

PLAN RADA

Liga protiv raka Grada Drniša

Razdoblje: 2025.

1. OPĆI CILJ RADA LIGE PROTIV RAKA GRADA DRNIŠA

Unaprijediti kvalitetu života osoba oboljelih od raka, njihovih obitelji i šire zajednice kroz edukaciju, prevenciju, podršku te promociju zdravih životnih navika na području Grada Drniša i okolice.

Liga protiv raka Grada Drniša kao udruga građana posvećena borbi protiv malignih bolesti djeluje s ciljem podizanja svijesti, pružanja pomoći oboljelima te poticanja preventivnih aktivnosti u zajednici. Na temelju strateškog plana za razdoblje 2025. – 2028., izrađen je Plan rada za 2025. godinu kojim se definiraju prioritetne aktivnosti, ciljevi i načini realizacije za tekuću godinu. Plan je usmjeren na lokalnu zajednicu – oboljele, članove njihovih obitelji, volontere i sve građane Drniša i okolice.

Kroz sustavne i kontinuirane aktivnosti, misija udruge je pružiti emocionalnu, informativnu i praktičnu podršku osobama oboljelima od raka te njihovim obiteljima, s ciljem olakšavanja svakodnevnog života i jačanja osjećaja zajedništva.

U središtu djelovanja udruge nalazi se edukacija građana o važnosti ranog otkrivanja raka, redovitih preventivnih pregleda, pravodobne dijagnostike i dostupnosti liječenja. Udruga organizira predavanja, radionice i javne kampanje kako bi se podigla razina svijesti o faktorima rizika, važnosti pravilne prehrane, tjelesne aktivnosti te psihološke otpornosti u prevenciji bolesti.

Dodatno, radi se na povezivanju s medicinskim ustanovama, stručnjacima, drugim udrugama i relevantnim institucijama kako bi se osigurala što kvalitetnija zdravstvena i psihosocijalna skrb za oboljele. Veliku važnost organizacija pridaje i zagovaranju poboljšanja zdravstvenih politika na lokalnoj razini te osnaživanju lokalne zajednice kroz volonterizam, humanitarne akcije i partnersku suradnju.

2. PRIORITETNA PODRUČJA DJELOVANJA

A. Edukacija i prevencija

U sklopu cilja prevencije i ranog otkrivanja, planira se organizacija prve javno-zdravstvene kampanje u ožujku 2025., posvećene prevenciji raka dojke i raka debelog crijeva. Kampanja će uključivati besplatna mjerenja krvnog tlaka i šećera, savjetovanja sa zdravstvenim djelatnicima i podjelu edukativnih materijala. U suradnji s osnovnim školama u Drnišu i okolnim naseljima, tijekom travnja i svibnja bit će organizirana edukativna predavanja o važnosti zdravih navika i ranog prepoznavanja simptoma raka. Planira se i izrada te distribucija informativnih letaka i plakata prilagođenih različitim dobnim skupinama, kao i uspostava suradnje s liječnicima obiteljske medicine radi upućivanja građana na preventivne preglede.

Liga će također aktivno sudjelovati u obilježavanju nacionalnih i međunarodnih dana posvećenih borbi protiv raka, organizirati preventivne akcije poput besplatnih pregleda i savjetovanja te sudjelovati u nacionalnim preventivnim programima.

U svim aktivnostima edukacije i prevencije bit će uključen multidisciplinarni pristup, oslanjajući se na suradnju s zdravstvenim ustanovama, školama, lokalnom samoupravom, civilnim društvom i medijima. Cilj je stvoriti informiranu i odgovornu zajednicu koja razumije važnost prevencije i koja aktivno doprinosi smanjenju pojavnosti malignih bolesti.

Cilj: Povećati svijest građana o važnosti prevencije, ranog otkrivanja i liječenja raka.

