

PRIRUČNIK ZA VOLONTERE

NURDOR



VOLONTIRAJ U NURDORU

Dragi volonteri,

Ovo je Priručnik koji će dopuniti i osvežiti vaša znanja i informacije koje ste stekli tokom Nurdorove edukacije za volontere i pomoći vam u volonterskom radu i druženju sa decom i mladima obolelim od raka.

Vaš NURDOR

Ko smo?

NURDOR je Nacionalno Udruženje Roditelja Dece Obolele od Raka.

Udruženje NURDOR su osnovali roditelji, lekari, medicinsko osoblje i volonteri, decembra 2003. Od tada, ova neprofitna, nestranačka, nevladina organizacija pomaže deci i njihovim porodicama suočenim sa nemilosrdnom bolešću današnjice - kancerom.

Roditelji dece obolele od raka ohrabruje podatak da je u više od 70 odsto slučajeva moguće izlečenje. Na žalost, gotovo svakoga dana, rak se dijagnostikuje jednom detetu u Srbiji. Ne zna se zašto dolazi do razvoja raka kod dece, ali je obezbeđivanje adekvatnih uslova lečenja malih bolesnika i kvaliteta života njihovih porodica glavna Misija NURDOR-a.

Deca obolela od raka, kao i svi članovi NURDOR-a, stekli su 2008. godine velikog prijatelja i pokrovitelja u roditeljskom udruženju Ageop Ricerca iz Bolonje. Zahvaljujući Ageopu otvorena je kancelarija koja okuplja roditelje i prijatelje dece iz cele Srbije. NURDOR je član Internacionalne konfederacije udruženja roditelja dece obolele od raka - ICCCP (International Confederation of Childhood Cancer Parent Organizations) www.icccpo.org koja blisko sarađuje sa Svetskim društvom pedijatrijske onkologije, SIOP (International Society of Paediatric Oncology) www.siop.nl.

Oboleloj deci mora biti dostupno adekvatno lečenje i nega i nijedno dete obolelo od malignih bolesti ne sme da pati više nego što mora usled težine same bolesti. Ovako koncipirana Vizija NURDOR-a insistira da svakom detetu i porodici bude pružena sva moguća pomoć kako bi što lakše prebrodili dugotrajno, bolno i iscrpljujuće lečenje.

Rak je bolest koja u potpunosti menja način života obolelog deteta, roditelja i cele porodice. Otuda je Misija NURDOR-a aktivno uticanje na izmene zakonskih regulativa u cilju obezbeđivanja osnovnih prava malih pacijenata, kao i podizanje svesti šire društvene zajednice o problemima sa kojima se suočavaju deca obolela od raka i njihove porodice. NURDOR pruža višestruku pomoć: unapređuje kvalitet lečenja i života obolele dece i njihovih porodica, edukuje pacijente i stručno medicinsko osoblje.

Volontiranje

„Volontiranje je način da se uspostave veze koje umanjuju razlike među ljudima i kroz zajednički rad stvaraju uslovi za zajednički život“ – kaže univerzalna deklaracija o volonterizmu.

- *Volontiranje je put na koji polazite dobrovoljno*
- *Volontiranje je rad zahvaljujući kojem, pomažući drugima, izgrađujete sopstvenu ličnost*
- *Volontiranje vraća osmeh*
- *Volontiranje je za one koji veruju ljudima*
- *Volontiranje pomaže odrastanje*
- *Volontiranje je pružena ruka*
- *Volontiranje su ljubav, vera i nada*

Za svoje aktiviste Nurdor dva puta godišnje organizuje edukacije, a oni ma koji se posebno istaknu, izdaje preporuke, pružajući im mogućnost za sticanje radnog iskustva na raznim poljima.

Svesno pokloni svoje vreme i energiju za dobrobit drugih ljudi u zajednici!



***Vi ste naš neiscrpni izvor snage, humanosti, tolerancije i solidarnosti.
Vi ste pokretačka snaga našeg Udruženja.***

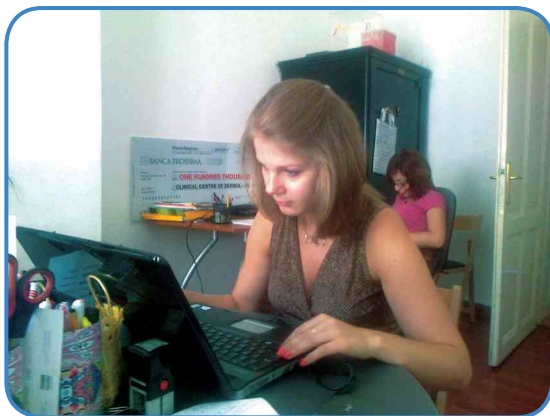
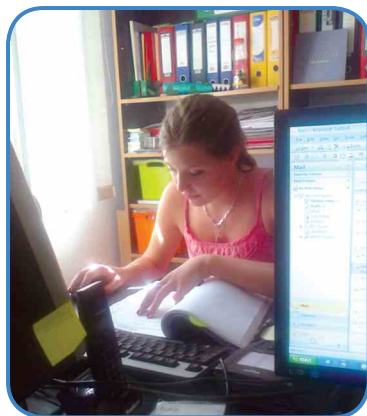
Čini dobro i dobro se osećaj!



Različite vrste volontiranja u Nurdoru:

Kancelarija

Poslovi na kojima se naši volonteri angažuju u okviru kancelarije obuhvataju pomoć u adiministrativnim poslovima (zavođenje ugovora, računa), pomoć u poslovnoj prepisci (dopisi, adresiranje, pošta), prevođenje (engleski, italijanski), pomoć u pripremanju biltena udruženja, pomoć u održavanju FB stranice i sajta, pomoć u nabavci kancelarijskog materijala, vođenje magazina (popis robe, sortiranje), unošenje podataka u bazu ...



