

NOVA  
ZONA

# LINKLER

Časopis Resursnog centra za osobe sa invaliditetom Ekumenske humanitarne organizacije; broj 12; besplatan primerak; Septembar 2013



**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 Gačić

**Saradnici:**  
Jelena Radović, Dragana Gvozdenović,  
Milesa Milinković, Darja Kostić, Katarina Majkić,

**Lektor:**  
Dragana Stanković Gačić

**Dizajn, priprema**  
Gabor Nemet

**Štampa:**  
EHO-Print

**Elektronsko Izdanje**

## SADRŽAJ

UHVATI SA MNOM OVAJ DAN!	2
KAKO SAM POSTAO UMETNIK	3
POVEŽITE SE S DETETOM KROZ IGRU	6
ŽENE SA INVALIDITETOM I ZDRAVSTVENA ZAŠTITA	8
U SUSRET ŽIVOTU	9
TKANJE	10
ŠTA JE SAMOSTALAN ŽIVOT U MOJIM OČIMA	11
RECEPTI IZ RADNE SOBE	13



## Umesto Uvodna

**P**red vama je jesenje izdanje časopisa Linker, zanimljive teme i događaji, pozivi na akcije, pozivi za rad na sebi, jer ljudi imaju tu sreću da mogu da uče dok su živi. Za početak, predstavljamo vam 11. Filmski festival „Uхвати sa mnom ovaj dan!“ koji nosi nove nesvakidašnje i glavne likove, a koje glume osobe sa invaliditetom. Oni su plesači, glumci, umetnici, muzičari, aktivisti...

Pročitajte intervju sa momkom kojeg invaliditet nikada nije sprečavao da postiže uspehe, pa čak i da pokrene sopstveni biznis i napravi prepoznatljiv brend predmeta od kože, njegovi saveti su nam svima dragoceni. Koliko je svet igre značajan za svu decu, pa tako i za decu sa invaliditetom, saznajte od stručnjakinje koja se bavi terapijom igre, i koja nam je istakla sve prednosti i značaj igre za socio-emocionalni razvoj. Igra je više od vremena koje je kvalitetno provedeno s detetom, igra je više od komunikacije,

igra je baza u okviru koje se uspostavlja sigurna veza između deteta i roditelja. Kvalitetna zdravstvena zaštita mora biti dostupna svim ženama sa invaliditetom, bez obzira na društveni status ili vrstu invaliditeta, posvetili smo pažnju ovoj temi. Pozivamo vas da se pridružite humanitarnoj akciji „U susret životu“ i omogućite život ljudima kojima je transplantacija organa jedina nada. Otkrijte čarobni svet tkanja i sve što možete sami sebi da napravite: šal, pončo, suknju, prsluk...

Jelena Radović koristi usluge Personalnog asistenta godinama i želi da подели sa vama kako izgleda njihov odnos, očekivanja, svakodnevnica...

Za sam kraj delimo sa vama jedan zdrav i brz recept za ručak sa kursa kuvanja iz Radne sobe.

Uživajte!



FILMSKI FESTIVAL

**„UHVATI SA MNOM OVAJ DAN!“**

FESTIVAL FILMOVA KOJI MENJAJU PERSPEKTIVU

Kažu da film govori više od hiljadu reči. Film reflektuje stvarnost, kritički je sagledava i pruža sliku jedne alternativne, bolje stvarnosti. Film govori o ljudima, o društvenim pojavama i fenomenima. Obratimo li pažnju na igrane filmove koje svakodnevno gledamo, ne možemo a da ne primetimo da osoba sa invaliditetom skoro i da nema. Ako su u nekim značajnijim ulogama, neretko su prikazani kao zli, kao prosjaci, kao osobe koje pate od depresije zbog svog invaliditeta. Glavni akteri drama, ljubavnih-romantičnih filmova nikada nisu i osobe sa invaliditetom. Obratimo li pažnju na dokumentarne filmove i druge emisije, ne možemo a da ne primetimo da su osobe sa invaliditetom uglavnom prikazane kao nemoćne, pasivne, kao oni koji traže pomoć i milostinju „humanih“ ljudi. I upravo, zbog ovakvih prikazivanja osoba sa invaliditetom u medijima, ljudi formiraju mišljenje o osobama sa invaliditetom koje nije realno. U svakodnevnom životu, osobe sa invaliditetom se suočavaju sa problemima proisteklim iz predrasuda, neznanja, socijalne distance. Pri tom, ne srećemo se samo sa negativnim predrasudama koje idu u smeru da smo kao osobe sa invaliditetom nesposobni, pasivni, nepoželjni (za kolegu, intimnog partnera, roditelja) već i one predrasude kad nas okolina doživljava kao superjunake, prepametne, preuporne, borce i slično. A svaka nerealna slika i generalizovanje negativno se odražava na mogućnosti osobe sa invaliditetom da živi kvalitetnim, ispunjenim životom. Zbog toga se u Kulturnom centru Novog Sada već 11. put realizuje Filmski festival „Uhvati sa mnom ovaj dan!“ koji ima za cilj da pruži jednu drugačiju perspektivu pogleda na invalidnost. Festival realizuje „Kreativno afirmativna organizacija Parnas“ uz podršku niza organizacija, među kojima je i EHO.

