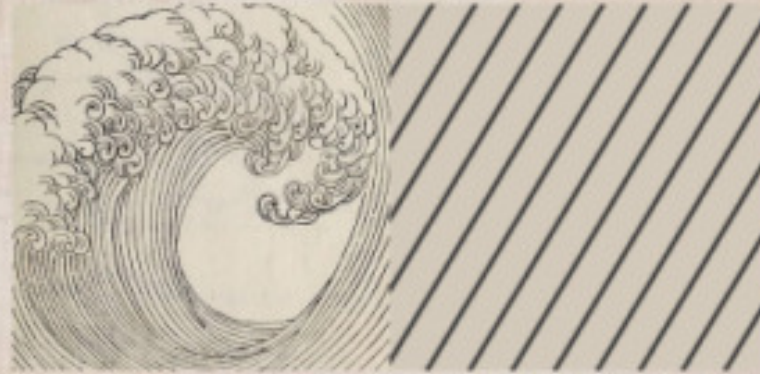


# Infuzija

Zagreb, lipanj 2021., br. 20



**IZDVAJAMO...**

**Zdravstveni odgoj**

**Štovatelji  
sestrinstva**

**Nositi ili ne nositi  
masku**

**MIRO GAVRAN, 500  
godina Judite**

# E- INFUZIJA 20

ONLINE IZDANJE ČASOPISA  
UČENIKA ŠKOLE ZA MEDICINSKE  
SESTRE VINOGRADSKA



Autori priloga su članovi kulturno-umjetničke grupe Škole;

Tea Sedlić, Maria Elena Šipek, Ingrid Šrajbek, Anelli Tiro, Antonela Ratkajec, Robert Tomić, Maria Elena Šipek, Dorotea Strgar,

Emma Kladnik, Edona Dobruna, Klara Kos, Ivona Crlić, Dhia Kovačević, Nina Lovrić, Patrick Šantek, Patricija Qollaku

Zahvaljujemo profesoricama Škole Ireni Habazin, Sanji Tomljenović i Claudiji Matković na njihovim priložima za ovaj broj e-Infuzije.

Urednica: dr. sc. Milica Mikecin

# SADRŽAJ

---

## Iz svijeta medicine – psihologija

Nositi ili ne nositi zaštitnu masku.....4

## Iz svijeta sestринstva

Snovi nisu samo za one koji sanjaju.....8

Sestrinstvo volite ili ne volite .....9

Cijeli radni vijek je škola.....10

Budite timski igrači.....11

## Pandemija i online nastava

Ništa bez probe i vježbe.....12

Hrabar je onaj koji nadvlada strah.....13

## Razgovor s povodom

Judita – slika žene u svojem vremenu.....14

## Svašta u mojoj glavi

Biti drukčiji od drugih.....20

Privlačna moć zamišljenog svijeta.....21

Šok, oduševljenje i nevjerica.....22

Potajna prijetnja zla.....23

## Poruke petaša – u riječi i u slici

Zdravstveni odgoj.....24

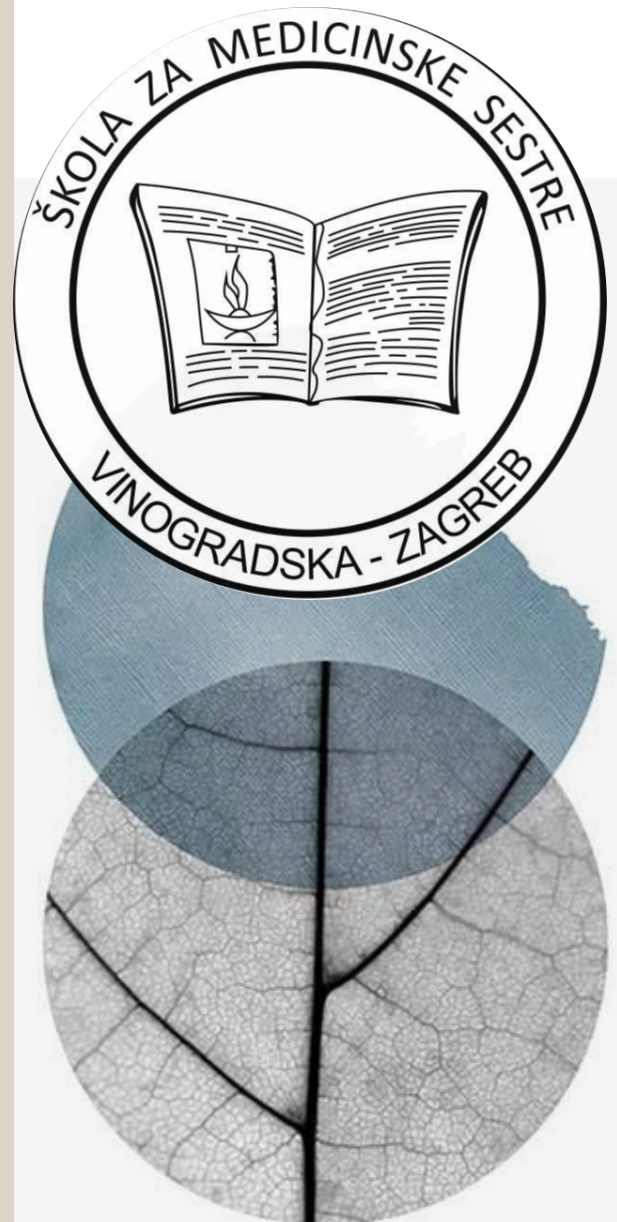
Radni dan med. sestre/med. tehničara.....24

## Predstavljamo...

Zaljubljena u nogomet.....30

Odricanjem do medalje.....32

Odjeci lektire.....34



# SLOBODA I ODGOVORNOST

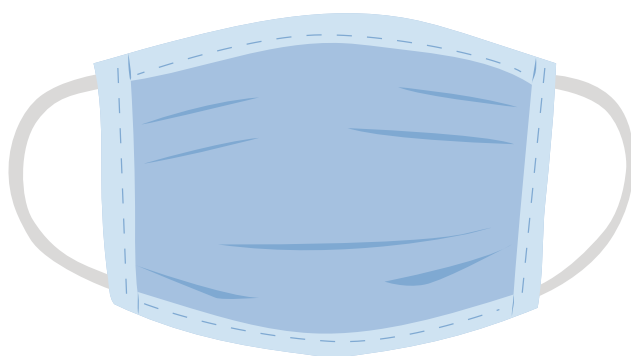
PIŠE: DR. SC. IRENA HABAZIN

SVAKODNEVNO SVJEDOČIMO RAZLIČITIM IZVJEŠTAJIMA, INTERPRETACIJAMA, KRITIKAMA I INIM UPUTAMA KAKO SE PONAŠATI U ODNOSU NA PANDEMIJU UZROKOVANU VIRUSOM COVID-19. JEDAN SEGMENT SPREČAVANJA ŠIRENJA INFEKCIJE KOJI SVAKOJ POJEDINOJ OSOBI DAJE MOGUĆNOST ODABIRA (NE)SLOBODNOG I (NE)ODGOVORNOG PONAŠANJA JE I OBVEZA NOŠENJA MASKI U ZATVORENOM PROSTORU.



Povezanost slobode i odgovornosti je neupitna činjenica. Iako se u svakodnevnom životu može svjedočiti o različitim interpretacijama i postupanjima vezano za slobodu, povijesnim pregledom moguće je utvrditi da ne postoji sloboda bez nužnosti (moralnost, odgovornost). Mogućnost slobodnog odabira vlastitih reakcija na različite životne situacije izraz je istinske humanosti svake osobe. Poželjno je oduprijeti se životnim iskušenjima i usprkos posljedicama, odabrati slobodu i u konačnici preuzeti odgovornost za učinjeni odabir. Također, nikako se ne smije zaboraviti da je samoostvarenje osobe nemoguće bez usmjeravanja na nekoga ili nešto izvan sebe. Uvijek postoji mogućnost slušanja vlastite savjesti, korištenja slobodne volje i preuzimanja odgovornosti u odabiru najsmislenijeg odgovora za određenu životnu situaciju.

## NOSITI ILI NE NOSITI ZAŠTITNU MASKU



### Subjektivna i objektivna sloboda

Filozofsko tumačenje slobode polazi od mogućnosti izbora u prihvaćanju moralnih zakona, dužnosti i obveza. U etičkom i antropološkom smislu, sloboda je mogućnost slobodnog odlučivanja i djelovanja, tj. izbor između više odluka, kao i mogućnost samoodređenja čovjeka, nasuprot ovisnosti o primjerice, vanjskoj prisili.

Subjektivna sloboda je u svojoj osnovi moralna (uključuje vlastito, ljudski ispravno i moralno odgovorno djelovanje) i ne dozvoljava bilo kakvu samovolju, dok objektivna sloboda (socijalna, politička) pretpostavlja moralnu slobodu i odgovornost pojedinca. Samo objektivno osigurani prostor slobode (pravno i društveno) dozvoljava subjektivnu moralnu slobodu pojedinca. Prema kršćanskoj misli slobodu obilježava objektivna sloboda koju poklanja Bog koji oslobađa, ali pretpostavlja i subjektivnu slobodu pojedinca koji se mora otvoriti spasenju. Toma Akvinski usmjerava se na subjektivnu slobodu odabira, koja predstavlja sposobnost za dobro, odnosno ljudski ispravno. Riječ je o djelovanju prema Božjoj volji usmjereno prema najvećem dobru. Na taj način, sloboda uključuje slobodan odabir koji može rezultirati i pogrešnom odlukom, te također, ovisno o odabiru, i odgovornost za „čitavu čovjekovu vječnost pred Bogom“. Suvremeno shvaćanje slobode, posebice u liberalističkim i neoliberalističkim konceptima, polazi od potpune i bezuvjetne slobode pojedinca, što istodobno podrazumijeva njegovu potpunu odgovornost za učinjeno, bez mogućnosti pozivanja na kolektivnu odgovornost.

## Odgovornost

Svaka osoba će u jednom trenutku u svom životu preuzeti punu odgovornost za sebe i svoje ponašanje. To znači da je osoba odgovorna sama za sebe, ne može opravdanja tražiti u svojoj biološkoj i/ili psihološkoj datosti, kao ni u svojoj okolini (roditelji, obitelj, radna okolina). Također nema ni kolektivne odgovornosti. Riječ je o odgovornosti pred vlastitom savješću. Osim prema sebi osoba je odgovorna prema svima s kojima dolazi u doticaj. Sve što osoba misli, osjeća i čini širi se u njenu okolinu. Odgovorna je za ono što će odabrati jer će to imati utjecaj na osobe iz njene okoline. Međutim odgovornost tu ne završava, budući da je svatko dio ove nam zemlje, a to znači da je svatko odgovoran i za cjelokupni život na njoj.



