



**LJETOPIS MEDICINSKE
ŠKOLE OSIJEK
2021./2022.**

LJETOPIS MEDICINSKE ŠKOLE OSIJEK



Impresum

Naslov: Ljetopis Medicinske škole Osijek (online)

Medicinska škola Osijek
Osijek, Vukovarska 209
ured@ss-medicinska-os.skole.hr

Glavna i odgovorna urednica

Sanja Dravinski, mag. med. techn.

Uredništvo

Ana Azenić, prof.
Nada Grujić Tomas, prof.
Mirna Ilakovac, prof.
Vesna Kasač, prof.
Đurđica Radić, prof.
Mirta Faktor, prof.
dr. sc. Marina Pilj-Tomić, prof.

Lektorice za hrvatski jezik

Vesna Kasač, prof.
Đurđica Radić, prof.
Mirta Faktor, prof.
dr. sc. Marina Pilj-Tomić, prof.

Slog, prijelom i grafička obrada

Ana Azenić, prof.

Fotografije

Mirna Ilakovac, prof.
Ana Azenić, prof.
Đurđica Radić, prof.

Naslovnica

Ana Azenić, prof.

ISSN 2806-7789

Godina postavljanja online publikacije na mrežnu stranicu škole je listopad 2022.
Publikacija izlazi jedanput godišnje u elektroničkom obliku u Republici Hrvatskoj.

REPUBLIKA HRVATSKA
ŽUPANIJA OSJEČKO-BARANJSKA
MEDICINSKA ŠKOLA OSIJEK

LJETOPIS
MEDICINSKE ŠKOLE OSIJEK
(šk. god. 2021./2022.)

Osijek, listopad 2022.



"U životu treba braniti 3 stvari: čast, prijatelje i slabije.
Iz života isključiti 3 stvari: uvredu, neznanje i zavist.
I sve dok si živ gaji 3 stvari: dobrotu, pamet i prijateljstvo."

nepoznati autor

Ravnateljica

Sanja Dravinski, mag. med. techn.

SADRŽAJ

DRUŠTVENO-HUMANISTIČKO PODRUČJE	1
EUROPSKI DAN JEZIKA	1
DANI ZAHVALNOSTI ZA PLODOVE ZEMLJE 2021.	4
KONFERENCIJA OBRAZOVNIH DESET.....	5
DAN SJEĆANJA NA ŽRTVU VUKOVARA I ŠKABRNJE MEMORIJALNO HODOČAŠĆE OSIJEK – VUKOVAR	7
MEDICINARI OBILJEŽILI TJEDAN GLOBALNOG OBRAZOVANJA.....	12
SRCE DOBRO VIDI I ČUJE.....	14
BOŽIĆNI BLAGDANI.....	17
BOŽIĆNI SAJAM U MEDICINSKOJ ŠKOLI.....	20
IZLOŽBE KNJIGA U PREDVORJU MEDICINSKE ŠKOLE OSIJEK	21
Preporučene knjige za Advent 2021.	21
Obilježavanje 27. siječnja	21
SVJETSKI DAN SMIJEHA.....	23
MEĐUNARODNI DAN ZAGRLJAJA – 21. siječnja 2022.	24
KORIZMA.....	25
DEBATNI KLUB.....	26
UČENICI MEDICINSKE ŠKOLE NA JUBILARNIM 40. PAPUČKIM JAGLACIMA...	27
POSADI DRVO, NE BUDI PANJ!	28
ODA SLOBODI U NOĆI KNJIGE 2022.....	29
OBILJEŽEN DAN SJEĆANJA NA ŽRTVE HOLOKAUSTA	29
ISKRICA DOBROTE	32
MEĐUNARODNI DAN PLESA - Uhvati ritam	32
LICA U VREMENU I PROSTORU (OVDJE & SADA) IZLOŽBA CRTEŽA UČENICE ANJE PODUNAVAC	33
TREĆI FOTO I LITERARNI NATJEČAJ „MALO PRIDONOSIM, PUNO DOBIVAM“	35
DAN STVARALAŠTVA „LIJEPO JE ŠTO POSTOJIŠ“	37
MEĐUNARODNI DAN OBITELJI	37
ZDRAVSTVENO-EDUKATIVNO PODRUČJE.....	40
SVJETSKI DAN FIZIOTERAPIJE	42
OBILJEŽAVANJE SVJETSKOGA DANA PRVE POMOĆI	42
SVJETSKI DAN ALZHEIMEROVE BOLESTI.....	43
SVJETSKI DAN SRCA - 29. RUJNA 2021. GODINE POVEŽI SE SRCEM!	44
TJEDAN CJELOŽIVOTNOGA UČENJA	46

„OSNOVE PALIJATIVNE SKRBI“	46
MEĐUNARODNI DAN STARIJH OSOBA	47
SVJETSKI DAN HRANE.....	48
DAN RUŽIČASTE VRPCE.....	49
SVJETSKI DAN MENTALNOG ZDRAVLJA.....	50
EUROPSKI DAN BORBE PROTIV TRGOVANJA LJUDIMA 18. LISTOPADA 2021.	52
SVJETSKI DAN ŠEĆERNE BOLESTI – 100 GODINA INZULINA	53
1.12. - SVJETSKI DAN BORBE PROTIV AIDS-A.....	54
MJESEC BORBE PROTIV OVISNOSTI (15. 11. - 15. 12.)	55
OBILJEŽAVANJE MEĐUNARODNOGA DANA OSOBA S INVALIDITETOM	57
HRVATSKI DAN ŠEĆERNE BOLESTI	58
DAN MIMOZA – NACIONALNI DAN BORBE PROTIV RAKA VRATA MATERNICE	59
DAN CRVENIH HALJINA	60
30. SVJETSKI DAN BOLESNIKA.....	61
HRVATSKI DAN NEPUŠENJA.....	62
OBILJEŽAVANJE MEĐUNARODNOGA DANA DEBLJINE „HOD 5 DO 12“	63
AKCIJA "LOV NA TIHOG UBOJICU"	64
SVJETSKI DAN ORALNOG ZDRAVLJA	65
LJUBIČASTI DAN	66
DAN NARCISA	67
BARIJATRIJSKA MEDICINA SUVREMENI KIRURŠKI PRISTUP U BORBI S PRETILOŠĆU	68
OSCON KONGRES „Mind & Matter – living in the 21st century“	68
SVJETSKI DAN BORBE PROTIV PARKINSONOVE BOLESTI	69
SVJETSKI DAN PARKINSONOVE BOLESTI “LJUDI BLISTAVOG UMA ZAROBLJENI U VLASTITOM TIJELU”	70
NACIONALNI DAN HITNE MEDICINSKE SLUŽBE.....	72
FESTIVAL ZNANOSTI - PREDAVANJE O ORALNOM ZDRAVLJU	72
FESTIVAL ZNANOSTI (2. do 7. svibnja 2022.) Radionica: Život na kraju života	73
MEĐUNARODNI DAN SESTRINSTVA - 12. SVIBNJA 2022.....	74
„WORLD IBD DAY“ – SVJETSKI DAN UPALNIH BOLESTI CRIJEVA	75
SVJETSKI DAN NEPUŠENJA 2022.	75
11. KONGRES HRVATSKE UDRUGE MEDICINSKIH SESTARA „SESTRINSTVO BEZ GRANICA“	77

STEM PODRUČJE.....	78
27. HRVATSKOM SKUPU KEMIČARA I KEMIJSKIH INŽENJERA	80
KVADRATNA FUNKCIJA I STRING ART	83
FESTIVAL ZNANOSTI - KEMIJA	84
POSJET ODJELU ZA KEMIJU – DANI OTVORENIH VRATA ODJELA ZA KEMIJU	85
EUROPSKI TJEDAN PROGRAMIRANJA #CodeWeek.....	86
DAN PLANETA ZEMLJE	87
PROJEKTNE AKTIVNOSTI.....	88
MEDICINSKA ŠKOLA OSIJEK- ERASMUS + PROJEKT „EMOJI“	90
EMOJI- Explore Minds, Offer Joyous Ideas - Erasmus+ K1 projekt - Turska	91
Mindfulness and Emotional Intelligence in Language Teaching (The English Language Centre, Brighton & Hove, UK).....	93
EMOJI: Bullying and Cyberbullying, Porto	96
Stress management in schools – Grčka, Kreta.....	98
Mindfulness & Meditation: Outdoor and Relaxing Education (Alicante, Spain), mobilnost „EMOJI“ projekta	101
Erasmus+ „Emoji“- Social and emotional learning (sel) for successful schools.....	102
Erasmus+ „Emoji“- Mindfulness for teachers- a hands-on approach.....	104
DISEMINACIJA EMOJI PROJEKTA	106
Dan mentalnog zdravlja	106
Diseminacija na županijskim/međuzupanijskim vijećima.....	107
Mediji o Emoji projektu.....	108
ERASMUS + PROJEKT 4 TEEN- WRITING, ACTING AND PLAYING.....	109
KONFERENCIJA "EDUKACIJA, OSNAŽIVANJE, INTEGRACIJA- INSPIRACIJA"	131
MATURANTI KOJI ŽELE PROMJENE	132
ALUMNI SASTANAK ŠKOLSKIH TIMOVA	132
KONFERENCIJA O BUDUĆNOSTI EUROPE: MLADI I BUDUĆNOST IT INDUSTRIJE.....	133
ČITATELJSKI IZAZOVI 2021. U MJESECU HRVATSKE KNJIGE 2021.	134
RAZGLEDNICAMA POKREĆEMO SOLIDARNOST	137
PROJEKT „P.S. POKRENI SOLIDARNOST“	137
U SVOJU ZAJEDNICU ŠALJEM RAZGLEDNICU	139
UPOZNAJMO SVOJE SUGRAĐANE, ETWINNING PROJEKT ŠK. GOD. 2021./2022.	141
NACIONALNA OZNAKA KVALITETE ZA ETWINNING PROJEKT THE SUN SHINES FOR ALL.....	144

DAN ŠKOLE	147
DAN ŠKOLE 6.4.2022.....	149
AKTIVNOSTI STRUČNE SLUŽBE ZA PROVEDBU DANA ŠKOLE 2022.	154
U SVIJETU ŠARENIH BOJA	155
DAN MEDICINSKE ŠKOLE OSIJEK – FIZIOTERAPEUTSKI TEHNIČARI	156
DAN MEDICINSKE ŠKOLE OSIJEK – RADIONICA CRVENOG KRIŽA.....	156
75. GODIŠNJICA MEDICINSKE ŠKOLE OSIJEK U BROŠURI.....	158
NATJECANJA	159
ATOM LIGA 2021./2022. – EKIPNO NATJECANJE UČENIKA IZ PODRUČJA MATEMATIKE, FIZIKE I KEMIJE	161
3. MILENIJSKO NATJECANJE IZ KREATIVNE INDUSTRIJE.....	162
KREATIVNI KALENDAR	163
GLAGOLJICA U NAKITU - 3. MILENIJSKO NATJECANJE.....	165
MREŽA ČITANJA - PROJEKT ZA POTICANJE ČITANJA I KREATIVNOSTI ZA SREDNJE ŠKOLE ŠK. GOD. 2021./2022.	166
HUPE IN STORY LAND	170
NATJECANJE IZ ENGLESKOG JEZIKA	171
NATJECANJE IZ HRVATSKOGA JEZIKA.....	172
MEĐUŽUPANIJSKO NATJECANJE IZ FILOZOFIJE	173
LIDRANO U NAŠICAMA	173
NATJECANJE IZ GEOGRAFIJE 2022.....	175
SMOTRA VJERONAUČNOGA STVARALAŠTVA VjeDra.....	175
SPORTSKA NATJECANJA.....	176
B2RUN CROATIA – OSIJEK	179
DRŽAVNO NATJECANJE UČENIKA STRUKOVNIH ŠKOLA – WORLDSKILLS CROATIA 2022.	180
WORLD SKILLS CROATIA- ZDRAVSTVENA NJEGA.....	182
VOLONTIRANJE.....	184
DRUŽENJE S UKRAJINCIMA	186
72 SATA BEZ KOMPROMISA	186
STRUČNA PUTOVANJA.....	190
STRUČNO PUTOVANJE PETIH RAZREDA	192
STRUČNA EKSKURZIJA 2. I 3. FT RAZREDA, THALASSOTHERAPIA OPATIJA - THALASSOTHERAPIA CRIKVENICA	195
STRUČNA EKSKURZIJA 4.f RAZREDA	197

JEDNODNEVNA EKSKURZIJA UČENIKA PRVIH RAZREDA U MOHAČ I PEČUH	198
JEDNODNEVNA EKSKURZIJA U ZAGREB NA DENTEX.....	201
ZAVRŠNI RADOVI.....	203
ZDRAVSTVENA NJEGA BOLESNIKA KOD OPERACIJE ŠTITNJAČE.....	205
ZDRAVSTVENA NJEGA STARIJE OSOBE OBOLJELE OD DEMENCIJE/S DEMENTIVNIM PROMJENAMA	214
ZDRAVSTVENA NJEGA BOLESNIKA S DEKOMPENZACIJOM SRCA	224
BILJNE DROGE S ETERIČNIM ULJIMA	237
ZAHVALNICE.....	257
NARAŠTAJI MEDICINSKE ŠKOLE OSIJEK - ŠKOLSKE GODINE 2021./2022.....	262
MATURANTI ŠKOLSKE GODINE 2021./2022.	285
NAJUČENIK GENERACIJE.....	303
MATURALNA ZABAVA KROZ FOTOGRAFIJE.....	305
ISPRAĆAJ MATURANATA	311
SVEČANA DODJELA SVJEDODŽBI.....	316
DJELATNICI ŠKOLE	319
NAPREDOVANJA U ZVANJU.....	325
Najuspješniji odgojno-obrazovni radnici u školskoj godini 2020./2021.	325
POPIS DJELATNIKA U ŠKOLSKOJ GODINI 2021./2022.	326

DRUŠTVENO- HUMANISTIČKO PODRUČJE



EUROPSKI DAN JEZIKA



U Europskoj uniji, na inicijativu Vijeća Europe, Europski dan jezika obilježava se svake godine 26. rujna.

Ove godine, osnovne i srednje škole iz Osijeka odlučile su zajedno proslaviti ovaj dan u ponedjeljak, 27. rujna, na Trgu Vatroslava Lisinskog u Tvrđi.

Našu Školu predstavljalo je devetoro učenika drugih razreda te profesori: Đurđica Radić, Elena Džojić, Renata Gal, Ivan Kordić i Anita Ivanković.

Tema kojom se predstavila naša škola bili su regionalizmi. Učenice Rafaela Rudić i Mia Vuković, 2.f, izradile su plakate i igrice o regionalizmima Slavonije i Baranje. Tako su posjetitelji mogli doznati što je širajzl, mišajfl, ganjak, ajnfort, đuvegija. Učenici 2.s1 razreda, Sara Moho, Lana Abramić i Ilaj Macura izradili su kartice za igru memory na temu germanizama u hrvatskom jeziku. Nacrtali su predmete koji su se morali povezivati s riječima kao što su štaubcuker, šlafrok, beštek. Istu temu interaktivno su obradile učenice 2.f razreda, Dora Hercigonja i Angela Penić, tako što su napravile Kahoot quiz koji je uz germanizme sadržavao i posebne riječi našeg esekerskog njemačkog. Kahoot quiz napravili su i učenici 2.da razreda, Patricia Baroka i Igor Kanđera. Njihova tema bile su riječi slovačkog i mađarskog jezika.

Anita Ivanković, prof.



DANI ZAHVALNOSTI ZA PLODOVE ZEMLJE 2021.

Svake godine 17. listopada obilježavaju se Dani kruha kao znak zahvalnosti za plodove zemlje. Dan kruha povezan je sa Svjetskim danom hrane koji se od 1979. obilježava 16. listopada zbog



jačanja svijesti o problemu nedostatka hrane u svijetu i potrebe borbe protiv gladi. U Medicinskoj školi Osijek, već tradicionalno, izložbu za Dane kruha mogli ste pogledati u našem predvorju.

Bilo je tu različitih starinskih alata za obradu zemlje i prerađu brašna, sorti kukuruznoga sjemena, svakodnevnih predmeta za izradu, starinskih predmeta, npr. lončića, poklopaca, mlinaca za kavu i sl. Posebno su se istaknule slavonske i baranjske nošnje koje su nam za ovu prigodu posudile drage bake naših učenica. Uz stare kuharice i recepte u košarama su se našle: slane kiflice, kolači i pečeni kruh. Miris pekarskih proizvoda širio se hodnicima i učionicama. Brzo je nestao jer se hrana još brže pojela. Ljepotu ugodaja ispunili su fenjeri našega profesora Miroslava Kerna.

Aktiv profesorica hrvatskoga jezika: Vesna Kasač, Marina Pilj-Tomić, Đurđica Radić, Ivana Đerđ - Dunderović i Mirta Faktor



KONFERENCIJA OBRAZOVNIH DESET

tko: srednja.hr i svi zainteresirani za pitanje obrazovanja

gdje: Zagreb, Kaptol Butique Cinema, dvije dvorane

kada: 5. studenoga 2021. od 9:00 do 17:00

zašto: proslava 10 godina postojanja portala srednja.hr

Medicinska škola Osijek imala je svoje predstavnike na ovom, kako su ga najavljivali, obrazovnom događaju godine.

Ravnateljica Sanja Dravinski, pedagoginja Nada Grujić Tomas, psihologinja Mirna Ilakovac i profesorica Đurđica Radić svjedočile su raznolikim izlaganjima o učenicima i učenju, nastavnicima i njihovom radu, položaju hrvatskog školstva danas, pravima učitelja, izazovima nastave u online okruženju i planovima za budućnost hrvatskog školstva.

Nakon pozdravnih riječi gospodina Marka Matijevića, osnivača i glavnog urednika portala srednja.hr, Hrvatsko debatno društvo demonstriralo je, ne baš pretjerano uspješno, debatu o tome treba li nam građanski odgoj u školama.



Uslijedilo je predstavljanje iznimno uspješnog učenika Krešimira Nežmaha, dobitnika 27 Oskara znanja i nastavnika Ivica Kolarića, dobitnika 106 Oskara znanja. Oduševili su svojom skromnošću i još jednom dokazali da je odlika najvećih jednostavnost. Izuzetno slikovito i zanimljivo predavanje o hrvatskoj mladeži održao je Boris Jokić iz Instituta za društvena istraživanja u Zagrebu i još jednom potvrdio da je za dobro izlaganje najvažnija autentičnost.

Zanimljive vizije učionica u 2041. dao je nazočnima Mario Trošelj. Prikazao je osnovna načela tvrtke STEMI. U njegovoj viziji škole najvažnije je povezivanje škole s tehnologijom i industrijom, naglasak je na vrijednostima, ne na ishodima. Ključni pojmovi su izvrsnost i briga za zajednicu.

Uslijedilo je izlaganje gospođe Jasne Tingl, ona je s puno detalja predstavila CARNET, a zatim je Nenad Pokos iz Instituta društvenih znanosti vrlo detaljno i, razumljivo, pomalo uzrujano objasnio kamo je nestalo nekoliko tisuća učenika u posljednjih deset godina. Jasno...u Irsku, Njemačku, a od proljeća i u Švicarsku. Pozvao je političare da svoje egoistične bahate rasprave s opušaka i ostalih gluposti preusmjere na ova goruća pitanja. Naravno, u dvorani je najmanje bilo donositelja odluka, tih bahatih, tih koji bi to najviše trebali ČUTI.



Usljedila je burna rasprava s predstavnicima sindikata (gospođe Nade Lovrić i Sanje Šprem) o tome trebaju li svi učitelji biti jednako plaćeni, kako pravedno nagraditi one koji rade više i kako sankcionirati one koji ne rade. Postavilo se zanimljivo pitanje treba li nastavnike matematike i informatike platiti više od ostalih nastavnika, kako ih malim plaćama zadržati u prosvjeti, zašto nastavnici moraju raditi dodatne poslove da bi dostojno živjeli. Predstavljen je zatim detaljno program škola ambasadora Europskog parlamenta (Andrea Čović Vidović) i što sve učenici mogu raditi da bi stekli titulu ambasadora Europskog parlamenta. Medicinska škola Osijek jedna je od 70 škola koja je tu titulu stekla prije mjesec dana.

Usljedila je rasprava o dobrim primjerima iz strukovnog obrazovanja, Elektrotehnička i prometna škola u Osijeku istaknuta je kao jedan od primjera centara izvrsnosti. Na samom kraju raspravljalo se o tome kakvi trebaju biti ravnatelji, smiješno je bilo što su sami o sebi govorili upravo ravnatelji.

Konferencija je bila vrlo zanimljiva, slušali smo različite predavače, pitanja obrazovanja sagledavala su se iz raznih uglova.

Đurđica Radić, prof.

DAN SJEĆANJA NA ŽRTVU VUKOVARA I ŠKABRNJE

MEMORIJALNO HODOČAŠĆE OSIJEK – VUKOVAR

Dan sjećanja na žrtve Vukovara i Škabrnje svake godine obilježavamo paljenjem svijeća na Vukovarskoj ulici. I ove su se godine učenici i djelatnici naše škole odazvali i odali priznanje i zahvalnost svim žrtvama rata.

Također, drugu godinu učenici naše škole pješake od Osijeka do Vukovara kako bi i na taj način odali počast i priznanje svim žrtvama koje su stradale u Vukovaru i Škabrnji.

Točno u ponoć, 18. studenog 2021. godine, uz Himnu i Božji blagoslov, a u organizaciji Udruge hrvatskih dragovoljaca Domovinskoga rata, Osječko-baranjske županije i Grada Osijeka, 73 učenika i iz naše škole je krenulo na put.



S mišlju na žrtve, krenuli smo na put. Na početku je sve bilo poletno i lagano u koraku, no s kilometrima, naše su noge otežale, umor je bio sve osjetniji, ali nismo odustali. Na mjestima odmora se

spavalo na podu, jedni naslonjeni na druge, jelo se, pomagalo jedni drugima i smijalo onako umorno. Kada smo ušli u Vukovar, mislili smo kako smo uspjeli, ali čekalo nas je još 10 kilometara hodanja do cilja. Nismo više pričali, spavali smo hodajući ali smo uspjeli. Poklonili smo se svim žrtvama i nakon toga se ugasili.

Kao njihova nastavnica, ponosna sam na njih zbog njihove žrtve, inkomodacije, ljubavi, požrtvornosti i ljudskosti.

I kao što je jednom nastavnica Poslon, organizatorica i koordinatorica ovog projekta, rekla: „Svima nam mogu biti na ponos i ovaj pothvat je potvrda da ih vodimo putem kojim stasaju u ljude sa srcem i samouvjerenjem u vlastite snage, u one koji imaju zdrave prioritete i u sebi nose empatiju i zahvalnost.“



Učenici koji su propješačili od Osijeka do Vukovara:

Ime i prezime	Razred		
Lucija Toter	1.ft	Matija Považanj	2.s1
Nina Šajber	1.ft	Mihaela Drenovski	2.s3
Katja Kuric	1.ft	Roberto Pačarić	2.s3
Luka Čarapović	1.ft	Matko Romić Jorgić	2.s3
Fabijan Delić	1.ft	Ana-Marija Ozimec	2.s3
Niko Pintarić	1.ft	Nela Puškadija	2.s3
Noa Marton	1.ft	Laura Doroslovac	2.s3
Bruno Prokopec	1.ft	Matea Sokač	2.s3
Sunčica Vrdoljak	1.ft	Tea Antunović	2.s3
Viktor Ljubičić	1.1	Laura Aleksa	2.s1
Anja Devčić	1.1	Lea Horvat	3.ft
Lana Novački	1.s2	Martina Balentić	3.ft
Marija Lorena Takač	1.s2	Iva Torjanac	3.ft
Sara Ivšić	1.s2	Anja Veg	3.ft
Josipa Konjik	1.s2	Tena Meštrović	3.ft
Leonarda Marodi	1.s2	Barbara Paponja	3.1
Ivan Parmačević	1.s2	Žana Šimenić	3.L
Samanta Varga	1.s2	Ivana Bošnjak	3.s1
Marija Rako	1.s2	Lana Bičak	3.s1
Mia Gašpar	1.s3	Melinda Torjanac	3.s2
Tea Petak	1.s3	Jan Kanđera	3.s3
Ivana Klarić	1.s3	Luka Kovačević	3.s3
Nika Bošnjak	1.s3	Anna Borevac	3.s3
Mirna Brataljenović	1.s3	Mirna Vlašić	3.s3
Lea Stipanović	2.da	Marija Šumiga	3.s3
Tea Bogdan	2.da	Ante Soldo	4.g
Patricia Baroka	2.da	Vedran Šajnović	4.g
Lucija Gerkeš	2.da	Fabijan Teskera	4.g
Klara Ivković	2.da	Nikola Cvetković	4.g
Iva Lučić	2.da	Sara Marolin	4.s3
Lea Horvat	2.f	Dea Kopljar	4.s3
Nora Brkić	2.f	Magdalena Jurić	4.s3
Ante Majić	2.ft	Stipe Kovčalija	5.s2
Lorens Sapanjoš	2.ft	Lorena Lučić	5.s2
Gabrijel Flanjak	2.ft	Matej Ivanković	5.s2
Borna Živalj	2.ft	Lana Meško	5.s2
Mislav Žebić	2.s1		

Ana Azenić, prof.

Svidio mi se cijeli osmišljeni plan puta i ideja toga hodočašća. Bilo mi je iznimno drago i velika čast sudjelovati u tome hodočašću. Sve mi se svidjelo, jedino sto su me poslije noge boljele, ali preživjela sam 😊.

Anja Devčić, 1.1

Sama ideja tog pješačenja od Osijeka do Vukovara mi se odmah svidjela. Na početku sam bila u maloj nedoumici hoću li ja to zapravo uspjeti...ali svejedno sam se odlučila na taj korak, odlučila sam održati počast našim braniteljima koji su zaslužni za naš sada bezbrižan život. Na putu sam nekoliko puta razmišljala da odustanem, ali uz poticaj i ohrabivanje profesorice nisam posustala već sam došla do cilja i na to sam jako ponosna, nisam ponosna samo na sebe već i na sve nas koji smo uspjeli propješačiti taj put i postići naš cilj koji smo si zacrtali. Cijeli doživljaj toga puta i samoga kraja kada smo došli do memorijalnog groblja se jednostavno ne može riječima opisati već se mora doživjeti.

Mirna Brataljenović, 1.s3

Ideja hodočašća mi se odmah svidjela. Kada sam čula da će škola pješačiti u čast svim žrtvama ili bolje rečeno herojima Vukovara i Škabrnje koji su poginuli zbog naše slobode, sjetila sam se onih koji su izgubili svoje voljene, onih koji i dalje ne znaju gdje se nalaze tijela njihove djece. Odmah sam odlučila upisati svoje ime na listu. Zapitkivala sam se hoću li moći prehodati tih 45 kilometara, ali svaki put kada sam pomislila da neću moći sjetila sam se da su oni to već učinili zbog mene, ali ne samo propješačili već i poginuli. Noć je bila hladna i duga, mračna. Bila sam ponosna i na sebe i na sve koji su propješačili do Vukovara. Osjećaj iscrpljenosti i uspjeha, ali i žalosti je bilo ono što me je držalo i poticalo. Kada smo stigli do memorijalnog groblja osjećaj ponosa je bio još veći, iako sam bila premorena bila sam presretna što sam ostvarila cilj. Sljedeći tjedan profesorica nam je podijelila uspomene i čestitala nam, a ja sam se zapitala kakvu zahvalu onda trebaju dobiti majke i očevi branitelja, svih žrtava. Koliko hvala oni zaslužuju?

Marija Lorena Takač, 1.s2

Drago mi je što sam išla pješačiti do Vukovara jer mislim da sam tako barem malo uspjela odati počast žrtvama. Iako sam bila spremna na mukotrpan put svejedno sam se bila iznenadila koliko to uopće nije jednostavno. Vrijeme je bilo na našoj strani i nije bilo kiša, a hvala Bogu ni snijega i više je bilo vruće nego hladno kada smo krenuli, ali svakako je bio naporan put. Unatoč svemu sami put je bio veliki izazov, pomicanje naših granica i mogućnosti, ali također je bio i timski rad jer smo jedni drugima davali potporu i gurali jedni druge naprijed. Drago mi je što sam mogla sudjelovati!

Lana Meško, 5.s2





MEDICINARI OBILJEŽILI TJEDAN GLOBALNOG OBRAZOVANJA

tko: učenici Medicinske škole Osijek

gdje: Trg Ante Starčevića

kada: 17. studenoga 2021.

što: aktivnost flash mob

zašto: obilježavanje tjedna globalnog obrazovanja



Prošli je tjedan diljem Europske unije bio u znaku obilježavanja tjedna globalnog obrazovanja, dakle obrazovanja koje njeguje europske vrijednosti poput brige o zelenom planetu, borbe protiv siromaštva, uključivanja ranjivih skupina u društvo, razvoja inkluzivnog društva, borbe za prava svih ljudi, stvaranja uvjeta za razvoj socijalnog poduzetništva, podizanja svijesti o mogućnostima volontiranja i pomaganja

ljudima u potrebi.

Upravo te vrijednosti promovirali su i učenici Medicinske škole Osijek. U aktivnost su bila uključena tri razreda: 1.ft, 2.f i 4-g te nastavnici Zoran Škrinjarić i Đurđica Radić. Učenici su izveli aktivnost flash mob, jedna skupina je izvodila vježbe i igrala se loptom, skupina djevojaka je plesala, dio učenika je nosio plakate s fotografijama i porukama solidarnosti, a jedan dio učenika dijelio je razglednice slučajnim prolaznicima.

Razglednice s porukama solidarnosti učenici su napisali u školi na satu hrvatskog jezika, a prije toga raspravljali su o ovim temama. Ove aktivnosti dio su međunarodnog projekta PS Pokreni solidarnost koji za cilj ima društveno angažirati mlade, ali i zajednicu u kojoj žive.





Projekt je pokrenut na lokalnoj razini prije dvadeset godina u Francuskoj, vremenom se proširio na nekoliko europskih država i prepoznat je kao iznimno koristan.

Korisno je raspravljati i učiti mlade o svim ovim temama, učiti ih analizirati fotografije i raspravljati o ljudskim pravima. Mnogi su učenici prvi put pisali razglednicu i naučili kako pravilno napisati adresu. To je već sasvim dovoljno za opravdanost ovih projektnih aktivnosti. Prošle školske godine članovi filmske družine Almodovarci snimili su i film o ovom projektu, on je Medicinskoj školi Osijek na Filmskoj reviji mladih u Karlovcu donio žutu zastavu, posebno priznanje za širenje tolerancije i borbu protiv nasilja. Mediji su se zainteresirali za ovu aktivnost, moći ćete nas stoga 23. studenoga (utorak) gledati u emisiji Dobro jutro, Hrvatska.

Đurđica Radić, prof.



SRCE DOBRO VIDI I ČUJE

U suradnji s učenicima I. gimnazije iz Osijeka, učenici Medicinske škole Osijek su sudjelovali u hvalevrijednom projektu Srce dobro vidi i čuje sa UGsO Osijek – Udrugom gluhoslijepih osoba grada Osijeka i Osječko-baranjske županije.

Sudjelovali su učenici 3.s1 razreda Dino Brkić, 3.s2 razreda Dora Kavicki i Indira Kubaša te učenice 3.s3 razreda Anna Borevac, Tea Marković i Beata Posavac s psihologinjom Mirnom Ilakovac i nastavnicom Anom Azenić.

Zamisao je bila prvo naučiti temeljne pojmove o gluhoslijepim osobama, odraditi praktični dio u Udruzi te nakon toga stečena znanja i vještine prenijeti drugim učenicima u školi.

Na sastanku u Medicinskoj školi Osijek, krajem siječnja, dogovorili smo se s učenicima I. gimnazije Osijek o provedbi radionica u školama. Napravili smo prezentaciju u Canvi te se dogovorili za izložbu radova učenika koji su crtali s povezom na očima.

U sklopu nastave Načela poučavanja, učenici su, kroz prezentaciju, upoznali svoje prijatelje sa teorijskim osnovama koje su naučili u Udruzi te prikazali način kretanja slijepih osoba.

Jedan dio učenika je stavio povez na oči i slušalice na uši te su ih prijatelji vodili kroz školu i školsko dvorište, dok su drugi s povezom crtali zadanu sliku prirode i životinja.

Bilo je jako zanimljivo gledati učenike na koji si način pomažu u crtanju, kako slušaju upute za vođenje svojih prijatelja i izraze njihovih lica kada su se vratili u razred.

Kako je njima bilo pročitajte u nastavku.

Ana Azenić, prof. i Mirna Ilakovac, psihologinja

Radionicu smo odradili u sklopu nastave Načela poučavanja. Bila je zanimljiva te nam je ujedno i pružila iskustvo koje se ne može zaboraviti. Na taj način smo si pobliže osvijestili koliko je zapravo osobama s poteškoćama teško. Za mene je bilo možda čak lakše hodati s povezom na očima nego voditi, no sve je stvar vježbe. Crtanje s povezom na očima bilo je vrlo izazovno, ali i teško, ipak mislim da sam za svoje crtačke sposobnosti to dobro odradila. Probajte!

Klara Zamečnik, 3.s1

U sklopu nastave iz predmeta „Načela poučavanja“ odradili smo radionicu vezano uz gluhozlijepu osobu. Sastojala se od nekoliko zadataka koje smo rješavali. Tema je bila da se učenici stave u njihove „cipele“ odnosno da vide kako je gluhozlijepim osobama živjeti bez da čuju i vide svijet oko sebe. Prvi od zadataka bio je stavljanje poveza na oči i slušalice na uši te onda, uz pomoć prijatelja, kretati se po školi. Bilo mi je to jedno interesantno iskustvo ali mogu reći pomalo i strašno. U potpunosti moraš vjerovati drugoj osobi i moraš se znati snaći u samom prostoru. Drugi zadatak bio je da sa povezom na očima naslikamo crtež na bijelom A4 papiru. To mi se posebno sviđjelo. Teška je orijentacija prilikom slikanja i bilo me je iskreno

strah vidjeti crtež nakon skidanja poveza. Moram reći da sam ipak zadatak odradila izvrsno. Voljela bih kada bismo mogli učestvovati u sličnim radionicama.

Inea Dmitrović, 3.s1

Nakon ove radionice ostala sam bez teksta. Jako sam sretna što sam imala priliku sudjelovati u tako nečemu. Kada nam je profesorica rekla da ćemo raditi radionicu u kojoj ćemo imati povez na očima i tako hodati bilo je jako zbunjujuće. No nije to sve, pola razreda je ostalo u učionici dok su drugi išli hodati uz pomoć svoga vodiča. Mi koji smo ostali u učionici s profesoricom dobili smo zadatak povezanih očiju nacrtati prirodu. Bit ću iskrena, bilo je jako teško nešto napraviti što zapravo ne vidiš. Kada sam krenula crtati prvo sam tražila gdje mi je papir, crtam li uopće po papiru. Nakon toga sam shvatila koliko je zapravo teško ljudima koji su slijepi. Kada sam skinula povez i pogledala crtež nasmijala sam se te nisam mogla vjerovati što sam nacrtala. Nakon prve aktivnosti koju smo imali bilo mi je nemoguće staviti se u kožu slijepim ljudima te smatram da svi trebamo biti na njih ponosni jer to sve moraš raditi s puno strpljenja što je zahtjevno. Kada smo to završili dobili smo zadatak hodati kroz cijelu školu skroz do izlaza dok je uz nas bio naš vodič (netko iz razreda). Bila sam prva koja je bila vodič svojoj prijateljici i bilo je uzbudljivo, da bi zapravo mogli doći do izlaza morala je osoba imati povjerenja u vas da se neće negdje zabiti ili pasti. Bilo mi je jako zanimljivo biti vodič koji pomaže osobi koja ne vidi. No mislim da nikada ne bi mogla stvarno voditi slijepu osobu jer je jako teško npr. govoriti osobi gdje ide pogotovo ako ne zna put jer nikada nije bila u mogućnosti vidjeti svijet oko sebe. I nakon nekoliko minuta sam s prijateljicom došla do izlaza gdje sam bila jako ponosna na nju kako me slušali i nije nigdje pala. Tada je došao red na mene kada sam ja bila ta koja ništa nije vidjela. U trenutku kada sam krenula hodati uz vodiča bilo je zbunjujuće, bila sam uplašena kako ću stati na stepenicu hoću li pasti i sl. Mislim da mi je hodanje s povezom bilo najteže iako sam stvarno došla bez da sam se zabila ili pala zahvaljujući vodiču cijelim putem sam bila pogubljena iako mi je govorila gdje se nalazim nisam se u potpunosti mogla snaći. Zahvalna sam što sam imala priliku staviti se jednim dijelom u kožu slijepih ljudi i vidjeti koliko uopće nije lako, željela bi da to svi jednom probaju i dožive taj osjećaj.

Ivana Bošnjak, 3.s1





BOŽIĆNI BLAGDANI

Medicinska škola Osijek školske godine 2021./2022. odisala je božićnim ugođajem i poticala na razmišljanje o važnosti vremena u kojem se nalazimo zahvaljujući učenicima koji su se uključili u različite aktivnosti. Učenica 2. s1 razreda Ema Živković, vjeroučiteljice Karolina Miladinović i Adrijana Lovrinčević, tijekom došašća, pripremile su prigodne plakate u digitalnom alatu Canva s motivirajućim porukama. Cilj nam je bio potaknuti učenike na razmišljanje o temeljnim životnim vrijednostima. Plakati su se svakodnevno izmjenjivali na dobro poznatom mjestu kod



knjižnice. Kako bismo sačuvali poticajne poruke, izradili smo video Adventski kalendar

<https://carnet->

[my.sharepoint.com/:v:/g/personal/adrijana_lovrincevic_skole_hr/EbdS6wVrCAIPkHYUKmCayIBRqAsPIbi5vSyhb31momxyg?e=sGL1O6](https://carnet-my.sharepoint.com/:v:/g/personal/adrijana_lovrincevic_skole_hr/EbdS6wVrCAIPkHYUKmCayIBRqAsPIbi5vSyhb31momxyg?e=sGL1O6)

Vjeroučiteljice su izradile digitalnu božićnu čestitku (https://carnet-my.sharepoint.com/:v:/g/personal/adrijana_lovrincevic_skole_hr/EaKwQUQIFhCpRBxyCfMobsBDpeB4BYIqj5RRbcLekzBOW?e=Qih6ez) na temelju likovnih radova učenika prethodnih generacija. Likovni radovi obogaćeni su prigodnim biblijskim tekstovima uz glazbenu pratnju učenice 1. s1 razreda Ane Lilić. Šest izabranih radova izložili smo u predvorju Škole. Cilj nam je bio potaknuti učenika na razmišljanje o značenju Božića, ali i pokazati bogatstvo kreativnosti koje smo vrijedno skupljali prethodnih godina. Učenici Anamarija Vukovac (1. 1), Matija Topalić (1. 1), Petra Vukmanović (2. s1), Lara Ištvanfi (2. ft), Barbara Radić (2. da) i Ivana Brkić (3. 1) izrađivali su božićne čestitke koje su ispisali učenici 1. s3 razreda s razrednicom Karolinom Miladinović. Izabrane čestitke podijeljene su u sklopu aktivnosti Tajni prijatelj i poslane u Centar za autizam. Aktivnosti su se provodile u prosincu 2021. s ciljem poticanja kreativnosti, likovnoga i pisanoga stvaralaštva.

U suradnji s profesoricom Anom Azenić sudjelovali smo u uređenju predvorja škole (izrada ukrasa, kićenje bora, postavljanje izložbe i štalice, izrada orašara itd.) početkom prosinca. Sudjelovali su učenici 1.s3, 2.s3, 2.f, 2.ft i 3.1 razreda, a učenica Marija Bunić (4.f) pripremila je ukrase za bor u sklopu aktivnosti Tajni prijatelj-zlatni orasi.

Ove godine smo odlučili izraditi orašare u ljudskoj veličini, a u tom naumu nam je pomogao i domar Ivica Valentić koji je vrijedno sastavljao i učvršćivao orašare kako bi bili stabilni te čuvali našu školu. Učenice Nives Studenić i Vlatka Vizentaner su oslikale lice orašara dok su drugi učenici uživali pripremajući školu za nadolazeće blagdane. Na taj su način probudili božićno raspoloženje cijele škole što je i bio cilj rada.

Ana Azenić, prof. i Adrijana Lovrinčević, prof.





BOŽIĆNI SAJAM U MEDICINSKOJ ŠKOLI

Učenici Medicinske škole Osijek (dentalni tehničari, fizioterapeutske tehničari te farmaceutski tehničari) u suradnji s nastavnicima, 22. prosinca 2021. godine obilježili su Božićni sajam u prostorima škole. Naši su farmaceutski tehničari izradili i prodavali kozmetičke pripravke kao što su kreme za ruke i lice, gelovi za zglobove, raznovrsni balzami i sapuni. Dentalni su tehničari izradili i prodavali prikladne božićne kutije za poklone, magnete i ukrase, dok su fizioterapeutske tehničari nudili klasičnu ručnu masažu cijelog ili dijela tijela za sve zainteresirane.

Zahvaljujemo svim učenicima i sudionicima koji su prepoznali rad i zalaganje naših učenika povodom održavanja Božićnog sajma.

Ivana Nemet, Marija Katić



IZLOŽBE KNJIGA U PREDVORJU MEDICINSKE ŠKOLE OSIJEK

Preporučene knjige za Advent 2021.

Prigodom obilježavanja Godine čitanja 2021. u vremenu Došašća, u predvorju škole izložena su prigodna književna djela iz zbirke knjiga u školskoj knjižnici. Izložba je nastala suradnjom vjeroučiteljica Adrijane Lovrinčević i Karoline Miladinović sa stručnom suradnicom knjižničarkom.



Obilježavanje 27. siječnja

Školska knjižnica u svojoj zbirci posjeduje knjige o povijesti holokausta i Drugog svjetskog rata koje su bile izložene tijekom siječnja 2022. u predvorju Medicinske škole Osijek u suradnji Andree Mlinarević, prof. povijesti i stručne suradnice knjižničarke. Povod postavljanja ove izložbe knjiga je obilježavanje Međunarodnog dana sjećanja na žrtve holokausta koji se obilježava 27. siječnja. Tog je datuma 1945. godine Crvena armija oslobodila je 7500 zatvorenika koji su ostavljeni u logoru Auschwitz u Poljskoj.

Pojam holokaust dolazi iz grčkog jezika i riječi ὁλόκαυστος kojeg prevodimo kao - biti potpuno spaljen. Pojam se izvorno koristio u grčkoj i rimskoj religiji za prinos žrtava paljenica zemaljskim i podzemnim bogovima, dušama pokojnika za koje su se noću kao žrtva spaljivale različite crne životinje.

U moderno doba pojam označava sustavno uništenje Židova i drugih nearijevskih naroda u razdoblju nacizma (1933. – 1945). Za pojam stradanja Židova u Drugom svjetskom ratu koristi se i hebrejska riječ šoa (sho'ah: katastrofa, opustošenje). Židovi su Nürnberškim zakonima iz 1935. bili lišeni građanskih prava. Tada počinju progonstva i fizička zlostavljanja. Nakon Kristalne noći (njem. Kristallnacht) 9. – 10. studenoga 1938., okrutnog nasilja nacista protiv Židova, započela je zabrana boravka Židovima na javnim mjestima i njihovo seljenje u geta. Židovi stariji od šest godina morali su nositi žutu Davidovu zvijezdu. U tome razdoblju rasno

su zakonodavstvo uveli njemački saveznici Rumunjska (1937.), Italija i Mađarska (1938.) i drugi osim Bugarske koja je to odbila. Godine 1941. započela je treća faza sustavnog masovnog istrjebljenja kada se po naredbi Adolfa Hitlera pripremalo provođenje plana o „konačnom rješenju židovskog pitanja“ (Endlösung der Judenfrage). Godine 1942. organiziran je sustav koncentracijskih logora s plinskim komorama.

Tijekom holokausta stradalo je oko 6 milijuna Židova i 5 milijuna pripadnika drugih naroda. Na 50. obljetnicu početka ustanka u Varšavskom getu u Washingtonu je u travnju 1993. otvoren United States Holocaust Memorial Museum, gdje se čuvaju dokumenti, fotografije, filmovi i drugi dokazi holokausta.

Alta Pavin Banović



SVJETSKI DAN SMIJEHA

Dana 10. siječnja svake godine obilježava se Svjetski dan smijeha. Dobrobiti smijeha su brojne, a posebice nam pomaže u borbi sa stresom koji je u suvremenom životu naš svakodnevni pratitelj. Želeći nastavnike i učenike barem na trenutak riješiti ovog neželjenog „pratitelja“, učenici 2. i 3. ft razreda, u suradnji s nastavnicima Jagom Lucićem, Ivanom Marčekom i Željkom Milkovićem, obilježili su taj dan podjelom listića s vicevima.

Nastavnike i učenike na školskim su klupama dočekali vicevi kojima je cilj bio nasmijati, razveseliti, potaknuti da učenici i profesori međusobno izmjenjuju listiće s vicevima, zabave se i da im boravak u školi bude ljepši. Smijte se, jer smijeh je najbolji lijek!



MEĐUNARODNI DAN ZAGRLJAJA – 21. siječnja 2022.

Zbog epidemiološke situacije ni ove godine nismo mogli obilježiti Međunarodni dan zagrljaja na način kako smo ga obilježavali ranije – zagrljajima, no to nas nije spriječilo da pronađemo drugačije načine.

Iskoristili smo vrijeme pandemije za promišljanje o sebi i o tome koliko brinemo o sebi, stoga smo ove godine (pri)grlili sebe!

Ana Azenić, prof. i Mirna Ilakovac, psihologinja



Učenici 2.s3 razreda

KORIZMA

Korizmu smo započeli poticajnim porukama, stopalima s QR kodovima pripremljenim kao dio aktivnosti Tajni prijatelj. Učenici 2. s1 razreda marljivo su izrezali poruke koje su ostavljene u staklenoj posudi na dobro poznatom mjestu kod knjižnice. Učenice 3. 1 razreda Katarina Knežević i Nika Vukomanović su u Medicinskoj školi Osijek zalijepile stopala s QR kodovima kako bi učenici i radnici zapisali svoje korizmene odluke. Najčešće odluke su: više vremena posvetiti sebi i ljudima koje volimo, odvojiti vrijeme za molitvu, bolje si organizirati vrijeme, više se posvetiti učenju, odreći se slatkih proizvoda, alkohola, cigareta, psovanja i igranja igrica. Vjerujemo da ste uspjeli u svojim odlukama. Ideju vjeroučiteljice Karoline Miladinović realizirali su učenici 2. s3 razreda. U predvorju Medicinske škole Osijek postavili su šest plakata s jasnim korizmenim porukama: moli, otvori srce, posti, pruži ruku, vjeruj. Korak po korak i stigli smo do kraja korizmenoga puta, kraja koji je početak nečega novoga. Ako pak Krist nije uskrsnuo, uzalud je doista naše propovijedanje, uzalud i vjera vaša (1Kor15,14). Uskrsnuće je prije svega potvrda svega onoga što je sam Krist činio i naučavao (KKC 651).

Adrijana Lovrinčević, prof.



DEBATNI KLUB

U suradnji s centrom Europe Direct Osijek koji djeluje u sklopu Županijske razvojne agencije Osječko-baranjske županije, nastavlja se serija konferencija o budućnosti Europe u kojoj su sudjelovale učenice Debatnog kluba Medicinske škole Osijek Lorena Bošnjak, Tanja Benak i Tena Popović (3.ft) .Ovoga puta tema je bila: Digitalna budućnost Europe, i kako budući aktivni građani Europe vide razvoj digitalne transformacije. Regulacija digitalnog tržišta, budućnost digitalne industrije i Europska dimenzija razvoja su sve teme koje će biti dio rasprave kako bi usuglasili svoju viziju budućnosti, kako je vide mladi Osijeka!



U kinu Urania u Osijeku 20.12.2021. održana je debata pod nazivom "Mladi o budućnosti Europe: Kakvu digitalnu budućnost želimo?" u kojoj je sudjelovalo sedam srednjih škola. U dinamičnoj raspravi učenici su iznosili svoje stavove i mišljenja o digitalnoj transformaciji, prednostima i nedostacima e-učenja, sigurnosti na internetu, digitalnim vještinama i o tome kakvu digitalnu budućnost zamišljaju i žele.

Naša učenica Lorena Bošnjak (3.ft) osvojila je nagradu za vještine i umijeće lijepog govorenja - govorničke vještine.

S nama su bili i Osječko-baranjska županija, Centar za nestalu i zlostavljanu djecu i Javna ustanova županijska razvojna agencija Osječko-baranjske županije.

Hvala našim učenicama na trudu i radu za pripremu ovog događaja.

UČENICI MEDICINSKE ŠKOLE NA JUBILARNIM 40. PAPUČKIM JAGLACIMA

Jubilarni 40. Papučki jaglaci (1982.-2022.) manifestacija na kojoj se okupljaju planinari i planinarska društva iz Slavonije i šire održana je 20. ožujka 2022. godine. Ova svečanost obilježena je žutim jaglacem što označava rani dolazak proljeća. Ovogodišnji Papučki jaglaci označili su početak prvoga dana proljeća, 20. ožujka 2022. Na izlet se prijavilo 13 učenika iz razreda 1.1, 2.s1, 3.ft i 3.l u pratnji profesorice Mlinarević. Išli smo u suradnji s Planinarskim društvom Zanatlija iz Osijeka. Krenuli smo 8:00h iz Ulice kneza Trpimir. Zatim smo se u 10:00 h sastali ispred Planinarskog doma Lapjak. Po dolasku u Veliku krenuli smo prema Tauberovim stijenama i vrhu Lapjak. Na početni položaj vratili smo se u 14:00 h nakon čega smo imali slobodno vrijeme do 16:00 h. Mnogi su to vrijeme iskoristili kako bi se družili sa svojim prijateljima uz svjež zrak i roštilj. Osjetio se duh proljeća i sloboda koja dolazi uz širok prostor prirode. Predivni prizori flore i faune okruživali su nas sa svih strana. Zanimljiva informacija je najmlađi sudionik Maro s navršenih 8 mjeseci. Taj dan Papuk je privuklo više od 2000 planinara.

Marija Mušura, 2. s1



POSADI DRVO, NE BUDI PANJ!

U sklopu projekta, a kao suradnja i kolegijalna podrška nastavnika Medicinske škole Osijek i Ugostiteljsko-turističke škole Osijek, učenici 1. s3 razreda su zajedno s nastavnicom Anom Azenić i nastavnicom Gabrielom Poslon iz UGO škole, 30. ožujka 2022. godine posadili stablo tise. Veselimo se rastu stabla kao znaku prijateljstva naše dvije škole.

Ana Azenić, prof.



ODA SLOBODI U NOĆI KNJIGE 2022.



Noć knjige obilježava se svake godine povodom Svjetskog dana knjige i autorskih prava, 23. travnja i Dana hrvatske knjige, 22. travnja. Cilj ove kampanje je naglasiti vrijednost knjige i čitanja za psihički i duhovni rast i razvoj kako pojedinca tako i cijeloga svijeta.

U Medicinskoj školi Osijek je 25. travnja, na prvi nastavni dan nakon proljetnih praznika, održana radionica pisanja recenzije i kritičkog osvrta. U radionici su sudjelovali učenici 1.ft razreda koji su sami odabrali knjige o kojima će pisati. Radionicu je koordinirala stručna suradnica knjižničarka.

Alta Pavin Banović



OBILJEŽEN DAN SJEĆANJA NA ŽRTVE HOLOKAUSTA

Svake školske godine 27. travnja diljem Hrvatske obilježava se JOM HAŠOA, dan koji podsjeća na veliki broj stradalih u Drugom svjetskom ratu s ciljem da se takvo zlo nikada ne ponovi. Židovski narod postao je upravo simbol stradanja i patnje, to jasno pokazuju radovi 3.ft razreda koji je napravio izložbu plakata s temom holokausta u različitim vremenima i državama. To je jedna od aktivnosti u projektu EXPLORE(R)- Narativi prošlosti koji organizira Nansen dijalog centar Osijek, a u kojem sudjeluju i učenici Medicinske škole Osijek. Europska unija temelji se na demokraciji i jednakosti ljudi, ali ti principi nikako se ne ostvaruju. Brojati nekom krvna zrnca, pretraživati rodoslovlje, provjeravati boju kože, kose ili očiju i zbog toga nekoga diskriminirati- neoprostivo u 21. stoljeću. A ipak se svakodnevno događa. Ovih dana svjedoci smo stradanja ljudi u Ukrajini, oni su krivi jer su se rodili u ovo vrijeme, na tom mjestu. Holokaust nije tema koja pripada prošlosti, nešto zastarjelo što samo gnjavi djecu i mlade, ratni sukobi neprekidno traju, nikako da naučimo tu crnu stranu povijesti. Učenički radovi pokazuju da ima nade, da mladi zrelo promišljaju o ovoj temi, no problem su donositelji odluka, ljudi koji imaju moć. Nadamo se da će se među njima naći netko poput ovih učenika i da će doći vrijeme će osnovno načelo biti konstrukcija, a ne destrukcija.

Đurđica Radić, prof.





ISKRICA DOBROTE

U srijedu 27.4 u Židovskoj Općini Osijek održano je predavanje uz prigodnu prezentaciju pod nazivom Iskrice dobrote.

Predavanje je rezultat suradnje između Medicinske škole Osijek I Prirodoslovne gimnazije I Tehničke škole Osijek.

Iskrice dobrote predstavlja Kamila Firingera koji je nedavno proglašen Pravednikom među narodima zbog spašavanja članova židovske obitelji Fischer.

Kroz predavanje povodom Jom Hašoe namijenjeno članovima ŽOO i svim zainteresiranim vodile su nas učenice Petra, Ema, Tea, Mirela, Mia i Nera uz mentorstvo profesorica Andreje Mlinarević i Ozane Vignjević.

Nastavak je to dugogodišnje suradnje između Medicinske škole Osijek i ŽOO kojem se ovaj put pridružila i Prirodoslovna gimnazija Osijek.

Svi sudionici Iskrice dobrote dio su projekta Explorer-Narativi prošlosti.

Prezentaciju i umjetničke radove možete vidjeti na ovom [linku](#).

Andrea Mlinarević, prof.

MEĐUNARODNI DAN PLESA - Uhvati ritam

Na trenutak učionica je postala plesni podiji, a naši učenici vrsni plesači. U tjednu uoči Svjetskoga dana plesa, 29. travnja, pokretima tijela predstavili smo različite vrste plesova i time obilježili taj dan. Na trenutak maknuli smo se od svakodnevnice i kroz smijeh, šalu, ples pokušali pobijediti svakodnevni stres. Kojim plesnim pokretima smo se opustili i zabavili pogledajte u video prilogu.

https://carnet-my.sharepoint.com/:v/g/personal/adrijana_lovrincevic_skole_hr/EYWDv49-SR9BkNR-Ef37eU4BomYyMNCF9cGgeQFkOtDyGQ?e=zeWii0

Ana Azenić, prof. i Adrijana Lovrinčević, prof.

LICA U VREMENU I PROSTORU (OVDJE & SADA)

IZLOŽBA CRTEŽA UČENICE ANJE PODUNAVAC

U holu naše škole, 5. svibnja 2022. u 13 sati, otvorena je izložba crteža Anje Podunavac. Ideja o pripremanju izložbe rođena je u školskom projektu „Vjetar u leđa“ u kojemu je Anja otkrila svoj veliki crtački talent crtajući 3D košarkašku loptu tehnikom olovke na papiru. Osnovni je cilj ovoga projekta bio otkriti svijetu, i osvijestiti sebi, što nas to u ovim izazovnim vremenima nadahnjuje, krijepi i ohrabruje za djelovanje koje donosi promjenu društvu u kojemu živimo.

Uz Anjin svakodnevni angažman u Košarkaškom klubu Mursa, gdje je počela trenirati još u četvrtom razredu osnovne škole – u siječnju 2014. – nije bilo jednostavno naći vremena za crtanje čak 5 lica izložbe, no Anja je u tome ipak uspjela. Nacrtala je pet lica u krupnom planu, pet izraza ljudi različite dobi i spolova, pet priča koje su istovremeno javne i tajne. I tako smo nakon dugoga iskustva nošenja maski, onda kada smo ih napokon skinuli, posvetili pozornost ljudskome licu koje je prvo sredstvo komunikacije u svojim izrazima što otkrivaju, ali i skrivaju osjećaje.

Anja Podunavac u svojoj je samozatajnosti i predanosti zadanim ciljevima u pet crteža-priča ponudila zanimljiv odmak od rutine. Naslov izložbe: Lica u vremenu i prostoru (Ovdje & Sada) najavljuje promatraču priliku za usredotočenu svjesnost kakva je bila nužna i u stvaraju crteža. Za jedan Anjin crtež potrebno je oko 8 sati crtanja, tako da je od ideje do realizacije prošlo dosta vremena, ali upravo je taj proces kojim se dobre ideje prenose u djela ono što je najdragocjenije u ovoj izložbi. Anja je u tom procesu bila inspirirana i motivirana, a iznimno je zanimljiva činjenica da ona svoju kreativnost jednako kvalitetno izražava i na papiru i na terenu. Zato je i dobila poziv da se pridruži reprezentaciji, no morala je odbiti zbog državne mature i upisa na fakultet. Njen ponos zbog činjenice da je njen rad vrednovan, kao i mir u prihvaćanju da sada nije trenutak u kojemu može na takav poziv odgovoriti, svjedoči o visokoj razini s koje Anja pristupa onome što radi.

Otvorenjem ove izložbe otvorili smo još jednu mogućnost pogleda iznutra prema van, ovdje i sada, što je cilj prvotne zamisli zadatka „Vjetar u leđa“, no otvorili smo i mogućnost da nam ovaj zadatak donese opet nešto novo i otvori nam neki novi put na putu prema sebi.

Marina Pilj Tomić, prof.





TREĆI FOTO I LITERARNI NATJEČAJ „MALO PRIDONOSIM, PUNO DOBIVAM“

Drugu godinu za redom učenica Ivana Brkić, 3. 1 razred, pod mentorstvom profesorice Marine Pilj Tomić, sudjeluje u foto i literarnom natječaju „Malo pridonosim, puno dobivam“ za učenike srednjih škola Republike Hrvatske. Natječaj raspisuje Srednja škola Delnice u suradnji s Narodnom knjižnicom i čitaonicom Delnice, koji je ostvaren u okviru projekta Malo pridonosim, puno dobivam.

Inspirirana prirodom i njenom važnošću za očuvanje čovjekova postojanja, Ivana je napisala pjesmu naslova: Čuj prirodu, čovječe! I osvojila 4. mjesto na natjecanju.

Za sve koji su mogli nazočiti podjeli nagrada i zahvalnica u živo, organiziran je prijem 6. svibnja 2022. u 10 sati u prostorijama Gradske knjižnice Janet Majnarich u Delnicama uz prigodnu izložbu nagrađenih fotografija i radova. Naše su zahvalnice stigle poštom, kao i knjiga „Greška u našim zvijezdama“ autora Johna Greena. Koliko smo se tome obradovali, radujemo se i prilici za sudjelovanje dogodine jer vjerujemo da ćemo imati novu ideju kako doprinijeti razvoju prirode.

Link s fotografijom stranice novina u kojima je vijest o rezultatima natječaja objavljena:

https://delnice.hr/wp-content/uploads/2022/04/GNL_4_4_2022_4.jpg

ČUJ PRIRODU, ČOVJEČE!

Zar ne vidiš kako nebriga uništava,
kako nestaje ljepota?
Na očigled nestaju šume i životinje,
nestaje život,
a ti šutiš i gledaš.
Bez namjera da se pomakneš,
zar ne osjećaš nelagodu i strah?

Zar ti nije žao
mora, rijeka i ravni?
Ne boli li te gubitak
životinja i raslinja?
Zar od svoje sebičnosti
ne gledaš u budućnost?

Promijeni se, čovječe,
skini te tamne naočale!
Pogledaj oko sebe,
osjeti zov i miris prirode!

Čuj njen vapaj i
pomozi joj!

Ona će se rascvjetati,
Ona će te prigriliti,
opet će ti dati ljeto i zimu.
I rodit će polja obiljem
i cvrkut ptica budit će te.

Poljubit ćeš tada Zemlju
jer će svojim obiljem
darovati tvoju dobrotu.

Ivana Brkić, 3. 1

Mentorica: Marina Pilj Tomić, prof.



DAN STVARALAŠTVA „LIJEPO JE ŠTO POSTOJIŠ“

Tijekom mjeseca svibnja pripremali smo ovogodišnji Dan stvaralaštva „Lijepo je što postojiš“ kojim otkrivamo „skrivenne“ talente učenika naše škole. Do sada smo ovu aktivnost organizirali u prostorima naše škole, ali zbog koronavirusa prilagodili smo se situaciji i u digitalnom obliku predstavili radove učenika.

Materijale za Dan stvaralaštva „Lijepo je što postojiš“, zajedno s učenicima, prikupile su i pripremile: Adrijana Lovrinčević, prof., Karolina Miladinović, prof. i Alta Pavin Banović, prof. U obilježavanju su sudjelovali učenici: Nora Brkić (1.f), Rafaela Rudić (1.f), Noemi Sušić (1.f), Klara Kovačević (1.ft), Dora Živković (1.s1), Ema Živković (1.s1), Nives Studenić (1.s3), Vlatka Vizentaner (1.s3), Kristijana Zavada (2.dt), Ivana Brkić (2.1), Dino Brkić (2.s1), Tea Marković (2.s3), Iris Zelek (2.s3), Maja Avdaković (3.f), Larisa Blažević (3.f), Marija Bunić (3.f), Lara Krašnjak (3.f) i Luka Šubara (3.f).

Vjerujemo da ćete uživati u [radovima](#) naših učenika. Možda ćete u nekima od njih pronaći i dio sebe.

Karolina Miladinović, prof.