Jednom je jedna posetiteljka Festivala podelila sa nama da je dolazeći na projekcije očekivala još jednu sažaljivu priču o osobama sa invaliditetom a da je zapravo izašla iz biokopske sale sa drugačijom perspektivom sagledavanja invalidnosti. Filmovi su svake godine sve



bolji. Pri tom, ne mislimo samo na umetnički -filmski aspekt, već na adekvatan prikaz osoba sa invaliditetom i invalidnosti. Iako su akteri uglavnom osobe sa invaliditetom, oni/e često ni ne govore samo o izazovima sa kojima se sreću kao osobe sa invaliditetom već i o nekim drugim aspektima svog života i to je ono što čini da filmovi deluju zanimljivo, osvežavajuće, motivišuće pa čak i zabavno. Festival je namenjen svima i svi programi su besplatni. Ove godine videćemo filmove o ljudima koji se bave glumom, plesom (različitim vrstama plesa), nesvakidašnjim sportom, muzikom, poezijom, aktivizmom...

Osim filmova koji će se ove godine prikazivati od 25.-29. septembra, Festival nudi i bogat prateći program: filmske radionice, izložbu fotografija, tribine sa autorima/akterima, predstavnicima institucija i organizacija, sa aktivistima/aktivistkinjama, sa umetnicima/cama. Na Festivalu će biti izloženi i radovi osoba sa invaliditetom nastali u okviru Rersursnog centra za osobe sa invaliditetom, EHO.

***Više o samom festivalu, istorijatu, o programu možete pročitati na sajtu festivala <http://sr.uhvatifilm.org/>***

Milesa Milinković

# KAKO SAM POSTAO UMETNIK

Redakcija Linkera imala je prilike da obavi Rintervju sa Zoltanom Vargom, koji je trnovitim putem došao do cilja i bez obzira na svoj invaliditet, uspeo da napravi sopstveni prepoznatljiv brend proizvoda od kože. Zoltan, inače poreklom iz Vrbasa, sada živi i radi u Beogradu i ima sopstveni biznis koji je i dalje u usponu.

## 1. ZOLIKA RECI NAM UKRATKO NEŠTO O SEBI? KOJU ŠKOLU SI ZAVRŠIO?

Rođen sam u Vrbasu, tačnije u Starom Vrbasu pre trideset dve godine. Iako mi je na rođenju ustanovljena dijagnoza teškog oblika cerebralne paralize, bio sam veoma živahan i radoznao. Stalno sam dovlačio neke životinje kući i mama je ludela od toga, pogotovu kada donesem zmiju koja se izgubi negde u dvorištu. Kao mali, obožavao sam kutije i točkove i stalno sam pravio neke skalamerije od njih. Osnovnu školu sam završio u Vrbasu i iako je bilo mnogo prepreka, roditelji i drugovi su me podržavali sve vreme i pomagali mi. Imam puno lepih sećanja na osnovnu školu. Sa druge strane, srednju školu mi nisu dozvolili da upišem, jer „nisu mogli da preuzmu odgovornost za mene“. Tako da sam tek kasnije mogao da upišem srednju školu za dizajn kože u Beogradu. Danas je sve to ipak mnogo drugačije i mislim da svako treba da iskoristi mogućnost da se školuje.

## 2. NA KOJI NAČIN I OD KOGA STICAO ZNANJA I VEŠTINE O ZANATU KOJIM SE TRENUTNO BAVIŠ?

Kao što sam već pomenuo, stalno sam nešto petljao po dvorištu i kući i oduvek su me zanimali različiti zanati. Zapravo sam želeo da postanem automehaničar, ali su mi rekli da to ne mogu i da jedino što mogu jeste da budem obučar. Ja sam tada imao samo 14 godina, pa je moja mama pitala jednog lokalnog obučara da li bih ja mogao da mu budem šegrt. Mada sam u početku negodovao zbog ovog izbora, zavoleo sam ovaj zanat od prvog susreta sa njim. Išao sam kod tog majstora nekoliko meseci, a onda sam nastavio da se sam usavršavam u radionici u svom dvorištu. Trebalo mi je nekoliko godina da se osetim sigurno u obučarskom poslu. Obradom kože sam intenzivnije počeo da se bavim tek pre nekoliko godina i tu su se spojile moja zanatska veština i interesovanje za umetnost.



### 3. KOJI SU TVOJI PRVI POSLOVI, KADA SI POČEO DA ZARADJUJEŠ?

Bilo je to od obučarskog zanata. Sećam se da sam pozajmio novac od mame da kupim prvi materijal i da sam joj ubrzo to vratio. Rano sam izgubio oca i mama je ostala u teškoj finasijskoj situaciji, samnom i sa bratom, i bez posla koji je morala da napusti da bi vodila računa o meni. Bio sam ponosan što mogu da zaradim i da doprinesem kućnom budžetu.

