

VOLONTERI U ZDRAVSTVU

volontiranje za učenike
osnovnih i srednjih škola te za studente



KRIJESNICA

Udruga za pomoć djeci i obiteljima
suočenicima s malignim bolestima

Nakladnik
Krijesnica – udruga za pomoć djeci i obiteljima suočenima s malignim bolestima

Autor
Krijesnica – udruga za pomoć djeci i obiteljima suočenima s malignim bolestima



KRIJESNICA
Udruga za pomoć djeci i obiteljima
suočenima s malignim bolestima

Grafičko oblikovanje
IMMENSITÄ

Zagreb, 2026.

ISBN 978-953-8044-29-8



Ovaj je dokument izrađen uz financijsku podršku Grada Zagreba u sklopu projekta "Volontiranjem osvjetljena Krijesnica svijetli i dalje - VOK V." Sadržaj ovoga dokumenta u isključivoj je odgovornosti Udruge Krijesnica i ni pod kojim se uvjetima ne može smatrati kao odraz stajališta Grada Zagreba.

Sva prava pridržava nakladnik.
Niti jedan dio ove brošure ne smije se upotrijebiti niti na bilo koji način reproducirati bez prethodnog odobrenja nakladnika.

© Krijesnica – Udruga za pomoć djeci i obiteljima suočenima s malignim bolestima
Prilaz Gjure Deželića 50, 10 000 Zagreb
01/ 3770-022
krijesnica@krijesnica.hr
www.krijesnica.hr

VOLONTERI U ZDRAVSTVU

volontiranje za učenike
osnovnih i srednjih škola te za studente



KRIJESNICA
Udruga za pomoć djeci i obiteljima
suočenima s malignim bolestima



*“Ako želiš učiniti nešto veliko,
počni s nečim malim. Volontiraj.”
– Nepoznat autor*

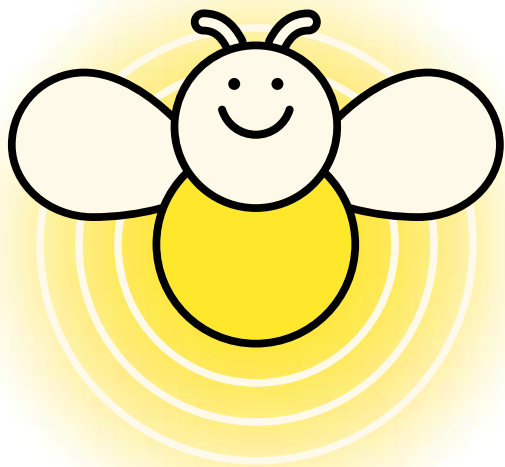
UVOD

Ova brošura namijenjena je učenicima osnovnih i srednjih škola te studentima, odnosno onima koji imaju želju uključiti se u volonterske aktivnosti i svoje slobodno vrijeme, znanje, vještine i dobru volju podijeliti s onima kojima treba naše osnaženje, trud, radost, dobronamjernost, pomoć i podrška.

Volonterstvo je jedno od najsnažnijih pokretačkih elemenata koji doprinose razvoju zajednice i društva u cjelini. Volonterstvo potiče osjećaj odgovornosti za zajednicu te sa sobom donosi niz vrijednosti – toleranciju, solidarnost, osviještenost, zajedništvo, razumijevanje, ravnopravnost, poštovanje i mnoge druge. Danas su nam poznati brojni pozitivni učinci volontiranja na osobni rast i razvoj osobe, poput unapređenja procesa učenja, povećanja socijalne osjetljivosti, poboljšanja na području samopoštovanja, samospoznaje i učinkovitosti.

U nastavku brošure, nadamo se da ćete pronaći motivaciju za uključenje u neki od volonterskih programa, saznati informacije koje su vam nedostajale te se podsjetiti svih pozitivnih strana koje volontiranje donosi, ali i važnosti vlastite brige o sebi prilikom volontiranja.