Planirane aktivnosti:

- Organizacija javnozdravstvenih tribina i edukacija (najmanje 4 godišnje)
- Obilježavanje značajnih datuma (Svjetski dan borbe protiv raka, Dan dojke, Movember, Dan bez duhanskog dima, Dan narcisa, Dan mimoza, Ružičasta vrpca...)
- Distribucija edukativnih brošura i letaka u suradnji s lokalnim zdravstvenim ustanovama
- Uključivanje škola i mladih u preventivne kampanje

B. Psihosocijalna podrška oboljelima i njihovim obiteljima

U području psihosocijalne podrške, od ožujka će se uspostaviti mjesečni susreti za oboljele i članove njihovih obitelji, vođeni od strane psihologa i volontera. Dvije tematske radionice samopomoći, planirane za lipanj i listopad, obuhvatit će teme emocionalnog suočavanja s bolešću i pravilne prehrane tijekom liječenja. Kroz cijelu godinu bit će omogućena i individualna savjetovanja po potrebi, uz angažman stručnjaka. Dodatno, planirana je suradnja sa socijalnim službama radi pružanja informacija i pomoći oboljelima u ostvarivanju socijalnih i financijskih prava. Također će se poticati međusobno povezivanje i razmjena iskustava među osobama koje su prošle ili prolaze kroz slična iskustva, kroz organizaciju tematskih susreta, radionica i edukativnih programa. Time se želi stvoriti siguran prostor za dijeljenje i međusobnu podršku, što može značajno doprinijeti osjećaju zajedništva i psihološkoj stabilnosti.

Liga će kontinuirano raditi na jačanju kapaciteta za pružanje ovakve vrste podrške, kroz suradnju s institucijama, stručnjacima i volonterima, osiguravajući dostupnost i kvalitetu usluga svim građanima kojima su one potrebne.

Cilj: Osigurati emocionalnu i informativnu podršku osobama oboljelima od raka.

Planirane aktivnosti:

- Pokretanje grupe podrške za oboljele i njihove obitelji (jednom mjesečno)
- Individualna savjetovanja s vanjskim stručnjacima (psiholozi, socijalni radnici)
- Suradnja s bolnicama i domovima zdravlja za bolju koordinaciju pomoći

C. Promicanje zdravih stilova života

Tijekom 2025. godine Liga planira organizaciju dviju većih javnozdravstvenih kampanja, usmjerenih na promociju zdravih navika i rano prepoznavanje simptoma bolesti. Kampanje će se održati u ožujku i rujnu, a uključivat će postavljanje informativnih štandova na javnim mjestima (tržnice, centar grada), dijeljenje letaka i brošura, besplatna mjerenja krvnog tlaka, šećera u krvi i tjelesne mase, savjetovanja s medicinskim osobljem te vođene šetnje i vježbanja na otvorenom.

Liga će kroz cijelu godinu organizirati i provoditi niz aktivnosti usmjerenih na poticanje zdravih navika kod građana svih dobnih skupina. Edukativne radionice i predavanja o prevenciji kroničnih bolesti, važnosti redovite tjelesne aktivnosti, uravnotežene prehrane, mentalnog zdravlja i odvikavanja od pušenja održavat će se u suradnji s liječnicima, nutricionistima i drugim stručnjacima.

Planira se organizacija tematskih šetnji i rekreativnih dana za građane, posebno stariju populaciju, s ciljem uključivanja u zajedničke aktivnosti na otvorenom. U suradnji s osnovnim i srednjim školama provodit će se interaktivni programi o važnosti zdravih navika od najranije dobi. Također će se distribuirati edukativni materijali u tiskanoj i digitalnoj formi kako bi se informacije o zdravlju učinile dostupnima svima.

Povodom važnih datuma (Dan mimoza, Dan dojki, Svjetski dan borbe protiv raka) provodit će se ciljani programi s informativnim punktovima u gradu, promotivnim materijalima i besplatnim savjetovanjima. Time će se dodatno poticati svijest o važnosti preventivnih pregleda i osobne odgovornosti za zdravlje.

Cilj: Smanjiti rizične faktore za razvoj malignih bolesti u populaciji.

Planirane aktivnosti:

- Organizacija rekreativnih događanja („Hodaj za zdravlje“, biciklijade, dani zdravlja...)
- Predavanja o prehrani, tjelovježbi i prestanku pušenja
- Partnerstva s lokalnim sportskim i rekreativnim klubovima

D. Suradnja i umrežavanje

Suradnja i umrežavanje ključni su elementi učinkovitog djelovanja Lige protiv raka. Kroz zajedničke inicijative s drugim institucijama, organizacijama i stručnjacima, Liga jača svoje kapacitete, proširuje doseg aktivnosti i osigurava veću kvalitetu pruženih usluga. Tijekom 2025. godine naglasak će biti na produbljivanju postojećih partnerstava i uspostavi novih oblika suradnje, posebno u području edukacije, prevencije i podrške oboljelima.

