

OSNOVNA ŠOLA FRANA KOCBEKA
Kocbekova cesta 21, Gornji Grad

MLADI RAZISKOVALCI ZA RAZVOJ ŠALEŠKE DOLINE

RAZISKOVALNA NALOGA

TOLARJE DONIRAJ, ŽIVLJENJE PROMOVIRAJ

Tematsko področje
Drugo: zdravje

Avtorice:
Aja Urlep, 9. razred
Ana Zavolovšek, 9. razred
Daša Urlep, 7. razred

Mentorica:
Dušanka Colnar, prof. matematike in fizike

Velenje, 2019

Raziskovalna naloga je bila opravljena na Osnovni šoli Frana Kocbeka Gornji Grad.

Mentorica:

Dušanka Colnar, prof. matematike in fizike

Datum predstavitve: marec 2019

KLJUČNA DOKUMENTACIJSKA INFORMACIJA

- ŠD Osnovna šola Frana Kocbeka Gornji Grad, 2018/2019
- KG Europa Donna, tolarji, rak dojke, mamografija, dobrodelnost, Napolni nas z upanjem
- AV URLEP, Aja/ZAVOLOVŠEK, Ana/URLEP, Daša
- SA Colnar, Dušanka
- KZ 3342 Gornji Grad, SLO, Kocbekova 21
- ZA Osnovna šola Frana Kocbeka Gornji Grad
- LI 2019
- IN TOLARJE DONIRAJ, ŽIVLJENJE PROMOVIRAJ.
- TD raziskovalna naloga
- OP VII, 45 str., 24 sl, 19 tab, 15 graf, 9 pril
- IJ sl
- AI Po radiu smo slišale za akcijo Europe Donne z naslovom Napolni nas z upanjem, v okviru katere zbirajo stare tolarje za ženske z rakom dojk. Vse poznamo vsaj eno žensko, ki ima ali je imela raka dojke, zato smo se odločile, da bo prav to tema naše raziskovalne naloge. Zanimali so nas slovenski tolar in prehod iz tolarjev v evre, poznavanje preventivnih programov v boju proti raku, izvajanje pomoči bolnicam in kako zelo dobrodelni smo pri nas. Izvedle smo anketo med učenci naše šole, njihovimi starši in učitelji, drugimi odraslimi ter posebno anketo namenjeno ženskam. Za več informacij smo se obrnile na Europo Donno, Mercator, Banko Slovenija in zdravnico v našem kraju. V šoli smo pomagale izvesti delavnico o denarju in o samopregledovanju dojk. Ker se nam akcija zdi pomembna, smo se tudi mi odločile, da bomo prispevale svoj del in pomagale pri zbiranju tolarjev. Izdelale smo plakate in jih izobesile na oglasne deske v našem kraju ter zraven postavile lepo okrašene roza škatle za zbiranje tolarjev, akcijo smo razširile tudi med učence naše šole in njihove starše. Z našo raziskovalno nalogo želimo zbrati tolarje in tako prispevati k akciji Europe Donne, ozavestiti krajane o raku, pomenu pomoči za bolnike in svojce ter pomagati tudi tako, da razširimo znanje o raku dojk.

KEY WORD DOCUMENTATION

- ND Fran Kocbek Primary school Gornji Grad, 2018/2019
- CX Europa Donna, tolars, breast cancer, mammography, charity, Fill us with hope
- AU URLEP, Aja/ZAVOLOVŠEK, Ana/URLEP, Daša
- AA Colnar, Dušanka
- PP 3342 Gornji Grad, SLO, Kocbekova 21
- PB Fran Kocbek Primary school Gornji Grad
- PY 2019
- TI DONATE TOLARS TO PROMOTE LIFE
- DT Research paper
- NO VII, 45 p., 24 pict., 19 tab., 15 graph, 9 appendix
- LA sl
- AL en
- AB We were listening to the radio, when we heard for Europa Donna's action titled »Napolni nas z upanjem« (»Fill us with hope«). They collect donations of old Slovenian tolar notes (SIT) for women with breast cancer. Everyone knows at least one woman that has - or had - breast cancer and that led us to decide that this is going to be the topic of our research paper. We were not just interested in the Slovenian tolar and the transition between SIT and EUR, but also how well do people know the charities that help fight cancer, what kind of help do the patients receive and how generous we are in our town. To research this we asked our school's pupils, their parents and our teachers to participate in the survey and we also made a special survey for women. We spoke with representatives from Europa Donna, Mercator, Banka Slovenija and our town's GP, to collect even more information. At school we prepared a workshop on money and breast self-examination. Because we find the charities work important, we decided, that we will do our part and help with collecting SIT. We made posters and hanged them on the noticeboards in our town. Next to them, we also put attractive homemade pink boxes for collecting SIT. We also spread the word amongst the pupils in our school and their parents. With our research paper, we want to make people in our town more aware of cancer, the importance of helping the patients and their relatives, help with spreading knowledge about breast cancer and we also want to collect SIT in benefit of Europa Donna's efforts.

KAZALO VSEBINE

| | |
|---|------------|
| KLJUČNA DOKUMENTACIJSKA INFORMACIJA | III |
| KEY WORD DOCUMENTATION | IV |
| KAZALO VSEBINE..... | V |
| KAZALO PREGLEDNIC..... | VI |
| KAZALO GRAFIKONOV | VI |
| KAZALO SLIK..... | VII |
| 1 UVOD..... | 1 |
| 1.1 UVODNE MISLI | 1 |
| 1.2 NAMEN NALOGE IN RAZISKOVALNA VPRAŠANJA | 1 |
| 1.3 HIPOTEZE | 1 |
| 2 PREGLED OBJAV | 2 |
| 2.1 RAK DOJKE..... | 2 |
| 2.1.1 O raku dojke | 2 |
| 2.1.2 Dojka | 4 |
| 2.1.3 Nastanek raka | 5 |
| 2.1.4 Razvoj raka dojk..... | 6 |
| 2.1.5 Dejavniki, ki vplivajo na nastanek raka dojk..... | 6 |
| 2.1.6 Odkrivanje raka dojk..... | 7 |
| 2.1.7 Presejalni program DORA | 9 |
| 2.1.8 Zdravljenje raka dojk..... | 10 |
| 2.2 POMOČ BOLNICAM Z RAKOM DOJKE | 12 |
| 2.2.1 Skupine za pomoč bolnicam z rakom dojke | 13 |
| 2.2.2 Europa Donna Slovenija..... | 13 |
| 2.2.3 Program ROZA..... | 14 |
| 2.2.4 Dobrodelna akcija »Napolni nas z upanjem«..... | 15 |
| 2.2.5 Druge akcije Europe Donne | 15 |
| 2.2.6 Mednarodno povezovanje Europe Donne..... | 16 |
| 2.3 SLOVENSKI TOLARJI IN EVRI | 17 |
| 2.3.1 O denarju..... | 17 |
| 2.3.2 Osamosvojitve Slovenije in uvedba tolarja..... | 18 |
| 2.3.3 Evro kot nova slovenska valuta | 19 |
| 3 METODOLOGIJA | 23 |
| 3.1 NAČRT RAZISKAVE..... | 23 |
| 3.2 ISKANJE PODATKOV..... | 23 |
| 3.3 INTERVJU | 23 |
| 3.4 DELAVNICA PRI POUKU | 23 |
| 3.5 ANKETIRANJE UČENCEV OD 1. DO 9. RAZREDA..... | 24 |
| 3.6 ANKETIRANJE ODRASLIH..... | 24 |
| 3.7 OBVEŠČANJE JAVNOSTI | 26 |
| 3.8 IZDELAVA ROZA ŠKATEL IN DELO NA TERENU | 27 |
| 4 IZSLEDKI IN RAZPRAVA..... | 28 |
| 4.1 MENJAVA TOLARJEV V EVRE | 28 |
| 4.2 POZNAVANJE PRESEJALNIH PROGRAMOV ZA ZGODNJE ODKRIVANJE RAKA | 30 |
| 4.3 SAMOPREGLEDOVANJE DOJK..... | 32 |
| 4.4 TOLARJE DONIRAJ, ŽIVLJENJE PROMOVIRAJ..... | 36 |
| 4.5 BOLNICE Z RAKOM DOJKE V GORNJEM GRADU | 37 |
| 4.6 ZBIRANJE TOLARJEV V GORNJEM GRADU..... | 38 |
| 5 ZAKLJUČEK..... | 40 |
| 6 POVZETEK | 42 |

| | |
|--|-----------|
| 7 ZAHVALA | 43 |
| 8 VIRI IN LITERATURA | 44 |
| 9 PRILOGE | 46 |
| 9.1 PRILOGA 1: POVZETEK POGOVORA Z GO. IRENO BLAŽIČ LIPNIK, DR. MED. | 46 |
| 9.2 PRILOGA 2: POGOVOR Z GOSPO JANO KOTESKO | 47 |
| 9.3 PRILOGA 3: INTERVJU Z GO. TANJO DURIN, MERCATOR..... | 48 |
| 9.4 PRILOGA 4: INTERVJU Z GO. POLONO MARINČEK, EUROPA DONNA SLOVENIJA..... | 49 |
| 9.5 PRILOGA 5: INTERVJU S PREDSTAVNIKOM BANKE SLOVENIJE..... | 51 |
| 9.6 PRILOGA 6: MENJALNA RAZMERJA MED NACIONALNIMI VALUTAMI IN EVROM..... | 53 |
| 9.7 PRILOGA 7: ZAHTEVEK ZA ZAMENJAVO TOLARJEV V EVRE PO POŠTI..... | 54 |
| 9.8 PRILOGA 8: OD MAMOGRAFIJE DO POOPERATIVNE OSKRBE..... | 55 |
| 9.9 PRILOGA 9: DELAVNICA PRI URI MATEMATIKE..... | 56 |

KAZALO PREGLEDNIC

| | |
|--|----|
| TABELA 1: PETLETNO PREŽIVETJE GLEDE NA VRSTO RAKA, SLOVENIJA 1990-1994 [3]..... | 3 |
| TABELA 2: PRESEJALNI PROGRAMI ZA ZGODNJE ODKRIVANJE RAKA [14] | 10 |
| TABELA 3: ANKETNA VPRAŠANJA ZA ODRASLE | 25 |
| TABELA 4: MENJAVA TOLARJEV V EVRE V OBDOBJU 2007-2018 | 28 |
| TABELA 5: MENJAVA TOLARJEV V EVRE OD 31. 12. 2006 DO KONCA LETA 2018 | 29 |
| TABELA 6: ČASOVNE OMEJITVE ZA ZAMENJAVO STARE VALUTE V EVRE V DRŽAVAH EVROOBMOČJA (2)..... | 29 |
| TABELA 7: POZNAVANJE PRESEJALNIH PROGRAMOV SVIT, DORA IN ZORA PRI ANKETIRANCIH | 31 |
| TABELA 8: MNENJE ANKETIRANCEV O KORISTNOSTI PRESEJALNIH PROGRAMOV | 32 |
| TABELA 9: POGOSTOST SAMOPREGLEDOVANJA DOJK PRI ANKETIRANKAH | 33 |
| TABELA 10: KDO VAS JE SEZNANIL S SAMOPREGLEDOVANJEM DOJK? | 34 |
| TABELA 11: SEZNANJANJE O POMEMBNI IN TEHNIKAH SAMOPREGLEDOVANJA DOJK..... | 35 |
| TABELA 12: POZNAVANJE IMENA SLOVENSKE TOLARJEV MED ANKETIRANCI | 36 |
| TABELA 13: POZNAVANJE TOLARSKIH BANKOVCEV PRI ANKETIRANCIH..... | 36 |
| TABELA 14: TOLARSKI BANKOVCI NA DOMOVNIH ANKETIRANCIH..... | 36 |
| TABELA 15: PRIPRAVLJENOST ANKETIRANCEV NA DOBRODELNOST | 37 |
| TABELA 16: INFORMIRANOST O AKCIJI ZBIRANJA STARIH TOLARJEV PRI ANKETIRANCIH..... | 38 |
| TABELA 17: MENJALNA RAZMERJA MED NACIONALNIMI VALUTAMI IN EVROM..... | 53 |
| TABELA 18: NAFTNE REZERVE IZ LETA 2012 | 57 |
| TABELA 19: TEČAJNA LISTA IN PRETVORNIK VALUT..... | 58 |

KAZALO GRAFIKONOV

| | |
|--|----|
| GRAF 1: NAJPOGOSTEJŠI RAKI PRI MOŠKIH IN ŽENSKAH [3] | 2 |
| GRAF 2: PETLETNO PREŽIVETJE GLEDE NA ČAS ODKRITJA RAKA, SLOVENIJA 1973-1997 [3]..... | 3 |
| GRAF 3: ČASOVNI TREND PET-LETNEGA ČISTEGA PREŽIVETJA BOLNIC Z RAKOM DOJK, SLOVENIJA 1985-2015 [4]. | 3 |
| GRAF 4: PETLETNO PREŽIVETJE V EVROPSKIH DRŽAVAH V OBDOBJU 2000-2014 [4] | 4 |
| GRAF 5: 70 LET MIRU, EVROPA 1945-2015 [26]..... | 20 |
| GRAF 6: SPOL IN RAZRED ANKETIRANIH UČENCEV | 24 |
| GRAF 7: SPOL IN STAROST ODRASLIH ANKETIRANCEV | 25 |
| GRAF 8: ANKETIRANKE O SAMOPREGLEDOVANJU DOJK PO STAROSTI..... | 26 |
| GRAF 9: DRŽAVE S ČASOVNO OMEJITVIJO PRI ZAMENJAVI BANKOVCEV V EVRE | 30 |
| GRAF 10: PETLETNO ČISTO PREŽIVETJE GLEDE NA UDELEŽBO V PROGRAMU DORA, SLOVENIJA 2011-2015 | 31 |
| GRAF 11: ALI VESTE, DA JE RAK DOJKE NAJPOGOSTEJŠI RAK PRI ŽENSKAH? | 33 |
| GRAF 12: POGOSTOST SAMOPREGLEDOVANJA DOJK PRI ANKETIRANKAH | 34 |
| GRAF 14: SVETOVNE ZALOGE NAFTE | 56 |
| GRAF 15: MENJALNI TEČAJ IN GIBANJE TEČAJA VALUT..... | 59 |

KAZALO SLIK

| | |
|--|----|
| SLIKA 1: NORMALNE IN NENORMALNE CELICE IZVODILNIH KANALOV [5][8]..... | 5 |
| SLIKA 2: RAZVOJ RAKA [2]..... | 6 |
| SLIKA 3: MAMOGRAFIJA, ODKRIVANJE RAKA DOJKE [9]..... | 8 |
| SLIKA 4: OSREDNJI TIM CENTRA ZA ZDRAVLJENJE DOJK [2]..... | 10 |
| SLIKA 5: PRIMERI KIRURŠKE OPERACIJE [8]..... | 11 |
| SLIKA 6: REKONSTRUKCIJA DOJKE Z LASTNIM TKIVOM | 11 |
| SLIKA 7: FOTOGRAFIJE Z RAZSTAVE V SYDNEYJU (FOTO: DAVID JAY) | 12 |
| SLIKA 8: POMOČ IN PODPORA BOLNICAM Z RAKOM IN NJHOVIM SVOJCEM [16] | 13 |
| SLIKA 9: EUROPA DONNA, SLOVENSKO ZDRUŽENJE ZA BOJ PROTI RAKU DOJK | 14 |
| SLIKA 10: LOGOTIP - PROGRAM ROZA [17] | 14 |
| SLIKA 11: AKCIJA NAPOLNI NAS Z UPANJEM [17] | 15 |
| SLIKA 12: RAK NISO SAMO ŠTEVILKE [17] | 16 |
| SLIKA 13: MEDNARODNO POVEZOVANJE EUROPE DONNE [17] | 16 |
| SLIKA 14: DENARIČ, KOVNICA SLOVENJ GRADEC 1218-1251 [20] | 17 |
| SLIKA 15: VREDNOSTNI BONI [22] | 18 |
| SLIKA 16: TOLARSKI BANKOVCI [22]..... | 19 |
| SLIKA 17: EVRO JE VEČ KOT LE VALUTA [28]..... | 20 |
| SLIKA 18: EVRSKI BANKOVCI [31] | 21 |
| SLIKA 19: EVROPSKA STRAN KOVANCA ZA 2 EUR [33]..... | 22 |
| SLIKA 20: NACIONALNA STRAN KOVANCA ZA 2 EUR (SLOVENIJA, AVSTRIJA, IRSKA) [34]..... | 22 |
| SLIKA 21: PLAKAT NA OGLASNI DESKI (LEVO) IN ŠKATLA ZA TOLARJE (DESNO)..... | 27 |
| SLIKA 22: UČENKE NA DELAVNICI O SAMOPREGLEDOVANJU DOJK | 35 |
| SLIKA 23: ZAHTEVEK ZA ZAMENJAVO SIT V EUR..... | 54 |
| SLIKA 24: NAJVEČJA NAHAJALIŠČA NAFTE NA SVETU..... | 56 |

1 UVOD

1.1 Uvodne misli

Naša raziskovalna naloga je začela nastajati sredi januarja, ko smo po radiu slišale za akcijo Europe Donne, v okviru katere so zbirali stare tolarske bankovce za pomoč bolnicam z rakom dojk in njihovim svojcem. O tem takrat pravzaprav še nismo vedele veliko, ne o tolarjih in ne o raku dojk. Takoj pa nas je pritegnil dobrodelni namen akcije, saj vsaka od nas pozna vsaj eno bolnico z rakom dojke. Ker akcije v Gornjem Gradu še nismo zasledile, smo se odločile, da bomo me tiste, ki jo bomo pripeljale k nam.

1.2 Namen naloge in raziskovalna vprašanja

Zanimali so nas slovenski tolar in prehod iz tolarjev v evre, poznavanje preventivnih programov v boju proti raku, izvajanje pomoči bolnicam in kako zelo dobrodelni smo pri nas. Namen naše raziskovalne naloge je ozavestiti čim več ljudi o raku dojk in pomembnosti pomoči bolnicam ter njihovim svojcem. Rade bi razširile znanje o raku dojk tudi med naše vrstnike in v našem kraju zbrale tolarske bankovce za akcijo Europe Donne.

1.3 Hipoteze

Preden smo začele raziskovati, smo postavile šest hipotez:

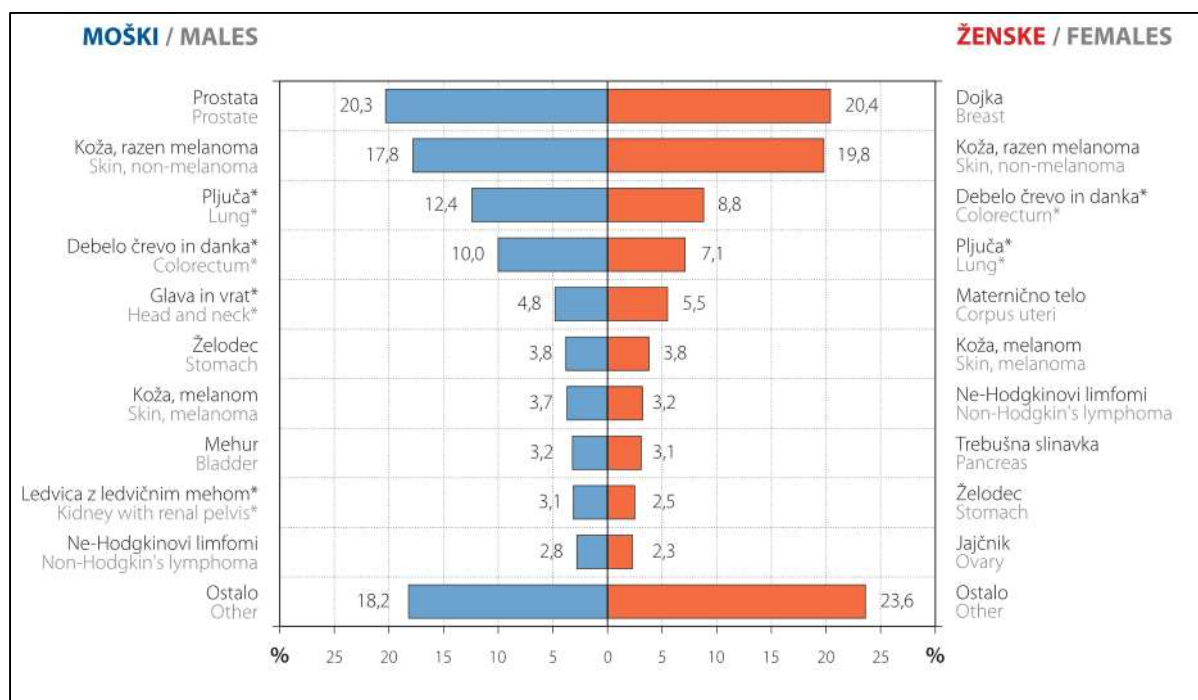
1. Vsako leto je bilo v evre zamenjano manj tolarjev kot prejšnje leto.
2. Večina anketiranih odraslih pozna vse tri v anketi omenjene presejalne programe za zgodnje odkrivanje raka v Sloveniji: SVIT, DORA in ZORA.
3. Večina anketirank se o samopregledovanju dojk ne pogovarja s svojimi bližnjimi, v družini, v šoli in s prijatelji.
4. Večina anketirancev bi tolarske bankovce (če bi jih imela) podarila v dobrodelne namene.
5. V zadnjih 20 letih je zdravnica v našem kraju zdravila manj kot 10 bolnic z rakom dojk.
6. Zbrale bomo tolarske bankovce s skupno vrednostjo več kot 100 evrov.

2 PREGLED OBJAV

2.1 Rak dojke

2.1.1 O raku dojke

Rak dojke velja za najpogostejši rak pri ženskah, 1 % bolnikov z rakom dojk v Sloveniji pa predstavljajo tudi moški. [1] Pri ženskah je torej rak dojke najpogostejši, pri moških pa je na prvem mestu rak prostate. Pri obeh spolih sledi rak kože (brez melanoma).



