



**KRIJESNICA**

udruga za pomoć djeci i obiteljima  
suočnim s malignim bolestima



Malo  
svjetlo  
nade

## **IMPRESSUM**

Brošura projekta „Malo svjetlo nade“ namijenjena je stručnim suradnicima i nastavnicima u osnovnim i srednjim školama.

Autor projekta „Malo svjetlo nade“: Zoran Cipek

Vođena iskustvom i sugestijama mladih liječenih od malignih bolesti i volontera Krijesnice, tekst sastavila Jasenka Pregrad, psiholog, psihoterapeut

Lektura: Dijana Greblički - Miculinić

Grafičko oblikovanje: Kreativne ovčice

Urednici: Mladi liječeni od malignih bolesti

Nakladnik: Krijesnica 2014.

Tisak: Argenta d.o.o.

Nacionalna i sveučilišna knjižnica – Zagreb

ISBN 978-953-56697-9-1

Sva prava pridržava nakladnik.

Fotografije korištene u ovoj brošuri nastale su tijekom pripreme i provođenja projekta „Malo svjetlo nade“ u udruzi Krijesnica i osnovnim i srednjim školama.

Provoditelji projekta: Mihael Severinac, Dragan Cvitić, Kristina Sabolić, Ana Ratkajec, Ana Tomašić, Marin Čujjić, Nemanja Kantar, Ornella Zibar, Mirka Šafarić Vučko, Lejla Talić, Ana Radunić, Leonarda Vilenica, Zoran Mitrović, Zoran Cipek.

Niti jedan dio ove brošure ne smije se upotrijebiti niti na bilo koji način reproducirati bez prethodnog odobrenja nakladnika. Za sve informacije možete se obratiti nakladniku: Krijesnica – udruga za pomoć djeci i obiteljima suočenima s malignim bolestima  
Prilaz Gjure Deželića 50, 10000 Zagreb

*Riječi i pojmovi koji imaju rodno značenje, korišteni u ovom tekstu, odnose se jednako na muški i ženski rod bez obzira jesu li korišteni u muškom ili ženskom rodu.*

Drage stručne suradnice i stručni suradnici, drage nestavnice i dragi nastavnici,

udruga Krijesnica bavi se pomoći djeci oboljeloj od malignih bolesti i njihovim obiteljima. Projekt Malo svjetlo nade osmislili su mladi unutar Udruge s ciljem da olakšaju snalaženje djece i mladih tijekom i nakon liječenja u njihovu održavanju socijalne mreže i važnoj podršci koju tako mogu dobiti. Projekt je namijenjen i ostaloj djeci i mladima, njihovim prijateljima i školskim kolegama u snalaženju u ovoj, za njih, novoj i neuobičajenoj situaciji.

Za nošenje sa stresom koji uzrokuje bolest te za brzinu oporavka i povratka bitno je da oboljela djeca sačuvaju osjećaj pripadanja svojoj društvenoj sredini (a većinu su vremena ne samo hospitalizirana nego i u izolaciji) i da im dani imaju, koliko god je više moguće, uobičajenih sadržaja i aktivnosti.

Ostaloj djeci u školi vijest da je njihov vršnjak obolio od tako teške bolesti donosi saznanje i suočavanje s činjenicom da takve bolesti postoje, da nitko od nas nije zaštićen, dakle da je svijet mnogo manje predvidiv i pod našom kontrolom nego što uobičajeno vjerujemo. Njima također valja pomoći da prihvate i integriraju ovu istinu o životu, a nakon toga ih potaknuti i poučiti kako očuvati kontakt s oboljelim kolegom i ponuditi mu poštovanje umjesto straha i sažaljenja.

Cilj projekta jest povećati kompetencije sve djece u školi za suočavanje s teškim okolnostima i događajima te pridonijeti stvaranju uvjeta za optimalan nastavak razvoja djeteta ili mlade osobe tijekom liječenja, kao i za pružanje podrške pri vraćanju u školu i socijalnu sredinu.

