

INFUZIJA

LIST UČENIKA ŠKOLE ZA
MEDICINSKE SESTRE
VINOGRADSKA

BROJ 25
ZAGREB, LIPANJ 2026.



MEĐUNARODNI KONGRES
HUMS-A

SESTINSTVO KOJE OSTAVLJA
TRAG

OD OPERACIJSKE SALE DO
VRHOVA PLANINA

POVRH SVEGA INKLUZIJA
DANI E-MEDICE

ERASMUS + PROGRAMI U ŠKOLI

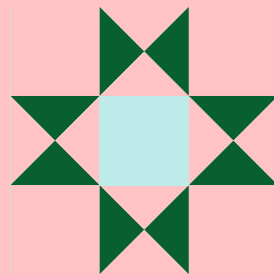
KULturna ISKAZNICA JE STIGLA U
NAŠ GRAD

WORLD SKILLS CROATIA 2026.

POVRH SVEGA INKLUZIJA

KNJIGE, FILMOVI I SERIJE

E-INFUZIJA 25



ČASOPIS UČENIKA ŠKOLE ZA
MEDICINSKE SESTRE VINOGRADSKA

GLAVNA UREDNICA
DR. SC. MILICA MIKECIN

MLADA UREDNICA
HANA MARIN

SURADNICI
ČLANOVI
KULTURNO-
UMJETNIČKE I
NOVINARSKÉ
GRUPE ŠKOLE

ZAGREB,
LIPANJ 2026.



UVODNA RIJEČ



Dragi čitatelji,

Pred vama je novi broj Infuzije na kraju ove školske godine. Naša "Infuzija" nije medicinska terapija – to su trenuci smijeha, zajedničke kave, prijateljstva i hobiji koji nam vraćaju energiju nakon napornih ispita.

Kroz sve školske i privatne obveze prolazimo zajedno, što cijelu ovu avanturu čini neprocjenjivom i puno lakšom. Kada osjetite umor, zapamtite da je sasvim u redu usporiti i da je sve pod kontrolom dok god imamo jedni druge.

Neka vam ove stranice donesu zasluženi predah i podsjetite vas na sve lijepe trenutke koje smo stvorili.

Veliko hvala svim učenicima i nastavnicima na trudu i sudjelovanju u stvaranju ovogodišnjeg broja.

Uživajte u čitanju i pronađite svoju dozu motivacije!

Hana Marin
mlada urednica



SADRŽAJ

Međunarodni kongres HUMSA-a.....	4
DANI E-MEDICE.....	6
Sestinstvo koje ostavlja trag.....	8
Od operacijske sale do vrhova planina	14
Erasmus u Španjolskoj	20
Erasmus u Portugalu	23
Kulturološke razlike između Hrvatske i Portugala	25
World Skills Croatia 2026	28
Pismo jedne mentorice	32
Kulturna iskaznica je stigla u naš grad	33
PoVRH svega inkluzija	34
Knjige, filmovi i serije – preporuke	36



MEĐUNARODNI KONGRES HRVATSKE UDRUGE MEDICINSKIH SESTARA

PIŠE: LAURA TEČIĆ

Od 11. do 14. lipnja 2026. imala sam priliku sudjelovati zajedno s ostalim učenicima i razrednicom Miroslavom Kičić na 15. Međunarodnom kongresu Hrvatske udruge medicinskih sestara "Sestrinstvo bez granica", koji se održao u Opatiji.

Sudjelovanje na ovom kongresu bilo je jedno od najljepših i najkorisnijih iskustava tijekom mog školovanja.

Tijekom kongresa slušala sam brojna zanimljiva predavanja o aktualnim temama u sestrinstvu, među kojima me posebno zainteresirala zelena kirurgija. Predavanja su mi omogućila da steknem nova znanja i bolje razumijem koliko se sestrinska profesija neprestano razvija i prilagođava novim izazovima.



Posebno mi je drago što sam imala priliku sudjelovati u provođenju istraživanja koja su kasnije bila prikazana kroz e-postere tijekom kongresa.

Bilo je zanimljivo vidjeti radove iz različitih područja zdravstvene skrbi te način na koji se stručna znanja i iskustva dijele među zdravstvenim djelatnicima.



Najveći dojam na mene ostavilo je upoznavanje medicinskih sestara i tehničara iz različitih dijelova Hrvatske. Kroz razgovore s njima dobila sam puno savjeta i bolji uvid u profesiju za koju se školujem.

Smatram da je ovakvo iskustvo vrlo važno za učenike jer nam omogućuje povezivanje teorijskog znanja sa stvarnom praksom te nas dodatno motivira za budući rad.

Osim stručnog dijela, uživali smo i u ugodnom druženju tijekom svečane večere, gdje smo imali priliku razgovarati s profesorima i sudionicima kongresa u opuštenijoj atmosferi.

Sudjelovanje na ovom kongresu za mene je bilo iznimno vrijedno iskustvo. Zahvalna sam na prilici da budem dio ovako značajnog događaja i nadam se da ću i u budućnosti sudjelovati na sličnim stručnim skupovima



DANI E-MEDICE

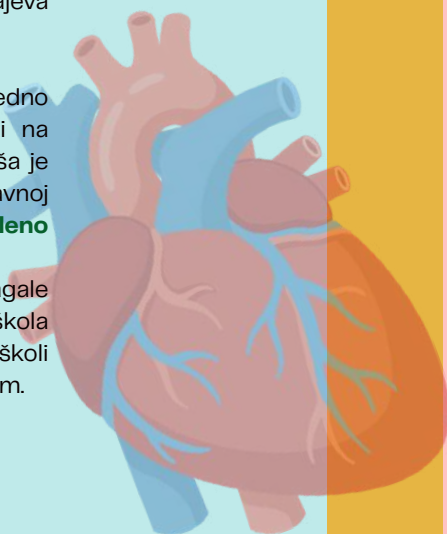
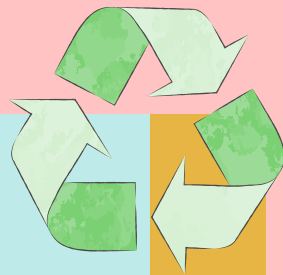
PIŠE: Mislav Jelinić

Sudjelovanje na učeničkoj smotri „**Dani E-medica**” bilo mi je važno iskustvo i na mene je ostavilo snažan dojam.

Smotra je dio nacionalnoga projekta „**E-medica**”, koji povezuje **zdravstvene škole iz cijele Hrvatske** u jedinstvenu zajednicu, potiče uporabu novih informacijsko-komunikacijskih tehnologija, razmjenu znanja i iskustava te međusobno upoznavanje učenica i učenika iz različitih krajeva države.

