

# PARAPLEGIJA i MI

GLASILO SAVEZA - Godina VI - decembar 2019. - broj 17

Broj  
17



AKTUELNOSTI IZ SAVEZA

3. DECEMBAR - MDOI/IDPD 2019.

KOLUMNA: prof. dr. Mirsad Muftić

STRUČNI SARADNICI

INTERVJU: Alaga Hozanović

SPORT

## “PARAPLEGIJA i MI”

Informativno glasilo –  
časopis Saveza paraplegičara  
Federacije Bosne i Hercegovine

### Izdavač

Savez paraplegičara i  
oboljelih od dječje paralize  
Federacije Bosne i Hercegovine  
Zmaja od Bosne br. 78  
71000 Sarajevo  
Telefon / fax: 710-445 / 710-446  
E-mail: savez@paraplegicari.org  
Web: www.paraplegicari.org

Glavna i odgovorna urednica  
Elvira Bešlija

### Redakcija

Elvira Bešlija, prof. dr. Mirsad Muftić,  
Mirjana Dizdarević, Mirsad Đulbić,  
Mirsad Imamović

Stalni saradnik  
Prof. dr. Emir Fejzić, dipl. ing. arh.

Naslovna strana  
Mirsad Imamović

Lektura  
Ena Begović-Sokolija

Dizajn i prijelom  
Mahir Sokolija

Štampa  
“Dobra knjiga”, Sarajevo

ISSN  
2303-5870

Tiraž  
1.000 primjeraka

Časopis je besplatan.

Glasilo je realizirano kao projekt  
koji finansira “Lutrija BiH”,  
posredstvom Ministarstva rada i socijalne  
politike Federacije Bosne i Hercegovine.

Sarajevo, decembar 2019. godine

## Sadržaj

Riječ glavne urednice ..... 2

### IZ SAVEZA

Nacrt zakona o organizacijama i reprezentativnim organizacijama osoba sa invaliditetom i civilnih žrtava rata Federacije BiH ..... 3
Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Dobojski Jug: Realizacija planiranih aktivnosti u 2019. godini ..... 6
Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Tuzlanskog kantona: Proširena lista ortopedskih pomagala na Tuzlanskom kantonu ..... 8
Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Bosansko-podrinjskog kantona – Goražde: Aktivnosti Udruženja ..... 10
Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Zenica: Realizacija planiranih aktivnosti za 2019. godinu ..... 11

### LJUDSKA PRAVA

3. decembar – Međunarodni dan osoba s invaliditetom ..... 15

### KOLUMN: Prof. dr. MIRSAD MUFTIĆ

Ishrana osoba sa stanjem paraplegije ..... 20

### STUČNI SARADNICI

Prof. dr. Reuf Karabeg: Prevencija i hirurški tretman dekubitalnih ulkusa ..... 22
Doc. dr. sc. Slavica Janković: Reumatizam u osoba s paraplegijom ..... 25
Emir Begović: Položaj paraplegičara u savremenom bosanskohercegovačkom društvu ..... 27

### INTERVJU

Alaga Hozanović, Velika Kladuša ..... 28

### DRUGI PIŠU

Pretvaranje tragedije u akciju – Kako sam okrenula  
životnu povodu u motivaciju ..... 38

### SPORT

Međunarodno otvoreno prvenstvo – 16. sportske igre paraplegičara i oboljelih od dječje paralize ..... 43
Ekipa Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Jajce osvojila bronzanu medalju ..... 49
Ekipa Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Cazin osvojila zlatnu medalju ..... 51
Ekipa Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Zenica osvojila prvo mjesto ..... 54
Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Lukavac ..... 56

# Riječ glavne urednice

Poštovani čitaoci, naš časopis *Paraplegija i Mi* došao je do svog sedamnaestog broja i ne možemo ne biti zbog toga ponosni. Želimo podijeliti s vama naše zadovoljstvo, ali i neka pitanja. Ovaj broj izlazi u vrijeme kada se u cijelom svijetu obilježava 3. decembar, Međunarodni dan osoba s invaliditetom. Tim povodom možete pročitati vrlo zanimljiv, informativan tekst o ljudskim pravima osoba s invaliditetom a koji se odnosi na probleme i preporuke za ostvarivanje prava osoba s invaliditetom u cijelom svijetu. Osobe s invaliditetom u Bosni i Hercegovini i dalje žive diskriminirani po raznim osnovama, kao ranjiva grupa koja za našu vlast postaje sve više "nevidljiva grupa građana", i pored činjenice da je Bosna i Hercegovina potpisala i ratificirala brojne međunarodne ugovore i konvencije, a među njima i onu najvažniju i obavezujuću: Konvenciju Ujedinjenih nacija o pravima osoba s invaliditetom.

Naša misija informiranja svih zainteresiranih, možemo slobodno istaći, postigla je svoj cilj. Uz sve probleme na koje nailazimo završavamo šestu godinu kontinuiranog izdavanja časopisa, a reakcije čitalaca i stručnih osoba i dalje su pozitivne.

Smatramo da smo, i u ovom broju, uspjeli zadržati kvalitetan nivo tekstova zahvaljujući saradnji s veoma uglednim stručnjacima iz raznih oblasti, a sam sadržaj časopisa donosi objave bitnih informacija i zanimljive tekstove.

Časopis se, kao što je poznato, besplatno distribuira svim našim članovima, drugim udruženjima i savezima osoba s invaliditetom, institucijama i ustanovama u Bosni i Hercegovini, kao i srodnim, prijateljskim organizacijama osoba s invaliditetom u našoj regiji.

U ovom sedamnaestom broju našeg i vašeg časopisa nastavljamo s ubičajenom shemom sadržaja: rubrikom *Vijesti iz Saveza* prezentiramo informacije o aktivnostima udruženja, naših članica, iz Doboja Juga, Zenice, Goražda i Tuzle dok su aktivnosti Saveza prezentirane tekstrom o "Nacrtu zakona o organizacijama i reprezentativnim organizacijama osoba s invaliditetom i civilnih žrtava rata Federacije Bosne i Hercegovine".

Stalna kolumna prof. dr. Mirsada Muftića ovaj put tretira pitanje pravilne i zdrave ishrane osoba sa stanjem paraplegije, a što je vrlo bitno za zdravlje osoba čiji je organizam osjetljiv i oslabljen zbog stanja paraplegije i načina življenja.

Prezentiramo vam i tekstove naših stručnih saradnika, prof. dr. Reufa Karabega "Prevencija i hirurški tretman

dekubitalnih ulkusa", doc. dr. sci. Slavice Janković "Reumatizam u osoba s paraplegijom" i Emira Begovića, studenta Fakulteta političkih nauka u Sarajevu, "Položaj paraplegičara u savremenom bosanskohercegovačkom društvu".