### 4. DA LI TI JE INVALIDITET BIO PREPREKA U KARIJERI I KO TI JE BIO NAJVEĆA PODRŠKA ?

Možda je neočekivano, ali na neki način mi je moja dijagnoza omogućila da budem ovde gde sam danas. Često pomislim šta bi bilo samnom da nisam tako rano bio u situaciji da se snalazim i da preuzimam odgovornost za svoj život. Drugo, posao kojim se trenutno bavim je veoma kreativan i u njemu uživam, što je više nego što velika većina ljudi može da kaže za posao koji radi. Moram da napomenem da je podrška roditelja, na prvom mestu mame Lenke bila najvažniji oslonac i podsticaj u razvoju. Lekari su mojim roditeljima rekli da neću moći ni da se pomerim, nisam imao ni jedna funkcioanlni ekstremitet. Kako bi me postavile da ležim, jer nisam mogao da sedim, ja se ne bih mogao pomeriti. Ali moja mama nije htela da pristane na to tako lako. Mama je vežbala samnom svaki dan i to je bilo naporno ne samo za nas nego i za ceo komšiluk, jer sam se ja vrištao od bola. Rezultat toga, bio je da sam ubrzo počeo da puzim i tada sam se uključio i u igru sa drugom decom iz ulice, a sa sedam godina sam - prohodao! Ključno je bilo to što sam neprekidno sebi zadavao ciljeve koji su u tom trenutku bili malo iznad mojih mogućnosti. Ostvarivajući te ciljeve, ja sam napredovao.

### 5. KAKO SE ZOVE TVOJA FIRMA DANAS, GDE SE NALAZI I KOLIKO JE DANAS TEŠKO IMATI SOPSTVENI BIZNIS?

Moja supruga i ja imamo zajednički posao, radionicu za izradu aksesoara i cipela iz koje je proizašao brend „Zolika“. Registrovani smo u Vrbasu, ali smo kompletnu radionicu preneli u Beograd, odakle je moja supruga. Takva je situacija, da je Beograd jedino tržište za ovakvu proizvodnju u Srbiji i svakako nam je mnogo lakše i zbog posla i zbog drugih planova i obaveza da živimo u Beogradu. Kao što kažu, svaki početak je težak, a sigurno je da je i danas posebno teško,



samo što mi verujemo da nam to neće biti prepreka ka velikom uspehu.

## 6. GDE PRONALAZIŠ INSPIRACIJU ZA NOVE MODELE?

Kada smo počinjali sa ZOLIKOM, nismo imali ni jedan konkretan uzor, već smo se rukovodili time šta nedostaje na tržištu i koju bi tržišnu nišu bismo mogli da zauzmemo. Sada mnogo više pratimo šta rade drugi, ali ostajemo pri tome da želimo da radimo nešto što drugi ne rade. Nadamo se da u tome i uspevamo.

## 7. ŠTA JE KARAKTERISTIČNO ZA TVOJ BREND, PO ČEMU SE IZDVAJA OD DRUGIH?

Mi proizvodimo svedene aksesoare na kojima ne piše ništa, na kojima ništa ne zvecka i koji su izrađeni od velikih komada kože, bez ukrasnih i suvišnih štepova. Uspeli smo da budemo prepoznati upravo na taj način, mada je bilo komentara tipa: "Šta je ovo, nema ništa" ili "Fali vam nešto". Ipak, češće se dešavalo se da nam isti ljudi koji su rekli da im se naši proizvodi ne dopadaju, posle nekog vremena kažu da je to što radimo zapravo sjajno.

## 8. ŠTA RADIŠ U SLOBODNO VREME IMAŠ LI NEKI HOBI?

Ne znam da li bi to nazvao hobijem, to je pre moj drugi poziv. Slikam već godinama, izlagao sam i na samostalnim i na grupnim izložbama, a sada se spremem i da tu svoju strast i formalno potvrdim i usavršim na fakultetu.

## 9. KOJI SU TVOJI PLANOVI ZA BUDUĆNOST ?

Radimo na tome da proizvodnju ZOLIKE maksimalno usavršimo i razvijemo proizvodnju cipela. Kao i sa našim drugim proizvodima, biće to cipele kakvih nema na našem tržištu.

## 10. ŠTA BI PORUČIO DRUGIMA KOJI SU NESIGURNI DA POKRENU SOPSTVENI BIZNIS, POSEBNO OSOBAMA SA INVALIDITETOM?

Smatram da je to nešto oko čega svako mora da donese sam odluku, a ukoliko je donese, da mora da se naoruža istrajnošću i strpljenjem. Sopstveni posao zahteva vašu koncentraciju i snagu 24 sata dnevno i puno puno odricanja. Morate biti načisto da li ste spremni da se odreknete gledanja TV-a i fejsbuka i još važnije, samosažaljenja i okrivljivanja drugih i opšte situacije. Po meni, to je preduslov za bilo kakav napredak u životu, jer svaki napredak iziskuje naš sopstevni trud, na prvom mestu.