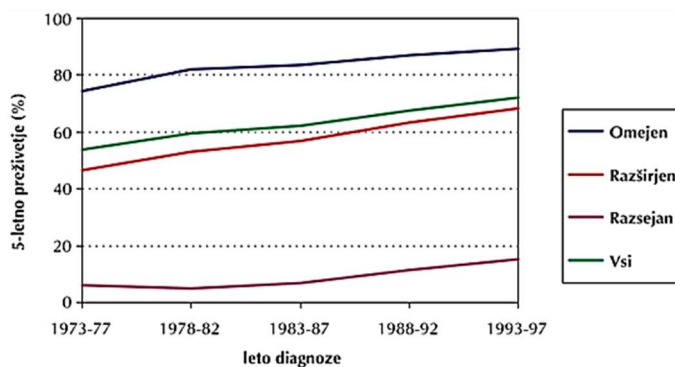
Graf 1: Najpogostejši raki pri moških in ženskah [3]

Pet najpogostejših vrst raka (kožni rak, rak prostate, rak debelega črevesja in danke, rak dojke in rak pljuč) zavzema kar 60 % vseh rakavih obolenj. V Sloveniji je v letu 2012 za rakom dojk zbolelo 1 311 bolnikov, 400 pa jih je umrlo.[1]

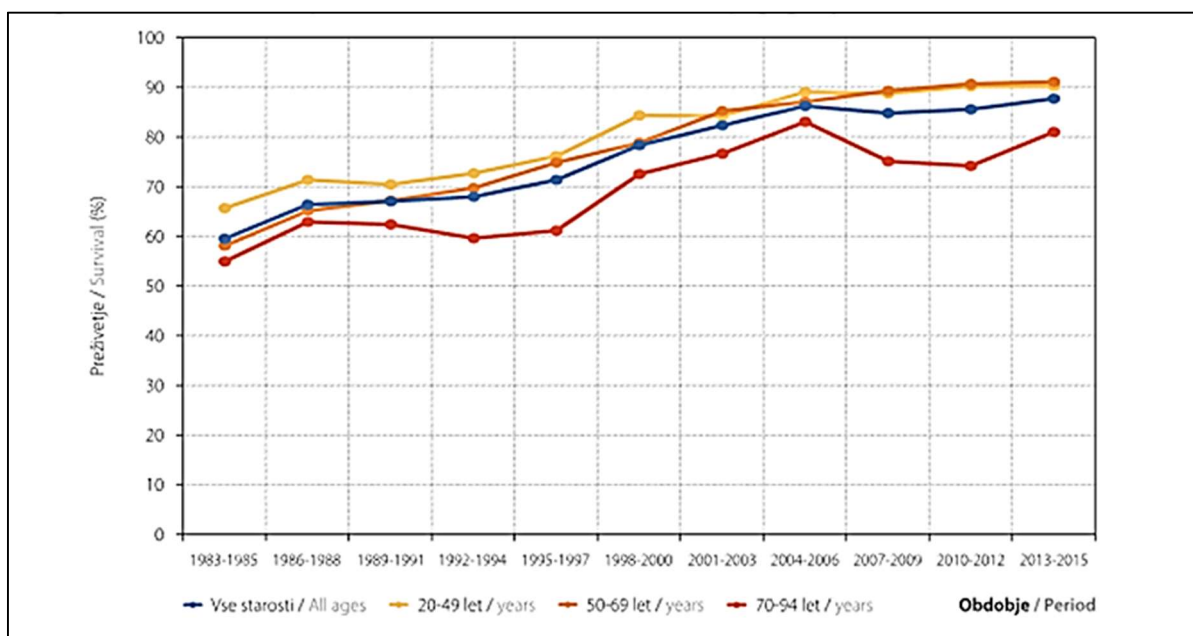
Pričakovano uspešnost zdravljenja merijo s petletnim preživetjem. To je delež bolnikov, ki so 5 let po bolezni še živi. Med bolnicami z različnimi vrstami raka imajo bolnice z rakom dojk dobre možnosti za petletno preživetje, le-ta znaša 86,7 %. Najslabšo napoved za zdravljenje imajo oboleli za rakom trebušne slinavke, tu je možnost za petletno preživetje le približno 5 %. Za rakom dojk oboli vedno več ljudi, a se zaradi učinkovitejše preventive, zgodnejšega odkrivanja in boljšega zdravljenja delež bolnikov s petletnim preživetjem povečuje.[3][4]

Tabela 1: Petletno preživetje glede na vrsto raka, Slovenija 1990-1994 [3]

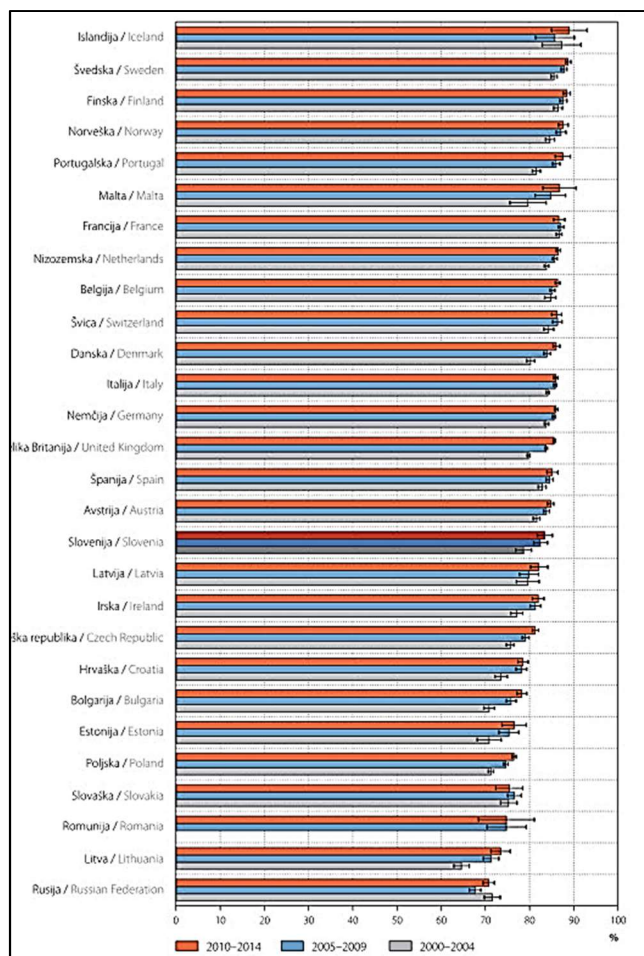
| | | Slovenija (%) | Evropa (%) |
|--------------|---------|---------------|------------|
| Žrelo | ustno | 22 | 32 |
| | spodnje | 15 | 25 |
| Želodec | M | 44 | 53 |
| | Ž | 48 | 56 |
| Melanom | M | 61 | 75 |
| | Ž | 70 | 84 |
| KLL | M | 44 | 65 |
| | Ž | 58 | 69 |
| Mielom | M | 20 | 31 |
| | Ž | 21 | 35 |
| Dojka | Ž | 67 | 76 |
| Debelo crevo | M | 36 | 50 |
| | Ž | 40 | 52 |
| Rektum | M | 34 | 46 |
| | Ž | 35 | 50 |
| Sečni mehur | M | 45 | 71 |
| | Ž | 56 | 69 |
| Prostata | M | 47 | 61 |



Graf 2: Petletno preživetje glede na čas odkritja raka, Slovenija 1973-1997 [3]



Graf 3: Časovni trend pet-letnega čistega preživetja bolnic z rakom dojk, Slovenija 1985-2015 [4]



Graf 4: Petletno preživetje v evropskih državah v obdobju 2000-2014 [4]

Po podatkih Onkološkega inštituta je bilo v Sloveniji v obdobju 1990–1994 petletno preživetje bolnic 67 % (graf 3), nato pa se je postopoma izboljševalo in se sedaj giblje okoli 87 % (graf 4). Sivi del grafa št. 4 predstavlja preživetje v obdobju 2000–2004, rdeči pa v obdobju 2010–2014. V desetih letih se je delež bolnic, ki živijo še pet let po okrevanju, povečal. Takšna so pričakovanja tudi vnaprej. Na vrh petletnega preživetja se uvrščajo države na severu Evrope: Islandija, Švedska, Finska in Norveška, v katerih pet let po okrevanju živi že malo manj kot 90 % bolnic. Na dnu grafa je Rusija, kjer po petih letih živi samo še malo več kot 70 % obolelih. V splošnem se možnost za petletno preživetje povečuje, kar je zagotovo pozitivna novica in kaže na vse uspešnejše zdravljenje in preventivo.[3][4]

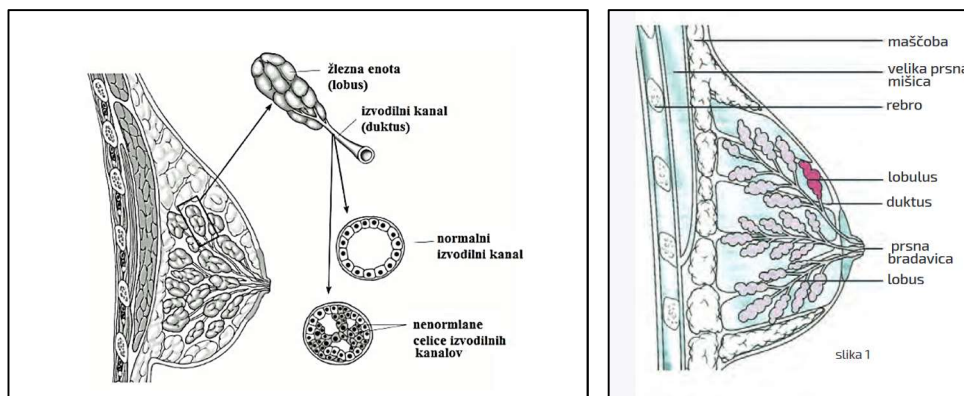
2.1.2 Dojka

Dojka je največja kožna žleza. Je paren organ, ki ga sestavljajo

- mlečne žleze
- maščobno in vezivno tkivo

Zgrajena je iz več režnjev, ki skupaj tvorijo posamezne žlezne enote (lobusi). V vsaki od dojk je 15–20 samostojnih žlezni enot. Vsaka od njih ima svoj izvodilni kanal (duktus), ki se steka proti prsni bradavici. V posameznih lobusih so mikroskopsko majhni žlezni mešički, v katerih

po porodu nastaja mleko. Med lobusi in duktusi se nahaja vezivno tkivo, maščevje ter krvne in limfne žile. Ta prostor (stroma) predstavlja večino tkiva pri nedoječi dojki. [5]



Slika 1: Normalne in nenormalne celice izvodilnih kanalov [5][8]

Dojke se pri ženski spreminjajo, najprej med puberteto, kasneje pa še najbolj med nosečnostjo, dojenjem in v menopavzi. Spremembe pa so prisotne tudi med vsakim menstrualnim ciklusom. V drugi polovici ciklusa dojke nabreknejo in postanejo boleče. V zrelem obdobju se pogosto pojavi drobna vozličavost dojke, ki se jo lahko zatipa v času pred menstruacijo v tistem predelu dojke, kjer je največ žleznega materiala, to je zunanji zgornji kvadrant. [7]

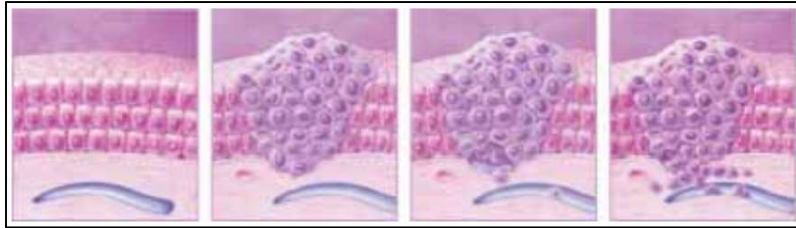
Vsaka sprememba dojke ni znak bolezni in tudi vsaka bolezen dojk ni rak dojke. Znaki različnih bolezni, na katere moramo biti pozorni so:

- zatrdlina ali več zatrdlin
- izcedek iz bradavice
- ugreznjene bradavice
- oteklina in rdečina

Čprav izcedek iz bradavice skoraj nikoli ni pokazatelj raka, je lahko v kombinaciji z ekcemom kože bradavice pokazatelj raka. Tudi ugreznjena bradavica ni vedno znak raka, ker ga nekatere ženske opazijo že ko so mlajše – če pa se na novo pojavi, je potreben pregled zdravnika. Pojavi pa se lahko tudi vnetni rak, pri katerem se pojavi rdeča koža in oteklina, zatrdlina pa največkrat ni tipna. Bolj ogrožene so nosečnice in ženske ki dojijo, pa tudi starejše ženske.

2.1.3 Nastanek raka

Naše telo je zgrajeno iz celic, te se združujejo v tkiva, tkiva pa v organe. Celice rastejo in se delijo. Po določenem času odmrejo in nadomestijo jih nove celice. Ta proces nadzoruje DNK, ki se nahaja v naših genih. Včasih pride do okvar DNK, zato ta ne more več nadzorovati delitve celic. Spremenita se velikost in oblika celic in poveča se njihovo število. Na mestu, kjer se to dogaja, nastane tumor.[8]



Slika 2: Razvoj raka [2]

Poznamo dve vrsti tumorjev [8]:

- benigni tumorji - Ti se z mesta, kjer nastanejo ne širijo v druge dele telesa.
- maligni ali rakavi tumorji – z mesta kjer nastanejo se lahko širijo v druga tkiva in organe in jih poškodujejo. Rakave celice po krvi ali mezgi pripotujejo v druge dele telesa, kjer nato zrastejo novi tumorji (zasevki ali metastaze)

2.1.4 Razvoj raka dojk

Raka vseh tipov največkrat povzroča nenadzorovana delitev nefunkcionalnih celic (slika 1). Zaradi njihovega kopičenja nastane tumor. Najpogostejša je vrsta raka, ki nastane [8]:

- v izvodilih (duktusih); 70–80 % rakov dojk
- v žlezni mešičkih (lobusih); 10–15 % rakov dojk.

Glede na obdobja v razvoju, ločimo tri vrste raka [8]:

- neinvazivni rak (rak in situ) – To je rak v prvem obdobju, ko njegove celice še niso prodrle v ostalo tkivo.
- invazivni rak – To je rak v drugem obdobju, ko so rakave celice že začele prodirati v okoliško tkivo.
- napredovali rak (metastatski rak) – To je rak v tretjem obdobju, ko so se rakave celice že zasejale drugod po telesu.

2.1.5 Dejavniki, ki vplivajo na nastanek raka dojk

Na spremembo zdrave celice v rakavo celico vplivata dve skupini dejavnikov, ki se med seboj prepletajo in povečujejo verjetnost za raka, to sta:

- genetski dejavniki
- okolje in življenjski slog

Včasih je pri ženskah tveganje za raka dojk večje zaradi genetskih dejavnikov, najpogosteje zaradi mutacij v genih BRCA 1 in BRCA 2.[1] Pri nosilcih omenjenih mutiranih genov je verjetnost za nastanek raka dojk do 70. leta kar 60–80 %. Največkrat zbolijo ženske, starejše od 50 let. Zaradi staranja prebivalstva je tudi pogostost raka večja. [6]

Na nastanek raka lahko vpliva nezdrav življenjski slog – premalo gibanja, nezdrava prehrana, debelost, stres, kajenje in prekomerno uživanje alkohola. Dejavniki za nastanek raka lahko prihajajo tudi iz našega okolja – npr. sevanje, dim, onesnaževanje.

Verjetnost, da neka oseba zbolijo za rakom dojke, je večja, če: [7]

- če je ženskega spola

- če je starejša od 50 let
- če je že kdaj prej imela raka dojke
- če ima raka dojke v ožji družini (mati, sestra), še posebej, če sta zboleli mladi in imeli raka na obeh dojkah
- če je dobila prvo menstruacijo pred 11 leti in jo izgubila po 50. letu
- če ni nikoli rodila ali je imela prvi porod po 30. letu starosti
- če uporabljaš kontracepcijske tablete (le v obdobju jemanja) ali v času menopavze hormonske nadomestke (le po več letih jemanja)
- če ima prekomerno težo, saj v maščobah nastajajo spolni hormoni
- če uživa alkohol



Poleg dejavnikov, ki povečujejo tveganje za raka dojke obstajajo tudi dejavniki, ki tveganje zmanjšujejo. To so dojenje daljše kot 1 leto, več kot 5 porodov, telesna dejavnost.




2.1.6 Odkrivanje raka dojk

Rak dojk se največkrat pojavi kot zatrdlina v predelu dojke ali pazduhe, odkrit pa je največkrat med samopregledovanjem, mamografijo ali pri zdravniku.

Samopregledovanje dojk [7]

To je najenostavnejši, neboleč in najcenejši postopek za zgodnje odkrivanje raka. Strokovnjaki različno navajajo starost, ko naj bi začeli s samopregledovanjem: po nastopu prve menstruacije, v poznih najstniških letih, po 20. letu starosti. Dr. Senčar navaja, da je bila njena najmlajša bolnica stara 17 let, zato sklepamo, da je s samopregledovanjem treba začeti čim prej. Vsi pa priporočajo, da ga izvajamo enkrat mesečno, v menopavzi naj bo to vedno na isti dan v mesecu. Pregled nekaj dni pred menstruacijo ali med njo ni primeren, saj se v tem času lahko pojavi zatrdlina, ki je običajno povsem naraven pojav. Pregled dojk je v tem primeru potrebno po koncu menstruacije ponoviti in če zatrdlina v tem času ni izginila, se je potrebno posvetovati z zdravnikom. K zdravniku gremo tudi, če pri samopregledih zatipamo zatrdlino, ki je vedno na istem mestu in se med mesečnim menstrualnim ciklom ne spreminja. Samopregled je najbolje opraviti v sredini menstruacijskega cikla, 7.-10. dan po menstruaciji in poteka v petih korakih :

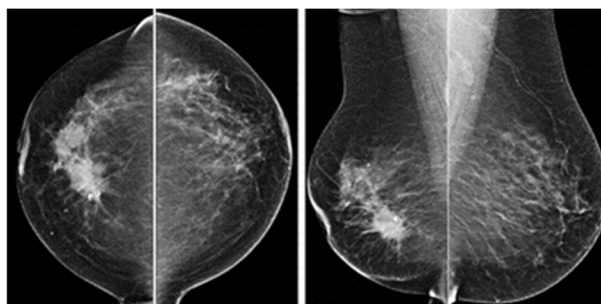
| | |
|--|---|
| <p>1. korak Postavite se pred ogledalo. Oglejte si, če je na dojkah kakšna sprememba, rdečina, oteklina, ugreznina, izcedek, ...</p> |  |
| <p>2. korak Dvignite roke in jih položite za glavo. Ponovno opazujte in poiščite morebitne spremembe.</p> |  |

| | |
|---|---|
| <p>3. korak Dajte roke na bok in se nagnite proti ogledalu. Potisnite ramena naprej. Ponovno si oglejte morebitne spremembe.</p> |  |
| <p>4. korak Dvignite levo roko. Z dlanjo in prsti desne roke pretipajte dojko in tkiva v okolici, kar najlažje storite namiljeni pod prho. Dojko najprej pretipajte po vseh smereh: krožno, vzdolž dojke in od bradavice proti robu. Ne pozabite pretipati pazduhe. Postopek ponovite na drugi dojki.</p> |  |
| <p>5. korak Predhodni postopek ponovite še leže. Pod ramo si položite blazino ali zloženo brisačo. V tem položaju je dojka manj napeta, pregled pa zato lažji.</p> |  |

Presejalni testi [7]

Presejanje (screening) imenujemo preiskovanje navidezno zdravih ljudi s preprostimi preiskavami ali testi z namenom, da bi med njimi odkrili tiste, pri katerih je velika verjetnost, da že imajo predrakave spremembe ali raka. Pri raku dojke se ta preiskava imenuje mamografija. Z njo želimo odkriti majhne, klinično še netipne tumorje. Vsako mamografsko sliko vedno odčitavata dva strokovnjaka. Pri mamografiji opazujejo mikrokalcinacije, kalcijeve soli, ki se prikažejo na rentgenski sliki. Preko njih lahko predvidevajo tudi raka dojke. Če pri mamografiji ali ultrazvoku zdravniki odkrijejo netipne spremembe, jih pred operacijo lokalizirajo in z operacijo odstranijo lokalizirani del tkiva. Kar polovica raka, odkritega pri mamografiji, je odkrita dovolj zgodaj, da odstranitev cele dojke ni potrebna. Slabost mamografije je ta, da prikaže pri 10 % pregledanih žensk pozitiven rezultat za rakave spremembe, čeprav več kot 90 % od teh 10 % nima rakavih sprememb na dojki.

Pri mlajših ženskah je mamografija manj zanesljiva. Zaradi vpliva hormonov je struktura dojke bolj gosta in otežuje ocenjevanje podrobnosti. Pri ženskah po 50. letu pomaga pri zgodnjem odkrivanju raka dojke in zmanjša umrljivost za 30 %. V večini držav v Evropi vabijo ženske na mamografijo v okviru presejalnih programov vsaki dve leti.



Slika 3: Mamografija, odkrivanje raka dojke [9]

Tumorji pri vseh ljudeh ne rastejo enako hitro. Čas, ki je potreben, da iz ene celice nastaneta dve, imenujemo čas podvojitve. Ta pa je lahko dolg od enega do več mesecev. Primer št. 1: če je čas podvojitve en mesec, potem iz 1 celice v enem mesecu nastaneta 2 celici, v dveh mesecih 4 celice, v treh mesecih 8 celic itd. Najmanjši rak dojke, ki ga lahko odkrijemo z mamografijo, mora imeti 100 000 0000 celic, torej je nastajal več kot 2 leti. Primer št. 2: Če bi imel rak iz prejšnjega primera čas podvojitve 3 mesece, potem bi za rast 100 000 000 celic potreboval skoraj 7 let. [8]

Klinični pregled in diagnostične preiskave

Za odkrivanje raka poleg mamografije uporabljajo tudi slikanje dojk z rentgenom, včasih uporabijo tudi ultrazvok, magnetno resonanco, biopsijo in druge postopke, ki jih izvaja zdravnik.