U rubrici *Intervju* sagovornik nam je Alaga Hozanović, član Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Velika Kladuša, koji je, i pored svih već "ubičajenih" prepreka u **našem** društvu, uspio postati jedan od lidera pokreta osoba s invaliditetom. Hozanović je uključen u sve društvene sfere života ravnopravno s osobama koje su s invaliditetom i bez invaliditeta a trenutno obavlja više značajnih funkcija u svojoj i drugim organizacijama. Njegova priča veoma je zanimljiva, a nudi i dobre analize i prijedloge u vezi s pitanjima društvenog statusa osoba sa stanjem paraplegije i ostalih oblika invaliditeta.

Također, naša praksa je da vam prenesemo i tekstove iz drugih medija i država u rubrici *Drugi pišu*. Ovaj put je to nevjerojatna životna priča Amerikanke Jessica Harthcock, koja je uspjela prohodati nakon teške nesreće i dvostrukе povrede kičmene moždine i pored toga što nijedan ljekar nije vjerovao da je to moguće!

Sport je nezaobilazna tema u našem časopisu. U ovom, sedamnaestom broju informiramo vas o najznačajnijem sportskom atletskom događaju u regiji "Međunarodnom otvorenom prvenstvu – 16. sportskim igrama paraplegičara i oboljelih od dječje paralize", koji organizira naš Savez a koji se održalo u septembru u Zenici, uz tehničko-operativnu podršku Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Zenica, člana našeg Saveza. Od ostalih sportskih događaja informiramo vas o nastupima i uspjesima predstavnika našeg Saveza i Bosne i Hercegovine na takmičenjima u Sloveniji, na međunarodnim šahovskim takmičenjima "Banja Luka 2019" i u Srbiji "Titel 2019". Također, Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Lukavac nastavilo je s održavanjem sportsko-rekreativnog druženja osoba s invaliditetom pod nazivom "Lukavac 2019" na kojem su se učesnici takmičili u šahu, pikadu i gadanju iz zračne puške.

Vjerujemo da ćete biti zadovoljni i sedamnaestim brojem časopisa *Paraplegija i Mi* i da će svako od vas pronaći sadržaj koji će mu biti zanimljiv i od koristi, a redakcija će se truditi da nastavi svoj rad na dostignutom nivou i za vaše zadovoljstvo i potrebe.

Glavna i odgovorna urednica  
Elvira Bešlija

# Nacrt zakona o organizacijama i reprezentativnim organizacijama osoba sa invaliditetom i civilnih žrtava rata Federacije BiH

Vlada FBiH utvrdila Nacrt zakona o organizacijama i reprezentativnim organizacijama osoba sa invaliditetom i civilnih žrtava rata i dostavila ga u parlamentarnu proceduru

## Uvod

Organizacije osoba s invaliditetom trebaju biti (a u civiliziranom društvu i jesu) priznati društveni pravni subjekti, koji bitno utječu na razvoj zaštite i zadovoljavanje specifičnih potreba, posebno osoba s teškim i težim fizičkim invaliditetom.

Zakoni ignoriraju činjenicu da organizacije osoba s invaliditetom obavljaju značajnu društvenu ulogu, okupljaju osobe s invaliditetom i vode brigu o onima koji čine najugroženiju kategoriju društva i za koje se država ne može brinuti na adekvatan način, jer ne poznaje njihove potrebe i optimalne načine njihovog zadovoljavanja. Cilj nam je izboriti se za primjereni status naših organizacija i poboljšati uvjete za efikasnije funkcioniranje.

U Bosni i Hercegovini se za ovakav status tek treba izboriti, što je jedan od strateških zadataka Saveza, i to donošenjem posebnog Zakona o organizacijama osoba s invaliditetom.

Važeći Zakon o udruženjima građana i fondacijama generalno se odnosi na sva građanska udruženja, bez posebnog tretiranja osnivanja i rada "udruženja osoba s invaliditetom", čime su ona, neovisno o svojoj društvenoj ulozi, dovedena u istu nelogičnu ravan s hobističkim i drugim NVO.

Vijeće organizacija osoba s invaliditetom u Federaciji Bosne i Hercegovine (VOOSI), čiji je jedan od osnivača i članova i naš Savez, pokrenulo je inicijativu prema Ministarstvu rada i socijalne politike Federacije Bosne i Hercegovine da se donese Zakon o organizacijama osoba s invaliditetom.

Navedeno je trajalo dugi niz godina, bilo je raznih prijedloga i rješenja razmatranih u toku rada na pokretanju procedure donošenja ovog Zakona. Izradi se pristupilo prošle godine i dijelom je postojala saradnja između Ministarstva rada i socijalne politike i Vijeća organizacija osoba s invaliditetom. Tada smo dobili Prednacrt Zakona.

## Sadašnje stanje

Prednacrt Zakona razmatran je u mnogim organizacijama koje okupljaju osobe s invaliditetom, koalicijama. Stav većine organizacija glasi da nam je Zakon potreban i da želimo da bude urađen tako da u praksi doprinosi sigurnijem statusu naših OOSI.



Sastanak Organizacija osoba s invaliditetom s Federalnim ministrom Veskom Drlijačom

Međutim, OOSI izrazile su zabrinutost zbog određenih rješenja, koja se odnose na sljedeće:

- Ponuđeni Zakon nameće brojne obaveze OOSI, što samo po sebi nije problem, ali ne preuzima obavezu finansiranja iz budžeta. Prema navedenim odredbama zakona, "država" može finansirati OOSI pod nejasnim uvjetima ili ih uopće ne mora finansirati.
- Ostaju nejasnoće u stjecanju statusa, odnosno u definiciji reprezentativnosti.

Predloženo je i da se tekst Zakona preradi u smislu da se Organizacije CŽR tretiraju u Zakonu na poseban način (isti zakon ali posebno poglavlje, kao što je to regulirano u važećem "Zakonu o osnovama socijalne zaštite, zaštite civilnih žrtava rata i zaštite porodice s djecom"). Time bi CŽR, koje osim OSI okupljaju i druge kategorije (porodice itd.), imale ispravan status i bile bi definirane sve njihove aktivnosti, a pozicija OOSI bila bi uskladena s Konvencijom Ujedinjenih nacija, uzimajući u obzir i preporuke Komiteta Ujedinjenih

nacija, a koje su dostavljene Bosni i Hercegovini u aprilu prošle godine. Ovo je predloženo s obzirom na činjenicu da sve civilne žrtve rata nisu nužno i osobe s invaliditetom. Prijeđlozi naših organizacija nisu uvaženi i na 151. sjednici, održanoj 19. jula 2018. godine, Vlada Federacije Bosne i Hercegovine utvrdila je Nacrt Zakona o organizacijama i reprezentativnim organizacijama osoba s invaliditetom i civilnih žrtava rata te ga uputila Parlamentu Federacije Bosne i Hercegovine.

Nakon prijema ove informacije, putem Koordinacionog tijela Vlade Federacije Bosne i Hercegovine za praćenje, usmjeravanje i izvještavanje o realizaciji "Strategije za unapređenje prava i položaja osoba s invaliditetom u Federaciji Bosne i Hercegovine (2016-2021)" (KooTi), na sastanku održanom 23.10.2018. godine, a na inicijativu članice Koordinacionog tijela Elvire Bešlija, predsjednice Vijeća organizacija osoba s invaliditetom Federacije Bosne i Hercegovine, razmatrano je pitanje Nacrta Zakona o organizacijama i reprezentativnim organizacijama osoba s invaliditetom i civilnih žrtava rata te je pokrenuta

Inicijativa za povlačenje Nacrta zakona iz parlamentarne procedure.