U punoj COVID spremi

## Smanjena mogućnost kontakata s učenicima

Ono što mene u svemu tome najviše začuđuje je kada pojedinci – nestručnjaci u određenom području, suvereno iznose činjenice o nečemu o čemu „nemaju pojma“ (korisnost/beskorisnost nošenja maski, utjecaj na tjelesno, mentalno zdravlje), i mislim da dalje nije potrebno nabrajati. Meni je isto kao svima teško nositi maske nekoliko sati. Naglasila bih da tijekom radnog dana promijenim nekoliko maski. Puno teže bi mi ih bilo nositi ako bih razmišljala da su one potpuno beskorisne, ako bih se uspoređivala s onima koji ih ne nose i koji ih ne trebaju nositi (prema uputama Stožera), te ako bih mislila da mi je s njima otežano disanje ili da loše djeluju na moje mentalno zdravlje. Ono što meni predstavlja najveći problem nošenja maski jest činjenica smanjene mogućnosti uspostavljanja kontakata s učenicima zbog izostanka praćenja i uvažavanja njihove facijalne ekspresije.



Zaštitne maske na bolničkim odjelima

## Sloboda i odgovornost u mom životu: nošenje zaštitne maske

Ja sam na svom radnom mjestu (učionica) obvezna nositi zaštitnu masku. Može se postaviti pitanje: „U čemu je problem?“ S jedne strane imamo obvezu nošenja maski, a s druge smo strane izloženi informacijama brojnih stručnjaka, koje su često kontradiktorne i koje su se mijenjale tijekom vremena trajanja pandemije. U početku smo, od samog Stožera slušali informacije o potpunoj nepotrebnosti i nekorisnosti nošenja zaštitnih maski, pa kasnije, da se nošenjem maski prvenstveno štite druge osobe, sve do toga da smo danas obvezni nositi maske u zatvorenom javnom prostoru.

Ovdje opet postoje različite upute, primjerice u osnovnim školama (viši razredi) ne treba nositi maske ako je osiguran razmak između osoba od 1,5 metra, za srednjoškolske ustanove distanca iznosi 2 metra. Također postoje razlike s obzirom na određene županije - negdje je obvezno nošenje maske za sve bez obzira na distancu, a u nekim županijama, ako je osigurana distanca ne treba nositi maske. Ako pratimo upute na globalnoj razini, najvjerojatnije ćemo i mi u Hrvatskoj morati nositi maske i na otvorenim prostorima. Zbrci u razmišljanju treba pridodati aktivnosti različitih inicijativa: a) „Prava i slobode“: anti-korona prosvjed nazvan „Festival slobode“; b) „Roditelj od 0 do 24“: peticija za ukidanje maski u školama "Stop maskama u školi". To su samo neke od informacija kojima su izloženi građani u Hrvatskoj.

## Duhovna sloboda

Sloboda i odgovornost su neraskidivo povezane, za sve što određena osoba čini, govori, misli, pa i osjeća sama je odgovorna. Rezultat slobode bez odgovornosti je samovoljno ponašanje, a odgovornost bez slobode rezultira osjećajem krivnje, dok postupanje bez slobode i odgovornosti obilježava nedostatak inicijative i interesa. Ako se osoba uvažava kao slobodno biće, tada se prihvaća i njena sposobnost za promjenom, za očekivati je da će upoznavajući i prihvaćajući sebe te otkrivajući svijet oko sebe postati bolja i činiti boljim život/svijet oko sebe.

Po svojoj slobodnoj volji osoba odlučuje hoće li određenu životnu situaciju doživjeti kao priliku da prihvati izazov pronalaženja smisla. Duhovnu slobodu nemoguće je bilo kome oduzeti, već ona pruža mogućnost davanje smisla vlastitom životu. I kada nepovoljne životne okolnosti rezultiraju nemogućnošću realizacije stvaralačkih i doživljajnih vrijednosti, osoba ima mogućnost utjecati na stajališne vrijednosti. Znači kada je osoba onemogućena ostvariti vrijednosti svojim djelovanjem i doživljavanjem, ostaje joj sposobnost promjene stava - slobodna je odabrati način na koji će se postaviti prema prisutnim ograničenjima čak i u najtežim okolnostima, pa i do zadnjeg daha.

## Glas savjesti

Slušajući glas savjesti, po slobodnoj volji osoba preuzima odgovornost kojom odabire najsmisleniji odgovor za životni trenutak u kome se nalazi. To znači da se u svakom životnom trenutku može odlučiti za nekoga ili za neku zadaću koja čeka samo na nju (životne zadaće vezane za profesiju, hobije, druge osobe,...). Svatko je sposoban sasvim uroniti u drugu osobu ili životnu zadaću i pritom sasvim zaboraviti na sebe.



Zaštitne maske i u učionici - na satu hrvatskog znakovnog jezika

# ŠTOVATELJI SESTRINSTVA

INTERVJU S  
KRISTIANOM  
CVIKA, bacc. med.  
techn.

## Snovi nisu samo za one koji sanjaju

INTERVJU VODILE: Tea  
Sedlič i Maria Elena  
Šipek

Medicinski tehničar na  
Klinici za  
anesteziologiju,  
reanimatologiju i  
intenzivno liječenje  
KBC Zagreb Kristian  
Cvika rekao nam je  
nešto o svojem  
obrazovanju i svojoj  
karijeri te raznih  
kompetencijama i  
vještinama koje med.  
sestre i med. tehničari  
usvajaju. Također je  
izdvojio prekrasne  
događanje s posla koji  
mogu pobuditi  
svakojake emocije te  
koje pokazuju da je  
zanimanje medicinska  
sestra/ tehničar  
zapravo više od  
zanimanja - to je  
životni poziv.

### Recite nam nešto o svome obrazovanju i karijeri?

Moje obrazovanje počinje u Osnovnoj školi braće Ribara u Sisku, poslije toga sam završio Srednju školu Viktorovac u Sisku kao prva generacija petogodišnjeg školovanja. Nakon srednje škole sam odmah upisao prvostupništvo na Zdravstvenom veleučilištu u Zagrebu, potom sam se zaposlio na KBC Zagreb po završetku prvostupništva. Nakon godinu dana svoga radnog procesa upisao diplomski studij sestrinstva na Medicinskom fakultetu u Zagrebu, gdje bi kroz nekoliko mjeseci trebao završiti taj studij. To je dakle moj put uz apsolutno sva sudjelovanja u različitim kampanjama ili djelovanjem u društvima koji su vezani usko uz sestrinstvo, odnosno svakodnevni rad sestara na svakom polju.

### Opišite neki događaj s posla koji nikada nećete zaboraviti?

Definitivno prvi javni nastup, koji se odvijao na jednom od tečajeva, gdje sam se kompletno izblamirao od treme koja je bila prisutna, zapravo je taj tečaj nakraju ispao jedan od boljih tečajeva gdje smo se svi na šalu uspjeli izvući. Mislim to su sve kompetencije i vještine koje se uče i bruse, ali jednostavno od nekuda se treba početi. Tako da mi je to izrazito pamtljivo i mislim da ću to pamtili do kraja života.

### Opišite događaj s posla kada se najviše naučili?

Volio bih naglasiti jedan primjer reanimacije u kojoj je pacijent ušao u poremećaj ritma ventrikularne fibrilacije iz sinus ritma, zamijetio sam na monitoru da pacijent počinje fibrilirati i počeli smo odmah s reanimacijskim postupkom i zapravo nakon prve defibrilacije dobili smo bolesnika u sinus ritam, što se zapravo dogodilo nedavno. To ću dakako pamtili, isto kao i prvi susret sa pacijentom na ECMO uređaj i zahtjevnosti svakodnevnog rada i kompetencija oko pacijenta, ali i procjenu i kriticizam medicinske sestre

### Koji Vam je događaj s posla ostao u lijepom sjećanju?

Budući da mi djelomično operiramo djecu i nedonošćad, najljepša situacija je kada takvo jedno dijete nakon kardiološke kirurške operacije, kolegice ili kolege transportiraju na odjel pedijatrijske skrbi na rukama. Dakle to je situacija u kojoj dijete bez nazalnog katetera, bez suporta kisika, bez arterijskog pristupa, s jednom malom braunilicom na ruci ili nogici u naručju sestre izlazi kroz vrata intenzivne, gdje to dijete preko ruku medicinske sestre odlazi u ruke majci.

### Poruka mladim kolegicama/ kolegama i učenicima!

Ustrajte, definitivno i sve ono što poželite biti možete biti. Samo trebati ustrajati, a ne odustajati, jer snovi nisu samo za one koji sanjaju.







### **Kao malo dijete što ste htjeli biti kada odrastete?**

Nisam razmišljala uopće da ću biti medicinska sestra, nego sam htjela biti agronom ili veterinar. Biljke i životinje su bile moj izbor kao malome djetetu. Kasnije se to promijenilo kada sam upisivala srednju školu.

### **Žalite li što to niste ostvarili?**

Ne, ne... Medicinska škola je bila moj prvi izbor iz razloga što mi je moja majka, koja nije bila u tome području kao ni ostatak obitelji, rekla da imam na umu kako se sve može za par godina promijeniti i kako će medicinskih djelatnika uvijek trebati. Drugi razlog zbog kojeg sam odabrala medicinsku školu je radi bolesti moga oca te sam bila mišljenja ako upišem medicinsku moć ću mu pomoći, njemu i onda i svima ostalima.

### **Ima li nešto što se doživjeli na poslu što nikad neće zaboraviti?**

Uh, ima ih jako puno s obzirom na 30 godina staža, pa sad koje bi mogla specijalno izdvojiti, teško je za reći no u svakom slučaju nešto pozitivno jer svi smo mi sretni kada naš rad ima učinka i da smo nekome pomogli. To je najveća plaća.

Jedan slučaj koji mogu sada odmah izdvojiti je kada me liječnik, s kojim sam raspravljala o boli, zamolio da odem pogledati pacijenticu koja je imala nevjerojatne bolove i nije prestajala vrištati i plakati od njih. Tada sam se konzultirala s doktoricom i anesteziologom te sam pitala bili bismo ju mogli priključiti na pumpu s morfijem. U početku smo davali veće doze pa postepeno smanjivali te sam ju obilazila svakih 30 minuta jer ta analgezija zahtijeva čestu provjeru.

Nakon nekog vremena joj se stanje poboljšavalo, a nakon dva-tri sata sam došla do nje i pitala ju kako se osjeća. Pacijentica se smijala, što mi je bilo malo čudno jer se činilo kao da ide iz krajnosti u krajnost, a znamo da bol doista čini čuda, no poslije se ispostavilo da se super osjeća iz razloga što je nakon pet dana mogla napokon nazvati i čuti svoju djecu, a da ju nije bol sprječavala u tome.

To je jedan od iskustava koji vam daje vjetar u leđa, kada znate da ste uspješno odradili posao i pomogli drugome.

INTERVJU S  
MARICOM  
JERLEKOVIĆ, mag.  
med. techn.