O KRIJESNICI

UUdruga Krijesnica pruža pomoć obiteljima djece oboljele od maligne bolesti. Osnovana je 2000. godine u suradnji roditelja oboljele djece, liječnica i liječnika, psihologinje i medicinskih sestara. U proteklih 25 godina, pružila je podršku više od 1 750 obitelji suočenih s dugotrajnim liječenjem.

Udruga osigurava besplatan smještaj tijekom liječenja za obitelji koje nisu s područja Zagreba, informira roditelje o pravima njihove djece i pruža financijsku pomoć obiteljima slabijeg imovinskog stanja, nudi mogućnost individualne i grupne psihoterapije roditeljima, besplatne stručne prijevode medicinske dokumentacije te razne druge oblike pomoći.

Osim svojih vrijednih zaposlenika, okuplja i veliki broj volontera, koji sudjeluju u različitim aktivnostima usmjerenima na uljepšavanje boravka djece za vrijeme liječenja u bolnicama te nakon završetka liječenja pri povratku u njihovu svakodnevnicu.

POJAM VOLONTER I VOLONTIRANJE

Dobrovoljno ulaganje osobnog vremena, truda, znanja i vještina kojima se obavljaju usluge ili aktivnosti za dobrobit druge osobe ili za zajedničku dobrobit, bez postojanja uvjeta isplate novčane nagrade ili potraživanja druge imovinske koristi za obavljeno volontiranje (Zakon o volonterstvu)

Volonterstvo kao dobrovoljna aktivnost prije svega je sloboda izbora, a sloboda je osnovna težnja ljudske civilizacije i obilježje demokracije.

Volonterstvo u sebi sadrži potencijal izgradnje solidarnosti kako bi oni koji imaju otežane životne okolnosti postali ravnopravni članovi zajednice.

Volontirajući imamo priliku pomoći drugima, ali i ukazati na probleme i potrebe oko nas.



VOLONTIRANJE U KRIJESNICI



Volonterski angažman u Krijesnici uključuje:

- ● ● Rad mladih mentora
- ● ● Sudjelovanje u projektu "Malo svjetlo nade"
- ● ● Sudjelovanje u javnim akcijama
- ● ● Sudjelovanje u rehabilitacijskom programu
- ● ● Darivanje djece na odjelima
- ● ● Pomoć u uredu
- ● ● Korporativno volontiranje

KORISNI DOKUMENTI I PUBLIKACIJE

Važne informacije vezane uz razvoj i infrastrukturu volonterstva u Hrvatskoj i Europi:

Zakon o volonterstvu (NN 58/07, 22/13, 84/21)

Europska povelja o volonterstvu

Manifest volonterstva u Europi

Infrastruktura volonterstva u Europi

Skup politika o volonterstvu u Europi (publikacija nastala tijekom 2011., Europske godine volontiranja)

Zakon o udrugama

Nacionalna strategija stvaranja poticajnog okruženja za razvoj civilnoga društva od 2012. do 2016. (definira prioritete za razvoj volonterstva, još uvijek na snazi, strategija za novo razdoblje 2017-2021 je u izradi)

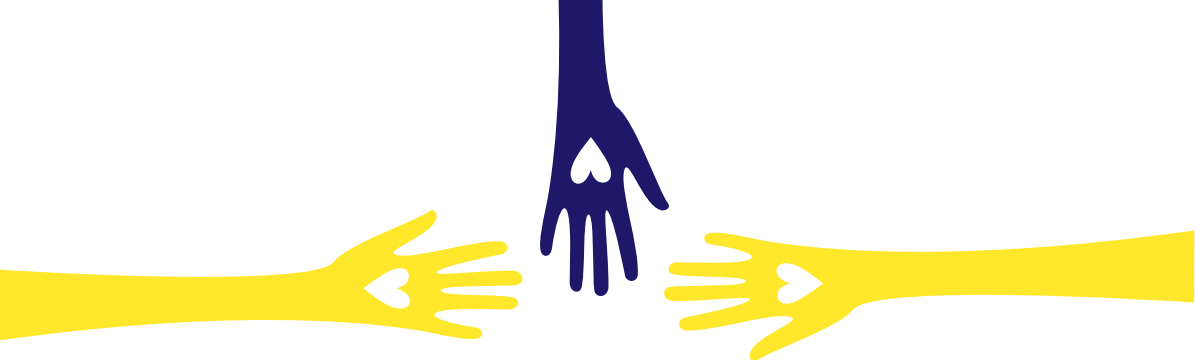
Vodič za organizatore volontiranja i volontere i Potvrda o kompetencijama stečenim kroz volontiranje

