventivne preglede madeža</p>	<p>Sonja Grgat</p>	<p>Svibanj ili Lipanj, ovisno o raspoloživosti dermatologinje</p>	<p>Preventivni pregledi, pravovremeno reagiranje ukoliko postoji sumnja</p>
<p>Predavanja bilo na temu prehrane, preventive limfedema, radioloških predavanja....</p>	<p>Sonja Grgat</p>	<p>Kroz godinu ovisno o raspoloživosti predavača</p>	<p>Pomoć kod lakšeg i bržeg oporavka, ali i razumijevanja same bolesti</p>

Udruga Žena oboljelih i liječenih od karcinoma CASPERA

<p>Obilježavanje važnih datuma i podizanje svijesti o važnosti preventivnih pregleda, kao što su "Dan narcisa", "Dan borbe protiv raka jajnika" i podizanje svijesti kroz cijeli mjesec listopad. Kroz listopad na poseban način je naglašena važnost preventivnih pregleda i vidljivost oboljelih je kud i kamo veća nego ostale mjesece u godini.</p>	<p>Sonja Grgat</p>	<p>Kroz godinu, ovisno, o datumima navedenih dana</p>	<p>Podizanje svijesti društva o važnosti preventive, ali i o životu žene s karcinomom</p>
---	--------------------	---	---

1.2. Strateški cilj 3.

AKTIVNOST	ODGOVORNA OSOBA	VRIJEME PROVEDBE	MJERLJIVI ISHODI
<p>Nastavak suradnje s centrom Psihika d.o.o. (EAPTI) – Europski akreditirani psihoterapijski trening Institut – Centar za psihoterapiju, edukaciju i savjetovanje iz Zadra</p>	<p>Sonja Grgat</p>	<p>Kroz cijelu godinu</p>	<p>Bolje psihološko stanje žene, samim time bolje i fizičko stanje</p>
<p>Nastavak provođenja grupne mjesečne psihološke podrške pod vodstvom savjetovateljice.</p>	<p>Sonja Grgat</p>	<p>Jednom mjesečno</p>	<p>Razgovori i na neki način spoznaja da nitko ne mora biti sam</p>
<p>Nastavak pružanja iskustvene podrške koja se redovito sve ove godine održava u prostorima udruge kao oblik međusobne podrške "istih".</p>	<p>Sonja Grgat</p>	<p>Tjedno, ovisi o potrebama članica i novih žena koje se jave</p>	<p>Razgovor između žena koje prolaze slične stvari, samim time i osjećaj pripadanja je veći i žene se osjećaju bolje</p>
<p>Nastavak rada Udruge po starom modelu, ponedjeljkom popodne i srijedom kroz jutro, kad smo dostupni ženama za bilo kakvo pitanje i razgovor.</p>	<p>Sonja Grgat</p>	<p>Kroz cijelu godinu</p>	<p>Dostupnost ženama za bilo kakvu informaciju</p>
<p>Uvođenje još jednog dana (četvrtak popodne) kad smo u Udruzi, ali za potrebe rada u organizaciji svih aktivnosti i projekata Udruge.</p>	<p>Sonja Grgat</p>	<p>Jednom tjedno kroz cijelu godinu</p>	<p>Rješavanje tekućih, administrativnih stvari potrebnih za normalan rad Udruge.</p>

Udruga Žena oboljelih i liječenih od karcinoma CASPERA

Udruživanje s bliskim Udrugama kao što su, Udruga za palijativnu skrb, Udruga Feniks, Udruga Anđeli, Udruga "Sve za nju"	Sonja Grgat	Kroz godinu, ovisno o zajedničkim projektima i interesima	Zajedno smo u mogućnosti pomoći većem broju oboljelih, što je naravno i cilj Udruga
--	-------------	---	---

Plan i program rada Udruge Žena oboljelih i liječenih od karcinoma Caspera za 2023. godinu usvojen je na sjednici Skupštine koja je održana 15. veljače 2024. godine.

Predsjednica Udruge Caspera:

Sonja Grgat