Posebno mi je dragocjeno bilo to što sam, zajedno s kolegama iz razreda. Dobio priliku raditi na projektu koji je trajao punu **godinu dana**. Naša je škola bila nositelj učeničkoga projekta na državnoj razini pod nazivom „**Recepti budućnosti – zeleno idruštveno za održivo sutra**”.

U radu su nam kao škole suradnice pomagale Srednja škola Viktorovac iz Siska i Srednja škola Pregrada. Uz to smo mi bili partneri Srednjoj školi Viktorovac na njihovu projektu Terapija vodikom.

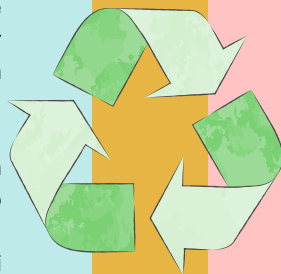


Tijekom te godine imali smo priliku baviti se vrlo aktualnom i važnom temom – održivošću i odgovornim odnosom prema okolišu i zajednici.

Kroz suradnju s vršnjacima iz drugih škola učili smo jedni od drugih, razmjenjivali ideje i upoznavali se, a usput smo usvojili i mnoge vještine. Među njima posebno ističem one koje se odnose na javno predstavljanje i prezentiranje cjelogodišnjega rada, jer naučiti jasno i sigurno predstaviti vlastiti projekt pred publikom nije nimalo jednostavno.

Aktivnosti Škole i sam projekt predstavljali smo pod mentorstvom nastavnice **Miroslave Kičić**, na čijoj sam podršci i vodstvu iskreno zahvalan.

Ovo mi je iskustvo pokazalo koliko zajednički rad, otvorenost i razmjena znanja obogaćuju, a stečena znanja i poznanstva rado ću nositi sa sobom i u budućnosti.



SESTRINSTVO KOJE OSTAVLJA TRAG

Ljiljana De Lai



INTERVJU VODILE: Laura Andrijević i Biljana Bilkić

Povodom odlaska u mirovinu Ljiljane De Lai, glavne medicinske sestre Klinike za psihijatriju KBC-a Sestre milosrdnice, učenice Škole za medicinske sestre Vinogradska, Laura Andrijević i Biljana Bilkić, uz mentorstvo razrednice i nastavnice zdravstvene njege Martine Trnčević, razgovarale su s medicinskom sestrom čiji je rad obilježio desetljeća rada u psihijatrijskoj skrbi. Razgovor je pružio priliku da se osvrnemo na njezin profesionalni put, promjene u sestrinstvu tijekom godina rada i iskustva stečena u području koje traži mnogo znanja, strpljenja i empatije. U njezinim odgovorima buduće medicinske sestre mogu pronaći vrijedne poruke o odgovornosti, odnosu prema pacijentu i ljepoti poziva koji se ne uči samo iz knjiga, nego i iz svakodnevnog rada s ljudima.





Za početak, možete li se ukratko predstaviti u svojoj profesionalnoj ulozi? Kako je započeo Vaš put u psihijatrijskom sestrinstvu i kako se razvijao kroz godine?

Moj interes za sestrinstvo javio se vrlo rano. Još u četvrtom razredu osnovne škole, tijekom jednog posjeta varaždinskoj bolnici upoznala sam medicinsku sestru čija me pojava, uniforma i način ophođenja toliko impresionirao da sam tada donijela odluku; „želim biti poput nje“. Upisala sam srednju medicinsku školu i već tijekom školovanja postalo mi je jasno da sam odabrala pravi poziv.

Radni odnos započela sam 1. studenoga 1980. godine na tadašnjem Odjelu za neuropsihijatriju, KBC Sestre milosrdnice. Prvi odjel na kojem sam radila bila je neurologija, no ubrzo sam, odlukom glavne sestre klinike raspoređena na odjel psihijatrije. Nakon petnaest godina smjenskog rada na Odjelu kliničke psihijatrije, raspoređena sam u jedinicu psihijatrijske intenzivne njege kao zamjenica glavne sestre intenzivne. Kasnije se otvorila potreba za glavnom sestrom na Odjelu za ovisnosti. Tadašnja glavna sestra prepoznala je moj angažman i profesionalni odnos prema radu te me predložila za tu ulogu.

Iskreno mogu reći da o području ovisnosti u tom trenutku nisam znala mnogo. No povjerenje koje mi je ukazano, kao i mogućnost profesionalnog napredovanja, bili su mi važni. Na Odjelu za ovisnosti radila sam gotovo dvadeset godina u ulozi glavne sestre Odjela za ovisnosti, te glavna sestra Zavoda za alkoholizam i druge ovisnosti. To su bile iznimno snažne i zahtjevne godine rada koji je bio vrlo složen i zahtjevan, ali upravo su me takvi izazovi najviše motivirali i profesionalno ispunjavali. Glavnom sestrom Klinike za psihijatriju imenovana sam 2015.godine što smatram najvećom čašću, a ujedno i najvećom odgovornošću u svojem profesionalnom radu. Pri tome moram istaknuti, uz veliku potporu predstojnika klinike, prof. dr.sc. Dalibora Karlovića, te izvanrednu suradnju svih djelatnika, sestrinstvo klinike je stasalo u dobro organiziranu, snažnu profesiju unutar interdisciplinarnog tima Klinike za psihijatriju. Također, moram spomenuti dobru organizaciju sestrinstva KBC-a Sestre milosrdnice pod vodstvom glavne sestre KBC-a, pomoćnice ravnatelja za sestrinstvo Biserke Režek, univ.mag.med.techn., koje je kontinuirano slijedilo sestrinstvo Klinike za psihijatriju.



Kada pogledate unatrag, koja su područja psihijatrijske skrbi doživjela najveći napredak otkako ste započeli raditi u struci? Što se danas radi drugačije nego na početku Vaše karijere?



Komunikacija, empatija i sigurnosni protokoli danas su jasno definirani. Kako se kultura odnosa s bolesnicima mijenjala tijekom godina Vašeg rada?

Kako se, prema Vašem iskustvu, mijenjala stigmatizacija psihijatrijskih bolesnika i same psihijatrije kao struke?