Bez ikakve ideje kako baš ja mogu da pomognem u radu jednog ovakvog udruženja, kucnula sam na vrata male kancelarije i zakoračila u jedan sasvim novi svet! Samo par nedelja je bilo dovoljno da uplovim u more obaveza; od odgovaranja na telefonske pozive, sortiranja pošte do upoznavanja sa osnovnim poslovnim programima i administracijom. Iako rad u kancelariji na prvi pogled ne deluje kao nešto što predstavlja direktnu pomoć, vrlo brzo shvatite da je baš ta mala kancelarija duša čitavog Udruženja. Tu svraćaju roditelji i deca koja dolaze na kontrole ili su odavno završila lečenje, dolaze volonteri, odatle se pokreću stvari, rešavaju neki problemi ili se planiraju buduće akcije. Dakle, kancelarija Nurdor-a je jedno vrelo jezgro prepuno pozitivne energije gde svako sa toplim srcem i iskrenom željom može naći način da pomogne i tek negde uz put shvati koliko je stvari naučio i koliko je sam nagrađen.

Volonterka Ivana

Promocija

Nurdor u sklopu svojih aktivnosti organizuje veliki broj akcija na kojima se promoviše Misija Udruženja i uspostavljaju kontakti sa donatorima i drugim organizacijama. Na ovakvim akcijama pomoć volontera je nezamenjiva, a ogleda se u pomoći pri organizovanju akcije, pomoći u pripremi materijala za akciju, nabavci i pakovanju materijala pre i posle akcije.



“Prikupljanje sredstava (fundraising) je fina veština - umetnost učenja radosti davanja” Henry Rosi

Cilj kojem težimo jeste da volonter na promociji bude:

- **upoznat sa Misijom Udruženja;**

- **upoznat sa aktivnostima** Udruženja;
- motivisana osoba koja **širi Misiju Uduženja** - NE lična promocija;
- **timski igrač** - NIKAKO solo igrač;
- **edukator** - NIKAKO prodavac;
- **diskretan a ubedljiv** - NIKAKO agresivan i nametljiv;
- **govori i zastupa udruženje** - NE lične stavove;

Volonter = Udruženje

Rad na Nurdorovim štandovima, u vreme organizovanja različitih akcija, divno je iskustvo, pre svega zbog druženja i upoznavanja različitih ljudi i prenošenja poruke o tome čime se zapravo Nurdor bavi. S druge strane, osećaj da ćemo kroz brojne aktivnosti promocije olakšati vreme lečenja i boravka dece na klinici ili u roditeljskim kućama, od neprocenjive je vrednosti.

Volonterka Svetlana

Podrška porodicama – Volonter pomagač



Cilj volontera pomagača je da poboljša kvalitet života dece na lečenju i njihovih porodica, nadomeštajući emotivne potrebe kao i potrebe za druženjem i igrom, kako bi se održala pozitivna atmosfera i kako bi se pomoglo deci i mladima da lakše podnesu duge bolničke dane, čineći ih zabavnijim, prijatnijim...

Volonter pomagač je prilagodljiva osoba, pažljiva i puna poštovanja, diskretnog pristupa i ophođenja, osoba koja ume da sasluša, strpljiva, puna razumevanja, osoba koja uliva poverenje, osoba koja poseduje sposobnost za rad u timu, nekonfliktna osoba, osoba koja u svakoj situaciji pazi na reakcije dece i roditelja, osoba koja je spremna da usvaja nova znanja, emocionalno zrela osoba.



Aktivnosti koje volonter realizuje sa decom, odvijaju se u igraonici na odeljenjima ili u Roditeljskim kućama namenjenim za smeštaj dece i roditelja.

Postoji mogućnost da se nađete u situaciji kada je dete raspoloženo za druženje, ali zbog prijema terapije nije u mogućnosti da prisustvuje druženju u igraonici. U toj situaciji vaše druženje će se odvijati u bolničkoj sobi deteta (uz dozvolu roditelja i osoblja).

Volontiranje je nešto bez čega ja ne mogu da zamislim svoj život, ali volontiranje u Nurdoru je nešto posebno. Mislim da me je zaista promenilo, na bolje, uživam u svakom minutu koji provodim u druženju sa decom na odeljenju, i ne bih ih menjala ni za šta. Hvala vam na ukazanom poverenju, kao i prilici za ovakovo iskustvo. Svaki odlazak na odeljenje me čini ispunjenom, posebnom, a osećanje što sam deo vaše organizacije je neopisivo.

Volonterka Tijana

Naš zajednički cilj je da poboljšamo kvalitet lečenja i života deci oboleloj od raka i njihovim porodicama. Kako bismo ga dostigli neophodna nam je pomoć u svim kategorijama.

Pobeđuje se samo timski, zajedničkim naporima na svim poljima

O malignim bolestima kod dece



Maligne bolesti predstavljaju grupu oboljenja u kojoj se ćelije raka nekontrolisano i na bolestan način umnožavaju. Ljudsko telo obično uspešno kontroliše rast i razvoj ćelija u organizmu, obezbeđujući njihovo sazrevanje u zdrave i funkcionalne ćelije. Nažalost, kod malignih bolesti ovaj proces ne funkcioniše. Rezultat takvog poremećaja je da se ćelije raka umnožavaju i šire u ljudskom telu, oduzimajući mu hranljive sastojke i remeteći njegove osnovne funkcije.

Godišnje se u Srbiji od malignih bolesti razboli oko 250 dece uzrasta 0 - 18 godina. Uspeh u lečenju, meren petogodišnjim preživljavanjem bez znakova bolesti, za sve iznosi oko 2/3. Nažalost, za neke vrste malignih bolesti uspeh u lečenju je mnogo manji, a za pojedine podgrupe leukemija ili malignih bolesti limfnih žlezda procenat izlečenih je i preko 90%.

Postavljanje dijagnoze maligne bolesti kod deteta, uvek predstavlja dramatičan događaj za samo dete, za njegove roditelje, članove porodice i njegovu okolinu. Neizvesnost oko prirode bolesti, predstojećih dijagnostičkih i bolnih procedura, dužine boravka u bolnici, načina lečenja i njegovih komplikacija, stvara dodatni strah kod deteta i njegovih roditelja. Dokazano je da porodice koje se brže i bolje prilagode činjenici da im dete ima malignu bolest, mogu lakše da se bore sa njom, da deca u takvim porodicama imaju manje komplikacija u toku lečenja i da je samim tim izlečenje verovatno u većem procentu.