2.1.7 Presejalni program DORA

Pod okriljem Onkološkega inštituta se že od leta 2008 izvaja državni presejalni program DORA. Presejanje pomeni iskanje predstopenj ali začetne oblike bolezni med ljudmi, ki so navidezno zdravi. Na vsaki dve leti vabijo na mamografijo ženske med 50. in 69. letom starosti, ki imajo največ možnosti, da zbolijo za rakom dojke. [10]

V prvih dveh letih (2008, 2009) tega programa so na presejalno mamografijo povabili 11 305 žensk in 84 % se jih je vabilu odzvalo. Med njimi so odkrili 86 primerov raka dojke.[11] Leta 2017 je bilo opravljenih že 70 000 mamografij, med katerimi so odkrili več kot 400 primerov raka dojke. V obdobju 2008–2017 je bilo izvedenih kar 285 000 mamografij in pri tem je bilo odkritih 1 900 primerov raka dojke. [12]

Na začetku se je program DORA izvajal le v Ljubljani, zdaj imamo njihove območne enote po celi Sloveniji: v Ljubljani, Celju, Mariboru, Kranju, Kopru, Novi Gorici, Novem mestu, Krškem, Murski Soboti in Ravnah na Koroškem. Obstaja pa tudi mobilna enot. Prijave na mamografijo sprejemajo po telefonu 080 27 27 ali preko e-pošte Pregled je brezplačen.[13]

DORA pa ni edini presejalni program za zgodnje odkrivanje raka v Sloveniji. Poznamo še dva državna presejalna programa [13]:

- ZORA za zgodnje odkrivanje rakavih in predrakavih sprememb na materničnem vratu. V sklopu tega programa ginekologi s pregledovanjem navidezno zdravih žensk pravočasno odkrijejo tiste, ki imajo predstopnjo ali začetno stopnjo raka na materničnem vratu. Ker ta rak raste počasi, jih je mogoče s pregledom na vsaka tri leta pravočasno odkriti in z enostavnimi terapevtskimi posegi raka preprečiti ali povsem pozdraviti. Vsaki ženski, stari med 20 in 64 let, ki v zadnjih treh letih ni opravila ginekološkega pregleda z odvzemom brisa materničnega vrata, pošljejo pisno vabilo na pregled.
- SVIT za zgodnje odkrivanje raka na debelem črevesju in danki. Program je na voljo vsem v starosti od 50 do 74 let. Vabilo za sodelovanje v tem programu pošljejo posameznikom na vsaki dve leti. Vabilu priložijo tudi navodila, vse pripomočke za odvzem vzorcev blata,

ki ga opravijo kar doma, ter ovojnico za pošiljanje vzorcev po pošti. Poslane vzorce blata pregledajo in izvid pošljejo po pošti. Če je ta negativen, sledi vabilo čez dve leti. Če pa je pozitiven, potem posameznika napotijo k specialistu na kolonoskopijo. [14]

Tabela 2: Presejalni programi za zgodnje odkrivanje raka [14]

| Kratica presejalnega programa | Vrsta raka in spletni naslov | Logotip |
|-------------------------------|--|---|
| DORA | rak dojg https://dora.onko-i.si/ |  |
| ZORA | rak materničnega vratu https://zora.onko-i.si/ |  |
| SVIT | rak na debelem črevesu in danki http://www.program-svit.si/ |  |

2.1.8 Zdravljenje raka dojg

V vsakem centru za zdravljenje raka mora delovati multidisciplinarni tim. Strokovni delavci v centru, ki niso nujno člani stalne ekipe, so tudi psihiater, plastični kirurg, fizioterapevt, ipd. [2]



Slika 4: Osrednji tim centra za zdravljenje dojg [2]

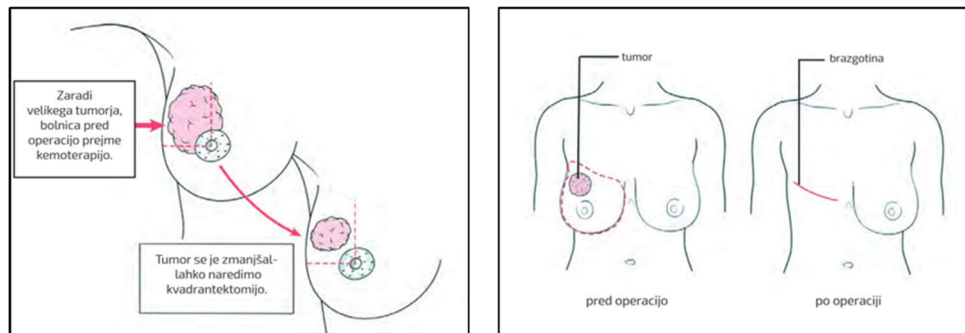
Specialisti za vsako bolnico izberejo tip zdravljenja, za katerega predvidevajo, da bo najuspešnejši zanj. Izbira operacije je odvisna od velikosti in lege tumorja, velikosti dojke in otipljivosti pazdušnih bezgavk. V zgodnjem stadiju je najpogostejše kirurško zdravljenje. Če je tumor velik, odstranijo celotno dojko in običajno tudi istostranske pazdušne bezgavke. Oblika dopolnilnega zdravljenja, ki navadno sledi, je tudi sistemsko zdravljenje (kemoterapija, hormonsko zdravljenje, biološko zdravljenje, tarčna zdravila). [7][15]

Operacije pri raku dojke delimo na [7]:

- ohranitvene operacije, pravimo jim tudi delna mastektomija in kvadrantektomija
- operacije z odstranitvijo cele dojke, pravimo jim tudi mastektomija

Po onkoloških operacijah lahko pride do treh resnejših zapletov:

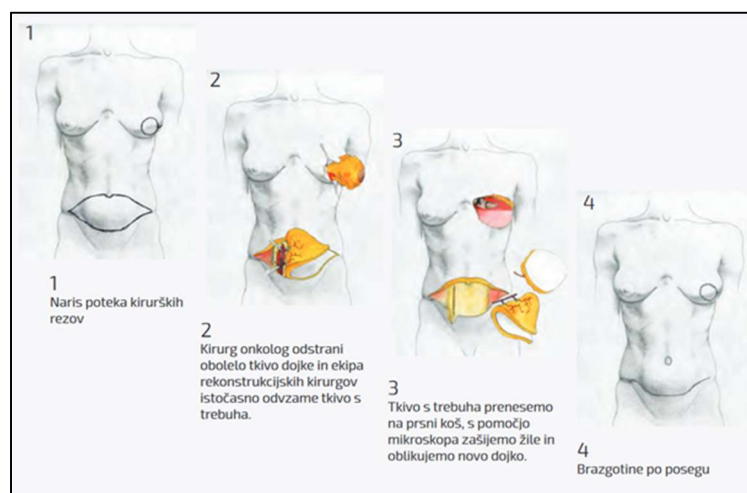
- embolija
- krvavitev
- vnetje



Slika 5: Primera kirurške operacije [8]

Po izrezu raka in pripadajočega tkiva se videz dojke spremeni. To estetsko motnjo odpravijo z rekonstrukcijo dojke, ki daje ženski bolj naraven videz, kar zelo pripomore k povrnitvi občutka ženskosti, privlačnosti in samozavesti. V sodobnih centrih je rekonstrukcija sestavni del zdravljenja raka dojke, izvaja se z različnimi metodami (z lastnim tkivom, vsadki) in le po dogovoru z bolnico. Sledijo lahko še dodatni kirurški posegi za izboljšanje estetskega videza kot so. Rekonstrukcija bradavice, kolobarja, korekcije manjših brazgotin, izboklin ipd. [7]

Kirurška rekonstrukcija je mogoča po odstranitvi cele dojke. Kirurg plastik lahko izvede rekonstrukcijo takoj po odstranitvi dojke ali z drugo operacijo. Po mastektomiji z odstranitvijo varovalne bezgavke lahko bolnica dobi tudi zunanjo protezo, katere velikost, teža in oblika so enake kot pri drugi dojke. Zdravniki jo priporočajo, saj se z njo doseže enakomerno obremenitev hrbtenice.



Slika 6: Rekonstrukcija dojke z lastnim tkivom

2.2 Pomoč bolnicam z rakom dojke

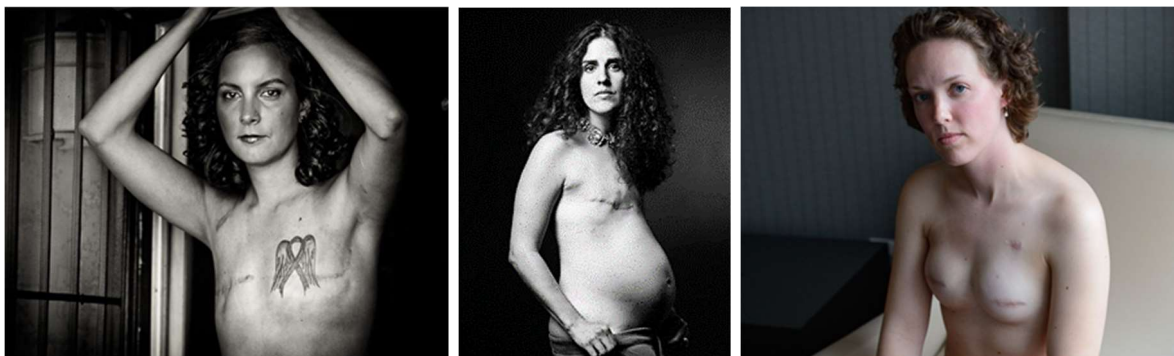
Zdravljenje raka dojke je zahtevno in kompleksno (prilogi 8, 2). Bolnica se v tem času srečuje z negotovostjo zaradi nepoznavanja bolezni in z mnogimi težavami, fizično bolečino, slabostjo, vrtoglavico in izpadanjem las, jezo, ker je bolezen doletela prav njo, zaskrbljenostjo za sebe, družino, partnerski odnos in službo, prizadetostjo zaradi zunanje podobe, izpada finančnih sredstev, ... Njeno fizično in psihično počutje vpliva tudi na družino, na spolnost in odnose s partnerjem. Bolnica, ki uspe kljub svoji bolezni obdržati tesne medsebojne odnose s svojo družino in prijatelji, lahko bolj učinkovito obvlada svojo bolezen. Za vsako žensko je soočanje z rakom dojke huda življenjska preizkušnja. Gre za intenzivno čustveno dogajanje. Vsaka se odzove drugače, odvisno od njenih trenutnih družinskih in poklicnih razmer ter osebnostnih lastnosti, trdoživosti, življenjske energije, sposobnostjo obvladovanja stresa ipd.[7]

Bolezen vedno prizadene človeka kot celoto, zato lahko le s celostno obravnavo zagotavljamo optimalne možnosti zdravljenja in rehabilitacije. Rehabilitacija je multidisciplinarna in je usmerjena v tri področja svojega delovanja [7]:

- medicinsko
- psihosocialno
- poklicno

Bolnicam z rakom dojke je potrebno pomoč ponuditi takoj po diagnozi: spoznati morajo svojo bolezen, načine zdravljenja. Pozneje, v času zdravljenja, je potrebna fizična pomoč (vsakdanja opravila, ki jih bolnice ne morejo same opravljati) in dobra psihološka podpora, saj se lahko ob diagnozi in pozneje duševno stanje bolnice spremeni. Seznam tistih, ki na različne načine pomagajo bolnicam, je dolg. Na njem so medicinsko osebje, družina, prijatelje, novinarji, učitelji, politiki, športniki, glasbeniki ... Vsak pomaga na svoj način. Modni fotograf David Jay, se je ob novici, da je njegova 29 letna prijateljica zbolela za rakom dojke, odločil, da bo pripravil razstavo fotografij pogumnih žensk z rakom dojke in tako pomagal ozaveščati ljudi.[21]

Pomoči pa ne potrebujejo le bolnice temveč tudi njihovi svojci, ki se prav tako soočajo s tisko in strahom. Bolnice ter svojci se lahko zato včlanijo v različne skupine za pomoč, kjer jim nudijo oporo in razumejo njihovo stisko.[16]

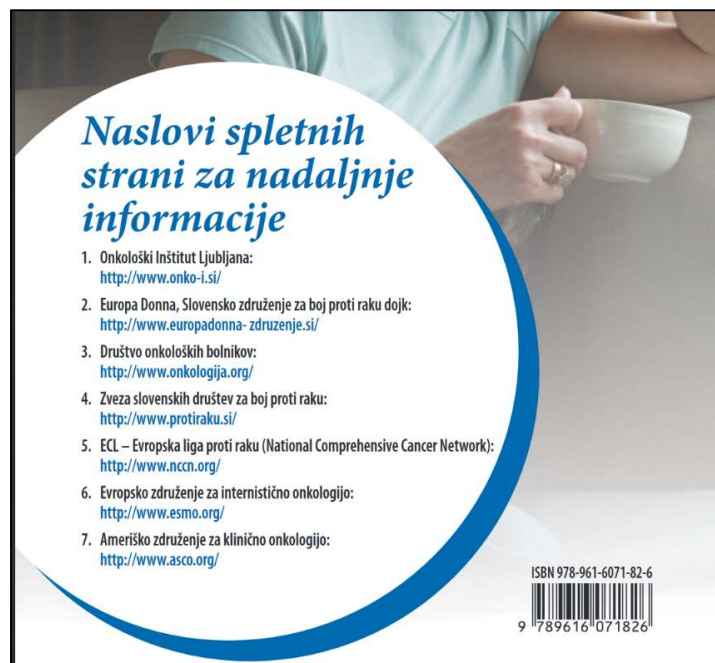


Slika 7: Fotografije z razstave v Sydneyju (foto: David Jay)

2.2.1 Skupine za pomoč bolnicam z rakom dojke

Zdravljenje raka je zahtevno in dolgotrajno, bolnice to telesno in psihično izčrpava. Prizadete pa niso le bolnice, ampak tudi njihove družine. Na srečo imamo tudi v Sloveniji društva, ki pomagajo bolnicam in njihovim svojcem, jim nudijo potrebno spodbudo in razumevanje, skrbijo za njihovo druženje in za prenos informacij med njimi. Tako bolnicam in njihovim družinam ter prijateljem dajo vedeti, da niso sami in da se lahko vedno obrnejo na njih [16]:

1. Europa Donna <http://www.europadonna-zdruzenje.si/>
2. Društvo onkoloških bolnikov <http://www.onkologija.org/>
3. Zveza slovenskih društev za boj proti raku www.protiraku.si



Slika 8: Pomoč in podpora bolnicam z rakom in njihovim svojcem [16]

2.2.2 Europa Donna Slovenija

Europa Donna Slovenija je slovensko združenje za boj proti raku dojke. Je del Evropske zveze Europa Donna. Med drugim so njihovi cilji naslednji: osvešča o boleznih dojke, podpira raziskave, ki se navezujejo na raka dojke, podpira izobraževanje zdravnikov in promovira zdrav način življenja. Letna članarina za Europo Donna je 10 evrov.

Evropa Donna je razdeljena tudi na posebne sekcije: za mlade bolnice, ženske, ki imajo raka pred 40. letom in se poleg tega soočajo še z drugimi težavami, za gibanje in šport, ta želi povezati ženske skozi različne oblike aktivnosti in dejavnosti. V nastajanju sta dve sekciji: Sekcija za bolnice z napredovalnim rakom dojke in Sekcija za bolnice z rakom roditelj. [17]



Slika 9: Europa Donna, Slovensko združenje za boj proti raku dojk

2.2.3 Program ROZA

Europa Donna zbira denar za program ROZA. Program ROZA je program, ki nudi psihosocialno pomoč bolnikom z rakom na dojki ali rodilih ter njihovim svojcem. Na različne načine jim pomagajo celo leto z individualnimi pogovori preko spleta ali v živo ter preko spletne pošte. Organizirajo tudi taborje za otroke od 5 do 8 let, ki so ključni del programa ROZA, in podporne skupine za bolnice, njihove svojce in žalujoče. S partnerji, Slovenskim društvom Hospic, Fakulteto za psihoterapevtsko znanost SFU Ljubljana in Društvom za razvijanje čuječnosti so zasnovali program ROZA, ki ga v obdobju 2017–2019 sofinancira Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije. V okviru programa so bolnicam in njihovim svojcem na voljo različne oblike psihosocialne podpore. [17]

Podporna skupina je organizirana dvakrat mesečno za bolnice in ozdravljenke raka na dojki, dve podporni skupini pa sta na voljo za svojce in prijatelje. [17]



Slika 10: Logotip - program ROZA [17]

2.2.4 Dobrodelna akcija »Napolni nas z upanjem«

10. januarja so začeli akcijo, v kateri zbirajo tolarje, ki jih bodo na centralni banki Slovenije zamenjali za evre in denar porabili za program Roza. Akcija se konča 1. marca 2019. V 644 Mercatorjih in poslovalnicah NLB po Sloveniji so zabojniki, kamor lahko ljudje prinesejo tolarje. Zbrana sredstva bodo namenili bolnicam in njihovim svojcem za psihosocialno pomoč ob soočanju z diagnozo rak dojke.

Spodbujajo tudi vse nas, da zabojnike izdelamo tudi sami in zbiramo tolarje v podjetjih, šolah in s prijatelji. Zbrana sredstva lahko oddamo v eni od Mercatorjevih trgovin ali poslovalnicah NLB ali na sedežu Združenja Europa Donna Slovenija.

Ambasadorji akcije so zdravnica in ozdravljena bolnica raka na dojki Mojca Senčar, slovenski stand-up komik, igravec in TV-voditelj Vid Valič, Jana Koteska, voditeljica in modna oblikovalka, ki se je tudi sama soočala z zdravstvenimi težavami, in slovenski alpski smučar Jure Košir. Aktivno pa se vključujejo še mnogi drugi, Gašper Bergant, Rokometni klub Celje Pivovarna Laško, Rokometni klub Krim, ...[17]



Slika 11: Akcija Napolni nas z upanjem [17]

2.2.5 Druge akcije Europe Donne

Rožnati oktober je mednarodni mesec osveščanja o raku dojk. Takrat na zelo različne načine ozaveščajo družbo o raku dojke in o pomoči, ki jo potrebujejo bolnice in njihovi svojci. V Sloveniji vsako leto zboli okoli 1300 žensk in do 15 moških, več kot 400 žensk in moških pa umre. Če vse to preračunamo, pridemo do zaključka, da vsak dan nekje v Sloveniji več kot tri ženske izvedo za diagnozo, vsaj ena pa umre. Pomembno je zgodnje odkrivanje raka dojk, saj lahko ravno to reši življenje. [17]

Telekom Slovenije in Samsung že vrsto let v rožnatem oktobru podpirata Združenje Europa Donna Slovenija s posebno različico mobitela "Pink Ribbon". Z akcijsko ponudbo sta združenju tudi letos namenila 10 evrov od vsakega podanega Samsung Galaxy A8 Pink Ribbon.

2. oktobra 2018 so imeli akcijo "Poslikaj za upanje", v okviru katere so barvali kolesarske zvonce. K sodelovanju so vabili slovenske oblikovalce in mimoidoče, akciji pa so se pridružili tudi Mladi zmaji. Zvonci so bili na voljo za donacijo 5 evrov.

15. oktober je dan zdravih dojk, ki ga usmerja zveza Europa Donna. Nastala je tudi akcija Tek in hoja za upanje, s katero poudarjajo namen gibanja in zdravega načina življenja. V sodelovanju s Hoferjem je nastala akcija Rožnati oktober v Hoferju, v okviru katere si z nakupom šamponov v roza embalaži doniral 10 centov za Europo Donno. Po Sloveniji že od leta 2014 drevesa oblečejo v rožnate pletenine. [17]



Slika 12: Rak niso samo številke [17]

2.2.6 Mednarodno povezovanje Europe Donne



Slika 13: Mednarodno povezovanje Europe Donne [17]

EUROPA DONNA – The European Breast Cancer Coalition (Evropska koalicija raka dojk) s sedežem v Milanu predstavlja interese evropskih žensk v zvezi z rakom dojk. Trudi se čim bolj ozaveščati evropsko prebivalstvo o raku dojk in preventivnih programih ter bolnicam nuditi

čim večjo podporo in pomoč. Vanjo je vključenih 47 držav. Predsednica Europe Donne je Mona Knotek-Roggenbauer iz Avstrije, podpredsednica pa Slovenka Tanja Španić, ki je tudi predsednica Europe Donne Slovenija. [17]

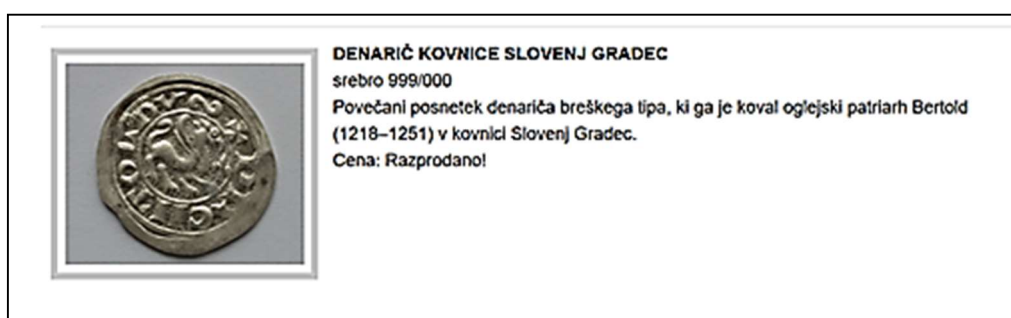
2.3 SLOVENSKI TOLARJI IN EVRI

2.3.1 O denarju

Z razmišljanjem o denarju se moramo vrniti v čas, ko je človek postal poljedelec in živinorejec. Viške svoje proizvodnje je najprej menjal za tiste dobrine, ki jih je potreboval, npr. mleko za žito. Prav zaradi nepraktičnosti take blagovne menjave so se razvile prve oblike denarja. To so bili razni predmeti, kot so npr. kamenčki, školjke, biseri, začimbe ali ptičja peresa, ki so jih lahko preštevali in tako določali vrednost blaga, ki so ga želeli prodati ali kupiti. Kasneje so kot plačilno sredstvo začeli uporabljati kovine. 4500 let stari mezopotamski klinopisi že govorijo o plačevanju s koščki srebra. [19]

Koščke zlata, srebra in bronca so najprej tehtali in jih menjali za izbrano blago, surovine ipd. Ko pa so vladarji na nek košček kovine vtisnili svoj pečat, so s tem sporočali o avtentičnosti in določili vrednost, ki jo je predstavljal ta košček kovine, ki mu danes rečemo kovanec. Prvi kovanci so bili pred 2600 leti (6. stol. pr. n. št.) skovani iz naravne zlitine zlata in srebra v Lidiji, to je današnja zahodna Turčija. Od tam so jih trgovci prinesli v Grčijo, nato pa so jih prevzeli Rimljani, ki so kovani denar razširili po vsej Evropi.

Naša beseda DENAR izvira prav iz rimskih časov iz latinske besede DENARIUS, kar pomeni rimski srebrnik, težak 4,5 g, iz leta 269 pr. n. št. [19]



Slika 14: Denarič, kovnica Slovenj Gradec 1218-1251 [20]

Z razvojem znanosti in tehnologije se je spreminjal tudi denar. Prvi papirnati denar so začeli v 9. stol. uporabljati Kitajci. Na območju Evrope se je pojavil ob koncu 16. stol.

Na bankovcih in kovancih so bili upodobljeni vladarji ali drugi za takratni čas pomembni simboli in napisi. Tako ima denar pravzaprav še eno vlogo, pripoveduje o odnosih med ljudmi sedanjega in preteklega časa, njihovih vladarjih, vrednotah, kulturi ipd.