Navedeno je da je ovaj zahtjev Ko-oTi u skladu s odredbama Konvencije o pravima osoba s invaliditetom u kojima se "obavezuju države potpisnice da osiguraju učešće osoba s invaliditetom u donošenju svih važnih odluka", te Preporukama proisteklim iz Zaključnih razmatranja o inicijalnom izvještaju Bosne i Hercegovine – Opća načela i obaveze (čl. 1-4), u kojima se navodi: "Komitet je zabrinut zbog nedostatka transparentnih procedura i zakona u vezi s konsultacijama s organizacijama osoba s invaliditetom. Također je zabrinut zbog nedostatka struktuirane finansijske podrške i izgradnje kapaciteta tih organizacija, posebno na lokalnom nivou."

Odgovor iz Ministarstva dobili smo u decembru 2018. godine, s obrazloženjem da bi povlačenje Nacrta zakona iz parlamentarne procedure bilo kontraproduktivno, s obzirom na to da postoje primjedbe Ureda za reviziju u smislu finansiranja OOSI bez zakonskog osnova prema kojem bi se planirao budžet te potrebe uređivanja stanja u oblasti organiziranja i djelovanja organizacija, kao i da

ostaje mogućnost da savezi i udruženja OSI amandmanski djeluju u parlamentarnoj proceduri.

Procedura je nastavljena i Nacrt Zakona prema Dnevnom redu razmatran je na 5. redovnoj sjednici Predstavničkog doma Parlamenta Federacije Bosne i Hercegovine 24. i 25. septembra 2019. godine.

Daljnja procedura podrazumijeva da Nacrt ide u Dom naroda. Nakon toga bit će Javna rasprava o ovom Zakonu i tada je moguće djelovati amandmanski.

Stav i zabrinutost VOOSI i mnogih koalicija koje okupljaju OOSI u Federaciji ostao je isti.

U Nacrtu Zakona ostaju osnovne primjedbe na odredbe u kojima se u okviru "Proračunskog finansiranja" navodi da se OOSI "mogu finansirati iz proračuna", a ne da "će se finansirati". Istaknuto je da Zakon ne definira jasno obavezu nikoga da finansira OOSI.

Ostaje čekati Javnu raspravu nakon usvajanja Nacrta Zakona u Domu naroda te tada pokušati popraviti ove odredbe. Iz Ministarstva rada i socijalne politike postoji dobra volja da u saradnji Ministarstvo i VOOSI rade amandmane u okviru Javne rasprave i nađu zajednička rješenja po pitanjima koja budu kandidirana.

## Obrazloženja Vlade za donošenje Nacrta zakona

Ovaj zakon uređuje postupak i uvjete stjecanja statusa organizacija osoba s invaliditetom i civilnih žrtava rata, njihovih reprezentativnih organizacija, područje, svrhu i ciljeve djelovanja, zadatke, vođenje registra organizacija, finansiranje te druga pitanja od značaja za funkcioniranje organizacija na nivou općina, kantona i Federacije Bosne i Hercegovine.

Organizacija osoba sa invaliditetom (OOSI) je udruženje koje okuplja osobe s istom vrstom invaliditeta,

urođenog ili stečenog izvan ratnih okolnosti, kao i ono koje okuplja osobe sa statusom invalida rada, bez obzira na vrstu invaliditeta, i djeluje u interesu svoga članstva i u javnom interesu, na svim područjima od značaja za njihov položaj definiran Konvencijom Ujedinjenih nacija o pravima osoba s invaliditetom.

Organizacija civilnih žrtava rata (OCŽR) udruženje je koje okuplja osobe s utvrđenim statusom civilne žrtve rata i djeluje u interesu svoga članstva i u javnom interesu, na svim područjima definiranim Konvencijom i drugim od značaja za njihov položaj.

Svrha OOSI i OCŽR jeste da, na osnovama dobrovoljnog udruživanja i zajedničkih potreba, promoviraju i zagovaraju, štite i ostvaruju interes populacije koju okupljaju, s ciljem uživanja propisanih prava, postizanja jednakih mogućnosti i njihovog punog uključivanja.

Zakon definira reprezentativne općinske, kantonalne i federalne OOSI i OCŽR.

Status reprezentativne OOSI i OCŽR utvrđuje nadležno ministarstvo putem javnog poziva za prikupljanje zahtjeva radi utvrđivanja ovog statusa. Status reprezentativnosti može steći OOSI i OCŽR koja okuplja najveći broj redovnih članova na području

općine, kantona ili Federacije Bosne i Hercegovine. Pri tome kantonala reprezentativna organizacija mora okupljati redovne članove iz većine općina tog kantona (i to najmanje po tri člana iz jedne općine), a federalna mora imati članice – kantonalne organizacije u najmanje pet kantona, od kojih su minimalno dvije reprezentativne.

Djelatnost koju obavljaju OOSI i OCŽR i reprezentativne OOSI i OCŽR je neprofitna. U skladu s važećim propisima, ove organizacije mogu obavljati i profitnu djelatnost, ali ona ne smije biti organizirana kao osnovna djelatnost. Dobit ostvarena obavljanjem djelatnosti može biti korištena isključivo za ostvarivanje ciljeva organizacije utvrđenih statutom.

OOSI i OCŽR, kao i reprezentativne organizacije, koje djeluju na nivou općine, kantona i Federacije Bosne i Hercegovine, mogu se međusobno udruživati i formirati koordinaciju, vijeće i drugi oblik djelovanja. Za formiranje organizacije udruženja potrebno je najmanje pet članica organizacija, predstavnica različitih vrsta invaliditeta. No, takve organizacije ne mogu steći status OOSI i OCŽR. Reprezentativne OOSI i OCŽR mogu biti finansirane iz općinskog, kantonalnog ili federalnog budžeta, u skladu s nivoom organiziranja.



Sjednica Vlade FBiH – Nacrt zakona o NVO

*Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Doboј Jug*

# Realizacija planiranih aktivnosti u 2019. godini

U sklopu realizacije planiranih aktivnosti i zadataka za 2019. godinu, naše Udruženje u proteklom periodu imalo je tri značajne aktivnosti – realizaciju zacrtanih planova.

Naši predstavnici sudjelovali su u dvodnevnoj interaktivnoj radionici o "Strateškom okviru" koji je organizirala NVO MyRight Bosne i Hercegovine od 25. do 27. septembra 2019. godine u

Hotelu "Holiday" u Sarajevu. MyRight je krovna organizacija pokreta organizacija osoba s invaliditetom Švedske, koja ima dugu tradiciju pristupa invaliditetu sa stanovišta ljudskih prava, a koja provodi međunarodni program podrške u Boliviji, Nepalu, Nikaragvi, Ruandi, Šri Lanki, Tanzaniji i Bosni i Hercegovini.

