



Endozavest

Društvo za ozaveščanje o endometriozih

Bleiweisova cesta 45, 4000 Kranj

OBČNI ZBOR DRUŠTVA ENDOZAVEST 2019

Dobrodošli na prvem spletno izvedenem občnem zboru Društva Endozavest.

DNEVNI RED

1. Predstavitev dnevnega reda in razlaga, kako bo spletni občni zbor potekal
2. Dostop do vsebinskega in finančnega poročila društva za leto 2018
3. Predstavitev plana (in dosedanja uresničitve) za leto 2019
4. Predstavitev glavnih izsledkov iz spletne ankete društva
5. Glasovanje za predlagane spremembe:
 - # izvolitev Alje Stvarnik med strokovne sodelavce društva
 - # vključitev alternativne medicine v predloge za zdravljenje endometrioze (predstavitev možnosti na spletni strani, predavanja različnih smeri alternativne medicine)
6. Razno

1. Predstavitev dnevnega reda in razlaga, kako bo spletni občni zbor potekal

Kot je bilo že omenjeno v e-sporočilu, bo občni zbor sestavljen iz dveh delov, prvi je vsebinski (in ga ravno berete), drugi pa zajema aktivno sodelovanje in glasovanje.

Informacije v tem dokumentu so zaupne narave in so namenjene samo prejemniku.

Razpošiljanje naprej in nadaljnja uporaba tega dokumenta sta strogo prepovedana.

V skladu z dnevnim redom boste v tem dokumentu našli vse informacije, ki bi vas utegnile zanimati v zvezi z delovanjem Društva Endozavest. Če bi kakšno informacijo radi prejeli bolj podrobno ali jo v tem dokumentu pogrešate, nam lahko pišete na info@endozavest.si in z veseljem vam bomo odgovorili na vprašanje.

S prejetjem tega e-sporočila se je tudi odprlo glasovanje, do katerega lahko dostopate spodaj v točki 5 oziroma v prejetem besedilu v e-sporočilu. Ker glasovanje ni enako anketi, je treba navesti svoje ime, saj se tako prepričamo in upoštevamo le tiste glasove, ki so jih oddali člani Društva Endozavest. To glasovanje bo odprto še teden dni (torej vse do 30. 5. 2019), svoj glas lahko oddate kadarkoli v tem tednu.

V mesecu dni po občnem zboru boste prejeli poročilo, v katerem bo jasno razvidno, koliko članov je sodelovalo in kakšne so bile sprejete odločitve.

2. Dostop do vsebinskega in finančnega poročila društva za leto 2018

VSEBINSKO POROČILO O IZVEDBI PROGRAMOV V LETU 2018

Društvo Endozavest je namenjeno ozaveščanju o endometriozii, pogosto spregledani in nepoznani ženski bolezni, ki prizadene vsako 10. žensko. V skladu s filozofijo in cilji društva smo tudi v letu 2018 izvedli več aktivnosti, s katerimi smo ozaveščali javnost in spodbujali debato o endometriozii.

Naša navzočnost na spletu je še naprej pomagala pri prepoznavanju endometrioze v širši javnosti. Našo spletno stran je v obdobju od 1. 1. 2018 do 31. 12. 2018 obiskalo 7337 uporabnikov, ki so ustvarili 31.855 ogledov strani. Povečal se je tudi pritok uporabnikov iz organskega iskanja v brskalnikih, in to kar za 100 odstotkov. Največ uporabnikov prihaja z območij Ljubljane, Maribora, Celja ... Med najbolj branimi vsebinami na spletni strani so strani, na katerih obiskovalci najdejo informacije o endometriozii (splošno o bolezni, simptomi, zdravljenje ...). Še vedno je precej obiskana tudi rubrika Svetovalnica, kjer na

vprašanja o endometriozii odgovarja doc. dr. Martina Ribič Pucelj, dr. med., specialistka za ginekologijo in porodništvo. Prav tako smo bili aktivni tudi na naši Facebook strani in profilu na Instagramu (Facebook stran 1000+ sledilcev, profil na Instagramu 100+ sledilcev), kjer se povezujemo s sledilci in širimo informacije o endometriozii. V marcu smo pripravili spletno akcijo, v kateri si je lahko vsak posameznik na profilno sliko pripel rumeno pentljo in s tem ozaveščal, prav tako smo ponovili akcijo #31dniendoozaveščanja, v kateri smo letos predstavili 20 najpogostejših mitov o endometriozii. Organizirali smo tudi spletni izživ #vlozkenamizo, s katerim želimo podirati tabu menstruacije.