MEĐUNARODNI DAN OBITELJI

Uoči Međunarodnoga dana obitelji 15. svibnja proveli smo nekoliko aktivnosti kako bismo se prisjetili uloge i važnosti obitelji. Učenici su pisali poruku izabranom članu obitelji, skenirajući QR kod zapisivali su razmišljanja o važnosti obitelji, proveli su izabranu aktivnost s obitelji te poslali dragu uspomenu/fotografiju s obitelji. Sudjelovali su učenici 1. ft, 1.1, 2.s1, 2.s2, 2.s3, 2.ft, 3.1 i 3. ft razreda. Video je pripremila vjeroučiteljica Adrijana Lovrinčević. Posebno zahvaljujem učenicima koji su poslali obiteljske fotografije i time uljepšali video koji možete pogledati na poveznici

https://carnet-my.sharepoint.com/:v/g/personal/adrijana_lovrincevic_skole_hr/EV8jlC1OZxFFujMAAb3qTdlB5cvsozH-aVtaxo-6YHnfyA?e=rhf7iW

Adrijana Lovrinčević, prof.



“Obitelj je kompas koji nas vodi. Ona je inspiracija za dostizanje velikih visina i naša utjeha kada povremeno padnemo.” – Brad Henry

Obitelj nam je jako važna, volimo sigurnost i ljubav koju nam ona pruža, volimo se družiti, igrati, smijati i razgovarati. Obzirom na navedeno, a da vrlo često žurimo i zaboravimo na te stvari, učenici i roditelji 2. s3 razreda su odlučili provesti vrijeme zajedno.

Dana 22. lipnja 2022. godine na izletištu Nard, okupili smo se na druženju. Učenici, roditelji, braća i sestre su uživali u prekrasnom danu, roštiljajući, razgovarajući, kupajući se i igrajući. Cilj je bio zblížiti učenike u razredu, ali i roditelje međusobno što smo i uspjeli. Složili smo se da želimo druženje uskoro ponoviti, ali i da će atmosfera na roditeljskim sastancima biti odlična.

Ana Azenić, razrednica





ZDRAVSTVENO- EDUKATIVNO PODRUČJE



SVJETSKI DAN FIZIOTERAPIJE

Svake godine 8.rujna obilježavamo Svjetski dan fizioterapije.

Prvi put je obilježen daleke 1951. godine, na dan osnivanja Svjetske organizacije fizikalne terapije. 2020. godine Svjetska organizacija fizioterapije postaje „Svjetska fizioterapija“ – World physiotherapy. Toga dana fizioterapeuti promoviraju svoju struku, a svake godine je posvećen nekom području fizioterapije. Ove godine, u fokusu je uloga fizioterapeuta u rehabilitaciji, liječenju i zbrinjavanju ljudi pogođenih Covid 19.

U našoj školi imamo dugogodišnju tradiciju obrazovanja fizioterapeutskih tehničara. Najsuvremenija oprema iiskusni predavači, omogućuju stjecanje potrebnih kompetencija i spremnost za rad u struci.

Ove godine Aktiv fizioterapije je zajedno s učenicima 2. i 3. ft razreda i predmetnim nastavnicima osmislio i snimio video čestitku, koju možete pogledati na linku:

https://www.canva.com/design/DAEp5fz2DV4/V1PmEM-h1k7XWbo5oKMKPQ/watch?utm_content=DAEp5fz2DV4&utm_campaign=designshare&utm_medium=link&utm_source=publishsharelink

Dragi naši učenici, nastavnici i suradnici, svima Vam želimo sretan Svjetski dan Fizioterapije!

Lucić Jago, Marček Ivana, Milković Željka

OBILJEŽAVANJE SVJETSKOGA DANA PRVE POMOĆI

Svjetski dan prve pomoći obilježili smo 10. rujna 2021. godine čiji je cilj promicanje znanja i vještina prve pomoći. Naglasak je i na važnosti pravodobne i na pravilan način pružene prve pomoći. Ovogodišnji Svjetski dan prve pomoći poseban naglasak stavlja na prvu pomoć u školi i zajednici. Misao voditelja je: „Budite heroj prve pomoći u školi i svojoj zajednici.“ Ciljane skupine Svjetskoga dana prve pomoći u 2021. godini su: djeca, tinejdžeri, mladi ljudi, učitelji, školsko osoblje i roditelji. Podučavanje preventivnih mjera i prepoznavanje mogućih opasnosti u svakodnevnom životu može dovesti do smanjenja nesreća u njihovom okruženju. Prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji ozljede predstavljaju dio uzroka smrti djece, posebno starije djece. Ozljede su odgovorne za 950 000 smrtnih slučajeva godišnje. Oko 90 % ili 830 000 ovih smrtnih slučajeva uzrokovano je nenamjernim ozljedama, npr. ozljede na cesti, utapanje, opekline i sl. Svatko, bez obzira na životnu dob, može spasiti život ili biti sudionik u akciji spašavanja života i učiniti svoju okolinu sigurnijom. Svjetski dan prve pomoći obilježili smo prikazivanjem kratkih videozapisa s pravilnim postupcima pružanja prve pomoći. Učenici su nakon prikazanih videozapisa uvježbavali vještine prve pomoći. Istaknuli smo važnost volontiranja u zajednici s ciljem promicanja i primjene humanih vrednota.

U obilježavanju Svjetskoga dana prve pomoći sudjelovali su učenici 4. s3 razreda.

Maja Rakin, magistra sestrinstva



SVJETSKI DAN ALZHEIMEROVE BOLESTI

Mjesec rujan posvećen je podizanju svijesti o Alzheimerovoj bolesti, a vrhunac obilježavanja borbe protiv ove bolesti je 21. rujan, Svjetski dan Alzheimerove bolesti.

Iako je prošlo više od sto godina otkako je njemački psihijatar i neurolog dr. Alois Alzheimer po prvi puta opisao bolesnicu čija je bolest kasnije nazvana njegovim imenom, Alzheimerova bolest i danas predstavlja enigmnu suvremene medicine. Upravo ovaj dan, učenici 5.s1 razreda obilježili su u Domu umirovljenika Osijek družeći se s korisnicima.

Uz pomoć igara sa slikama, simulirali su pamćenje i prisjećanje korisnika koji se bore s demencijom. Igrale su se igre poput memorija te su se slagale puzzle. Korisnici doma bili su oduševljeni te je cijelo vrijeme druženja bio prisutan osmijeh na njihovim licima.

Učenici 5.s2 razreda izradili su PowerPoint prezentaciju koja je bila prikazana na televizoru školskog hola o obilježavanju ovoga dana te prikazu umjetničkih djela koja su bila posvećena ili su sami nacrtali osobe oboljele od ove bolesti.

U aktivnosti su sudjelovali nastavnici: Ivana Hardi, mag.med.techn., Zdenka Omrčen, mag.med.tech, Ana-Marija Buljević, mag.med.tech i Marijana Nikolovski, bacc.med.techn.

[Svjetski dan Alzheimerove bolesti - Pigac, Strok, Javorcek.pptx](#)



SVJETSKI DAN SRCA - 29. RUJNA 2021. GODINE

POVEŽI SE SRCEM!

Ovogodišnja kampanja povodom Svjetskog dana srca poziva nas da se POVEŽEMO srcima. Iako smo izoliraniji nego ikad, možemo se povezati vlastitim srcem i srcima naših bližnjih. Povezati se znači voditi brigu o zdravlju srca, odabrati zdrave životne navike – prestati pušiti, vježbati, zdravo se hraniti, kontrolirati krvni tlak, odlaziti na redovne preglede, koristiti suvremenu tehnologiju u kontroli zdravlja srca, ali i brinuti o zdravlju svojih bližnjih, te osoba u povećanom riziku.

Aktivnosti u povodu obilježavanja Svjetskog dana srca u Medicinskoj školi Osijek:

Učenici 5.s2 razreda u petak 1. listopada 2021., djelatnicima naše Škole određivali su razinu glukoze u krvi i mjerili vrijednost krvnog tlaka povodom obilježavanja Svjetskog dana srca. Akcija je organizirana od 8.00 do 9.30, u kabinetu Zdravstvene njege. Tijekom akcije izmjerene su 24 vrijednosti krvnoga tlaka i određena 31 razina glukoze u krvi, hrabrim djelatnicima. Svaki je djelatnik napisao na listić svoje ime i prezime koji je ubacio/ubacila u posebno označenu kutiju. Nakon akcije izvučen je jedan listić u prostoru zbornice. Nagradu iznenađenja osvojila je Mirela Grubišić, prof – glukometar (aparatus za određivanje razine glukoze u krvi). Akciju su osmislili i realizirali Marko Maceković, mag.med.techn. i Ljiljana Eršek, mag.med.techn.

U svrhu podizanja svijesti, jačanja prevencije i pravovremenog liječenja, što je i cilj Svjetskog dana srca 2021. godine, učenici 4.s2 razreda osmislili su i izradili video. Glavne su poruke važnost očuvanja zdravlja srca, s naglaskom na prestanak pušenja, tjelesnu aktivnost i pravilnu prehranu te redovitu kontrolu krvnog tlaka. Video su izradili s nastavnicama Martinom Tot Vesić, mag.med.techn. i Marijom Maras, mag.med.techn.

Na središnjem osječkom trgu Ante Starčevića, Udruga kardiovaskularnih bolesnika, djelatnici Zavoda za javno zdravstvo Osječko-baranjske županije i učenici petih razreda u zanimanju

medicinska sestra opće njege/medicinski tehničar opće njege, obilježili su Svjetski dan srca u subotu, 2. listopada 2021. od 10.00 do 13.00 sati. Informirali su zainteresirane građane o važnosti prevencije za nastanak srčanih bolesti, dijelili promotivne materijale i jabuke.

U aktivnostima obilježavanja Svjetskog dana srca sudjelovali su učenici:

5.s1 razred: Martina Kovač, Matea Bićan, Sebastian Balog, Ina Kovačević, Larisa Milanović, Hana Sablić, Doris Barunčić, Tijana Radić i Marija Simić

5.s2 razred: Mirna Kralj, Lorena Lučić, Filip Carević, Nina Meško, Matej Ivanković, Stipe Kovčalijski, Marko Sklabinski, Josip Vukovac i Tamara Nikolovski

Nastavnici strukovno teorijskih predmeta: Ljiljana Eršek, mag.med.techn., Marija Maras, mag.med.techn., Martina Tot Vesić, mag.med.techn. i Maja Čebihin, mag.med.techn.



TJEDAN CJELOŽIVOTNOGA UČENJA

Tjedan cjeloživotnoga učenja nacionalna je obrazovna kampanja u kojoj se građanima na neposredan, često i neformalan način, prenosi poruka o važnosti obrazovanja i učenja. Svake godine obilježava se u brojnim državama kako bi se senzibilizirala javnost za cjeloživotno učenje, promicala kultura učenja te potaknula osobna motivacija. Riječ je o UNESCO - ovoj inicijativi pokrenutoj 1999. godine.

Kao dio ovogodišnjeg Tjedna cjeloživotnoga učenja, za zainteresirane odrasle polaznike za prekvalifikaciju u programu dentalni asistent/asistentica, u Medicinskoj školi Osijek, 27. rujna 2021. od 14 do 18 h u organizaciji nastavnice Mirjane Kralj i ravnateljice Sanje Dravinski, održan je Dan otvorenih vrata. Polaznici su informirani o nastavnim sadržajima, načinu realizacije programa prekvalifikacije, mogućnostima zapošljavanja te su dobili odgovore na brojna postavljena pitanja.



„OSNOVE PALIJATIVNE SKRBI“

U organizaciji Fakulteta za dentalnu medicinu i zdravstvo Osijek, 8.-9. listopada održan je drugi dio Poslijediplomskog tečaja stalnog medicinskog usavršavanja 1. kategorije „Osnove palijativne skrbi“. Cilj tečaja je unaprjeđenje znanja i vještina u palijativnoj skrbi te usavršavanje kompetencija koje su potrebne za samostalno pružanje palijativne skrbi u skladu s etičkim načelima struke. Obzirom na važnost usvajanja znanja i provođenja kvalitetne palijativne skrbi u svim domenama zdravstvene



struke, tečaju su prisustvovali učenici 2.da razreda naše škole: Lea Stipanović, Barbara Radić, Tea Bogdan, Patricia Baroka i Patricia Barić i Marija Kupčerić, s razrednicom Mirjanom Kralj. Učenici su upoznati s osnovnim sadržajima palijativne skrbi, pravilnom pristupu bolesnicima u uznapredovalom stadiju te komunikaciji i specifičnim postupcima u domeni stomatološke zaštite i važnosti održavanja oralne higijene u palijativnih bolesnika.

MEĐUNARODNI DAN STARIJIH OSOBA

Glavna skupština Ujedinjenih naroda donijela je 14. prosinca 1990. godine Odluku (45/106) prema kojoj se 1. listopada obilježava Međunarodni dan starijih osoba, s ciljem jačanja podrške osobama starije dobi. Starost nije bolest, već je starost životno razdoblje povezano s dobi iznad 65 godina. Starenje počinje od začeća i traje do smrti kao prirodan, ireverzibilan proces koji stalno napreduje.



Kao i svake godine, učenici Medicinske škole Osijek zajedno sa svojim nastavnicima obilježavaju ovaj dan te uče o važnosti starijih osoba za društvo, ali i naše živote. Ove godine u obilježavanju dana starijih osoba sudjelovali su učenici 3.s1 razreda izradom loga, ali i pisanjem pisama svojim bakama i djedovima. Učenici 5.s1 i 5.s2 razreda izradili su čestitke za korisnike Doma umirovljenika Osijek koje su im podijelili i izazvali mnogobrojne osmijehe.

U aktivnostima obilježavanja Međunarodnog dana starijih osoba sudjelovali su nastavnici strukovno teorijskih predmeta: Ivana Hardi, mag. med. techn, Zdenka Omrčen, mag. med. techn, Ana-Marija Buljević, mag. med. techn, Marijana Nikolovski bacc. med. techn, Luka Bačić, bacc. med. techn.

[Dan starijih osoba - Stranica skole.pdf](#)

[Dan starijih osoba- logo.pdf](#)

[Logo Anica Mrsic.jpg](#)



SVJETSKI DAN HRANE

Povodom obilježavanja Svjetskog dana hrane u Medicinskoj školi Osijek, učenici 5. razreda smjera medicinska sestra/medicinski tehničar opće njege u suradnji s profesoricom Marijom Katić, mag. nutr., 18. listopada 2021., realizirali su projekt „Smoothie mi smuti!“.



Zanimljivo predavanje, izlaganje učeničkih radova i konzumaciju zdravih pripravaka namijenili su učenicima prvih razreda (1.dt i 1.l).

U realizaciji projekta sudjelovali su učenici: Antonio Bošnjak, Luka Hranić, Jana Marčinković, Larisa Milanović, Tamara Nikolovski, Hana Sablić i Dino Uglješić
Marija Katić, mag. nutr.



DAN RUŽIČASTE VRPCE

Listopad je mjesec borbe protiv raka dojke, a svake godine prve subote u listopadu obilježava se Dan ružičaste vrpce. Sve je počelo prije dvadesetak godina, kada je u Americi pokrenuta neprofitna, humanitarna udruga za borbu protiv raka dojke, nazvana po svom simbolu „Ružičasta vrpca“. Danas ovaj humanitarni projekt uključuje više od 30 država u svijetu čiji je cilj upozoriti na važnost ranoga otkrivanja raka dojke kako bi se povećao broj izlječenja. U Republici Hrvatskoj ovaj dan obilježava se od 1999. godine.



Rak dojke najčešća je maligna bolest u ženskoj populaciji. Nastaje kada normalne žljezdane stanice dojke promijene svojstva i počnu se nekontrolirano umnažati. Takve promijenjene stanice mogu prijeći u limfne ili krvne žile te na taj način metastazirati, odnosno proširiti bolest u druge dijelove tijela. Bilo tko može oboljeti od raka dojke, no najčešće su žene u dobi iznad 50 godina. Ipak, može se javiti i kod mlađih žena, a isto tako i kod muškaraca. Rizični čimbenici, koji pogoduju nastanku raka dojke, su: starija dob, prva menstruacija prije 12. godine, menopauza nakon 50. godine, nerađanje ili rađanje nakon 30. godine, pojavnost raka dojke ili raka jajnika u obitelji, prethodna bolest dojke te određene životne navike (pretilost, loša prehrana, povećana konzumacija alkohola, pušenje i izloženost radioaktivnom zračenju).

U Medicinskoj školi Osijek Dan ružičaste vrpce obilježili smo 1. listopada 2021. godine. Učenici četvrtih razreda u zanimanju medicinska sestra opće njege/medicinski tehničar opće njege u predvorju Škole dočekali su radnike i ostale učenike te im podijelili ružičaste vrpce i u kratkom razgovoru s njima naglasili važnost redovitih preventivnih pregleda.

Akciju su vodile nastavnice strukovnih predmeta: Sanja Višević, mag. med. techn., Mirjana Kralj, mag. med. techn., Ljiljana Grdić, mag. med. techn., Viktorija Ežbegović, mag. med. techn., Maja Carević, mag. med. techn. i Milan Arambašić, bacc.med.techn..

Učenici koji su sudjelovali u obilježavanju Dana ružičaste vrpce su:

4. s1: Lara Aničić, Ema Babinac, Tea Čančar, Josipa Filipović, Matej Gašpar, Martina Pačak, Ema Papak, Ema Ravlija i Tea Zagnal

4. s2: Antonela Biloš, Luka Rold, Nina Skelac, Magdalena Stražanac, Dino Šoštarić i Laura Zagorščak



SVJETSKI DAN MENTALNOG ZDRAVLJA

Svjetska zdravstvena organizacija proglasila je 10. listopada proglasila Svjetskim danom mentalnog zdravlja. Svrha obilježavanja ovoga dana je podizanje je svijesti o problemima vezanima za mentalno zdravlje te pružanje prilike osobama, organizacijama i institucijama koje se bave zaštitom mentalnog zdravlja da promoviraju svoj rad i u suradnji sa zajednicom rade na poboljšavanju uvjeta za pružanje odgovarajuće zaštite mentalnog zdravlja.

Svjetski dan mentalnog zdravlja svake godine stavlja naglasak na određeni problem s kojim se susreću različite populacijske skupine. Ovogodišnji slogan glasi: „Briga o mentalnom zdravlju za sve: neka to postane stvarnost“.

Cilj obilježavanja Svjetskog dana mentalnog zdravlja je prepoznati potrebu za povećanjem kvalitete usluga mentalnog zdravlja. Obzirom da je pandemija COVID-19 imala veliki utjecaj na mentalno zdravlje ljudi, neke su skupine: zdravstveni djelatnici, studenti, osobe koje žive same te oni koji već imaju postojeće mentalne probleme, posebno pogođeni. Tijekom Svjetske zdravstvene skupštine u svibnju 2021. država iz cijelog svijeta prepoznale su potrebu za povećanjem kvalitete usluga mentalnog zdravlja na svim razinama.

Učenici 4.s3 razreda Medicinske škole dana 7.listopada sudjelovali su u edukativnom kvizu u organizaciji dječjeg kreativnog centra Dokkica. Učenici su kroz zanimljiva pitanja iz različitih područja imali priliku osvijestiti važnost mentalnog zdravlja i brige o istom, a osvojili su visoko drugo mjesto.

U svrhu podizanja svijesti o važnosti mentalnog zdravlja učenici 4.s3 razreda osmislili su i izradili PowerPoint prezentaciju i pano.

U obilježavanju Svjetskog dana mentalnog zdravlja sudjelovali su:
učenici: Lora Broz, Marko Filaković, Evelyn Keri, Lara Matošević, Nemanja Mioljević, Ana Pandurić, Larisa Roso, Nikolina Tijanić, Iva Vukadin, Valentina Straka

Nastavnici strukovno-teorijskih predmeta: Ana-Marija Buljević, mag.med.techn., Ivana Hardi, mag.med.techn., Zdenka Omrčen, mag.med.techn., Sanja Višević, mag.med.techn.

[Svjetski dan mentalnog zdravlja 3 \(1\).wmv](#)



EUROPSKI DAN BORBE PROTIV TRGOVANJA LJUDIMA

18. LISTOPADA 2021.

Europski dan borbe protiv trgovanja ljudima obilježava se 18. listopada s ciljem podizanja svijesti o jednoj od najtežih povreda ljudskih prava koje ugrožava život, slobodu i dostojanstvo ljudi. Moto ovogodišnjeg obilježavanja je „Svako dijete je u riziku od vrbovanja na internetu.“



Učenici Medicinske škole Osijek također su obilježili Europski dan borbe protiv trgovanja ljudima s naglaskom na podizanje svijesti o tome kako reagirati pri sumnji na trgovinu ljudima, na pravilan način korištenja interneta kao i besplatne SOS linije 0800-7799 putem koje je moguće zatražiti pomoć i dobiti potrebne informacije ili prijaviti sumnjive slučajeve.

Obilježavanje Europskog dana borbe protiv trgovanja ljudima proveli su nastavnici Maja Rakin, mag.med.techn. i Marko Maceković, mag.med.techn. s učenicima 3.s3, 4.s3 i 4.s2 razreda.



SVJETSKI DAN ŠEĆERNE BOLESTI – 100 GODINA

INZULINA

„Inzulin ne pripada meni. On pripada svijetu.“ Frederick Banting

Svjetski dan šećerne bolesti obilježava se 14. studenoga u spomen na rođendan dr. Fredericka Bantina koji je s Charlesom Bestom 1921. godine otkrio inzulin. Spomenuti dvojac samo dvije godine nakon otkrića primio je prestižnu Nobelovu nagradu. 2021. godine obilježavamo 100 godina od otkrića inzulina.

Tema ovogodišnjega obilježavanja Svjetskoga dana šećerne bolesti je „Dostupnost skrbi za dijabetes - ako ne sada, kada?“ (engl. Access to diabetes care - if not now, when?), a poruka je ukazivanje na nedostupnost skrbi i liječenja šećerne bolesti u svijetu. Milijunima ljudi inzulin nije dostupan iako je otkriven prije 100 godina. Mnogi ljudi nemaju pristup priboru za samopraćenje razine glukoze u krvi, oralni antidijabetici nisu dostupni u državama niskoga razvojnoga indeksa te mnoge osobe nemaju pristup potrebnoj edukaciji o dijabetesu. Aktivnosti koje se odnose na šećernu bolest označene su plavim krugom. Plavi krug je globalni simbol za svijest o dijabetesu. Označava jedinstvo globalne zajednice dijabetesa kao odgovor na epidemiju dijabetesa.

Tradicionalno obilježavanje Dana šećerne bolesti i druženje s našim sugrađanima izostalo je zbog pandemije Covida 19 i „novoga normalnoga“. Za učenike i djelatnike Medicinske škole Osijek 2021. godine izradili smo edukativne materijale. Aktivnost učenika 4. s3 razreda bile su usmjerene na edukaciju o skrivenim šećerima u hrani te prikazivanje [kratkoga videa](#). Zahvaljujemo na poučnom i hvalevrijednom videouratku „Moj dijabetes i ja“ glavnoj sestri Klinike za unutarnje bolesti Nevenki Kovačić, bacc. med. techn. koja u svom dugogodišnjem radu djeluje kao dijabetes edukatorica pri Regionalnom centru za endokrinologiju i bolesti metabolizma.

Video možete pogledati na [poveznici](#).

U izradi materijala sudjelovali su učenici 4. s3 razreda te nastavnice: Ljiljana Eršek, Marija Maras, Martina Tot Vesić, Sanja Višević, Mirjana Kralj i Maja Čebihin.

1.12. - SVJETSKI DAN BORBE PROTIV AIDS-A

Svake godine 1. prosinca obilježava se Svjetski dan borbe protiv AIDS-a.

Toga dana, usmjerava se pažnja svih stanovnika Zemlje prema AIDS-u kao velikoj globalnoj prijetoj. Ovom kampanjom obuhvaćene su različite teme i ciljne skupine ljudi, a Svjetski dan borbe protiv AIDS-a se obilježava u gotovo svim državama svijeta.

Tema HZJZ u sklopu događanja Svjetskog dana AIDS-a za 2021/22 je : „Kraj nejednakostima, kraj AIDS-u“. Podjela, nejednakost i nepoštivanje ljudskih prava među neuspjesima su koji su omogućili da HIV postane i ostane globalna zdravstvena kriza. Sada COVID-19 pogoršava nejednakosti i poremećaje u uslugama, čineći živote mnogih ljudi koji žive s HIV-om izazovnijim. Učenici petih razreda Medicinske škole Osijek smjera medicinska sestra / tehničar opće njege na Klinici za psihijatriju izrađivali su brošure i „pamtilice“ na temu: „AIDS u doba pandemije Covid-19 virusa“ koje su nakon izrade uručili hospitaliziranim bolesnicima, bolesnicima koji su dolazili na ambulantnu kontrolu te bolesnicima u dnevnoj bolnici Klinike za psihijatriju KBC-a Osijek.

Tema Svjetskog dana borbe protiv AIDS-a 2021. je „Okončanje nejednakosti. Kraj AIDS-a“. SZO i njeni partneri ističu sve veće nejednakosti u pristupu lijekovima za osobe oboljele od AIDS-a. Dana 1. prosinca 2021., WHO poziva globalne čelnike i građane da se okupe kako bi se suočili s nejednakostima koje pokreću AIDS i kako bi dosegli ljude koji trenutno ne primaju osnovne usluge borbe protiv HIV-a. Jedan od načina solidariziranja s ljudima inficiranim i oboljelim od AIDS-a je isticanje crvene vrpce. Ovim putem želimo Vas upoznati kako je taj simbol nastao i koja značenja nosi.

Priča o „crvenoj vrpici“

Crvenu vrpcu kao simbol podrške ljudima oboljelim od AIDS-a, osmislio je 1991. godine slikar Frank Moore (New York 1953-2002). Na tu zamisao je došao nakon što je uočio da njegovi bliski susjedi nose žute vrpce kao potporu kćeri koja je kao američki vojnik sudjelovala u Zaljevskom ratu. Budući da crvena boja simbolizira ljubav i krv, a značenje isticanja vrpce potporu, nastala je crvena vrpca kao autorski nezaštićeni rad koji će se koristiti kao sredstvo podizanja svijesti ljudi diljem svijeta.

Prvi puta vrpca je javno predstavljena iste godine na dodjeli prestižne američke kazališne nagrade „Tony Award“ prilikom koje su svi nominirani nosili crvenu vrpcu na svojoj odjeći. Crvena vrpca ubrzo je postala međunarodni simbol svijesti o HIV/AIDS-u te predstavlja znak solidarnosti, podrške diskriminiranim oboljelim osobama i spomen na umrle. Nošenje crvene vrpce na Svjetski dan borbe protiv AIDS-a je jednostavan, ali snažan način protivljenja stigmatizaciji i predrasudama vezanim uz ovu bolest. Poput samog HIV/AIDS-a stigmatizacija i predrasude vezane uz njih su globalni problem i stalni su pratitelji te epidemije. Izazivaju ih razne pojave kao što su nedostatak razumijevanja bolesti, mitovi o prijenosu virusa, društveni strahovi u vezi sa seksualnošću, neodgovorno medijsko praćenje epidemije, činjenica da je AIDS neizlječiv javljaju se strahovi povezani sa smrću. Stigma pojačava patnje oboljelih jer vodi uskraćivanju temeljnih ljudskih prava i sloboda poput prava na edukaciju, zdravstvenu zaštitu, prava na rad, prava na privatnost i sl. Osim diskriminacije pojedinca u očima drugih ljudi, posljedice stigme također djeluju na način kako pojedinci doživljavaju sami sebe. Na osobnoj razini one mogu biti razarajuće jer vode osjećajima srama, krivnje te samoizolaciji.

Stigma rezultira odgađanjem testiranja, a time i otkrivanja zaraze, uskraćuje adekvatnu njegu i podršku te pravovremeno liječenje.

PP prezentaciju i tekst napisali: Ivana Hardi, mag.med.techn., Branimir Lončarić, mag.med.techn., Zdenka Omrčen, mag.med.techn., Ana-Marija Buljević, mag.med.techn., Milan Arambašić, bacc.med.techn.

MJESEC BORBE PROTIV OVISNOSTI (15. 11. - 15. 12.)

Međunarodni Mjesec borbe protiv ovisnosti svake se godine u svijetu, pa tako i u Hrvatskoj, obilježava u razdoblju od 15. studenoga do 15. prosinca. Obilježavanje se provodi s ciljem upozoravanja cjelokupne javnosti s problemom zlouporabe svih oblika sredstava ovisnosti, osobito droga.

Ovisnost može biti psihološka i fiziološka, a odnosi se na neprilagođeno ponašanje vezano uz uporabu ilegalnih droga (ili drugih psihoaktivnih tvari, npr. alkohola i sedativa), pušenje, kockanje, ovisnost o internetu, a koje dovodi do oštećenja organizma ili subjektivnih problema (problema u obitelji, školi, na poslu, s policijom itd.).

Ove godine Mjesec borbe protiv ovisnosti u našoj školi obilježili smo nizom aktivnosti.

Naša škola sudjeluje u e-twinning projektu Treneri odgoja. Prva aktivnost projekta bila je upravo Mjesec borbe protiv ovisnosti. Učenici 4. s2. razreda izradili su edukativno-preventivni video. Učenici su pogledali i virtualnu izložbu učeničkih radova na temu Ovisnost o internetu.

Učenici 4.s3 razreda organizirali su kviz povodom Mjeseca borbe protiv ovisnosti. Dana 15. 12. 2021. u 13 sati u Šarenoj dvorani učenici 4. s3 razreda izradili su prezentaciju s



pitanjima iz područja opće kulture, glazbe, sporta, crtića, književnosti, glazbe i filmova.

Na kvizu su sudjelovali učenici koji su bili organizirani u peteročlane timove: 1. s2 (naziv tima: 1. s2), 1. s3 (Savršena petorka) 2. s1 (Dream team), 2. s3 (Pčelice) i 5. s2 (Cave učenje i Katalizatori). Nakon niza pitanja, prvo mjesto zaslužio je osvojio tim Cave učenje, drugo mjesto osvojio je Dream tim, a treće mjesto tim Pčelice.

Učenici su naučili nešto novo o ovisnostima, zabavili se i osvojili prigodne nagrade. Čestitamo svim sudionicima, a razrednicima zahvaljujemo na pomoći oko organizacije timova.

Video su izradili učenici 4. s2 razreda: Lana Antunović, Iva Duvnjak, Mia Ivančević, Lana Kramarić, Korina Vukmanović i Loris Zagvozda.

Na kvizu su sudjelovali:

1.s2 razred (1. s2): Leonarda Marodi, Lana Ivančević, Ante Repušić Šipoš, Parmačević Ivan i Mojzeš Dora.

1.s3 razred (Savršena petorka): Ivana Klarić, Mia Gašpar, Anja Balažić, Nika Bošnjak i Magdalena Johum.

2.s1 razred (Dream team): Lorena Krizmanić, Laura Aleksa, Petra Vukmanić, Miroslav Žebić i Matija Povžanj.

2.s3 razred (Pčelice): Matea Sokač, Tea Antunović, Anica Zečević, Lana Matković i Zvonimir Kučinac.

5.s2 razred (Cave učenje): Nina i Lana Meško, Tena Mikuličić, Ena Mikulec i Matej Ivanković.

5.s2 razred (Katalizatori): Stella Kovačev, Matej Rukavina, Katarina Javorček i Stipe Kovčalijski.

Organizatori i voditelji:

4. s3 razred: Sara Marolin, Iva Rezo, Vladimir Jelečević, Vinko Balentić, Sandra Basta, Lana Nađ, Sara Šporčić, Matej Tokić i Lorena Ugljarević.

Mentori: Ana Marija Buljević, Branimir Lončarić, Ivana Hardi, Brankica Laurović i Zdenka Omrčen.



OBILJEŽAVANJE MEĐUNARODNOGA DANA OSOBA S INVALIDITETOM

Skupina učenika 3. razreda Medicinske škole Osijek, smjer: fizioterapeutski tehničar/tehničarka, 21. prosinca 2021., u pratnji nastavnika struke: Ivane Marček, Željke Milković i Jage Lucića, sudjelovala je u provedbi kineziterapijskih vježbi s članovima Udruge „Delfin“ na Gradskim bazenima Osijek. Djeca s poteškoćama u razvoju redovito pohađaju sate treninga u vodi prema Halliwick metodi koje vodi kolegica fizioterapeutkinja Antonija. U svijetu se široko i učinkovito primjenjuje više oblika habilitacije i rehabilitacije u vodi koju nije moguće primijeniti bez svladavanja vještina održavanja na vodi i plivanja. Voda je najpoželjniji medij u kojem djeca s teškoćama u razvoju najlakše svladavaju motoričke prepreke. Halliwick koncept zajedničkom igrom, zabavom i druženjem djeci pruža mogućnost samostalno naučiti koristiti vodu kao medij za kretanje. Naši učenici imali su priliku uključiti se u trening te pomoći djeci u provedbi vježbi. Na zadovoljstvo djece i učenika trening je bio uspješan. Polaznici su izvrsno prihvatili suradnju s učenicima. Sat im je bio zanimljiv i kreativan. Učenici su vježbe obogatili svojim načinom rada, a iskusili su i neki novi oblik fizioterapije, naučili nove metode rada te potvrdili do sada naučena znanja i vještine iz struke. U uvodnom dijelu sata imali su prilike razgovarati s trenericom Antonijom i postaviti pitanja vezana uz specifična stanja djece i načinima rada s njima, a nakon toga pridružili su se treningu. Šarenilo rekvizita, smireni i empatični pristup naših učenika doprinijeli su uspješnoj realizaciji aktivnosti te obilježavanju Međunarodnoga dana osoba s invaliditetom. Važno je potaknuti veći senzibilitet društva i mladih za osobe s poteškoćama kako bismo se osjećali prihvaćeno i zadovoljno u životu.

Ivana Marček, mag. physioth



HRVATSKI DAN ŠEĆERNE BOLESTI

Na osječkom Trgu slobode, 14.2.2022. od 9,00 do 12,00 h, u organizaciji Društva za zaštitu od dijabetesa Osijek i Regionalnog centra za dijabetes KBC Osijek, po prvi puta obilježen je Hrvatski dan šećerne bolesti. Provedene aktivnosti imale su za cilj jačanje svijesti o prevenciji i unapređenju kvalitete zdravstvene zaštite osoba sa šećernom bolešću u RH. Hrvatski dan šećerne bolesti posvećen je svim oboljelima, njihovim obiteljima te zdravstvenim i nezdravstvenim djelatnicima koji su izravno i neizravno uključeni u proces liječenja ove kronične bolesti, ali i svima onima koji promjenom svojih stilova života mogu utjecati na to da šećernu bolest izbjegnu, a u slučaju da se bolest ipak razvije, da je na vrijeme otkriju.

Svojim aktivnim sudjelovanjem, učenici i nastavnici Medicinske škole Osijek, na ovaj Dan dodatno su naglasili važnost prepoznavanja i liječenja ove bolesti te potrebu skrbi o osobama sa šećernom bolesti. Osječani su mogli saznati sve o najboljim načinima prevencije, važnosti ranog otkrivanja i pravovremenog liječenja šećerne bolesti.



U akciji su sudjelovali učenici: (4s1) Matej Gašpar, Matej Trombini, Dejana Lemund;

(4s2) Nela Andrić, Slobodan Nedić, Iva Duvnjak;

(4s3) Sandra Basta, Nemanja Mioljević, Larisa Roso, Lora Broz

Nastavnice: Ljiljana Eršek, Mirjana Kralj, Marija Maras, Martina Tot Vesić i Sanja Višević



DAN MIMOZA – NACIONALNI DAN BORBE PROTIV RAKA VRATA MATERNICE

Cvijeće od davnih vremena potiče čovjeka, pobuđuje pozornost svojim rastom, raznim oblicima, šarenim bojama i mirisima, ljepotom koju nije moguće ne primijetiti i ostati ravnodušan. Cvijet mimoze izabran je za zaštitni simbol borbe protiv raka vrata maternice jer



mimoza u mnogim kulturama simbolizira ženu, slobodu, emancipaciju i osjećajnost, a samim time što cvjeta u ledenim uvjetima pokazuje i snagu i otpornost koju bi svaka žena trebala imati kada je zdravlje u pitanju. Svake godine, tradicionalno, siječanj je posvećen temama povezanim s rakom vrata maternice.

Dan mimoza - nacionalni dan borbe protiv raka vrata maternice obilježili smo 15. siječnja 2022. godine. Cilj akcije je podizanje svijesti javnosti, a posebice žena, o

važnosti redovitih ginekoloških pregleda i brizi za vlastito intimno zdravlje, kako bismo, zahvaljujući preventivnim mjerama, smanjili smrtnost od ove zloćudne bolesti. Iznimno je važno što kvalitetnije i što više informirati žene svih dobnih skupina o mogućnostima prevencije raka vrata maternice. Ova vrsta raka javlja se u nešto mlađoj dobi. Trećina oboljelih žena bile su mlađe od 50 godina. Posljednjih 10 godina u Republici Hrvatskoj godišnje se bilježi 320 slučajeva ove vrste raka. Važno je naglasiti kako je u slučaju ove vrste raka prevencija moguća cijepljenjem protiv HPV - a i otkivanje u vrlo ranoj fazi. Relativno je dugo razdoblje između infekcije i nastanka raka te zbog postojanja cjepiva protiv HPV-a i odgovarajućeg testa kojim se otkrivaju maligne promjene niti jedna žena ne bi trebala umrijeti od ove zloćudne bolesti. U Hrvatskoj je cijepljenje protiv HPV-a dio redovnoga kalendara cijepljenja za učenike i učenice 8. razreda osnovne škole, a ovisno o dostupnosti i za sve druge osobe mlađe od 25 godina.



Zbog trenutne epidemiološke situacije s koronavirusom Dan mimoza morali smo prilagoditi uvjetima. Obilježili smo ga u Medicinskoj školi Osijek uz sudjelovanje učenika:

4. s2 razred

5. s2 razred: Katarina Javorček, Stella Kovačev, Stipe Kovčalića, Lana i Nina Meško, Ema Mikulec i Tena Mikuličić.

Nastavnice strukovnih predmeta: Sanja Višević, mag. med. techn., Maja Carević, mag. med. techn., Ivana Debelić, mag. med. techn. i Viktorija Ežbegović, mag. med. techn.

DAN CRVENIH HALJINA

Dan crvenih haljina – Dan žena oboljelih od moždanog udara, obilježava se prvog petka u veljači.

Cilj je akcije potaknuti žene na brigu o zdravlju, upoznati ih s rizičnim čimbenicima, ranim simptomima te prevencijom moždanog udara.

Pod sloganom „Nosi crveno” učenici 2.da razreda, s razrednicom M. Kralj, izradili su



promotivne brošure te su u petak, 4.2.2022. s nastavnicom S. Višević proveli kratku edukativnu akciju u MŠO. Dijelili su brošure učenicama i nastavnicama i na taj način osvijestili važnost ranog prepoznavanja simptoma, pravovremenog javljanja liječniku te prevencije cerebrovaskularnih bolesti.

Akciji su se aktivnim sudjelovanjem pridružili i učenici 3.s2 i 5.s1, koji su također izradili brošure te s nastavnicima M. Arambašićem, I. Hardi i M.

Kralj, tijekom vježbi u KBC, proveli edukaciju o prevenciji moždanog udara među pacijenticama na odjelima Klinike za neurologiju i Rodilištu KBC Osijek.

Obilježavanjem Dana crvenih haljina, učenici i nastavnici MŠO, aktivno promoviraju i doprinose unaprjeđenju kvalitete života stanovnika naše županije.

U akciji su sudjelovali učenici:

2.da – svi učenici

3.s3 – Martina Berić, Marsel Bračun, Stipe Bužonja, Lorena Geršić, Lara Čakalić, Nina Janković, Dora Kavicki, Indira Kubaša, Marija Pušeljić, Maja Žigić, Patrik Bregović, Jan Dolenc, Andrea Florijančić, Korina Jurilj, Nataša Katanić, Laura Lončar, Jelena Putnik, Diana Stanko, Tara Vukoja,

5.s1 – Lana Kovačević, Matea Bićan, Larisa Milanović, Martina Kovač, David Latković, Lucija Trošić, Jana Marčinković, Leonardo Rakonca.

Nastavnici: Mirjana Kralj, Sanja Višević, Ivana Hardi, Milan Arambašić





30. SVJETSKI DAN BOLESNIKA

Svjetski dan bolesnika obilježava se svake godine 11. veljače. Utemeljio ga je papa Ivan Pavao Drugi 1992. godine kako bi skrenuo pozornost na bolesnike i njihove probleme te se zahvalio svima koji skrbe o bolesnicima. Poruka Svetoga Oca povodom 30. Svjetskoga dana bolesnika je: „Budite milosrdni kao što je Otac vaš milosrdan!“ (Lk 6, 36).

Cilj obilježavanja Svjetskog dana bolesnika je podizanje svijesti o potrebama bolesnih te naglašavanje značenja nužnosti humane i moralne potpore bolesnima u zadovoljavanju njihovih fizičkih, psiholoških i duhovnih potreba.



Poruka Svjetskoga dana bolesnika je kako se, bez obzira na okolnosti u kojima se nalazi ili okolnosti koje su dovele do razvoja bolesti, nitko ne bi trebao osjećati odbačeno i zaboravljeno ili biti kriv za svoju bolest. Oboljele osobe zaslužuju pomoć, suosjećanje i utjehu koja ništa ne košta, a predstavlja podršku i ohrabrenje na putu do poboljšanja zdravlja i nestanka bolesti. U skrbi o zdravlju, osim stručne pomoći i liječenja, za ozdravljenje važan je humani pristup i emocionalna podrška oboljelima koju im mogu pružiti ne samo njihovi najbliži i zdravstveni radnici nego i drugi ljudi, društvo i zajednica. Uvijek je moguće ljudskom biću koje trpi zbog bolesti i slabosti pružiti barem riječi podrške, razumijevanja, ohrabrenja i utjehe.

Obilježavanjem ovoga Dana možemo se zahvaliti, zdravstvenim i nezdravstvenim radnicima koji skrbe za bolesnike, na trudu i humanosti koju svakodnevno iskazuju u svom radu.

Povodom Dana bolesnika učenici četvrtih i petih razreda Medicinske škole Osijek podijelili su bolesnicima, hospitaliziranim na klinikama i odjelima gdje se izvode vježbe, prigodne sličice s porukom Svetoga Oca te riječi utjehe, razumijevanja i ohrabrenja.

Akciju su vodile nastavnice: Maja Carević, mag. med. techn., Viktorija Ežbegović, mag. med. techn., Mirjana Kralj, mag. med. techn. i Sanja Višević, mag. med. techn.



HRVATSKI DAN NEPUŠENJA

Hrvatski dan nepušenja – Dan bez duhanskog dima održava se svake godine na prvi dan korizme – Pepelnicu budući da je to razdoblje kada većina ljudi razmišlja o odricanju od nečega u čemu uživaju tijekom godine. Na ovaj dan pušače se želi potaknuti na prestanak pušenja, a prestanak pušenja povezati s boljim zdravljem, duljim i kvalitetnijim životom za sebe i svoju okolinu. Cilj je ne zapaliti cigaretu 24 sata, steći uvid da to nije nemoguće te nastaviti s apstinencijom.



U srijedu, 2. ožujka 2022. godine, na Trgu Ante Starčevića u vremenu od 10 do 13 sati Medicinska škola Osijek u suradnji s Nastavnim zavodom za javno zdravstvo Osječko-baranjske županije, Gradskom ligom protiv raka i izviđačkim klubom Javor sudjelovala je u obilježavanju Hrvatskoga dana nepušenja.

Svakodnevna konzumacija duhana razvija ovisnost već za nekoliko tjedana, a kod adolescenata čak i ranije. Duhanski dim sastoji se od 7 000 različitih kemijskih supstanci, uz više od 70 kancerogenih. Visoko je na ljestvici uzročnika bolesti i smrti.

Rak pluća jedan je od vodećih javnozdravstvenih problema u Republici Hrvatskoj. Godišnje se otkrije više od 3 000 novih slučajeva raka pluća, uglavnom u pušača. Nažalost, gotovo isti broj bolesnika umire svake godine od ove smrtonosne bolesti. Gotovo 90 % bolesnika koji boluju od karcinoma pluća su pušači ili su bivši pušači. Prema podacima Hrvatskoga registra za rak za 2019. godinu u Republici Hrvatskoj bilo je 3 419 novooboljelih (2 330 muškaraca i 1 089 žena), a u Osječko - baranjskoj županiji 262 novooboljele osobe od raka pluća (178 muškaraca i 84 žene). U 2020. godini u Republici Hrvatskoj od ove zloćudne bolesti umrlo je 2 819 osoba (1 918 muškaraca i 901 žena), a u našoj Županiji 202 osobe (135 muškaraca i 67 žena).

Prema rezultatima TQS (Tobacco Questions for Surveys - Eurostat) istraživanja u Republici Hrvatskoj puši 31, 1% stanovništva, tj. 35, 3% muškaraca i 27, 1% žena. Među nepušačima je 21, 1% bivših pušača. Usporedbom ovih podataka s podacima Global Adult Tobacco Survey i TQS iz drugih europskih država, muškarci su na 7. mjestu dok su žene na 1. mjestu prema udjelu pušača u općoj populaciji.

U akciji su sudjelovali učenici 4. s3 razreda: Lora Broz, Marko Filaković, Evelyn Keri, Lara Matošević, Nemanja Mioljević, Valentina Straka, Nikolina Tijanaić, Ana Pandurić, Larisa Roso i Iva Vukadin, i 5. s2 razreda: Matej Ivanković, Lana Meško, Nina Meško i Tena Mikuličić i nastavnice Marijana Jaman Galeković i Branislava Laurović.



OBILJEŽAVANJE MEĐUNARODNOGA DANA DEBLJINE

„HOD 5 DO 12“

Svjetski dan debljine obilježava se 4. ožujka. Debljina je prisutna kod više od 650 milijuna odraslih osoba na globalnoj razini i jedna je od najvećih javnozdravstvenih briga 21. stoljeća. Prema posljednjim rezultatima Europske zdravstvene ankete (EHIS) u Republici Hrvatskoj svaka druga odrasla osoba ima prekomjernu tjelesnu masu ili debljinu. Posebno treba naglasiti kako debljina nije problem samo odrasloga stanovništva. Javlja se u sve ranijoj životnoj dobi te donosi dugoročne i ozbiljne posljedice za zdravlje djece. Procjenjuje se da oko 90 % bolesnika s hipertenzijom također ima visceralnu pretilost dok je vrlo mali postotak bolesnika uobičajene tjelesne težine.



Fizioterapeutske tehničari 2. i 3. razreda, u pratnji nastavnika struke: Ivane Marček, Željke Milković i Jage Lucića, pridružili su se hodanju osječkom Promenadom u sklopu akcije kako bi doprinijeli kolektivnoj svijesti o ovome problemu. Uz Medicinski fakultet Osijek, Hrvatsko društvo za hipertenziju i Hrvatsku ligu za hipertenziju uz suorganizaciju grada Osijeka te Kineziološki fakultet Osijek učenici su pokazali zainteresiranost i suradnju te su unijeli dodatnu nadu u borbi protiv debljine.

Ivana Marček, mag. physioth

AKCIJA "LOV NA TIHOG UBOJICU"

Mnogi Osječani su na središnjem gradskom trgu mjerili krvni tlak, koncentraciju glukoze u krvi, indeks tjelesne mase te vježbali u sklopu akcije „Lov na tihog ubojicu“ koju je organizirala Hrvatska liga za hipertenziju, Medicinski fakultet Osijek i Kineziološki fakultet Osijek.

Nepravilna prehrana, nedovoljna tjelesna aktivnost i pretilost najveći su krivci razvoja hipertenzije. Najčešće se bolest primijeti tek kada već dođe do oštećenja na raznim organima poput srca, mozga, bubrega ili očima. Prevencija razvoja bolesti jednostavnom kontrolom krvnog tlaka stoga je najvažnija, a na to su 19. ožujka 2022. u Osijeku upozorili stručnjaci u „Lovu na tihog ubojicu.“

Osim liječnika, nutricionista i kineziologa koji su svojim stručnim savjetima savjetovali građane u akciju su sudjelovali i studenti Medicinskog fakulteta Osijek, Kineziološkog fakulteta Osijek i učenici Medicinske škole Osijek (Kristijan Jelač, Anna Borevac, Katarina Kurtović i Marija Šumiga).

Većina ljudi nema nekih očitih, subjektivnih smetnji. Moguće su smetnje u vidu glavobolje, šuma u ušima, preskakanja srca, lupanja srca, zamaranja, ali to je već kada ta bolest napreduje. Zato je važno mjeriti tlak, barem nekoliko puta godišnje. Prema istraživanju Hrvatskog društva za hipertenziju svaki treći odrasli stanovnik ima vrijednosti arterijskoga tlaka više od 140/90 mmHg, što se smatra gornjom granicom normalne vrijednosti. Jedan od najvažnijih rizika



mortaliteta i morbiditeta od srčano-žilnih bolesti. To su bolesti srca i krvnih žila odnosno infarkt srca i moždani udar. Osim što hipertenzija oštećuje srce i krvne žile oštećuje i funkciju bubrega. No, arterijska hipertenzija i njezine popratne bolesti mogu se spriječiti redovitom kontrolom krvnog tlaka i zdravim životnim navikama. Ovdje želimo

promovirati zdrave životne navike kao što je tjelesna aktivnost, a time i smanjenje prekomjerne tjelesne težine kroz tjelesnu aktivnost te odgovarajuće dijetetske mjere. Na taj način možemo utjecati i na hipertenziju i na šećernu bolest, a isto tako je važno smanjiti unos soli, ističu ambasadori Hrvatske lige za hipertenziju.

Sama akcija „Lov na tihog ubojicu“ osim u Osijeku istovremeno se organizirala još i u Zagrebu, Splitu, Rijeci i Sinju.



SVJETSKI DAN ORALNOG ZDRAVLJA

Svjetski se dan oralnog zdravlja svake godine obilježava 20. ožujka. Cilj je promidžba i razvijanje svijesti o važnosti brige oralnog zdravlja i njegovom značaju u očuvanju općeg zdravlja. Ovogodišnji se Svjetski dan oralnog zdravlja u cijelom svijetu, pa tako i u Hrvatskoj,

obilježava pod sloganom [“Budi ponosan na svoja usta”](#), kojim se želi ukazati kako nezdrava usta mogu ozbiljno utjecati na svaki aspekt života kao što su emocionalno, socijalno, mentalno i cjelokupno fizičko blagostanje.

Obilježili smo ga i u Medicinskoj školi Osijek uz sudjelovanje učenika 2. da razreda koji su svojim školskim kolegama, na zanimljiv način prikazali povijest razvoja brige o oralnom zdravlju te demonstrirali način održavanja higijene usne šupljine i zubi.

U akciji su sudjelovali svi učenici 2. da razreda, odrasli polaznici programa osposobljavanja za zanimanje dentalni asistent i razrednica Mirjana Kralj.



Pravilna oralna higijena:

- zubnom četkicom čistimo zube i branicu tri puta na dan
- intenzivnije četkice uklanjaju plak u među zubnim prostorima te se ne smiju se koristiti između prednjih zuba
- uspičastom četkicom čistimo područja oko bravnica gdje je otežano čišćenje
- zubni konac koristimo na čišćenje područja oko bravnica i ispod tih te temeljito uklanjanje naslage s kritičnih mjesta



Intenzivna četkica



Uspičasta četkica



Zubni konac



LJUBIČASTI DAN

U znak potpore osobama s epilepsijom u Osijeku je, 26. ožujka 2022. godine na Trgu Ante Starčevića obilježen Ljubičasti dan. Medicinska škola Osijek u suradnji s Klinikom za neurologiju KBC-a Osijek i Udrugom Episan sudjelovala je u obilježavanju toga dana .



„Ljubičasti dan“ ili „Purple day“ je dan pružanja podrške osobama s epilepsijom. Obilježava se 26. ožujka na svim kontinentima i u više od stotinu zemalja svijeta te je proglašen najutjecajnijim međunarodnim danom u svrhu podizanja razine osviještenosti o epilepsiji. Za obilježavanje dana izabrana je ljubičasta boja lavande koja internacionalna boja epilepsije te se povezuje s osjećajem usamljenosti, društvene stigmatizacije i izolacije s kojima se susreću osobe s epilepsijom. Na taj dan, ljudi iz cijelog svijeta nose ljubičasto kako bi pružili

podršku osobama s epilepsijom. Dan je osnovan 2008. godine inicijativom djevojčice Cassidy Megan, njenih roditelja i Udruge za epilepsiju iz Nove Škotske u Kanadi. U organizaciju „Ljubičastog dana“ Hrvatska se uključila 2010. godine. U Osječko-baranjskoj županiji ima oko tri tisuće osoba oboljelih od epilepsije, a godišnje je stotinjak novooboljelih.

U akciji su sudjelovali učenici:

4.s1 razreda: Fabijanac Marko, Filipović Josipa, Jakob Lara, Kovačević Sara, Lemund Dejana;

4.s2 razreda: Balog Anastazija, Ivančević Mia, Kramarić Lana, Nikić Bojana, Vukmanović Korina;

4.s3 razreda: Jelečević Vladimir, Milković Tea, Rezo Iva, Tokić Matej, Ugljarević Lorena;
Nastavnice Michaela Raff, mag.med.techn. i Sanja Višević, mag.med.techn.



DAN NARCISA

Humanitarna akcija povodom Dana narcisa u svrhu prevencije i ranoga otkrivanja raka dojke održana je u Osijeku, 26. ožujka 2022. godine, kod Pješačkoga mosta. Akcija je trajala od 10 do 12 sati. U organizaciji su sudjelovali: Gradska liga protiv raka, Zavod za javno zdravstvo Osječko - baranjske županije i Klub žena liječenih na dojci Mammae Osijek u suradnji s Kliničkim bolničkim centrom Osijek, Domom zdravlja Osječko – baranjske županije, IK Javor Osijek te predstavnicima Grada i Županije. Učenici i nastavnici Medicinske škole Osijek aktivno su se uključili u akciju. Građanima su darovali narcise i edukativne materijale



pozivajući ih da se pridruže aktivnosti „Hodanjem do zdravlja“. Rak dojke nije više najčešći zloćudni uzrok smrti kod žena u Hrvatskoj. Nalazi se na trećem mjestu, nakon raka pluća na prvom mjestu te kolorektalnoga raka na drugom mjestu. To je dijelom rezultat provedbe Nacionalnoga programa za rano otkrivanje raka dojke kao i sve bolje dijagnostike i liječenja raka dojke. Vrlo je važno rano otkrivanje bolesti jer

dijagnosticiranje u početnom stadiju ima značajne mogućnosti za izlječenje. Mamografski pregled preporučuje se ženama kao metoda prevencije, a omogućuje ranije otkrivanje karcinoma do dvije godine (prije nego tumor postane opipljiv). Kao dio programa žene u dobi od 50 do 69 godina primaju poziv za mamografski pregled svake dvije godine s ciljem što ranijega otkrivanja bolesti, većeg uspjeha liječenja, poboljšanja kvalitete života oboljelih te smanjenja smrtnosti. Dobro organiziran program ranoga otkrivanja i osiguranje kontrole kao i snažna politička i financijska potpora zasigurno će dovesti do još boljih rezultata.

BUDI NARCISA, PREGLEDAVAJ DOJKE!

Odlazak na redovite mamografske preglede spašava život!

U akciji su sudjelovali:

učenici 4. s1 razreda: Lea Barić, Anamarija Milković, Kristina Živaljić, Antonija Drmić, Katarina Korman, Valentina Pintarić i Tina Galinec

učenici 4. s2 razreda: Nina Skelac, Amelie Đakovac, Milica Todorović i Loris Zagvozda

učenici 4. s3 razreda: Stella Antonina, Lara Matošević, Marko Filaković, Keri Evelyn, Luka Haršanji, Vinko Balentić i Larisa Rosso

nastavnice: Marijana Nikolovski i Maja Rakin

Maja Rakin, mag.med.techn

BARIJATRIJSKA MEDICINA SUVREMENI KIRURŠKI PRISTUP U BORBI S PRETILOŠĆU

Barijatrijska kirurgija podrazumijeva operaciju želuca u svrhu mršavljenja i pomoći osobama koje imaju ekstremnu i prekomjernu tjelesnu težinu.

Osnovno načelo barijatrijske kirurgije je ograničiti unos hrane i smanjiti apsorpciju hrane u želucu i crijevima. Sveobuhvatni plan liječenja i barijatrijska kirurgija mogu djelovati kao učinkovit alat za dugoročno mršavljenje i povećanje kvalitete zdravlja. Pokazalo se da barijatrijska kirurgija pomaže poboljšati ili riješiti mnoga stanja povezana s pretilošću, poput dijabetesa tipa 2, visokoga krvnoga tlaka, srčanih bolesti i slično. Pojedinci koji poboljšavaju svoju težinu često uzimaju sve manje i manje lijekova za liječenje stanja povezanih s pretilošću. Zahvat je kontraindiciran u bolesnika s teškim stupnjem mentalne retardacije, u onih s nestabilnom koronarnom bolesti, uznapredovanom jetrenom bolesti, s portalnom hipertenzijom te drugim teškim kroničnim stanjima. U suradnji s Kliničkim bolničkim centrom Osijek, Zavodom za abdominalnu kirurgiju, u dogovoru sa strukovnim nastavnicama Ljiljanom Grdić mag. med. techn. i Viktorijom Ežbegović mag. med. techn., 28. ožujka 2022., posjetila nas je v. d. glavne sestre Odjela za barijatrijsku i minimalno invazivnu kirurgiju Marijana Lukačević univ. bacc. med. techn. Učenicima petih razreda, u dijelu programa predmeta Zdravstvena njega kirurških bolesnika - specijalna, održala je zanimljivo predavanje o barijatrijskoj kirurgiji.

OSCON KONGRES „Mind & Matter – living in the 21st century“

Po četvrti put, u Osijeku održao se znanstveni kongres studenata biomedicinskog područja i mladih liječnika. OSCON 2022 trajao je od 31. ožujka do 2. travnja 2022. na prostoru Stare pekare, Trg Vatroslava Lisinskog 11 u Osijeku. Radionica se odvijala na internacionalnoj razini na engleskom jeziku.

Stres, uzburbani način života, nezdrava prehrana i manjak kretanja postali su dio svakodnevice velikog dijela populacije u razvijenim zemljama. Upravo zato, tema ovogodišnjeg OSCON-a je “Mind & Matter - living in the 21st century” u prijevodu „Um i materija – živjeti u 21. stoljeću“.

Kao zdravstveni djelatnici suočeni smo s bolestima 21. stoljeća koje su preplavile medicinu - kardiovaskularne bolesti, dijabetes, debljina, karcinomi, kronične respiratorne bolesti, duševne bolesti. Veliki dio ovih nezaraznih bolesti može se izbjeći preventivnim mjerama, ranim otkrivanjem i postavljanjem dijagnoze, a ponajviše kontroliranjem rizičnih faktora kao što su pušenje, alkohol, prehrana i fizička neaktivnost. O izazovima modernog doba pričali su znanstvenici i stručnjaci tog područja, a kroz radionice sudionici su imali priliku svladati praktične vještine potrebne u svakodnevnom radu.



Nastavnici Milan Arambašić i Branimir Lončarić održali su dvije radionice s ukupno 45 studenata u petak 01.04.2022. od 15:00 do 18:00 h pod nazivom „How to become a successful Vampire“ u prijevodu „Kako postati uspješan vampir“ u kojoj su studentima medicine demonstrirali venepunkciju na modelu ruke sa silikonskim krvnim žilama. Nakon demonstracije studenti su mogli na modelu iskušati svoje vještine, a ako su bili dovoljno hrabri pružena im je prilika

međusobno si izvaditi krv. Velika većina studenata je uz malu pomoć uspješno odradila postupak vađenja krvi uz poštivanje svih načela asepse. Nakon radionice uz obostrano zadovoljstvo i evaluacijsku potvrdu kako se tražilo mjesto više za ovu radionicu već se dogovara nova suradnja koja bi bila sljedeće godine.

Cijeli kongres provodio se u skladu s epidemiološkim mjerama.

„Mens sana in corpore sano“

SVJETSKI DAN BORBE PROTIV PARKINSONOVE BOLESTI

Na današnji dan, 11. travnja, obilježava se Svjetski dan Parkinsonove bolesti. Ovaj datum je izabran kao spomen na obljetnicu rođenja poznatog engleskog liječnika Sir Jamesa Parkinsona, po kojem je bolest dobila ime te koji ju je prvi opisao u svom djelu „An Essay on the Shaking Palsy“. Parkinsonova bolest je progresivno degenerativno stanje, općenito okarakterizirano drhtanjem, usporenošću pokreta, ukočenošću te abnormalnostima držanja tijela. U svojem najozbiljnijem obliku, povezana je s dubokim fizičkim i mentalnim poremećajem. Etiologija i patofiziologija ove bolesti relativno je slabo shvaćena i dijagnoze se obično temelje na kliničkim obilježjima.

I ove godine naši medicinari sudjelovali su u programu obilježavanja dana borbe protiv Parkinsonove bolesti. Na Trgu slobode udruga bolesnika oboljelih od Parkinsonove bolesti „Buđenje“ uz svoj program sportskih aktivnosti te glazbenog nastupa RitmOS-a i poznatog osječkog glazbenika Igora Delača, učenice i učenici Medicinske škole Osijek, točnije medicinske sestre/tehničari opće njege mjerili su građanima vrijednosti glukoze u krvi te krvni tlak, dok su kolege fizioterapeuti radili masaže dlanova. Cijelo vrijeme trajanja programa učenici su dijelili tulipane i educirali građane o simptomima i ranom otkrivanju Parkinsonove bolesti te o važnosti rekreacije i svakodnevnog vježbanja. Aktivnosti mjerenja krvnog tlaka i glukoze u krvi trajale su od 16 do 18 sati, sveukupno mjerenjima je pristupilo 142 osobe (101 žena i 41 muškarac), od toga najviša vrijednost krvnog tlaka bila je 160/80 mmHg, dok je najviša vrijednost glukoze u krvi bila 20.3 mmol/L. Nakon završetka aktivnosti na Trgu slobode preselili smo se u kino Urania, gdje smo za građane pripremili film „Awakenings“ koji je počeo u 19 sati, uz besplatne kokice dobrodošlice.

