



PROGRAM RADA I FINANCIJSKI PLAN ZAGREBAČKOG DIJABETIČKOG DRUŠTVA ZA 2019. godinu

Prema Zakonu o financijskom poslovanju i računovodstvu neprofitnih organizacija (NN 121/2014, NN 119/2015)

1. PROGRAM RADA ZA 2019. g.

Planirani osnovni projekti Zagrebačkog dijabetičkog društva u 2019.godini:

1. **nastavak Obiteljskog savjetovališta za oboljele od dijabetesa tipa 1 i tipa 2 te njihove obitelji** - kontinuirano od siječnja do prosinca uz pauzu u srpnju i kolovozu

U okviru Zagrebačkog dijabetičkog društva, savjetovalište je zamišljeno kao niz aktivnosti u okviru kojih bi svi zainteresirani mogli dobiti odgovarajuću edukaciju – o načinima samokontrole, pravilnoj prehrani, odgovarajućim sportsko – rekreativnim aktivnostima, sudjelovati u motivacijskim radionicama, izmijeniti iskustva s ostalim dijabetičarima i informirati se kod stručnjaka o problemima koji su specifični samo za njih.

Ciljane skupine korisnika su osobe oboljele od dijabetesa i članovi njihovih obitelji, bez obzira na tip dijabetesa i životnu dob. Posebna pozornost posvetit će se novo dijagnosticiranim oboljelima, kojima je neophodna psihosocijalna podrška radi što lakšeg prihvaćanja dijagnoze, promjene životnih navika (npr. prehrana, prestanak pušenja i slično). Očekivani rezultati navedenih aktivnosti doveli bi do bolje motiviranosti za dobru regulaciju dijabetesa, samo osnaživanja oboljelih, aktivnijeg uključivanja članova obitelji oboljelih u proces prihvaćanja dijagnoze i svakodnevice života s dijabetesom, te u konačnici, rezultirale bi produljivanjem perioda u kojem je osoba odoljela od dijabetesa još uvijek uvjetno zdrava i radno sposobna.

U sklopu Savjetovališta surađivati ćemo sa stručnim medicinskim osobljem klinika Vuk Vrhovac, KB Sveti Duh, KBC Rebro, Sestara Milosrdnica, KB Dubrava te umirovljenim doktorima i medicinskim sestrama.

Neke od regularnih aktivnosti koje planiramo provoditi kroz projekt Savjetovališta, te nadogradnja novim aktivnostima:

- a) medicinska predavanja 1.ponedjeljak u mjesecu
- b) predavanja te razmjena iskustava članova četvrtkom
- c) individualno savjetovalište s doktorom, medicinskom sestrom, psihologom te nutricionistom
- d) rekreativno vježbanje utorkom (Klub Dubrava)
- e) edukativne radionice u malim skupinama
- f) re-edukacija osoba s inzulinskim pumpama

2. **časopis ZADI** (4 broja u godini)

Bilten ZADI (Zagrebački dijabetičar) informira svoje članove o radu Društva, novostima u liječenju te daje korisne savjete vezane uz poboljšanje zdravlja, pravilnu prehranu i tjelovježbu. Kroz članke iznosimo iskustva dugogodišnjih dijabetičara te na taj način nastojimo ohrabriti novootkrivene članove i njihove obitelji. Bilten izlazi četiri puta godišnje, a šalje se besplatno na adrese članova Društva, domova zdravlja, bolničkih centara i suradnika Društva.

3. **Mrežne i društvene stranice ZDD-a** - kontinuirano

Udruga planira i dalje održavati i objavljivati edukativne sadržaje, aktualnosti i naše aktivnosti na svojim mrežnim stranicama www.zadi.hr te društvenim mrežama facebook i instagram @zagrebacko_dijabeticko_drustvo. Budući je naša web adresa dosta popularna među čitateljima, a izgledom je zastarjela, u 2019. godini namjeravamo redizajnirati našu stranicu kako bismo bili još vidljiviji i kako bi naši čitatelji lakše mogli doći do željenog sadržaja.

4. **Edukativni izleti kluba Po-ček**

Kao i svake godine, Klub Po-ček organizirati će dva jednodnevna izleta za oboljele s tipom 2 dijabetesa. Izleti su edukativnog karaktera i s ciljem međusobnog zbližavanja i razmjene iskustva.

5. **Obiteljski kamp "Dijabetes bez granica i predrasuda"** - listopad 2019.