**„Sopstveni posao zahteva vašu koncentraciju i snagu 24 sata dnevno i puno puno odricanja. Morate biti načisto da li ste spremni da se odreknete gledanja TV-a i fejsbuka i još važnije, samosažaljenja i okrivljivanja drugih i opšte situacije. Po meni, to je preduslov za bilo kakav napredak u životu, jer svaki napredak iziskuje naš sopstevni trud, na prvom mestu“.**



povežite se s detetom kroz igru

# Zakorađite se u Svet igre Uvek ćete naći Svoje mesto“



Normalizacija odnosa u porodici, čiji je član dete sa invaliditeom, pored ostalog, ogleda se i u tome da roditelj kroz igru doživljava svoje dete baš kao i svako drugo dete, da ne stavlja u prvi plan detetov invaliditet. Značajno je da se roditelj fokusira na detetove potencijale, a ne na deficite i da podstiče njegove kapacitete za igru. Igre edukativnog tipa, u kojima roditelj zauzima ulogu učitelja, a dete je pod pritiskom da li će to nešto uspeti da izvede ili ponovi, nisu najadekvatnije za izgradnju pravilnog odnosa roditelj-dete. Sve one igre, koje nemaju jasan cilj i na prvi pogled deluju besmisleno, kao što su npr. prevrtanje po krevetu uz vrisku i smeh (naravno, ukoliko dete u skladu sa svojim fizičkim mogućnostima može da ih praktikuje) imaju veći značaj na socio-emocionalni razvoj deteta, upravo zbog osećaja prijatnosti i radosti, nego neka druga didaktička igra. Zato, roditelji, nije vam potrebno puno znanja ni veština da biste se igrali sa svojim detetom. Opustite se i dozvolite detetu da vas uvuče u svoj čarobni svet igre.

Igra je stara koliko i čovek i ne postoji ni jedna civilizacija na planeti, u kojoj se deca ne igraju. Ne postoji dete koje je rođeno bez sposobnosti za igru. Kroz igru učimo, razvijamo se, opuštamo, stupamo u interakciju sa drugim ljudima, upoznajemo, ne samo svet koji nas okružuje, već i sebe samog. Fenomenom igre razni mislioci bavili su se kroz vekove pokušavajući da je definišu i prodru u njenu suštinu. Još od antičkih filozofa, poput Heraklita i Platona, koji su prepoznali značaj igre u dečjem razvoju, ova tematika je neprekidno aktuelna, a u današnje vreme, sve više zaokuplja i savremene istraživače. Kada značaj igre posmatramo kroz porodične odnose, igra je više od vremena

koje je kvalitetno provedeno s detetom, igra je više od komunikacije, igra je baza u okviru koje se uspostavlja sigurna veza između deteta i roditelja. Mnoga istraživanja, godinama u nazad, potvrđivala su da emocionalni razvoj deteta, bez obzira da li je dete tipično ili sa invaliditetom, kreće od prvih meseci i godina detetovog života. Ovo u velikoj meri zavisi upravo od kvaliteta odnosa, tj. vrste vezanosti koju dete uspostavlja sa roditeljem/starateljem. Najčešće majka, ali neretko i neka druga osoba, koja se najviše i najadekvatnije bavi brigom o detetu, a ponajviše zadovoljavanjem njegovih psiholoških potreba, (npr. dosledno se odaziva na detetov plač), ima značajnu ulogu u socio-emocionalnom razvoju deteta. Za povezivanje s detetom kroz igru, čak i kada je dete odraslo, nikada nije kasno.

U današnje vreme se mnogi modaliteti terapije igrom (play therapy), kao što su npr. Filial play therapy, Theraplay, Dynamic family play therapy, Child centered play therapy, upravo bave učenjem i osnaživanjem roditelja kako da kroz igru izgradjuju adekvatan odnos sa svojim detetom. Bez obzira na to da li je dete sa teškoćama u razvoju, problemima u ponašanju, dete koje je preživelo traumu, zlostavljano dete i sl., veliki napredak u njegovom razvoju se uočava kada se roditelj kroz igru povezuje sa detetom. Taj odnos, koji se na ovaj način gradi, mora u sebi sadržati poruke: "Ja te bezuslovno prihvatam takvog kakav jesi", "Ti si važan", "Ti si vredan ljubavi", "Ti pripadaš" i dr. Ove poruke će najlakše dopreti do njega upravo kroz zajedničku igru koje dete inicira, a roditelj ga prati. Reflektovanje detetovih osećanja koja uočavamo tokom igre, bez procenjivanja,

osude, omalovažavanja, ima lekovit učinak na dete i šalje mu, takođe, još jednu veoma važnu poruku "Tvoje potrebe i tvoja osećanja su prepoznata, ja ih razumem".

Ceo detetov svet je protkan izazovima koje različiti tipovi igre postavljaju pred njega. Da li su u pitanju igre isprobavanja sopstvenih moći (motoričke aktivnosti, intelektualne aktivnosti, stvaralačke aktivnosti), simbolička igra, imitativna igra, igra uloga, ili uključivanje u vršnjačku igru i dr., dakle, igrajući se samo ili sa drugima, dete proširuje svoja iskustva. Ono stupa u različite vrste interakcije, uči nešto o sebi, ali i pokušava da objasni pojave koje u realnosti doživljava i potrebno mu je vreme da ih shvati. Kada dete želi da se osami i da se igra samo, nije potrebno prekidati ga. U redu je da ima potrebu za takvom vrstom igre, ona ima svoju logiku i ne mora da znači da se sa detetom nešto neobično dešava. Ali, kada pozove roditelje da se poigraju zajedno, kad god je to moguće, treba mu izaći u susret u ovom zahtevu. Dozvoliti detetu da bude vođa u igri, da ono bude to koje određuje pravila, a mi ga sledimo, je od neprocenjive važnosti za njegov razvoj. U realnom detetovom životu ono sledi uputstva roditelja i drugih odraslih, prinudjeno je da se povinuje pravilima koje oni određuju. Prihvatanje tih pravila svakako jeste deo procesa socijalizacije, ali svako dete, pa i dete sa teškoćama, ima pravo da gradi, bar na trenutke, samo svoj svet, u kojem ono određuje pravila i kojim gospodari. To je svet koji će putem mašte da kreira baš onako kako ono želi i oseća, a za promenu će odrasli da ga sledi u tome. Vreme dok se igra, je jedino vreme kada ono ne mora da se uklapa u svet odraslih, to su minuti koji ga opuštaju, što na dete ima lekovit učinak. Neki roditelji se veoma