Učenici 4.s1 razreda koji su sudjelovali u programu borbe protiv Parkinsonove bolesti: Valentina Pintarić, Kristina Živaljić, Mateo Hlevnjak, Zvonimir Rajčević, Katarina Korman te Marko Fabijanac. Od učenika 4.s3 razreda sudjelovali su: Nikola Agatić, Lana Nađ, Sara Sporčić, Ana Prodanović, Nives Perković, Dea Kopljar, Sara Marolin, Kristina Šandor i Iva Vukadin.

Nastavnici koji su sudjelovali u aktivnostima: Ivana Hardi, mag.med.techn., Branimir Lončarić mag.med.techn. i Luka Bačić bacc.med.techn.



SVJETSKI DAN PARKINSONOVE BOLESTI “LJUDI

BLISTAVOG UMA ZAROBLJENI U VLASTITOM TIJELU”

Svake godine 11. travnja, na rođendan engleskog liječnika Sir Jamesa Parkinsona, obilježava se Svjetski dan Parkinsonove bolesti. Parkinsonova bolest je kronični progresivni neurodegenerativni poremećaj središnjeg živčanog sustava pri kojemu dolazi do odumiranja stanica koje izlučuju dopamin. Bolest značajno smanjuje kvalitetu života oboljele osobe i utječe na obitelj i čitavu zajednicu. Svrha obilježavanja ovog dana je podizanje svijesti i znanja o uzrocima, simptomima i mogućnostima liječenja ovog važnog javnozdravstvenog problema. I ove je godine Udruga buđenje (udruga bolesnika oboljelih od Parkinsonove bolesti) pripremila bogat glazbeno-sportski program, kojim je obilježen dan Parkinsonove bolesti. Učenici 3.ft razreda, zajedno s nastavnicima Jagom Lucićem, Ivanom Marček i Željkom Milković, nakon pandemijskih godina ponovno su se priključili proslavi. Učenici su za sve članove udruge, ali i za zainteresirane prolaznike, pripremili masažu ruku i dlanova. Uz to, s oboljelima su pričali o važnosti tjelesne aktivnosti u liječenju i prevenciji raznih bolesti, pa tako i Parkinsonove bolesti. Zainteresiranih posjetitelja bilo je puno pa su učenici čak na 10 radilišta imali pune ruke posla. Najbolja nagrada su im bili zadovoljni posjetitelji i poziv da se pridružimo obilježavanju i dogodne.



NACIONALNI DAN HITNE MEDICINSKE SLUŽBE

U organizaciji Zavoda za hitnu medicinu Osječko - baranjske županije 30. travnja 2022. godine u Osijeku obilježen je Nacionalni dan hitne medicinske službe. Na Trgu Ante Starčevića predstavljena su vozila hitne pomoći i sanitetskoga prijevoza te prezentirana oprema i pomagala u hitnoj pomoći. Radnici Zavoda građanima su mjerili krvni tlak, saturaciju kisika u krvi i šećera u krvi te su ih savjetovali stručni zdravstveni radnici. Građani Osijeka okupili su se na Trgu te čestitali radnicima Dan hitne medicinske službe. Budući da učenici 4. razreda u zanimanju medicinska sestra opće njege / medicinski tehničar opće njege nisu mogli biti prisutni na Trgu, Nacionalni dan hitne medicinske službe obilježili smo 6. svibnja 2022. u kabinetu Hitnih medicinskih postupaka. Tamo smo prezentirali videozapise o hitnoj medicinskoj službi te demonstrirali i uvježbali vještine hitne medicinske pomoći, npr. osnovno održavanje života, zaustavljanje krvarenja i zbrinjavanje ozljeda te imobilizacija. Zavod za hitnu medicinu Osječko - baranjske županije obavlja djelatnosti hitne medicinske pomoći (45 timova) i sanitetskoga prijevoza (19 timova). Zavod ima ugovoreno i 5 timova za Prijavno - dojavnu jedinicu. Zavod raspolaže s 56 sanitetskih vozila od kojih je 18 za obavljanje rada hitne medicinske pomoći, a 38 za rad sanitetskoga prijevoza. Godišnje se u Zavodu ostvari oko 2, 3 milijuna kilometara. Osim toga, Zavod za hitnu medicinu Osječko - baranjske županije ima ugovorenih 19 timova sanitetskoga prijevoza raspoređenih u: Osijeku, Đakovu, Belom Manastiru, Valpovu, Donjem Miholjcu i Našicama. Učenici koji su sudjelovali u obilježavanju Nacionalnoga dana hitne medicinske službe su: Sara Kovačević, Zvonimir Rajčević, Mateja Mak, Katarina Korman, Antonia Drmić, Valentina Pintarić, Marko Fabijanac, Lara Jakab i Živaljić Kristina te nastavnici Maja Rakin i Marko Maceković

„U hitnoj službi svi zavisimo jedni od drugih i funkcioniramo kao tim koji 24 sata igra za sve naše građane i bori se da ne izgubi ni jednu utakmicu.“

Maja Rakin, magistra sestrinstva

FESTIVAL ZNANOSTI - PREDAVANJE O ORALNOM

ZDRAVLJU

3. svibnja 2022. godine, u pratnji profesorica Ivane Nemet, Valentine Kurevije, Ene Solin i Sare Keresteš, 3. razred laborantskog smjera sudjelovao je na Festivalu znanosti održanome na Fakultetu za dentalnu medicinu i zdravstvo gdje su slušali predavanje o oralnom zdravlju i higijeni.

Važnost oralnog zdravlja i oralne higijene leži u tome što u usnoj šupljini započinje probava, nastaje govor i nalaze se zubi koji, osim što imaju ulogu usitnjavanja hrane, čine naš osmijeh ljepšim. Osim što je održavanje higijene i zdravlja važno radi estetskog izgleda, važno je i zbog mikroorganizama koji se tamo nalaze. Dobre bakterije čine normalnu fiziološku floru dok one loše izazivaju infekcije i bolesti desni. Kako bismo spriječili nastanak i razmnožavanje loših

bakterija, na predavanju su predstavljene tablete koje u sebi imaju indikator za otkrivanje zubnih naslaga. Na taj način lako možemo provjeriti četkamo li naše zube pravilno. Također je predstavljena i vodica za ispiranje usta koja ima istu primjenu kao i tablete, a mogu ju koristiti i djeca starija od šest godina. Osim navedenih proizvoda koji su predstavljeni na predavanju, za oralno zdravlje i higijenu možemo brinuti tako da redovno peremo zube najmanje tri minute te redovno posjećujemo stomatologa. Važno je četkicu mijenjati svaka tri mjeseca zbog bakterija koje nastaju usred četkanja i poželjno je prostor između zuba čistiti zubnim koncem kako bi se očistili i oni komadići hrane koje četkica ne uspije očistiti. Stoga, u borbu za zdravlje i lijep osmijeh krenimo odmah.

Ivana Brkić i Ema Mustak, 3.1

FESTIVAL ZNANOSTI (2. do 7. svibnja 2022.)

Radionica: Život na kraju života

Festival znanosti je manifestacija kojoj je cilj približiti znanost javnosti, odnosno informirati javnost o aktivnostima i rezultatima u području znanosti, poboljšati javnu percepciju znanstvenika te motivirati mlade ljude za istraživanje i stjecanje novih znanja.

Glavna tema ovogodišnjeg festivala je ŽIVOT. Što je život? Kako prepoznati život? Ima li život cijenu? Kako omogućiti život? Ima li života poslije smrti? Kako živjeti bolje?

Kao dio ovogodišnjeg Festivala znanosti, u Medicinskoj školi Osijek, za učenike četvrtih razreda u obrazovnom programu medicinska sestra/medicinski tehničar, 3.5.2022. od 17 do 18 h u organizaciji nastavnice Mirjane Kralj te studenata i predstavnika Fakulteta za dentalnu medicinu i zdravstvo, održana je radionica "Život na kraju života". Polaznici su informirani o nužnosti očuvanja dostojanstva bolesnika na kraju života, sudjelovali u oblikovanju koncepta palijativne skrbi te promicanju holističkog pristupa bolesnicima.



MEĐUNARODNI DAN SESTRINSTVA - 12. SVIBNJA 2022.

Na dan 12. svibnja globalno se obilježava Međunarodni dan sestrinstva – medicinskih sestara/medicinskih tehničara. Kako je poznato, dan obilježavanja odabran je zbog datuma rođenja i sjećanja na čuvenu Florence Nightingale (1820-1910), utemeljiteljicu modernog sestrinstva, a koja je „sestrinsku slavu“ stekla, između ostalog, radeći godinu i pol dana u britanskoj vojnoj bolnici tijekom Krimskog rata (1853-56).



Obilježavanje ovog dana organizira se još od 1974. godine, a organizira ga Međunarodno vijeće medicinskih sestara (International Council of Nurses), asocijacija koja ove godine slavi 120. godišnjicu, a okuplja više od 130 nacionalnih udruga, među kojima je i

Hrvatska udruga medicinskih sestara. Slogan obilježavanja i ove godine ima isti početni dio: medicinske sestre – glas koji vodi, uz nastavak i osnovnu temu: ulaganje u sestrinstvo i poštivanje prava u ostvarivanju zdravlja za sve. Želja je time usmjeriti pažnju prema potrebi da se zaštiti, pruži podrška i naglasi važnost investiranja u sestrinsku profesiju, što bi ojačalo i zdravstvene sustave u cjelini.

Učenici četvrtih razreda Medicinske škole Osijek aktivno su se uključili u obilježavanje Međunarodnog dana sestrinstva mjerenjem krvnoga tlaka i određivanjem razine šećera u krvi građanima Osijeka. Akcija je održana na središnjem osječkom Trgu Ante Starčevića, u četvrtak, 12. svibnja od 9:00 do 12:00 sati. Učenici su evidentirali vrijednosti te uputili građane da se jave svojim obiteljskim liječnicima. Tijekom provođenja akcije učenici su podijelili građanima brošure o zvanju sestrinstva. Nastavnici Lončarić B., Hardi I. i Raff M., izradili su plakat na ovogodišnju temu obilježavanja Međunarodnog dana sestrinstva koji je predstavljen u holu naše škole, kao i na samom trgu tijekom provođenja akcije za naše građane.



U obilježavanju Međunarodnog Dana sestrinstva sudjelovali su učenici:

4.s1: Lea Barić, Emilia Tot, Ema Papak, Tea Zegnal, Leona Kopjar, Lara Jakab, Marko Fabijanac, Martina Pačak i Matej Gašpar.

4.s2: Lana Antunović, Bojana Nikić, Mia Ivančević, Filip Pepić, Martina Furjan, Patricija Bačić i Ana Andraković.

4.s3: Aleksandar Mudrinić, Marko Filaković, Stella Antonina, Kristina Šandor, Ana Pandurić, Laura Tot, Nikola Agatić, Tea Milković, Larisa Roso i Magdalena Jurić.

Nastavnici: Višević S., Grdić Lj., Bačić L., Čebihin M., Ežbegović V., Hardi I., Eršek Lj., Omrčen Z., Buljević AM., Kralj M., Arambašić M., Raff M., Tot-Vesić M., Lončarić B., Maras M., Jaman Galeković M., Debelić I.

„WORLD IBD DAY“ – SVJETSKI DAN UPALNIH BOLESTI

CRIJEVA

Pridružite se cijelom svijetu u organizaciji i poduprite aktivnost, kojom se zalažemo za podizanje svijesti o upalnim bolestima crijeva i poboljšanju kvalitete života oboljelih.

Neizmjerne smo ponosni što je i ove godine Medicinska škola Osijek sudjelovala u obilježavanju Svjetskog dana upalnih bolesti crijeva. Hvala profesorici Mirta Faktor i njezinoj učenici Dora Živković, 2. ft koja je napravila video i time se pridružila našoj kampanji podizanja svijesti o našim bolestima.

Stavite ljubičastu vrpču!

Ljubičasto za Svjetski dan upalnih bolesti crijeva!

#worldibdday2022 #colonos #osijek

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=4989414827823779&id=827200934045210

SVJETSKI DAN NEPUŠENJA 2022.

Svake godine 31. svibnja Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) i svjetski partneri obilježavaju Svjetski dan bez duhana (World No Tobacco Day). Godišnja kampanja prilika je da se podigne svijest o štetnim i smrtonosnim posljedicama korištenja duhana i izloženosti duhanskom dimu i prilika da se obeshrabri korištenje duhana u bilo kojem obliku.

Obilježavanje Svjetskog dana nepušenja inicirala je Svjetska zdravstvena organizacija (SZO) još 1987. godine. Svake je godine u fokusu određena tema vezana za štetnost duhanskih proizvoda, važnost prestanka pušenja ili utjecaj duhanskih proizvoda na određene bolesti i stanja kao i ostale rizike povezane s uporabom duhana.



Ove godine naglasak je obilježavanja Svjetskog dana nepušenja na zaštitu okoliša te se cijela kampanja događa pod naslovom „Duhana – prijatelj našem okolišu“. Kampanja je usmjerena na podizanje svijesti javnosti o utjecaju duhana na okoliš – od uzgoja, proizvodnje, distribucije i otpada.

Globalna kampanja 2022. ima za cilj podizanje svijesti javnosti o utjecaju proizvodnog procesa duhana na okoliš – od njegova uzgoja, proizvodnje i distribucije do štetnog otpada koji stvara. Ova kampanja također želi razotkriti pokušaje duhanske industrije kojima ona pokušava zavaravati javnost reklamirajući i



predstavljajući duhanske proizvode kao ekološki prihvatljive. Od početka do kraja, ciklus proizvodnje duhana izuzetno je štetan za okoliš. Onečišćenje zraka prvo je na što većina pomisli kada se spomene štetnost duhana, no štetni su učinci prisutni u svakom koraku lanca proizvodnje, što ovaj problem čini kompleksnim.

Svake se godine diljem svijeta uništi oko 3.5 milijuna hektara obradive zemlje te 200.000 hektara šuma zbog uzgoja duhana, što posljedično dovodi i do smanjenja kvalitete tla.

Duhanska industrija destruktivno utječe na klimatske promjene, odavno preopterećen ekosustav i osiromašene prirodne resurse. Proizvodnja duhana uzrokuje, na svjetskoj razini, pomanjkanje vode, fosilnih goriva i izvora metala. Više

od 30 000 požara godišnje u EU uzrokovano je djelovanjem cigareta.

4.5 trilijuna opušaka svake godine ne odlaže se u otpad na pravilan način čime se stvara oko 766 milijuna kilograma toksičnog otpada te se otpuštaju tisuće kemijskih spojeva u zrak, vodu i tlo. Filteri cigareta nisu biorazgradivi i predstavljaju veliku opasnost u vodenom ekosustavu. Pušači su postali svjesni svojeg okoliša te odabiru ekološki održivije proizvode, stoga ih je potrebno osvijestiti o „zelenim” marketinškim trikovima duhanske industrije koja plasira proizvode kao ekološki prihvatljive. Tim praksama pripada i čišćenje plaža od otpada te predstavljanje novih duhanskih proizvoda kao eko-prijateljskih kako bi se odvratila pažnja šire javnosti od činjenice kako je sama duhanska industrija iznimno nepovoljna za okoliš.

Kampanja za Svjetski dan nepušenja 2022. podsjeća vlade i vladajuće da promijene zakone. Potrebne su promjene koje će implementirati nove i osnažiti već postojeće propise te učiniti proizvođače duhanskih proizvoda odgovornima za ekološke štetne učinke i ekonomske troškove koji nastaju kao posljedica duhanskih otpadnih proizvoda. SZO također preporučuje da sve zemlje u potpunosti ukinu reklamiranje, promociju i pokroviteljstvo duhanskih proizvoda, uključujući i oglašavanje njihovog društveno odgovornog poslovanja kojima se pokušava zavarati javnost.

U subotu, 28. svibnja 2022. godine, od 10 do 13 sati na Trgu Ante Starčevića organizirana je javnozdravstvena akcija povodom Svjetskog dana nepušenja. U organizaciji i provedbi akcije sudjelovali su: Zavod za javno zdravstvo Osječko-baranjske županije, Gradska liga protiv raka te učenici i nastavnice Medicinske škole Osijek. Učenici i nastavnice Škole prikupljali su cigarete građana te su im za ugašene cigarete darovali jabuke i prigodne edukativne materijale. U akciji su sudjelovali učenici 4.s1 razreda: Marko Fabijanac, Leona Kopjar, Anela Považanj i Emilija Tot; učenice 4.s3 razreda: Sara Matošević, Laura Tot i Valentina Straka te nastavnice Branislava Laurović, mag.med.techn. i Marijana Jaman Galeković, mag.med.techn.



11. KONGRES HRVATSKE UDRUGE MEDICINSKIH SESTARA „SESTRINSTVO BEZ GRANICA“

Tradicionalno, svake se godine u Opatiji održava najveći kongres medicinskih sestara i tehničara s međunarodnim sudjelovanjem „Sestrinstvo bez granica“. Ovogodišnje teme kongresa



odabrane su prema interesu medicinskih sestara i tehničara u Hrvatskoj i svijetu. Na Kongresu se govorilo o utjecaju digitalizacije na sestrinsku profesiju, naprednoj sestrinskoj praksi, zakonskoj regulativi i obrazovanju medicinskih sestara te o medicinskim sestrama i tehničarima kao radnoj snazi. U plenarnom dijelu sudjelovali su predstavnici Svjetske zdravstvene organizacije (WHO), Međunarodnog vijeća medicinskih sestara (ICN) i Europskog udruženja medicinskih sestara (EFN).

Svojim radovima, kao doprinos cjeloživotnom učenju i promociji sestrinske prakse, Medicinsku školu Osijek predstavile su magistre sestrinstva:

Ivana Hardi: „Empatija kao socijalna kompetencija u zanimanju medicinska sestra/tehničar opće njege“. U pisanju istraživačkog rada sudjelovale su kolegice Ana-Marija Buljević i Zdenka Omrčen.

Sanja Višević i Ljiljana Eršek: „Učestalost provođenja tjelesne aktivnosti u trećoj životnoj dobi“ (e-poster).

Maja Rakin: „Primjena digitalnih alata u obrazovanju za zanimanje medicinska sestra opće njege/ medicinski tehničar opće njege“. U pisanju rada sudjelovala je kolegica Maja Carević. Svi radovi su uspješno prezentirani i pohvaljeni.



STEM PODRUČJE



27. HRVATSKOM SKUPU KEMIČARA I KEMIJSKIH INŽENJERA

Hrvatsko društvo kemijskih inženjera i tehnologa (HDKI) i [Hrvatsko kemijsko društvo \(HKD\)](#) svake dvije godine organiziraju Hrvatski skup kemičara i kemijskih inženjera.

Ove godine došao je red i na nas. Imale smo čast sudjelovati na 27. Hrvatskom skupu kemičara i kemijskih inženjera s međunarodnim sudjelovanjem te 5. Simpoziju V. Preloga, od 5. do 8. listopada 2021. u malom, ali neodoljivom hrvatskom gradu Veli Lošinj na otoku Lošinju.



Osnovni cilj Skupa je razvijati i promovirati znanstvenu, stručnu i nastavnu djelatnost na svim područjima čiste i primijenjene kemije te predstavljanje znanstvene i stručne djelatnosti iz područja kemije, kemijskog inženjerstva i srodnih znanstvenih disciplina s naglaskom na promicanje interdisciplinarnosti te primjenu znanosti u razvoju naprednih materijala, zaštiti okoliša i razvoju održivih tehnologija.

Skup je organiziran u sljedeće sekcije: kemija, materijali i nanotehnologija, zaštita okoliša i održivi razvoj, kemijsko inženjerstvo i biotehnologija, industrija i poduzetništvo te obrazovanje (na engleskom i hrvatskom jeziku).

Skup je bio i ostao mjesto na kojemu se prikazuju znanstvena dostignuća ostvarena tijekom dviju godina na sveučilištima i školama kao temeljnim nastavnim bazama, javnim znanstvenim institutima i u industriji – kako u Republici Hrvatskoj tako i u vodećim znanstvenim institucijama u svijetu. Okupljaju znanstvenike i stručnjake sa sveučilišta, istraživačkih instituta, škola i industrije iz Hrvatske i inozemstva. Izmjena iskustava, predstavljanje najnovijih dostignuća te predavanja koja održavaju i svjetski poznati znanstvenici najdjelotvorniji su način kako proširiti nova znanja, ideje i tehnologije te pomoći razvoju gospodarstva.

Hrvatski sastanci kemičara i kemijskih inženjera imaju dugu povijest istaknutih gostujućih znanstvenika i plenarnih predavača. Zadnjih 50 godina imali smo čast slušati predavanja mnogih laureata poput V. Preloga, R. Hubera, J.-M. Lehna, R. Ernesta, A. Yonatha i D.

Shechtmana, kao i drugih svjetski priznatih znanstvenika poput P.W. Atkinsa, G. Baldija, B. Delmona, B. Feringa, J. R. Flowera, G. F. Fromenta, L. Riekerta, D.W.T. Rippina, E.U. Schlundera, K. Schugerla, K.B. Wieberga, M. Zlokarnika i mnogih drugih. Naši istaknuti plenarni predavači bili su: R. Darton, R. Gani i J.M. Le Lann.



Nakon brojnih prijeđenih kilometara, dočeka nas je ponosan, visok i divan – Lošinj. Čaroban spoj zdravlja, kulture, gastronomije i miomirisa arhipelaga – „otok vitalnosti“. More visoke kakvoće i zrak prve kvalitete s više od 200 sunčanih dana godišnje te 1018 biljnih vrsta od kojih 939 pripada autohtonoj flori samo je još jedan „plus“ ovog skrivenog dragulja. Blaga mediteranska klima uz kombinaciju mirisa guste borove šume i ljekovitog bilja te aerosoli mora kreira jedinstvenu aromaterapiju u kojoj uživa Lošinjska EKO škola O.Š. „Maria Martinolića“, domaćin Obrazovnog dijela Skupa.



Kao pridružena manifestacija Skupu održana je Obrazovna sekcija pod vodstvom Olgice Martinis, više savjetnice za kemiju, Agencija za odgoj i obrazovanje i doc. dr. sc. Nenada Judaša, Sveučilišnog nastavnika na Kemijskom odsjeku PMF-a u Zagrebu.

Radionice i predavanja namijenjena su isključivo napretku nastavnog procesa temeljenom na ishodima i što zornijem doživljaju istoga ali i utvrđivanju samoprocjene ključnih kompetencija (didaktičko-metodičke, opće i predmetne) nastavnika u njihovu dosadašnjem usavršavanju i implementaciji koncepta odgoja i obrazovanja za održivi razvoj u školama.

Oplemenjene novim saznanjima te bogatije za proživljena i usvojena radna iskustva, pune entuzijazma i volje, vratismo se sretno na Zeleno polje!



Ivana Petric, prof. i Ivana Prus Wertheimer, prof.

KVADRATNA FUNKCIJA I STRING ART

Učenice i učenici 2.s3 razreda proučavajući kvadratnu funkciju i njezina svojstva, okušali su se u šivanju krivulja (string art). Ideja je bila iglom i koncem „zašiti“ graf kvadratne funkcije (parabolu) i stvoriti zanimljive oblike i uzorke. Neki su se po prvi puta susreli sa ovom tehnikom, neki već od prije znaju za string art ali svi se slažu – nisu znali da je u pozadini matematika. U šivanju iglom i koncem okušali su se i trojica mladića iz ovog razreda. Neki su po prvi puta držali iglu u ruci. Osim matematike, vježbali smo kreativno izražavanje, finu motoriku, povezivali naoko nespojive pojmove i usvajali nova znanja i vještine.

Začetnica ideje šivanja krivulja je Mary Everest Boole, samouka matematičarka. Njezin suprug, George Boole, izumitelj je booleove algebre koja je osnova modernih računalnih kalkucija i smatra se utemeljiteljem računalnih znanosti. Najznačajnije djelo Mary Boole je Filozofija i zabava algebre kojom se mlade ljude želi jednostavnim i zabavnim pristupom poučiti algebri i logičkom mišljenju. Smatrala je da se apstraktni pojmovi i koncepti (kojih u matematici ima mnoštvo) mogu bolje shvatiti koristeći se predmetima iz naše okoline (kamen, grančica, igla, konac...)





Budući da vrijeme brzo prođe kad se zabavljamo, jedan školski sat bio je pre malo za sve kreativne ideje koje su učenici imali. Svi se slažu da bi trebalo više ovako opuštajućih i zabavnih sati, ne samo matematike nego i ostalih predmeta.

Krešimir Fabijančić, prof.

FESTIVAL ZNANOSTI - KEMIJA

Festival znanosti je manifestacija koja se organizira s ciljem približavanja znanosti javnosti kroz informiranje o aktivnostima i rezultatima na području znanosti.

Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku organizator je ovoga festivala, a našu su Crvenu kockicu 2. svibnja 2022. posjetili voditeljica doc. Dr. sc. Ana Amić s odjela za kemiju, zajedno sa svojih nekoliko suradnika. Na edukativnom predavanju su prisustvovali učenici 2.f i 1.1 razreda uz pratnju profesorica Ivane Petric, Ivane Prus Wertheimer, Ivane Nemet i Gabrijele Roguljić, te kroz nekoliko pokusa u kojima su učenici i sami imali priliku sudjelovati, na vrlo zanimljiv način proširili svoje znanje o kemiji i njezinom prisustvu u svakodnevnom životu.



POSJET ODJELU ZA KEMIJU – DANI OTVORENIH VRATA

ODJELA ZA KEMIJU

Nakon duže stanke zbog pandemije korona virusa, učenici 1.s1 i 2.f razreda Medicinske škole Osijek, pod vodstvom Ivane Petric, prof. i Ivana Prus Wertheimer, prof. posjetili su Odjel za kemiju povodom Dana otvorenih vrata, 31. svibnja 2022. godine.



Profesori i studenti odjela za kemiju srdačno su nas dočekali. Pripremili su za nas zanimljive i korisne radionice kao i predavanja iz različitih grana kemije: opće, analitičke, anorganske, organske i fizikalne kemije. Učenici su obišli njihove laboratorije i promatrali, za njih, posebno pripremljene pokuse. Među zanimljivim pokusima možemo izdvojiti ekstrakciju DNA iz jagoda, ekstrakciju eteričnih ulja iz različitih biljaka, bojanje plamena, plavi plamen i mnoge druge pokuse. Učenici su i sami mogli napraviti jednostavan pokus izrade silikatnog vrta, što im se jako svidjelo.

Opći dojam nakon radionica i predavanja bio je izvrstan, kako naš tako i samih domaćina Odjela za kemiju koji su naše učenike proglasili najzainteresiranijom i najboljom skupinom sudionika. S obzirom na kvalitetno provedeno druženje i rad dogovorili da i sljedeće godine s učenicima posjetimo Odjel za kemiju povodom Festivala znanosti i Dana otvorenih vrata jer možda baš u nekome od njih leži budući „Profesor Baltazar“.

Ivana Petric, prof.



EUROPSKI TJEDAN PROGRAMIRANJA #CodeWeek

Europski tjedan programiranja je društvena inicijativa čiji je cilj na zabavan i angažirajući način učenicima približiti programiranje i digitalnu pismenost. Učenje programiranja pomaže nam shvatiti svijet oko sebe koji se brzo mijenja, proširiti svoje razumijevanje o načinu kako funkcionira tehnologija te nam pomaže razviti vještine i sposobnosti kako bismo istražili nove ideje i bili inovativni.



Europski su tjedan programiranja pokrenuli 2013. godine mladi savjetnici za Digitalnu agendu. Europski tjedan programiranja podupire i Europska komisija, koja je donijela cilj da, do 2020. godine, u aktivnostima programiranja sudjeluje 50 % svih škola u Europi. Tako je nedavne 2019. godine Europski tjedan programiranja okupio čak 4,2 milijuna ljudi u više od 80 zemalja diljem svijeta.

Učenici Medicinske škole i ove godine sudjelovali su u obilježavanju Europskog tjedna programiranja, koristeći online igru ToxiCode – Silent Teacher.



Silent Teacher je minimalistička igra u kojoj učenici početnici otkrivaju tajne kodiranja bez danih objašnjenja. Kroz nekoliko razina pitanja, igraču je zadatak otkriti pravila kodiranja i naučiti kodirati kroz svoje pogreške. Bez uputa, bez teksta, igraču se prvo postavljaju pitanja kao jednostavna aritmetika, zatim se postupno uvode u teže probleme. Cilj igre je prevladavanje mentalne barijere koju početnici često imaju pri pokušaju razumijevanja programiranja ili matematičkih jednadžbi.



U Europskom tjednu programiranja sudjelovali su učenici: 2.s1 razreda, 3.s3 razreda, 4.s1 razreda i nastavnici: Ivana Ukić, mag. med. techn., Marija Grgić, prof., Ana-Marija Buljević, mag. med. techn. i Zdenka Omrčen, mag. med. techn.



DAN PLANETA ZEMLJE

22. travnja posvećujemo Zemlji, s ciljem podizanja svijesti o problemima vezanim za globalno onečišćenje okoliša, ali i pronalaska najboljih rješenja za njegovu zaštitu.

Ovogodišnja tema Dana planeta Zemlje, „Investirajmo u naš planet“, ukazuje na posljedice klimatskih promjena i onečišćenja okoliša na Zemlji, koje gotovo svi primjećujemo i svjesni smo toga u nekoj mjeri, slušajući vijesti o onečišćenju zraka, osiromašenju tla, rijekama, morima i oceanima preplavljenim plastičnim otpadom, sječi šuma, ugroženosti životinjskih i biljnih vrsta, smanjenju bioraznolikost. Sve to naravno ima negativan utjecaj i na nas, na naše zdravlje i opću dobrobit.

Često smo u zabludi kako sami ne možemo ništa učiniti. Ali, svaka društvena promjena započinje od pojedinca te se nastavlja, raste i širi preko aktiviranja drugih pojedinaca, koji slijede dobre primjere brige o prirodi, planetu i svemu što ga nastanjuje. Budi taj pojedinac, slijedi dobre primjere i aktiviraj druge.

Mirela Grubišić, prof.

PROJEKTNE AKTIVNOSTI



MEDICINSKA ŠKOLA OSIJEK- ERASMUS + PROJEKT

„EMOJI“

U okviru natječaja Agencije za mobilnost i programe EU, u svibnju 2020., Medicinskoj školi Osijek odobren je Erasmus+ KA1 projekt usmjeren stručnom usavršavanju nastavnika u inozemstvu. Ovo je prvi samostalni Erasmus+ projekt Medicinske škole Osijek i na to smo iznimno ponosni. Nakon promišljanja o potrebama naše škole i mogućnosti napretka, oformili smo tim za mobilnost koji je zajedničkim snagama osmislio projekt „Explore Minds, Offer Joyous Ideas“, s akronimom EMOJI. Cilj je ovoga projekta usavršiti kompetencije koje će nastavnicima omogućiti kvalitetno upravljanje odgojno-obrazovnim procesom, uzimajući u obzir socio-emocionalne potrebe učenika te na taj način učenicima osigurati optimalno ostvarivanje vlastitih potencijala, istovremeno izgrađujući međuljudske odnose uzajamnog poštovanja i povjerenja. Ideja nam je bila potaknuti i nastavnike i učenike, kao i njihove roditelje, na razmišljanje i razgovor o tome kako se osjećaju, kako misli i osjećaji djeluju na njih i kako si mogu pomoći. Prilikom pripreme projekta željeli smo poboljšati kvalitetu mentalnog zdravlja, ni u snu nismo očekivali kako ćemo se zateći u ovakvoj situaciji koja potvrđuje važnost naših razmišljanja.

Projekt je započeo 1. rujna 2020. te smo odmah za tu jesen planirali mobilnosti, no situacija s pandemijom utjecala je i na naše aktivnosti. S obzirom da nismo mogli pohađati tečajeve, krenuli smo sa školskim aktivnostima- obilježili smo Svjetski dan mentalnog zdravlja, školu uredili motivirajućim porukama, provodili edukativne radionice i pohađali online edukacije o ovoj temi. Pripremali smo se za tečajeve, usavršavali jezične vještine, istraživali zemlje i gradove koje ćemo posjetiti. U razdoblju punom neizvjesnosti, zatvorenih granica i mjera zaštite, bili smo presretni kada se u proljeće 2021. realizirala prva mobilnost, nakon koje su krenule i ostale te je projekt mogao krenuti sa svojom pravom provedbom. Svi organizatori tečaja su bili za svaku pohvalu, susretljivi i spremni pomoći u organizaciji našeg sudjelovanja. S brojim stečenim novim znanjima, iskustvima, naučenim vještinama i sklopljenim prijateljstvima s nastavnicima iz cijele Europe, vraćale smo se s tečajeva spremne za primjenu toga u našim razredima i s našim kolegama. Sve naučeno implementirale smo u svakodnevni rad i na taj način obogatile svoju nastavu, satove razrednika, rad s roditeljima i individualni rad s učenicima. Svoja iskustva dijelile smo i s našim kolegama, na školskoj, ali i županijskoj razini. Započele smo i eTwinning projekt „EMOJI: Use EQ as a Clue“, koji je nastavak našeg dosadašnjeg rada na temi mentalnog zdravlja i radujemo se novim spoznajama koje će nam on donijeti. Provesti jedan Erasmus projekt u razdoblju pandemije bilo je vrlo izazovno, ali i osnažujuće za sve nas koji smo u njemu sudjelovali, kao i za naše učenike koji će rezultate ovog našeg rada vidjeti tijekom svog školovanja. Uložile smo puno truda, vremena, ideja i energije u sve aktivnosti koje smo provodile, sa snažnom misli vodiljom tijekom cijelog ovog Erasmus putovanja- Nema zdravlja bez mentalnog zdravlja. Iako se projekt približio kraju, on ne staje ovdje, nastavljamo primjenjivati naučeno, ali i imamo nove ideje za rast Erasmus priče Medicinske škole Osijek i u budućnosti.

Mirna Ilakovac, stručna suradnica psihologinja,

koordinatorica Erasmus+ projekta „EMOJI“,
Medicinska škola Osijek

Projektini tim:

Sanja Dravinski, ravnateljica

Mirna Ilakovac, psihologinja, koordinatorica projekta

Ivana Marček, mag.physioth.

Martina Tot Vesić, mag.med.techn.

Ana Azenić, prof.

Ana Rajković, prof.

Mirela Grubišić, prof.

Đurđica Radić, prof.

Anita Ivanković, prof.

Elena Džojić, prof.

Renata Gal, prof.

Marina Pilj Tomić, prof.

Maja Čebihin, mag.med.techn.

Vesna Albreht Mihaljević, nastavnica struke

EMOJI- Explore Minds, Offer Joyous Ideas - Erasmus+ K1 projekt -

Turska

U sklopu Erasmus+ K1 projekta EMOJI nastavnice strukovnih predmeta Vesna Albreht Mihaljević i Maja Čebihin sudjelovale su na tečaju „ Teaching and Communication in the Classroom“ koji se održavao od 12.04. – 21.04.2021. u Istanbulu (Turska). Tečaju su prisustvovali prosvjetni djelatnici različitih profila; iz Rumunjske, Litve i Slovenije.



Ciljevi edukacije usmjereni su ka poboljšavanju komunikacijskih vještina, teorijskih spoznaja vezanih za komunikaciju, te primjeni različitih nastavnih metoda koje potiču aktivno sudjelovanje učenika u nastavnom procesu. Dodanu vrijednost cijeloj edukaciji doprinijela je rasprava među sudionicima gdje su se navodili primjeri dobre prakse, odnosno poželjne komunikacije prilikom rješavanja nepoželjnih oblika ponašanja. Radionice koje su doprinijele ostvarenju ciljeva edukacije uključuju; Project based learning, Ice-breaking, Brain storming, Blended learning, Conflict resolution in the classroom, Thinking outside the box, Drama prevent bullying. Nove spoznaje, primjeri dobre prakse kao i razmjena iskustava

ostavili su pozitivan trag na naš profesionalni razvoj, koji će se ogledati i u daljnjem odgojno –

obrazovnom procesu naše škole. Tijekom boravka u Istanbulu imali smo priliku upoznati se sa njegovom bogatom povijesnom baštinom, koja se ogleda u velebnim zdanjima poput Sultan Ahmet palače (Aja Sofija), Topkapi Sarayi, Kula Galata, Dolmabahce palača, Grand Bazaar, Misir Carsisi (egipatska tržnica začina). Grad od 17 milijuna stanovnika očarao nas je bogatom poviješću, mnoštvom boja, okusa, mirisa te gostoljubivim i pristupačnim domaćinima. Ovo zasigurno nije zbogom Istanbulu, već pozdrav do skorog viđenja.



Mindfulness and Emotional Intelligence in Language Teaching (The English Language Centre, Brighton & Hove, UK)

Kada 1. kolovoza zamijenite temperaturu od 30°C onom od 20°C, velika je vjerojatnost da ste u Velikoj Britaniji i da vas vjetar u kosi podsjeća kako je Atlanski Ocean na +17° ipak nešto izazovniji od toplog Jadranskog mora na koje smo naviknuli u ovo doba godine.

„Mindfulness and Emotional Intelligence in Language Teaching” u organizaciji odgojno-obrazovne ustanove The English Language Centre u Brightonu tečaj je koji smo kolegica – profesorica engleskog i njemačkog jezika Renata Gal – i ja dugo i željno iščekivale. Jednako smo tako čvrsto vjerovala u njegovu realizaciju, usprkos izazovima koje je pandemija stavila pred sve putnike namjernike u gotovo svim zemljama svijeta.

U okviru Erasmus+ projekta Medicinske škole Osijek „EMOJI“ – Explore Minds, Offer Joyous Ideas (Nema zdravlja bez mentalnog zdravlja!), dana 2. kolovoza započele smo stručno usavršavanje u trajanju od dva tjedna na temu mindfulnessa i emocionalne inteligencije. Tečaj je vodio profesor-trener Lawrence Body, vrhunski stručnjak na ovome području koji je svoja znanja i vještine poučavanja mindfulnessa prilagodio nama poslavši nam prethodno upitnik o našim potrebama i očekivanjima vezanim za ovo zanimljivo područje koje je u obrazovnom sustavu Velike Britanije već pustilo svoje korijenje.

U prvome su nas danu prvoga tjedna dočekale mudrost i suosjećanje koje su nam predstavljene kao dva krila mindfulnessa i srž ovoga koncepta. Emocionalna se inteligencija nezaobilazno nadovezuje na ovu temu jer podrazumijeva ključ u razumijevanju procesa učenja i usvajanja znanja. Radionički tip bazi donosio zanimljiva kritičkog mišljenja, inteligencije, emocionalne opće dobrobiti za sve obrazovnog procesa. tečajem posvećena lepezi podrazumijeva psihičko i kreativno i emocionalno učile alate i načine kojima zdravlja valja osnaživati u maksimalnog potencijala razredne zajednice i kolektiva odgojno-obrazovne ustanove u cjelini.



Značajno je vrijeme posvećeno poučavanju o važnosti suradnje i kvalitetne komunikacije u zajednicama koje se bave odgojem i obrazovanjem adolescenata. Pod mentorstvom profesora koji je zapravo bio moderator u provođenju naših ideja, rješavale smo zamišljene konflikte bruseći komunikacijske vještine. Budući da mindfulness podrazumijeva svijest o tijelu u vremenu i prostoru, naša je obuka uključivala i dnevnu tjelesnu aktivnost te domaće zadaće kojima smo širile priču o mindfulnessu kako bismo otvorile prostor idejama koje će se realizirati pri povratku u naše prirodno okruženje.

Brighton nam je kao morski gradić ponudio puno zanimljivih pejzaža i kulisa za tehnike koje smo svakodnevno usvajale i u popodnevnim satima prakticirale: mindful walking (mindful hodanje), mindful movement (mindful pokret), mindful eating (mindful jedenje), mindful listening (mindful slušanje) i mindful meditation (mindful meditacija). Grad domaćin bio nam je vrlo zanimljiv, pun zelenila, a mi smo se obožavale izgubiti u njegovim parkovima koji kao oazice iskrsnu usred betona, kao i u brojnim knjižarama kada kapi kiše postanu jako uporne.

S našim smo profesorom posjetile i obližnje znamenitosti pa smo se četrdesetak minuta vozile do jedinstvenog mjesta, bijelih litica koje nose naziv Seven Sisters Country Park (East Sussex), a pružaju savršen okvir za mindfulness i povezivanje s prirodom. Na manje od pola sata od Brightona nalazi se još jedna prirodna ljepota – Devil's Dyke, udolina koja pruža divan vidik na zelene obronke i prostrane livade ukrašene stidljivim poljskim cvijećem. (P)osjetile smo i čaroliju jedne od najvećih misterija krajobraza Sussexa – čudesnu tvorevinu u travnatim brdima nazvanu The Long Man of Wilmington. Svi su nam ovi krajobrazi poslužili u vježbanju tehnika disanja i osvještavanja vlastitoga tijela ovdje i sada. Prema Empedoklovoj filozofiji o četiri osnovna elementa – vodi, vatri, zemlji i zraku (uz dodatak etera kao energiziranog zraka) – pod budnim okom profesora koji je tumačio povijest ljudske misli o ljepoti Zemlje na kojoj živimo, proučavale smo zanimljive detalje zemlje u koju smo doputovale i učile o kulturi i povijesti britanskoga naroda.



U svjetlu proučavanja kulturoloških elemenata Velike Britanije posjetile smo i Royal Pavilion u Brightonu – impozantnu ljetnu rezidenciju Georgea IV. koja odiše prožimanjem različitih kultura i neobičnom osobnošću kralja. Nedjelju i odmor od predavanja posvetile smo izletu u Greenwich i Cambridge. Vrlo živopisna tržnica Greenwicha bila nam je jednako zanimljiva kao i nulti meridijan koji nam je ponudio mogućnost da jednom nogom stojimo na zapadu, a drugom na istoku Zemlje. London nas je očarao svojom multikulturalnošću i posebnom energijom koju smo osjetile onoga trenutka kad smo nogom kročile u velegrad pun crvenih autobusa i crnih taksija. Visoko vijoreća zastava na Buckinghamskoj palači značila je da je Njeno Veličanstvo kod kuće pa smo se osjećale još svečanije i posebnije.

Cambridge nas je osvojio vrlo zanimljivom arhitekturom, impresivnom pričom o svom postanku i zanimljivostima iz 31 ustrojenog koledža u kompleksu. Žderač vremena (Corpus Clock), sat bez kazaljki i brojeva u kojemu tri



koncentrična prstena prikazuju sate, minute i sekunde, izvrsno se uklopio u ovo otmjeno okruženje. Sestra Newtonova stabla jabuke pod kojom je domislio zakonitosti gravitacije ponosno stoji u jednom od dvorišta Cambridgea. Glasoviti kafić The Eagle – u kojemu su 28. veljače 1953. Francis Crick i James Watson prvi put obznanili kako DNA nosi genetsku informaciju – bio je jedna od naših postaja. U crkvi Great St Mary's vidjele smo i najpoznatiji prijevod Biblije na svijetu – „The King James Bible“ (prvo izdanje iz 1611.) i nadivile se tipografiji ovoga rariteta.

Naša nam je britanska avantura odgovorila na brojna pitanja, ali također je mnoga ostavila otvorenima te nas pronalazak odgovora raduje i intrigira. Kada smo tog 13. kolovoza zaokružile priču, usustavile teme, razmijenile dojmove i pozdravile našega profesora koji je pred nas dva tjedna svakodnevno postavljao izazove i pratio naš napredak, osjetile smo kako se pune ideja, inspirirane i ponosne radujemo novoj školskoj godini i prilici da u praksi primijenimo sve naučeno.



EMOJI: Bullying and Cyberbullying, Porto

Sreći našoj nije bilo kraja kada je spiker na budimpeštanskoj zračnoj luci pozvao na ukrcaj putnike za Porto.

Svemir nam se smilovao, i pandemiji unatoč, naš projekt ide dalje. Naime, u okviru Erasmus+ projekta naše škole „EMOJI“ – Explore Minds, Offer Joyous Ideas profesorica Đurđica Radić i ja započele smo stručno usavršavanje na temu vršnjačkog nasilja, s naglaskom na ono u virtualnom svijetu. Petodnevni seminar održan je u organizaciji portugalske agencije „Learning Together“, uz sudjelovanje 20-ak, uglavnom nastavnika iz Rumunjske, Mađarske, Litve, Latvije, Španjolske, Poljske i naravno Hrvatske.

Seminar je stručno, zanimljivo, osluškujući bilo grupe, a s mjerom za naše individualne potrebe, vodio dr. Marco Lamas, cijenjeni trener poslovnih i komunikacijskih vještina.

Živimo u vremenu kada je virtualni svijet često prisutniji od onog stvarnoga, osobito u svakodnevici adolescenata. Uz sve dobrobiti tehnologije, na žalost česte su i zlorabice. Razvoj tehnologije doveo je i do promjena u načinima komuniciranja. Iako umreženi - povezani preko društvenih mreža, mladi ljudi često su „sami zajedno“. U tom okruženju, velike su mogućnosti i za vršnjačko nasilje, često pod okriljem anonimnosti što zlostavljačima daje dodatni prostor i slobodu. Pod pojmom cyberbullynga podrazumijeva se širenje laži preko interneta, preuzimanje lažnog identiteta, prijeteće i slanje uzbunjujućih poruka, objava fotografija kojima je cilj osramotiti nekoga na društvenim mrežama...

Kako bi prevencija bila uspješna, važno je da učitelji, roditelji i učenici postanu svjesni cyberbullynga, kao i nasilja među vršnjacima uopće.

Kroz radionički rad bavili smo se strategijama kako bismo pomogli djeci da steknu znanja i praktične vještine virtualne komunikacije na siguran i odgovoran način. Također, razgovaralo se i o pravnoj regulativi - prava i slobode djeteta zaštićeni su na razini cjelokupne međunarodne zajednice kroz Konvenciju o pravima djeteta.

Erasmus podrazumijeva i kulturnu dimenziju, a Porto nam je dao pregršt razloga za divljenje. Obiluje bogatom poviješću, nezaobilaznim turističkim atrakcijama, živom noćnom scenom (zaštitni znak: fado) i odličnom turističkom ponudom. Pijetao je simbol Portugala, pa tako i Porta. Prema legendi, pijetao je prvi donio vijest o oslobođenju grada od Maura kukurikajući u luci (porto = luka).



Porto (ili Oporto, kako ga zovu domaći) drugi je grad po veličini (oko 300 000 stanovnika) u Portugalu, dominira sjeverom države (provincija Norte). Smješten na rijeci Douro (zlato, u prijevodu) prati rijeku do ušća u Atlantski ocean (da, da... palo je oceansko kupanje). Rijeka dijeli grad na dva brežuljkasta dijela - Vila Nova de Gaia (poznat po vinskim podrumima) i Cais da Ribeira, najšareniji dio grada. Porto je grad s pričom, grad s dušom. Zrači jednostavnošću i

jedinstvenošću, što je prepoznao i UNESCO. Zovu ga „gradom mostova“ (6 mostova premošćuju Douro), a ovdje je gradio i slavni Eiffel. Ipak najpoznatiji je most Dom Luis I,

arhitekt je Eiffelov suradnik, pa je sličnost prepoznatljiva. Ljubitelji vina sigurno su pomislili i na porto – čuveno desertno vino koje se proizvodi u dolini rijeke Douro. Tripice su toliko popularne da su i stanovnici Porta dobili nadimak Tripeiros, tj. oni koji jedu tripice (istražite koja se herojska legenda krije iza ovoga). Čuveni je sendvič koji ima i svoj festival - francesinha (za mene nula bodova, prof. Radić mu je dala i drugu šansu), a bakalar spremaju na tisuću načina. Azulejos - plavo -bijeleg, a ponegdje i šarene, pločice ukrašavaju pročelja palača, crkava, stambenih zgrada, fontana, zaštitni su znak najljepšeg kolodvora -Sao Benta... dio su maurskog naslijeđa, neprocjenjivi dar portugalske povijesti i jedan od najljepših primjera umjetnosti Pirenejskog poluotoka.

Porto nam je dao vjetar u leđa, podsjetio kako je život lijep i kako putovanja daju smisao svemu. Znanja koja smo dobili na tečaju bit će putokaz za nove izazove koje pred nas stavlja vrijeme u kojem živimo. Divili smo se mostovima, slavili genij onih koji izgradiše



veličanstvene građevine, izgubili se u vrtlogu rijeke, ostali nijemi pred veličanstvenošću oceana...ali smijeh, sreću i veselje osjetili smo najviše zbog ljudi. Gdje god da idemo najljepše uspomene nosimo baš zbog dobrih ljudi, a Erasmus projekti idealna su prilika za širenje horizonata i krugova dobrote.

Obrigado Porto!

Đurđica Radić, prof.

Mirela Grubišić, prof.



Stress management in schools – Grčka, Kreta

„Obrazovanje je cjeloživotno putovanje čije se odredište širi kako putuješ.” Jim Stovall

S obzirom na činjenicu da je nemoguće isključiti učenje iz riječi putovanje, u okviru Erasmus+ projekta naše škole „EMOJI“ – Explore Minds, Offer Joyous Ideas, sudjelovale smo na strukturiranom tečaju na temu upravljanja stresom u školi. Budući da smo u vremenu pandemije, nesigurnosti, brige za naše zdravlje i zdravlje nama bliskih osoba, često izložene stresu, uputile smo se u avanturu zvanu Heraklion, bez stresa.

Na sedmodnevnom tečaju u organizaciji Life Long Learning Center OLOKLIROSI - Erasmus Learn, sudjelovalo je oko 40 nastavnika iz Španjolske, Litve, Rumunjske, Češke, Poljske, Slovačke i Hrvatske. Na prvom smo se susretu upoznali i predstavili škole iz kojih dolazimo te susreli one s kojima bismo voljeli surađivati u budućnosti.



Daljnje su aktivnosti bile vezane uz upoznavanje sebe i svjesnosti svojih riječi i postupaka prema sebi i drugima. Unaprijedile smo osobne i socijalne komunikacijske vještine te promišljale o cjeloživotnom učenju, sve to kako bismo razvile pozitivno ozračje u razredu.



Aktivno slušanje i asertivna komunikacija temeljne su metode kojima možemo postići nižu razinu stresa unutar razreda. Zbog toga smo vježbali uspostavljanje kontakta očima, koji nam je u današnjem vremenu prijeko potreban, kroz igru smo prošli sve faze nastanka grupe te osjećaje koji se tada pojavljuju (nesigurnost, uplašenost, neprihvaćenost i dr.) te vježbali postavljanje vlastitih granica i poštivanje tuđih.

Također, u miru i ljepoti šume Fourni blizu Arhanesa, naučili smo neke od tehnika mindfulnessa te promišljali o vlastitim ciljevima, snagama i vrijednostima.

Edukatori su se uistinu potrudili spojiti teoriju i praktični dio rada na naizgled nespojiv način. Posjetili smo Arheološki muzej u Heraklionu u kojem smo imali zadatak spoznati i prihvatiti različitost doživljaja muzejskih artefakata te iste te doživljaje povezati sa svakodnevnim životom.



Muzej nas je oduševio raznolikošću i brojnošću povijesnih artefakata, posebice onih iz vremena minojske kulture, a čije smo središte i posjetili u Knosu. Ljepota toga mjesta, spoznaja i svjesnost da stojimo na mjestu prve visoke europske civilizacije dala je draž našem putovanju i obrazovanju.

Kao što smo i napisale, nemoguće je isključiti učenje iz riječi putovanje, a mi smo, između ostaloga, naučile puno zanimljivih činjenica o njihovom načinu života i kulturi.

- Krećani ne staju pješacima na pješačkom prijelazu, ali staju pješacima u sred kružnog toka
- na Kreti postoji problem s pitkom vodom pa na krovovima imaju spremnike vode
- u svakom restoranu dobijete bocu vode koju ne naplaćuju
- trgovine rade svaka dva dana
- više ne razbijaju tanjure na zabavama jer im je to postalo skupo, sada bacaju maramice
- vrlo su gostoljubivi, uvijek dobijete u restoranu nešto gratis (raki, kolač i sl.).
- nisu minjonci već minojci :)
- tlo se na Kreti treslo, a nas dvije smo osjetile dva najjača potresa u zadnjih nekoliko desetaka godina :) odmah smo primijenile sve naučeno o stresnim situacijama :)



A što se tiče grada i njegove ljepote, neka naše fotografije svjedoče o njemu te neka vam budu poticaj upustiti se u različite avanture.

Ana Rajković, prof., Ana Azenić, prof.



Mindfulness & Meditation: Outdoor and Relaxing Education (Alicante, Spain), mobilnost „EMOJI“ projekta

Peta mobilnost u okviru Erasmus+ projekta Medicinske škole Osijek „EMOJI“ održala se od 10. listopada 2021. do 16. listopada 2021. godine u Alicanteu, Španjolska. Tema mobilnosti bila je: Mindfulness & Meditation: Outdoor and Relaxing Education. U mobilnosti su sudjelovale ravnateljica Medicinske škole Osijek Sanja Dravinski te Ivana Marček, mag. physioth. Ostali polaznici međunarodnoga tečaja dolazili su iz različitih europskih država: Belgija, Poljska, Italija, Mađarska, Srbija, Bugarska i Makedonija.



Edukacija je bila podijeljena na dva dijela. Dio aktivnosti održavao se na otvorenom prostoru, a drugi dio u predavaonici. U juturnjim satima organizirana je tjelovježba na plaži te prakticiranje različitih tehnika joge. Ostale aktivnosti provodile su se u dvorani kroz mindfulness predavanja i radionice. Između predavanja sudionici su bili uključeni u vođene meditacije. Licencirana instruktorka joge i voditeljica tečaja bila je Susane Medina.

Voditeljica je dala sve od sebe kako bismo pravilno odradili tjelovježbu i tehnike opuštanja te što bolje shvatili povezanost unutarnje snage i osobnih misli s doživljajem vanjskoga svijeta. Predavanja su bila sažeta i zanimljiva, prepuna videa, slika i ostalih materijala s temom mindfulnessa. Navodila su sudionike na promišljanje o svojim stavovima, pogledima na svijet, doživljajem samoga sebe, pozitivnom razmišljanju i očuvanju mentalnoga zdravlja. Uz predavanja održavale su se i brojne interaktivne radionice. Na konkretnim primjerima istražili smo reakcije ljudi na utjecaj okoline, utjecaj glazbe, hrane, zvuka i mirisa na naše unutarnje zadovoljstvo, izazivanje različitih emocija i prihvaćanje istih te doživljaj različitih životnih situacija bez osude, posebice bez osude prema sebi. Važna poruka edukacije bila je pronaći unutarnji mir i živjeti u skladu sa sobom. Predavačica je na skupinu polaznika uspjela prenijeti karizmu i duh onoga što primjenjuje i živi te je stvorena atmosfera povjerenja i sklada što je pridonijelo boljem dojmu o edukaciji.



Osim edukativnoga dijela, organizatori su se pobrinuli da nam tijekom mobilnosti ne nedostaje i ostalih zabavnih sadržaja te su nam organizirali razne kulturne sadržaje, npr. obilaske grada te upoznavanje predivne prirode i ljepote Alicantea. Od toga bih istaknula vožnju taksijem do



dvorca Svete Barbare od kojega se pruža pogled na grad i okolicu, posjet Arheološkom muzeju koji je uvršten u 15 najboljih u Europi, vožnju podzemnom željeznicom te izlet na piratski otok Tabarcu, otok koraljnih grebena, s bogatom poviješću te divnim plažama i toplim morem za kupanje i opuštanje. Za kraj druženja pripremili su nam escape room kako bismo provjerili snalažljivost i još bolje upoznali šarolikost Alicantea. Unatoč tomu što grad ima više od 300

000 stanovnika, zahvaljujući mnoštvu pridošlih stanovnika iz različitih dijelova Europe, čini se kao vrlo ugodan i prijateljski za sve ljude u njemu.

Sudionici tečaja imali su dovoljno vremena za upoznavanje, druženje, razgovor o novim, budućim projektima te razmjenu kontakata. Sedam dana proletjelo je nevjerojatnom brzinom i koliko nam je bilo teško napustiti tako divno okruženje i dobru ekipu, zadovoljstvo je bilo još veće zbog povratka jer ćemo imati priliku prenijeti naučeno kolegama i učenicima Medicinske škole Osijek. Toplina i čari Alicantea ipak će se zadržati malo duže u nama.

Ivana Marček, mag. physioth.

Erasmus+ „Emoji“- Social and emotional learning (sel) for successful schools

Na pretposljednju mobilnost u okviru našeg Erasmus+ projekta „EMOJI“, u predivnu Firencu, zaputile smo se nakon godinu dana pomicanja datuma i iščekivanja da se situacija oko pandemije primiri.



U organizaciji Europass Teacher Academy, pohađale smo tečaj „Social and Emotional Learning for Successful Schools koji se održavao od 14. do 19. ožujka 2022. S nama su tjedan dana radili, učili, dijelili svoja iskustva i primjere dobre prakse nastavnici, odgajatelji pa čak i jedan roditelj iz Litve, Rumunjske, Bugarske, Velike Britanije i Hrvatske. Trenerica Susan Gagliano rođena je Amerikanka, tako da su naše

usporedbe obrazovnih sustava išle i izvan okvira Europe.

Cijeli smo tjedan aktivno radile na utvrđivanju važnosti programa socio-emocionalnog učenja i poučavanja za cijelu školu i kako uvesti te programe u naše škole. Proučavali smo CASEL okvir, unutar kojeg smo razgovarali o važnim temama kao što su samosvijest, socijalna osviještenost, samoregulacija i samoupravljanje, odgovorno donošenje odluka, uspostavljanje dobrih socijalnih odnosa, komunikacijske vještine, itd. Raspravljali smo o načinima uključivanja obitelji i zajednice u učinkoviti rad škole i dijelili primjere dobre prakse iz naših škola. Vježbali smo tehnike disanja i tehnike usredotočene svjesnosti (mindfulnessa) koje možemo primijeniti u vlastitom radu. Kroz različite metode rada – rad u paru, rad u malim grupama, izlazak izvan učionice, korištenje aplikacija (Padlet, GooseChase i sl.) puno smo saznali jedni o drugima, što je doprinijelo odličnoj atmosferi te nas inspiriralo za upotrebu novih načina rada u našoj školi. Jedna od tema koja je bila prisutna u svakodnevnom radu je emocionalna inteligencija – kako osvijestiti emocije, prihvaćati i upravljati njima u školskom okruženju. Kroz praktična iskustva osvijestili smo važnost izgradnje psihološke otpornosti i osmišljavali aktivnosti za implementaciju u radu s učenicima. Uspoređivati načine rada, razmišljanja, iskustva i praksu sa sudionicima iz različitih dijelova Europe bilo je iznimno uzbudljivo i inspirirajuće iskustvo.



Nakon radnog dijela dana, popodneva smo provodili u otkrivanju predivne Firence, šetajući uz rijeku Arno i njene brojne mostove. Povijesni centar uvršten je na Unescov popis svjetske baštine; gotička katedrala Santa Maria del Fiore, Bazilika svetog Križa, Crkva sv. Lovre, galerija Ufizzi, trg Piazza della Signoria, Palazzo Vecchio, Piazzale Michelangelo – gdje god smo pogledale, dočekali su nas neki od najljepših prizora koje smo vidjele. Jedan dan proveli smo i u otkrivanju ljepota Toscanne, posjetili smo Pisu i njen slavni „kosi toranj“, Siennu koja nas je očarala te gradić San Gimignano iz kojeg se protežu pogledi na vinograde.

Sedam dana proletjelo je nevjerojatno brzo i došlo je vrijeme povratka u Osijek. Sve što smo naučile tijekom ovog tjedna pohađanja tečaja koristit će našoj svakodnevnoj praksi, a iskustvo sudjelovanja u Erasmus projektu ostaje zauvijek u našim srcima.

Martina Tot Vesić, mag.med.techn. i Mirna Ilakovac, stručna suradnica psihologinja



Erasmus+ „Emoji“- Mindfulness for teachers- a hands-on approach

Posljednja mobilnost u okviru našeg Erasmus+ projekta „EMOJI“ bila je Firenci u organizaciji Europass Teacher Academy. Od 21. do 26. ožujka pohađale smo tečaj „Mindfulness for Teachers- A Hands-on Approach“. Mindfulness poboljšava pažnju, koncentraciju, pamćenje, regulaciju osjećaja i ponašanja, spavanje, odnose s drugima, samopouzdanje te kvalitetu života što je dokazano u brojnim istraživanjima.



Podučavanje može biti vrlo stresan posao, ali mindfulness može poslužiti kao vrijedna metoda smanjenja stresa koji mnogi od nas doživljavaju tijekom školskih dana. Tim metodama nas je podučila naša trenerica Elena Manneli te su s nama radili i učili nastavnici iz Poljske, Španjolske i Mađarske.

Cilj tečaja je bio naučiti više o tome što je mindfulness i kako se najbolje može integrirati u naše škole. Mindfulness pomaže umiriti se, sabrati svoje misli i reagirati svjesnije u stresnim i izazovnim situacijama života. Uspostavili smo čvrste temelje o samostalnom prakticiranju mindfulnessa tijekom tečaja, te smo naučili kako nama i našim učenicima može pomoći unutar i izvan škole.

Prolazeći kroz različite aktivnosti doista smo iskusile sve dobrobiti mindfulnessa. Vježbe su vrlo jednostavne i kratke, neke su aktivne, a neke mirnije. Potrebno je samo usmjeriti pažnju na jednu stvar. Kada pažnja odluta, to ne znači da smo nešto pogriješili ili da je prestala vježba mindfulnessa. Primijetiti da je pažnja odlutala i vraćati pažnju ponovno na fokus jest mindfulness. Cilj je nastaviti s praksom u svakodnevnom životu te smanjiti stres radu u školi i privatno. Ustanovile smo kako razne aktivnosti mogu biti dio rada s učenicima i kako ih možemo prilagoditi različitim prilikama i okruženju. Sigurne smo kako će naši učenici uživati u tim aktivnostima i biti manje pod stresom oko



svojih obveza u školi jer mindfulness doista može osnažiti pojedince u prevladavanju svakodnevne brige. Divna okolnost tečaja su i nova poznanstva koja smo sklopili s ostalim sudionicima. Nastavnici su bili sjajni, te smo razgovarali i prenijeli svoja iskustva u radu u školama. Također smo naučile više o drugim obrazovnim sustavima te smo razmijenili primjere dobre prakse i kreativne ideje.