Pravilnik o državnoj nagradi za volontiranje ("Narodne novine", broj 109/21)

Pravilnik o sadržaju izvješća o obavljenim uslugama ili aktivnostima organizatora volontiranja ("Narodne novine", broj 109/21)

Odluka o kriterijima za izbor i način izbora člana i zamjenika člana Nacionalnog odbora za razvoj volonterstva („Narodne novine“, broj 109/21)





Sigurno znate kakav je to osjećaj kada nešto jako želite. U tim trenucima možda i ne razmišljate što ćete možda morati dati ili učiniti da do toga, što tako jako želite, dođete. Istu tu snagu želje, takvu motivaciju, osjećaju oni koji volontiraju.

Volontiranje je rad koji nije plaćen novcem. Međutim, plaćen je vremenom koje provedemo s drugima, odnosima koje izgradimo, vještinama koje steknemo, znanjem koje naučimo, onime što naše interese ili hobije pretvori u potencijalni profesionalni put ili karijeru.

Kada se spomenu volonteri, na um obično padnu riječi kao što su nesebičnost, posvećenost, empatija, predanost, strpljenje i želja. Sve su to odlike volontera upravo zato što volontiranje kreće od nas samih, naše želje ili motivacije. Zbog toga je volontiranje duboko osobno iskustvo, koje mi oblikujemo i koje oblikuje nas.

Svi mi živimo u jednoj velikoj zajednici u kojoj jedni drugima možemo pomoći, učiniti neko dobro, olakšati nešto. Jedan dan svakog čovjeka sastoji se od malih trenutaka – odluke da ujutro ustane, opere zube, obuče nešto, izađe iz kuće, ode u školu ili na posao, radi ono što voli, uči, druži se s prijateljima i obitelji, ide na sportske aktivnosti, traži u knjižnici novo štivo, šeta svog ljubimca. Naizgled su to sitni trenuci, o kojima ne razmišljamo previše. Međutim, ima ljudi u našoj zajednici kojima su i ti mali trenuci teški. Ipak, nisu nemogući ako je u blizini netko tko može pomoći.

Zdravstvene ustanove, posebno bolnice, nisu uvijek na prvu ugodna mjesta niti pomislimo prvo na njih kada razmišljamo o tome gdje bismo i kako htjeli provesti vrijeme, gdje bismo mogli upoznati ljude s kojima ćemo imati puno toga zajedničkog i gdje ćemo nešto naučiti. Međutim, stvarnost je drugačija. U bolničkim krevetima i na bolničkim hodnicima ima ljudi koji vole iste filmove i knjige kao mi, navijaju za iste klubove, imaju iste hobije, vole iste predmete u školi ili kolegije, na isti bi način htjeli provesti vikend kao i mi. Trebaju doktore i doktorice, medicinske sestre i tehničare, ali i one koji ne nose bijele ili plave kute već mogu u njihovu sobu donijeti osmijeh i posvetiti im malo vremena uz razgovor ili društvene igre.

Volontiranje u zdravstvenim ustanovama samo je jedan oblik volontiranja u Krijesnici. Puno je mogućnosti – pomoć s rehabilitacijskim aktivnostima, promotivne aktivnosti Krijesnice u sklopu kojih mogu ispričati o svom iskustvu i aktivnostima koje ih povezuju s korisnicima (djeci i njihovim obiteljima) te podizanje svijesti o potrebama i načinima pomoći onima kojima možemo pomoći.