Maligne bolesti nisu zarazne i ne mogu se dobiti od drugih ljudi u okolini. Isto tako se ne mogu preneti sa bolesnog deteta na njegovu braću, sestre ili prijatelje.

Deca izlečena od malignih bolesti obično rastu i razvijaju se normalno kao i druga. Rast i razvoj mogu biti privremeno usporeni za vreme trajanja lečenja. Po završetku lečenja deca imaju fazu ubrzanog rasta i brzo nadoknade izgubljeno. U zavisnosti od primenjene terapije, kao posledica lečenja kod nekih osoba će se razviti sterilitet. I pored toga, kad porastu, oni mogu imati normalan seksualni život, ali neki neće moći da imaju svoju decu.

Deca na bolničkom lečenju



Deca veoma različito reaguju na bolnički kontekst, što zavisi, pre svega, od uzrasta deteta, same prirode bolesti, dužine boravka u bolničkim uslovima, medicinskih procedura koje je neophodno organizovati, kako dijagnostičkih, tako i terapijskih, nakon postavljanja dijagnoze. Poteškoće u prilagođavanju na bolničke uslove kod deteta se mogu ispoljiti na različite načine: u obliku fizičkih simptoma i smetnji, u obliku specifičnih emocionalnih reakcija, čak i u vidu poteškoća na planu mentalnog funkcionisanja.

Naravno, način vođenja razgovora, nivo objašnjenja ključnih pojmova, kvalitet same komunikacije, zavisice od uzrasta deteta i od njegovih intelektualnih kapaciteta, kao i nivoa emotivne i socijalne zrelosti.



Studije o ozbiljno oboleloj deci **PREDŠKOLSKOG UZRASTA** (0 - 6 godina) pokazale su da na ovom uzrastu bolest može da uspori razvoj motornih, govornih i mentalnih sposobnosti deteta. Najčešće reakcije deteta ovog uzrasta na nove, nepoznate i bolne situacije i intervencije na koje nailazi u

bolničkim uslovima, jesu plač, uznemirenost ili povlačenje. Često su prisutni i regresivni oblici ponašanja - ponovna upotreba prelaznih objekata - meda, lutka, čebe, sisanje palca, noćno mokrenje.

Napuštenost i usamljenost, te izraženi strahovi od bolnih, neprijatnih i invanzivnih bolničkih intervencija (npr. plasiranje braunile, lumbalna punkcija,

punkcija kosne srži i dr.), kao i teže prihvatanje pravila ponašanja, koja diktira sam boravak u bolnici, a koja deca ove uzrasne grupe teško tolerišu, čak i uz prisustvo odrasle osobe, ukratko su odlike opisanog uzrasta.

Za ovu kategoriju uzrasta je tipično da mišljenje ima magijski karakter, pa se i roditelji doživljavaju na taj način, kao čarobnjaci i superheroji, koji mogu da uklone sve prepreke, neprijatnosti i grubosti realnog sveta.

Roditelji treba da znaju da će se dete ponašati onako kako se i oni budu ponašali: ako ne mogu da kontrolišu svoj strah, to će preneti i na dete, a ako se budu trudili da naprave opušteniju atmosferu, pomoći će detetu da se opusti i lakše podnese svoje lečenje, pogotovo ako se boravak svede na igru i prijatnije aktivnosti koje roditelj može da organizuje detetu u bolničkoj sobi.

Deca **MLAĐEG ŠKOLSKOG UZRASTA** (6 - 12 godina) još uvek se veoma plaše fizičkog bola, telesnih povreda, razdvajanja od roditelja. Često shvataju bolest kao kaznu za nešto što su „loše“ uradili ili pomislili, te su skloni razvijanju osećanja krivice u ovakvim situacijama. Neretko žele da „zaštite“ svoje roditelje, ne pokazujući koliko znaju o svemu što se oko njih događa - često se ovakva pozicija označava kao „najusamljeniji od svih“.

Dete u ovakvim fazama nema nikoga sa kim bi podelilo svoja osećanja i zabrinutost. U stvari, suočava se sa činjenicom da roditelj nije svemoćni i da ga u ovakvoj situaciji ne može zaštititi koliko je njemu potrebno, što ga dodatno onespokojava i brine.



Već u ovom periodu (**UZRAST OD 10-12 godina**), dete zna mnogo o prirodi svoje bolesti, ali i o smrti i o umiranju. Mišljenje na ovom uzrastu dobija karakteristike apstraktnog, te se ovako apstraktni pojmovi i fenomeni mogu konačno shvatiti u potpunosti. Većina dece ovog uzrasta shvata ozbiljnost bolesti i konačnost smrti. Teško im je da ispolje svoje emocije, te ako uspeju u tome i otvore se, ne treba ih zaustavljati i osujećivati u toj potrebi. Ovde, i medicinski tim i porodica, treba da rade uigrano i povezano, da se obezbedi kontinuitet, kako bi dete moglo što pre da nastavi normalan život.

Na emocionalnom planu su karakteristične promene koje se ispoljavaju u vidu pojačane napetosti, zamuckivanja, grickanja noktiju, pojačanog psihomotornog nemira. Pojavljuju se problemi u ishrani, dete jede ili previše ili premalo, postaje izbirljivo i zahtevno kada je hrana u pitanju. Takođe, u



ponašanju se pojavljuju nagle promene u vidu pojačane agresivnosti, dete postaje preglasno, sklono grubim igrama i rečima. Suprotno ovom modelu ponašanja, izdvaja se i drugi tip - naglo povlačenje i pasivnost u odnosu na spoljašnju sredinu i okruženje, gubitak interesovanja za sve što ga okružuje, čak i za igru sa vršnjacima. Roditelji treba sa mnogo više strpljenja i pažnje da obave razgovore sa detetom, na temu bolesti i lečenja koje predstoji. Potrebno je detaljnije objasniti mehanizam same bolesti, način lečenja, boravak u bolnici, procedure koje ga očekuju, saopštiti iskreno koliko će samo lečenje trajati. Ako dete postavlja dodatna pitanja, treba što iskrenije odgovoriti, u saradnji sa lekarima i psihologom.