I u 2019. godini planiramo nastavak Obiteljskog kampa, 6. po redu. Uz iznimne uspjehe prethodna tri Kampa, javlja se i daljnja potreba za osnaživanjem novootkrivenih obitelji kao i onih postojećih. Kroz Kamp ćemo novootkrivene obitelji te one koje se nisu pomirile s činjenicom dijabetesa, nastojati psihološki osnažiti, edukativno obogatiti, sportski nadahnuti kroz primjere mladih, uspješnih osoba s dijabetesom koje su ostvarile značajne sportske rezultate u raznim disciplinama. Također, kroz Kamp ćemo im nastojati pružiti maksimalnu podršku od drugih obitelji te međusobno zajedništvo.

6. **Obilježavanje Svjetskog dana šećerne bolesti 2019.** - kroz cijeli mjesec studeni

Svake godine nizom manifestacija i akcija, ZDD obilježava 14.11. Kroz aktivnosti se javnost nastoji upozoriti na opasnost od neotkrivene i neregulirane šećerne bolesti. Važno je omogućiti što većem broju građana da provjere svoj šećer u krvi, a oboljelima

približiti i dati nove informacije i spoznaje o mogućnostima liječenja i važnosti poznavanja vlastite bolesti. Kroz cijeli 11. mjesec organiziraju se slijedeća događanja:

- dan otvorenih vrata Društva,
- javna mjerenja šećera u krvi, kolesterola, tlaka, BMI – a zainteresiranim građanima uz savjetovalište o zdravlju koje vodi stručno medicinsko osoblje,
- tradicionalno planinarenje na Sljeme
- edukativna predavanja i radionice o prevenciji, liječenju i svakodnevnom životu sa šećernom bolešću za osobe s dijabetesom tip I i II

7. Psihološka predavanja i individualna psihološka savjetovališta - kontinuirano kroz 2019.

U 2019. nastaviti ćemo s nizom psiholoških predavanja, koja će se održavati jedanput mjesečno pod vodstvom stručnjaka psihologa (izuzev siječnja, lipnja, srpnja i kolovoza).

8. Planinarenje – zadnja subota ili nedjelja u mjesecu

Želja nam je potaknuti mlade i obitelji na aktivnosti u prirodi. Planinarenjem želimo potaknuti naše članove na aktivan boravak na otvorenom koje neminovno utječe na naše bolje psiho-fizičko zdravlje te naravno, stabilne i zadovoljavajuće glikemije. Ujedno, ovo je i prilika za međusobno druženje i razmjenu iskustva naših članova na otvorenom. Planirane lokacije su sljemenske staze i okolica Zagreba.

9. Radionice zdrave prehrane – kontinuirano kroz 2019.

Kroz razne radionice u malim grupama, želimo osvijestiti naše članove s tipom 1 i tipom 2 dijabetesa o pravilnoj prehrani. Zajedno s nutricionistima, ali i samim osobama koje žive s dijabetesom, želimo potaknuti ostalo članstvo na pravilno razmišljanje i preuzimanje aktivne uloge u brizi nad vlastitim zdravljem. U današnje se vrijeme susrećemo s mnoštvom kontradiktornih informacija poglavito kod prehrane. Svjedoci smo da se i sama struka često razilazi u mišljenjima što znači zdrava i pravilna prehrana. Stoga, želja nam je da upravo kroz vaša iskustva i znanja struke, dođemo do zajedničkog stajališta i zaključka.

10. Edukativni vikend za mlade – svibanj 2019.

Klub mladih ZDD-a planira provesti aktivan vikend u prirodi u Ličko-Senjskoj županiji. U prvom danu planira održati edukativne radionice koje će voditi medicinsko osoblje koje i samo boluje od šećerne bolesti, ali i gosti iz susjednih zemalja. Također, kroz ovaj vikend želimo se ponovno susresti i okupiti mlade iz ostalih dijabetičkih društava RH. Drugi dan planiramo provesti aktivno u prirodi.

11. Radionica za roditelje "Poroci i dijabetes" - ožujak 2019.

Ulazak u teenagersko razdoblje jednako je uzbudljivo, ali i puno prepreka. Djeca polako koračaju u svijet odraslih koji diktira svoja pravila. Ovo životno razdoblje samo je po sebi izazovno kako za dijete, tako i za roditelje. Uz dijabetes, predstavlja dodatan izazov kojemu je potrebno posvetiti posebnu pažnju.

Projekt "Dijabetes i poroci" ovaj puta biti će namijenjen roditeljima. Kroz razne teme, dijabetes i alkohol, cigarete, kontracepcija, proteini i steroidi, inzulinska rezistencija te mnoga druga pitanja koja roditelje zanimaju, radionicu će voditi pedijatar dijabetolog te osobe koje su to iskustvo odrastanja prošle.