Organizacija MyRight razvija novi "strateški okvir" u svim

zemljama u kojima programski djeluje kako bi kroz interakciju sa svim zainteresiranim stranama stekli dobro razumijevanje o hitnim pitanjima i stvarnim potrebama koje postoje u životu, tj. u praksi. U radu ove radionice učestvovalo je pet koalicija iz Sarajeva, Doboja, Tuzle, Mostara i Bijeljine, predstavnici članica Organizacija osoba s invaliditetom (OOSI).



*Naši takmičari na sportskim igrama, Zenica, 2019.*



*Učesnici interaktivne radionice MyRight*

Imajući dobro znanje i uvid u rad, strukturu i strateško djelovanje svojih organizacija, učesnici radionice kroz zajednički rad utjecali su u određenoj mjeri i na to kako će djelovati MyRight u narednim godinama. Doprinos svih učesnika radionice bio je u tome da obostrano razmijenjene informacije i sugestije tokom rada radionice koriste i ubuduće kao materijal za zajednički strateški okvir. Informacije prikupljene u radionici bit će osnova za mapiranje strategije. Mapa strategije koristit će se kao glavni materijal za raspravu unutar izvršnog odbora MyRighta za donošenje strateških odluka o načinu djelovanja organizacije MyRight u budućnosti.

## **U Federalnom ministarstvu rada i socijalne politike potpisani ugovor za osobe s invaliditetom u**

Edib Skulić, predsjednik Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Doboј Jug, 9. oktobra 2019. godine u Federalnom ministarstvu rada i socijalne politike potpisao je veoma važan i vrijedan

ugovor u ime našeg Udruženja. Federalno ministarstvo odobrilo je našem Udruženju 24.787,00 KM za projekt pod nazivom "Poboljšanje standarda života osoba sa invaliditetom i finansijska podrška rada Udruženja". Sredstva su dodijeljena iz prihoda u budžetu bosanskohercegovačkog entiteta Federacije Bosne i Hercegovine ostvarenih po osnovu naknada za priređivanje igara na sreću. Potpisani ugovor, tj. odobrena novčana sredstva odnose se na nabavku ogrjeva za zimu (drva i uglja) za osobe s invaliditetom – članove našeg Udruženja, što nam je vrlo značajno s obzirom na kontinuirani nedostatak finansijskih sredstava za poboljšanje rada Udruženja, odnosno za razne projekte pomoći našim članovima. Moramo se povući time da smo se u konkurenciji od 238 podnesenih projekata našli među 49 odobrenih projekata, koji su zadovoljili sve kriterije postavljene od Federalnog ministarstva rada i socijalne politike. Već su počele pripremne aktivnosti na realizaciji projekta za koji smo dobili sredstva. Intenzivno se obavljaju razgovori sa članovima Udruženja i prave spiskovi potencijalnih dobitnika ogrjeva za

nastupajuću zimu, a paralelno se radi na izradi ponude i traženju najboljeg dobavljača. U narednim danima, čim odobrena sredstva budu uplaćena i operativna, pristupit ćemo konkretnim realizacijama aktivnosti planiranih ovim projektom, od izbora najboljeg dobavljača do podjele prema utvrđenoj listi naših članova koji će dobiti pomoći u ogrjevu.

## **Učešće naših predstavnika na Međunarodnom otvorenom prvenstvu – XVI sportskim igrama**

U organizaciji Saveza paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Federacije Bosne i Hercegovine održano je Međunarodno otvoreno prvenstvo i XVI sportske igre paraplegičara i oboljelih od dječje paralize – Zenica, 2019. Iz našeg Udruženja na igrama su učestvovala četiri takmičara, koja su osvojila dvije medalje i diplome. Taib Ibrašimović osvojio je zlatnu medalju u bacanju kugle, kategorija F58, a Alija Avdić bronzanu medalju u bacanju kugle, kategorija F52. Želimo napomenuti da je ekipa Zeničko-dobojskog kantona, koju su sačinjavali takmičari iz udruženja Zenica, Doboј Jug, Zavidovići i Žepče, bila dominantna na ovogodišnjim sportskim igrama u obje konkurenkcije, ženskoj i muškoj, što je potvrđeno proglašenjem za najuspješniju ekipu u ženskoj i muškoj konkurenkciji za ukupan plasman.

S obzirom na to da su ove igre najmasovnije i najorganizirane atletske sportske igre osoba s invaliditetom u regionu, zahvalni smo našem Savezu, organizatoru igara, na pozivu za učešće i čestitamo na veoma uspješnoj organizaciji.

*Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Tuzlanskog kantona*

# Proširena lista ortopedskih pomagala na Tuzlanskom kantonu

Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Tuzlanskog kantona, član Saveza paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Federacije Bosne i Hercegovine, član je i Koalicije organizacija osoba s invaliditetom Tuzlanskog kantona (OOSITK), koje je neformalno koordinaciono tijelo organizacija osoba s invaliditetom na području Kantona, a koje djeluju s ciljem poboljšanja društvenog položaja osoba s invaliditetom i realiziranja aktivnosti kojima se osiguravaju promjene koje će rezultirati povećanom uključenošću osoba s invaliditetom u aktivnosti društvene zajednice. Koalicija OOSITK osnovana je 2011. godine, a trenutno se Koalicija sastoji od osam udruženja osoba s invaliditetom i drugih nevladinih organizacija iz pet općina Tuzlanskog kantona i to:

- Udruženje građana Informativni centar za osobe s invaliditetom "Lotos" Tuzla;
- Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Tuzlanskog kantona;
- Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Općine Lukavac;
- Udruženje građana oboljelih od mišićne distrofije Tuzlanskog kantona;

- Udruženje za uzajamnu pomoć u duševnoj nevolji Tuzlanskog kantona "Fenix" Tuzla;
- Udruženje građana "Majke hendikepirane djece Tuzlanskog kantona";
- Udruženje građana humanitarna organizacija "Lotosice" Tuzla;
- "Spektar" udruženje djece i osoba s posebnim potrebama i civilnih invalida općine Srebrenik.

Više od petnaest godina organizacije osoba s invaliditetom na području Tuzlanskog kantona kontinuirano rade zagovaračke aktivnosti za poboljšanje uvjeta i načina nabavke ortopedskih i drugih pomagala i taj rad se, konačno, isplatio i rezultirao usvajanjem unaprijeđene liste ortopedskih pomagala tokom maja 2018. godine, kao i usvajanjem Posebnog programa za nabavku elektromotornih kolica. Prva podjela elektromotornih kolica za šest korisnika po posebnom programu održana je u prostorijama Informativnog centra za osobe s invaliditetom "Lotos" Tuzla 30. januara 2019. godine. Druga podjela elektromotornih kolica upriličena je, također, u prostorijama Informativnog centra za osobe s invaliditetom "Lotos" 19. septembra

2019. godine, u okviru Posebnog programa koji je odobrio Zavod zdravstvenog osiguranja Tuzlanskog kantona, a kao rezultat zagovaračkih aktivnosti Koalicije organizacija osoba s invaliditetom Tuzlanskog kantona i partnerstva uspostavljenog sa Zavodom zdravstvenog osiguranja Tuzlanskog kantona. Tom prilikom podijeljeni su i certifikati osobama s invaliditetom kojima su dodijeljena elektromotorna kolica.

