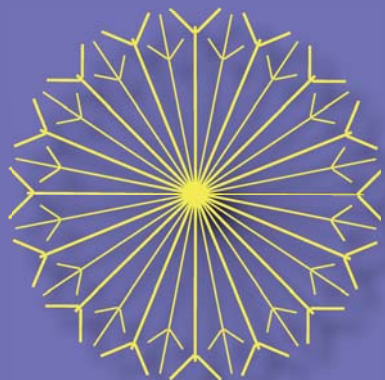


# HRVATSKA UDRUGA PARAPLEGIČARA I TETRAPLEGIČARA



17 - 18  
LISTOPAD, 2008.



# G-HUPT

## Impressum:

G-HUPT je glasilo Hrvatske udruge  
paraplegičara i tetraplegičara,  
broj 17-18

Glavna i odgovorna urednica:  
*Manda Knežević*

Uredništvo:  
*Manda Knežević, Janko Ehrlich-Zdvořák,  
Željko Kladařan i Denis Marijon*

Izdavač:  
*Hrvatska udruga paraplegičara i  
tetraplegičara, Park prijateljstva 1,  
Zagreb hupt@hupt.hr www.hupt.hr*

Lektura:  
*Julija Barunčić Pletikosić*

Grafičko oblikovanje i priprema:  
*Teovizija d.o.o., Zagreb, Kaptol 13*

Tisak:



**BESPLATNI TELEFON**

**0800 206 206**

**www.simbex.hr**

**info@simbex.hr**

### POMAGALA PRI INKONTINENCIJI

Anatomski oblikovani ulošci  
Ulořci za muřkarce  
Pelene u spoju s gaćicama  
Nepropusni podmetači  
i drugo

### ORTOPEDSKA POMAGALA

Invalidska kolica  
Toaletni program  
Pomagala za kretanje  
Dječji rehabilitacijski program  
i drugo

### ANTIDEKUBITALNI MADRACI

### MEDICINSKA KOZMETIKA

**TRUDIMO SE IMATI SVE ŠTO VAM TREBA**

# Sadržaj

Dragi prijatelji 4-5	Hrvatska udruga paraplegičara i tetraplegičara bila je uspješni domaćin kongresa Europske federacije spinalno ozljeđenih 2008. 24-25
UPITIŽ Udruga paraplegičara i tetraplegičara Istarske županije 6	ESCIF-ovo izvješće o liječenju, oporavku i dugotrajnoj skrbi za osobe sa spinalnom ozljedom 26-30
UPIT Udruga paraplegičara i tetraplegičara Osječko-baranjske županije 7	Konvencija 31-33
SDUSO Splitsko-dalmatinska udruga spinalno ozljeđenih 8-9	Pravobraniteljica za osobe s invaliditetom 38-45
SOZ Spinalne ozljede Zagreb 10	Pitali smo pravobraniteljicu 46-50
<b>Predstavljamo novu udrugu</b> SIZIF Udruga studenta s invaliditetom Sveučilišta u Zagrebu 11	Tjedan OPT 2008. u Osječko-baranjskoj županiji 52-53
Profesor i asistent 12-13	Pravilnik o osiguranju pristupačnosti građevina osobama s invaliditetom i smanjene pokretljivosti 54-59
Osobna asistentura 14-15	A zašto ne? Revija večernjih toaleta u Koprivnici 60-61
Poziv članovima koji žele postati volonteri 16-17	Skijanje osoba s paraplegijom i tetraplegijom 62-63
Ja i hrvatska udruga paraplegičara i tetraplegičara 18	Nastavak školovanja 64
Vrsta paralize - tetraplegija i paraplegija 19	SOS telefon za žene s invaliditetom 65-66
Radni vikend 20	Uloga brusnice u prevenciji urinarnih infekcija: znanstveni dokazi 67-70
Kulturno-društvene aktivnosti 21	
Posanje osobnih priča 20	

# Dragi prijatelji,

\* Evo prošla je godina dana od izlaska našeg Glasila HUPT. Razloga za tako dugo neizlaženje Glasila je više. Uvijek na prvo mjesto stavljamo financije. Ovaj puta to neću učiniti, iako je i to jedan od razloga. **Najveći problem je kadrovski – dakle pomanjkanje ljudi. Broj aktivista u HUPT-u je premalen. Sve se još uvijek radi volonterski i to uvelike usporava provedbu planova. Aktivisti koji žele provoditi planove i programe zatrpani su administrativnim poslovima.** Osim toga, da bismo mogli opstati, „jurimo“ za natječajima, pišemo ih, a da zapravo nikada nismo sigurni hoće li i odakle će kapnuti koja kuna da bismo preživjeli. Takva nesigurnost i nesustavno financiranje barem osnovne djelatnosti nisu poticajni za aktiviste, a deprimirajući su za aktiviste koji se svakodnevno trude da HUPT bude veća i snažnija organizacija. **Samo pisanje projekata, praćenje provedbe i pisanje izvješća, posao je kojim se ima što baviti jedna osoba barem pola radnog vremena. A HUPT radi na tri razine: s članovima, na svojoj promociji kroz suradnju s državnim institucijama i drugim organizacijama te na međunarodnom planu. Kako se to odrađuje, znaju oni koji su u sličnim situacijama.**

\* Osim toga, G HUPT-a je glasilo svih nas. Glasilo bi moglo izlaziti češće i bez problema ispunili bismo ga informacijama o međunarodnim dokumentima, zakoni-

ma i ponekom informacijom, ali bismo li onda bili zadovoljni. A da bismo bili zadovoljni, mi koji najčešće pišemo željeli bismo da nas „mi“ bude više. Želimo da Glasilo bude naša zajednička kreacija.

\* Više javljanja i više pisanja daje više materijala iz kojeg se može vidjeti što bismo željeli i što nas stvarno muči. Znamo da ipak mnogi članovi unatoč svom stečenom invaliditetu žive uspješno prosječne ili čak izvanprosječne živote. Takva iskustva su dobrodošla. „S paraliziranošću ne prestaje život“ geslo je Udruge osoba sa spinalnim ozljedama Velike Britanije. To je naprosto istina. Život ide dalje. Postaje drugačiji u mnogim segmentima, treba mnogo toga naučiti, ali je i dalje život i cilj je živjeti ga što je moguće sadržajnije i kvalitetnije.

\* U ovom Glasilu HUPT imamo prilike pročitati interveiw s našom prvom pravobraniteljicom Ankom Slonjšak. Uspješnih - više ili manje - osoba s invaliditetom ima još. Unatoč njihovoj samozatajnosti bilo bi lijepo, a sigurna sam za mnoge poticajno da nađu mjesta u našem Glasilu. Zato izađite iz svojih skrovitosti i podijelite svoje priče s nama!

\* U godinu dana otkada nije izašlo Glasilo dogodile su se mnoge promjene. Ozakonjena je Konvencija UN-a o pravima osoba s invaliditetom, imenovana je pra-

vobraniteljica za osobe s invaliditetom, HUPT je definitivno reorganiziran i postao je svojevrsni savez, uspješno smo organizirali IV. ESCIF-ov kongres u Umagu. Imamo četiri članice - udruge s pravnom osobnošću. U planu je do kraja godine osnovati još četiri. Posredstvom HUPT-a i članica, u projekt osobne asistencije uključeno je 25 osoba s tetraplegijom i desetak kroz lokalne mješovite udruge.

\* Kupljeno je i kombi vozilo prilagođeno potrebama osoba koje se kreću u invalidskim kolicima. Veći dio novca (250.000 KN) dobili smo od Vlade Republike Hrvatske krajem 2007. godine, na čemu smo predsjedniku Vlade dr. Ivi Sanaderu vrlo zahvalni.

\* Sada predstoji iznaći način zapošljavanja vozača te stavljanja kombija u funkciju.

\* Istovremeno, veliki nam je zadatak „izboriti“ se u narednom razdoblju za zapošljavanje jednog stručnog djelatnika.

\* Ovih dana potpisat ćemo s Gradom Zagrebom ugovor o dodjeli radnog prostora u Slobotini. Prostor je potrebno urediti, da bi u njemu započeli rad i aktivnosti HUPT-a.

\* Planova i obaveza je mnogo. Ima ih uvijek toliko da nadilaze naše ljudske kapacitete. Uz G HUPT-a šaljemo i nekoliko anketa. Molimo da imate strpljenja te da ih ispunite i vratite na adresu HUPT-a. Svjesni smo da to ispunjavanje „ide na živce“ mnogima. Onima koji provode aktivnosti takvi podaci su vrlo korisni i smjernice su za daljnje aktivnosti i poduzimanje odgovarajućih mjera za poboljšanje kvalitete življenja svih nas.

\* Na kraju bih rekla, bilo koji pomak ne

dolazi sam od sebe. Niti promjena zakona, niti pravilnika, niti donošenje strategija ni planova, pa ni provođenje bilo koje aktivnosti koja ima za cilj poboljšanje kvalitete življenja nas osoba sa spinalnim ozljedama. Samo od kritiziranja nikakve koristi. **Uključimo se i učinimo svi nešto, svatko prema svojim mogućnostima. A svi možemo doprinijeti razvoju svijesti, i u konkretnim situacijama, npr. sprječavanje stvaranja novih građevinskih prepreka (u svojem najbližem okruženju, a često i u vlastitom domu), u promjeni stava i odnosa prema servisnim službama i u drugim životnim situacijama. Svatko može dati obol za boljitak života osoba s invaliditetom općenito, a to znači i onih koji žive s nama i uz nas. Naša veća samostalnost i uključivanje u rješavanje problema doprinose podizanju našeg samopouzdanja i doprinose promjeni percepcije da smo pasivni promatrači zbivanja oko sebe.**

\* I ljeta je iza nas. Obično za vrijeme odmora ili neposredno poslije stvaramo nove planove i imamo želju za promjenama i snažnijim angažmanom.

**\* I zato uz želje za svako dobro i sa željom da se u HUPT-u pojavi poneki novi aktivist, pozdravlja Vas,**

\* Vaša predsjednica

Manda Knežević



## UPITIŽ Udruge paraplegičara i tetraplegičara Istarske županije

\* Dana 17. 11. 2007. godine održana je osnivačka skupština Udruge paraplegičara i tetraplegičara Istarske županije (UPITIŽ), a s danom 4. 2. 2008. Ured državne uprave u Istarskoj županiji donio je rješenje i Udruga je upisana u Registar udruga Republike Hrvatske pod registarskim brojem **18001776**.

\* **Matični broj udruge je 2344017.**

\* **Žiro-račun: 2360000-1102009484 kod Zagrebačke banke.**

\* UPITIŽ kao samostalna, neprofitna, nevladina, interesna i humanitarna udruga paraplegičara, tetraplegičara i drugih osoba koje imaju spinalno oštećenje i njihovih bliskih srodnika, potiče i pruža pomoć svojim članovima i njihovim obiteljima, radi poboljšanja kvalitete života i društvene brige, skrbi i zaštite interesa, te potiče samosvijest i društvenu, gospodarsku, kulturnu i ostalu afirmaciju osoba s invaliditetom.

\* Udruga paraplegičara i tetraplegičara Istarske županije zapravo nastavlja rad istarskog ogranka Hrvatske udruge paraplegičara i tetraplegičara koji djeluje od siječnja 2005. godine.

\* Područje djelovanja je Istarska županija, ali ako je potrebno članom može po-

stati i osoba izvan toga područja, jer kad je u pitanju dobrobit osoba sa spinalnim ozljedama kod nas nema granica.

Statutom određena tijela su:

\* **Skupština**

\* **Predsjednik:** Željko Kladaušan

\* **Upravni odbor:** Marika Đurđević, Dijo Cukarić, dr. Boris Milat i Gracijano Turčinović

\* **Nadzorni odbor:** Zlatko Vukić, Mladen Jurada i Aleksandar Pavlović

Za sada djelujemo iz privatnog stana jer još nemamo uredski prostor.

\* **Adresa je:** UPITIŽ (kod Kladaušan), Zoranićeva 17, 52105 PULA, mob: 091 597 1626. e-mail: upitiz@net.hr .

\* **Imamo i svoje web stranice** [www.paraplegia-hr.com](http://www.paraplegia-hr.com) koje su prerasle u SCI portal, na njima je i forum na kojem ljudi iz čitave Hrvatske (i šire) razmjenjuju iskustva i sklapaju prijateljstva.



*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*





## Udruga paraplegičara i tetraplegičara Osječko-baranjske županije

### Udruga paraplegičara i tetraplegičara Osječko-baranjske županije

\* **Predsjednik:** Danijel Balažić

\* **Žiro-račun:**

2360000-1400440448  
kod Zagrebačke banke.

\* **Matični broj udruge je 1441370**

\* **Adresa:**

Vijenac lipa 36  
HR-31000 Osijek  
Tel. +385 (0)31/ 280-788

\* **Dežurstvo u udruzi:**

od ponedjeljka do petka  
od 09:00 do 14:00 sati



*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*





## SDUSO

### Splitsko-dalmatinska udruga spinalno ozlijeđenih

\* U prostoru Odvjetničke komore u Splitu, 15. siječnja 2007. održana je osnivačka skupština osoba s oštećenjem kralježnice, kao ogranak za Dalmaciju Hrvatske udruge paraplegičara i tetraplegičara Zagreb.

\* U radu Skupštine sudjelovalo je 12 osoba u kolicima, koje su izuzetno aktivno uzele udjela u radu iste. Kako se iz rasprave dalo izdvojiti, veliki naglasak je stavljen na specifičnost potreba samih osoba koje imaju oštećenje kralježnice, i potreba da se osnuje udruga koja će se posebno brinuti i posvetiti potrebama i pravima osoba koje su pretrpjele ozljede kralježnice, a koje su za posljedicu ostavile paraplegiju, tetraplegiju, paraparezu, tetraparezu, a s tim posljedicama osobu krajnje ograničile na kretanje u kolicima i djelomičnu ili potpunu ovisnost o pomoći druge osobe.

\* Trenutno SDUSO ima 40 članova.

\* Predloženo je i izabrano rukovodstvo udruge. Za predsjednika je izabran **Nenad Gaćina**. Za potpredsjednicu je izabrana **Antonija Balek**, a za članove predsjedništva **Lea Righi i Valentino Bilić Pavlinović**. Za tajnicu udruge izabrana je **Vanjka Lučev**.

\* Odluke donesene na Skupštini obvezale su novo rukovodstvo da se pobrine za novi prostor, tiskanje iskaznica i da se za potrebe članstva udruge dobije posebno vozilo.

\* Dana 25. siječnja 2007. prisustvovali smo savjetovanju o neovisnom življenju, koje je organizirala Nacionalna zajednica osoba s invaliditetom, a tema je bila osobni asistent. U našoj udruzi 8 članova ima osobnog asistenta

\* Dana 13. travnja 2007. predstavnici HUPT-a upoznali su nas sa svojim djelokrugom rada i obavijestili nas o našim pravima, te kako ostvariti naše potrebe. **Skupu su prisustvovali i predstavnici Grada, osobe iz Poglavarstva, gospođa Vesna Zec, socijalna skrb Grada, dogradonačelnik Kuret, te predstavnici HUPT-a Mandića Knežević i Janko Ehrlich-Zdvořák.**

\* U Nacionalnom tjednu za osobe sa spinalnom ozljedom, koji se obilježavao od 4. do 10. lipnja 2007., aktivno smo sudjelovali. Naši su članovi bili prisutni i edukativno sudjelovali u dva dječja vrtića i dvije osnovne škole. Također je prigodno održana košarkaška utakmica osoba u kolicima. Sve naše aktivnosti bile su praćene kroz javne lokalne medije.

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*





\* Usporedo sa svim aktivnostima koje smo poduzeli i u kojima smo sudjelovali, radili smo na tome da dobijemo prostor za naše djelovanje i okupljanja, i da dobijemo vozilo za potrebe naših članova.

\* Hrvatska narodna stranka iz Splita, povodom svoje akcije „Oskar za ljudsku dobrotu“ uputila nam je poziv da istoj prisustvujemo. Samojoj akciji je bio prisutan naš predsjednik.

\* Kako smo bili aktivni, medijski popraćeni i sveprisutni dobili smo besplatne ulaznice za kazališne predstave za naše članove, na koje su se članovi rado odazvali, osobito za predstave „Splitskog ljeta“.

\* Zalaganjem našeg predsjednika dobili smo i besplatne usluge rent-a-cara.

\* Dana 14. listopada 2007. pokrenuli smo postupak preregistracije. Za to je trebalo napisati i usvojiti novi Statut udruge i izabrati novo rukovodstvo. Skupština koja je održana 15. siječnja 2008. potvrdila je staro rukovodstvo, usvojila novi Statut i novi naziv udruge, koja se zove **Splitsko-dalmatinska udruga spinalno ozlijeđenih**, sa sjedištem u Splitu.

\* **Prostor nam je ostao najveći problem.**

\* Rješenje o registraciji, kao i o novom prostoru dobili smo tek nedavno. Također smo dobili kombi vozilo za potrebe naših članova, ali ga nećemo moći koristiti prije rujna.

\* Sada nam je najveća preokupacija kako namaknuti sredstva za preuređenje

prostora koji smo dobili, a koji se nalazi u bivšem prostoru „PIS – a“ u Spinutu.

\* **Dok se ne stvore uvjeti za osnivanje udruge na cijelom području Hrvatske, SDUSO će pokrivati i brinuti se i za članstvo na cijelom području Dalmacije**

\* **Dok se ne uredi prostor kontaktirati se može:**

### **Splitsko-dalmatinska udruga spinalno ozlijeđenih**

Lička 1, HR-21 000 Split

++385 21 485 118 / 098 167 43 43

sosd@net.hr



*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*





# Spinalne ozljede Zagreb

\* Slijedom reformiranja HUPT-a u savez, 8. 12. 2007. za Zagreb i Zagrebačku županiju osnovane su **Spinalne ozljede Zagreb** kao samostalna udruga u sklopu Hrvatske udruge paraplegičara i tetraplegičara. U članstvu Spinalnih ozljeda Zagreb je 121 osoba sa spinalnom ozljedom. Naravno, stvarni broj daleko je veći.

\* Specifični su problemi protiv kojih ćemo se boriti i zalagati se za njihovo rješavanje. Surađivat ćemo s državnim i lokalnim vlastima i osvješćivati javnost o ustavnom pravu na kretanje, školovanje, sudjelovanje u kulturnom, znanstvenom, političkom i u svakom drugom obliku javnog djelovanja.

Od svoje Osnivačke skupštine 10. XI, Spinalne ozljede Zagreb imaju sljedeću upravljačku strukturu:

## **Predsjednik:**

\* Janko Ehrlich-Zdvořák

## **Upravni odbor:**

\* Marijana Blažanović

\* Manda Knežević

\* Davor Krog

\* Anka Slonjšak

## **Nadzorni odbor**

\* Siniša Kekić

\* Ivan Klanfar

\* Anton Pavlin

## **Adresa:**

Park prijateljstva 1

HR-10000 Zagreb

Tel. +385 (0)1 / 38 31 195

Fax. +385 (0)1 / 36 48 582

**E-mail:** info@soz.hr

**URL:** www.soz.hr

**Žiro račun:** 2484008-1104520323

**Matični broj:** 2324237



*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*





## Udruga studenata s invaliditetom Sveučilišta u Zagrebu SIZIF

\* Neki bi rekli da nema dovoljno studentskih udruga, da ima mjesta za još udruga osoba s invaliditetom, poneki smatraju da udruga može djelovati iako štiti interese ne samo određene grupacije studenata s invaliditetom sa sličnim ili istim potrebama, no samo njih 9 je osnovalo Udrugu studenata s invaliditetom Sveučilišta u Zagrebu SIZIF.

\* Udruga je osnovana s ciljem promicanja, razvitka i unaprjeđenja uvjeta studiranja osoba s invaliditetom, što se želi postići što kvalitetnijom harmonizacijom sadašnjih povlastica i razvijanjem novih koje bi rezultirale postupnim povećanjem broja studenata s invaliditetom na Sveučilištu u Zagrebu, odnosno, pojednostavile akademske obaveze onima koji sad studiraju ne utječući na kriterije stjecanja diplome.

\* 5. prosinca 2007. Udrugu je osnovalo 9 studenata od kojih svi imaju različita oštećenja organa za kretanje, vid, sluh i govor. Prikupivši iskustva iz raznih udruga i odvajajući slobodno vrijeme, zajedno su krenuli u aktivno sudjelovanje pri donošenju odluka koje utječu ne samo na njihove, već i na sudbine svih budućih

studenata s invaliditetom. Iako zajedno djeluju kratko vrijeme, Udruga već radi na nekoliko akcija u svrhu poboljšanja kvalitete života studenata s invaliditetom, te tako razvija suradnju sa Studentskim centrom u Zagrebu, Gradom Zagrebom, Ministarstvom znanosti, obrazovanja i športa, Ministarstvom obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti, Ministarstvom zdravstva i ostalim institucijama koje se bave pitanjima studenata s invaliditetom.