## **Sestrinstvo volite ili ne volite**

INTERVJU VODILE: Ingrid  
Šrajbek i Anelli Tiro

**Med. sestra sa Zavoda  
za anesteziologiju,  
intenzivnu medicinu i  
liječenje boli KBC  
„Sestre milosrdnice“  
Marica Jerleković u  
razgovoru nas je  
podsjetila da ćemo se  
kroz život  
nadograđivati, a s  
vremenom i novim  
iskustvima uvidjeti i  
svoje granice, no  
najvažnije je da stalno  
dijelimo znanje i uvijek  
kada to možemo  
pomognemo čovjeku.**



ŠTOVATELJI SESTRINSTVA  
INTERVJU S RENATOM HUZANIĆ, mag. med. techn.

## Cijeli radni vijek je škola

INTERVJU VODILI: Antonela Ratkajec i Robert Tomić

**Kao malo dijete, što ste htjeli biti kada odrastete?**

Htjela sam biti medicinska sestra, no stvari su se nekako tijekom školovanja promijenile. Upisala sam medicinsku školu, prve dvije godine bilo je opći smjer te sam se opredijelila za primalju.

**Zašto ste odabrali zanimanje medicinske sestre?**

Nekakvim susretom kroz praksu u Vinogradskoj bolnici. Doticaj s trudnicama vidjela sam što to sve primalje rade i onda je to bila odluka. Da niste medicinska sestra bili biste...?

Ne znam što bi bila, primalja je sam i da moram birati opet bi bila primalja.

**Ispričajte nešto o svome obrazovanju, karijeri?**

Nakon osnovne škole upisala sam medicinsku školu, nakon drugog razreda odabrala sam smjer primaljstvo. Završila sam četverogodišnju školu za medicinsku sestru primaljskog smjera. Nisam se odmah zaposlila u struci, radila sam neke druge poslove, a nakon nekih tri godine sam se zaposlila ovdje u Petrovoj bolnici u rađaoni. Uz rad kako sam radila htjela sam napredovati ali nije bilo baš mogućnosti da napredujem u primaljstvu, nije bilo više primaljske škole, u onom trenutku kad je to omogućeno u Hrvatskoj, ja sam upisala prvostupništvo primaljstva i završila i od kad sam u Petrovoj radim u rađaonici.

**Opišite neki događaj iz karijere koji nikada nećete zaboraviti?**

Na svu sreću u rađaonici kojoj radim uglavnom se događaju lijepe stvari, uglavnom je sreća i veselje, ali nažalost ima onih teških i tužnih stvari, gdje se djeca ne rađaju u terminu i zdrava, gdje rodilje nisu baš zdrave, ali na svu sreću ima više lijepih trenutaka. Ne mogu baš izdvojiti neki poseban jer puno je takvih trenutaka koji će vam ostati u sjećanju, uvijek vas iznova obuhvati ta sreća kad se rodi novi život i sreća te majke, uglavnom su to lijepi trenuci.

**Opišite događaj s posla koji vas je nečemu naučio?**

Cijeli radni vijek je škola, znači nikada nećemo sve znati, ja ovaj posao radim već jako dugo i sigurno ne znam sve. Škola vas nauči jedno, ali sve ono što je u stvari vaš posao stječete kroz svakodnevni rad i svaki dan morate učiti i biti spremni i svjesni da nikada nećete sve znati i da radeći učimo.

**Koji vam je događaj s posla ostao u lijepom sjećanju?**

Ima situacija kad netko dugo čeka dijete ne može zanijeti pa onda napokon ostane trudna i trudnice dođu do termina i rodi sretno i zdravo dijete, pa je to sreća, pa je sreća kad ishod može krenuti u lošem smjeru no na kraju sve dobro završi, tako da je puno tih lijepih stvari.

Primalja Renata Huzanić radi u Zavodu za perinatalnu medicinu Klinike za ženske bolesti i porode KBC-a Zagreb. S njom smo razgovarali o posebnost njezina posla. Naglasila je da su to uglavnom sve lijepi trenuci i poručila nam ju, da bez obzira na koliko poroda bila, uvijek iznova obuhvati sreća kad se rodi novi život i kada vidi radost majke zbog rođenog djeteta.

**Poruka mlađim kolegicama i učenicima...**

Prije svega morate voljeti taj svoj posao, medicinska sestra ili primalja mora biti poziv, to nije samo zanimanje, nego je to poziv. Morate biti spremni na učenje i eto, samo hrabro naprijed.

INTERVJU S  
ZDENKICOM  
DRAGANIĆ

## Budite timski igrači

INTERVJU VODILE: Maria  
Elena Šipek i Dorotea  
Strgar

Primalja Zdenkica Draganić radi na Odjelu za prijevremene porode Klinike za ženske bolesti i porode KBC-a Zagreb. U razgovoru s njom dobili smo uputu kao prepoznati „sestru“ u sebi. Dakle, ako imate težnju pomagati drugima, zanimate se za sve vezano uz medicinu, kao dijete „liječite“ svoje igračke - tada ste na pravom putu da postanete dobra medicinska sestra ili primalja.

**Jeste li u životu htjeli raditi nešto drugo nego što sada radite?**

Od četvrtog razreda osnovne baš sam htjela biti sestra primalja. Imala sam u susjedstvu sestru primalju koja mi je već tad pričala o tome, naravno starija od mene i od tada sam željela biti primalja.

**Zašto ste odabrali zanimanje medicinske sestre?**

Ja sam srednja stručna sprema primalja i prvostupnica, nije tad bilo primaljske škole, tako da sam završila opći smjer pa imam i jedno i drugo. Oduvijek sam imala nekakvu težnju pomagati drugima, zanimalo me sve vezano uz medicinu, ne samo taj dio, nego općenito i uvijek sam voljela čitati o tome, pratiti dostignuća i kao dijete sam išla u tome smjeru, liječila svoje igračke itd., ali primaljstvo je prevagnulo.

**Opišite neki događaj iz karijere koji nikada nećete zaboraviti.**

Pa evo baš vezano uz trudnoću, porođaj, primaljstvo i taj dio koji mene strašno veseli u našem poslu, da jedna obitelj dođe do djeteta, što nam je svima cilj i najvažniji dio u životu i dio koji nas najviše veseli, ponekad nas i rastuži. U sjećanju mi je ostala žena koja je imala osam trudnoća, a sedam puta je izgubila dijete i osmi put je bila kod nas na odjelu cijelu trudnoću i u 35. tjednu rodila je djevojčicu...i to je bilo jedno opće veselje.

**Kako je tekao Vas profesionalno put do ovog mjesta gdje sada radite?**

Srednju školu sam završila primaljsku u Vinogradskoj. Nakon nekog staža sam završila za prvostupnicu sestrinstva na Zdravstvenom Veleučilištu. U Zaboku u rodilištu sam završila pripravnički staž, nakon toga sam se zaposlila u Petrovoj i od tada sam tu.

**Ima li nešto jako važno što se nauči tek poslije dugo godina radnog staža?**

Ono što me naučilo je da ne smijemo primati pacijente zdravo za gotovo i u tom segmentu, kad se nešto loše dogada, kad je pacijent prestravljen, preplašen itd., ja sad to pričam s aspekta u očekivanju djeteta ili nekakve rizične trudnoće, da pacijenti nekad znaju biti zahtjevni i znaju se nekad ponašati malo neprimjereno, poluagresivno, uglavnom nema neke suradljivosti između nas i pacijenta. Ali kad pacijent shvati da mu pomažemo i da je taj neki krizni trenutak prošao i da će u konačnici biti sve u redu, taj se pacijent promijeni. Tad sam zaključila da ne smijemo reagirati na prvu. Moramo biti susretljivi, smireni i strpljivi. Moramo probati obući tuđe cipele, nitko od nas ne zna u nekim situacijama kako bi reagirao.

**Koji vam je događaj s posla ostao u lijepom sjećanju?**

Pa bilo ih je više, ja sam tu preko 30 godina, ali ono što ostane osim ovog što sam već navela je kad vidite da zajedno s kolegicama i timskim radom se desi nešto prekrasno, kada novopečena majka ode sretna s djetetom doma.

**Što biste željeli reći mladima koji kreću Vašim putem?**

Mladima i učenicima bih poručila da rade taj posao i krenu u tu školu ako to zaista žele - to se mora željeti raditi. Da slušaju iskustva starijih kolegica i da cijelo svoje vrijeme uče na sebi i rade na sebi jer se medicina stalno razvija, što više znate, bolje ćete raditi i bolje ćete razumjeti pacijente. I budite timski igrači, kolegijalni.

# NIŠTA BEZ PROBE I VJEŽBE

Kako tehnologija i znanost idu naprijed tako se i obrazovni sustav popeo na ljestvicu više. I tako smo u vrijeme pandemije koronavirusom školske klupe zamijenili toplim krevetima i mobitelima u ruci. Na početku je bila odlična ta *online* nastava, san svakog đaka da se školuje i obrazuje od kuće, a da pritom ne gubi vrijeme na putovanje od škole do doma i obratno.



## O ONLINE NASTAVI IZ UČENIČKOG KUTA

PIŠE: Edona Dobruna

### ➔ Važan nam je susret uživo

Online satovi bješe u realno vrijeme, više nije bilo uključivanja u sustav zatim povratak na spavanje, već smo trebali dokazati svoju prisutnost paljenjem kamera. I koliko god smo vidjeli cijeli razred na okupu preko ekrana, ipak, nije bilo to to, nedostajala nam je razredna interakcija, druženja pod odmorima, međusobna komunikacija... Na kraju ispadoše da online satovi traju duže od nastave uživo i da je zahtjevniji tempo, a i teško je zadržati koncentraciju slušajući suhoparno pričanje 40 minuta.

Bilo bi to čak i dobro da se zdravstvene vježbe nisu prebacile online. Koliko je nama bilo teško pohvatati činjenice, vjerujem da je profesorima bilo još teže izbalansirati bit i cilj vježbi, a da pritom shvatimo i upijemo informacije. Jer drugačiji je osjećaj kada se uživo susretnoš s nekakvim lijekom ili provođenje toaleta intestinalne stome. Jednostavno se neke stvari ne mogu naučiti bez da se proba i izvježba.

Prvih dva tjedana, mjesec dana online nastava se činilo boljom i učinkovitijom jer svi smo naodjedanput dobivali bolje ocjene, vremenski manje trajalo (dobili bi zadatak riješili predali i mirni cijeli dan). Priznajem isprava svima je bilo čudno vidjeti se preko kamere u kućnom izdanju, ali dokle god smo nizali sjajne uspjehe, kućno izdanje nam je bio najsladji dio, još kada bismo samo upalili male ekrane i nastavili spavati, ničeg slađeg od toga. ALI kako se online nastava nastavila i prošle godne odnosno ove godine, tako je to počelo biti manje zanimljivo.

### ➔ Ponos vraćanja u školske klupe

Kako sve ima pozitivne i negativne stavke tako je i sa online nastavom. Primjerice nedostatak online nastave osim socijalne disfunkcije je i u tome što se mnogo puta veza gubila što naša, što od profesora. Muku mučili da uspostavimo kvalitetnu vezu. S druge strane bilo je tu i puno smijeha, moram priznati da smo mnogo toga naučili bar što se tehnologije tiče što mi od profesora, a isto tako vjerujem da su i oni od nas naučili pokoju caku.