Danes za plačevanje uporabljamo različne vrste denarja in denarnih nadomestkov: kovance,

papirnati denar, zlatnike in srebnike, bančne kartice, kreditne kartice, digitalni denar, npr. bitcoin, knjižni denar (imetje, ki ga imajo npr. podjetja na poslovnih računih), čeke, menice ... Štefan Jakovac pravi: »Denar je torej vse, kar smo pripravljene sprejeti kot plačilo za dogovorjeno kupčijo.« Ima različne naloge: lahko ga zamenjamo za izdelke in storitve, hkrati pa je merilo za vrednost izdelka ali storitve. Z njim lahko plačujemo v vsakem trenutku, kar pomeni, da je plačilno sredstvo. Je tudi posrednik menjave, ima zakladno funkcijo in je v funkciji svetovnega denarja. [19]

2.3.2 Osamosvojitve Slovenije in uvedba tolarja

Pisalo se je leto 1991, ko smo v Sloveniji dobili lastno denarno enoto, ki se je imenovala tolar (skrajšano ime SIT) in se je delil na 100 stotinov.[22] Po besedah prvega guvernerja Banke Slovenije Franceta Arharja je bil tisti čas zelo neugoden za denarno osamosvajanje. Poleg politične negotovosti je bila v nekdanji Jugoslaviji tudi visoka inflacija, veliko je bilo tudi nezaupanja med prebivalstvom, država je bila močno zadolžena, tolar pa mu bo vseeno ostal v spominu kot uspešen projekt na poti do skupne evropske valute. [21]

Uvedba tolarja je potekala v dveh korakih:

8. oktobra 1991 je Slovenija najprej izdala začasni denar – vrednostne bone. Zamenjava prejšnjih jugoslovanskih dinarjev (krajše DIN) v bone se je začela 9. oktobra 1991, trajala je tri dni, razmerje med dinarjem in bonom pa je bilo 1 : 1. [21]



Slika 15: Vrednostni boni [22]

30. septembra 1992 smo nato dobili pravi denar, tolarske bankovce in leta 1993 še kovance. Od 28. junija 2004 je bila vrednost tolarja vezana na evro, in sicer je bil 1 € vreden 239,64 SIT. Po kasnejši uvedbi evra v Sloveniji je po tem tečaju potekala zamenjava tolarjev v evre od 1. 1. 2007 dalje. Tolarske kovance smo lahko menjali v evre do 13. 12. 2016, bankovci pa so zamenljivi brez časovne omejitve, a jih zdaj lahko menjamo samo še na Banki Slovenije, osebno ali po pošti (priloga 4). [23]



Slika 16: Tolarski bankovci [22]

V tistem času naj bi bilo v obtoku kar za milijardo evrov takratnih slovenskih tolarjev. Do danes so zamenjali 95 % tega denarja. Danes jih je v obtoku še za 32 milijonov €. Od tega jih za 9 milijonov € predstavljajo kovanci, ki so ostali zgubljeni ali pozabljeni na dnu vodnjakov in še kje drugje. Veliko naj bi jih našli tudi v starih avtomobilih, ki jih pripeljejo na odpad. [24]

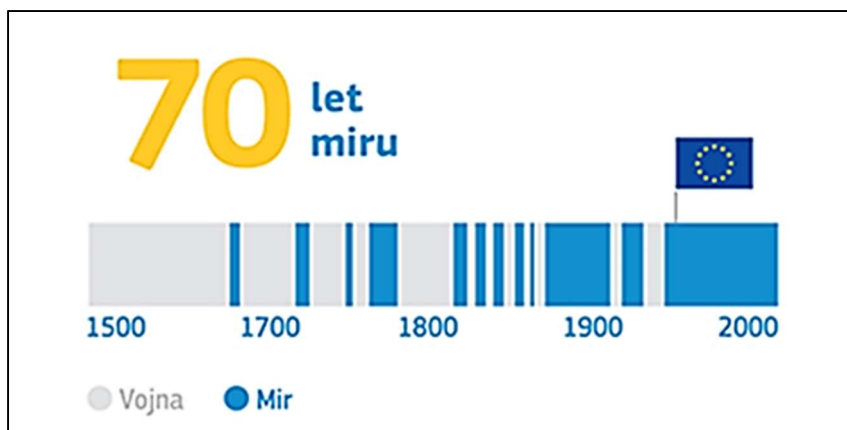
Pot do lastnega denarja ni bila enostavna in je povezana z nastankom države Slovenije. Na plebiscitu, ki je potekal 23. 12. 1990, so se državljani takratne jugoslovanske republike Slovenije odločali, ali si želijo samostojno državo Slovenijo. Rezultati so bili znani 26. decembra. Velika večina si je želela samostojno Slovenijo. Tako so 25. junija 1991 na Trgu republike v Ljubljani razglasili samostojno državo Slovenijo.

S prejšnjo državo Jugoslavijo smo se dogovorili, da Slovenija prve tri mesece ne bo izvajala osamosvojitvenih aktivnosti, nato pa smo se lahko tudi denarno osamosvojili. Začeli smo uporabljati najprej vrednostne bone in nato tolarje. Naša današnja denarna valuta je evro, ki smo ga začeli uporabljati 1. 1. 2007 in ga uporabljamo še danes.

2.3.3 Evro kot nova slovenska valuta

Po koncu 2. svetovne vojne so razmišljali, kako bi dolgoročno ohranili mir v Evropi. Ker sta med vojno eno od ključnih vlog imela premog kot vir energije in jeklo kot surovina za izdelavo orožja, so se odločili, da na Pariški konferenci leta 1951 ustanovijo Evropsko skupnost za premog in jeklo, v kateri bi države po eni strani gospodarsko in politično sodelovale, po drugi strani pa tudi nadzorovale ena drugo. Ustanovnih držav je bilo 6: Belgija, Francija, Italija, Luksemburg, Nemčija in Nizozemska. Kasneje so to idejo še nadgradili in leta 1957 z Rimsko pogodbo ustanovili Evropsko gospodarsko skupnost (EGS) ali »skupni trg«. [25]

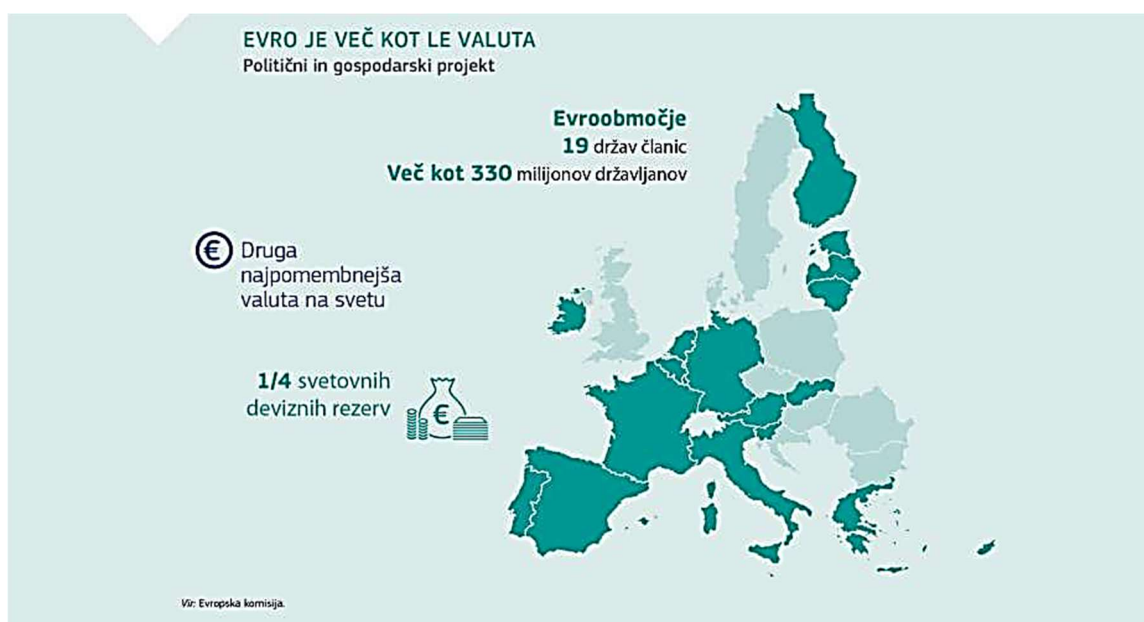
Leta 1973 so se jim pridružile še tri države, Danska, Irska in Združeno kraljestvo, kasneje še Grčija in nato Španija in Portugalska. Zamisel o povezovanju je zorela še naprej in tako je bila leta 1993 z Maastrichtsko pogodbo ustanovljena Evropska unija (EU), kot jo poznamo danes. Slovenija se ji je pridružila 1. maja 2004. Zdaj je v EU vključenih že 28 držav. [25]



Graf 5: 70 let miru, Evropa 1945-2015 [26]

Glavni cilji EU so prost pretok ljudi, idej in denarja, mir, solidarnost in trajnostni razvoj, spoštovanje demokracije, pravne države in človekovih pravic ter enotni monetarni sistem z enotno valuto – evrom. Enotna valuta ima poleg monetarnega tudi velik povezovalni pomen, kot nacionalno valuto ga namreč uporablja več kot 342 milijonov ljudi in je druga najpogosteje uporabljena valuta na svetu.[27]

Leta 2012 je Evropska unija prejela Nobelovo nagrado za mir za svoja prizadevanja za mir, spravo, demokracijo in človekove pravice v Evropi. Denarni del nagrade je iz svojih sredstev še podvojila in skupaj 2 milijona evrov namenila otrokom, ki nimajo možnosti za odraščanje v miru. S projekti za šolanje otrok v vojnih razmerah je pomagala več kot 28 000 otrokom. Naslednje leto je ta sredstva še enkrat podvojila na 4 milijone evrov. S tem projektom bo nadaljevala in tako spremenila Nobelovo nagrado v trajno politično zapuščino. [25]



Slika 17: Evro je več kot le valuta [28]

Priprave na uvedbo evra (krajše EUR, simbol €) so se začele že leta 1995 in 1. 1. 1999 se v 11 državah uvede evro kot knjižni denar z že določenimi tečaji domačih valut glede na evro [30].

V prehodnem obdobju do 31. 12. 2001 so potekale priprave na zamenjavo valut in 1. 1. 2002 so prišli v obtok evrski kovanci in bankovci. Do 28. februarja (v nekaterih državah še dlje) sta bili zakonito plačilno sredstvo obe valuti, domača in evro. V teh dveh mesecih so se stare valute postopoma umaknile iz obtoka, potem pa je ostal kot edino plačilno sredstvo evro. Kasneje je evro uvedlo še 8 držav, med njimi tudi Slovenija. [29] V evroobmočju je sedaj 19 držav.

V Sloveniji smo evro uvedli 1. 1. 2007, to je 5 let po uvedbi evra v EU. Uvedli smo ga zaradi vstopa v EU. Takrat smo se zavezali, da bomo uporabljali njihovo valuto. Glede uvedbe evra nam ni treba govoriti zgolj kot o izpolnjevanju pravnih odločb, pač pa nam je uvedba prinesla tudi veliko gospodarske koristi. Evre smo začeli uvajati postopno, upoštevano je bilo menjalno razmerje 1 EUR = 239,64 SIT [30]. Sprva smo lahko plačevali v tolarjih in evrih. To obdobje je trajalo 14 dni, potem pa samo še v evrih. Tolarskih kovancev ne moremo več zamenjati v evre, bankovce pa na Banki Slovenije še vedno lahko.

Vsak bankovec prikazuje enega od arhitekturnih slogov: klasiko, romaniko, gotiko, renesanso, barok in rokoko, arhitekturo železa in sodobno arhitekturo 20. stoletja. Bankovci so enotni po vsem evroobmočju. Spredaj so upodobljena okna in vrata, ki predstavljajo evropskega duha odprtosti in sodelovanja. Dinamika in harmonija sodobne Evrope je prikazana z 12 zvezdami. Na njej je še simbol – most. Ta predstavlja komunikacijo med evropskimi narodi ter Evropo in ostalim svetom.[31]



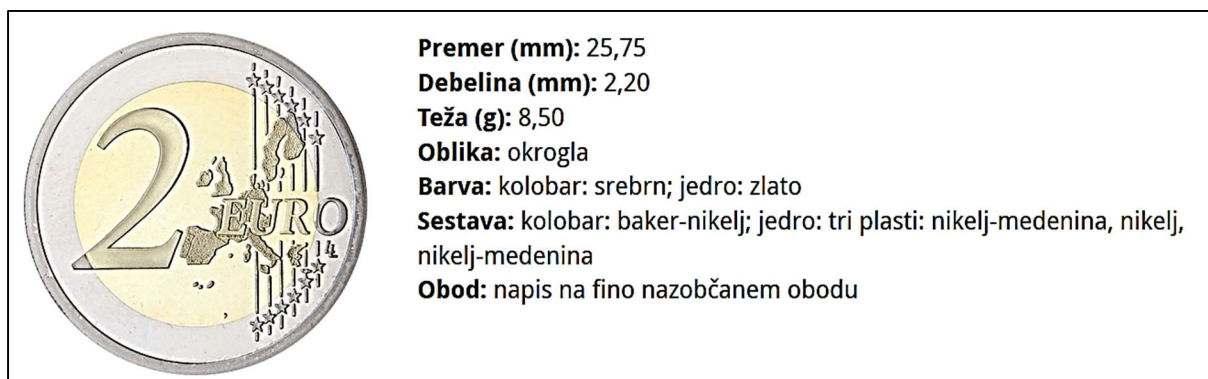
Slika 18: Evrski bankovci [31]

Kovance so izdali v 8 različnih vrednostih, in sicer za 1 €, 2 €, 50 c, 20 c, 10 c, 5 c, 2 c in 1 c. Imajo dve strani, evropsko in nacionalno.

- Evropska stran na vseh evrskih kovancih je enotna, medtem ko nacionalna stran določa, iz katere države je kovanec. Na evropski strani kovancev za 2 €, 1 €, 50 c, 20 c in 10 c je

upodobljena Evropska unija oz. Evropa, na kovancih za 5 c, 2 c in 1 c pa Evropa v odnosu do Afrike in Azije.

- Na nacionalni strani naših kovancev je na vseh ob robu 12 zvezdic, med katerimi so črke besede SLOVENIJA, na ploskvi pa je upodobljeno 8 različnih motivov, ki predstavljajo našo zgodovino in kulturo: štorcklja (1 c), knežji kamen (2 c), sejalec (5 c), Plečnikov načrt slovenskega parlamenta (10 c), lipicanci (20 c), Triglav (50 c), Primož Trubar (1 €) in dr. France Prešeren (2 €).[32]



Slika 19: Evropska stran kovanca za 2 EUR [33]



Slika 20: Nacionalna stran kovanca za 2 EUR (Slovenija, Avstrija, Irska) [34]

3 METODOLOGIJA

Pri našem raziskovanju smo uporabile:

- pregled pisnih virov
- pogovor
- intervju
- delavnico pri uri matematike in na naravoslovnem dnevu
- anketo
- obveščanje javnosti (obvestila na spletu, izdelava plakatov)
- terensko delo oz. postavitev škatel za zbiranje tolarških bankovcev

3.1 Načrt raziskave

Naš načrt je zajemal 4 korake: iskanje objavljenih podatkov in razumevanje pojmov, pogovor z organizatorji dobrodelne akcije, zbiranje mnenj drugih ljudi ter praktično izvedbo naše »mini« dobrodelne akcije.



3.2 Iskanje podatkov

Da bi lažje izvedle raziskavo, smo začele z iskanjem pisnih virov, ki je potekalo večinoma po spletu, pri tem smo se osredotočile na spletne naslove uradnih inštitucij in organizacij, ki so povezane s slovenskimi tolarji, rakom dojke in dobrodelno akcijo Napolni nas z upanjem: Stari tolarji za nove začetke.

3.3 Intervju

Pri iskanju podatkov smo preko e-pošte stopile v stik tudi z Europo Donno, Banko Slovenije in Mercatorjem ter z njimi izvedle krajši intervju. Naša vprašanja smo naslovile na osebe, ki so pri omenjenih organizacijah zadolžene za stike z javnostmi. Pogovor v živo smo izvedle z gospo Janjo Koteska, bolnico z rakom dojk in ambasadorko pri Evropi Donni ter z zdravnico v našem kraju, dr. Blažič Lipnik, s katero smo se v ambulanti zdravstvenega doma pogovarjale o njenih izkušnjah z rakom dojk. Intervjuji so zapisani v prilogah 1, 3, 4 in 5.

3.4 Delavnica pri pouku

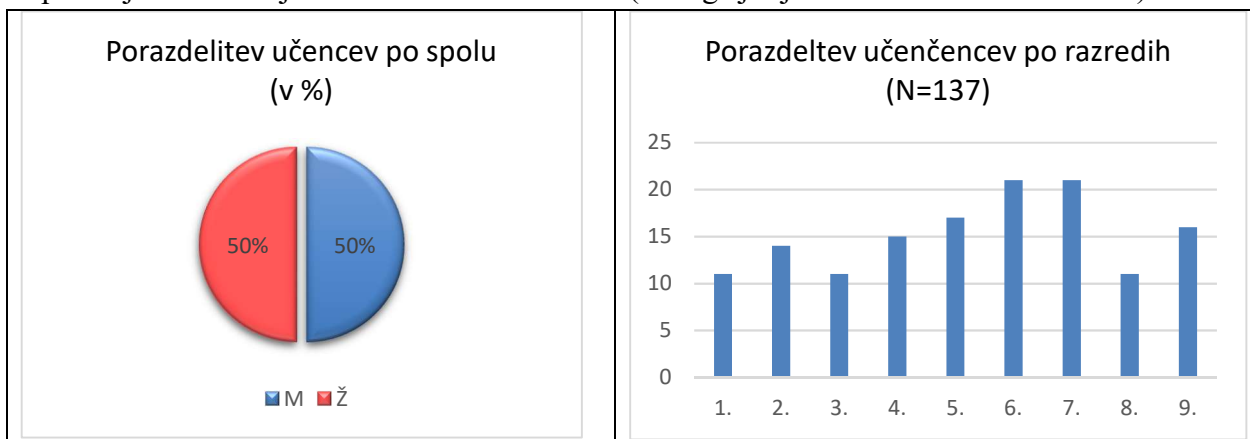
Pri matematiki smo za učence 9. a razreda pripravile delavnico na temo denar v sedanjem času. Izveden je bil s pomočjo učiteljice Dušanke Colnar 14. 2. 2019, delo pa je potekalo v računalniški učilnici. Osredotočili smo se na branje tabel in diagramov ter na nekatere pojme,

kot so valuta, menjalni tečaj, pretvornik valut, gibanje tečajev valut na takih spletnih straneh, kot jih običajno izbiramo učenci. Za izhodišče smo vzeli kar dve konkretni situaciji iz vsakdanjega življenja, hibridne avtomobile in denar po svetu. Nekaj utrinkov te učne ure je prikazanih v prilogi št. 9.

Naravoslovni dan z naslovom Zdravje je potekal 9. 4. 2019. V okviru ND je bila izvedena delavnica, na kateri so sodelovale učenke 8. in 9. razreda in jo je vodila ga. Saša Podpečan, višja medicinska sestra v Zdravstvenem domu Mozirje. Najprej smo se na kratko pogovorile o raku dojk in o pomenu samopregledovanja. Nato je sledil praktični del: demonstracija samopregledovanja na medicinski lutki in praktična vaja na njej, ki jo je izvedla vsaka od učenk.

3.5 Anketiranje učencev od 1. do 9. razreda


Anketirale smo učence 1.–9. razreda na naši šoli. Anketo so izpolnili klasično, s svinčnikom in papirjem, me pa smo jim bile na voljo, da jim ob reševanju tudi dodatno pojasnimo kakšno vprašanje. V anketi je sodelovalo 137 učencev (od tega jih je 135 anketo rešilo v celoti).



Graf 6: Spol in razred anketiranih učencev

Postavile smo jim naslednja vprašanja:

| | | |
|---|-----------|--------|
| 1. Razred | 2. Spol M | Ž |
| 3. Katerega leta smo začeli uporabljati evre (€)? | | |
| 4. Ali veš, da se je prvi slovenski denar imenoval tolar (SIT) ? | DA | NE |
| 5. Ali veš, kako izgledajo tolarski bankovci? | DA | NE |
| 6. Ali jih imaš morda še doma? | DA | NE VEM |
| 7. Ali bi jih podaril v dobrodelni namen? | DA | NE |

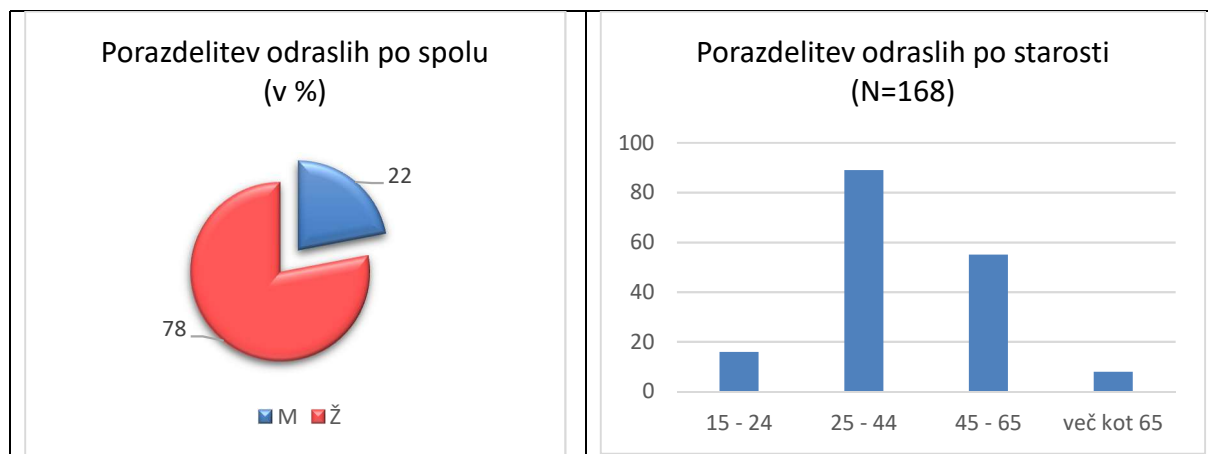


3.6 Anketiranje odraslih

A) Za moške in ženske




Anketirale smo odrasle, in sicer s klasično in spletno anketo, a z enakimi vprašanji. Največ jih je rešilo spletno anketo. Na list so jo reševali nekateri izmed učiteljev na naši šoli in nekateri starši osnovnošolcev, ki obiskujejo Osnovno šolo Frana Kocbeka Gornji Grad.

Za postavitev spletne ankete smo uporabile spletni portal <https://www.1ka.si/> [37] in povezavo do ankete pošiljale po e-pošti našim sorodnikom, prijateljem in znancem s prošnjo, da jo posredujejo še drugim. Anketo je začelo reševati 168 oseb (v celoti jo je rešilo 147 oseb), večina je bila žensk. Najpogostejša starost anketirancev je bila 25–44 let. Anketirancem smo zastavili vprašanja, ki so zapisana v spodnji tabeli št. 3.