Začetek leta je bil posvečen pripravam na naš osrednji projekt – Endomarec, v okviru katerega smo v Cerknici izvedli prvi občni zbor društva in organizirali predvajanje dokumentarnega filma Endo-what? (Endo-kaj?) v Kulturnem domu Cerknica. Organizirali smo Delavnico sproščanja in joge (s tremi izvedbami, dvakrat v Ljubljani in enkrat v Kopru). Pred osrednjim dogodkom smo organizirali druženje z izdelavo rekvizitov, na katerem smo izdelovali plakate za shod in pentljice ter se v sproščenem okolju družili in izmenjavali izkušnje in zgodbe. Organizirali smo Endogodek, na katerem smo imeli kar dve znani gostji, Mileno Miklavčič in Vesno Juvan – obe sta aktualni avtorici knjižnih del, ki se dotikajo naše tematike. Pred tem pa je potekal Endomarš, prvi shod za ozaveščanje o endometriozii, v okviru katerega smo se sprehodili po ljubljanskih ulicah s plakati, letaki, baloni in pentljicami ter mimoidoče seznanili z endometriozo. Poleg izpostavljanja marca kot meseca ozaveščanja o endometriozii smo izpostavili tudi dan menstrualne higiene, mesec ozaveščanja o neplodnosti (junij) ter oktober kot mesec, ko se po vsem svetu spominjamo otrok, umrlih med nosečnostjo, porodom ali kmalu po porodu.

Organizirali smo endosprehod po Obali. Sprehodili smo se po Strunjanskem klifu, udeležili smo se tudi dogodka Veseli dan prostovoljstva, na katerem smo predstavljali naše društvo in ga tudi uspešno vpisali v mrežo prostovoljskih organizacij. Organizirali smo dve lokalni druženji v živo (v Ljubljani in Mariboru). Znova smo natisnili in na različnih lokacijah javno izpostavili naše plakate in letake, naš plakat je bil med drugim viden tudi v priljubljeni seriji Reka ljubezni. Sodelovali smo v akciji Objem topline, v kateri smo se potegovali za donacijo. Odzvali smo se na povabilo k sodelovanju z Društvom Eia in endometriozo predstavili na enem izmed njihovih srečanj Tok ženske.

Poskusili smo se čim bolj povezati tudi z mediji, to leto smo sodelovali v oddaji Dobro jutro, svoje delo smo predstavili v Gorenjskih poročilih televizije GTV, kratek prispevek je bil na Radiu Sora, izšla sta članka v Slovenskih novicah in Žurnal24, društvo pa je bilo omenjeno tudi v oktobrski številki revije Cosmopolitan.

FINANČNO POROČILO

Društvo Endozavest je neprofitna, nepridobitna in nevladna organizacija, ustanovljena za doseganje zdravstvenih in socialnovarstvenih namenov. Vsa dejavnost, ki smo jo opravili v letu 2018, je bila nepridobitna in namenjena ozaveščanju o endometriozii.

Aktivnosti v društvu ustvarjamo na prostovoljni ravni, članstvo v društvu pa je brezplačno. Društvo nima svoje opreme niti zaloge in ne zaposluje.

V letu 2018 je imelo društvo 6.173,58 evra prihodkov, ki so prikazani v Prilogi 3. 1034,51 evra smo dobili od občine Cerknica, vse preostalo pa od pravnih ali fizičnih oseb v obliki finančne podpore ali pa donacije v storitvi ali materialu.

V letu 2018 smo imeli 6.367,07 evra odhodkov, ki smo jih razdelili glede na namen v Prilogi 1. Za materiale smo porabili 336,21 evra, za storitve pa 6.030,86 evra.