Kako bilo da bilo, mogu reći da je to bilo jedno zabavno i zanimljivo iskustvo za koje se iskreno nadam da se neće ponoviti jer ništa i nitko ne može zamjeniti nastavu uživo i taj ponos vraćanja u školske klupe.

# PANDEMIJA COVID-19 I ŠKOLSKE VJEŽBE

## HRABAR JE ONAJ KOJI NADVLADA STRAH

PIŠE: Ema Kladnik

Oblačenje i svlačenje zaštitne opreme morali smo naučiti, kako bismo rekli, 'u hodu' jer na odjelu na kojem smo mi nismo očekivali da će doći netko COVID pozitivan. No kad se desilo bez razmišljanja smo oblačili odijela, jednu masku, drugu, vizir. Sve kako bi smo se maksimalno zaštitili da zaraza ne pređe i na nas. No svakako, ništa nam nije garantirano.

### ➔ Doza njege i empatije

Sve češće i češće su nam dolazili ljudi za koje se kasnije ispostavilo da su pozitivni. Soba broj 1 u izolaciji, soba broj 6...samo su se nizale i mi smo znali da svakoj osobi moramo pružiti jednaku dozu njege i empatije. Neki ljudi bi dolazili i ne bi bili toliko uplašeni oko svojeg stanja i nas koji dolazimo čudno obučeni u njihove sobe, mali dio prostora koji su u toj bolnici „imali za sebe“ dok su drugi pak, bili skroz suprotno.

### ➔ Maska skriva osmijeh ohrabrenja

No ne možemo ih kriviti jer nisu sami odabrali dobiti zarazu koja je na nas tako reći bačena bez da išta znamo o njoj, bez da znamo način kako ju spriječiti ili ukloniti što prije. Morali smo se snaći s onim što znamo i imamo. Bude teško kad znate da osobi koja se teško nosi sa situacijom ne možete pružiti ništa osim utješne riječi. Ne vidi čak ni osmijeh koji biste joj pružili jer nosite masku. Sigurnost pacijenata i nas samih nam je naravno na prvom mjestu.

### ➔ Nema straha

Ljudi su nas znali pitati. „Zar vas nije bilo strah?“ Nije nas bilo strah zato što smo znali da ćemo na kraju mi izaći kao pobjednici i prevladati situaciju u kojoj smo se našli s našim pacijentima, a i znate kako kažu: „Hrabar čovjek nije onaj koji se ne osjeća uplašeno, nego onaj koji nadvlada taj strah.“

**Kada smo došli u ovu školu, znali smo da će biti zahtjevno i teško, da ćemo se nagledati, naslušati i iskusiti svakakvih stvari. Dobrih i loših. No nismo se nadali da će na odjelima doći do pandemije koronavirusa.**



Na odjelu KBC „Sestre milosrdnice“ : 3. c razred (2 grupa): iza maske i odijela skrivaju se: Ema Madar, Šahin Hariri, Magdalena Luketić, Vjeko Jurić, Alen Jurić, Borna Krajačić, Ema Kladnik. Mentorica: Martina Jakelić, mag. med. techn.

**2021. GODINA ČITANJA**  
**KNJIŽEVNI SUSRET S**  
**MIROM GAVRANOM**  
**JUDITA – SLIKA ŽENE U**  
**SVOJEM VREMENU**

INTERVJU VODILE

Klara Kos i

Ivona Grlić

Godina 2021. značajna je godina jer obilježavamo 500. obljetnicu Marulićeve *Judite* i 20. obljetnicu objavljivanja *Judite* Mire Gavrana, koji je naš najprevođeniji i najizvođeniji pisac. U povodu tih proslava susreli smo se s Mirom Gavranom 12. svibnja 2021. u Knjižnici Vladimira Nazora na Kajfešovu bijegu, gdje nam je govorio o svojoj, Marulićevoj i biblijskoj *Juditi* te o vrijednosti čitanja i utjecaju čitanja na zdravlje i emotivnu stabilnost. Također smo napravili izložbu o različitim starim i novim licima *Judite*, onako kako su je doživjeli razni umjetnici u povijesti slikarstva od srednjeg vijeka do postmoderne.



*Knjižnice grada Zagreba*

*500 godina Judite*

## *Judita – nekad i sada*

izložba učenika

Škole za medicinske sestre Vinogradska

Mentorica: dr. sc. Milica Mikecin



Knjižnica Kajfešov brijeg  
Ulica grada Gualdo Tadino 4  
10. – 28. svibnja 2021.

**Miro Gavran je jedini živući književnik koji ima svoje festivale u pet zemalja svijeta (Češka, Slovačka, Poljska, Njemačka i Srbija). Njegova su djela prevedena na više od 40 jezika te je ostvario više od 350 kazališnih premijera; tekstova za kazališe ima više od 50, autor je mnogih romana, ali i pjesama, kako smo saznali na ovom književnom susretu.**



Miro Gavran o Marku Maruliću - "ocu hrvatske književnosti" i njegovu značenju za hrvatsku pisanu kulturu je rekao: "Iako je prije Marulića bilo nekoliko stvarno dobrih pisaca, ipak njega nazivamo ocem hrvatske književnosti. On je napisao prvo veliko djelo i na njega možemo biti ponosni. Možemo biti ponosni i na ovaj naš kontinuitet od pet stoljeća pisanja i stvarno imamo što čitati i proučavati, imamo se na što nasloniti. Neke nacije imaju tek stotinjak godina književnosti, recimo Slovenci, čija književnost počinje prije nekih 150 godina. Makedonska još puno kasnije."



**2021. GODINA ČITANJA**  
**ČITAJMO DA NE BISMO OSTALI BEZ RIJEČI**

# 500 GODINA JUDITE

## Kad Vam se rodila ideja da napišete Juditu?

Točno 2000. sam počeo s pripremanjima i do kraja iste sam ju napisao, te je 2001. godine objavljena. Znači od ideje do realizacije je prošlo točno godinu dana, ne više. Možda čak koji mjesec manje. Relativno sam ju brzo napisao. Najduže je zapravo trajala priprema, jedno 5, 6 mjeseci. Prvu verziju sam napisao u jednom dahu, u jednom tjednu, a drugu, treću i četvrtu kroz naredna 4 mjeseca. Išla je uistinu brzo, kao da ju nisam pisao, već zapisivao. Mislim ona se stvarno lako čita. Baš ste optimalno sve rasporedili: kompozicija jezik, ta doza arhaičnosti. Sve se savršeno poklopilo i vjerojatno je zato i toliko uspješna. Potiče sve, ne samo učenike koji ju imaju za lektiru, da možda pročitaju Maruliću „Juditu“.

## Je li stara Marulićeva Judita bila poticaj za pisanje nove Gavranove Judite?

Kao što znate, Marko Marulić je 1501. godine napisao Juditu, te je onda prošlo 20 godina dok ju nije objelodanio. Nekako se poklopilo da sam ja 2001. godine objavio Juditu, pa je moj urednik izjavio kako sam ju ja napisao povodom 500. obljetnice pisanja Marulićeve „Judite“, što nije istina. Ja sam u biti obožavao Marulića. Pročitao sam ga kad sam imao 15 godina. Budući sam ja sam Slavonac, a i roditelji su mi bili učitelji, meni je štokavsko narječje bilo na neki način urođeno i Judita mi je na oko bila teška. Ali sam čitajući taj spjev, koji nije dugačak i ima pedesetak stranica, u biti osjetio tu neku ljepotu drugačijeg arhaičnog izričaja. To mi je bilo šarmantno, pa sam lagano čitao i zapravo me je Marulić doveo do toga da pročitam ono što je njega nadahnulo da ju napiše. To je jedna epizoda iz Biblije, za koju sam kasnije saznao da se ne pojavljuje u Biblijama kod pravoslavaca i protestanata, i nije inspirirala samo Marulića, već i brojne druge slikare, književnik i pisce u Europi kroz proteklih 700 godina. On je vjerno slijedio sve što piše u Bibliji, međutim ono što njegovu Juditu razlikuje od ostalih jest jedno predivno oslikavanje ženske osobe u vremenu kad je on živio.

## U Vašoj Juditi čitaju se dijelovi o intimnom životu mlade djevojke...

Kad sam ju pisao mislio sam da ću napisati nešto za sebe, nešto intimno. Htio sam prikazati jednu mladu ženu u patrijarhalnom okruženju i dotaknuti se pitanja političke manipulacije. Stalno sam si postavljao pitanje zašto ljudi koji vode Betuliju šalju baš nju u vojni logor, vođi okupatorske sile. Tko bi poslao svoju ženu ili sestru? Zašto su baš izabrali Juditu? E, pa zato što je udovica i zato što ima seksualno iskustvo. Za ostale je djevojke tada bilo neprihvatljivo da imaju seksualno iskustvo ako nisu udane, i kamenovali bi ih. Judita je bila udana za Manaša, koji se spominje u samo jednoj rečenici. Tako sam ja izmaštao da je ona imala ljubavnu vezu s jednim mladićem za kojeg se nije udala, da je Manaše bio grubijan, da je njeno prvo seksualno iskustvo bilo negativno... Kad sam pisao svoju „Juditu“ nisam se referirao na Marulića, već na Bibliju, te će u mom idućem 13. izdanju biti objavljena moja, Marulićeva „Judita“ i biblijski izvornik u jednoj knjizi. Naime, doživio sam da je moja „Judita“ bude objavljena u čak 12 izdanja na hrvatskom, ali i ostalim jezicima: u Pragu na češkom, u Parizu na francuskom, u Sloveniji na slovenskom, pa čak i u Španjolskoj na katalonskom.







### **Zašto je čitanje Marulića važno za nas danas?**

Iako je prije njega bilo nekoliko stvarno dobrih pisaca, ipak njega nazivamo ocem hrvatske književnosti. On je napisao prvo veliko djelo i na njega možemo biti ponosni. Možemo biti ponosni i na ovaj naš kontinuitet od 5 stoljeća pisanja i stvarno imamo što čitati i proučavati, imamo se na što nasloniti. Neke nacije imaju tek stotinjak godina književnosti, recimo Slovenci čija književnost počinje prije nekih 150 godina. Makedonska je puno kasnije čak. Jako je bitno, i to sam oduvijek govorio, da djeca čitaju i upoznaju Marulića. To je kao da djecu u Engleskoj ne upoznate sa Shakespeareom i „Hamletom“ i slično. Ali sam Marulić je dosta zahtjevan i kad bi djeca nakon čitanja njegove „Judite“ pročitala samo mali dio biblijske epizode ili moje „Judite“, sve bi im bilo jasno.



