



# Svijet u kojem klinici pokreću roditelje



*Grawe noćni maraton je utrka koja svojom donacijom brine o potrebitima i utrka koja svojim šarmom stvara želju za ponovnim sudjelovanjem. Učenici OŠ Čučerje, potaknuti lanjskom inicijativom profesorice matematike i volontiranjem na utrci, pokrenuli su svoje obitelji u svijet trčanja. Kako je to kada dijete nagovara tatu ili mamu na prvu zajedničku utrku, saznajte iz prve ruke*

**K**ao otac petero divne djece bavljenje sportom bilo mi je davno zaboravljeno, jer druženje s djecom kroz njihovo odrastanje je ipak bilo najvažnije. Iako smo se družili i kroz razne grupne sportske aktivnosti kao obitelj (odbojka koju četvero djece ujedno i trenira, badminton, graničari, nogomet, košarka, itd.), posao koji obavljam iziskuje 12 sati dnevno provedenih za računalom, pa je s vremenom sindrom sjedenja prešao na mene. Kako su prolazile godine polako se nakupljao i višak kilograma. Prošle godine volontirao sam s djecom na Grawe noćnom maratonu i bili smo pozicionirani na ciljnoj okrepici, vidio sam sva ta iscrpljena, ali zadovoljna lica koja su završavala utrku. Bilo je tu i starijih osoba, i krupnijih osoba, a ujedno su desetinku trčali i sudionici showa Život na vagi s kojima se tada još nisam poistovjetio kao s ovogodišnjim sudionici showa.

Nakon par mjeseci i kroz razgovore s profesoricom matematike Jelenom Bekavac Krčadinac koja je ujedno i inicijator cijele organizacije da se djeci približi, kako volonterski rad, tako i samo trčanje, zapravo kroz šalu sam odgovarao na njene upite da naredne godine osim volontiranja i trčimo. Iskreno, tada nisam bio siguran u izrečenu tvrdnju. Kako je vrijeme prolazilo tako je i sjeme ideje izraslo u pupoljak iz kojeg je zapravo procvjetala odluka da se ipak usudim otrčati tu desetinku, koliko god da mi treba, jer liječnik s kojim sam se savjetovao je rekao da za početak ne pretjerujem.

## Pripreme na trenazu

Prijavio sam se na utrku čim su se otvorile prijave, istovremeno je i troje djece izrazilo želju da trčimo zajedno, kao obitelj, te smo se svi prijavili za utrku. Kako imamo u posjedu jedan model eliptičnog trenažera (orbitreka), prije ljeta smo počeli vježbati kao bi mogli izdržati psihički i fizički napor utrke koja nas čeka. Usprkos vježbanju količina kilograma se nagomilavala još više.

Na dan utrke sve je počelo lagano. Lijep dan, lagana jutarnja šetnja, lagani ručak i sve je bilo podređeno trčanju i volontiranju. U svoj zbruci zaboravili smo neke rekvizite koje smo pripremili za podršku onih koji



su u utrci. Velika temperatura predstavljala je problem koji bi nas mogao sustići tijekom utrke. Nakon dodijeljenih zadnjih uputa polako smo se progurali kroz masu ljudi iza startne ravnine sa svim sudionicima-volonterima-učenicima, opalili par selfija, te s nestrpljenjem čekali početak utrke.

Utrka je krenula nakon odbrojanja na velikom ekranu, te su svi odabrali tempo i krenuli na put dug četiri kilometra. Kao obitelj prvu četvrtinu smo se držali zajedno dok jedno od djece nije osjetilo bol u predjelu slezene, te smo tada dijete i ja smanjili tempo dok je drugo dvoje djece nastavilo s utrkom tempom koji su odabrali. Tijekom utrke cijelo vrijeme smo se susretali s natjecateljima nove sezone serijala Život na vagi jer bi u trenutku kada je dijete osjetilo probadanje trčanje zamijenili bržim hodom, a sudionici utrke iz Života na vagi su nam davali dodatni poticaj da ne odustanemo, jer ako oni mogu, možemo i mi.