12. Psihološka radionica za roditelje

U 2019. godini uz naše regularne psihološke radionice i savjetovališta, posebno ćemo organizirati psihološku radionicu namijenjenu roditeljima. Kroz interaktivnu psihološku radionicu roditelje će voditi magistar psihologije.

13. Brošura "Dijabetes i diskriminacija" – prva polovica 2019. godine

Suočeni s problemima u svakodnevnom životu, potaknuti smo od naših članova za izradu nove brošure vezane za prava osoba s dijabetesom. Nakon sjajnog postignuća u 2018. godini i izradi brošure „Prava i obveze oboljelih od dijabetesa“ u 2019. ćemo se okrenuti temi diskriminacija koju osobe s dijabetesom doživljavaju u svom svakodnevnom životu, od vrtičke dobi, pa do umirovljenja. Brošuru o dijabetesu i diskriminaciji ćemo također izraditi u partnerstvu s Pravnom klinikom pri Pravnom fakultetu u Zagrebu.

14. Edukativni centar ZDD-a - kontinuirano kroz godinu

Edukativnim Centrom ZDD-a želimo našim članovima omogućiti dostupnost prema dijabetolozima, nutricionistima, psiholozima, ostalim medicinskim osobljem te volonterima za pitanja vezana uz svakodnevni život s dijabetesom. Budući da kod svojih liječnika opće medicine (LOM) te dijabetologa često ne uspijevaju dobiti svo potrebno vrijeme za kompletnu edukaciju, Edukativnim centrom želimo im omogućiti kvalitetnu interakciju sa stručnim osobljem, odgovore na pitanja s kojima se trenutno bore u svakodnevnoj samokontroli dijabetesa te u konačnici zdrav život bez komplikacija.

15. Edukativne radionice za radne osobe s dijabetesom Tipa 2 - kontinuirano kroz godinu

Neki od naših članova, radne su osobe koje su u svojim 40-ima, 50-ima otkrili da boluju od dijabetesa tipa 2. Kao i svima, u životnom stilu im se događa potpuni preokret. Često se izgube u moru informacija, a posjeti dijabetolozima su im nedovoljni za kompletnu edukaciju življenja s dijabetesom. Također, nerijetko se događa da zanemaruju svoje zdravlje upravo zbog stresnog posla te borbe za vlastito radno mjesto, stoga dijabetes odgađaju za neko drugo vrijeme. Edukativnim radionicama s dijabetolozima, nutricionistima i

psiholoziima, želimo upravo ovoj dobnoj skupini pružiti kvalitetne odgovore i primjere kako uz svakodnevnu rutinu posla i obitelji, što je bolje ukomponirati i dijabetes.

16. Edukacijski centar za FGM/CGMS kontinuirano mjerenje - kontinuirano

Budući u Hrvatskoj postoji već mnogo korisnika tehnologije kontinuiranog mjerenja glukoze, a od kolovoza 2018. dio te tehnologije je na našem tržištu očekujemo i daljnji porast i potrebu korisnika za dodatnom edukacijom. Našiiskusni volonteri već su uvelike upoznati te svakodnevno rukuju s ovom vrstom tehnologije, te su spremni zajedno uz medicinsko osoblje s korisnicima proći kroz kompletnu edukaciju rukovanja i korištenja spomenute tehnologije.

17. Božićni party - prosinac 2019.

Klub roditelja i djece ZDD-a će i u 2019. godini obilježiti blagdane, kroz ugodno druženje, zabavne aktivnosti za djecu. Također, Klub počeka će organizirati simboličan domjenak za naše članove kao kraj aktivnosti i zaokruživanje cijele 2019. godine.

Predsjedništvo će na svojim sjednicama razmatrati i sve one projekte koji će biti predloženi uz već postojeće, te će ih prihvaćati sukladno Statutu, odnosno prema kvaliteti samog projekta za sveukupnu zajednicu te prema stanju financija na računu Društva.

2. FINANCIJSKI PLAN ZA 2019. g.

- a. Plan prihoda i rashoda
- b. Plan zaduživanja i otplata
- c. Obrazloženje financijskog plana

a. Plan prihoda i rashoda: Zagrebačko dijabetičko društvo

b.

FINANCIJSKI PLAN ZA 2019. g.

Konto skupine	Opis	UKUPNO kn	
		IZVRŠENJE 2018. (do 30.9.2018.)	PLAN ZA 2019.