Liga će u narednom razdoblju dodatno osnažiti suradnju s lokalnim zdravstvenim ustanovama, školama, gradskim vlastima, udrugama i civilnim sektorom. Održavat će se redoviti sastanci i zajednički projekti kako bi se aktivnosti bolje koordinirale i multiplicirao učinak. Aktivno će se sudjelovati u javnozdravstvenim kampanjama i akcijama koje organiziraju druge institucije, čime se jača međusobna podrška i vidljivost.

Poticat će se suradnja s Ligama protiv raka u drugim gradovima radi razmjene iskustava, primjera dobre prakse i potencijalnog provođenja zajedničkih aktivnosti na regionalnoj razini. Liga će također nastojati uključiti relevantne stručnjake i osobe iz javnog života u svoje akcije kako bi se ojačao utjecaj poruka i dosegao veći broj građana.

Kao dio strategije umrežavanja, nastaviti će se i povezivanje s nacionalnim kampanjama i platformama koje promiču zdravlje i borbu protiv raka, kako bi se lokalna zajednica integrirala u šire nacionalne i europske zdravstvene tokove.

Cilj: Ojačati kapacitete Lige kroz suradnju s relevantnim dionicima.

Planirane aktivnosti:

- Uspostavljanje redovite suradnje s HZJZ-om, HZZO-om, lokalnim zdravstvenim institucijama
- Sudjelovanje na regionalnim i nacionalnim konferencijama i sastancima udruga
- Razmjena iskustava s drugim ligama i udrugama za borbu protiv raka u RH

E. Volonterstvo i uključivanje zajednice

Volonterstvo i aktivno uključivanje lokalne zajednice predstavljaju temeljno uporište u radu Lige protiv raka Grada Drniša. Prepoznajući važnost građanskog angažmana, osobne solidarnosti i zajedničkog djelovanja, Liga će tijekom 2025. godine uložiti dodatne napore u osnaživanje volonterske mreže i poticanje što šireg uključivanja građana u aktivnosti prevencije, podrške i edukacije. Jedan od važnih ciljeva u području volonterstva i uključivanja zajednice je jačanje kulture solidarnosti i suosjećanja u lokalnom okruženju. Kroz vidljive i pozitivne primjere volonterskog rada, Liga želi potaknuti promjene u društvenim stavovima – od pasivne promatračke uloge prema aktivnom sudjelovanju u dobrobiti zajednice.

Redovito će se provoditi volonterske akcije poput prikupljanja donacija, pomoći oboljelima i njihovim obiteljima, logističke potpore pri organizaciji evenata, sudjelovanja na štandovima te podjele promotivnih materijala. Liga će se truditi omogućiti osjećaj pripadnosti i zahvalnosti

svakom volonteru kroz javno priznanje doprinosa, volonterske sastanke, druženja i zajedničke refleksije nakon većih akcija.

Uključivat će se različite skupine – učenici, studenti, umirovljenici i zaposlenici – s ciljem izgradnje međugeneracijske solidarnosti. Poseban naglasak bit će stavljen na aktivno uključivanje mladih kroz suradnju sa školama, s ciljem odgoja budućih društveno odgovornih građana. Liga će i dalje razvijati lokalne inicijative koje potiču solidarnost, empatiju i aktivno sudjelovanje svih građana.

Cilj: Aktivno uključiti građane u rad Lige.

Planirane aktivnosti:

- Prijam i edukacija novih volontera (najmanje 3 godišnje)
- Organizacija volonterskih akcija (posjete bolesnima, pomoć starijima, podrška u događanjima)
- Uključivanje mladih kroz školske i studentske inicijative

3. ORGANIZACIJSKI RAZVOJ

A. Jačanje kapaciteta Lige

U cilju jačanja kapaciteta, u prvoj polovici godine izrađuje se strategija prikupljanja sredstava, s fokusom na lokalne izvore, javne natječaje i privatne donatore. Također, udruga će raditi na osiguravanju stalnog prostora za rad, savjetovanja i susrete. Do kraja drugog tromjesečja uspostaviti će se sustav praćenja i evaluacije aktivnosti, uključujući indikatore uspješnosti i upitnike za sudionike. Volonterski program bit će formaliziran kroz selekciju, edukaciju, vođenje evidencije i simbolično nagrađivanje angažiranih volontera.