Ovom brošuram želimo vam dati nekoliko smjernica i ideja za ostvarivanje ovih razvojnih i odgojnih zadataka.

## Podrška svoj djeci u školi

Reakcija djece dijelom ovisi o stupnju bliskosti s oboljelim. Djeca mogu reagirati različitim osjećajima – strahom od ugroženosti, nesigurnosti i tjeskobe (jer to se može dogoditi bilo komu, pa i meni); bespomoćnošću i ljutnjom (ponekad s traženjem uzroka i krivca); tugom zbog (privremenoga) gubitka prijatelja. Važno je omogućiti djeci da izraze svoje različite osjećaje.

Na kognitivnom se planu u početku javlja nevjerica uz mnogobrojna pitanja na koja nema odgovora, kao npr.: "Zašto baš njemu/njoj? Zašto sada? Zašto tako?" Ona proizlaze iz potrebe da razumiju događaj, da se uvjere da ljudi nisu ponekad bespomoćni i tako povrate izgublenu kontrolu nad životom. Djeca su zbunjena jer ne razumiju sasvim o kakvoj se bolesti radi i što se zapravo događa s njihovim kolegom/prijateljem. Ponekad izgube interes za uobičajene aktivnosti i teme, tješe se praznovjerjima, a mladi koji su skloni razmišljanju o smislu života mogu privremeno postati bezvoljnima.

Na razini ponašanja promjene su moguće tako što će se neka djeca povući u sebe i osamiti, a neki će biti pojačano aktivni, željet će mnogo razgovarati o kolegi/kolegici i bolesti. Imat će potrebu za zajedništvom s vršnjacima ili obitelji i željet će na neki način biti aktivni u vezi s događajem, učiniti nešto za oboljeloga (jer to smanjuje osjećaj zbunjenosti i bespomoćnosti).

Ove će reakcije biti vidljivije na vijest o bolesti, a s vremenom će se normalizirati, pogotovo uz primjerenu podršku u školi i kod kuće.

### **Nemanja Kantar (24 godine, snimatelj, u 18-oj godini pobijedio malignu bolest)**

Kada sam bio bolestan, najmanje mi se sviđalo što se nisam mogao družiti s prijateljima, a najviše što nisam mogao pisati testove.

Osjećao sam se ljutito jer nisam mogao nikamo iz bolesničke sobe tijekom kemoterapija. Nisam volio razdoblja u kojima sam morao nositi masku za lice među ljudima, kada mi je imunitet bio slab, jer su ljudi mislili da sam slab i nemoćan.

Jako mi se sviđjelo kada su mi svi prijatelji iz Siska došli u posjet u Zagreb u bolnicu.



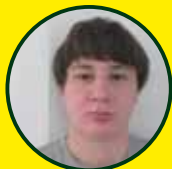
## Kako odrasli u školi mogu pomoći kolegama oboljelog učenika?

Djeca, a pogotovo mladi imaju potrebu razgovarati o događaju jer time pokušavaju njime ovladati, razumjeti što se dogodilo i podijeliti svoje osjećaje. Zato je važno da ih slušate, bez obzira na to koliko su vam već puta ispričali neku pojedinost, i da s njima razgovarate.