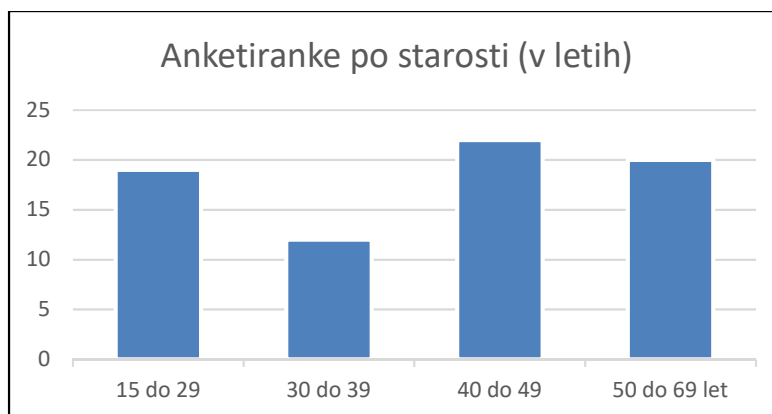
Graf 7: Spol in starost odraslih anketirancev

Tabela 3: Anketna vprašanja za odrasle

| | | | | | |
|--|----------------------------------|------------------|---------------------------------|-----------|---|
| 1. Starost | 15–24 | 25–44 | 45–64 | 65 in več | |
| 2. Spol | M | Ž | | | |
| 3. Katerega leta smo začeli uporabljati evre (€)? | | | | |  |
| 4. Ali veste, da se je prvi slovenski denar imenoval tolar (SIT) ? | DA | NE | | | |
| 5. Ali se tolarških bankovcev še spomnite? | DA | NE | | | |
| 6. Ali jih imate morda še doma? | DA | NE | NE VEM | | |
| 7. Ali bi jih podarili v dobrodelni namen, če bi jih imeli? | DA | NE | | | |
| 8. Katerega od presejalnih zdravstvenih programov za zgodnje odkrivanje raka poznate? Obkrožite. | | | | | |
| | SVIT (rak debelega črevesa) | DORA (rak dojke) | ZORA (rak na materničnem vratu) | | |
| 9. Ocenite, koliko se vam zdijo ti programi koristni in potrebni? (1=najmanj, 5=največ) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Ali poznate slovensko združenje za boj proti raku dojke Europa Donna? | DA | NE | | | |
| 11. Od januarja dalje poteka akcija zbiranja starih slovenskih tolarjev. Kje ste slišali zanjo? | | | | |  |
| a) povedali drugi | b) v časopisu ali reviji | c) na radiu | d) na TV | | |
| e) na šoli oz. šolski spletni strani | f) na drugih internetnih straneh | | | | |
| g) še nisem slišal | | | | | |
| 12. Kako ste se vključili v to akcijo? | | | | |  |
| a) Opazil sem škatlo za zbiranje starih tolarjev. | b) Daroval sem stare tolarje. | | | | |
| c) Nisem seznanjen. | | | | | |
| 13. Ali ste že kdaj v preteklosti slišali za akcije Europe Donne (npr. »rožnate pletenine«)? | DA | NE | | | |

B) Za ženske

Izvedle smo spletno anketo, ki jo je rešilo 74 žensk.



Graf 8: Anketiranke o samopregledovanju dojk po starosti

26 % anketirank je bilo starih od 15 do 29 let, 16 % je bilo starih med 30 in 39. Največ je bilo starih od 40 do 49 let (30 %), malo manj (27 %) pa od 50 do 69 let. Ena ni označila svoje starosti, razen tega pa je vseh 74 žensk odgovorilo na vsa vprašanja.

Vprašale smo jih:

1. Ali veste, da je rak dojke najpogostejši rak pri ženskah?
2. Z rednim mesečnim samopregledovanjem dojk najpogosteje odkrijemo raka.
Kako pogosto se samopregledujete?
3. Kdo vas je seznanil o pomembnosti samopregledovanja dojk?
4. Kdo vas je seznanil s postopkom oz. tehniko samopregledovanja dojk?

3.7 Obveščanje javnosti

O dobrodelni akciji v Sloveniji in o našem sodelovanju v njej smo javnost obvestile na različne načine, tako da bi informacija dosegla različne starostne skupine:

- obisk in ustno obvestilo po vseh razredih naše šole
- predstavitev na stojnici in ustna seznanitev obiskovalcev prireditve Čarobni december, ki je potekala 23. 1. 2019 na naši šoli
- objava na šolski spletni strani
- objava na občinski spletni strani
- objava v pisni verziji Občinskega informatorja
- s plakati, ki smo jih izdelale in izobesile na osmih oglasnih mestih: na šoli, v vrtcu, zdravstvenem domu, na občini in oglasnih deskah v kraju
- v trgovini Grajski market, franšizna prodajalna Mercator

3.8 Izdelava roza škatel in delo na terenu

Za zbiranje tolarških bankovcev smo izdelale roza škatle različnih velikosti in jih postavile na različna mesta: v šoli, na občini in v trgovini Grajski market. Z zbiranjem tolarjev smo začeli 23. 1. 2019.



Slika 21: Plakat na oglasni deski (levo) in škatla za tolarje (desno)

4 IZSLEDKI IN RAZPRAVA

4.1 Menjava tolarjev v evre

Od uvedbe evra je minilo že več kot dvanajst let. Predvidevale smo, da je bila večina tolarjev zamenjana v evre v prvem letu po njihovi umaknitvi iz obtoka. A ker doma še vedno po predalih ležijo stari tolarji, se zagotovo še zdaj najde kdo, ki jih nese na Banko Slovenije, da jih zamenja v evre. Predvidevale pa smo, da je bilo takih ljudi in organizacij iz leta v leto vedno manj. Podatkov o tem, kolikšne vsote tolarjev so bile vsako leto zamenjane v evre, nismo našle na spletu, zato smo zaprosile za intervju predstavnika za javnost pri Banki Slovenije (priloga 6) in pridobile spodaj zapisane podatke.

31. 12. 2006 so tolarji nehali biti zakonito plačilno sredstvo (tabela 4). V pogovoru s predstavnikom Banke Slovenije smo izvedeli, da je bilo na računih, hranilnih knjižicah ipd. nebančnega sektorja že na ta dan, torej 31. 12. 2006, avtomatsko prekonvertiranih v evre 2.795.744.000.000 SIT (11.666.432.983 EUR), kar predstavlja 95,1 % vseh do konca leta 2018 zamenjanih tolarjev. To je skoraj 20-krat več kot je bilo vseh tolarjev, ki so bili nato zamenjani v evre v letih od 2007 do 2018. Po besedah predstavnika Banke Slovenije se delež vrnjenih tolarjev glede na obtok v letu 2006 ne spreminja več bistveno. (tabela 7) In še zanimivost: na splošno velja, da znaša delež gotovine v obtoku, ki se nikoli ne bo vrnila v centralno banko, okoli 3-5 %. To je denar, ki je uničen, pozabljen, izgubljen ali pa smo ga shranili za spomin. Če bi danes kdo od nas "želel kupiti" tolarje, mu banke te želje ne morejo izpolniti. Na banki lahko dobimo samo trenutno veljavne valute.

Kako pa je potekala zamenjava tolarjev v evre po 31. 12. 2006, ko je postal evro zakonito plačilno sredstvo? To je prikazano v tabeli št. 6. V obdobju 2007-2018 je bilo v evre zamenjanih 143.381.266.380,00 SIT. To predstavlja le slabih 5 % vseh tolarjev, ki so bili zamenjani v evre po 31. 12. 2006 do konca leta 2018. Vidimo, da je bila v letu 2007 zamenjana večina tolarjev, ki so jih v Banko Slovenije prinesli v obdobju 2007-2018, in sicer kar 98,44 %.

Tabela 4: Menjava tolarjev v evre v obdobju 2007-2018

| Leto | menjava SIT v EUR (v SIT) | menjava SIT v EUR (v EUR) | menjava SIT v EUR (v %) |
|------|------------------------------|------------------------------|----------------------------|
| 2007 | 141.138.022.919,00 | 588.958.533,30 | 98,44 % |
| 2008 | 869.774.662,50 | 3.629.505,35 | 0,61 % |
| 2009 | 430.422.129,50 | 1.796.119,72 | 0,30 % |
| 2010 | 230.808.900,80 | 963.148,48 | 0,16 % |
| 2011 | 145.200.870,00 | 605.912,49 | 0,10 % |
| 2012 | 120.712.535,50 | 503.724,48 | 0,08 % |
| 2013 | 102.726.656,00 | 428.670,74 | 0,07 % |
| 2014 | 102.446.041,00 | 427.499,75 | 0,07 % |
| 2015 | 66.206.047,70 | 276.272,94 | 0,05 % |

| | | | |
|----------------|---------------------------|-----------------------|-----------------|
| 2016 | 62.801.638,60 | 262.066,59 | 0,04 % |
| 2017 | 69.456.269,40 | 289.835,88 | 0,05 % |
| 2018 | 42.687.710,00 | 178.132,66 | 0,03 % |
| SKUPAJ: | 143.381.266.380,00 | 598.319.422,38 | 100,00 % |

Če upoštevamo oba podatka, zamenjavo tolarjev na dan 31. 12. 2016 in v obdobju 2007-2018, in ju prikažemo v eni tabeli (tabela 7), se še boljše vidi, kakšne vsote tolarjev so bile zamenjane v evre vsako leto v času od 31. 12. 2006 do konca leta 2018.

Tabela 5: Menjava tolarjev v evre od 31. 12. 2006 do konca leta 2018

| Leto | menjava SIT v EUR (v SIT) | menjava SIT v EUR (v EUR) | menjava SIT v EUR (v %) | menjava SIT v EUR (kumulativno v EUR) |
|----------------|------------------------------|------------------------------|----------------------------|--|
| 31.12.2006 | 2.795.744.000.000,00 | 11.666.432.983,00 | 95,1216 % | 11.666.432.983,00 |
| 2007 | 141.138.022.919,00 | 588.958.533,30 | 4,8020 % | 12.255.391.516,30 |
| 2008 | 869.774.662,50 | 3.629.505,35 | 0,0296 % | 12.259.021.021,65 |
| 2009 | 430.422.129,50 | 1.796.119,72 | 0,0146 % | 12.260.817.141,37 |
| 2010 | 230.808.900,80 | 963.148,48 | 0,0079 % | 12.261.780.289,85 |
| 2011 | 145.200.870,00 | 605.912,49 | 0,0049 % | 12.262.386.202,34 |
| 2012 | 120.712.535,50 | 503.724,48 | 0,0041 % | 12.262.889.926,82 |
| 2013 | 102.726.656,00 | 428.670,74 | 0,0035 % | 12.263.318.597,56 |
| 2014 | 102.446.041,00 | 427.499,75 | 0,0035 % | 12.263.746.097,31 |
| 2015 | 66.206.047,70 | 276.272,94 | 0,0023 % | 12.264.022.370,25 |
| 2016 | 62.801.638,60 | 262.066,59 | 0,0021 % | 12.264.284.436,84 |
| 2017 | 69.456.269,40 | 289.835,88 | 0,0024 % | 12.264.574.272,72 |
| 2018 | 42.687.710,00 | 178.132,66 | 0,0015 % | 12.264.752.405,38 |
| SKUPAJ: | 2.939.125.266.380,00 | 12.264.752.405,38 | 100,0000 % | 12.264.752.405,38 |

Vidimo, da je bila velika večina tolarjev (95,1 %) avtomatsko prekonvertiranih v evre na dan 31. 12. 2006. V prvem letu uporabe evra, v letu 2007, je bilo zamenjanih še približno 4,8 % tolarjev, ostalih 1 % tolarjev pa so zamenjali skupaj v 10 letih, od leta 2008 do 2018. V tem času se je vsota v evre zamenjanih tolarjev postopoma zmanjševala vse do leta 2017, ko je spet malo narasla in se nato v letu 2018 spet zmanjšala. Ker je bilo leta 2017 v evre zamenjanih več SIT kot leta 2016, smo našo 1. hipotezo ovrgle.

V Sloveniji nimamo časovne omejitve za zamenjavo tolarjev v evre, zato nas je zanimalo še, kako je to urejeno v drugih državah. Podatke smo našle na spletni strani Banke Slovenije [29] in ugotovile, da imajo države, kot kaže spodnja tabela, to zelo različno urejeno.

Tabela 6: Časovne omejitve za zamenjavo stare valute v evre v državah evroobmočja (2)

| Čas za menjavo | Kovanci do 5 let | Kovanci več kot 5 let | Kovanci neomejeno | Bankovci do 5 let | Bankovci več kot 5 let | Bankovci neomejeno |
|----------------|------------------|-----------------------|-------------------|-------------------|------------------------|--------------------|
| Št. držav | 9 | 3 | 7 | 0 | 8 | 11 |



Graf 9: Države s časovno omejitvijo pri zamenjavi bankovcev v evre

Ugotovile smo, da imajo posamezne države to različno urejeno in zato akcije zbiranja starih bankovcev za dobrodelni namen ne bi mogli izvesti v vseh državah. V evroobmočju je 19 držav. V nekaterih državah nimajo časovne omejitve za zamenjavo kovancev in bankovcev v evre, v nekaterih je bil določen le zadnji datum za menjavo bankovcev, pri nekaterih pa sta bila določena oba zadnja datuma za menjavo kovancev in za menjavo bankovcev. Ena od držav, ki je imela zelo kratek rok za zamenjavo kovancev, je Portugalska, saj so kovance menjavali v evre samo v letu 2002, ko so prevzeli evro. Po drugi strani pa je npr. Nizozemska določila 30-letno obdobje, v katerem je mogoče menjati njihove bankovce v evre. Države, ki niso postavile časovne omejitve za zamenjavo kovancev in bankovcev, so Nemčija, Španija, Irska, Avstrija, Estonija, Latvija in Litva.

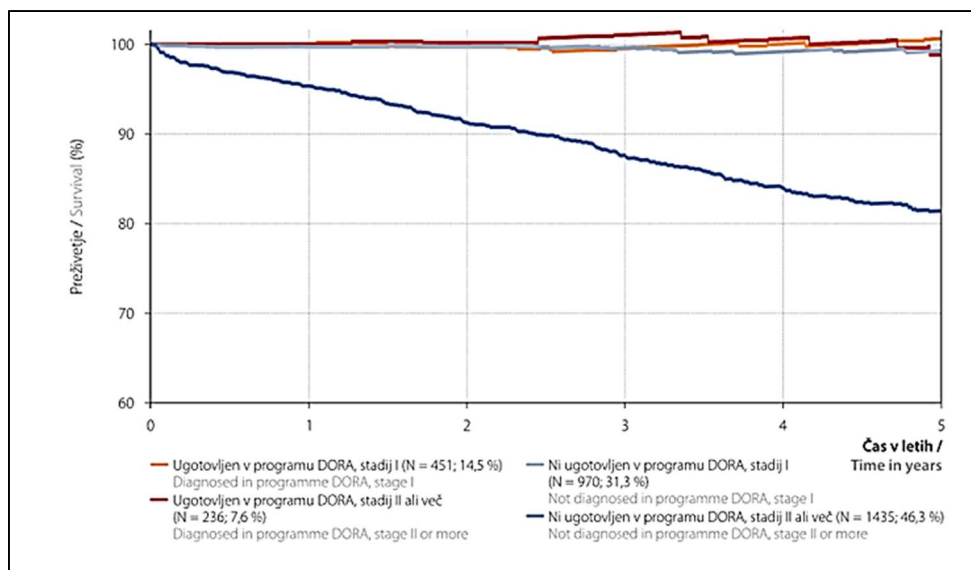
1. HIPOTEZA

Vsako leto je bilo v evre zamenjano manj tolarjev kot prejšnje leto.



4.2 Poznavanje presejalnih programov za zgodnje odkrivanje raka

Presejalni testi SVIT, DORA in ZORA, ki so namenjeni zgodnjemu odkrivanju raka, so pomemben dejavnik, ki vpliva na hitrejše in zanesljivejše zdravljenje. Podatki o petletnem preživetju bolnic, ki so jim raka dojke odkrili v presejalnem programu DORA, so dosti boljši kot pri ostalih bolnicah, kar je razvidno v spodnjem grafu [4].



Graf 10: Petletno čisto preživetje glede na udeležbo v programu DORA, Slovenija 2011-2015

Zanimalo nas je, ali naši odrasli anketiranci poznajo omenjene presejalne programe oz. katere od njih poznajo. V anketi je na to vprašanje odgovorilo 152 oseb.

Tabela 7: Poznavanje presejalnih programov SVIT, DORA in ZORA pri anketirancih

| Katerega od presejalnih programov za zgodnje odkrivanje raka poznate? Možnih je več odgovorov. | | | | |
|--|-----------------------|----------------------|--------------------------|-------------------------|
| Odgovori | Frekvenca vsi (N=152) | Odstotek vsi (N=152) | Frekvenca ženske (N=129) | Odstotek ženske (N=129) |
| SVIT (rak debelega črevesa) | 138 | 91 % | 114 | 83 % |
| DORA (rak dojke) | 127 | 84 % | 115 | 84 % |
| ZORA (rak na materničnem vratu) | 117 | 77 % | 107 | 78 % |
| Skupaj: | 152 | 100 % | 129 | 100 % |

Med anketiranci (N=152) je najbolj poznan SVIT, pozna ga 91 % vprašanih. To je razumljivo, saj je namenjen tako ženskam kot moškim, medtem ko sta programa DORA in ZORA namenjena ženskam. Na drugem mestu je s 84 % program DORA, na tretjem mestu po poznanosti presejalnih programov med anketiranci pa je program ZORA.

Zanimivo sliko dobimo, če pogledamo samo odgovore žensk (N=129). Te najbolj poznajo program DORA (84 %), sledi SVIT (83 %), najmanj poznan pa je program ZORA (78 %), kar je nenavadno. V programa DORA in SVIT so vključene ženske stare 50-69 let. V program ZORA pa ženske stare 20-64 let. Glede na populacijo žensk, tako v Sloveniji kot med našimi anketirankami, bi pričakovali, da je program ZORA najbolj poznan. Seveda smo razmišljale o vzrokih za to neskladje in (brez dodatnih podatkov) zapisale nekatera naša mnenja:

- Število anketirank je premajhno, da bi rezultate naše ankete lahko posploševali.

- Me smo v času izdelovanja raziskovalne naloge večkrat opazile informacije o programih SVIT in DORA (TV, časopis, akcije, reklame, zgibanke v zdravstvenih domovih), niti enkrat pa v tem času nismo zasledile reklame za program ZORA.
- Besedi SVIT in DORA sta pogosto slišani ali videni, zato nam bolj ostaneta v spominu in postaneta del našega vsakdanjega besedišča.
- Simbol za program SVIT je prav zanimiv in ga na plakatih v zdravstvenih domovih takoj opazimo.
- Ženske, ki redno hodijo na ginekološke preglede, mogoče sploh ne vedo, da so vključene v program ZORA.
- Pogovori o dojkah in o težavah z odvajanjem blata so med ljudmi pogosti in se jih ne sramujejo, kar pa ne velja za pogovore o ženskih spolnih organih in ginekoloških pregledih. Ti se odvijajo v intimnejšem krogu, z zdravnikom in nekaterimi prijatelji.

Vse anketirance smo prosile še, naj na lestvici od 1 do 5 (1 je najmanj, 5 je največ) ocenijo, koliko se jim zdijo ti presejalni programi koristni in potrebni. Njihovi odgovori so zbrani v spodnji tabeli.

Tabela 8: Mnenje anketirancev o koristnosti presejalnih programov

| Ocenite, koliko se vam zdijo ti programi koristni in potrebni? (1 = najmanj, 5 = največ) | | | |
|--|----------------|----------------|-----------|
| Št. Odgovorov | Najnižja ocena | Najvišja ocena | Povprečje |
| 151 | 3 | 5 | 4,8 |

Večini anketirancev se zdijo presejalni programi za zgodnje odkrivanje raka zelo koristni in potrebni, v povprečju so to ocenili s 4,8 od 5 možnih točk. Nihče ni dal oceno manj kot tri. Ker vse tri v anketi omenjene programe za zgodnje odkrivanje raka pozna večina odraslih anketirancev, smo našo tretjo hipotezo potrdile.

2. HIPOTEZA

Večina anketiranih odraslih pozna vse tri v anketi omenjene presejalne programe za zgodnje odkrivanje raka v Sloveniji: SVIT, DORA in ZORA.



4.3 Samopregledovanje dojk

Ženskam smo v spletni anketi zastavili še štiri vprašanja, povezanih z rakom dojk in samopregledovanju dojk. Anketo je rešilo 74 žensk. Najprej smo jih vprašale, ali vedo, da je rak dojke najpogostejši rak pri ženskah. Večina, kar 92 % anketirank je to potrdilo.



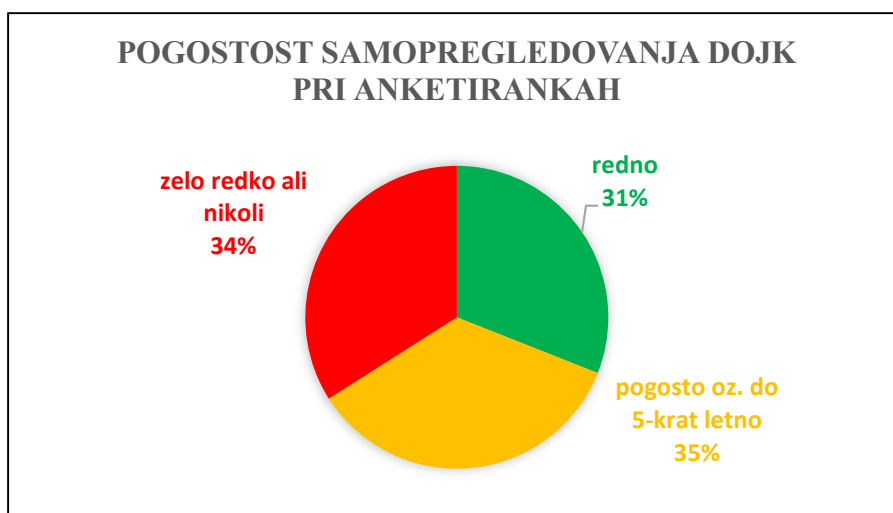
Graf 11: Ali veste, da je rak dojke najpogostejši rak pri ženskah?

Zanimalo nas je predvsem, kako pogosto se naše anketiranke samopregledujejo dojke, saj je samopregledovanje najpomembnejši način za zgodnje odkrivanje raka na dojkah, še posebej za mlajše ženske. Dobljeni odgovori so zbrani v spodnji tabeli.

Tabela 9: Pogostost samopregledovanja dojk pri anketirankah

| 2.Z rednim mesečnim samopregledovanjem dojk najpogosteje odkrijemo raka. Kako pogosto se samopregledujete? | | |
|---|-----------|----------|
| Odgovori | Frekvenca | Odstotek |
| redno, vsak mesec | 23 | 31 % |
| do petkrat na leto | 26 | 35 % |
| enkrat do dvakrat na leto | 15 | 20 % |
| vsakih nekaj let | 2 | 3 % |
| nikoli | 8 | 11 % |
| SKUPAJ | 74 | 100 % |

Največ anketirank (35 %) si samopregleduje dojke do petkrat na leto, malo manj (31 %) pa redno, vsak mesec. 20 % se jih samopregleduje enkrat do dvakrat na leto, najmanj pa je tistih, ki se samopregledujejo vsakih nekaj let (3 %). Med anketirankami je tudi 11 % tistih, ki se nikoli ne pregledujejo. Vse anketiranke lahko razdelimo v tri skupine, ki so celo približno enako številne. Prva tretjina anketirank izvaja samopregledovanje redno, vsak mesec. V drugi tretjini anketirank najdemo tiste, ki to počnejo »pogosto« in v zadnji tretjini najdemo ženske, ki se samopregledujejo zelo redko ali nikoli.



