



LIJEČNICI U SLOBODNO VRIJEME

Dr. Danijel Bursać mališane s trisomijom 21 volonterski trenira taekwondo

Djeca suncokreti zbog njega su zavoljela taekwondo

Autor: ANDREJA BRATIĆ, andreja.bratice@hkk.hr

- Djeca s trisomijom 21 (Downovim sindromom) posebno su umiljata, emotivna, topla... Pravi je gušt raditi s njima. Iskreno, ja zaista uživam u tom našem druženju. I želim im pomoći. Financijski nažalost ne mogu, ali mogu im dati svoje vrijeme i svoje znanje – počinje svoju lijepu priču ginekolog iz zagrebačke Kliničke bolnice Merkur Danijel Bursać dok nam pojašnjava kako je došao na ideju da u jednoj sportskoj dvorani u Zagrebu trenira taekwondo dječicu s Downovim sindromom. Susreli smo se nakon njegova noćnog dežurstva. Vidno iscrpljen, kad govori o tom svom volonterskom angažmanu u klubu Čigra, ipak živne. I smješka se.

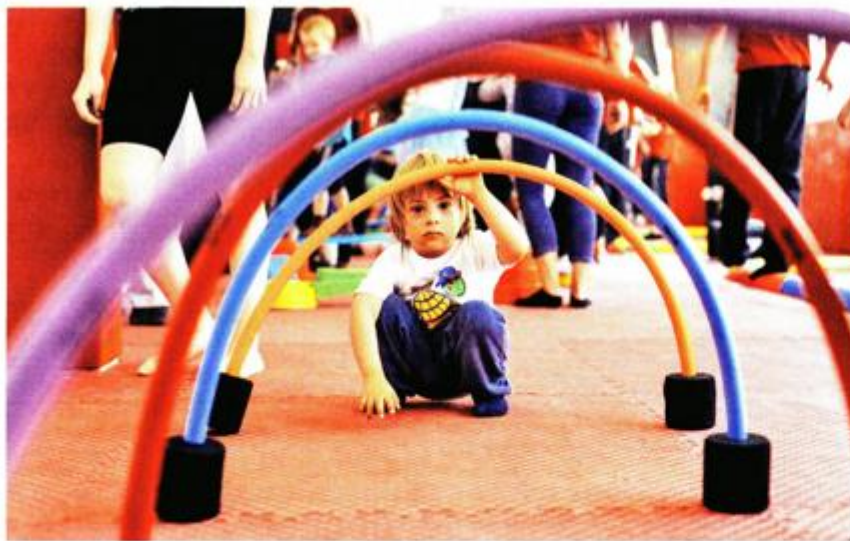
Dr. Bursać je, inače, iz Duge Rese koja je poznata po kvalitetnoj školi taekwonda. Počeo je trenirati 1994., kad je imao 11 godina, što je, kaže, prilično kasno za taekwondo. No dobro mu je išlo, a većina njih koji su tamo trenirali bili su ili članovi reprezentacije ili prvaci države. Međutim, onda je upisao medicinu i stao.

- Ne volim raditi nešto napola. Ili češ trenirati kako treba ili češ učiti kako treba. Pa sam učio kako treba. Tijekom studija bio sam sudac taekwonda, što mi je bio dobar izvor zarade s obzirom na to da moji roditelji nisu radili, pa sam se sam financirao. Krajem studija vidio sam da se mogu organizirati i na poziv prof. Darka Marinovića, predsjednika kluba počeo voditi treninge – prisjeća se svojih taekwondo početaka.

Nakon studija krenula je i ozbiljnija priča s klubom Čigra koji je do tada bio mali klub sa svega petnaestak članova, gdje je on držao treninge dva puta tjedno.

- Krenuli smo potom raditi ozbiljnije jer sam htio da to bude pravi natjecateljski taekwondo. I dobili smo prvu natjecateljsku grupu prve generacije koja je bila odlična i osvojila medalje na velikim natjecanjima. Tako je klub narastao. Pridružio mi se i brat. I onda smo prije dvije godine od Mjesnog odbora Črnomerec dobili na korištenje dvoranu. Uvjet je bio da povećamo broj članova. U tom trenutku bilo ih je 30, a danas ih imamo 211.