- \* Nemojte ih poticati da ne misle na bolesnoga kolegu i vrate se svojim uobičajenim (školskim) aktivnostima. Odraslima bi bilo lakše ne vidjeti strah na dječjem licu, jer nas ta bol podsjeća na našu bespomoćnost, odnosno na nemogućnost da njih i sebe zaštitimo od patnji. Međutim, to je nemoguće. Ovo je trenutak kad odrasli imaju zadaću opremiti ih zdravim načinima nošenja s teškim događajima koji su normalan, sastavni dio života.
- \* Dajte im bitne informacije o bolesti, tijeku liječenja i tjelesnim promjenama kroz koje će oboljelo dijete prolaziti. Ako se u školi nitko ne osjeća kompetentnim, pozovite nas ili nekog drugog stručnjaka koji zna razgovarati s djecom. Filmovi "Petar i zmaj" za mlađi uzrast i "Djeca Krijesnice" za stariji dobar su uvod u ovakav razgovor.
- \* Potičite razgovor pitanjima "O čemu razmišljate?", a ne "Kako se osjećate?", lakše je govoriti o mislima, nego o osjećajima.
- \* Postavljat će puno pitanja ("Zašto ..., zašto baš njemu/njoj, zašto sada, je li to pravda?"). Na neka možete odgovoriti ili reći svoje mišljenje, ali na mnoga od njih nema odgovora. Bolje je mirno reći: "Nažalost, na mnoga pitanja mi kao obični smrtnici nemamo odgovor." ili "Da, tko bi to znao.", nego pokušavati dati utješne ili ublažavajuće odgovore.
- \* Mladima je sve "crno – bijelo", isključivi su ili ironični – nemojte popravljati njihovo mišljenje, urazumljivati ih i držati prodike govoreći kako bi trebalo misliti i što bi trebalo raditi. Jednostavno iznesite svoje mišljenje i učenicima ostavite njihovo.
- \* Ne govorite im: "To je vrlo rijetka bolest." ili "To se vama neće dogoditi.", jer nakon takva događaja svijet za njih postaje manje predvidivo i potencijalno opasno mjesto.
- \* Pitanje smisla života, koje ih i inače u ovom uzrastu muči, još je naglašenije, pa sve

druge uobičajene misli, brige i aktivnosti na neko vrijeme postaju manje važnima (uključujući i učenje).

- \* Dobro je da učine nešto u vezi s događajem ili za oboljeloga (npr. napišu zajedničko pismo podrške, izrade fotografiju ohrabrenja, uvedu neki mali ritual zajedničke podrške – dobrih misli i želja) jer to smanjuje osjećaj bespomoćnosti.
- \* Potičite ih da napišu ili nacrtaju ono o čemu razmišljaju i što ih muči; ako ne žele, ne moraju to pokazati drugima – izražavanje i uobličavanje osjećaja i misli u teškim situacijama vrlo je ljekovito.
- \* Odrasli se često ponašaju distancirano i "hladno" kad nisu spremni podijeliti svoje osjećaje s drugima. Ako niste spremni misli i osjećaje o ovom događaju podijeliti s učenicima, ne morate, to nije nužno, ali važno je da im kažete da vam je teško razgovarati, umjesto da se ponašate kao da se ništa nije dogodilo.



“

**Matej Modrušan (20 godina, student, u 12-oj godini pobijedio malignu bolest)**

Tijekom liječenja najviše mi je nedostajalo što nisam vidao svoje prijatelje, no drago mi je što sam se stalno čuo s njima.

Smetalo mi je što sam bio u krevetu cijelo vrijeme kemoterapija. Jako mi je pomoglo što mi je obitelj dolazila svaki dan u posjet.

Najdraže mi je bilo kada sam se vratio u školu, a cijeli me je razred dočekao ispred škole pa sam zbog toga osjećao da i dalje pripadam razredu i da me neće ignorirati.

”

“

**Marin Čujić (18 godina, elektrotehničar, u 6-oj godini pobijedio malignu bolest)**

Smetalo mi je prekratkot vrijeme posjeta jer nisam mogao češće biti sa svojim bližnjima.

Po povratku mi je smetalo što su me djeca iz drugih razreda, iz ne znam kojih razloga, izbjegavala.

Dobro je iskustvo bilo što sam imao puno prijatelja koji su bili sa mnom u bolničkoj sobi.

”

Jednom riječju, budite im pri ruci, dajte im ključne informacije, slušajte ih i pokažite im da prihvaćate i poštujete njihove osjećaje, misli i potrebe, jer to im daje osjećaj sigurnosti i poštovanja, a ujedno je i model kako se nositi s teškim događajima.