Temeljne vrijednosti psihijatrijske skrbi ostale su iste. Odnos prema čovjeku, prihvaćanje bolesnika takvog kakav jest, empatija, poštovanje i holistički pristup i danas su srž našeg rada. Ono što se značajno promijenilo jesu uvjeti skrbi. Prostorni uvjeti danas su neusporedivo bolji; u sobama se nalaze dva do tri kreveta, dok je nekada bilo i po sedam ili osam, što je imalo velik utjecaj na kvalitetu skrbi i dostojanstvo bolesnika. Metode rada su unaprijeđene, edukacije zdravstvenih djelatnika su kvalitetne i trajne. Važno je istaknuti i proces deinstitucionalizacije u psihijatriji, bolesnici danas ostaju hospitalizirani onoliko dugo koliko je nužno za rješavanje akutnih problema, s prosječnim trajanjem hospitalizacije od oko šesnaest dana na našoj Klinici. Naglasak je na stabilizaciji stanja i povratku u obiteljsko i društveno okruženje, uz elemente terapijske zajednice.

Komunikacija je oduvijek bila i ostala najvažniji alat u psihijatrijskom sestrinstvu. I ranije, a osobito danas, ona čini najveći dio našeg rada. Ostali postupci nadopunjuju taj proces. Kroz terapijsku komunikaciju i terapijski odnos, bolesnike osnažujemo, potičemo njihovu autonomiju i pripremamo ih za nastavak života izvan bolničkog okruženja.

Stigmatizacija je nekada bila izrazito snažna. Ako gledamo u povijesnom kontekstu, promjene su dolazile sporo, ali su bile značajne. Već sredinom 19. stoljeća započinje proces humanizacije i razumijevanja psihičkih bolesti, a taj se put nastavlja i danas. Iako se s predrasudama i stigmatizacijom još uvijek susrećemo, smatram da je puno učinjeno kroz edukaciju javnosti, ali i kroz istupe javnih osoba koje otvoreno govore o vlastitim psihičkim poteškoćama. Kada netko poznat javno progovori o svojoj bolesti, to drugima daje osjećaj prihvaćenosti i hrabrost da potraže pomoć.



Koje su, prema Vašem mišljenju, najvažnije vještine za vođenje sestrinskog tima u psihijatrijskom okruženju?



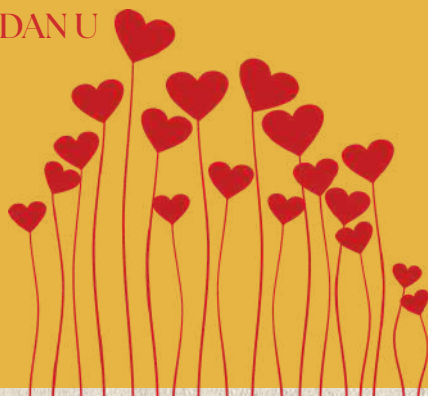
Prije svega, važno je biti čovjek. To je temelj svake profesije, a osobito sestrinstva. Ljudi su uvijek na prvom mjestu. Vjerujem da osoba koja vodi tim mora biti izvrсна medicinska sestra, s iskustvom i razumijevanjem rada klinike. Upravo takvom smatram svoju nasljednicu, sestru Nikoletu Josipović, koja poznaje način rada ustanove i sigurna sam da će uspješno nastaviti voditi sestrinstvo klinike te unaprijediti ono što ja u svoje vrijeme možda nisam mogla.

Što biste poručili mladim medicinskim sestrama koje tek ulaze u ovo područje?

Mladim sestrama često kažem da su poput knjige koja se tek počinje pisati, najprije vlastitim ljudskim vrijednostima, obrazovanjem, a zatim iskustvima koja će ih profesionalno oblikovati. Ako su odabrale sestrinsku profesiju taj ljudski, empatični potencijal već imaju u sebi, obrazovanje će im dati temelje, a u procesu rada steći će vještine za pružanje najbolje i sveobuhvatne skrbi za bolesnike. Služba za zdravstvenu njegu KBC-a nekoliko posljednjih godina organizirala je edukacija za mentore, medicinske sestre/tehničare sa najmanje petogodišnjim iskustvom, koji nove sestre uvode u proces rada, mentoriraju sve do trenutka kad mogu samostalno, odgovorno i sigurno izvršavati procese rada zdravstvene njege.

NAJDRAGOCJENIJI JE BIO BAŠ SVAKI DAN U MOJEM PROFESIONALNOM ŽIVOTU!

**I za kraj, što Vam osobno ostaje
kao najdragocjenija uspomena
iz profesionalne karijere?**



Najdragocjenije mi je to što sam bila medicinska sestra i što sam koračala našom Klinikom preko 45 godina u različitim ulogama. Što sam najveći broj godina rada bila uz bolesnike u najranjivijem i najnemoćnijim periodima njihovog života, kad ih je bolest dovela do razine nemoći upravljanja svim životnim postupcima. A običan život, kao najdragocjenije što imamo često je dalek i nedostižan za naše bolesnike. Ako im pomognemo da se barem približe tome, učinili smo najviše što za bolesnike oboljelih od psihičkih bolesti možemo učiniti.



OD OPERACIJSKE SALE DO VRHOVA PLANINA

RAZGOVOR S BRUNOM CRLJENIĆEM,
BIVŠIM UČENIKOM ŠKOLE ZA
MEDCINSKE SESTRE VINOGRADSKA



Priredila: Martina Trnčević, dipl. mag. med. techn.

Prije deset godina Bruno Gordan Crljenić završio je Školu za medicinske sestre Vinogradska, zaposlio se u operacijskoj sali KBC Setre milosrdnice kao medicinski tehničar instrumentar te upisao izvanredni stručni prijediplomski studij sestrinstva na Zdravstvenom veleučilištu u Zagrebu. Nakon rada u operacijskoj sali, njegov se profesionalni i životni put nastavio prema alpinizmu, Hrvatskoj gorskoj službi spašavanja i na poslijetku, industrijskom alpinizmu. U razgovoru za školski časopis govori o tome kako su ga medicinska struka, timski rad i susreti s različitim pforilom ljudi oblikovali te kako su ga odveli od medicinske škole, preko operacijske sale do planinskih stijena, spašavanja i rada na vjetroturbinama.

Kako biste se predstavili današnjim učenicima Škole za medicinske sestre Vinogradska?

Moje ime je Bruno Gordan Crljenić, imam 29 godina, odrastao sam u Zagrebu i prije deset godina završio sam Školu za medicinske sestre Vinogradska. Današnja ravnateljica škole, dr. sc. Višnja Pranjić, bila mi je razrednica od trećeg do petog razreda, uz Zdravku Ljubić, koja mi je bila razrednica u prvom i drugom razredu. Kada sam upisivao školu, nisam mogao ni zamisliti kamo će me život odvesti. Danas mogu reći da su mi znanja, iskustva i ljudi koje sam upoznao u medicinskoj struci otvorili mnoga vrata i usmjerili me prema životu koji danas živim.