Zahvaljujući donatorima opremili su sportsku dvoranu na zagrebačkom Črnomercu

Dr. Bursać je inače ginekolog u KB Merkur

Sredili smo i opremili prostor, a onda sam poželio pretvoriti u stvarnost nešto što sam dugo imao na papiru .

Naime, još s faksa znam da se vježbe iz taekwonda mogu koristiti i u radu s djecom s posebnim potrebama. Taekwondo je specifičan sport, posebno dobar za razvoj nekih osobnih karakteristika, motorike, koordinacije... – objašnjava nam dr. Bursać kako je sve počelo.

Kad je sredio prostor i osmislio ideju, otišao je do predsjednice Udruge za sindrom Down - Zagreb, Natalije Belošević, s prijedlogom da pokrenu testni program za djecu s posebnim potrebama. Ideja je bila, osim treninga za djecu, osigurati i edukaciju za roditelje.

- Ipak oni provode najviše vremena s tom djecom. A dok sam bio demonstrator pedijatrije tijekom studija vidio sam da roditelji te djece lutaju bespućima našeg zdravstva jer ne znaju kome se obratiti, gdje otići, nemaju nikakve informacije. U početku je bilo svega nekoliko klinaca, a onda je program doživio ekspanziju i sad ih je 27 – kaže.

Kako je raslo, dr. Bursać je shvatio da ne može taj projekt raditi sam, jer ne može postići potrebnu kvalitetu.

- Znam i da naši mladi ljudi imaju predrasude prema ljudima i djeci s posebnim potrebama pa sam uključio sve svoje starije članove, srednjoškolce i studente pa ih doveo na trening, tako da sada svako dijete ima svog pratitelja na treningu. Oni su razvili poseban odnos i stvarno ih je divno gledati zajedno.

Moji veliki klinici obožavaju male, čak me traže ispričnicu da izostanu iz škole da dođu na trening, dok su ovi maleni toliko vezani za njih. Primjerice, mali Leon neće ući u dvoranu ako nema Stele – priča nam dr. Bursać.

Pitali su me roditelji te djece što sa mnom nije u redu, zašto to želim raditi? Ja jednostavno uživam u tome i želim im pomoći

Kad vidi taj odnos, zna da je napravio korisnu stvar jer će i ti stariji klinici biti jednog dana odrasli ljudi, ali s drugačijim pogledom na život i neće se bojati pomoći nekome.

- Cijeli ovaj projekt ima širu priču. Priključili su nam se još neki mladi liječnici jer su nas vidjeli na televiziji. Nas je sve više, ali nam prostor ostaje isti – premali. U početku smo improvizirali i prepreke radili od cijevi za vodu, no s vremenom smo nabavili svu potrebnu opremu uz pomoć donatora. Međutim, sad u 60 kvadrata po treningu bude 50 do 60 ljudi. To je stvarno previše – govori dr. Bursać. Dječica s posebnim potrebama imaju nešto lošiju koncentraciju, a gužva tome sigurno ne pomaže pa se u klubu Čigra nadaju da će njihove molbe za većim prostor grad Zagreb uzeti u obzir.

Trening za djecu s posebnim potrebama održava se jednom tjedno i traje sat vremena. Ljudi s djecom dolaze i iz okolice Zagreba: iz Zaboka, Krapine... Roditeljima se to sviđa jer vide napredak kod svoje djece.

Rezultati postoje. I toj dječici kupljene su trenirke da se ne osjećaju drugačije od ostatka kluba, a u planu je kupiti svakome i kimono. A sve na volonterskoj osnovi.

- Pitali su me roditelji te djece što sa mnom nije u redu, zašto to želim raditi, jer od njihove djece svi bježe. Kad bi ih drugdje dovodili na neku tjeleovježbu nerijetko bi ih odbili, poslali kući i rekli da ih, nažalost, ne mogu primiti. Kod nas uživaju i ne žele kući.

Tijekom studija dosta sam se družio s djecom s posebnim potrebama, ona su ista kao i ostala, ali im treba puno više pažnje. Shvatio sam da sa svojim znanjem iz taekwonda i medicine mogu nešto pružiti toj djeci – kaže skromno ginekolog Bursać. Ništa mu nije teško za 'njegove' klinice. Iako odradi po četiri noćna dežurstva tjedno u bolnici, ipak nade vremena i volje



raditi s djecom s posebnim potrebama.