## *Podrška oboljelu djetetu ili mladoj osobi tijekom liječenja*

Pružanje podrške tijekom liječenja izgrađuje kompetencije za nošenje s teškim događajima sve djece u školi, dakle odgojno je. Istodobno bitno pridonosi snazi i volji oboljelog djeteta u borbi protiv bolesti i izdržljivosti tijekom dugotrajnog i iscrpljujućeg liječenja.

Oboljelo dijete ima sve već opisane reakcije mnogo intenzivnije izražene, a pritom je i tjelesno slabo, životno ugroženo, odvojeno od svoje uobičajene okoline i često (zbog potreba liječenja) potpuno izolirano. Svaki dokaz pripadanja školi i razrednom odjelu, dokaz da netko misli na njega/nju i "navija", svaki kontakt s "normalnim" svijetom tamo vani od neprocjenjive je vrijednosti.

S obzirom na to da tijekom liječenja dijete prolazi kroz različite faze, dobro je ovu podršku koordinirati s roditeljima oboljelog učenika i s njim samim.



**Mihael Severinac (22 godine, ekonomist, u 17-oj godini pobijedio malignu bolest)**

Tijekom bolesti počeo sam shvaćati roditeljske brige i više cijeniti osjećaje i ponašanje bližnjih.

Veselilo me je kada sam dobivao poklone od prijatelja i obitelji jer sam tako osjećao da nisam zaboravljen.

Velika je mana bila što nitko iz moje okoline nije bio informiran o liječenju pa nisu shvaćali moje strahove, brige i situacije koje sam prolazio. Nedostajalo mi je stvarnog suosjećanja. Nakon svega nije bilo prave povezanosti s društvom što dovodi do osjećaja usamljenosti. Puno mi pomaže razgovor i rad s ljudima koji su prošli sličan put kao i ja pa me mogu shvatiti.



## *Kako odrasli u školi mogu pomoći oboljelom učeniku?*

- \* Povremeno spominjite oboljelog učenika, prisjećajte se nekih događaja s njim i izrazite očekivanje i veselje oko njegova povratka.
- \* Povremeno informirajte učenike o tijeku liječenja i oporavka oboljelog učenika (o tjelesnim promjenama kao što su gubitak kose, neurološke tegobe, nošenje maske, vezanost uz krevet, oslabljen organizam i sl.) i razgovarajte s njima o tome što sve možete napraviti kako biste ga podržali.
- \* Oboljelom djetetu treba osjećaj da pripada, da je nekomu važan i vrijedan i da ima poštovanje drugih kao osoba i za svoju borbu s bolesti. Ne treba mu sažaljenje, formalno pristojne i distancirane poruke, a ponajmanje izolacija i ignoriranje. Zato komunikaciju s njim treba intonirati osobno, hrabro i ohrabrujuće, s iskrenim interesom za to kako mu je. Bilo bi dobro pokazati spremnost da drugi izdrže odgovor (nerijetko oboljela djeca svjedoče kako su morala sama hrabriti roditelje i druge da će sve biti dobro) i duhovito donositi u njegov život informacije o vanjskom svijetu koji mu nedostaje.
- \* Potičite aktivnosti koje čuvaju kontakt između učenika i oboljelog (slanje pisama i crteža, telefonski i razgovori putem Skypea, zatvorena grupa podrške na Facebooku u kojoj svaki dan jedan učenik ima zadatak opisati što se taj dan događalo u školi: nove fore, moda, fotoalbum, videoklipovi, filmovi, knjige i pjesme koje su se drugima dopale i sl.).
- \* Potičite poruke koje izražavaju pripadanje razrednom odjelu, timu, grupi (slobodnih aktivnosti) u smislu "Računamo na tebe.", "Naš si i kad nisi s nama.", "Drži se!", "Želimo te ovdje kad ozdraviš... (i zato napiši zadaću...)"
- \* Potičite poruke koje poštuju razliku u životnim okolnostima i stanju oboljelog djeteta i ostale djece, ali na način prihvatanja i uvažavanja tih razlika, a ne vrednovanja i isključivanja.
- \* Podržite dolazak djeteta na liječenje u posjet školi kada to mogućnosti dopuštaju (možda i pohađanje dijela nastave) te potaknite učenike na neku gestu podrške i dobrodošlice.
- \* Pozovite roditelje bolesnog učenika da i dalje dolaze na roditeljske sastanke i ostanu uključeni u druge roditeljske školske aktivnosti (i nemojte biti razočarani ako odbiju).