Značaj igre za decu tokom njihovog boravka u bolnici

Igra u predškolskom periodu ima zadatak da utiče na sveukupni razvoj deteta: fizički i zdravstveni, intelektualni i emocionalni, estetski, moralni i socijalni.

Igra razvija maštu, mišljenje, pažnju, strpljenje, istrajnost, budi se inicijativa, samopouzdanje, odlučnost.

Dete se uči disciplini, uči da sluša i naređuje, da bude društveno solidarno, da govori istinu i da bude verno.

Putem igre ostvaruje se lakša adaptacija dece na uslove bolničkog života i lečenja, stvara se pozitivno raspoloženje i misli, deca se aktiviraju, čime se njihova pažnja i razmišljanje usmeravaju ka drugim sadržajima (dete ne razmišlja samo o bolesti) što pozitivno utiče na njihov brži oporavak.



Igre za decu po uzrastu:

3-7 godina: Kocke, slagalice, domine, kola, lutke, životinje;

8-12 godina: Ne ljuti se čoveče, mice, karte, stoni fudbal, igre sa brojevima i slovima, na slovo na slovo;

12-18: Zanimljiva geografija, stoni fudbal, kompjuterske igrice...

Vrste igara

- Praktične igre (oko 1. godine života)
- Simboličke igre (oko 2. godine života)
- Igre sa pravilima (od 7. do 11. godine života)
- Igre intelektualnim kombinacijama (asocijacije, lavirint, sličnosti i razlike, suprotnosti, redosled slaganja, karte, oblici i boje, slagalice, kocke i druge konstruktivne igre)
- Igre sa senzo-motornim kombinacijama (javljaju se na osnovu potrebe dece za aktivnim kretanjem i manipulacijom u prostoru)

Deca često menjaju pravila igre prema svojim interesovanjima i mogućnostima.

Uloga volontera u igri sa decom

- Pre svakog početka rada sa decom na odeljenju, osmotrite i zapazite trenutno raspoloženje dece

- Volonter treba da podstiče i vodi igru kroz stalnu komunikaciju sa decom
- Volonter treba da „čita“ njihove neverbalne signale za određenu vrstu igre.
- Budite drugari sa decom;
- Nemojte ih sažaljevati, deca to ne vole – priđite im sa empatijom i optimizmom za njihovo izlečenje;
- Ne obećavajte deci ono što ne možete ispuniti;
- Druženje se odvija isključivo u bolnici ili Roditeljskim kućama;



Predlog igara u radu sa hospitalizovanom decom

Igre upoznavanja

Moje ime i nadimak

Moje ime je... Kako se ti zoveš? Ko ti je dao ime? Da li znaš poreklo i značenje svog imena? Da li ti se sviđa tvoje ime? Zašto?

Da li imaš nadimak? Da li bi želeo/la da mi kažeš kako on glasi? Ko ti je dao nadimak? Da li ti se on sviđa? Sledi ilustrovanje bedža svoga imena ili nadimka.)

Crtanje delova tela (šake, oči, autoportret)

Hajde da nacrtamo svoje šake!

(Opcrtavanje sopstvene šake na papiru i ukrašavanje bojama i tehnikama po izboru:

drvene boje, flomasteri, voštane boje, tempere, kolaž, lepljenje perlica...)

Kakva ti je boja očiju? Hajde da ih nacrtamo!

(svako crta svoje oči - tehnika po izboru)

Kakav ti je otisak prsta? (umočiti prst ili prste u boju i otisnuti na papir)

Konstatovati da svako ima različit otisak prsta! Svaki otisak je jedinstven!

Ne postoje dva ista otiska!

Nacrtane šake i oči dete poklanja osobi za koju se odluči!

Ja sam glavni junak priče!

Deca pričaju ili crtaju pustolovinu ili događaj gde bi voleli da su glavni junaci.

Volonter koji vodi ovu igru mora biti pripremljen - mora da smisli interesantnu priču u kojoj je on glavni junak i da je ispriča prvi. Priča mora zainteresovati decu kako bi bili motivisani da i oni ispričaju svoju.

Moje poreklo

Razgovor o kući u kojoj dete živi - opis kuće i okoline; posle razgovora sledi crtež.

Crtanje porodice i porodičnog grba (tehnika likovnog izražavanja je po izboru deteta).

Sledi razgovor na temu: Na koga ličim? (ponašanje, navike, vrline, mane, karakter, fizički izgled).

Ko je sve morao da se rodi da bih se ja rodio? (crtanje porodičnog stabla). U ovu igru mogu se uključiti i roditelji.

Ove radionice su odlične prilikom upoznavanja sa decom, roditeljima i socijalnom sredinom iz koje dolaze. Razvijaju kod deteta interesovanje za svoje poreklo.

Veoma je važno da dete shvati da je jedinstveno, da je unikat, što doprinosi jačanju detetovog samopoštovanja, koje je veoma važno tokom njihovog lečenja.

Lični kovčević

Moje želje

„Neka svako zažmuri i zamisli tri želje! Zažmurite i jako zaželite želje! Polako otvorite oči. Da li neko želi da nam kaže šta je zaželeo? Ne morate ako ne želite. Hajde da svaku želju nacrtamo na po jednoj ribici koja je ispred vas. Znae da zlatne ribice ispunjavaju želje. Možda vam i ove papirne pomognu u ispunjavanju!“ Prethodno iseći oblike ribica od belog papira i staviti ispred svakog deteta po tri papirne ribice. Ako neko dete zaželi manje ili više želja - to ispoštovati. Ribice sa napisanim željama ukasiti i nanizati na konac ili traku, koje će deca staviti oko vrata. „Obesite ove ribice u vašu sobu. Kad vam se neka od želja ispuni, skinite je sa tračice. Mislite o ovim željama i načinima kako da pomognete da se one ostvare“.