spontano odazivaju na detetov poziv za igru i iskreno uživaju u tom procesu. Medjutim, nekim roditeljima je potrebna podrška stručnjaka kako da prepoznaju i odgovore na detetov poziv za igru, kako da se uključe na što spontaniji način. Danas u svetu postoje razni programi i treninzi namenjeni roditeljima sa ciljem da se osnaže i nauče kako da kroz igru razvijaju adekvatan odnos i pruže detetu vrstu podrške koja mu je potrebna. Roditelji uče kako da budu što kreativniji, spontaniji, a ponekad, u zavisnosti od situacije, npr. kako da koriste neke materijale za poboljšanje fizičke interakcije, kao što su ćebe, jastuk, plišane igračke, veliki papir za crtanje, ginjol lutke i sl. Takođe, pristup kojim se bavi Child centered play therapy jeste osnaživanje roditelja u cilju razvijanja veština za uspostavljanje emocionalne konekcije sa detetom. Roditelji se obučavaju da budu senzitivniji prema emocionalnom svetu svog deteta, da razumeju detetove potrebe, da steknu uvid u sebe u odnosu na svoje dete, da ga ohrabre u ličnom pravcu koje je dete samo za sebe izabralo. Bez obzira da li se roditelji obratili stručnjaku za sticanje svih ovih veština povezivanja s detetom kroz igru, ili pronadju dete u sebi i spontano se predaju zajedničkoj igri, ako slede detetovo vođstvo i prepustaju se uživanju na obostrano zadovoljstvo, svakako ne mogu da pogreše.



**Katarina Majkić,**  
*pedagog i praktikant  
tehnika nedirektivne  
terapije igrom u radu sa  
decom i roditeljima (Child  
centered play therapy)  
Savetovalište za porodicu,  
PU "Radosno detinjstvo",  
Novi Sad*

## RESURSNII CENTAR ZA OSOBE SA INVALIDITETOM

EKUMENSKE HUMANITARNE ORGANIZACIJE



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



Ekumenska  
Humanitarna  
Organizacija

[www.ehons.org](http://www.ehons.org)

<http://resursnicentar.ehons.org>

DOBRODOŠLI STE SVAKIM RADNIM DANOM OD 8 - 15 h



# ŽENE SA INVALIDITETOM I ZDRAVSTVENA ZAŠTITA



Devojkama i ženama sa invaliditetom za uključivanje u sve sfere života neophodan je pristup obrazovanju, zaposlenju i servisima podrške. Isto tako, žene sa invaliditetom imaju pravo na dobro zdravlje, koje zavisi od pristupa informacijama i servisima za prevenciju i lečenje zdravstvenih problema. Žena sa invaliditetom može da se kreće, da vidi, da čuje, da govori, da uči i da razume, ali na drugačiji način od žene bez invaliditeta. Prihvatanje sopstvenih ograničenja je redovan deo njenog života. Uprkos mogućnostima svaka žena nađe rešenje za probleme koje im donosi invaliditet. Pogrešan stav i mišljenje šta žena sa invaliditetom može ili ne može da uradi, može je sprečiti da živi normalnim životom. Stereotipi i predrasude povećavaju njen invaliditet. Oni stvaraju barijere do ispunjenja punog društvenog života. Žene sa invaliditetom imaju pravo da budu zdrave i da imaju pristup kvalitetnoj primarnoj zaštiti. Pravovremena zdravstvena zaštita, takođe, sprečava druge zdravstvene probleme izazvane invalidnošću. Lečenje prostog problema - kao što je na primer dekubitus - sprečava da on postane opasan po život. Razlike u reproduktivnom zdravlju žena sa invaliditetom i opšte populacije nema, ali ima raznih tehničkih barijera za njihovo lečenje u Srbiji. Kvalitetna zdravstvena zaštita mora biti dostupna svim ženama sa invaliditetom,

bez obzira na društveni status ili vrstu invaliditeta. U međusobnoj komunikaciji, žene sa invaliditetom i zdravstveni radnici, zajedno mogu učiniti zdravstvene usluge dostupne svima. Do nedavno su postojale mnoge barijere koje su ometale redovnu ginekološku kontrolu žena sa invaliditetom. Nekoliko godina unazad organizacije za zaštitu i unapređenje položaja žena sa invaliditetom organizovali su edukacije o preventivnom ginekološkom pregledu žene sa invaliditetom. U nekim ustanovama već više godina postoji hidraulički stol za ginekološki pregled tako da žene sa invaliditetom imaju gde da obave pregled i kontrolišu svoje primarno zdravlje. Reproaktivno zdravlje podrazumeva da svi ljudi imaju bezbedan polni život. Danas su ženama sa invaliditetom dostupne informacije koje se tiču njihove seksualnosti i reproduktivnog zdravlja. Poseta ginekologu jednom godišnje predstavlja jedna od načina brige za svoje zdravlje. Redovne kontrole pomažu da se očuva reproduktivno zdravlje. Prevencijom možemo sprečiti mnoge bolesti. Nemojte zaboraviti da je važno odlaziti na redovne ginekološke preglede, jer ako redovno kontrolišemo svoje zdravlje uradićemo preventivu zaštitu od teških oboljenja..