Utrka je prošla u redu i na cilj smo stigli za oko 35 minuta dok je drugo dvoje djece

bilo puno brže. Premda nam vrijeme nije bilo važno ostali smo prilično iznenađeni jer zbog poteškoća tijekom utrke mislili smo da sve puno duže traje. Ovo će ostati svima nama u obitelji kao iskustvo koje ćemo iduće godine ponoviti ali najvjerojatnije u punom sastavu kao obitelj (tada će i najmlađi član obitelji imati 2 i pola godine pa će možda i trčati, a neće biti u kolicima).

## **Za ispunjenije i zdravije djetinjstvo**

Nakon utrke nastavili smo s volonterskim radom, pripremama okrepe, usluživanjem trkača kako kroz okrepu tako i na samom cilju, dijeljenjem medalja i u dobrom društvu s ostalim volonterima te trkačima dočekali skoro ponoć. Poslije pospremanja i čišćenja dijelova staze od otpadaka koji su nekim čudom zalutali tamo, krenuli smo kući sretni i zadovoljni jer smo bili dijelom jedne velike priče za koju se nadamo da će

se nastaviti i dalje, da će kao ideja zaživjeti i potaknuti ostale škole da se aktivno uključe u neke volonterske radnje van nastavne godine, odnosno nekog kurikuluma koji je definiran svima kao zadaća. Makar to bilo i samo lagano joggiranje.

Druženje učenika i profesora izvan školskih učionica pokazuje se kao vrlo efikasan način predstavljanja istih kao običnih osoba, a ne kao nekoga koga je potrebno biti strah u školskim klupama. Sam projekt PoKRENIMO dječju radost koji je posvećen djeci s amputacijama donjih ekstremiteta je jedan od najhumanijih za koji znam, jer kao otac petero djece ne mogu ni zamisliti kako je djeci koja mogu samo gledati vršnjake kako trče, skaču i kreću se kako ta djeca možda nikad ne bi niti mogla da nema ovakvih inicijativa koje svojim dobrotvornim karakterom omogućuju da imaju još ispunjenije i zdravije djetinjstvo.

**Nikola Juren**



### **Željko Benić (otac koji je trčao sa svojom kćerkom i čija je cijela obitelj volontirala):**

Na inicijativu profesorice Jelene prošle godine moja kćer i ja uključili smo se kao volonteri sudjelujući na humanitarnoj noćnoj utrci Grawe noćni maraton. Tom prilikom prisjetio sam se svojih školskih dana kada sam i sam trčao u utrka ulicama rodnog grada Otočca i u dva navrata osvojio medalje, jednom za prvo mjesto, a jednom za treće mjesto. S obzirom na to da je profesorica potakla pitanje bi li ove godine bili spremni okušati se kao trkači, pomislio sam zašto ne?

Krenuli smo proljetos s pripremama i u lov na kondiciju. Četiri puta tjedno sa suprugom i dvije kćeri odlazili smo na rekreacijski centar Klaka na trčanje. Svatko je otrčao koliko je imao snage. Lucija i ja odlučili smo okušati se na noćnoj utrci na 4,2 km. Naravno da smo željeli što prije doći do cilja, jer su bodreći nas tamo dočekale Antonija i supruga s vodom za okrepu, te profesorica Jelena s medaljama.

Trenuci proživljeni na noćnoj utrci su nezaboravni i neprocjenjiva vrijednost za cijelu moju obitelj. Naravno da ćemo i daje nastaviti s trčanjem, te dogodine sudjelovati na Grawe noćnom maratonu, bilo u ulozi trkača ili volontera. Mislim da je projekt Grawe noćni maraton kao i školski projekt PoKRENIMO dječju radost osmišljen s ciljem da svojim primjerom pokažemo djeci prave životne vrijednosti. Druženjem, kretanjem i provođenjem što više vremena na otvorenom činimo dobro sebi, a ako ovakvim projektima možemo pomoći drugima, još nas više raduje.