Moje moći



Razgovor o tome šta dete sve može, šta ume samo da uradi, a šta ne. Pri kojim radnjama im moraju pomoći odrasli? Kakvi bi želeli da budu kad porastu i šta bi želeli da postanu? Šta bi promenili na odeljenju na kojem se leče i kako? Koji im je omiljeni lik na odeljenju i zašto?

Nakon razgovora, sledi ilustrovanje jednog ili više odgovora na postavljena pitanja.

Ove radionice su veoma efektne, podižu dečije samopoštovanje i stvaraju kod dece osećaj da su važni, jedinstveni, da mogu na neki način uticati na okolinu kako bi je modifikovali prema sopstvenim potrebama.

Likovne radionice

Ove radionice su najprisutnije u radu sa decom na onkološkim odeljenjima. Svoju ograničenost kretanja kompenzuju manuelnim radom – imaju potrebu da „zapogle ruke“.

Korišćenje tehnika likovnog izražavanja zavisi od želja, mogućnosti i potreba dece.

Deca mlađeg uzrasta koriste flomastere, drvene i voštane boje, plastelin, kolaž. Starija deca više žele da koriste tempere, glinu, olovku, pastel.



Teme koje se obrađuju moraju biti po dogovoru. U slučaju ciljnog zadanja teme, motivacije dece treba biti zadovoljavajuća. U protivnom, ne dobija se očekivan odgovor od dece (deca će odbiti saradnju ili će radovi izgubiti na kvalitetu).

Rad bojama za stakla je veoma omiljen kod dece tinejdžerskog uzrasta. Efektno je oslikavanje staklenih teglica svih veličina. Preporuka je kombinacija sa kontur bojama i šljokicama u tubi ili prahu.

Perlice raznih boja se mogu višestruko iskoristiti:



- Nizanje perlica i pravljenje nakita je veoma popularno kod tinejdžerki. Šeme se mogu naći na Internetu.
- „Bojenje“ crteža perlicama – popunjavanje površina crteža odgovarajućim perlicama u boji (površine su prethodno premazane lepkom).
- Ukrašavanje staklenih teglica perlicama i šljokicama u boji (površine teglica su prethodno premazane lepkom).

Izrada radova od drvenih špatula je omiljeno kod dece



Jedan od razloga je i to što se koriste špatule, sredstvo rada i lekara i medicinskih sestara. To deci stvara osećaj približavanja medicinskom osoblju (i deca imaju čast da koriste špatule).

Od špatula možemo praviti kućice (dvo i trodimenzionalne). Trodimenzionalne treba prvo napraviti od kartona i oblepljivati ih ukrojenim špatulama.

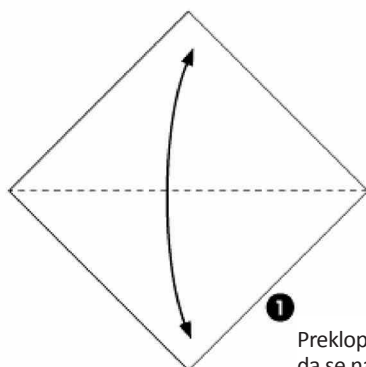
Možemo praviti i ogradice i merdevine, koje deca kasnije boje (a ne moraju). Možemo ih i prelakirati lakom za drvo (a ne mora). Na merdevine i ogradice mogu se nalepljivati razne apikacije od papira, drveta, gipsa...

Društvene igre kao što su: Čoveče ne ljuti se, igre pamćenja, monopol, crni Petar i dr. su uvek aktuelne. Njih koristiti ako deca nisu zainteresovana za radionice (iako društvene igre mogu igrati i kada su sami).

Origami, japanska tehnika pravljenja figurica savijanjem papira, omiljena je kod dece. Svaka nova figurica je za njih novi izazov, a napravljena veliki uspeh. Naročito su ponosni ako nauče postupak izrade figurice koja im se dopada.

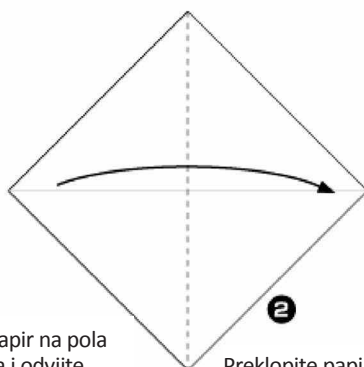
Složenost izrade figurice treba prilagoditi uzrastu deteta.

Ovo su postupci izrade figurica različitog stepena složenosti:



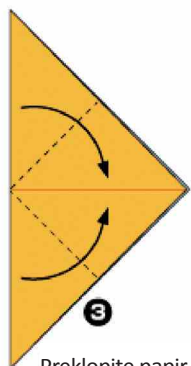
1

Preklopite papir na pola
da se nabora i odvijte



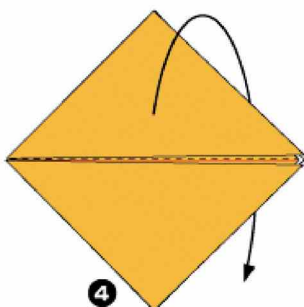
2

Preklopite papir na pola i



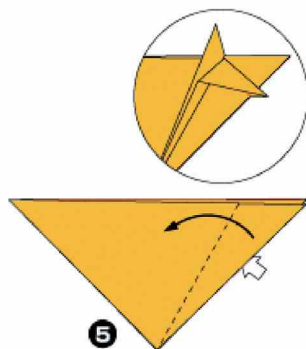
3

Preklopite papir da se
sastanu centralne linije



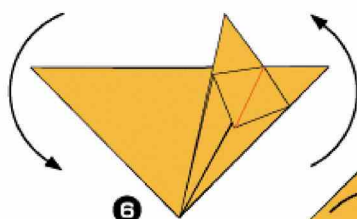
4

Preklopite papir na pola



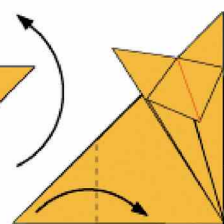
5

Otvorite deo i poravnajte



6

Okrenite

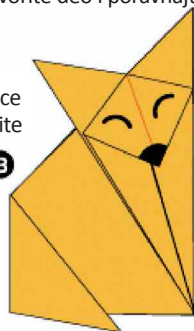


7

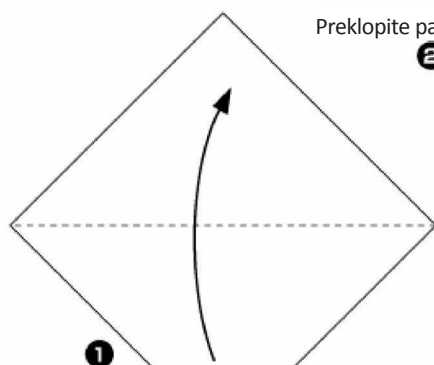
Preklopite papir po isprekidanim linijama

Nacrtajte lice
lisici i završite

8



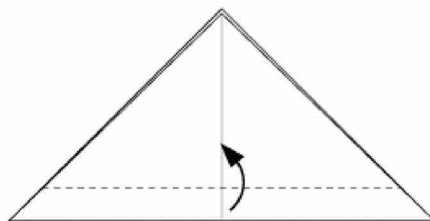
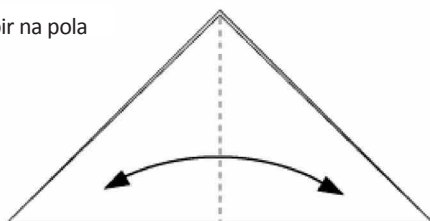
Zec



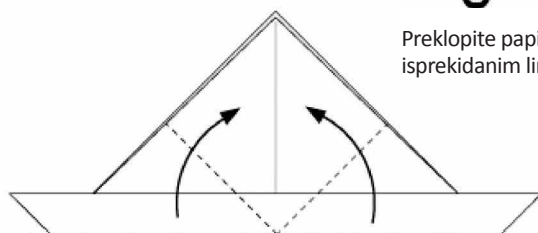
1
Preklopite papir
na pola i odvijte

Preklopite papir na pola

2

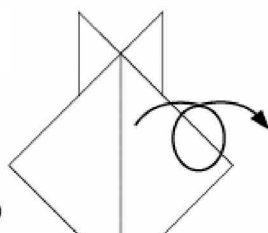


3



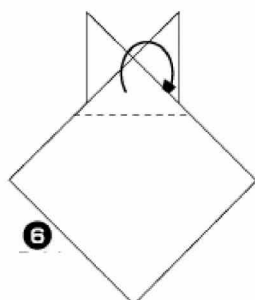
4
Preklopite papir da se sastanu
centralne linije duž srednje linije

Preklopite papir na
isprekidanim linijama



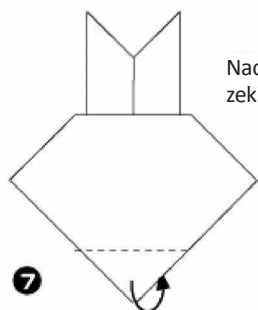
5

Okrenite



6

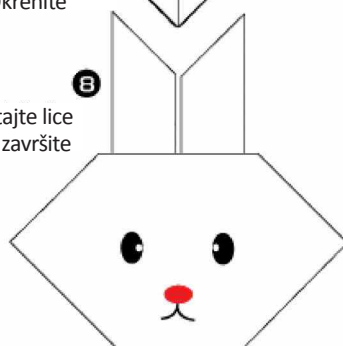
Preklopite papir unazad
po isprekidanim linijama