\* Uz formalne aktivnosti, članovi Udruge su spremni davati savjete i pomoći svim zainteresiranim mladima s invaliditetom pri upisu i nastavku studiranja na sastavnicama Sveučilišta u Zagrebu, a ukoliko je potrebno, pronaći informacije i za ostala sveučilišta na području Hrvatske.

\* Ukoliko imate pitanja, slobodno se javite na: **udrugasizif@gmail.com** ili telefon **01/6185332**.

---

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



# Profesor i asistent

Dr. sc. Albin Jurić



♦ Dok sam radio kao profesor kemije imao sam asistenta. Nisam ni slutio da će mi to trebati i kasnije.

♦ Na žalost, napretkom bolesti morao sam otići u mirovinu i mislio sam polako raditi uz računalo i kavicu. **Bolest je bila brža od mojih misli. Prvo otkazuju noge pa ruke, tako da mi je ostalo samo da dišem i uzimam hranu, ali samo uz pomoć drugoga. Bio je to veliki udarac za mene i obitelj pa sam se morao nekako snalaziti.** Prvo sam nabavio lifter da olakšam supruzi. Zahvaljujući staroj prijateljici iz djetinjstva život je postao malo podnošljiviji, naime gospođa je ostajala osam sati kod mene ne samo zbog fizioloških potreba nego prije zbog mogućnosti gušenja. Liječnici su u svojim nalazima pisali ono što sam im ja govorio. **Prije godinu dana čuo sam za odličan projekt osobnog asistenta koji je omogućavao da invalid preko udruge dobije osobu koja bi s njim bila makar četiri sata.**

♦ Prošle godine nisam upao u projekt. Ove godine to mi je omogućila udruga para i tetraplegičara HUPT. **Nakon velike papirologije pozvan sam na sastanak uz pratnju buduće asistentice. Opet sam dobio asistenta. Na sastanku je bilo dosta ljudi. Predavači su pričali o samom projektu, odnosu asistent - korisnik, te o nekim iskustvima ljudi koji već imaju asistenta.** Mislio sam da će se održati bilo kakva prezentacija rada asistenta s korisnikom. Zamislite čovjeka koji se prvi put

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



susreće s osobom u invalidskim kolicima, koji ne zna kako se rukuje tim kolicima, a pogotovo s korisnikom. Valjda su mislili da će se to naučiti uz rad.

- ♦ U šestom mjesecu opet su organizatori projekta pozvali buduće asistente na, po sadržaju, isti sastanak. **Potpisivanje ugovora je obavljeno u prostorijama HUPT-a, a svečano potpisivanje između Ministarstva obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti koje je predstavljala ministrica Jadranka Kosor i udruga čitave Hrvatske obavljeno je u Hotelu Sheraton.**

- ♦ Lijep hotel, ugodna atmosfera. Nažalost muški zahod za invalide bio je zaključan. Napominjem da je na skupu bilo oko dvije stotine invalida, od kojih pedesetak u kolicima. Moja supruga koja je išla sa mnom počela se ispričavati, ali smo naišli na solidarnost kolega korisnika zahoda.

- ♦ **Program je odličan, samo tijekom godina treba izvršiti određene korekcije:**

- ♦ Treba izvršiti točnu kvalifikaciju invalidnosti jer ovisno o udruzi mogu se dobiti asistenti i za bolesnike koji hodaju jednom štakom.

- ♦ Treba, osim pravnih i socijalnih predavanja koja su asistenti bili obavezni slušati, organizirati možda za točno određene skupine edukaciju zbrinjavanja bolesnika, stavljanja u krevet i iz kreveta, rukovanja kolicima itd.

- ♦ **Osobno sam doživio zbog visokog nogostupa kod supermarketa Konzum u Vukovarskoj ulici, da sam skliznuo s kolica na beton, a zahvaljujući dobrim ljudima koji su odmah priskočili, živ sam stigao kući.**

- ♦ Vjerojatno će novi zakon ovo sve uzeti u obzir.

- ♦ Zanimljiva je zainteresiranost medija za ovako hvalevrijedan projekt. Ni jedna od televizija nije bila prisutna potpisivanju ugovora. Ne znam jesu li ijedne dnevne novine to objavile. Čovjeku se čini da je bolje biti homoseksualac čiju paradu prenose čak i inozemne postaje, nego invalid u kolicima. Vjerojatno za novinare **dobra vijest nije vijest.**

---

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



# Osobna asistentura



Od uvođenja pojma osobni asistent u Nacionalnu strategiju jedinstvene politike za osobe s invaliditetom 2003–2006. do uvođenja pilot-projekta osobni asistent za osobe s invaliditetom prošle su dvije godine. U prvoj godini u projekt je bilo uključeno 78 osoba. Narednih godina broj osoba uključenih u pilot projekt znatno je povećavan. U 2007. već je u projektu sudjelovalo 176 osoba s najtežim invaliditetom, da bi danas imali 338 osoba uključenih u pilot-projekt. Prilikom zadnjeg potpisivanja ugovora, potpredsjednica Vlade, ministrica obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti i predsjednica Vladinog Povjerenstava za osobe s invaliditetom gospođa Jadranka Kosor najavila je donošenje Zakona o osobnom asistentu do kraja 2008. godine. Govoreći o važnosti projekta osobne asistenture rekla je da je ovaj projekt prilog u borbi protiv prepreka i predrasuda, te da osobe s invaliditetom nisu osobe s posebnim, nego s jednakim potrebama i treba im omogućiti normalan život, a upravo to je osobni asistent koji za korisnike znači kvalitetno življenje.

Što je osobni asistent za osobu s visokim stupnjem invaliditeta, gospodin Adolf Ratzka, jedan od pokretača osobne asistenture, kaže: „Osobni asistent omogućuje korisniku da zauzme svoju pravu ulogu u obitelji, na poslu te općenito u društvu u kojem živi, sa svim pravima i obvezama koje se podrazumijevaju u ostaloj populaciji. Uz osobnog asistenta

---

ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska



*osobe s invaliditetom nisu teret svojim obiteljima. Roditelji, supružnici ili drugi članovi obitelji ne trebaju više ostajati kod kuće i žrtvovati svoju karijeru. Mogu sudjelovati u domaćinstvu i odgoju djece. Uz osobnog asistenta osobe s invaliditetom mogu pohađati škole i obrazovati se te ući na tržište rada. Njihovi partneri i drugi članovi obitelji ne moraju strahovati da su predodređeni na 24-satno radno vrijeme.“*

Alternative za osobnu asistenturu nema. Ukoliko osoba ne može organizirati svoj život uz ili s osobnom asistenturom, postoji krajnji ishod, a to je smještaj u odgovarajuću (?) instituciju. Pitanje je postoji li uopće i što je odgovarajuća institucija? U Republici Hrvatskoj takve institucije nema. Postoje domovi za stare i nemoćne osobe koje u nuždi primaju i osobe s invaliditetom. U drugim zemljama Europe institucionalizacija je također alternativa asistenturi, s time da neke od europskih zemalja imaju specijalizirane ustanove za osobe s invaliditetom.

O institucijama možemo govoriti kao o administrativnim tijelima. U institucijama se živi po pravilima kojima se korisnici moraju prilagoditi. Korisnici u pravilu ne mogu birati tko će im pomagati, svoje potrebe moraju prilagoditi potrebama cjelokupne organizacije. U institucijama se radi po pisanim i nepisanim zakonima koji propisuju način i vrste usluga. Na organizaciju rada korisnici nemaju veći utjecaj niti kontrolu. Pomoć u ustanovama ograničena

je na točno određeno vrijeme i aktivnosti kao i na mjesto pružanja pomoći. To je u potpunosti suprotno filozofiji samostalnog življenja. Osim toga, korisnici nemaju mogućnost odabira tko će im od osoblja pružati potrebnu pomoć.

*S takvim karakteristikama institucije jasno je da prilagodba nije lagana. U jednom tekstu o institucijama autor kaže da je „jedna od strategija opstanka u institucijama razvijanje ugodne osobnosti kojom će se postići privilegije na račun drugih korisnika koji nisu tako prilagodljivi. Rezultat institucionalizacije je poznat pod nazivom hospitalizam, što podrazumijeva gubitak socijalnih vještina, životnih mogućnosti i usporavanje ljudskog razvoja. Problem s kojim se suočavamo kod osoba smještenih u instituciji je gubitak samopouzdanja.“*

U osobnu asistenturu uključene su osobe s tetraplegijom. Znamo da je osoba koje trebaju asistenturu daleko više. Prije samog uvođenja pilot-projekta osobne asistenture HUPT je svim svojim članovima s tetraplegijom poslao Barthel indeks. Barthel indeks je upitnik vlastite procjene mogućnosti obavljanja svakodnevnih aktivnosti.

Danas ima barem stotinjak novih članova, a među njima sigurno i onih koji su zainteresirani za ovaj oblik servisa. Ukoliko sebe vidite kao budućeg korisnika osobne asistenture, molimo da nam se javite kako bismo Vam poslali Barthel indeks i stavili Vas na listu za asistenciju.

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



## Poziv članovima koji žele postati volonteri

### Edukacija za uključivanje u društveni rad

Kada se govori o radu udruga, uvijek se govori o onima koji „rade“ u **udrugama i drugima (članstvu)**. Oni koji rade često u očima članova koji nisu izravno uključeni u rad HUPT-a, djeluju „privilegirano“. Je li to baš tako? **Vjerovali ili ne – nije.** Isto tako, svi bismo trebali znati da članovi aktivisti nisu pošteđeni svih onih „muka po paraplegiji ili tetraplegiji“, i da bi mogli sudjelovati u radu, moraju prevladavati svoju svakodnevnicu na najbolji mogući način. HUPT se razvio u udruhu koja je svojim obimom posla prerasla samo volonterski rad. Predstoji velika „borba“ za stvaranje uvjeta za zaposlenje barem dviju osoba.

Onima koji volontiraju u HUPT-u i onima koji dolaze na godišnju Skupštinu i na Radni vikend, poznato je da HUPT vode i sve aktivnosti provode same osobe s paraplegijom ili tetraplegijom. Uvijek nam nedostaje aktivista. **Gotovo u svakom glasilu HUPT-a pozivamo članove koji su zainteresirani za uključivanje u rad da se jave.** Aktivan u HUPT-u može se biti na razne načine. Od pokazivanja interesa o radu HUPT-a, pa do izravnog sudjelovanja u provedbi programa i projekata.

#### Izravno sudjelovanje:

- ♦ **rad u uredu** (dežurstvo ili određeno zaduženje; npr. vođenje blagajne, sređivanje dokumentacije i arhiviranje, kontrola provedbe projekata i rokova, organiziranje određenih aktivnosti, radni vikend, obilježavanje Tjedna

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*





osoba s paraplegijom i tetraplegijom i sl.), prikupljanje materijala za glasilo HUPT-a, kontakti s članovima, prevođenje, praćenje propisa, praćenje medija, praćenje natječaja za projekte, pisanje projekata, osmišljavanje i vođenje projekata, praćenje članstva u vezi s ostvarenjem prava na pomagala, dežuranje na telefonu i sl.

- ♦ **rad s članstvom i u korist članstva;** obilazak članova, provođenje peer counselinga (podrška i savjetovanje iz iskustva), skrb o specifičnim edukativnim programima članstva HUPT-a, povezivanje članova koji se bave literarnim, slikarskim ili drugim kreativnim i umjetničkim aktivnostima, istraživanje pojedinih područja iz života osoba s paraplegijom ili tetraplegijom, itd.
- ♦ **promotivne aktivnosti** (priprema i osmišljavanje promotivnog materijala, dežurstva na štandovima u okviru raznih manifestacija: Sajam „Medicina i tehnika“, Tjedan udruga, Sajam zdravlja i sl.), skrb o izdavaštvu potrebne literature za osobe sa spinalnim ozljedama i o osobama sa spinalnim ozljedama, te predstavljanje HUPT-a u Hrvatskoj i inozemstvu.

Onima koji ne provode aktivnosti uvijek se čini – to je lako. Nekima se čini da bi oni to radili bolje i jednostavnije. HUPT je otvoren za suradnju, bilo kroz HUPT ili kroz lokalne udruge.

Upravo stoga pokrećemo edukaciju za članove HUPT-a. Edukacija je usmjerena na rad u civilnom društvu te na vođenje udruga. Planiraju se provoditi i psihološke radionice za osnaživanje i poduka o komunikacijskim vještinama. Ove vještine su vrlo bitne kako za suradnju, tako i za rad na podršci nedavno stradalim osobama.

**Zainteresirane molimo da se jave u HUPT. Prema zainteresiranosti organizirat ćemo aktivnosti, radionice, tečajeve, e-učenje i sl.**

#### Prepoznati aktivisti HUPT-a:

Ana Slonjšak (slika)

Janko Ehrlich Zdvořák

Denis Marijon

Mitar Drecun

Tatjana Varga

Božana Dejanović

Božica Ravlić

Davor Krog

---

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



# JA I HRVATSKA UDRUGA PARAPLEGIČARA I TETRAPLEGIČARA

Božica Ravlić

Članica sam HUPT-a tek tri mjeseca i još uvijek se i sama upoznajem s problemima i zbivanjima koja se odvijaju u udruzi. Odlučila sam se na dolazak u udругu na poticaj prijatelja kojima sam počela zavidjeti na silnim obavezama. U invalidskim kolicima sam tek osmu godinu. Kažem tek, jer mi je to vrijeme strašno brzo prošlo u rješavanju novih situacija koje je ovo stanje uzrokovalo.

Žao mi je što se ranije nisam odlučila na dolazak u ovakvu udругu, jer je puno lakše kada možeš razmijeniti iskustva s nekim koga muče slični problemi kao i tebe. Sigurno bi i period prilagodbe, prihvaćanja sebe i svojih novih potreba prošao lakše. Šteta je što već za vrijeme rehabilitacije, gdje sam bila smještena odmah nakon bolnice, nije postojao netko s kim bi se moglo razgovarati o svemu što donosi ozljeda. Ljudi iz tvog „prošlog života“ zbunjeni su, neki se osjećaju nelagodno, neki se boje, dok te drugi oduševavaju svojim optimizmom i spremnošću da ti pomognu. Ne znam kako drugi, ali meni je trebalo vremena da prihvatim sebe i shvatim da nisam manje vrijedna od onih koji hodaju i bacaju poglede sažaljenja. Shvatila sam kako je život i dalje lijep, da postoje i dalje stvari kojima se mogu baviti a da bih se osjećala korisno i radovala se novom danu. Danas se više ne bojim ljudi, građevinskih barijera i spremna sam na sve što mi donosi sutra...

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



# Vrste paralize – tetraplegija i paraplegija

U slučaju spinalne ozljede može doći do potpunog ili djelomičnog prekida puta informacija kroz leđnu moždinu. To stanje dovodi do paraplegije ili tetraplegije.

Tijelo će i dalje nastojati slati mozgu poruke ispod razine povrede (senzorne poruke), a mozak će nastojati slati poruke nadolje u mišiće (motorne poruke). No, te će poruke biti blokirane ozljedom leđne moždine u razini povrede. Živci povezani s leđnom moždinom iznad razine povrede će nastaviti normalno funkcionirati.

## Tetraplegija

Tetraplegija je stanje nakon spinalne ozljede **iznad prvog torakalnog (prsnog) kralješka**. Ova paraliza obično zahvaća cervikalne (vratne) živce što rezultira paralizom sva četiri uda. Osim zahvaćenosti ruku i nogu, paralizirani su i mišići prsa i trbuha što rezultira otežanim disanjem i nemogućnošću potpunog iskašljavanja i pročišćavanja dišnih putova.

## Paraplegija

Paraplegija je stanje paralize **ispod prvog torakalnog (prsnog) kralješka**. Paraliziran dio tijela može zahvaćati od lini-

je bradavica do struka uz nemogućnost micanja nogu. Osobe s paraplegijom mogu normalno koristiti ruke i šake.

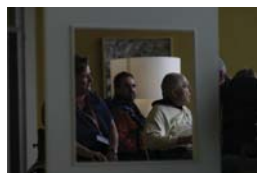
**Paraplegija, tetraplegija i što to znači**  
*Plegija* je grčka riječ i znači *paraliza*.

*Tetra* i *para* su također grčke riječi i znače *četiri*, odnosno *dva*.

**Kvadriplegija**, termin koji se također koristi kad se misli na tetraplegiju, dolazi iz dva različita jezika. Latinska riječ *quadra* znači četiri. *Plegija*, kao što smo već rekli, dolazi iz grčkog jezika. Europska praksa je korištenje termina iz istog jezika, a ne kombiniranje termina iz različitih izvora, u ovom slučaju latinskog i grčkog. U Americi je i danas vrlo česta uporaba termina kvadriplegija (quadriplegia). **No, 1991., kad je došlo do revizije američkog sustava klasifikacije spinalnih ozljeda, zaključeno je kako je tetraplegija (tetraplegia) bolji termin te da ne bi trebalo koristiti dva termina koji označuju isti pojam.**

**Prilagođeno s:** <http://www.apparelyzed.com>

ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska





## Radni vikend

U svom devetogodišnjem postojanju HUPT je do sada organizirao sedam Radnih vikenda s različitim temama.

Do sada samo 2007. nije održan Radni vikend, a održavani su u:

**Topuskom, Selcu, Lovranu, Umagu, Zadrju, te u Zagrebu dva puta.**

Na Radnim vikendima raspravljalo se o komplikacijama u životu osoba s ozljedom kralježnice, psihosocijalnoj prilagodbi na novonastalu situaciju, boli i prehrani osoba s paraplegijom ili tetraplegijom, ljudskim pravima i invaliditetu i socijalnim pravima.

Ovogodišnji radni vikend održao se u Umagu u Hotelu Sol Garden Istra od 17. do 19. listopada.

Teme radnog vikenda ovog puta su bile starenje sa spinalnim ozljedama, njega kože kod osoba sa spinalnim ozljedama, prepoznavanje trenutka kad zatražiti psihološku pomoć, povratak u školske klupe – kakva korist od toga te radionice za građansko novinarstvo, upisnica i neovisno življenje.

Više o temama, izlaganjima i utiscima pročitajte u našem idućem broju..

---

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



## Kulturno-društvene aktivnosti

Članovima koji se bave pisanjem, slikanjem ili nekim drugim kreativnim ili umjetničkim stvaranjem, a rado bi svoja djela predstavili, izdali, pokazali na izložbi, HUPT nudi suradnju, pomoć i podršku. Isto tako, ukoliko želite naučiti nešto novo (slikati, pisati, društveno se angažirati) – javite se. HUPT će kroz projekte pokušati iznaći načina da stječemo nova znanja i naučimo nove vještine koje će doprinijeti našem kvalitetnijem življenju.



## Pisanje osobnih priča

Među 330 članova, koliko ih je u HUPT-u, svatko ima svoju životnu priču do trenutka stradavanja i nakon stradavanja. Moguće je da bi Vaša osobna priča bila interesantna priča za one koji su tek nastradali ili za neke mlade koje će možda potaknuti da budu pažljiviji u svojim aktivnostima koje najčešće dovode do ozljede kralježničke moždine s posljedicom paraplegije ili tetraplegije. Ukoliko imate volje podijeliti svoju životnu priču s drugim osobama, krenite pisati. Nekoliko priča bit će dovoljno da objavimo knjigu, koja će sigurno biti poticajna za druge. HUPT će naći načina da Vaše priče uredi za objavljivanje.



*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*





Otvoren novi Otto Bock centar

## Potpuna usluga na jednom mjestu



Moderna arhitektura, vrhunski materijali, visoki standard i opremljenost, karakteriziraju novu poslovnu zgradu Otto Bocka otvorenu početkom svibnja u Svetoj Nedelji. U suvremeno zdanje ukomponirane su i odlike klasične kuće poput otvorenih prozora i puno dnevnog svjetla, a cijeli je projekt rezultat dvogodišnjeg rada i pomnog projektiranja. Svečanim svibanjskim otvorenjem, na kojemu su se okupila i brojna poznata lica javnog života kao i suradnici i korisnici, Sveta Nedelja je dobila referentni centar u potpunosti prilagođen osobama s invaliditetom.