Nakon radnog dijela dana, popodneva smo provodili u obilasku i istraživanju Firence. Jedan dan proveli smo i u otkrivanju ljepota Toscare, te posjetili Pisu, Siennu te San Gimignano.

Iskustvo sudjelovanja u Erasmus+ projektu obogatilo nam je živote i naučilo nas puno više nego što smo očekivale.

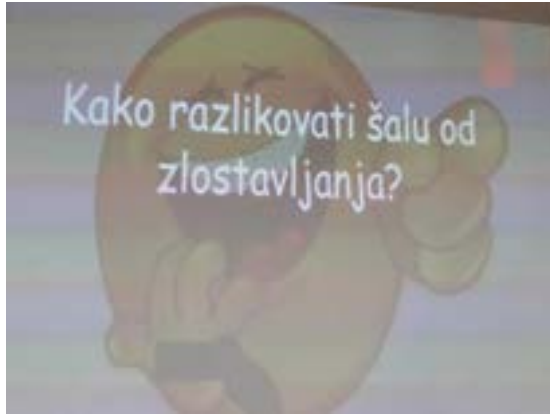
Anita Ivanković, prof. engleskog i njemačkog jezika i Elena Džojić, prof. engleskog i njemačkog jezika



DISEMINACIJA EMOJI PROJEKTA

Dan mentalnog zdravlja

U ponedjeljak, 11. listopada, prva dva nastavna sata 2.s2 i 1.ft nisu imali nastavu u svojim učionicama, sudjelovali su u šarenoj dvorani na kratkom predavanju i radionici posvećenoj



internetskom nasilju. U vremenu kada mladi provode sve više vremena uz svoje pametne uređaje, kada sve postaje virtualno, sve je više slučajeva vrijeđanja i omalovažavanja upravo na društvenim mrežama. Djeca i mladi se lako mogu naći u začaranom krugu vrijeđanja i omalovažavanja jer svatko na društvenim mrežama može pisati bilo što, pa i poruke neprimjerenog sadržaja. Zlostavljači se skrivaju, anonimni su ili imaju lažne profile.

Razgovaralo se o tome kako razlikovati šalu od vrijeđanja, što je zapravo internetsko nasilje, kako postupati u slučaju zlostavljanja, kome se obratiti za pomoć. Mladi često misle da su sami, srame se i skrivaju to što im se događa, bitno je posvijestiti im da postoje načini kako zaustaviti takve oblike nasilja. Uslijedila je vježba razlikovanja istinitog od lažnog podatka te druga u kojoj su posvijestili važnost razgovora i razmjene informacija uživo. Radionicu su vodile profesorica Mirela Grubišić i Đurđica Radić i dio je diseminacije njihovog stručnog usavršavanja s Erasmus+ projekta na kojemu su bile u rujnu. Naučile su puno podataka o nasilju u virtualnom svijetu, vježbale engleski jezik, razmjenjivale iskustva s nastavnicima iz devet europskih država i saznale puno o Portu i Portugalu. Bila je to prava škola za život i izvrstan primjer cjeloživotnog obrazovanja.

Mirela Grubišić, prof. i Đurđica Radić, prof.



Oснаžене znanjima i vještinama koje smo donijele iz Grčke, za učenike 2.s3 i 4.g razreda održale smo radionicu o smanjivanju ispitne anksioznosti pod naslovom „U mojoj glavi”.

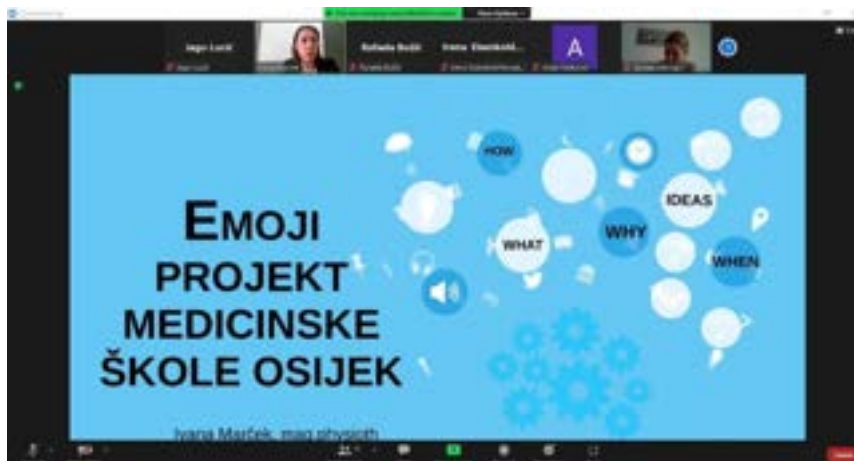


U interaktivnoj radionici osvijestili smo uzročnike ispitnog straha, utvrdili načine kako si učenici mogu pomoći za vrijeme učenja, prije ispita i za vrijeme ispita te tehnike kako negativnu misao pretvoriti u pozitivnu. Razgovarali smo o vještini učenja, organiziranosti učenja te ritualima koji učenicima pomažu da ispitno gradivo bolje i lakše zapamte.

Ana Azenić, prof. i Ana Rajković, prof.

Diseminacija na županijskim/međužupanijskim vijećima

1. Marina Pilj Tomić, Usredotočena svjesnost u nastavnom procesu. Stručni skup Županijskoga vijeća Osječko - baranjske županije za izvannastavne aktivnosti za osnovne i srednje škole te učeničke domove, 6. lipnja 2022.
2. Martina Tot Vesić: Iskustva provedbe Erasmus+ projekta „EMOJI“ u Medicinskoj školi Osijek, MŽSV Zdravstvo i socijalna skrb, 27.5.2022.
3. Ana Azenić: Erasmus protiv stresa ŽSV stručnih suradnika pedagoga OBŽ, 27.5.2022.
4. Ana Azenić: Erasmus protiv stresa, ŽSV učitelja razredne nastave OBŽ, 23.6.2022.
5. Ana Azenić: Pro (s)tresite prije upotrebe! Međužupanijski stručni skup učitelja razredne nastave, 29.8.2022.
6. Mirna Ilakovac: Iskustva provedbe Erasmus+ projekta „EMOJI“ u Medicinskoj školi Osijek, MŽSV stručnih suradnika psihologa i nastavnika psihologije u srednjim školama
7. Ana Azenić & Mirna Ilakovac: Tehnike ublažavanja stresa nastavnika i učenika, MŽSV Zdravstvo i socijalna skrb, 22.2.2022.
8. Mirela Grubišić: ŽSV nastavnika geografije, EMOJI projekt Medicinske škole Osijek - ”Obrigado Portugal”, 3.2. 2022.
9. Ivana Marček: MŽSV fizioteraputski tehničar/tehničarka, 30.1.2022. TEMA: Predstavljanje “EMOJI” projekta Medicinske škole Osijek
10. Renata Gal i Anita Ivanković: EMOJI - Mindfulness and Multiple Intelligences, predstavljanje projekta Medicinske škole Osijek i primjeri dobre prakse, ŽSV nastavnika engleskog jezika u strukovnim školama, 1. 7. 2022.



Mediji o Emoji projektu

[S gostima iz cijele Europe o kreativnosti i mentalnom zdravlju](#)

[Poboljšati kvalitetu mentalnog zdravlja](#)

[DNEVNIK 05.04.2021. Osječka televizija \(9:15 - 13:30\)](#)

ERASMUS + PROJEKT 4 TEEN- WRITING, ACTING AND PLAYING

Erasmus+ projekt 4TEEN: Writing, Acting and Playing započeo je u ožujku 2020. godine. Realizacija projektnih aktivnosti počela je u ljeto 2021. godine. zbog pandemije koronavirusa. Prvi transnacionalni sastanak održan je u Bukureštu, u Rumunjskoj, od 26. do 28. srpnja 2021. godine. Medicinsku školu Osijek predstavljale su: školska koordinatorka, Anita Ivanković, prof. i članica projektnoga tima, Mirela Grubišić, prof.



Na sastanku su bila nazočna dva člana projektnih timova škola partnera i četiri člana škole iz Rumunjske koja je i projektni koordinatorka. Sastanku nisu mogli prisustvovati članovi projektnoga tima škole iz Portugala jer nisu mogli putovati zbog ograničenja uzrokovanih epidemijom.



Tijekom radnoga dijela programa (sastanaka) predstavljene su organizacije i škole partneri u projektu, razgovaralo se o uspješno provedenom eTwinning projektu Bookland for Teens te su dogovorene aktivnosti, utvrđeni detalji mobilnosti i predstavljeni zadatci koji su dodijeljeni svim partnerima. Zadnjega dana, u neformalnom druženju i turističkom obilasku Bukurešta, prisutni su predstavnici razmjenjivali ideje i međusobno se upoznavali.



Početak rujna na put u Poljsku, u gradić Kutno, otišle su psihologinja, Mirna Ilakovac i pedagoginja, Nada Grujić Tomas. Sudjelovale su na prvoj zajedničkoj aktivnosti učenja i podučavanja Encouraging Social Inclusion at Schools: Good practices for the Implementation of Social Inclusion at School through Psychological - based Assumptions od 6. do 10. rujna 2021. godine.

Ovako su naše predstavnice opisale svoje iskustvo: Domaćini, partnerska škola iz Poljske, ugstili su nas u gradiću Kutno.



Grupa nastavnika sudionika tečaja bila je iz partnerskih škola u projektu iz Poljske, Portugala, Italije, Rumunjske, Turske, Makedonije i Hrvatske. Predavačice su bile iz partnerskoga instituta ITL iz Italije, psihoterapeutkinja dr. Zucchini Giulia i dr. Cinzia Cerami, profesorica glazbene umjetnosti.

Edukacija je bila usmjerena na učenike s različitim psihološkim poteškoćama, koje su često uzrok poteškoća u učenju i prilagodbi školskim zahtjevima. Aktivnosti su bile izuzetno interaktivne jer su se razmjenjivala iskustava sudionika i primjeri inkluzije. Različite škole (gimnazije i strukovne), različite poteškoće (domicilni učenici s psihofizičkim poteškoćama, izbjeglice s jezičnim, kulturološkim i drugim različitostima/poteškoćama) bile su tema naših međusobnih razgovora i razmjene ideja. Takav način rada omogućio nam je iznošenje vlastitih iskustava i stavova, što nam je omogućilo da se kao grupa nastavnika povežemo i još bolje radimo.

Snažna je poruka s ove edukacije svima koji rade s različitom djecom u školama: „Budućnost svijeta u mom je razredu danas.“ Možeš biti različit od drugih i biti zadovoljan sobom ili drugi ljudi mogu napraviti da se osjećaš različit u negativnom smislu.

Stvaranje zajednice koja uključuje različitost u emotivnom, kulturalnom i estetskom poimanju svijeta, zadatak je nastavnika koji rade s mladima.

Ovakve edukacije i kroz šarolikost grupe nastavnika i kroz obrađene teme stvaraju mogućnost razumijevanja i pronalaska ljepote u različitosti.

Erasmus projekti približavaju ljude jedne drugima uz puno razgovora na svim jezicima, uz puno smijeha i prekrasne izlete koje su nam domaćini pripremili. Divno iskustvo je bilo u školi u Zychlinu, obilazak učionica, kabineta, druženje s profesorima te upoznavanje gradonačelnika tog slatkog malog grada koji ima proizvodnju šećera i slatkiša.

Hvala domaćinima iz Poljske na ugodnom ozračju, finoj hrani i upoznavanju divnih poljskih gradova Toruna, Lodza i Plocka. Rijeka Visla pratila nas je kroz putovanje i pružala nezaboravne prizore. Osjećali smo se dobrodošlima i vidjeli prekrasne, povijesno značajne gradove Europe, uključujući i Varšavu i Katowice.



Krajem rujna došlo je vrijeme i za dugo očekivanu mobilnost s učenicima. Ovo je izvješće s mobilnosti u Trabzonu, u Turskoj:

Mobilnost „Art and sport in my life” provedena je od 27. rujna do 1. listopada 2021. u Trabzonu, u Turskoj, a u njoj su sudjelovali učenici: Marija Bunić, 4. f, Lorena Duvnjak 4. g i Jan Kandra, 3. s3, u pratnji profesorica Renate Gal i Gabrijele Roguljić.

Naša Škola domaćin, Ortahisar IMKB Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, pripremila je program u kojemu su se izmjenjivale sportske i kreativne aktivnosti te posjeti prirodnim i kulturno - povijesnim znamenitostima Trabzona i istoimene regije na obalama Crnoga mora.

„U 3 ujutro, večer sa subote na nedjelju, krenuli smo na naš zajednički, dugi put prema Trabzonu. Prvo smo se nekoliko sati vozili do glavnoga grada Mađarske, Budimpešte, gdje smo se ukrcali na prvi zrakoplov koji nas je odveo u Istanbul, na jednu od najvećih zračnih luka u Europi. Drugim zrakoplovom oko 15 i 30 došli u taj čuveni Trabzon. Čim smo sletjeli, već sam bio pun dojmova jer sam prvi put letio zrakoplovom i prebrodio još jedan strah.“ Jan



„Putovanje u Trabzon bilo je moje prvo veliko putovanje zrakoplovom u stranu državu. Bila sam uzbuđena i imala sam očekivanja od toga putovanja. Putovanje smo započeli ugodnom vožnjom kombijem do Budimpešte. Sve je prošlo bez ikakvih problema, prelazak granice i ukrcavanje u zrakoplov. Polijetanje je bilo zanimljivo i uživala sam u pogledu na oblake i pejzaže koje smo prelazili. Sve izgleda maleno s takvih visina.“ Marija

„U ponedjeljak ujutro zaputili smo se prema ženskoj školi. Vidjeli smo kako oni provode dane i kako škola nije određena za samo jedno područje, nego ima različitih programa u školi, od kuhara do kozmetičara. Kada smo završili s razgledavanjem, izašli smo van gdje su djevojke počele plesati i pjevati tradicionalne pjesme. Ja sam samo gledao dok me nisu povukle u kolo i tada se više nisam mogao izvući nego sam i ja zaplesao. Nakon plesanja i pjevanja ostali smo vani još neko vrijeme kako bi se djevojke mogle fotografirati s nama.“ Jan

„Atmosfera u školi je bila jako ugodna i pomalo sam se osjećala kao slavna osoba jer su mnoge djevojke dolazile želeći se fotografirati sa mnom. Na igralištu škole pokušala sam naučiti tradicionalne plesove koje su me djevojke iz Trabzona s entuzijazmom pokušale naučiti.“ Marija

„Posjet se završio glazbom i plesom učenica koje su nas pokušale naučiti svoj tradicionalni ples, a kako im mi ne bismo ostali dužni, smatrali smo prikladnim da i mi njima otplešemo jedno naše kolo u čemu su nam se one rado pridružile.“ Lorena





„U utorak ujutro otišli smo igrati tenis. Na teniskim igralištima podijelili smo se i igrali tko je s kime htio. Bilo je zabavno. Najzanimljivije mi je bilo igrati protiv jednoga od profesora iz Makedonije. Imali smo napet meč.“ Jan

„Nakon umaranja na tenisu ručali smo te posjetili predivnu špilju Cal. Nakon obilaska i brojnih napravljenih fotografija predivne špilje krenuli smo na večeru u restoran koji nam je pružio najbolji mogući pogled na cijeli Trabzon.“ Lorena



„Srijeda je započela aktivnošću koja je nazvana Marbling. Na njoj smo učili tradicionalni način slikanja pomoću kojega smo kasnije oslikali majice. Poslije ručka uputili smo se u Sumela samostan visoko u planini. Bio je to kršćanski samostan iz doba Osmanskoga Carstva čijoj je ljepoti pridonijela i magla koja ga okružuje i tako daje dozu misterioznosti, što je rezultiralo predivnim fotografijama.“ Lorena





„Četvrtak, pretposljednji, ujedno i moj najdraži dan, bio je jako zanimljiv. Ujutro smo išli u obilazak dvorca Zil Kale, građevini sličnoj Ružica gradu u Orahovici. Nakon toga smo otišli na ručak u jedan lijep restoran koji je bio iznad rijeke. Premda je planirani rafting trebao biti odgođen zbog lošeg vremena, ja sam bio jako zainteresiran za to iskustvo pa smo krenuli u



pregovore. Naš prijatelj Orhan rekao je da ne možemo ići ako se ne skupi dovoljan broj ljudi pa smo glasovali. Na kraju su gotovo svi podigli ruku samo zato što su vidjeli da ja želim ići i mogu im svima iskreno zahvaliti za to nezaboravno iskustvo. Lorena i ja sjedili smo u prvom redu u čamcu, tako da je sva voda koja je špricala išla ravno u nas. Lorena mi se prijetila osvetom kad dođemo na obalu jer sam ju uspio nagovoriti, ali unatoč tom smrzavanju, ja sam bio sretan što sam to učinio.“ Jan

„Četvrtak je bio dan koji smo svi s nestrpljenjem iščekivali budući da je to bio dan kada smo trebali ići na rafting. Činilo se kako od toga neće biti ništa, jer je vrijeme bilo loše. Uputili smo se u srednjovjekovni dvorac Zil Kale koji nas je oduševio pogledom na prirodu koja ga okružuje. Ručali smo u restoranu s pogledom na brzu rijeku i nakon toga se uputili do mjesta za rafting. Niska temperatura i kiša nisu spriječili one hrabre da uđu u čamac i okušaju se u toj adrenalinskoj aktivnosti. Voda je bila ledena, ali to naravno nije jedino po čemu ćemo zapamtiti rafting koji je bio jedno nezaboravno iskustvo.“ Lorena

„Rafting je svakako bio najuzbudljiviji dio putovanja. Adrenalin me cijelo vrijeme pucao i čak sam skočila dvaput u hladnu rijeku. Bilo je zabavno.“ Marija



„Petak, koji je ujedno bio i zadnji dan naše turske avanture (barem je trebao biti zadnji), započeo je obilaskom povijesnoga ženskoga samostana u kojemu se nalazi i muzej. Petak je obilježilo mnoštvo suza koje su tekle zbog rastanka s novostečenim prijateljima koji su nam se uvukli pod kožu.“ Lorena

„Zadnji dan je bio najtužniji, od početka dana sam plakala, baš kao i svi ostali. Na početku dana čitale su se kreativne priče, a zatim smo imali posjet „Girls manastiri“ koji ima čaroban pogled na Trabzon i Crno more. Na ručku su nam svečano uručene potvrde o mobilnosti te smo se, ispunjeni i dirnuti, oprostili s našim domaćinima.“ Marija

„Došlo je to zadnje jutro kada smo čitali priče koje smo napisali noć prije. Suze su krenule svima na oči. Priznat ću da sam tada još bio suzdržan. Nakon prvoga plakanja, otišli smo razgledati još jednu znamenitost gdje smo vidjeli i čudesnu panoramu grada. Otišli smo na naš zadnji zajednički ručak i kada smo se trebali oprostiti, krenula je pjesma Jasona Marza „I'm yours“. Iskreno ne znam zašto, ali ta me pjesma rasplakala i tu sam tek shvatio da je ova avantura gotova i da se moram vratiti u stvarnost. Pozdravio sam sve sa suzama u očima jer smo morali na taksí do aerodroma.“ Jan

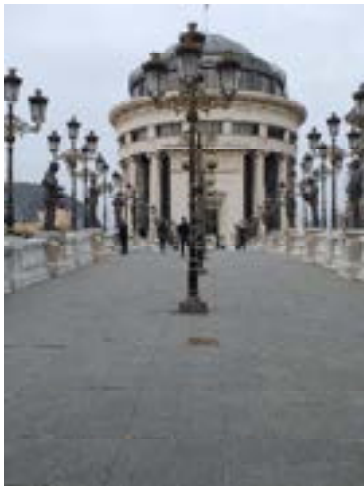


„Svaku večer završili smo druženjem s vršnjacima iz drugih država te je svatko naučio poneku novu riječ na stranom jeziku. Šest predivnih dana u Turskoj pamtit ćemo po predivnim mjestima, ukusnoj hrani, zanimljivoj kulturi i najvažnije od svega, prekrasnim novim poznanstvima.“ Lorena

„Drago mi je što smo se vratili, ali mi i dalje nedostaje Turska i ljudi koje sam upoznao. Htio bih još jednom dobiti takvu priliku i ljubomoran sam na ostale učenike koji su izabrani za ostale mobilnosti jer znam da će se provesti kao nikada u životu. U Turskoj sam mnogo naučio i imam priča za cijeli život. Zahvalan sam što sam dobio priliku da odem jer ovo nikada neću zaboraviti.“ Jan

„Tursku ću pamtit po predivnim restoranima, obilascima mjesta koja nose povijesnu važnost i ljudima koje ću pamtit cijeli život. Nisam znala da ću se s nekim toliko povezati u samo tjedan dana, ali jesam. Ipak smo mi svaku večer nakon završenih aktivnosti zajedno šetali ili u sobama igrali društvene igre. Nadam se da ću s nekim od njih ostati u kontaktu. Ovo putovanje proširilo mi je vidike, naučilo me i kako se nositi u stresnim situacijama te kako se služiti engleskim jezikom u svakodnevnom razgovoru. Moram svakako spomenuti i profesorice koje su nam bile podrška i sjajno društvo. Ovaj Projekt pružio mi je priliku upoznati različite ljude iz različitih sredina i različite kulture te shvatiti koliko smo svi slični unatoč našim različitostima. Turska je neponovljivo životno iskustvo i samo mogu reći da ću ju nositi u srcu i uspomenama dok ispijam čaj u Hrvatskoj u tradicionalnim turskim čašicama.“ Marija

Ubrzo nakon prve mobilnosti u Trabzonu, uslijedila je mobilnost u Prilepu, Sjevernoj Makedoniji. Dojmove o putovanju možete pročitati u njihovom izvješću.



Druga mobilnost učenika i nastavnika, naslovljena „The real ME through arts and sports“ održala se u makedonskom gradu Prilepu od 17. do 23. listopada. U njoj je, uz partnerske škole iz Turske, Rumunjske, Poljske, Makedonije i Portugala, sudjelovala i Medicinska škola Osijek. Predstavljali su ju učenici: Klara Ivković iz 2. da, Anja Veg iz 3. ft i Ante Soldo iz 4. g te Đurđica Radić, prof. i Ivanu Đerđ – Dunđerović, prof. Putovanje u Makedoniju započeli smo u nedjelju u 8 sati ujutro kada smo kombijem krenuli preko Srbije prema Prilepu. Vozili smo se 7 do 8 sati do Skopja, glavnoga grada Makedonije, koji smo odlučili kratko razgledati. Skopje je na mene ostavilo neobičan dojam zbog brojnih i izuzetno velikih kipova koji se nalaze u samome središtu. Oko 20 sati došli smo u Prilep i svjedočili slavlju u središtu grada jer su im baš tada završili državni izbori.

U ponedjeljak, nakon upoznavanja s ostalim sudionicima u obliku zanimljivih igara, posjetili smo Elektrotehničku školu Riste Risteski - Ričko koja je bila naš domaćin. Upoznali smo se s ravnateljicom škole te nas je ona zajedno s ostalim profesorima i učenicima provela kroz školu. Vidjeli smo njihove učionice za praktičnu nastavu, dvoranu, zbornicu i zajedničke prostorije.

Nakon ručka razgledali smo Prilep te u njemu posjetili dva vrlo zanimljiva muzeja; Arheološki muzej i Muzej duhana. U prvome smo vidjeli posuđe, nakit i brojne druge nalaze iz davne prošlosti Makedonije, a Muzej duhana oduševio me svojom unikatnošću. Vodič nam je ispričao brojne i zanimljive priče o duhanu, lulama, cigaretama, tabakerama i šibicama. Najhrabriji su probali užmrkati duhan (od mentola!) pomoću neobične naprave, a u posljednjoj vitrini ugledali smo i kutiju šibica koja je proizvedena u Tvornici žigica Drava, u Osijeku. Na kraju dana održana je internacionalna večer i svatko je predstavljao svoju državu. Plesali smo različite tradicionalne plesove. Ja sam gledala i snimala sve dok me jedna profesorica iz Rumunjske nije povukla u kolo i tada se više nisam mogla izvući.



prošlosti Makedonije, a Muzej duhana oduševio me svojom unikatnošću. Vodič nam je ispričao brojne i zanimljive priče o duhanu, lulama, cigaretama, tabakerama i šibicama. Najhrabriji su probali užmrkati duhan (od mentola!) pomoću neobične naprave, a u posljednjoj vitrini ugledali smo i kutiju šibica koja je proizvedena u Tvornici žigica Drava, u Osijeku. Na kraju dana održana je internacionalna večer i svatko je predstavljao svoju državu. Plesali smo različite

tradicionalne plesove. Ja sam gledala i snimala sve dok me jedna profesorica iz Rumunjske nije povukla u kolo i tada se više nisam mogla izvući.



Drugoga dana uputili smo se u Bitolu kako bismo ju razgledali, ali i izveli flash mob (to je skupna akcija u javnom prostoru koja se doima spontanom, ali je zapravo riječ o pripremljenoj i organiziranoj izvedbi u kojoj sudjeluje skupina ljudi kako bi prenijela određenu poruku) za koji smo se pripremali cijelo prijepodne. Prvo smo posjetili Nacionalni institut za zaštitu spomenika kulture i Muzej u Bitoli u kojemu se nalaze brojni eksponati iz bitolske povijesti, ali i spomen soba Mustafe Kemala Atatürka, osnivača moderne Turske koji je ostavio značajan trag i u povijesti ovoga grada. Nakon šetnje središtem Bitole, pronašli smo mjesto i za naš flash mob koji je uspješno prošao; igrali smo nogomet, održali predstavu, plesali tradicionalne plesove i prikazali plakat na temu diskriminacije. Nikada prije nisam sudjelovala u nečemu poput flash moba tako da mi je ovo bilo jedno od novih iskustava.



Srijeda je započela putovanjem u Ohrid, poznati turistički grad u Makedoniji koji se nalazi na prekrasnom Ohridskom jezeru, jednome od najvećih u Europi. Penjali smo se do crkve svetoga Jovana Kaneoa i vidjeli predivan pogled na jezero Ohrid čija dubina doseže čak 288 metara. U inspirativnom prostoru ohridskoga amfiteatra održali smo radionicu kreativnoga pisanja, a u ostatku dana uživali smo u ljepotama grada i prirode.



Četvrtak, preposljednji dan bio je dan za sport. Jutro smo započeli tjelovježbom i penjanjem na Markovu kulu. Do vrha nam je trebalo oko sat vremena, no svi smo bili sretni kada smo stigli na vrh. Pogled na Prilep je neopisiv. Nakon ručka i zasluženoga odmora uputili smo se u školu i tamo održali turnir u nogometu i odbojci. Timovi su imali članove iz svih država, a natjecateljska atmosfera bila je napeta. Iako je samo najbolji tim pobijedio, svi su se dobro zabavili.



Zadnji dan bio je najtužniji. Čitali smo pisma koja smo jedni drugima pisali. Suze su krenule svima na oči. Nakon što smo izradili e - book s pregledom svih aktivnosti, pozdravili smo se s našim prijateljima iz Turske koji su morali krenuti dan ranije. Poslije ručka otišli smo posjetiti još jedan grad, Kruševu. U Kruševu smo posjetili Memorijalni centar Toše Proeskovoga, popularnoga pjevača koji ovdje ima status nacionalnoga junaka, spomen obilježje Kruševske Republike te se prošetali gradom. Nakon povratka u hotel uručene su nam potvrde o sudjelovanju u mobilnosti. Zajedno s našim vršnjacima organizirali smo još jedno posljednje druženje prije odlaska iz Makedonije.



Makedoniju ću pamtit po predivnim uspomenama i ljudima koje sam tamo upoznala. Nisam mislila da ćemo se uspjeti toliko povezati u samo tjedan dana. Nakon obavljenih aktivnosti, svaku bismo večer završili druženjem s vršnjacima. Mnogo sam naučila u samo tjedan dana i voljela bih kada bi mi se opet pružila takva prilika. Zahvalna sam što sam imala mogućnost sudjelovati u Erasmusu+ projektu i ovo iskustvo pamtit ću cijeloga života.



Klara Ivković, 2. da

Nakon dvije održane mobilnosti, bilo je potrebno vrednovati dosadašnje aktivnosti Projekta i dogovoriti se o sljedećima. U Portugalu, u razdoblju od 8. do 10. studenoga 2021. godine, održao se drugi transnacionalni sastanak. Na sastanku su sudjelovale: Anita Ivković, prof., projektna koordinatorica i Mirela Grubišić, prof. Domaćin je bila partnerska škola iz maloga mjesta Torres Novas, koji se nalazi stotinjak kilometara sjeverno od Lisabona.

Na sastancima smo se osvrnuli na aktivnosti koje su do sada realizirane i na one koje nas očekuju. Domaćini dosadašnjih mobilnosti u Trabzonu (Turska) i Prilepu (Sjeverna Makedonija) prezentirali su događanja i iskustva provedenih aktivnosti u njihovim mjestima, istaknuli probleme i izazove organiziranja mobilnosti, osobito u kontekstu pandemijskih uvjeta. Naša sreća bila je bezgranična kada su svi dosadašnji domaćini izuzetno pohvalno govorili o sudjelovanju naših učenika. Naša djeca su pristojna, kulturna, uključiva, komunikativna,

izvršno se služe engleskim jezikom, suradljiva i spremna za sve aktivnosti. To smo znali i ranije, ali godi čuti i od kolega iz partnerskih škola.



Posebno korisne bile su smjernice namijenjene domaćinima mobilnosti koje tek slijede. Osim o mobilnostima, razgovaralo se i ostalim aktivnostima u Projektu. Tako su podijeljene dužnosti u tek započetom eTwinning projektu TeensAct4Art te se razgovaralo o dijelovima Projekta. Također, raspravljao se o vizualnom identitetu i prisutnosti Projekta na društvenim mrežama.

Slobodno vrijeme domaćini su nam učinili nezaboravnim. Divili smo se nevjerojatnim pejzažima, svjedočili bogatoj prošlosti Portugala, osobito Lisabona, upoznali ga kao kolonijalnu velesilu, ostajali bez daha u neopisivo čarobnim mjestima kao što su: Nazare, Sintra i Cascais i duhovno se obnovili u Fatimi - jednom od najpoznatijih katoličkih hodočasničkih odredišta. Posebno j emotivno bilo na najzapadnijoj europskoj (kontinentalnoj) točki, Cabo da Roci. Zaljubili smo se u sure stijene, divlje valove i neukrotivi vjetar.

Nažalost, rat u Ukrajini poremetio je planove o odlasku na mobilnosti koja se trebala održati u ožujku u Galatiju, gradu u Rumunjskoj. Mobilnost je održana, no sudjelovale su tek četiri partnerske škole. Ostale škole, kao ni Medicinska škola Osijek, nisu se usudile poslati učenike i nastavnike na mobilnost na samom početku ratnih sukoba.

U travnju se prema planu održala mobilnost u Medicinskoj školi Osijek R.A.P. Read, Act, Play. Od 4. do 8. travnja u Osijeku boravilo je 48 gostiju partnerskih škola iz: Rumunjske, Turske,

Italije, Sjeverne Makedonije, Poljske i Portugala. Nedostajali su samo učenici i nastavnici partnerske škole iz Trabzona.



Mobilnost se sastojala od aktivnosti vezanih uz temu projekta koje su se odvijale ili u školi ili na izletima. Tako smo prvi dan proveli upoznavajući škole partnere gdje su sudionici sami predstavili svoje škole. Mirta Faktor, prof. održala je radionicu dramskih vježbi, Acting Across Borders, nakon koje je Ana Azenić, prof. goste podučavala ples. Gosti su naravno razgledali i našu školu. Učenici 3. razreda smjer: medicinska sestra/medicinski tehničar opće njege u kabinetu prikazali su vještine koje usavršavaju, a učenici smjer: fizioterapeutske tehničar/fizioterapeutska tehničarka s gostima su vježbali ispred škole. Nakon zanimljivoga prijepodneva uslijedilo je razgledanje Tvrdje i središta Osijeka. Turistički vodič goste je detaljno upoznao s brojnim zanimljivostima našega grada. Pri razgledanju grada gosti su trebali izvršiti određene zadatke. Morali su glumiti, pjevati, pisati pjesme i recitirati kod za njih određenih gradskih znamenitosti. U tim su aktivnostima uživali su i dobro su se zabavili.



Utorak je bio dan za sportske aktivnosti u adrenalinskom parku u Dubokoj. Većina gostiju ispitala je svoje fizičke sposobnosti. Marina Pilj Tomić, prof. imala je radionicu face yoge za one malo manje hrabre, a Ivana Đerđ – Dunđerović, prof. svojim kvizom o sportskim uspjesima testirala je znanje sudionika. Taj dan još smo posjetili i Kuću panonskoga mora gdje smo upoznali geološku povijest našega kraja.



U srijedu gosti su sudjelovali u proslavi Dana škole i obilježavanju njenog 75. rođendana. Goste je oduševio program u dvorani, kao i mnogobrojne radionice, izložbe i predstave koje su razgledali, a u nekima i sudjelovali. Poslijepodne uputili smo se kompom do Zoološkoga vrta i uživali u prirodi i životinjama.



Četvrtak je bio dan nazvan Muddy buddy jer smo posjetili Karanac i Baranjsku kuću gdje su gosti razgledali Ulicu zaboravljenoga vremena i okušali se u pravljenju cigala od blata. Renata Gal, prof. održala je glumačku radionicu Let's(Det)Act. Zbog lošega vremena planirana



Olimpijada starih sportova nije održana, ali je zato bilo veselo navečer na zabavi. Počeli smo sa šetalicom koju su svi učenici sudionici izveli ispred Škole. Nastavili smo podjelom diploma svim sudionicima, a zatim je uslijedila zabava na

kojoj su se izmjenjivali hitovi država pri čemu su se učili novi plesni koraci i nove riječi pjesama koje su odabrali naši gosti.



Petak je bio dan za posjet našem Gradu Heroju. U Vukovaru gosti su posjetili Muzej vučedolske kulture te su se prošetali središtem grada i divili se snazi Dunava.



Gosti su bili izrazito zadovoljni našim gostoprimstvom tako da je na rastanku bilo i suza kao i obećanja da će se nova prijateljstva nastaviti uz pomoć društvenih mreža.

Samo mjesec dana poslije održana je i zadnja mobilnost u Rimu, u Italiji, u kojoj je sudjelovao do sada najveći broj sudionika iz Medicinske škole Osijek, tj. učenici koji su bili odabrani za mobilnost u Rumunjskoj, sada su činili tim za Italiju. Ovo su sudionici napisali o mobilnosti:

Od 9. do 13. svibnja kod naših domaćina Talijana razmjenjivali smo vještine, znanja i iskustva s partnerskim školama iz Makedonije, Rumunjske, Turske, Portugala i Poljske.

Zbog neodlaska na mobilnost u Rumunjskoj, Medicinsku školu Osijek predstavljalo je čak 10 učenika: Ivana Brkić, Ilaj Macura, Angela Penić, Iris Zelek, Vlatka Vizentaner i Melinda Torjanac te profesorice: Ana Azenić, Sanja Dravinski, Elena Džojić i Marina Pilj Tomić.

Naša je avantura započela na osječkom kolodvoru s kojega smo 8. svibnja u 8 sati ujutro krenuli put Zagreba, u Zračnu luku Franjo Tuđman s koje smo letjeli u Rim. Na našu žalost, let je kasnio čak sat vremena, no to je samo povećalo našu uzbuđenost i radost što ćemo napokon vidjeti sve prijatelje koje smo stekli na Erasmus + projektu ovdje u Osijeku. Naravno, to nije jedini razlog naše uzbuđenosti. Nismo mogli dočekati da dođemo u Rim i razgledamo taj predivni povijesni grad te naučimo više o njemu i o kulturi starih Rimljana.

Budući da smo u Rim stigli u 16 sati, već smo se prvoga dana mogli posvetiti istraživanju grada i njegovih znamenitosti. Odmah nas se dojmila Fontana di Trevi i živost oko nje jer je ona jedna od glavnih posebnosti Rima. Tamo smo se fotografirali i svatko je u fontanu ubacio novčić (naravno, desnom rukom preko lijevoga ramena, s leđima prema fontani). Nakon obilaska Fontane di Trevi zaputili smo se u hotel gdje smo razmjenjivali dojmove o prvom danu mobilnosti.

Ranojutarnje buđenje u ponedjeljak i okrepa slatkim doručkom najavila je vrlo zanimljiv dan. Naime, u Italiji će vas ujutro dočekati torte, kroasane, kuglofi i krofne, sve obilno punjeno čokoladom, marmeladom ili ukusnim kremama. Nakon doručka krenuli smo prema školi Plinio Senior uz pratnju Viole i Flavie, učenica spomenute škole koje su bile ljubazne doći po nas ujutro u hotel i praviti nam društvo na našoj prvoj jutarnjoj šetnji.



U školi smo se svi predstavili te međusobno upoznali, a mi smo ponosno pokazali svoju prezentaciju koja je bila lijepo prihvaćena zahvaljujući Vlatki koja ju je napravila. Učenici i njihovi profesori iz Hrvatske, Makedonije, Rumunjske, Turske, Portugala i Poljske pokazali su aktivnosti i iskustva svojih prethodnih mobilnosti, a domaćini Talijani dočekali su nas zanimljivim videouratkom dobrodošlice koji nas je sve do suza nasmijao. Nakon kratke pauze za kavu, vratili smo se u školu, gdje smo bili podijeljeni u grupe i započeli kreativnu radionicu. Svakoj je grupi ponuđena jedna znamenitost Rima koju je u sljedećim danima boravka u tom čudesnom gradu trebalo predstaviti idejom koju sami osmislimo.



U školskom smo botaničkom vrtu ručali te započeli šetnju srcem Rima. Bilo je lijepo, u pratnji naših domaćina, osjetiti ritam drevnoga grada, čuti različite jezike u vrevi ljudi i udahnuti nova iskustva. Posebno nas se dojmila Terazza del Pincio, mjesto u Rimu gdje „puca“ pogled na grad, zelenilo i građevine koje pričaju povijesnu priču epskih razmjera. Nakon četverosatne šetnje, otišli smo na večeru u Pizzeriu San Marino kako bismo kušali talijansku pizzu. Naša je večera začinjena romantičnim pljuskom koji je bio glazbena kulisa naše prve noći u Rimu. Poslije večere vrijeme smo proveli na hotelskoj terasi naših prijatelja Makedonaca, slušali pjesme i bolje se upoznali.

Musei Capitolini, izuzetno zanimljiv i poučan muzej, bio je naše prvo odredište u utorak ujutro. U muzeju smo mogli vidjeti razne zanimljive predmete, statue i skulpture, kao i poznatu skulpturu Romula i Rema, začetnika grada Rima. Tijekom šetnje muzejom ispričana nam je priča o nastanku Rima. Vidjeli smo i drevnu statuu Marka Aurelia na konju, dragocjenost na koju su Rimljani jako ponosni. U muzeju nam je za oko zapela i statua Meduze, čudovišne žene koja je, prema predaji iz grčke mitologije, samo jednim pogledom ljude pretvarala u kamen. Mi smo se ipak ohrabрили i fotografirali uz Meduzinu glavu punu gmižućih zmija.

Nakon razgledavanja muzeja prošetali smo Rimom te posjetili poznati Pantheon koji je na nas ostavio uistinu snažan dojam. U šetnji rimom na svakome koraku možete zastati i slušati priče o zanimljivim ljudima, velikanima i događajima vezanim uz grad. Na našim smo šetnjama često nailazili na zanimljive crkvice i iz gradske se buke i vreve sklanjali u mir svetih zidina, a posebno nas se dojmila Crkva Presvetoga Imena Isusovog, takozvana Crkva Gesu. Privukla nas je njena barokna fasada koja krasi trg Piazzu del Gesu na kojemu je smještena, kao i njen bogato uređen interijer.

Šetnja je završila ručkom u središtu Rima nakon kojega nas je naš domaćin, profesor Mimmo proveo gradom kako bismo obavili kratak ali sladak shopping i ponijeli u Hrvatsku uspomene i u našim torbama, a ne samo srcima. U hotel smo se zaputili podzemnom željeznicom, koja je u ovako velikom gradu, bila jedno posebno iskustvo. Naravno da smo se malo i zagubili, ali to se dogodilo samo zato da bi Ilaj mogao upoznati tri Talijanke, od kojih je s jednom i danas u kontaktu. Bile su ljubazne i susretljive pa su se s nama vozile dio puta kako bi nas uputile na kojoj stanici moramo izaći. Kada smo se vratili u hotel, družili smo se u našoj sobi 315 koja je bila najmanja, ali i najzabavnija, što je uskoro saznao i recepcionar nakon čijeg smo se ljubaznoga posjeta otuširali i zaspali kao bebe.



Srijedu smo započeli malo kasnije nego inače pa smo se uspjeli malo naspavati, iako je Angela prespavala sve svoje alarme za pranje kose. Nakon doručka posjetili smo muzej Mercati Traianei u kojemu smo se obradovali našoj vodički pravoga rimskoga imena, Livija, koja nas je prethodnoga dana vodila i muzejem Capitolini. Jednakim oduševljenjem i predanošću kao i prethodnoga dana, nastavila nam je pričati još povijesnih priča o brojnim vrednotama na koje su Rimljani ponosni.

Teška smo se srca rastali od ljubazne Livije, no čekao nas je park Colle Oppio gdje smo ručali i nastavili s aktivnostima od ponedjeljka, projektnim kreativnim zadatkom koji smo, svatko u svojoj grupi, osmišljavali okruženi predivnom prirodom. Osim što smo imali vremena završiti svoje priče, družili smo se i međusobno bolje upoznavali. Razmjenjivali smo ideje i zamisli te nadopunjavali jedni druge dok nam je priroda bila nadahnuće.

Nezaobilazni Michelangelov Mojsije očarao nas je u crkvi San Pietro u Vincoliju i nismo se mogli nadiviti vještini umjetnika koji je Mojsija u kamenu tako vjerno isklesao da se čini kako će svakoga trena ustati i prošetati crkvom. Jednako nam je dojmljivo bilo vidjeti okove svetoga Petra koji su u staklenoj škrinjici izloženi i istoj toj crkvi.

Poslastica dana bio je posjet Colosseumu i Palatinu kroz koje nas je u trosatnoj šetnji proveo izvrstan vodič, gospodin Edoardo Mannu. Prošetali smo kroz Fori Imperiali – ulicu koja na umjetan način dijeli Forum Romanum i Imperijalne forume. Priče, legende, misterije vezane uz

ova svjetski poznata mjesta posve su nas očarale. Gospodin Edoardo rođeni Rimljanin, zaljubljen u svoj grad i njegovu kulturu, bio je spreman odgovoriti na naša pitanja i nakon njegovih smo tumačenja o povijesti Rima, njegovoj kulturi i identitetu toga grada od nastanka do danas bili posve sigurni da ovo nije naš posljednji susret s ovim gigantskim gradom. Završivši s večerom u restoranu odmah pored Colosseuma, vratili smo se u hotel u koji smo pozvali naše prijatelje Talijane s kojima smo se na hotelskoj terasi družili uz smijeh i glazbu.

Četvrtak nismo htjeli započeti jer je on značio rastanak od ovoga divnoga grada i ljudi u njemu. Iako smo u sebi plakali, naša su lica kao i svakoga dana bila nasmijana, a glasnice raspjevane. Odmah nakon doručka naši su domaćini došli po nas u hotel kako bismo zajedno otišli u školu dovršiti i predstaviti svoje radove i prezentacije o znamenitostima Rima.

Svaka je skupina predstavila svoj rad, a svi smo zajedno mogli uživati u pregledu cijeloga tjedna kroz priče i crteže, snimke i fotografije naše rimske avanture. Ručali smo te imali završnu ceremoniju na kojoj smo dobili diplome. Domaćini su u sklopu završne ceremonije za nas pripremili glazbenu poslasticu, koncert pod nazivom „Preludiando e Improvvisando da Bach al... 900“ na kojem smo poslušali 10 skladbi na klaviru u izvedbi učenika škole. Ovaj nas je koncert pripremio na rastanak i dotaknuo nam dušu jer je glazba najbolji način za izražavanje proživljavanje osjećaja koji su nas u tim trenucima preplavili.



Na našoj posljednjoj zajedničkoj večeri uživali smo u hrani, zabavljali se i smijehom tjerali misli o rastanku koji je bio sve bliže. Najviše smo se zblížili s našim domaćinima Talijanima s kojima smo nakon večere nastavili druženje na terasi hotela. Kada smo se uistinu rastali, u sobi smo pročitali pisma koja su nam prijatelji napisali pa smo tu posljednju noć u Rimu uplakani otišli u krevet.

Petak smo započeli tužni i nateknutih očiju zbog odlaska, ali i radosni jer se puni priča i dojmova vraćamo svome gradu i svojim obiteljima. Probudili smo se u 7 sati kako bismo pozdravili naše prijatelje koji su odlazili u isto vrijeme kada

i mi. U 11 sati krenuli smo u zračnu luku s koje smo se prije pet dana dovezli u hotel. Tamo smo se susreli s Makedoncima i s njima zadnji put pozdravili. U redu za let u Zagreb susreli smo i tenisača Marina Čilića te smo ga zamolili za zajedničku fotografiju.

Putem kući sređivali smo dojmove o gradu koji ćemo pamtili po ljubaznim domaćinima, izvrsnoj hrani, predivnim građevinama, anegdotama i neobičnostima kakvih se samo u Rimu može naći, a jedna je od njih kalendar s najzgodnijim svećenicima za 2023. godinu. Što smo se više udaljavali od Rima, to nam je postajalo jasnije da ćemo se ovome gradu sigurno vraćati jer je u našim srcima našao posebno mjesto.

Mobilnost u Rimu bila je i zadnja predviđena mobilnost, na žalost naših učenika i projektnoga tima.

Još jedna aktivnost Projekta, naziva „Conversation Guide“, je završena, a sastojala se od izrade online priručnika u kojem su po kategorijama napisane riječi, fraze i izrazi potrebni za razgovor u raznim životnim situacijama. Sve riječi, fraze i izrazi prevedeni su na sve jezike zemalja partnera u Projektu.

Projekt se nastavlja i u prvom polugodištu sljedeće školske godine. Njegovu vrijednost najbolje je opisala Mirela Grubišić, prof., „Erasmus projekti prilika su da zavirimo i u „tuđe“ svjetove, osvijestimo koliko smo slični, kako imamo iste radosti i tuge, koliko je naša zajednička domovina Zemlja krasna na svim razinama i kako, u stvari, malo treba da budemo sretni.“

Sve o ovom Projektu možete pročitati na web stranici Medicinske škole Osijek : http://www.ss-medicinska-os.skole.hr/projekti_nase_skole/4t-wap, a o svakoj pojedinoj aktivnosti ili mobilnosti možete detaljnije pročitati i pogledati fotografije u izborniku Projekta.

Anita Ivanković, projektna koordinatorica.

KONFERENCIJA "EDUKACIJA, OSNAŽIVANJE, INTEGRACIJA- INSPIRACIJA"

Učenice 3.ft razreda Anja Veg i Marina Volmut te profesoricu Đurđica Radić imale su čast 5. rujna 2021. predstavljati Medicinsku školu Osijek na završnom predavanju projekta "Edukacijom do bolje integracije". Susret je bio upriličen u Nadbiskupijskom pastoralnom centru u Zagrebu, a projekt su provodili Isusovačka služba za izbjeglice, Inicijativa- centar za edukaciju i Obrtničko učilište- ustanova za obrazovanje odraslih. Osnovni cilj projekta bio je obrazovanjem povećati integraciju azilanata u društvu.

Polaznici su učili hrvatski i engleski jezik te struku- teorijski i praktično. A praksa se odvijala u stvarnim poslovnim prostorima. Uz njih je cijelo vrijeme bila skupina stručnjaka: socijalni mentor, prevoditelj i kulturni medijator, nastavnik hrvatskog jezika i struke. Od ukupnog broja polaznika 42% steklo je diplomu i danas je zaposleno.

Drugi dio predavanja odnosio se na predstavljanje projekta „CHANGE: promisli, susretni, djeluj, promijeni“ koji potiče uključivo obrazovanje učenika i razvoj kritičkog mišljenja o doprinosu migranata i izbjeglica društvu kroz susret s mladim migrantima. Cilj je izgradnja inkluzivnog društva, mobiliziranjem mreže škola diljem Europe, poticanje mladih na djelovanje, naučiti učenike razlikovati činjenice od mišljenja, naučiti ih prepoznati propagandu i govor mržnje. Klimatske promjene su sve dramatičnije i svatko od nas može postati migrant, to jasno svi trebamo osvijestiti. Granice, ako to želimo, možemo obrazovanjem pretvarati u mjesta susreta. Medicinska škola Osijek rado postaje dio ovakvog projekta jer on doprinosi razvoju inkluzivne Europe.

Đurđica Radić, prof.



MATURANTI KOJI ŽELE PROMJENE

Učenici Lorena Duvnjak i Ante Soldo sudjelovali su krajem prošle školske godine na dvodnevnoj konferenciji I ja sam važan, u sklopu Erasmus+ projekta za mlade Znam i utjecem, a u organizaciji Svjetskog saveza mladih. Sve što trebate znati o toj aktivnosti i o njima kao mladim aktivistima pročitajte u zanimljivom [članku](#).

<https://mimladi.hr/2021/09/04/intervju-sa-sudionicima-projekta-znam-i-utjecem/?fbclid=IwAR16nCuqfkfmkt7XZwtRPfHLC39mIhfo4eZtIapw2fXjHqIUXYMDqeWcqhQ>

Poznata je izreka da na mladima svijet ostaje, no samo uključivanjem u donošenjem odluka u svojim mjestima, upoznavanjem sa svojim građanskim pravima i mogućnostima, povezivanjem s donositeljima odluka i pokušajem suradnje i dijaloga s njima može se nešto zaista promijeniti. Političari su skupina koju ljudi u našem društvu najviše kritiziraju, sve rasprave uglavnom završe da je stanje takvo i da se ništa ne može promijeniti. I dok većina tako razmišlja zaista se i neće promijeniti. Mladi su često apolitični, na izbore i sudjelovanje u njima rezignirano odmahuju rukom, no stvarne promjene može donijeti samo propitivanje i sudjelovanje. Lorena i Ante primjer su građanskog aktivizma mladih.

Đurđica Radić, prof.

ALUMNI SASTANAK ŠKOLSKIH TIMOVA

U Zadru je od 24. do 26. rujna u organizaciji Mreže mladih Hrvatske održan sastanak školskih timova koji provode EU dijalog s učenicima. Medicinsku školu Osijek predstavljali su učenici Lara Miler i Matej Glavaš iz 3. ft te profesorice Mirela Grubišić i Đurđica Radić. Cilj je sastanka jačanje kompetencija Vijeća učenika i razvijanje učeničkog aktivizma, razmjena ideja i



umrežavanje školskih timova s mogućnošću buduće suradnje.

Učenici su na zanimljiv način, ilustrirajući bijele majice, predstavljali svoje škole, školske projekte, izvannastavne aktivnosti, sudjelovanje s lokalnim udrugama, uključivanje u lokalne zajednice. Zanimljivi i dinamični voditelji upoznali su ih s mogućnostima Erasmus+ projekata za mlade i mogućnostima uključenja. Neizostavan je bio razgovor o preprekama koje je donijela situacija s koronom, napravljene su preporuke za donositelje odluka i planovi za sljedeće aktivnosti.

Đurđica Radić, prof.

KONFERENCIJA O BUDUĆNOSTI EUROPE: MLADI I BUDUĆNOST IT INDUSTRIJE

S obzirom da je Medicinska škola ambasador Europskoga parlamenta nismo propustili priliku sudjelovati na Konferenciji o budućnosti Europe. U sklopu projekta Ured Europskog parlamenta u Hrvatskoj organizira tematske rasprave u 10 sveučilišnih gradova, a u Osijeku se razgovaralo o mladima i budućnosti IT industrije.



Zastupnik u Europskom parlamentu Karlo Ressler, zamjenik župana Josip Miletić, gradonačelnik Ivan Radić i prorektorica Farkaš samo su neki od sudionika Konferencije. Naši učenici, koji su kasnije sudjelovali u interaktivnoj radionici, bili su u pratnji ravnateljice Sanje Dravinski i profesorice Mirele Grubišić.

Za one koji žele znati više (mi, mi!) na fakultetu agrobiotehničkih znanosti održano je predavanje na temu proglašenja novog UNESCO rezervata biosfere Mura-Drava- Dunav, prvog na svijetu koji se proteže kroz pet zemalja. Novi UNESCO 5-državni rezervat biosfere Mura-Drava-Dunav (TBR MDD) povezuje pet pojedinačnih rezervata biosfere te 13 većih zaštićenih područja što ga čini najvećom povezanom mrežom zaštite riječnih ekosustava. T. Na konferenciji je sudjelovala Biljana Borzan, hrvatska zastupnica u Europskom parlamentu.

Mirela Grubišić, prof.



ČITATELJSKI IZAZOVI 2021. U MJESECU HRVATSKE

KNJIGE 2021.



eTwinning projekt Čitateljski izazovi 2021. realiziran je u školskoj knjižnici Medicinske škole Osijek tijekom obilježavanja Mjeseca hrvatske knjige od 15. listopada do 15. studenog 2021. u šk. god. 2021./2022.

U ovom projektu sudjelovali su članovi

Čitateljskoga kluba Proliteris: Tena Popović (3.ft), Lea Horvat (3.ft), Nia Jakopec (1.ft), Jelena Grgić (1.ft), Katja Kuric (1.ft), Lorena Bošnjak (3.ft), Anđela Marinković (3.ft), Lea Škorvaga (1.s1), Stefan Ružičić (1.s1), Claudia Pamer (3.s2), Luka Šubara (4.f), Maja Avdaković (4.f), Marija Bunić (4.f), Lara Krašnjak (4.f) i 24 učenika iz 1.s2 razreda (ukupno 38 učenika) uz mentorstvo Alte Pavin Banović, stručne suradnice knjižničarke.



Naziv projekta - Čitateljski izazovi 2021. - odgovara obilježavanju Mjeseca hrvatske knjige 2021. i Godine čitanja 2021. Čitateljski klub Proliteris djeluje od 2014. godine, a ovaj jednomjesečni projekt bio im je novi izazov i poticaj promociju čitalačke pismenosti.

Cilj projekta bio je u mjesec dana, tijekom obilježavanja Mjeseca hrvatske knjige od 15. listopada do 15. studenog 2021., realizirati pet različitih aktivnosti kojima se potiče učenike na čitanje. Proliteris je realizirao ove aktivnosti: susret na daljinu s učenicima iz srednjih škola u Moskvi i Pakistanu, izrada digitalnih straničnika, čitanje Judite Marka Marulića, virtualna izložba Marko Marulić, u predvorju škole izložba knjiga iz privatnih knjižnica učenika 1.s2 razreda.

Na temelju upoznavanja teme projekta i razgovora dogovorene su aktivnosti koje su učenici samostalno realizirali uz mentorstvo stručne suradnice knjižničarke u suradnji s kolegicom Mirtom Faktor, prof. hrvatskog jezika i književnosti i Anamarijom Antunović, prof. engleskog jezika i književnosti.

Učenici su čitajući Juditu Marka Marulića, književnog djela koje je u 2021. godini obilježilo 500-tu obljetnicu izlaženja, uz pomoć rječnika otkrivali značenja nepoznatih i teško izgovorljivih riječi. Zatim su istražujući izvore i poštujući autorska prava, napisali tekstove i pripremili izložbu o Marku Maruliću koja je objavljena u virtualnom obliku na mrežnoj stranici. U predvorju škole učenici su postavili izložbu knjiga iz privatnih zbirki učenika prvog razreda, knjige koje su baštinili od svojih rođaka, roditelja, prijatelja, pokazujući time bogatstvo svojih obiteljskih knjižnica. U projektu promocije književnice Ivane Brlić-Mažuranić, učenici su fotografirali prirodu, uredili fotografije i kreirali digitalne straničnike u alatu Canva. Ove su digitalne straničnike, u sklopu obilježavanja Međunarodnog mjeseca školskih knjižnica (ISLM) u Mjesecu hrvatske knjige 2021., putem elektroničke pošte poslali svojim kolegama učenicima Agrupamento de Escolas 2 Beja iz grada Beja u Portugalu, čiji su voditelji Sandra Bettencourt i António Bettencourt. Korištenjem videokonferencijskog alata zoom.us održani su susreti s učenicima iz Moskve i Pakistana s ciljem razmjene iskustva čitanja, preporuka književnih djela

i upoznavanja s domaćim autorima, ali i vježbanja konverzacijskog engleskog jezika i gramatike u sklopu obilježavanja Međunarodnog mjeseca školskih knjižnica (ISLM).

Projektne radovi i materijali objavljeni su na mrežnoj stranici školske knjižnice i YouTube kanalu.

Projekt smo integrirali na kurikulum hrvatskog i engleskog jezika i književnosti, nastavnog predmeta informatika, u Kurikulum za međupredmetnu temu uporaba informacijske i komunikacijske tehnologije za osnovne i srednje škole u Republici Hrvatskoj. Učenici su razvijali čitalačke, jezične, informacijsko-komunikacijske, digitalne kompetencije kojima su usavršavali svoje vještine pismenosti za 21. stoljeće.

Projekt je dobio Nacionalnu oznaku kvalitete u srpnju 2022.

Alta Pavin Banović





Slika 1. Stefan Ružić i Lea Škorvaga u razmjeni straničnika s partnerima iz Portugala



Slika 2. Susret na daljinu s partnerima iz Moskve



Slika 3. Susret s partnerima iz Pakistana



Slika 4. Claudia Pamer i 500 godina Judite Marka Marulića

RAZGLEDNICAMA POKREĆEMO SOLIDARNOST

PROJEKT „P.S. POKRENI SOLIDARNOST“

Medicinska škola Osijek treću godinu sudjeluje u projektu „P.s. Pokreni solidarnost“ kojemu je cilj probuditi aktivizam ljudi u zajednici. Učenici pišu poruke solidarnosti na razglednice s fotografijama društveno angažirane tematike. Fotografije tematiziraju važna pitanja u društvu: ravnopravnost spolova, položaj migranata, socijalna (ne)jednakost, mentalno zdravlje i slično. Učenici biraju razglednicu prema vlastitom osjećaju i smjeru u kojemu žele djelovati, kao i osobu kojoj će razglednicu poslati. Razglednica je dvosmjernog karaktera jer sadrži i prostor za odgovor primatelja te poštansku markicu koja osigurava povrat odgovora pošiljatelju.

U razglednici pišu o temi zadanoj fotografijom i na taj način podižu razinu svijesti o određenoj problematici, obraćajući se osobi koja u društvu ima utjecaj i mogućnost pokretanja solidarnosti u društvu. Razglednice su poslane pjevačima, glumcima, sportašima, političarima, influenserima, liječnicima, svećenicima, profesorima i u toj širokoj paleti primatelja ima javno poznatih ličnosti, kao i ljudi koji to nisu. Učenici pišu u nadi da će zadana tema o kojoj oni razmišljali potaknuti razmišljanje i djelovanje primatelja razglednice koji će svojim angažmanom u društvu pokrenuti promjenu i činiti razliku.



Koordinatorica projekta, profesorica Đurđica Radić, s profesoricama Vesnom Kasač, Marinom Pilj Tomić, Ivanom Đerđ-Dunderović i Mirtom Faktor provode projekt u svim obrazovnim smjerovima u školi i u svim razredima, a učenici s nestrpljenjem očekuju odgovore na svoje razglednice koji, nerijetko, stižu nakon nekog vremena.

Ove je godine razred 3. 1. razred, pod mentorstvom profesorice Marine Pilj Tomić, pisao razglednice, a učenici Karlo Horvat-Klasni, Ana Orešković, Nika Vukomanović i Katarina Knežević pisali su pročelnici Upravnog odjela za obrazovanje i mlade Osječko-baranjske županije, Mirandi Glavaš-Kul.

Učenici su dobili povratnu informaciju i poziv da, u pratnji profesorica Đurđice Radić i Marine Pilj Tomić, dođu na sastanak koji je održan 7. travnja 2022. godine u prostorijama Županije. Razgovaralo se o temi zadanoj poslanom razglednicom – mentalnom zdravlju mladih i izazovima koje je pandemija stavila pred srednjoškolce. Sastanak je završio dogovorom novoga sastanka na kojemu bi bio prisutan i Savjet mladih Grada Osijeka, kako bismo dogovorili buduće radionice, razgovore i različite druge vrste aktivnosti koje potiču svijest o važnosti mentalnoga zdravlja.