Ovaj proces zagovaranja uspostavila je Radna grupa Koalicije te ostvarila izuzetno dobru saradnju sa Zavodom zdravstvenog osiguranja Tuzlanskog kantona, a što se može ilustrirati i čestim konsultacijama predstavnika Zavoda o pitanjima koja se tiču osoba s invaliditetom.

Radnu grupu za izmjene Odluke o jedinstvenoj listi ortopedskih i drugih pomagala sačinjavali su: Sudav Zahirović, I. C. "Lotos", Fikret Hasanović, Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Tuzlanskog kantona i I. C. "Lotos", Anes Mehic, Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Općine Lukavac, Dalibor Lukic, Udruženje građana oboljelih od mišićne distrofije Tuzlanskog kantona, Hazim Junuzović, Udruženje oboljelih od cerebralne paralize i drugih obojenja "Sapna". Kontakt osoba ispred



*Fikreta Hasanović i Anes Mehic, članovi Saveza s dobijenim zahvalnicama*

Zavoda zdravstvenog osiguranja Tuzlanskog kantona (ZZO TK) je dr. Amila Bećirović, specijalista porodične medicine, profesionalna i susretljiva osoba, koja je pružala profesionalnu pomoć i u zajedničkom radu tražila najbolja moguća rješenja u vezi s pitanjima formuliranim u zahtjevima i sugestijama Koalicije. Nakon saradnje i usaglašavanja naših zahtjeva s predstavnicom Zavoda zdravstvenog osiguranja Tuzlanskog kantona dr. Amilom Bećirović, organiziran je zajednički sastanak s menadžmentom Zavoda zdravstvenog osiguranja Tuzlanskog kantona i Radne grupe Koalicije na kojem su usuglašena najbolja realna rješenja na obostrano zadovoljstvo. Ispred Koalicije Tuzlanskog kantona kontakt osoba bila je Fikreta Hasanović, koja je radila na svim tehničko-organizacijskim poslovima i uspješno koordinirala komunikaciju između Radne grupe Koalicije i predstavnika udruženja članica Koalicije, upoznajući ih s radnim procesom Radne grupe i donesenim odlukama za izmjenu i dopune Odluke o

jedinstvenoj listi ortopedskih i drugih pomagala. Početkom oktobra 2019. godine, na zadovoljstvo i osoba s invaliditetom i Zavoda zdravstvenog osiguranja Tuzlanskog kantona, vlast Tuzlanskog kantona donijela je Odluku o jedinstvenoj listi ortopedskih i drugih pomagala. Ovom Odlukom utvrđena je lista ortopedskih i drugih pomagala, indikacije za ostvarivanje prava na pomagala, rokovi korištenja i visina učešća Zavoda zdravstvenog osiguranja Tuzlanskog kantona u ostvarivanju prava osiguranih lica na pomagala. Potrebno je naglasiti da je Koalicija u ovom zajedničkom radu s nadležnom ustanovom postigla značajne rezultate, jer su novom listom ortopedskih i drugih pomagala, uvažavajući potrebe osiguranih lica, uvedena i nova pomagala: aparat za mjerjenje krvnog pritiska za slijepa lica, stapes, ventilacione tube (cjevčice) za ugradnju u bubnjeviće, trakice za zvučni glukometar za slijepa lica oboljela od šećerne bolesti, trakice za kontrolu šećera u krvi za lica oboljela od šećerne bolesti TIP 1 i port kateter.

S liste pomagala izbačene su, uz saglasnost organizacija osoba s invaliditetom Tuzlanskog kantona, naočale s tamnim staklima za slijepa lica, kao i teška invalidska kolica na mehanički pogon 3, umjesto kojih su uvedena laka kolica na mehanički pogon 3 s participacijom Zavoda zdravstvenog osiguranja Tuzlanskog kantona u iznosu od 4000 KM po jednim kolicima, koja se obezbjeđuju osiguranim licima starosti od 15 do 65 godina, i to djeci na redovnom školovanju i radno aktivnim osiguranim licima. Kod određenih pomagala s liste pomagala dodane / dopunjene / izbačene su indikacije, odnosno dopunjena je dodatno potrebna dokumentacija, a kod određenih pomagala s liste pomagala povećano je učešće Zavoda u nabavci, kao što je za zračni jastuk s komorama utvrđena participacija Zavoda od 600 KM.

Vrijedno je napomenuti da je Koalicija Tuzlanskog kantona prepoznata kao partner u procesu pregovaranja s donosiocima odluka u ovoj oblasti i da će se to partnerstvo zasigurno razvijati i unapređivati u budućnosti.

## *Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Bosansko-podrinjskog kantona – Goražde*

# Aktivnosti Udruženja

**U**druženje paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Bosansko-podrinjskog kantona – Goražde u prošloj godini radilo je na iznalaženju načina da se poboljša rad Udruženja, a u svrhu boljeg pružanja pomoći članovima našeg Udruženja. Iz tog razloga u saradnji s nekoliko goraždanskih udruženja sudjelovali smo na obuci u organizaciji "UN Women". Cilj obuke bio je da osigura poslovno znanje i praktične vještine te iskustvo potrebno za uspješno kreiranje aplikacija za relevantne vladine programe. Sedam udruženja s područja Bosansko-podrinjskog kantona, među kojima je i naše Udruženje paraplegičara, sudjelovalo je na okruglom stolu pod nazivom "Saradnja s nevladnim sektorom" koji su organizirali

udruženje "Sehara" i Islamska vjerska zajednica, a na kojem smo upoznati s podatkom da je svako muftijstvo imenovalo koordinatora za odnose s nevladnim organizacijama kako bi se ostvarila bolja komunikacija između Islamske vjerske zajednice i nevladnih organizacija. Također, naše Udruženje sudjelovalo je i na dvodnevnom okruglom stolu pod nazivom "Poštuj sebe uvažavajući druge", koji je organiziralo Udruženje civilnih invalida i žrtava rata Istočne Hercegovine Bileća – Foča u saradnji s Udruženjem civilnih žrtava rata Bosansko-podrinjskog kantona. Aktivnosti su bile usmjerene na prevladavanje netrpeljivosti i uvažavanje različitosti, kako po osnovu invaliditeta tako i po osnovu bilo koje druge različitosti, a u cilju

boljeg suživota na području općine Foča i Grada Goražda.