Izvor: Ljetopis Škole za medicinske sestre
Vinogradska, šk. god. 2015./2016.

Kako je izgledao Vaš profesionalni put nakon završetka škole?

Nakon završetka školovanja zaposlio sam se kao medicinski tehničar instrumentar u operacijskoj sali KBC-a Sestre milosrdnice, gdje sam radio devet godina. To razdoblje obilježili su brojni izazovi, ali i poznanstva koja su snažno utjecala na moj sadašnji život. Kroz posao sam upoznao ljude koji su me potaknuli da izađem iz svoje zone komfora, isprobam nove aktivnosti i otkrijem interese za koje prije nisam ni znao da postoje.

Što Vas je privuklo alpinizmu?

Prije pet godina ozbiljnije sam se počeo baviti alpinizmom. Ono što je u početku bilo rekreacija s vremenom je postalo mnogo više od hobija. Kroz treninge, uspone i boravak u planinama stekao sam brojna iskustva i upoznao ljude od kojih sam mnogo naučio, ne samo o penjanju i prirodi nego i o životu.



U tom sam razdoblju upisao izvanredni stručni prijediplomski studij sestrinstva na Zdravstvenom veleučilištu u Zagrebu. Međutim, slijedom svih događanja, studij je zasad ostao "po strani".

Koji biste alpinistički uspjeh posebno izdvojili?

Jedan od najznačajnijih trenutaka moje alpinističke karijere bio je prvi hrvatski zimski uspon legendarnom sjevernom stijenom Eigera, Heckmairovim smjerom koji smo ostvarili moj penjački partner i najbolji prijatelj Lukas Grbac-Lacković i ja.

Riječ je o jednom od najpoznatijih i najzahtjevnijih alpinističkih smjerova u Alpama, a taj uspon do tada nije ostvario nijedan hrvatski alpinist u zimskim uvjetima. Samo su još Stipe Božić i Edvard Retelj ostvarili taj pothvat, ali u ljetnim uvjetima davne 1984. godine.

Za taj smo uspjeh primili priznanje gradonačelnika Grada Zagreba, što mi predstavlja veliku čast i potvrdu za godinu rada, priprema i odricanja koje stoje iza svakog ozbiljnog alpinističkog cilja.





Izvor: O1Portal

Kako ste se uključili u Hrvatsku gorsku službu spašavanja?

Ljubav prema planinama prirodno me dovela do Hrvatske gorske službe spašavanja (HGSS), čiji sam član posljednje četiri godine. U HGSS-u sam aktivan i u Medicinskoj komisiji, gdje mogu povezati medicinsko znanje s iskustvom rada i boravka u zahtjevnim planinskim uvjetima. Zbog penjačkog iskustva dio godine provodim na dežurstvu u Nacionalnom parku Paklenica, a zimi dežuram na skijalištu na Sljemenu. To je okruženje u kojem se stalno uči i razvija, ali i prilika da svojim znanjem i iskustvom pomognem drugima kada je to najpotrebnije.



17

Lukas Grbac-Lacković i Bruno Crljenić uspješno su savladali legendarnu sjevernu stijenu švicarskog Eigera, 26. travnja 2025.

Čime se danas profesionalno bavite?

Posljednjih šest mjeseci profesionalno sam usmjeren prema industrijskom alpinizmu. Zaposlen sam u tvrtki Montimo kao visinski radnik, a najveći dio posla obavljam na vjetroparkovima diljem Hrvatske. Moj posao uključuje inspekcije i popravke lopatica vjetroturbina, što je zanimljiv spoj tehničkog rada, rada na visini i vještina koje sam razvijao kroz alpinizam. Uz terenski rad sudjelujem i u edukacijama u trening centru za osposobljavanje osoba koje rade na visini i naravno, i dalje sam aktivni član HGSS-a.

Koliko Vam je medicinsko obrazovanje pomoglo u svemu što danas radite?

Kada danas pogledam svoj profesionalni i životni put, vidim koliko je Škola za medicinske sestre Vinogradska bila važan početak svega. Iako danas radim posao koji se na prvi pogled razlikuje od onoga za koji sam se školovao, medicinska struka dala mi je temelje odgovornosti, rada u timu i snalaženja u zahtjevnim situacijama. Jednako su važni bili i ljudi koje sam upoznao tijekom rada u operacijskoj sali jer su me svojim primjerom i podrškom usmjerili prema aktivnostima koje su danas sastavni dio mog života.

Koju biste poruku uputili današnjim učenicima škole?

Zahvalan sam Školi za medicinske sestre Vinogradska na znanju koje mi je pružila, ali još više na ljudima i iskustvima koja su me oblikovala. Učenicima bih poručio da ne podcjenjuju niti jedno iskustvo ili razgovor kao priliku za učenje. Ponekad nas upravo ono što naučimo u školi ili na prvom radnom mjestu kasnije odvede u smjeru koji nismo mogli predvidjeti. Iako me životni put odveo od operacijske sale do planinskih stijena, spašavanja u planinama i rada na vrhovima vjetroturbina, upravo je ova škola bila mjesto gdje je sve započelo i što ću zauvijek cijiniti kao najvrijedniji temelj za ono što sam danas.



Planine su Vas odvele i izvan Hrvatske. Što Vas posebno privlači u tim iskustvima?

Ovog ljeta očekuje me alpinistička ekspedicija u Kirgistan, kojoj se posebno veselim. Predivna stvar kod alpinizma jest to što me odveo u krajeve svijeta koje inače vjerojatno nikada ne bih posjetio: od ledenjaka i granitnih tornjeva u Francuskoj do zimskih uspona u Škotskoj, Švicarskoj i Dolomitima. Svaka nova planina donosi nova iskustva, izazove i prilike za učenje, a upravo je to ono što me najviše privlači u alpinizmu.