U SVOJU ZAJEDNICU ŠALJEM RAZGLEDNICU

Dana 21. ožujka učenice i učenici Medicinske škole Osijek poslali su stotinjak razglednica solidarnosti poznatim i nepoznatim građanima. Tim je činom obilježen Dan borbe protiv eliminacije rasne diskriminacije. Profesorice Vesna Kasač, Marina Pilj Tomić, Ivana Dunderović, Mirta Faktor i Đurđica Radić učile su ih pravilima pisanja razglednica. Prije toga razgovarali su o potrebi pomaganja slabijima, siromašnima, invalidima, migrantima. Posebice

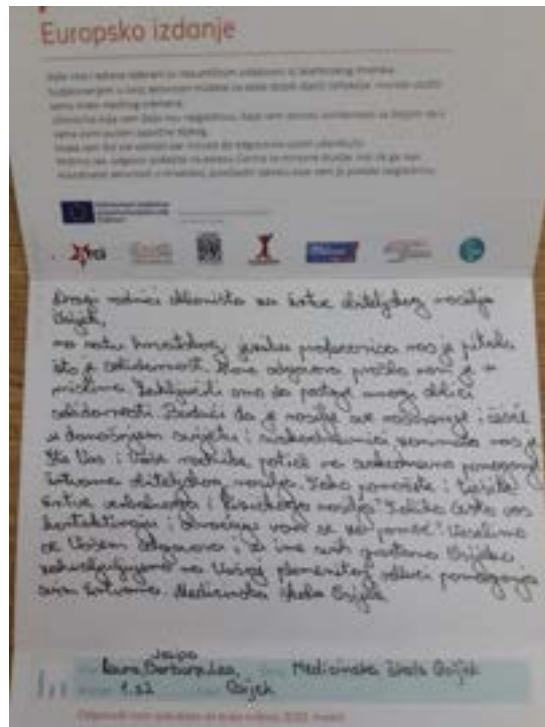
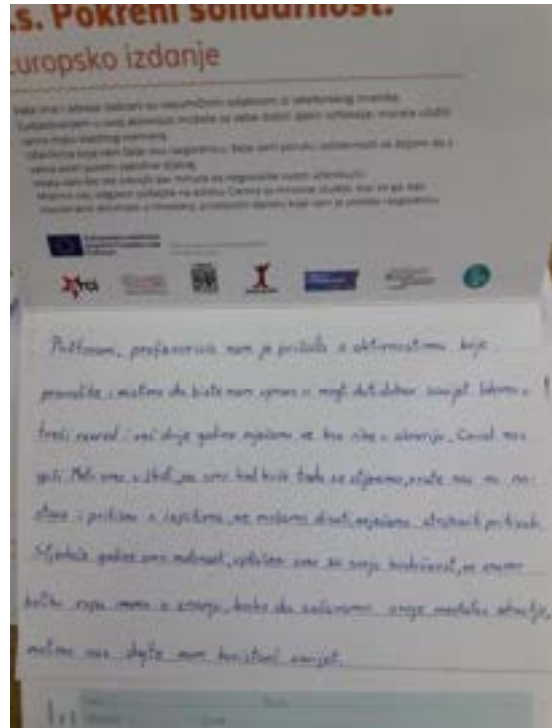
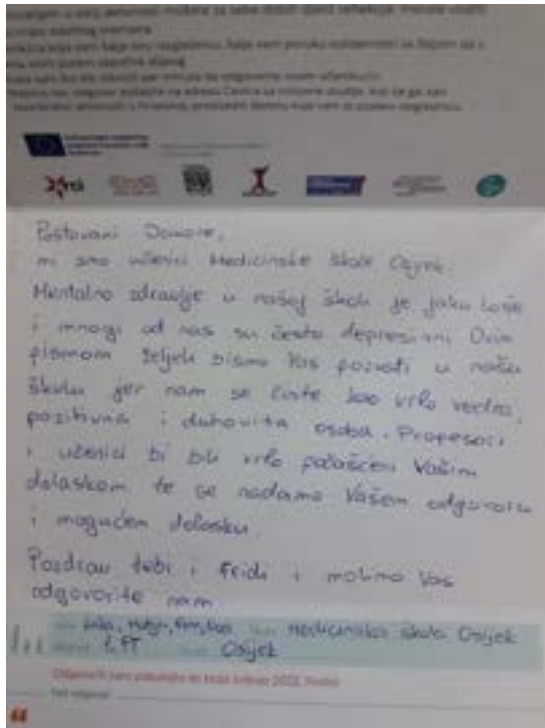


su bili zainteresirani za temu mentalnog zdravlja i onečišćenja prirode. Upravo o ovim temama učenici su pisali poruke. U projekt je uključeno sedamnaest razreda, oko 400 učenika. Neki učenici pisali su poruke individualno, neki u paru, a neki u skupinama. Dio učenika jako je angažiran, muče ih socijalna i ine nejednakosti pa su pisali ministrima, predsjedniku i premijeru, gradonačelniku Osijeka, načelnicima okolnih mjesta te raznim udrugama. Drugi dio odlučio se za pjevače, glumce ili sportaše, a jedna skupina učenika odabrala je liječnike, svoje učitelje iz osnovne škole ili potpuno nepoznate ljude. Projektne aktivnosti trajale su tijekom mjeseca ožujka, neki razredi pisali su sastave, drugi su održavali javne govore, neki pak radili plakate ili stripove vezano uz ove teme. Učenicima se ovaj način

nastave sviđa, gotovo nitko od njih prije nije slao razglednice, korisno im je bilo učenje adresiranja. HRT: Radio Osijek ugostio je učenike Katju Kuric i Marka Čulibrka iz 1.ft, oni su predstavili ciljeve ovog međunarodnog projekta. Projekt BEST ili PS Pokreni solidarnost traje dvadeset godina, krenuo je iz Francuske, sada u njemu sudjeluje šest država. Centar za mirovne studije vrlo temeljito i strukturirano osmislio je način i provedbu ovih aktivnosti za hrvatske učenike. Cilj mu je buditi aktivizam mladih, ali i ljudi u zajednici jer učenici očekuju odgovor na svoje poruke. Učenici Medicinske škole Osijek sudjelovat će uskoro i u jednoj akciji solidarnosti, dakle projekt ima i praktični humanitarni dio.



Đurđica Radić, prof.



UPOZNAJMO SVOJE SUGRAĐANE, ETWINNING PROJEKT

ŠK. GOD. 2021./2022.



eTwinning projekt Upoznajmo svoje sugrađane pokrenule su Nataša Mesić-Muharemi, predsjednica i Ksenija Kesegi-Krstin, podpredsjednica Hrvatske udruge školskih knjižničara, podružnice Osječko-baranjske županije tijekom šk. god.

2021./2022.

U Medicinskoj školi Osijek projektu su se uključili članovi Čitateljskog kluba Proliteris (ukupno 17 učenika): Stefan Ružić i Lea Škorvaga (1.s1), Ante Repušić-Šipoš (1.s2), Magdalena Johum (1.s3), Katja Kuric (1.ft), Ema Živković, Leona Ćosić, Vanessa Bilandžić i Petra Vukmanić (2.s1), Vlatka Vizentaner, Nives Studenić, Tea Antunović, Ana Hosak, Matea Sokač i Lana Pavlečić (2.s3), Dorotea Josić (3.1), Lorena Bošnjak (3.ft) s voditeljicom Altom Pavin Banović, stručnom suradnicom knjižničarkom.



Projekt Upoznajmo svoje sugrađane imao je cilj promovirati osobe Osječko-baranjske županije koje su manje ili više poznate po svom profesionalnom, hobističkom, kulturnom, umjetničkom i drugim oblicima rada i djelovanja. Mi smo u Medicinskoj školi Osijek odabrali liječnicu Branku Kandić-Splavski, specijalicu obiteljske medicine, koja je ujedno i književnica. Od listopada 2021. do lipnja 2022. godine u školskoj knjižnici Medicinske škole Osijek realizirane su različite radionice koje je vodila stručna suradnica knjižničarka s članovima Čitateljskog kluba Proliteris.

Predstavili smo svoj grad Osijek i Medicinsku školu Osijek, u izložbenom ormaru u hodniku škole pod logom projekta postavili smo izložbu književnih djela naših zavičajnih književnika, čija su književna djela sastavni dio zavičajne zbirke u školskoj knjižnici.

Nakon upoznavanja s osobom i djelovanjem Branke Kandić-Splavski, učenici su u radionicama oblikovali kreativne produkte. Istraživali su dostupne izvore na Internetu i u školskoj knjižnici o životu, djelovanju i književnim djelima Branke Kandić-Splavski te su pripremili audio/video-radove, a u digitalnom alatu Canva izradili su plakat i digitalne stranicke s motivima književnih djela i rada autorice. Učenici su čitali bajkoprče iz Andreine školjke, a dvije priče po izboru učenika su snimljene i objavljene kao audiozapisi. Pripremljena je i među učenicima završnih razreda Medicinske škole Osijek provedena i analizirana anketa koja je istraživala koliko su učenici upoznati s radom liječnice Branke Kandić-Splavski, književnice. Učenici su istraživali osječke književnice i pripremili digitalni escaperoom u GoogleSites-u i GoogleForm-u. Projekt smo integrirali u kurikulum hrvatskog jezika i književnosti, u međupredmetne teme Učiti kako učiti i Uporaba informacijsko-komunikacijske tehnologije. Učenici su razvijali čitalačke, informacijsko-komunikacijske i digitalne kompetencije kojima su usavršavali svoje vještine pismenosti za 21. stoljeće.

Održana su tri videokonferencijska susreta voditelja s mentorima u osnovnim i srednjim školama koje su sudjelovali u projektu: 9. prosinca 2021., 8. ožujka 2022., 3. svibnja 2022. Projekt je dobio Nacionalnu oznaku kvalitete u srpnju 2022.

Alta Pavin Banović, stručna suradnica knjižničarka

Voditeljica eTwinning projekta Upoznaj svoje sugrađane u Medicinskoj školi Osijek





Slika 1. Izložbeni ormar zavičajne zbirke iz školske knjižnice



Slika 2. Plakat, promocija književnih djela Branke Kandić-Splavski

NACIONALNA OZNAKA KVALITETE ZA ETWINNING

PROJEKT THE SUN SHINES FOR ALL



The Sun shines for all je eTwinning projekt u kojemu su sudjelovali učenici iz Bugarske, Albanije, Rumunjske, Italije, Litve, Jordana, Turske i Hrvatske. Na sudjelovanje u projektu Medicinsku školu Osijek prijavila je Alta Pavin Banović, stručna suradnica knjižničarka. Tijekom šk. god. 2020./2021. u realizaciji ciljeva projekata sudjelovali su, u suradnji s Andreom Mlinarević, prof., Snježanom Tomljenović, prof. i Đurđicom Radić, prof., učenici 1.s1, 1.s2 i 2.dt razreda. Cilj projekta bio je upoznati 17 ciljeva

Održivog razvoja Agenda 2030, a planirane ishode projekta učenici su realizirali različitim aktivnostima kreativnoga pisanja, slikanja, izložbama, video radovima, čestitkama Svi video radovi nastali tijekom projekta objavljeni su na YouTube kanalu škole. Projekt je dobio nacionalnu oznaku kvalitete 8. listopada 2021.



Slika 1. Učenici 2.s1 razreda sa Snježanom Tomljenović, prof.



Slika 2. Učenici 2.s2 s Andreom Mlinarević, prof.



Slika 3. Učenici 2.dt sa Đurđicom Radić, prof.



Slika 4. Nacionalna oznaka kvalitete, priznanje učenicima

Europska oznaka kvalitete za projekt The Sun shines for all

Tema eTwinning projekta The Sun shines for all koji je realiziran šk. god. 2020./2021. bila je Održivi razvoj. Temeljni dokument istraživanja je - Održivi razvoj Agenda 2030 sa 17 ciljeva. Rezultati ostvarenih ciljeva dostupni su na poveznicama na mrežnoj stranici školske knjižnice. U projektu su sudjelovali učenici 1.s1, 1.s2 i 2.dt razreda u šk. god. 202./2021. u suradnji Andree Mlinarević, prof., Snježane Tomljenović, prof. i Đurđice Radić, prof.

Projekt je dobio nacionalnu oznaku kvalitete 8. listopada 2021. i Europsku oznaku kvalitete 28. listopada 2021. čime je ostvaren uvjet za prijavu eTwinning nagrade.

Koordinatorica projekta Ayten Kyazimotova iz Bugarske ispunila je prijavu za eTwinning nagradu koju su svojim komentarima nadopunile Yovka Zhecheva iz Bugarske, Anica-Maria Tanase iz Rumunjske i Alta Pavin Banović iz Hrvatske.

Naš projekt, kojeg je vodila Alta Pavin Banović, stručna suradnica knjižničarka, pozitivno je ocijenjen i dobio je eTwinning nagradu..

Čestitam svim sudionicima projekta!

Alta Pavin Banović, koordinatorica projekta



Slika 5. Europska oznaka kvalitete

DAN ŠKOLE



DAN ŠKOLE 6.4.2022.

Medicinska škola Osijek 6.4.2022. obilježila je 75 godina svoga postojanja.

Namjera nam je bila upoznati široku javnost o ovom svečanom trenutku za Medicinsku školu Osijek. Staza duga 75 godina je iza nas, brojni naraštaji zdravstvenih djelatnika odrastali su i stasali upravo u ovoj školi, milijuni teorijskih, praktičnih i životnih ispita položeni su u krilu crvene kockice, kako joj mi tepamo. Medicinska škola Osijek osnovana je davne 1947. i nekoliko puta mijenjala je adresu, na adresi Vukovarska 209 nalazi se od 1992. godine.

Svečana priredba održana je u Sportskoj dvorani Ugostiteljsko-turističke škole Osijek s početkom u 10:00 sati. Nakon programa, koji su izveli bivši i sadašnji učenici MŠO, proslava se nastavila u prostorima „naše crvene kockice“ u kojoj su bogati program priredili naši učenici, pod sloganom „Tko smo mi?“ U prostranom holu dočekala nas je plesna skupina učenika, u prizemlju su izloženi 25 plakata na kojima su se fotografijama predstavili svaki razred.

Učenici su na prvom katu predstavili narodne nošnje, pjesme, plesove i vjerske običaje krajeva iz kojih dolaze, na drugom katu naše škole vidjeli smo bogatstvo talentiranih profesionalnih sportaša i niz hobija, te su na trećem katu učenici demonstrirati vještine sestrinske prakse, vještine fizioterapije.

Pokuse i laboratorijske analize prikazali su učenici farmaceutskog i medicinsko-laboratorijskog smjera, a naši vrijedni učenici „zadrugari“ pripremili su prodaju vlastitih proizvoda za njegu tijela.

Dan kasnije, 7.4.2022. učenici naše škole na Trgu Ante Starčevića obilježili su Dan škole i Svjetski dan zdravlja uz [Flash mob](#)

Mediji o nama:

[Osječka televizija](#)

[Osijek news](#)

[Glas Slavonije](#)











AKTIVNOSTI STRUČNE SLUŽBE ZA PROVEDBU DANA ŠKOLE 2022.

Obilježavali smo 75 godina postojanja Medicinske škole Osijek i na temeljima učeničkih ideja osmislili sjajnu mješavinu sadašnjosti i prošlosti.

Nakon što su svi voditelji aktivnosti, odlučili što će raditi, stručna služba škole sa profesoricom Radić, napravila je prostorni i vremenski raspored svih aktivnosti. Plan je proslijeđen svim nastavnicima

Uz pomoć učenika i nastavnika koji su financijski podržali ideju, kupljeno je 75 sadnica domaće lavande za dodatno uljepšavanje školskog dvorišta.

Zajedničke aktivnosti i njihova realizacija, stvaraju onaj osjećaj pripadanja nekoj grupi koji je svima potreban.

Uz stazu koja vodi od škole prema cesti zasadili smo grmove koje je na kraju sadnje natopila kiša. Prostori u kojima se događa obrazovanje, kao i sadržaji istoga jednako su važni za sve nas, pa se trudimo odgojiti generacije koje brinu o estetici.

Sudjelovali su učenici volonteri, profesorice Ana Azenić i Nada Grujić Tomas, uz podršku domara koji je sadnice dodatno zaštitio.

Jedna od aktivnosti koju su učenici poželjeli napraviti su i plakati koji bi bili kao osobna karta razreda.

Učenici su za predstavljanje svog razreda napravili izuzetno kreativne plakate. Sve plakate smo izložili na jednom zidu i izložbu naslovili To smo mi. Aktivnost izlaganja plakata provele su Mirna Ilakovac, Marijana Nikolovski; Maja Čebohin, Zdenka Omrčen i Nada Grujić Tomas.

Unutar aktivnosti za obilježavanje Dana Škole paralelno su se odvijale i aktivnosti Erasmus programa, pa smo za goste iz 6 zemalja, Mirna Ilakovac, jedna od koordinatorica Erasmusa i ja, osmislile interaktivnu Erasmus učionicu (za druženje, fotografiranje, ostavljanje poruka na jeziku svoje zemlje za osječke učenike i uzimanje poruke sa poticajnim mislima..)

Nada Grujić Tomas i Mirna Ilakovac



U SVIJETU ŠARENIH BOJA

Za Dan Medicinske škole Osijek 16. travnja 2022. godine pripremili smo izložbu likovnih radova, rukotvorina i fotografija u digitalnom obliku.

Likovne radove predstavili su: Dora Đurković (1. s3), Anamarija Vukovac (1. 1), Marija Topalić (1. 1), Dora Živković (2. ft), Lara Ištvanfi (2. ft), Ema Živković (2. s1), Petra Vukmanović (2. s1), Vanessa Bilandžić (2. s1), Nives Studenić (2. s3), Iris Zelak (3. s3), Lara Aničić (4. s1), Mateja Mak (4. s1), Evelyn Keri (4. s3), Maja Avdaković (4. f), Luka Šubara (4. f) i profesorica Mirta Faktor. Rukotvorine su predstavili: Anna Borevac (3. s3), Marija Bunić (4. f) i profesorice Karolina Miladinović i Inez Brataljenović. Učenica Vlatka Vizentaner (2. s3) predstavila se izabranim fotografijama. Suradnjom profesorica Mirte Faktor, Vesne Kasač, Karoline Miladinović, Inez Brataljenović i Adrijane Lovrinčević u predvorju Medicinske škole Osijek u lipnju 2022. godine postavljena je izložba radova nastalih tijekom radionice povodom Dana škole. Likovne rad izložili su: Marina Dukarić (1. s3), Dora Đurković (1. s3), Matija Topalić (1. 1), Nives Studenić (2. s3), Ema Živković (2. s1), Petra Vukmanović (2. s1), Vanessa Bilandžić (2. s1), Dora Živković (2. ft), Lara Ištvanfi (2. ft), Iris Zelak (3. s3), Lara Aničić (4. s1), Mateja Mak (4. s1) i vjeroučiteljica Adrijana Lovrinčević. Učenica Vlatka Vizentaner (2. s3) izložila je izabrane fotografije snimljene na Dan škole. [Sve radove možete pogledati na poveznici.](#)

Adrijana Lovrinčević, prof. i Mirta Faktor, prof.

DAN MEDICINSKE ŠKOLE OSIJEK – FIZIOTERAPEUTSKI TEHNIČARI

Učenici 2. i 3. razreda (smjer: fizioterapeutske tehničar/ tehničarka) prigodnom radionicom 2022. godine obilježili su 75. godišnjicu Medicinske škole Osijek. Uz mentorstvo nastavnika struke, Ivane Marček i Jage Lucića, pokazali su vještine iz struke kako bi zainteresiranim posjetiteljima približili fizikalnu terapiju. Proces od kineziometrijskoga mjerenja do masaže, kineziterapije i elektroterapije, uz prigodni video i govor voditelja dao je svoj doprinos programu obilježavanja važnoga datuma Medicinske škole Osijek.

Ivana Marček, mag. physioth.



DAN MEDICINSKE ŠKOLE OSIJEK – RADIONICA CRVENOG KRIŽA

Povodom Dana Medicinske škole Osijek održali smo radionicu „Crveni križ“. Zahvaljujući osnivaču Crvenoga križa i Crvenoga polumjeseca, Henryju Dunantu, koji je 1859. godine zajedno s građanima Solferina, organizirao pomoć ranjenim vojnicima, danas možemo reći da su Crveni križ i Crveni polumjesec društvo s otprilike 97 milijuna volontera i radnika u svijetu. Pružanje prve pomoći, rad na bolestima ovisnosti, pripreme i odgovor na krize, spašavanje

života na vodi, ekološka zaštita, služba traženja nestalih osoba, skrb o tražiteljima međunarodne zaštite i edukacija mladih samo su neke od mnogih aktivnosti Crvenoga križa. Društvo Crvenoga križa Osječko - baranjske županije je humanitarna i dobrovoljna zajednica gradskih udruga i općinskoga društva Crvenoga križa s pravnom osobnošću koja djeluje na području Osječko - baranjske županije čiji je cilj promicanje humanitarnih ciljeva od opće koristi, a temeljem misije i načela Međunarodnoga pokreta Crvenoga križa i Crvenoga polumjeseca. U zajednicu udruga Hrvatski Crveni križ Društvo Crvenoga križa Osječko - baranjske županije udruženo je šest gradskih društava Crvenoga križa (Beli Manastir, Donji Miholjac, Đakovo, Našice, Osijek i Valpovo) te Općinsko društvo Crvenoga križa Darda, svi s pravnom osobnošću. Učenici koji su sudjelovali u radionici snimili su videozapis u kojem su prikazali povijest Crvenoga križa i Crvenoga polumjeseca. Također, demonstrirali su sljedeće vještine prve pomoći: Postupak kod osobe koja se guši, Postupak kod osobe bez svijesti, koja ne diše i srce ne radi te Postupak kod osobe u besvjesnom stanju. Nakon demonstriranja vještina prve pomoći, sudionici radionice pokušali su izvesti neke od navedenih vještina te postavljati pitanja. U radionici su sudjelovali: Matija Považanj, Nika Vukomanović, Katarina Kurtović, Mia Ištuk, Mia Šakić, Ana Marija Perić, Evelyn Keri i Lana Tarcal. Nastavnici koji su organizirali radionicu te potaknuli učenike na sudjelovanje su: Maja Rakin, Marko Maceković, Branislava Laurović i Martina Tot - Vesić.

Maja Rakin, magistra sestrinstva



75. GODIŠNJICA MEDICINSKE ŠKOLE OSIJEK U BROŠURI

Medicinska škola Osijek osnovana je, kao i većina medicinskih škola u Republici Hrvatskoj, 1947. godine. Godina, 2022. osobita je ne samo jer Škola obilježava 75-tu obljetnicu svoga djelovanje nego i jer obilježava 30-tu godišnjicu osamostaljenja. Naime, 1992. godine zdravstveni smjerovi tadašnjeg Školskog centra Ruđer Bošković odvojili su se u Medicinsku školu Osijek. Ove su dvije obljetnice bile povod izdavanja brošure Povjesnica 1947.-2022. koju su uredile Andrea Mlinarević, prof. i Alta Pavin Banović, stručna suradnica knjižničarka. Brošura se može pregledati u digitalnom alatu ISSUU: https://issuu.com/alta.pavin/docs/povjesnica_75_mso, a učenice Ema Živković (2.s1) i Vlatka Vizentaner (2.s3), članice Čitateljskog kluba Proliteris, autorice su korica brošure.

Alta Pavin Banović



Slika 1. Andrea Mlinarević, prof., Ema Živković (2.s1), Vlatka Vizentaner (2.s3), Alta Pavin Banović, knjižničarka

NATJECANJA



ATOM LIGA 2021./2022. – EKIPNO NATJECANJE UČENIKA IZ PODRUČJA MATEMATIKE, FIZIKE I KEMIJE

ATOM liga ekipno je natjecanje učenika osnovnih i srednjih škola u znanju matematike, fizike i kemije. Nastalo je sa željom popularizacije prirodoslovlja i matematike, veće motivacije učenika i njihovih mentora u radu te poticanja zajedništva i timskog rada. Organizator natjecanja je MAT, obrt za poduku, čija je vlasnica profesorica matematike Maja Zelčić.



Natjecanje se organizira za učenike osmih razreda i učenike od 1. do 4. razreda srednjih škola. Provođi se kroz 2 kola – zimsko i proljetno (studeni 2021. i travanj 2022.). Zimsko je kolo održano 10. studenoga 2021. u skladu s okolnostima – u virtualnom okruženju.

Medicinska škola Osijek prijavila je 10 ekipa. Svaka se ekipa sastojala od tri člana iste generacije, a učenici koji sudjeluju su: Ana Lilić, Lara Tojčić, Rahela Vonić, Petra Jakovljević, Lea Škorvaga, Borna Jozsef, Luka Karatović, Stefan Ružić, Lora Sitaš, Leonarda Marodi, Tripunović Tijana,

Gerkeš Lucija, Štricki Marina, Staparac Tijana, Bogdan Tea, Baroka Patricia, Dmitrić Kimi, Lukačić Matea, Kandra Igor, Kovačević Ana Marija, Čosić Tijana, Stipanović Lea, Ašadanin Jovan, Radić Barbara, Ernješ Mia, Borić Jelisaveta, Lučić Iva i Despotović Stefan, učenici 1. s1 i 2. da razreda pod mentorstvom K. Fabijančića, prof. (matematika), F. Savanovića, prof. (fizika) i I. Prus Wertheimer, prof. (kemija).

Kako se natjecanje provodi u 2 dijela, rezultati se zbrajaju za konačan poredak. Bodovi osvojeni u oba kola zbrajaju se i na kraju proglašavaju te se nagrađuju pobjednici lige po kategorijama. U prvom kolu naši su učenici pokazali vrlo dobra znanja iz predmeta matematika, kemija i fizika pa je tako ekipa br.1 u kategoriji prvih razreda osvojila 22. mjesto od ukupno 70 mjesta, kao i ekipa br. 5 u kategoriji drugih razreda koja je od ukupno 45 mjesta zauzela 13. mjesto. Želja nam je ekipnim natjecanjima naših učenika razvijati duh zajedništva, učiti učenike međusobnoj komunikaciji i suradnji te ih motivirati na dodatni rad u STEM području. Veselimo se novim izazovima i želimo dogodne svima još više sreće!

Ivana Prus Wertheimer, prof.

3. MILENIJSKO NATJECANJE IZ KREATIVNE INDUSTRIJE

gdje: Ekonomski fakultet Osijek

kada: 2. prosinca 2021.

tko: MITOLJUPCI

kako: video i digitalni plakati

zašto: širenje znanja o mitologiji i drevnim vremenima

Učenici Klara Ivković, 2.da i Matej Glavaš, 3.ft čine tim MITOLJUPCI i predstavljat će Medicinsku školu Osijek na 3. milenijskom natjecanju iz kreativne industrije. Natjecanje se održava 2. prosinca na Ekonomskom fakultetu u Osijeku, međunarodnog je karaktera, učenici se prijavljuju u timovima, a cilj je natjecanja potaknuti kreativnost i kritičko promišljanje mladih vezano uz glagoljice, mitologiju ili svilu.



Učenici svojim radovima razvijaju digitalne vještine, čitalačku pismenost i inovativnost te pokazuju koliko su spretni pri izradi idejnih rješenja povezanih sa sektorima kreativne industrije. Matej je, inspiriran knjigom Jasne Horvat Alemperkina kazivanja, izradio nekoliko impresivnih digitalnih plakata, a Klara je snimila [spot](#) koji mladima na najbolji način približava svijet drevnih slavonskih boginja i bogova. Veliki doprinos izradi spota dali su učenici Iva Lučić, 2.da te Toni Panić i Matija Marković, 1.ft. Mentorica im je bila profesorica Đurđica Radić.

Almodovarci su ovim videospotom pozvani na Smotru hrvatskog školskog filma u Zagreb.



KREATIVNI KALENDAR

Baština, sektor kreativne industrije

3. milenijsko natjecanje iz kreativne industrije, međunarodno natjecanje

Ekonomski fakultet u Osijeku, 2.-3. prosinca 2021.

Tvrđa, stara jezgra Osijeka, je naša gradska baština u koju smo željeli smjestiti glagoljicu.

Fotografirali smo nazive ulica, trgova, ustanova na pročelju kuća.

Fotografije su obrađene, isprintane u boji na temelju kojih smo pisali nazive na glagoljici tehnikom olovke s konturom crnog flomastera. Nazive ulica, trgova i ustanova u Tvrđi smo preveli na glagoljicu i pripremili izložbu Tvrđa u glagoljici, na sedam hamer papira.

U pripremi za 3. milenijsko natjecanje iz kreativne industrije, međunarodno natjecanje, sudjelovali su:

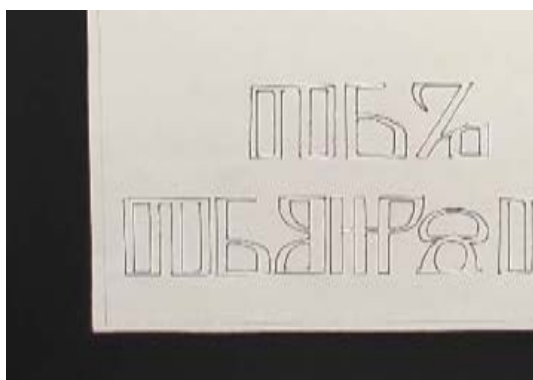
Lara Krašnjak, 4. f

Luka Šubara, 4. f

Maja Avdaković, 4. f

Mentorica:

Sanja Dravinski, mag. med. techn.





GLAGOLJICA U NAKITU - 3. MILENIJSKO NATJECANJE

Ekonomski fakultet Osijek je u prosincu 2021. organizirao međunarodno 3. milenijsko natjecanje iz kreativne industrije. Tema natjecanja bila je Put svile i Glagoljica. Učenica Marija Bunić, članica StripArt kluba odabrala je temu glagoljice koju je željela predstaviti kroz projekt Kreativni kalendar za srednje škole u okviru kreativnog sektora primijenjene umjetnosti.

Quilling tehnikom od papirnatih traka oblikovani su kružići koji su jedan do drugoga slijepljeni u obliku slova glagoljice. Ovako izrađena pojedinačna slova glagoljice zalijepljena su na tvrđu papirnatu podlogu, a zatim su lakirana kako bi zadržala čvrstoću. Od ovako oblikovanih slova izrađen je nakit: broševi, naušnice, privjesci na ogrlici i prstenje. Autorica ovih upotrebnih predmeta je učenica Marija Bunić (4.f) s mentoricom Altom Pavin Banović, stručnom suradnicom knjižničarkom. Nakit je članovima komisije 3. milenijskog natjecanja prezentiran 2. prosinca 2021. preko videokonferencije, uz pomoć prezentacije.

Alta Pavin Banović



Slika 1. Marija Bunić (4.f) i Alta Pavin Banović, mentorica

MREŽA ČITANJA - PROJEKT ZA POTICANJE ČITANJA I KREATIVNOSTI ZA SREDNJE ŠKOLE ŠK. GOD. 2021./2022.

Mreža čitanja - projekt je za poticanje čitanja i kreativnosti za srednje škole, u organizaciji Hrvatske mreže školskih knjižničara, čiji je predsjednik Josip Strija, koji se, uz podršku Ministarstva znanosti i obrazovanja, na razini srednjih škola Republike Hrvatske i šire, realizira 9. sezonu. Informacije o ovom projektu dostupne su na mrežnoj stranici projekta: <https://bit.ly/mčsš2122>.



Na nacionalnoj razini voditeljica projekta je Martina Vujnović, članovi Provedbenog povjerenstva su Elda Pliško Horvat, Barbara Dukarić i Gorana Mandarić, autorice pitanja za kviz znanja su Danijela Pauković, Martina Vujnović i Natalija Miletić, a mrežna moderatorica je Nataša Narančić. Članovi Prosudbenog povjerenstva za multimediju su Korina Udina, Ljiljana Ille, Bojan Banić.

Tema projekta u šk. god., 2021./2022. je U mreži suvremenih hrvatskih pisaca, a čitala su se tri zadana književna djela: Jerko Mihaljević, Putar i parizer; Martina Vujčić, Susjed i Jurica Pavičić, Crvena voda.

Realizirane su tri razine natjecanja za kviz znanja i kreativni uradak: školska razina - 3. prosinca 2021, regionalna - 11. ožujka 2022. i nacionalna - 13. svibnja 2022. Preduvjet za sudjelovanje u kvizu znanja je posjedovanje stolnog računala, laptopa, tableta ili pametnog telefona. Na školskoj razini natjecanja kviz je sadržavao 50 pitanja na temelju sadržaja književnog djela Jerka Mihaljevića Putar i parizer. Na regionalnoj razini sadržavao je 60 pitanja na temelju sadržaja književnog djela Putar i parizer te djela Susjed autorice Martine Vujčić, a na nacionalnoj razini sastojao se od 75 pitanja iz dva navedena književna djela te djela Crvena voda Jurice Pavičića.

Ishodi projekta:

predstaviti rezultate rada, znanja, vještine, sposobnosti i kompetencije učenika i mentora na području čitanja,

motivirati i potaknuti učenike na čitanje s razumijevanjem, istraživanje, otkrivanje i kreativno stvaranje,

potaknuti timski rad i individualni napor,

poučavati učenike informacijskim tehnikama, vještinama i znanjima,

raditi na unapređenju životnih vještina i sposobnosti učenika,

poticati učenike na organizirano i smisleno provođenje slobodnog vremena.

Mreža čitanja, kviz znanja u natjecateljskoj formi

Članovi Čitateljskoga kluba Proliteris Medicinske škole Osijek sudjelovali su u ovom kvizu znanja na sve tri razine natjecanja. Devet je članova, ostvarivši potreban postotak riješenosti s prve dvije razine, ostvarilo pravo sudjelovanja na trećoj razini. To su: Ante Repušić-Šipoš (1.s2), Leona Čosić i Ema Živković (2.s1), Tea Antunović, Ana Hosak, Lana Pavlečić i Matea Sokač (2.s3), Lorena Bošnjak (3.ft), Dorotea Josić (3.1).

Članice Provedbenog povjerenstva u Medicinskoj školi Osijek bile su, iz Medicinske škole Osijek Mirta Faktor, prof., Marija Grgić, prof., Snježana Tomljenović, prof. i Snježana Šulentić, prof. i dipl. knjižničarka iz Tehničke škole i prirodoslovne gimnazije Ruđera Boškovića Osijek, a voditeljica projekta je Alta Pavin Banović, stručna suradnica knjižničarka.

Mreža čitanja, multimedijski uradak

Članovi Čitateljskoga kluba Proliteris sudjelovali su u izradi kreativnog multimedijskog uratka u projektu Mreža čitanja. Cilj kreativnog uratka je popularizacija čitanja suvremenih hrvatskih pisaca i njihovih književnih djela.

Šest je članica Čitateljskoga kluba Proliteris, uz mentorstvo voditeljice Alta Pavin Banović, stručne suradnice knjižničarke, sudjelovalo u izradi multimedijskog kreativnog uratka: Magdalena Johum (1.s3), Katja Kuric (1.ft), Petra Vukmanić i Ema Živković (2.s1), Nives Studenić i Vlatka Vizentaner (2.s3). Sudionice su napisale tekst, fotografirale, obradile fotografije, izradile plakat, snimile, montirale i režirale video u kojemu je prisutna korelacija književnih djela i multimedijskog rada s ciljem promocije i motivacije čitanja književnih djela. Korišteni su digitalni alat Canva za kreiranje plakata te, za obradu i montiranje videa, alat DeVinci Resolve.

Pod zaporkom ALUZIJA koja je dodijeljena Medicinskoj školi Osijek objavljen je video u trajanju 3 minute <https://bit.ly/Aluzija3> koje je Prosudbeno povjerenstvo za multimediju ocijenilo i pozicioniralo na sedmo mjesto na nacionalnoj razini.

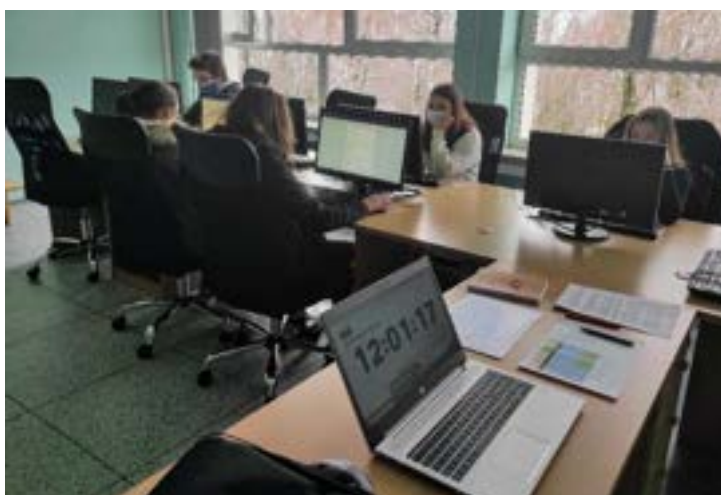
Alta Pavin Banović



Slika 1. Priprema za natjecanje u kvizu znanja



Slika 2. Rješavanje kviza znanja u informatičkoj učionici na prvoj razini, 3. prosinca 2021.



Slika 3. Rješavanje kviza znanja u informatičkoj učionici na prvoj razini, 3. prosinca 2021.



Slika 4. Rješavanje kviza znanja u informatičkoj učionici na drugoj razini, 11. ožujka 2022.



Slika 5. Sudionici kviza znanja na prvoj razini



Slika 6. Sudionici kviza znanja na drugoj razini



Slika 7. Sudionici kviza znanja na trećoj razini



Slika 8. Sudionici izrade multimedijskog uratka

HUPE IN STORY LAND

HUPE (Hrvatsko udruženje profesora engleskog jezika) objavilo je poziv učenicima osnovnih i srednjih škola za sudjelovanje u nacionalnom natjecanju u pisanju kratkih priča na engleskom jeziku. Natjecanje je trajalo od 1. prosinca 2021. do 15. siječnja 2022., a temu je mogao svatko izabrati sam. Učenici osnovnih škola trebali su napisati priču s najviše 2000 riječi, dok su učenici srednjih škola mogli napisati priču s najviše 5000 riječi. Rezultati natječaja objavljeni su na Valentinovo, 14. veljače 2022. Učenici koji su svojim kreativnim pisanim radovima sudjelovali u ovome natjecanju su: Ivan Nemet, s pričom Light at the End of the Tunnel (5. mjesto), Marina Dukarić, s pričom Noah's Story, (6. mjesto), Claudia Pamer, s pričom Her, (12. mjesto), mentorica Anita Ivanković, prof. te Ema Živković, s pričom Is It Fortune or Woe? (9. mjesto), mentorica Renata Gal, prof.

Sve priče objavljene su u elektronskoj zbirci priča i možete ih pročitati na poveznici https://hupe.hr/images/mini_newsletter/StoryLand-2022.pdf



NATJECANJE IZ ENGLESKOG JEZIKA

Školsko natjecanje iz Engleskog jezika održano je 25. siječnja 2022. Prvi puta je dio učenika natjecanju pristupio u online okruženju. Natjecanju je pristupilo pet učenika četvrtih razreda: dva učenika u kategoriji 4B i tri učenice u kategoriji 4A, te 12 učenika drugih razreda, svi u kategoriji 2B. Pojedinačna osvojena mjesta učenika na školskom natjecanju možete vidjeti u tablici u prilogu. Mentori učenicima su bili Renata Gal, prof., Anita Ivanković, prof. i Ivan Kordić, prof.

Na Županijsko natjecanje pozvani su: Laura Furlić, 4.g, Anita Kubica, 2.f, Vlatka Vizentaner, 2.s3 i Ema Živković, 2.s1.

Županijsko natjecanje održano je 17. ožujka 2022. u II. gimnaziji Osijek. Predstavnice naše škole postigle su izvrsne rezultate, posebno Laura Furlić u kategoriji 4A s osvojenim trećim mjestom, dok je u kategoriji 2B Anita Kubica osvojila četvrto mjesto, a Vlatka Vizentaner i Ema Živković zauzele su 8. i 9. mjesto.

Čestitamo svim učenicima koji su svojim sudjelovanjem pokazali ne samo znanje, nego i ljubav prema engleskom jeziku.

Renata Gal, prof.

Razred i kategorija natjecanja: SŠ 2B

Rb	Ime učenika	Prezime učenika	Broj bodova
1.	ANITA	KUBICA	47
2.	VLATKA	VIZENTANER	47
3.	EMA	ŽIVKOVIĆ	47
4.	DALIA	MESARIĆ	43
5.	PATRICIA	BAROKA	40
6.	ANGELA	PENIĆ	36
7.	JELISAVETA	BORIĆ	34
8.	ZVONIMIR	KEGLOVIĆ	34
9.	DORA	ŽIVKOVIĆ	34
10.	LEA	STIPANOVIĆ	29
11.	KLARA	IVKOVIĆ	28
12.	PETRA	VUKMANIĆ	28

Razred i kategorija natjecanja: d) SŠ 4A

Rb	Ime učenika	Prezime učenika	Broj bodova
1.	LAURA	FURLIĆ	45
2.	LORENA	DUVNJAK	40
3.	ADRIENN	ČAPO	31

Razred i kategorija natjecanja: e) SŠ 4B

Rb	Ime učenika	Prezime učenika	Broj bodova
1.	LUKA	ŠUBARA	37
2.	LUKA	BERKOV	28



NATJECANJE IZ HRVATSKOGA JEZIKA

Ministarstvo znanosti i obrazovanja i Agencija za odgoj i obrazovanje i ove su godine bili organizatori Natjecanja iz hrvatskoga jezika, a Medicinsku školu Osijek predstavljala je učenica iz smjera zdravstvene gimnazije, maturantica Lorena Duvnjak. Učenicu je za natjecanje pripremala profesorica Marina Pilj Tomić.

Školsko je natjecanje u poznavanju hrvatskoga jezika u školskoj godini 2021./2022. održano 17. veljače 2022. u 13 sati. Lorena je s ostvarenim rezultatom od 66 bodova pozvana na županijsku razinu natjecanja, a isti je broj bodova postigla i na županijskom natjecanju, 30. ožujka 2022., osvojivši šesto mjesto.

U zahtjevnim vremenima u kojima su učenici dio svoga školovanja proveli slušajući virtualnu nastavu, osjetili su nedostatak sustavnosti i neke su nastavne jedinice slabije usvojene. Također, u generaciji koja je prva dva razreda slušala nastavu organiziranu prema starome programu, a treći i četvrti razred po Školi za život, teško je naći učenike zainteresirane za natjecanje iz jezika, posebno u školi koja obrazuje buduće zdravstvene djelatnike i više je orijentirana prema prirodnim predmetima. Ipak, pronađe se pokojni ljubitelj jezika pa se radujemo i budućim pripremama za natjecanja kojih će sigurno biti.

Marina Pilj Tomić, prof.



MEĐUŽUPANIJSKO NATJECANJE IZ FILOZOFIJE

Dana 1. ožujka 2022. godine (utorak) u II. gimnaziji u Osijeku, održano je međuzupanijsko natjecanje iz filozofije. Natjecanju je prisustvovala učenica 4.g razreda Elizabeta Galović uz pratnju mentora, profesora Miroslava Kerna. Tema ovogodišnjeg natjecanja su „Emocije“.

Na natjecanju su sudjelovali učenici iz naše i iz susjednih županija. Učenici su odgovarali na pitanja koja su provjeravala njihovo razumijevanje filozofskih tekstova. Isto tako, natjecatelji su pisali i esej čija je tematika iz navedenih djela:

David Hume, Rasprava o ljudskoj prirodi, Veselin Masleša, Sarajevo 1983., »O strastima«, 353–357.

David Hume, Rasprava o ljudskoj prirodi, u: Vanda Božičević (ur.), Filozofija britanskog empirizma, Školska knjiga, Zagreb 1996., str. 425–443.

Jean-Jacques Rousseau, Emil ili o vaspitanju, Estetika, Valjevo – Beograd 1989., str. 232–236, 242–249, 262.

Immanuel Kant, Osnivanje metafizike ćudoređa, Feniks, Zagreb 2003., str. 14–19.



LIDRANO U NAŠICAMA

Županijska razina LiDraNa održana je u četvrtak, 17. ožujka 2022. godine, u Srednjoj školi Izidora Kršnjavoga Našice. Do Našica smo putovali autobusom zajedno s učenicima iz drugih škola i to je uvijek zanimljiva prilika za druženje i razmjenu iskustava. Smotra je započela u 13.30 sati, a završila u 17 sati. Županijsko provedbeno povjerenstvo imenovalo je prosudbena povjerenstva za svako od triju stvaralačkih područja smotre: literarni izraz, dramsko-scenski izraz i novinarski izraz. Medicinsku školu Osijek predstavljali smo u dvije kategorije: literarno stvaralaštvo i dramsko-scenski nastup. Literata je bilo 19, a za državnu razinu smotre predloženo je 6 učenika. U pojedinačnim scenskim nastupima bilo je 10 kandidata, a predloženo je njih pet za državnu razinu natjecanja. Na žalost ni ove godine zbog trenutne epidemiološke situacije nije bilo skupnih dramskih nastupa.

Naši literati su bili Patricia Barić iz 2.da razreda s mentoricom profesoricom Ivanom Đerđ-Dunđerović, koja je napisala prozni tekstom „Plamen svijeće“ i Anastasija Mirosavljević iz 4.f razreda s mentoricom profesoricom Marinom Pilj Tomić, a njezin prozni tekst „Fatamorgana“ predložen je za Državnu razinu HŠS LiDraNo. Naša Patricia Barić pokazala se i u pojedinačnom scenskom nastupu gdje je kazivala ulomak iz djela Oscara Wildea „Slika Doriana Graya“ pod vodstvom mentorice profesorice Mirte Faktor. Na LiDraNu se uvijek dobro zabavimo, a osim toga dobijemo i čujemo korisne savjete koje ćemo poslije iskoristiti u stvaranju!

Nažalost, predložena „Fatamorgana“ nije pozvana na 31. državnu Smotru literarnog, dramsko-scenskog i novinarskog stvaralaštva LiDraNo pa smo propustili taj događaj u Vodicama, ali dogodine će se roditi neke nove ideje i Medicinska škola Osijek opet će imati svoje kreativne, nadahnute kandidate.

Anastasija Mirosavljević, 4.f



NATJECANJE IZ GEOGRAFIJE 2022.

Ekipu GeOsa - predstavnika MŠO na školskom natjecanju iz geografije činili su: Rebecca Rukavina, Luka Zorbas, Dominik Labaj, Leonarda Marodi i Ante Repušić Šipoš. U zahtjevnoj gimnazijskoj konkurenciji županijsku razinu natjecanja dosegno je naš Dominik, koji je bio jedini predstavnik strukovnih škola. Bravo svi, bravo bravo Dominik!

Mentorica: Mirela Grubišić, prof. geologije i geografije

SMOTRA VJERONAUČNOGA STVARALAŠTVA VjeDra

Medicinska škola Osijek školske godine 2021./2022. sudjelovala je na smotri vjeronaučnoga stvaralaštva VjeDra. Smotra je održana 12. svibnja 2022. u prostorima Nadbiskupskoga vikarijata u Osijeku. Na Smotri su sudjelovali učenici osnovnih i srednjih škola Đakovačko - osječke nadbiskupije. Zadatak je bio predstaviti jednu od izabranih tema na kreativan način: Sveti Ignacije Loyola i družba Isusova ili Sveti Josip - uzor za sva vremena. Predstavili smo se



slikovnicom Očevo srce koja je nastala suradnjom učenika Medicinske škole Osijek i Centra za autizam te vjeroučiteljica Karoline Miladinović, Adrijane Lovrinčević i Ivane Dugandžić. Slikovnica je izrađena u digitalnom alatu Book Creator, a sadrži biblijske tekstove u kojima se spominje sveti Josip, autorske crteže i molitve te radove učenika iz Centra za autizam. Na temelju slikovnice izrađeni su straničnici s OR kodom koji su podijeljeni sudionicima Smotre. Skeniranjem koda sudionici su

dobili pristup slikovnici. Medicinsku školu Osijek predstavljali su: Marina Dukarić (1. s3), Ema Živković (2. s1), Dora Živković (2. f), Nives Studenić (2. s3), Ivana Brkić (3. l), Maja Avdaković (4. f), Luka Šubara (4. f) i Marija Bunić (4. f). Centar za autizam predstavljali su učenici: Marin Barišić, Ivona Antičević i Mate Grizelj. Slikovnicu možete pogledati na poveznici

<https://read.bookcreator.com/scpw12u5QvR1zJFC2pZifA0qxCB2/0fymxBZxQTaYD3sILVluPw>

Adrijana Lovrinčević, prof.

SPORTSKA NATJECANJA

Godine 2021./22. učenici Medicinske škole Osijek učestvovali su u raznim natjecanjima i postigli sljedeće rezultate:

GRADSKO NATJECANJE ŠS U FUTSALU ZA MLADIĆE: ispali od ekipe Grados rezultatom 5:3

GRADSKO NATJECANJE SŠ U FUTSALU ZA DJEVOJKE: zapeli su u grupi B gdje su bili zajedno sa ekipama Kune i Grados

GRADSKO NATJECANJE SŠ U KOŠARCI:

DJEVOJKE su osvojile 4. mjesto nakon što su izgubile od GRADOS-a rezultatom 15:24. Ekipu su činile: Ema Matković, Tea Strusa, Emilija Arbutina, Klara Janček, Miljana Poznanović, Amelie Đakovac, Milica Tododrović, a voditelj je bio Anđelko Šimić, nastavnik TZK



MLADIĆI su osvojili 1. mjesto u skupini C, u finalu su se susreli MEDICINAR – GYMNICUS te time izborili nastup na županijskom natjecanju. Na županijskom natjecanju borili su se za 3. mjesto protiv EKONOMAC te izgubili 11:13 i time osvojili 4. mjesto na županijskom natjecanju. Za ekipu su nastupili: Gabrijel Flanjak, Ante Majić, Milan Stevanović, a voditelj je bio Zoran Škrinjarić, nastavnik TZK

KROS:

DJEVOJKE : ekipa je, u sastavu: Sunčica Vrdoljak, Anja Veg, Paula Biber, Laura Alilović, osvojila 4.mjesto, a u pojedinačnom poredku: 3. Sunčica Vrdoljak, 9. Anja Veg, 17. Paula Biber, 26. Laura Alilović

MLADIĆI: u pojedinačnom poredku 4. mjesto Patrik Bregović

GRADSKO NATJECANJE SŠ U ODBOJCI:

DJEVOJKE su osvojile 3. mjesto nakon pobjede nad EKONOMAC rezultatom 2:0 (25:11;25:15). Ekipu su činile: Petra Štepanko, Marina Volmut, Lorena Weinand, Nea Hegyi, Lea Škorvaga, Dora Đaković, Klara Janček.



SLOBODNO PLIVANJE: u pojedinačnom poredku Luka Čarapović osvojio je 1. mjesto
GRADSKO NATJECANJE SŠ U RUKOMETU:

DJEVOJKE su izgubile od ekipe GRADOS rezultatom 19:24 (9:12), čime su završile na 4. mjestu

MLADIĆI su osvojili 3. mjesto nakon što su pobedili ekipu GRADOS 19:24 (9:12). Ekipu su činili: Luka Rolo, Dorian Lazar, Filip Pepić, Filip Lazarević, Karlo Vidošić, Ante Dželalija, Luka Zgrebec, a voditelj je Anđelko Šimić, nastavnik TZK



GRADSKO NATJECANJE ŠS U STOLNOM TENISU ZA MLADIĆE: Domagoj Vinković, Edvardo Pešut i Antonio Bošnjak osvojili su 3. mjesto, a voditelj je bio Zoran Škrinjarić, nastavnik TZK. Pobedili su ekipu GRADOS rezultatom 3:0.

GRADSKO NATJECANJE SŠ U ŠAHU:

DJEVOJKE su osvojile 3.mjesto, a ekipu su činile: Anita Nikolić, Mila Miličević, Nives Perković, Lorena Ugljarević, uz voditelja Anđelka Šimića, nastavnika TZK
MLADIĆI su zauzeli 6. mjesto

GRADSKO NATJECANJE U ATLETICI:

100m – 4. mjesto Jelena Grgić, 11. mjesto Nika Bošnjak

400m – 3. mjesto Nina Šajber

800m – 4. mjesto Amelie Đakovac

1500m – 3. mjesto Sunčica Vrdoljak

Štafeta 100, 200, 300, 400 – 3. mjesto

Skok u dalj – 2. mjesto Miljana Poznanović

Skok u vis – 1. mjesto Anja Veg

Bacanje kugle (4kg) – 5. mjesto Jana Kovač

U ekipnom poredku osvojile su 2. mjesto te tako izborile nastup na županijskom natjecanju gdje su također bile 2. Djevojke su na državnom natjecanju zauzele 14. mjesto.



GRADSKO NATJECANJE U BADMITONU:

DJEVOJKE su osvojile 9. mjesto

MLADIĆI su osvojili 10. mjesto

PRVENSTVO GRADA OSIJEKA U STRELJAŠTVU:

DJEVOJKE su u disciplini 10m serijska zračna puška osvojile 2. mjesto, a u pojedinačnom poredtku Horvat Dorotea osvojila je 4. mjesto (81), Ištuk Mia 6. (64), Johum Magdalena 10. (17).

ŠKOLSKI ŠPORTSKI KLUB MEDICINAR

SVJETSKI DAN SPORTA

Ove godine održan je 26.5. Učenici prvih razreda su zajedno sa svojim razrednicima i profesorima Zoranom Škrinjarićem i Anđelkom Šimićem išli na srednjoškolsko igralište gdje su obilježili ovaj dan natjecanjima u nogometu, odbojci i povlačenju užeta.

BICIKLIJADA

Ove godine nažalost nije održana.

Rafaela Rudić

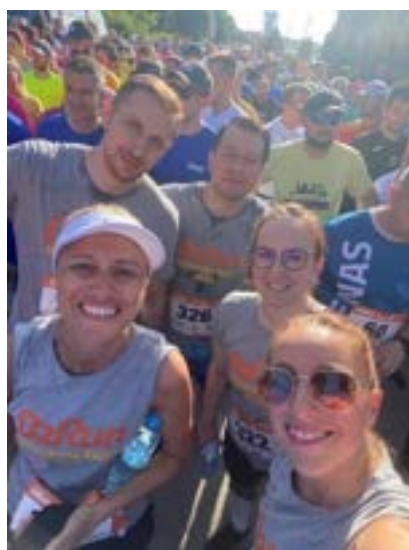
Miljana Poznanović

B2RUN CROATIA – OSIJEK

Da se ne natječu samo učenici, govori i činjenica da već četvrtu godinu, nastavnici naše škole sudjeluju u najvećoj poslovnoj utrci u Republici Hrvatskoj – B2RUN.

Tako se ove godine prijavilo 5 hrabrih zaposlenika škole kako bi otrčali stazu od 5 kilometara po predivnoj osječkoj promenadi 30. lipnja 2022. godine. To su: Ana Azenić, Vukašin Cvetojević, Matea Ćurčija, Mirela Macelaru i Tomislav Rogina. Usprkos vrućini, dobro smo se zabavili i učinili nešto dobro za svoje tijelo.

Ana Azenić, prof.



DRŽAVNO NATJECANJE UČENIKA STRUKOVNIH ŠKOLA – WORLDSKILLS CROATIA 2022.

„Strukovne vještine stvaraju mogućnosti i povezuju. One su temelj gospodarskog razvoja.“
WorldSkills Croatia dio je Agencije za strukovno obrazovanje i obrazovanje odraslih (ASOO).



ASOO posjeduje dugogodišnje iskustvo u organizaciji državnih natjecanja učenika strukovnih škola. Agencija se snažno zalaže za suradnju između sustava strukovnog obrazovanja i industrije. Natjecanja učenika strukovnih škola posjeduju veliki potencijal i teže biti vrijedan alat u promociji i podizanju atraktivnosti strukovnog obrazovanja u Republici Hrvatskoj.

Agencija, pod imenom WorldSkills Croatia, predstavlja Republiku Hrvatsku u WorldSkills International i WorldSkills Europe udruženjima te organizira selekciju i

sudjelovanje hrvatskog tima na EuroSkills i WorldSkills natjecanjima. Članstvo u navedenim udruženjima te iskustvo s međunarodnih natjecanja korisno je u modernizaciji nacionalnih strukovnih natjecanja, a što je prepoznato kao strateški prioritet u razvoju hrvatskog sustava strukovnog obrazovanja do 2020. godine.

Vizija

Priznavanje i promocija izvrsnosti u strukovnim vještinama.

Misija

Promicanje važnosti strukovnih vještina kao osnove za rast hrvatskoga gospodarstva. Podizanje privlačnosti strukovnog obrazovanja i osposobljavanja te nadahnuće mladima pri odabiru strukovnih zanimanja kao poželjnog izbora u karijeri. Razvijanje prepoznatljivosti u suradnji obrazovanja i gospodarstva.

Usmjerenost

Provedba natjecanja kao platforme za učenje, rad, istraživanje, inovacije i suradnju među nastavnicima i dionicima obrazovnog sustava, malog i srednjeg poduzetništva, gospodarstva općenito i šire društvene zajednice te za promociju znanja, vještina, proizvoda i usluga kako bi se ostvario sinergijski učinak na društvo.



Ove je godine od 10. do 12. svibnja 2022. godine na Zagrebačkome velesajmu organizirano Državno natjecanje učenika strukovnih škola – [WorldSkills Croatia 2022.](#) najveći događaj u obrazovanju u Republici Hrvatskoj i najveće natjecanje u ovom dijelu Europe.

Više od 360 najboljih učenika strukovnih škola, uz podršku više od 400 njihovih nastavnika, natjecalo se u više od 40 strukovnih disciplina koje obuhvaćaju

atraktivan spektar od tradicionalnih struka, kao što su frizerstvo i pekarstvo, sve do suvremenih disciplina poput administracija IT sustava ili interdisciplinarnih discipline poput robotike.

Uz sudjelovanje više od 200 strukovnih škola, u šest paviljona, prostor veći od 14.000 m² tijekom tri dana natjecanja posjetilo je više od 10 000 posjetitelja te učenika iz više od 100 osnovnih škola iz cijele Hrvatske i inozemstva.

Strukovna natjecanja prepoznata su na nacionalnoj, europskoj i svjetskoj razini kao važan mehanizam promocije izvrsnosti i privlačnosti strukovnog obrazovanja. U tu svrhu Agencija koristi i sredstva više od 40 milijuna kuna vrijednog ESF-ova projekta čiji je cilj povećati privlačnost i društveni ugled strukovnog obrazovanja i osposobljavanja. Godine obilježene pandemijom COVID-19 i potresima pokazale su više nego ikada važnost tih vještina za funkcioniranje modernoga društva. Ne vidimo uvijek posao koji ovi vješti stručnjaci rade, ali kad je cijeli svijet stao – oni su nastavili raditi.



Jedna od glavnih svrha je i promocija i popularizacija strukovnog obrazovanja te poticanje učenika završnih razreda osnovnih škola na upis u strukovne škole. Posjetom državnome natjecanju WorldSkills Croatia učenici osnovnih škola i njihovi roditelji imaju priliku vidjeti koje mogućnosti pruža strukovno obrazovanje, a mogu se i uvjeriti u atraktivnost strukovnih zanimanja i izvrsnost koju mogu dobiti u strukovnim školama.

FIZIOTERAPUTSKI TEHNIČAR / FIZIOTERAPEUTSKA TEHNIČARKA pomaže ozlijeđenim i bolesnim osobama u unaprjeđenju zdravlja te ublažavanju boli i nadomještanju funkcija u slučajevima kada postoje problemi izazvani tjelesnim, psihičkim i drugim



poremećajima. Fizioterapeutske tehničar sudjeluje u postupcima procjene stanja pacijenta te djelovanja u terapiji kao i u područjima prevencije i evaluacije. Na temelju procjene stanja pacijenta (provedbom dijagnostičkih postupaka), a u skladu s liječničkom dijagnozom i preporukama te ostalim relevantnim podacima, fizioterapeutske tehničar planira, provodi i usavršava terapijski program. Pri

tome koristi različite fizikalne tehnike poput terapijskih vježbi, posebnih manualnih tehnika mobilizacije, facilitacije i sl. Izbor fizikalnih tehnika ovisi o poznavanju kineziologije, patofizioloških mehanizama koji uzrokuju poremećaj kretanja te poznavanju svake terapijske procedure i učinaka tretmana.

I ove godine, po treći put, naša je škola izabrana kao škola domaćin na ovom natjecanju u disciplini fizioterapeutska skrb – fizioterapeutske tehničar / fizioterapeutske tehničarka.

Za provedbu ove vrste natjecanja opremili smo čitav prostor. Dvije prostorije poslužile su kao simulacija naših kabineta i posjedovale su svu opremu za kineziterapiju, fizikalnu terapiju i kineziometriju. Prostorije su služile za izvođenje 1., 2. i 3. zadatka tijekom prvih dviju dana



natjecanja (demonstracija vježbi za kralježnicu, mjerenje opsega pokreta kutomjerom u zglobu kuka i mišićni manualni test za određivanje snage mišića natkoljenice).

Treća prostorija bila je opremljena odgovarajućom IT opremom koja je bila nužna za provođenje 4 zadatka koji se izvodio trećega dana natjecanja. Natjecatelji su izrađivali Power Point prezentaciju kako bi educirali pacijenta o njegovoj bolesti.

Na natjecanju je sudjelovalo osam učenika završnih razreda medicinskih škola koje obrazuju fizioterapeutske tehničare i tehničarke iz cijele Hrvatske.

Ponosni smo što smo odličnom organizacijom, ozbiljnošću i odgovornošću omogućili besprijekornu realizaciju ovoga natjecanja i što smo doprinijeli kvalitetnoj izvedbi ovako značajnoga strukovnoga natjecanja. Zadovoljstvo je bilo još veće jer smo imali priliku uživati gledajući jake snage fizioterapeutskih tehničara kao i demonstraciju njihovih praktičnih znanja i vještina.



WORLD SKILLS CROATIA- ZDRAVSTVENA NJEGA

Agencija za strukovno obrazovanje i obrazovanje odraslih od 10. do 12. svibnja 2022. godine na Zagrebačkome velesajmu organizirala je Državno natjecanje učenika strukovnih škola – World Skills Croatia 2022., najveći događaj u obrazovanju u Republici Hrvatskoj i najveće natjecanje u ovom dijelu Europe. Jedna od glavnih svrha je i promocija i popularizacija strukovnog obrazovanja te poticanje učenika završnih razreda osnovnih škola na upis u strukovne škole. Posjetom Državnome natjecanju World Skills Croatia, učenici osnovnih škola i njihovi roditelji imaju priliku vidjeti koje mogućnosti pruža strukovno obrazovanje, uvjeriti se u atraktivnost strukovnih zanimanja i izvrsnost koju mogu dobiti u strukovnim školama.