Ja i moja obitelj posebno zahvaljujemo profesorici Jeleni Bekavac Krčadinac koja nas je pokrenula i vidimo se dogodine.



### **Vlatka Divić (majka koja je trčala sa svojim sinom i ove godine upisala školu trčanja):**

Oduvijek sam se rekreativno bavila nekim sportom, no u zadnje tri godine nešto manje s obzirom na to da su se majčinske obveze povećale rođenjem drugog djeteta. Ništa manje pažnje, ljubavi, razumijevanja i kreativnosti ne zahtijeva ni onih dvadeset i dvoje malih, pametnih glavica koje me svakodneвно znatiželjno iščekuje u učionici. U nastojanju da organiziram što efikasniju i kreativniju nastavu, te smireno i s lakoćom donosim odluke odlučila sam upisati školu trčanja. Ono uistinu pruža sve ove i mnoge druge blagodati. Dodatna motivacija je bila i moja prijateljica koja je tada već završila školu trčanja i bila ponosni član kluba Trčaona.

Trčanjem sam se dovela u psihičku i fizičku formu. Uistinu uživam u trčanju, a posebno sam uživala ovog kolovoza kada sam sa sinom (12) sudjelovala na školskom projektu PoKRENIMO dječju radost vezanom uz Grawe noćni maraton. Istrčali smo 4,2 km, pri čemu sam vrlo ponosna majka jer je na cilj stigao za samo 20 minuta. Volontiranje, druženje i atmosfera nakon utrke bili su za pamćenje! Planova za trčanje je jako puno. Prva želja je već u listopadu istrčati Zagrebački polumaraton, a na idućem Grawe noćnom maratonu nadam se sinovom volontiranju i bodrenju kada ću pokušati istrčati 42,195 km.

### **Jelena Bekavac Krčadinac (profesorica matematike u OŠ Čučerje koja je osmislila školski projekt PoKRENIMO dječju radost):**

Poštovani ljubitelji trčanja, zbog vaše „dobre vibre“ kojom zračite dok trčite, zbog vaših sretnih lica u ciljanom prostoru i zbog vaših pozitivnih osvrta na otrčane utrke htjela sam svoje školarce i njihove roditelje upoznati s nečim lijepim i humanim što se odvija u Zagrebu. Grawe noćni maraton je utrka koja svojom donacijom brine o potrebitima i utrka koja svojim šarmom stvara želju za ponovnim sudjelovanjem. Ponosna sam na svoje učenike OŠ Čučerje koji su, potaknuti lanjskim volontiranjem, pokrenuli svoje obitelji u svijet trčanja.

### **Robert Ćuk (otac koji je trčao sa svojim sinom i čija je supruga volontirala):**

I ove godine rado smo se odazvali pozivu da sudjelujemo na Grawe noćnom maratonu. Odlučili smo volontirati i trčati utrku na 4 km. Premda je prošlo dosta vremena od bilo kakve rekreacije zbog ozljede koljena, zbog dobrog osjećaja i vibre koju smo osjetili prošle godine odlučili smo sin i ja pokušati otrčati tih 4 km. Nismo se baš nešto pripremali, ali uspjeli smo. Josip je stigao na cilj 195., a ja 243. Bili smo izrazito ponosni jedan na drugoga, sretni i ispunjeni nekom pozitivnom energijom.

Nakon utrke pridružili smo se djeci i roditeljima OŠ Čučerje u volonterском radu. Dijelili smo vodu, hranu, medalje na cilju trkačima maratoncima. Dan nam je prošao prebrzo u dobrom društvu. Veselimo se idućoj godini, a tko zna možda se odvažimo otrčati i tih 10 kilometara.