Dragana Gvozdenović



## HUMANITARNA AKCIJA "U SUSRET ŽIVOTU" 09/11/2012



"U SUSRET ŽIVOTU" humanitarna akcija za Milomira Mumovića kome je preko potrebna transplantacija bubrega u Rusiji za koju je potrebno 80.000€ novac koji nažalost Milomir nema.

Tokom prošle godine Milomiru je otkazala funkcija bubrega da bi tragedija bila još veća ova bolest je već odnela dva člana njegove porodice, oca i sestru.

Kao što znate, bolest bubrega je takva da posle dugogodišnjih, mukotrpnih i teških dijaliza ne preostaje ništa drugo osim transplantacije, na koju se u našoj zemlji godinama čeka, nažalost najčešće bezuspešno.

Vaše dragocene donacije bi Milomiru mnogo pomogle i značile i iznad svega omogućile povratak u normalan život.

Banca Intesa  
ZR: 160-5500100258405-84  
Mumovic Milomir



# U susret životu

*Šta čovek da radi kad ga stignu nevolje? Hoće li da se pusti i potone? Ili će kad je najteže iskopati negde duboko zakopano zrnce snage i volje i krenuti da pliva ka površini? Možda će pre biti ono prvo, ako je čovek sam, i nema drugog koji veruje u njega, voli ga i budi, koji veruje da je i nemoguće moguće. Ako nema ruke koja će ga iščupati iz beznađa, gurnuti napred i probuditi uspavanu snagu.*

*Ispričajte nam malo detaljnije, kako je izgledalo vaše suočavanje sa bolešću, kako ste reagovali kad ste postali svesni da sledi dijaliza?*

Kada smo saznali da je njegov život ugrožen prestankom rada bubrega, prvo nismo verovali da je to tako ozbiljno. Živeli smo u nadi da će sve biti kao pre. Međutim, realnost nas je šokirala. Dijaliza. Dijaliza znači trajna vezanost za vreme i prostor. To nas je više bolelo nego sama bolest.

*Kakav je sada vaš život dok je Mume na dijalizi, kakvi su vam dani?*

To nas i sada boli. Dijaliza ograničava sve ljudske potencijale. Umesto da se radujemo životu mi se stalno vraćamo na obavezu dijalize. Želimo to da promenimo. Želimo da pobedimo dijalizu, a za to nam treba transplantacija.

*U čemu nalazite snagu, šta vas tera napred?*

Nalazimo snagu u nadi da postoje ljudi koji imaju razumevanja za naš problem. Jer transplantacija bubrega znači, veliki novac.

*Pokrenuli ste humanitarnu akciju „U susret životu“, kada ste i kako došli na ideju da pokrenete akciju i kakve aktivnosti ste do sada imali?*

**Z**a Mumeta je taj pokretač bila Marijana. Kada je pre godinu dana saznao da mu otkazuju bubregi, zbog nje je krenuo da se bori. Budući da su mu i otac i sestra prolazili kroz istu bolest, i da je video sve njihove patnje iz blizine, Mume je već bio svestan šta ga to sve čeka. Gledao ih je kako se bore i pate na dijalizi, i na kraju ih je nažalost izgubio. A onda, odjednom, čuo je za sebe istu dijagnozu, video je sve unapred - bolnice, krevete, igle, slabost, patnju, gorčine.. - i ne želi da pristane na to, odbija terapiju dijalizom, ne želi da prolazi opet kroz sve to. Ali Marijana je tu, i on odlučuje da se bori, kreće na dijalizu, nada se transplantaciji. Pošto je ostvarenje takvih nada u Srbiji prilično neizvesno, liste su duge, malo transplantacija, a mnogo onih koji traže život, Marijana i Mume zajedno pokreću humanitarnu akciju „U susret životu“ i sve svoje snage usmeravaju na to da prikupe sredstva kako bi Mumeta poslali u inostranstvo na transplantaciju. Hajde malo bolje da ih upoznamo.

**Kako je krenula vaša priča?**

Venčali smo se 25.11.2010 u Manastiru Beočin. Tada smo bili srećni i nismo ni slutili da nešto može pokvariti našu sreću. Ipak, nakon pet meseci braka naš život se promenio.

Danas je malo ljudi koji imaju dovoljno novca ali kad se ljudi udruže, novca uvek ima dovoljno. Mi verujemo u solidarnost ljudi. Osnovani smo udruženje koje će da podržava solidarnost

ljudi. Danas nama, a sutra nekom drugom. U Bibliji, u jevanđelju po Marku Isus kaže: “Ako se dva ili tri čoveka slože i zatraže nešto u moje ime daće im gospod Bog na nebesima.” Ta nas je ideja inspirisala da formiramo udruženje „U SUSRET ŽIVOTU“.

***Nedavno ste se registrovali i kao udruženje građana. Kakvi su vaši dalji planovi i nade?***

Mi se nadamo da će ljudi dobrog srca dati svoj doprinos ovoj humanitarnoj akciji.

***Danas su ljudi sve manje i manje zadovoljni, često su ophrvani svakodnevnim brigama koje ih muče i ne daju im mira. Kao neko ko prolazi kroz ozbiljne probleme, da li biste imali nešto da kažete u tom kontekstu?***

Jeste da su vremena teška, ali baš zato što su teška solidarnost je jedino rešenje da nam svima bude bolje.

Mume se zbog Marijane probudio za borbu. Hajde i mi tako da se probudimo, zbog sebe, zbog ljubavi, i da zajedno, koliko ko može, poguramo njihovu malu lađu koja se bori sa talasima, da koliko ko može dune u jedra, pa da isplivamo zajedno. Tako će isplivati oni, a isplivaćemo i mi, jer smo videli čoveka koji je u nevolji, jer smo nešto uradili.

Najjeftinija transplantacija u inostranstvu košta 80.000 evra. Ako želite da pomognete Mumetu i Marijani, uplatite novac na žiro račun koji dalje sledi u tekstu, ili im se javite preko fejsbuk grupe „U susret životu“ i obradujte ih podrškom, predlogom, idejom za neke buduće poteze.

**Žiro račun:**  
**Banca Intesa**  
**160-5500100258405-84**  
**Mumović Milomir**

Darja Kostić

## \*TKANJE

***GETE je rekao: “Tkanje je najveličanstvenija umetnost koja istinski odvaja ljude od životinja.”***



**T**kanje je jedno od najstarijih zanata. Stari zanati su od pamtiveka deo svakog ljudskog naselja. Ručno tkanje je jedan od takvih zanata. Sama radnja tkanje sastoji se od nekoliko pripremnih radnji. Kada neko ko je naučio da tka odluči šta će tkati i odabere materijal od čega će tkati, počinje osnovnu radnju - snovanje osnove. **Snovanje** osnove se radi na snovalici, a to je način pripreme materijala za nastavak rada na razboju. Ovako izgleda početak svakog tkanja, za šta god da se odlučite da tkate bez ovoga ne možete početi. Predivo koje ste osnovali na snovaljci stavljate na razboj i idemo dalje sa

radom. Kod ovog dela rada upoznaćete nićanice i brdo. To su delovi razboja koji nam pomažu da pravilno tkamo platno. Važno je da pravilno postavimo predivo, jer ako to dobro ne uradimo, naše platno neće biti lepo. Ja volim da tkam, mislim da je to jako lep i prijatan rad. Naučila sam tkati na kursu tkanja koji se održava u Resursnom centru za osobe sa invaliditetom. Čula sam za ovaj zanat i pre tog kursa, pričala mi baka kako je ona tkala. Neki „novi“ moderni „talasi“ su stavili u zaborav ovaj zanat. Ali još uvek postoje ljudi koji čuvaju od zaborava neke lepe stare zanate, načine rada i sl. I hvala im jer sam



ja tako naučila da tkam a to stvarno volim. Kada radite na razboju imate vreme da napravite platno koji vi želite. Stavili ste šare koje ste želeli, dodali po neku čipku, možda ste nešto i preskočili u toku rada, to se ne vidi, to samo mi znamo gde je. A kada sve završite dobijete lepo platno koje ste vi

lično sami napravili. A tek sada od platna šta mogu da napravim ..... hm ..... mogla bih šal,..... torbu,..... prsluk,.... ili ..... suknju. Mnogo stvari šta god poželite. Kada naučite da takate uvek će vas vući želja da još nešto napravite.

Dragana Gvozdenović

## ŠTA JE SAMOSTALAN ŽIVOT U MOJIM OČIMA



„Najlepši osećaj na svetu za mene je kad nešto uradim potpuno sama, jeste da je to mnogo sporije, nekad se za nešto dobro pomučim, ali vredi“. Samostalan život osoba sa invaliditetom (OSI) predstavlja ravnopravan, kvalitetan i funkcionalan život. To je opšte pravo svakog čoveka, koji je rođen da živi i obavlja sve što je potrebno da bi ispunio svaki novi dan, svaki sekund i to baš kako želi na svoj sopstveni način. Ne može se izmeriti značaj samstalnog života OSI jer jednostavno to je vrednost za koju merilo ne postoji.