V Prilogi 2 navajamo seznam prejetih računov z zneski, njihov namen in kako ter kdaj so bili plačani oziroma jih v nekaterih primerih še vodimo kot obveznost do članov ali dobaviteljev.

Poslovno leto se je zaključilo s presežkom odhodkov nad prihodki v vrednosti 193,49 evra, za kolikor se zmanjša društveni sklad. Na dan 31. 12. 2018 ima društvo 32,44 evra denarnih sredstev in 428,00 evra kratkoročnih poslovnih obveznosti, stanje na društvenem skladu je –395,56 evra.

3. Predstavitev plana (in dosedanja uresničitve) za leto 2019

- ✓ Uspešna oddaja vseh potrebnih poročil za leto 2018
- ✓ Priprava in izvedba projekta Endomarec 2019, ki je vseboval:
- ✓ ENDOMARŠ – shod za ozaveščanje o endometriozii, na katerem smo veliko mimoidočim razdelili letake in predstavili endometriozo
- ✓ SLEDI RUMENI – začeli smo novo spletno akcijo, ki jo bomo še razvijali in poskusili endometriozo predstaviti tudi Instagram sledilcem
- ✓ VLOŽKE NA MIZO – akcija, namenjena podiranju tabuja menstruacije, še poteka, in sicer vse do 28. 5. 2019
- ✓ #31dniendoozaveščanja – najbolj odmeven projekt letošnjega Endomarca, zbirale smo osebne zgodbe in jih zbrale kar veliko število, galerijo najdete na naši spletni strani
- ✓ ENDOJOGA – organizirale smo jogo v Ljubljani
- ✓ Rumena pentlja na profilni sliki na Facebooku
- ✓ Pošiljanje letakov prostovoljkam, te so jih nato razdelile po svojem mestu
- ✓ Tisk in dostava plakatov za ozaveščanje po ljubljanskih ulicah
- ✓ Komuniciranje z mediji in sodelovanje v intervjujih (Radio Aktual, Slovenske novice, Radio Maribor, Nočni program Radia Slovenija, Objektiv ...)
- ✓ Ozaveščanje o adenomiozi – mesec april
- ✓ Redno objavljanje na Facebooku in Instagramu
- ✓ Priprava občnega zbora
- ✓ Sodelovanje z dvema študentkama ekonomske fakultete in priprava petletnega plana za fundraising v Društvu Endozavest
- ✓ Analiza rezultatov ankete o aktivnostih društva

Sprehod po Mariboru je bil načrtovan in dvakrat odpovedan, saj odziva žal ni bilo.

Kaj še načrtujemo?

- ✓ Iskanje prostovoljk in prostovoljcev za delo v društvu (če si želite aktivno sodelovati, se nam javite na info@endozavest.si). Glede na uspešnost pridobivanja se bodo pripravljale tudi nove vsebine na strani, posodobitve in podobno
- ✓ Podporna skupina s strokovnim vodenjem
- ✓ Izvedba okrogle mize
- ✓ Dogodek o endometriozii s strokovnjaki
- ✓ Sprehod po Obali, na Rožnik
- ✓ Obvestilo medijem o akciji #31dniendoozavescanja
- ✓ Priprava na Endomarec 2019
- ✓ Iskanje donacij
- ✓ Prijave na razpis
- ✓ Optimizacija spletne strani, da bo bolj prijazna do mobilnih naprav

4. Predstavitev glavnih izsledkov iz spletne ankete društva

- ✚ Največji odstotek anketiranih so ženske med 21. in 45. letom, največ jih prihaja iz osrednjeslovenske regije, dokaj dobro zastopane so tudi savinjska, podravska in gorenjska regija.
- ✚ Zanimiv je podatek, da je 10 % anketirancev anketo reševalo, čeprav endometrioze nimajo (torej so to naši bližnji in osebe, ki se za tematiko zanimajo iz strokovnih ali drugih razlogov).
- ✚ Zelo veliko zanimanje se kaže za predavanja o endometriozii (bodisi v živo bodisi prek spleta – online izvedba).
- ✚ Strokovnjaki za predavanja: ginekolog, fizioterapevt, psihoterapevt, nutricionist.
- ✚ Alt. strokovnjaki za predavanja: TKM, ajurveda, homeopatija, osteopatija, naturopatija, akupunktura.
- ✚ Z vidika dogodkov za endosestre je največ zanimanja za: druženje na endogodku, podporna skupina s strokovnim vodenjem, lokalno druženje endosester in endojoga.
- ✚ Spletna prisotnost je zadovoljiva, želja po več osebnih zgodbah, dobrih praksah ...
- ✚ Želja po več druženja po lokalnih skupinah, aktivni spletni strani ...