Osim ovih aktivnosti Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Goražde bilo je angažirano i u vezi sa zapošljavanja osoba s invaliditetom, tako da smo uspjeli, putem Fonda za profesionalnu rehabilitaciju i zapošljavanje osoba s invaliditetom, zaposliti jednu osobu s invaliditetom. Također, osigurali smo prehrambene pakete mesne industrije "Ovako" za članove našeg Udruženja, organizirali smo podjelu kurbanskog mesa i hurmi za bajramske praznike i učestvovali na Međunarodnim sportskim igrama paraplegičara i oboljelih od dječije paralize u Zenici koje organizira naš Savez paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Federacije Bosne i Hercegovine.



*Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Zenica*

# Realizacija planiranih aktivnosti za 2019. godinu

Naše udruženje kontinuirano nastavlja s realizacijom planiranih aktivnosti, koje su zacrtane za ovu godinu. U proteklom periodu Udruženje je imalo različite aktivnosti i zadovoljni smo postignutim, naročito zbog činjenice što to zadovoljstvo izražavaju i naši članovi.

## Trening "Evropske integracije Bosne i Hercegovine..."

U Hotelu "Hollywood" 10. i 11. oktobra 2019. godine održan je trening u organizaciji Fondacije za socijalno uključivanje u Bosni i Hercegovini (FSU u BiH) i Inicijative za bolju i humaniju inkluziju u Bosni i Hercegovini (IBHI) u okviru projekta "Izgradnja zagovaračke platforme za socijalnu uključenosć u Bosni i Hercegovini". Trening je održan pod nazivom "Evropske integracije Bosne i Hercegovine – Poglavlje 19. Pravne stečevine EU: Socijalna politika i zapošljavanje" koji je vodio trener dr. Ešref Kenan Rašidagić. Na treningu je učestvovala Samira Đidić, kao predstavnica našeg Udruženja i Saveza paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Federacije Bosne i Hercegovine. Tokom trajanja treninga učesnici su imali priliku upoznati se s

nastankom i samim počecima Evropske unije, glavnim institucijama, historijom, problemima u funkcioniranju te procesima pridruživanja Evropskoj uniji. Osim toga, učesnici su dobili više informacija o Poglavlju 19 – Socijalna politika i zapošljavanje, a koje je usko povezano s problematikom kojom se bave naše nevladine organizacije, te smo na samom treningu identificirali ključna neriješena pitanja i ključne aktere i partnere u vezi sa spomenutim poglavljem. Jedan od zaključaka na samom kraju treninga bio je da mi, udruženja i organizacije osoba s invaliditetom, moramo više raditi na socijalnom dijalogu s nadležnim vlastima i institucijama i insistirati na tome. Činjenica je da će nam dobijene informacije koristiti u dalnjem radu, te želimo zahvaliti organizatoru na pozivu i iskazati zadovoljstvo što smo bili sudionici jednog ovakvog edukativnog i kvalitetnog treninga.

## Izložba podvodne fotografije "Povezani vodom"

Dana 11. septembra 2019. godine JP Olimpijski bazen "Otoka" i Klub vodenih sportova SCUBA iz Sarajeva povodom otvaranja nove, dvanaeste plivačke sezone na Olimpijskom

bazenu "Otoka", organizirali su Izložbu podvodne fotografije pod nazivom "Povezani vodom / Connected by water". Autori izložbe bili su renomirani bosanskohercegovački podvodni fotografi Samir Solaković i Adnan Drnda, instruktori ronjenja i Mares i Hugyphot ambasadori. Nakon otvorenja izložbe prezentirane su i promovirane klupske prostorije te je svečano obilježen početak rada novog ronilačkog kluba "KVS SCUBA" Sarajevo. U cilju podrške i moguće buduće saradnje između KVS SCUBA i našeg Udruženja, odnosno osoba s invaliditetom, izložbi i prezentaciji ispred našeg Udruženja prisustvovali su Ljilja Slišković, osoba koja postiže zapažene uspjehe na međunarodnim ronilačkim takmičenjima i teži ka tome da ronilački sport za osobe s invaliditetom promovira javnosti i da, kao već iskusan ronilac-paraplegičar, postane trener u ovom lijepom ali napornom sporu koji je za osobe s invaliditetom prilična nepoznanica, a koji veoma efikasno pomaže i u rehabilitaciji i održavanju fizičke kondicije kod osoba s invaliditetom, posebno onih sa stanjem paraplegije, i Mujo Adilović, koji se okušao u probnom ronjenju te bi, prema njegovim riječima, rado ponovio doživljeno iskustvo. Vodeni sportovi, među kojima je ronjenje



Izlet u Etnoselo "Čardaci"



Trening "Evropske integracije Bosne i Hercegovine – Poglavlje 19. Pravne stečevine EU: Socijalna politika i zapošljavanje"

najteža disciplina, interesantni su i privlačni za osobe s invaliditetom, koje žele aktivno učestvovati u toj sportsko-rekreativnoj oblasti. Samo je važno za to stvoriti uvjete i mogućnosti da se masovnije uključe i osobe s invaliditetom – osobe sa stanjem paraplegije.

### Organizacija jednodnevног izleta za članove Udruženja u Etnoselo "Čardaci"

U sklopu planskih aktivnosti u organizaciji Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječje paralize

Zenica 4. septembra 2019. godine upriličen je izlet za članove Udruženja u Etnoselo "Čardaci" u Vitez. Na izletu je bilo 45 učesnika, naših članova s pratnjom, što smatramo dobrim odzivom i zainteresiranošću naših članova za ovakve akcije. Praćeni oblačnim, ali prilično toplim

vremenom, članovi su imali priliku obići etnoselo, družiti se i razgovarati uz kafu s ostalim članovima Udruženja. Nakon obilaska, ručak i osvježenje za naše članove organizirani su u Motel & Restoran "Titanic", gdje smo u prirodi, uz rijeku Lašvu, izvrsnu uslugu i ljubazno osoblje nastavili naše druženje na zajedničko zadovoljstvo.

## Kamp "Mladi rade zajedno – izadi izvan okvira"

U odmaralištu "Fo'Rest" u Međugorju od 26. do 30. augusta 2019. godine održan je kamp za mlade u sklopu projekta "Mladi rade zajedno – izadi izvan okvira", koji provodi Informativni centar za osobe s invaliditetom "Lotos" iz Tuzle, uz djelimičnu finansijsku podršku Ministarstva vanjskih poslova Sjedinjenih Američkih Država. Ispred našeg Udruženja kampu je prisustvovala mlada Samira Đidić, članica Upravnog odbora Udruženja, koja ima sve predispozicije za budućeg lidera među osobama s invaliditetom u društvu.

Kampu je prisustvovalo 70 učesnika iz raznih dijelova Bosne i Hercegovine, a obuhvatio je osobe s invaliditetom, osobe bez invaliditeta te aktiviste za ljudska prava. Sama realizacija kampa svela se na interakciju između učesnika podijeljenih u tri grupe, koje su imale svog trenera i peer lidera. Treninzi su obuhvatili važne teme u vezi s ljudskim pravima i osobama s invaliditetom, kao što su obrazovanje, zapošljavanje, inkluzija i zagovaranje. Mladi su razmjenjivali iskustva, aktivno radili u grupama i jačali liderске kapacitete kroz teme kao što su: "Pravo na izbor – ljudsko pravo", "Raspodjela bogatstva



*Pokazni turnir u kuglanju za paraplegičare*



*Izložba podvodne fotografije "Povezani vodom"*

i moći" i "Zagovaranje". Učesnici su, također, prisustvovali i radionicama po vlastitom izboru, kao što su slikanje, fotografija, književnost, psihološke teme itd. Osim treninga i radionica učesnici su imali priliku

i zabaviti se uz muziku, organizaciju trke u kolicima, trke s povezom na očima uz postavljene prepreke, filmsku večer te, možemo sa sigurnošću reći, kamp je protekao u lijepoj i ugodnoj atmosferi, druženju,



Lukavac: Sportsko-rekreativno druženje osoba s invaliditetom

peer-podršci i aktivizmu. Na samom kraju svih smo se složili s tim da su nam ovakva dešavanja potrebna za napredovanje, ali i druženje i inkluziju, te se nadamo da će i organizacija kampa postati tradicija.

### Pokazni turnir u kuglanju za paraplegičare

U nastojanju da maksimalno promoviramo aktivnu život osobu s invaliditetom, ali i da osobe s invaliditetom uključujemo u sve one aktivnosti koje su dostupne i moguće, naše Udruženje 21. augusta 2019. godine organiziralo je 1. pokazni turnir u kuglanju za paraplegičare. S obzirom na to da je svim učesnicima ovo bio prvi put da kuglaju, prvi dio turnira bio je pokazni, jer su svim učesnicima

objašnjena pravila, način na koji je moguće kuglati te sam čin kuglanja, što su imali priliku probati. Zatim je uslijedio takmičarski dio, na kojem smo imali učesnike u muškoj i ženskoj konkurenciji. Na samom kraju svoje dojmova i impresije podijelili smo uz osvježenje i zakusku, a s obzirom na to da su reakcije bile samo pozitivne, nastojat ćemo da se kuglanje ponovi i postane tradicija.

### Sportsko-rekreativno druženje osoba s invaliditetom Lukavac

Dana 7. septembra 2019. godine Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Lukavac organiziralo je sportsko-rekreativno druženje osoba s invaliditetom. Druženje je organizirano na jezeru

Bistarac u Lukavcu, a ispred našeg Udruženja prisustvovali su Ljilja Slišković, Samira Đidić, Mujo Adilović, Halid Bajramović, Tahir Mandžuka i Zahid Žuna. Budući da je ovo druženje bilo i sportsko-takmičarskog karaktera, učesnici druženja imali su priliku oprobati se u streljaštvu, šahu i pikadu. Ponosni smo na činjenicu da su naši članovi ostvarili izvrsne uspjehe: Halid Bajramović, prvo mjesto u šahu; Ljilja Slišković, prvo mjesto u streljaštvu; Samira Đidić, drugo mjesto u pikadu i Tahir Mandžuka, drugo mjesto u streljaštvu. Nakon zvaničnog dijela te održanih igara nastavili smo druženje u ugodnoj atmosferi. Zahvaljujemo Udruženju paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Lukavac na pozivu te želimo da organizacija ovakvih događaja postane tradicija.

# 3. decembar – Međunarodni dan osoba s invaliditetom

“Na ovaj Međunarodni dan potvrdimo svoju opredijeljenost da zajedno radimo na boljem svijetu, koji je inkluzivan, pravedan i održiv za sve, gdje se prava osoba s invaliditetom u potpunosti ostvaruju.” – António Guterres, generalni sekretar Ujedinjenih nacija



## Tema 2019: “Budućnost je pristupačna”

Međunarodni dan osoba s invaliditetom počeo se obilježavati 3. decembra svake godine na osnovu Rezolucije Generalne skupštine Ujedinjenih nacija 47/3 iz 1992. godine. Obilježavanje 3. decembra ima za cilj promociju svijesti, prava i dobrobiti osoba s invaliditetom u svim sferama društva i razvoja te povećanje svijesti o stanju osoba s invaliditetom u svim aspektima političkog, društvenog, ekonomskog i kulturnog života, kao i implementaciju lične i društvene pomoći u njihovom stvarnom životu, kako bi mogli poboljšati svoj način života i uklonili društvenu stigmu prema njima. Od 1992. godine to je postalo kontinuirano godišnje obilježavanje koje se pokazalo vrlo uspješnim za promociju i realizaciju prava i potreba osoba s invaliditetom u cijelom svijetu.

Vitalna svrha obilježavanja 3. decembra jeste poboljšanje razumijevanja ljudi širom svijeta prema osobama s invaliditetom, kao i njihovo zajedničko okupljanje kako bi im se pomoglo u poboljšanju njihovog samopoštovanja, blagostanja i prava u društvu. Također, time se želi postići uključivanje svih osoba s invaliditetom u društvo u svim aspektima života, kao što su politički, ekonomski, socijalni i kulturni. Zbog toga se obilježava pod nazivom “Međunarodni dan osoba s invaliditetom”. Svake godine obilježavanje međunarodnog dana osoba s invaliditetom usredotočuje se na različita pitanja invalida širom svijeta.

Službe Ujedinjenih nacija, Odjel za generalnu skupštinu i upravljanje konferencijama, Ured za upravljanje ljudskim resursima i Ured srednjih službi za podršku zajedno su proslavili niz događaja u sjedištu Ujedinjenih nacija 3. decembra.

Planirani su seminari, konferencije, radionice i prezentacije u znak obilježavanja dana.

## Ciljevi obilježavanja Međunarodnog dana osoba s invaliditetom

- Ključni cilj obilježavanja ovog događaja jeste povećati svijest i razumijevanje ljudi prema problemima osoba s invaliditetom.
- Podrška osobama s invaliditetom da steknu samopoštovanje, saznanje o svojim pravima i sigurnosti u društvu.
- Bavljenje svim pitanjima osoba s invaliditetom u svim aspektima života.
- Analiziranje propisanih i međunarodno usvojenih pravila i propisa; provode li ih i slijede li ih dobro vladine organizacije.

- Da bi se pomoglo osobama s invaliditetom u pravilnoj rehabilitaciji, potrebno je ponuditi jednake mogućnosti, smanjiti siromaštvo i potaknuti njihovu ulogu u društvu.
- Osobe s invaliditetom trebaju se usredotočiti na svoje zdravlje, blagostanje, obrazovanje i socijalno dostojanstvo.

## Zašto je potrebno obilježavati Međunarodni dan osoba s invaliditetom

Većina ljudi ne zna koliko je ljudi s invaliditetom u društvu u kojem žive zajedno s njima, čak ni koliko ih ima u njihovom susjedstvu i imaju li jednaka prava u društvu kao što imaju oni, osobe bez invaliditeta. Ljudi, osobe bez invaliditeta, trebaju biti svjesni da je njihova pomoć osobama s invaliditetom veoma značajna u odrastanju, stjecanju dostojanstva i dobrobiti svake vrste, ali općenito ljudi vrlo malo, ili nikako, ne znaju za osobe s invaliditetom i njihove potrebe, njihovo pravo na život i sva ostala ljudska prava, a koja oni uživaju i ostvaruju u istoj društvenoj zajednici.