Planirane aktivnosti:

- Priprema i prijava projekata za financiranje (lokalni natječaji, ministarstva, EU fondovi)
- Uspostava ureda i osnovne infrastrukture za rad (računalo, telefon, prostor)
- Zapošljavanje ili angažiranje koordinatora aktivnosti i administrativne podrške

B. Komunikacija i vidljivost

Jasna, dosljedna i proaktivna komunikacija ključna je za jačanje prepoznatljivosti Lige, izgradnju povjerenja s javnošću i povećanje učinkovitosti svih aktivnosti. Liga će koristiti različite komunikacijske kanale kako bi informirala javnost o svojim ciljevima, aktivnostima i postignućima.

Redovito će se ažurirati stranice na društvenim mrežama s objavama o događanjima, edukacijama i inspirativnim pričama korisnika. Izrađivat će se promotivni materijali – plakati, letci, brošure i digitalne objave – koji će biti prepoznatljivi i jasni u svojoj poruci. U suradnji s lokalnim medijima objavljivat će se vijesti i priče koje promiču rad Lige i širu borbu protiv raka.

Liga će također razvijati svoj vizualni identitet kroz standardizirane grafike, logotip i promotivne materijale kako bi postala prepoznatljivija u zajednici. Interna komunikacija s članovima i volonterima odvijat će se putem mjesečnih biltena, zatvorenih grupa na društvenim mrežama i redovitih sastanaka.

Organizirat će se i radionice o komunikacijskim vještinama, javnom nastupu i digitalnom predstavljanju za volontere i članove. Također, Liga će javno objavljivati godišnje izvještaje i informacije o svom radu, čime se dodatno jača transparentnost i povjerenje javnosti.

Planirane aktivnosti:

- Redovito informiranje javnosti putem društvenih mreža, medija i lokalnih glasila
- Izrada godišnje komunikacijske strategije i medijskih objava
- Održavanje web stranice i prisutnost na društvenim mrežama

C. Transparentnost i kvaliteta rada

Liga protiv raka Grada Drniša nastaviti će jačati transparentnost i osiguravati visoku razinu kvalitete u svom radu kako bi opravdala povjerenje članova, donatora, partnera i šire javnosti. Sve aktivnosti, prikupljena sredstva i utrošeni resursi vodit će se u skladu s važećim zakonima, računovodstvenim standardima i načelima odgovornog upravljanja.

Redovito će se izrađivati financijski i programski izvještaji koji će biti javno dostupni članovima Lige i zainteresiranim građanima putem digitalnih kanala ili na zahtjev. Godišnji izvještaj o radu uključivat će pregled svih aktivnosti, postignutih rezultata, izazova i planova za naredno razdoblje, čime se osigurava uvid u cjelokupno djelovanje organizacije.

Kvaliteta rada održavat će se kroz redovitu evaluaciju provedenih aktivnosti, prikupljanje povratnih informacija od sudionika i korisnika te sustavno planiranje budućih projekata temeljem prakse i potreba zajednice. Liga će poticati kulturu stalnog učenja, unapređenja i odgovornosti u svim segmentima svog djelovanja.

Također će se razvijati interni alati i procedure za bolju organizaciju, komunikaciju i donošenje odluka. Posebna pažnja posvetit će se etičkom djelovanju, zaštiti privatnosti korisnika te pravednom i poštenom uključivanju svih zainteresiranih u rad Lige. Na taj način, Liga će nastaviti graditi kredibilitet i stabilnost, čime stvara temelje za održivost i rast u budućnosti.

Planirane aktivnosti:

- Redovito financijsko i programsko izvještavanje prema članovima, donatorima i javnosti
- Godišnja evaluacija provedbe aktivnosti i interni izvještaji
- Provođenje anketa o zadovoljstvu korisnika usluga Lige

4. OČEKIVANI REZULTATI

Provedbom planiranih aktivnosti Liga protiv raka Grada Drniša očekuje ostvarenje niza pozitivnih rezultata na razini lokalne zajednice, kako u području prevencije i edukacije, tako i u pogledu podrške oboljelima i njihovim obiteljima.

Očekuje se povećana razina informiranosti građana o rizičnim čimbenicima za nastanak malignih bolesti, važnosti redovitih preventivnih pregleda i usvajanju zdravih životnih navika. Kroz edukativne i promotivne aktivnosti, veći broj građana bit će potaknut na aktivno sudjelovanje u nacionalnim programima ranog otkrivanja raka, što dugoročno može doprinijeti ranijoj dijagnostici i većem postotku izlječenja.