## Podrška pri povratku oboljelog djeteta u školu

Za većinu liječene djece povratak u školu nosi strahove od reakcije prijatelja, nastavnika i druge djece, nadoknađivanja propuštene nastave i ponovne prilagodbe na školski život nakon dugog izbjivanja. Oni još uvijek nisu u najboljoj tjelesnoj ni psihičkoj kondiciji, a liječenje je ponekad ostavilo prolazne (gubitak kose, promijenjena osjetljivost kože, slabija koncentracija, nesigurnost u vlastite snage) ili trajne posljedice (slabovidnost, sljepoća, naglušnost, šepanje, zabrana većeg tjelesnog napora). Povratak u školu dobrodošla je i vedra faza u oporavku, ali je ozbiljna i zahtjevna zadaća za liječenog učenika.



“

**Ana Ratkajec (25 godina, profesorica flaute, kao jednogodišnja beba pobijedila malignu bolest)**

Ja sam se izliječila još kao jednogodišnja beba i, unatoč tomu što je prošlo dosta vremena od mog liječenja, bilo mi je važno da moj razred razumije što sam prošla. Zbog bolesti sam izgubila vid na jedno oko pa nisam mogla čitati ono što su moji prijatelji iz razreda vidjeli pročitati, stoga mi je uvelike bila potrebna njihova pomoć i podrška. Oni su mi čitali tekst s ploče ili zadatke na ispitu. Učiteljica me nije prozivala da čitam naglas pred razredom, a najviše sam od svega cijenila što mi se nitko zbog toga nije rugao.

”

“

**Ana Tomašić (17 godina, učenica, u 14-oj godini pobijedila malignu bolest)**

Sviđalo mi se što mi je jedna prijateljica svaki dan pisala pismo o tome što se događalo u školi, pa sam tako na neki način ostala u kontaktu s prijateljima. Nije mi se sviđalo što sam često morala u bolnicu; vaditi krv i na kemoterapiju. Sviđalo mi se što sam upoznala nove prekrasne ljude i prijatelje koji su mi učinili boravak u bolnici ljepšim i lakšim.

Nije mi se sviđalo što sam se često osjećala umornom i iscrpljenom.

”