5. Glasovanje za predlagane spremembe

V tej točki najdete dodatne informacije, ki so potrebne za sprejetje odločitve za oddajo glasu.

Če imate vprašanje ali dilemo, se lahko obrnete na nas prek e-pošte na info@endozavest.si

Za vse, ki naše častne članice dr. Alje Stvarnik še ne poznate in bi o njej radi izvedeli več, je spodaj nekaj informacij.

Častna članica Alja Stvarnik je doktorica znanosti s področja zakonske in družinske terapije, specialistka zakonske in družinske terapije ter družinska mediatorica, ki v zasebni praksi izvaja programe psihološke pomoči ob izzivih neplodnosti.

Kot zakonska in družinska terapevtka dela terapije s posamezniki in posameznicami, pari in družinami, prav tako vodi delavnice in skupine za samopomoč. Redna strokovna izobraževanja, izpopolnjevanja in aktivna udeležba na domačih in mednarodnih kongresih in izobraževanjih ji omogočajo izmenjavo dobre prakse in nadgradnjo strokovnega znanja. Je članica Združenja zakonskih in družinskih terapevtov Slovenije (ZZDTS) in Društva za razvijanje čuječnosti. Terapevtsko delo opravlja pod redno supervizijo, pri delu je zavezana etičnemu kodeksu Zakonskih in družinskih terapevtov Slovenije in terapevtske stroke.

Več o njej in njenem delu na: <http://www.psihoterapevtske-storitve.si/> ali na njeni Facebook strani: Psihoterapija in psihoterapevtske storitve - dr. Alja Stvarnik, spec. ZDT

V drugem vprašanju bo tematika v smeri alternativne medicine.

Tukaj z vami delimo del statuta Društva Endozavest, kjer bi uvedli spremembo.

6. člen

Namen društva je ozaveščanje javnosti o endometriozii in povezovanje, medsebojna podpora med člani ter celosten pristop k endometriozii. Svoj namen dosega tako, da:

- **širšo javnost seznanja z endometriozo,**
- **člane in širšo javnost obvešča o člankih, razpravah, raziskavah na področju endometrioze,**
- **si prizadeva za visoko strokovno raven delovanja društva,**
- **sodeluje s posamezniki, organizacijami in institucijami, ki se amatersko, strokovno ali znanstvenoraziskovalno ukvarjajo z endometriozo,**
- **spodbuja svoje člane, da sodelujejo v raziskavah, ki so strokovno vodene,**
- **se zavzema za spoštovanje etičnih in moralnih načel stroke pri delovanju društva,**
- **seznanja člane in javnost o problemih in napredku na področju delovanja društva,**

- sodeluje pri javnih razpravah v okviru zakonodajnih postopkov na področju endometrioz,
- je v oporo in pomoč bolnicam z endometriozo.
- **članom ponuja možnost, da pridobijo informacije o različnih metodah lajšanja težav endometrioz, ki izhajajo tudi iz komplementarne in alternativne medicine.

ODDAJ SVOJ GLAS

6. Razno

Vabimo vas, da nam s predlogi, idejami in kritikami pomagate izboljšati naše delovanje. V anketi boste našli poseben prostor, kje lahko podelite vse, kar vam pade na pamet, vas morda moti ali bi si želeli videti pogosteje. V končnem poročilu in zapisniku (za katerega lahko zaprosite kadarkoli) bomo navedli vse predloge in seveda se jih bomo trudili čim več tudi uslišati.

Prav tako bomo odziv na predloge podale tudi na družbenih omrežjih društva.

S tem smo prišli do konca in na tem mestu bi se vam rada osebno zahvalila za sodelovanje in podporo. 😊

Lep pozdrav,

Branka Pestar Hajšek

Predsednica Društva Endozavest