

VOZ LINKER

Časopis Resursnog centra za osobe sa invaliditetom Ekumenske humanitarne organizacije; broj 11; besplatan primerak; Mart 2013

PR IČA O DAR IJI

POZITIVNE
MISLI, ČINE
NAS JAČIM

Pretvaramo
staro u novo

DA LI ZNATE
ŠTA JE TO
KOUČING



Linker

Časopis Resursnog centra za osobe sa invaliditetom
Ekumenske humanitarne organizacije

Izdavač

Resursni centar za osobe sa invaliditetom
Ekumenske humanitarne organizacije

Za izdavača:

Vladislav Ivičiak, direktor Ekumenske humanitarne organizacije

Adresa izdavača:

Ćirila i Metodija 21, 21 000 Novi Sad
Tel./fax 021/466-588, 466-911

Glavni i odgovorni urednik:

Dragana Stanković Gaić

Saradnici:

Jelena Radović, Marina Cicka,
Sabina Fazlijević, Milesa Milinković

Lektor:

Dragana Stanković Gaić

Dizajn, priprema

Gabor Nemet

Štampa:

EHO-Print

Elektronsko Izdanje

**DA LI ZNATE
ŠTA JE TO
KOUČING** ^{strana} 2

SLANA SOBA ^{strana} 3

PRICA O DARUJI ^{strana} 4

 ^{strana} 6
KAKO OBEZBEDITI

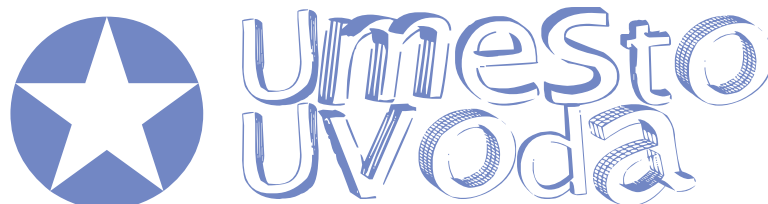
Pretvaramo staro u novo ^{strana} 8

NE POSTOJE OSTACI ČOVEKA ^{strana} 9

POZITIVNE MISLI, ČINE NAS JAČIM ^{strana} 12

**Pravo mladih sa
oštećenim sluhom na
slobodan izbor
buduće profesije** ^{strana} 14

„POKAŽI MI PRAVNI PUT“ ^{strana} 15
Pravno-savetodavna radionica

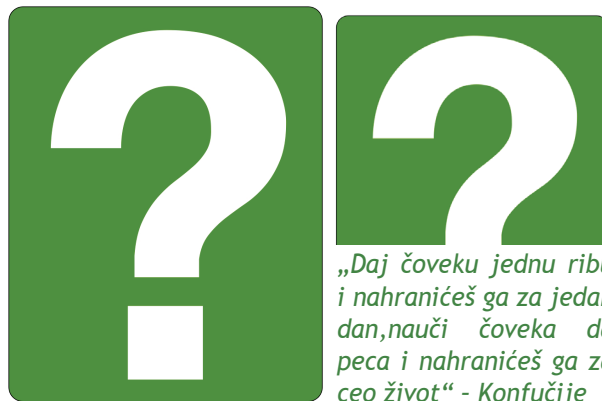


Kako bolje upoznati sebe kroz proces koučinga? Da li mladi sa oštećenim sluhom mogu slobodno da biraju buduću profesiju kao i njihovi vršnjaci ili je njihov izbor uslovljen i sužen zbog invaliditeta? Kako se ophoditi prema osobama sa invaliditetom kada ih imate za mušterije ili korisnike usluga? Koje nove usluge za mlade sa intelektualnim teškoćama možete pronaći u okruženju? Kada će prikupljanje priloga putem humanitarnih akcija za transplantaciju organa uroditi plodom? Na koji način uštedeti novac i staru stvar reciklirati u novu?

Odgovori na ova i još mnoga pitanja su pred vama. Sa uživanjem čitajte novi broj Linkera i kao što vam poručuje naša sagovornica Jelena, mislite pozitivno jer „Pozitivne misli, čine nas jačim“ !

Dragana Stanković Gaić

DA LI ZNATE ŠTA JE TO KOUČING



„Daj čoveku jednu ribu i nahranićeš ga za jedan dan, nauči čoveka da peca i nahranićeš ga za ceo život“ - Konfučije

Predstavnica EHOa Milesa Milinković učestvovala je na treningu za vršnjačke kouče u organizaciji „The Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH“ i time je otvorena mogućnost da EHO (Resursni centar OSI) ubuduće u svoje programe podrške razvija i metod rada poznat kao koučing.

Šta je to koučing? Poznavao ci engleskog jezika znaju da reč kouč „coach“ znači trener što obično povezujemo sa sportom. Međutim, koučing je pojam kojim nazivamo procese koji se ne tiču samo razvoja veština i tehnika u sportu, već sticanja i razvoja, takozvanih, životnih veština. Nekada se ljudi nisu suočavali sa mnoštvom mogućnosti a samim tim i sa mnoštvom izbora. Danas je mnogo teže napraviti pametan izbor iza kojeg će se stati odgovorno. Danas se susrećemo sa izazovima na raznim stranama, mnogo je raznih polja koja nas interesuju i u kojima želimo da budemo uspešni, želimo da ispunimo sopstvena, ali i tuđa očekivanja, da zadovoljimo različite potrebe, da se osećamo srećno i zadovoljno.

Da li Vam se nekad učinilo da ne znate šta ćete sa sobom, da nemate ciljeva i želja u životu? Da li Vam se možda desilo da želite nešto da uradite, da se bavite nečim ali nikako da se pokrenete, kao da Vam nedostaje energije i motivacije, da ne znate kako, da Vam se čini da nemate načina-resursa, podrške? Upravo jedan od načina podrške pojedincu je koučing. Kouč pomaže osobi da razvije životne veštine. Kouč je obučeni profesionalac koji određenim tehnikama pomaže osobi da bolje upozna sebe (ponekad nismo svesni svojih potencijala jer svoje osobine, znanja, veštine, talente.. uzimamo „zdravo za gotovo“) i sagleda svoju situaciju iz različitih uglova. Kouč ne nudi gotova rešenja, kouč daje podršku osobi za pronalaženje sopstvenih rešenja. Ohrabruje ga da menja perspektive u odnosu na situaciju.

Koučing je usmeren na otkrivanje i osvajanje lične snage. Cilj koučinga je otkrivanje i izgradnja

sopstvenih potencijala i kapaciteta za ostvarivanje najviših ciljeva. „Neophodno je verovati u sposobnost svake osobe da uči samu sebe.“ (Paulo Koeljo) - upravo je ovo osnovni postulat od koje kouč kreće u radu sa tzv. klijentom. Kroz koučing bolje upoznajete sebe, osvešćujete svoje misli, emocije i ponašanje, prepoznajete ono što vas pokreće i motiviše. Usmeren je ka novim rešenjima u sadašnjosti i budućnosti. Podstiče motivaciju, promenu, odlučnost. Ono što treba reći jeste da koučing nije trening u smislu edukacije, prenošenja znanja; nije predavanje, podučavanje, nije mentorstvo i svakako nije psihoterapija ali jeste rad 1 na 1 - individualan rad.

Koučing može biti koristan u raznim oblastima kao što su:

- planiranje i razvoj karijere
- porodica i roditeljstvo
- romantični odnosi i intimnost
- životne krize
- konflikti
- motivacija
- upravljanje vremenom
- razvijanje socijalnih veština
- povećanje samopouzdanja i samopoštovanja
- upravljanje stresom
- upravljanje finansijama
- pravilna ishrana i kontrola telesne težine
- uspeh u sportu
- razvoj kreativnosti
- uspeh u bavljenju umetnošću
- zdravlje i briga o sebi
- proces rešavanja problema i sl.

Na kraju, važno je reći da kada se životne veštine steknu u jednoj oblasti, vrlo se lako generalizuju na druge, veoma različite oblasti življenja.

Milesa Milinković

(tekst napisan uz konsultovanje priručnika „Nešto malo o koučingu, kako biti sa koučingom na ti“ Autorke: Katarina Stanić, Stanislava Vidović- GIZ, 2012.)



SLANA SOBA

ŠKOLE ZA OSNOVNO I SREDNJE OBRAZOVANJE SA DOMOM
UČENIKA MILAN PETROVIĆ

So je supstanca od suštinske važnosti za zdravlje i život čoveka. Stoga je bitno istaknuti ljudske napore kroz istoriju da se dođe do nje. Još je u antičkoj Grčkoj razvijena metoda inhaliranja vazduhom u kome se nalazila so. Intenzivnije iskopavanje počinje u 14. veku. Tamo gde su postojali rudnici soli, cvetala je trgovina i saobraćaj. Primećeno je da su rudari koji su radili u ovim rudnicima bili dobrog zdravlja i veoma

retko obolevali od plućnih bolesti. U 19. veku počinje podvrgavanje ovoj vrsti lečenja u rudniku soli Wielizka u Poljskoj. Danas, zbog razvoja tehnologije, ubrzanog života i sve većeg zagađenja životne sredine, sve više ljudi pati od alergija, plućnih bolesti, poremećaja varenja, lošeg imuniteta, depresije... Stoga se tretmani solju sve češće primenjuju, kako u lečilišnim i rehabilitacionim centrima, tako i u welnes i spa centrima.

Škola za osnovno i srednje obrazovanje "Milan Petrović" sa domom učenika, ima dugogodišnju ulogu u edukaciji i rehabilitaciji dece sa invaliditetom. Jedan od mnogobrojnih sadržaja koje škola nudi jeste slana soba, namenjena kao dopuna u terapiji dece sa poteškoćama, radi poboljšanja psihofizičkog zdravlja. Ovakav vid terapije naziva se haloterapija.

Slanu sobu škole, čini prostorija čiji su zidovi i plafon obloženi kamenom solju. Pod slane sobe je takođe prekriven solju, te deca često koriste priliku da se za vreme tretmana igraju kao u pesku na plaži. Boravak u slanoj sobi može biti praćen opuštajućom muzikom, a po potrebi se uključuje i terapijski rad sa decom uz defektologa. Kao dopuna prijatnom boravku, deci su na raspolaganju igračke i televizija.

U halotretmanima koristi se isključivo čista, medicinska so i aparat - halogenerator. Ovaj uređaj melje so u najfinije čestice, od 2 do 5 mikrona, stvarajući tako suvi soni aerosol, uduvava ga u slanu sobu. Aerosol se udisanjem raspoređuje kroz disajne puteve do pluća.

Deo dekora slane sobe su himalajske lampe koje imaju negativni jonizujući efekat i čiste vazduh od zračenja koje proizvode električni uređaji. Lampe deluju blagotvorno na respiratorna obolenja, poremećaje spavanja, visok krvni pritisak i podstiču relaksaciju. Halotretmani se sprovode u trajanju od 20 i 45 minuta, u zavisnosti od uzrasta deteta i pozitivno deluju na upalu grla, krajnika i sinusa. Čestice soli dopiru do sluznice nosa i sinusa, vraćaju sluzokoži prirodnu funkciju i omogućavaju drenažu. Ublažavaju simptome širenjem i otvaranjem disajnih puteva. Tretmani pomažu pri lečenju astme, bronhitisa i drugih plućnih

bolesti, čisteći pluća od nataložene sluzi, što olakšava disanje. Blagotvorni su za upale uha, gastritis, čir na želucu i dvanaestopalačnom crevu, inflamatorna obolenja creva, srčane probleme i probleme sa cirkulacijom. Regulišu krvni pritisak, hipotireoidizam, važan su elemenat u lečenju dijabetesa, jačaju imunitet, ublažavaju umor, depresiju i neuroze. So je prirodan antihistaminik, ima ulogu u prevenciji grčenja mišića, reguliše san. Prodirući kroz kožu, čestice soli deluju na kožna obolenja kao što su akne, ekcemi, psorijaze, alergije.

Predškolač ili učenik škole Milan Petrović, pre nego što krene na haloterapiju, treba da poseti pedijatra škole, koji daje dozvolu za boravak u slanoj sobi. Svakom detetu pristupa se pojedinačno, i izrađuje se individualni program



tretmana prema zdravstvenim tegobama. Treba znati da terapija solju ne zamenjuje terapiju lekovima, ali je odlična dopuna u terapiji. Za vreme tretmana, u sobi se stvara okruženje uz kontrolisanu temperaturu i vlažnost vazduha. Tako se smanjuje se broj bakterija i alergena u vazduhu.

U slanoj sobi koristi se i rasveta u različitim bojama. Boje imaju uticaj na ljudski organizam i raspoloženje, a da često toga nismo ni svesni. Tako crvena boja aktivira srce i krvotok, žuta boja podstiče raspoloženje i aktivnost, narandžasta deluje umirujuće, dok nijanse plave boje pomažu pri opuštanju i snižavanju

telesne temperature. Zelena boja uklanja stres. Boravak od 45 minuta u slanoj sobi zamenjuje 3 dana na moru.

Natrijum hlorid je sastavni deo svih ćelija ljudskog organizma. Esencijalan je u ishrani. Stoga su halotretmani potpuno prirodni, pomažu pri odvijanju fizioloških procesa u organizmu, koriste se kao dopuna u lečenju, ali i kao jedinstveni tretman kod određenih smetnji. Svi zainteresovani roditelji, čija deca pohađaju ŠOSO Milan Petrović, mogu se javiti školi za detaljnije informacije.

Marina Cicka

PRICA O DARJI



Za početak, da se upoznamo. Ja sam Darja, jedna obična devojka na čudesnim životnim putevima. Pre trideset i jednu godinu rođena sam u jednom sremskom gradiću na granici, tamo sam proživela lagane razigrane godine detinjstva, stekla prve prijatelje, doživela prve ljubavi, zavolela muziku i jezike. Posle osnovne škole poželeva sam da se bavim jezicima i upisala sam jezičku gimnaziju u Sremskim Karlovcima. Karlovačka brda su me dovela do novih zanimljivih prijatelja i iskustava. Upisala sam zatim Engleski jezik na Filozofskom fakultetu u Novom Sadu, i dalje učim jezike i nadograđujem se. Završila sam fakultet i počela da radim u Osnovnoj školi u Kaću, a samo godinu dana posle toga sam se razbolela. Imala sam problema sa bubrezima, tada sam mislila da to nije ništa ozbiljno. Ipak, ispalo je da sam se prevarila. Bubrezi su mi otkazivali. Krenula sam na dijalizu. Radila sam je sama sebi svaki dan na svaka četiri sata. Bilo je naporno, al' bio je to jedini način da preživim. Tu promenu sam teško doživela, a moja porodica, takođe, bila je obremenjena velikim teretom moje bolesti. I tako je to sve trajalo dok me moj brat, roditelji i prijatelji

nisu trgnuli i prodrimali. Tad smo pokrenuli našu akciju, „Devojka koja voli život“. Namera nam je bila da pokušamo da skupimo novac za transplantaciju bubrega u Moskvi, jer se kod nas, nažalost, transplantacije vrše mnogo ređe nego što bi trebalo i mnogi pacijenti nikad ni ne dočekaju transplantaciju. I nekako, kao da se desilo neko malo čudo, jedan po jedan, ljudi su se priključivali, akcija je rasla, za mene se slikalo, pevalo, pravili su se unikatni predmeti, itd. Dve godine nam je trebalo, al' na kraju smo uspeli. Maja 2012. otputovala sam u Moskvu, tamo sam transplantirana, i evo me sad ponovo u Novom Sadu, zdrava i srećna. Sad više ne moram na dijalizu, nisam vezana za mašinu, mogu slobodno da putujem, mogu ponovo da budem slobodna od bolesti, mogu da radim i stvaram porodicu. Moji prijatelji i ja napravili smo sajt Srbija za transplantaciju „www.srbijazatransplantaciju.com“ kojim pokušavamo da približimo ljudima šta je to transplantacija organa i koliko ona znači našim ljudima koji boluju od najrazličitijih bolesti organa. U našoj zemlji, nažalost, nema dovoljno ljudi koji žele da zaveštaju svoje organe nakon smrti. Ukoliko ste ipak jedni od onih koji

razmišljaju o zaveštanju, odnosno doniranju organa, posetite naš sajt koji pruža dosta korisnih informacija i daje brojeve telefona na kojima se možete detaljnije raspitati o donorskim karticama i naručiti ih putem pošte. Našim ljudima koji pate od neizlečivih bolesti organa potrebna je vaša podrška.

Sad posle transplantacije dosta pazim na ishranu i trudim se da fizički budem aktivna. Što se tiče ishrane, pre svega pazim da unosim što manje industrijskih proizvoda, umesto belog brašna koristim integralno, umesto belog šećera, med, fruktozu ili braon šećer, ponekad sama umesim hleb. Jedem dosta voća i povrća, a



mnogo volim da jedem i kaše, posebno ovsene i heljdine. Umesto preslatkih industrijskih slatkiša radije napravim poneku poslasticu sama tako što na internetu pronalazim alternativne recepte sa zdravim sastojcima. Pored toge, jedem sve regularno, što mama kuva, meso, ribu i kuvano povrće. Ponekad uzmem po dve kašike mlevenog lana ili mekinja sa malo jogurta, to je jako dobro za probavu. Takođe nekad napravim salatu od pola rendane sveže cvekle i jedne rendane jabuke. Volim u blenderu da pravim kašaste sokove, ili prosto da iscedim pomorandžu. Htela bih sa vama da podelim i nekoliko jednostavnih recepata koje sebi često spremam.

Keksići sa semenkama

Sastojci: 500 gr integralnog brašna, 100 gr belog brašna, 100 gr mlevenog lanenog semena, 100 gr susama, 100 gr suncokretovog semena, 1,5 do 2 kašičice soli, 1 prašak za pecivo, pola margarina ili maslaca, 4dl kisele vode

Način pripreme: Pomešati sve sastojke, dobro umesiti, rukama oblikovati kuglice pa ih spljoštiti među dlanovima. Peći u rerni oko pola sata.

Heljda sa sirom i lukom (za jednu osobu)

Sastojci: 100 gr heljdinog zrna, Balans sir ili sitni sir po želji, crni luk po želji

Način pripreme: Heljdu skuvati sa jednom i po šoljom vode i prstohvatom soli, pa ostaviti da se malo prohladi. Tome dodati na kockice iseckan sir i svež crni luk. Promešati.

Ovsene pahuljice s bananom i kokosom (za jednu osobu)

Ovsene pahuljice potopiti u malo tople vode, ostaviti desetak minuta. Dodati jednu ispasiranu bananu i kokos po želji.

Sirova kafa (za dve osobe)

Sastojci: 2 banane, 3 čaše vode, 1 šolja oraha, 3 kašike rogača

Način pripreme: Sve sastojke staviti u blender i izmiksati ili ručno ispasirati i promešati.

Prijatno!

Darja Kostić

RESURSNI CENTAR ZA OSOBE SA INVALIDITETOM EKUMENSKJE HUMANITARNE ORGANIZACIJE



Ćirila i Metodija 21, 21000 Novi Sad
021/469-616
021/466-588
021/6-397-626

www.ehons.org

<http://resursnicentar.ehons.org>



Ekumenska
Humanitarna
Organizacija

DOBRODOŠLI STE SVAKIM RADNIM DANOM OD 8 - 15 h



K A K O O B E Z B E D I T I

KVALITET USLUGA MUŠTERIJAMA SA INVALIDITETOM

Redakcija Linkera pronašla na je sajtu organizacije „G3ICT - the Global Initiative for Inclusive Information and Communication Technologies“ interesantan tekst koji je napisala Debra Ruh i delimo ga sa vama. Ona u tekstu objašnjava kako obezbediti kvalitet usluga osobama sa invaliditetom. Sva suština je u tome da treba posmatrati sve mušterije kao individue, ako želimo da obezbedimo kvalitetne usluge. Ona takodje na svom blogu nudi i korisne savete o tome kako komunicirati sa osobama sa različitim vidovima invaliditeta. Osobe sa invaliditetom su veoma različite, odnosno različite su njihove ličnosti, mogućnosti, interesovanja, potrebe i preferencije - one su kao i bilo koja druga mušterija. Ako imate stav da su svi ljudi - ljudi i ako koristite zdrav razum i ophodite se prema ljudima upravo onako kako bi ste voleli da se ljudi ophode prema vama samima, to će vam značajno pomoći da osigurate da svi mogu i žele da koriste vaše usluge. Ne zaboravite da su osobe sa invaliditetom zainteresovane za iste one teme kao i osobe koje nemaju invaliditet. Info centri bi trebali da imaju mogućnost da prenose poruke mušterija preko uređaja i softvera prilagođenih osobama sa invaliditetom, baš kao i preko telefona, faksa, e maila i poruka i na taj način obezbede kvalitet svojih usluga. Moraju biti donešeni ali i sprovedjeni pravilnici

i procedure za omogućavanje pune dostupnosti usluga pri telefonskom razgovoru sa osobama sa invaliditetom. Treba uložiti sve napore da osobe sa invaliditetom budu uslužene, time što će najveći značaj i fokus biti stavljen na zahteve osoba sa invaliditetom koji nisu uspešno sprovedeni tokom prvog kontakta. Kako bi ophodjenje bilo prikladno u komunikaciji sa osobama sa invaliditetom, ono mora biti zasnovano na poštovanju i ljubaznosti. Slušajte i učite slušajući od mušterija kada pričaju o svojim potrebama. Zapamtite, mušterije su verne onim firmama kod kojih osele dobrodošlicu, koje nude pomoć, koje su dostupne i pružaju kvalitetne usluge. Principi koji se koriste u ophodjenju u odnosu na osobe sa invaliditetom, su vrlo jednostavni:

1. Prvo i najvažnije, oslonite se na zdrav razum pri komunikaciji sa osobama sa invaliditetom,
2. Pokažite poštovanje i budite ljubazni prema mušterijama sa invaliditetom, baš kao i sa ostalim mušterijama.

Saveti za komunikaciju sa:

1. Osobama sa poteškoćama pri kretanju
 - Dajte osobama više vremena da odgovore

na vaša pitanja

- Ne plašite se da postavite dodatna pitanja ako niste sigurni šta da radite ili vam je potrebno pojašnjenje
- Ako nudite asistenciju, uvek pitajte da li je asistencija uopšte potrebna a zatim pratite uputstva koje će vam sama osoba dati o načinu na koji da pružite asistenciju.
- Ako uzvraćate poziv, sačekajte duže nego inače da telefon odzvoni, kako bi osoba imala dovoljno vremena da stigne do telefona.

2. Osobama sa vizuelnim oštećenjem

- Kada razgovarate, jasno istaknite ko ste koristeći normalan ton glasa
- Ne zaboravite da se svaki put predstavite osobi sa kojom razgovarate
- Koristite opise pri davanju uputstava i direkcija; verbalno dajte informacije koje su očigledne osobama koje nemaju vizuelnih poteškoća
- Ne plašite se da postavite dodatna pitanja ako niste sigurni šta da radite ili vam je potrebno pojašnjenje

3. Osobama sa oštećenjem govora

- Ukoliko ne razumete nešto što vam je osoba rekla, ne pretvarajte se da ste razumeli. Zamolite sagovornika/cu da vam ponovi šta je rekao/la i zatim i sami ponovite informaciju koju ste primili.
- Ukoliko imate poteškoća pri razumevanju osobe, uzite u obzir komunikaciju preko e maila, poruka i drugih alternativnih vidova komunikacije. Pre svega morate pitati osobu da li je to prihvatljivo.

- Koncentrišite se na ono što osoba govori i budite strpljivi. Izdvojte onoliko vremena koliko je potrebno.
- Ne pričajte u ime osobe niti pokušavajte da joj završite rečenice.
- Ne vičite i ne podižite ton glasa, osim ako niste za to zamoljeni.

4. Osobama intelektualnim teškoćama

- Pitajte osobu koji je najbolji način dalje komunikacije i ponudite opcije
- Budite spremni da ponovite i parafrazirate pitanja i odgovore.
- Pokušajte da postavljate pitanja koja iziskuju kratke odgovore.
- Budite skoncentrisani na ono što vam osoba govori i budite strpljivi.
- Izdvojte onoliko vremena koliko je potrebno.
- Ne pričajte u ime osobe niti pokušavajte da joj završite rečenice.
- Budite strpljivi, fleksibilni i podržavajući. Uzmite dovoljno vremena da bi razumeli osobu i pobrinuli se da osoba razume vas.
- Ponudite dodatno vreme za donošenje odluka. Sačekajte da osoba prihvati asistenciju. Ne ponašajte se prezaštitnički ni snishodljivo.

5. Osobama sa oštećenim sluhom

- Pobrinite se da uvek obraćate samoj osobi ne njenom prevodiocu, asistentu ili prijatelju
- Ponudite alternativne načine komunikacije kada prevodilac nije prisutan (npr. poruke) ili jednostavno pitajte samu osobu koji način komunikacije preferira.

Internet Izvor



**Ekumenska
Humanitarna
Organizacija**

Ćirila i Metodija 21,
21000 Novi Sad. Srbija

tel/fax: 021/466-588
021/469-616

office@ehons.org
www.ehons.org



Pretvaramo staro u novo



Da li biste voleli da vaša stara majica dobije novu upotrebnu vrednost, a da to ne bude krpa za ribanje? Ako je tako, pogledajte kako smo mi to u Radnoj sobi uspeali da uradimo, pretvorivši majicu u divnu maramu koja se može nositi u svakoj prilici.

1. Korak: uzimamo našu majicu i odsecamo joj deo ispod rukava, koji ćemo i koristiti za maramu (potrebno je iseći i porub na majici).

2. Korak: isečeni deo majice okrećemo uspravno i krećemo da sečemo na jednake trake (poželjno je da traka bude što uža). Ne sečemo skroz do vrha (ostavljamo bar dva prsta od gore).

3. Korak: svaku traku rastežemo, čime dobijamo još duže i tanje trake (zbog toga je potrebno da majica bude pamučna jer se pamuk fino rasteže).

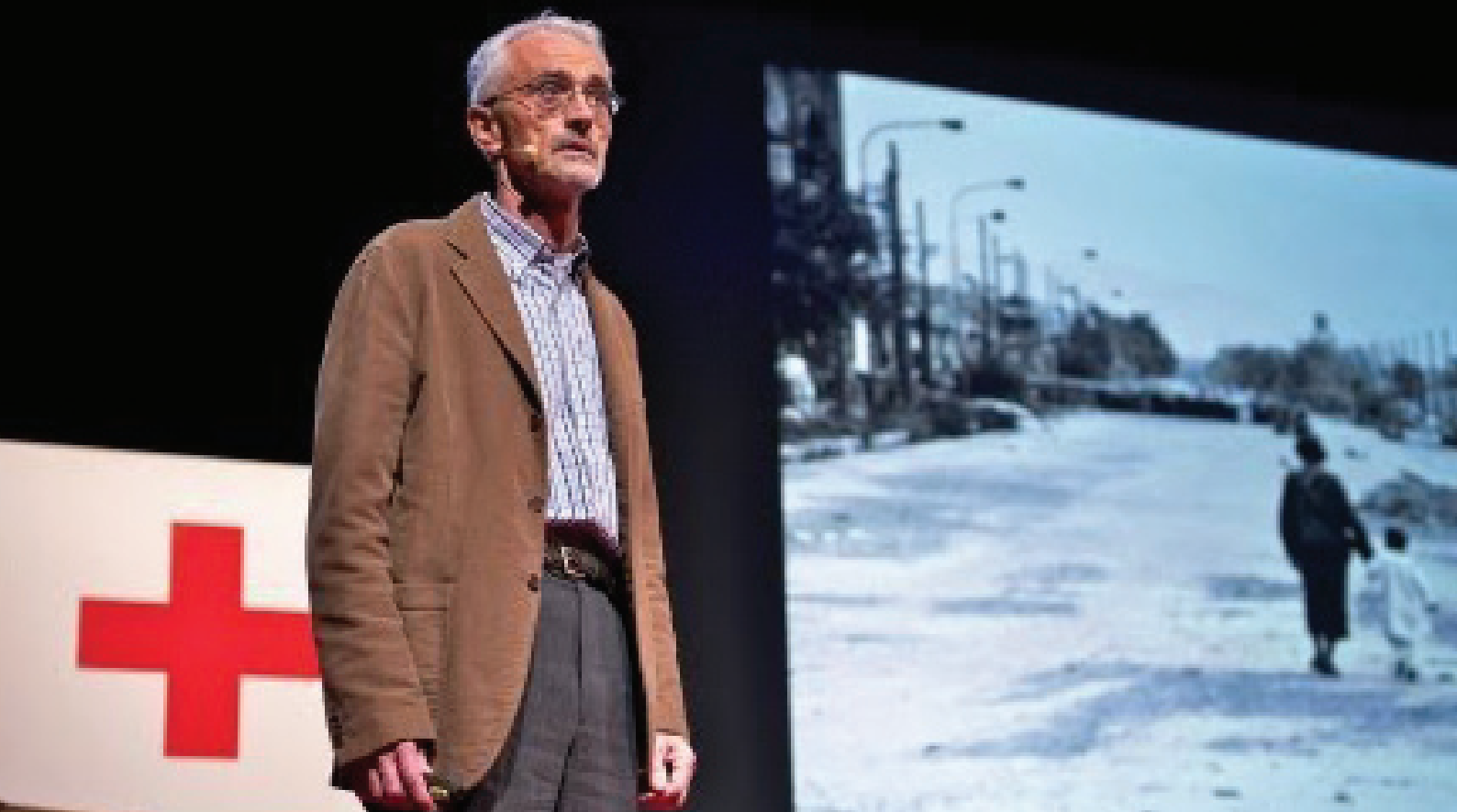
4. Korak: kada smo svaku traku rastegli, pažljivo uzimamo vrh koji povezuje sve trake i skupljamo ga da bismo dobili formu marame.

5. Korak: uzimamo parče trake (može se iskoristiti i deo majice koji smo odbacili) i obmotavamo je oko tog gornjeg kraja, da bismo sastavili sve trake.

I konačno, naša marama je završena i spremna za upotrebu!

Napomena: maramu možete ukrasiti još nekim detaljima, kao što su raznobojne perlice ili napravite pletenicu od traka, dodati joj neki broš... Budite kreativni!





NE POSTOJE OSTACI ČOVEKA

Ovo je još jedna priča i osoba u koju sam se zaljubila gledajući kratke klipove sa TED konferencija. Alberto Cairo, u središtu ove priče, je osoba koja radi za Crveni krst i kao fizioterapeut u firmi koje se bavi ortopedskim pomagalicama u Avganistanu. On je proveo 2 decenije u ovoj zemlji zahvaćenoj ratom, daleko od svoje rodne zemlje Italije. Procenjuje se da je pružio pomoć za preko 100.000 Avganistanaca koji su žrtve mina i drugih nesreća tako što im je pomogao da nauče da imaju snage da hodaju, ali, još važnije, da imaju snage da se nadaju. U zemlji gde osobe sa invaliditetom dobijaju sažaljenje ali ne i prava, Alberto je našao način da kroz mikro kredite, afirmativne akcije i podučavanje od kuće - obezbedi desetine hiljada poslova za osobe sa invaliditetom, kojima je vraćeno dostojanstvo i ponos.

Danas program na kome Alberto radi nudi osobama sa invaliditetom prvo fizičku rehabilitaciju pa zatim i socijalnu rehabilitaciju, međutim kada je počinjao da radi program je bio dosta jednostavniji, moglo bi se reći. U početku on je radio na programu koji je za

cilj imao da se osobama obezbede veštački udovi. Kako je rat u Avganistanu uzimao maha, fizička rehabilitacija je sve više bila skraćivana i pravljenje veštačkih udova nije bilo prioritet za državu. Na kraju je 1992. godine Ortopedski centar i zatvoren kada su Mudžahedini preuzeli ceo Avganistan, a Alberto je prerasporedjen na drugi posao.

Nakon jednog od napornih dana na novom poslu, Alberto je žurio da se vrati kući, kada je bomba pala nedaleko od njega. Svi ljudi su nestali sa ulice osim čoveka u kolicima i njegovog sina, koji je pokušavao iz petinih žila da gurne kolica na sigurnije mesto. Iako priznaje da nije osoba koja se može pohvaliti hrabrošću, Alberto je priskočio u pomoć. Izmoren, pitao je čoveka "Šta radite na ulici?!", i čovek mu je odgovorio da radi. Iako skeptičan šta bi uopšte ovakav čovek mogao da "radi", pitao ga je još jedno suludo pitanje: "Zašto ste u kolicima? Zašto ne koristite veštačke noge". Odgovor je i sam znao, Ortopedski centar je zatvoren. Ne razmišljajući mnogo ponudio je ovom čoveku da sutradan dodje ispred Ortopedskog centra gde će mu

napraviti i dati nove proteze. Čovek u kolicima - Mahmud i njegov sin-Rafi su se oprostili to veče sa Albertom.

Alberto je proveo to veče žaleći što ponudio uslugu za koju nije znao da li i kako može da je ostvari. Sam Centar je bio zatvoren, unutra niko nije radio, mašine su možda bile slomljene ili odnešene. Nije bilo nikoga ko bi to mogao da napravi. Sledećeg dana uputio se u Ortopedski centar sa nešto novca u džepu koji je planirao

je dolazilo. Mahmud se takodje lagano, lagano oporavljao. Na dan kada je Mahmud trebao da bude otpušten kući sa svojim novim protezama, nedaleko od Centra začula se pucnjava. Svi zajedno u panici su otrčali do skloništa. Tada je Rafi potpuno iznenadjeno primetio da njegov otac trči brže nego on. Mahmud je ponosno ponovo uzeo ulogu oca i obavestio svog sina da od sutradan kreće ponovo u školu. Mahmud i Rafi su to veče krenuli kući, hodajući jedan do



da da Mahmudu uz izvinjenje jer ipak ne može ništa za njega da se uradi. Kada je stigao tamo, Mahmud je već stigao...zajedno sa još dvadesetak ljudi poput njega. I nisu bili sami, na istom mestu okupili su se i bivši radnici Centra. Portir mu je ispričao kako ovi ljudi dolaze svaki dan da provere da li će se Centar otvoriti. Nakon malo ubedjivanja jedan od radnika Najmuddin ga je ubedio da kada su već tu, počnu bar da popravljaju proteze ljudima koji su došli. Mahmud, na žalost, nije mogao dobiti proteze. Noge su mu bile natečene, kolena ukočena i trebala mu je intezivna i duga priprema. Medjutim, tada je Alberto već rešio da više neće napuštati Centar. To veče je nazvao svoje šefove i slagao ih da će Centar početi da radi na svega par sati dnevno.

Najmuddin i Alberto su svaki dan vredno radili, koristeći svoje slobodno vreme i sve više ljudi

drugog, dok su ispred sebe gurali prazna kolica. Alberto kaže da je upravo tada shvatio fizička rehabilitacija mora biti prioritet i da ljudsko dostojanstvo ne može čekati da dodju bolja vremena. Od tog dana Centar se nikada više nije zatvorio. Mahmuda je sledeći put video tek za godinu dana, kada mu je trebala popravka proteze. Kroz kratko ćaskanje Albert je naslutio da Mahmuda nešto muči i da postoji nešto što mu želi reći. Nezadovoljstvo se naslućivalo izmedju redova. Posle kratkog ubedjivanja Mahmud je pognute glave sa velikim stidom rekao: "Naučili ste me da hodam. Puno vam hvala. Sada mi pomozite da više ne budem prosjak. Moja deca rastu. Stidim se. Ne želim da ih drugi učenici zezaju u školi." Alberto je počeo da razmišlja već o tome koliko novca ima u džepu, koji bi mogao da mu pokloni. To mu je bio najlakši način da se izvuče iz ove nelagodne situacije. Mahmud

mu je pročitao misli i opomenuo ga rekavši: “Ja tražim posao. Ja sam ostatak čoveka ali ako mi pomognete, spreman sam učiniti bilo šta, čak i ako budem morao da puzim po zemlji.” Alberto je bio očajan. Mislio je da je nemoguće

pri tom bilo kom dostupnom poslu. Počela je era afirmativne akcije. Ovakva politika bila je korisna za sve. Naravno, osobe koje su tu već radile imale su posao i svoje dostojanstvo ali i osobe koje su tek dolazile da se obučavaju su



naći posao za osobu bez nogu, sa jednom rukom, nepismenu i bez veština. Najmuddin je tada uskočio sa predlogom da počne da radi u stolariji jer im fali tamo radnik. Alberto je bio gotovo u neverici kada je čuo ovaj predlog, ali je Najmuddin nastavio da ga ubedjuje kako mogu vrlo lako da prilagode radnu klupu, nakovanj, uređaj za natezanje i tako dalje... Alberto je ostao sumnjičav. Verovao je da je okrutno ponuditi Mahmudu tako težak posao, za koji svi znaju da neće moći da ga radi. Najmuddin je bio u najmanju ruku uporan. Nakon nedelju dana rada, na opšte iznenađenje Mahmud je bio najbrži radnik na traci u stolariji. Proizvodnja je porasla za 20 posto. Mahmud je bio novi čovek. Izgledao je visok. Nije samo porastao sa nogama. Prvi korak bilo je njegovo vraćeno dostojanstvo. Uskoro su zapošljavali što više osoba sa invaliditetom što su mogli. Učeći ih

pretvarale svoje iznenađenje, kada bi videli da ih obučavaju same osobe sa invaliditetom, u nadu. Alberto danas kaže “Ostaci od ljudi ne postoje. Ljudi kao što su Mahmud su nosioci promena, a jednom kada otpočnete sa promenama, nema više stajanja.” Alberto i njegov tim zaista nisu stali sa zapošljavanjem osoba sa invaliditetom. Pokrenuti su projekti mikrofinansiranja, obrazovanja, obrazovanja od kuće za one koji ne mogu da pohađaju školu, terapije koja se sprovodi u kućama samih ljudi, sport za osobe u kolicima...

Alberto se nada da ovakvi modeli mogu i treba da se primene u drugim zemljama i da je sve što je potrebno je čuti ljude za koje radimo, učiniti ih njih delom procesa odlučivanja i pobrinuti se da se mi sami prilagodimo svemu tome.

Tamara Paroški



LIFEtool®
computer aided communication

Adresa: Hafenstraße 47-51,
4020 Linz, Austria

Tel/Fax: +43(0)732997056
+43(0)732997056-5201

Mail/Web: office@lifetool.at
www.lifetool.at



POZITIVNE MISLI, ČINE NAS JAČIM

„Onaj ko zna zbog čega živi, nije mu teško da živi “ Fridrih Niče

Kao članica Udruženja sa posledicom cerebralne i dečije paralize „Sunce“, dobila sam priliku da učestvujem na predavanjima u okviru projekta „Uključi se“ koji realizuje „Fondacija Prestolonaslednika Aleksandra II za obrazovanje“ u Kraljevskom dvoru. Cilj projekta je savladavanje ličnih i profesionalnih veština prilagođenih osobama sa invaliditetom. Grupu oko 40tak osoba sa invaliditetom vodi sjajan trener gospodin Dragan Vojvodić. Kroz njegova predavanja stičemo znanja i veštine iz oblasti motivacije, komunikacije, razgovora za posao...

Dosta slobodnog vremena provodim razmišljajući o predavanjima i porukama trenera. Nakon predavanja, posmatrajući stečena znanja iz mog ugla, najkorisnije su mi poučne poruke. Smatram da svi mi koji smo izgrađene i formirane ličnosti i imamo svoje stavove i uverenja, ipak treba da nastavimo da radimo na svom ličnom

i profesionalnom planu i dalje. Izdvojila bih za vas neke od zanimljivih i poučnih rečenice, koje su nama u „Predsedničkom klubu“ vrlo poznate:

- „Kada se osećam loše svet mi izgleda loše“
- „Odgovornost nas čini čovekom“
- „Ono što je lako to može svako, a što može svako to nije za mene“
- „Kad imamo cilj lakše podnosimo patnju“
- „Svet pripada onome ko mu se nametne“
- „Ako se čovek zaista bavi problemom naći će rešenje“

Želela bih da svoja isustva sa ove edukacije, prenesem drugima kroz svoje radionice, tribine, tekstove...Verujem da nas pozitivne misli, čine jačim!

Jelena Radović

Pravna služba Resursnog centra za osobe sa invaliditetom

Sva pitanja u vezi sa pravima osoba sa invaliditetom, možete postaviti našem timu pravnika koji će se potruditi da vam odgovore u što kraćem roku.

Pitanja možete postaviti putem telefona na broj 062/469-650, preko našeg sajta <http://resursnicentar.ehons.org> ili poslati na mail: infores@ehons.org





Pravo mladih sa oštećenim sluhom na slobodan izbor buduće profesije

Fijuk vetra. Kapi kiše. Šapat. Cvrkut ptica. Taktovi muzičkih kompozicija. Talasi vode... Jeste li se ikada zapitali da sve ovo kao i još mnoštvo drugih zvukova, čovekovo uho uspeva da registruje, prepozna i prenese do našeg mozga? Verovatno ne, jer mnogima od nas, sposobnost da čujemo nije novina već jedna podrazumevajuća kategorija o kojoj gotovo nikada ne razmišljamo kao o daru ili značajnoj vezi sa spoljašnjim svetom. A da li nekada razmišljamo o onima kojima ta mogućnost nije data ili o tome koliko nedostatak sluha, utiče na njihovo profesionalno usmerenje?

Kada govorimo o informacijama o spoljašnjem svetu kao i sopstvenom telu, potrebno je reći da ih čovek dobija preko senzornih sistema koji te informacije prenose do centralnog nervnog sistema gde se vrši analiza primljenih senzacija. Značaj auditivnih senzacija je veoma veliki i o tome slikovito govori činjenica da čovek za samo par časova primi preko nekoliko hiljada vidnih podražaja i preko petnaest hiljada slušnih senzacija. Pretpostavlja se i da čovek prima oko 20% svih informacija preko čula sluha, a zajedno sa čulom vida taj procenat se penje i na 50%-70% što nam zapravo govori da skoro 2/3 svojih utisaka o spoljnom svetu čovek stiže

zajedničkom interakcijom ova dva čula.

Predstavljam vam kratak pregled istraživanja čiji se predmet odnosio se na povezanost odabranog zanimanja sa obrazovnim i radnim aspiracijama (željama) učenika sa senzornim teškoćama odnosno sa oštećenim sluhom. Cilj istraživanja je bio da se utvrdi da li su aktuelna profesionalna usmerenja učenika sa oštećenim sluhom u skladu sa njihovim željama (vrsta i nivo obrazovanja). Uzorak ovog istraživanja bile su osobe od 17 do 32 godine, čime se taj uzorak smatrao prigodnim iz razloga što su bile obuhvaćene osobe koje su još uvek u obrazovnom sistemu, one koje su u bliskoj prošlosti završile kao i one osobe koje se svoje školovanje odavno završile i već su u određenom radnom odnosu. Posebno je važno istaći da su populaciju istraživanja činile osobe koje su članovi saveza gluvih i nagluvih Vojvodine kao i korisnici „Resursnog centra OSI“, Ekumenske humanitarne organizacije u Novom Sadu, kojima se ovom prilikom svesrdno zahvaljujem na saradnji i ukazanom poverenju, a pre svega B. Prodanović koja je umnogome pomogla realizovanju ovog istraživanja. Na osnovu dobijenih rezultata i hipoteza koje smo dokazali, došli smo do zaključka da je opšta, glavna



hipoteza, da osobe sa senzornim oštećenjem nisu profesionalno usmerene u skladu sa njihovim aspiracijama, potvrđena. Podatak koji govori tome u prilog je 70% ispitanika koji nisu prošli kroz program profesionalne orijentacije i veliki broj nezadovoljnih ispitanika školom koju su završili (57,5% je dalo odgovor da nije zadovoljno školom koju je završilo). Dakle, podrška od strane stručnih lica, uglavnom ne postoji i samim tim na to ukazuje da su osobe sa oštećenim sluhom u velikoj meri neusmerene profesionalno, frustrirani zbog neostvarenja obrazovnih aspiracija što je dalo dobru podlogu i za sprovedene psiholoških istraživanja. Razmatranja ovih problema sa strane pedagoške nauke i humanističkih osnova, mogu biti deo jedne velike rasprave koju je potrebno voditi sa različitim aspektima, jer postoje različiti odgovori na pitanje srži izloženih, uvidenih problema.

Osobama sa oštećenim sluhom, iako nije oštećena intelektualna sfera, pa čak ni fizička, ne omogućava se da se uključe u redovan obrazovni sistem. Svakako je to da postoje različita mišljenja pri čemu neka od njih govore o lošim posledicama koje se mogu dogoditi ovim osobama ukoliko se uključe u redovan školski sistem. Svakako da su u tome potkrepljeni stavovi koji su na naučnoj osnovi, međutim, pojavom inkluzije došlo se do razmatranja pozitivnih posledica koje bi osobe sa oštećenim sluhom mogle da dobiju uključivanjem u redovne osnovne i srednje škole. S obzirom na to da inkluzivni sistem i celokupni program, podrazumevaju uključivanje svih subjekata detetove okoline (od porodice, preko stručnih lica koja čine pedagozi, psiholozi, socijalni radnici, defektolozi, pa sve do nastavnika i dece koja pripadaju redovnoj populaciji), potrebne su krucijalne promene kako bi se došlo do rešenja problema koje se tiče obrazovanja osoba sa oštećenim sluhom. Nezadovoljstvo upisanim srednjim školama, ostavljaju trajne posledice na celokupni razvoj ličnosti a samim tim i fluktuaciju radnih mesta koja su predviđena da se osobe oštećenog sluha opredeljuju za njih. Prema humanističkim tendencijama, koje su ujedno i polazište ovog istraživanja, značajan je podatak da se u obrazovanju mora poći od potencijala i želja svih učenika individualno. Iako bi to predstavilo značajne, korenite i velike promene, one bi itekako dale jednu novu konotaciju samom vaspitno-obrazovnom

sistemu naše zemlje. Decenijama unazad ustaljena je praksa koja podrazumeva da se u specijalnim školama za osobe sa oštećenim sluhom nudi samo par smerova koji su usko usmereni na praktično osposobljavanje ovih osoba. Dakle, ukoliko bih se i složila sa strujom koja smatra da je za ovu decu ipak dobro da ostanu u svom okruženju kako bi se njihov razvitak pratio i podsticao specijalnim metodama i načinima rada, onda je potrebno iz korena menjati obrazovni sistem, odnosno plan i program specijalnih škola i uvesti veliki broj novina, a pre svega širok spektar zanimanja za koja bi se mogla odlučivati ova deca. Svođenje školovanja dece sa oštećenim sluhom samo na nekoliko profesionalnih segmenata, ne može biti okarakterisano kao podsticanje ovih osoba u njihovom radu i razvoju. Dakle, uočava se višestruki problem koji se prosto mora početi rešavati postepeno.

Bez obzira sto je problem sa kojom se susreću osobe oštećenog sluha specifične prirode, to ne sme biti prepreka u njihovom profesionalnom ostvarivanju ukoliko aspiracije za tako nešto postoje! Deca oštećenog sluha moraju biti uključena već u predškolski obrazovni sistem kako bi se što ranije počelo sa njihovom integracijom u društveni sistem i kako bi se stvorila baza za njihovim daljim usmerenjem u obrazovnom smislu. Ono čemu se oni i njihove porodice već dugi niz godina bore i nadaju, jeste nova reforma obrazovnog sistema i zakona o obrazovanju, koja bi im omogućila ravnopravno učešće u svetu učenja i ostvarenju snova i ciljeva, a ja se nadam da ću bar malim delom uspeti da probudim interesovanje za ovim problemom, za njegovim daljim ispitivanjem i naravno, budućim razrešenjem...

Sabina Fazlijević,
master pedagogije



JELENA RADOVIĆ
PRAVNO-SAVETODAVNA RADIONICA
„POKAŽI MI PRAVNI PUT“
jecika.radovic970@gmail.com



RADIONICA ZA OSOBE SA INVALIDITETOM I NJIHOVE PORODICE

„POKAŽI MI PRAVNI PUT“

Pravno-savetodavna radionica

Pravno - savetodavna radionica „Pokaži mi pravni put“, Udruženja građana sa posledicom dečije cerebralne paralize «Sunce», postoji od jula 2010. „Hoću da znam svoja prava“ je naziv naših radionica. Hrabro smo zakoračili u svet svojih prava. Upoznajemo naše članove i njihove porodice sa našim osnovnim pravima i zajedno sa njima tražimo načine pri rašavanju važnih pitanja za osobe sa invaliditetom. Kako mi to radimo? Pružamo pravne savete, prosleđujemo najnovije informacije koje su značajne za osobe sa invaliditetom. Učestvujemo na raznim seminarima, tribinama i projektima koji su posvećeni borbi o boljem položaju OSI a naročito osobama sa posledicom cerebralne paralize. Put koji krčimo nije jednostavan, često nailazimo na prepreke ili predrasude u društvu. Jedan od koraka radionice jeste da se kroz lično iskustvo ohrabrimo, pričamo o našim problemima,

stavovima, iznosimo ideje. Često vodimo individualne razgovore gde imamo otvorenost, poverenje, zainteresovanost za saradnju. Veliku pažnju poklanjamo novinarstvu, objavljujemo razne članke, tekstove koji su posvećeni osobama sa invaliditetom. Kroz njih promoviramo naš rad i ukazujemo na naše svakodnevne prepreke sa kojima se suočavamo. Na osnovu održanih tribina «Ne dozvoli da ti kolica budu prepreka za snove» zaključili smo da je naša želja da kroz rad radionice motiviramo sve naše članove da veruju u svoje snove, kao i da damo podršku njihovim porodicama. Pište nam i tražite našu podršku, naš mejl je:

Jecika.radovic970@gmail.com

sunce.radovic@gmail.com

Kontakt telefon: 060 / 530 18 82

Kontakt osoba: Jelena Radović