Iako volontiranje nije plaćeni rad, kroz volonterske aktivnosti rastemo i razvijamo se osobno i profesionalno, kao osobe i kao budući odrasli ljudi koji će svaki dan ići na posao i raditi s drugima. Kroz komunikaciju s korisnicima udruge (djecom i njihovim obiteljima), zaposlenicima Krijesnice koji pomažu u pripremi za volontiranje i medicinskim osobljem, volonteri razvijaju svoju verbalnu komunikaciju, uče čitati govor tijela (neverbalnu komunikaciju) i njeguju empatiju, odnosno suosjećanje s drugom osobom.

Volontiranje se ne odvija uvijek u idealnim uvjetima, ali strahu nema mjesta jer je uvijek prisutna iskusnija osoba koja zna što reći, što učiniti i kako reagirati. Od njih naši volonteri uče kako ostati smireni u sličnoj situaciji, što prvo učiniti, kako i gdje potražiti dodatnu pomoć ako treba. Volonteri koji odlaze u zdravstvene ustanove prolaze i posebnu obuku kako bi se što lakše snašli na odjelima i u bolničkim sobama.

Vještine koje se stječu kroz volontiranje temelj su za profesionalni put, za karijeru i mogu biti odskočna daska za sve ono što bismo htjeli postići, sutra ili nekad kasnije u budućnosti. Volontiranje nas spaja s ljudima s kojima se možda u drugim okolnostima ne bismo upoznali i/ili imali priliku družiti.

Možda i najbolji dio volontiranja jest to da svoje vrijeme možemo ispuniti aktivnostima koje nisu nužno vezane uz našu školu, fakultetski smjer i/ili zaposlenje, ali jesu predmet interesa i/ili znatiželje. Odnosno, ne moramo studirati medicinu kako bismo volontirali u zdravstvenim ustanovama, ne moramo biti profesori književnosti da bismo čitali i pričevali djeci bajke i priče, ne moramo biti fizičari ili astronomi da bismo djeci otkrili neke tajne svemira. Jedino što nam treba je želja. Dovoljno je željeti podijeliti svoje vrijeme s nekim. I javiti se u udruhu Krijesnica kako bismo se pripremili i dobili sve informacije.



Veselim se primiti vas u našu šarenu volontersku obitelj!



PORUKE DJECE I RODITELJA

“Onaj osjećaj kad tjednima spavaš na fotelji u bolnici i onda u petak navečer, uđe nepoznato lice, u žutoj majici i kaže; Majko, želite li malo izaći? Ja ću se poigrati s Vašim djetetom! To su volonteri sa srcem!” (majka djeteta)

“Drage tete koje se družu sa mnom da mama može malo predahnuti. Hvala na svemu!” (djevojčica, 6 godina)

“Osim s djecom, volonteri znaju i popričati s nama roditeljima, iako to nekada zna i zasmetati djeci jer zaborave tko je sljedeći na potezu u igri.” (majka djeteta)

“Sviđa mi se što volonteri, pri ulasku u moju bolničku sobu, uvijek prvo pitaju kako sam raspoložen i što želim raditi. Najčešće igramo određene društvene igre, poput Bele, Una ili Rumikuba. Posebno mi se sviđio jedan volonter s kojim sam sastavljao video o svojem rodnom gradu. Drago mi je i kada volonteri ne postavljaju pitanja na koja ni ja sam nemam odgovor, poput koliko ostaješ u bolnici i kada ideš doma.” (dječak, 12 godina)

“Volonteri su velika podrška u igri i razgovoru s djecom. Pružaju roditeljima vrijeme da se “makne” i obavi što treba, ponekad i “prisilno”. Isto tako, dijete se može upustiti u aktivnosti bez tableta i mobitela. :)” (majka djeteta)

“Kada volonteri pokucaju na vrata prvo pomislim “o ne, ne da mi se”, a kada se krenem igrati, super mi je! :)” (dječak, 8 godina)

PORUKE VOLONTERA

“Volim volontirati jer se osjećam zadovoljno i ispunjeno.”

“Puno sam naučila o sebi, stekla neke komunikacijske vještine koje prije nisu bile toliko razvijene.”