### **Iako je Vaša Judita pisana za suvremenu publiku, jezik je vrlo neobičan..**

Tako da sam ja pisao „Juditu“ kao ženski roman gdje sam htio pokazati šta se događa s jednom senzibilnom ženom kad njome manipulira netko s pozicijom moći, te prikazati njen emotivni život jer se udaje za čovjeka kojega ne voli i dolazi u jednu situaciju koja ju nadilazi i njen odlučan potez ju čini heroinom. Želio sam po biblijskom izvorniku napraviti priču koja će biti bliska današnjem čitatelju. Odlučio sam je zapisati jednim pomalo arhaičnim jezikom, tako da ljudi pomisle da su stvarno pronašli njene zapise i da to simulira jezik kojim je Biblija pisana. Kad sam ju napisao, knjiga je nekako brzo krenula i 2004. sam u Frankfurtu imao veliku promociju i moja „Judita“ je tad bila izdana na 10 jezika.

### **Čini mi se da arhaičan jezik daje neku draž čitanja tog romana ...**

Tada je Ante Stamać, naš poznati pisac, profesor na filozofskom koji je mnogima predavao književnost, prišao i upitao me znam li da sam ja svojom „Juditom“ vratio aorist u hrvatsku književnost. Malo sam zastao, i odjednom sam shvatio da je doista aorist na neki način bio protjeran iz hrvatske književnosti nakon Drugog svjetskog rata. Ja sam ga koristio jer sam mislio da ću na taj način donijeti ono nešto. Vjerujte mi, kad sam ju napisao mislio sam da sam ju napisao za svoju dušu i da ću bit sretan ako doživi tri izdanja, a evo izlazi 13., malo drukčije izdanje. Ideju smo dobili od norveškog izdanja, jer su oni mojoj „Juditi“ pridodali biblijsku epizodu koja ima dvadesetak stranica, a njihova Biblija ju ne sadrži. Smatram da će objavljivanje tri različite verzije „Judite“ u jednoj knjizi znatno olakšati samo razumijevanje priče.





### Je li za Vas pisanje oslobođenje tereta i tajni koje pritišću, kao to kažete u Juditi?

Potreba za pripovijedanjem je teško objašnjiva. Mislim da ni jedan pisac ne treba sjediti za stol ako nema neku veliku potrebu nešto pripovjediti na svoj način i dati to drugima da čitaju. Mene uvijek neka tema, neki junaci i neka situacija dovedu do ideje kojim ću jezikom ispisati svoju knjigu. Potpuno je drukčiji jezik „Malih neobičnih ljudi“ od jezika „Judite“, „Krstitelja“ ili „Poncija Pilata“. Kao što imam potpuno različite drame s različitim ciljevima. Nekad je to da čovjeka emotivno dirneš, nekad da se zamisli nad svijetom, nekad pišeš da bih ga nasmijao i da bi primijetio neke stvari koje si ti primijetio kod ljudskih mana i slično. Tako da je odgovor dosta širok, jer svaka knjiga donosi neki novi razlog i neku novu potrebu za pripovijedanjem.

### U Vašoj Juditi zrcali se snaga žene. Ona je toliko jaka da može dugo postiti, toliko je lijepa da se u nju zaljubljuju i njena sluškinja i razni muškarci...

Često sam pisao tekstove u kojima su žene glavni junaci. Jedna od mojih najigranijih drama jest „Ljubavi Georgea Washingtona“, gdje se opisuje susret žene i ljubavnice Georgea Washingtona, pa roman „Klara“, pa na kraju krajeva i „Judita“.

Zašto volim uzimat ženske junake? Pa, volim da je književnost emotivna, volim da je fabula bitna, volim imati razvoj junaka – moj junak ne može biti isti na prvoj i zadnjoj stranici. Ako je on isti, onda se ništa nije dogodilo... Volim ljude vidjeti u teškim, dramatičnim situacijama i onda vidjeti kako se oni razvijaju i međusobno se odnose. Judita od početka donosi veoma tešku situaciju gdje se mora očitovati na ono što se od nje traži. Mora zauzimati brze stavove. Lako je dobar biti, kako se kaže, međutim pravi čovjek se prepozna u teškim životnim situacijama ili na poslu. Puno sam se družio s glumcima, režiserima, kostimografima i dosta sam s njima surađivao kroz proteklih 40 godina. Ali, tko je kakav saznamo tek kad počnemo raditi predstavu. Odmah se vidi tko kasni, tko je odgovoran, tko je kreativan, tko se drži ili ne drži dogovora. Zašto je nama književnost zanimljiva? I film? I kazalište? Jer pokušavamo vidjeti sebe u tim likovima. Želimo vidjeti kako bismo se mi očitovali u određenoj situaciji, kako bismo postupili.



### U Juditi stoji da je svakome određena patnja i bol koju nosi u nebo. Koji je smisao patnje po Vašem mišljenju?

Smatram da sve što nam se dogodi u životu, na ovaj ili onaj način nas formira. Zamislimo čovjeka koji ne doživi ništa loše... On se ne bi ni razvijao... Prije deset godina pročitao sam podatak da su Nijemci napravili analizu ljudi koji su dobili na lutriji milijunske dobitke: oko 100, 200 milijuna eura i više. Deset godina od dobitka 90% njih je imalo manje novca nego u vrijeme dobitka. Propali su.

Neki se ljudi beskrajno mijenjaju na gore, kad im bude bolje. Svaka vrsta događaja u našem životu nas tjera da budemo bolji ili gori. Moj pokojni otac uvijek je govorio: „U dobru se ne uzvisi, u zlu se ne ponizi.“ Eh, sad, kako da nas ono što nam se događa, krupno, važno ili nevažno, ne poljulja? Naš bi nekakav cilj trebao biti da se izgradimo kroz mladost i godine odrastanja, studija i slično, da ojačamo i da budemo čvrsti jer ne znamo šta dolazi. Možda nam tu malo pomogne i literatura i filmovi.

**Kažete da i uspjeh, za koji svi težimo, također može biti opasan?**

Tako je! Nagledao sam se glumaca i režisera koji su propali baš zato što im je krenulo dobro. Čak dobro više uništi čovjeka od neuspjeha. Svi odmah pomisle da su uhvatili Boga za bradu, a ne razumiju da su sve od njega i dobili. Kad otkrijemo svoj talent, trebamo ga usavršavati. Ali, kad ga usavršimo, trebamo se truditi da nam to ne zavrti glavom i da pomislimo da smo važniji od nekog drugog. Bez svih nema svijeta, i to je Bog tako rasporedio. Što bi se desilo kad bi svi bili pisci, ili kad bi svi bili glumci? I ono najvažnije... Oduvijek sam govorio da zamislite čovjeka na pustom otoku. Da tamo živi cijeli život. Rodi se tamo zaboravljen od svih. On se ne može ostvariti ni kao dobar ni kao zao čovjek. Sami po sebi mi ne vrijedimo ništa.

Mi vrijedimo kroz druge ljude. Samo kroz drugog možemo biti dobri ili loši, pozitivni, emotivni... Kad to malo osjetimo shvatimo da nismo jedino mi važni u životu, već da su tu i ljudi oko mene – moji prijatelji, moji susjedi, moji kolege... To nas sve literatura, umjetnost, film, život i svakodnevno iskustvo natjeraju da počnemo šire doživljavati život. Jer možda izbjegnemo neku situaciju, ako pročitamo da je netko u istoj napravio budalu od sebe...

**Knjige imaju i terapijsku moć...**

Svakako! Kažu da srce kuca 10% sporije, čovjek se umiri. Kao što je dobro malo pomaziti mačku ili psa tako i knjiga uistinu djeluje terapijski. Prije 10-ak godina u Velikoj Britaniji uzeli su dvije skupine mladih ljudi od 14 godina i pratili su ih 20 godina. Jedna grupa nije voljela čitati, a druga je. Pratili su njihovu sudbinu od 14. do 34. godine. Ustanovili su da su pripadnici grupe koja je voljela čitati bili čak zdraviji i emotivno stabilniji od ovih što nisu čitali. Dokazali su na znanstveni način da je književnost na neki način čak i korisna. Da ne pričamo o stjecanju većih znanja... Tko čita lakše izražava svoje misli i osjećaje i lakše se kasnije nametne u svom poslu.

**Poznato je da svoja djela pišete rukom, a ne na računalu. Zašto?**

Kad sam počeo pisati s 16, sestra mi je kupila pisaču mašinu. Nakon mjesec dana znao sam već tipkati bez gledanja. Ali nekako najviše volim veliku bilježnicu – lijevo pišem, a desno ubacujem. Kasnije su došla i računala koja sve to mogu dovesti u red. Međutim, ja već 30 godina imam gospođu koja to pretipkava i ja i dalje pišem štampanim rukopisom. Meni je to draže. Jednostavno mi je to intimnije. To je moj intimni ručni rad.



## SVAŠTA U MOJOJ GLAVI

# DISKRIMINACIJA

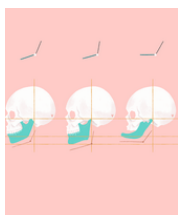
### ➔ Ne lagati sebi



Međutim, svatko bi trebao imati svoj stav i živjeti ga. Nepotrebno je i štetno lagati o sebi. Naime, uvijek će postojati ljudi koji će nas osuđivati što god mi napravili, pa je uzaludno plesati kako drugi sviraju

Osobno je zadovoljstvo i sreća ipak važnija od odobravanja „nekih tamo ljudi“. Zato je važno okružiti se istinski dobrim i iskrenim osobama koji nas prihvaćaju takvima kakvi jesmo.

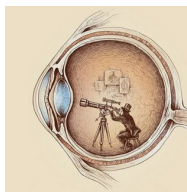
### ➔ Svi smo posebni



Svi smo posebni na svoj način i svatko je od nas važan i nezamjenjiv u svijetu. Nažalost, mnogo ljudi ne misli poput mene, pa često izopćuju ljude koji se po nekim svojim osobinama razlikuju od većine

A velik je strah od odbačivanja i u potpunosti razumijem one koji se svojim ponašanjem žele prilagoditi većini iako ih to čini nesretnima i usamljenima.

### ➔ Slušati svoj glas



Zato smatram da je važno slušati svoj unutarnji glas i živjeti po svome. Činiti ono što vas usređuje bez obzira na to što će o vama misliti drugi.