Učenica Lana Nađ i mentorica Martina Tot Vesić sudjelovale su u disciplini Zdravstvena njega. Nakon 3 dana natjecanja kući smo ponijeli najbolji poklon za Međunarodni dan sestrinstva – osvojeno prvo mjesto u disciplini Zdravstvena njega. Sudjelovanje na World Skillsu donijelo nam nova iskustva, buduće suradnje, prijateljstva i nove izazove.



VOLONTIRANJE



DRUŽENJE S UKRAJINCIMA

U sklopu manifestacije Hrvatska volontira 14. svibnja učenici Medicinske škole Osijek družili su se s djecom, mladima i ženama iz Ukrajine, našim novim sugrađanima.



Igrali su društvene igre, pleli kolutove, isprobavali kuhati i kušati ukrajinska jela. U početku svi su bili malo sramežljivi i suzdržani, no uz ukusni obrok započeo je razgovor i druženje. Isprobali smo dva jednostavna recepta koja čine najčešći ukrajinski đački doručak. Naše učenike s mladima iz Ukrajine spojila je udruga Breza, zahvalni smo im, vjerojatno će se neka poznanstva pretvoriti u sljedeća druženja.

Cilj nam je bio pomoći tim ljudima pri snalaženju u novoj sredini, razmijeniti iskustva, učiti nove riječi i vještine. Članovi Volonterskog kluba nadice još jednom su pokazali kako osluškiju trenutak u kojem živimo i rado se uključuju u život zajednice. Pomaganje drugima svojevrsan je oblik i samopomoći i jačanja svoje osobnosti. Ovu akciju koordinirale su profesorice Mirela Grubišić i Đurđica Radić. Uskoro planiramo novu aktivnost, druženje s mladima iz udruge obitelji djece s autizmom DAR. Pozivamo sve da se priključe našoj šetnji i druženju u šarenoj dvorani Medicinske škole Osijek početkom lipnja.



Đurđica Radić, prof.

72 SATA BEZ KOMPROMISA

Volonterke Medicinske škole Osijek i su ove školske godine sudjelovale u hvalevrijednoj akciji 72 sata bez kompromisa, volonterskom projektu u kojem volonteri pristaju odvojiti dio svog slobodnog vremena posvećujući se radu za opće dobro u zajednici, a što će raditi saznaju tek na dan akcije. Skupina od čak 17 vrijednih volonterki ove je jeseni provela volontersku akciju u udruzi Mogu.

Djevojke su čistile travu na velikom igralištu namijenjenom terapiji i aktivnostima pomoću konja.





Udruga Mogu bavi se terapijskim i rekreacijskim jahanjem, održava edukativne programe za mlade u kojima ih poučava boravku u prirodi, sa životinjama, odmaknute od mobitela i virtualnih izazova.



Učenice su se naradile, ali dan je bio ispunjen smijehom i zafrkancijom, druženjem s volonterima iz drugih škola i životinjama.

Sve su izrazile zadovoljstvo sudjelovanja u ovoj akciji i želju da u volonterskom projektu 72 sata bez kompromisa sudjeluju i sljedeće godine. Učenicama su se pridružile profesorice Adrijana Lovrinčević, Mirela Grubišić i Đurđica Radić.

Đurđica Radić, prof.



STRUČNA PUTOVANJA



STRUČNO PUTOVANJE PETIH RAZREDA

Dana 8. rujna 2021. učenici 5.s1 i 5.s2 razreda Medicinske škole Osijek krenuli su na svoje kratko stručno putovanje, uz pratnju stručnih nastavnika Ljiljane Grdić, Marka Macekovića i Marije Maras. Učenici su započeli svoju pustolovinu obilaskom Bolnice sveti Rafael u Strmcu. To je specijalna bolnica za psihijatriju i palijativnu skrb.

Obilazak su započeli predavanjem o samim počecima osnivatelja, bolničkom Redu svetog Ivana, predavanje je održao jedan od redovnika. Nakon kratkog predavanja pozdravila ih je ravnateljica bolnice te glavna sestra, one su također održavale kratka predavanja o samoj bolnici i sestrinskoj skrbi. Nakon posjeta u Strmcu, svoje putovanje nastavili su prema Karlovcu, gradu na četiri rijeke i, između ostalog, obišli su akvarij Aquatika.

Aquatika je slatkovodni akvariji koji s ponosom predstavlja sve autohtone vrste riječnih riba. Nakon ugodne vožnje stigli su u svoje glavno odredište, Selce. Sljedeći dan svoju pustolovinu nastavljaju u Crikvenici, posjetili su Thalassoterapiju, medicinski centar koji primjenjuje more kao najljekovitiji čimbenik rehabilitacije. Djelatnici su ih proveli kroz cijeli centar i upoznali ih s njihovim načinom rada sestrinske skrbi i rehabilitacije. Sljedeće odredište njihovog putovanja je otok Krk, upoznali su njegovu dugu i raznoliku povijest. Prvo stajalište bilo je naselje Punat, smješteno na istočnoj obali puntarske drage.

Putovanje zatim nastavljaju katamaranom koji ih vodi do obližnjeg otočića Košljuna. Košljun ili, kako ga Krčani nazivaju, Mostir šumski je prirodni rezervat i spomenik kulture. Ondje su obišli franjevački samostan te muzej s brojnim arheološkim predmetima. Spomenuti rezervat prirode poznat je upravo po hrastu crnika ili takozvanom kamenom hrastu, koju se koristio za izgradnju brodova i to za izgradnju samog dna upravo zato što je jak i izdržljiv.

Vožnju nastavljaju prema jednoj od najljepših plaža Kvarnera, Baškoj, ondje provode slobodno vrijeme uživajući u njenim ljepotama. Nakon divnih pejzaža odlaze u grad Krk, grad poznat po svojim povijesnim znamenitostima, kao što su katedrala, zidine, kaštel te poznata četvora vrata koja vode u stari dio grada. Svoje putovanje završavaju 11. rujna dolaskom u Fužine, ondje obilaze poznatu špilju „Vrelo“. Vrelo je ukrašeno raznim spiljskim ukrasima i motivima, ondje je snimana jedna od scena poznatog filma „Winnetou“. Totem koji se prikazuje u navedenom filmu i dan danas stoji u predivnoj špilji, a teži samo 5 kilograma.

Svoje zajedničko i slobodno vrijeme provodili su uz pjesme i ples te su stvorili nova prijateljstva i produbili ona već stara. Poučeni mnogim iskustvima, znanjima i stvarajući nove uspomene i priče završili su svoje putovanje, koje će, vjerujemo, pričati još dugi niz godina.

Učenici 5.s1 i 5.s2





STRUČNA EKSKURZIJA 2. I 3. FT RAZREDA, THALASSOTHERAPIA OPATIJA - THALASSOTHERAPIA CRIKVENICA

Učenici 2. ft i 3. ft razreda, u pratnji nastavnika struke: Ivane Marček i Jage Lucića, posjetili su dvije zdravstvene ustanove u Opatiji i Crikvenici od 28. do 29. travnja 2022. Prvi dan posjetili su Talasoterapiju Opatiju, Specijalnu bolnicu za medicinsku rehabilitaciju bolesti srca, pluća i reumatizma Primorsko - goranske županije. Temeljem zasluga i primjeni visokih stručnih standarda, 1998. godine Thalassotherapia Opatija postala je Referentni centar za zdravstveni turizam i medicinski programirani odmor Ministarstva zdravlja Republike Hrvatske. Učenicima je objašnjen način pružanja zdravstvenih usluga u sklopu kardiologije, reumatologije i fizikalne medicine te rehabilitacije, sportske medicine i medicinskoga wellnessa. Drugi dan posjetili su Thalassotherapiu Crikvenica, drugu Specijalnu bolnicu u istoj županiji, no ustanovu s drugačijim zdravstvenim uslugama koja se bavi posebice rehabilitacijom respiratornih i ortopedskih oboljenja. Položaj joj je na samoj uvali kristalno čistoga mora, šljunčanoj plaži i 6 km dugoj šetnici, u parku mediteranskoga zelenila. Idealna je za talasoterapijsko liječenje, oporavak i odmor. U obje ustanove učenici su imali prilike čuti o metodama rada, vidjeti nove uređaje za fizikalnu terapiju, a neke i isprobati. Srdačnost i otvorenost domaćina doprinijela je dodatnom oduševljenu grupe. Ovakav pristup nastavi pruža drugačiji doživljaj struke, upoznavanje s novim metodama rada te dodatno motivira učenike na istraživanje i pronalazak budućega mjesta na tržištu rada.

Ivana Marček, mag. physioth





STRUČNA EKSKURZIJA 4.f RAZREDA

Učenici 4.f razreda s razrednicom Renatom Gal, prof. i nastavnicom stručnih predmeta Marikom Ćebo, mag. pharm., boravili su na stručnoj ekskurziji 8. i 9. svibnja 2022.

Prvoga dana ekskurzije posjetili su Park znanosti u Oroslavju, gdje ih je dočekaao vlasnik i osnivač, Luka Veverec, koji je bio i vodič tijekom obilaska. Na zanimljiv način učenicima je predstavio eksponate te ih uključio u brojne aktivnosti i natjecanja tijekom obilaska. Ostatak dana učenici su proveli u termama Jezerčica, a sljedećega dana posjetili su Botanički vrt Prirodoslovno-matematičkog fakulteta u Zagrebu. Uz stručno vodstvo magistre Ćebo učenici su upoznali biljne vrste zastupljene u Botaničkom vrtu, njihovo porijeklo i posebnosti uzgoja pojedinih vrsta biljaka, potrebne prilagodbe klimatskih uvjjeta i tla te važnost pravilnoga uzgoja ljekovitoga bilja za očuvanje ljekovitih sastojaka biljaka. Učenici su tijekom posjeta bili aktivno uključeni brojnim komentarima o biljkama koje su im poznate s nastavnih sati kao i pitanjima vezanim uz botaniku i farmakognoziju.

Planirani ishodi stručne ekskurzije u cijelosti su ostvareni.



JEDNODNEVNA EKSKURZIJA UČENIKA PRVIH RAZREDA U MOHAČ I PEČUH

Svako putovanje je događaj koji služi za opuštanje, druženje, stvaranje uspomena, ali i za učenje. Dobrog raspoloženja, puni pozitivne energije te željni druženja i zabave krenuli smo na svoju dugo očekivanu jednodnevnu ekskurziju 1. lipanja 2022., a izbor je pao na dva mađarska grada duge povijesti: Mohač i Pečuh. Razrede 1. dt., 1. ft., 1. l, 1. s1, 1. s2 i 1. s3 na putovanju su pratile razrednice: Marina Pilj Tomić, Mirela Grubišić, Ivana Petric, Anita Ivanković, Gabrijela Roguljić, Karolina Miladinović i Ivana Prus.

Putujući prema odredištu, uživali smo u predivnom baranjskom pejzažu i divnom sunčanom danu koji je bio kao stvoren za naše kratko ali slatko putovanje. Prvo odredište bio je Mohač, grad na jugu Mađarske koji leži na desnoj obali Dunava. Taj grad poznat je po bitci na Mohačkom polju koja se dogodila 1526. godine kada su Turci porazili ugarsko-hrvatsku vojsku. Pokraj Mohačkog polja nalazi se Muzej Mohačke bitke i spomen-park te glavna zgrada izvedena u obliku ugarske kraljevske krune koja je ujedno mađarska nacionalna simbolika.

Poseban dojam ostavlja spomen-park, tj. Memorijalni park sa svojih 120 stupova koji simboliziraju poginule vojnike i otvorena grobnica. Obilazeći Mohačko polje te slušajući vodiča, saznali smo puno o prošlosti Hrvata u vrijeme zajedničke države s Mađarima te prepoznali značaj očuvanja hrvatske kulture izvan granica Republike Hrvatske. Putovanje smo nastavili prema Pečuhu, koji je grad prijatelj našeg voljenog grada Osijeka. Pečuh nas je posebno oduševio brojnim građevinama, crkvama, džamijama, secesijskim fasadama, tj. bogatom poviješću i arhitekturom.

Katedrala sv. Petra i Pavla vrijedna je posebne pažnje zbog romaničkog stila gradnje i zato što simbolizira bogatu i burnu mađarsku povijest. Još jedna impresivna građevina na središnjem Gradskom Szecheny trgu je Gazi Kasim, pašina džamija, koja je pretvorena u kršćansku crkvu. Vanjski izgled te građevine svjedoči o povijesnom turskom utjecaju. Upravo ta građevina ujedinjuje islamsku i kršćansku arhitekturu. Obišli smo i tvornicu keramike Zsolnay, vidjeli razne eksponate u Zsolnay muzeju, statuu grifona i još puno toga. Pogled nam je zastao u ulici Janusa Pannoniusa gdje se nalazi čelična ograda s mnoštvom lokota. Saznali smo da te lokote stavljaju zaljubljeni parovi kako bi „zaključali“ svoju ljubav i kako bi ona bila vječna i neuništiva. Nakon razgledavanja raznih znamenitosti, uputili smo se u trgovački centar „Arkad“ gdje smo se okrijepili i odmorili. Zadovoljni svime što smo vidjeli i doživjeli, krenuli smo kući puni dojmova.

Putovanja često ljude ostavljaju bez riječi zbog svega viđenog i doživljenog, ali isto tako ljude pretvaraju u pripovjedače koji žele svoje dojmove podijeliti sa svima, kao što to želimo i mi. Upoznavanje novih ljudi, okoline, običaja, kulture, povijesti te proširivanje znanja samo su jedan mali dio ovog putovanja. Ovo novo iskustvo ispisat će novu stranicu knjige naših života koju svakodnevno nadopunjujemo osjećajima, uspomenama, doživljajima i svime onime što želimo zauvijek pamti.

Lora Ivić, 1. dt





JEDNODNEVNA EKSKURZIJA U ZAGREB NA DENTEX

Međunarodni sajam dentalne medicine – Dentex – jedva je čekao nakon pauze zbog pandemije opet otvoriti svoja vrata. Učenici 1. dt i 3. dt. razreda, u pratnji svojih profesora i strukovnih suradnika Marine Pilj Tomić, Vesne Mihaljević i Eugena Pandže, također su jedva dočekali priliku za posjet ovako važnom događaju, pa su 10. lipnja 2022. već u 6:00 svi bili spremni za polazak.

Na Zagrebačkom je velesajmu atmosfera već bila zahuktala jer mi smo stigli drugoga od tri dana u kojima se događao ovaj najznačajniji regionalni dentalni sajam. Uz brojne izlagače koji su prezentirali najsuvremeniju opremu i alate za rad u području dentalne medicine, učenici su mogli poslušati i predavanja stručnjaka te se informirati o najnovijim znanstvenim dostignućima i postupcima u radu. Ovo je poslovno okupljanje dentalne industrije i dentalne struke toga petka ponudilo zanimljive teme: brušenje za ljusku (DDM), dentalna fotografija (DT), asistiranje u protetici (DA), sportski štitnik za zube (DDM), motivacija pacijenta u provođenju pravilne oralne higijene (DA), važnost pravilne prehrane kod oralnog zdravlja, upravljanje stresom uz tehnike relaksacije, uzimanje otisaka u protetici i slično.

Najatraktivnija je bila ordinacija uživo – velika staklena prostorija u kojoj je stomatolog s dentalnom asistenticom pokazao rad u živo na pacijentici, a svaki se korak postupka mogao vidjeti i na velikim ekranima postavljenima pred gledalištem staklene ordinacije. Tako su učenici, uz stalno tumačenje postupaka stomatologa i dentalne asistentice, mogli vidjeti i detaljan rad u krupnom planu na ekranima koji su glas stomatologa i dentalne asistentice pratili snimkom postupka u krupnom planu.

Nakon uzbudljivog i poučnog posjeta sajmu, na kojemu smo bili jako ponosni sresti i naše bivše učenike kao predstavljače novih znanja i tehnologija, uputili smo se prema centru Zagreba kako bismo uživali u sunčanome danu i okrijepili se šetnjom glavnim gradom Lijepe naše.

U kasnim popodnevnim satima krenuli smo put Osijeka, puni dojmova, novih spoznaja i želje za stvaranjem što više ovakvih zajedničkih iskustava.





ZAVRŠNI RADOVI



Učenica: Jana Marčinković, 5.s1

Mentorica: Ljiljana Grdić, mag.med.techn.

ZDRAVSTVENA NJEGA BOLESNIKA KOD OPERACIJE

ŠTITNJAČE

1. UVOD

Štitnjača (*lat. Glandula thyroidea*) je endokrina žlijezda smještena ispod dušnika, neposredno ispod grkljana. Sastoji se od dva režnja koje povezuje isthmus, suženi most. Blago je crvene boje zbog mnogobrojnih krvnih žila koje je opskrbljuju krvlju. Štitnjača luči dva glavna hormona koja se razlikuju po broju molekula joda. Hormoni su tiroksin (T4) koji ima četiri molekule joda i trijodtironin (T3) koji ima tri molekule joda. Velik utjecaj na rad štitnjače ima hipofiza, važna endokrina žlijezda, koja lučenjem tireotropnog hormona (TSH) potiče lučenje T3 i T4 hormona.

1.1. Definicija bolesti

Bolesti štitnjače su raznolike te su sve češći zdravstveni problem današnjice, a u tri puta većem broju zahvaćaju žensku populaciju. Struma, bolest tireoidne autonomije, upala štitnjače i tumori štitnjače su učestale bolesti. Iako su sve navedene bolesti česte, najveći broj oboljelih od bolesti štitnjače boluju od hipotireoze, bolest smanjenog izlučivanja hormona štitnjače i hipertireoze, bolest pojačanog izlučivanja hormona štitnjače.

Struma ili poznatije guša je povećana štitnjača. Najčešće zahvaća žensku populaciju u različitoj dobi, to jest pet do deset puta je češća u žena.

1.2. Etiologija bolesti

Uzroci bolesti štitnjače mogu biti različiti, a često i nepoznati. Nedostatak joda, kronična autoimuna upala štitnjače, autoimuna bolest štitnjače, poremećaj sinteze i lučenja tireoidnih hormona česti su uzroci bolesti štitnjače. Najčešći je uzrok strume manjak joda koji uzrokuje endemsku gušavost dok ostale vrste struma imaju nepoznatu etiologiju.

1.3. Klinička slika

Simptomi koji se očituju u kliničkoj slici bolesnika oboljelog od bolesti štitnjače su različiti. Većinom su jednaki bez obzira na uzrok bolesti. U bolesnika sa strumom nisu prisutne poteškoće u funkciji štitnjače, ali jedna od glavnih tegoba je uvećana, bezbolna štitnjača. Može se javiti otežano gutanje, otežano disanje, promuklost i kašalj. U ranoj fazi bolesti struma je mekana, simetrična i glatka, a u kasnijoj fazi razvijaju se čvorovi i ciste. Hormoni T3 i T4 su u granicama normalne, a TSH može biti blago povišen.

1.4. Dijagnostika

Dijagnoza bolesti štitnjače se postavlja laboratorijskim pretragama za određivanje hormona štitnjače, scintigrafijom te ultrazvukom štitnjače. Dijagnosticiranje strume započinje kliničkim pregledom vrata, laboratorijskim pretragama razine hormona T3 i T4 kojim se potvrđuje ili isključuje poremećaj funkcije žlijezde te ultrazvukom (UZV) kojim se detaljno određuje veličina štitnjače i prisutnost čvorova. Ukoliko je štitnjača čvorasta provodi se scintigrafija kojom utvrđujemo aktivnost čvorova ili mogućnost karcinoma štitnjače.

1.5. Liječenje

Liječenje ovisi o etiologiji bolesti. Netoksična struma ne zahtijeva specifično liječenje za razliku od simptomatske strume s dinamikom rasta. Radioaktivni jod se primjenjuje za smanjenje strume te su potrebni redoviti ultrazvučni pregledi i prema potrebi citološke punkcije. U slučaju neučinkovitosti radioaktivnog joda ili sumnje na malignu tvorevinu provodi se kirurški zahvat kao način liječenja.

2. PRIKAZ SLUČAJA

Tijekom pisanja završnoga rada iz Zdravstvene njege kirurških bolesnika na Klinici za otorinolaringologiju i kirurgiju glave i vrata u Kliničkom bolničkom centru Osijek, od 25. travnja do 2. svibnja 2022. godine pratila sam bolesnicu L.J.

2.1. Stanje bolesnika pri prijmu

Iz razgovora s bolesnicom i medicinske dokumentacije doznajem da je bolesnica L.J. rođena 2003. godine (18 godina), učenica srednje poljoprivredne škole koja živi s roditeljima te starijim bratom i sestrom. Dolazi na Kliniku za otorinolaringologiju i kirurgiju glave i vrata kao redovan prijam u nedjelju, 24. travnja 2022. godine. Razlog prijma je struma desnog režnja štitnjače. Dolazi u pratnji oba roditelja. Prijašnje hospitalizacije negira, navodi kako do sada nije teže bolovala. Nema stalnu terapiju. Alergična je na amoksicilin. Ne puši i ne konzumira alkoholna pića. Bolesnica je u ožujku ove godine napipala čvor na desnoj strani vrata. Obratila se liječniku obiteljske medicine koji ju je uputio kod specijalista otorinolaringologije na Kliniku za otorinolaringologiju i kirurgiju glave i vrata. Specijalist otorinolaringologije učinio je ultrazvuk štitnjače kojim je uočeno povećanje desnog režnja štitnjače. Nakon ultrazvuka bolesnica je poslana na laboratorijske pretrage određivanje razina T3, T4 i TSH hormona, nalaz je bio uredan. Upućena je na citološku punkciju, a nalaz je negativan na maligne tvorevine. Promatranjem je uočeno kako joj nije potrebna pomoć pri hranjenju, kupanju, vršenju nužde, promjeni položaja u krevetu, oblačenju i češljanju. Aktivno se bavi plesom i ide u šetnje s psom. Ima tri obroka dnevno, a to su doručak, ručak i večera. Navodi kako se pokušava zdravo hraniti i uspostaviti uravnoteženu prehranu. Slatkiše ne konzumira, jede samo kuhanu hranu. Nema ograničenja u prehrani. Ne unosi dovoljno tekućine tijekom dana, oko pola litre, najviše litru. Najčešće pije vodu te povremeno kavu ili čaj, sokove ne pije. Negira poteškoće pri gutanju i alergije na hranu. Mokri četiri puta dnevno, nema bolova tijekom mokrenja. Stolica je uredna, a nuždu ima do tri puta dnevno. Nema poteškoća s prekomjernim znojenjem. Spava 6 -7 sati, dnevno obično liježe oko ponoći, a budi se oko 6 ujutro zbog odlaska u školu. Negira probleme sa spavanjem. Bolesnica je pri potpunoj svijesti, na pitanja odgovara suvislo i nema zapreka u komunikaciji. Nosi naočale za čitanje. Doživljava se kao prijateljski nastrojena osoba i lako uspostavlja komunikaciju. Navodi da su obiteljski odnosi dobri, a oni su joj uvijek najveća podrška. Smatra se religioznom, često ide u crkvu. Vjera joj pomaže i olakšava stresne situacije. Glava je normalno simetrična, srednje velika i većinom razmjerna tijelu. Vrat je pokretan, blago je izbočena štitasta žlijezda s desne strane, prsni koš je pravilnog oblika, nema promjena na koži. Ruke i noge su simetrične, nema vidljivih promjena boje kože niti ozljeda. Tjelesna težina iznosi 63 kilograma, a tjelesna visina 165 centimetara. Indeks tjelesne mase (ITM) iznosi 23,14 kg/m², omjer tjelesne visine i težine je u granicama normale. Normalno je pokretna, hoda primjerenom brzinom, sama zauzima položaj u krevetu. Pri potpunoj svijesti doživljava cjelovitosti vlastite osobnosti, svoju okolinu, vremenski i prostorno orijentirana. Temperatura tijela pri prijmu iznosila je 36,4 °C izmjerena tubarno, krvni tlak je bio u granicama normalne, 120/80 milimetara žive (mmHg), a vrijednost pulsa je iznosila 70 otkucaja u minuti. Disanje bez napora, eupnoično, 16 puta u minuti.

2.2. Stanje bolesnika tijekom provođenja zdravstvene njege

Bolesnicu započinjem pratiti u neposrednoj prijeoperacijskoj pripremi na dan operacije 25. travnja 2022. godine.

2.2.1. Opća prijeoperacijska priprema

Svrha je priprave bolesnika za operaciju osigurati mu najbolju moguću psihičku, fizičku, socijalnu i duhovnu spremnost za kirurški zahvat.

2.2.1.1. Psihička priprema za operaciju

Svrha je psihičke pripreme osigurati bolesnici najbolju moguću psihičku spremnost na kirurški zahvat. Psihičku pripremu bolesnice započeo je liječnik specijalist otorinolaringologije koji je postavio indikaciju za kirurško liječenje. Objasnio je važnost kirurškog zahvata, predviđenu duljinu boravka u bolnici, moguće ishode operacije i moguće poteškoće ili komplikacije. Daljnju pripremu nastavila je provoditi medicinska sestra, koja je razgovorom i uključivanjem bolesnice u zdravstvenu njegu stvorila pozitivnu klimu te poticala bolesnicu na postavljanje pitanja. Osim usmenog objašnjenja dobila je i informirani pristanak u kojemu je detaljnije objašnjena sama bolest, kirurški zahvat i odgovori na česta pitanja. Bolesnica je izjavila da slobodnom voljom, utemeljenoj na potpunoj obaviještenosti i preporukama koje je dobila u pisanom i usmenom obliku, pristaje na bolničko liječenje. Bolesnica navodi prisutnost straha. Roditelji, brat i sestra su joj podrška od samog početka, a kada ima bilo kakvih nedoumica ili pitanja obrati se sestrama ili liječnicima na odjelu.

2.2.1.2. Fizička priprema za operaciju

Fizička priprema pokazuje bolesnikovo zdravstveno stanje i spremnost za operacijski zahvat. Ona obuhvaća 4P, a to su: pretrage, poučavanje, prehrana bolesnika i priprema probavnog sustava. Bolesnici su obavljene rutinske pretrage koje omogućuju procjenu općeg zdravstvenog stanja, nužne zbog anestezije i kirurškog zahvata i pretrage uvjetovane osnovnom bolešću zbog kojeg je indicirano kirurško liječenje. Učinjene opće prijeoperacijske pretrage su biokemijske pretrage, koagulacijske

pretrage i hematološke pretrage. Biokemijske pretrage krvi su: glukoza u krvi, bilirubin, kalij, natrij, kalcij, amilaze, kreatinin, urea, transaminaze i C-reaktivni protein (CRP). Hematološke pretrage krvi su: kompletna krvna slika (KKS) koja se sastoji od crvene krvne slike (CKS), diferencijalne krvne slike (DKS) i trombocita. U CKS pripadaju eritrociti, hemoglobin i hematokrit. U DKS pripadaju leukociti. Koagulacijske pretrage krvi su: vrijeme krvarenja, vrijeme zgrušavanja i aktivno parcijalno trombotično vrijeme. Također se vadi krv za određivanje krvne grupe i Rh – faktora, uzet je uzorak urina. Napravljeni su elektrokardiogram (EKG) i radiografija (RTG) srca i pluća, oba nalaza su uredna. Obavljen je pregled anesteziologa koji je odobrio operacijski zahvat, a bolesnica je upoznata s važnošću potpisivanja anesteziološkog upitnika. Nakon što su bolesnica i roditelji upoznati s važnim informacijama, bolesnica je potpisala anesteziološki upitnik. Od posebnih pretraga učinjeni su UZV štitnjače i citološka punkcija. Bolesnica je uz sve pretrage priložila negativan PCR (Polymerase Chain Reaction) test na Covid-19. Prehrana bolesnice je prije operacije uvjetovana njezinim stanjem, indikacijom, vrstom i mjestom kirurškog zahvata. Dijeta joj nije uvjetovana bolešću i prema nomenklaturi Kliničkog bolničkoga centra Osijek (KBC Osijek) propisana joj je „X“ dijeta, dijeta u kojoj nema ograničenja, a bogata je makro i mikronutrijentima. Poučena je vježbama dubokog disanja zbog postizanja bolje ventilacije pluća, oksigenacije krvi i tkiva, mobilizacije bronhalnog sekreta te sprječavanje pojave atelektaze i upale pluća; vježbama iskašljavanja čija je svrha usmjeriti sekret prema gornjim dišnim putovima i omogućiti i pospješiti iskašljaj nakon operacije; vježbama nogu i stopala radi poboljšanja cirkulacije krvi nakon operacije te sprječavanje nastanka tromboze dubokih vena. Za operaciju štitnjače nije potrebno provoditi posebnu pripremu probavnog sustava.

2.2.2. Neposredna prijeoperacijska priprema

Neposredna prijeoperacijska priprema bolesnice za operacijski zahvat sastoji se od pripreme dan prije operacije te pripreme na dan operacije.

2.2.2.1. Priprema bolesnika dan prije operacije

Zdravstvena je njega bolesnice dan prije operacije usmjerena na procjenu njezina zdravstvenog stanja, kontrolu učinjenih pretraga, provođenje osobne higijene, pripremu operacijskog polja, a tijekom provođenja intervencija medicinskih sestara, razgovora s bolesnicom pružajući joj psihološku potporu razgovorom, odgovaranjem na pitanja i stvaranjem pozitivne klime. Provjereno je jesu li učinjene sve pretrage i nalazi, koji su posloženi kronološkim redom. Bolesnica je upoznata s pristankom za operaciju koji je potpisala. Izmjereni su vitalni znaci, vrijednost temperature iznosila je 36,1 °C izmjerena tubarno, krvni tlak je u granicama normale, 120/70 mmHg. Disanje bez napora i eupnoično. Puls lako pipljiv,

eukardičan, 67 otkucaja u minuti. Bolesnica je za večeru dobila lako probavljivu hranu i upozorena je da nakon večere ništa ne jede, do ponoći smije piti tekućinu, a nakon ponoći i ujutro ne smije ništa piti, ništa jesti niti žvakati žvakaću gumu. Upućena je o provođenju osobne higijene te se otuširala s 25 mililitara (ml) antiseptične otopine. Tijekom provođenja osobne higijene treba obratiti pozornost na područje oko nosa, aksila, pupka, prepona i perineuma. Postupak ponoviti dva puta uz pranje kose. Oprala je zube radi sprječavanja poslijeoperacijske komplikacije, poslijeoperacijskog parotitisa. Radi sprječavanja duboke venske tromboze i nastanka tromba primijenjen je antikoagulans Clezan 40 i.j., s.c. u 22 sata. Primijenjen je anksiolitik, Dormicum ½ tablete 1,5 mg., per os u 22 sata kako bi se bolesnici omogućio miran san.

2.2.2.2. Priprema bolesnika na dan operacije

Priprema bolesnika na dan operacije važan je čimbenik za uspješnost kirurškog zahvata. Bolesnica je natašte i nema menstruaciju. Izmjereni su vitalni znaci. Temperatura tubarno iznosila je 36,3 °C, puls eukardičan, 70 otkucaja u minuti, a krvni tlak je u granicama normale 110/80 mmHg. Bolesnica je upućena na obavljanje osobne higijene s 25 ml antiseptične otopine bez pranja kose, oprala je zube. Bolesnički krevet je čist, opran i dezinficiran, namješten kao za inkontinentnog bolesnika. Upozorena je da skine naočale. Kosu je zavezala gunicom i stavila kapu na glavu radi sprječavanja opadanja kose i prenošenja mikroorganizama s otpadnute kose. Obučena joj je košulja koja se veže straga kao benkica. Upućena je da se prije operacije pomokri kako bi se spriječila mogućnost inkontinencije. Postavljeni su elastični zavoji na potkoljenice radi prevencije nastanka tromba tijekom operacije. Stavljena joj je identifikacijska narukvica s imenom, prezimenom, godinom rođenja, matičnim brojem i brojem bolesničke sobe. Na odjelu je pripremljena povijest bolesti sa svim nalazima, dokumentacijom i temperaturnom listom, sestrijska dokumentacija, sestrijska kontrolna lista (prijeoperacijska lista s popisom provjera) te je sva dokumentacija još jednom provjerena. Bolesnica je u pratnji medicinske sestre dovezena i predana u operacijski blok te se sva dokumentacija predaje sestri u operacijskom bloku. U operacijskom bloku primijenjena joj je propisana premedikacija. Primijenjen je lijek za održavanje opće anestezije, Propofol, 20 miligrama (mg)/ml, i.v., 10:00 h i anksiolitik, Dormicum, 3 mg., i.v., 10:00 h.

2.2.3. Poslijeoperacijska zdravstvena njega

Svrha je poslijeoperacijske zdravstvene njege što prije postići stanje u kojem će bolesnik samostalno zadovoljiti svoje potrebe. Bolesnici je u općoj anesteziji učinjena tireoidektomija desnog režnja štitnjače. Operacija je započela u 10:40 sati, a završila je u 12:40 sati. Nakon operacije premještena je s pokretnih kolica na bolnički krevet. Vraćena je na odjel pri svijesti i stabilnih vitalnih funkcija.

Zdravstvena je njega u ranome poslijeoperacijskom tijeku usmjerena na praćenje zdravstvenog stanja, uklanjanje tjelesnih simptoma, sprječavanje i prepoznavanje komplikacija te sprječavanje infekcije. Za poslijeoperacijsku zdravstvenu njegu potreban je pripremljen i provjeren pribor koji mora biti uz bolesnikov krevet. Taj pribor čine: aspirator, pribor za primjenu kisika, tlakomjer, stalak za infuziju, pribor za primjenu lijekova, bubrežaste zdjelice i staničevina. Osigurani su joj mikroklimatski uvjeti: vlažnost i temperatura zraka. Bolesnica je postavljena u Fowlerov položaj zbog povoljnije ventilacije pluća i lakšeg iskašljavanja. Prvi poslijeoperacijski dan mjereni su vitalni znaci (puls, disanje, krvni tlak, temperatura) svakih pola sata u prva tri sata. Vrijednosti krvnog tlaka izmjerene električnim tlakomjerom iznosile su: sistolički 115 – 130, a dijastolički 70 – 85 mmHg. Tjelesna temperatura mjerena tubarno bila je od 36,6 do 36,9 °C, a puls je od 60 do 73 otkucaja u minuti. Frekvencija disanja iznosila je 15 – 18 respiracija u jednoj minuti. Promatranjem nisu uočene promjene na koži. Četiri sata nakon operacije bolesnica ustaje uz pratnju medicinske sestre. Mokrila je četiri sata nakon operacije, a stolicu je imala drugi poslijeoperacijski dan. Tijekom kirurškog zahvata uveden je Redon – dren koji se sastoji od plastične cijevi s mnogo rupica na jednom kraju cijevi, a drenaža se obavlja s pomoću boce s niskim negativnim tlakom. Promatran je drenažni sadržaj i zavoji, količina drenažnog sadržaja iznosila je 5 ml. Redon – dren izvađen je prvog poslijeoperacijskog dana. Prvog poslijeoperacijskog dana liječnik je proveo prvo previjanje u aseptičnim uvjetima, suho sterilno, rana cijeli primarno. Medicinska sestra tijekom razgovora s bolesnicom provodi kontrolu govora te procjenu stanja glasnica. Kontrola govora provodi se zbog promuklosti koja može biti prolazna pojava nakon operacije, a jače izražena promuklost posljedica je ozljeda živca rekurensa. Bolesnica je upućena da ne govori puno kako ne bi naprezala ranu jer naprezanje rane može uzrokovati reaktivno krvarenje i hematome. Medicinska sestra je poticala bolesnicu na provođenje vježbi dubokog disanja, iskašljavanja i nogu i stopala, s kojima je upoznata u fizičkoj prijeoperacijskoj pripremi za operaciju. Primijenjena je propisana terapija, fiziološka otopina 0,9% NaCl, 500 ml, iv., 14:00 h o Ringerova otopina, 500 ml, iv., 15:00 h. Liječnik je nakon operacije propisao antiemetik, Reglan, ampula 5mg/5ml, i.m., pp. i analgetik, Perfalgan, ampula, 10 mg/ml, pp., ali terapija nije primjenjivana jer bolesnica nije imala poslijeoperacijskih poteškoća. Učinjene su laboratorijske pretrage za određivanje kalcija u krvi zbog mogućnosti nastanka

hipokalcijemije, vrijednosti su bile u granicama normale. Trećeg poslijeoperacijskog dana provedeno je previjanje rane u aseptičnim uvjetima, suho sterilno, a nakon toga je bolesnica otpuštena kući.

2.2.4. Poslijeoperacijske poteškoće

Poslijeoperacijske poteškoće su mučnina, povraćanje, bol, žeđ, štućavica, nadutost, problemi sa stolicom i mokrenjem. Javljaju se kao posljedica djelovanja anestetika i lijekova, prestanka djelovanja anestetika, kirurškog zahvata, bolesnikove aktivnosti, promjene u uzimanju hrane i tekućine i drugih duševnih te tjelesnih poteškoća u prilagodbi na novo stanje. Zdravstvena je njega operiranih bolesnika usmjerena i na prepoznavanje poslijeoperacijskih poteškoća te njihovo umanjivanje ili otklanjanje. Bolesnica u poslijeoperacijskom tijeku nije imala poteškoća.

2.2.5. Poslijeoperacijske komplikacije

Poslijeoperacijske su komplikacije opasnost za sve operirane bolesnike. One mogu produljiti bolesnikov oporavak nakon operacije, ali su i opasnost za uspješnost kirurškog zahvata. Poslijeoperacijske komplikacije su: poslijeoperacijski šok, dekubitus, respiratorne komplikacije, tromboza dubokih vena i poslijeoperacijski parotitis. Zdravstvena je njega bolesnika usmjerena na sprječavanje i prepoznavanje poslijeoperacijskih komplikacija i provedbu intervencija iz djelovanja rada medicinske sestre. U prijeoperacijskoj zdravstvenoj njezi provedene su intervencije kojima su prevenirane sve poslijeoperacijske komplikacije. U neposrednoj prijeoperacijskoj pripremi na dan operacije, bolesnici su na obje potkoljenice postavljeni elastični zavoji u svrhu sprečavanja tromboze dubokih vena. Na dan operacije bolesnica je provela higijenu usne šupljine te time prevenirala poslijeoperacijski parotitis. U općoj prijeoperacijskoj pripremi bolesnica je poučena vježbama dubokog disanja i iskašljavanja zbog prevencije respiratornih komplikacija. Bolesnica uz pomoć medicinske sestre ustaje četiri sata nakon operacije i time sprječava nastanak svih mogućih poslijeoperacijskih komplikacija.

2.2.6. Prehrana bolesnika nakon operacije

Bolesnica je nakon operacije štitnjače prva 24 sata na parenteralnoj prehrani. Prva četiri sata nakon operacije ne smije ništa uzimati na usta, a nakon četiri sata smije piti tekućinu. Drugi poslijeoperacijski dan, prema nomenklaturi KBC-a Osijek, propisana joj je „P“ dijeta (pasirana obična dijeta). Poteškoće prilikom gutanja negira. Treći poslijeoperacijski dan bolesnica, prema nomenklaturi KBC-a Osijek,

prelazi na „X“ dijetu. Upućena je na važnost uzimanja hrane bogate bjelančevinama, vitaminima, ugljikohidratima uz dostatan unos tekućine.

2.2.7. Zdravstveni odgoj

Zdravstveni je odgoj započeo liječnik u psihološkoj pripremi za operaciju, a nastavila ga je medicinska sestra. Upućena je važnost redovitog obavljanja svih pretraga. Upozorena je kako ne smije podizati nikakav teret niti se saginjati kako se rubovi rane ne bi razdvojili. Liječnik ju je uputio na važnost dolaska na kontrole. Poučena je pravilima pravilne prehrane i tjelovježbe kojima će održavati kvalitetu života.

3. ZAKLJUČAK

Tijekom izrade završnoga rada iz predmeta Zdravstvena njega kirurških bolesnika na Klinici za otorinolaringologiju i kirurgiju glave i vrata u Kliničkom bolničkom centru Osijek u trajanju od 25. travnja do 2. svibnja 2022. godine pratila sam bolesnicu L.J., s dijagnozom *Struma glandula thyroidea dextra*. Bolesnicu počinjem pratiti na dan operacije, njezin drugi dan hospitalizacije. Bolesnica je dobro podnijela operaciju, oporavak je prošao bez poslijeoperacijskih komplikacija. Uz sve potrebne upute bolesnica je otpuštena kući 28. travnja 2022. godine

4. LITERATURA

1. Kovačić N. i sur. Anatomija i fiziologija, Medicinska naklada, Zagreb, 2006.
2. Prlić N. Zdravstvena njega - opća, Školska knjiga, Zagreb, 2014.
3. Prlić N. Zdravstvena njega kirurških bolesnika – opća, Školska knjiga, Zagreb, 2014.
4. Prlić N. Zdravstvena njega kirurških bolesnika – specijalna, Školska knjiga, Zagreb, 2014.
5. Marinković J., Dijagnostika i liječenje bolesti štitnjače, Bolesničke novine KBC „Sestre milosrdnice“, studeni 2013. godine
https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.kbcm.hr/wp-content/uploads/2017/03/Novine_2013-11.pdf&ved=2ahUKEwit2a_rjD3AhXChv0HHYwoB5MQFnoECB8QAQ&usg=AOvVaw0veysS1ajFGzcc_dFCRVZp

Datum pristupa: 26. travnja 2022. godine

Učenica: Mirna Kralj, 5. s2

Mentorica: Ivana Hardi, mag. med. techn.

ZDRAVSTVENA NJEGA STARIJE OSOBE OBOLJELE OD DEMENCIJE/S DEMENTIVNIM PROMJENAMA

1. UVOD

Aktivno zdravo starenje uključuje prigodu novim okolnostima, spoznajama te stalnom učenju i otkrivanju prednosti u starenju i starosti. Starost je javnozdravstveni problem jer broj starijih od 65 i više godina neprekidno i ubrzano raste te je ona sve zastupljenija, posebno u ekonomski razvijenim državama. Republika Hrvatska, prema klasifikaciji Ujedinjenih naroda (UN - a), pripada četvrtoj skupini država Europe s vrlo starom populacijom. S obzirom da je demencija stigmatizirana, potrebno je svakodnevno ulagati napore kako bi se to promijenilo. To je najbolje činiti obrazovanjem populacije ali i usporedno osposobljavajući što veći broj stručnjaka koji se izravno i neizravno susreću s osobama s demencijom. Važno je spomenuti da nitko nije imun na oboljenje od demencije. Ona je zastupljenija u starijoj dobi, ali može se razviti i kod mlađega stanovništva. Demencija je zastupljenija u žena više nego u muškaraca (1).

1.1. Definicija bolesti

Demencija (lat. dementia: bezumlje) zajednički je naziv za progresivni i trajni gubitak intelektualnih sposobnosti stečenih tijekom života. Funkcija mozga oslabljena je do te mjere da utječe na uobičajen društveni i intelektualni život oboljele osobe. Temeljna je oznaka demencija oštećenje više funkcija moždane kore među kojima se ističu: poremećaji pamćenja, kognitivne smetnje shvaćanja, mišljenja i prosuđivanja, dezorijentacija u vremenu, mjestu i osobama, promjene ponašanja i osobnosti bolesnika (2). Demencije se klasificiraju u: primarne i sekundarne. Četiri najčešća tipa demencije su: Alzheimerova bolest (AD), vaskularna demencija (VaD), frontotemporalna demencija (FTD) i demencija Lawryjeva tijela (LBD) (3).

1.2. Etiologija

Primarne su demencije skupina neurodegenerativnih bolesti koje imaju progresivni tijek. Razlikujemo dvije vrste, a to su: kortikalne i subkortikalne primarne demencije. Kortikalne demencije započinju u moždanoj kori, a karakterizira ih sljedeće: kognitivne poteškoće te

promjene osobnosti i ponašanja. Subkortikalne demencije započinju u dubljim slojevima mozga, a karakterizira ih sljedeće: mentalna usporenost, apatija, promjene raspoloženja, gubitak motivacije, a kasnije i pojava kognitivnih smetnji (4).

1.3. Klinička slika

Simptome demencije dijelimo na: kognitivne smetnje, psihološke smetnje i smetnje ponašanja. Simptomi karakteristični za kognitivne smetnje su: otežano učenje, slaba koncentracija, zaboravljivost, jezične poteškoće, otežano razumijevanje, nedostatak riječi i otežano imenovanje predmeta. Karakteristike psiholoških smetnji su: depresivna raspoloženja, razdražljivost, tjeskoba, uznemirenost, halucinacije, sumanute ideje i određeni strahovi. U smetnjama ponašanja često je prisutan psihomotorni nemir, konfuzno ponašanje, prebiranje po odjeći te je poremećen obrazac ritma spavanja. Može biti prisutna pojačana zbunjenost u večernjim satima. Tada je osoba uznemirena te je sklona padovima. Takvo stanje nazivamo delirantno stanje ili sindrom zalaska sunca. Još razlikujemo i neurološke i tjelesne simptome kao što su: tremor, gubitak težine i mišićne mase, manjak apetita, otežano gutanje, slabljenje pokretnosti, inkontinencija, sklonost padovima, povećana osjetljivost organizma i sklonost upalama. S obzirom na tijek bolesti i promjene stanja bolesnika razlikujemo četiri faze bolesti. Blagi kognitivni poremećaj može označavati predstadij demencije. U toj fazi učestale su smetnje pamćenja i ponašanja koje ne utječu na svakodnevni život i obavljanje aktivnosti bolesnika. Zatim, u demencija blagoga stupnja bolesnik je zaboravan, gubi stvari, teže se izražava, nepovjerljiv je, dekoncentriran te je moguća pojava depresije i bezvoljnosti. Oslabljena je orijentacija u vremenu i prostoru. Takav bolesnik sposoban je živjeti u svom prostoru ali uz tuđu pomoć. Sljedeća je faza demencija umjerenoga stupnja. Bolesnik zaboravlja mjesta i imena, govor mu nije strukturiran ili ga izbjegava. Ne može biti sam jer je dezorijentiran u vremenu i prostoru, promjenjiva je raspoloženja te su prisutni: strah, halucinacije i sumanute ideje. Takav bolesnik mnogo se kreće, luta te je u povećanom riziku od pada. Bolesniku je potreban cjelodnevni nadzor uz pomoć za obavljanje osnovnih životnih funkcija. Posljednja je faza teška demencija. Takav bolesnik treba pomoć prilikom obavljanja svih osnovnih životnih funkcija. Inkontinentan je, udovi mu postaju ukočeni, komunikacija je oskudna, gubi na težini te odbija hranu i tekućinu. Takvom je bolesniku potreban domski smještaj stacioniranoga tipa (4).

1.4. Dijagnostičke metode pretraga

Dijagnostičkim metodama pretraga mogu se odrediti sami uzroci demencija. Ipak, glavna metoda pretraga za dijagnosticiranje demencije su: anamneza i detaljan fizikalni pregled bolesnika. Za otkrivanje oštećenja mozga, koji može biti uzrok demencije, koristi se računalna tomografija (CT), magnetna rezonanca (MR), pozitronska emisijska tomografija (PET), scintigrafija mozga (SPECT) i elektroencefalografija (EEG). Laboratorijskim pretragama krvi mogu se otkriti reverzibilni uzroci demencije. Pretrage krvne slike, serološki testovi na sifilis, HIV i boreliju te mnoge druge pretrage. Upalni uzroci u mozgu mogu se otkriti pregledom cerebrospinalne tekućine. Anamneza se najčešće prikuplja od članova obitelji zbog dezorijentiranosti bolesnika (5).

1.5. Liječenje

Liječenje možemo podijeliti na: farmakološko i nefarmakološko. Farmakološko liječenje podrazumijeva konzumaciju lijekova koji imaju povoljan učinak na mozak te ublažavaju simptome bolesti. Danas su na hrvatskom tržištu prisutna dva antidementiva. To su: donepezil i memantin. Donepezil se prepisuje bolesnicima s blagim kognitivnim poremećajem, s demencijom blagog stupnja ili s demencijom umjerenoga stupnja. Memantin se prepisuje bolesnicima s teškom demencijom. Kada pričamo o nefarmakološkom liječenju, podrazumijeva se kognitivni trening, stimulacija prisjećanja, orijentacija u stvarnom vremenu, prilagođavanje prostora bolesniku, prepoznavanje bolesnikovih želja i potreba, radno - okupacijska terapija (5).

1.6. Epidemiologija

Demencija se može pojaviti u bilo kojoj životnoj dobi, ali najveći broj oboljelih osoba starije su životne dobi, 5 % bolesnika ranije starosti (između 65 i 74 godine), 40 % bolesnika duboke starosti (starije od 85 godina). Demencija predstavlja drugi uzrok invalidnosti bolesnika starijih od 70 godina te sedmi uzrok smrti (6). Prema najnovijim podacima trenutačno u svijetu od demencije boluje otprilike 50 milijuna ljudi, a predviđa se da će se taj broj utrostručiti do 2050. godine. U istočnoj Aziji živi najveći broj oboljelih od demencije, zatim u zapadnoj Europi, potom u južnoj Aziji i u Sjevernoj Americi. Predviđa se da će se u razdoblju od 2015. do 2050. godine u slabije razvijenim državama povećati postotak oboljelih za 264 %. U razvijenim državama povećat će se za 227 %, a u slabo razvijenim za 116 % (7). Prema procjenama iz 2019. godine podatci pokazuju da trenutačno u Republici Hrvatskoj živi oko 100.000 osoba s demencijom te da svaka 3 sata jedna nova osoba oboli od demencije (6).

2. CILJ RADA

Cilj rada provođenja zdravstvene njege kod korisnice oboljele od nespecificirane demencije je uočavanje i prepoznavanje promjena u vanjskom izgledu, stanju svijesti, pokretljivosti, promjeni položaja, vitalnim znakovima, izlučevinama te usmjeravanje zdravstvene njege k ublažavanju i/ili otklanjanju poteškoća. Potrebno je utvrditi znanja i stavove korisnice s ciljem pozitivne motivacije i poučavanja o bolesti, prehrani, kvaliteti i životnom nadzoru.

3. PRIKAZ SLUČAJA

3.1. Stanje korisnice prije dolaska u Dom

Tijekom provođenja praktičnoga dijela završnoga rada u Domu za starije i nemoćne osobe Osijek, od 25. travnja do 2. svibnja 2022. godine, pratila sam korisnicu A. S., rođenu 21. siječanja 1947. godine. Korisnica A. S. primljena je u Dom 23. prosinca 2019. godine, s dijagnozom nespecificirana demencija. Iz razgovora s korisnicom saznala sam da je rođena u selu Vajska u Republici Srbiji. Završila je osam razreda osnovne škole te je bila zaposlena u tkaonici Svilana d. d. Osijek. U mirovini je. Prije dolaska u Dom živjela je na adresi A. Starčevića 25, 31221 Josipovac. Korisnica ima sina koji ima 52 godine te unuke. Udovica je. Ima sestru Ivu i brata Sašu. Navodi da je bila povezana sa svojom majkom te da osjeća tugu zbog njezina gubitka. Također je osjećala strah jer je imala osjećaj kako navodi: „Sada se nitko nema brinuti za mene.“ Iz dokumentacije saznajem da je korisnica A. S. bila na prvom pregledu kod psihijatra 27. prosinca 2019. godine. Tada se psihijatru požalila da je primijetila da unazad godinu dana slabije pamti. Žalila se na vrtoglavice unazad dva mjeseca od spomenutoga pregleda. Tada joj je bila propisana terapija Oksazepam 10 mg tablete, per os, po potrebi kod uznemirenosti. Na sljedećem pregledu korisnica je bila dezorijentirana u vremenu, ali uredno orijentirana u prostoru i osobama. Osiromašio joj se govor. Postala je depresivnija. Nakon toga pregleda korisnici je bio prepisan Donepezil Pliva 5 mg, per os, uvečer. Psihijatar ju je uputio na CT mozga. Nalaz CT - a mozga prikazao je da je prisutna atrofija moždanog parenhima. Korisnica je, uz dijagnosticiranu nespecificiranu demenciju, bolovala i od šećerne bolesti tipa 2 te osteoporoze. Od terapije je primala Meglucon 500 mg tablete per os, 1 tableta dnevno. Oksazepam 10 mg tablete per os, po potrebi. Plivit D3 oralne kapi per os, četiri do pet kapi dnevno. Euthyrox 75 mikograma tablete per os, jednom dnevno i Synordia 20 mg tablete per os, jednom dnevno. Korisnica se ne može prisjetiti je li išla na redovite kontrole prije dolaska u Dom, a nedostatak dokumentacije upućuje na nebrigu o bolesti. Nikada nije pušila niti prekomjerno uživala u alkoholu. Alergična je na penicilin. Nije imala problema sa stolicom niti

sa snom. Navodi da je u mladosti često kuhala i samostalno obavljala kućanske poslove. Najviše je voljela kuhati juhu od povrća. Često se molila Bogu prije spavanja. Podatci koje su dali članovi obitelji korisnice upućivali su na to da je korisnica, dok je bila u vlastitom domu, prestala kuhati, spremati, obavljati osobnu higijenu te da je zaboravljala jesti. Novčanice je prepoznavala likom, ali više nije imala osjećaj vrijednosti, tako da su joj svakodnevne aktivnosti poput odlaska u trgovinu postajale sve teže. Zbog navedenih podataka članovi obitelji odlučili su da je korisnici potreban domski smještaj.

3.2. Stanje korisnice pri prijmu i do dana praćenja

Iz razgovora s korisnicom i iz medicinske dokumentacije (temperaturna lista) saznala sam kako je pri prijmu korisnica A. S. bila optimistična te joj se sviđjela okolina i sam prostor na koji se relativno brzo priviknula. Prilikom prvoga dolaska nije osjećala nikakve tegobe. Vitalni znakovi bili su optimalnih vrijednosti. Tjelesna težina korisnice prilikom prijma iznosila je 60 kilograma, a tjelesna visina 158 cm. Indeks tjelesne mase (ITM) iznosio joj je 24.0. Korisnica navodi kako su joj obroci koje dobiva u Domu količinski dovoljni, ali ponekad između obroka pojede i kekse. Navodi da sve voli jesti, osim ribe jer: „Previše dugo ju moram čistiti“. Korisnica nema prednje zube, no to joj ne stvara problem prilikom hranjenja. Navodi da ne voli piti vodu, ali pije sokove od kojih su joj najdraži voćni sokovi. Također, navodi da ide mokriti prema potrebi, tri do četiri puta na dan joj je eliminacija tekućine razmjerna količini unesene tekućine. Nema problema sa stolicom, a veliki nuždu obavlja svaki drugi dan. Korisnica je najčešće išla spavati u 20 sati, a najčešće se budila u 6 sati što čini 10 sati sna. Najdraža aktivnost joj je šetnja. Korisnica cijeli dan šeta po Domu. Također, voli gledati televizijski program i plesati. Do sada je bila prisutna na svim aktivnostima koje su bile organizirane, na rođendanima, kada dođu svirači i na misama. Dijelila je sobu s još jednom korisnicom Doma. Nedavno se promijenio raspored u Domu te se promijenila korisnica s kojom dijeli sobu. U dobrim je odnosima s novom korisnicom. Također, voli svakodnevno razgovarati s medicinskim sestrama i ostalim zaposlenicima Doma. Korisnica, na upit, sebe opisuje kao veselu i društvenu osobu. Od prijma do dana početka praćenja u Domu za starije i nemoćne osobe Osijek provela je tri godine. Korisnici je šećerna bolest tipa 2 bila dijagnosticirana prije otprilike dvije godine. U vremenskom razdoblju otkako je korisnica u Domu redovno joj se provjerava razina glukoze u krvi (GUK) te svakih šest mjeseci vadi krv za krvne pretrage. Zadnji put u Domu GUK joj je izmjeren 15. veljače 2022. godine. Vrijednosti su bile sljedeće: u 8 sati 6, 1 mmol/L, u 10 sati 8, 8 mmol/l, u 12 sati 9, 5 mmol/L, u 15 sati 7, 3 mmol/L, u 17 sati 8, 3 mmol/L, u 21 sat 11,

4 mmol/L i u 3 sata 7, 2 mmol/L. Korisnica ne ide na kontrole zbog osteoporoze. Iz dokumentacije saznajem da je ponovno bila na pregledu kod psihijatra koji je ustanovio da nije mogla zapamtiti niti najjednostavnije upute. Nije se mogla sjetiti vlastitoga datuma rođenja, nije znala koliko ima godina te nije znala gdje se nalazila niti zašto. Psihijatar je ustanovio da testiranje nije bilo moguće zbog pobuđenosti korisnice te pasivnog otpora i straha od neuspjeha. Iz tih podataka doznajem da je zdravstveno stanje korisnice imalo progresivan tijek. U propisanoj terapiji korisnice prije dolaska u Dom i za vrijeme boravka u Domu do dana praćenja došlo je do promjene terapije. Korisnica je u Domu od terapije uzimala Donepezil, 10 mg, per os, navečer, Dekristol 20000 internacionalnih jedinica (IU), per os, ujutro samo ponedjeljkom. Iz terapije je izbačen Donepezil Pliva 5 mg i Plivit D3 oralne kapi. Ostatak terapije ostao je nepromijenjen. Prilikom boravka u Domu pojavili su se novi problemi, no ne zdravstveni već društveni. Korisnica je ponekad znala obilaziti tuđe sobe, uzimati stvari i preslagivati ih na druga, nepredviđena mjesta. Kada se korisnicu pita o njezinoj obitelji, spominje samo majku i baku. Sina se ne može prisjetiti. Njezin sin redovito dolazi nedjeljom kako bi ju odveo na obiteljski ručak te mu ona svaki puta prepozna lik.

3.3. Stanje korisnice tijekom provođenja zdravstvene njege

Korisnicu počinjem pratiti 25. travnja 2022. godine. Promatranjem korisnice i prikupljajući podatke s temperaturne liste saznala sam sljedeće:

3.3.1. Pregled, promatranje i fiziološka mjerenja korisnice

Glava je simetrična, srednje velika i razmjerna tijelu. Koža glave je blago ružičaste boje. Vlasište je njegovano, a boja kose je prirodne, sijede boje. Na obrazima ima izražene staračke pjege te ranu ispod lijevoga oka. Rana je nastala tako što se korisnica češala. Budući da ima šećernu bolest tipa 2, rane joj sporije zarastaju. Lice korisnice je simetrično, bez oteklina ali s izraženim jastučićima ispod očiju. Prisutne su i bore. Bjeloočnice su bijele boje, nema problema s vidom i sluhom. Ne koristi nikakva pomagala za vid niti za sluh. Nema prednje zube. Vrat je pokretljiv i simetričan. Na vratu je prisutna rana koju je korisnica samostalno izazvala. Prsni koš je simetričan i uobičajenoga oblika. Nema promjena na dojčkama ni na boji kože. Trbuh je simetričan, bez izražene nadutosti i bez promjena na koži. Nema deformacija na udovima. Korisnica je pri svijesti, no često nije svjesna sebe niti svog stanja. U razgovoru svjesno navodi

u kojoj se državi nalazi i u kojem gradu, no uz upit ne zna navesti koje je godišnje doba, koji je dan, datum, mjesec niti godina. Korisnici sam imenovala tri predmeta (olovku, papirić i uskršnju dekoracija zeca), od kojih je ona uspjela ponoviti dva (olovku i papirić). Korisnica nije u stanju računati unazad oduzimajući po sedam. U razdoblju u kojem sam pratila korisnicu u razgovoru primijetila sam da je samo u jednom slučaju korisnica bila svjesna zdravstvenoga stanja. Naime, pitala sam ju li doručkovala, na što je ona potvrdno odgovorila. S obzirom na to da sam znala da korisnica nije doručkovala ponovno sam ju upitala. Zatim je rekla: „Oprosti, malo sam se pogubila. Nisam još doručkovala.“. Temperatura tijela na dan početka praćenja iznosila je 36, 2 °C, a izmjerena je beskontaktnim toplomjerom. Korisnica je afebrilna. Puls je iznosio 65 otkucaja u minuti izmjeren na radijalnoj arteriji. Korisnica ima eukardiju. Krvni tlak izmjeren tlakomjerom na pero i osluškivan stetoskopom na lijevoj nadlaktici iznosio je 125 mm/Hg sistolički i 80 mm/Hg dijastolički. Korisnica ima optimalan krvni tlak. Frekvencija disanja iznosi 16 udisaja u minuti. Prisutna je eupneja. Na dan početka praćenja imala je 58 kg tjelesne težine i 158 cm tjelesne visine. ITM korisnice iznosi 23, 2. Prema kriterijima ITM - a za odrasle koje je odredila Svjetska zdravstvena organizacija (SZO) ima poželjnu težinu.

3.3.2. Pomoć korisnici pri tjelesnoj aktivnosti

Korisnica je uobičajeno pokretna. Hoda primjerenom brzinom, izmjeničnim pokretima obiju nogu i aktivno zauzima položaj u krevetu. Navodi kako joj u krevetu najviše odgovara položaj s podignutim uzglavljem. Svakodnevno samostalno šeta po hodnicima Doma. Barem dva puta tijekom smjene šeta izvan sobe te po sobi barem jednom svaka dva sata tijekom dana.

3.3.3. Pomoć korisnici pri obavljanju osobne higijene i odijevanju

Korisnica je u stanju samostalno obaviti osobnu higijenu i samostalno se odjenuti, ali uz obavezan poticaj medicinske sestre. Događalo se da legne spavati u složeni krevet, odjevena u odjeću i obuvena u obuću, sve dok ju medicinska sestra ne uputi u spremanje kreveta za spavanje, presvlačenje u pidžamu i osobnu higijenu prije spavanja. Prema rasporedu u Domu kupa se svaki utorak u 19 sati. Do kupaonice dolazi hodajući. Najviše se voli kupati kako ona navodi: „Ni pretoplom, ni prehladnom vodom.“. Ima svoj šampon za tuširanje te češalj kojim se redovno češlja. Redovito ju se potiče na pranje zuba ujutro kada se probudi i navečer prije spavanja. Odijevati se može samostalno ali također uz poticaj. Navodi da najviše voli nositi svoju vestu crvene boje.