Graf 12: Pogostost samopregledovanja dojk pri anketirankah

Zanimalo nas je tudi, kdo je anketiranke seznanil o pomembnosti samopregledovanja in s postopkom oz. tehniko samopregledovanja (tabela spodaj). Osredotočile smo se na tri skupine možnih odgovorov:

(A) na ljudi, ki so anketirankam blizu in imajo z njimi neposreden stik (družina, prijatelji, šola)

(B) na ljudi, ki spadajo v zdravstveno področje (zdravniki, medicinske sestre, ...)

(C) na medije in nosilce informacij (TV, radio, internet, časopis, revije, ...)

Tabela 10: Kdo vas je seznanil s samopregledovanjem dojk?

| Možni odgovori | 3. Kdo vas je seznanil o pomembnosti samopregledovanja dojk? | | 4. Kdo vas je seznanil s postopkom oz. tehniko samopregledovanja dojk? | |
|-------------------------|--|----------|--|----------|
| | Frekvence | Odstotki | Frekvence | Odstotki |
| družina | 6 | 4 % | 2 | 2 % |
| šola | 18 | 11 % | 4 | 4 % |
| zdravstvo | 55 | 33 % | 59 | 55 % |
| prijatelji | 12 | 7 % | 4 | 4% |
| internet | 25 | 15 % | 17 | 16 % |
| revije, časopisi | 31 | 18 % | 10 | 9 % |
| radio, TV | 21 | 12 % | 5 | 5 % |
| nihče | 1 | 1 % | 7 | 6 % |
| SKUPAJ | 169 | 100 % | 108 | 100 % |

Skoraj vse anketiranke (99 %) so seznanjene s pomembnostjo samopregledovanja dojk. Največ jih je o tem obvestilo zdravstvo, sledijo pa revije in časopisi, internet, radio in televizija. Najmanj so k seznanjanju prispevali družina in prijatelji, skupaj le 22 %.

Odgovori na 4. vprašanje, o seznanjanju s postopkom samopregledovanja, si sledijo po podobnem zaporedju, kot odgovori na 3. vprašanje. Več kot polovica je bila s postopkom

samopregledovanja seznanjena preko zdravstva. 16 % je za to izvedelo preko interneta, 9 % pa preko revij in časopisov. 6 % anketirank s postopkom samopregledovanja ni seznanil nihče. Izrazito navzdol izstopata šola in prijatelji s po 4 %, še manj anketirank (le 2 %) pa je izvedelo za tehniko samopregledovanja v krogu družine.

Tabela 11: Seznanjanje o pomembnosti in tehnikah samopregledovanja dojk

| Možni odgovori | 3. Kdo vas je seznanil o pomembnosti samopregledovanja dojk? | | 4. Kdo vas je seznanil s postopkom oz. tehniko samopregledovanja dojk? | |
|----------------|--|----------|--|----------|
| | Frekvence | Odstotki | Frekvence | Odstotki |
| A | 16 | 22 % | 10 | 10 % |
| B | 55 | 33 % | 59 | 55 % |
| C | 77 | 45 % | 32 | 30 % |

Informacije najrajši iščemo v medijih in pri zaposlenih v zdravstvu. Največ informacij o samopregledovanju dobimo iz medijev, o sami tehniki samopregledovanja pa v zdravstvu. Pogovori o spolnosti in tudi o samopregledovanju dojk je za osebe, s katerimi se pogosto srečujemo ali živimo skupaj, še vedno tabu tema, saj so šola, prijatelji in družina pristali na dnu naše lestvice. Našo 3. hipotezo lahko torej potrdimo. Vesele pa smo, da smo me napravile en korak naprej in na naši šoli pomagale organizirati delavnico o samopregledovanju dojk. Na delavnici smo se učenske 8. in 9. razreda naše šole najprej o raku dojke pogovorile z gospo Podpečan, nato pa je sledil praktični del, samopregledovanje s pomočjo medicinske lutke. To je bila zanimiva izkušnja, ki jo priporočamo vsem ženskam, za vse nas pa je bil to prvi stik s samopregledovanjem dojk.



Slika 22: Učence na delavnici o samopregledovanju dojk

3. HIPOTEZA

Večina anketirank se o samopregledovanju dojk ne pogovarja s svojimi bližnjimi, v družini, v šoli in s prijatelji.



4.4 Tolarje doniraj, življenje promoviraj

Zanimalo nas je, ali se naši anketiranci spomnijo tolarjev, ali jih imajo morda še kaj doma in ali bi jih morda podarili za dobrodelni namen. Ta vprašanja smo postavili učencem (N =137) in odraslim anketirancem (N =162), skupaj 299 anketirancem. Med učenci je bilo deklic približno enako kot fantov, med odraslimi pa je bilo število žensk večje (78 %) kot število moških anketirancev (22 %). Njihovi odgovori so prikazani v spodnjih tabelah 10, 11, 12 in 13.

Tabela 12: Poznavanje imena slovenski tolar med anketiranci

| Ali veš, da se je prvi slovenski denar imenoval tolar (SIT)? | | | | |
|--|------------------|-----------------|-------------------|------------------|
| Odgovori | Frekvenca učenci | Odstotek učenci | Frekvenca odrasli | Odstotek odrasli |
| DA | 106 | 79 % | 149 | 97 % |
| NE | 29 | 21 % | 4 | 3 % |
| SKUPAJ: | 135 | 100 % | 153 | 100 % |

Na vprašanje, ali vedo, da se je prvi slovenski denar imenoval tolar, je odgovorilo 288 oseb. Večina anketiranih učencev (79 %) ve, da se je prvi slovenski denar imenoval slovenski tolar. Med odraslimi je bilo takih kar 97 %. Samo 4 anketiranci tega niso vedeli. (tabela 12)

Tabela 13: Poznavanje tolarških bankovcev pri anketirancih

| Ali veš, kako izgledajo tolarški bankovci? | | | | |
|--|------------------|-----------------|-------------------|------------------|
| Odgovori | Frekvenca učenci | Odstotek učenci | Frekvenca odrasli | Odstotek odrasli |
| DA | 77 | 58 % | 144 | 94 % |
| NE | 56 | 42 % | 9 | 6 % |
| SKUPAJ: | 133 | 100 % | 153 | 100 % |

Tudi na to vprašanje, ali vedo, kako izgledajo tolarški bankovci, je odgovorilo 288 oseb. Malo več kot polovica anketiranih učencev (58 %) pravi, da ve, kako izgledajo tolarški bankovci. Podobno kot pri prejšnjem vprašanju velika večina odraslih anketirancev (94 %) pravi, da še vedo, kako izgledajo tolarški bankovci. To nas ni presenetilo, saj je od uvedbe evra minilo šele 12 let, torej so odrasli anketirani verjetno tolarje tudi uporabljali kot plačilno sredstvo.

Tabela 14: Tolarški bankovci na domovih anketirancev

| Ali imaš tolarške bankovce morda še doma? | | | | |
|---|------------------|-----------------|-------------------|------------------|
| Odgovori | Frekvenca učenci | Odstotek učenci | Frekvenca odrasli | Odstotek odrasli |
| DA | 58 | 43 % | 64 | 40 % |
| NE | 24 | 18 % | 71 | 44 % |
| NE VEM | 53 | 39 % | 27 | 16 % |
| SKUPAJ: | 133 | 100 % | 162 | 100 % |

Zanimalo nas je, ali imajo naši anketiranci doma še tolarske bankovce. Na to vprašanje nam je odgovorilo 133 učencev in 162 odraslih, skupaj 295 oseb (tabela 14). Zanimivo, da približno enak delež učencev (43 %) in odraslih (40 %) pravi, da imajo tolarje še doma. Večina odgovorov učencev je bila DA (43 %) in NE VEM (39 %), pri odraslih pa sta to odgovora DA (40 %) in NE (44 %).

Tabela 15: Pripravljenost anketirancev na dobrodelnost

| Ali bi jih podarili za dobrodelni namen, če bi jih imeli? | | | | |
|---|------------------|-----------------|-------------------|------------------|
| Odgovori | Frekvenca učenci | Odstotek učenci | Frekvenca odrasli | Odstotek odrasli |
| DA | 107 | 78 % | 135 | 89 % |
| NE | 30 | 22 % | 16 | 11 % |
| SKUPAJ: | 137 | 100 % | 151 | 100 % |

V tabeli št. 15 vidimo, da bi velika večina učencev (78 %) in še več odraslih anketirancev (89 %) svoje tolarske bankovce podarila za dobrodelni namen. Tako ne bi storilo samo 30 od 137 učencev in 16 od 151 odraslih. Ker se je večina vseh anketirancev odločila, da bi tolarske bankovce (če bi jih imela) darovala za dobrodelni namen, smo našo prvo hipotezo potrdile.

4. HIPOTEZA

Večina anketirancev bi tolarske bankovce (če bi jih imela) podarila v dobrodelne namene.



4.5 Bolnice z rakom dojke v Gornjem Gradu

O bolnicah z rakom dojke v Gornjem Gradu smo se pogovarjale z zdravnico v našem kraju dr. Ireno Blažič Lipnik in s Polono Marinček iz Europe Donne.

Zdravnica nam je povedala, da je v našem kraju v zadnjih dvajsetih letih zdravila 22 bolnic. Med temi vsaj eno zdravljenje ni bilo uspešno, ker je bolnica prepozno prišla k zdravnici, da bi jo napotila na zdravljenje. Nobena izmed teh 22 bolnic ni bila vključena v kakšno društvo ali skupino za pomoč bolnikom, saj so od nas preveč oddaljeni. V Zgornji Savinjski dolini svojega društva nimamo. Težko bi bilo tudi organizirati delovanje takega društva, saj bi v njem potrebovali tudi kakšno bolnico, ki je raka dojk že prebolela, a nobena izmed njih pri tem ni želela sodelovati.

Ga. Polona Marinček je na naše vprašanje, v katero skupino naj se vključijo bolnice iz Gornjega Grada, odgovorila tako, da je povedala, da imajo centre v Ljubljani in Slovenski Bistrici, odzivajo pa se na povabila različnih društev in se trudijo biti čim bolj aktivni v vseh krajih po Sloveniji.

Po pogovoru z zdravnico smo lahko našo 5. hipotezo ovrgle, saj je zdravnica v našem kraju zdravila 22, to je več kot 10 bolnic z rakom dojke.

5. HIPOTEZA

V zadnjih 20 letih je zdravnica v našem kraju zdravila manj kot 10 bolnic z rakom dojke.



4.6 Zbiranje tolarjev v Gornjem Gradu

Zdravljenje rakavih bolnikov ni samo dolgotrajno in zahtevno, ampak je povezano tudi z veliki finančnimi stroški. To velja tudi za kooperativno obdobje, ko bolnica in njeni svojci prav tako potrebujejo organizirano in strokovno pomoč. Del finančnih sredstev se za ta namen zbere z raznimi donacijami in dobrodelnimi akcijami. Ena med njimi je imela naslov »Napolni nas z upanjem: Podari stare tolarje za nove začetke«, ki jo je organizirala Europa Donna in se je v Sloveniji začela 10. 1. 2019. Zanimalo nas je, kaj o tej akciji menijo naši odrasli anketiranci, ali jo poznajo in kje so slišali zanjo. Odgovor na to vprašanje nam je posredovalo 151 anketirancev in so zapisani v spodnji tabeli.

Tabela 16: Informiranost o akciji zbiranja starih tolarjev pri anketirancih

| Od januarja poteka akcija zbiranja starih slovenskih tolarjev. Kje ste slišali zanjo? | | |
|---|-----------|----------|
| Odgovori | Frekvenca | Odstotek |
| povedali so mi drugi | 16 | 11 % |
| v časopisu ali reviji | 7 | 5 % |
| na radiu | 10 | 7 % |
| na televiziji | 15 | 10 % |
| na šoli/šolski spletni strani | 16 | 11 % |
| na drugih spletnih straneh | 10 | 7 % |
| še nisem slišal | 77 | 51 % |
| SKUPAJ: | 151 | 100 % |

Akcija "Napolni nas z upanjem: Podari stare tolarje za nove začetke" v času anketiranja ni bila preveč poznana. Večina (51 %) anketirancev namreč za to dobrodelno akcijo še ni slišala. Tudi zdravnica dr. Blažič Lipnik pred pogovorom z nami še ni slišala zanjo. Tisti, ki akcijo poznajo, so z njo prišli v stik preko drugih ljudi ali pa preko obvestil na naši šoli. Najmanj anketirancev (5 %) je zanjo izvedelo iz časopisov in revij.

Nas je na akcijo in na oddajo »Vrednost Prešerna je 4 evre in 7 centov«, ki je bila 12. 1. 2019 na radiu Val 202 [24] (<https://val202.rtvlo.si/2019/01/reakcija-139/>), opozorila naša mentorica. Oddaja nas je navdušila in ker v našem kraju še nismo opazile roza škatel, smo se kar kmalu zatem začele pogovarjati, da bi jih izdelale same in začele zbirati tolarje. Obvestila o zbiralni akciji smo objavile ustno v šoli, pisno v Občinskem informatorju, na spletni strani šole in občine ter na plakatih. Za prostor za postavitev škatel smo izbrale šolo, občinsko zgradbo

in Grajski market, franšizno prodajalno Mercatorja. Akcijo zbiranja tolarjev smo tako začele 20. januarja, zaključile pa jo bomo šele 1. marca, ko se dobrodelna akcija tudi uradno zaključi.

Naše zabeležke in ugotovitve na dan 15. 2. 2019:

- Nekaj plakatov na oglasnih deskah smo morale zaradi dežja in vetra zamenjati.
- Nekatero učence so stari tolarji tako zanimali, da so jih nekaj vzeli celo ven iz škatle.
- V škatli na šoli smo našli tudi tolarske kovance.
- Ena gospa nam je prinesla šop starih jugoslovanskih dinarjev.
- Precej učencev je reklo, da bodo prinesli tolarje, a so na to pozabili.
- Veliko učencev je reklo, da tolarjev doma ne najdejo.
- Radi rečemo, da bomo darovali, ko pa gre zares pa ni volje za iskanje tolarjev doma.
- Plakat in škatla v Grajskem marketu nista aktivna.

Opomba: V intervjuju s predstavnico Mercatorja smo izvedele, da so na vse svoje in franšizne trgovine poslali material Europe Donne in tudi me smo jim pripravile lep plakat in škatlo. Med nakupom v prodajalni pa tega ni bilo opaziti.

- Izvesti dobrodelno akcijo ni enostavno.
- Treba bo razmisliti o bolj učinkoviti propagandi.
- Malo smo razočarane.
- Lažje bi bilo zbirati evre v dobrodelni namen.
- Zelo smo ponosne nase, v bistvu nam je uspelo.

Akcija je zdaj zaključena. V času od 23. 1. 2019 do 1. 3. 2019 smo zbrale 14 180 tolarjev ali 59 evrov in 17 centov ter jih poslale Europi Donni. Na podlagi te vsote pa ne moremo potrditi naše zadnje hipoteze, saj smo pričakovale, da bomo zbrale tolarske bankovce s skupno vrednostjo več kot 100 evrov, kar pa se ni zgodilo. Smo zbrale malo ali veliko denarja? Napravimo manjši izračun: V Sloveniji je 212 občin. Če bi v vsaki od njih zbrali toliko kot me, bi dobili skupaj $59,17 \text{ EUR} \times 212 = 12\,544,04 \text{ EUR}$, kar predstavlja dobrih 81% vsote, ki smo jo zbrali za Europo Donno. Ni slabo. Še posebej, ker živimo v manjši občini in da smo z zbiranjem začeli skoraj dva tedna kasneje. Ob uradnem zaključku dobrodelne akcije Napolni nas z upanjem: Stari tolarji za nove začetke, ki je potekala od 10. 1. 2019 do 1. 3. 2019 so posamezniki, skupine in različne organizacije zbrale 3 703 617 SIT ali 15 454 EUR. Denar bo Europa Donna namenila za pomoč bolnicam z rakom dojke in njihovim svojcem. Je to veliko ali malo denarja? Po našem mnenju veliko. Ni bilo dovolj le seči v denarnico in darovati nekaj denarja. Treba se je bilo potruditi in poiskati stare tolarske bankovce, ki so pozabljeni ležali po domačih predalih, omarah, skrinjah in knjigah. Še veliko več kot ves ta denar pa je pomembno ozaveščanje in razmišljanje o raku dojke, o samopregledovanju, o presejalnih testih ter o bolnicah in njihovih družinah.

6. HIPOTEZA

Zbrale bomo tolarske bankovce s skupno vrednostjo več kot 100 evrov.









5 ZAKLJUČEK

V naši raziskovalni nalogi sta nas zanimali obe slovenski valuti, nekdanji tolar (SIT) in sedanji evro (EUR), ter tematika, ki je povezana z rakom dojke. A še bolj kot to, nas je zanimalo, ali zmoremo organizirati dobrodelno akcijo zbiranja starih tolarjev in koliko tolarjev bomo zbrale in tako pomagale pri dobrodelni akciji Europe Donne z naslovom "Napolni nas z upanjem: Podari stare tolarje za nove začetke".

Rak dojke – sliši se grozno, a pregled statističnih podatkov morda malce omili turobne misli. Možnost za petletno preživetje bolnic se je v obdobju 1990–2014 dvignila od 67 % na 87 %. Z brezplačnim presejalnim programom DORA so v obdobju 2008–2018 izvedli več kot 300 000 mamografij in odkrili preko 2 000 primerov raka dojk in tako tem bolnicam omogočili zgodnejši začetek zdravljenja. Naši anketiranci poznajo slovenske presejalne programe za zgodnje odkrivanje raka in jih vidijo kot koristne in potrebne. Seznanile smo se s pomenom samopregledovanja dojk in hkrati ugotovile, da je prišel čas, da ga začnemo izvajati. Če bi še imeli tolarje, bi velika večina anketirancev stare tolarke bankovce darovala za pomoč in podporo bolnicam z rakom dojke. Težko pa ocenjujemo, koliko anketirancev, ki so izjavili, da imajo stare tolarje še doma, jih je bilo zares pripravljenih poiskati in jih prinesiti v eno od naših roza škatel.

Rodile smo se v "tolarskem" času, vendar se ne spomnimo, da bi tolarje uporabljali kot plačilno sredstvo. Zato imajo za nas poleg državotvorne in plačilne funkcije, česar se dobro zavedamo, tudi nekakšen skrivnostni pomen in si jih težko predstavljamo v uporabi. Vse naše življenje uporabljamo evre, pridobili smo si že občutek za cene, da jih znamo zaokroževati in predvidevati. Zato si težko predstavljamo, kako pravzaprav so zamenjavo tolarjev v evre doživljali starejši od nas, koliko časa so potrebovali, da so svoje možgane navadili na povsem drugačne številke. Veliko časa in napora smo vložile, da smo v svoji okolici organizirale zbiranje starih tolarjev. Zbrale smo kar 14 180 SIT. Prvi hip se nam je to zdelo veliko, a po upoštevanju menjalnega tečaja smo šele doumele, da smo zbrale komaj 59,17 EUR. Najprej smo bile razočarane nad to skromno vsoto, nato pa smo postajale vedno bolj ponosne, da smo se take akcije sploh lotile in jo tudi izpeljale.

| Hipoteze | Potrditev |
|--|---|
| 1. Vsako leto je bilo v evre zamenjano manj tolarjev kot prejšnje leto. |  |
| 2. Večina anketiranih odraslih pozna vse tri v anketi omenjene presejalne programe za zgodnje odkrivanje raka v Sloveniji: SVIT, DORA in ZORA. |  |
| 3. Večina anketirank se o samopregledovanju dojk ne pogovarja s svojimi bližnjimi, v družini, v šoli in s prijatelji |  |
| 4. Večina anketirancev bi tolarke bankovce (če bi jih imela) podarila v dobrodelne namene. |  |

| | |
|--|---|
| 5. V zadnjih 20 letih je zdravnica v našem kraju zdravila manj kot 10 bolnic z rakom dojk. |  |
| 6. Zbrale bomo tolarške bankovce s skupno vrednostjo več kot 100 evrov. |  |

Na začetku raziskovanja smo postavile šest hipotez. Tri hipoteze smo potrdile in tri ovrgle. Naša zadnja, šesta hipoteza je predstavljala cilj, ki smo ga želele doseči, odvisen pa je bil od naših sokrajanov. Uspelo nam je: s pomočjo sokrajanov v Gornjem Gradu smo zbrale 14 180 SIT ali 59,17 EUR. Za marsikoga je to zelo malo, a za nas neprecenljivo, čeprav nismo zbrale načrtovanih 100 €.

Ob izdelavi te naloge se nismo učile zgolj o denarju in raku dojk, temveč tudi da se vedno splača potrpeti. Da, pri izdelavi te naloge so bili trenutki, polni zabave in veselja, prišli pa so tudi malo težji trenutki, ko nismo vedele, kam naprej. Skoraj smo vrgle puško v koruzo – na srečo nam je veliko novega zagona dala tudi dobrodelnost, ki so jo izkazali naši sokrajanji. Tako smo našo raziskovalno nalogo uspešno dokončale, tolarjev pa še nismo nehale zbirati – zbirale jih bomo še naprej in jih oddale Europi Donni in tako ponovno pomagale bolnicam in njihovim svojcem ter dokazale, da se v našem majhnem kraju skriva veliko srce.

6 POVZETEK

Po radiu smo slišale za akcijo Europe Donne z naslovom Napolni nas z upanjem, v okviru katere zbirajo stare tolarje za ženske z rakom dojk. Vse poznamo vsaj eno žensko, ki ima ali je imela raka dojke, zato smo se odločile, da bo prav to tema naše raziskovalne naloge. Zanimali so nas slovenski tolar in prehod iz tolarjev v evre, poznavanje preventivnih programov v boju proti raku, izvajanje pomoči bolnicam in kako zelo dobrodelni smo pri nas. Izvedle smo anketo med učenci naše šole, njihovimi starši in učitelji, drugimi odraslimi ter posebno anketo namenjeno ženskam. Za več informacij smo se obrnile na Europo Donno, Mercator, Banko Slovenija in zdravnico v našem kraju. V šoli smo pomagale izvesti delavnico o denarju in o samopregledovanju dojk. Ker se nam akcija zdi pomembna, smo se tudi me odločile, da bomo prispevale svoj del in pomagale pri zbiranju tolarjev. Izdelale smo plakate in jih izobesile na oglasne deske v našem kraju ter zraven postavile lepo okrašene roza škatle za zbiranje tolarjev, akcijo smo razširile tudi med učence naše šole in njihove starše. Z našo raziskovalno nalogo želimo zbrati tolarje in tako prispevati k akciji Europe Donne, ozavestiti krajane o raku, pomenu pomoči za bolnike in svojce ter pomagati tudi tako, da razširimo znanje o raku dojk.