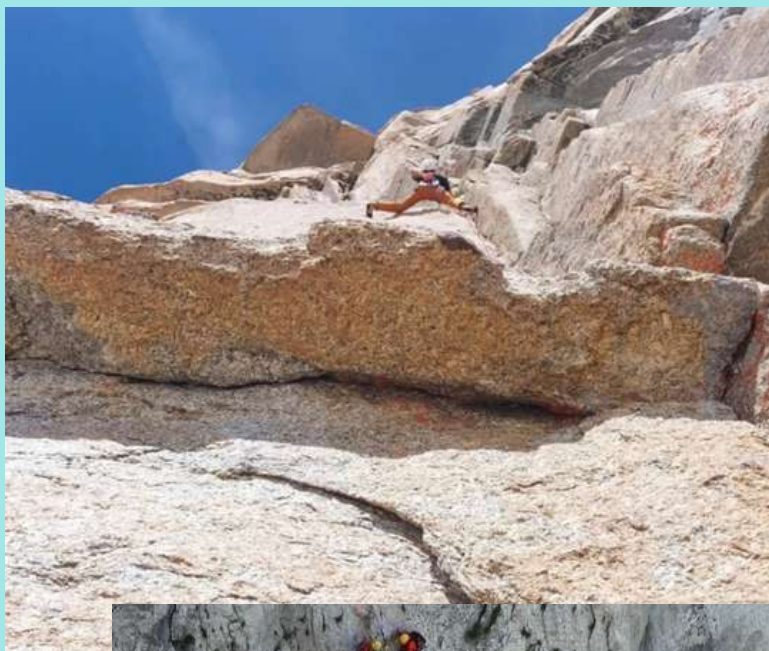
BRUNO GORDAN CRLJENIĆ

Inteligencija njegova Einsteinovoj je ravna, "Kaj imamo sutra od prakse?" pitanje je dana. Dok samouvjereno u šest ujutro filozofira, svima oko sebe život komplicira.

U budućnosti naš Gordan u staračkome frizure pravi i u svom Prečkom se hvali.



Izvor: Ljetopis Škole za medicinske sestre Vinogradska, šk. god. 2015./2016.



Skeniranjem priloženog QR koda možete pogledati cijelu objavu o velikom alpinističkom uspjehu Brune Crljenića i Lukasa Grbac-Lackovića, usponu na legendarnu sjevernu stijenu Eigera Heckmairovim smjerom.



ERASMUS U ŠPANJOLSKOJ - PUTOVANJE KOJE PAMTIM



PIŠE: LUKA MIJATOVIĆ

Tijekom Erasmus mobilnosti imao sam priliku upoznati južnu Španjolsku te otkriti bogatu kulturu, povijest i gastronomiju Córdoba, Seville i Granade. Ovo putovanje bilo je posebno jer nismo samo razgledavali znamenitosti, nego smo doživjeli i način života, običaje i atmosferu Andaluzije. Svaki je dan bio ispunjen novim iskustvima, učenjem i trenutcima koje ću dugo pamtiti.

U Sevilli su me se najviše dojmili Torre del Oro uz rijeku te veličanstvena Plaza de España, jedan od najljepših trgova koje sam ikada vidio, sa svojim mostovima, kanalima i bogatim ukrasima. Putovanje smo zaokružili u Granadi, gradu poznatom po maurskoj palači Alhambri i staroj četvrti Albaicín. Katedrala u Granadi potpuno nas je oduševila – izvana moćna i masivna, a iznutra svijetla i prozirna; pod njezinim golemim stupovima osjećali smo se sasvim maleno.





OVA ERASMUS
MOBILNOST U
CORDOBI ZA MENE JE
BILA MNOGO VIŠE OD
PUTOVANJA.

Naučio sam koliko nas
otvorenost prema
drugim kulturama
obogaćuje te sam
ponio brojna iskustva,
nova prijateljstva i
uspomene koje ću
zauvijek čuvati.

Córdoba me oduševila svojom
poviješću. Posebno mi se urezala
šetnja Rimskim mostom preko rijeke
Guadalquivir, osobito u večernjim
satima kada se svjetla grada zrcale na
vodi.

Upoznali smo i lokalnu gastronomiju –
tradicionalni desert pastel de Córdoba,
hrskave churrose te jednostavnu, ali
ukusnu tortillu Española.

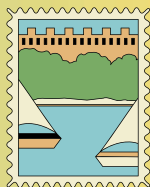
Kroz posjete muzejima, poput Muzeja
likovnih umjetnosti i Casa Museo
Guadamecí Omeya, vidjeli smo kako se
tradicija čuva i prenosi s naraštaja na
naraštaj, a flamenco predstava ostavila
nas je bez daha svojom
energijom i strašću.







ERASMUS U PORTUGALU – SJEĆANJA KOJA OSTAJU



PIŠE: KLARA ANTIĆ

Sudjelovanje u Erasmus+ projektu „Medicina spaja: Rastemo kroz Erasmus“ otvorilo mi je vrata sjevernog Portugala, gdje sam od 1. do 21. ožujka upoznala povijest, kulturu i svakodnevni život Brage i Porta. Ono što ovu mobilnost čini neponovljivom nije popis posjećenih znamenitosti, nego osjećaj da smo na tri tjedna doista postale dio jednoga novog okruženja – njegova ritma, ljudi i navika. Svaki nam je dan donosio nešto novo, a stečeni dojmovi prerasli su u uspomene koje ću nositi sa sobom.



Braga me oduševila svojom poviješću i duhovnim ugođajem. Posebno mi se urezao uspon do svetišta Bom Jesus do Monte s veličanstvenim baroknim stubištem koje se uspinje uz obronak, odakle puca nezaboravan pogled na grad i okolicu. Šetnja starom gradskom jezgrom, pokraj katedrale Sé de Braga, jedne od najstarijih u Portugalu, te kroz mirni Jardim de Santa Bárbara i ispod Arca da Porta Nova, pokazala nam je kako se tradicija čuva i prenosi s naraštaja na naraštaj. Upoznale smo i lokalnu gastronomiju – tradicionalne pastéis de nata, raznolika jela od bakalara te lagano i osvježavajuće vinho verde, prepoznatljivo za regiju Minho.



U sklopu mobilnosti otišle smo i na izlet u Porto, grad koji nas je ostavio bez daha svojom živošću. Najviše su nas se dojmili četvrt Ribeira uz rijeku Douro i monumentalni most Dom Luís I, s kojega se pruža veličanstven pogled na rijeku i obje obale. Posjetile smo i čuvenu knjižaru Livraria Lello, jednu od najljepših na svijetu, divile se pogledu s tornja Torre dos Clérigos te oslikanim azulejo pločicama na željezničkome kolodvoru São Bento. Šetnju smo zaokružile uz obalu Vila Nove de Gaia, poznate po podrumima u kojima sazrijeva čuveno porto vino, uz tanjur tradicionalne francesinha.



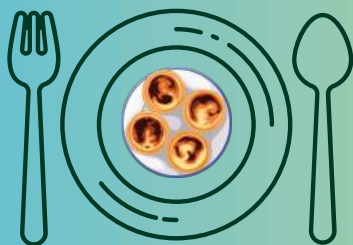
Kad danas razmišljam o ovom putovanju, jasno mi je da je ono nadišlo okvire obične mobilnosti. Naučila sam koliko nas susret s drugim kulturama mijenja i obogaćuje, a kući sam se vratila bogatija za nova poznanstva, dragocjena iskustva i uspomene kojima se rado vraćam.