3.3.4. Pomoć korisnici pri unosu hrane i tekućine

Korisnica za doručak, ručak i večeru, dobije uglavnom kuhanu hranu na poslužavniku koji joj se donosi u sobu. Ima primjerenu prehranu. Nema prednje zube, no to joj ne stvara problem prilikom hranjenja. Može samostalno jesti. Ponekad ju je potrebno poticati, ali uglavnom kada vidi da se dijeli doručak, ručak ili večera na hodniku uđe u sobu i pripremi se za objed. Pojede više od polovine dobivenoga obroka. Propisana joj je dijeta prilagođena za šećernu bolest tipa 2. Svoju čašu često gubi pa nema iz čega piti tekućinu. Zbog toga ponekad unese manje tekućine nego što bi trebala. Voli jesti raznovrsnu hranu, a najviše voli piti voćne sokove.

3.3.5. Pomoć korisnici pri eliminaciji

Korisnica redovito mokri, tri do četiri puta dnevno. Navodi kako se nekada noću zna buditi zbog nagona na mokrenje. Urin je jantarne boje, bistar, blagoga i nenapadnoga mirisa. Količina unesene tekućine razmjerna je količini izlučene tekućine. Korisnica svaki dan koristi uloške za inkontinenciju jer ima stres inkontinenciju. Stolicu ima redovito jednom u dva dana. Nema problema s defekacijom, povraćanjem i kašljem. Znojenje je umjereno.

3.3.6. Pomoć korisnici pri odmoru i spavanju

Korisnica nema problema sa spavanjem. Najčešće legne nakon završene njege oko 20 sati, a budi se oko 6 sati, što čini 10 sati sna. Navodi kako ne sanja često, ali kada sanja, sanja o svojoj majci. Najdraži i najčešći oblik odmora joj je gledanje televizijskoga programa iz kreveta.

3.3.7. Pomoć korisnici pri komunikaciji

Korisnica razgovara s medicinskim sestrama, drugim zaposlenicima Doma te s drugim korisnicima Doma. S drugim korisnicima Doma razgovara o različitim svakodnevnim temama. Voli se šaliti i često je moguće primijetiti osmijeh na njezinom licu. Razgovor s korisnicom, vezano za njezin osobni život, je otežan jer se uglavnom ne može prisjetiti podataka o vlastitom životu. Kada sam vodila intervju s korisnicom, učestalo se vraćala na njoj tragičan događaj iz prošlosti, odnosno na majčinu smrt. Prilikom razgovora o majčinom gubitku pokazivala je tugu.

3.3.8. Pomoć korisnici u zadovoljavanju vjerskih potreba

Korisnica je kršćanske vjeroispovijesti. Redovno prisustvuje događajima koji su organizirani u Domu pa tako i Svetoj Misi. Na pitanja o religioznosti odgovara da se često zna pomoliti prije spavanja ali u sebi jer kako navodi: „Ne mora to svatko slušati.“

3.3.9. Podjela i primjena lijekova

Korisnica primjenjuje terapiju koju su propisali liječnici psihijatar, liječnik obiteljske medicine i dijabetolog.

3.4. Zdravstveni odgoj i edukacija korisnice

Osnovano promatranjem i provedenim intervjuom s korisnicom A. S. savjetujem primjenu hidratantne kreme za vrijeme osobne higijene kako bi se koža hidrirala, smanjio svrbež i samim time spriječio nastanak rana koje teško zarastaju. Za sprječavanje nastanka rana savjetujem redovito provoditi higijenu noktiju, tako da se pazi na dužinu i oštrinu noktiju. Savjetujem uporabu pamučnih rukavica za vrijeme spavanja kako bi se izbjeglo nesvjesno češanje kože. Za probleme s pamćenjem savjetujem korisnicu da si na papire zapisuje sve važne događaje, osobe, imena i datume. Savjetujem da te papire zalijepi na zid pored kreveta ili na ormar kako bi joj ti podatci uvijek bili lako uočljivi. Zbog problema s gubljenjem čaše savjetujem uporabu jednokratnih čaša tako da joj čaša uvijek bude dostupna kada ožedni. Savjetujem da nastavi konzumirati količinu hrane kao i do sada te se nastavi kretati, no da poveća oprez kako bi se spriječio pad. Za sprječavanje pada savjetujem nošenje udobne obuće, bez potpetica i s gumenim potplatom. Također, savjetujem da nastavi prisustvovati na događajima i aktivnostima na kojima je i do sada prisustvovala, a koji se održavaju u Domu. Savjetujem i da nastavi razgovarati s ostalim korisnicima i osobljem.

4. ZAKLJUČAK

Tijekom provođenja praktičnoga dijela završnoga rada u Domu za starije i nemoćne osobe Osijek, pratila sam korisnicu A. S. u starosti od 75 godina, s dijagnozom nespecificirana demencija. U ovom završnom radu objasnila sam definiciju bolesti, etiologiju bolesti, kliničku sliku, dijagnostičke metode pretraga, liječenje i epidemiologiju. Demencija je zajednički naziv za progresivni i trajni gubitak intelektualnih sposobnosti stečenih tijekom života (2). Simptomi bolesti su: kognitivne smetnje, psihološke smetnje i smetnje ponašanja (4). Glavna metoda pretraga za dijagnosticiranje demencije je anamneza i detaljan fizikalni pregled bolesnika (5). Liječenje oboljelih provodi se konzumacijom antidementiva (5). Demencija je uglavnom zastupljena u ljudi sa starijom životnom dobi, ali pogađa i mlađe stanovništvo (1). Trenutačno u svijetu od demencije boluje otprilike 50 milijuna ljudi. Demencija je društveni ali i javnozdravstveni problem jer se procjenjuje da će se trenutačni broj oboljelih utrostručiti do 2050. godine (7). Pratila sam korisnicu u razdoblju od 25. travnja do 2. svibnja 2022. godine. Promatranjem i intervjuom zaključujem da korisnica ima progresivni tijek bolesti. Također,

zaključujem da je korisnica samostalna u obavljanju osnovnih životnih funkcija, no potreban je poticaj za obavljanje istih. U ovom radu objasnila sam pregled, promatranje i fiziološka mjerenja korisnice, pomoć korisnici pri tjelesnoj aktivnosti, obavljanju osobne higijene i odijevanju, unosu hrane i tekućine, eliminaciji, odmoru i spavanju, komunikaciji, obavljanju vjerskih potreba, primjeni i podijeli lijekova te zdravstveni odgoj korisnice. Medicinska sestra ima značajnu ulogu u ublažavanju simptoma i prilagodbi na novonastalo stanje te na sprječavanju stigmatizacije bolesnika oboljelih od demencije.

5. LITERATURA

1. Kozina, M., Lukšić Puljak, M. (2019.). Zdravstvena njega starijih osoba. Zagreb: Školska knjiga.
2. Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje. Leksikografski zavod Miroslav Krleža, 2021. Datum pristupa: 20.4.2022.
Dostupno na: <https://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=14471>
3. Ferencz, B., Gerristen, L. (2015.). Genetics and underlying pathology of dementia: PubMed. National Library of Medicine.
Datum pristupa: 20.4.2022. Dostupno na: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25567624/>
4. Richter, S. (2021.). Može li se demencija liječiti?: PLIVA zdravlje. Datum pristupa: 20.4.2022. Dostupno na: <https://www.plivazdravlje.hr/aktualno/clanak/35120/Moze-li-se-demencija-lijeciti.html#45469>
5. Matković Ferreri, V. (2018.). Demencija: PLIVA zdravlje. Datum pristupa: 20.4.2022. Dostupno na:
<https://www.plivazdravlje.hr/aktualno/clanak/30794/Demencija.html#40302>
6. Mimica, N. (2019.). Primjeri prijateljskih inicijativa usmjerenih prema osobama s demencijom u Hrvatskoj. Socijalna psihijatrija; str. 249. Datum pristupa: 25.4.2022. Dostupno na: https://www.bib.irb.hr/1069782/download/1069782.Socijalna-psihijatrija-2019_3_za-web_BKR.pdf
7. Alzheimer's Research UK. Global prevalence. Dementia Statistic Hub. Datum pristupa: 26.4.2022. Dostupno na: <https://www.dementiastatistics.org/statistics/global-prevalence/>
8. Prlić, N. Zdravstvena njega – opća. Školska knjiga. Zagreb: 2014.

Učenica: Lorena Lučić, 5.s2

Mentorica: Martina Tot Vesić

ZDRAVSTVENA NJEGA BOLESNIKA S DEKOMPENZACIJOM SRCA

1. Uvod

1.1 Definicija bolesti

Srčana dekompenzacija stanje je u kojemu srce ne može održati normalan minutni volumen krvi jer srčani mišić nema potrebnu snagu za izbacivanjem dovoljne količine krvi u krvne žile, a koja je nužna za metaboličke potrebe organizma.

1.2 Etiologija bolesti

Do srčane dekompenzacije mogu dovesti svi patološki procesi koji oštećuju srce. Najčešći su uzroci akutnog srčanog zatajenja fibrilacija atrijska, ventrikularna tahikardija, infekcije (pneumonija, sepsa), nepridržavanje preporuka o unosu tekućine i uzimanju lijekova, konzumacija alkohola i droga, lijekovi (nesteroidni antireumatici, kortikosteroidi), akutne mehaničke ozljede (trauma toraksa, ruptura aorte, kronična opstruktivna plućna bolest) i cerebrovaskularni i moždani udar. Čimbenici su rizika za nastanak bolesti arterijska hipertenzija, šećerna bolest, preboljeni srčani udar, koronarna bolest ili prirođena srčana mana.

1.3 Klinička slika

Kod bolesnika oboljelog od srčane dekompenzacije možemo uočiti znakove dispneje kao što su otežano disanje s ortopnoičnim položajem u mirovanju, dispneja, Cheyne-Stokesova disanja i tip srčane astme. Pojavljuju se aritmija i tahikardija u mirovanju, cijanoza te edemi i otekline kardijalnog tipa. Edemi se javljaju na gležnjevima i potkoljenicama te skrotumu kod muškaraca pri sjedenju ili stajanju, na leđima pri ležanju, slijede silu težu, „tvrđi su na pritisak“, koža je blijeda, suha, napeta i sjajna, moguća je pojava generaliziranog edema- anasarke i izljeva u trbušnu šupljinu- ascitesa. Urin je tamnije boje i visoke specifične gustoće, javlja se noćno mokrenje i smanjeno je izlučivanje mokraće. Ostali znakovi i simptomi koji se mogu pojaviti su nabrekle vene vrata, anoreksija, pasivnost bolesnika, nadutost i malaksalost.

1.4 Dijagnostičke metode pretraga

Dijagnoza se postavlja na temelju kliničke slike, elektrokardiograma (EKG), rendgena (RTG) srca i pluća, ultrazvuka (UZV) srca te ponekad scintigrafije i mjerenja centralnog venskog tlaka (CVT).

1.5 Liječenje

Liječnici pristupaju liječenju na tri načina: liječi se osnovni uzrok, isključuju se čimbenici koji mogu pogoršati zatajenje srca i liječi se samo zatajenje srca. Liječnik u terapiji propisuje kardiotonike i diuretike, kisik i lijekove protiv bolesti koja je uzrokovala popuštanje srčanog mišića. Oštećeni srčani zalisci mogu se kirurški korigirati.

1.6 Epidemiologija

Srčana dekompenzacija nalazi se na sedmom mjestu vodećih uzroka smrti u Republici Hrvatskoj. Smatra se kako je smrtonosnija od većine zloćudnih tumorskih bolesti. U Hrvatskoj od srčane dekompenzacije godišnje umre oko 9000 ljudi. Srčana je dekompenzacija kardiovaskularni poremećaj čija učestalost najbrže raste. Smatra se da zahvaća 1-2 % ukupne populacije. Otprilike 45 % bolesnika liječenih u bolnici zbog srčane dekompenzacije bit će ponovno primljeno u bolnicu barem jedanput u roku od dva mjeseca. Procjena opasnosti od smrti ili ponovne hospitalizacije u 60 dana od prijema kreće se od 30 do 60 %, ovisno o populaciji koja je ispitana.

2. Cilj rada

Cilj je rada provođenje zdravstvene njege kod bolesnika oboljelog od dekompenzacije srca, uočavanje i prepoznavanje promjena u vanjskom izgledu, stanju svijesti, pokretljivosti, promjeni položaja, vitalnim znakovima, izlučevinama te usmjeravanje zdravstvene njege k ublažavanju i/ili otklanjanju poteškoća. Potrebno je utvrditi znanja i stavove bolesnika s ciljem pozitivne motivacije i edukacije o bolesti, prehrani, kvaliteti i kontroli života.

3. Prikaz slučaja

3.1. Stanje bolesnika prije dolaska u bolnicu

Tijekom izrade ovog završnog rada na Zavodu za bolesti srca i krvnih žila Klinike za unutarnje bolesti Kliničkog bolničkog centra Osijek, od 25. travnja 2022. do 2. svibnja 2022.

pratila sam bolesnicu S.S. rođenu 6. ožujka 1952. godine u Osijeku. Bolesnica S.S. primljena je na Zavod 21. travnja 2022. godine s dijagnozom srčane dekompenzacije.

Bolesnica je dovezena u vozilu hitne pomoći u pratnji kćeri, a tijekom tog dana osjećala je gušenje i pritisak u prsima.

Iz razgovora s bolesnicom saznala sam da je 2008. godine preboljela akutni infarkt miokarda te joj je ugrađen stent. Navodi: *Nedugo nakon toga počela sam osjećati povremeni pritisak u prsima koji se godinama pojačavao s naporom. Od tada sam manje fizički aktivna, a u zadnje me vrijeme to sprječava u obavljanju svakodnevnih aktivnosti.* Iz razgovora s bolesnicom kao i iz povijesti bolesti i sestrinske dokumentacije saznajem da boluje i od šećerne bolesti tipa 2 i arterijske hipertenzije. Navodi kako dijabetes i arterijsku hipertenziju ima već dugo, ali kako nije sigurna kada su se bolesti pojavile. Bolesnica navodi: *Zadnjih sam se mjesec dana osjećala znatno lošije, često sam se osjećala kao da nemam zraka i pritisak u prsima bio je prisutan cijelo vrijeme. Kćer me savjetovala da posjetim liječnika, no nisam ju poslušala.* Iz razgovora s bolesnicom saznajem da je u veljači 2022. bila na redovitoj kontroli kod kardiologa: *Na redovitoj kontroli kod kardiologa uveden mi je novi lijek kojemu ne znam ime, a od tada sam prestala uzimati Gopten koji sam inače pila ujutro po jednu tabletu. Tvrdi da je redovito uzimala terapiju osim NovoRapida: Dva puta dnevno, uz doručak i večeru, pila sam Preductal tablete. Amonex sam pila ujutro, a kada bih se osjećala jako loše špricnula bih lijek pod jezik, ali nisam sigurna kako se zove. Lijek koji mi je liječnik odredio na zadnjoj kontroli također sam pila ujutro. U zadnje su me vrijeme često boljele noge, godine valjda, pa bih popila Zaldiar. Od lijekova sam alergična na Ceporex. NovoRapid ne uzimam redovito jer se osjećam dobro pa nema potrebe.* Navodi kako se pri bolovima uvijek odmarala i kako joj je to također pomagalo u smanjenju boli. Navodi kako smatra da je uzrok nastanka njene bolesti stres i životne okolnosti, ali i nezdrave životne navike. Bolesnica nije sigurna je li netko u njenoj obitelji bolovao od kronične ili nasljedne bolesti: *Moji su roditelji davno umrli i ne sjećam se najbolje od čega su bili bolesni, znam samo da je majka болоvala i umrla od srčane bolesti.* Bolesnica priznaje kako se nije pridržavala svih liječničkih uputa. Navodi kako kod kuće ima digitalni tlakomjer i kako je krvni tlak mjerila po potrebi kada bi osjetila glavobolju i počela teško disati. Bolesnica navodi: *Šećer nisam kontrolirala, nisam imala s čim, a i s obzirom da sam se naviknula živjeti s dijabetesom smatram da nije bilo potrebe.* Nije išla na redovite liječničke preglede: *Ne idem često kod liječnika, mislim da nema potrebe. Jedino redovito posjećujem kardiologa jer se osjećam loše.* Pušila je 20 cigareta dnevno, a kada je pod stresom i više: *Cijeli život sam pušila i više ne mogu i ne želim prestati, to me smiruje. Smanjila sam na*

20 cigareta dnevno. *To mi je jedini porok, alkohol nikad nisam pila.* Kod kuće je jela svaki put kad je osjećala glad, navodi kako su to uglavnom bila tri glavna obroka uz poneki međuobrok. Obroke je do lipnja prošle godine pripremala sama, a od tada joj obroke priprema kći. Navodi: *Najčešće sam jela sendviče, a omiljena hrana su mi sve vrste salama. Kuhanu hranu nisam jela često jer je kćerka naručivala hranu, to mi ne smeta jer i ja sama više volim prženu hranu i meso.* Bolesnica navodi kako je u svaki obrok dodavala sol: *Volim posoliti hranu, dok sam još ja pripremala obroke djeca su mi se znala požaliti da je hrana preslana, no ja ponekad ne bi ni osjetila da sam stavila sol. Kad bi mi kćerka skuhalo nešto ili naručila, ja bih sve dodatno posolila.* Slatkiše je voljela, ali se trudila jesti ih što manje: *Najčešće bih pojela keks ili čokoladu uz poslijepodnevnu crnu kavu.* Pila je 1,5-2 l tekućine dnevno, a najčešće je to bila voda i gusti sok od breskve. Navodi kako je najviše tekućine pila nakon ručka i u večernjim satima. Tijekom dana često je mokrila: *Tijekom dana sam mokrila često, 4-5 puta dnevno, ovisno o tome koliko sam tekućine popila. Tijekom noći sam se budila barem dva puta kako bih išla mokriti. Nisam primjećivala da mi je urin ikada bio čudnog mirisa.* Navodi kako nije imala redovitu stolicu: *Stolicu sam imala 2-3 puta tjedno, a kada bih ju imala, bila je mekana. Nisam primjećivala da me zbog toga bolio trbuh, ali često sam se osjećala napuhano i imala vjetrove.* Tvrdi kako se unazad godinu dana smanjeno kretala: *Kod kćerke sam došla živjeti u šestom mjesecu prošle godine jer više nisam mogla sama održavati kuću i obavljati kućanske poslove.* Bolesnica navodi kako se mogla kretati sama i kako je pokretna, no umor ju je sprječavao u obavljanju svakodnevnih aktivnosti i zbog toga je većinu vremena provodila u krevetu: *Kada bih se umorila, pritisak u prsima bi mi se pojačao i počeo bi me gušiti, pogotovo unazad posljednjih mjesec dana. Više nisam mogla niti kuhati i oprati suđe pa je sve obavljala kćerka.* Navodi kako je osobnu higijenu obavljala uz pomoć kćerke: *Kćerka mi je svakodnevno pomagala da se istuširam, a kosu mi je prala dva puta tjedno. Tuširala sam se stojeći u tuš kabini, kćerka mi je pomagala oprati leđa i noge, ukoliko bi tuširanje duže trajalo počela bih osjećati snažan umor. Uvijek sam se tuširala navečer prije nego legnem u krevet, a kosu sam prala ujutro. Ponekad, kad mi ne bi bilo dobro, kćer bi mi pomogla i da se presvučem.* Zube je prala sama ujutro i navečer, a nokte na rukama i nogama bi joj rezala kćerka po potrebi, 1-2 puta mjesečno. Bolesnica navodi: *Na toalet bih išla sama, no ponekad nisam stigla na vrijeme pa sam zbog nesigurnosti počela nositi uložak.* Navodi kako je spavala isprekidanim snom: *Televizor bih ugasila oko 23 sata. Teško bih zaspala jer sam uvijek razmišljala o svemu što sam možda u životu mogla drugačije napraviti.* Bolesnica navodi kako se tijekom noći budila zbog odlaska na toalet: *Probudila bih se najmanje dva puta kako bih otišla na toalet, nakon toga ne bih imala problem s ponovnim spavanjem.* Navodi kako se budila ujutro oko 7 sati. Navodi: *Spavala sam*

u pidžami dugih ili kratkih rukava, ovisno o godišnjem dobu. U krevetu sam spavala sama, a na krevetu sam imala dva jastuka jer mi je bilo lakše disati ako sam bila na visokom. Preferirala sam otvoren prozor kako bih uvijek imala zraka u sobi, ali su vrata uvijek morala biti zatvorena. Ujutro sam se budila umorna bez obzira na to koliko sam spavala noću. Unazad par mjeseci počela sam i više spavati tijekom dana. Bolesnica navodi kako dobro čuje na oba uha, a naočale za vid nosila je samo pri gledanju televizije i čitanju. Nije imala želju za učenjem novih stvari: Djeca su me pokušala naučiti kako da se koristim pametnim telefonom, ali odbijala sam to. Što sam naučila u ovim godinama, naučila sam. Bolesnica navodi: Nisam baš pričljiva osoba, pričala bih kada bi me se nešto pitalo i kada bih morala. Kada sam bila mlađa, bila sam društvenija. Bolesnica navodi kako se smatra dobrom osobom te navodi: Prije sam bila vrijedna, ali više nisam u mogućnosti. Zadovoljna sam što sam uspjela sina i kćerku usmjeriti na pravi put i lijepo ih odgojiti. Bolesnica navodi kako je bila najsretnija kad je vrijeme provodila s unučadi: Unazad godinu dana i to me počelo umarati pa nisam imala volje ni za to. Bolesnica od lipnja prošle godine živi kod kćeri i njene obitelji u Tenju. Muž joj je preminuo. Navodi kako joj je obitelj sve u životu i kako su joj njena djeca sve što joj je preostalo. Navodi: Najviše se mogu osloniti na svoju kćerku, ona je svakodnevno bila uz mene. Tu je i moj sin koji mi je pomagao kad god je mogao. Djeci je najteže pao trenutak kad sam dobila infarkt miokarda, od tada su bili oprezni i jako su se brinuli za mene. Trude se ne pokazivati zabrinutost oko mog trenutnog stanja. Bolesnica navodi kako u zadnje dvije godine nije doživjela nikakvu krizu: Nisam imala gdje doživjeti krizu, djeca su bila uz mene, nemam muža a ni posla. Navodi kako ju je cigareta smirivala kada bi se uzrujala i kako se uvijek trudila pronaći razumno rješenje kada je postojao problem. Bolesnica je vjernica, navodi kako nije išla često u crkvu, ali joj svakodnevna molitva pomagala u prihvaćanju bolesti i svim životnim okolnostima.

3.2. Stanje bolesnika pri prijemu i do dana praćenja

Bolesnica S.S. primljena je na Zavod za bolesti srca i krvnih žila Klinike za unutarnje bolesti Kliničkog bolničkog centra Osijek 21. travnja 2022. u 23.15. Bolesnica je dovezena vozilom Hitne medicinske pomoći u pratnji kćeri. Navodi: *Osjećala sam se kao da mi netko sjedi na prsima, svaki put kad bih pokušala udahnuti imala sam osjećaj da nemam zraka i da ću se ugušiti.* Pri prijemu je bolesnica bila pri svijesti i orijentirana u vremenu i prostoru te pokretna. Tjelesna temperatura izmjerena u zvukovodu iznosila je 36,6 °C. Frekvencija pulsa bila je 74 otkucaja u minuti. Krvni tlak, izmjeren digitalnim tlakomjerom na lijevoj ruci, iznosio je 147/81 mmHg. Saturacija kisikom iznosila je 83 %. Razina glukoze u krvi, izmjerena glukometrom, iznosila je 7,8 mmol/L. Bolesnici je izmjerena tjelesna težina koja je iznosila 64 kg i tjelesna visina koja je iznosila 162 cm. Indeks tjelesne mase je 24,4 što označava poželjnu tjelesnu težinu prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji. Prema nomenklaturi Kliničkog bolničkog centra Osijek određena joj je B+E dijeta što označava prehranu za bolesnike oboljele od šećerne bolesti i arterijske hipertenzije. Bolesnici je pri prijemu uzorkovana krv za biokemijske (acidobazni status-ABS), hematološke (leukociti, eritrociti, hemoglobin) i koagulacijske (protrombinsko vrijeme-PV, trombociti) pretrage krvi. Uzet joj je uzorak urina za biokemijske pretrage. Pri prijemu je učinjena elektrokardiografija (EKG) i rendgen (RTG) srca i pluća. Uvedena joj je intravenska kanila u kubitalnu jamu desne ruke.

Bolesnici je pri prijemu ordinirana i primijenjena terapija:

1. Nitrolingual 0,4 mg 2 potiska, sublingvalni sprej, 23.15
2. Solumedrol 80 mg, intravenski, 23.15
3. Fursemid 1 ampula, intravenski, 23.15
4. Cipla 1 ampula, inhalacija, 23.15

Bolesnica je od prijema do dana praćenja u KBC Osijek provela četiri dana. Iz medicinske dokumentacije saznajem kako je bolesnici 22. travnja uzet uzorak krvi za hematološke pretrage (leukociti, eritrociti, hemoglobin).

Do dana praćenja bolesnici je ordinirana i primjenjivana sljedeća terapija:

1. Roteas 30 mg, 1x1 tbl, per os, 8.00
2. Entresto 49/51 mg, 2x1 tbl, per os, 8.00 i 18.00
3. Inspra 25 mg, 1x1 tbl, per os, 12.00

4. Preductal MR 35 mg, 2x1 tbl, per os, 8.00 i 18.00
5. Poyol 2,5 mg, 1x1 tbl, per os, 8.00
6. NovoRapid 3-4 jedinice uz obroke, s.c.

Bolesnica je na B+E dijeti. Navodi kako je bol i pritisak u prsima osjećala tijekom prva dva dana boravka u bolnici, a bol na skali od 1 do 10 procjenjuje sa 7. Bolesnica navodi: *Nestašicu zraka sam i dalje osjećala kada bih išla do toaleta, ali bol se u sljedećim danima smanjivala.*

3.3. Stanje bolesnika tijekom provođenja zdravstvene njege

Bolesnicu počinjem pratiti petog dana hospitalizacije u Kliničkom bolničkom centru Osijek. Promatrajući bolesnicu i prikupljajući podatke s temperaturne liste saznala sam:

3.3.1. Pregled, promatranje i fiziološka mjerenja bolesnika

Promatranjem bolesnice uočila sam kako je glava normalno simetrična, srednje velika i veličinom razmjerna tijelu. Na vlasištu glave uočila sam perutanje. Koža bolesnice pepeljaste je boje. Bolesnica ima nesanirano zubalo. Koristi naočale za čitanje. Kod bolesnice vidljiva je oteklina na vratu, a iz medicinske dokumentacije saznajem da je bolesnici dijagnosticirano zadebljanje štitne žlijezde. Na gležnjevima uočavam edeme, a okolna koža suha je i sjajna. Bolesnica je pri svijesti, orijentirana u vremenu i prostoru. Tjelesna temperatura mjerena je tri puta dnevno u 8, 12 i 18 sati u zvukovodu, izmjerene vrijednosti kretale su se između 36,5 °C i 37 °C. Puls je mjeran na radijalnoj arteriji te su se vrijednosti kretale od 72 do 80. Vrijednosti krvnog tlaka mjerene su tri puta dnevno u 8, 12 i 18 sati digitalnim tlakomjerom, vrijednosti sistoličkog tlaka kretale su se od 130 mmHg do 155 mmHg, a vrijednosti dijastoličkog tlaka kretale su se od 80 mmHg do 100 mmHg. Bolesnica diše otežano i žali se na nestašicu zraka pri naporu.

3.3.2. Pomoć bolesniku pri tjelesnoj aktivnosti

Bolesnica je normalno pokretna. Samostalno odlazi do toaleta. Prilikom kretanja osjeća umor i slabost te se zbog zdravstvenog stanja kreće manje. Bolesnica sama aktivno mijenja položaj u krevetu. Najčešće zauzima povišeni položaj: *Lakše mi je disati kada mi je uzglavlje povišeno.*

3.3.3. Pomoć bolesniku pri obavljanju osobne higijene i odijevanju

Bolesnica osobnu higijenu obavlja uz pomoć medicinske sestre i pomagala - toaletnih kolica. Bolesnica se tušira svaki drugi dan. Sama priprema svoj pribor za osobnu higijenu, a medicinska sestra pomaže joj u pranju leđa i nogu. Navodi: *Danima kad se ne tuširam obavezno genitalije prebrišem vlažnim maramicama, a ponekad ako smatram da je potrebno prebrišem i cijeli gornji dio tijela dok sjedim na krevetu.* Bolesnica je kosu prala jedanput uz pomoć medicinske sestre tijekom tuširanja. Zube pere samostalno, ujutro i navečer. Bolesnica navodi: *Ruke perem nakon svakog odlaska na toalet.* Dane provodi u pidžami, a osobno rublje sama mijenja svakog dana. Bolesnica odjeću svlači samostalno, a odijeva se uz pomoć medicinske sestre.

3.3.4. Pomoć bolesniku pri unosu hrane i tekućine

Bolesnica se samostalno hrani i uzima tekućinu samostalno, prirodnim putem. S bolničkom hranom nije zadovoljna i navodi kako je izgubila tek: *Ne sviđa mi se hrana, sve je zbrljano i ništa s ničim ne ide. Kad vidim kako to izgleda, izgubim volju za jelom.* Bolesnica obroke ne jede u cijelosti, jedino što u cijelosti pojede je doručak: *Doručak mi se sviđa jer je sličan mom doručku kod kuće.* Dnevno popije 1,5 l tekućine, isključivo pije vodu.

3.3.5. Pomoć bolesniku pri eliminaciji

Bolesnica mokri i obavlja defekaciju samostalno. Navodi kako je primijetila da mokri manje nego kod kuće, 3-4 puta dnevno. Noću se budi jednom kako bi išla mokriti: *Ovdje mi to ometa san, toalet mi je udaljeniji nego kod kuće pa se umorim i ne mogu zaspati dok mi se disanje ne stabilizira.* Navodi kako nosi higijenski uložak zbog nesigurnosti: *Ponekad je toalet zauzet i bojim se da će mi nešto pobjeći jer se trudim trpjeti što duže, ne sviđa mi se toalet.* Stolicu ima neredovito, svakog drugog ili trećeg dana.

3.3.6. Pomoć bolesniku pri odmoru i spavanju

Bolesnica teško zaspi, navodi kako ju ometa buka koju stvaraju druge bolesnice iz sobe. Zaspi oko 23 sata. Noću se budi kako bi otišla na toalet i nakon toga teško ponovno zaspi. Bolesnica navodi da se svako jutro probudi oko 6 sati: *Budim se u 6 sati, a iako sam spavala 5-6 sati svakoga se jutro osjećam kao da sam cijelu noć bila budna.* Bolesnica više puta tijekom dana spava 30-60 minuta, navodi kako ju preko dana umor svlada i kako joj tada ne smeta

buka. Navodi: *Smeta mi što u sobi nema zraka, a prozor ne smijem otvoriti jer smeta ostalim ženama. Krevet mi je odličan jer si mogu podići uzglavlje koliko želim.*

3.3.7. Pomoć bolesniku pri komunikaciji

Bolesnica nije komunikativna dok ne ostvari osjećaj povjerenja. Na pitanja je u početku odgovarala kratko i dvosmisleno, nakon nekog vremena opustila se i postala komunikativnija te počela davati jasne odgovore. Tijekom razgovora s bolesnicom zaključujem da nije upoznata sa svojom trenutnom dijagnozom. Bolesnica navodi kako nije ostvarila komunikaciju s ostalim ženama iz sobe.

3.3.8. Pomoć bolesniku u zadovoljavanju vjerskih potreba

Bolesnici je vjera važna, u bolnici se moli više puta tijekom dana. Navodi: *Molitva i razgovor s Bogom odvrćaju mi pažnju od bolesti.* Na noćnom joj se ormariću nalaze krunica i molitvenik.

3.3.9. Pomoć bolesniku pri radu, rekreacijskim aktivnostima i učenju

Bolesnica vrijeme u bolnici provodi ležeći i odmarajući. Bolesnica navodi kako do sada nije imala želju naučiti kako se koristiti pametnim telefonom, no sada to želi zbog komunikacije s obitelji: *Voljela bih se čuti i vidjeti s unucima, jako mi nedostaju, no ne znam kako se koristi ovaj mobitel.* Bolesnici sam pokazala kako da se javi na telefonske pozive i brzo je usvojila osnovne upute.

3.3.10. Sestrinsko-medicinski postupci

Tijekom mog praćenja bolesnice nisu provedeni sestrinsko-medicinski postupci.

3.3.11. Podjela i primjena lijekova

25. travnja liječnik bolesnici, uz dosadašnju terapiju, uvodi Folacin 5 mg, 1x1 tbl, per os u 8 sati.

3.3.12. Laboratorijske i instrumentalne pretrage

Tijekom mog praćenja, bolesnici je od elektrodijagnostičkih pretraga 25. travnja učinjena elektrokardiografija srca te ultrazvuk srca i pluća. Bolesnici je 25. travnja postavljen holter EKG-a. Na koronarografiji srca bila je 26. travnja, s medicinskim sestrama sudjelovala sam u

pripremi bolesnice za koronarografiju. Od laboratorijskih pretraga krvi izvršeno je jednokratno određivanje glukoze u krvi i profil GUK-a pomoću glukometra. Vrijednosti GUK-a kretale su se od 6 mmol/L do 11,2 mmol/L.

4. Prehrana

Bolesnici je prema nomenklaturi Kliničkog bolničkog centra Osijek određena B+E dijeta, što označava prehranu za bolesnike oboljele od šećerne bolesti i arterijske hipertenzije. Tijekom hospitalizacije bolesnica dobiva tri obroka, doručak u 9 sati, ručak u 13 sati i večeru u 18 sati. Nije zadovoljna bolničkom hranom te navodi: *Ne sviđa mi se hrana, sve je zbrljano i ništa s ničim ne ide. Kad vidim kako to izgleda izgubim volju za jelom. Doručak mi se sviđa jer je sličan mom doručku kod kuće.*

Preporučena joj je neslana dijeta jer sol zadržava prekomjernu tekućinu u organizmu, a dnevno u organizam smije unijeti do dva grama soli. Navodi: *Nikad nisam pazila na to koliko stavljam soli, volim kad mi je hrana slanija i ima nekakav okus.* Nije potrebno ograničavanje unosa tekućine, no važno je mjeriti elektrolite u krvi i prepoznati znakove hiponatrijemije i hipovolemije, a to su anoreksija, umor, klonulost, povraćanje, ortostatska sinkopa i filiforman puls. Preporučeni su joj manji i češći obroci hrane jer velika količina hrane opterećuje srce i otežava njegov rad, podiže ošit i time još otežava disanje. Bolesnici treba dati hranu bogatu kalijem, a to su obojeno voće i povrće jer hipokalijemija povećava opasnost od intoksikacije digitalisom. Važno je redovito kontrolirati kalij u krvi, a ako ga nedostaje potrebno je nadoknađivati ga hranom. Navodi: *Najteže mi je palo što moram prestati piti veće količine crne kave.* Zabranjena joj je hrana bogata kolesterolom, a to su maslac, punomasno mlijeko i sirevi, vrhnje, masno meso, iznutrice, žumance, slanina, čvarci, čokolada, jela pržena u masti i majoneza. Bolesnica navodi: *Bit će mi jako teško prilagoditi se na novi jelovnik i nisam sigurna jesam li spremna za to, još će teže biti mojoj kćerki.* Preporučeno je jela pripremati na biljnim masnoćama. Pri odabiru namirnica prednost treba dati mliječnim proizvodima i mršavom nemasnom mesu. Od bjelančevina preporučuju se svježi kravlji sir, nemasna teletina, piletina i riba te namirnice bogate vitaminima. Potrebno je jesti više voća, povrća i žitarica što je korisno u prevenciji visokog krvnog tlaka. Bolesnici je zabranjeno jesti koncentrirane ugljikohidrate, npr. šećer, džem, med, bombone, čokoladu, zašećerene voćne sokove i voćne sirupe. Navodi: *Do sada sam se trudila smanjiti unos slatkiša, ali sigurno ne mogu u potpunosti prestati jesti čokoladu i piti sokove, to mi predstavlja užitek.* Bolesnica se ne mora odreći slatkih namirnica i pića ukoliko su zaslađene umjetnim sladilima, ali pri konzumiranju treba brinuti o ograničenju

unesene količine. Zajedno s bolesnicom izračunala sam potrebni dnevni unos kalorija koji iznosi 1600 kcal.

S bolesnicom sam izradila jelovnik za jedan dan s namirnicama koje voli i koje si može priuštiti. Doručak: čaša mlijeka s najmanjim sadržajem mliječne masti, dvije šnite integralnog kruha sa sjemenkama, prešana šunka. Ručak: pečena pureća prsa (150 g), salata od kuhane cikle (70 g), jedna naranča. Večera: jedna kriška integralnog kruha sa sjemenkama, tri bjelanjka pečena na maslinovom ulju, zelena salata (100 g). Za međuobrok može odabrati jabuku, kivi ili mrkvu.

5. Zdravstveni odgoj i edukacija bolesnika

Tijekom kliničkih vježbi na Zavodu za bolesti srca i krvnih žila, sudjelovala sam u zdravstvenom odgoju i edukaciji bolesnice uz odjelne medicinske sestre i tehničare. Svrha zdravstvenog odgoja bila je naučiti bolesnicu da živi s nekim ograničenjima, a da pritom bude zadovoljna. Bitno je uputiti bolesnicu o važnosti i redovitosti primjene terapije, mjerenju GUK-a i krvnog tlaka, pravilnoj prehrani, održavanju tjelesne težine, redovitim odlascima na kontrolne preglede i o pravilnoj samokontroli.

Tijekom praćenja bolesnice zaključila sam kako bolesnica nije dovoljno informirana o svojoj bolesti i kako nema dovoljno motivacije za učenje o bolesti i pridržavanje potrebnih smjernica. Bolesnica kod kuće nije redovito uzimala inzulinsku terapiju pa sam joj u razgovoru pokušala objasniti važnost pravilne i redovite primjene inzulinske terapije. Upozorila sam ju kako nepridržavanje liječenja uzrokuje pogoršanje stanja i pojavu komplikacija bolesti. Iz razgovora s bolesnicom saznala sam kako razinu šećera u krvi kod kuće nije kontrolirala jer nije imala glukometar. Bolesnicu sam uputila kako kao osoba oboljela od šećerne bolesti ima pravo na određena pomagala koja osigurava Hrvatski zavod za zdravstveno osiguranje uz predočenje nalaza specijaliste internista endokrinologa i dijabetologa. Skrenula sam joj pažnju na važnost mjerenja razine šećera u krvi tri puta dnevno prije svake primjene inzulina kako ne bi došlo do komplikacija kao što su hipoglikemija i hiperglikemija. Demonstrirala sam joj tehniku određivanja razine šećera u krvi. Bolesnica navodi kako krvni tlak mjeri po potrebi, savjetovala sam ju da vodi dnevnik samokontrole krvnog tlaka te da provjerava uspješnost terapije mjereći krvni tlak prije dnevnog uzimanja lijekova i nekoliko sati nakon toga. Tijekom mjerenja vitalnih znakova, uočila sam kako bolesnica nije upoznata s pravilnim mjerenjem krvnog tlaka. Podučila sam ju kako tijekom mjerenje krvnog tlaka treba leći ili sjesti opušteno, ruku osloniti na podlogu u visini srca, ispruženog lakta i opuštenih prstiju s dlanom okrenutim prema gore, noge trebaju biti neprekrižene i trebaju dodirivati tlo. Pokazala sam joj kako i na kojim mjestima može

samostalno mjeriti puls. Bolesnica navodi kako voli jesti prženu i začinjenu hranu te kako voli piti crnu kavu. Uputila sam ju kako je pravilna prehrana izrazito važna te sam zajedno s njom sastavila jelovnik vodeći se njenim potrebama, željama i financijskim mogućnostima. Bolesnici sam dala brošuru Zavoda za javno zdravstvo Osječko-baranjske županije o pravilnoj prehrani i energetske ravnoteži. Objasnila sam joj važnost redovitih odlazaka na kontrolne preglede. Bolesnicu sam upozorila na štetnost cigareta i savjetovala ju da proba smanjiti ili prestati pušiti cigarete. Ukazala sam joj na važnost održavanja svakodnevne higijene kako bi usporila ili prevenirala pojavu kasnih komplikacija dijabetesa, savjetovala sam ju da više pažnje obrati na njegu stopala i nogu zbog sprječavanja dijabetičkog stopala. Bolesnica navodi: *Zahvalna sam na detaljnom objašnjenju mog stanja i onoga čega se trebam pridržavati. Jako je teško promijeniti svoje životne navike u ovim godinama, no potrudit ću se da učinim sve što je u mojoj moći. Nadam se da više neću morati dolaziti u bolnicu.*

6. Zaključak

Tijekom provođenja praktičnog dijela završnog rada na Zavodu za bolesti srca i krvnih žila, pratila sam bolesnicu S.S., staru 70 godina, s dijagnozom srčane dekompenzacije.

Tijekom boravka na Zavodu tjelesne temperatura i pulsa bili su u normalnim fiziološkim vrijednostima, krvni tlak bio je povišen, a disanje otežano. Bolesnica je bila normalno pokretna, samostalno je zauzimala položaj u krevetu. Tuširala se i prala kosu uz pomoć medicinske sestre i uz toaletna kolica. Bilo je prisutno noćno mokrenje, a stolica je bila neredovita. Subjektivno se osjećala bolje. Učinjene su joj ordinirane pretrage i primjena terapije, EKG, jednokratno određivanje glukoze u krvi i profil GUK-a, koronarografija, UZV srca i pluća i holter EKG-a.

Bolesnica je educirana o važnosti i redovitosti primjene terapije, mjerenju krvnog tlaka i GUK-a, pravilnoj prehrani, održavanju osobne higijene i pravilnoj samokontroli. Bolesnica je saznala nove stvari te se nada poboljšanju svoga zdravstvenog stanja.

Bolesnicu prestajem pratiti 27. travnja 2022.

7. Literatura

1. Broz, Budisavljević, Franković. Zdravstvena njega 3. Školska knjiga. Zagreb: 2009.
2. Čerkez Haber, J. i suradnici. Dijetetika. Medicinska naklada. Zagreb: 2020.
3. Ilić V, Ilić R. Metodika zdravstvenog odgoja. III izd. Školska knjiga. Zagreb: 2009.
4. Prlić, N. Zdravstvena njega - opća. Školska knjiga. Zagreb: 2014

5. Akutno zatajivanje srca – prehospitalno liječenje edema pluća. Dostupno na <https://hrcak.srce.hr/170019> Datum pristupa: 25. travnja 2022.
6. Bolesti srca i prehrana - jelovnik – PLIVAzdravlje. Dostupno na <https://www.plivazdravlje.hr/centar/prehrana/27/jelovnik/Bolesti-srca.html> Datum pristupa: 29. travnja 2022.
7. Zatajivanje srca- PLIVAzdravlje. Dostupno na <https://www.plivazdravlje.hr/aktualno/clanak/35690/Zatajivanje-srca.html#46159> Datum pristupa: 25. travnja 2022.

Učenik: Bojan Potvorski, 4.f
Mentorica: Marika Čebo, mag. pharm.

BILJNE DROGE S ETERIČNIM ULJIMA

1. CILJ IZRADE ZAVRŠNOG RADA

Cilj izrade ovog završnog rada je spoznati ljekovitost koju posjeduju eterična ulja te objasniti metode njihovih dobivanja. Rad također opisuje porodice biljaka koje su bogate eteričnim uljima, djelatne tvari koje te biljke sadrže i njihovo djelovanje. Praktični dio rada potvrđuje sve spoznaje navedene u literaturi.

2. UVOD

2.1. Eterična ulja

Eterična ulja (lat. *aetherolea*) su iscrpine različitih organoleptičkih i kemijskih karakteristika izolirane iz biljnih droga (cjelovite biljke ili biljni dijelovi). Nastaju u obliku smjesa jače ili slabije hlapljivih, lipofilnih sastavnica. Tekućeg su agregatnog stanja, lako lome svjetlo i imaju vrlo intenzivan miris koji je najčešće ugodan. Okusi mogu biti vrlo raznoliki, od gorkog preko ljutog pa sve do slatkog. Neka eterična ulja imaju posebna taktilna svojstva kao što je na primjer eterično ulje paprene metvice koje na koži izaziva osjećaj hlađenja zbog sadržaja mentola.

Eterična ulja mogu nastajati u svim biljnim dijelovima, ali su to najčešće list, cvijet, plod, korijen i podanak. Količina eteričnog ulja u pojedinoj biljci može biti koncentrirana u određenom biljnom dijelu (porodica ruže – cvjetovi) ili u svim biljnim dijelovima. Neovisno o položaju eteričnog ulja u biljci, ono je najčešće isto za svaki dio. Postoje iznimke kao kod cimeta gdje eterično ulje u listu i eterično ulje u kori nije istog kemijskog sastava. Eterična ulja najčešće su slobodna, ali postoje i glikozidno vezana eterična ulja koja se zbog toga oslobađaju hidrolizom pod djelovanjem specifičnih enzima vode. Glikozidno vezana eterična ulja su slučaj kod sjemena gorkog badema ili sjemena crne gorušice.

Porodice bogate eteričnim uljima su: *Apiaceae* (štitarke), *Lamiaceae* (usnače), *Lauraceae* (lovorovke), *Myrtaceae* (mierčike), *Pinaceae* (borovke), *Piperaceae* (paparovke), *Rutaceae* (rutovke) i *Zingiberaceae* (đumbirovke).

2.2. Položaj eteričnog ulja unutar biljke

Eterična ulja su disimilacijski produkti iz protoplazme, a mogu biti smještena u:

- a) uljenicama (najjednostavniji oblik unutarnjih uljnih spremnica)

Uljenice su najjednostavniji oblik unutarnjih uljnih spremnica. Najčešće se nalaze u listu te su tada potpuno ispunjene uljem

- b) intercelularnim prostorima (kanalima) koji nastaju shizogeno, lizigeno ili shizolizigeno

Shizogeni (grč. *skhizein* = cijepati) kanali nastaju međustaničnim stvaranjem pukotine. Daljnjim rastom stanica, pukotina se povećava te se razvija šupljina okruglastog oblika vidljiva golim okom. Stanice koje se nalaze oko šupljine (tzv. epitelne stanice) luče ulje u šupljinu koju obavijaju. Takvi intercelularni prostori nastaju kod porodica *Apiaceae* i *Myrtaceae*.

Lizigene šupljine nastaju procesom otapanja u biljnom tkivu te im upravo odatle potječe naziv grč. *lysis* = otapati. Šupljina nastaje otapanjem staničnih membrana stanica koje nastaju diobom ishodišne stanice. Nestankom membrana nastaje spremnica za buduće eterično ulje što je tipično za porodicu *Rutaceae*.

Shizolizigene šupljine su kombinacija prijašnjih procesa nastanka intercelularnih šupljina, dakle nastaju cijepanjem stanica i otapanjem staničnih membrana. Karakteristični su za porodicu *Myrtaceae*.

c) spremnicima između kutikule i staničnih membrana

U takvim spremnicima koji su oblika žlijezde, eterično ulje je egzogeno. Spremnici su tvorevine epiderme, stoga nastaju samo u nadzemnim organima. Žlijezde mogu biti različita oblika ovisno o porodici.

3. NAČINI DOBIVANJA ETERIČNIH ULJA

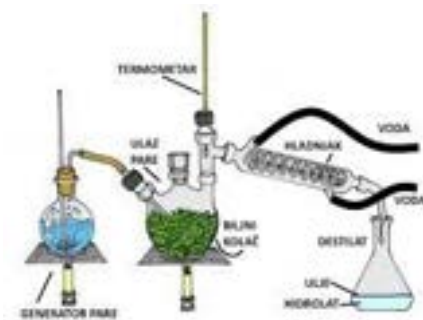
Način izolacije eteričnog ulja iz same biljke je ovisan o kemijskom sastavu eteričnog ulja, položaju eteričnog ulja u biljci, količini eteričnog ulja i sl.

3.1. Hidrodestilacije

Postupcima hidrodestilacije je zajedničko da se pri svakom postupku upotrebljava voda u tekućem ili plinovitom agregatnom stanju (vodena para). Tri postupka hidrodestilacije su: vodena destilacija, vodenoparna destilacija i parna destilacija.

3.1.1. Vodena destilacija

Vodena destilacija je prikladan postupak izolacije eteričnih ulja za manje pogone zbog toga što je za nju potrebna najjednostavnija aparatura. Zbog jednostavnosti aparature (slika 1.), pripada najstarijim načinima dobivanja eteričnih ulja. Mana vodene destilacije je izrazito skup proces u odnosu na krajnji proizvod. Proces izolacije eteričnog ulja ovim načinom destilacije temelji se na tome da se biljni materijal nalazi u kipućoj vodi, zagrijanoj pomoću destilacijskog kotla izravnim plamenom ili pomoću kotla u kojem vodu zagrijava spiralni grijač unutar same posude. Jednostavnost aparature omogućuje vrlo lak transport, stoga se često montira u blizini biljnih plantaža čiji se biljni materijal mora obrađivati svjež. Danas se vrlo rijetko koristi jer je zamijenjena jeftinijim postupcima današnje tehnologije koji su također precizniji, brži i sl. Koriste ga manji pogoni za proizvodnju eteričnog ulja lavande na jugu Francuske, eteričnog ulja ružmarina u Španjolskoj i Alžiru, a nekoć se koristio na otoku Hvaru za „levandino ulje.“



Slika 1. Aparatura vodene destilacije

3.1.2. Vodenoparna destilacija

Vodenoparna destilacija se sastoji od dvije razine koje su međusobno odvojene perforiranom pločom. U donjoj razini se najčešće nalazi voda koja zagrijavanjem (izravnim plamenom illi vodenom parom) stvara vodenu paru. Vodena para putuje gore te prolazi kroz otvore perforirane ploče na kojoj se nalazi biljni materijal. Materijal ne smije biti previše usitnjen zbog toga što tada vodena para ne bi prolazila kroz isti. Vodenoparna destilacija je izrazito jeftinija i brža u odnosu na vodenu destilaciju. Osim financijskih benefita, biljni materijal dolazi u dodir s vodenom parom koja bolje iskorištava sadržaj materijala jer ne uništava strukture osjetljivih eteričnih ulja kao što su ulja paprene metvice, eukaliptusa, aniša...

3.1.3. Parna destilacija

Parnom se destilacijom dobiva većina eteričnih ulja koja se danas koriste jer se upotrebljava u industrijskim pogonima. Velika prednost parne destilacije je što se u proces izolacije vodena para dovodi iz posebnog dijela aparature, stoga visoka temperatura na koju se zagrijava tekuća voda za stvaranje vodene pare ne uzrokuje termička razaranja kemijskih struktura. Također, zbog posebnog dijela zagrijavanja vode, povećana je sigurnost od požara u tvornicama. Parna destilacija je pogodna za izolaciju endogeno lokaliziranih eteričnih ulja.

3.2. Ekstrakcija pomoću organskih otapala

Ekstrakcija organskim otapalima primjenjuje se kod biljnih materijala čije su djelatne tvari termolabilne ili se ne otapaju u vodi. Najčešće termolabilne djelatne tvari su ugodni mirisi i arome sadržane u cvjetovima. Ekstrahirati se mogu eterična ulja iz biljnih materijala, ali i eterična ulja iz vodenih otopina koje su dobivene postupcima hidrodestilacije. Postoji mnoštvo organskih otapala koja se rabe u ekstrakciji, ali se vrsta organskog otapala bira s obzirom na polarnost i temperaturu vrenja. Neka organska otapala su: dietileter (visoki ekstrakcijski kapacitet), pentan, izopentan, diklormetan, benzen... Najveća mana ekstrakcije organskim otapalima je hlapljivost pojedinih djelatnih tvari i nerastvaranje nekih spojeva. Nerastvoreni spojevi uzrokuju polučvrstu konzistenciju pojedinih ekstrakata zbog čega se oni pročišćavaju koncentriranim etanolom i tek tada nastaje konačni produkt. Konačni produkt jesu fina eterična ulja koja se danas koriste u kozmetici i izradi parfema.

3.3. Ekstrakcija pomoću nehlapivih otapala

Prvi oblik ekstrakcije nehlapivim otapalima je maceracija hladnom ili toplom masti u drevnom Egiptu čiji su produkti bili izrazito ugodna mirisa i nanosili su se na kosu ili tijelo prilikom svečanih događaja. Taj postupak je vremenom napredovao u anfleraž (fran. *enfleurage*) koji može biti bez primjene topline (fran. *enfleurage a froid*) i uz primjenu topline (fran. *enfleurage a chaud*).

Ekstrakcija nehlapivim otapalima bez primjene topline koristi se u domovini parfema na jugu Francuske koja se naziva Grasseau. U postupku se rabe masti i ulja koja adsorbiraju eterična ulja i zadržavaju ga da ne ishlapi. Proces se izvodi na način da se staklene ploče debljine do 3 cm koje se nalaze u drvenom okviru premažu mašću ili uljem te se povuku brazde. Na tu podlogu istresa se biljna droga (najčešće cvjetovi zbog najveće koncentracije mirisa) te se s gornje strane postavlja još jedna takva ploča. Obje ploče moraju biti iste veličine, najčešće su kvadrati sa stranicama oko 60 cm. Ploče se ostavljaju da stoje nekoliko sati ili dana kako bi mast ili ulje povuklo eterična ulja iz biljnog materijala. Biljni materijal se nakon određenog vremenskog intervala mijenja i postupak se provodi dok se mast ili ulje ne zasiti eteričnim uljem. Prije su se u svrhu masti koristile svinjska mast ili ovčji loj dok se danas koriste sintetske podloge kao što su silikagel i esteri polialkohola. Na kraju se masna pomada pročišćava

koncentriranim alkoholom kako bi se dobio proizvod tekuće konzistencije praktičan za primjenu.

Ekstrakcija nehlapivim otapalima uz primjenu topline se provodi na način da se biljni materijal uranja u pročišćene biljne ili životinjske masti odnosno ulja koja su zagrijana na temperaturi od 50 do 80 °C. Masna podloga ostaje ista, a biljni materijal se mijenja 10-15 puta. Krajnji proizvod ekstrakcije je polučvrste konzistencije te se kao i kod prijašnjih načina dobivanja pročišćava koncentriranim etanolom. Ekstrakcijom uz primjenu topline se izoliraju eterična ulja ruže, zumbula, naranče itd.

3.4. Dobivanje eteričnog ulja tiještenjem

Tiještenje se provodi na običnoj temperaturi ručno ili mehanički. Eterična ulja agruma najčešće se dobivaju ovim postupkom. Nakon tiještenja je potrebno provesti postupak destilacije, filtracije, dekantriranja ili centrifugiranja jer se tiještenjem osim eteričnog ulja istiskuje i voda iz biljnog materijala koju je potrebno ukloniti na neki od navedenih načina. Tiještenjem se izolira eterično ulje limuna na način da se pomoću stroja koji sadrži igle ubada usplođe ploda te na taj način istječe ulje koje se dalje prerađuje. Ulja dobivena tiještenjem sadrže najbolju aromu jer nisu bila pod utjecajem više temperature ili otapala.

4. ODLIKE ETERIČNIH ULJA

Eterična ulja su bezbojne ili obojene bistre tekućine, a neka biljna eterična ulja mogu djelomično očvrnuti. Lakša su od vode, a najveća mana im je lakohlapljivost. Zbog svog lipidnog sastava, loše se otapaju vodi, a dobro u lipofilnim otapalima (koncentrirani etanol, kloroform, eter itd.). Vanjski faktori poput svjetlosti ili kisika iz zraka lako utječu na stabilnost i kemijski sastav eteričnih ulja, dakle treba ih čuvati u tamnim i dobro zatvorenim bocama. Kemijski sastav ima vrlo raznolik spektar sastavnica, čak do 200 različitih tvari koje se dijele na glavne sastavnice (20-95 % sastava), sastavnice u količini (1-20 %) i sastavnice u tragovima (do 1 %). Sastavnice su najčešće organskog podrijetla, a to su: alkani, alkeni, alkini, alkoholi, fenoli, aldehidi, ketoni, karboksilne kiseline, eteri, esteri i dr. Sastavnice se često kriju pod

drugim imenima koje pobliže opisuju njihovu kemijsku strukturu kao što su terpeni, acetogenini, poliketidi... Kemijski sastav određuje kvalitetu samog ulja, stoga se eterična ulja ispituju različitim metodama. Najvažnija kemijska konstanta koja se određuje je kiselinski broj koji predstavlja količinu slobodnih masnih kiselina u ulju, a ta vrijednost se povećava starenjem ulja. Osim kemijskog sastava, važno je odrediti fizikalne konstante koje isto tako mogu utjecati na kvalitetu i ispravnost. Sve važne konstante, bile one kemijske ili fizikalne, navedene su u farmakopejama te aparatura koja je potrebna za određivanje konstanti. Prilikom određivanja važan je stupanj usitnjenosti droge koji je jedinstven za svaku drogu, a naveden je uz svaku monografiju. Važne fizikalne konstante koje se određuju su:

- specifična težina (relativna gustoća) – važan kriterij za kakvoću čistoće i vrijednost koja varira od 0,690 do 1,118;
- optička rotacija (kut skretanja) – karakteristično svojstvo eteričnih ulja da zakreću ravninu polarizacije ulijevo ili udesno i vrijednost koja varira između -30 i +70 stupnjeva;
- indeks refrakcije – vrijednost koja se određuje sastavnicama eteričnih ulja i kreće se od 1,450 do 1,590;
- krutište (temperatura očvršćavanja) – određuje se eteričnim uljima koja sadrže anetol, mentol, kamfor;
- temperatura vrenja – vrijednost koja se razlikuje od vrelišta po tome što je temperaturni interval unutar kojega se eterično ulje može predestilirati, kazuje o kemijskom sastavu ulja;
- topivost – upućuje na čistoću na način da se prilikom otapanja eteričnih ulja promatra bistrina jer замуćenja prilikom otapanja ukazuju na postojanje primjesa.

Napretkom tehnologije sve se manje koriste navedene kemijske i fizikalne metode, već se najčešće koriste fizikalno-kemijske koje su njihov spoj, a najpoznatija fizikalno-kemijska metoda je plinska kromatografija. Plinskom kromatografijom određuje se cjeloviti sastav ulja koji prikazuje kvalitativne i kvantitativne podatke. Sastav ulja ima veliki utjecaj na njihovu primjenu zbog toga što određuje mjesto primjene koje razlikuje dvije velike skupine - peroralna primjena i lokalna primjena. Lipofini sastav omogućava im vrlo brzu apsorpciju i ulazak u cirkulaciju, bilo to lokalnom ili peroralnom primjenom. Eterična ulja mogu djelovati pogubno po mikroorganizme ako su primijenjena u određenoj koncentraciji stoga ispoljavaju antibakterijsko, antimikotsko i antiviralno djelovanje. Pored navedenih općih

djelovanja, eterična se ulja dijele s obzirom na područje na kojem ispoljavaju farmakoterapijski učinak:

- a) rubefacijensi – pripravci koji vanjskom primjenom u obliku kreme ili masti uzrokuju jaču prokrvljenost kože koja se prezentira osjećajem topline i crvenilom na mjestu primjene, koriste se za ublažavanje reumatskih i neuralgijskih bolova, sportskih ozljeda;
- b) antiflogistici – pripravci koji se primjenjuju peroralno ili lokalno te liječe upalu želučane sluznice;
- c) dezinficijensi i antiseptici – pripravci eteričnih ulja koja imaju baktericidno i bakteriostatsko djelovanje najčešće lokalno primijenjeni;
- d) ekspektoransi – pripravci koji omekšavaju bronhijalni sekret te olakšavaju izlučivanje istog, dolaze u raznim farmaceutskim oblicima (kapi protiv kašlja, pastile, oriblete);
- e) diuretici – pripravci koji podražuju bubrežni epitel i na taj način pojačavaju prokrvljenost bubrega koja je praćena lakšim izlučivanjem urina;
- f) spazmolitici – pripravci koji opuštaju glatku muskulaturu organizma;
- g) karminativi, stomahici, kolekinetici, koleretici – pripravci koji spazmolitski djeluju na glatku muskulaturu gastrointestinalnog sustava i pojačavaju sekreciju želučanih sokova;
- h) sedativi – pripravci umirujućeg djelovanja koji se najčešće primjenjuju peroralno;
- i) analeptici – pripravci koji stimuliraju centralni živčani sustav djelujući na srce i krvotok;
- j) emenagogi – pripravci koji se uzimaju nakon dijagnoze amenoreje ili dismenoreje;
- k) antihelmintici – pripravci eteričnih ulja koja štetno djeluju na parazite;
- l) insekticidi i repelenti – pripravci eteričnih ulja koja štetno i smrtonosno djeluju na kukce ili ih odbijaju intenzivnim mirisom.

5. BILJKE BOGATE ETERIČNIM ULJIMA

5.1. PARENNA METVICA (lat. *Mentha piperita* L.)

Izgled biljke

Paprena metvica dolazi iz porodice usnača (lat. *Lamiaceae*). Stabljika paprene metvice je četverobridna i gola, a može narasti visine od jednog metra. Listovi se nalaze na vrlo kratkoj lisnoj peteljci, a oni su jajoliki, šiljasti i na rubu oštro pilasti. Cvijet se razvija u obliku valjkastog klasa od lipnja do kolovoza. Cvjetna čaška je žljezdasto istočkana, a vjenčić crvenkast. U podzemnom dijelu biljke iz korijena se razvijaju brojne vriježe kojima se biljka razmnožava.



Slika 2. *Mentha piperita* L.

Stanište i rasprostranjenost

Paprena metvica danas raste samo kao kultivirana biljka koja je uzgajana na područjima dugog dana (15-16 sati). Raste na području Europe, Azije, Sjeverne Amerike i Južne Amerike. Najveće europske zemlje izvoznice su Engleska, Francuska i Italija. U Sjevernoj Americi se najviše uzgaja u zemljama SAD-a: Michigan, Washington, Indiana, Oregon... Ukupna svjetska godišnja proizvodnja iznosi nešto više od tisuću tona godišnje. Pogoduje joj umjerena klima i blago pjeskovito tlo. Na plantažama raste kao jednogodišnja ili dvogodišnja kultura. Prvo sakupljanje biljnog materijala obavlja se neposredno prije cvatnje, krajem kolovoza do sredine rujna zbog toga što biljka tada sadrži najveću količinu eteričnog ulja. Sakuplja se list kao droga koja nastaje sušenjem pri temperaturi 25 °C – 30 °C. Osim lista koristi se i eterično ulje paprene metvice.