**Možda je ići drukčijim putem manje ugodno, ali živjeti ionako „nije uvijek ugodno, ali je uvijek zanimljivo“, što bi rekao veliki AGM.**



# BITI DRUKČIJI OD DRUGIH

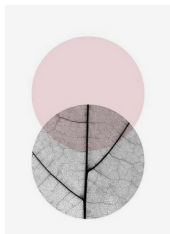
**PIŠE: Nina Lovrić**

I sama sam često slušala što drugi misle o tome kako bih se trebala ponašati. Bila sam zadovoljna njihovim komplimentima koje sam dobivala dok sam se odijevala kako je moja grupa prijatelja smatrala primjerenim iako se pritom nisam osjećala svojom. Kad sam im se jednom prilikom pridružila odjevena i našminkana kako sam oduvijek htjela biti, rekli su mi da izgledam kao „sotonist“, da sam ružna... i još svakojake uvrede. Njihovo me mišljenje povrijedilo, ali u toj sam se odjeći i s tom šminkom osjećala samopouzdana, jedinstveno, bila sam tako svoja. I nisam znala što mi je činiti: trebam li izabrati komplimente i prihvaćanje prijatelja ili vlastiti put, pun začuđenih pogleda i grimasa? Budući da nisam htjela biti sama, prilagodila sam se svojem društvu. Ali sam s vremenom shvatila koliko sam nezadovoljna sobom, pa sam odlučila da mi je dosta i počela se ponašati kako sam oduvijek željela, ne skrivajući pravu sebe. Moji su mi prijatelji, tadašnji, rekli da sam čudna i počeli me izbjegavati. A ja sam onda pronašla društvo s kojim volim biti, koje prihvaća i poštuje moj izbor i moju osobnost. Od tada se osjećam ispunjenijom i sretnijom osobom.

## SVAŠTA U MOJOJ GLAVI

### BAJKE I ZAŠTO IH VOLIMO

#### ➔ Sasvim nova bića

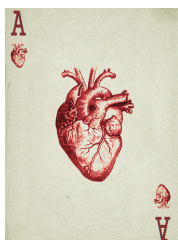


Što nas u tim bajkama toliko privlači da ih čitamo iznova i iznova te zašto ih onda pričamo svojoj djeci ili unucima? Također, zašto je i filmska industrija napravila bezbroj interpretacija najpoznatijih bajki?

Bajke su priče u kojima životinje i biljke pričaju, ljudi i stvari lete, a pojavljuje se i neka sasvim nova vrsta bića.



#### ➔ Sretan završetak



Iako nam sada kad smo „odrasli“ bajke zvuče luckasto, prisjećanje na njih u nama budi nostalgiju za djetinjstvom, tj. prema onom vremenu kada je sve bilo jednostavnije i kada je sve imalo sretan završetak.

Svojoj djeci ćemo i dalje pričati te iste bajke, pogotovo one braće Grimm, jer želimo da je njihovo djetinjstvo bude ispunjeno maštom i njenim dobrim vilama i zločestim vješticama, letećim tepisima i svim onim čarolijama koje nas na trenutak prenose daleko od svakodnevnih briga i dosade.



# PRIVLAČNA MOĆ ZAMIŠLJENOG SVIJETA

PIŠE: Patricija Qollaku

Temelj svake dobre bajke je mašta u kojoj se isprepliče čudesno i nadnaravno. Pa one dječju maštu oslobađaju i obogaćuju. Najpoznatija zbirka bajki koje se sjećam iz djetinjstva bila je ona braće Grimm. Te sam bajke svaki dan jedva čekala pročitati, ali i pogledati na našem velikom starom televizoru. Bajke su obično namijenjene djeci jer im one usađuju nadu da u svijetu pobjeđuje – dobro. Dakle, bajke pomažu u razvijaju i prepoznavanju onog što je u svijetu važno te djetetu nude sasvim jednostavan pogled na dobro i zlo: dobro uvijek pobjeđuje te biva nagrađeno, a zlo se kažnjava. Taj pogled ujedno i vodi k pouci za život, koja donosi emocionalnu ravnotežu. Naime, oni strašni dijelovi bajke uče nas kako savladati strah, kako se ne bojati, uče nas razočaranju i gubitku, odnosno pripremaju nas za život. No budući da su najvjerniji čitatelji bajki djeca, priča mora imati sretan kraj koji im daje osjećaj mira.

**SVAŠTA U MOJOJ GLAVI**

## **IZLOŽBA THE RETURN OF THE BODIES**

Na izložbi Bodies 2.0. prikazani su pravi primjerci plastificiranih ljudskih tijela u aktivnim pozama i fiziologija ljudskog tijela, koji su raspoređeni u nekoliko tematskih soba, u kojima je opširno objašnjen i prikazan svaki dio tijela, od sustava organizma i unutarnjih organa do fetusa u raznim fazama razvoja.

# **ŠOK, ODUŠEVLJENJE I NEVJERICA**

**PIŠE: Dhia Kovačević**

Kroz očaravajuću izložbu vodio nas je skoro pa jednako očaravajući vodič (učenic Medicinskog fakulteta, čije ime nećemo javno spominjati) i pritom nam pobliže opisivao funkciju prikazanih organa i sustava gdje smo i mi imali priliku aktivno sudjelovati i primijeniti svoje znanje iz anatomije koje nam je na kraju dobro došlo (bar nama koji smo se htjeli malo dokazati).

Vodič nam je objasnio da su izložena tijela sačuvana postupkom plastinacije što je relativno nova metoda konzerviranja pri kojoj se voda i lipidi uklanjaju iz tijela i zatim zamjenjuju tekućom plastikom, iz koja se nakon skrućivanja stvaraju čvrsti, izdržljivi anatomske uzorak. Važno je da se u procesu sačuvaju i najfinija, najkrhkija tkiva, čak i na mikroskopskoj razini, što metodu čini neprocjenjivom s medicinske točke gledišta. Plastifikacija rezultira autentičnim pripravcima koji se mogu izlagati.

Sama spoznaja da imate uvid u izložbu s preko 200 organa u svom originalnom izdanju (bolesnom i zdravom) ostavlja određen dojam na osobu, bio on šok, oduševljenje ili nevjerica.

S pouzdanjem vam možemo reći da nećete požaliti odlučite li se upustiti u rijetko iskustvo koje vas sigurno neće ostaviti ravnodušnima, te će vas potaknuti na razmišljanje o vlastitom tijelu.

## USPUTNA RAZMIŠLJANJA

Čovjek može biti i dobar i zao. Možda je čak ispravnije reći da u sebi krije iskonsko dobro i iskonsko zlo koje ga tjera na činjenje dobrih i zlih djela. No, sretan i ispunjen čovjek nema potrebu za nanošenjem zla drugim ljudima.

## POTAJNA PRIJETNJA ZLA

PIŠE: Patrick Šantek

Svaki čovjek zna i raspoznaje što je dobro, a što je loše. Unatoč tomu ljudi su skloni biti zli jedni prema drugima. Najčešće zato što je ljudima privlačnije raditi štetu drugom biću, biti sebičan, pohlepan, nesuzdržan u svojim nagonima, dakle biti zao, nego biti suosjećajan i milosrdan. A možda i sama spoznaja da se nešto ne smije raditi još više potiče pojedince na loše misli i još gora djela. Ali to što ljudi čine zlo, više im šteti nego što im koristi. Naime, ljudi često smatraju kako u životu moraju za sebe ili svoje obitelji pribaviti što više materijalnog bogatstva. A to u dosta slučajeva znači da gramzljiv čovjek mora biti zao kako bi se uspio obogatiti.

Međutim, pohlepa je nezasitna pa se u nemilosrdnom bogaćenju često poseže i za nezakonitim radnjama. Nažalost, pred sjajem zlata zdrav razum gubi bitku, pa se nagonu za činjenja zla teško oduprijeti.

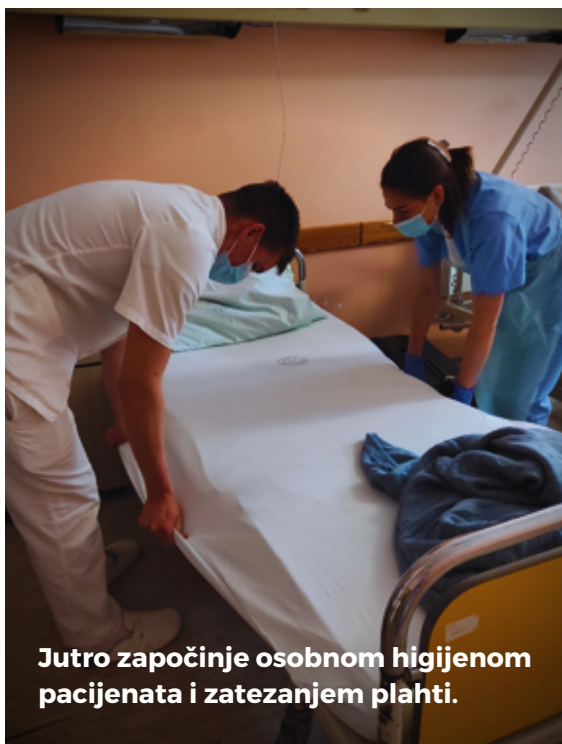
A postoji li način kako se suprotstaviti zlu u sebi? Vjerojatno je jedna od mogućnosti ta da čovjek pronađe nešto što će mu pružiti mir i spokoj, a to može biti sport, glazba, prijateljstvo, ljubav, vjera... Naime, sretan i ispunjen čovjek nema potrebu za nanošenjem zla drugim ljudima, a na taj način i široj zajednici. Volio bih živjeti u svijetu u kojem ljudi pošteno zarađuju svoj kruh, nesebično pomažu drugima i s ponosom nose ime čovjeka. Upravo zato znam da ću se i ja svim snagama boriti protiv zla koje možda i u meni negdje potajno spava.

# PORUKE PETAŠA – U RIJEČI I U SLICI

**PIŠU: Edona Dobruna i Klara Kos**

**U** zdravstveni odgoj bih ubrojila razne edukacije i javnozdravstvene akcije poput: "Dani zdravlja", "Navike promijeni i zdravlje pokreni", "Međunarodni dan AIDS-a", "Svi za njega", "Uhvati ritam" i dr. Smatram zdravstveni odgoj vrlo važnom stavkom u procesu unaprjeđenja i očuvanja zdravlja jer edukacijom podižemo svijest i samo intuiciju za obavljanjem i popravljanim navika te usvajanjem novih životnih navika.

**Z**dravstveni bi se odgoj trebao provoditi od malih nogu u kućanstvu i obitelji te obrazovnim ustanovama poput vrtića i škole putem nekih radionica, igri, razgovora i iz primjera odraslih. Djecu bi od malena trebalo učiti prati ruke redovito i pravilno, redovito provoditi oralnu higijenu i higijenu tijela. Također bi smo mogli adolescente učiti o spolnom sazrijevanju, začeću, spolno prenosivim bolestima, načinima kontracepcije, edukacija djevojaka o menstrualnom ciklusu i higijenskim navikama. Zrele ljude i starije osobe možemo poučavati o bolestima koje se javljaju u zreloj i starijoj dobi poput raka debelog crijeva. Vulnerabilne skupine možemo poučavati o tome kako spriječiti rizična ponašanja i sl. Za mene je zdravstveni odgoj sve što uključuje poučavanje ljudi o zdravlju.



**Jutro započinje osobnom higijenom pacijenata i zatezanjem plahti.**

**ZDRAVSTVENI ODGOJ**

**RADNI DAN MED. SESTRE/ MED. TEHNIČARA**

**K**ad netko kaže zdravstveni odgoj pomislim na širok spektar informacija koje zdravstveni sustav dijeli s pacijentima, zdravim i bolesnim ljudima. Za mene je zdravstveni odgoj proces edukacije i obrazovanja ljudi o važnim zdravstvenim pitanjima, prevencija bolesti, edukacija o stigmatizaciji bolesnih.