7 ZAHVALA

Hvala Ireni Blažič Lipnik, dr. med., za pogovor in intervju ter Občini Gornji Grad, ki so akcijo »Napolni nas z upanjem« objavili tudi na občinski spletni strani in v našo roza škatlo dodali tudi svoj prispevek. Hvala OŠ Frana Kocbeka Gornji Grad za pomoč pri izvajanju dobrodelne akcije tudi na naši šoli. Za odgovore na naša vprašanja se zahvaljujemo ge. Janji Koteski, ge. Poloni Marinček, Banki Slovenije in Mercatorju. Zahvaljujemo se tudi ge. Miji Pilko za lektoriranje naše raziskovalne naloge in ge. Saši Podpečan za pomoč pri delavnici o samopregledovanju dojk.

Hvala tudi vsem tistim, ki ste rešili našo anketo, se pogovarjali z nami o raku dojk in darovali tolarke bankovce ter s tem podpirali akcijo Europe Donne.

Največja zahvala gre našim staršem in naši mentorici, ge. Dušanki Colnar, za pomoč pri razumevanju raziskovalnega področja in organizaciji zbiranja tolarških bankovcev ter za vso podporo in spodbude.

Brez vseh vas naša naloga ne bi bila takšna, kot je.

8 VIRI IN LITERATURA

1. Rak dojč. Dostopno na: https://www.onko-i.si/za_javnost_in_bolnike/vrste_raka/rak_dojk/, 18. 1. 2019
2. Kratek vodič po Evropskih smernicah za zagotavljanje kakovosti presejanja in diagnostike raka dojč. Prevod v slovenščino, 2014. Europa Donna. Dostopno na: http://www.europadonna-zdruzenje.si/files/502/ED_kratek_vodic.pdf, 18. 1. 2019
3. Preživetje bolnikov z rakom. Dostopno na: https://www.onko-i.si/fileadmin/onko/datoteke/dokumenti/2_2003_6.pdf, 20. 1. 2019
4. RAK V SLOVENIJI 2015. 2018. Onkološki inštitut. Ljubljana. Dostopno na: https://www.onko-i.si/fileadmin/onko/datoteke/dokumenti/RRS/LP_2015.pdf, 22. 1. 2019
5. KAPUS, N., 2017. Pomen timidin kinaze v laboratorijski diagnostiki raka dojke. Magistrsko delo. Fakulteta za farmacijo. Ljubljana. Dostopno na: http://www.ffa.uni-lj.si/docs/default-source/knjiznica-doc/magistrske/2017/kapus_nana_mag_nal_2017.pdf?sfvrsn=2, 22. 1. 2019
6. KNAUS, N., 2011. Pogovor z onkologinjo: Rak dojč se ponovi le redko. DNEVNIK (22.1.2011). Dostopno na: <https://www.dnevnik.si/1042425944>, 18. 1. 2019
7. BORŠTNAR, S. et. al., 2006. Rak dojke: kaj morate vedeti. Onkološki inštitut. Ljubljana. Dostopno na: https://dora.onko-i.si/fileadmin/user_upload/Dokumenti/Rak-dojke.pdf, 28. 1. 2019
8. AHČAN, U., KAUČIČ, M. 2016. Kirurško zdravljenje raka in rekonstrukcija dojke. Društvo onkoloških bolnikov Slovenije. Ljubljana. Dostopno na: http://www.onkologija.org/wp-content/uploads/2017/04/KirurZdravRakaDojk_novejsa.pdf, 28. 1. 2019
9. Mamografija. Dostopno na: http://www.europadonna-zdruzenje.si/rak/kako_zmanjsam_tveganje/mamografija, 28. 1. 2019
10. Presejanje za raka dojč. Dostopno na: https://dora.onko-i.si/presejanje_za_raka_dojk/, 18. 1. 2019
11. KRAJC, M., KADIVEC, M., HERTL, K., ŽAKELJ, P., 2010. V državnem presejalnem programu za raka dojč Dora do sedaj odkritih 86 rakov dojč. Onkologija, XIV, št.2. Onkološki inštitut. Ljubljana. Dostopno na: https://www.onko-i.si/fileadmin/onko/datoteke/dokumenti/Onkologija_letnik_XIV_st2/Onkologija_december_2010_web_2_7.pdf, 28. 1. 2019
12. Začetek slikanja v novi mobilni enoti na Jesenicah. Dostopno na: <https://dora.onko-i.si/novica/zacetek-slikanja-zensk-v-novi-mobilni-enoti-na-jesenicah/>, 20. 1. 2019
13. Presejalni centri: Dostopno na: <https://zora.onko-i.si/za-zenske/presejalni-programi/>, 10. 2. 2019
14. NOVAK MLAKAR, D. Predstavitev presejalnih programov. Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije. Dostopno na: http://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/novak_mlakar_predstavitev_presejalnih_programov.pdf, 28. 1. 2019
15. Zdravljenje raka dojč. Dostopno na: http://www.europadonna-zdruzenje.si/rak/rak_dojk/zdravljenje_raka_dojk, 18. 1. 2019
16. BORŠTNAR, S. et. al., 2013. Razsejan rak dojč. Onkološki inštitut. Ljubljana. Dostopno na: https://www.onko-i.si/fileadmin/onko/datoteke/dokumenti/Publikacije/Razsejan_rak_dojk.pdf, 28. 1. 2019
17. Združenje Europa Donna Slovenije. Dostopno na: <http://www.europadonna-zdruzenje.si/>, 18. 1. 2019
18. The European Breast Cancer Coalition. Dostopno na: <https://www.europadonna.org/>, 10. 2. 2019
19. JAKOVAC, Š., 2013. Denarno poslovanje. Učbenik za višješolski strokovni program Ekonomist. Šolski center za pošto, ekonomijo in telekomunikacije. Ljubljana.

20. Ponudba novcev. Narodni muzej Slovenije. Dostopno na: http://www.nms.si/index.php?Itemid=38&catid=23%3Areplike&id=697%3Aponudba-novcev&lang=sl&option=com_content&view=article , 10. 2. 2019
21. Kruta realnost hude bolezni. Dostopno na: <http://vizita.si/clanek/bolezni/surova-realnost-mladih-zensk-ki-so-se-morale-soociti-s-hudo-boleznijo.html> , 2. 2. 2019
22. Slovenski tolar. Banka Slovenije. Dostopno na: <https://www.bsi.si/bankovci-in-kovanci/slovenski-tolar> , 2. 2. 2019
23. Zamenjava tolarjev v evre. Banka Slovenije. Dostopno na: <https://www.bsi.si/bankovci-in-kovanci/zamenjava-gotovine/zamenjava-tolarjev-v-evre> , 2. 2. 2019
24. GNEZDA, V. Vrednost Prešerna je 4 evre in 17 centov. Val 202, RTV SLO (12.1.2019). Dostopno na: <https://val202.rtvlo.si/2019/01/reakcija-139/> , 15. 1. 2019
25. Zgodovina Evropske unije. Dostopno na: https://europa.eu/european-union/about-eu/history_sl , 7. 2. 2019
26. Evropska unija. Dostopno na: https://europa.eu/european-union/about-eu/eu-in-brief_sl , 10. 2. 2019
27. Katere države uporabljajo evro. Dostopno na: https://europa.eu/european-union/about-eu/euro/which-countries-use-euro_sl , 2. 2. 2019
28. Evro je več kot le valuta. Dostopno na: <https://publications.europa.eu/documents/2072384/2117292/NAAD16001SLN.pdf/83f0ab3f-6ef6-4991-8754-16bb08a7fac9> , 2. 2. 2019
29. Zgodovina uvedbe evra. Banka Slovenije. Dostopno na: <https://www.bsi.si/bankovci-in-kovanci/uvedba-evra-v-sloveniji/zgodovina-uvedbe-evra> , 2. 2. 2019
30. Uporaba evra. Interaktivni zemljevid evroobmočja. Dostopno na: <https://www.ecb.europa.eu/euro/intro/html/index.sl.html> , 10. 2. 2019
31. Evrobankovci. Banka Slovenije. Dostopno na: <https://www.bsi.si/bankovci-in-kovanci/evrobankovci> , 2. 2. 2019
32. Evrokovanci. Banka Slovenije. Dostopno na: <https://www.bsi.si/bankovci-in-kovanci/evrokovanci#> , 2. 2. 2019
33. Evropska stran kovanca za 2 evra. Evropska centralna banka. Dostopno na: <https://www.ecb.europa.eu/euro/coins/common/html/index.sl.html> , 2. 2. 2019
34. Nacionalne strani kovanca za 2 evra. Evropska centralna banka. Dostopno na: <https://www.ecb.europa.eu/euro/coins/2euro/html/index.sl.html> , 2. 2. 2019
35. 20 let evra (1999-2019). Dostopno na: <https://www.ecb.europa.eu/euro/html/index.sl.html> , 10. 2. 2019
36. Kviz o evru. Dostopno na: <https://www.ecb.europa.eu/euro/html/quiz.sl.html> , 10. 2. 2019
37. Aplikacijo za spletno anketiranje Ika. Dostopno na: <https://www.ika.si/> , 20. 1. 2019
38. Mercator, d. d. Stiki z javnostjo. E-poštni naslov pr@mercator.si
39. Europa Donna Slovenija. Stiki z javnostjo. E-pošta europadonna@europadonna.si
40. Banka Slovenije. Stiki z javnostjo. E-poštni naslov pr@bsi.si
41. Naftne rezerve. Dostopno na: https://sl.wikipedia.org/wiki/Naftne_rezerve , 14. 2. 2019
42. Tečaj valut. Dostopno na: <https://tečaj-evro.si/tečaj/> , 14. 2. 2019

9 PRILOGE

9.1 Priloga 1: Povzetek pogovora z go. Ireno Blažič Lipnik, dr. med.

V iskanju podatkov smo intervju izvedle tudi z zdravnico v našem kraju, dr. Ireno Blažič Lipnik. Izvedele smo, da je v zadnjih dvajsetih letih imela 22 pacientk z rakom dojke, za vsaj eno izmed njih pa zdravljenje ni bilo uspešno, saj je do nje prišla prepozno.

Nobena izmed teh dvaindvajsetih bolnic se ni vključevala v podporne skupine/društva za pomoč bolnicam. V Zgornji Savinjski dolini nimamo društev za pomoč bolnicam z rakom dojke, bolnicam pa se je težko peljati do 1 uro oddaljene Ljubljane. Po njenem mnenju zdravniki v naši dolini preslabo sodelujejo, za društvo pa bi potrebovali tudi žensko, ki je raka dojke že prebolela, a nobena ne želi sodelovati.

Zdi se ji, da se o tem premalo pogovarjamo, saj sama še ni slišala za akcijo »Napolni nas z upanjem«. Pohvalila nas je, da se ji zdi lepo, da to raziskujemo, čeprav smo še mlade.

Po končanem intervjuju smo v čakalnico njene ambulante obesile še plakat, ki je promoviral akcijo »Napolni nas z upanjem«.

9.2 Priloga 2: Pogovor z gospo Jano Kotesko

Gopa Jana Koteska je bolnica, ki je prebolela raka dojke in ambasadorica pri Slovenskem združenju za boj proti raku dojk Europa Donna. Z nami se je pogovarjala o zdravljenju in življenju z rakom dojke. Zastavile smo ji šest vprašanj.

1. Kaj vam je bilo kot bolnici najtežje pri spopadanju z rakom dojke?

Najtežje mi je bilo to, da sem se spopadala s področjem, ki mi je bilo povsem neznano in s tem to prinese tudi veliko strahov. Spremenjen tempo življenja, vse se ti obrne na glavo, moraš se popolnoma prilagoditi poteku zdravljenja.

2. V anketi smo vprašale ženske, kako pogosto se samopregledujejo, večina je odgovorila, da to počnejo do petkrat letno. Kako pogosto (ste) se samopregledujete vi in kako so pri Vas odkrili raka dojke?

Sama sem imela prej manjše dojke (košarica A podložena), tako da je bila lahko vsaka sprememba vidna že na pogled. Zatrdilno pa sem si zatipala sama med tuširanjem.

3. Imate kakšen nasvet za nas, mlade?

Redno samopregledovanje svetujejo že od poznih najstniških let, 10. dan po menstruaciji. Dobro je, da poznamo svoje telo, da smo pozorni na spremembe in tudi na svoj notranji glas, če nam kdaj pravi, da nekaj ni v redu.

4. Ali ste morali med boleznijo veliko (do)plačevati za zdravljenje? Kako je to urejeno z zavarovalnicami?

V Sloveniji nam obvezno zdravstveno zavarovanje krije celoten postopek onkološkega zdravljenja, tudi rekonstrukcijo dojk.

5. Je kvaliteta zdravljenja odvisna tudi od tega, koliko sam doplačaš in si česa zaradi pomanjkanja denarja ne moreš privoščiti (v smislu enakega dostopa do celostnega zdravljenja za vse bolnice)?

Vsem bolnicam so pri nas na voljo zdravila, kot drugod po svetu. Tukaj nič ne zaostajamo in kot sem že omenila celotno zdravljenje krije zavarovalnica.

6. Kaj bi Vi kot ženska ki je premagala raka dojke svetovala tistim, ki se z diagnozo zdaj soočajo?

Naj ne mislijo na najslabše, ker je v Sloveniji veliko takšnih žensk, punc, ki so se že soočile s to diagnozo in kvalitetno živijo naprej. Meni je bilo lažje, ko sem stopila v stik z ženskami, ki so mi lahko iz prve roke povedale o svoji izkušnji in mi svetovale kakšno stvar, ki jo od zdravnikov ne slišiš - ti so bolj uradni, a zelo razumevajoči. Naj zaupajo sebi in svoji notranji moči, naj ne berejo spletne forume o podobnih diagnozah in naj zaupajo zdravnikom. Toliko na kratko - je pa tako da vsak najde svojo, pravo pot skozi to preizkušnjo da je to tudi idealen čas, da se posvetimo sami sebi in kakšne stvari spremenimo.

9.3 Priloga 3: Intervju z go. Tanjo Durin, Mercator

Intervju je bil izveden preko e-pošte [38] pr@mercator.si

1. Kako poteka komunikacija med centralo in posameznimi Mercatorjevimi trgovinami v zvezi s to in podobnimi dobrodelnimi akcijami?

Zaposlene v trgovinah smo obvestili pisno, aranžerji so v vse trgovine dostavili škatle in jih namestili na primerna mesta.

2. Ali imate morda podatek, v koliko Mercatorjevih trgovinah imajo nameščeno roza škatlo za zbiranje starih tolarjev?

V Mercatorju zbiramo tolarske bankovce v več kot 600 trgovinah.

3. Ali sodelovanje v dobrodelni akciji zbiranja starih tolarjev za zaposlene v Mercatorjevih trgovinah pomeni dodatno delo in obremenitev? Kaj o tem menijo zaposleni?

V trgovinah zaposleni z akcijo niso posebej obremenjeni, saj le popazijo na škatlo, kupcem posredujejo dodatne informacije o akciji in v času akcije škatlo dvakrat izpraznijo.

4. Vemo, da v Sloveniji ves čas poteka večje število dobrodelnih akcij. Kako se Mercator odloči, v kateri od njih bo sodeloval?

Mercator sodeluje z Europo Donno že vrsto let in pomaga z donacijami in drugimi oblikami pomoči, zato smo se pridružili tudi akciji zbiranja tolarskih bankovcev. Sicer je Mercatorjeva strategija donacij usmerjena predvsem na področja, kjer lahko pomagamo čim širšemu krogu ljudi.

5. Ali imate kak pravilnik, po katerem se ravnate, če organizirate ali sodelujete v dobrodelnih akcijah? Kdo je zadolžen za to delo? Kaj je (so) po poklicu, kaj po izobrazbi?

Posebnega in splošnega pravilnika za dobrodelne akcije v Mercatorju ni, za vsako akcijo posebej pa oblikujemo pravila, še posebej, če so v akcijo vključeni kupci. Večje dobrodelne akcije pripravi in izvede tim zaposlenih iz oddelkov za korporativno komuniciranje, marketing in maloprodajo.

9.4 Priloga 4: Intervju z go. Polono Marinček, Europa Donna Slovenija

Intervju je bil izveden preko e-pošte[39] europadonna@europadonna.si

1. Kakšna je razporeditev vaših centrov po regijah? V kateri center bi lahko šla bolnica iz Gornjega Grada?

Združenje Europa Donna Slovenija ima pisarno v Ljubljani, poleg tega pa imamo še podružnico v Slovenski Bistrici. Trudimo se, da bi čim več aktivnosti (različna predavanja, podporne skupine, delavnice, dogodki osveščanja v rožnatem oktobru, druženja in športne aktivnosti) organizirali v različnih krajih po vsej Sloveniji. Veliko je odvisno tudi od aktivnosti in pobud naših članic v posameznih krajih. Z veseljem se odzovemo tudi na vabila občin, društev (kmečke žene, gasilke, kulturna društva), domov za ostarele in podobno, ki želijo v svoji lokalni skupnosti organizirati predavanje o pomenu zdravega načina življenja, rednega mesečnega samopregledovanja in zgodnjega odkrivanja predrakavih in rakavih sprememb.

2. Kaj najbolj potrebujejo bolnice, ki se pridružijo srečanjem Europe Donne? Je to podpora ali tudi kakšna druga oblika pomoči?

Bolnice poleg zgodnjega odkrivanja ter učinkovitega in vsaki bolnici prilagojenega zdravljenja potrebujejo tudi psihosocialno podporo. Diagnoza rak ne prizadene samo bolnice, ampak tudi njene bližnje in poseže v odnose v družini, z otroki, s partnerjem, prijatelji, sodelavci. Pomemben del za soočanja z boleznijo je čustvena podpora najbližjih, velikokrat pa bolnice doživljajo, da jih najbolje razume nekdo, ki ima sam podobno izkušnjo bolezni. To podporo bolnica lahko poišče v združenju, saj je Europa Donna že od svojih začetkov prostor, kjer poleg znanja in izkušenj v procesu zdravljenja nudi tudi podporo med bolnicami, topel objem in iskren pogovor ter tudi strokovno psihosocialno pomoč. Skozi čas smo vse te aktivnosti združili v programu ROZA, ki ga v obdobju od 2017 do 2019 sofinancira Ministrstvo za zdravje in kjer bolnicam in njihovim svojcem omogočamo različne strokovno vodene oblike pomoči: individualne pogovore v živo ali po telefonu, skupinske terapije in srečanja, taborne za otroke. Vsekakor pa potrebujejo tudi druženje s sebi enakimi in to zagotovo dobijo.

3. Kako težko je organizirati dobrodelno akcijo, kot je "Napolni nas z upanjem"?

V Združenju Europa Donna Slovenija že od leta 1997 pripravljamo različne akcije osveščanja in zbiranja sredstev, zato imamo na tem področju že kar nekaj izkušenj. Z leti smo zgradili veliko partnerstev tako z različnimi podjetji kot tudi z mediji, ki nam pomagajo pri prenašanju naših sporočil ključnim javnostim. Prepoznavnost in ugled, ki smo ga zgradili v teh 22 letih, nam pri tem veliko pomaga. Vsak nov projekt prinaša tudi nove izzive, s katerimi se sproti spopadamo. V primeru dobrodelne akcije Napolni nas z upanjem je bil največji izziv logistika – pokritost in dostopnost po celi državi. Mediji so pomen akcije lepo prepoznali in veliko se govori, piše, poroča o našem združenju in pomenu psihosocialne podpore bolnicam in njihovim svojcem, tako da menimo, da smo z akcijo lahko zadovoljni.

4. Kako navežete kontakt s podjetji (npr. Mercatorjem), da se dogovorite za dobrodelno akcijo?

Z nekaterimi podjetji (kot je na primer Mercator) nas veže že dolgoletno sodelovanje in podpora pri različnih projektih. Z različnimi projekti in aktivnostmi nagovarjamo različna podjetja in če prepoznajo dobro idejo, lahko računamo na njihovo podporo. Pripravimo letni načrt dela, ki ga ponudimo različnim podjetjem. Z dolgoletnimi partnerji pa tudi skupaj pripravimo kakšno akcijo ali projekt.

5. Ali lahko učenci tudi sami izvedemo tako akcijo?

Seveda, verjetno boste začeli v manjšem obsegu, k akciji morate pritegniti podpornike in prijatelje, ki vam bodo pomagali širiti dober glas. Z dobro izvedenimi akcijami pa boste lahko širili svoje delovanje in nagovarjali več ljudi, kar bo prispevalo k uspešnosti take akcije.

6. Tudi me tri zbiramo tolarje po našem kraju. Zanima nas, kam jih pošljemo, ko bo akcija končana?

Veseli smo vaše pobude zbiranja tolarških bankovcev. Želimo vam uspešno izvedbo, veseli pa bomo tudi vašega prispevka, s katerim bomo nadgrajevali dolgoletno delo združenja na področju pomoči bolnicam z rakom dojk in rodil. Zbrana sredstva lahko do 1. marca oddate v najbližji trgovini Mercator, če imate kakšno pot v Ljubljano, se lahko oglasite v naši pisarni in nas tudi osebno spoznate. Naročite lahko tudi roza kuverte, v katerih pošljete tolarje na naš naslov, ali pa se dogovorimo za prevzem.

9.5 Priloga 5: Intervju s predstavnikom Banke Slovenije

Intervju je bil izveden preko e-pošte [40] pr@bsi.si

1. Koliko tolarjev je bilo zamenjanih v evre po posameznih letih od uvedbe evra leta 2007 do danes?

V tabeli spodaj so podatki, koliko slovenskih tolarjev je bilo zamenjanih za evre po posameznih letih od leta 2007 dalje:

| Leto | menjava SIT v EUR (v SIT) | menjava SIT v EUR (v EUR) |
|----------------|---------------------------|---------------------------|
| 2007 | 141.138.022.919,00 | 588.958.533,30 |
| 2008 | 869.774.662,50 | 3.629.505,35 |
| 2009 | 430.422.129,50 | 1.796.119,72 |
| 2010 | 230.808.900,80 | 963.148,48 |
| 2011 | 145.200.870,00 | 605.912,49 |
| 2012 | 120.712.535,50 | 503.724,48 |
| 2013 | 102.726.656,00 | 428.670,74 |
| 2014 | 102.446.041,00 | 427.499,75 |
| 2015 | 66.206.047,70 | 276.272,94 |
| 2016 | 62.801.638,60 | 262.066,59 |
| 2017 | 69.456.269,40 | 289.835,88 |
| 2018 | 42.687.710,00 | 178.132,66 |
| SKUPAJ: | 143.381.266.380,00 | 598.319.422,38 |

2. Koliko tolarjev je bilo zamenjanih (prekonvertiranih) v evre avtomatsko na računih, hranilnih knjižicah ipd.?

Na računih, hranilnih knjižicah ipd. nebančnega sektorja dne 31. 12. 2006 je bilo avtomatsko prekonvertiranih v evre 2.795.744.000.000 SIT (11.666.432.983 EUR).