### *o Ko je personalni asistent/kinja i šta on/a radi?*

Personalni asistent (PA) je osoba koja je tu da bismo obavili sve ono što hoćemo, a sami nismo u stanju da realizujemo. Znači PA je neko ko radi za nas i zbog nas sve ono što bismo mi da možemo

sami obavili i uradili. Naravno PA nije naš rob, postoje stvari koje ne radi kao što je krećenje, kopanje bašte, veliko spremanje... Kako bismo i mi i naši PA bili zadovoljni bilo bi dobro da postoji poštovanje, dobra komunikacija, jasan opis posla, plata, tačno radno vreme i fleksibilnost. Kao OSI, koja četiri godine, koristi PA, pokušavam da stvorim jedan lep odnos između mene i nje - asistentkinje. Veoma mi je važno da imamo otvoren odnos, poverenje, razumevnje, zadovoljstvo, da prihvatimo jedno drugo... Takođe se trudim da je prvo upoznam sa svojim svetom, i čujem njeno mišljenje. PA ne bi bilo dobro da se ustručava da pita korisnika/cu šta ne razume. Personalni asistent može da kaže da nije spreman, da ne sme i da mu treba pomoć. U takvoj situaciji bi bilo dobro da se nađe zajedničko rešenje-dogovor. Element koji je meni lično jako važan je poverenje u korisnika/cu od strane PA, u

  
**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



pogledu naših odluka, izbora, želja i slično. Kao poslodavac trudim se da svki dan na poslu bude drugačiji, smatram da sam odgovorna da se ona oseća zadovoljna na poslu.

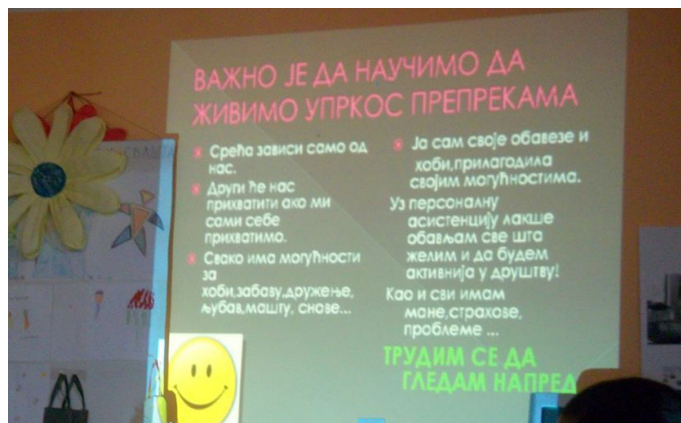
### *o Za koje potrebe i aktivnosti koristim personalnu asistenciju?*

Personalnu asistenciju koristim u kretanju, odlasku na seminare, tribine, sastanke, plaćanje računa, kupovinu, odlazak u dnevni boravak udruženja «SUNCE» i u druge organizacije, gde sprovodimo radionice i druženja... Asistenciju koristim u ispravljanju gramatičkih grešaka prikom kucanja, nekada mi je potrebna pomoć u bržem kucanju važnih dopisa, projekata, tekstova... Često zbog svog otežanog govora, moja PA obavlja posao prevodioca ljudima koji ne razumeju moj govor što smatram da je posebna vrednost koja krase moj samostalan život. Nije lako proceniti svoje potrebe, iz mog ugla ako to uspemo biće nam mnogo lakše da sa uspehom

vodimo samostalan život. Treba biti svestan činjenice da PA ima radno vreme, slobodne dane, godišnji odmor, pa i slobodu da promeni posao. Na ovakve situacije treba biti spreman, tad dolazi do izražaja podrška porodice, prijatelja i okoline. Moja poruka za kraj je da je Personalna asistencija jedan od uslova podrške za samostalan život i ne smatram da je jedini i najvažniji uslov za našu samostalnost. S obzirom da se u našoj zemlji ova usluga tek od nedavno spominje u zakonu o socijalnoj zaštiti, još uvek nemamo jasne i obavezujuće kriterijume za sprovođenje ove usluge u delo. Mali broj OSI ima asistenciju preko raznih projekata, koji su kratkog daha, što je veoma nesigurno. Lično još od svojih mladih dana sam se navikavala da ne mogu baš uvek da imam nekoga pored sebe. Najlepši osećaj na svetu za mene je kad nešto uradim potpuno sama, jeste da je to mnogo sporije, nekad se za nešto dobro pomučim, ali вреди.

Jelena Radović

*Pravno savetodavna radionica udruženja „SUNCE“ - “POKAŽI MI PRAVNI PUT”*



## 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](mailto:infores@ehons.org)



# RECEPTI IZ RADNE SOBE



## Musaka od tikvica **prijatno**

Predstavljamo vam brz i jednostavan recept sa kursa kuvanja koji smo realizovali u Radnoj sobi.

Recept pripremila: Ana Rakić  
Fotografije: Marina Demšer



2 tikvice  
500g mlevenog mesa  
1 glavica crnog luka  
1 šargarepa  
1 jaje  
pavlačka  
malo mleka  
so



1. Isitnjeni luk blago propržimo na ulju. Izrendamo očišćenu šargarepu. Zatim dodamo izrendanu šargarepu dinstanom luk.



2. Nakon toga išnitamo oprane tikvice



3. Kada su šargarepa i luk poludinstani, dodamo mleveno meso i po ukusu začimo.



4. U nauljeni pleh naređamo tikvice i

5. preko njih položimo pripremljenu masu



6. Meso prekrijemo preostalim tikvicama.



7. Pavlački dodamo 1 jaje i malo mleka, i prelijemo preko musake. Tepsiju prekrijemo alu folijom i zapečemo u prethodno zagrejanj rerni, 30 min, na 200 stepeni.



8. Serviramo na tanjir i služimo uz sezonsku salatu.