Poliklinika „Sveta Nedelja“, za fizikalnu medicinu, rehabilitaciju, ortopediju, internu medicinu i fizikalnu



terapiju, sadržaj je drugog kata Otto Bock centra gdje se također još nalaze i dijagnostički laboratorij te dvorana za vježbanje. Kat niže nalaze se prostori uprave, ortopedska radionica i Akademija sa predavaonicom dok je u prizemlju smješten izložbeno prodajni salon, prijem, servis kolica i skladište. Time je zaokružen čitav koncept. Otto Bock centar omogućuje funkcionalnu, potpunu i efikasnu uslu-

gu. Centar je smješten na lako dostupnoj i kvalitetno označenoj lokaciji; glavnoj svetonedeljskoj prometnici svega koji kilometar od autoceste prema Zagrebu. Praktičan smještaj tek je jedna od prednosti Centra u kojemu je osigurano više od 40 parkirališnih mjesta, a posebna su namijenjena osobama s invaliditetom.

Dobrodošli!

# Otto Bock®

QUALITY FOR LIFE

**Otto Bock Adria**

Franje Tuđmana

1410431 Sveta Nedelja

Hrvatska

Tel: +385 (0)1 33 61 544

Fax: +385 (0)1 33 65 986

[www.ottobock.hr](http://www.ottobock.hr)



# Hrvatska udruga paraplegičara i tetraplegičara bila je uspješni domaćin kongresa Europske federacije spinalno ozljeđenih 2008.

Hrvatska udruga paraplegičara i tetraplegičara je od 24. do 26. IV 2008. bila domaćin četvrtom kongresu Europske federacije spinalno ozljeđenih (ESCIF) u Hotelu Sol Garden Istra u Umagu.

Tema kongresa je bila spinalna ozljeda kod starije populacije. Tako je održano nekoliko zapaženih predavanja: prim. dr. Zvonko Kejla iz Klinike za traumatologiju u Zagrebu govorio je o spinalnim ozljedama kod starije populacije; **dr. Gabriele Kirchmair**, fizijatrica iz insbruške klinike, Austrija o temi Svi žele dug život – nitko ne želi biti star te **dr. Jan Reinhardt**, iz Schweizer Paraplegiker-Forschung o Socijalnom aspektu starenja osoba sa spinalnom ozljedom.

Prezentiran je rad na ESCIF-ovom izvješću o liječenju, oporavku i dugotrajnoj skrbi za osobe sa spinalnom ozljedom koji je rezultat opsežnog istraživanja postojećeg stanja koje su udruge članice provele u svojim zemljama. Ovo izvješće – koje kao prilog ovom tekstu možete pročitati u glasilu – zapravo je osnova jednog programskog dokumenta čiji je cilj ujednačavanje akutnog zbrinjavanja i prve rehabilitacije osoba sa spinalnom ozljedom u cijeloj Europi. Rad na ovom izvješću se nastavlja. Stoga su formirane četiri radne skupine koje će do slijedećeg kongresa predložiti konačni tekst. Prva radna grupa radi na uspostavi regionalnih i/ili nacionalnih registara osoba sa spinalnom ozljedom u zemljama Europe, druga na

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*





centralizaciji zbrinjavanja, rehabilitacije i cjeloživotne brige za osobe sa spinalnom ozljedom, treća se bavi peer-counsellingom i servisima direktne podrške (peer support); četvrta skupina obrađuje aktivnu podršku obiteljima osoba sa spinalnom ozljedom.

Na skupštini koja je održana sljedećeg dana umjesto dosadašnjeg blagajnika ESCIF-a, Adriana O'Donnella iz Škotske, koji se zbog privatnih obveza povukao, izabran je **Jani Trdina** iz Slovenije. Zemljama članicama - **Albaniji, Austriji, Belgiji, Danskoj, Engleskoj i Walesu, Finskoj, Francuskoj, Hrvatskoj, Irskoj, Italiji, Litvi, Nizozemskoj, Njemačkoj, Portugalu, Sloveniji, Škotskoj, Španjolskoj, Švedskoj i Švicarskoj**, na ovom kongresu su se pridružile **Bosna i Hercegovina, Crna Gora i Rumunjska**. Ujedno, usvojeno je i godišnje izvješće, kao i financijski plan za iduću godinu.

Ovaj iznimni događaj su pomogli novčano i materijalno – **Ministarstvo zdravlja i socijalne skrbi, gradovi Zagreb i Umag, Avis rent-a-car, Croatia banka, Bauerfeind, Pliva, Zigante tartufi, Hrvatski geološki institut, Hrvatska turistička zajednica te Jutarnji list**. Bez ovih sponzora kongres bi bilo nemoguće organizirati, odnosno bio bi osiromašen u svojoj cjelini. Zahvaljujemo se i **udrugama Zamisli i Društvo distrofičara Istre** na velikoj pomoći kod prijevoza su-

dionika kongresa. Ali, preduvjet svemu je odličan smještaj u Hotelu Sol Garden Istra, kao i iznimno susretljivo i profesionalno osoblje koje tamo radi.

Za uspješnu organizaciju kongresa HUPT tim koji je nesebično dao sve od sebe kako bi se naš pokret osoba sa spinalnom ozljedom u Hrvatskoj i sama Hrvatska pokazali kao ozbiljan i iskren domaćin, dobio je mnogo pohvala delegata iz svih zemalja sudionica, kao i službeno priznanje vodstva Federacije.

---

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



# ESCIF-ovo izvješće o liječenju, oporavku i dugotrajnoj skrbi za osobe sa spinalnom ozljedom

Ovo izvješće je jednoglasno odobreno i prihvaćeno na ESCIF-ovom kongresu 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska.

## 1. Utemeljenje područnog i/ili državnog popisa spinalnih ozljeda u svim europskim državama

Trenutno tek nekoliko država u Europi ima područni ili nacionalni popis spinalnih ozljeda, a čak i u onim državama koje imaju, pristup informacijama iz registra je ograničen. Nadalje, izravna usporedba nacionalnih statističkih podataka je nemoguća zbog nepostojanja usklađenosti definicija i upotrijebljenih načina bilježenja podataka.

Članice ESCIF-a se slažu da bi popisi trebali postojati u svim europskim državama. Primarni ciljevi popisivanja su redom idući:

- Popisivanje će dati podatke i potaknuti državni zdravstveni sektor na

stvaranje budžeta i poticanje ulaganja.

- Popisivanje će istraživačima pružiti korisne informacije vezane uz prevalenciju, učestalost i uzroke ozljeda leđne moždine u pojedinim državama, prepoznavanje i uzdužnih i poprječnih tijekova i tako omogućiti smjernice za buduća mjerodavna istraživanja. Nadalje, prikupljene informacije mogu pružiti korisne smjernice za unaprjeđenje rezultata oporavka.
- **Stvaranje registra omogućit će udruagama osoba sa spinalnom ozljedom da ciljno usmjere svoj rad i aktivnosti i u matičnim državama i na europskoj razini.**
- Stvaranje registra će informirati i potaknuti kampanje (i državne i civilne) kojima je svrha prevencija ozljeda leđne moždine (SCI) te podizanje razine osviještenosti o spinalnim ozljedama među građanstvom, zdravstvenim djelatnicima, učiteljima, potencijalnim poslodavcima, itd.

**U cilju poticanja sabiranja i usporedbe**

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



područnih i nacionalnih podataka, nužno je da su korišteni načini bilježenja standardizirani i transparentni. Dok bi iz etičkih razloga pojedinac trebao zadržati pravo na zahtjev za privatnost njegovog/njezinog medicinskog kartona, u registru zabilježeni statistički podaci trebali bi biti dostupni.

## 2. Centralizacija liječenja, oporavka i životne njege osoba sa spinalnom ozljedom

Dok je učestalost ozljeda kraljezničke moždine (i traumatskih i netraumatskih) relativno niska, fizičke, medicinske, psihološke, društvene i novčane posljedice ozljede su itekako složene i, potencijalno, krajnje negativne za ozlijeđenu osobu i njegovu/njezinu obitelj. Prema tome, suočavamo se s klasičnim problemom zdravstvenog sektora. Postoji mala skupina ljudi s dijagnozom koja zahtijeva vrlo specifično znanje i veliko iskustvo medicinskog, kliničkog i savjetodavnog osoblja na dugo vremensko razdoblje.

ESCIF i njegovi članovi radit će na promidžbi centralizacije liječenja, oporavka i njegovanja osoba sa spinalnom ozljedom te na stvaranju specijaliziranih centara s izvrsnošću njege, liječenja i oporavka. Centri moraju biti u mogućnosti zadovoljiti sve potrebe osoba sa spinal-

nom ozljedom kroz izravan pristup ostalim kliničkim i medicinski specijalističkim odjelima, kao na primjer: neurokirurgiji, neurologiji, ortopedijskoj kirurgiji, urologiji, gastroenterologiji, plastičnoj kirurgiji, *ginekologiji i primaljstvu*, specijalistu za plodnost, seksologu, dišnom odjelu, gerontologiji, fizioterapiji te radnoj terapiji. Usluge koje centri nude trebale bi biti dostupne svim osobama s tetraplegijom i paraplegijom, a mjerodavni državni organi trebali bi osigurati da se osobe s pretrpljenom ozljedom kraljezničke moždine obrate tim istim centrima.

Centralizacija uključuje mnoge pogodnosti kao:

- Stvaranje i održavanje višedisciplinarnog medicinskog, kliničkog, njegovateljskog i terapijskog tima sa znanjem i vještinom koji omogućuje poznat i najbolji mogući način liječenja, oporavka i brige za osobe sa spinalnom ozljedom.
- Omogućavanje stručne savjetne usluge s posebnim fokusom na potrebe osoba sa spinalnom ozljedom kao i na potrebe njihovih obitelji; usluge koje primjerice omogućuju: psiholozi, socijalni radnici, savjetnici, specijalisti za prehranu.
- Osiguravanje stručnih informacija i savjetnih servisa za pomoć pri kretanju, prilagođavanju i preuređivanju stambenog prostora, prijevozu, itd.

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*





- Stvaranje informativnog centra, centra za obrazovanje i savjetovanje o liječenju i skrbi o osobama sa spinalnom ozljedom koji će biti na dobrobit njima samima, njihovim obiteljima, osoblju općih bolnica, liječnicima i fizioterapeutima opće prakse, kao i mjesnim njegovateljima i onima koji rade kao socijalni radnici ili službenici u lokalnoj zajednici.
- Izgradnju namjenskih, u potpunosti osobama sa spinalnom ozljedom prilagođenih centara koji će omogućavati najširi spektar pravilnih postupaka liječenja, terapija i trenažnih postupaka.
- Omogućavanje međusobne potpore osoba sa spinalnom ozljedom, međusobne potpore njihovih partnera i/ili rođaka, kao i njegovatelja, i u vrijeme i nakon oporavka, kroz kontakte s lokalnim i nacionalnim skupinama osoba sa spinalnom ozljedom, organizacijama osoba sa spinalnom ozljedom, sportskim klubovima osoba s invaliditetom.
- Stvaranje foruma za istraživanje mnogih različitih oblika ozljeda kralježničke moždine, koji će sudjelovati u međunarodnim istraživanjima.
- Omogućavanje praktičnih trenažnih sadržaja za buduće medicinsko, kliničko, njegovateljsko i terapijsko osoblje koje se želi specijalizirati na području spinalnih ozljeda.
- Iskorištavanje svih financijskih dobiti stvorenih združivanjem korisnika i osoblja u veće jedinice.

### **3. Servisi za savjetovanje iz prve ruke i pomoć iz prve ruke**

Opći konsenzus nedavnog ESCIF-ovog istraživanja je kako nedavno ozlijeđeni za vrijeme oporavka mogu mnogo naučiti od onih koji žive s tom ozljedom; to uključuje sve, od malih savjeta za svakodnevne aktivnosti do osjetljivijih tema kao što su identitet i seksualnost.

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



Međutim, nije dovoljno osloniti se na slučajne susrete ili ad hoc volonterske aktivnosti; u svrhu osiguravanja maksimalne koristi iz ovog neprocjenjivog izvora informacija i iskustva, unutar spinalnog centra ili rehabilitacijskog centra treba postojati opsežan servis za savjetovanje koje provode osobe s iskustvom ozljede.

ESCIF i njegove članice su se uvjerali kako savjetovanje osoba s istim iskustvom daje pozitivan doprinos oporavku osoba sa spinalnom ozljedom pa će zbog toga raditi na utemeljenju centara za savjetovanje u svim državama članicama ESCIF-a. U svrhu postizanja najboljih rezultata, nužno je da ti servisi dobivaju ispravnu i dovoljnu naknadu od mjerodavnih organa vlasti.

**Uloga savjetnika koji je proživio isto iskustvo je višestruka:**

- Pružanje uzora koji pokazuje mogućnosti, a ne samo ograničenja života s ozljedom.
- Pružanje savjeta temeljenih na vlastitom iskustvu; posebno korisni za osjetljive teme kao što su seksualnost i ljubavna veza.
- Predlaganje rješenja i taktike za prevladavanje poteškoća koje nisu vezane uz režim i rutinu bolničkog okruženja.
- Korištenje mreže organizacije kako bi se ostvarili kontakti s drugim osoba-

ma sa spinalnom ozljedom koje mogu pružati potporu i nadahnuće.

- Suradnja s osobljem u cilju pripremanja aktivnosti i događanja za pacijente i njihove obitelji.
- **Upoznavanje nedavno ozlijeđene osobe s aktivnostima i pogodnostima vezanim uz proces oporavka – sportskim aktivnostima, klubovima ljudi u invalidskim kolicima, seminarima i tečajevima, itd.**

#### **4. Proaktivna pomoć za obitelji osoba sa spinalnom ozljedom**

Posljedice spinalne ozljede ne pogađaju samo ozlijeđenu osobu nego i obitelji, prijatelje pa čak i kolege te osobe. U prethodno navedenom istraživanju pokazalo se kako je većina organizacija itekako svjesna problema s kojima se susreću partneri i obitelji - problema koji uvelike zanemaruju državne zdravstvene i socijalne institucije. Mnogo organizacija-članica radi na poboljšanju te situacije.

ESCIF i njegove članice slažu se kako je proaktivna pomoć (savjetovanje, informiranje i obrazovanje) od životne važnosti za partnere i obitelji onih koji su proživjeli spinalnu ozljedu. U cilju pružanja najbolje i najstručnije pomoći, nužna je

---

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



tijesna suradnja medicinskog, kliničkog, terapijskog i savjetodavnog osoblja s nacionalnim organizacijama osoba sa spinalnom ozljedom. One bi trebale primati financijsku pomoć od mjerodavnih vlasti (vlade, zdravstvenog i socijalnog sektora itd.) kako bi nadoknadile svoj doprinos tim uslugama i aktivnostima.

Prilikom stvaranja proaktivnog sustava obiteljske potpore, trebalo bi zapamtiti iduće stavke:

- Nakon ozljede leđne moždine potreba za proaktivnom pomoći je velika; sustav mora biti na mjestu i pomoć mora odmah biti dostupna.
- Članovi obitelji i ostali bliski nedavno ozlijeđenoj osobi također su traumatizirani, neki će trebati savjetovanje psihologa.
- Uz psihološki i emocionalni šok, članovi obitelji se suočavaju sa širokim spektrom praktičnih i financijskih problema.
- Članovi obitelji trebaju informacije, ne samo o fizičkim učincima i posljedicama ozljede leđne moždine, nego i o budućim mogućnostima.
- Mnogi članovi obitelji žele razgovarati s drugima koji su se nalazili u sličnoj situaciji.
- Potreba za potporom, informacijama, naputcima i savjetima ne nestaje odlaskom osobe s bolničkog liječenja. U

stvari, istraživanja pokazuju kako je upravo to kritično razdoblje za obitelj.

- Na isti način na koji osobe sa spinalnom ozljedom trebaju praćenje i skrb tijekom života tako i njihove obitelji trebaju dugotrajan pristup servisima za potporu koji će im pomoći savladati kasnije poteškoće.



---

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



# Konvencija

Petar Gatarčić

Prava osoba s invaliditetom u Republici Hrvatskoj utvrđena su kako međunarodnim tako i domaćim dokumentima. Od domaćih dokumenata najznačajniji je Ustav Republike Hrvatske, čijim se odrednicama naglašava potreba posebne skrbi o osobama s invaliditetom i njihovog uključivanja u društveni život. Slijedeći osnovno načelo Ustava Republike Hrvatske o posebnoj zaštiti osoba s invaliditetom, brojnim propisima razrađene su pojedine odredbe Ustava o zaštiti osoba s invaliditetom odnosno o njihovim pravima.

Opća deklaracija o ljudskim pravima, koja se danas smatra međunarodnim običajnim pravom, odnosno izvorom svih ljudskih prava, sukladno svojim načelima: **temelj slobode, pravde i mira u svijetu**, predstavlja priznavanje prirodnog dostojanstva, te jednakih i neotuđivih prava svih članova ljudske zajednice. Naravno da navedeno načelo predstavlja temelj kasnijih kako međunarodnih, tako i nacionalnih dokumenata kojima se štite sve kategorije brojne obitelji ljudskih prava čiji se sadržaj i značaj iz dana u dan proširuje i o pojedinim specifičnim skupinama ljudi o čijim se pravima radi. Jednu takvu skupinu čine i osobe s invaliditetom. Brojni međunarodni dokumenti o ljudskim pravima ne izdvajaju pojedine skupine ljudi, već pobrojana prava priznaju svakome, iz čega proizlazi zaključak da su pobrojana prava zajamčena i posebnim skupinama, kao što su i oso-

---

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



be s invaliditetom. Isto tako, ne postoji međunarodni dokument obvezujućeg karaktera koji bi se doticao upravo prava osoba s invaliditetom.

Stoga je za podržati donošenje **UN-ove Konvencije o pravima osoba s invaliditetom**, koju je 30. ožujka 2007. godine u sjedištu Ujedinjenih naroda u New Yorku potpisalo 80 zemalja. U ime Vlade Republike Hrvatske Konvenciju o pravima osoba s invaliditetom i Fakultativni protokol uz Konvenciju o pravima osoba s invaliditetom potpisala je potpredsjednica Vlade i ministrica obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti gospođa **Jadranka Kosor**. Zajedno s potpredsjednikom **Kosor**, potpisivanju je, u sklopu izaslanstva Vlade Republike Hrvatske, nazočila **Ljubica Lukačić** (naša Križevčanka), osoba s invaliditetom i predstavnica nevladinih udruga osoba s invaliditetom. Potpisivanju je u ime Hrvatskog sabora prisustvovala i saborska zastupnica **Vesna Škulić**. Konvencija će stupiti na snagu nakon što je ratificira 20 članica Ujedinjenih naroda.

Uz uvažavanje temeljnih načela koja proizlaze iz Opće deklaracije o ljudskim pravima kao što su: poštivanje urođenog dostojanstva, sloboda izbora i neovisnost osobe, nediskriminacija te jednakost muškarca i žene, Konvencija po prvi puta jamči prava koja proizlaze s osnova invaliditeta, a to su: puno i učinkovito sudjelovanje i uključivanje u društvo osoba

s invaliditetom, poštivanje različitosti i prihvaćanje invaliditeta kao dijela ljudske različitosti i čovječnosti, jednakost mogućnosti: pristupačnost i poštivanje sposobnosti razvoja djece s poteškoćama u razvoju i poštivanje djece s poteškoćama u razvoju na očuvanju vlastitog identiteta.

Konvencija svojim odredbama, uvažavajući specifične potrebe osoba s invaliditetom, s jedne strane jamči, a s druge strane obvezuje države potpisnice na praktičnu provedbu temeljnih ljudskih prava kao što su dostojanstvo, jednakost, pred zakonom, nediskriminacija, pravo na život, pristup pravosuđu, osobna sloboda i sigurnost; zabrana mučenja i surovog postupanja ili kažnjavanja, zabrana izrabljivanja i zlostavljanja, sloboda kretanja i državljanstvo, sloboda mišljenja i izražavanja te pristup informacijama, poštivanje privatnosti, doma i obitelji, pravo na obrazovanje, zdravstvena zaštita, rad i zapošljavanje, sudjelovanje u političkom i javnom životu te sudjelovanje u kulturnom životu.

Međutim, osim navedenih prava, i njihov razradu u svrhu punog uživanja i od strane osobe s invaliditetom neovisno o vrsti i prilagođene osobama s invaliditetom. Stoga, uz već nabrojeno **Konvencija jamči: posebnu pozornost ženama s invaliditetom, uključivanje djece s poteškoćama u razvoju u skladu s najboljim interesom djeteta, podizanje svijesti cijelog druš-**

---

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*





*tva o osobama s invaliditetom i njihovim pravima, pristupačnost, neovisno življenje i uključenost u zajednicu, osiguranje osobne pokretljivosti te osposobljavanje i rehabilitaciju.* Upravo navedena prava predstavljaju jamstvo i poštivanja ukupnosti ljudskih prava i izjednačavanje mogućnosti u odnosu na osobe s invaliditetom. Ona jamče prihvaćanje invaliditeta kao oblika različitosti te njegovo potpuno uvažavanje od strane države i društva. Uvažavanje pak invaliditeta predstavlja preduvjet poštivanja ljudskih prava s invaliditetom u punoj širini, prilagođavajući instrumente njihova uživanja posebnim potrebama svakoj pojedinačnoj osobi. Pravo izbora osobe s invaliditetom, uvažavanje njenog mišljenja i pravo na odlučivanje o samoj sebi, jedna je od njenih komparativnih prednosti budući da nameće obvezu uvažavanja navedenih načela.

**Konačni cilj Konvencije je potpuna socijalna integracija osoba s invaliditetom koja takvoj osobi omogućava samostalno življenje.**

Koncept Konvencije usmjeren na osnaživanje osobe s invaliditetom te povećanje odgovornosti društva prema toj društvenoj skupini na neki način jamči ostvarenje cilja, a to je puno uvažavanje ljudskih prava osoba s invaliditetom.

Najvažniji očekivani učinak Konvencije je promjena percepcije javnosti prema osobama s invaliditetom, u cilju njihove

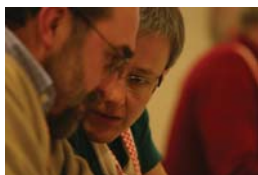
pune integracije u društvo, što traži i javnu kampanju.

**UN-ov stručnjak za invaliditet Thomas Schindlmayr istaknuo je:** „*Konvencija ne traži da osobe s invaliditetom imaju neka nova prava. Ona ne traži ništa više od onoga što drugi ljudi već imaju – ona traži da osobe s invaliditetom uživaju iste mogućnosti u društvu koje već imaju svi drugi.*“

**Visoka povjerenica Ujedinjenih naroda za ljudska prava Louise Arbour na potpisivanju Konvencije istaknula je:** „*Ova će povelja podignuti razinu osviještenosti i mobilizirati političku volju na nužne promjene. Moraju se srušiti zidovi predrasuda i stigme naših najvećih kolektivnih hendikepa.*“ Treba se nadati da će se njene riječi i ostvariti. Na nama, osobama s invaliditetom je zadaća da se upoznamo s pravima iz ove Konvencije, da ta prava promičemo i branimo za sebe i za druge osobe s invaliditetom. Zajedničkom podrškom, odnosno kampanjom možemo Konvenciju o pravima osoba s invaliditetom učiniti dokumentom koji može promijeniti naše živote.

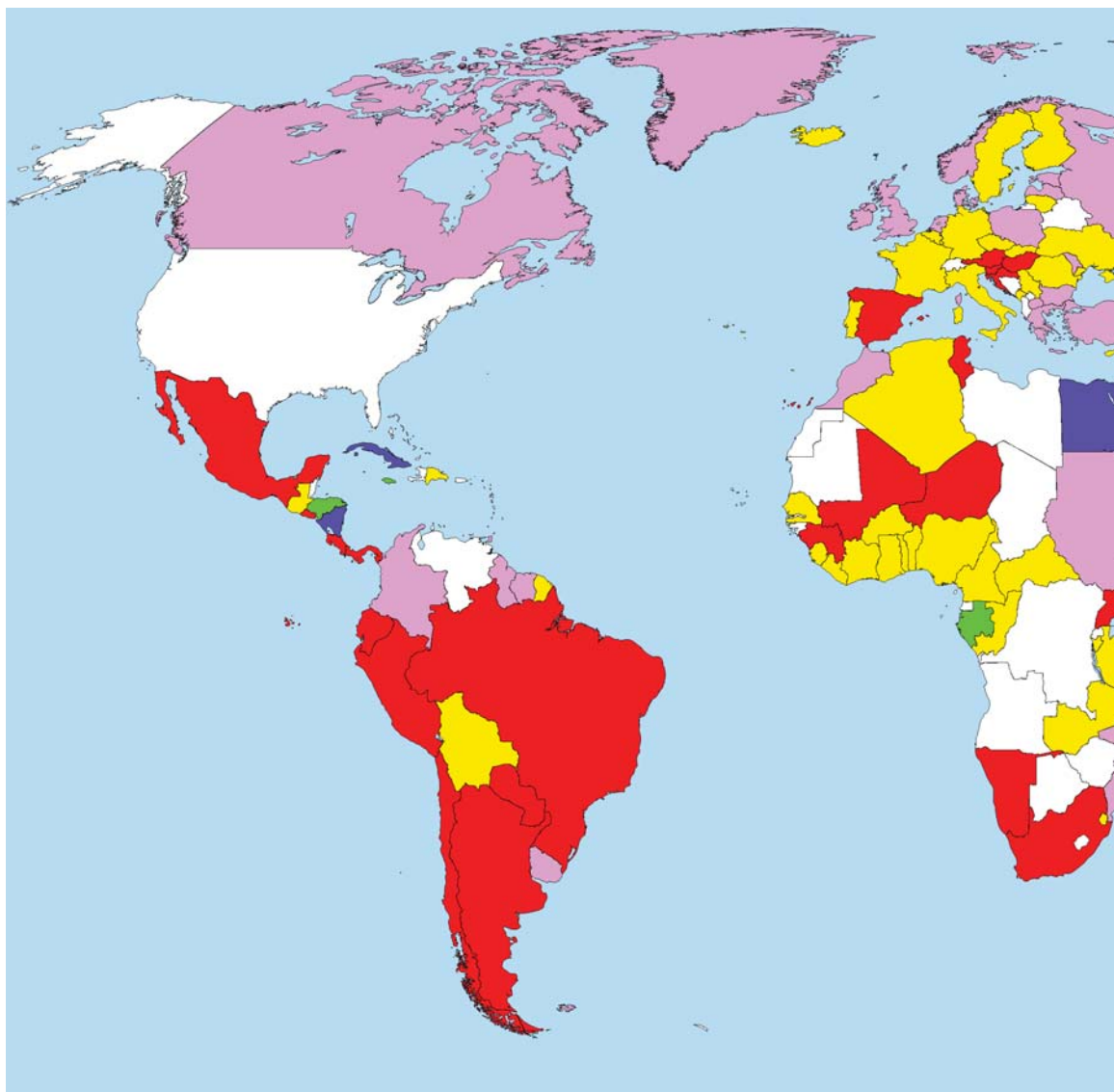
---




ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska



# Konvencija o pravima osoba s invaliditetom i Fakultativni p

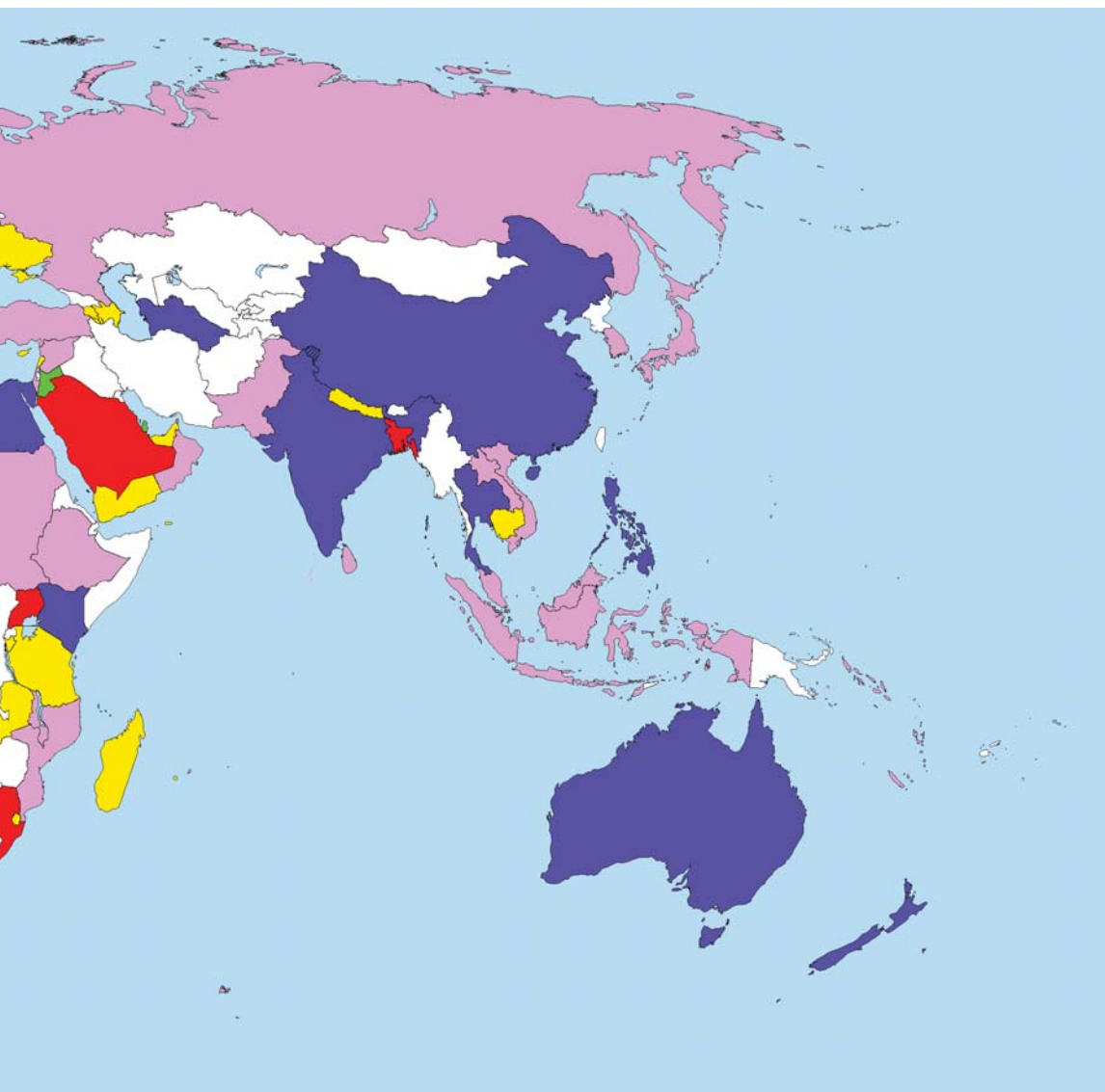
Zemlje potpisnice i tijek ratifikacije – stanje 1. 10. 2008.






-  Zemlje koje su potpisale i ratificirale konvenciju i fakultativni protokol
-  Zemlje koje su potpisale konvenciju i fakultativni protokol, ali su ratificirale samo konvenciju
-  Zemlje koje su potpisale i ratificirale konvenciju, ali nisu potpisale fakultativni protokol

# ...i protokol uz Konvenciju o pravima osoba s invaliditetom

Janko Ehrlich-Zdvořák, 2008.



-  Zemlje koje su potpisale konvenciju i fakultativni protokol
-  Zemlje koje su potpisale konvenciju, ali ne i fakultativni protokol
-  Zemlje koje nisu ništa potpisali

# Ratifikacije po datumima

1. **Jamajka** – 30. ožujak 2007.
2. **Mađarska** – 20. srpanj 2007.
3. **Panama** – 7. kolovoz 2007.
4. **Hrvatska** – 15. kolovoz 2007.
5. **Kuba** – 6. rujan 2007.
6. **Gabon** – 1. listopad 2007.
7. **Indija** – 1. listopad 2007.
8. **Bangladeš** – 30. studeni 2007.
9. **Južnoafrička Republika** – 30. studeni 2007.
10. **Španjolska** – 3. prosinac 2007.
11. **Namibija** – 4. prosinac 2007.
12. **Nikaragva** – 7. prosinac 2007.
13. **El Salvador** – 14. prosinac 2007.
14. **Meksiko** – 17. prosinac 2007.
15. **Peru** – 30. siječanj 2008.
16. **Jordan** – 31. siječanj 2008.
17. **Gvineja** – 8. veljača 2008.
18. **San Marino** – 22. veljača 2008.
19. **Tunis** – 2. travanj 2008.
20. **Ekvador** – 3. travanj 2008.
21. **Mali** – 7. travanj 2008.
22. **Egipat** – 14. travanj 2008.
23. **Honduras** – 14. travanj 2008.
24. **Filipini** – 15. travanj 2008.
25. **Slovenija** – 24. travanj 2008.
26. **Katar** – 13. svibanj 2008.
27. **Kenija** – 19. svibanj 2008.
28. **Niger** – 24. lipanj 2008.
29. **Saudijska Arabija** – 24. lipanj 2008.
30. **Australija** – 17. srpanj 2008.
31. **Čile** – 29. srpanj 2008.
32. **Tajland** – 29. srpanj 2008.
33. **Brazil** – 1. kolovoz 2008.
34. **NR Kina** – 1. kolovoz 2008.
35. **Argentina** – 2. rujan 2008.
36. **Paragvaj** – 3. rujan 2008.
37. **Turkmenistan** – 4. rujan 2008.
38. **Novi Zeland** – 25. rujan 2008.
39. **Uganda** – 25. rujan 2008.

---

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



40. **Austrija** – 26. rujan 2008.

41. **Kostarika** – 1. Listopad 2008.

1. **Mađarska** – 20. srpanj 2007.

2. **Panama** – 7. kolovoz 2007.

3. **Hrvatska** – 15. kolovoz 2007.

4. **Južnoafrička Republika** – 30. studeni 2007.

5. **Španjolska** – 3. prosinac 2007.

6. **Namibija** – 4. prosinac 2007.

7. **El Salvador** – 14. prosinac 2007.

8. **Meksiko** – 17. prosinac 2007.

9. **Peru** – 30. siječanj 2008.

10. **Gvineja** – 8. veljača 2008.

11. **San Marino** – 22. veljača 2008.

12. **Tunis** – 2. travanj 2008.

13. **Ekvador** – 3. travanj 2008.

14. **Mali** – 7. travanj 2008.

15. **Slovenija** – 24. travanj 2008.

16. **Bangladeš** – 12. svibanj 2008.

17. **Niger** – 24. lipanj 2008.

18. **Saudijska Arabija** – 24. lipanj 2008.

19. **Čile** – 29. srpanj 2008.

20. **Brazil** – 1. kolovoz 2008.

21. **Argentina** – 2. rujan 2008.

22. **Paragvaj** – 3. rujan 2008.

23. **Uganda** – 25. rujan 2008.

24. **Austrija** – 26. rujan 2008.

25. **Kostarika** – 1. Listopad 2008.

**136** država je potpisalo Konvenciju

**78** država je potpisalo Konvenciju i Fakultativni protokol

**41** država je ratificiralo Konvenciju

**25** države su ratificirale Konvenciju i Fakultativni protokol

---

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



## Pravobraniteljica za osobe s invaliditetom



Anka Slonjšak, pravobraniteljica za osobe s invaliditetom, jedna je od osnivačica HUPT-a (1999.) i redovna članica od njegovog osnutka. Njena aktivnost u provođenju programa i projekata HUPT-a od neprocjenjivog je značaja.

Do stupanja na dužnost pravobraniteljice Ana, kako ju mi svi od milja zovemo, vodila je nekoliko stalnih projekata HUPT-a (Tjedan osoba s paraplegijom i tetraplegijom - Preventivno-edukativni program za djecu i mlade, Osobni asistent) i surađivala na projektima koje vodi Zajednica saveza osoba s invaliditetom. Njen inva-

liditet najvišeg stupnja nije ju spriječilo da bude jedna od najaktivnijih članica volonterki u HUPT-u i drugdje. Iako vrlo ponosni i radosni, njenim odlaskom na novu dužnost HUPT ostaje bez vrijedne volonterke koju je, usudim se reći, teško zamijeniti.

Kada se Anka prijavila na natječaj za pravobraniteljicu, HUPT je napisao svoje pismo podrške. Iz tog pisma izdvajamo: „Vrlo smo ponosni što se odlučila prijaviti kao kandidat za mjesto pravobraniteljice za osobe s invaliditetom. Stečeno znanje i iskustvo koje je Anka Slonjšak stekla tijekom volontiranja i rada za i s osobama s invaliditetom od velikog je značaja, pogotovo u ovako osjetljivom i odgovornom segmentu rada. Ona je također osoba koja stalno uči i proširuje svoja znanja. To je dokazala sudjelujući u gotovo svim aktivnostima HUPT-a i drugih udruga. Prošla je razne radionice i edukacije; od psiholoških do radionica za ljudska prava, sudjelovala u brojnim raspravama i okruglim stolovima i kao aktivna sudionica. Posebno je zaslužna za nekoliko vrlo značajnih pomaka u skrbi za osobe s invaliditetom. Radi se o uvođenju javnog prijevoza prilagođenog osobama s invaliditetom, osobnoj asistenturi te razvoju svijesti o invaliditetu kao pojavnosti.“

Da bismo svi skupa znali što je nadležnost

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



naše pravobraniteljice, ovdje je tekst Zakona, a našim članovima koji ne poznaju Anku Slonjšak i svima kojima dođe u ruke

G-HUPT, želimo dati više informacija o našoj pravobraniteljici s intervjuom koji slijedi:

## HRVATSKI SABOR

3127

Na temelju članka 88. Ustava Republike Hrvatske, donosim

### ODLUKU

### O PROGLAŠENJU ZAKONA O PRAVOBRANITELJU ZA OSOBE S INVALIDITETOM

Proglašavam Zakon o pravobranitelju za osobe s invaliditetom, kojega je Hrvatski sabor donio na sjednici 3. listopada 2007. godine.

Klasa: 011-01/07-01/125

Urbroj: 71-05-03/1-07-2

Zagreb, 10. listopada 2007.

Predsjednik  
Republike Hrvatske  
**Stjepan Mesić**, v. r.

### ZAKON

### O PRAVOBRANITELJU ZA OSOBE S INVALIDITETOM

#### OPĆE ODREDBE

#### Članak 1.

Ovim se Zakonom uređuje djelokrug i način rada te uvjeti za imenovanje i razrješenje pravobranitelja za osobe s invaliditetom i njegovih zamjenika.

---

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



## Članak 2.

Pravobranitelj za osobe s invaliditetom štiti, prati i promiče prava i interese osoba s invaliditetom na temelju Ustava Republike Hrvatske, međunarodnih ugovora i zakona.

## Članak 3.

- (1) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom djeluje neovisno i samostalno, držeći se načela pravičnosti i morala.
- (2) Pravobranitelju za osobe s invaliditetom nitko ne smije davati upute i naloge u njegovu radu.
- (3) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom i njegovi zamjenici ne smiju pripadati ni jednoj političkoj stranci ni sudjelovati u političkim aktivnostima.

## Članak 4.

- (1) Pravobranitelja za osobe s invaliditetom imenuje i razrješava Hrvatski sabor na prijedlog Vlade Republike Hrvatske.
- (2) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom ima dva zamjenika koje imenuje i razrješava Hrvatski sabor na prijedlog pravobranitelja za osobe s invaliditetom.
- (3) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom i njegovi zamjenici dužnosnici su Republike Hrvatske, imenuju se na vrijeme od osam godina i mogu biti ponovno imenovani.

## Članak 5.

Osoba s invaliditetom je osoba koja se prema važećim propisima u Republici Hrvatskoj smatra osobom s invaliditetom.

## DJELOKRUG I NAČIN RADA

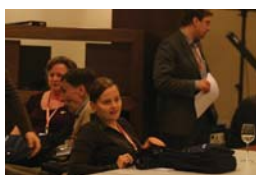
## Članak 6.

Pravobranitelj za osobe s invaliditetom:

- prati usklađenost zakona i drugih propisa u Republici Hrvatskoj, koji se odnose na zaštitu prava i interesa osoba s invaliditetom, s odredbama Ustava Republike Hrvatske i međunarodnih dokumenata koji se odnose na zaštitu prava i interesa osoba s invaliditetom,
- prati izvršavanje obveza Republike Hrvatske koje proizlaze iz međunarodnih dokumenata koji se odnose na zaštitu prava i interesa osoba s invaliditetom,
- prati primjenu politika, nacionalnih strategija i programa Republike Hrvatske koji se odnose na zaštitu prava i interesa osoba s invaliditetom,
- skrbi o zaštiti ljudskih prava i temeljnih sloboda osoba s invaliditetom te o suzbijanju svih oblika diskriminacije zbog invaliditeta,
- razmatra slučajeve povrede prava osoba s invaliditetom, izvještava javnost o povredama

---

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*





- prava osoba s invaliditetom te poduzima radnje u svrhu njihova sprečavanja,
- zalaže se za zaštitu i promicanje prava i interesa osoba s invaliditetom,
  - predlaže poduzimanje mjera za izgradnju cjelovitog sustava zaštite i promicanja prava i interesa osoba s invaliditetom,
  - predlaže poduzimanje mjera usmjerenih na unapređenje kvalitete življenja osoba s invaliditetom,
  - predlaže poduzimanje mjera usmjerenih na unapređenje kvalitete življenja obitelji osoba s invaliditetom,
  - prikuplja informacije i obavještava javnost o stanju prava osoba s invaliditetom,
  - obavlja druge poslove određene ovim Zakonom.

#### Članak 7.

- (1) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom sudjeluje u postupku izrade nacrtu prijedloga propisa koji se odnose na prava osoba s invaliditetom ili kojima se uređuju pitanja od značaja za osobe s invaliditetom.
- (2) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom može potaknuti donošenje i izmjene zakona i drugih propisa koji se odnose na prava i zaštitu osoba s invaliditetom.

#### Članak 8.

- (1) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom pruža savjetodavnu pomoć osobama s invaliditetom o načinu ostvarivanja i zaštite njihovih prava i interesa.
- (2) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom surađuje s udrugama osoba s invaliditetom, udrugama koje programski djeluju u korist osoba s invaliditetom te inicira i sudjeluje u javnim aktivnostima usmjerenim na poboljšanje položaja osoba s invaliditetom.

#### Članak 9.

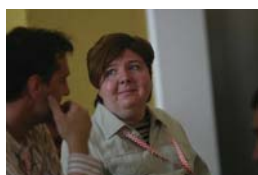
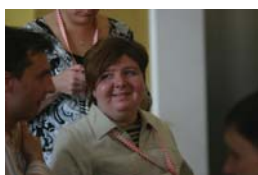
- (1) U obavljanju poslova iz svog djelokruga pravobranitelj za osobe s invaliditetom ovlašten je upozoravati, predlagati, obavještavati i davati preporuke.
- (2) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom ovlašten je nadležnim tijelima državne uprave, tijelima lokalne i područne (regionalne) samouprave, pravnim i fizičkim osobama predlagati poduzimanje mjera za poboljšanje položaja osoba s invaliditetom i zahtijevati izvješća o poduzetim mjerama.

#### Članak 10.

- (1) Tijela državne uprave, jedinice lokalne i područne (regionalne) samouprave, pravne i fizičke osobe obvezni su surađivati s pravobraniteljem za osobe s invaliditetom i na njegov zahtjev podnositi izvješća i odgovarati na upite.
- (2) Tijela državne uprave, jedinice lokalne i područne (regionalne) samouprave, pravne i fizičke osobe dužne su odmah, a najkasnije u roku od 15 dana izvijestiti pravobranitelja za osobe s invaliditetom o poduzetom u povodu njegovog upozorenja, prijedloga ili preporuke.

---

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



(3) Ako tijela i pravne osobe iz stavka 1. ovoga članka ne postupe u propisanom roku prema njegovom traženju, pravobranitelj za osobe s invaliditetom će, u roku od 30 dana, o tome obavijestiti tijelo koje obavlja nadzor nad njihovim radom.

(4) Ako tijelo koje obavlja nadzor nad radom tijela i pravnih osoba iz stavka 1. ovoga članka u roku od 8 dana ne izvijesti o utvrđenim činjenicama i poduzetim mjerama, pravobranitelj za osobe s invaliditetom, u roku od 30 dana, o tome će obavijestiti Vladu Republike Hrvatske.

#### Članak 11.

Sva tijela državne uprave, jedinice lokalne i područne (regionalne) samouprave, pravne i fizičke osobe dužne su pravobranitelju za osobe s invaliditetom osigurati dostupnost i uvid u sve podatke, informacije i akte koji se odnose na prava i zaštitu osoba s invaliditetom.

#### Članak 12.

(1) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom ima pravo pristupa u prostorije i uvida u način ostvarivanja brige o osobama s invaliditetom koje borave, rade ili su privremeno, odnosno trajno smještene kod fizičkih i pravnih osoba i drugih pravnih subjekata na temelju posebnih propisa.

(2) O obavljenom uvidu iz stavka 1. ovoga članka, u roku od 30 dana, sastavlja se izvješće koje se dostavlja i tijelu koje obavlja nadzor nad radom osoba iz stavka 1. ovoga članka.

(3) Tijelo iz stavka 2. ovoga članka dužno je u roku od 30 dana od dana zaprimanja izvješća, a u hitnim slučajevima bez odgode, izvijestiti pravobranitelja za osobe s invaliditetom o poduzetim radnjama.

(4) Ako tijelo koje obavlja nadzor ne dostavi izvješće u roku iz stavka 3. ovoga članka, pravobranitelj za osobe s invaliditetom će, u roku od 30 dana, o tome obavijestiti Vladu Republike Hrvatske i sredstva javnog priopćavanja.

#### Članak 13.

Ako u obavljanju dužnosti pravobranitelj za osobe s invaliditetom sazna da je osoba s invaliditetom izvrgnuta diskriminaciji, nasilju, spolnoj zloporabi, zlostavljanju, izrabljivanju, zanemarivanju ili nehalnom postupanju, dužan je odmah podnijeti prijavu nadležnom državnom odvjetništvu te upozoriti nadležno tijelo državne uprave i predložiti mjere za zaštitu prava i interesa osoba s invaliditetom.

#### Članak 14.

Pravobranitelj za osobe s invaliditetom u obavljanju svojih poslova može zatražiti stručnu pomoć znanstvenih ustanova čiji djelokrug obuhvaća zaštitu, skrb i prava osoba s invaliditetom, a iste su mu dužne tu pomoć pružiti u roku od 30 dana.

---

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



#### Članak 15.

(1) Svatko se može obratiti pravobranitelju za osobe s invaliditetom i podnijeti mu prijedlog za razmatranje pitanja od značaja za zaštitu prava i interesa osoba s invaliditetom.

(2) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom obavijestit će podnositelja o aktivnostima poduzetim povodom njegova prijedloga u roku od 60 dana.

#### Članak 16.

Pravobranitelj za osobe s invaliditetom ne može biti pozvan na odgovornost, pritvoren ili kažnjen za izraženo mišljenje i poduzete radnje u okviru svog djelokruga rada, osim ako se radi o kršenju zakona od strane pravobranitelja za osobe s invaliditetom koje predstavlja kazneno djelo.

#### Članak 17.

(1) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom podnosi jednom godišnje izvješće Hrvatskom saboru o svom radu.

(2) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom ima pravo Hrvatskom saboru podnijeti i posebna izvješća kada ocijeni potrebnim, radi poduzimanja mjera od značaja za zaštitu prava i interesa osoba s invaliditetom.

#### Članak 18.

(1) Stručni i administrativni poslovi za pravobranitelja za osobe s invaliditetom obavljaju se u Uredu pravobranitelja za osobe s invaliditetom.

(2) Sjedište Ureda pravobranitelja za osobe s invaliditetom je u Zagrebu.

#### Članak 19.

(1) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom donosi poslovnik o svom radu kojim se uređuje način i organizacija rada, unutarnji ustroj stručne službe te druga pitanja značajna za obavljanje poslova pravobranitelja za osobe s invaliditetom.

(2) Poslovnik o radu iz stavka 1. ovoga članka potvrđuje Hrvatski sabor.

#### Članak 20.

Sredstva za rad pravobranitelja za osobe s invaliditetom, njegovih zamjenika i stručne službe osiguravaju se u proračunu Republike Hrvatske.

### IMENOVANJE I RAZRJEŠENJE PRAVOBRANITELJA ZA OSOBE S INVALIDITETOM

#### Članak 21.

(1) Za pravobranitelja za osobe s invaliditetom može biti imenovan hrvatski državljanin koji ima završen diplomski sveučilišni studij društvenog smjera i najmanje 10 godina radnog

---

*ESCIFov kongres 26. travnja 2008. u Umagu, Hrvatska*



iskustva u području promicanja i zaštite prava osoba s invaliditetom.

(2) Za zamjenike pravobranitelja za osobe s invaliditetom mogu biti imenovani hrvatski državljani koji imaju završen diplomski sveučilišni studij i najmanje 5 godina radnog iskustva.

(3) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom ili jedan od njegovih zamjenika mora imati završen diplomski sveučilišni studij pravne struke.

(4) Osoba koja je pravomoćno osuđena za kazneno djelo za koje je propisana kazna od najmanje dvije godine zatvora prema domaćem ili međunarodnom pravu za kaznena djela protiv života i tijela, čovječnosti i morala, javnog ili privatnog vlasništva, javne uprave i javnog interesa ili zbog pronevjere u javnom sektoru, osim ako je nastupila rehabilitacija prema posebnom zakonu ne može biti imenovana za pravobranitelja za osobe s invaliditetom niti za njegova zamjenika.

(5) Prednost pri imenovanju pravobranitelja za osobe s invaliditetom ili jednog od njegovih zamjenika ima osoba s invaliditetom, ukoliko ispunjava sve tražene uvjete propisane natječajem.

#### Članak 22.

(1) Vlada Republike Hrvatske pokreće postupak za imenovanje pravobranitelja za osobe s invaliditetom najkasnije 3 mjeseca prije isteka mandata pravobranitelja za osobe s invaliditetom, odnosno najkasnije 30 dana nakon prestanka dužnosti pravobranitelja za osobe s invaliditetom iz drugih zakonom određenih razloga.

(2) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom pokreće postupak za imenovanje zamjenika najkasnije u roku od 3 mjeseca prije isteka mandata zamjenika, odnosno 30 dana nakon prestanka dužnosti zamjenika iz drugih zakonom određenih razloga.

#### Članak 23.

(1) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom i njegovi zamjenici prije stupanja na dužnosti daju prisegu pred Hrvatskim saborom.

(2) Prisega glasi: »Prisežem da ću se u svom radu držati Ustava i zakona, poštovati pravni poredak Republike Hrvatske i da ću svoju dužnost obavljati pravično, časno, savjesno i nepristrano u najboljem interesu osoba s invaliditetom«.

#### Članak 24.

Pravobranitelj za osobe s invaliditetom i njegovi zamjenici bit će razriješeni dužnosti prije isteka vremena za koje su imenovani u slučaju:

1. vlastitog zahtjeva,
2. gubitka hrvatskog državljanstva,
3. nastanka opće nesposobnosti za rad i gubitka poslovne sposobnosti,
4. pravomoćne osude za kazneno djelo za koje je propisana kazna od najmanje dvije godine zatvora prema domaćem ili međunarodnom pravu za kaznena djela protiv života i tijela, čovječnosti i morala, javnog ili privatnog vlasništva, javne uprave i javnog interesa ili zbog pronevjere u javnom sektoru,
5. neprihvatanja godišnjeg izvješća o radu ili nezakonitog, nepravodobnog ili nestručnog obavljanja svoje dužnosti.

## PRIJELAZNE I ZAVRŠNE ODREDBE

### Članak 25.

Vlada Republike Hrvatske će u roku od 60 dana od dana stupanja na snagu ovoga Zakona predložiti Hrvatskom saboru pravobranitelja za osobe s invaliditetom.

### Članak 26.

Pravobranitelj za osobe s invaliditetom će u roku od 30 dana od dana imenovanja predložiti Hrvatskom saboru zamjenike pravobranitelja za osobe s invaliditetom.

### Članak 27.

Pravobranitelj za osobe s invaliditetom će donijeti poslovnik iz članka 19. ovoga Zakona u roku od 90 dana od dana stupanja na dužnost.

### Članak 28.

Ovaj Zakon objavljuje se u »Narodnim novinama«, a stupa na snagu 1. siječnja 2008.

Klasa: 713-01/07-01/01  
Zagreb, 3. listopada 2007.

HRVATSKI SABOR  
Predsjednik  
Hrvatskoga sabora  
**Vladimir Šeks**, v. r.

# Pitali smo pravobraniteljicu

1. Kako bi vas naši članovi koji vas ne poznaju i svi oni koji će čitati G HUPT već na početku malo bolje upoznali, molimo da nam se ukratko predstavite.

Rođena sam 1973. u Düsseldorfu, Njemačka. Živim u Zagrebu gdje sam završila osnovnu i srednju školu i diplomirala na Ekonomskom fakultetu 1998. godine. Prije stradavanja aktivno sam se bavila rukometom. Sportska karijera mi je prekinuta prometnom nesrećom 1992. godine. Potom je na dvije godine prekinut i moj studij. U prometnoj nesreći došlo je do ozljede vratnog dijela kralježničke moždine i kao posljedica došlo je do stanja tetraplegije.

2. Bilo je, navodno, i dvojbi zbog težine vašeg invaliditeta? Mislite li da će vam invaliditet, odnosno tetraplegija smetati u budućem poslu?

Mogu li Vam odgovoriti protupitanjem? Je li dobra motorička pokretljivost jamstvo za dobar rad? Ovo je pitanje koje ima u sebi elemente diskriminacije. Pogotovo stoga što smo dobrim propisima koji su zadnjih godina usvojeni, dobili jedno od novih prava, pravo na radnog asistenta.

“Ja imam tetraplegiju, ali ona nema mene”. Ako sam mogla završiti studij ekonomije koji sam započela kao zdrava osoba, ako sam se mogla zaposliti kao osoba s invaliditetom i postati menadžer u provedbi projekta “Neovisnog življenja”, ne znam zašto bi moja motorička nesposobnost bila prepreka za timski rad i upravljanje vremenom koje je od bitnog značenja za

novi posao. Uz suvremene informacijske tehnologije, radnog asistenta, osobnog asistenta i moj organizirani način ponašanja, prepreka ne bi trebalo biti.

Ujedno ću nastaviti i pozitivne pomake u suradnji s Vladom RH, a mislim da će mi od najveće pomoći biti potpredsjednica Vlade koja je ujedno predsjednica Povjerenstva za osobe s invaliditetom čiji su zaključci za mene prave smjernice.

3. U svakom slučaju, život s tetraplegijom nije nimalo lagan jer vam u svakodnevnom životu ipak treba stalna pomoć druge osobe. Kako uspijevate ili mislite da ćete uspijevati zadovoljiti potrebe prema sebi i potrebe ove visoke funkcije?

Sve je ovisno o tome koliko se čovjek angažira u životu. Sve više mislim da koliko se trudimo, toliko nam se i vrati. Kao što ste i sami rekli, u potpunosti sam ovisna o pomoći druge osobe. Najviše mi znači psihološka i fizička pomoć obitelji, no oni isto imaju svoje obveze, tako da sam maksimalno u svakodnevnicu uključila pomagače različitih profila. Vrlo je važno dobro se organizirati i naći prave ljude koji su spremni prepoznati potrebe koje su doista jako zahtjevne kod nas osoba s tetraplegijom.

4. Hrvatska je napokon dobila i institut pravobranitelja za osobe s invaliditetom. Kako se osjećate u ulozi osobe koja će morati probiti *dosta leda* i kod ljudi koji trebaju vašu pomoć i kod institucija kod kojih ćete ih zastupati?

Obzirom da se cijeli život od kada sam nastradala borim za prava osoba s invaliditetom, izuzetna mi je čast i ponos što imam priliku biti prva pravobraniteljica za osobe s invaliditetom, ne samo u Republici Hrvatskoj, već i u cijeloj jugoistočnoj Europi, što dokazuje senzibilnost Vlade RH i potpredsjednice Vlade prema osobama s invaliditetom, a koji su svojim angažmanom omogućili donošenje Zakona o pravobranitelju za osobe s invaliditetom i njegovu primjenu. Uz poticaj udruga s kojima dugi niz godina vrlo uspješno surađujem, odlučila sam se prijaviti na natječaj za pravobraniteljicu. A izazov, kao i svaki veliki izazov, ne može me ostaviti hladnom, već me potiče naprijed.

5. Koja je zapravo vaša uloga? Vjerujemo da budućim korisnicima vaših usluga nije baš najjasnije što ćete vi raditi i na koji način im možete pomoći?

Iz Zakona o pravobranitelju OSI proizlazi moj djelokrug rada:

Pravobranitelj za osobe s invaliditetom:

- prati usklađenost zakona i drugih propisa u Republici Hrvatskoj, koji se odnose na zaštitu prava i interesa osoba s invaliditetom, s odredbama Ustava Republike Hrvatske i međunarodnih dokumenata koji se odnose na zaštitu prava i interesa osoba s invaliditetom,
- prati izvršavanje obveza Republike Hrvatske koje proizlaze iz međunarodnih dokumenata koji se odnose na zaštitu prava i interesa osoba s invaliditetom,
- prati primjenu politika, nacionalnih strategija i programa Republike Hrvatske koji se odnose na zaštitu prava i interesa osoba s invaliditetom,
- skrbi o zaštiti ljudskih prava i temeljnih sloboda osoba s invaliditetom te o suzbijanju svih oblika diskriminacije zbog invaliditeta,
- razmatra slučajeve povrede prava osoba s invaliditetom, izvještava javnost o povredama prava osoba s invaliditetom te poduzima radnje u svrhu njihova sprečavanja,
- zalaže se za zaštitu i promicanje prava i interesa osoba s invaliditetom,
- predlaže poduzimanje mjera za izgradnju cjelovitog sustava zaštite i promicanja prava i interesa osoba s invaliditetom,
- predlaže poduzimanje mjera usmjerenih na unapređenje kvalitete življenja osoba s invaliditetom,
- predlaže poduzimanje mjera usmjerenih na unapređenje kvalitete življenja obitelji osoba s invaliditetom,
- prikuplja informacije i obavještava javnost o stanju prava osoba s invaliditetom,
- obavlja druge poslove određene ovim Zakonom.

## Članak 7.

(1) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom sudjeluje u postupku izrade nacrtu prijedloga propisa koji se odnose na prava osoba s invaliditetom ili kojima se uređuju pitanja od značaja za osobe s invaliditetom.

(2) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom može potaknuti donošenje i izmjene zakona i drugih propisa koji se odnose na prava i zaštitu osoba s invaliditetom.

## Članak 8.

(1) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom pruža savjetodavnu pomoć osobama s invaliditetom o načinu ostvarivanja i zaštite njihovih prava i interesa.

(2) Pravobranitelj za osobe s invaliditetom surađuje s udrugama osoba s invaliditetom, udrugama koje programski djeluju u korist osoba s invaliditetom te inicira i sudjeluje u javnim aktivnostima usmjerenim na poboljšanje položaja osoba s invaliditetom.

Važno je da pojedinci, osobe s invaliditetom shvate da svoje probleme moraju rješavati sustavno i grupno, znači učlanjujući se u udruge, jer vrlo teško mogu ostvariti pozitivne pomake za veće grupacije ako nastupaju individualno.

Prioriteti su mi primjena Konvencije o pravima osoba s invaliditetom koja je stupila na snagu 3. 5. 2008., praćenje provedbe Akcijskog plana Vijeća Europe u promicanju prava osoba s invaliditetom i uključivanja u društvo u cilju poboljšanja kvalitete življenja osoba s invaliditetom u Europi 2006-2015. i praćenje provođenja Nacionalne strategije za izjednačavanje mogućnosti osoba s invaliditetom u razdoblju 2007-2015.

6. Iz izjava koje su se mogle čuti dalo se naslutiti da već postoji ured u kojem ćete raditi i da će biti potpuno prilagođen. Jeste li već vidjeli taj prostor, kad će početi raditi i koliko će ljudi biti u vašem uredu?

Ured koji je prvotno bio namijenjen postoji u Preobraženskoj 4, ali zbog nemogućnosti prilagodbe dizala morali smo od njega odustati. Ured se privremeno nalazi u prostorijama Sabora. Nazire se mogućnost useljenja u novi prostor koji je prilagođen, ali ga je potrebno opremiti. Ured je započeo s radom 1. srpnja 2008. godine. U uredu će raditi maksimalno devet osoba. Obzirom da sam ja ekonomistica po struci, obavezno je da jedan od zamjenika bude osoba s diplomom pravnika.

7. Imate li već neku sliku kako će vaš ured funkcionirati?

Ured će se sastojati od devet osoba, od toga dva zamjenika, služba za opće i stručne poslove. Rad će biti organiziran timski.



- 8.** Što mislite, koje osobine će vam najviše trebati za novi posao?

Mislim da će mi trebati strpljivost, obazrivost, iskrenost, savjesnost, otvorenost, upornost i puno energije. Ima još puno osobina koje će mi biti doista potrebne, ali mislim da su mi ove najvažnije.

- 9.** Dobra strana izbora pravobraniteljice iz redova ljudi kojima ona treba jest u tome da vi već sada znate sigurno u kojim područjima ćete imati najviše posla. Koja su to područja, što očekujete, s čime ili s kime ćete imati najviše posla?

Nastradala sam prije šesnaest godina i od tada se svakodnevno borim za različita prava kako bih olakšala svakodnevicu sebi, kao i članovima Udruge HUPT, čija sam aktivistica već niz godina. Očekujem mnogo posla. Osoba s invaliditetom ima gotovo 11% od ukupnog stanovništva Republike Hrvatske i problemi osoba s invaliditetom su vrlo različiti i specifični, ovisni o pojedinim grupacijama. Oni problemi koji su najčešći su arhitektonske i komunikacijske barijere.

- 10.** Ako vas naši članovi, recimo, budu pitali možete li ubrzati sudske procese u pravu na odštetu, što ćete im reći?

Osobe koje dožive ozljedu kralježničke moždine, s lakšim ili težim posljedicama, poslodavac najčešće želi umiroviti, jer im se takvo rješenje čini „najbolje“. Osoba kojoj se pak to događa, često je u toj fazi opterećena mnogim problemima, prije svega oporavkom. U toj fazi kada se događaju velike tjelesne, duševne i socijalne promjene kod same osobe koja je nastradala, lako se događa da je „rad“

negdje na rubu o kojem se ne razmišlja i kada se osobu može „nagovoriti“ na brze poteze koji za nju baš i nisu dobro rješenje. Dobro rješenje je kada bi se osobi za vrijeme rehabilitacije nudila određena rješenja, ali prije svega prekvalifikacija, doškolovanje, a samo kao krajnje rješenje umirovljenje. Znam da je ovo vrlo osjetljivo pitanje i pokušat ću što je moguće prije vidjeti što se i kojim tempom može učiniti. Već sada znam da postoje elementi Zakona o profesionalnoj rehabilitaciji i zapošljavanju osoba s invaliditetom koji bi se trebali mijenjati.

- 11.** Česte su, barem što se naših članova tiče, povrede radnog prava. Koliko će u tom smislu moći očekivati pomoć iz vašeg ureda?

Stupit ću u kontakt s nadležnima za odštetne zahtjeve i vidjeti što se tu može napraviti. Svjesna sam da sudski procesi u vezi odštetnih zahtjeva traju predugo, a ljudi koji su nastradali i imaju ozbiljne posljedice kao što je tetraplegija i paraplegija moraju, da bi se uključili u život, štošta promijeniti. Nabaviti pomagala, adaptirati i prilagoditi stanovanje, često platiti svakodnevnu pomoć, pogotovo osobe s tetraplegijom koje u pravilu više-manje ovisе o pomoći druge osobe. Znam da je to veliki problem i sigurno ću se njime pozabaviti u narednom periodu.

- 12.** Svi znamo i svi ćemo rado reći kako politika previše izvire iz svake pore našeg života. Što mislite, koliko će politika imati utjecaja na vaš rad?

Pravobraniteljica za osobe s invaliditetom djeluje samostalno i neovisno, držeći se načela pravičnosti i morala. Nitko ne smije davati upute i naloge u njezinom

radu. Pravobraniteljica za osobe s invaliditetom i njezini zamjenici ne smiju pripadati niti jednoj političkoj stranci niti sudjelovati u političkim aktivnostima.

**13.** Vi ste unutar HUPT-e znali držati radionice o novim tehnologijama i mogućnostima kojima ste premostili dosta prepreka. Hoće li i vaš novi ured biti na taj način moderno opremljen?

Za rad u uredu potrebno mi je, uz radnog asistenta koji je neophodan, moderno tehnološki opremljen telefon i računalo kako bih mogla djelomično samostalno obavljati neke poslove.

**14.** Kad će Ured pravobraniteljice za osobe s invaliditetom početi raditi? Kad će se moći doći kod vas i predati prve pritužbe?

Na dužnost sam stupila davanjem pri-sege pred Hrvatskim saborom 19. lipnja 2008., a Ured je započeo s radom 1. srpnja 2008. godine. Na početku mi je jako važno da što kvalitetnije organiziram rad Ureda, ali isto tako da mogu primati i pritužbe.

**15.** Vjerujete li da će naše društvo jednom biti takvo da pravobranitelj za osobe s invaliditetom više neće imati posla?

Nažalost, ne vjerujem u takav scenarij, jer danas je sve više osoba starije životne dobi koje su sklonije raznim vrstama invaliditeta. Postotak osoba koje stradavaju u prometnim nesrećama i raznim drugim nesretnim slučajevima pokazuje da je broj osoba s invaliditetom u stalnom porastu.

**16.** Vi ste zadobili ozljedu kralježničke moždine vrlo mladi. Sad ste praktično na vrhuncu karijere, koliko je trajala vaša prilagodba na invaliditet? I čime ste se pritom vodili?

Poslije prometne nesreće imala sam velikih problema, jer sam imala dvije operacije. Nakon prve, relativno sam se dobro oporavila s obzirom na svoju dijagnozu. Mogla sam koliko-toliko samostalno voziti kolica, ali došlo je do toga da su mi puknule pločice u vratu, i morala sam ići na drugu operaciju koja me je opet unazadila. Kako sam prije stradavanja imala dosta sportskih povreda i sad sam mislila da je to samo jedna sportska povreda koja će proći kroz par tjedana i opet ću biti ona stara. No, u tom periodu u Varaždinskim toplicama bilo je puno osoba sličnog stanja i shvatila sam da to neće tek tako proći i da se neću moći vratiti kući i nastaviti po starom. Imala sam sreću i upoznala prekrasne osobe s invaliditetom, predsjednicu Hrvatske udruge paraplegičara i tetraplegičara Mandu Knežević, te Nikolinu Pavlović iz Našica, koje su mi svojim iskustvima pomogle da shvatim kako bez obzira što mi je invaliditet najteži – tetraplegija, i što ne mogu apsolutno ništa bez pomoći druge osobe, ipak mogu dalje nastaviti tamo gdje sam stala.

Nakon rehabilitacije, koja je trajala oko 2 godine (s tim da sam od tog vremena bila oko 19 mjeseci po bolnicama i rehabilitacijskim centrima), i osnovne prilagodbe na novi način života, imala sam suženi izbor – prihvatiti živjeti život s posljedicama koje su bile vrlo evidentne i nimalo jednostavne za organizaciju svakodnevnog života ili prihvatiti stanje invaliditeta kao tragediju i životariti. Izabrala sam prvo. Uzela sam svoj život u svoje ruke i

krenula. Prvo u učenje i organizaciju života s novim stanjem, educiranjem sebe i obitelji, uključivanjem pomagača kako bi živjela u obitelji, ali što neovisnije, a onda i uključenjem u život – nastavak studija i aktivnost u radu udruga koje se bave pitanjima osoba s invaliditetom.

17. Što biste poručili osobama koje su nedavno nastradale i kao posljedicu imaju invaliditet najvišeg stupnja. Što im je činiti da prevladaju taj period svojeg života i da se „vrate u život“?

Kao prvo i osnovno, mi bismo već dok smo „zdravi“ trebali znati da je invaliditet svakodnevna pojava. **Upravo zbog toga HUPT je provodio projekt kojeg sam ja bila voditeljica - „Preventivno edukacijske aktivnosti za djecu i mlade“. Projekt je imao cilj upoznati djecu i mlade na pojava invaliditeta kao posljedice svakodnevnih aktivnosti (vožnja automobila, motora, skokovi u vodu, branje voća i sl.). Taj projekt se pokazao vrlo značajan i prihvaćen. Nažalost, nadležni za projekte ovaj projekt ne prepoznaju kao „bitan“. Čak i Grad Zagreb koji je dvije godine financirao ovaj projekt, ove godine nije ga podržao. Začuduje kako su članovi ocjenjivačkih povjerenstava često daleko od običnih ljudi i njihovih potreba.**

Ali da se vratim nedavno stradalim osobama. Slogan jedne europske udruge glasi: „S paralizom ne prestaje život“. Danas kada osobe s ozljedom kralježnice žive više-manje prosječne godine života, doista nije dovoljno samo osobu zdravstveno zbrinuti.

Postoje velike manjkavosti u rehabilitaciji, no istovremeno nitko nas ne može reha-

bilitirati ukoliko mi sami ne uložimo trud u svoju rehabilitaciju. Drugi nas mogu usmjeriti, stručno uputiti i sl., ali opet sve ostaje na nama. Mislim da je presudno da osoba što prije spozna svoje novonastalo stanje. Iznimno je važno da se o njemu informira i poduzme sve da ojača psihički i fizički kako bi se mogla usmjeriti na ponovno uključivanje u život zajednice. Iako je taj proces kod nekih osoba kraći, a kod nekih duži, cilj je uvijek isti za sve - vratiti se u svakodnevni život. Za kraj bi rekla svoj moto koji me vodi:

**„Biti aktivan, uključiti se u život i prihvatiti izazove ključ je kvalitetnog življenja!“**

# Tjedan OPT 2008. u Osječko-baranjskoj županiji

Danijel Balažić



Već nekoliko godina zaredom u RH prvi tjedan u mjesecu lipnju obilježavamo kao **Tjedan osoba s paraplegijom i tetraplegijom**.

Udruga UPIT je treći puta bila domaćin i organizator seminara kojim želimo potaknuti razmišljanje javnosti u odnosu na naše potrebe, probleme ali i ukazati na naše mogućnosti i želje u svrhu učinkovitijeg uključivanja u život društvene zajednice.

Ove godine seminar je održan 4. lipnja u Belom Manastiru u hotelu Patria čija je osnovna tema bila **Integracija osoba s para/tetra plegijom u život lokalne zajednice**. Tema je izabrana upravo s ciljem razbijanja predrasuda o mogućnostima i sposobnostima osoba koji se mogu kretati isključivo uz pomoć invalidskih kolica. Imali smo prilike čuti podatak kako su osobe s ovom vrstom invaliditeta savjesni radnici, kako puno rjeđe odlaze na bolovanja, što za potencijalne poslodavce svakako može biti zanimljiv podatak, tim prije jer u RH je na snazi nekoliko pozitivnih zakona koji stimuliraju zapošlja-

vanje osoba s invaliditetom (adaptacija radnoga mjesta, smanjeni doprinosi).

Imali smo čast da nam gošća na seminaru bude prva državna pravobraniteljica za osobe s invaliditetom gđica Ana Slonjšak, koja je i sama osoba s tetraplegijom i od koje osobe s invaliditetom svakako očekuju da ih dostojno prezentira i na pravome mjestu iznese stajališta ove kategorije građana RH.

Osim pravobraniteljice, predavanja su održali predstavnici Centara za socijalnu skrb gradova Beli Manastir, Osijek, Đakovo i Našice, predstavnik Udruge Baranjsko srce iz Belog Manastira. Udruga UPIT je također prezentirala svoj rad i ciljeve postojanja.

U raspravama koje su uslijedile, nakon izlaganja članovi udruge su pokušali ukazati na neučinkovitost određenih institucija koje se, nakon doživljene traume, bave ovim ljudima. Zanimljiva je činjenica da nakon provedene rehabilitacije i zaključenog liječenja postoje dvije skupine ljudi. Jedna je ona koja dobro podnese činjenicu stečenog invaliditeta i dobro se snalazi u novonastalim životnim okolnostima, nastavi školovanje ili rad i dobro se socijalizira u svojoj životnoj sredini. Druga skupina su oni koji se nikako ne mogu snaći u tim novonastalim životnim okolnostima, koji ne pronalaze životni smisao, intelektualno i socijalno propadaju, zapuštaju zdravlje, zatvaraju se u sebe, postaju ovisnici, čime ne ugrožavaju i ne uništavaju samo sebe nego i obitelji u kojima se nalaze.

Pokušali smo doći do odgovora, koji su to ključni trenutci koji dovode do ovakvih situacija i kako institucije koje se nakon doživljene traume bave ovim ljudima mogu pridonijeti smanjivanju ovakvih poraznih rezultata, pri čemu smo donijeli određene zaključke.

- Prilikom provođenja prve rehabilitacije nakon doživljene traume, pažnju jednako posvetiti i učinkovitoj resocijalizaciji koja podrazumijeva redovan rad sa psihologom i pripremu za povratak u životnu zajednicu.
- Da liječnik opće prakse dobije obavezu evidentiranja pacijenta s teškim invaliditetom (registar osoba s invaliditetom, obavijest Centru za socijalnu skrb).
- Da Socijalna služba nakon zaključenog liječenja obiđe korisnika, napravi socijalnu anamnezu, uputi ga u prava i skrene pozornost na postojanje udruga koje mu mogu pomoći u savladavanju problema.

Ove zaključke ćemo uputiti na adrese nadležnog Ministarstva ali i pravobraniteljici za osobe s invaliditetom od koje očekujemo da se zauzme za rješenje ovoga problema.

U kuloarskim razgovorima prilikom stanke za ručak i kavu, dobili smo spoznaju o nezadovoljstvu i primjenjivanju dvostrukih mjerila prilikom ostvarivanja određenih prava koja ostvaruju civilne osobe s invaliditetom i one proizišle iz Domovinskoga rata. Konvencija UN-a koja štiti i izjednačava prava osoba s invaliditetom propisuje i obavezu nediskriminacije unutar istih skupina, što ove dvije kategorije osoba s invaliditetom jesu.

Nedvojbena je činjenica da invalidi Do-

movinskoga rata zaslužuju određene beneficije u društvu, pri čemu mislimo na ostvarivanje prava na povlaštenu mirovinu, gradnju kuće ili stana, nabavu osobnog vozila na račun Državnog proračuna, ali ostvarivanje prava na dobivanje adekvatnog ortopedskog pomagala, prava na doplatak za tuđu pomoć i njegu, prava na imenovanje osobnog negovatelja i nabava osobnog vozila bez poreza ili carine trebaju biti standard na koji prava ostvaruju i civilne osobe s invaliditetom.

Naravno, nama nije u interesu da se invalidima Domovinskoga rata smanje ili ukinu ova prava, nego da se i nama uvedu.



# Pravilnik o osiguranju pristupačnosti građevina osobama s invaliditetom i smanjene pokretljivosti

Janko Ehrlich-Zdvořák

Napravimo osvrt na gotovo dvije godine od donošenja Pravilnika koji od samog svog nastajanja ima jaku opoziciju u građevinskom lobiju kojemu su ovako povećani troškovi. No, povećavanje troškova je jedna, samo kratkoročna poteškoća, a ono o čemu mi govorimo je preuzimanje kontrole osoba s invaliditetom nad svojim životima. Dakle, uključivanje u život, a ne životarenje na marginama ljudskog društva, trebao bi biti opći moto. Svaka (pametna) investicija u javni prostor je investicija u kvalitetu života, ne samo osoba s invaliditetom kojima je ovaj problem jedno od ključnih pitanja ljudskih prava.

Ovaj Pravilnik – i poštivanje njegovih odredaba – jedna je od najvažnijih mjera za uključivanje osoba s invaliditetom u društvo. Tako se omogućuje školovanje, rad, zabava, sport, slobodno kretanje za sve... Samo kao ilustraciju, zamislite neku pristupačnu školu: u tu školu mogu ići djeca/mladi s invaliditetom, nastavnici ili pomoćno osoblje s invaliditetom može tamo raditi, a roditelji s invaliditetom mogu ići na razgovor s nastavnicima ili nazočiti školskim manifestacijama.

## Što taj Pravilnik donosi?

On je propisao ukupnost boravka i kretanja osobama s invaliditetom i smanjene pokretljivosti, što znači i ljudima koji su privremeno „invalidi“, npr. kod loma noge, trudnicama, majkama s malom djecom i osobama starije životne dobi koje nužno

ne moraju biti i osobe s invaliditetom.

Pravilnik vrijedi za sve objekte javne namjene, bilo da se radi o visokogradnji, niskogradnji; ulicama, trgovima, stambenim, sportskim, kulturnim, obrazovnim, upravnim ili rekreativnim prostorima. Dakle, Pravilnik se odnosi na građevine javne i poslovne namjene te na građevine stambene i stambeno-poslovne namjene. On se nastavlja na Pravilnik o prostornim standardima, urbanističko-tehničkim uvjetima i normativima za sprječavanje stvaranja arhitektonsko-urbanističkih barijera iz 1982., koji nije bio loš, no nije imao uključene sankcije i odredbe koje bi regulirale standarde za osobe s oštećenjem vida, te na Pravilnik o projektima potrebnim za osiguranje pristupačnosti građevina osobama s invaliditetom i drugim osobama smanjene pokretljivosti iz 2003. godine. Pravilnik je temeljen na Zakonu o gradnji iz 2003. kao podzakonski akt. U povjerenstvu za izradu Pravilnika sudjelovali su predstavnici organizacija gotovo svih vrsta invaliditeta pa tako i HUPT-ov predstavnik te predstavnici Ministarstva zaštite okoliša i prostornog uređenja, Ministarstva pomorstva, prometa i veza, Zavoda za planiranje razvoja grada i zaštitu okoliša grada Zagreba, i Arhitektonskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu.

Rad na Pravilniku počeo je 2003. godine. No, usuglašavanje se odužilo, pogotovo u fazi usuglašavanja na razini ministarstva te u finaliziranju teksta u samom

ministarstvu. Konačno je 23. 12. 2005. Pravilnik ugledao svjetlo dana u Narodnim novinama.

## Pojmovnik

Pravilnik donosi pojmovnik – rječnik – kao dublje pojašnjenje ne samo tko su osobe s invaliditetom, tko i kako može biti osoba sa smanjenom pokretljivošću, već i što su to pomagala – njihove vrste i mjere, prepreke, pristupačnost građevina, kao i obvezne elemente pristupačnosti za pojedinu vrstu invaliditeta te elemente pristupačnosti nužne da bi se objekt mogao smatrati pristupačnim.

Obvezni elementi pristupačnosti dijele se na one za savladavanje visinskih razlika (rampe, platforme, liftovi), za neovisno življenje (pristupačni toaleti, kuhinje, kupaonice, dvorane, stadioni) i za javni promet (pristupačna prometala, prostor pristupa prometlima, kretanje po i preko prometnica).

## Obvezna primjena

Utvrđena je obvezna primjena, što znači kako je određena je minimalna veličina novih objekata. Ujedno je propisano kako je kod manjih objekata obvezna pristupačnost prostora i toaleta. Određeno je da ako u objektu postoji jedan toalet, onda on mora biti i pristupačan. Kod svake rekonstrukcije objekata investitor je dužan poštovati ovaj Pravilnik i ispuniti norme o obveznim elementima pristupačnosti u svom objektu.

Kod izgradnje stambenih objekata pravilo je da na svakih deset stanova jedan mora biti jednostavno prilagodljiv. To znači da se u slučaju potrebe takav stan brzo i kvalitetno može učiniti podesnim za stanovanje osobe s invaliditetom. Iako se organizacije osoba s invaliditetom

zalažu da svi stanovi budu izgrađeni na takav način, jer svatko može danas-sutra postati osoba s nekom vrstom invaliditeta, a i osobe s invaliditetom su ovako jako uskraćene u svom društvenom životu (kako posjetiti rodbinu ili prijatelje u nepristupačnom prostoru), za sada je bilo potrebno učiniti ovaj kompromis.

Turistički objekti, dakle, kafić, kavana i restoran s 80 i više sjedećih mjesta; diskoteka i noćni klub površine od 400 m<sup>2</sup> i više; turistički informativni centar; ured turističke zajednice površine od 200 m<sup>2</sup> i više; putnička agencija površine od 200 m<sup>2</sup> i više; zasebno stojeća recepcija; građevina nautičkog turizma; hotel (soba/TWC) s 50 i više soba; hostel s 50 i više soba sa zajedničkim sanitarnim jedinicama; turističko naselje s 50 i više apartmana; kamp za 500 i više gostiju; restoran uz državnu i županijsku cestu; hotel s posebnom oznakom – motel uz državnu i županijsku cestu; trgovačko-ugostiteljski sadržaj uz crpku za gorivo, također moraju biti pristupačni.

Pri projektiranju i građenju turističkih naselja s 50 i više apartmana, domova za starije osobe apartmanskog tipa s 20 i više apartmana i studentskih apartmanskih naselja s 50 i više apartmana, obvezno se osigurava odgovarajući broj pristupačnih apartmana i to po jedan pristupačni apartman za naznačeni minimalni broj apartmana te po jedan na svakih idućih dvadeset apartmana. Ukupni broj prilagodljivih apartmana određuje se zaokruživanjem na prvu višu deseticu.