KULTUROLOŠKE RAZLIKE IZMEĐU HRVATSKE I PORTUGALA



GASTRONOMIJA

Na naše veliko čuđenje u Portugalu se konzumiraju velike količine riže. Nekada čak i dva puta u danu što je nama nezamislivo. Osim riže veliki ljubitelji su krem juha dok se kod nas češće jedu bistre pileće juhe. Najpoznatija delicija je definitivno pastel de nata ukusni kolačić koji se može naći gotovo u svakom kutu Portugala. Jedno vrlo zanimljivo jelo je i francesinha sendvič koji se poslužuje u umaku od rajčice i piva. Poslužuju manje količine salate nego što mi poslužujemo. S obzirom na to da su mediteranska država imaju naravno mediteransku gastronomiju dok kod nas s obzirom da smo iz Zagreba više vlada srednjoeuropska i jugoistočna gastronomija.



Ove godine smo sudjelovale u Erasmus+projektu Medicina spaja: Rastemo kroz Erasmus i provele smo tri tjedna u Portugalu odnosno u Bragi. Pokušat ćemo se dotaknuti teme kulturoloških razlika između Hrvatske i Portugala.

PIŠU: LANA VARENICA I ANDREA KLARIĆ

ODNOSI MEĐU LJUDIMA I RAZMIŠLJANJE O ŽIVOTU

U Hrvatskoj kada nekoga upoznate pružit ćete mu ruku i rukovati se, u Portugalu su zagrljaji i poljupci u obraz skroz normalna stvar kod upoznavanja. Portugalci su prema turistima poprilično otvoreni iako im engleski nije jača strana. Kod nas se podrazumijeva da većina osoba mlađe populacije zna i razumije engleski dok kod Portugalaca to nije slučaj.

Način života u Portugalu je neko sporiji nego u Hrvatskoj. Kod nas je sve nekako ubrzano, dok kod njih uvijek ima vremena. Ne žure se pretjerano i imaju smireniji način života. Iako su smireniji nećete ih često vidjeti po kafićima da ispijaju kave što je kod nas slučaj bezobzira na užurbani život. Mislimo da se kod nas nekako više ističe nacionalizam odnosno da smo više ujedinjeni pogotovo kada su neka sportska događanja.

KULTUROLOŠKE RAZLIKE IZMEĐU HRVATSKE I PORTUGALA



Možemo reći da lijepa naša se sastoji od tri vrste kultura: srednjoeuropske, jugoistočne i mediteranske dok u Portugala vlada isključivo mediteranska kultura. Zbog preklapanja mediteranske kulture postoje sličnosti, no ima i puno razlika.



Između Hrvatske i Portugala postoje razlike. Neke su očigledne dok se neke ne primijete odmah. Naravno imamo i sličnosti no one su manje izražene. Rekle bi da razlike za koje se nismo nadale su gastronomske. Odnosi među ljudima i prema vjeri su nas iznenadili u pozitivnom smislu. Mislimo da nema nikakvih negativnih iznenađenja i loših iskustava s Portugalom i Portugalcima. Definitivno preporučujemo odlazak u Portugal. Iako nam je bilo lijepo i definitivno bi se vratile u Portugal kod kuće je najljepše.

RELIGIJA

Možemo reći da obje države cijene i njeguju katoličku religiju. Portugalci su poprilično religiozan narod. Kojim god da gradom prođete vidjet ćete veliki broj crkava, a posebno se ističu svetište u Fatimi, Bom Jesus de moite i svetište Sameiro u Bragi. Rekle bi da je i kod nas situacija slična.



SPORT

Imale smo priliku ići na utakmicu europske lige Brage protiv Ferencvaroša i imale smo priliku vidjeti grada na dan utakmice domaćeg portugalskog prvenstva. Odnos navijača je bio sličan našem samo što kod nas se upotrebljava pirotehnika i navijači češće izazivaju nered. U Portugalu na dan utakmice stane gotovo cijeli grad, promet se poremeti, dok je kod nas to manje izraženo odnosno ne stane cijeli grad zbog utakmice.





WORLD SKILLS CROATIA 2026.

PIŠE: Laura Juren



3. studenoga 2025. – Škola za medicinske sestre Vinogradska.

Jutro je i sve nas hvata stres jer slijedi školsko natjecanje koje odlučuje tko će ići dalje.

Svi smo se našli u školi, te međusobno razgovarali o mogućoj intervenciji.

Izolirani od ostalih koji su bili prije nas, komentiramo kako se bliži naš red tako nas je sve više strah.

Nakon što smo svi odradili intervenciju došlo je vrijeme za proglašenje pobjednika.

Svi pod stresom gledamo jedni u druge i iščekujemo glavne riječi. I tako sam saznala da ću sa sljedećom osobom vježbati za međužupanijsko natjecanje, profesoricom **Suzanom Avgustinović**, kojoj se ovim putem istinski zahvaljujem.



Profesorica Avgustinović i ja smo krenule vježbati za međužupanijsko natjecanje. Kroz taj period sam profesoricu, svoju mentoricu, upoznala ne samo kao službenog djelatnika već i kao osobu. Ona je topla, nasmijana, optimistična, a ono najvažnije dobra osoba, spremna pomoći i vrlo je strpljiva. Zato joj se zahvaljujem jer mi je olakšala taj stresan i naporan period.

24. 2. 2026. smo se uputili na međužupanijsko natjecanje u ŠZMS Mlinarska.

Na natjecanju je naša profesorica **Dajana Antunović** bila dio prosudbenog povjerenstva koja je čvrsto navijala za nas, ali se pošteno i prema pravilima država svih uputa o privatsnosti zadatka i ostaloga.



Zahvale za postignuti uspjeh: Osoba koja je najzaslužnija što sam prisustvovala natjecanju je profesorica **Ana Mutić**, koja je u meni vidjela nešto, te me odlučila svojevolumno prijaviti na školsko natjecanje. Rekla mi je da bi ona htjela da pokušam, ali da ja nisam obvezna ići. Nakon toga osoba kojoj sam zahvala je moja razrednica **Ivana Piščanec** jer me nakon što ja sama nisam znala bi li išla na to školsko ohrabrila govorom, te sam na kraju odlučila otići na njega i jasno tu je posebno moja mentorica **Suzana Avgustinović**.