Povećanjem dostupnosti i vidljivosti psihosocijalne podrške, očekuje se poboljšanje kvalitete života onkoloških bolesnika i njihovih obitelji. Uključivanje volontera i jačanje mreže podrške kroz suradnju s institucijama i organizacijama civilnog društva omogućit će stvaranje povezanije i osjetljivije zajednice.

Dodatno, kroz razvoj i implementaciju sustava za komunikaciju, transparentnost i evaluaciju rada, Liga će osigurati veću razinu povjerenja javnosti i održivost svoga djelovanja. Očekuje se i rast volonterske baze te intenzivnija suradnja s obrazovnim, zdravstvenim i društvenim institucijama, čime će se dodatno osnažiti kapaciteti Lige.

Očekivani rezultati ogledaju se kroz:

- Povećanu razinu informiranosti građana o raku i mogućnostima prevencije
- Pruženu psihološku i savjetodavnu podršku oboljelima i članovima obitelji
- Povećani broj aktivnih članova i volontera Lige
- Provedeno najmanje 10 edukativno-preventivnih aktivnosti
- Osigurana sredstva za funkcioniranje Lige kroz natječaje i donacije

5. PRAĆENJE I EVALUACIJA

U svrhu osiguranja učinkovitosti i kvalitete rada, Liga protiv raka Grada Drniša planira redovito provoditi sustavno praćenje i evaluaciju svih svojih aktivnosti. Praćenje se temelji na jasno definiranim ciljevima, planiranim aktivnostima i očekivanim rezultatima, a provodit će se kontinuirano tijekom cijele godine.

Evaluacija će uključivati prikupljanje povratnih informacija od sudionika aktivnosti, članova Lige, volontera i suradničkih institucija. Također, analizirat će se ostvarenje zacrtanih pokazatelja uspješnosti – poput broja održanih edukativnih radionica, broja sudionika na javnozdravstvenim akcijama, broja pruženih usluga psihosocijalne podrške i slično.

Posebna pažnja posvetit će se i unutarnjoj evaluaciji kvalitete rada, pri čemu će se preispitivati učinkovitost korištenja resursa, komunikacija unutar tima, zadovoljstvo korisnika i relevantnost provedenih aktivnosti u odnosu na potrebe zajednice.

Na temelju provedenog praćenja i evaluacije izrađivat će se godišnje izvješće o radu, koje će služiti kao alat za unaprjeđenje budućih aktivnosti te osiguranje transparentnosti prema članstvu i javnosti. Rezultati evaluacije koristit će se za strateško planiranje, prilagodbu programa potrebama zajednice i jačanje ukupne učinkovitosti djelovanja Lige.

Evaluacija aktivnosti vršit će se:

- kvartalno, kroz interne izvještaje i sastanke
- godišnje, kroz sveobuhvatni godišnji izvještaj
- putem povratnih informacija korisnika, partnera i donatora



6. FINANCIJSKI OKVIR

Za provedbu planiranih aktivnosti, Liga protiv raka Grada Drniša oslanja se na raznolike izvore financiranja, uključujući donacije građana i poduzeća, članarine, potpore lokalne i regionalne samouprave, natječaje nadležnih institucija, kao i potencijalne fondove i programe Europske unije. Transparentno i odgovorno upravljanje financijskim sredstvima ključan je aspekt rada Lige te omogućuje održivost programa i pouzdano planiranje budućih aktivnosti.

Financijski okvir temelji se na realnoj procjeni troškova potrebnih za ostvarenje planiranih ciljeva – uključujući organizaciju javnozdravstvenih akcija, edukacija, promotivnih kampanja, podrške oboljelima i njihovim obiteljima, kao i troškove administracije, opreme i logistike. Sredstva će se raspodjeljivati sukladno prioritetima i u skladu s načelima učinkovitosti i ekonomičnosti.

Liga će nastaviti razvijati kapacitete za financijsko planiranje i upravljanje, uz redovno vođenje financijskih izvještaja i reviziju troškova. Svi prihodi i rashodi bit će javno dostupni putem godišnjih izvješća, čime se dodatno osigurava transparentnost i povjerenje zajednice. Cilj je stvaranje stabilnog i održivog financijskog okvira koji podržava dugoročno djelovanje Lige i omogućuje kvalitetnu realizaciju svih planiranih programa.

Sredstva za provedbu plana rada predviđena su kroz:

- Javne natječaje (grad, županija, ministarstva)
- Donacije građana i tvrtki
- Humanitarne akcije i događanja
- Moguće projektne prijave na EU fondove

Odgovorna osoba:

