

# Mirolamo

LIPANJ 2023

BROJ 52

**ESCIF - EUROPSKI KONGRES,  
SOLUN, GRČKA**

**WINGS FOR LIFE WORLD RUN  
ZADAR 2023**

**PONOS HRVATSKE TOMISLAV  
ŠALOPEK**

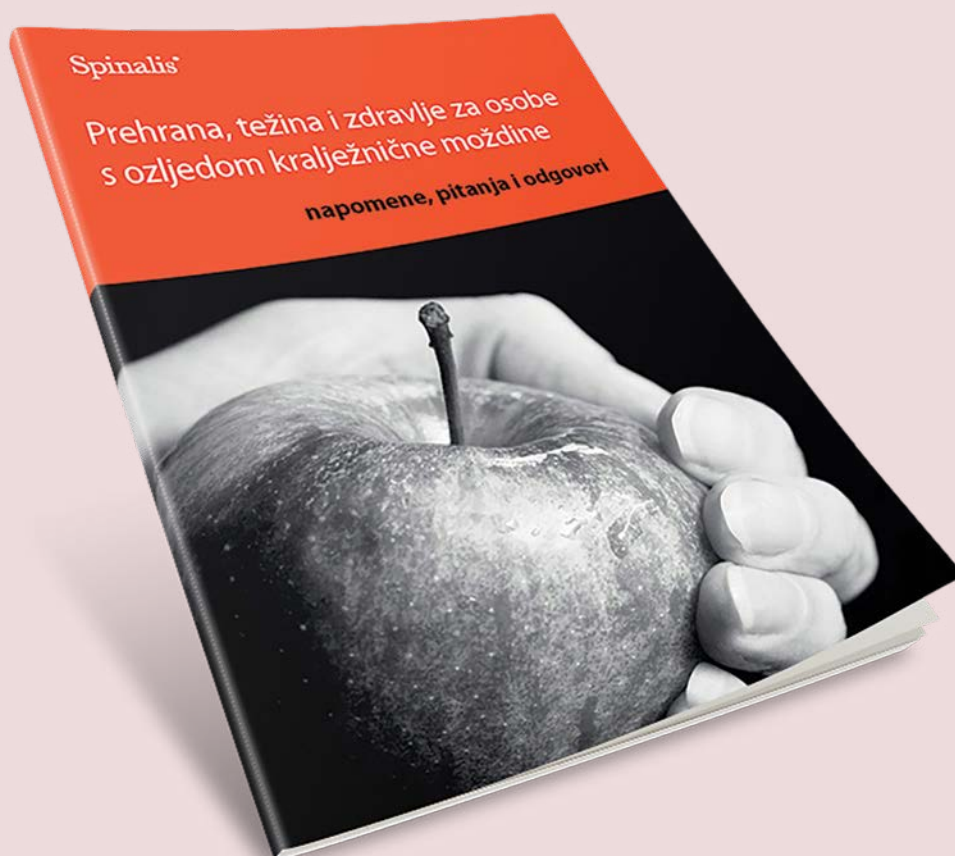
**KAMPANJA INKLUZIJA JE LJUDSKO  
PRAVO**



SAZNAJTE VIŠE  
[www.hupt.hr](http://www.hupt.hr)

## Spinalis

# Prehrana, težina i zdravlje za osobe s ozljedom kralježnične moždine



### Sadržaj:

- Zdraviji i lakši život
- Mnogi dobivaju na težini
- Što je zdrava težina
- Metabolizam se usporava
- Indeks tjelesne mase (engl. Body Mass Index – BMI)
- Koliko kalorija sagorijevam?
- Fizička aktivnost i metabolizam
- Kako mogu izgubiti na težini?
- Odabir zdrave hrane
- Vaganje, mjerenje i preuzimanje kontrole
- Prehrana i zatvor
- Prehrana i pritisne rane
- Korak po korak

Na Radnom vikendu ste čuli za ovu brošuru, a nemate ju, sada ju možete preuzeti na našoj internet stranici: <https://hupt.hr/brosure-i-knjige/>, a ako želite tiskano izdanje javite nam se pa ćemo Vam poslati.

## Dragi članovi i čitatelji,

stiglo nam je lijepo vrijeme i nadam se da čitate ovaj broj negdje na odmoru, u dubokoj hladovini. Želio bih izraziti zadovoljstvo sve većim brojem plaža koje prilagođavaju za osobe s invaliditetom, ali ne i načinom na koji se to radi. „Ništa o nama bez nas“ treba postati pravilo, a ne iznimka, i truditi ćemo se svim silama da tako i bude. Na prošlom Radnom vikendu utvrdili smo koje to elemente plaža treba imati kako bi bila pristupačna, a to su: parking za OSI, pristup plaži, prilagođen toalet, sunčališta, kabine za presvlačenje i adekvatan ulazak u more (lifter je najbolja opcija, ali tamo gdje postoji rampa, ona treba biti napravljena prema pravilniku, redovito održavana i trebaju biti na raspolaganju kolica za ulazak u more). Ove godine običi ćemo sve plaže koje slove kao prilagođene, održati sastanke s upraviteljima plaža i pokušati ih napraviti što više u potpunosti prilagođenih te ćemo na kraju sezone imati detaljan vodič. Prema dostupnim informacijama, tri plaže imaju sve elemente: Split – Žnjan, Zadar – Kolovare i Pula – Valkane.

Izglasan je toliko potreban, dugo očekivani Zakon o osobnoj asistenciji i trebali bismo biti sretni. Toliko je vremena i energije uloženo kako bismo objasnili, ukazali i dokazali kako zakon treba izgledati, koliko je sati potrebno kojoj skupini, no većina naših primjedbi nije prihvaćena. Jako me žalosti činjenica što je ovaj zakon podijelio članove i udruge članice jer, istina, većina će sada imati pravo na OA, no osobe s najtežom vrstom invaliditeta su zakinute i neće dobiti dovoljnu satnicu; umjesto da se založimo i izborimo za njih, većini koja će dobiti pravo na OA zakon odgovara i ne žele daljnju „borbu“. Nadam se da će se kroz vrijeme, kako vladajući i obećavaju, to i promijeniti i da će se ostale točke kao što je participacija za one s plaćom većom od 1000 eura, kombinacija roditelja njegovatelja i OA također prihvatiti. Iako je zakon izglasan, većina zakona je regulirana pravilnicima u koje još nemamo uvid pa postoji bojazan oko same plaće OA, vještačenja kao i provedbe zakona, no to bi trebalo biti uskoro pa ćemo imati više informacija. Ono što za sada znamo jest da se ništa ne mijenja do kraja godine i duboko se nadam da to neće i dalje prolongirati.

Nažalost, novih projekata nema već dvije godine pa smo tako i uskraćeni za više od 50% sredstava za Radni vikend te se trudim prikupiti što više donacija kako bi nas što više sudjelovalo, kako bismo naučili



nešto novo, ali i podružili se. Još se nadam nekim donacijama kako bi se financijska konstrukcija zatvorila i kako bismo mogli krenuti u pripreme novoga Radnog vikenda.

Iza nas je i 10. jubilarna utrka WINGS FOR LIFE WORLD RUN u kojoj je sudjelovalo 57 osoba u kolicima i nadam se da nas sljedeće godine dolazi još više, budući da je to jedinstvena inicijativa u svijetu koja ima za cilj pronalazak lijeka za leđnu moždinu.

Želim Vam ugodan ljetni odmor.

S poštovanjem,  
Bojan Hajdin

Financijski  
podržava



Nacionalna  
zaklada za  
razvoj  
civilnoga  
društva

Tiskanje ove publikacije omogućeno je financijskom podrškom Nacionalne zaklade za razvoj civilnog društva. Sadržaj ove publikacije isključiva je odgovornost autora i nužno ne izražava stajalište Nacionalne zaklade.



## Wings for Life World Run Zadar 2023

U Zadru, 7. svibnja održana je deseta jubilarna utrka *Wings for Life World Run*. Na startu se skupilo 6.500 trkačica i trkača iz svih krajeva Hrvatske, Europe, a i šire.

# 16

© Predrag Vučković

## Sadržaj

- 6 HUPT-ove aktivnosti
- 13 Ugradnja ručnih komandi i logistička potpora UPiT Osijek
- 14 ESCIF - europski kongres, Solun, Grčka
- 16 *Wings for Life World Run Zadar 2023*
- 20 Predsjednik HUPT-a Bojan Hajdin i sportašica Lukrecija Tomušić u posjetu zakladi *Wings for Life*
- 22 Ponos Hrvatske Tomislav Salopek
- 26 Kampanja *Inkluzija je ljudsko pravo*
- 29 SOZ
- 32 UPiT Osijek
- 36 KaSPIN
- 38 UPiTiŽ
- 40 DUBAI Grad blještavila i svjetskih rekorda
- 44 Kuhanje iz kolica
- 46 Kakvih sve pomagala ima
- 48 G-HUPT broj 6
- 51 Pristupnica za one koji žele postati članovi



# 14

### ESCIF - europski kongres, Solun, Grčka

Teme su bile brojne, a ponajviše se predstavljala usluga osobne asistencije u ostalim državama kao i inkluzivni turizam



# 20

### Predsjednik HUPT-a Bojan Hajdin i sportašica Lukrecija Tomušić u posjetu zakladi *Wings for Life*

Lukrecija i Bojan posjetili su Zakladu *Wings for Life*, gdje su razgovarali s direktoricom Zaklade Anitom Gerhardter.



# 22

### Ponos Hrvatske Tomislav Salopek

Tomislav Salopek – osnivač i direktor Edukacijsko-motivacijskog instituta HANSEI, dobitnik priznanja udruge Ponos Hrvatske za 2021. godinu



# 44

### Osso bucco

Prepoznatljivo jelo sjevernog dijela Italije, *osso bucco* (šuplja kost). U originalnom receptu služi se s rižotom *milanese* (s parmezanom i šafranom).

# Tko je surađivao na ovom broju



Janko  
Ehrlich-Zdvořák

Uređuje i piše,  
uglavnom o filmovima.



Ines  
Ignjačić

Putuje i istražuje  
gradove i divljine.



Silvija  
Brkić Midžić

Lektorira tekstove za  
HUPT i tako proširuje  
svoje obzore.



Marija  
Bujanec

Prati događanja  
udruge. Također  
zadužena za marketing  
i oglašavanje.



Davor  
Krog

Zadužen za grafičko  
oblikovanje časopisa,  
što drugi zamisle, on  
ostvaruje.



Ivan  
Strugar

Prati sportska zbivanja,  
kuha i dijeli recepte.

## Mi rolamo

### Izdavač:

HUPT  
Vladimira Varićaka 20  
tel: 01 38 31 195  
e-mail: [hupt@hupt.hr](mailto:hupt@hupt.hr)  
web: [www.hupt.hr](http://www.hupt.hr)

### E-mail uredništva:

[mirolamo@hupt.hr](mailto:mirolamo@hupt.hr)

### Glavni urednik:

Janko Ehrlich-Zdvořák

### Uredništvo:

Janko Ehrlich-Zdvořák,  
Davor Krog, Ines Ignjačić,  
Marija Bujanec

### Suradnici:

Danijel Balažić, Martina  
Benić, Bojan Hajdin, Ivan  
Strugar, Tatjana Varga,  
Mladen Jurada, Dobrila  
Maričić, Biljana Majnik

### Lektura i korektura:

Silvija Brkić Midžić

### Marketing:

Marija Bujanec

### Grafička priprema:

Davor Krog

### ISSN:

2459-8003

Svi objavljeni tekstovi izražavaju osobne stavove autora koji nisu nužno stavovi izdavača.

# Izglasani zakon o osobnoj asistenciji te izmjene i dopune zakona o socijalnoj skrbi

U srijedu, 28. lipnja 2023. Hrvatski sabor donio je Zakon o osobnoj asistenciji sa 79 glasova „za“, 49 glasova „suzdržana“ te jednim glasom protiv.

Zakonom se definira: usluga osobne asistencije, uvjeti za osobnog asistenta, komunikacijskog posrednika, videćeg pratitelja, pomoćnika u nastavi i stručnog komunikacijskog posrednika; uvjeti za pružatelje usluge tijekom odgojno-obrazovnog procesa; broj sati usluge; cijena usluge i sudjelovanje korisnika u plaćanju; nadležnost i postupak; mreža, standardi i ugovaranje usluge; registar, evidencija, dokumentacija i statistička izvješća; nadzor; naknada štete; prekršajne odredbe te prijelazne i završne odredbe. Stupanjem na snagu Zakona očekuje se proširenje broja korisnika usluge osobne asistencije, a propisana održivost usluge osigurava se kontinuiranim povećanjem financijskih sredstava u Državnom proračunu. Ovaj dugo očekivani Zakon stupio je na snagu 1. srpnja 2023., dok će se u cijelosti početi primjenjivati 1. srpnja 2024.

## Izmjene i dopune zakona o socijalnoj skrbi

Izmjenama i dopunama Zakona o socijalnoj skrbi, izglasanim na 16. sjednici, 28. lipnja 2023. (126 glasova „za“, 2 „suzdržana“), između ostaloga, povećan je broj razloga za priznavanje prava na status roditelja njegovatelja ili njegovatelja, proširen je krug osoba kojima može biti priznat status roditelja njegovatelja i njegovatelja bračnog ili izvanbračnog druga te životnog ili neformalnog životnog partnera roditelja djeteta s teškoćama u razvoju. Povećane su naknade za status roditelja njegovatelja ili njegovatelja i to:

- s 800% osnovice na 1000% (s 530,89 na 663,61 eura)
- s 900% osnovice na 1200% (s 597,25 na 796,34 eura) – za dijete s teškoćama ili osobu s invaliditetom koja se zbog zdravstvenog stanja ne može uključiti u programe i usluge u zajednici
- s 1200% osnovice na 1500% (s 796,34 na 995,42 eura) – za dvoje ili više djece s teškoćama ili osobe s invaliditetom.

Također, izmjenama i dopunama Zakona napušten je institut zabilježbe u sustavu socijalne skrbi, kao i obveza povrata sredstava isplaćenih temeljem prava na zajamčenu minimalnu naknadu.

Za izmjene i dopune Zakona na godišnjoj razini dodatno će se osigurati 5,7 milijuna eura za 2023. godinu, dok će se u 2024. godini dodatno osigurati 9,4 milijuna eura.

## Vodič za kontrolu implementacije KPOSI-ja za neovisna tijela praćenja

Agencija Europske unije za temeljna prava objavila je vodič za praćenje nacionalne implementacije KPOSI-ja, sukladno članku 33. Konvencije o pravima osoba s invaliditetom (KPOSI). Vodič se fokusira na primjenu pokazatelja koji mjere napredak implementacije KPOSI-ja u RH. Ovaj vodič temelji se na smjernicama Odbor UN-a za prava osoba s invaliditetom, te na radu Ureda Visokog povjerenika Ujedinjenih naroda za ljudska prava (OHCHR). KPOSI-jev Odbor naglašava da bi na nacionalnoj i međunarodnoj razini praćenje trebalo biti „komplementarno i međusobno osnažujuće“. Politike i programi



trebaju biti dizajnirani, implementirani, evaluirani i praćeni na temelju ljudskopravaškog modela invaliditeta. Te politike i programi trebaju prepoznati:

- manjkavosti koje sprječavaju osobe s invaliditetom u potpunom uživanju svojih prava;
- manjkavosti koje onemogućuju nositelje dužnosti da u potpunosti provedu svoje zakonske obveze poštivanja, zaštite i ispunjavanja prava osoba s invaliditetom.

Osim toga, važno je pratiti i koji učinak imaju sve ostale done-sene politike i programi (*mainstream policies*) na osobe s invaliditetom, kao i učinak politika specifičnih za osobe s invaliditetom (tzv. *twin-track approach*).

Glavna značajka primjene ljudskopravaškog okvira jest konfiguracija triju skupina pokazatelja putem kojih se provedba temeljnih prava može mjeriti i vrednovati. Tri skupine pokazatelja odgovaraju obvezama i naporima nositelja dužnosti (države) i učinka koji se postiže implementacijom. Skupine pokazatelja temelje se na SPO modelu koji prati: strukturu, proces i ishode.

Detaljnije o svakoj skupini pokazatelja možete pronaći na službenoj web stranici Agencije EU-a za temeljna prava (<http://fra.europa.eu/hr>).

## Peti europski parlament osoba s invaliditetom 2023.



parlament, buduću Europsku komisiju imenovanu nakon izbora i sve relevantne politike koje utječu na budućnost osoba s invaliditetom u Europi i šire.

Zajednica saveza osoba s invaliditetom Hrvatske – SOIH sudjelovala je na petom Europskom parlamentu osoba s invaliditetom (EPPD), održanom u svibnju 2023., a koji okuplja preko 700 predstavnika pokreta osoba s invaliditetom iz svih zemalja Europske unije, kao i predstavnike kreatora politika, nacionalnih ministarstava i drugih međunarodnih organizacija. Ovogodišnji EPPD ostat će zapamćen po tome što su povodom nadolazećih europskih izbora 2024. godine delegati usvojili Manifest EDF-a o europskim izborima 2024. s ciljem usmjeravanja političkih programa kandidata za Europski

## Izvješće o radu Pravobranitelja za osobe s invaliditetom za 2022. godinu

U 2022. godini Pravobranitelju za osobe s invaliditetom obratilo se 2.474 građana. Najviše obraćanja odnosilo se na područje socijalne skrbi, zatim na područje zapošljavanja i rada, pristupačnosti i mobilnosti, višestrukih upita i pritužbi te na ostalo. Najčešće pritužbe vezane uz zapošljavanje osoba

	2018.	2019.	2020.	2021.	2022.
<b>Broj obraćanja građana</b>	1.951	2.172	2.266	2.720	2.474
<b>Broj postupanja POSI</b>	3.200	3.398	4.538	5.826	5.056

s invaliditetom odnosile su se na provođenje natječajnih postupaka u državnim i javnim službama. Osobe s invaliditetom koje su se pritužile pravobraniteljici uvjerene su da je zapošljavanje netransparentno i da se pogoduje

unaprijed poznatim kandidatima te se pritužuju na nemogućnost ostvarenja prava prednosti pri zapošljavanju pod jednakim uvjetima.

Pravobraniteljica je samostalno ili u suradnji s drugim institucijama i udrugama organizirala te sudjelovala na 296 događanja. Pravobraniteljica i njezini suradnici održali su predavanja i interaktivne radionice kako bi podizali svijest o pravima, sposobnostima i mogućnostima kao i samom položaju osoba s invaliditetom i djece s teškoćama u razvoju.

Tijekom 2022. godine POSI je sudjelovao u 23 e-Savjetovanja gdje je predlagao izmjene i komentare ukupno 118 zakonskih i podzakonskih odredbi. Najviše preporuka bilo je prihvaćeno u područjima pristupačnosti i mobilnosti, dok je najviše neprihvaćenih preporuka i preporuka na koje nije odgovoreno bilo u područjima odgoja i obrazovanja te socijalne zaštite u kojima je najviše pritužbi osoba s invaliditetom. Tijekom 2022. godine upućene su 552 preporuke/upozorenja, u pojedinačnim slučajevima kao i vezano uz opću populaciju, jedinicama lokalne i područne (regionalne) samouprave, tijelima državne vlasti te drugim pravnim i fizičkim osobama.



Unatoč povećanju naknada koje su ostvarene na osnovi invaliditeta tijekom 2022. godine, pritužbe su pokazale da su svakodnevna poskupljenja svih proizvoda i usluga kao i rastuća inflacija ta povećanja neutralizirala. Štoviše, pogoršanje opće ekonomske situacije dovelo je do daljnjeg porasta siromaštva koje posebno teško pogađa osobe s invaliditetom i njihove obitelji, zbog dodatnih troškova koji proizlaze iz invaliditeta.

Konkretnim prijedlozima POSI se uključio u donošenje Zakona o osobnoj asistenciji čiji je prvi nacrt izazvao veliko nezadovoljstvo dijela osoba s invaliditetom i brojne prijepore. Prijedlozi Pravobranitelja jasno su naglašavali potrebu da ova temeljna usluga koja jamči neovisnost osoba s invaliditetom i njihovu uključenost u zajednicu

e-Savjetovanja na kojima je POSI sudjelovao	Neobjavljena izvješća*	Ukupno predloženo odredbi**	Prihvaćeno	Djelomično prihvaćeno	Primljeno na znanje	Nije prihvaćeno
23	2	118	11	3	67	37

bude usklađena s načelima neovisnog življenja. Iako je podrška osobnog asistenta u RH bila dostupna manjem broju osoba s najtežim invaliditetom, ona ne podrazumijeva i pomoć oko brige za djecu, stoga je pravobraniteljica uputila prijedlog da se u poslove osobnog asistenta ugradi i podrška u vezi podizanja djece uz prisustvo roditelja s invaliditetom.

Udruge osoba s invaliditetom i tijekom 2022. godine često su bile jedina poveznica osoba s invaliditetom i sustava, a u mnogim sredinama su jedini pružatelji usluga. Međutim, nisu dovoljno sustavno podržane niti dovoljno financirane, što otežava kontinuitet i bolji nadzor kvalitete usluga koje pružaju.

Tablica 25. Broj poslodavaca korisnika poticaja i ukupan broj osoba s invaliditetom za koje su traženi poticaji od 2020. do 2022. godine

Godina	2020.	2021.	2022.
Broj poslodavaca	476	630	788
Broj OSi	1.513	2.155	2.603

Detaljna analiza prema svim područjima življenja, kao i mišljenje i preporuke POSI-ja dostupne su na službenoj web stranici POSI [www.posi.hr](http://www.posi.hr).



# Objavljena *Bijela knjiga pristupačnosti za osobe s invaliditetom*



U travnju 2023. objavljena je *Bijela knjiga pristupačnosti za osobe s invaliditetom* autora Andrije Lipanovića, predsjednika udruge „Vjeruj i djeluj“ i člana Splitsko-dalmatinske udruge spinalno ozlijeđenih. U knjizi su na izdašnih 140 stranica popisane sve ključne prepreke i nepristupačna mjesta u gradu Splitu, od nogostupa do pristupa javnim institucijama. Autor je prešao električnim kolicima više od nevjerojatnih 7.000 kilometara kako bi sve mapirao i fotografirao. Ovom akcijom želi potaknuti gradske službe da konačno nešto učine po pitanju rampi i pristupačnosti za osobe s invaliditetom u Splitu, kako bi Grad postao jednako dostupan i pristupačan svim svojim građanima i onima koji ga posjećuju.



*Slika 3.4. k) Velebitska ulica –  
2 zvučna signala i 2 rampe*



*Slika 2.3.d) Ulica Slobode – 1 rampa*



*Slika 2.24.f) Trg Franje Tuđmana – 1 rampa*

# Stan u Novom Jelkovcu kao ogledan primjer prilagođenoga životnog prostora



Krajem ožujka 2023. uspješno je završen projekt *Opremanje prostora i održavanje treninga neovisnog življenja za osobe sa spinalnom ozljedom*, za koji je Hrvatska elektroprivreda HUPT-u donirala 18.000 kn. Projektom je bila osigurana besplatna podrška članovima od strane edukatora koji su i sami osobe sa spinalnom ozljedom i imaju višegodišnje iskustvo u radu i volontiranju s osobama s invaliditetom. Projekt podrazumijeva širi i inovativan pristup socijalnom uključivanju ranjivih skupina jer uči i osnažuje korisnike za obavljanje svakodnevnih aktivnosti kroz demonstraciju i savjetovanje edukatora koji i sami koriste predstavljene vještine u svrhu neovisnog življenja. Osim što se projektom osigurala pristupačnost prostora (sanirani i obojeni zidovi, postavljen laminat, ugrađeni držači za WC i tuš kabinu, osigurane dvije rampe), pet korisnika je u osam treninga neovisnog življenja savladalo vještine potrebne za samostalno svakodnevno funkcioniranje, što doprinosi njihovom duljem ostanku u vlastitom domu i prevenciji institucionalizacije.

Edukatori i korisnici iskazali su zadovoljstvo provedenim aktivnostima i obje skupine procjenjuju da su unaprijedile vlastitu kvalitetu života sudjelovanjem u projektu.



# HUPT postaje dio nacionalne sustavne podrške

Pozivajući se na odredbu članka 58. stavka 2. Ustava kojom je propisano da posebnu skrb država posvećuje zaštiti osoba s invaliditetom i njihovu uključivanju u društveni život, Vlada RH je 11. svibnja 2023. godine donijela Zaključak kojim se omogućuje dodatni razvoj mjera podrške udrugama iz Domovinskog rata i savezima udruga osoba s invaliditetom. Sukladno tome, Nacionalna zaklada za razvoj civilnoga društva ustrojila je dodatni oblik nacionalne sustavne podrške, a u koju je uključen i HUPT.

## Svibanj 2023. – Europski mjesec raznolikosti



Ovogodišnji *Europski mjesec raznolikosti* započeo je u svibnju s proglašenjem pobjednika nagrade za *Europsku prijestolnicu inkluzije i raznolikosti 2023.* Europska komisija objavila je krajem travnja 2023. pobjednike drugog izdanja nagrada za Europsku prijestolnicu uključenosti i raznolikosti, čiji je cilj istaknuti mjesta, gradove i regije diljem EU-a koji daju primjer dobre prakse u primjeni inkluzivnih politika. Nominirani su gradovi u sedam država članica – Belgiji, Hrvatskoj, Finskoj, Italiji, Poljskoj, Portugalu i Španjolskoj – priznati za svoj rad na izgradnji pravednijih društava promicanjem raznolikosti i uključenosti u smislu spola, rasnog i etničkog podrijetla, invaliditeta, dobi, vjerske opredjeljenosti i LGBTIQ prava.

Gradsko vijeće Terrasse, Španjolska, dobitnik je zlata u kategoriji lokalne samouprave s više od 50.000 stanovnika zbog svoje snažne intersekcijske i međusektorske strategije oko uključivanja i raznolikosti. Zatim slijedi Regija glavnog grada Bruxellesa, Belgija (srebro) i Grad Helsinki, Finska (bronca). Španjolska

gradska vijećnica La Zarza dobitnik je zlata za lokalnu samoupravu s manje od 50.000 stanovnika za svoje inicijative vezane uz komunikaciju, obuku, zapošljavanje i pristupačnost, a slijede ju Grad Labin, Hrvatska (srebro), i Općina Fundão, Portugal (bronca). Nagradu je gradonačelniku Labina uručila Kate Feeney, članica Odbora regija, a gradonačelnik je u svom govoru zahvalio što je jedan mali Labin prepoznat kao bitan kotačić koji možda ne radi gigantske promjene, no svakako radi pomake ka boljoj kvaliteti života cjelokupne zajednice.

*Europski mjesec raznolikosti* prvi put je održan u svibnju 2020. u sklopu 10. godišnjice Platforme za povećanje o raznolikosti EU. Slavi napore organizacija da pomognu u izgradnji jednakih i uključivih okruženja za dobrobit svih. Ova inicijativa dio je predanosti Europske komisije borbi protiv diskriminacije i promicanju raznolikih i uključivih radnih mjesta.



## HUPT – jačanje kapaciteta

Predstavljanje udruga i ustanova koje su zainteresirane za prihvataje studenata na praksu Studija socijalnog rada

HUPT je kao višegodišnji partner sa Studijem socijalnog rada aktivno uključen u provedbu praktičnog rada za studente druge godine na kolegiju Socijalni rad s pojedincem. Početkom ove godine HUPT je sudjelovao na još jednom predstavljanju organizacije kao dugogodišnjeg suradnika koji uključuje studente u program mentorstva. Na taj način i zaposlenici u udruzi jačaju svoje mentorske sposobnosti te pomažu studentima da se uključe u rad udruge, odnosno pomažu obavljati poslove u udruzi, organiziranje skupova, druženja.

Edukacija o zaštiti prava osoba s invaliditetom o temi *Sinergijski učinak KPOSI-ja i COR-a*

U organizaciji SOIH-a, Mira Katalenić, predsjednica Hrvatske udruge za školovanje pasa vodiča i mobilitet, održala je krajem siječnja 2023. edukaciju o temi *Sinergijski učinak Konvencije o pravima osoba s invaliditetom i ciljeva održivog razvoja*. Na edukaciji je prikazana nadzorna uloga Odbora za praćenje Konvencije UN-a o pravima osoba s invaliditetom (KPOSI), kao i opći napredak koji je nastao kao rezultat odmaka od medicinskog modela invaliditeta prema socijalnom modelu i modelu ljudskih prava. Kad su u pitanju Ciljevi održivog razvoja (COR) istaknuto je da niti UN nije osobe s invaliditetom prepoznao u prethodnim Milenijskim ciljevima, dok u COR-u samo tri od sedamnaest ciljeva nisu u najdirektnijoj povezanosti s nekim od članaka KPOSI-ja. Istaknuto je kako ciljevi održivog razvoja omogućuju stvaranje preduvjeta za jednakost, inkluziju i smanjenje siromaštva, međutim i dalje je prisutna kontinuirana zadaća rada na prikupljanju podataka o osobama s invaliditetom i kategorizaciji invaliditeta. Uz sintagmu pokreta osoba s invaliditetom „Ništa o nama bez nas“ Ciljevi održivog razvoja su promovirali također značajnu poruku „Nitko ne smije biti izostavljen“. U raspravi koja je uslijedila istaknut je značaj projekata Nacionalne zaklade za razvoj civilnoga društva koja kroz uvjete natječaja upravo zahtijeva uvođenje aktivnosti koje pružaju potporu ostvarenju ciljeva Nacionalne razvojne strategije Republike Hrvatske do 2030. godine.

Radionica o programu Unije *Građani, jednakost, prava i vrijednosti* (CERV) 2021. – 2027.

Zaposlenici HUPT-a prošli su cjelodnevnu edukaciju o programu EU-a *Građani, jednakost, prava i vrijednosti* (engl. *Citizens, Equality, Rights and Values programme* – CERV) namijenjenom zaštiti i promicanju prava i vrijednosti ugrađenih u temeljne Ugovore i Povelju EU-a o temeljnim vrijednostima: demokraciji, vladavini prava, temeljnim pravima, transparentnosti, jednakosti, borbi protiv svih oblika nasilja, zajedničkoj europskoj povijesti i dobrom upravljanju. Novi, centralizirani program pokriva područja dosadašnjih programa *Europa za građane, Prava, jednakost i građanstvo* i *DAPHNE*, a posvećen je izgradnji demokratskije Europe i podizanju svijesti građanki i građana o pravima i vrijednostima Unije kroz financijsku podršku neprofitnom i javnom sektoru. Ured za udruge Vlade RH djeluje kao nacionalna kontakt točka programa CERV, zadužena za informiranje i educiranje o Programu, jačanje njegove vidljivosti u Republici Hrvatskoj te pružanje tehničke podrške prijaviteljima i provoditeljima projekata. Zaposlenici su imali prilike raditi u timu te pisati prijave sukladno području djelovanja, čime su stekli kompetencije za partnerstvo u projektima natječaja CERV. Radionica je provedena u veljači ove godine, a u organizaciji Ureda za udruge Vlade RH.

# Ugradnja ručnih komandi i logistička potpora UPiT-a Osijek

**Tekst:** Danijel Balažić

Promjena automobila, ugradnja ručnih komandi i sve popratne aktivnosti jako su stresan posao. To znaju svi vozači s invaliditetom koji su se ikada s time susreli.



U Slavoniji, preciznije u mjestu Tenja kod Osijeka, postoji tvrtka VEKTUS koja se već nekoliko godina bavi ugradnjom mehaničkih ručnih komandi kakve često susrećemo u automobilima osoba s paraplegijom i tetraplegijom. Ovo i nije važna vijest, budući da postoji još nekoliko lokacija u Hrvatskoj gdje se to radi, iako je upitno po kojoj cijeni (?!).

U prilogu želimo istaknuti da UPiT Osijek svima koji ovdje planiraju ugradnju ručnih komandi nudi

besplatnu logističku podršku. Uz prethodni dogovor korisnika možemo dočekati u servisu. Ako je iz Osječko-baranjske županije odvest ćemo ga kući. Onima koji žive daleko možemo preporučiti nekoliko opcija smještaja u blizini koji su pristupačni osobama u invalidskim kolicima, a i po cijeni. Kad komande budu ugrađene, kombi će ponovno doći po korisnika i odvesti ga u servis po automobil.

Za informacije o ugradnji ručnih komandi obratite se tvrtki VEKTUS na telefon 095 903 7309 (Ivan Kristić) a za logističku potporu UPiT-u Osijek 098 1894 315. Rado ćemo biti na usluzi, samo molimo da nam se javite pravovremeno kako bismo na vrijeme rezervirali termine vožnji.





## ESCIF - europski kongres, Solun, Grčka *REACH BEYOND YOUR LIMITS - KEEP WHEELING*

**Tekst:** Bojan Hajdin



Predsjednici članica ESCIF-a susreli su se na kongresu u Solunu u Grčkoj. Teme su bile brojne, a ponajviše se predstavljala usluga osobne asistencije u ostalim državama kao i inkluzivni turizam. Primjere osobne asistencije iznijeli su predstavnici Švedske, Švicarske, Nizozemske i Engleske, bogatih zemalja koje provode uzornu dostojanstvenu skrb za osobe s invaliditetom. Primjer Cipra nam pokazuje kako se i u siromašnijim zemljama može i treba skrbiti o osobama s

invaliditetom. Ondje osobe s paraplegijom dobivaju inkluzivni dodatak 400 eura, paraplegičari s inkontinencijom 500 eura, tetraplegičari 900 eura, a tetraplegičari s inkontinencijom 1100 eura. Osobna asistencija se još uvijek financira kroz projekte, no iako je minimalna plaća u Cipru 940 eura, osobni asistent dobiva 1340 eura.

Nadalje, treba spomenuti kako u nekim istočnijim zemljama još uvijek nema ni projektnog financiranja osobne asistencije niti inkluzivnog dodatka, a da ne spominjemo kako nema ni spinalnog centra niti rehabilitacije nakon ozljede.

Grčka je napravila velik iskorak u prilagodbi plaža za osobe s invaliditetom te je na dvjesto plaža postavila lifter SEA-TRACK. Lifter se lako montira i demontira i jedno je od najboljih rješenja koja smo vidjeli. Na njihovim mrežnim stranicama postoje lokacije, a svaki lifter ima i kameru kako bi se vidjelo vrijeme kao i brojač korištenja. Jedna hrvatska tvrtka ima njihov lifter u ponudi i nadamo se kako ćemo ove korisne naprave vidjeti i na hrvatskim plažama.





# Wings for Life World Run Zadar 2023

Izvor fotografija: Red Bull Content Pool, arhiva sudionika

U Zadru je 7. svibnja 2023. održana deseta jubilarna utrka *Wings for Life World Run*. Na startu se skupilo 6.500 trkačica i trkača iz svih krajeva Hrvatske, Europe, a i šire. Kao i svake godine, atmosfera na startu bila je vesela, emotivna, puna energije i jedva se čekao početak utrke. Pobjednik ovogodišnje utrke u muškoj kategoriji bio je prošlogodišnji pobjednik **Tomasz Osmulski** s pretrčanih **50 kilometara**, a u ženskoj kategoriji **Nataša Šustić** s pretrčanih **46 kilometara**. U kategoriji sudionika u invalidskim kolicima pobijedili su **Ante Kolundija** s prijeđena **22 kilometra** i **Marija Nikoleta Divanović** s prijeđenih **11 kilometara**. U globalnom poretku u muškoj konkurenciji pobijedio je **Jo Fukudu** iz Japana s pretrčanih **69 kilometara**, a u ženskoj konkurenciji **Kasia Szkoda** iz Poljske s **55 kilometara**. Čestitamo svim pobjednicima i vidimo se iduće godine u Zadru!







© Marjan Radović



© Tomislav Može





© Marjan Radović



© Marjan Radović



© Marjan Radović



© Marjan Radović



© Marjan Radović



© Tomislav Može



© Predrag Vučković



© Predrag Vučković



© Predrag Vučković



© Tomislav Može



© Predrag Vučković



© Tomislav Može



## Predsjednik HUPT-a Bojan Hajdin i sportašica Lukrecija Tomušić u posjetu zakladi Wings for Life

**Tekst:** Bojan Hajdin

U susret 10. jubilarnoj utrci *Wings for Life World Run* Lukrecija i Bojan posjetili su Zakladu *Wings for Life*, gdje su razgovarali s direktoricom Zaklade Anitom Gerhardtter koja im je ispričala kako je sama inicijativa nastala, zbog čega je važna te objasnila kako sve to funkcionira.

Prije dvanaest godina na jednoj utrci sin prijatelja vlasnika RED BULL-a nastradao je i zadobio dijagnozu tetraplegije. Tada su shvatili kako ne postoji lijek za leđnu moždinu, a još više ih je iznenadila činjenica kako se uopće ne provode istraživanja za pronalazak lijeka. Svake godine više od 250.000 ljudi u svijetu doživi ozljedu leđne moždine, no farmaceutskoj industriji to je premali broj kako bi uložila novac u istraživanje te se su odlučili pokrenuti inicijativu skupljanja sredstava za financiranje istraživanja kojima je cilj pronalazak lijeka za leđnu moždinu. Važno je naglasiti kako je stopostotni iznos startnine namijenjen za financiranje istraživanja lijeka, dok se realizacija utrke organizira uz logistiku RED BULL-a, drugih sponzora kao i mnogobrojnih volontera bez kojih bi utrku *Wings for Life World Run* bilo nemoguće održati.

Znanstvenici iz cijelog svijeta mogu se javiti i predložiti svoju studiju za istraživanje i tada u Zakladi

stručnjaci odlučuju koje će projekte financirati. Sva su sakupljena kao i uložena sredstva transparentna i javno dostupna na službenim stranicama Zaklade. U prvih devet godina sakupljeno je više od 38 milijuna eura, financirano je 276 kliničkih istraživanja u 17 zemalja s uključenih 679 znanstvenika i medicinskih stručnjaka, a šest kliničkih istraživanja dovedeno je do završne faze. Istraživanja traju jako dugo, a kod nekih se mora odustati u samoj završnoj fazi jer se tek onda vide i komplikacije, kao što je bilo s istraživanjem presađenih satnika iz nosne šupljine koje je bilo najuspješnije, no kod svih pacijenata koji su bili testirani razvio se tumor nakon tri godine. Najviše rezultata daje epiduralni stimulator (STIMO) koji „premošćuje“ ozlijeđeni dio leđne moždine, uz koji su već neki pacijenti ustali i napravili korake.

Sama utrka do sada je značajno doprinijela budućnosti svijesti o osobama s ozljedom leđene moždine, jer nepokretnost nije jedini problem, tu su problemi s disanjem, atrofijom mišića, inkontinencijom, kožni problemi kao i mnogi drugi, te bilo kakav pomak u rješavanju jednog od tih problema znači velik uspjeh.



# PONOS HRVATSKE



© Marko Prpic/PIXSELL

## Ponos Hrvatske Tomislav Salopek

**Razgovor vodila:** Tatjana Varga

Tomislav Salopek – osnivač i direktor Edukacijsko-motivacijskog instituta HANSEI, dobitnik priznanja udruge Ponos Hrvatske za 2021. godinu

Udruga Ponos Hrvatske u suradnji s dnevnim listom *24 sata* svake godine dodjeljuje priznanje ljudima koji su svojim djelima pokazali iznimnu ljudskost, inspirirali druge ili učinili nešto zbog čega su primjer drugima. Izdvajaju se pojedinci koji bez ikakve financijske koristi nastoje učiniti život svoje okoline boljim.

Dvije godine zaredom dobitnici ovog priznanja su naši članovi: Tomislav Salopek (dobitnik priznanja za 2021. godinu) i Slaven Škrobot (dobitnik priznanja za 2022. godinu, razgovor u sljedećem broju). Lipanj 2023., još jedan u nizu kišnih proljetnih dana u Zagrebu. No, ipak smo našli „rupu“ između dva pljuska za kavicu i ugodan razgovor.

Ovo je njegova priča:

### Znaš li tko te je kandidirao za nagradu Ponos Hrvatske?

Ne, prijava je bila anonimna, ni danas ne znam tko me je kandidirao. Vjerujem da je „okidač“ za kandidaturu bio prilog objavljen na HRT-u o

mom radu u Institutu, no to je samo nagađanje. Zaista ne znam.



### Što je za tebe značilo biti dobitnik priznanja Ponos Hrvatske?

Mislim da ta nagrada nije toliko cijenjena koliko ju je lijepo dobiti. Često me pitaju imam li od nagrade financijske koristi – nemam, nagrada

nije financijske prirode, ali ispunjava na emocionalnom i duhovnom nivou.

### Što je priznanje promijenilo u tvom životu?

Aktivnosti u Institutu su se intenzivirale, bilo je više zainteresiranih za edukacije u Institutu i više polaznika. Priznanje je dalo veću jačinu Institutu koji sam osnovao nego meni samome – sada priznanje mogu spomenuti kod prijave na natječaje i u CV-u. No, nekog napretka u smislu realizacije daljnjih aktivnosti Instituta, kao što je npr. dobivanje prostora za rad Instituta, nije bilo. Nadao sam se većem odazivu i pomoći Grada Zagreba u osiguravanju prostora za rad, međutim, to se nije dogodilo.



### Što Te je potaklo da se baviš i na neki način „pronađeš“ u frizerskoj struci?

Završio sam Obrtničku školu, smjer – frizer. Imao sam sreću jer sam u srednjoj školi za obavljanje prakse odabrao jako dobar salon – *Mona Lisa International* kod Amira Bećirevića, osnivača prve hrvatske frizerske akademije koji je učio od najboljih svjetskih frizera kao što su Vidal Sasson, Joshua Galvin, Trevor Sorbie... (opaska: i ja sam svojedobno redovito posjećivala taj salon jer nigdje drugdje nisu znali što bi s mojom kosom ili se jednostavno nisu dovoljno trudili. U tom trenutku Tomislav

kaže: „Sjećam te se, dolazila si kod Ivane na frizuru“. I malo su me prošli trnci – znamo se „od prije...“).

U tom salonu sustav rada i nivo discipline bili su na razini većoj od 99% tadašnjih (i mnogih sadašnjih) salona. I danas postoji nekoliko uspješnih salona koje su otvorili ljudi koji su učili i radili u tom salonu. Učenje na akademiji nije bilo lako, bio je to „krvav“ put, sa svakim položenim ispitom podizao se standard koji je postajao sve teži i teži, a osim frizerskih tehnika puno se učilo i radilo na organizaciji poslovanja, komunikaciji s klijentima... Uz svakodnevnu praksu od deset sati, tri puta tjedno po četiri sata provodila se edukacija na modelu, što tada nije bila standardna praksa u edukaciji budućih frizera.

Nakon završetka srednje škole i završene frizerske akademije, počeo sam raditi u tada jednom od poznatijih salona u BBK, salonu u kojem je radila i moja sestra i ta golema količina znanja usvojena na akademiji urodila je plodom. Ubrzo sam dobio velik broj klijenata i počeo s vremenom predavati u I. Obrtničkoj školi za osobne usluge, kao i u akademiji koju je ubrzo nakon zatvaranja Obrtničke škole otvorio Zdravko Kovač.

Živio sam sto na sat, bavio se sportom, izraelskim ju-jitsuom, planinarenjem, teretanom..., proučavao načine kako podnijeti pritisak, izdržati – jer cilj mi je bio otvoriti svoj salon. Uvijek su mi govorili da usporim jer neću valjda u mirovinu s dvadeset i pet godina!



### A onda, preokret...

Božićno jutro 2008., trenutak nepažnje, prebrza vožnja – trenutak kada je u 23. godini život i period stvaranja i rada na sebi stao, možda bolje reći: bio resetiran na jedno novo izdanje. Rodio se novi Tomislav.

## Kako je došlo do osnivanja Instituta HANSEI?

Frizerstvo je kreativan zanat koji zahtijeva mnogo vještina u kojima morate biti barem prosječni, ako ne već vrhunski. Na našem tržištu stvarno se svašta nudi kao edukacija, a nema dobrih rezultata. Kada radite u velikom gradu kao što su npr. London, Berlin i slično, možete se profilirati u jednom segmentu posla, dok u Hrvatskoj morate biti dobri u svemu. Želio sam napraviti pomak, a ujedno pronaći način da se ponovno uključim u struku kroz edukaciju, koja je oduvijek bila moja strast. No, kako to učiniti? Mislim da osoba s ovako visokim stupnjem ozljede leđne moždine (tetraplegija) u ovom poslu nema pa nisam imao od koga ni kopirati način. Morao sam jednostavno izmisliti nešto novo.



Tu je nekako proizašla ideja za HANSEI koji sam osnovao 2019. godine. Ideja vodilja Instituta nije da bude samo dio tržišnog nadmetanja, cilj je edukaciju učiniti dostupnom većem broju ljudi po pristupačnijim uvjetima. Po meni, svi su dobrodošli, ali pod stručnim nadzorom edukatora. Polaznici plaćaju samo članarinu u sklopu koje dobivaju određeni broj sati usluge. Mislim da bi se kroz neprofitnu notu mogao napraviti puno kvalitetniji pomak u edukaciji budućih frizera.

„Hansei“ je japanska riječ koja u bukvalnom prijevodu znači „samopreispitivanje“, a ujedno je i srž filozofije koja govori o tome da je nepronalaženje problema u onome što radimo ili stvaramo ustvari problem. Jer, ako nema problema, onda nema ni potrebe za poboljšanjem ni pomakom. To je filozofija koja se može primijeniti na sve – od privatnih do poslovnih, društvenih i svih drugih odnosa s ljudima, jer je cilj da se iz nekog stanja ljutnje i samosažaljenja pokuša napraviti iskorak u pronalaženju rješenja. Poveznica je to i mog zanatskog života u koji se pokušavam vratiti. Ideja je u meni bila razvijena i prije no što sam započeo s aktivnostima otvorenja Instituta.



## Tko su polaznici Instituta?

Dosadašnji polaznici edukacija u Institutu bili su ljudi koji su došli preko preporuke ili oni koji mi kao edukatoru „zapnu za oko“ dok se krećem u krugovima struke.

## Institut još uvijek nema svoj prostor – gdje vodiš edukaciju za polaznike?

Zasad se edukacija odvija na radnom mjestu onih koji su me angažirali i u nekoliko salona koje su mi kolege ustupile izvan radnog vremena, a koji su mi bili pristupačni jer ipak je to najveća barijera.

## Možeš li nam opisati kako se odvija edukacija?

Započinjem s teorijskim dijelom i prezentacijom s kojom pokušavam iskomunicirati i procijeniti koliko je osoba s kojom ću raditi upućena u vještine frizerstva. To je početak procjene



kandidata i procjene koliko ću se u edukaciji morati zadržati na pojedinim tehnikama i elementima (npr. ispravno držanje tijela, koliko ću vremena s kandidatom provesti radeći na lutki prije no što počnemo raditi sa „živim“ modelom, hoću li s kandidatom morati ponavljati neke elemente...). Pristup je individualan i ovisi o svakom polazniku.



### Što kažu polaznici Instituta – jesu li iznenađeni inovativnim pristupom edukacije u struci?

Oni s kojima sam do sada radio bili su sigurni u svoju odluku da kod mene prođu edukaciju u Institutu, a ako i nisu, onda se za vrijeme i nakon edukacije vidjelo da nemaju osjećaj da edukaciji nešto nedostaje. Naprotiv, zbog fizičke nemogućnosti mislim da je taj komunikacijski dio puno izraženiji, detaljniji, precizniji tijekom rada pa je na kraju rezultat jednak, ako ne i bolji.

### Što misliš, je li današnje društvo dostiglo stupanj inkluzije koji bi si pokret osoba s invaliditetom u Hrvatskoj priželjkivao?

Mislim da jako puno ovisi o nama u kolicima, jer smo u velikoj većini slučajeva mentalno jači i miljama daleko od onih koji nisu u toj situaciji,

htjeli mi to ili ne. Mi moramo napraviti prvi korak u odnosima – ja ne ostavljam prostor da netko mene „prihvati“. Od prvog dana radim na pristupu u komunikaciji dok ne dođem do stupnja koji samostalno procijenim – da me drugi prihvate. Naravno, uvijek će biti ljudi do kojih ne možete doprijeti, za koje nikada nećete biti ravnopravni njima, no time se ne treba zamarati. Bili Vi osoba s invaliditetom ili bez invaliditeta, uvijek će biti ljudi kojima se nećete sviđati i koji će Vas zbog nečega željeti diskriminirati.



### Imaš li kakvih kratkoročnih ili dugoročnih planova koje bi karijerno još želio ostvariti?

Institut – sve se vrti oko njega. Tu je i nastavak vođenja stranice na društvenim mrežama *Feniks Cutting approach* na kojoj imam preko 10.000 pratitelja, a koju sam osnovao u želji da i u virtualnom svijetu postoji jedna ozbiljna i provjerena strukovna stranica.

U međuvremenu je krenuo i neki sportski dio – počeo sam se baviti parastreljaštvom, zasad to dosta dobro ide iako nisam dugo u tome, a uvijek je tu negdje u mislima i ideja da jednog dana vodim svoj salon.

### Dragi Tomislave, hvala Ti na razgovoru i želimo Ti puno sreće!





## Kampanja *Inkluzija je ljudsko pravo*

*Okrugli stol Inkluzija u sustavu odgoja i obrazovanja – izazovi i mogućnosti*

**P**okret osoba s invaliditetom uključen u 8. Centar znanja u području unaprjeđenja kvalitete življenja osoba s invaliditetom provodi zajedničku kampanju ***Inkluzija je ljudsko pravo*** s ciljem donošenja Zakona o inkluzivnom dodatku i uspostave cjelovitoga inkluzivnog pristupa izjednačavanju mogućnosti osoba s invaliditetom, bez obzira na vrstu, stupanj i uzrok invaliditeta, s osobama bez invaliditeta.

8. Centar znanja za društveni razvoj u okviru kampanje *Inkluzija je ljudsko pravo* održao je 1. lipnja 2023. godine u kazalištu „Vidra“ u Zagrebu Okrugli stol pod nazivom ***Inkluzija u sustavu odgoja i obrazovanja – izazovi i mogućnosti***.

Cilj Okruglog stola bio je senzibilizirati i informirati dionike o inkluziji u odgojno-obrazovnom sustavu RH, posebice o važnosti inicijalnog obrazovanja odgajatelja, učitelja i nastavnika kao temelja inkluzivnoga obrazovnog sustava, o izazovima socijalne inkluzije, te o izazovima i preprekama inkluzivnog obrazovanja.

Okrugli stol je otvorio **Vojin Perić**, predsjednik Hrvatskog saveza slijepih, istaknuvši da se inkluzija *uvlači* u sve pore društva, a odgoj i obrazovanje su

temelji inkluzije te priprema za sudjelovanje u uključivanju u društvo. Inkluzija uklanja još uvijek prisutni stav sažaljenja prema osobama s invaliditetom koje ne treba podcjenjivati, ali niti precjenjivati. Veliku ulogu imaju i mediji koji osobe s invaliditetom ne smiju prikazivati kroz prizmu patetike.

Prisutnima se uvodnim izlaganjem potom obratila **Marica Mirić**, predsjednica Zajednice osoba s invaliditetom Hrvatske, istaknuvši da se na Okrugli stol nisu odazvale osobe s invaliditetom koje najdirektnije pogađa taj problem, a onda i ne čudi da se nisu odazvali niti oni koji donose odluke. Svoje izlaganje temeljila je na Općem komentaru br. 4 (2016.) o pravu na uključivo obrazovanje. Istaknula je da je trošak društvene isključenosti visok jer se njome podržava ovisnost, a time i ograničavaju pojedinačne slobode. Društvena isključenost također stvara stigmatu, segregaciju i diskriminaciju, što dovodi do nasilja, iskorištavanja i zlostavljanja, kao i negativnih stereotipa kojima se potiče ciklus marginalizacije osoba s invaliditetom. Inkluzivni odgoj i obrazovanje zauzimaju središnje mjesto u realizaciji visokokvalitetnog obrazovanja za sve učenike, uključujući osobe s invaliditetom, kao i u razvoju

inkluzivnih, mirnih i pravednih društava. Ističe da za sve navedeno postoje i snažni obrazovni, društveni i gospodarski argumenti. Iz izvješća Ureda visokog povjerenika Ujedinjenih naroda za ljudska prava o tematskoj studiji o pravu osoba s invaliditetom na obrazovanje vidljivo je da se samo inkluzivnim obrazovanjem može osigurati kvalitetno obrazovanje i društveni razvoj osoba s invaliditetom kao i jamstvo univerzalnosti i nediskriminacije u odnosu na pravo na odgoj i obrazovanje.

Nakon izlaganja sudionici su premijerno pogledali **video** kampanje *Inkluzija u sustavu odgoja i obrazovanja*.



Na temu **inkluzije u odgojno-obrazovnom sustavu RH** izlagala je savjetnica pravobraniteljice za osobe s invaliditetom **Lidija Pongrac Vincelj**. Istaknula je da djeca s teškoćama u razvoju i osobe s invaliditetom imaju sva prava kao i svi ostali, a obveza država koje su ratificirale KPOSI jest uskladiti sve propise, javne politike i postupanja s načelima Konvencije. Naglasila je da se u radu još uvijek susreću s prisutnim činjenicama da je pri upisu u dječje vrtiće/škole/visoka učilišta i u svim aktivnostima na svim razinama obrazovanja fokus još uvijek na invaliditetu, pa tako navodi: opservacijski ugovori u dječjim vrtićima, krivo tumačenje propisa – redoviti programi u posebnim uvjetima, traži se još jedan nalaz koji će „eliminirati“ učenika pri upisu i drugo. Također, problematizira nedostatak osoblja koji bi radili kao pomoćnici u nastavi i kao stručni komunikacijski posrednici, neosposobljenost pomoćnika u nastavi, nedostatak stručnih suradnika, velike posebne razredne odjele, čekanje na odobrenje MZO-a, dvokratno dolaženje na nastavu, nedostatak prilagođenih udžbenika za učenike s teškoćama u razvoju, izostanak prilagođene prehrane te problem pristupačnosti građevina, prijevoza, učeničkih/studentских domova.

Izv. prof. dr. sc. **Jasna Kudek Mirošević** s Učiteljskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu govorila je na temu *inicijalnog obrazovanja odgajatelja i učitelja kao ključa inkluzivnog obrazovnog sustava*. Temelj inkluzije u odgojno-obrazovnom predškolskom sustavu jesu odgajatelji, roditelji i stručna služba vrtića. Uloga odgajatelja u inkluzivnom je odgoju i obrazovanju višestruka, a obuhvaća upoznavanje roditelja s radom skupine, poticanje roditelja na svakodnevno uključivanje i partnerstvo s vrtićem, pripremu poticaja koji će biti prilagođeni svakome djetetu individualno. Odgojno-obrazovna inkluzija djece s teškoćama u redovni obrazovni sustav zahtijeva osiguravanje potrebnih kadrovskih, materijalnih i organizacijskih uvjeta za kvalitetan odgojno-obrazovni proces s naglaskom na usvajanje potrebnih kompetencija unutar kurikulumskih odrednica usmjerenih na učenike. Organizacija provođenja inkluzije u školi zahtijeva primjereno obrazovanje učitelja i nastavnika, kao i posjedovanje potrebnih kompetencija za inkluziju. Poseban naglasak stavila je na važnost suradničkih odnosa, podučavanje temeljeno na individualnom pristupu radu te uvođenje licenciranog učitelja u nastavne procese.

O **izazovima socijalne inkluzije** govorio je izv. prof. dr. sc. **Ante Bilić Prčić**, dekan Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu. Dao je kritički osvrt kako je u RH sve napisano, zakonski uređeno, no u praksi nažalost nije provedivo i nije zaživjelo. Predložio je da se ustanove/centri za odgoj i obrazovanje transformiraju u suportivne centre koji bi davali potrebnu podršku te pružali potrebna dodatna znanja u radu s djecom s teškoćama u razvoju u odgojnim ustanovama i osobama s invaliditetom u sustavu obrazovanja. Ingerenciju bi svakako trebalo imati Ministarstvo znanosti i obrazovanja.



**Osobna iskustva s preprekama i izazovima inkluzivnog obrazovanja** iznijeli su učenik **Stjepan Zaić** koji je posebno naglasio značaj pristupa informacijama i studentica **Adriana Katić** koja je istakla važnost razumijevanja potrebe prilagodbe literature i uopće nastavnog procesa.



Temeljem izlaganja predavača i rasprave sudionika, donijeti su sljedeći zaključci Okruglog stola:

1. Osigurati resurse za unaprjeđenje inkluzivnog odgoja i obrazovanja i uvođenje i ugrađivanje potrebnih promjena u svakodnevnoj praksi.
2. Uspostaviti vodstvo u odgojno-obrazovnim ustanovama koje je predano cilju uvođenja i ugrađivanja kulture, politike i prakse koji su neophodni za realizaciju inkluzivnog odgoja i obrazovanja na svim razinama i u svim područjima – „cjelovito obrazovno okruženje“.
3. Uvažavati sposobnost svake osobe za učenje te za sve učenike, uključujući učenike s teškoćama u razvoju, postavljati visoka očekivanja. Omogućiti fleksibilan nastavni plan i program i metode podučavanja i učenja koji su prilagođeni različitim interesima, potrebama i stilovima učenja. Pružiti podršku, razumnu prilagodbu i ranu intervenciju tako da svi učenici mogu ispuniti svoj potencijal. Kod planiranja nastavnih aktivnosti fokus staviti na sposobnosti i težnje učenika, a ne na sadržaj. Obrazovni sustav mora osigurati individualizirani pristup obrazovanju, umjesto da se od učenika očekuje da se oni prilagode sustavu – pristup „cjelovite osobe“.
4. Osigurati podršku učiteljima/nastavnicima/ostalom osoblju kroz edukacije i usavršavanje koje im je potrebno za usvajanje ključnih vrijednosti i kompetencija za stvaranje inkluzivnog okruženja za učenje, što uključuje i učitelje/nastavnike s invaliditetom.
5. Poštivati i uvažavati raznolikosti. Svi članovi zajednice koji sudjeluju u učenju jednako su dobrodošli te se mora poštivati njihova raznolikost. Svi učenici moraju osjećati da ih se uvažava i poštuje, da su uključeni i da će biti saslušani. Postoje učinkovite mjere za sprječavanje zlostavljanja i maltretiranja. Inkluzija znači individualni pristup učenicima.
6. Osigurati okruženje prilagođeno učenju. Okruženje za inkluzivno učenje jest pristupačno okruženje u kojemu se svi osjećaju sigurno, u kojemu osjećaju da dobivaju podršku i stimulaciju te u kojemu se mogu slobodno izražavati i u kojemu postoji snažan naglasak na uključivanje učenika/studenata za izgradnju pozitivne školske zajednice.
7. Učenici s teškoćama trebaju dobiti podršku kojom se osigurava učinkovit prijelaz s učenja u školi na strukovno i tercijarno obrazovanje i zapošljavanje.
8. Udruge učitelja/nastavnika, udruge i savezi učenika/studenata, organizacije osoba s invaliditetom, školski odbori, udruge roditelja i učitelja/nastavnika i ostale školske skupine za podršku, formalne i neformalne grupe treba edukacijom ojačati da se unaprijedi razumijevanje i poznavanje invaliditeta, što čini put prema inkluzivnim društvima.
9. Uključivo obrazovanje kao kontinuirani proces treba redovito nadzirati i ocjenjivati kako bi se osiguralo da ne dolazi do segregacije i integracije. U skladu s člankom 33. KPOSI, u nadzor treba uključivati osobe s invaliditetom, djecu i osobe kojima je potrebna intenzivna podrška putem njihovih reprezentativnih organizacija, roditelja ili skrbnika djece s teškoćama u razvoju. Treba razviti pokazatelje inkluzije za osobe s invaliditetom.
10. Osigurati fizičku, komunikacijsku i orijentacijsku pristupačnost svih odgojno-obrazovnih ustanova.

# SOZ

**Tekst:** Janko Ehrlich-Zdvořák

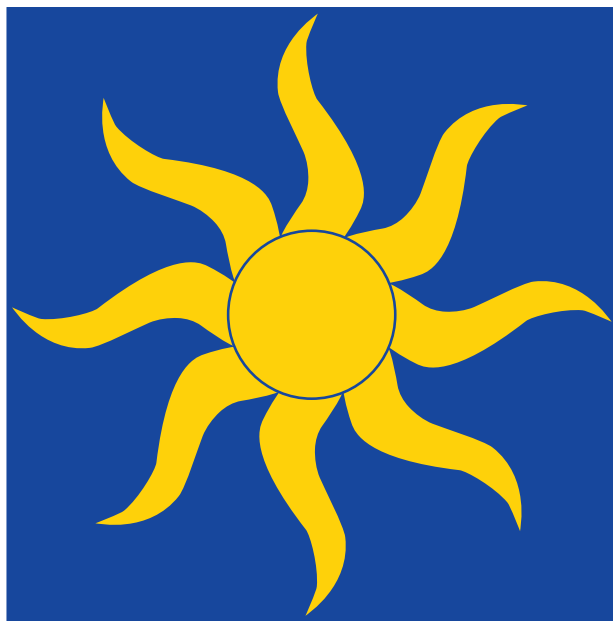
Dana 3. travnja 2023. održana je **redovna skupština SOZ-a**. S obzirom na to da je na skupštini HUPT-a održanoj u prosincu 2022. odlučeno da fizičke osobe više neće moći biti članovi HUPT-a, nego će članstvo imati samo lokalne udruge kao pravne osobe, Skupština SOZ-a usvojila je



novi statut kojim se proširuje djelatnost SOZ-a na područje cijele Hrvatske te se u članstvo primaju i osobe izvan Grada Zagreba i Zagrebačke županije. Stoga pozivamo dosadašnje članove HUPT-a koji nemaju pripadajuće udruge, a žive na području **Krapinsko-zagorske, Varaždinske, Međimurske, Koprivničko-križevačke, Bjelovarsko-bilogorske te Sisačko-moslavačke županije** da nam se



pridruže (pristupnica za učlanjenje dostupna je na mrežnoj stranici [www.soz.hr](http://www.soz.hr), u časopisu *Mi rolamo* te na zahtjev).



Budući da SOZ po novom Statutu djeluje na području cijele Hrvatske, na Skupštini je prihvaćeno novo ime udruge: **Zajednica spinalno ozlijeđenih**, dok će kratica ostati ista: SOZ.

Na zahtjev članova od travnja smo počeli jednom mjesečno organizirati u uredu otvorene dane SOZ-a, na koje su dobrodošli svi članovi i njihove pratnje sa svojim idejama, komentarima i kritikama u svrhu poboljšanja rada.



**Program osobne asistencije** provodimo kontinuirano kao i do sada i njime pružamo uslugu za četrdeset jednog korisnika. Program *peer counselling* za novonastadale osobe koje borave na rehabilitaciji u Varaždinskim Toplicama provodi se volonterski, dok čekamo početak novog projekta koji bi omogućio redoviti projektni nastavak *peer radionica*.

Od početka ove godine provodimo projekt **Zaželi – program zapošljavanja žena**, koje smo zaposlili na radnom mjestu gerontodomaćica. Predviđeno

je trajanje programa do kraja kolovoza (ukupno osam mjeseci). U sklopu projekta zaposlili smo devet žena i pružamo uslugu za ukupno 59 korisnika (starije i nemoćne osobe s područja Grada Zagreba i Zagrebačke županije). Osim usluge pomoći u kući, korisnicima se mjesečno dijele paketi higijenskih i kućanskih potrepština.



Prijavili smo nove programe s brojim novim aktivnostima na nekoliko natječajima te trenutno čekamo odluku o rezultatima prijava.

Članica Upravnog odbora SOZ-a Tatjana Varga sudjelovala je na konferenciji *Pristupačna budućnost* u organizaciji HAKOM-a, kao panelistica u diskusiji na temu pristupačnosti elektroničkih komunikacijskih usluga i željezničkog prijevoza putnika. Također je sudjelovala na konferenciji za voditelje udruga osoba s invaliditetom pod nazivom *Socijalizacija, edukacija i rekreacija OSI*, u organizaciji Hrvatskog saveza udruga tjelesnih invalida (HSUTI)



i Ministarstva rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike, a na kojoj se govorilo o predstojećem Zakonu o osobnoj asistenciji te o međunarodnim iskustvima na istu temu.

U suradnji s KaSPIN-om na projektu *Put do zdravlja* predsjednik SOZ-a Janko Ehrlich-Zdvořak održao je predavanje na temu: *Što nakon spinalne ozljede* putem platforme Zoom, a na edukacijskim radio-nicama o životu nakon spinalne ozljede sudjelovali su i drugi članovi SOZ-a. U suradnji sa SOIH-om redovito sudjelujemo na *online* edukacijama koje se održavaju u sklopu projekta *IzaZOVI u krizi*.

Odobrena nam je donacija za projekt *Kolicima do cilja* na natječaju HEP-a, zahvaljujući kojoj je osam članova uz pratnju sudjelovalo na ovogodišnjoj utrci *Wings for Life World Run* u Zadru 7. svibnja 2023. Donatoru zahvaljujemo što nam je omogućio pokrivanje troška smještaja i prijevoza.

U lipnju smo organizirali roštiljadu koja je okupila više od trideset članova SOZ-a te njihove obitelji i prijatelje.





# FUSE R

Active wheelchair with rigid frame

 **MEYRA** + RAINER KÜSCHALL *fuse together*

# UPiT Osijek

U prvoj polovici 2023. godine

**Tekst:** Danijel Balažić

Osim Izborne skupštine, na kojoj je izabrano novo rukovodstvo udruge koje će provoditi politiku ove organizacije sljedeće četiri godine, UPiT je nastavio provoditi neke već dugogodišnje projekte i programe, i dalje nastojeći olakšati i unaprijediti život osoba s invaliditetom u ovom dijelu Republike Hrvatske.



Tako je nastavljena provedba našeg projekta UPiT2Go kojim je omogućen besplatan prijevoz prilagođenim kombi vozilom korisnicima ortopedskih pomagala na području Osječko-baranjske županije. Program je trajao tri godine. Završen 31. svibnja 2023., a UPiT je na natječaj Ministarstva rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike predao novi projektni prijedlog koji će, nadamo se, biti odobren. Ovime bi usluga prijevoza bila nastavljena i u idućem razdoblju, a na zadovoljstvo brojnih korisnika. Vrijedi istaknuti da je kombi u ove



tri godine prešao gotovo 100.000 km prevozeći korisnike u razne, uglavnom neformalne svrhe. UPiT-ovci su ponovo zahvaljujući razumijevanju lokalne samouprave i privatnog sektora bili jedna od najbrojnijih ekipa na ovogodišnjoj manifestaciji *Wings For Life World Run*. U obzir treba uzeti činjenicu da su sudionici iz ovog dijela RH najudaljeniji od lokacije utrke, da trebaju doći dan ranije i prijeći gotovo 1300 km. Uz današnje cijene smještaja i cijenu goriva mnogima bi to bilo nedostupno. Zato još jednom velika HVALA našim donatorima: općinama Čepin, Podravska Moslavina, Đakovačka Satnica, Draž, Koška, Gradu Valpovo, Odvjetničkom uredu „Zec i partneri“, tvrtkama *Radlovac*, *Drava International*, *Adeo*. Vjerujemo da smo opravdali njihovo povjerenje i da će nas podržavati i prilikom realizacije sljedećih pothvata.





## Održana edukacija korisnika osobne asistencije i osobnih asistenata i izborna skupština

**Tekst:** Biljana Majnik

U prostorijama Kulturnog centra u Osijeku 1. travnja 2023. održana je edukacija korisnika osobne asistencije i osobnih asistenata te Izborna skupština Udruge paraplegičara i tetraplegičara Osječko-baranjske županije. Unatoč kišnom vremenu okupilo se dosta korisnika i osobnih asistenata.



Osnovna tema edukacije bilo je donošenje Zakona o osobnoj asistenciji. Nekim korisnicima mijenja se status i uvjeti pod kojima primaju uslugu osobne asistencije, pa je ovo bila prilika da porazgovaramo o tome, da vidimo što nas čeka i što možemo ili moramo poduzeti da taj prelazak s projektnog na zakonsko financiranje prođe što bezbolnije. Svi prisutni upoznati su s nacrtom Zakona o osobnoj asistenciji, promjenama koje nas očekuju i nakon toga je otvorena rasprava. Zaključeno je da se svi nadaju da će novi zakon donijeti pozitivne promjene za osobe s invaliditetom.

Nakon edukacije prebrojeni su članovi Udruge s pravom glasa i budući da smo imali kvorum konstatirano je da su odluke koje se donesu važeće. Predsjednik Udruge Daniel Balazić pozdravio je prisutne, pročitan je dnevni red koji je jednoglasno usvojen, izabran je zapisničar te je skupština započela. Prisutni su obaviješteni da je Upravni odbor usvojio Poslovnik koji je poslan i svim članovima, nakon čega ga je i Skupština jednoglasno usvojila. Predsjednik Udruge predstavio je rad i aktivnosti Udruge u 2022. godini te je istaknuo da se ništa nije značajno promijenilo u odnosu na prethodnu godinu. U 2022. godini završen je EU projekt

*Assistentos III*, a svi korisnici prešli su u projekt *Spinal Asistent III*. Udruga je uključena u projekt ADOBE koji provodi Osječko-baranjska županija, članovi su bili na utrci *Wings for Life* u Zadru i redovnom vikendu u Umagu, a organizirano je i natjecanje u ribolovu. Udruga provodi projekt UPIT2GO koji omogućuje besplatan prijevoz osobama s invaliditetom, a traje do kraja svibnja, i nadamo se da će se projekt nastaviti i dalje nakon prijave na novi natječaj. Izvještaj o radu u 2022. godini jednoglasno je usvojen.

Predsjedavajući Nadzornog odbora pročitao je izvješće u kojem je konstatirano da se financijsko poslovanje vodi uredno, financijsko izvješće jednoglasno je usvojeno, a naglašeno je da su svi dokumenti javno dostupni na *webu*. Nakon toga pristupilo se formiranju izbornog povjerenstva, predsjednik Udruge zahvalio je svima koji su aktivno sudjelovali u radu Udruge, a nakon toga je proglasio raspuštanje svih upravljačkih tijela. Javnim glasanjem za predsjednika Udruge izabran je Daniel Balazić i jednoglasno su izabrani novi redovni članovi Upravnog odbora: Dobrila Maričić, Ivana Bilić, Marijo Tovernić i rezervni član Marin Županović. Za redovne članove Nadzornog odbora izabrani su Dalibor Toth, Nenad Radmانيć i Dalibor Šorda te kao rezervni član Snežana Katić.

Nakon Skupštine održana je sjednica Upravnog odbora, gdje su izabrani Goran Gojković za tajnika i Biljana Majnik za blagajnicu.



Predsjednik Udruge pozvao je sve prisutne na druženje i organizirani ručak, što je proteklo u ugodnoj atmosferi i neformalnom razgovoru.



## Naši članovi - Danijel Balažić

**Tekst:** Dobriła Maričić

Kada smo počeli predstavljati članove naše Udruge, rekla sam Danijelu da smo trebali krenuti od njega, a on je na to odgovorio da čeka „svoj trenutak“. I evo, stigao je. Ne znam treba li pamtili ili zaboraviti taj dan, ali Danijel 22. svibnja 2023. „obilježava“ 40 (četrdeset) godina od nesmotrenog skoka u Dravu i dijagnoze tetraplegije te vezanosti uz invalidska kolica i ovisnosti o pomoći drugih osoba. Bože, hvala ti na njegovoj supruzi Danijeli!



Kao i kod većine nas uslijedila je rehabilitacija... pa Danijel prepričava: „I s nepunih 16 godina bio sam svjestan da sam napravio „veliko sranje“, i da se stanje neće puno popraviti. Često sam se tih dana pitao: koliki vijek čovjek može doživjeti kao osoba s invaliditetom? Četrdeset godina svaka-ko nije malo. Bilo je težih i ljepših dana, uostalom kao i kod ljudi bez invaliditeta. Razočaravajuća mi

je spoznaja da rehabilitacija osoba sa spinalnom ozljedom nije bitno napredovala. Uspješnija je kod ljudi koji su svjesni stanja u kojem su se našli i koji ozbiljno pristupe tom problemu i realno se prilagode novonastalim životnim okolnostima. Oni koji su imalo labilni uglavnom propadaju – socijalno i intelektualno, a nerijetko s njima propadaju i cijele obitelji. Rehabilitacija u RH nažalost takvima i dalje ne zna pristupiti i pomoći im. U „normalan“ život se vrate samo oni snažni koji sami spoznaju što im je činiti.“



Danijel je imao otpor i odbojnost prema udrugama, jer je smatrao da su udruge samo forme radi i ne zastupaju stvarni interes skupina koje predstavljaju. Međutim, postao je član HUPT-a i uvjerio se da je



to drugačija udruga, a na nagovor Mande Knežević osnovao je ogranak u Osijeku pa se prisjeća tih dana: „Na prvi prijedlog nije mi bila prihvatljiva ideja. Bio sam u radnom odnosu i nisam se tome mogao posvetiti. No, nakon 15 godina radnoga staža otišao sam u mirovinu i prihvatio sam se rada u udruzi. Rješavajući svoje probleme sa sustavom pomogao sam mnogima da se izbere za bolji status.“



Danijel je uz pomoć HUPT-a i nekoliko poznanika koji su također paraplegičari i tetraplegičari u ožujku 2005. osnovao ogranak, a dvije godine kasnije i UPIT kao samostalnu udruhu, sada članicu HUPT-a, koji je u međuvremenu postao savez.

Od tada do danas na svakoj je izbornoj skupštini izabran za predsjednika Udruge, a da Udruhu vodi u dobrom smjeru dokaz je i ponovni izbor na Skupštini održanoj 8. travnja 2023.

Od te 2005. godine bilo je mnogo projekata koji su afirmirali i Udruhu ali i nas, ljude s ozljedom kralježnične moždine. Udruga je među prvima u RH svojim članovima počela pružati uslugu osobne



asistencije. Od prvih dva korisnika sada ih je 36. Bilo je tu i projekata prevencije nastanka invaliditeta, IT izobrazbi, ribičkih i kulinarskih natjecanja...

Osim vođenja UPIT-a i sudjelovanja u projektima, Danijel rado i često putuje. O nekim je destinacijama pisao i u našem časopisu. Teško je izdvojiti najdraža putovanja, ali njemu i supruzi Danijeli Tenerife je ipak najdraža destinacija. Osjetiti ljetne temperature u siječnju, i to za prihvatljivije troškove od ljetovanja na Jadranu, nešto je nezaboravno.



Divljenja je vrijedan put automobilom do Barcelone i Istanbula. Cijelim putem do tamo i natrag vozio je sam, netom što je položio vozački ispit. Čestitke na hrabrosti (i ludosti)! „Vozački ispit sam položio u 48. godini. Raditi nešto jednako dobro, ili čak bolje od ljudi bez invaliditeta, jako je motivirajuće. Mene vožnja auta motivira, ispunjava i podiže mi samopouzdanje. Sjesti u auto i izvoziti 1300 km bez izlaska iz vozila ne predstavlja mi problem.“

Obiteljski je tip i hvalevrijedna je njegova briga o četvero nećaka, koje upućuje u suživot s osobama s invaliditetom, a uključuje ih i u aktivnosti Udruge. Rado se druži s članovima Udruge u užem i širem sastavu, a čestu tu „padne“ neko roštiljanje, fišijada, čobanijada...

Ovo je skraćena verzija o Danijelu Balažiću, gdje smo tek spomenuli njegovu Danijelu, koja je njegovo srce i pola duše, a o njoj ćemo u nekom od sljedećih brojeva.



# KaSPIN

**Tekst:** Martina Benić

KaSPIN je u ovu godinu ušao završetkom projekta *Budi aktivan – Budi uključen II* sufinanciranog iz Europskoga socijalnog fonda. Osobnu asistenciju nastavili smo pružati u prijelaznom razdoblju financiranom od strane Ministarstva rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike, te kontinuirano nastavljamo pružati podršku korisnicima osobne asistencije na području Karlovačke županije i RH do kraja godine.



Početak godine započeli smo provoditi projekt *Zaželi podršku – faza III* financiran sredstvima iz Europskoga socijalnog fonda, gdje je zaposleno devet žena iz teško zapošljivih skupina, a do sada je pružena podrška za šezdeset i četiri krajnja korisnika. Tijekom provedbe ovog projekta uvidjeli smo koliko krajnji korisnici vape za ovom vrstom pomoći i podrške te se nadamo nastavku projekta u sljedećoj fazi.



U studenom prošle godine potpisali smo s Ministarstvom zdravstva ugovor o dodjeli financijske potpore za program *Put do zdravlja* te kontinuirano provodimo aktivnosti prve godine programa. Na programu je zaposlena psihologinja/voditeljica projekta, a organizirane su radionice i aktivnosti *Što nakon spinalne ozljede* i *Dan sa spinalnom*





ozljedom u raznim prilikama, kreativne radionice *quilling* tehnikom u svrhu terapije fine motorike šake, *Škola plivanja* u Centru M.A.R.E u Rovinju, radionice *Vježbe disanja kod spinalnih ozljeda*, grupne vježbe disanja, treninzi transfera i savladavanja prepreka pod vodstvom prvostupnika fizioterapije.

Zahvaljujući našim donatorima Općini Kamanje, Ilsadu d.o.o., SMG MACCHINE d.o.o., Vagotehni d.o.o. i Gradu Karlovcu prisustvovali smo utrci *Wings for Life World Run* u Zadru. Cilj nam je bio sudjelovati u što većem broju i podržati ovu važnu humanitarnu manifestaciju. Bilo je zadovoljstvo



ponovno se okupiti na starom mjestu i doživjeti onu posebnu euforiju i adrenalin utrke uživo.

Od drugih aktivnosti naše udruge izdvojili bismo projekt *Sekunda za život* financiran od strane Grada Karlovca. U okviru tog projekta obilaskom karlovačkih vrtića i škola upoznat ćemo naše najmlađe s vrstama invaliditeta, o načinu života sa spinalnom ozljedom, preprekama s kojima se u svakodnevnom životu susrećemo te koja rizična ponašanja dovode do spinalnih ozljeda.



U okviru projekta *Kreativno osnaženi*, financiranog od Ureda za zdravstvo i socijalnu skrb Karlovačke županije, tijekom ljetnih mjeseci održat ćemo četiri kreativne radionice pod vodstvom naše članice Dragice Bratine, sve kako bi članovi Udruge ugodno i korisno proveli vrijeme uz kreativan rad, druženje, razmjenu informacija, šalu i smijeh. Radovi napravljeni na kreativnim radionicama bit će izloženi i predstavljeni našim sugrađanima na *Sajmu udruuga* u rujnu ove godine.



# UPITIZ

**Tekst:** Mladen Jurada

Nova godina, novi izazovi. Izuzetno neizvjesno razdoblje, kako dalje?

Puno posla, istek projekata, pisanje novih projekata, prenamjene, usklađenja, rebalansi, izvješća, rokovi itd., itd.



Ipak, na kraju rad se isplati i naplati. Uspjeli smo uvrstiti nekoliko novih korisnika na naš novi projekt osobne asistencije, među kojima je i naša Marika koja je iskazala najveću želju za asistencijom i jako je sretna pa je i nama izuzetno drago da smo uspjeli.

Ove godine nam je prioritet i fokus pomoći članovima u ostvarenju prava na osobnu asistenciju i ostalih prava te zapošljavanje naših članova – osoba s invaliditetom. Prijavili smo nekoliko članova na natječaj MUP-a i uspjeli jednoga zaposliti. Nadamo se da će još neko uspjeti i zaposliti se.

Dali smo priliku našem članu Marinu Giljanoviću i zaposlili ga u našem uredu. Prava je šteta što mu do sada nitko nije ukazao priliku, jer naš Marin je



sretan što je naš djelatnik i izuzetno brzo se prilagođava radnim navikama i obvezama.

Nekim našim članovima pomogli smo i oko nabavke ortopedskih pomagala i *tribykea*, zbog čega su neizmjerljivo zahvalni i zadovoljni. Nažalost, i oko ovih stvari vrlo je teško ostvariti administrativno i tehničko rješenje.

Nakon nekoliko mjeseci sve se posložilo i krenuli smo s našim aktivnostima. Između ostalog, ponovno smo organizirali sudjelovanje u humanitarnoj utrci za nas i osobe sa srodnim bolestima odnosno povredama, *Wings for Life* u Zadru. Emocije su nas i ove godine ponijele, da bismo se poslije toga liječili od upale mišića tjedan dana.





Inače, konstantno imamo razne susrete i aktivnosti s našim istarskim savezom IFUOSI u koji smo se i mi uključili među sedam srodnih pulskih udruga raznog invaliditeta.

U idućem razdoblju imamo u planu realizaciju naših planiranih aktivnosti, druženja, izlete itd. Imali smo i službeni posjet predstavnika našeg saveza HUPT-a s kojim smo razgovarali o suradnji UPITIŽ-a, HUPT-a i ostalih članica saveza. Dolazi ljeto, razdoblje kada se možemo svi nekako malo više opustiti i uživati, pa vam UPITIŽ želi svima ugodno, toplo i dugo ljeto.



© Šime Zelić/PIXSELL





## DUBAI, Grad blještavila i svjetskih rekorda

**Tekst i fotografije:** Ines Ignjačić

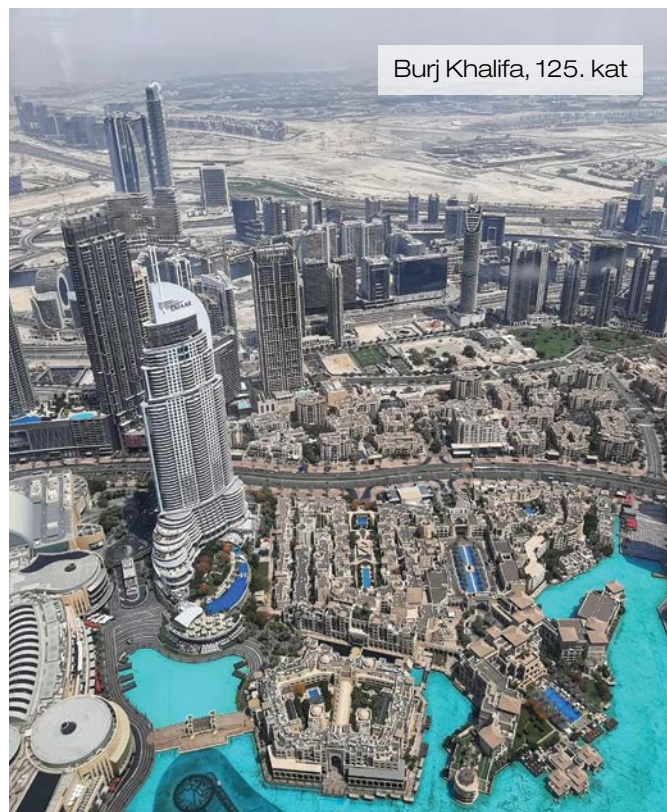
Još prije trideset godina Dubai je bio jednostavan manji grad, vizualno poput bilo kojeg drugog u tom dijelu svijeta. Prije pedeset godina Dubai je bio pustinja. Tek nakon 2000. počela je masovna i brza izgradnja nebodera i arhitektonskih kreacija koje i dalje iz dana u dan rastu – kako u širinu i visinu, tako i u dizajnerskom smislu.

Ono čime privlači brojne goste nisu samo luksuz i blještavilo, nego i činjenica da upravo Dubai svojim dizajnom u ovom trenutku drži Guinnessov rekord u čak 339 kategorija! Najviša zgrada na svijetu, najbrži *roller coaster* („vlak smrti“ u lunaparku), najveći okvir, najveća glazbena fontana, najviši bazen, najdublji bazen, najveći ručno izrađeni tepih, najduži *zipline*, najviši restoran, najveći *shopping mall*, najveća čokoladna skulptura, najveći cvjetni vrt... Listi gotovo da nema kraja, jer svakodnevno niču nove atrakcije s novim rekordima.

Naravno da ne zanima svakoga sve, ali da bi svatko vidio ono što ga zanima i što je vrijedno toga da se vidi bilo bi potrebno ovdje provesti barem nekoliko tjedana. Stoga je najbolje napraviti popis osobnih prioriteta i složiti nekakav plan, kako se ne bi gubilo previše vremena na prelazak s jednog kraja grada na drugi.

Jedno od mjesta koja sam posjetila najviša je zgrada na svijetu, **Burj Khalifa**. S čak 160 katova pruža pogled na cijeli grad, pustinju i Perzijski zaljev. Zanimljivost je da vožnja liftom do gore traje samo

jednu minutu! U zgradi su hoteli i privatni stanovi najbogatijih ljudi na svijetu. Za posjetitelje je otvoreno samo nekoliko katova; ja sam se odlučila za 125. kat. Dostupan je još 148. te 154. kat koji je od prošle godine otvoren za javnost, na kojima





se nalaze barovi, ali za koje je ulaz puno skuplji, osobito u terminu zalaska sunca. Najviši katovi zgrade nisu otvoreni za posjetitelje jer su na njima instalacije i mehanika.

U Dubaiju ima mnogo vidikovaca, od kojih svaki ima još neku specifičnost koja ga izdvaja od ostalih. Primjerice, opservatorij *Sky View* ima stakleni prozirni tobogan s čijeg se vrha može spustiti, dok vidikovac vrha zgrade na kojoj je *Aura Skypool* pruža pogled na sve strane svijeta i to iz bazena. No, ako nemate vremena za sve, dovoljno je otići na jedan od vidikovaca jer je pogled odozgo zapravo sličan sa svakog.



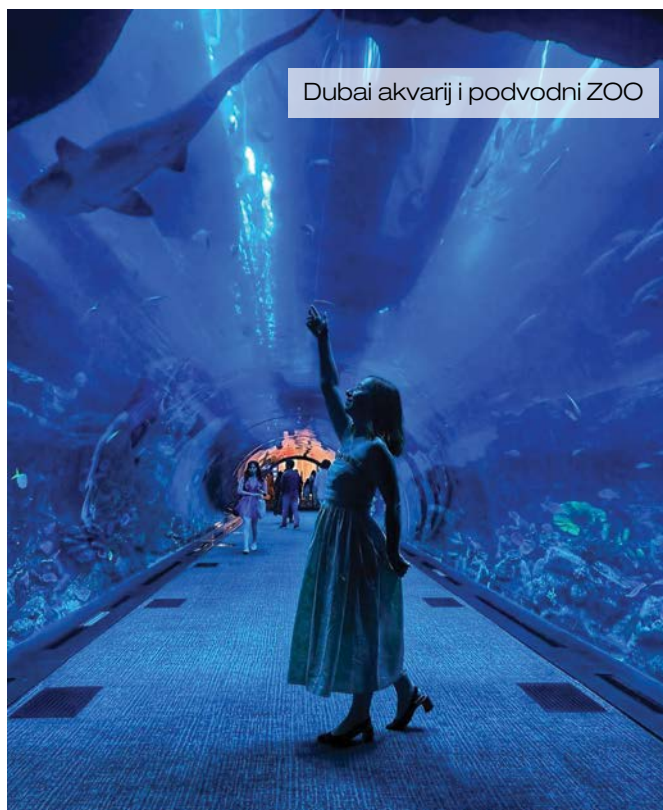
Muzej budućnosti

Metro vozi posvuda, ali s obzirom na ogromnu gradsku površinu jasno je da ne vozi direktno na baš svaku adresu. Kako bi se uštedjelo vrijeme, svakako je dobro odabrati smještaj blizu stanice metroa. Prijevoz je vrlo točan i siguran. Iz brojnih stanica metroa ulazi se direktno u *shopping centre* ili muzeje.

Sve plaže su pješčane i kilometrima duge. Neke su privatne pa im pristupiti mogu samo gosti hotela ili restorana kojem pripadaju, no mnoge su i javne – poput **JBR beach**, *Kite beach* itd. U ljetnim mjesecima plaže su uglavnom posjećene noću, jer su tijekom dana naprosto prevrući i zrak i more. Temperatura tijekom ljetnih mjeseci prelazi 40°C, a zbog jako velike vlage u zraku subjektivni je osjećaj

kao da doseže i puno više. Stoga je iznimno teško boraviti na otvorenom prostoru, uključujući i boravak na plaži. Naravno, apsolutno svi prostori su klimatizirani, ali je razlika između unutrašnje i vanjske temperature velika, što organizmu predstavlja izazov bilo da iz vanjskog prostora ulazi u klimatizirani ili obrnuto. U Emirate je najbolje ići u kalendarskoj zimi, kad je zrak ugodnih 25°C.

lako slovi za jedan od najskupljih gradova na svijetu, u Dubai se može ići sa zaista malim budžetom. Letovi iz nama susjednih zemalja za Abu Dhabi stoje 50 eura po smjeru, a od Abu Dhabija do Dubaija može se doći autobusom ili taksijem. Cijene smještaja variraju i, naravno, možete potrošiti pravo bogatstvo na samo jedno noćenje ako se odlučite za najprestižnije hotele poput **Burj Al Araba** koji ima čak 7 zvjezdica. Ali, postoje i brojne vrlo povoljne opcije smještaja koje ovu destinaciju čine čak nekoliko puta jeftinijom od ljetovanja na Jadranu. Ulaznice za turističke atrakcije jeftinije su ako ih se kupi unaprijed *online*, a time se također štedi i vrijeme čekanja u redu.



Dubai akvarij i podvodni ZOO

U Dubaiju ima dosta atrakcija koje se mogu vidjeti besplatno – primjerice, najveća svjetska **glazbena fontana**, koja svakog dana od 18 sati nadalje svakih pola sata tijekom cijele godine ima glazbeni *show*. Zatim **Dubai Marina**, uz čiju se prelijepu kružnu stazu dugu nekoliko kilometara može šetati, uz famozan pogled na zaljev i nebodere sa svih strana.



Dubai Marina

**Al Seef**, stari dio grada, odlikuje se estetikom tipičnih arapskih gradova. Dosta je popularan zbog bazara i tradicionalne kulture, i poseban upravo zato što se toliko razlikuje od ostatka grada. Ono što mu daje poseban šarm i privlači brojne goste jest *Starbucks* otvoren prije koju godinu, a koji izgleda vrlo antikno, što ga čini jednim od najneobičnijih *Starbucks* na svijetu.

**Muzej budućnosti**, čija je zgrada jednako lijepa danju i dok je osvijetljena noću, prikazuje kako bi svijet mogao izgledati 2070. godine. Zgrada je posebna jer su na njoj na arapskom ispisane poruke koje noću svijetle. Posjetila sam i **Dubai Frame**, najveći okvir na svijetu čija je gornja stranica također vidikovac, dok su s bočnih strana okvira liftovi koji vode gore, odnosno dolje.

Premda se doima da cijeli Dubai čine ogromni stakleni neboderi, grad je ipak još širi od toga. Međutim, posjetitelji obično ne idu u neturističke dijelove koje naseljavaju lokalni stanovnici, jer se sve zanimljivosti nalaze upravo u ovom „blještavilu“. Taj se urbani dio proteže na ogromnoj površini i zaista je nepresušan, pa čak i ako idete u Dubai svake godine, unutar tih godinu dana izgradit će se toliko toga da uvijek možete nešto novo vidjeti.

Radi se o gradu koji je za kretanje **vrlo prilagođen osobama koje se kreću uz pomoć invalidskih kolica**. Generalno, grad je ravan, a liftovi su svuda. Na javnim mjestima svuda postoje toaleti prilagođeni za osobe u kolicima, i to odvojeni muški i ženski. Za većinu turističkih atrakcija postoje platforme i rampe. Kako ovdje većina zgrada ima

barem četrdeset katova, jasno je da su svuda liftovi pa je većina javnih objekata u tom smislu prilagođena. Dubai je ogroman pa oni koji se kreću uz pomoć *triridea* uz dobro planiranje i organizaciju gotovo da niti ne moraju koristiti javni prijevoz.

Dubai je vrlo moderan grad u kojem žive ljudi svih nacionalnosti i stilova života. Jedan je od najsigurnijih gradova na svijetu. Na pojedinim cestama vozi se čak u osam traka po smjeru, ali postoje vrlo jasni prometni propisi i vrlo stroge kazne ako ih se ne pridržava. Stoga ovdje vlada zaista potpuni red. Također je jedan od najčišćih gradova na svijetu. Velika se pažnja posvećuje čistoći ulica tako da se doslovno nigdje ne može vidjeti niti komadić smeća.

No zato se ondje mogu vidjeti i doživjeti stvari koje se rijetko gdje drugdje u svijetu mogu vidjeti. Primjerice, u jednom se *shopping* centru nalazi klizalište, a u drugom – skijalište. U sklopu *Dubai Malla* su akvarij i podvodni ZOO, a osim riba i morskih pasa tu su ronionci koji ga čiste i hrane ribe. U određenim kafićima možete popiti *cappuccino* posut listićima 24-karatnog zlata. Vikend ovdje čine petak i subota – ali ne i nedjelja. Odijevati se može svatko kako god želi, jer nema posebnih restrikcija. No postoji niz sitnih restrikcija, poput one da je žvakaća guma u metrou zabranjena. S obzirom na jako dobre uvjete života, ne začuđuje da ljudi iz svih dijelova svijeta odabiru upravo Dubai za svoj novi dom. Kao posjetitelju, rijetko kome će ostaviti lošu uspomenu. I upravo zato – rijetko tko će ga posjetiti samo jednom.



JBR plaža

# GentleCath™ Glide

*to je olakšanje*

Za neke ljude započinjanje intermitentne kateterizacije može biti tjeskobno. Možda se susrećete sa fizičkim poteškoćama ili ulazite u potpuno novu fazu vašeg života.

**GentleCath™ Glide je intermitentni kateter koji je osmišljen kako bi kateterizaciju učinio što jednostavnijom i ugodnijom.**

*Mi smo uz vas,  
zajedno s vašim zdravstvenim  
timom, kako biste se što lakše  
prilagodili kateterizaciji.*



Za više saznanja o GentleCath™ Glide kateterima ili dogovoru za posjetu Stoma medical predstavnice/ka, **molimo nazovite na besplatni pozivni broj: 0800 8000** ili nas posjetite na [www.stoma-medical.hr](http://www.stoma-medical.hr)

Stoma medical d.o.o.  
Frana Folnegovića 1c/VIII, 10000 Zagreb  
TEL: 01/5508-999; FAX: 01/6177-217  
**Maloprodaja i savjetovalište:**  
Trakošćanska 4, 10110 Zagreb  
TEL: 01/3090-359, 3015-949, 3015-950 FAX: 01/3090-358



Naš član i aktivist Ivan Strugar, inače osoba s tetraplegijom, aktivan je i samostalan u svom svakodnevnom životu. Ujedno, Ivan i jako fino kuha pa nas svako toliko razveseli kakvim svojim specijalitetom koji priprema sâm ili uz asistentsku podršku. Tako smo odlučili da nadalje i s Vama podijelimo njegove omiljene recepte pa ih iskušajte i uživajte!

## Osso bucco



### Sastojci:

(za 4 osobe)

1200 g teleće koljenice (može i juneća), 4 komada narezana na odreske debljine 3 – 5 cm  
100 g maslaca  
4 žlice maslinovog ulja  
3 češnja češnjaka  
200 g luka  
100 g mrkve  
100 g celera (korijen)  
100 g peršina (korijen)  
sol  
papar  
30 g brašna  
200 ml crnog vina (*plavac, merlot, cabernet sauvignon*)  
3 komada lovorovog lista  
1000 ml temeljca  
800 g pelata



Prepoznatljivo jelo sjevernog dijela Italije, *osso bucco* (šuplja kost). U originalnom receptu služi se s rižotom *milanese* (s parmezanom i šafranom), ali malo sam prilagodio recept pa sam ga poslužio s njokima, a može se poslužiti i s pireom od krumpira ili palentom.



### Priprema:

Maslac i dvije žlice maslinovog ulja zagrijte, dodajte nasjeckani luk, češnjak, nasjeckani peršin, celer i mrkvu pa pirjate na laganoj vatri 10 – 15 minuta. Koristite malo dublju i širu tavu ili lonac.

Meso (odreske) uvaljajte u brašno i u drugoj tavi pecite na dvjema žlicama maslinovog ulja do rumene boje i posložite ga preko pirjanog povrća, posolite i popaprite. Ulijte 500 ml temeljca i pustite da lagano krčka.

U tavu na kojoj ste pekli meso ulijte vino i kad prokuha dodajte zdrobljene pelate zajedno s tekućinom i dodajte lovor. Pustite da kuha 20 minuta.

Pripremljeni umak prelijte preko mesa i povrća. Pirjajte u poklopljenoj posudi na laganoj vatri najmanje

1,5 sat (juneću koljenicu 2 – 2,5 sati). Povremeno protresite. Ne okrećite odreske da se ne raspadnu. Dodajte još temeljca ako odresci nisu prekriveni tekućinom.

Poslužite uz njoke, pire od krumpira ili palentu. Dobar tek!



4 osobe



150 min

### Napomena:

Ovo jelo možete zamrznuti i čuvati do tri mjeseca ako vam ostane ili ste napravili više.



# Kakvih sve pomagala ima

## Produžetak za povlačenje patentnog zatvarača *Zip-Grip Zipper Pull*

- Čini patentni zatvarač lakšim i udobnijim.
- Lako se postavlja na patentni zatvarač kako bi se produžio jezičak za povlačenje.
- Idealno za korisnike koji imaju poteškoća s hvatanjem i povlačenjem jezičaka s patentnim zatvaračem.
- Jednostavno se umeće kroz otvor za povlačenje patentnog zatvarača, zatim se presavija na pola i zatvara.
- Prodaje se u paketu od šest komada za više odjevnih predmeta.
- Promjer prstena je 2,5 cm.

**Izvor:** <https://www.rehabmart.com/product/zipgrip-zipper-pull-5909.html>



## Pribor za pomoć pri oblačenju *Reach Right*



Ovaj pribor za pomoć pri oblačenju kompletan je paket za oblačenje. Svaki komplet ima žlicu za cipele, pomoć pri oblačenju čarapa i kuku za samostalno presvlačenje.

- Pomaže vam da obučete čarape, cipele i hlače.
- Može se koristiti za gotovo svaku obuću, uključujući kompresijske čarape.
- Lako se sklapa za putovanja.
- Kuke odgovaraju većini omči za remen.

Kukice za odijevanje idealne su za podizanje i oblačenje traperica, suknje, kratkih hlača ili druge odjeće za donji dio tijela. Također dobro funkcioniraju za dohvat odjeće u vašoj komodi ili ormaru. Pomoć za čarape dobro funkcionira za gotovo sve dizajne, od atletskih do kompresijskih čarapa. Korisnici samo otvore čarapu pomoću uređaja i lako uvuku nogu u nju.

**Izvor:** <https://www.rehabmart.com/product/easy-to-use-products-reach-right-dressing-aid-kit-51853.html>

## Jednoručna daska za rezanje *Homecraft Kitchen Workstation*



Ova prilagodljiva daska za rezanje izvrstan je izbor za osobe s invaliditetom ili bolestima koje ograničavaju mobilnost u kuhinji. Pripremite svoja jela s povjerenjem i bez pomoći!

- Omogućuje sigurno i neovisno rezanje, sjeckanje i miješanje hrane.
- Sigurno se pričvršćuje na stol ili radnu površinu pomoću vakuumskih čašica.
- Uključeno je više dodataka za maksimalno jednostavnu pripremu hrane.
- Daska za rezanje je izrađena bez BPA i fosfata!

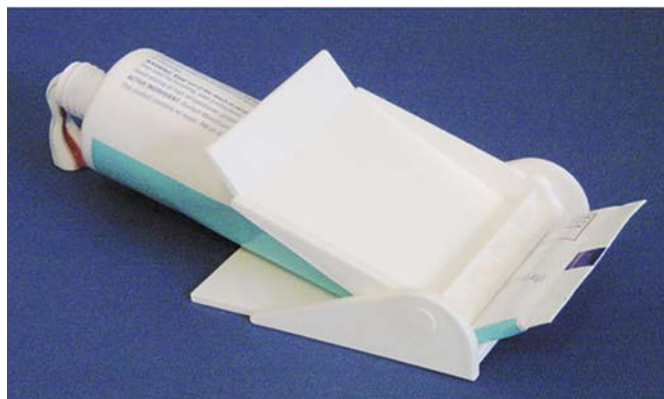
Koristite zdjelice koje se stegnu kada tučete jaja, napravite sendvič pomoću ruba u obliku slova L na kutu koji sprječava da sklizne ili naribajte sir ili začine pomoću pričvrstnog ribeža. Vakuumske čašice drže dasku na vašem kuhinjskom pultu ili stolu, tako da nema klizanja dok režete, gulite ili meljete sastojke za svoje omiljeno jelo. Otvarajte staklenke, grabite sladoled i ribajte ili režite povrće sigurno i učinkovito.

**Izvor:** <https://www.rehabmart.com/product/homecraft-kitchen-workstation-adaptive-cutting-board-51677.html>

## Stiskač za tube *Easy Out*

- Upotreba jednom rukom. Samo pritisnite dlanom.
- Lako stišće tubu ravno odozdo prema gore.
- Jedinstvena značajka omogućuje da se posljednja kap istisne iz tube. Idealno za pastu za zube, losione, meleme, silikone i druge proizvode za kućanstvo.
- Pakiranje od dva komada.

**Izvor:** <https://shop.maddak.com/p/easy-out-tube-squeezer?pp=12>



# G-HUPT broj 6



## SADRŽAJ

- 2 Pismo predsjednice
- 4 Interview
- 9 AKTUALNOSTI HUPT-a
- 9 Šljivica
- 11 Zbivanja u HUPT-u
- 12 Nagovještaj promjena u ostvarivanju prava na ortopedska i duga pomagala
- 13 Nacionalna strategija
- 13 Liječenje i rehabilitacija
- 14 Zlatno pravilo
- 15 STUDENTSKA RUBRIKA
- 15 Studenti punom parom
- 16 Prva konferencija studenata STI
- 18 POSUĐENI ČLANCI
- 18 Zablude i stereotipi
- 18 O soku od brusnice
- 19 ZBIVANJA
- 19 Seminar o osobama s invaliditetom
- 20 Obrazovna politika uključivanja
- 22 Bonton
- 23 Osnovano društvo za protetiku i ortotiku
- 24 PSON-ova konferencija
- 25 Nagradna križaljka
- 26 SPORT
- 26 Nagrada za životno djelo

U prošlim brojevima počeli smo se prisjećati starih brojeva naših časopisa, da se prisjetite kako smo krenuli i što smo sve radili. U ovom broju se prisjećamo još jednog starog broja *Glasila HUPT*. Stare brojeve možete potražiti na našoj web stranici [www.hupt.hr/casopis/](http://www.hupt.hr/casopis/) pa ih prelistati i pročitati *online* ili ih preuzeti u pdf formatu. Nadamo da ćete uživati u putovanju u prošlost.

### PISMO PREDSEDNICE HUPT-a

Dragi naši članovi i suradnici,

Pri kraju smo još jedne godine i treće godine djelovanja HUPT-a. Kad bismo napravili analizu jesmo li napravili dovoljno u ovoj godini – što bismo mogli kazati? Jesmo. Gledajući na angažman ljudi i na činjenicu da se u HUPT-u radi samo volonterski – možemo biti zadovoljni. Međutim – gledajući na potrebe osoba s paraplegijom, a još više za osobe s tetraplegijom – nije učinjeno dovoljno. Potrebe osoba koje dožive ozljedu kralježnične moždine ogromne su. Možemo reći da su problemi isti već tridesetak godina. Nema sveobuhvatne rehabilitacije! Osobe koje dožive ozljedu kralježnične moždine nemaju sustavnu podršku i nerijetko su prepuštene same sebi. U prilagodbi na invaliditet i prilagodbi na snalaženje u novonastaloj situaciji same osobe i njihove obitelji prilikom življavanja previše poteškoća a da bi se mogle koncentrirati na što je moguće brže uključivanje u »normalan« život. Ako se jave i/ili pojave u HUPT-u, nastojimo im svojim znanjem i iskustvom pomoći. To često nije dovoljno. Novonastala situacija zahtjeva financijska sredstva za rješavanje, ako ničeg drugog, barem građevinskih preka. Da ne govorimo kako još uvijek postoje poteškoće u opskrbi takvih osoba potrebnim pomagalima i potrepštinama.

Zahvalni smo kada novostradale osobe dobiju informaciju o postojanju HUPT-a. Jer se tada angažira solidarnost među članovima i nastoji se pomoći takvoj osobi. Svjedoci smo živog i neospornog događanja kad osobe s iskustvom prenašaju svoja iskustva mladim osobama s pT – i taj »prijenos« jest dragocjen. Dragocjeniji od knjiških i specijalističkih znanja. Ovo uzajamno obogaćivanje i upuna krnjih programima značajna je toliko značajna da gramu rehabilitacije je toliko prepoznati bi to morali uvažavati i konačno prepoznati bi to morali uvažavati i konačno prepoznati svi koji su u procesu rehabilitacije novostri radjenih, tako da zahtijevaju angažman HUPT-a, jer nam je zajednički cilj: mlade osobe s pT uputiti u sve »tajne« potpune rehabilitacije i organiziranja života u novonastalim uvjetima.

Mi – osobe s paraplegijom ili tetraplegijom – svi smo, zapravo, jedna obitelj i na mnogo načina upućeni smo jedni na druge. Stoga je nužno razvijati prag tolerancije i uzajamnog uvažavanja.

Želim Vam puno kreativnosti u osmišljavanju međusobnih odnosa, u stvaranju ozračja obiteljskog mira i spremnosti na altruizam, a također i djelatno dobro volje da sudjelujete u daljnjem rastu HUPT-a.

Blagoslovljen Božić Vama i Vašim dragima/bližnjima te svakom dobro u 2003. godini želi Vam iskreno i od srca

Vaša Mandica Knežević

Našim dragim članovima s para/tetraplegijom, članovima volonterima, prijateljima i suradnicima želimo blagoslovljen Božić te puno zdravlja i zadovoljstva u 2003. godini!

HUPT









07. - 12. 11. 2023.

**Interliber - 45. Međunarodni sajam knjiga**

**Gdje:** Zagrebački velesajam

## Zabava



02. 09. 2023.

**Let 3**

**Gdje:** Šalata, Zagreb

**Cijena ulaznice:** 19,00 EUR

## Kultura

04. - 06. 08. 2023.

**Srednjovjekovni festival**

**Gdje:** Svetvinčenat



18. - 27. 08. 2023.

**Špancierfest**

**Gdje:** Varaždin



22. 10. 2023.

**Laibach - "Alamut"**

**Gdje:** Koncertna dvorana  
Vatroslava Lisinskog

**Cijena ulaznice:** 26,00 - 36,00  
EUR

## Sport



24.07. - 30. 07. 2023.

**Turnir Plava Laguna Croatia  
Open Umag**

**Gdje:** Umag

**Cijena ulaznice:** 15,00 - 85,00  
EUR



25. - 26. 11. 2023.

**Rally Show Santa Domenica**

**Gdje:** Sveta Nedelja

JAVI NAM KAKVA JE PRISTUPAČNOST KULTURNIH / SPORTSKIH SADRŽAJA U TVOJEM GRADU

Sva najavljena događanja održavaju se u prostorima posve pristupačnima za osobe u invalidskim kolicima, a pozivamo te da istražiš pristupačnost dvorana za koncerte, kazališne predstave, izložbe te sportska događanja u svojem gradu i javiš nam se na [hupt@hupt.hr](mailto:hupt@hupt.hr) !

# Pristupnica za one koji žele postati članovi

<b>IME</b>	
<b>PREZIME</b>	
<b>ADRESA</b>	
<b>POŠTANSKI BROJ I MJESTO</b>	
<b>TELEFON</b>	
<b>MOBILNI TELEFON</b>	
<b>E-MAIL</b>	
<b>DATUM I MJESTO ROĐENJA</b>	
<b>OIB</b>	
<b>OSTVARENA STRUČNA SPREMA</b> (BEZ ŠKOLE, OSN. ŠKOLA, SRED. ŠKOLA, VIŠA ŠKOLA, SVEUČILIŠTE)	
<b>ZVANJE I ZANIMANJE</b>	
<b>RADNI STATUS</b> (ZAPOSLEN/A - AKO DA GDJE?, NEZAPOSLEN/A, MIROVINA)	
<b>BRAČNI STATUS</b>	
<b>IMAM DJECU</b>	
<b>DIJAGNOZA</b> (PARAPLEGIJA, PARAPAREZA, TETRAPLEGIJA, TETRAPAREZA)	
<b>DATUM OZLJEDE</b>	
<b>UZROK OŠTEĆENJA</b> (PROMET, RAD, SPORT, RAT, DRUGO - ŠTO?)	
<b>MATIČNA UDRUGA:</b> (ZAKRUŽI ODABRANO)	Karoca Rijeka      KaSPIN      SDUSO      SOZ      UPITIŽ      UPITOBŽ

**VAŽNO! MOLIMO VAS DA NAM DOSTAVITE FOTOKOPIJU MEDICINSKE DOKUMENTACIJE O DIJAGNOSTICIRANOJ PARAPLEGIJI, TETRAPLEGIJI, PARAPAREZI, TETRAPAREZI ČIJI JE UZROK SPINALNA OZLJEDA ILI BOLEST.**

ČLANARINA SE SVAKE GODINE OBNAVLJA 1. LIPNJA. AKO JE PRISTUPNICA PRIMLJENA NAKON 1. SIJEČNJA, ČLANARINA SE PLAĆA TEK OD 1. LIPNJA ZA SLIJEDEĆU GODINU.

U \_\_\_\_\_ DATUM \_\_\_\_\_ POTPIS \_\_\_\_\_

## Hrvatske udruge paraplegičara i tetraplegičara

Vladimira Varićaka 20, 10010 Novi Zagreb-Sloboština; Telefon: (01) 38 31 195

hupt@hupt.hr; www.hupt.hr; Žiro račun: HR532360000-1101528797; MB: 1441370

# Q50R

Sklopiva elektromotorna kolica.  
Moderna, kompaktna, okretna  
i laka za prenošenje.

Skenirajte QR kod sa Vašim  
mobilnim telefonom kako  
biste saznali više



# Q50R/carbon

Putujte jednostavnije s najlakšom  
karbonskim elektromotornim  
kolicima, od 14,5 kg!

Skenirajte QR kod sa Vašim  
mobilnim telefonom kako  
biste saznali više