Svojstva i kemijski sastav

Lišće je izuzetno aromatičnog mirisa koje gnječenjem među prstima otpušta miris mentola. Prvo stvara osjećaj topline, a zatim hladi. Makroskopskim pregledom na listu se zapažaju velike žlijezde koje luče eterično ulje u supkutilarni prostor, a mikroskopskim pregledom provjerava se identitet i ispravnost biljne droge. U ljekarnu dolazi u dva oblika, u obliku usitnjene biljne droge i u obliku praška. Prašak je zelenkaste do smeđezelene boje i ima iste organoleptičke karakteristike kao list. Listovi sadrže 1-4 % eteričnog ulja, 6-12% trijeslovina, flavonoide i triterpene (mentol). Biljna droga mora se čuvati u dobro zatvorenim posudama, zaštićena od svjetlosti i vlage. Prašak izrađen od lišća paprene metvice smije biti uskladišten najdulje 24 sata.

Djelovanje i uporaba

List se koristi za izradu infuza (čaja) u dozi od 1,5 g na 200 ml kipuće vode. Biljna droga ulazi u sastav mnogih čajeva koji ublažavaju simptome akutnog i kroničnog gastritisa i enteritisa, grčeva u gastrointestinalnom traktu (djeluje kao spazmolitik, karminativ, stomahik i antiseptik) i kronične kolecistopatije. Dodatno posjeduje sedativno djelovanje, stoga se nalazi u čajevima za smirenje.

Eterično ulje paprene metvice (lat. *Menthae piperitae aetheroleum*)

Postupkom destilacije vodenom parom iz svježih, cvatućih vršnih dijelova vrste *Mentha piperita* Lamiaceae (L.) dobiva se eterično ulje paprene metvice koje je oficinalno (službeno) u Farmakopeji. Ulje je bistra i bezbojna do blijedozelenkastožuta tekućina izrazito intenzivnog mirisa. Okus je paleći, a zatim hladi. Osjećaj hlađenja pojavljuje se zbog sadržaja mentola koji čini 30-55% eteričnog ulja. Ulje je kvalitetnije što je veći sadržaj mentola. Osim mentola, u eteričnom ulju paprene metvice nalaze se: limonen, cineol, menton, mentofuran, izomenton, mentilacetat, pulegon i karvon. Kemijski sastav ulja omogućava raznoliku primjenu omogućenu velikim spektrom djelovanja. Može se koristiti oralno i lokalno. Oralno se najčešće primjenjuje kao kolagog kod grčeva gastrointestinalnog trakta, a lokalno kao rinologik i anestetik kod kašlja jer djeluje na sluznici usne šupljine i ždrijela. Dolazi u raznim tehnološkim oblicima poput: tableta, oribleta, masti, krema, kapi za inhalaciju, gelova... Pored terapijske primjene, eterično ulje paprene metvice koristi se kao korigens okusa u kozmetičkoj i prehrambenoj industriji.

Mentol (lat. *Mentholum*)

Mentol je prema svojoj strukturi alkohol koji se dobiva sintezom iz eteričnog ulja paprene metvice. Kristalnog je oblika i dobiva se prirodnim ili sintetskim putem. Miris i okus je karakterističan, nalik na paprenu metvicu, a na koži izaziva osjećaj hlađenja. Vrlo se teško otapa u vodi, lako u etanolu, kloroformu i eteru, parafinskom ulju, masnim i eteričnim uljima. Osjećaj hlađenja upućuje na to da proširuje krvne žile pa se lokalno rabi za smirivanje svrbeža (antipruritik), kod neuralgije, u terapiji hunjavice i kao lokalni analgetik. Dolazi u nešto više od stotinu preparata na farmaceutskom tržištu, a najčešći su: kapi za inhalaciju, gel za utrljavanje, džepni inhalator, raspršivač, antiseptičke tablete za usta i ždrijelo...

5.2. MATIČNJAK (lat. *Melissa officinalis* L.)

Izgled biljke

Matičnjak (lat. *Melissa officinalis* L.) potječe iz porodice usnača (lat. *Lamiaceae*). Višegodišnja je biljka, uspravne, razgranate i četverobridne stabljike. Raste do visine od 50 cm. Nasuprotni listovi rastu na dugoj peteljci, oblikom su jajoliki ili srcoliki i izrazito nazubljena ruba. Gornja strana lista je slabo dlakava i tamnija u odnosu na donju stranu na kojoj se dlake nalaze samo na području provodnih žila. Usnati cvjetovi žućkastobijele ili ružičastobijele boje razvijaju u pazušcima gornjih listova na dodiru peteljke i stabljike. Cvatu od srpnja do kolovoza.



Slika 3. *Melissa officinalis* L.

Stanište i rasprostranjenost

Matičnjak nosi podrijetlo iz istočnomediterranskih zemalja i zapadne Azije. Raste kao samonikla biljka ili kultivirano u vrtovima i na velikim plantažama. Samoniklo raste među grmolikim biljkama, uz rubove šuma, živica ili ograda, u blizini naselja. Medonosna je biljka, stoga je često korišten kao izvor sirovina za med, ali se njime i privlače pčele u košnicu tijekom rojenja.

Svojstva i kemijski sastav

U ljekovite svrhe kao droga se koristi matičnjakov list (lat. *Melissae folium*) i eterično ulje koje se izolira iz matičnjaka. List je ugodna mirisa nalik limunu koji se može osjetiti ako protrljamo list prstima. Okusa je gorka i slabo trpka. Količina eteričnog ulja je vrlo mala,

između 0,2 i 0,3 %, stoga je ono vrlo skupo. Osim ulja u listu se nalaze: fenolkarboksilne kiseline, klorogenska i kavena kiselina, ružmarinska kiselina, triterpeni, flavonoidi...

Djelovanje i uporaba

List matičnjaka (lat. *Mellissae folium*) koristi se za izradu brojnih medicinskih čajnih mješavina te raznih tekućih i čvrstih ljekovitih oblika. Također se koristi suhi ekstrakt matičnjaka u izradi masti. Najvažnije djelovanje sastavnica matičnjakova lista ili eterična ulja jest sedativni učinak. Najpoznatija čajna mješavina sedativnog učinka koja sadrži matičnjakov list je *Species sedativae* (*Species nervinae*).

Matičnjakovo eterično ulje (lat. *Mellissae aetheroleum*)

Vodenoparnom destilacijom vršnih dijelova svježe biljke dobiva se eterično ulje koje dolazi u obliku bistre žućkaste tekućine, osvježavajuća mirisa na limun. Eterično ulje matičnjaka je oficinalno po Farmakopeji. Vrlo je teško u prometu pronaći čisto matičnjakovo eterično ulje jer je iznimno skupo pa mu se dodaju primjese limunova ulja. Glavne sastavnice eteričnog ulja matičnjaka su geranial, neral i citronelal. Koncentracija svake od sastavnica ovisi o podrijetlu, klimi gdje je uzgojena biljka i o tome je li prvo ili drugo orezivanje biljke. Eterično ulje ima sedativni učinak kao i list matičnjaka. Koristi se također i kao spazmolitik, posebice kod neuroza želučanoprobavnog trakta, neuroze srca i nervnih smetnji prilikom uspavlivanja. Eterično ulje se koristi i kao sirovina za izradu otopine eteričnih ulja koja se naziva „Klosterfrau-Melissengeist“ (*Spiritus Melissa*), osim eteričnog ulja matičnjaka, sadrži eterična ulja naranče, đumbira, klinčića, cimeta...

5.3.LAVANDA (lat. *Lavandula angustifolia* Mill.)

Izgled biljke

Lavandula angustifolia Mill. dolazi iz porodice usnača (lat. *Lamiaceae*) te raste kao višegodišnja biljka grmolika oblika visine do 80 cm. Ovaj grm karakterizira mnoštvo usporavnih izdanaka na čijim se vrhovima razvijaju cvjetovi. Listovi su uski i duguljasti, svijetlosive ili zelene boje, prvenstveno izrastu savinuta ruba i dlakavi, ali starenjem postaju goli i plosnati. Cvjetovi su modroljubičaste boje formirani u cvatove koji oblikom podsjećaju na klasove. Cvat se sastoji od nekoliko prividnih pršljenova, a cvjetovi koji ga formiraju razvijaju se na vrlo kratkim peteljicama koje su dlakave i modroljubičaste boje. Čaška, vjenčić i prašnici također su

obrasli dlakama. Peludna zrnca su žute boje, išarana pukotinama. Kao biljna droga koristi se cvijet lavande (lat. *Lavandulae flos*) i eterično ulje (lat. *Lavandulae aetheroleum*).



Slika 4. *Lavandula angustifolia* Mill.

Stanište i rasprostranjenost

Lavanda je mediteranska biljka koja raste na suhim i toplim obroncima pa čak i na kamenitom tlu. Raste kao samonikla biljka diljem Mediterana (Grčka, Španjolska, sjeverna Afrika itd.), ali je rijetka u tom obliku pa se intenzivno uzgaja na plantažama. Najveći nasadi lavande nalaze se u francuskoj Provansi. U RH lavanda se uzgaja u Dalmaciji, najvećim dijelom na otoku Hvaru. Uzgojena lavanda sadrži dvostruko veću količinu eteričnog ulja od samonikle te je to najčešći razlog njezina uzgoja.

Svojstva i kemijski sastav

Miris cvijeta lavande izrazito je aromatičan i blago je gorkog okusa. Droga se mora čuvati u zatvorenim (najčešće drvenim) kutijama ili sanducima, na suhome mjestu, na temperaturi koja nije viša od sobne temperature. Sanduci mogu biti obloženi papirom kako bi lavanda zadržala svoj miris i boju. Miris i boju lavandinom cvijetu daje eterično ulje kojega ima do 3%, a glavna sastavnica mu je linalilacetat. Osim eteričnog ulja, cvijet sadrži oko 12% ružmarinske kiseline te druge derivate. Zbog vrlo malog sadržaja eteričnog ulja u vrsti *Lavandula angustifolia* Mill., često se za ekstrakciju eteričnog ulja lavande uzgajaju druge vrste lavande.

Djelovanje i uporaba

Cvijet lavande najviše se koristi za izradu čajnih mješavina za smirenje ili ublažavanje probavnih tegoba kao koleretik i karminativ. Dolazi u obliku: infuza, tekućeg ekstrakta, čajne mješavine, cigareta protiv astme itd.

Lavandino eterično ulje (lat. *Lavandulae aetheroleum*)

Eterično ulje je oficinalno po Farmakopeji, a dobiva se parnom destilacijom cvjetova i/ili vršaka stabljike s cvjetovima vrste *Lavandula angustifolia* Mill. *Lamiaceae*. Blijedožute je boje, aromatična mirisa, blago gorka i ljuta okusa. Sadrži 30-50% linalilacetata, a u uljima vrhunske kvalitete i oko 60%. Sadrži još: linalol, kamfor, borneol i njegove derivate. Eterično ulje primjenjuje se lokalno kao rubefacijens – tvar koja nadražuje kožu na mjestu primjene te izaziva veću prokrvljenost mjesta lokalne primjene s ciljem umanjena boli. Kao rubefacijens koristi se kod sljedećih tegoba: reumatizam, lumbago, bolovi u mišićima i zglobovima itd. Eterično ulje lavande posjeduje antiseptičko i analgetsko djelovanje pa se lokalno upotrebljava protiv akni, dermatitisa, ekcema, prhuti u vlasištu, psorijaze, uboda kukaca i slično. Ukoliko se primijeni, oralno djeluje kao kolik, kolagog, koleretik te ublažava simptome dispepsije i liječi abdominalne grčeve. Tehnološki oblici lavande su razni: tinktura, medicinski sapuni, sapunska otopina, otopina eteričnih ulja, ljekovite masti protiv opekлина, svraba i uboda insekata. Osim medicinske uporabe lavande, ista se također koristi kao korigens mirisa u kozmetičkoj industriji i za izradu parfema.

5.4.EUKALIPTUS (lat. *Eucalyptus globulus* Labill.)

Izgled biljke

Eucalyptus globulus iz porodice mirtovki (lat. *Myrtaceae*) raste u obliku zimzelenog stabla visine 50-60 m. Stablo ima veliku razgranatu krošnju ispunjenju listovima dvaju vrsta. Listovi na mlađim dijelovima su na kratkoj peteljci ili sjedeći duguljasto ovalnog oblika i uski, pri vrhu šiljasti, a pri dnu srcoliki. Na starijim granama listovi su dužine 20-30 cm na dugim peteljčkama i srpasto zavinuti, plavozelene boje i kožasti. Vise prema dolje i prilagođeni su klimi podneblja u kojem stablo raste. Na površini lista nalaze se crvenosmeđe bradavičaste tvorevine. Eukaliptusov list koristi se kao biljna droga, lat. *Eucalypti folium*.



Slika 5. *Eucalyptus globulus* Labill.

Stanište i rasprostranjenost

Eukaliptus ima nešto manje od 300 priznatih vrsta, a kontinent porijekla je Australija. Stabla se uzgajaju i na drugim kontinentima, ukoliko su zadovoljeni klimatski uvjeti, jer ne podnose niske temperature i zahtijevaju velike količine vode. U Europi se uzgajaju u Portugalu i Španjolskoj, dok u Hrvatskoj postoje samo u parkovima (npr. Lošinj).

Svojstva i kemijski sastav

Eukaliptusov list ima izrazito jak aromatičan miris koji je sličan kamforu, u početku paleći, a kasnije se pojavljuje osjećaj hlađenja. Iz lišća se izolira eukaliptusovo eterično ulje koje čini 1,5 - 3,5% lista. Glavna je sastavnica eukaliptol te još sadrži fenolkarboksilne kiseline, flavonoide i triterpene.

Djelovanje i uporaba

Eukaliptusov list najčešće se koristi kao sastojak čajnih mješavina koje liječe tegobe gornjih i donjih dišnih puteva, npr. prehlada, bronhitis, astma itd. U pučkoj se medicini koristi u obliku tinktura za liječenje groznice. Vodeni ekstrakti mogu ublažiti simptome malarije, kolere, bakterijske dizenterije i slično. Pripravci od lišća eukaliptusa mogu se primijeniti i lokalno kod kožnih bolesti poput ulcera, rana i opekline jer stvaraju osjećaj hlađenja.

Eukaliptusovo eterično ulje (lat. *Eucalypti aetheroleum*)

Vodenoparnom destilacijom i rektifikacijom svježih listova eukaliptusa dobiva se eterično ulje eukaliptusa koje je oficinalno po Farmakopeji. Ulje je svijetložute boje, aromatična mirisa

po kamforu, okusa palećeg, potom hladi. Eukaliptol je glavna sastavnica kojeg minimalno mora biti 70,00% prema Farmakopeji. Zbog eukaliptola, eukaliptusovo eterično ulje ima antiseptička svojstva na sluznicama i koži. Najčešće se koristi lokalno u obliku masti i gelova za liječenje bolesti respiratornog sustava poput bronhitisa i upala sluznice nosa i ždrijela. Ukoliko se tegobe respiratornog sustava liječe inhalacijskom terapijom, preporuča se uporaba čistog eukaliptola. Tehnološki oblici koji se koriste u medicinske svrhe su: pastile, kapi za nos, balzami protiv prehlade, masti protiv prehlade, mast za inhalaciju, gel za dišne infekcije itd. Eukaliptusovo eterično ulje koristi se u kozmetici za izradu pasta za zube i njegu usta.

Važno je napomenuti da se eterično ulje eukaliptusa i pripravci za lokalnu primjenu od eukaliptusa ne smiju primjenjivati kod djece i dojenčadi.

6. IZRADA ČAJA PROTIV NADUTOSTI

6.1 Čajevi (lat. *Species*)

Čajevi su jednolične smjese biljnih droga različitog stupnja usitnjenosti koje mogu sadržavati i biljne praške te čvrste ljekovite tvari. Stupanj usitnjenosti predstavlja dužinu stranice kvadrata otvora na situ izraženu u milimetrima. Za lišće, cvjetove i stabljike koristi se sito 6 (grubo sječeno), za koru, podanke i korijen sito 3 (polusitno sječeno), a za plodove i sjemenke sito 2 (sitno sječeno). Primjenjuju se interno (peroralno), u obliku napitaka ili eksterno, kao oblozi te za grgljanje i inhalaciju. Izrada čajnih mješavina uključuje nekoliko farmaceutsko-tehnoloških operacija među kojima je i vaganje na način da se prvo važu sastavnice najmanje mase postupno prema sastavnici najveće mase. Pažnju treba obratiti i na strukturu droga jer se prvo važu čvršći dijelovi droga (korijen, sjemenke, podanak), a zatim nježnije strukture (listovi, cvjetovi). Čajevi pripadaju skupini galenskih pripravaka, stoga podliježu raznim ispitivanjima. Prilikom uporabe čajeva treba biti vrlo oprezan zbog nedovoljno istraženih mehanizama djelovanja i toksičnosti pojedinih sastavnica, stoga se monografije često mijenjaju i uređuju napretkom tehnologije koja donosi nove znanstvene rezultate.

6.2. Čaj protiv nadutosti (lat. *Species carminative*)

Sastav

Menthae piperitae folium (6)	30g
Carvi fructus (2)	20g

Matricariae flos (6)	20g
Anisi fructus (2)	15g
Foeniculi fructus (2)	15g

Izrada

Plodovi anisa, kima i komorača se izvažu redom, a onda prognječe pistilom u tarioniku kako bi otupustili djelatne tvari. Zatim se dodaju ostale sastavnice te se izmiješaju u jednoličnu smjesu.



Slika 6. Sastavnice, uređaj i posuđe potrebno za izradu čaja

Kontrola kakvoća droga

Identifikacija: Provjera identiteta sastavnica prema farmakopejskim monografijama.

Djelovanje i indikacije

Eterična ulja ploda anisa, komorača i kima ispoljavaju karminativno djelovanje dok eterična ulja kamilice i paprene metvice ublažavaju probavne grčeve. Čaj se primjenjuje kod meteorizma, flatulentnih kolika i flatulentne dispepsije.

Kontraindikacije

Poznata preosjetljivost na sastavnice čaja.

Nuspojave

Moguć je razvoj alergijskih reakcija imunološkog sustava na sastavnice čaja.

Interakcije

Nisu poznate.

Priprema

Jedna mala žlica čajne mješavine prelije se s 200 ml proključale vode i ostavi se 15 minuta u zatvorenoj posudi uz povremeno miješanje. Nakon toga se čaj procijedi i spreman je za uporabu.



Slika 7. Čajna mješavina – čaj protiv nadutosti

Doziranje

Čaj se pije od tri do četiri puta na dan na način da se pripremi neposredno prije uporabe.

Oprema i označavanje

Čaj se čuva u kartonskoj kutiji na kojoj mora biti navedeno: ime pripravka, sastav (kvalitativan i kvantitativan), priprema, uporaba i doziranje, čuvanje i rok valjanosti.



Slika 8. Prednji dio pakiranja
Species carminative



Slika 9. Stražnji dio pakiranja
Species carminative

Čuvanje i rok uporabe

Čaj se čuva u dobro zatvorenom spremniku i zaštićeno od svjetlosti. Rok valjanosti mu je 18 mjeseci od dana izrade.

Način izdavanja

Izdaje se bez liječničkog recepta u ljekarni.

7. ZAKLJUČAK

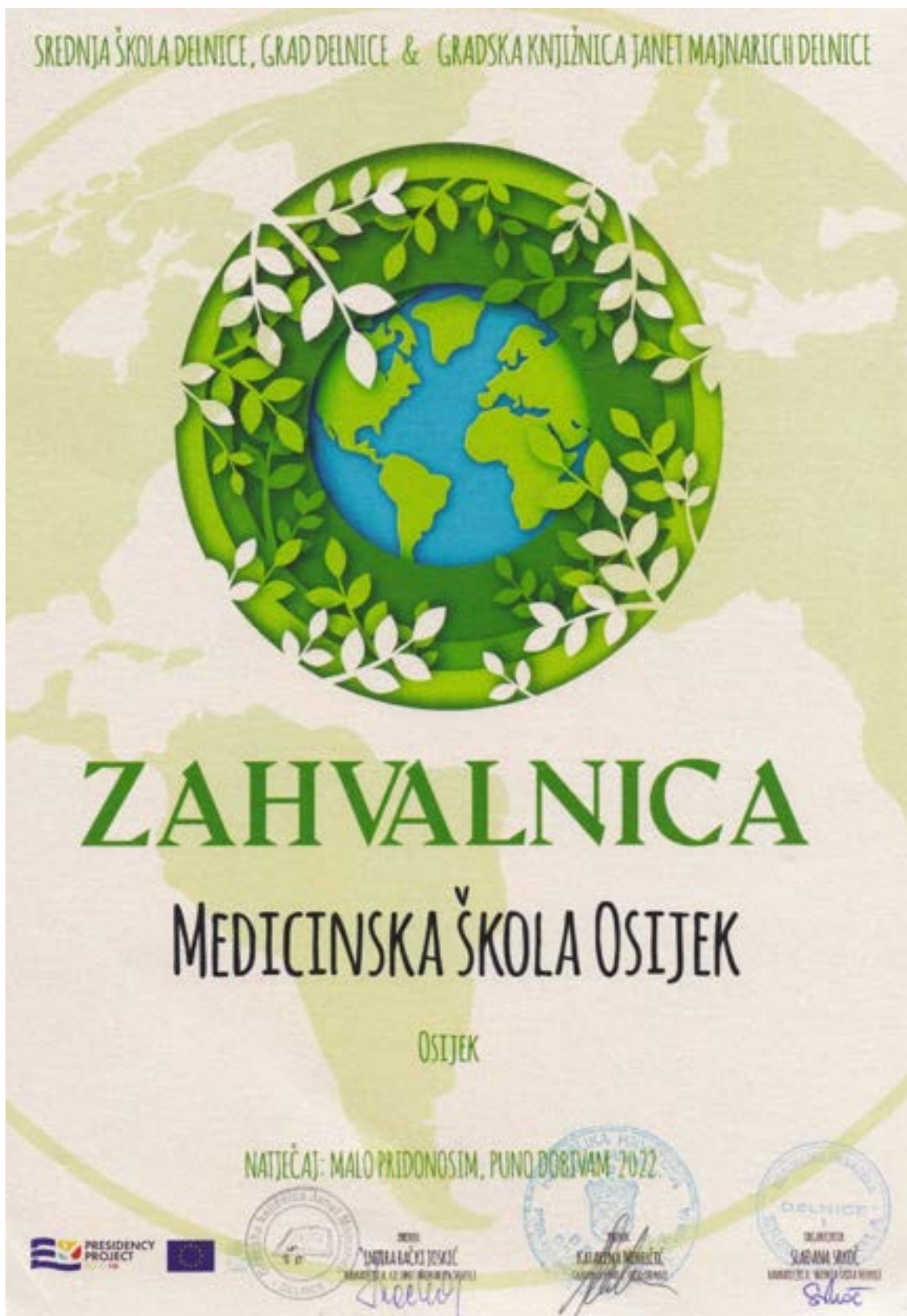
Ljekovite se biljke uzgajaju sve više na kultiviranim plantažama jer ljudi sve više koriste biljne alternative lijekova. Također se sve više proizvode eterična ulja koja se dobivaju iz biljnih droga. Eterična ulja se globalno koriste u kulinarstvu, a posebno u farmaciji zbog širokog spektra ljekovitih djelovanja. Primjer čaja protiv nadutosti objedinjuje razne biljne droge bogate eteričnim uljima koje potječu iz karakterističnih porodica bogatih eteričnim uljima kao što *Lamiaceae* i *Asteraceae*.

8. LITERATURA

- Portolan, M. (2010.) *Formulae magistrales Croaticae*, Zagreb; Hrvatska ljekarnička komora
- Willfort, R. (1978.) *Ljekovito bilje i njegova upotreba*, Zagreb; Zagreb 1974.
- Grdinić, V.; Kremer, D. (2009.) *Ljekovito bilje i ljekovite droge: farmakoterapijski, botanički i farmaceutski podaci*, Zagreb; Hrvatska ljekarnička komora
- Kuštrak, D. (2005.) *Farmakognozija fitofarmacija*, Zagreb; Golden marketing- Tehnička knjiga
- Slika 1. Izvor: <http://www.koval.hr/blogeky/ulja/destilacija/pages.html>, pristupljeno: 7.4.2022. 21:28
- Slika 2. Izvor: <http://ljekovitobilje.weebly.com/menta-mentha-piperita.html>, pristupljeno: 7.4.2022. 21:30
- Slika 3. Izvor: <https://rasadnik-franceskija.com.hr/shop/proizvod/lavandula-angustifolia-lavanda/>, pristupljeno: 7.4.2022. 21:42
- Slika 4. Izvor: <https://www.vrtlarica.com/maticnjak-melisa/>, pristupljeno: 7.4.2022. 21:45
- Slika 5. Izvor: <https://www.albertvieille.com/en/product/eucalyptus-globulus-80-spain/>, pristupljeno: 7.4.2022. 21:51

ZAHVALNICE







*Dom zdravlja Primorsko-goranske
županije dodjeljuje*

ZAHVALNICU

Medicinskoj školi Osijek

*Za uspješnu dugogodišnju stručnu i
poslovnu suradnju.*

S poštovanjem,

Ravnatelj Doma zdravlja PGŽ



Doc.dr.sc. Vladimir Mozetič, dr.med., MHA



Nacionalni centar
za vanjsko vrednovanje
obrazovanja

PISA



ZAHVALNICA

MEDICINSKA ŠKOLA OSIJEK

sudjelovala je u istraživanju PISA 2022

PISA



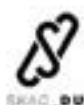
"Kako srce se napuni kada za dugo se isprazni."

ZAHVALNICA

Medicinskoj školi Osijek

ZA SUDJELOVANJE NA PROJEKTU
"72 SATA BEZ KOMPROMISA"

17. LISTOPADA 2021.



SKAC SI



SKAC
PALMA



NARAŠTAJI MEDICINSKE ŠKOLE OSIJEK - ŠKOLSKE GODINE 2021./2022.



ZANIMANJE: Medicinska sestra/tehničar opće njege**1.s1****Razrednica: Andrea Mlinarević, prof.**

Blažek Lana, Brković Dora, Budimski Lana, Ćorić Nina, Erdeljić Lea, Glušac Tea, Hogn Dunja, Hulak Tihana, Jakovljević Petra, Jandrijević Davor, Jozef Borna, Karatović Luka, Labaj Dominik, Lilić Ana, Marjanović Karla, Mijatović Maja, Mikuličić Dorotea, Ogrizović Sanja, Piljaš Ana, Ružić Stefan, Sitaš Lora, Škorvaga Lea, Tojčić Lara, Vonić Rahela.

ZANIMANJE: Medicinska sestra/tehničar opće njege

1.s2

Razrednica: Gabrijela Roguljić, prof.



Barić Tina, Bokun Lorena, Đurđević Anja, Filipović Anđela, Gagulić Željana, Hozijan Laura, Ivančević Lana, Ivanek Luka, Ivšić Sara, Jakšić David, Konjik Josipa, Marodi Leonarda, Milaković Anđela, Mršić Antonia, Mojzeš Dora, Novački Lana, Parmačević Ivan, Rako Marija, Repušić Šipoš Ante, Sandić Dunja, Šimundić Lea, Takač Marija Lorena, Varga Samanta, Vlaškalić Nataša.

ZANIMANJE: Medicinska sestra/tehničar opće njege**1.s3****Razrednica: Karolina Miladinović, prof.**

Andrijanić Ana Marija, Babić Fran, Balažić Anja, Bošnjak Nika, Brataljenović Mirna, Buljan Lana, Crnčan Ana, Dukarić Marina, Dželalija Ante, Đurković Dora, Gašpar Mía, Haršanji David, Johum Magdalena, Klarić Ivana, Krpić Sara, Lončarić Petra, Lučić Lina, Medved Lea, Mutzhaus Dina, Petak Tea, Raič Matea, Rukavina Rebecca, Vukelić Lisa, Vulin Lea, Zorbas Luka.

ZANIMANJE: Dentalni tehničar/tehničarka

1.dt

Razrednica: Marina Pilj Tomić



Irma Andrijević, Klaudija Birtić, Matko Bosančić, Vlatka Bošnjaković, Nika Budimir, Adrian Buinac, Magdalena Curić, Ana Dragić, Lora Ivić, Ema Katičić, Nađa Kikanović, Gita Kovačev, Tena Ladnjak, Katarina Leutar, Lucija Lovković, Tamara Mijoković, Marija Panjković, Tomislava Perić, Tea Pongračić, Ivana Potvorski, Karla Završki, Matej Zvonarić, Lorena Weinand.

ZANIMANJE: Fizioterapeutski tehničar/tehničarka**1.ft****Razrednica: Đurđica Radić, prof.**

Badovinac Nika, Bago Krešimir, Benkotić Tomislav, Božić Doroteja, Čarapović Luka, Ćulibrk Marko, Delić Fabijan, Duvnjak Klara, Grgić Jelena, Hegyi Nea, Jakopec Nia, Kovač Sara, Kuric Katja, Kušeta Eugen, Marton Noa, Marković Matija, Panić Toni, Pintarić Niko, Prokopec Bruno, Svedružić Lana, Šajber Nina, Toter Lucija, Vinogradac Petra, Vrdoljak Sunčica, Peček Fran.

ZANIMANJE: Zdravstveni laboratorijski tehničar/tehničarka

1.1

Razrednica: Ivana Petric, prof.



Alandžak Iva, Alilović Laura, Biber Paula, Bošnjak Vaska, Devčić Anja, Đurin Lucia, Klinčić Lea, Ljubičić Viktor, Manci Eva, Marjanović Stela, Mastelica Hana, Mijatović Luka, Narančić Nataša, Petrić Tea, Roguljić Hosinović Ines, Stajin Đorđe, Stevanović Milan, Šnajder Magdalena, Tomašević Olivera, Topalić Matija, Vidić Ema, Vukovac Anamarija, Zimonja Lana.

ZANIMANJE: Medicinska sestra/tehničar opće njege**2.s1****Razrednica: Andrea Mlinarević, prof.**

Abramić Lana, Aleksa Laura, Bilandžić Vanessa, Birović Sara, Butinović Sara, Ćosić Leona, Ereiz Marina, Horvat Dorotea, Ištuk Mia, Kovač Jana, Krizmanić Lorena, Macura Ilaj, Matković Ema, Moho Sara, Mušura Marija, Perić Anamarija, Považanj Matija, Ribarić Nicholle, Rukavina Tena, Šakić Mia, Tarcal Lana, Tomić Sara, Vukmanić Petra, Žebić Mislav, Živković Ema.

ZANIMANJE: Medicinska sestra/tehničar opće njege

2.s2

Razrednik: Anđelko Šimić, prof.



Benvin Nela, Bosić Tamara, Bračko Klaudija, Dragić Tea, Dukić Viktorija, Đorđević Tijana, Foro Valentina, Jovanović Nikolina, Katić Luka, Ključar Petar, Kondić Emina, Korov Hana, Kuvačić Lana, Lončarević Sara, Majkić Anastasija, Maksimović Uroš, Milinković Nina, Naumovski Nikolina, Sigeti Sara, Stevanović Marina, Štic Magdalena, Štula Milijana, Šutić Dragana, Todorčić Stefan, Tucak Luka, Vinić Leon, Županić Monika.

ZANIMANJE: Medicinska sestra/tehničar opće njege**2.s3****Razrednica: Ana Azenić, prof.**

Antunović Tea, Deže Marija, Dominković Lana, Doroslovac Laura, Drenovski Mihaela, Dudaš Mia, Đurkić Hana, Horvat Lea, Hosak Ana, Kučinac Zvonimir, Matković Lana, Mihaljević Leonarda, Ozimec Ana-Marija, Pačarić Roberto, Pavlečić Lana, Puškadija Nela, Romić Jorgić Matko, Sokač Matea, Studenić Nives, Sučić Melani, Tkalec Ivana, Vizentaner Vlatka, Vukadin Tia, Zečević Anica, Živković Nikolina.

Dentalni asistent/asistentica

2.da

Razrednica: Mirjana Kralj, mag. med. techn.



Ašaćanin Jovan, Barić Patricia, Baroka Patricia, Begović Petar, Bogdan Tea, Borić Jelisaveta, Ćosić Tijana, Despotović Stefan, Dmitrić Kimi, Ernješ Mia, Gerkeš Lucija, Ivković Klara, Kanđera Igor, Kovačević Ana - Marija, Kovačević Josipa, Kupčerić Marija, Lučić Iva, Lukačić Matea, Lukić Dunja, Radić Barbara, Staparac Tijana, Stipanović Lea, Štricki Marina, Tripunović Tijana, Vranić Matej.

ZANIMANJE: Farmaceutski tehničar/tehničarka**2.f****Razrednik: Miroslav Kern, prof.**

Arbutina Emilija, Brkić Nora, Erkapić Julia, Franjković Katarina, Grgović Petra, Hercigonja Dora, Horvat Lea, Janček Klara, Keglović Zvonimir, Kubica Anita, Lang Lucija, Masnica Ivana, Mate Izabel, Mesarić Dalia, Mihaljević Martina, Penić Angela, Perošević Ivan, Poznanović Miljana, Radaković Lara, Rudić Rafaela, Sabljak Nika, Strusa Tea, Sušić Noemi, Topić Petra, Vuković Mia.

ZANIMANJE: Fizioterapeutski tehničar/tehničarka

2.ft

Razrednik: Jago Lucić, mag. physioth.



Batković Barbara, Bijuklić Nevio, Đurđević Aleksandar, Flanjak Gabrijel, Glasnović Bruno, Ištvanfi Lara, Jazavac Boris, Kojčić Lana, Kovačević Klara, Majić Ante, Micai Luka, Petrović Gabrijela, Pilj Marina, Puljek Marta, Radojčić Marko, Sapanjoš Lorens, Savadinović Jelena, Stipić Lea, Šalajić Đorđe, Turkalj Ana, Valjan Petra, Živalj Borna, Živković Dora.

ZANIMANJE: Medicinska sestra/tehničar opće njege**3.s1****Razrednica: Maja Čebihin, mag. med. techn.**

Bičak Lana, Bogdan Ana, Bošnjak Ivana, Brkić Dino, Brnjevarac Anja, Dmitrović Inea, Dombi Igor, Đurđević Sara, Ilišević Nataša, Juginović Marinela, Kantor Patricija, Karas Ana, Košćević Matej-Kristijan, Kozlica Sara, Maletić Sara, Mamić Lovro, Marinić Petar, Minkek Ena, Nožina Nika, Orban Karin, Popović Milan, Režić Josip, Rupar Bojana, Sedlar Ana, Stevanović Milica, Tkalec Ivona, Todorović David, Zamečnik Klara.

ZANIMANJE: Medicinska sestra/tehničar opće njege

3.s2

Razrednica: Ivana Prus Wertheimer, prof.



Berić Marina, Bračun Marsel, Bregović Patrik, Bužonja Stipe, Čakalić Lara, Dolenc Jan, Filipović Nikolina, Florijančić Andrea, Geršić Lorena, Janković Nina, Jurilj Korina, Katanić Nataša, Kavicki Dora, Kovačević Laura, Kubaša Indira, Kujundžić Ena, Lončar Laura, Ljutak Ena, Markić Nikolina, Pamer Claudia, Piškorjanac Filip, Poštić Lana, Pušeljić Marija, Putnik Jelena, Stanko Diana, Torjanac Melinda, Vukoja Tara, Žigić Maja.

ZANIMANJE: Medicinska sestra/tehničar opće njege**3.s3****Razrednica: Zdenka Omrčen, mag. med. techn.**

Barunčić Anja, Borevac Anna, Brusović Ena, Bušljeta Marta, Čutić Ema, Drmić Matea, Erdeg Nina, Jeleč Kristijan, Kanđera Jan, Knežević Jana, Kovačević Luka, Kurtović Katarina, Lucić Klara, Makaj Lea, Marinović Marta, Marković Tea, Mršić Anica, Parić Katarina, Pavlović Marija Magdalena, Petrović Ana, Posavac Beata, Sučić Iva, Sudarić Patrik, Šajvan Kristina, Štefančić Tino, Šumiga Marija, Varga Matea, Vlašić Mirna, Zelek Iris.

ZANIMANJE: Dentalni tehničar/tehničarka

3.dt

Razrednica: Elena Džojić, prof.



Čar Ena, Čarapović Lara, Halaši Nikolina, Herc Melisa, Jakovljević Katarina, Jakšić Iva, Janković Tena, Javorović Tonia, Kepka Karla, Klajić Jovana, Kraljik Karlo, Kuna Oliver, Marjanović Lana, Najbauer Elena, Narančić Sergej, Platiša Jelena, Slišković Hana, Sokač Noel, Štepanko Tea, Vragolović Paola, Zavada Kristijana, Zgrebec Luka.

ZANIMANJE: Fizioterapeutski tehničar/tehničarka**3.ft****Razrednica: Ivana Marček, mag. physioth.**

Balentić Martina, Benak Tanja, Bošnjak Lorena, Bušić Melani, Franković Vanesa, Glavaš Matej, Goluska Larisa, Horvat Lea, Kajtazi Teuta, Korov Petar, Lepen Lucia, Lovrić Ana, Majdenić Klara, Marinković Anđela, Meštrović Tena, Miler Lara, Pavin Ena, Popović Tena, Štepanko Petra, Torjanac Iva, Varlam Vanesa, Veg Anja, Volmut Marina, Zahirović Filip.

ZANIMANJE: Zdravstveno laboratorijski tehničar/tehničarka

3.1

Razrednik: Zoran Škrinjarić, prof.



Brkić Ivana, Dozet Inga, Đambić Marta, Grabovac Dejan, Horvat Klasni Karlo, Ivošević Mihaela, Jakopović Klara, Jerotić Milana, Josić Dorotea, Klasić Melani, Knežević Katarina, Krnjajić Anđela, Mustak Ema, Oljača Nađa, Orešković Ana, Paponja Barbara, Perčić Lucia, Plečić Barbara, Pušić Vanesa, Šimenić Žana, Vučković Katarina, Vukomanović Nika, Vuksanović Aleksandra.

ZANIMANJE: Medicinska sestra/tehničar opće njege**4.s1****Razrednica: Marijana Nikolovski, bacc. med. techn.**

Aničić Lara, Babinac Ema, Barić Lea, Čančar Tea, Drmić Antonia, Fabijanac Marko, Filipović Josipa, Galinec Tina, Gašpar Matej, Hlevnjak Mateo, Jakab Lara, Kopjar Leona, Korman Katarina, Kovačević Sara, Lemund Dejana, Mak Mateja, Milković Anamarija, Pačak Martina, Papak Ema, Pintarić Valentina, Považanj Anela, Rajčević Zvonimir, Ravlija Ema, Tot Emilia, Trombini Matteo, Zegnal Tea, Živaljić Kristina.

ZANIMANJE: Medicinska sestra/tehničar opće njege

4.s2

Razrednica: Maja Carević, mag. med. techn.



Andraković Ana, Andrić Nela, Antunović Lana, Bačić Patricija, Balog Anastazija, Biloš Antonela, Blažić Sergej, Duvnjak Iva, Đakovac Amelie, Furjan Martina, Geto Lea, Ivančević Mia, Jovanović Nikola, Kramarić Lana, Lazar Darjan, Nedić Slobodan, Nikić Bojana, Pepić Filip, Rold Luka, Skelac Nina, Stražanac Magdalena, Šoštarić Dino, Todorović Milica, Vidošić Karlo, Vrbanić Iva, Vukmanović Korina, Zagorščak Laura, Zagvozda Loris.

ZANIMANJE: Medicinska sestra/tehničar opće njege**4.s3****Razrednica: Ivana Debelić, mag. med. techn.**

Agatić Nikola, Antonina Stella, Balentić Vinko, Basta Sandra, Broz Lora, Filaković Marko, Haršanji Luka, Jelečević Vladimir, Jurić Magdalena, Keri Evelyn, Kopljar Dea, Marolin Sara, Matošević Lara, Milković Tea, Mioljević Nemanja, Mudrinić Aleksandar, Nađ Lana, Pandurić Ana, Perković Nives, Rezo Iva, Roso Larisa, Straka Valentina, Šandor Kristina, Šporčić Sara, Tijanić Nikolina, Tokić Matej, Tot Laura, Ugljarević Lorena, Vukadin Iva.

MATURANTI ŠKOLSKE GODINE 2021./2022.



ZANIMANJE: Medicinska sestra/tehničar opće njege

5.s1



Razrednica: Ljiljana Grdić, mag. med. techn.





Sebastian Balog



Doris Barunčić



Ivan Belezni



Matea Bićan



Antonio Bošnjak



Majda Cvenić



Martina Kovač



Ina Kovačević



Lana Kovačević



David Latković



Jana Marčinković



Lara Matusina



Larisa Milanović



Tijana Radić



Leonardo Rakonca



Josipa Rendulić



Hana Sablić



Romana Serdarušić



Marija Simić



Ivona Ševarac



Lucija Trošić



Dino Uglješić



Aleksa Vidaković



Ena Vulić

ZANIMANJE: Medicinska sestra/tehničar opće njege

5.s2



Razrednik: Marko Maceković, mag. med. techn.





Filip Carević



Nikolina Čančar



Filip Dragozet



Luka Hranić



Matej Ivanković



Katarina Javorček



Evelin Kiš



Stella Kovačev



Stipe Kovčalija



Mirna Kralj



Lorena Lučić



Leonora Majstorović



Lana Malovan



Josipa Marijanović



Lana Meško



Nina Meško



Ema Mikulec



Tena Mikulčić



Tamara Nikolovski



Veronika Pigac



Marija Plazonić



Matej Rukavina



Marko Sklabinski



Laura Štrok



Sara Tobijas



Danijel Vukas



Josip Vukovac

ZANIMANJE: Farmaceutski tehničar/tehničarka

4.f



Razrednica: Renata Gal, prof.





Maja Avdaković



Luka Berkov



Larisa Blažević



Marija Bunić



Benjamin Crnčan



Matej Cvitkušić



Lara Dermišek



Marta Kolarić



Mila Kovačević



Lara Krašnjak



Sara Kršić



Adrijana Kujavić



Lea Mandić



Leonarda Matošević



Mila Miličević



Anastasija Miroslavljević



Anita Nikolić



Anamarija Perić



Petra Petrović



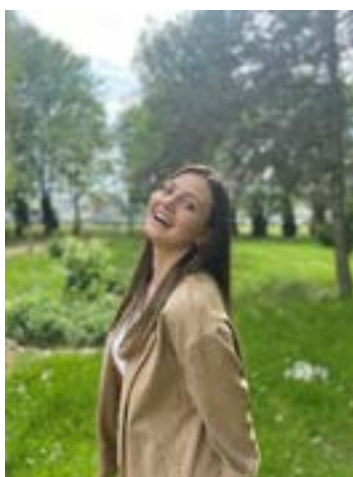
Anja Podunavac



Bojan Potvorski



Jovana Prokić



Marta Rimac



Ella Šimon



Luka Šubara



Sanela Vojvodić



Ana Vučković

SMJER: Medicinska gimnazija

4.
g



Razrednice: Dunja Ćosić, prof., Ana Rajković, prof.





Benjamin Brkanić



Nikola Cvetković



Adrienn Čapo



Karla Čičak



Dunja Dovičin



Lorena Duvnjak



Vukašin Đukelić



Laura Furić



Elizabeta Galović



Filip Getoš



Nika Kardoš



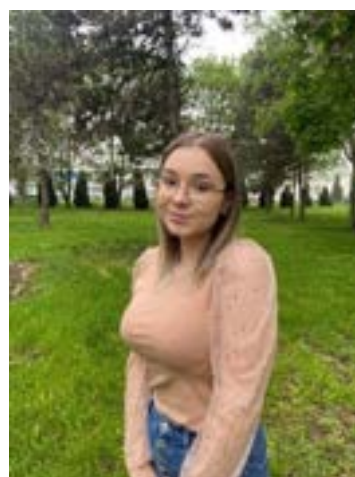
Iva Kuzmanović



Stella Lovaković



Ines Markulak



Elena Matoš



Anamarija Mudri



Ivan Nemet



Matea Ozanjak



Stela Peter



Luka Petrušić



Mihaela Savičić



Ante Soldo



Vedran Šajnović



Iva Šikić



Fabijan Teskera



Nika Vinković

NAJUČENIK GENERACIJE

ANASTASIJA MIROSAVLJEVIĆ



Crvenoj zgradi na Zelenom polju, mašemo, mi, čudesna maturantska generacija posljednji put. Mi koji smo sve hrabro preživjeli i nismo se dali pokolebati.

Ljudi koji su nas okruživali 4 ili 5 godina ostat će nam urezani u srcu zauvijek. Svaki je razred imao onu osobu koja uvijek kasni jer je zaspala na autobus čak i za popodnevnu smjenu; onu osobu kojoj je najbolja prijateljica teta u kantini i dalje je uvijek gladna; onu osobu koja uči dva tjedna unaprijed i dan i noć i kuka kako će dobiti jedva dva iako svi znamo da će dobiti pet; onu osobu o kojoj svi znaju sve i kako joj se zove pas i gdje je i s kim bila na dejt; onu osobu koja je i dalje enigma i nikad ništa ne kaže osim što je se pita; onu osobu što jednako ludo partija i na cajke i na rock i onog razrednika ili razrednicu što mole za ispričnicu samo da nam ne upisuju izostanak.

A danas, danas nam je posljednji dan. Sve uspomene, sve šale, sve kultne izjave profesora i naših kolega, ekskurzije, zabave, sve litre kava i cedevita u Greenu spremićemo u arhiviran folder u srce. Imam osjećaj da kada smo upisali ovu školu na ulazu su nam dali krila, a sad na izlazu daju nam i dozvolu za let. A naše je da letimo, da letimo visoko u naše snove i želje; na poslove, na fakultete, možda put po Europi, možda ćemo saviti gnijezda za neke nove obitelji. Važno je letjeti vedrinom duha i ne gledati na one koji u tome ne vide čar jer takvih će uvijek biti.

Pred nama je spektar novih vrata i zato hrabro koračajmo u naše snove. Mladi smo, vrijedni smo, uporni smo, već smo vi dokazali da možemo. Vjerujte u sebe i radite ono što vam grije dušu. Ni jedan cilj nije predalek, svaki je korak i svaki pad, vaš, jedinstven, najbolja lekcija. Ne može nitko obećati da će biti lako, ali može obećati da će biti vrijedno. A kad zagusti, zagrlite sami sebe jer velik ste put prešli, a kad krenete opet, kao rijeka raznesite sve pred sobom. Hodajte kroz život otvorenog srca, podajte osmijeh tužnom, podršku umornom, ruku bolesnom. Budite odvažni, učinite i recite to što tako dugo priželjkujete, jer samo je danas-danas. Udahnite život punim plućima, nema tu pauze ili reprize. U svijetu odraslih, zadržite veselu i rasplesanu djecu u sebi. Njeguajte i zalijevajte ljubav, pjevajte joj svaki dan jer samo ona briše granice između sna i jave. Smijte se glasno, grlite snažno, volite jako, opraštajte lako.

U ime svih maturanata željela bih se zahvaliti svim razrednicima, profesorima, ravnateljici, stručnoj službi i vanjskim suradnicima koji su nas mnogočemu naučili i uvijek bili tu za nas kada nam je trebala pomoć.

Rastanak je težak, kraj je neizbježan i za nas je danas taj dan. Bili smo rame uz rame, smijali se i plakali, veselili, svađali, učili, odrastali. Negdje sam pročitala citat koji mi se urezao u pamćenje, a glasi: „Koliko imam sreće da imam nešto zbog čega mi je teško reći zbogom“, a danas je dan kad razumijem i osjećam te riječi.

Dragi svi, najviše moj 4f, čast mi je bila dijeliti uspomene i prijateljstva s vama, sve osmijehe i svo veselje, ali nakon danas, jedva vas čekam vidjeti u vašim novim avanturama i iz sveg srca navijam za sve vas. Nego, kad mi možemo na bus?

Anastasija Miroslavljević, 4.f

TAMARA NIKOLOVSKI



Naši ulasci i izlasci iz učionica i razreda nikada nisu isti. Ni naši susreti na hodnicima škole. Dani su nam katkada natopljeni kišom, a katkada okupani suncem. Plačemo i smijemo se istovremeno. U toj igri svjetla i tame, koja se zove život, lijepo je biti čovjek. Tamara Nikolovski biće je koje ovaj svijet čini boljim mjestom. Njezin pozitivan duh, upornost i marljivost u radu, pristojnost u komunikaciji, nesebično pomaganje drugima, želja za osobnim i društvenim napretkom te čisto i iskreno srce kvalitete su iznimnih osoba. Tamara je zasigurno jedna od njih. Ponosna sam na uspjehe svih učenika, ali posebno sam ponosna na njezine uspjehe. Znam koliko je truda, volje i upornosti unijela u sve što je radila, učila i stvarala. Predavala sam Tamari dvije godine. Sasvim dovoljno da

bih prepoznala dijete koje zaslužuje samo najbolje od života. Medicinska škola Osijek sretna je i zahvalna što ima učenike poput Tamare. Premda si zakoračila u nove svjetove, draga Tamara, tragove koje si ostavila siguran su put budućim generacijama. Put dobra i rada je težak, ali je plodonosan. Hvala ti što si bila i ostala naš putokaz, naša sigurna karta za bolje sutra.

Mirta Faktor, prof.

MATEJ CVITKUŠIĆ – učenik bez izostanka u 4 godine školovanja



Matej Cvitkušić je mladić koji je prije 4 godine jako želio doći u našu školu, a kada mu se želja ostvarila, svima nam je pokazao koliko mu je bilo važno biti učenikom Medicinske škole Osijek da niti jedan dan u sve 4 godine školovanja nije izostao s nastave.

Koliko on voli školu, toliko škola voli njega i sada, kada iz nje odlazi, odlazi kao mladić koji će ostati zapamćen po svojoj upornosti i dobronamjernosti prema svima, ali i po činjenici da je bio najsrčaniji plesač na plesnom podijumu naturalne večeri generacije 2018./2022.

Ponosni smo na Mateja, na njegova ostvarenja i želimo mu da cijeloga života njeguje kvalitete koje ga krasi i zbog kojih smo ga svi toliko zavoљjeli.

MATURALNA ZABAVA KROZ FOTOGRAFIJE

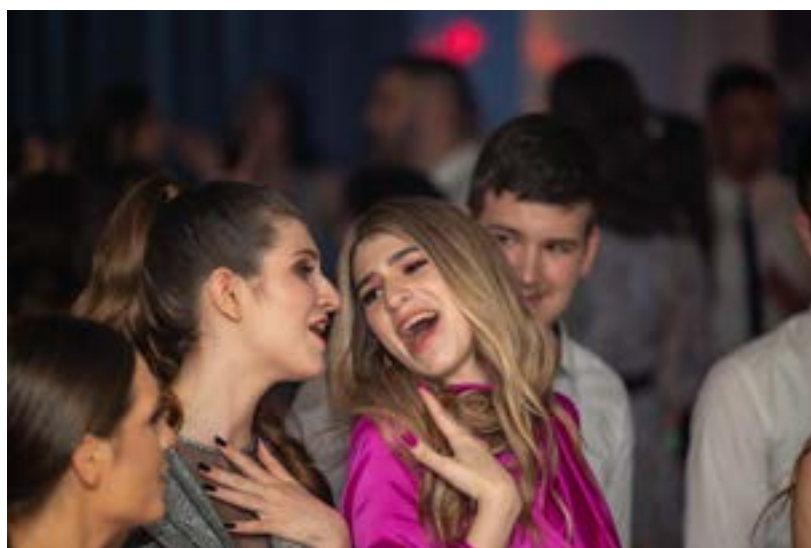












ISPRAĆAJ MATURANATA

Dobro došli na grupnu terapiju. Smatramo da vam je, nakon svih ovih godina, vrlo potrebna. Zatvorite oči, prepustite se tami pred vama. Duboko udahnite. Fokusirajte se na glazbu. Mi ćemo vas sada odvesti na jedno putovanje - putovanje kroz vaša sjećanja. Sjetite se prvog dana prvog razreda u ovoj školi. Taj strah, trepet, to mladenačko uzbuđenje. Bili ste samo djeca. Potpuni stranci, sasvim slučajno odabrani, svi na istom mjestu. Vi ste, zapravo, u našoj školi odrasli. Što to znači? Odrasti? Odrastanje je vrlo težak pojam. Ono zapravo predstavlja promjenu, usavršavanje, zbližavanje. Odrastanje je suočavanje sa svim što vam priječi put do vaših najdubljih ciljeva - svaka suza koju ste potajno izlili na jastuk u noći, svaka kap znoja i krvi koju ste potrošili u radu, svaka negativna emocija koja vam je zagorčala sladak okus mladosti. Osvrnite se na sebe. Daleko ste stigli, zar ne? Ponovno udahnite i nasmiješite se. Budite ponosni na sebe, ovo nije malo postignuće. Od običnih stranaca, od najmanjih zrna maka, postali ste prava mala obitelj. Odrasli ste u našoj maloj crvenoj kockici. Uskoro, otići ćete, tražiti posla po bijelom svijetu. Po mnogočemu ćemo vas pamtiti, a od vas molimo da ni vi nas ne zaboravite. I kada netko pita gdje ste vi zapravo usavršili svoje divno znanje i nevjerojatne vještine, vi se samo ponosno nasmijte i dično recite - "iz male crvene kockice." I znat ćemo da nas niste zaboravili. Zagrlite vašu razrednu obitelj, to neka bude posljednji korak na vašem putu odrastanja.

4.s1











SVEČANA DODJELA SVJEDODŽBI





DJELATNICI ŠKOLE





Nastavničko vijeće u školskoj godini 2021./2022.



Aktiv medicinskih sestara/tehničara zdravstvene njege



Aktiv prirodne skupine predmeta



Aktiv društvene skupine predmeta



Aktiv jezične skupine predmeta



Aktiv zdravstva



Administrativno osoblje



Tehničko osoblje

NAPREDOVANJA U ZVANJU

Po važećem Pravilniku o napredovanju učitelja i nastavnika u osnovnom i srednjem školstvu u školskoj godini 2021./22. napredovalo je nekoliko nastavnika/ca u zvanju. Jednoglasnom odlukom članova Nastavničkog vijeća u napredovanje su predložene sljedeće nastavnice, a provedeni uvidi u nastavu su podržali njihovo napredovanje.

Nastavnici zdravstvene struke Martina Tot Vesić, Marko Maceković promovirani su u zvanje nastavnik mentora.

Najuspješniji odgojno-obrazovni radnici u školskoj godini 2020./2021.

Ministarstvo znanosti i obrazovanja je na temelju *Pravilnika o nagrađivanju učitelja, nastavnika, stručnih suradnika i ravnatelja u osnovnim i srednjim školama te učeničkim domovima* (NN, br. 53/2019.) i prema procjeni Povjerenstva za nagrađivanje, potvrdilo izbor Alte Pavin Banović, stručne suradnice knjižničarke iz Medicinske škole Osijek, jednom od 511 najuspješnijih odgojno-obrazovnih djelatnika u školskoj godini 2020./2021.

Virtualna dodjela nagrada pod nazivom *Godišnje nagrađivanje odgojno-obrazovnih djelatnika* realizirana je, u organizaciji Ministarstva znanosti i obrazovanja, na međunarodni Dan učitelja 5. listopada 2021. godine. Ministar znanosti i obrazovanja, prof. dr. sc. Radovan Fuchs, obratio se čestitkom nagrađenim odgojno-obrazovnim radnicima. Zahvalnica je stigla poštom na školsku adresu 15. listopada 2021.

Zahvaljujem cijelom Nastavničkom vijeću Medicinske škole Osijek na suradnji jer ova je Zahvalnica potvrda kvalitete odgojno-obrazovnoga rada svih nas!

Alta Pavin Banović



POPIS DJELATNIKA U ŠKOLSKOJ GODINI 2021./2022.

RAVNATELJICA: Sanja Dravinski, mag. med. techn.

Nada Grujić Tomas, prof., pedagog, stručni suradnik
 Mirna Ilakovac, psiholog, stručni suradnik
 Alta Pavin Banović, dipl. knjižničarka

Ivana Đerđ-Dunđerović, prof. hrvatskog jezika i književnosti
 Mirta Faktor, prof. hrvatskog jezika i književnosti
 Vesna Kasač, prof. hrvatskog jezika i književnosti
 Marina Pilj Tomić, prof. hrvatskog jezika i književnosti
 Đurđica Radić, prof. hrvatskog jezika i književnosti

Anamarija Antunović, prof. engleskog jezika i književnosti i njemačkog jezika i književnosti
 Elena Džojić, prof. engleskog jezika i književnosti i njemačkog jezika i književnosti
 Renata Gal, prof. engleskog jezika i književnosti
 Anita Ivanković, prof. engleskog jezika i književnosti i njemačkog jezika i književnosti
 Ivan Kordić, prof. engleskog jezika i književnosti i njemačkog jezika i književnosti
 Josipa Peko-Lončar, prof. engleskog jezika i književnosti i njemačkog jezika i književnosti

Ana Mari Blažević, magistra edukacije latinskog jezika, rimske književnosti i hrv. latinитета
 Miroslav Kern, prof. latinskog jezika

Ana Azenić, magistra pedagogije i magistra edukacije povijesti
 Inez Brataljenović, dipl. teolog
 Vukašin Cvetojević, dipl. teolog
 Anastazija Kalčić, magistra psihologije
 Tin Kovačević, prof. sociologije
 Adrijana Lovrinčević, dipl. teolog
 Karolina Miladinović, magistra teologije
 Andrea Mlinarević, prof. povijesti

Eva Brčić, magistra edukacije matematike i fizike
 Dunja Čosić, magistra matematike
 Krešimir Fabijančić, magistar edukacije matematike i informatike
 Mirela Grubišić, prof. geografije
 Marija Katić, magistra nutricionizma i znanosti o hrani
 Mirela Macelaru, prof. matematike i fizike
 Zlata Mihić, prof. matematike
 Ivana Nemet, kemijski tehničar, suradnica u nastavi vježbi
 Mihaela Paradžik, magistra edukacija fizike i informatike
 Ivana Petric, prof. biologije i kemije

Ivana Prus Wertheimer, prof. biologije i kemije
Ana Rajković, prof. matematike i fizike
Gabrijela Roguljić, magistra biologije i kemije
Ena Solin, magistra medicinske laboratorijske dijagnostike
Snježana Tomljenović, prof. biologije i kemije
Ozren Zrilić, prof. matematike i fizike

Anđelko Šimić, magistar kineziologije
Zoran Škrinjarić, prof. tjelesne i zdravstvene kulture

Vesna Albreht-Mihaljević, zubotehničar
Zvonko Kasak, zubotehničar
Eugen Pandža, zubotehničar

Svjetlana Sklizović, dr. med.
Dragutin Čaleta, dr. med.

Ivana Marček, mag. physioth.
Željka Milković, bacc. physioth.
Jago Lucić, mag. physioth
Dunja Tomić, bacc. physioth.
Sara Keresteš, bacc. physioth.

Milan Arambašić, bacc. med. techn.
Luka Bačić, bacc. med. techn.
Ana-Marija Buljević, mag. med. techn.
Maja Carević, mag. med. techn.
Maja Čebihin, mag. med. techn.
Ivana Debelić, mag. med. techn.
Ljiljana Eršek, mag. med. techn.
Viktorija Ežbegović, bacc. med. techn.
Ljiljana Grdić, mag. med. techn.
Ivana Hardi, mag. med. Techn.
Mateja Hideg Vicić, mag. med. techn.
Nikolina Holeš, mag. med. lab. diag.
Marijana Jaman-Galeković, mag. med. techn.
Mirjana Kralj, mag. med. techn.
Branislava Laurović, mag. med. techn.
Branimir Lončarić, bacc. med. techn.
Marko Maceković, mag. med. techn.
Marija Maras, mag. med. techn.
Marijana Nikolovski, bacc. med. techn.
Zdenka Omrčen, mag. med. techn.
Maja Rakin, mag. med. techn.

Martina Tot Vesić, mag. med. techn.

Sanja Višević, mag. med. techn.

ADMINISTRATIVNO OSOBLJE

Stjepko Kasač, tajnik

Gordana Pandža, računovodstveni radnik

Tomislav Rogina, voditelj računovodstva

Lidija Županić, tajnica

TEHNIČKO OSOBLJE

Maja Bagarić, spremačica

Slobodanka Bijelić, spremačica

Ljilja Kopic, spremačica

Mirjam Kujavec, spremačica

Kornelija Munkačević, spremačica

Fahreta Turkalj, spremačica

Ivica Valentić, domar

VANJSKI SURADNICI

Valerija Blažičević, dr. med. spec. patologije

Sanja Boduljak, mag.lab.ing.

Sven Burian, univ.bacc.med.lab. dijagnostike

Marika Čebo, mag. pharm.

Robert Čepo, dr.med.dent.

Matea Ćurčija, dr.med.dent.

Kristijan Dinjar, dr. med.

Vedran Đambić, dr. med.

Vedran Đerke, dr.med.dent.

Iris Flatscher, mag. pharm.

Ljiljana Hanižjar, mag.lab.ing.

Ivan Kelrajter, bacc. med. techn.

Josipa Kovačević, mag. pharm.

Barbara Maceković, mag. pharm.

Kris Marček, mag. physioth.

Sandra Olah, bacc. med. techn.

Ivana Oslić, bacc. med. techn.

Tajana Pastuović, mag.pharm.

Ivana Roksandić-Križan, dr.med.

Vera Santo, dipl.ing.

Jelena Soudil-Prokopec, defektolog

Hrvoje Sučić, univ.bacc.med.lab. dijagnostike

Davor Zec, bacc. med. tech

Valentina Živković, univ.bacc.med.lab. dijagnostike