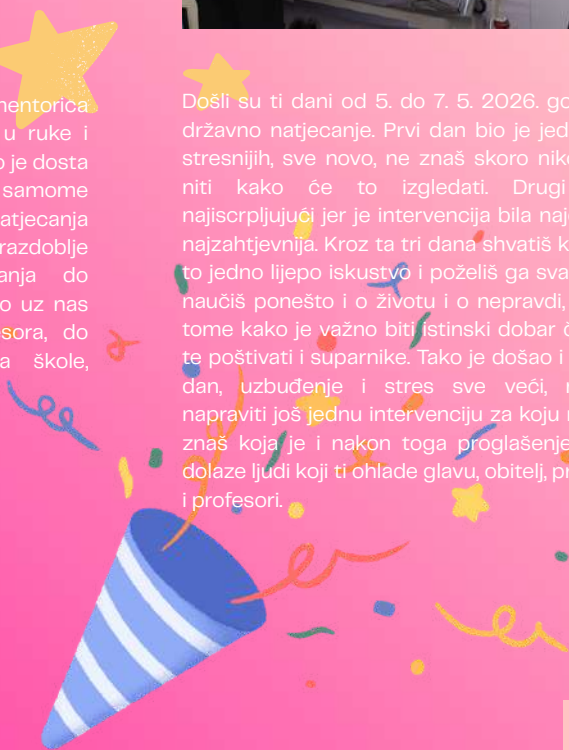
Izvlačili smo papiriće za redoslijed izvođenja intervencije, a ja sam izvukla broj 1. Nakon što sam završila u neizvjesnosti sam čekala da ostalih šestero natjecatelja završe. Svi smo bili otprilike u jednakim pogreškama/zaboravljenim stvarima.

I napokon, kada su svi završili, izašli su rezultati. Plasirala sam se visoko na prvome mjestu i osigurala prolaz za državno natjecanje.

Nakon međuzupanijskog smo mentorica Suzana i ja primili postupnike u ruke i krenuli vježbati još više i jače. Bilo je dosta upitnika nad glavom na samome početku, ali do državnog natjecanja pretvorili su se u znanje. Kroz to razdoblje od međuzupanijskog natjecanja do državnoga jako puno ljudi je bilo uz nas kao velika podrška. Od profesora, do ravnateljice i ostalog osoblja škole, prijatelji, te obitelji.



Došli su ti dani od 5. do 7. 5. 2026. godine i državno natjecanje. Prvi dan bio je jedan od stresnijih, sve novo, ne znaš skoro nikoga, a niti kako će to izgledati. Drugi dan najiscrpljujući jer je intervencija bila najduža i najzahtjevnija. Kroz ta tri dana shvatiš kako je to jedno lijepo iskustvo i poželiš ga svakome, naučiš ponešto i o životu i o nepravdi, ali i o tome kako je važno biti istinski dobar čovjek te poštivati i suparnike. Tako je došao i zadnji dan, uzbuđenje i stres sve veći, moraš napraviti još jednu intervenciju za koju niti ne znaš koja je i nakon toga proglašenje. I tu dolaze ljudi koji ti ohlade glavu, obitelj, prijatelji i profesori.



30



Natjecanje nije samo test naših znanja, nego i prilika za nova iskustva. Ako, točnije kada prođeš dalje, čeka te to državno natjecanje koje donosi puno benefita, a neki od njih su nova prijateljstva, druženja, prilike za budućnost, a ono meni najdraže uspomene koje ostaju zauvijek. Jednom riječju bih sve ovo opisala kao posebnim. Tako da se nadam da će dogodine profesorica Avgustinović i novi učenik/ca uživati u ovom predivnome iskustvu i našoj školi pridonijeti još jedan uspjeh.

Ovim putem htjela bih se još zahvaliti **Uni, Eleni, Niki i Magdalen**i koje su na dan proglašenja došle, bila velika podrška i iznenadile me. Tijekom proglašenja napetosti su bile velike, nismo znali koja je po redu zdravstvena njega za proglašenje tako da smo pažljivo slušali svaku riječ voditelja. Napokon su prozvali zdravstvenu njegu kao disciplinu, te prozvali moje ime. Osvojila sam **treće mjesto** s kojim sam vrlo zadovoljna.



PISMO JEDNE MENTORICE

PIŠE: Suzana Avgustinović, mag. med. techn.

U našem zanimanju kažu da ono što nismo evidentirali i zapisali nismo ni napravili i upravo zato ostavljam pisani trag zahvale osobi na koju sam izuzetno ponosna. No, krenimo ispočetka. Poziv ravnateljice koji mijenja sve... Cijelo vrijeme tvrdim da ne trebamo mijenjati stvari koje su dobre. A moja kolegica Trnčević nije bila dobra, nego izvrsna u mentoriranju učenica sa izvrsnim uspjesima na državnim natjecanjima. No, što je tu je. Mirim se sa sudbinom i hvatam se u koštac sa strahovima da ne razočaram dosadašnje uspjehe, kolegice, učenike, ravnateljicu a u konačnici i sebe. No onda se pojavljuje Laura. Učenica koja me osvojila na prvu svojim pristupom, zainteresiranošću, željom i velikom voljom.

Imam osjećaj da smo „kliknule“ na prvu. Sve je teklo glatko ali kako i ne bi kad preko puta imate osobu koja vas sluša i poštuje svaki dogovor. Prva stepenica je bila međuzupanijsko natjecanje na kojem je Laura briljirala. Znala sam da će proći dalje jer je svojim trudom to zaista zaslužila. A onda, pripreme za državno natjecanje...

Radile smo predano. Uvježbavale u svakom slobodnom trenutku kada bi uspjele uskladiti naše obaveze.

Modeli su nam bili i učenici, i nastavnici i kadrovsko osoblje 😊 kojima se ovim putem od srca zahvaljujem. Ali ipak, neopisivo mi nedostaju naši jutarnji termini četvrtkom kada smo bile same, posvećene intervencijama i uvježbavanju za veliki tjedan. Unatoč predanom radu uvijek bi našle vremena za čašicu razgovora i kavu u pauzi. Same smo sebi stvarale ugodnu atmosferu, osjećaj povezanosti i povjerenja. I mislim da je upravo to ključ našeg uspjeha.

Kroz tri dana natjecanja proživjele smo dovoljnu količinu stresa, neizvjesnosti i analize zadataka ali i puno smijeha i opuštajućih neformalnih razgovora. Neke se situacije i emocije ne mogu ni prenijeti na papir ali zato ostaju u srcu zauvijek.

I zato ti, draga Laura, ovim putem želim reći HVALA. Hvala ti za svaki trud, suzu, osmijeh, šalu ali i ozbiljan savjet u situacijama kada si bila puno pametnija od mene. Hvala ti što si mi svojim pristupom i radom olakšala moju ulogu ali i visoko postavila ljestvicu za one koji dolaze.