3. Koliko so jih v banke prinesli posamezniki ali organizacije?

Z omenjenim podatkom žal ne razpolagamo.

4. Zanimivo se nam zdi, da se je še po toliko letih v letu 2018 zamenjalo tako veliko SIT v evre. Ali lahko kaj več poveste o tem?

Ne glede na morda "visoke" zneske se delež vrnjenih tolarjev glede na obtok v letu 2006 ne spreminja več bistveno. Na splošno velja (tudi izkušnje drugih centralnih bank), da znaša delež gotovine v obtoku (vrednostno), ki se nikoli ne vrne v centralno banko, okoli 3-5 %. Velika večina tega, kar je še ostalo v obtoku, se nikoli ne bo vrnila v Banko Slovenije, saj so bodisi uničeni, izgubljeni, pozabljeni ali jih imamo doma za spomin.

- 5. Ali so jih v banko prinesli posamezniki ali »organizacije«, so ti posamezniki stari, mladi, kolikšne vsote tolarjev prinesejo običajno zamenjati (za nekaj evrov, za nekaj sto evrov, še več?), kakšne tolarške bankovce prinesejo (apoeni manjših ali večjih vrednosti) ali je potekala še kakšna večja akcija zbiranja tolarjev... ?**

S podatkom o prinesiteljih žal ne razpolagamo. Zneski so zelo različni, večinoma pa gre za manjše zneske do 50 EUR. Banka Slovenije običajno ne organizira akcij zbiranja tolarjev. Ne glede na to pa pri tem posredno sodelujemo, saj tolarje zamenjamo v evre.

- 6. Od uvedbe evra lahko tolarje zamenjamo v evre. Ali velja tudi obratno? Je bilo po 1.1. 2007 možno evre zamenjati nazaj v tolarje? Bi bilo danes to mogoče? Ali je kdo izrazil tako željo? Morda poznate kakšno zanimivost, anekdoto, ki je povezana z menjavo SIT v evre?**

Z uveljavitvijo Zakona o uvedbi evra je od 1. januarja 2007 denarna enota evro in se kot zakonito plačilno sredstvo uporabljajo evrski bankovci in kovanci. Po izteku dvojnega obtoka 14. januarja 2007 Banka Slovenije ne sme več izdajati tolarjev. V teh letih je bila nekajkrat izražena želja po nakupu tolarških bankovcev za numizmatične potrebe vendar jih v Banki Slovenije ni več možno dobiti. Banka Slovenije lahko izdaja v obtok samo trenutno veljavno valuto - evro.

- 7. Tolarške bankovce, ki gredo iz obtoka, verjetno uničite. Kje in kako to poteka?**

Vrnjeni tolarški bankovci se razrežejo in nato sežgejo v izbrani sežigalnici.

- 8. Ali je interesu Banke Slovenije (oz. države), da čim več tolarjev, ki jih imamo doma, dobite nazaj? Zakaj?**

Tolarški bankovci so v Banki Slovenije zamenljivi brez časovne omejitve. Banka Slovenije želi, da ljudje najdejo tolarške bankovce in jih prinesejo v zamenjavo v BS, saj so (bodo) v nasprotnem primeru izgubili del svojega premoženja.

9.6 Priloga 6: Menjalna razmerja med nacionalnimi valutami in evrom

Menjalna razmerja med nacionalnimi valutami in evrom so nespremenljiva. Vidimo jih v tabeli št. 14. Vir: Evropska centralna banka [30]


Tabela 17: Menjalna razmerja med nacionalnimi valutami in evrom

| Nespremenljiva menjalna razmerja med nacionalnimi valutami in eurom | |
|---|-------------------------------------|
| EUR | Valuta |
| 1 | 40,3399 BEF (belgijskega franka) |
| 1 | 1,95583 DEM (nemške marke) |
| 1 | 15,6466 EEK (estonske krone) |
| 1 | 0,787564 IEP (irskega funta) |
| 1 | 340,750 GRD (grške drahme) |
| 1 | 166,386 ESP (španske pezete) |
| 1 | 0,585274 CYP (ciprskega funta) |
| 1 | 6,55957 FRF (francoskega franka) |
| 1 | 1936,27 ITL (italijanske lire) |
| 1 | 0,702804 LVL (latvijskega latsa) |
| 1 | 3,45280 LTL (litovskega litasa) |
| 1 | 40,3399 LUF (luksemburškega franka) |
| 1 | 0,429300 MTL (malteške lire) |
| 1 | 2,20371 NLG (nizozemskega guldna) |
| 1 | 13,7603 ATS (avstrijskega šilinga) |
| 1 | 200,482 PTE (portugalskega eskuda) |
| 1 | 239,640 SIT (slovenskega tolarja) |
| 1 | 30,1260 SKK (slovaške krone) |
| 1 | 5,94573 FIM (finske marke) |

9.7 Priloga 7: Zahtevek za zamenjavo tolarjev v evre po pošti

Banka Slovenije zamenjuje tolarske bankovce v evre po tečaju 1 EUR = 239,64 SIT tudi po pošti. Provizije in poštnine pri vračilu ne zaračunava. Tolarske bankovce in izpolnjen spodnji obrazec je potrebno poslati z vrednostnim pismom in pripisom NE ODPIRAJ na naslov [23]:

BANKA SLOVENIJE – Gotovinsko poslovanje
Slovenska cesta 35
1505 Ljubljana



Zahtevek za zamenjavo SIT v EUR

BANKA SLOVENIJE
Gotovinsko poslovanje
Slovenska cesta 35
1505 Ljubljana
Slovenija

Podatki o pošiljatelju

| | |
|----------------|--|
| Ime in priimek | |
| Naslov | |
| Država | |
| Telefon | |
| E-pošta | |

Prosim Banko Slovenije za zamenjavo zneska

| | |
|-----|--|
| SIT | |
|-----|--|

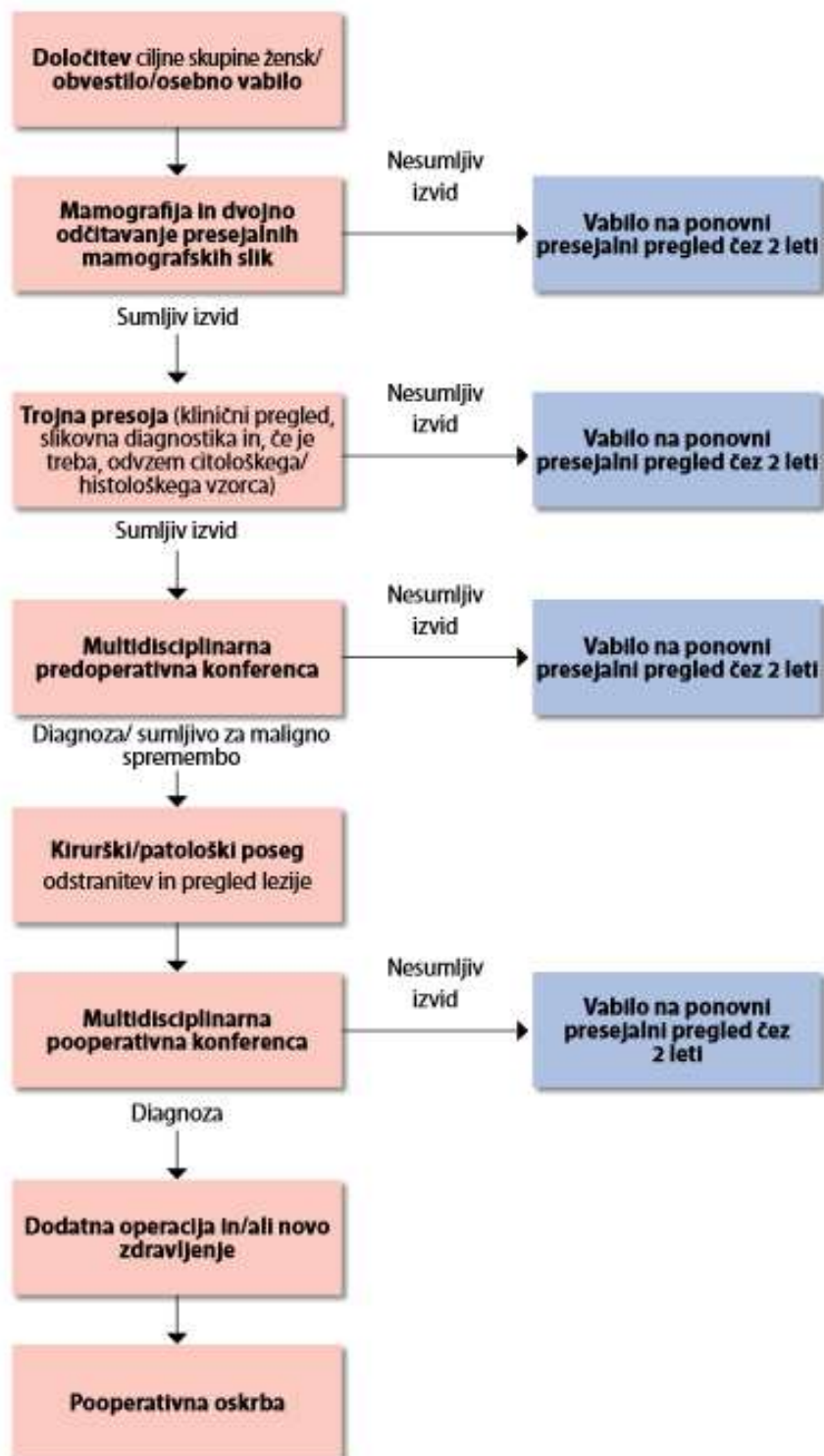
in nakazilo protivrednosti v EUR na račun:

| | |
|--|--|
| Imetnik računa | |
| Naslov | |
| IBAN <small>(Številna računa)</small> | |
| Naziv banke | |
| SWIFT – BIC | |

Datum: Podpis:

Slika 23: Zahtevek za zamenjavo SIT v EUR

9.8 Priloga 8: Od mamografije do pooperativne oskrbe



9.9 Priloga 9: Delavnica pri uri matematike

Datum: 14. 2. 2018

Kraj: Računalniška učilnica

Razred: 9. a

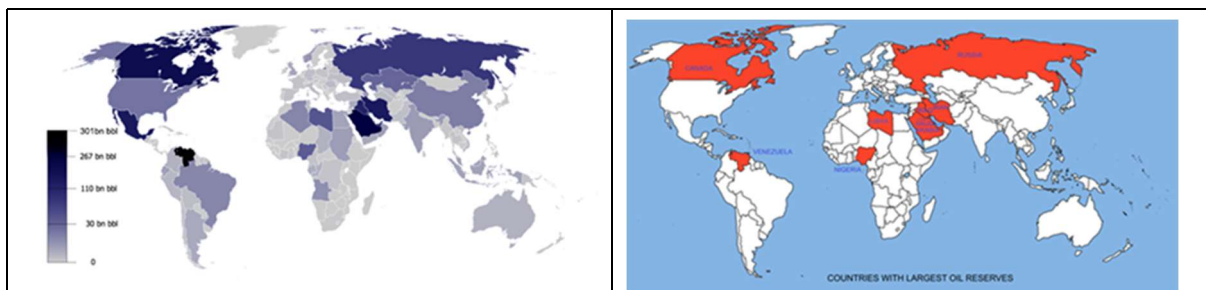
Vsebina: Tabele in grafi v vsakdanjem življenju

1. Del: Hibridni avtomobili

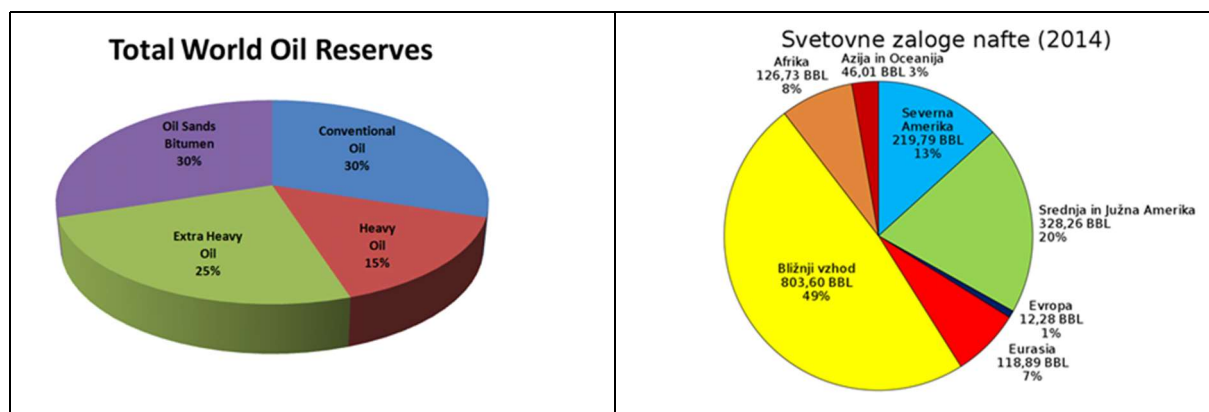
Najprej smo se pogovorili o pomenu besede hibridni avtomobil (elektrika, bencin) in o vlogi takih avtomobilov v ekologiji. Nato pa smo raziskovali o nafti: kje so največja nahajališča, katere države načrpajo največ nafte in katere imajo največ zalog nafte. Uporabili smo kar spletno stran Wikipedije https://sl.wikipedia.org/wiki/Naftne_rezerve [41] in se osredotočili na branje grafov in diagramov: kaj sporočajo, kakšne merske enote so uporabljene, kako so zapisana velika števila.

Spontano so se nam porajala mnoga vprašanja, o nekaterih smo se imeli čas pogovoriti, za nekatera pa bomo odgovore iskali ob drugi priložnosti:

- Ali poznamo značilnosti ljudi, ki kupujejo hibridne avtomobile v Sloveniji (regija, vas-mesto, finančni položaj, ekološka usmerjenost, prevožene razdalje, namen voženj z njimi)?
- Zakaj Venezuela, ki ima največje rezerve nafte, načrpa tako malo nafte?
- Kako je mogoče, da v državi z največ nafte, ljudje slabo živijo?
- Kako se že prebere $47,14 \cdot 10^9 m^3$ in $296,5 \cdot 10^9$ sodčkov?
- Kako velik pa je ta sodček nafte? Znamo to določiti s pomočjo podatkov v tabeli?















Slika 24: Največja nahajališča nafte na svetu



Graf 13: Svetovne zaloge nafte

Tabela 18: Naftne rezerve iz leta 2012

| Dokazane rezerve iz leta 2012 ^[2] | | | | | | |
|--|--|---------------------------------------|---|--|--|---|
| — | Država | Rezerve 10 ⁹ sodčkov | Rezerve 10 ⁹ m ³ | Proizvodnja ^[1] 10 ⁶ sodčkov/dan | Proizvodnja 10 ³ m ³ /dan | Razmerje rezerve/proizvodnja ¹ v letih |
| 1 |  Venezuela | 296,5 | 47,14 | 2,1 | 330 | 387 |
| 2 |  Saudova Arabija | 265,4 | 42,20 | 8,9 | 1,410 | 81 |
| 3 |  Kanada | 175 | 27,8 | 2,7 | 430 | 178 |
| 4 |  Iran | 151,2 | 24,04 | 4,1 | 650 | 101 |
| 5 |  Irak | 143,1 | 22,75 | 2,4 | 380 | 163 |
| 6 |  Združeni arabski emirati | 136,7 | 21,73 | 2,4 | 380 | 156 |
| 7 |  Kuvajt | 101,5 | 16,14 | 2,3 | 370 | 121 |
| 8 |  Rusija | 80 | 13 | 10 | 1600 | 22 |
| 9 |  Kazakstan | 49 | 7,8 | 1,5 | 240 | 55 |
| 10 |  Libija | 47 | 7,5 | 1,7 | 270 | 76 |
| 11 |  Nigerija | 37 | 5,9 | 2,5 | 400 | 41 |
| 12 |  Katar | 25,41 | 4,040 | 1,1 | 170 | 63 |

9.5.2 O denarju

Ta del učne ure je bil namenjen seznanitvi s pojmi valuta, menjalni tečaj valute in gibanje tečajev valut. Želeli smo pokazati, da obstaja veliko različnih valut, kako uporabiti pretvornik valut in da se vrednost valute s časom spreminja. V brskalnik smo vtipkali geslo gibanje tečajev valut in izbrali kar prvega izmed ponujenih, nato pa smo pregledali, kaj nam ponuja ta spletna stran <https://tecaj-evro.si/tecaji/> [42]. Bilo je zanimivo in vsekakor premalo časa za brskanje. Nekaj izjav učencev:

- Nikoli nisem razmišljal o tem, da je toliko različnih valut.
- Še nikoli nisem imel uporabljal drugega denarja razen evra.
- Doma imamo avtomobil znamke Kia, valute v Južni Koreji pa nisem poznal.
- Koliko jenov dobim za 10 evrov?
- Kot bi gledal graf pod mikroskopom...
- Če se dotaknem grafa, mi dobim menjalni tečaj za kateri koli dan.
- Kaj vpliva na rast in padec tečaja evra?

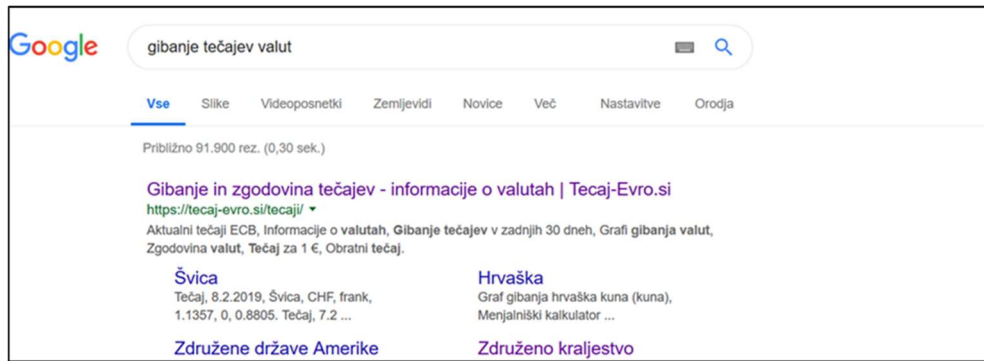


Tabela 19: Tečajna lista in pretvornik valut

Tecaj-Evro.si

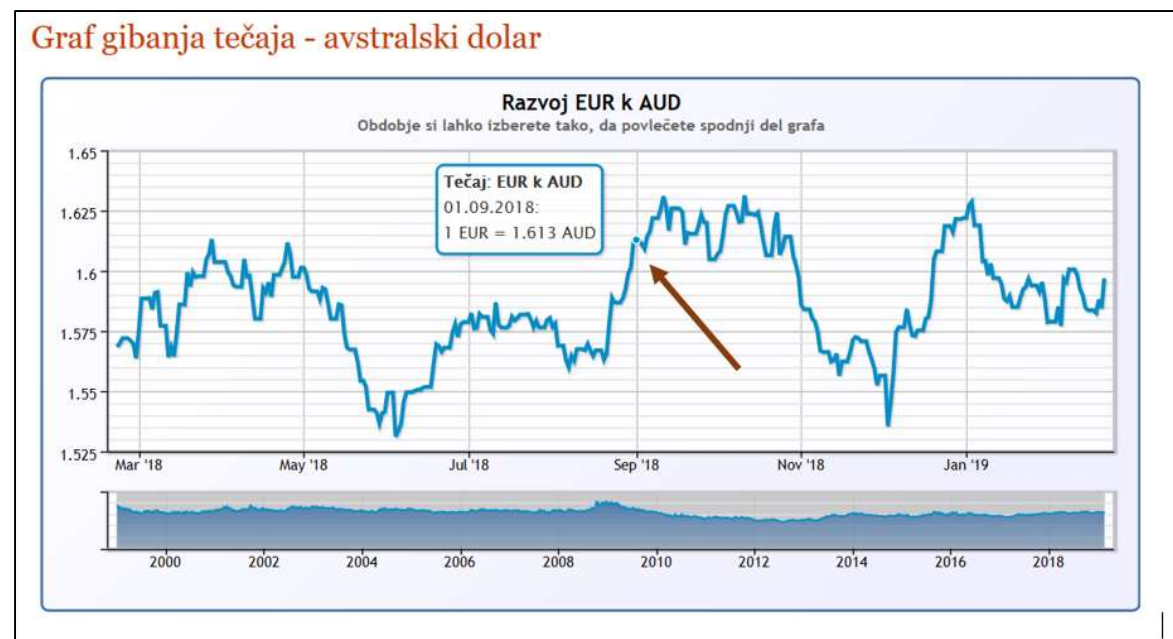
Aktualni menjalni tečaji | Gibanje tečajev | Arhiv | Pretvornik valut - Menjalni tečaji

Menjalni tečaji 14.2.2019

Arhiv tečajne liste ECB » Četrtek 14.2.2019

EVROPSKA CENTRALNA BANKA

| | Država | Okrajšava | Valuta | Tečaj za 1 € | Sprememba | Obratni tečaj | Graf | Pretvornik valut |
|-----------------|-----------------|-----------|--------|--------------|-----------|---------------|------|------------------|
| Menjalni tečaji | Avstralija | AUD | dolar | 1.5348 | -0.005 | 0.631 | | |
| Menjalni tečaji | Bolgarsko | BGN | lev | 1.9558 | 0 | 0.5113 | | |
| Menjalni tečaji | Brazilija | BRL | real | 4.2703 | 0.054 | 0.2342 | | |
| Menjalni tečaji | Češka republika | CZK | krona | 25.79 | -0.005 | 0.0388 | | |
| Menjalni tečaji | Danska | DKK | krona | 7.4615 | -0 | 0.134 | | |
| Menjalni tečaji | Filipini | PHP | peso | 58.992 | 0.023 | 0.017 | | |
| Menjalni tečaji | Hongkong | HKD | dolar | 8.8426 | -0.03 | 0.1131 | | |
| Menjalni tečaji | Hrvaška | HRK | kuna | 7.4063 | 0.002 | 0.135 | | |
| Menjalni tečaji | Indija | INR | rupija | 80.203 | 0.137 | 0.0125 | | |
| Menjalni tečaji | Indonezija | IDR | rupija | 15876.61 | -27.79 | 0.0001 | | |
| Menjalni tečaji | Izrael | ILS | šekel | 4.1286 | 0.014 | 0.2422 | | |
| Menjalni tečaji | Japonska | JPY | jen | 125.12 | -0.07 | 0.008 | | |
| Menjalni tečaji | Južna Afrika | ZAR | rand | 15.9668 | 0.28 | 0.0626 | | |
| Menjalni tečaji | Kanada | CAD | dolar | 1.4949 | -0.002 | 0.6689 | | |



Graf 14: Menjalni tečaj in gibanje tečaja valut