## Kako odrasli u školi mogu pomoći pri povratku oboljelog djeteta u školu?

- \* Razgovarajte s učenicima o povratku liječenog učenika u školu iskreno i otvoreno. Recite im kakve sve osjećaje i misli, tjeskobe i strahove taj učenik ima pri povratku (to povećava razumijevanje situacije koja ih očekuje, suosjećanje i spremnost da ga prihvate na zdrav način). Opišite im moguća tjelesna ograničenja i dogovorite kako ćete mu pomagati i podržavati ga (slabovidnima čitati tekst s ploče, dati im važan zadatak u organizaciji sportskog natjecanja ako se ne može natjecati i sl.).
- \* Dopustite učenicima da izraze svoje osjećaje i brige povezane s povratkom kolege te da pitaju različita pitanja koja će im pomoći u poželjnom ponašanju prema učeniku koji se vraća. Ni jedno takvo pitanje nije suvišno i neumjesno, a odgovori im pomažu u daljnjem stjecanju kompetencija za nošenje s teškim događajima.
- \* Potaknite učenike na neku veselu gestu dobrodošlice.
- \* Dobro je da život liječenog djeteta teče koliko je god to moguće uobičajeno. Postupno ih vratite svakodnevnoj rutini i aktivnostima, ali nemojte očekivati da odmah u tome budu dobri i uspješni. Važnije je da budu aktivni i nečim zaposleni nego da budu uspješni (ovo vrijedi i za učenje).
- \* Omogućite učeniku koji se vratio da podijeli neka iskustva i znanja s drugima (o prirodi bolesti, o citostaticima ili zračenju u sklopu nastave biologije; o odnosima s liječnicima i medicinskim osobljem i vještinama koje su stekli životom u bolnici kao što su zagovaranje sebe i svojih potreba, smisao poslušnosti i slobode izbora u sklopu obrade dječjih prava; dovjetljivost u tjelesnim ograničenjima na tjelesnom odgoju) ili da pročitaju dio svojega bolničkog dnevnika (na SRZ-u) – naravno, ako učenik to želi.
- \* Dogovarajte s učenikom koji se vratio (i njegovim roditeljima) kakvu vrstu podrške od nastavnika, a kakvu od učenika treba i u kojim situacijama. Pomoć i pažnju u stvarima koje može obavljati sam učenik može doživjeti kao poniženje, a ne podršku. S druge strane, odsustvo podrške tamo gdje mu je potrebna može doživjeti kao odbacivanje.
- \* Važno je da razredno vijeće bude upućeno u mogućnosti i ograničenja učenika koji se vraća u školu i da se postigne dogovor na toj razini oko postupaka prema njemu

tijekom boravka u školi i očekivanih rezultata u svladavanju nastavnoga gradiva i zadataka na nastavi.

\* Važno je također da učiteljsko/nastavničko vijeće bude upućeno u osnovne informacije o prirodi bolesti učenika i njegovim trenutačnim mogućnostima i ograničenjima kako bi se u situacijama dežurstava pod odmorima moglo pravilno reagirati i po potrebi dati odgovore te uputiti i druge učenike u školi na dobar odnos s učenicom koji se vratio.

“

**Dragan Cvitić (25 godina, student, u 15-oj godini pobijedio malignu bolest)**

Dobra je stvar što sam se mnogo više zblizili s obitelji. Loša je stvar neinformiranost okoline iz čega proizlazili ignoriranje. Korist koju sam izvukao iz liječenja jest upoznavanje novih i dobrih ljudi. Uspomena na dobre ljude koji su izgubili svoju bitku.



”



“

**Robert Panijan (24 godina, student, u 16-oj godini pobijedio malignu bolest)**

U početku liječenja ljudi me nisu razumjeli i izbjegavali su me, pa sam se osjećao usamljenim i odbačenim.

Mislio sam da sam ja nešto skrivio.

Mnogo mi je pomoglo kada sam shvatio da nisam sam; kada su mi se ljudi približili te mi dali punu podršku i ispunjavali mi i uljepšavali slobodno vrijeme.

”