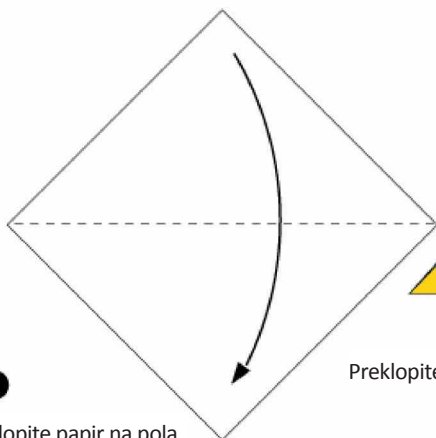


7

Preklopite papir unazad
po isprekidanim linijama

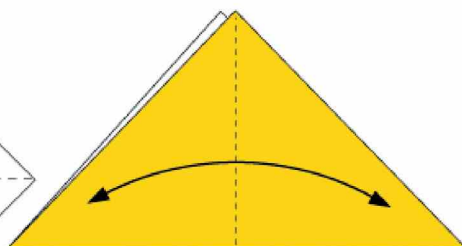
8
Nacrtajte lice
zeki i završite





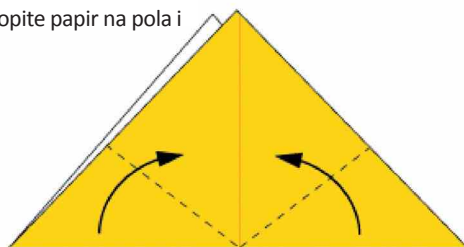
1

Preklopite papir na pola



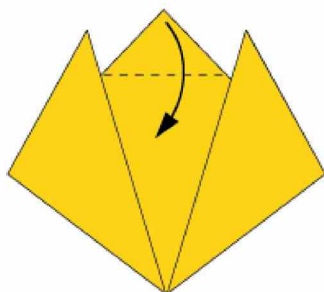
2

Preklopite papir na pola i



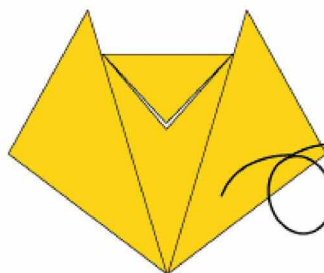
3

Preklopite papir na isprekidanim linijama



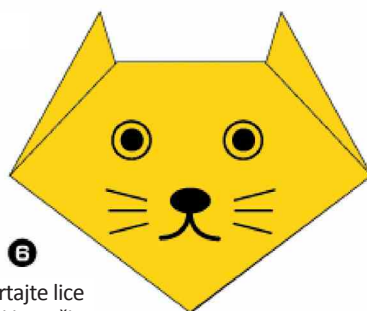
4

Preklopite papir na isprekidanim linijama



Okrenite

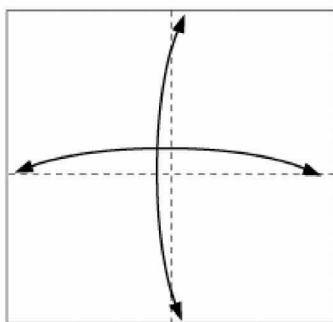
5



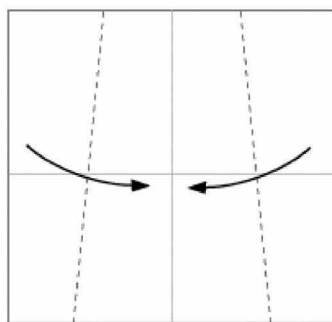
6

Nacrtajte lice
maci i završite

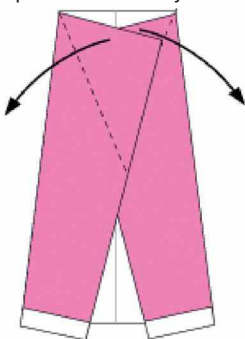
Haljina



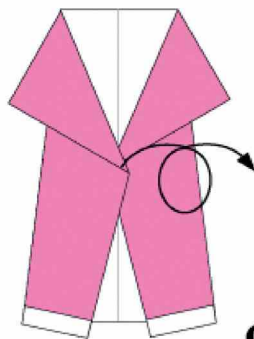
- ❶ Preklopite papir na pola da se napravi nabor i odvijte



- ❷ Preklopite papir po isprekidanim linijama



- ❸ Preklopite papir po isprekidanim linijama



- ❹ Okrenite



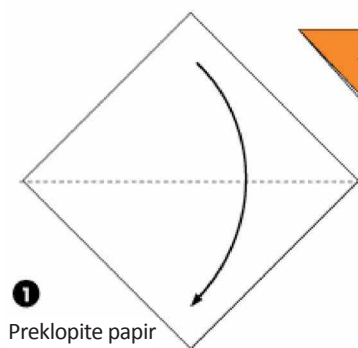
- ❺ Preklopite papir po isprekidanim linijama



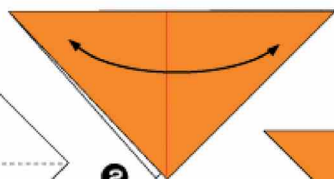
- ❻ Preklopite papir po isprekidanim linijama



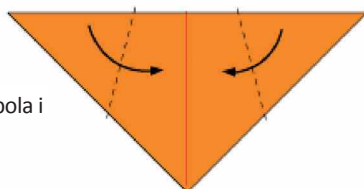
- ❼ Završite



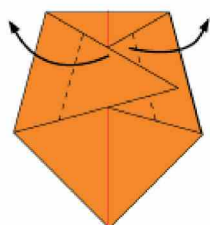
1
Preklopite papir
na pola



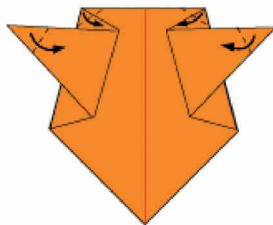
2
Preklopite papir na pola i



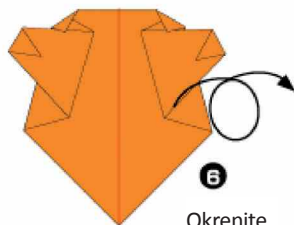
3
Preklopite papir na pola i



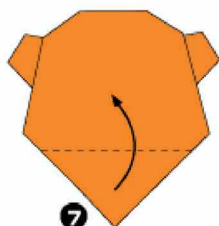
4 Preklopite papir po
isprekidanim linijama



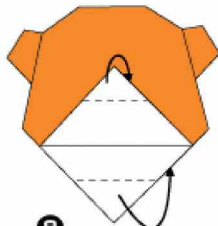
5 Preklopite papir po
isprekidanim linijama



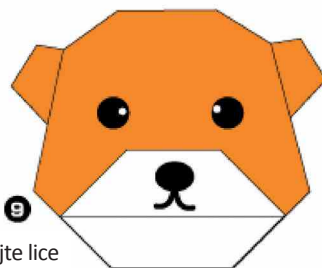
6
Okrenite



7
Preklopite papir na
isprekidanoj linijama



8
Preklopite papir unazad
po isprekidanim linijama



9
Nacrtajte lice
medi i završite

Predlog tema i igara u radu sa adolescentima

Tinejdž period (od 11 do 13 godine) kao i period rane adolescencije (od 13 do 16 godine) su periodi burnog i brzog razvoja koje obeležavaju brojne promene na fizičkom i psihološkom nivou. Fizičke promene se odnose na rast, razvoj, promenu tela i telesne sheme, hormonski disbalans, razvoj polnih karakteristika i sl. Psihološke promene se odnose na promene u sferi emocija, emotivnog doživljavanja sebe, drugih, sveta oko sebe, promene raspoloženja, traženje sebe i formiranja odnosa sa roditeljima, vršnjacima, uspostavljanje vlastitog sistema vrednosti.

U ovom uzrastu formira se potpuna predstava smrti. Afektivno reagovanje je veoma burno, impulsivnost i plahovitost izraženiji nego ikad u odrastanju. Nagomilana tenzija se često oslobađa kroz destruktivne oblike ponašanja, a tuga i strah su često maskirani i preodeveni u druge emocije, jer nije poželjno da se direktno ispolje u društvu vršnjaka.