## Iznimke

Iznimke su zaštićeni spomenici kulture ili cjeline. Ovdje se ostavlja dosta nejasno tumačenje kako pojedini elementi pristupačnosti otpadaju kako se ne bi

narušila zaštićena cjelina. U Hrvatskoj je zaštitarska struka prilično rigidna i vrlo teško shvaća kako su osobe s invaliditetom zapravo novovjeka tekovina: većina osoba s invaliditetom bez intervencije suvremene medicine ne bi preživjela. Tako da – osim nekih *starih* vrsta invaliditeta (oštećenje vida, sluha i poneke amputacije) – u doba gradnje današnjih povijesnih i zaštićenih cjelina ili objekata, drugih osoba s invaliditetom nije ni bilo. U ovom segmentu pristupačnosti, Hrvatska još daleko zaostaje za drugim zemljama, pogotovo ako promatramo one razvijene, gdje i sebe rado vidimo. Najčešće se u tim zemljama pristupačnost rješava izvedbom elemenata pristupačnosti iz montažnih elemenata, što je i ovim Pravilnikom propisano, ali se kod nas rijetko primjenjuje za elemente kretanja, a kamoli za, recimo, toalete.

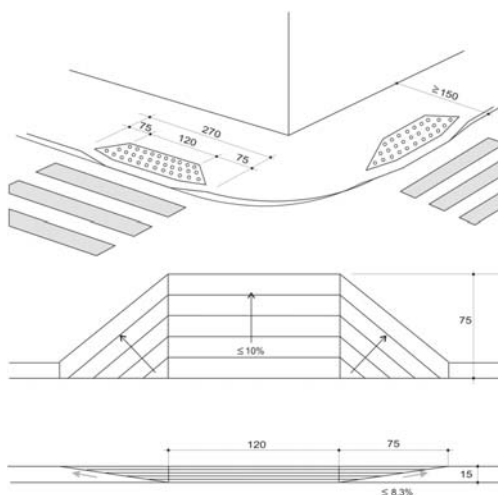
**U današnje doba i osobe s invaliditetom žele koristiti takve objekte spomeničke baštine, bilo da su oni kulturnog, povijesnog ili vjerskog sadržaja.**

Predstavnici organizacija osoba s invaliditetom inzistirali su da se objekti javne namjene učine ne samo pristupačnim, već i da se njihova pristupačnost učini tako da se osigura na dostojanstven način. To znači kako se glavni ulazi moraju učiniti gdje god je to moguće pristupačnim, a ne da osobe s invaliditetom ulaze kroz sporedne, skladišne ili tehničke ulaze. Ipak, kao i kod rekonstrukcija, tako i kod objekata spomeničke baštine ovo pravilo nije moguće uvijek poštovati.

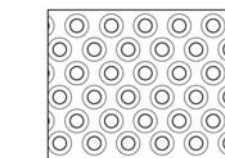
## Problemi

Postoje i među osobama s različitim invaliditetom i različiti pogledi što je dobra pristupačnost. Ono što je dobro za osobe koje se kreću u invalidskim kolicima, za

slabovidne ili slijepo osobe može predstavljati veliku opasnost. Taj problem je posebno izražen kod prometnica i prijelaza preko ceste (slika 1). Zato Pravilnik za osobe s oštećenjem vida regulira (slika 2) žljebaste linije vođenja na pješačkim stazama te, što je posebno važno, zone upozorenja izvedene u kontrastnoj boji i drugačijoj, čepastoj teksturi prilikom denivelacije kod prijelaza prometnica. U tom slučaju denivelacija može biti izvedena u potpunosti, kako bi bila sigurna i za one ljude koji se kreću u invalidskim kolicima, dakle bez ikakvog rubnjaka.



Slika 1



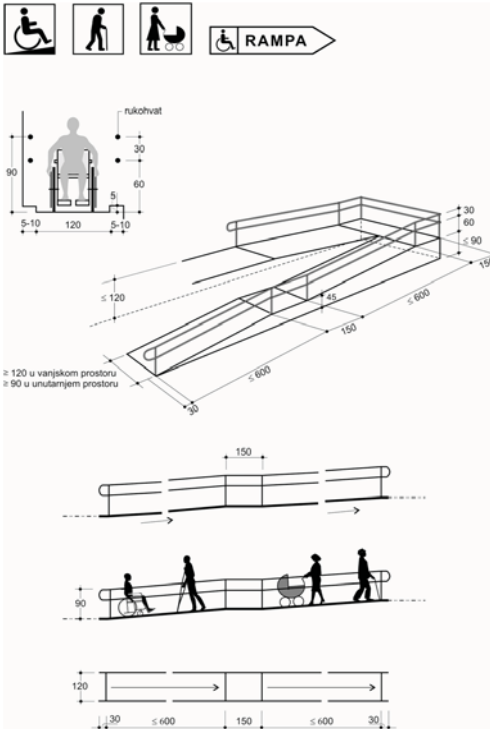
Slika 2



## Karakteristični primjeri

Svaki element pristupačnosti je opisan i prikazan slikovno. Zbog ograničenosti prostora, ovdje ću navesti tek nekoliko karakterističnih primjera.

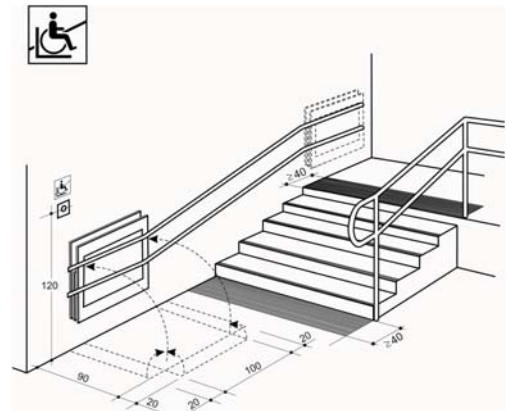
Tako je kod rampe (slika 3) određena minimalna širina i maksimalni nagib. Važno je napomenuti da je određena i maksimalna visina koja se može savladavati pomoću rampe, njena oprema – ograda i označavanje, ali i odmorišta, jer većina osoba koje se kreću pomoću invalidskih kolica ne mogu u jednom dahu savladati cijelu rampu.



Slika 3

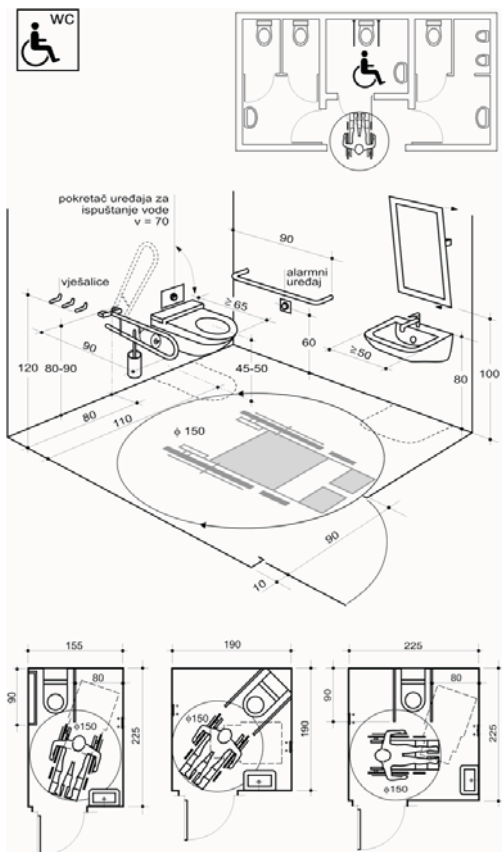
Gdje nije moguće smjestiti rampu, ili je visinska razlika prevelika, izvode se koso podizne ili vertikalno podizne platforme. Na slici 4 prikazana je koso podizna platforma koja se po potrebi može spustiti i samostalno koristiti. Za slabovidne i slije-

pe osobe predviđene su zone upozorenja na početku i na kraju stuba.

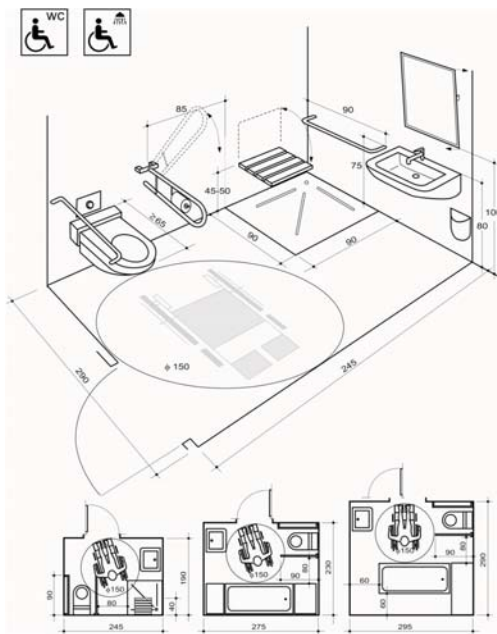


Slika 4

Na slikama 5 i 6 prikazani su toalet, odnosno kupaonica s toaletom i elementi koji čine takve prostore pristupačnima. Dakle, određene su dimenzije prostora, smještaj zahodske školjke, tuša (kade), rukohvata, umivaonika i nagibnog zrcala.

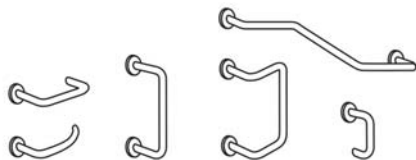
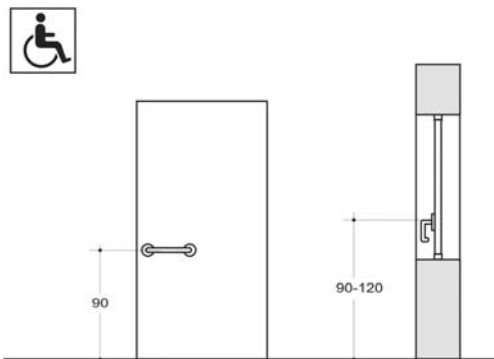


Slika 5



Slika 6

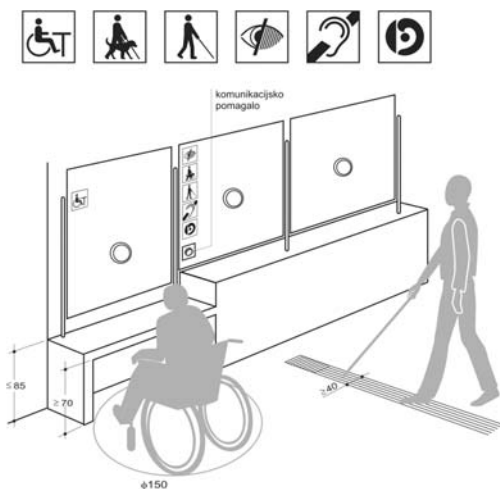
Kako bi osobe s ograničenom funkcijom ruku mogle lako i sigurno otvoriti vrata, korištena su iskustva univerzalnog dizajna (slika 7).



Slika 7

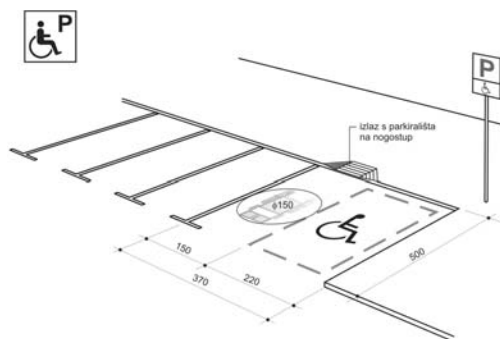
Šalteri i pultovi se izvode na način da ih mogu svi koristiti. Za osobe u invalidskim

kolicima oni moraju biti denivelirani, za slijepe i slabovidne osobe postoji linija vođenja, dok za osobe s oštećenjem sluha moraju postojati indukcijske petlje (slika 8).



Slika 8

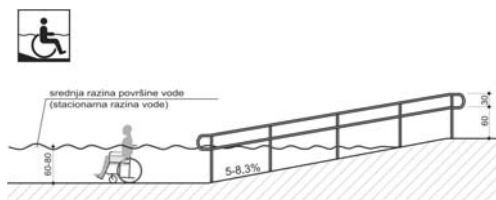
Postoje i minimalne dimenzije parkirališnog mjesta te obveza izgradnje rampe koja će povezivati to mjesto s pješačkom stazom, što do sada nije bio slučaj (slika 9). Dimenzije pristupačnog mjesta su povećane u odnosu na dosadašnju praksu, a uvedena je i manipulativna zona kako bi osobe u invalidskim kolicima uopće mogle ući, odnosno izaći iz vozila.



Slika 9

Kad je riječ o kupališnom prostoru, predviđena je i rampa za ulazak osobe koja se

kreće pomoću invalidskih kolica u vodu (slika 10).



Slika 10

## Rokovi

Potpuna primjena Pravilnika počela je tek šest mjeseci od njegovog donošenja. Do lipnja 2006. svi investitori koji su u tom vremenu dobili građevinsku dozvolu mogli su graditi prema starim standardima.

No, za nas su važniji neki drugi rokovi: stubišta u vanjskom prostoru namijenjena javnoj uporabi moraju se prilagoditi u roku od dvije godine, a dvije godine je rok i za pristupačnost javnih građevina. Kako ti rokovi uskoro ističu, a u svjetlu Konvencije o pravima osoba s invaliditetom koju je Hrvatska potpisala i koja je u međuvremenu stupila na snagu, bit će izuzetno važno reagirati sa strane saveza i organizacija osoba s invaliditetom – ali i svakog zainteresiranog pojedinca – na svako kršenje odredaba Pravilnika.

## Dodatne informacije

Narodne novine br. 151 od 23. 12. 2005.  
[www.hupt.hr/mzopu\\_pravilnik.html](http://www.hupt.hr/mzopu_pravilnik.html)

## A zašto ne?

# Revija večernjih toaleta u Koprivnici

Marijana Blažanović



Susret sa starom školskom prijateljicom iz Koprivnice nakon sedam dugih godina za mene je postao izazov za još jedno novo iskustvo.

Razgovarajući o aktivnostima kojima se bavimo, prijateljica mi je spomenula da članovi njezine Udruge pripremaju modnu reviju večernjih toaleta koju će nositi osobe s invaliditetom. Mene je to istog trena zaintrigiralo i bez razmišljanja sam rekla da bi mi bilo drago ako bi i ja mogla sudjelovati na toj reviji, s obzirom na to da sam se četiri godine bavila plesom, a ovo je bilo nešto slično tome.

Nataša, moja prijateljica, odmah je nazvala predsjednicu Udruge i dogovorila moje sudjelovanje na reviji. Razveselila sam se tome.

Prva proba bila je jedne subote u svibnju. Susret s glavnim organizatorima bio je dogovoren za 9 sati ispred jedne trgovine. Nakon toga krenuli smo u potragu za večernjim toaletama. Sve su djevojke za reviju izabrale haljine, a dečki odijela koja su upotpunjavale kravate. Haljina koju sam ja izabrala bila je u crno-bijeloj kombinaciji s laganim volančićima.

„Crveni križ“ kao suradnička organizacija pobrinuo se da za reviju svi imaju pratitelje ili pratiteljice, koji su se savršeno snašli u ulozi naših manekena i manekenki.

Nekoliko savjeta i proba je počela!

Šetali smo podijem kao pravi profesionalci. Bez ikakvih problema. Nakon nekoliko dana uslijedila je još jedna proba. Na toj probi, nažalost, nisam mogla sudjelovati, ali potrudila sam se da se to na završnoj večeri niti u jednom trenutku ne primijeti.

Napokon je došao i taj dan, 27. svibnja

2008. godine. U 14 sati krenula sam u Koprivnicu kako bih na vrijeme stigla na frizuru i šminkanje. Nervoza se nije primijetila gotovo niti kod jednog od nas 10 sudionika revije. Pomislilo bi se da smo pravi profesionalci. Tek u trenutku kada smo provirili u gledalište i vidjeli koliko je s druge strane gledatelja, prošla nas je lagana jeza i pomalo nas je uhvatila trema.

Na reviji su također nastupile „Mariške“ pod vodstvom gospođe Ane. One su raznim izvedbama zabavile nas i naše goste.

Na kraju programa došlo je i naših „5 minuta“. Izašli smo, prošetali kroz publiku, a pljesku nije bilo kraja. Bila sam oduševljena. Još jedno prekrasno iskustvo i druženje s divnim ljudima. Neke od njih upoznala sam baš tom prilikom, a neke stare prijatelje susrela sam nakon dugo godina.

Iskreno se nadam da ćemo se uskoro opet družiti na ovakav lijep i zanimljiv način, a radovalo bi me da se što više osoba s invaliditetom uključi u ovakve vesele aktivnosti.



# Skijanje osoba s paraplegijom i tetraplegijom

Alleghe kraj Belluna, 7. do 12. 3. 2008.



*Nešto o povijesti skijanja osoba s invaliditetom:* razvoj skijanja za osobe s invaliditetom započeo je nakon 2. svjetskog rata, kada su zaljubljenici u skijanje ozlijeđeni u ratnim zbivanjima, pokušali pronaći način nastavka bavljenja svojim omiljenim sportom. Prvi tečajevi skijanja za osobe s invaliditetom krenuli su 1948., od kada se održavaju i natjecanja. Sve do 70-ih godina prošlog stoljeća, skijale su samo osobe koje su mogle stajati te slijepe i slabovidne osobe. Izum mono i dual skije – sjedalice fiksirane na skiju – pružio je priliku i skijašima koji nisu mogli stajati na skijama. Sastavni dio opreme monoskija su modificirane štake na čijem se kraju nalaze male skijice koje služe za održavanje ravnoteže i upravljanje.



Skijanje za osobe s invaliditetom sastavni je dio Paraolimpijskih igara od 1976. (slalom i veleslalom, super-G...).



U Hrvatskoj je skijanje za osobe s invaliditetom još u povojima, no entuzijasta ima. Tako se jedna grupica entuzijasta HUPT-ovaca u sastavu: **Katja i Saki** kao instruktori, **Denis, Alen, Zdravko** kao većiskusni skijaši, i **Tatjana** kao totalna početnica, uputila krajem zime u slatko malo mjestasce Alleghe kraj Belluna u Italiji. Ovim putem želimo se zahvaliti **Sakibu Salkiću** bez čijeg nevjerojatnog entuzijazma ovoga ne bi bilo, kao i **Katji Kukec** i ostalim pomagačima. *Sve se ovo dogodilo kroz projekt suradničke udruge „Znam“ iz Rijeke koji je financirala Primorsko-goranska županija.*



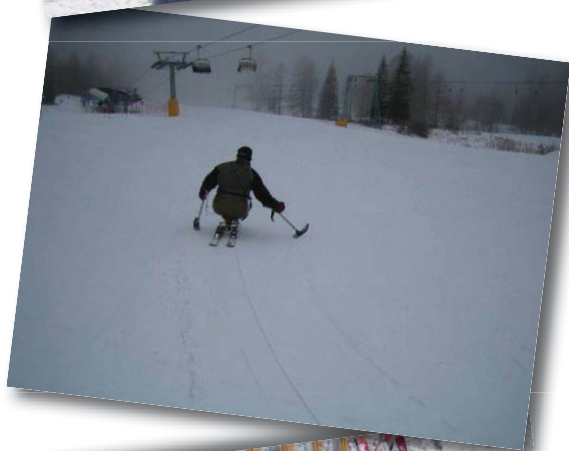
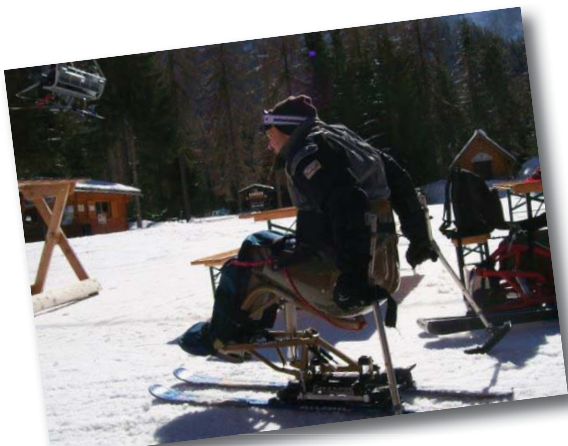
### Evo nekih dojmova:

**Denis:** Ovo mi je treća godina da skijam i mogu reći da me najviše veseli što stalno vidim napredak. Poseban doživljaj bio mi je zadnji dan, kada sam s instruktorom po prvi put išao na *pravu* strmu skijašku stazu. To je bila jedna od staza kompleksa Civetta, gdje se vozi i skijaški kup.