Ne znam gdje će te život odvesti ali ono što znam je da je naša struka dobila jednu izuzetno kvalitetnu medicinsku sestru koju bi poželjela svakom bolesniku. Tvoja riječ liječi, tvoj osmijeh oporavlja... Ostani takva, predivna kakva jesi i ne zaboravi da ti je samo nebo granica. A za mene si, iako treća zauvijek prva. Voli te tvoja mentorica :)



Kulturna iskaznica je stigla u naš grad!

PIŠE: JAN VITO KLAPČIĆ

Kad sam dobio poziv za sudjelovanje u panel raspravi na svečanom predstavljanju Kulturne iskaznice u HNK2, koje se održalo 19. svibnja 2026., bio sam iznenađen.

Nisam znao što me čeka kad sam stao pred mikrofoni, no kad sam jednom počeo govoriti, shvatio sam koliko je važno da glas mladih bude zastupljen na ovakvim događajima.

Posebno drago mi je bilo što su uz mene bili i moje kolege iz 4. c zajedno s našom razrednicom Miroslavom Kičić.



Svim vršnjacima koji punoljetnost dočekuju ove godine poručujem samo jedno – ne pustite ovo.

Kultura nije školska obaveza; ona je naša, i sada je konačno dostupna na način koji to dokazuje!



Što je uopće kulturna iskaznica?



To je digitalni vaučer od 100 eura namijenjen svim mladima koji u 2026. godini navršavaju 18 godina. Vrijedi godinu dana, točnije do našeg 19. rođendana, a dostupan je putem portala e-Građani te web i mobilne aplikacije. Novac možemo potrošiti na kino, kazalište, koncerte, posjete muzejima i galerijama, knjige svih žanrova, uključujući e-knjige i audioknjige, pa čak i na pretplatu na tiskane medije.

Ja sam već krenuo, prvim eurima kupio sam Kazališne monologe Mire Gavrana, a ostatak planiram iskoristiti za neku dobru kazališnu predstavu. Jedva čekam!

POVRH SVEGA, INKLUZIJA!

PIŠE: KLARA ANTIĆ

Imala sam priliku sudjelovati u ovom projektu zajedno sa svim učenicama i učenicima iz 4.c razreda te našom razrednicom Miroslavom Kičić. U njegovu sklopu ostvarile smo tri inkluzivna planinarska izleta – na Medvednicu, Klek i Papuk – a kretale smo na njih uz jutarnje sunce. Izlete je organizirao Hrvatski savez slijepih. Sa slijepim i slabovidnim osobama nalazile smo se na Glavnome kolodvoru, odakle smo se autobusom vozile do odredišta.

Prvo odredište bila je Medvednica, mjesto koje mi je vrlo dobro poznato. Do vrha smo se popele žičarom, što je i samo po sebi bilo prekrasno iskustvo – polagani uspon uz pogled koji se sve više otvarao bio je poseban početak dana. Na početku smo imale kratak sastanak na kojem su nas naučili kako voditi slijepe i slabovidne osobe. Odmah sam se ponudila da budem pratiteljica te sam vodila Patrika. Kako smo se dogovorili, držao me za nadlakticu, a katkad i za torbu. Opisivala sam mu stazu i upozoravala ga na njezine nepravilnosti i prepreke.



Iskreno sam zahvalna na ovim iskustvima. Mogu reći da su me mnogočemu naučila o životu – svaka je osoba sa sobom donijela poneku vrijednu životnu pouku. Jedva čekam da se ponovno nađemo na druženju u Hrvatskom savezu slijepih.



Na Kleku sam vodila Đurđicu, a na Papuku Frana, kojemu sam poslije pomogla ući u tramvaj i krenuti prema kući. Dio puta dijelili smo zajedno, a rastali bismo se na Ljubljani.

U tim sam trenucima shvatila i koliko usamljena zna biti svakodnevica tih ljudi te koliko je teže ne vidjeti stazu kojom se hoda. Unatoč takvim mislima i spoznaji da često ovise o pomoći druge osobe kako bi ostvarili vlastite planove, važno je ostati pozitivan. Te su osobe izvršno društvo; uživala sam u razgovorima i nimalo mi nije smetalo što ne vide. Vrlo su optimistične i spremne mijenjati uvriježene zablude o slijepoći i slabovidnosti.



TVOJA LJETNA INFUZIJA KNJIGA, FILMOVA I SERIJA

Školske klupe i skripte službeno su iza nas, a pred nama je dugo toplo ljeto. Ako tražiš savršen način da napuniš baterije, donosimo ti top preporuke knjiga, filmova i serija za ljeto bez dosade!

KNJIGE

Kućna pomoćnica (Freida McFadden) -
savršena trilogija za ljubitelje psiholoških trilera



Slučajni
cimeri

Beth
O'Leary

klasična
ljubavna
priča za
ljeto i plažu



Sve što je ostalo
nedovršeno

(Rebecca Yarros)

ljubavna priča, ali
ozbiljnije
prirode. Podsjećá
koliko ljubav
može biti snažna

FILMOVI



WHIPLASH (RITAM LUDILA)

Iznimno hvaljeni, glazbeni film o odnosu između talentiranog bubnjara i njegovog strogog profesora.



BLADE RUNNER 2049 (ISTREBLJIVAC 2)

Trideset godina nakon događaja iz prvog filma, novi istrebljivač, losanđeleski policajac K pronalazi dugu skrivenu tajnu koja ima potencijala ono malo ljudskog društva što je preostalo baciti u potpuni kaos.

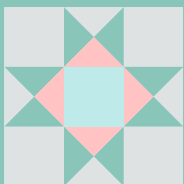
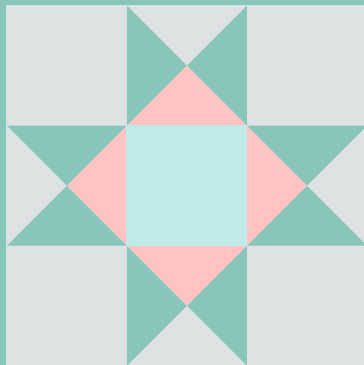


BEFORE SUNRISE (PRIJE SVITANJA)

Dva ljubavna filma koji prate dirljivu, bezuvjetnu ljubav i dvoje mladih koji se bore protiv društvenih prepreka, vremena i teške bolesti.

THE NOTEBOOK





ŠKOLA ZA MEDICINSKE
SETRE VINOGRADSKA

ZAGREB, LIPANJ 2026.