Nakon što su svi "zrihtani" i namirisani, slijedi vađenje krvi za laboratorijske pretrage ili uzimanje nekog drugog uzorka. Nakon toga slijedi dijeljenje doručka i hranjenje onih koji su potpuno ovisni o sestrijskoj pomoći (nemaju potrebnu snagu, volju ili znanja).



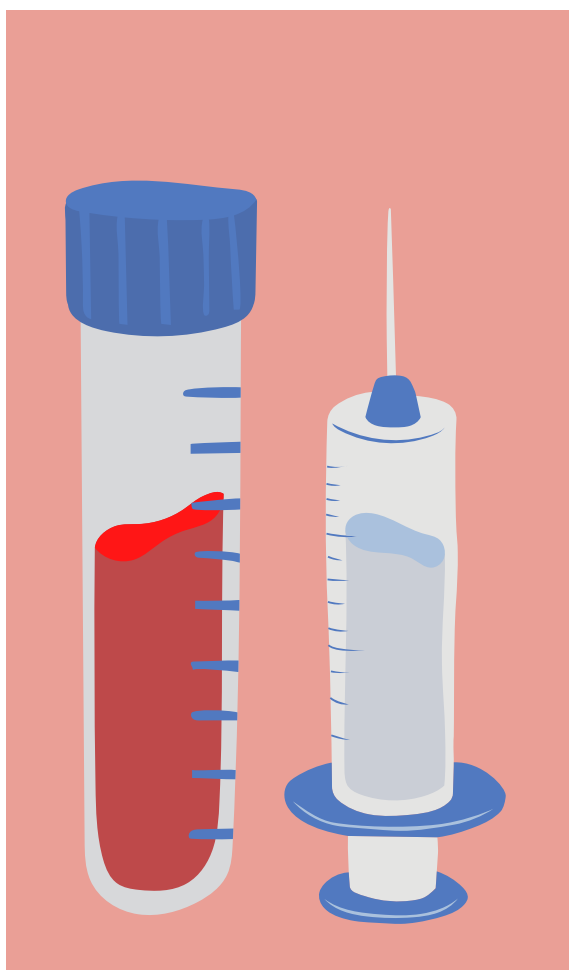


## VAĐENJE KRVI

**D**a je lako biti medicinska sestra/tehničar, to odavno svi znamo da nije istina. Ipak je to poziv, humano i nesebično pomaganje drugima, zdravom ili bolesnom pojedincu. Težak izazov koji iskazuje puno uložnog vremena, truda, strpljenja, utjehe, empatije i ljubavi. Pa, prvaši i drugaši, upoznajte se s tim pozivom...



Nakon pripreme pribora, identificira se pacijent, postavi se elastična povjeska i palpira se vena.



Dezinficira se i kreće mali ubodić te se izvadi krv.



Namjestimo pacijenta i krećemo s hranjenjem, lagano, ali sigurno.

Pacijenta je potreno hraniti onoliko dugo koliko bi i sam jeo da ima potrebnu snagu, volju ili znanje.

## HRANJENJE PACIJENATA

Oni pacijenti koji iz nekog razloga ne mogu jesti sami, hrane se putem sonde. Sestra/tehničar paze da je NG sonda u želucu, da je hrana u tekućem obliku i temperature njegova tijela. Jedan cjelovit obrok sadržava 50 do 250 ml. Nakon hranjenja obvezno se sonda pere vodom od 200 ml.



## PRIPREMA I DOZIRANJE TERAPIJE

Pripremamo terapiju i razređujemo infuzije te krenemo dijeliti ordinirane terapije koje je prepisao doktor.



Nakon što identificiramo pacijenta, priključimo lijek na infuziju (u i.v. kanilu - strjelica lijevo)

Naravno, uz ovaj mali djelić prakse na odjelu još se radi primitak pacijenta, uzima se njegova anamneza, educira se bolesnika, pomaže se pacijentu pri otpustu, provodi se toaleta kanili i provjerava njihova prohodnost, mijenjaju se i prazne urinarne vrećice, provodi se toaleta intestinalnih stoma i na kraju se svaka provedena intervencija dokumentira.

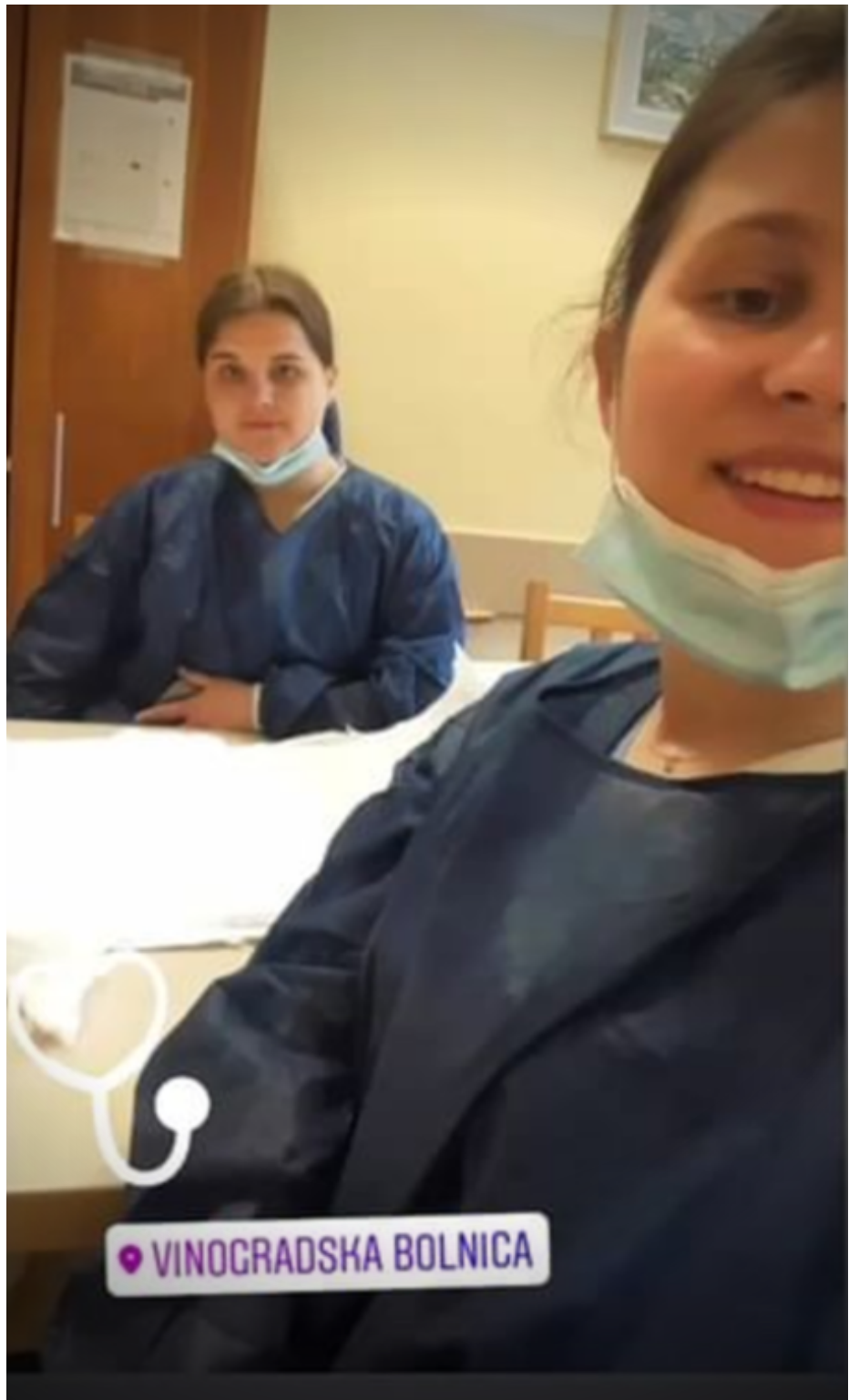
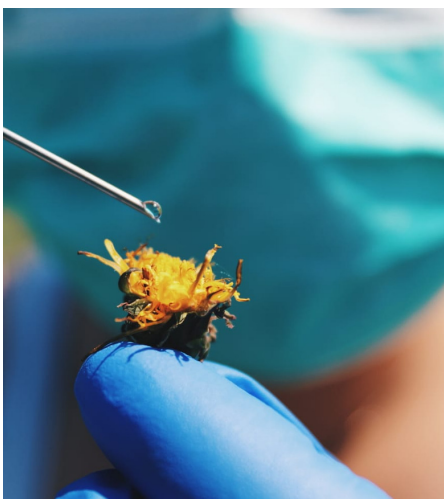
## VOLIMO BITI NA ODJELU

Odnosimo epruvete pune krvi u različite laboratorije na analizu. P. S. učenici obožavaju raznositi epruvete.



## OSMIJEH NA LICU PACIJENTA

Sestrinski posao je jedan od najljepših poslova jer sama pomisao da se pomaže potrebitima i spašava nečiji život jedan je od najljepših osjećaja koji osoba može doživjeti. Puno je toga o čemu sestra / tehničar mora unaprijed razmišljati - od obavljanja sestrinskih zadaća pa do rješavanja problemskog zadatka oko same bolesti i tijeka bolesti, a da su pritom ovdjek tu za pacijente te suzdržavaju vlastite suze i crtaju osmijehe na licima pacijenata. Ukratko takav je jedan dan sestrinskog posla, pun uspona i padova, ali opet najljepši poziv na koji se osoba može odazvati.





MOJA NOGOMETNA PUSTOLOVINA

# ZALJUBLJENA U NOGOMET

Piše: Ana Tutić

**Lopta je oduvijek bila moja ljubav. A moja se strast prema nogometnoj lopti rodila prije sedam godina, u ljeto, kada sam prvi put zaigrala nogomet s dečkima. Igrajući tada strastveno nogomet s njima, koji su bili stariji i snažniji, shvatila sam koliko znam o tom, neki bi rekli „muškom“, sportu i koliko spretno vladam loptom. Tako sam otkrila svoj talent s kojim je započelo novo razdoblje u mom životu.**



## Ženski nogomet klub Vrbovec

Moja je nogometna priča zapravo započela nagovorom moje mame da zaigram nogomet s dečkima jer je ona bila uvjerena da mogu biti dobra suigračica i oštar protivnik. I pokazalo se da mama zna najbolje. Kada sam primila loptu u noge, igrala sam srcem i borila sam se 100% na terenu. Naime, dečki su gradom bili fizički jači, pa sam nastojala držati ravnotežu ne želeći odustati od igre samo zato što se oni smatraju boljima u nogometu od nas djevojaka.