Otkriva nam i kako je on glavni autoritet u dvorani te kako ih sve zna poimence.

A motivira li ga nešto posebno u toj priči?

- Ne može me ništa posebno motivirati ili inspirirati. To je moj gušt i radit ću to dok god budem mogao. Znae, neka djeca imaju poremećaj zbog kojeg ne mogu jesti krutu hranu. Kad smo tek počeli raditi, trebale su nam češće pauze da bih dječica keks. U početku smo imali i nekoliko pauza, jer nisu mogli izdržati koncentraciju duže od nekoliko minuta. Sada mogu odraditi gotovo cijeli trening s jednom pauzom od dvije, tri minute. Imaju štopericu i kad je pauza, to je pauza za keks. Onda se mora sjesti na pod i tad se jede keks i pjeva 'Kad si sretan'. Pjevanje je također već postalo ritualom. Neki su prvi put pojeli neku krutu hranu tamo s nama. Taj keks su slinili i žvakali, ali su ga pojeli. To je ono što čovjeka veseli – govori dr. Bursać.

- Jedan mali Dinko... On nema Down, ali ima oblik metalne retardacije i poremećaj iz spektra autizma. Dinko je uspio naučiti forme iz taekwonda i poslali smo ga na natjecanje u paraformama, gdje je na kraju bio i prvak Hrvatske. Jednu curicu iz programa već smo uključili u program s normalnom djecom. Ideja je integrirati ih u društvo. Ne kanim od njih dobiti olimpijske pobjednike, ali ako je netko motorički sposoban, a od 2020. je parataekwondo na Olimpijadi, zašto ga ne priključiti naprednim grupama da



Sve 'svoje klince' trener volonter zna poimence

dobije nagradu za trud, da ode na natjecanje, bude uspješan i osvoji medalju. Iako to nije bila primarna ideja, zašto ne? – pita se dr. Bursać.

Kaže i da mu je znanje iz medicine puno pomoglo u radu s ljudima s posebnim potrebama.



Ako se neko dijete pokaže vrlo napredno, pripremaju ga za natjecanje

- Onaj tko nema temeljno znanje ne može kvalitetno raditi. Treba se i puno toga pročitati, znati što je dozvoljeno, a što ne, jer se greške mogu dogoditi. U svijetu postoje ljudi koji su educirani samo za rad taekwonda s tim ljudima, a ja sam i liječnik pa znam možda više i od njih. Uostalom, to što sam liječnik pomoglo mi je i da prije godinu i po pokrenem tu parataekwondo grupu. Bio sam i na tečaju za paraklasifikatora. Jedan dečko iz Amerike, kiropraktičar, i ja jedini smo koji smo i medicinski i tehnički klasifikatori, a bili smo i natjecatelji u taekwondou – otkriva nam.

Sve više volontera mu se javlja za njegov projekt,

pa tako i jedna mlada liječnica koja čeka specijalizaciju, mlada psihologinja... Drago mu je da interes raste.

- Oni vam uđu pod kožu. Drugačiji su. Svaki od njih je na drugačijoj intelektualnoj i motoričkoj razini, svaki je jedinka za sebe i s njima nema generaliziranja.

Ali s puno ponavljanja i upornosti svladat će nešto što inače ne bi mogli – kaže liječnik.

Djeca u njegovoj grupi su u dobi od 4 do 10 godina. Ideja je bila raditi s mladim uzrastima, jer se s takvima može dobiti najbolje rezultate.

- To i želimo: postići neke rezultate. Da to dijete može samo ući u tramvaj, samo otvoriti vrata, samo se popeti uza stubište... A onda, ako se pokaže toliko spremnim i toliko motorički napreduje da može koristiti elemente taekwonda, za neki oblik natjecanja koji mu je dostupan, zašto ne? Ideja je okupljati i djecu s drugim spektrom poremećaja poput autizma ili cerebralnih poremećaja. Ako ih se dovoljno skupi, pokrenut ćemo i takvu grupu. Ideja je i da roditelji slušaju predavanja dok klinici vježbaju. Ali trebamo veći prostor – podsjeća dr. Bursać.