## POPIS PUBLIKACIJA U IZDANJU UDRUGE KRIJESNICA

- 1. Letak „Kako dijete pripremiti na posjet liječniku i hospitalizaciju“** – Letak daje informaciju roditeljima kako i kada započeti s pripremanjem djeteta za odlazak na pregled ili hospitalizaciju (u vezi bilo koje zdravstvene poteškoće), što mogu učiniti tijekom posjeta liječniku i tijekom pretrage, kako pomoći djetetu da mu boravak u bolnici bude što ugodniji te što se može očekivati nakon dolaska kući.
- 2. Brošura „Tumori dječje dobi i njihovo liječenje“** – Stručno štivo pisano svakodnevnim jezikom razumljivim djeci i roditeljima. Govori o tumorima, pojašnjava medicinske pojmove, pretrage koje se moraju izvršiti, kemoterapiju i njeno djelovanje na organizam te transplantaciju; daje informacije koje oblike pomoći i podrške roditelji mogu dobiti i gdje se za njih mogu obratiti.
- 3. Brošura „Kako se nositi s malignom bolesti“** – Informacije za roditelje kako se nositi s malignom bolesti kod djeteta, od dijagnoze do preporuka kako pomoći djetetu, kako se nositi s različitim osjećajima te kako komunicirati s braćom i sestrama te širom obitelji.
- 4. Interaktivna slikovnica „Kad je netko jako bolestan“** – za djecu koja žive u obiteljima u kojima netko ima ozbiljnu bolest – radni listovi namijenjeni zdravoj djeci koja žive u obiteljima gdje je netko bolestan. Olakšavaju uvid u promijenjenu obiteljsku dinamiku, osnažuju dijete i potiču razumijevanje.
- 5. Interaktivna slikovnica „Život nije uvijek dan na plaži“** – za svu djecu na čiji život je utjecao rak – Radni listovi namijenjeni djeci oboljeloj od malignih bolesti. Publikacija pomaže djetetu da izrazi svoje osjećaje i čini mu mogućim prihvaćanje teške situacije i zdravstvenih tegoba s kojima se mora nositi.
- 6. Interaktivna slikovnica „Slike s mog putovanja“** – za svu djecu u procesu liječenja od maligne bolesti – Radni interaktivni listovi namijenjeni djeci oboljeloj od malignih bolesti. Publikacija educira dijete o situacijama u kojima će se naći tijekom medicinskih pretraga i liječenja te mu pomaže bolje razumjeti cjelokupne procese i daje osjećaj veće kontrole nad njima.
- 7. Slikovnica „Životna razdoblja“** – kako na lijep način djeci objasniti životni vijek – Publikacija koja slikom i tekstom objašnjava životna razdoblja i prolaznost svega u prirodi i približava na neizravan način pojam smrti. Namijenjena je svoj djeci: oboljeloj djeci, njihovoj braći i sestrama te njihovim vršnjacima iz okruženja.
- 8. Slikovnica „Odgovori na dječja pitanja o smrti“** – ova slikovnica ne nudi gotova rješenja. Ona ima svrhu pripremiti čitatelja kako bi imao početnu točku za svoje odgovore kada pitanja o smrti krenu.
- 9. Knjiga „Ljubav, medicina, čuda“**, autor dr. Bernie S. Siegel – Knjiga sadrži pouke o samoizlječenju iz iskustava kirurga s iznimnim pacijentima i najpotrebnija je teško bolesnim ljudima koji su knjigu i nadahnuli, ali i liječnicima i medicinskim sestrama.
- 10. Dokumentarni film „Djeca Krijesnice“** – Snimljen u rehabilitacijskom kampu udruge Krijesnica u kojem djeca progovaraju o svojem iskustvu liječenja, životu s malignom bolešću, životnim vrijednostima.
- 11. Crtani film „Petar i zmaj“** – Crtić u kojem se dječak/vitez bori protiv bolesti/zmaja. I pobjeđuje.

Sva izdanja Krijesnice (osim knjige „Ljubav, medicina, čuda“) besplatna su za sve zainteresirane. Možete ih naručiti telefonom na 01/3770 022 ili putem e-pošte [krijes@krijesnica.hr](mailto:krijes@krijesnica.hr).

## AKTIVNOSTI KOJE UDRUGA KRIJESNICA PROVODI U SVOJEM NASTOJANJU DA POMOGNE DJECI I OBITELJIMA SUOČENIMA S MALIGNIM BOLESTIMA:

1. besplatni smještaj u dva stana za šest obitelji i organizacija smještaja u drugim raspoloživim kapacitetima u Zagrebu
2. rad Centra udruge Krijesnica kao središnjeg mjesta za informaciju, savjet i podršku
3. dnevni boravak i prenočište u Centru Udruge, Deželićeva 50, Zagreb
4. posredovanje pri ishođenju besplatnog korištenja autocesta, 75 posto popusta za prijevoz HŽ-om, povlaštene cijene parkinga
5. stručni prijevodi medicinske dokumentacije
6. provođenje individualnih i grupnih psihoterapijskih tretmana i grupa podrške za roditelje oboljele djece, za roditelje čije je dijete preminulo, za djecu koja su izgubila člana obitelji zbog maligne bolesti
7. nutricionističko savjetovalište: predavanja, radionice kuhanja, individualna savjetovanja
8. pravna i druga stručna pomoć pri ostvarivanju prava iz domene zdravstva i socijalne skrbi (predavanja, savjetovanja, edukacije)
9. edukacija roditelja u područjima vezanima uz maligne bolesti
10. pomoć i podrška članovima obitelji djeteta u terminalnoj fazi
11. interaktivni videopojmovnik za djecu i mlade oboljele od raka „Onkolog-i-Ja“, dostupan na [www.krijesnica.hr](http://www.krijesnica.hr)
12. izrada i distribucija dokumentarno-edukativnih filmova i tematskih crtanih filmova za djecu, mlade i odrasle osobe suočene s malignim bolestima i za članove njihovih obitelji
13. rehabilitacijski kampovi, rehabilitacija sportom (kajakarenje) i druge aktivnosti u rehabilitacijskom i terapijskom smislu za djecu izliječenu od malignih bolesti
14. angažiranje, motiviranje i educiranje mladih koji su završili liječenje
15. nastojanje da zdravstveni sustav prepozna i prizna sve koristi od angažmana terapijskih pasa u borbi za zdravlje i psiho-emocionalni boljitak oboljele djece
16. lobiranje i zagovaranje:
  - u problematici uvođenja volontera u sustav zdravstva
  - pedijatrijske palijativne skrbi
  - borbe za poštovanje prava hospitalizirane djece i druge djece u liječenju
  - za izradu protokola o postupanju i komunikaciji medicinskih djelatnika u posebno osjetljivim i teškim slučajevima
  - za bolje uvjete liječenja na pedijatrijskim onkološkim odjelima
17. javne akcije, istupi u medijima i drugi načini senzibiliziranja javnosti za probleme djece oboljele od raka i njihovih obitelji
18. priprema i senzibilizacija matičnih sredina oboljelog djeteta za pružanje primjerene podrške oboljelom djetetu

**Sve aktivnosti i publikacije potpuno su besplatni za obitelji djece oboljele od malignih bolesti, stručne osobe iz djetetova okruženja i za sve druge zainteresirane za tematiku.**

**KONTAKT:**

Krijesnica - udruga za pomoć djeci i obiteljima suočenima s malignim bolestima

Prilaz Gjura Deželića 50, 10000 Zagreb

Telefon: 01/3770 477; 01/3770 022

krijesnica@krijesnica.hr

www.krijesnica.hr

www.facebook.com/krijesnica1

**Aktivnosti udruge Krijesnica možete poduprijeti uplatom na račun u Zagrebačkoj banci:**

**IBAN HR39 2360000 1101481616**



Nacionalna i sveučilišna knjižnica – Zagreb  
ISBN 978-953-56697-9-1  
Sva prava pridržava nakladnik.

Projekt „Malo svjetlo nade“ provodi Krijesnica - udruga za pomoć djeci  
i obiteljima suočenim s malignim bolestima, Deželićeva 50, Zagreb.

Projekt „Malo svjetlo nade“ financira  
Ministarstvo socijalne politike i mladih.



Ministarstvo socijalne politike i mladih



**KRIJESNICA**

udruga za pomoć djeci i obiteljima  
suočenim s malignim bolestima

Prilaz Gjure Deželića 50, 10000 Zagreb, HR  
TEL 01 3770 477  
FAX 01 4655 343  
EMAIL [krijesnica@krijesnica.hr](mailto:krijesnica@krijesnica.hr)  
[www.krijesnica.hr](http://www.krijesnica.hr)