Tada sam imala osam godina, a već sam se s devet upisala u Ženski nogomet klub Vrbovec u kojem sam igrala idućih pet godina. A prije nego što sam krenula nogometnim stopama, već sam sa šest godina počela trenirati atletiku u Atletskom klubu Petar Zrinski Vrbovec, a uz atletiku i nogomet u svojoj sam osnovnoj školi počela trenirati i odbojku da bih se u osmom razredu okušala i u plesu te sam sa svojom ekipom osvojila treće mjesto na Državnom natjecanju iz cheerleadinga 2019. godine.



## Tri sporta odjednom

Tijekom svog osnovnoškolskog obrazovanja trenirala sam tri sporta i zaista sam sve stizala jer sam dobro organizirala svoje vrijeme i uspješno uskladila sve školske i sportske obaveze. Nije bilo jednostavno jer sam treninge imala najmanje četiri do pet puta tjedno, a vikendom bih bila na natjecanjima. Međutim, ako zaista voliš ono što radiš, kao što se ja volim baviti sportom, tada ništa nije teško.

## Ženski nogometni kluba Dinamo

Krajem ljeta 2019. godine postala članom Ženskog nogometnog kluba Dinamo. Bila sam iznimno sretna što ću igrati u prvoligaškom klubu jer sam bila upućena u to koliko su treninzi kvalitetni, ali i kondicijski zahtjevni. Zato sam znala da moram fizički ojačati što sam i postigla trenirajući u Dinamu. U početku smo radili treninge snage i trčanja kako bismo fizički ojačali prije početka lige. Kada je počela školska godina, igrali smo utakmice svakog vikenda i tada sam prvi put zaigrala u Dinamovom dresu. Pobjeđivali smo u svim utakmicama, a meni je u sjećanju ostala utakmica u kojoj smo pobijedili Odru s razlikom 13:0. Naime, ja sam u toj utakmici postigla tri gola, tzv. hattrick, što je izraz koji se upotrebljava kad u nekoj utakmici isti igrač postigne tri gola.

## Nove tehnike igranja

U Dinamu sam s vremenom ojačala i naučila nove tehnike igranja. U Dinamu se treninzi temelje upravo na uvođenju novih tehnika igre po čemu je taj klub doista kvalitetan i takvim načinom treninga igračicama omogućava da postanu okretnije i raznovrsnije u svojoj igri. Upravo je to bio glavni razlog što sam se odlučila prebaciti u klub u kojem ću moći napredovati, a i zbog školovanja u Zagrebu to je bio logičan izbor. Na moju je odluku djelomično utjecao i moj mlađi brat Luka s kojim često igram nogomet. Nas smo dvoje oduvijek jedno drugom velika podrška kako na nogometnom terenu, tako i na onom životnom.

## Ništa bez potpore moje obitelji

Naravno, moji sportski uspjesi bili bi nemogući bez moje obitelji. Zato sam im zahvalna na pružanju podrške u treniranju nogometa i na tome što me podupiru u onome što volim raditi i što me čini sretnom. Također, očekujem da ću marljivo trenirajući bivati sve boljom igračicom, a moja je velika želja da jednog dana postanem profesionalna nogometašica i zaigram za neke od najpoznatijih ženskih profesionalnih nogometnih klubova. A kad nešto doista želiš, uz talent i puno rada samo je nebo granica.





RUKOMET I U SLOBODNO  
VRIJEME

# ODRICANJEM DO MEDALJE

---

PIŠE: Emina Razić

**Rukometom sam se počela baviti s osam godina, na prijedlog moje mame. Naime, imala sam dosta slobodnog vremena, pa je rukomet bio jedno od dobrih rješenja kako da se to vrijeme kvalitetno ispuni.**

Svoje prve rukometne korake napravila u Rukometnom klubu Trešnjevka čija sam igračica i danas. Od svoje osme do desete godine na treninzima sam usvajala osnove rukometa i sva rukometna pravila igre. Navršivši jedanaest godina počela sam igrati „veliki rukomet“, te sudjelovati na natjecanjima međuzupanijske i državne lige. Tada u klubu nije bilo dovoljno igračica ni za sastavljanje jedne ekipe, pa smo utakmice igrale sa samo šest igračica od potrebnih sedam. Tijekom idućih triju godina u klubu su nam se pridružile nove djevojke koje su se brzo uklopile u našu ekipu. Trenutno nas u klubu ima dovoljno za sastavljanje triju ekipa.



Treninge imamo pet puta tjedno, a vikendom igramo utakmice. Treninzi traju po sat vremena što je premalo u odnosu na druge klubove koji imaju najmanje po dva sata treninga.

Međutim, i u tako kratkom vremenskom razdoblju na treningu uspijemo napraviti dosta toga. Na početku treninga obično zagrijavamo igračice, a zatim zagrijavamo golmane. Nakon što su se sve igračice zagrijale, treniramo akcije za vanjske igračice i krila, a na kraju treninga igramo.

### Odricanja donose uspjeh

Ekipa u našem klubu je da se bolja ne može poželjeti: i na terenu kao i u međusobnim odnosima djelujemo kao odlično uvježban tim. Zato se možemo pohvaliti i brojnim uspjesima i osvojenim medaljama.

Godine 2019. sudjelovale smo na Svjetskom rukometnom turniru mladih koji se održao u Švedskoj. Tada smo od 170 ženskih rukometnih ekipa zauzele deveto mjesto. Nastupali smo i na Međunarodnom rukometnom turniru u Slovačkoj uzastopno 2019. i 2020. godine.

Prve smo godine sudjelovanja osvojile brončanu medalju, dok su igračice ŽRK-a Rugvica osvojile zlato. Nažalost, ove smo godine na istom turniru nesretno izgubile od mađarskog Ferencvaroša u finalu te osvojile srebrnu medalju. Ove sezone 2019./2020. po prvi puta idemo na državnu završnicu za mlađe kadetkinje koja se održava u Poreču u mjesecu svibnju (ako se zbog koronavirusa natjecanje ne odgodi).

Premda do tada imamo još dosta vremena, mi igračice naporno treniramo i puno toga se odričemo kako bismo se na tom natjecanju pojavile kao iznenađenje i osvojile neku od medalja. Što sjajnije, naravno.





# ODJECI LEKTIRE

*Na tragu pjesme Sjeta  
Augusta Stramma*

Mi zaziremo od života  
koračamo i tražimo.  
U našim pogledima vidi se da duboko  
čeznemo za rastom.  
Stojimo tamo dok smrt stremi  
prema nama.  
Vičemo dok naša zamjena izjeda našu  
dušu.  
(Veronika Štengl)

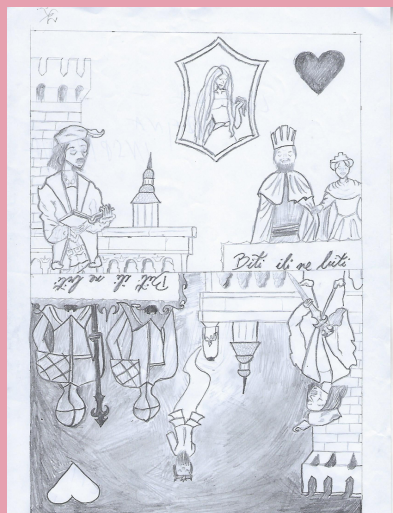
## BISTRI VITEZ DON QUIJOTE OD MANCHE



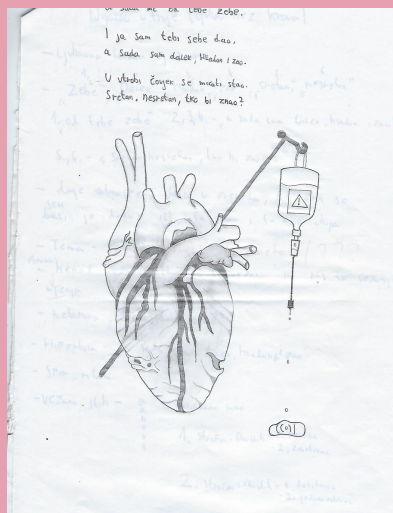
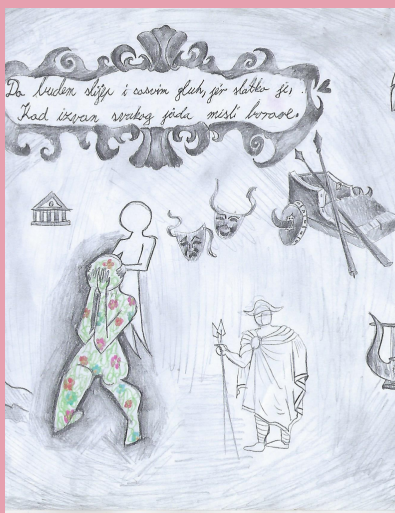
*Koračamo kroz život tražeći duboki smisao  
Stojimo i pogledamo kamo dalje  
Kako maštati, rasti  
Kako zamijeniti problem s rješenjem  
Bez vike, mirno (Ivana Radman)*

*Stvaramo život zazirući, tražeći, umirući.  
Vičem i koračam,  
zanimiti i stajati neću!  
Pogledom mi čeznemo rasti duboko.  
Stremiš, dolaziš. (Karmela Forgač)*

*Koračam i stremim  
Prema životu  
Čeznem i zazirem od njega  
Stojim gledam tražim ga  
Dolazi smrt (Donatelo Timoleon  
Herjavić)*



Koračam – stojim – mislim –  
osjećam  
Tražim – žudim za novim  
životom  
Vičem i ričem u daljini kao lav  
Pogledom siječem drva  
Ru pu pu pu a a a!  
Nije mi dobro!  
(Antonio Krizmanić)



koračam kroz život, tražim mir,  
spokoj  
čeznem za umirujućim  
mjestima i stvarima  
stojeći na dubokom kraju svojih  
života  
zaziremo od smrti nijemo  
dolaskom naše već odrasle djece  
slušajući vrisak unuka  
duboko smo u duši spokojni  
spremni za kraj  
(Emina Razić)

RASTEMO KORAČAJUĆI ŽIVOTOM,  
ČEZNEMO ZA NEČIJIM DOLASKOM,  
NIJEMI SMO PRED NEČIJIM POGLEDOM,  
ZAZIREMO OD NEČIJEG ODLASKA.

TRAŽIMO DUBOKO U SEBI,  
PRONALAZIMO SMISAO.  
VIČEMO NA SAV GLAS.  
NITKO NAS NE ČUJE.  
(MARIJA NOKAJ)

KORAČAM I ČEZNEMO ZA DUBOKIM  
POGLEDOM  
U ŽIVOT  
DOK SMRT DOLAZI I STOJI MI ZA  
VRATOM  
STREPIM, TRAŽIM VOLJU, VIČEM U SEBI  
PREKASNO JE. ZANIJEMILA SAM  
(RENATA JULARIĆ)

ILUSTRACIJE: Ivona Koretić, Leon Koretić i  
Amra Salihović



**Škola za medicinske sestre Vinogradska**  
**sms@skolamedvinogradska.hr**