3	PRIHODI		
31	Prihod od prodaje usluga ZADI 4 puta godišnje + web	177.355,00	190.000,00
32	Prihodi od članarina	34.100,00	45.000,00
33	Prihodi po posebnim propisima		
34	Prihodi od imovine	7,00	10,00
35	Prihodi od donacija prema projektima	172.029,00	180.000,00
36	Osnovni prihodi	0	0
37	Prihodi od povezanih neprofitnih organizacija		
4	RASHODI		
41	Rashodi za radnike	125.521,00	180.000,00
42	Materijalni troškovi	149.870,00	160.000,00
42a	troškovi za financiranje projekata		
43	Rashodi amortizacije	1.279,00	300,00
44	Financijski rashodi	1.702,00	2.000,00
45	Donacije		
46	Ostali rashodi		
47	Rashodi vezani uz finan. povezanih neprofitnih organizacija		
	UKUPNO PRIHODI:	383.491,00 kn	415.010 ,00 kn
	UKUPNO RASHODI:	278.372,00 kn	342.300,00 kn

PROJEKTI		IZVRŠENJE U 2018.	plan za 2019.
1)	Obiteljsko savjetovalište za dijabetes	20.000,00	70.000,00
2)	Časopis ZADI	199.305,00	200.000,00
3)	Mrežne stranice	6.000,00	25.000,00
4)	Obiteljski kamp "Dijabetes bez granica i predrasuda"	85.500,00	86.000,00
5)	edukativni izleti "tip 2"	5.000,00	5.000,00
6)	Svjetski dan šećerne bolesti	0	10.000,00
7)	Psihološka predavanja i individualna psih. savjetovališta	7.000,00	7.000,00
8)	Planinarenje	0	4.000,00
9)	Radionice zdrave prehrane (NOVO)	0	20.000,00
10)	Edukativni vikend za mlade (NOVO)	0	25.000,00
11)	Radionica "Poroci i dijabetes" (NOVO)	0	6.000,00
12)	Psihološka radionica za roditelje (NOVO)		2.000,00
13)	Brošura Dijabetes i diskriminacija (NOVO)		9.000,00
14)	Edukativni centar ZDD-a	0	5.000,00
15)	Edukacijski centar za kontinuirano mjerenje FGM/Cgms	0	15.000,00
16)	Edukativne radionice za radne osobe s dijabetesom tipa 2 (NOVO)	0	7.000,00
17)	Božićni obiteljski party	2.000,00	3.500,00
UKUPNO PROJEKTI:		324.305 kn	499.500,00 kn

c. Plan zaduživana i otplata

- nije planirano zaduženje u 2019. godini

d. Obrazloženje financijskog plana

Obrazloženjem financijskog plana pojašnjavaju se planirane stavke i načinom ostvarenja prihoda i rashoda.

Rebalans financijskog plana uslijed mogućih promjena vanjskih i vlastitih uvjeta poslovanja prema novom Zakonu o financijskom poslovanju udruga, na prijedlog Nadzornog odbora, donosi skupština ZDD-a. Sljedeća redovna skupština Društva planira se održati kao i proteklih godina do mjeseca lipnja 2019.

Nadzorni odbor obavlja zakonsku obvezu koja je novim Zakonom definirana kao: kontroling poslovanja koji se provodi iza svakog tromjesečnog izvještavanja koje se dostavlja FINA-i.

ZAKLJUČNO:

Plan rada i financijski plan ZDD-a kao i kod svake neprofitne organizacije, idejni je prijedlog koji se nastoji što objektivnije realizirati.

Rebalans plana aktivnosti i financijskog plana, ukoliko to bude potrebno, može se provesti na sljedećoj skupštini Društva u 2019.g., ili ukoliko se radi o manjim izmjenama te dopunama, na sljedećim sastancima Predsjedništva ZDD-a.

Zbog svega navedenog molimo da članovi Predsjedništva potvrde prijedlog Plana rada i financijskog plana ZDD-a za 2019.g.

Podsjećamo da je Skupština Zagrebačkog dijabetičkog društva zbog jednostavnosti daljnjeg planiranja, ovlastila Predsjedništvo Zagrebačkog dijabetičkog društva 22.12.2016., na redovnoj godišnjoj skupštini, da donosi financijski plan i plan rada za iduće godine do 31.12. u tekućoj godini.

Predsjednica Zagrebačkog dijabetičkog društva
prim.mr.sc. Manja Prašek, dr.med.