“Mislila sam da ja dolazim k njima da oni budu bolje raspoloženi, a zapravo sam shvatila da to utječe i na moje raspoloženje, usrećuje me i odlazim s odjela s osjećajem da sam puna energije.”

“Upoznala sam puno novih i zanimljivih ljudi od kojih su mi neki postali pravi prijatelji.”

“Stalno govorim svojoj okolini da je odluka o volontiranju jedna od najboljih stvari u koje sam se upustila, i sve nagovaram da si i oni pronađu svoje mjesto za volontiranje.”

“Sviđa mi se što mogu sama izabrati aktivnosti koje ću raditi s djecom i u kojima se osjećam ugodno.”

“Volontiranje u Krijesnici za mene predstavlja izvor dubokog ispunjenja i inspiracije. Svaki trenutak proveden s djecom oboljelom od malignih bolesti donosi mi ne samo osjećaj zahvalnosti, već i duboko osobno iskustvo ponovnog otkrivanja esencije života - ljubavi, podrške, razumijevanja, borbe za život. Volontiranje u Krijesnici nije samo pružanje podrške, već i put osobnog razvoja, gdje razvijam empatiju, razumijevanje i snagu zajedništva.”

“Edukacija je bila divna po svim segmentima, od doktorica, do vas iz Krijesnice, sve me oduševilo i prestrašilo.

Saznanje da se jako veliki postotak djece ipak izliječi mi je bio “vjetar u leđa” i snaga da krenem na odjel...

...Djeca su na odjelima, malo je reći, divna. Toliko hrabra, odrasla, vesela, da se ponekad zapitam od kuda crpe svu tu energiju...

...Volontiranje je samo po sebi jedan dobrovoljni čin pojedinca, kažu nesebično davanje sebe bez obzira na koji način. Da, slažem se djelomično. Moram priznati kako ga ja doživljam drugačije, mislim da je to ustvari dvosmjerna ulica, kako prema onome u potrebi, a tako i onome tko ga daje i svatko nešto dobiva za sebe...

...Inače sam puna optimizma i nekako se trudim kroz život ići otvorenih očiju, uma i srca, a to sam još više osvijestila od kada dolazim na odjel, ustvari, to su me djeca naučila... Koliko bi nam svima život bio jednostavniji kada bismo imali ovu njihovu hrabrost, razboritost i neiskvarenost...”





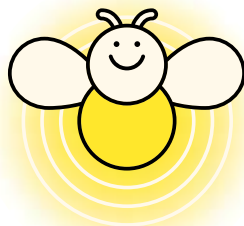
VOLONTERSKA KRIJESNICA

Udruga Krijesnica od 2020. godine redovito organizira „Volontersku Krijesnicu“ povodom međunarodnog dana volontera koji se obilježava 5. prosinca. Iznimno smo zahvalni svim našim volonterima na trudu, volji i vremenu koje izdvajaju za volontiranje u ovim zahtjevnim vremenima. Zato želimo nagraditi volontere koji su se posebno istaknuli. Nagrađuju se volonteri koji su se te godine, ali i prijašnjih godina istaknuli svojim angažmanom i predanošću. Volonteri dobiju prigodne poklone kao znak zahvale za sve vrijeme, trud i volju koju su poklonili udruzi Krijesnica. Dugoročni plan Krijesnice svake je godine pratiti volontere i nagrađivati ih kako bi se potaknulo što odgovornije i što korisnije volontiranje svih sudionika.

Svi zainteresirani za volontiranje u Krijesnici mogu se prijaviti preko naše *web*-stranice i formulara za volontere te će nakon toga dobiti više informacija o mogućnostima volontiranja u Krijesnici, bit će pozvani na razgovor i upoznavanje budući da negujemo prijateljski odnos s našim volonterima. Ukoliko se odluče za volontiranje u programu Mladi mentori bit će pozvani na sudjelovanje u edukaciji. Ukoliko netko ima pitanja vezana uz volontiranje slobodno neka nam se javi, tu smo za sva pitanja.



www.krijesnica.hr



KRIJESNICA

Udruga za pomoć djeci i obiteljima
suočenima s malignim bolestima

Siječanj, 2026.