Dojam je nevjerojatan. Kako sam skijao, svi skijaši su se zaustavljali i gledali nas. Nakon samo par sekundi spusta uhvati se velika brzina te je usporavanje ili zaustavljanje jako atraktivno: skrene se u zavoj i rubi po bokovima skija po desetak i više metara. To je pravi adrenalin.

Želim reći da nam je osim samog skijanja i sve ostalo bilo veliki doživljaj. Od samog hotela i njegovih vlasnika s kojima smo se sprijateljili, vučnica i sistema „otkači se u pravi trenutak“, do velikih žičara „jaje“ kojima se vozite iznad grada u planine, i to još s pogledom na jezero.

**Tatjana:** Bilo je zabavno, bilo je super i ako vas nije strah visina (i mogućnosti da se nađete u kabini koja se lagano njiše nekih 1600 m iznad provalije), brzine (maksimalnu od oko 100 km/h sva sreća ipak nisam postigla), ako vam ne smeta da u procesu učenja pokupite koji stup, drvo ili izazovete bijes ostalih skijaša jer zbog vas vučnica nikako da krene, toplo preporučam. No, bez zezanja, bilo je ovo nezaboravno iskustvo koje bih svakako željela ponoviti.



# Nastavak školovanja

Osobe koje dožive ozljedu leđne moždine, a čija je posljedica paraplegija ili tetraplegija, dožive doista životnu promjenu koja im često poremeti život i svakodnevno funkcioniranje. Neke se osobe ne uspiju vratiti svojim aktivnostima prije ozljede. **Događa se da prestanu ići u školu, da ne nastave studij, da prebrzo prihvate umirovljenje i sl.**

**A život doista ne prestaje s paraliziranošću tijela i poremećajem funkcija.**

**S time se valja naučiti živjeti.**

Ponekad se takvi prekidi dogode iz objektivnih razloga, ali često se dogode i zbog subjektivnog pristupa određenoj situaciji.

**Stoga pozivamo sve osobe koje su bile u takvim situacijama, a vide svoj smisao u nastavku školovanja, stjecanju novih znanja i vještina te eventualno promjeni zanimanja, da se jave.** Danas postoje razni programi i projekti za životno obrazovanje, a samim time i mogućnosti da se u ovako promijenjenim životnim okolnostima ipak može učiniti nešto za sebe ukoliko želimo promijeniti svoj način življenja. Odluka o zaokretu prema mogućnostima, a ne ostajanje i gledanje na osobne nemogućnosti, prepuštena je svakom pojedincu.





# SOS

## telefon za žene s invaliditetom

Zajednica Saveza osoba s invaliditetom (SOIH) 2001. godine održala je Prvi okrugli stol o ženama s invaliditetom. Od tada su svake godine organizirani slični skupovi s ciljem osnaživanja žena s invaliditetom, što je rezultiralo prvim sedmodnevnim edukacijskim treningom žena s invaliditetom održanim 2005. godine. Tom prilikom zapanjila je spoznaja da je jedna četvrtina prisutnih žena shvatila da je prošla kroz neki oblik nasilja: u instituciji, u obitelji, na ulici ili na radnom mjestu. Zlostavljači su uvijek bili članovi obitelji, bliski rođaci, djelatnici u instituciji, kolege ili nepoznate osobe.

Nastavljeno je kontinuirano provođenje radionica. Edukacijski program prošlo je 20 žena s vrlo uspješnim rezultatima.

Unatoč tome što u Hrvatskoj djeluju brojne ženske grupe, pa čak i telefon za pomoć ženama žrtvama nasilja, problemi nasilja nad ženama s invaliditetom nisu prepoznati i nije došlo do njihovog uključivanja.

SOIH je stoga odlučio primarno zadovoljiti prepoznatu potrebu osnivanja SOS telefona za žene s invaliditetom u cilju pružanja snažne podrške ženama s invaliditetom radi sprječavanja diskriminacije i nasilja.

Povodom Međunarodnog dana obitelji i Europske godine jednakih mogućnosti za sve 15. svibnja 2007. godine pod pokroviteljstvom potpredsjednice Vlade i ministrice obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti gospođe Jadranke Kosor, u organizaciji SO-

IH-a službeno je otvoren SOS telefon za žene s invaliditetom žrtve nasilja u Republici Hrvatskoj.

### **Cilj rada SOS telefona je:**

Podrška i osnaživanje žena s invaliditetom

Promicanje jednakih mogućnosti i ravnopravnosti žena s invaliditetom

Zaštita prava žena s invaliditetom.

### **Misija:**

Poboljšanje društvenog položaja žena s invaliditetom i ostvarenje prava na život bez nasilja i diskriminacije.

**Nasilje je svaka primjena fizičke sile ili psihičke prisile na integritet osoba.**

Najčešće se radi o fizičkom, psihičkom, ekonomskom i seksualnom nasilju.

### **Nasilje je također**

- ♦ izazivanje osjećaja straha ili osobne ugroženosti ili povrede dostojanstva,
- ♦ fizički napad neovisno je li nastupila tjelesna ozljeda ili nije,
- ♦ verbalni napad, vrijeđanje, psovanje, nazivanje pogrđnim nazivima i drugi načini grubog uznemiravanja,
- ♦ spolno uznemiravanje,
- ♦ uhođenje i svi drugi načini uznemiravanja.

**Na SOS telefonu dežuraju žene s invaliditetom koje su prošle višegodišnju edukaciju.**

Pružaju se podrška:

- ♦ kroz razgovor
- ♦ davanje raznih informacija
- ♦ pomoć psihologa
- ♦ pravna pomoć
- ♦ liječnička pomoć
- ♦ pomoć psihijatra
- ♦ pomoć defektologa
- ♦ pomoć socijalnog radnika

**SOS telefon za žene s invaliditetom žrtve nasilja**

**+385 1 48 13 999**

**radi srijedom od 16 do 18 sati.**

*(preuzeto iz brošure Zajednice saveza osoba s invaliditetom SOIH – mreža žena s invaliditetom)*

# Uloga brusnice u prevenciji urinarnih infekcija: znanstveni dokazi

**Danas postoji među ljudima uvjerenje da sok od brusnice može izliječiti urinarne infekcije. Međutim, je li takvo vjerovanje posljedica sve agresivnije propagande ili se radi o medicini utemeljenoj na dokazima?**

o autoru

**Ivana Jukić, dr. med.**

Klinika za unutarnje bolesti  
KB Split, Spinčićevo 1, 21000 Split  
e-mail: ivjukic@yahoo.com

- Uvod
- Povijest brusnice
- Acidifikacija (zakiseljavanje) urina
- Klinička istraživanja
- Zaključak
- Literatura

Za sada nema znanstvenih dokaza koji bi potvrdili ovu tvrdnju, bilo da se radi o in vitro ili in vivo studijama. Međutim, in vivo i in vitro istraživanja su potvrdila hipotezu o ulozi brusnice u smanjenju adherencije bakterija na uroepitelne stanice. Kod pacijenata s rekurentnim urinarnim infekcijama, rutinska upotreba brusnice može biti alternativna terapija antibiotskoj profilaksi.

## Uvod

**Čak 44% žena ima rekurentne infekcije, stoga je dugotrajna antimikrobna profilaksa često potrebna, a dolazi i do sve većeg razvoja rezistencije na antibiotike.**

Istraživanje provedeno 1998. godine upućivalo je da 47% kupaca zna za povezanost brusnice i zdravlja urinarnog trakta, a od tada

je brusnica postajala sve popularnija i sve prodavanija u prevenciji urinarnih infekcija. U Sjedinjenim Američkim Državama urinarne infekcije su razlog 5.2 milijuna godišnjih posjeta liječniku (ženski pacijenti), s omjerom žena prema muškarcima 50:1, dok se nakon 60. godine života incidencija izjednačava.

## Povijest brusnice



**Pretaživanjem baze MEDLINE (ključne riječi brusnica i urinarna infekcija) pronalazi se 116 radova na ovu temu, a prvi rad publiciran je davne 1962. godine, s tim da je u posljednjih 10 godina objavljeno više od 90 radova.**

Američki starosjedioci su vjerovali da brusnica (*Vaccinium macrocarpon*) ima medicinska svojstva i koristili su je kao namirnicu. Od 1800. godine koristi se za liječenje krvnih poremećaja, jetrenih i želučanih problema, te vrućice. 1914. zapaža se da je brusnica bogata benzojevom kiselinom te da se ova kiselina izlučuje urinom kao hipurična kiselina. Dugi niz godina se smatralo da sok od brusnice povoljno djeluje na prevenciju infekcija putem acidifikacije urina. Brusnica se koristi u obliku svježeg voća, sušenom obliku, koncentrata soka, kao voćni napitak te u obliku tableta. Čisti sok je vrlo kiseo (pH <2.5) stoga se koktelu dodaje vitamin C, zaslađivači i voda, uz minimalno 25% volumena čistog soka.

## Acidifikacija (zakiseljavanje) urina



### Neke studije su pokazale da sok brusnice smanjuje bakterijuriju.

Već početkom 20. stoljeća zapaženo je da nakon ingestije 300 grama soka brusnice dolazi do pada pH urina sa 6.3 na 5.3, a što se tumačilo konverzijom benzojeve u hipuričnu kiselinu. Potom je uslijedio niz sličnih istraživanja, iako na malom broju ispitanika. Zaključeno je da je količina hipurične kiseline proporcionalna količini brusnice u gramima, a supstancija koja je bila prekursor hipuričnoj kiselini je kininska kiselina, te da pri konzumaciji manje količine svježe brusnice (20-55 gr) dolazi do blagog porasta aciditeta urina.

50-ih godina prošlog stoljeća promatrao se učinak zakiseljavanja urina i antibakterijske aktivnosti urina nakon konzumacije 4 l soka brusnice dnevno. Nije dokazana antibakterijska aktivnost protiv *Escherichie coli*. Iduće studije su pokazale da sok brusnice smanjuje bakterijuriju. Moguće objašnjenje je da pri niskom PH urina dolazi do konverzije nitrita u različite oblike dušičnog oksida koji imaju toksično djelovanje na bakterije, ali potrebna su daljnja istraživanja koja bi potvrdila ovu hipotezu.

### Laboratorijska istraživanja bakterijske adherencije

**Prvim laboratorijskim istraživanjem provedenim 1984. godine dokazan je jak inhibični učinak (> 75%) soka brusnice na adherenciju 77 izolata *E. coli* na uroepitelne stanice** (studija na miševima i ljudima).

Signifikantna antiadherencijska aktivnost zapažena je 1-3 sata nakon pijenja 400 ml koktela brusnice. 1998. dokazuje se inhibični učinak soka na adherenciju drugih bakterija koje su često uzročnici infekcija mokraćnog sustava poput *Klebsielle*, *Enterobacteria*, *Pse-*

*udomonasa* i *Proteusa*.

**80-ih godina 20. stoljeća znanstvenici su na in vitro studijama zaključili da sam koktel brusnice ne može očistiti epitelne stanice od adherirane *E. coli*, što je već tada upućivalo da je brusnica učinkovitija u profilaksi nego u liječenju uroinfekcija.**

Dvije glavne fimbrije kojima *E. coli* adherira na uroepitelne stanice su **fimbrije tipa 1 i P**. Koktel soka brusnice inhibira adherenciju *E. coli* u urinarnim izolatima gdje dolazi do ekspresije tipa 1 (manoza specifični) i P fimbrija bakterije. Osim soka brusnice, dokazano je i da narančin sok te sok od ananasa inhibiraju adherenciju tip 1 fimbrija *E. coli* na uroepitel, ali samo brusnica ima inhibični učinak na P fimbrije bakterije. Idućim istraživanjima dokazano je da sok brusnice reducira težinu i trajanje urinarnih infekcija te da prevenira i rekurentne pijelonefritise.

**1998. Howell i suradnici izvještavaju da su proantocijanidini (oligomerne molekularne strukture izolirane iz brusnice koje pripadaju klasi flavonoida, sa snažnom antiadhezijskom bakterijskom aktivnosti, a karakterizira ih tip A dimernih veza) u soku brusnice odgovorni u prevenciji adherencije uropatogenih fenotipova *E. coli* s P fimbrijama.**

2005. godine dokazano je da proantocijanidini izolirani iz soka brusnice pokazuju in vitro antiadhezijsku aktivnost u mnogo manjim količinama, nego isti izolirani iz soka grejpa. 2005. Greenberg sa suradnicima ispituje učinak zaslađenih sušenih brusnica na inhibiciju *E. coli*, a maksimalna antiadhezijska aktivnost je bila 50%, dakle znakovito manje nego konzumacija soka ili koktela brusnice.

**2006. godine Di Marino provodi randomiziranu, dvostruko slijepu, placebo kontroliranu studiju na 20 zdravih dobrovoljaca, te zaključuje da su sami proantocijanodini odgovorni za antiadherencijsku aktivnost protiv *E. coli* s P fimbrijama.**

## Klinička istraživanja

**Za sada nema jasnih dokaza koja količina, koncentracija brusnice i duljina liječenja je najučinkovitija.**

Danas su kliničke studije usmjerene na istraživanje uloge soka brusnice u profilaksi urinarnih infekcija. Međutim, 1994. godine provodi se randomizirana, placebo kontrolirana, dvostruko slijepa studija na 153 starije žene u ispitivanju učinka soka brusnice na bakterijuriju i pijuriju. Rad je publiciran u časopisu *Journal of the American Medical Association*, i pokazao je znakovitu redukciju bakterijurije i pijurije.

Ostale kliničke studije fokusirane su na ulogu brusnice u profilaksi uroinfekcija, no isto nije dokazano kod djece s neurogenim mokraćnim mjehurom. Godine 2002. dokazano je da sok i tablete od brusnice značajno smanjuju broj pacijenata koji su imali najmanje jednu simptomatsku urinarnu infekciju godišnje na 20%, odnosno 18%, u odnosu na placebo (30%). Tablete od brusnica su pokazale jednaku učinkovitost kao i sok, ali su tablete najmanje upola jeftinije od soka.

## Zaključak

**Zaključno možemo istaknuti da kod pacijenata s rekurentnim urinarnim infekcijama, rutinska upotreba brusnice može biti alternativna terapija antibiotskoj profilaksi.**

Iako danas javnost smatra da su proizvodi brusnice (sokovi, koteli, kapsule) učinkoviti u liječenju urinarnih infekcija, za sada nema znanstvenih dokaza (in vitro ili in vivo studije) koji bi potvrdili ovu tezu. I sami smo svjedoci porasta konzumacije preparata od brusnice, posebno posljednjih godina zahvaljujući propagandi, a pretraživanjem ključnih riječi "brusnica" i "urinarna infekcija" na tražilici Google, nalazimo trenutno oko 230.000 navoda.

**Postoje snažni znanstveni dokazi o ulozi brusnice u prevenciji urinarne infekcije. Broj in vitro studija je respektabilan, ali kliničkih istraživanja na značajnijem uzorku ispitanika još ima nedostavno.**

Meta analiza provedena 2006. uključila je samo 2 kliničke studije (jedine za sada) o ulozi brusnice u prevenciji uroinfekcije, dok značajnijih kliničkih studija o liječenju infekcije brusnicom uopće nema.

## Literatura:

1. Henig Y.S., Leahy M.M. Cranberry juice and urinary-tract health: Science supports folklore. *Nutrition* 2000, 16: 684-7.
2. Ross, S.M. Clinical applications of cranberry in urinary tract infections. *Holist Nurs Pract* 2006, 20: 213-4.
3. Remis, R.S., Gurwith, M.J., Gurwith, D., Hargrett-Bean, N.T., Layde, P.M. Risk factors for urinary tract infection. *Am J Epidemiol* 1987, 126: 685-94.
4. Kontiokari, T., Laitinen, J., Jarvi, L., Pokka, T., Sundqvist, K., Uhari, M. Dietary factors protecting women from urinary tract infection. *Am J Clin Nutr* 2003, 77: 600-4.
5. Krieger, J.N. Urinary tract infections: What's new? *J Urol* 2002, 168: 2351-8.
6. Ikaheimo, R., Siitonen, A., Heiskanen, T. et al. Recurrence of urinary tract infection in a primary care setting: Analysis of a 1-year follow up of 179 women. *Clin Infect Dis* 1996, 22: 91-9.
7. Lowe, F.C., Fagelman, E. Cranberry juice and urinary tract infections: What is the evidence? *Urology* 2001, 57: 407-13.
8. Howell, A.B., Foxman, B. Cranberry juice and adhesion of antibiotic-resistant uropathogens. *JAMA* 2002, 287: 3082-3.
9. Moen, D.V. Observations on the effectiveness of cranberry juice in urinary infections. *Wis Med J* 1962, 61: 282-3.
10. Schultz, A. Efficacy of cranberry juice and ascorbic acid in acidifying the urine in multiple sclerosis subjects. *J Community*

Health Nurs 1984, 1: 159-69.

11. Blatherwick, N.R., Long, M.L. Studies of the urinary tract acidity. II. The increased acidity produced by eating prunes and cranberries. *J Biol Chem* 1923, 57: 815-8.
12. Greenberg, J.A., Newmann, S.J., Howell, A.B. Consumption of sweetened dried cranberries versus unsweetened raisins for inhibition of uropathogenic *Escherichia coli* adhesion in human urine: A pilot study. *J Altern Complement Med* 2005, 11: 875-8.
13. Rhee, K.Y., Charles, M. Antimicrobial mechanisms of cranberry juice. *Clin Infect Dis* 2004,39:877.
14. Sobota, A.E. Inhibition of bacterial adherence by cranberry juice: Potential uses for the treatment of urinary tract infections. *J Urol* 1984,131: 1013-6.
15. Howell, A.B., Vorsa, N., Der Marderosian, A., Foo, L.Y. Inhibition of the adherence of P-fimbriated *Escherichia coli* to uroepithelial-cell surfaces by proanthocyanidin extracts from cranberries. *N Engl J Med* 1998, 339: 1085-6.
16. Howell, A.B., Reed, J.D., Krueger, C.G., Winterbottom R., Cunningham D.G., Leahy M. A-type cranberry proanthocyanidins and uropathogenic bacterial anti-adhesion activity. *Phytochemistry* 2005, 66: 2281-91.
17. Foo, L.Y., Lu, Y., Howell, A.B., Vorsa, N. The structure of cranberry proanthocyanidins which inhibit adherence of uropathogenic P-fimbriated *Escherichia coli* in vitro. *Phytochemistry* 2000, 54: 173-81.
18. Greenberg, J.A., Newmann, S.J., Howell, A.B. Consumption of sweetened dried cranberries versus unsweetened raisins for inhibition of uropathogenic *Escherichia coli* adhesion in human urine: A pilot study. *J Altern Complement Med* 2005, 11: 875-8.
19. Di Martino, P., Agniel, R., David, K. et al. Reduction of *Escherichia coli* adherence to uroepithelial bladder cells after consumption of cranberry juice: A double-blind randomized placebo-controlled cross-over trial. *World J Urol* 2006, 24: 21-7.
20. Avorn, J., Monane, M., Gurwitz, J.H. et al. Reduction of bacteriuria and pyuria after ingestion of cranberry juice. *JAMA* 1994, 271: 751-4.
21. Haverkorn M.J., Mandigers J. Reduction of bacteriuria and pyuria using cranberry juice. *JAMA* 1994, 272: 590.
22. Schlager, T.A., Anderson, S., Trudell, J., Hendley, J.O. Effect of cranberry juice on bacteriuria in children with neurogenic bladder receiving intermittent catheterization. *J Pediatr* 1999, 135: 698-702.
23. Santillo MV, Lowe FC. Cranberry juice for the prevention and treatment of urinary tract infections. *Drugs Today* 2007 ;43(1):47-54
24. Jepson, R.G., Mihaljevic, L., Craig, J. Cranberries for preventing urinary tract infections. *Cochrane Database Syst Rev* 2004, 2: 1-19.
25. Jepson, R.G., Mihaljevic, L., Craig, J. Cranberries for treating urinary tract infections. *Cochrane Database Syst Rev* 1998, 4: 1-8.

Plivin portal



*Jer, život je aktivan.*

## Mi nudimo kompletna rješenja



### Ugovorni partner HZZO!

Bauerfeind d.o.o.  
Goleška 20  
10020 Zagreb  
Tel.: 01/6542-855  
Fax.: 01/6542-860  
info@bauerfeind.hr  
www.bauerfeind.hr