Adolescenti su veoma zahtevni u pogledu zadovoljenja sopstvenih potreba i ne tolerišu odlaganje, a pri tom su ubeđeni da ih niko ne razume. U ovom periodu mladi ljudi žive u snažnom ubeđenju da su centar univerzuma i da se sve dešava zbog njih i oko njih.

Tinejdž period može da bude veoma zahtevan i težak. Posebno je težak kada se u ovom periodu dogodi teška bolest i kada školu, druženja, izlaskе, uobičajen način života zameni bolnica, duge i teške terapije, operacije i medicinske intervencije. Izuzetno je teško kada se zbog lečenja i terapija promeni spoljašnji telesni izgled (opadne kosa, promeni se boja kože, kada se ekstremno ugoji ili oslabi, rečju kada telo pati). Često se dešava da je način lečenja radikaln i izaziva invalidnost, što znači da tinejdžeri i adolescenti ostaju bez ekstremiteta (ruka, noga, oštećenja krupne motorike zbog tumora centralnog nervnog sistema).

Preporuke za adekvatnu komunikaciju sa tinejdžerom ili adolescentom koji se leči od neke maligne bolesti:

- Potpuno normalno i bez predrasuda prihvatite sve telesne promene vašeg druga koji je na lečenju;
- Nikada prvi ne pokrećite teme vezane za bolest, lečenje i terapije dok vaš drug na lečenju sam ne pokrene navedene teme;
- Ne postavljajte suvišna pitanja;

- Budite tihi, nenametljivi, spontani;
- Ne gledajte upadljivo, sažaljivo, već se trudite da od početka upoznavanja u komunikaciju sa vašim obolelim drugom unesete vedrinu, opuštenost, prijatnost;
- Ponudite teme koje su interesantne: muzika, film, moda, igrice na kompjuteru, knjige, priča o tehnici – mobilnim telefonima, kompjuterima, ajfonima i sl. (šta već vašeg druga interesuje);
- Potrudite se da saznate šta vaš drug ili drugarica voli, šta im prija, šta ih raduje, opušta, jer je dobar put da uspostavite kvalitetnu komunikaciju;
- Nikada ne obećavajte nešto što ne možete da ispunite;

Uputstva kojih se volonteri moraju pridržavati u cilju opšteg dobra dece:

- Neophodno je nositi mantil na odeljenju, kao i oprati ruke čim se uđe na odeljenje ili u kuću;
- Ne odlaziti na radionicu sa herpesom, u slučaju prehlade ili prvih simptoma;
- Nemojte spuštati svoje stvari i nemojte sedati na bolničku postelju, ako nema stolice potražiti je od medicinskog osoblja;
- Nemojte dodirivati braunile, centralne venske katetere;
- Odluke dece i porodice se moraju poštovati. Ukoliko dete nije raspoloženo za druženje ili roditelji za razgovor, sa puno razumevanja treba prihvatiti njihovu odluku, ne insistirati i ne shvatati lično. Kada budu spremna za druženje, sama će se javiti;
- Oblačenje treba da bude pristojno, bez dubokih dekoltea i kratkih suknji, koji bi mogli da pošalju pogrešnu sliku roditeljima, osoblju kao i deci i tinejdžerima;
- Poštujte medicinsko osoblje, i sve zaposlene na odeljenjima ili u Kući, a ako imate neku nesuglasicu ili bilo kakvu dilemu obratite se osoblju Udruženja;
- Mi smo tu da mališanima stvorimo pozitivno raspoloženje i skrenemo misli na igru, zabavu i druženje, te zato nikad nemojte kritikovati, moralisati, suditi, omalovažavati... ;
- Ne zaboravite da smo tu da pomognemo, i zato poštujte druge i budite odgovorni prema sebi i svom dragocenom vremenu i radu;



- Nema samoinicijativnih obilazaka. Posete kućama ili odeljenjima vrše se isključivo prema utvrđenom rasporedu i satnici koje moramo poštovati;
- Nakon posete odeljenju ili kući neophodno je napisati izveštaj i proslediti ga koordinatoru;



Deca koja se leče na onkološkim odeljenjima su samo DECA, jedina razlika je u tome što su oni JUNACI. Hrabrite ih i ne zaboravite da im to naglasite. Kroz druženje na odeljenju ili u Kući, imaćete priliku da upoznate veliki broj dece od kojih će vam svako na svoj način prirasti za srce. Približite se deci, ali ne previše. Budite profesionalci, neka se vaše druženje odvija isključivo u bolnici ili Roditeljskim kućama. *Napravite idealnu distancu!*

Idealna distanca



Jednog hladnog zimskog dana dva ježa su potražila utočište u jednoj pećini. Da bi se zaštitili od hladnoće, privili su se tesno jedan uz drugog. Ubrzo nakon toga osetili su bol od svojih bodlji, koji ih je naterao da se udalje jedan od drugog. Nakon toga, potreba da se ugrijeju ponovo ih je nagnala na to da se približe jedan drugom, tako da su ponovo počeli da nanose bol jedan drugom. Više puta ponavljali su ove pokušaje približavajući se i odaljavajući se, sve dok nisu pronašli idealnu distancu, onu pravu koja im je omogućila da se međusobno greju bez da jedan drugom nanose bol.

Šopenhauer

ZAHVALJUJEMO:

Svim volonterima Nurdora koji, nesebično i punog srca, poklanjaju svoje dragoceno vreme podržavajući sve naše aktivnosti i čija su iskustva, znanja i veštine doprinela stvaranju ovog Priručnika.

i

Ministarstvu pravde Republike Srbije,
koje je podržalo projekat "Kamp ljubavi i nade"
i omogućilo štampu ove publikacije.



Copyright © NURDOR – jul 2019.

Nacionalno udruženje roditelja dece obolele od raka
www.nurdor.org



Nacionalno udruženje
roditelja dece obolele od raka
Čolak Antina 16, Beograd
+381. 0800. 33. 22. 32
+381.11.268.15.54, 268.15.55
www.nurdor.org



NURDOR SRBIJA