Dakle, veoma je potrebno da se ovaj događaj adekvatno obilježi kako bi se ljudi upoznali sa stvarnim stanjem osoba s invaliditetom. Osobe s invaliditetom nalaze se pod "najvećom svjetskom manjinom" i suočavaju se s mnogim

preprekama u svim aspektima života zbog nedostatka odgovarajućih resursa i prava za njih.

## Šta treba promijeniti... i zašto!?

Procjenjuje se da više od milijardu ljudi živi s nekim oblikom hroničnog invaliditeta, odnosno oko 15% svjetske populacije. Broj osoba s invaliditetom raste – dolazi do globalnog porasta hroničnih zdravstvenih stanja poput dijabetesa, kardiovaskularnih bolesti i poremećaja mentalnog zdravlja, što sve utječe na prirodu i rasprostranjenost invaliditeta. Uklanjanje barijera za osobe s invaliditetom stoga je još važnije, jer ove prepreke (poput negativnih stavova, nedostatka pružanja usluga, nepristupačnosti infrastrukture, nedostatka savjetovanja i uključenosti) doprinose nedostacima koje imaju osobe s invaliditetom. Naprimjer, osobe s invaliditetom često:

- Imaju lošiji zdravstveni ishod: osobe s invaliditetom mogu osjetiti veću ranjivost u sekundarnim stanjima i komorbiditetima koji se mogu sprječiti, neliječenim uvjetima

mentalnog  
zdravlja,



lošim oralnim zdravljem, višim stopama HIV infekcije, višim stopama pretilosti i preuranjene smrtnosti.

- Imaju niža obrazovna dostignuća: manja je vjerovatnoća da će djeca s invaliditetom započeti školu od svojih vršnjaka bez invaliditeta. Također, imaju nižu stopu ostajanja u školi, napredovanja ili prelaska na srednje i visoko obrazovanje.
- Manje su ekonomski aktivni: osobe s invaliditetom imaju nižu stopu zaposlenosti od osoba bez invaliditeta. Ondje gdje su osobe s invaliditetom zaposlene, oni obično zarađuju manje od svojih kolega bez invaliditeta.
- Više stope siromaštva: domaćinstva bez osobe s invaliditetom imaju nižu stopu siromaštva od domaćinstava koja imaju člana (osobu) s invaliditetom. Kao grupa i širom okruženja, osobe s invaliditetom imaju lošije životne uvjete i manje imovine. Siromaštvo može pogoršati invalidnost zbog neuhranjenosti, loše zdravstvene zaštite i opasnih radnih ili životnih uvjeta.
- Ciklički, invaliditet može dovesti do siromaštva kroz izgubljene zarade zbog nedostatka zaposlenja ili nedovoljne zaposlenosti, kao i kroz dodatne troškove života s invaliditetom, kao što su dodatni medicinski

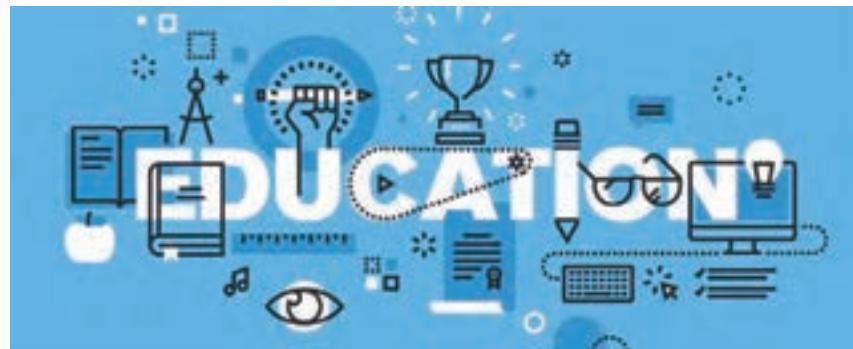
troškovi, stanovanje i troškovi transporta. Najčešće ne mogu živjeti samostalno ili u potpunosti sudjelovati u zajedničkim aktivnostima. Oslanjanje na institucionalna rješenja, nedostatak života u zajednici, nepristupačan prijevoz, nepristupačne javne ustanove i negativni stavovi ostavljaju ljudе s invaliditetom ovisnim o drugima, kao i izoliranim od glavnih društvenih, kulturnih i političkih zbivanja.

Navedeni primjeri su dokaz, pravno i iz ljudske perspektive, da su osobe s invaliditetom u velikoj mjeri isključene iz društva. Kako se navodi, na osnovu značajnog istraživanja i široko objavljene literature Ujedinjenih nacija i mnogih nacionalnih i međunarodnih organizacija i agencija, baza dokaza o ekonomskoj koristi od inkluzivnog razvoja, posebno u okviru obrazovanja, zapošljavanja i zdravstvene zaštite, postaje sve značajnija i prepoznatljivija.

## Obrazovanje

Isključenje iz obrazovanja može dovesti do smanjenja zaposlenosti i smanjenja mogućnosti zarade među osobama s invaliditetom. To ne samo da pojedince i njihove porodice čini ranjivijima u društvu i bližim siromaštvu već može ograničiti i nacionalni ekonomski rast. Naprimjer:

- U Kini su procjene pokazale da svaka dodatna godina školovanja za osobe s



invaliditetom dovodi do povećanja plaća od 5% za ruralna područja i 8% za urbana područja.<sup>1</sup>

- U Bangladešu je smanjenje prihoda od plaća koje se pripisuju nižim nivoima obrazovanja među osobama s invaliditetom koštalo ekonomiju 54 miliona dolara godišnje.<sup>2</sup>

Također, bolji pristup obrazovanju može imati pozitivan utjecaj u

oblastima kao što su kriminal, kontrola rasta stanovništva, zdravlјa, učešće građana i osnaživanje spolova, što zauzvrat ima finansijske / ekonomski e socijalne posljedice.

## Zaposlenje

Osim izazova u pristupu formalnog zaposlenja, osobe s invaliditetom mogu se, također, suočiti i s preprekama neformalnog rada i sa-mozapošljavanja. Uz to, staratelji se suočavaju s prinudnim odricanjem od vlastitog zaposlenja zbog podrške članovima porodice s invaliditetom.

<sup>1</sup> Liao J, Zhao J, 2013, *Stopa povratka u obrazovanje osoba s invaliditetom u ruralnoj Kini*.

<sup>2</sup> Svjetska banka, 2008, *Dokument o*



Naprimjer, u Južnoj Africi izgubljena zarada, zbog problema zapošljavanja osoba s invaliditetom uslijed prinudnog odricanja od vlastitog zaposlenja zbog podrške članovima porodice s invaliditetom, u prosjeku iznosi 4.798 USD po odrasloj osobi (oko polovina BDP-a po glavi stanovnika), što je 3,6 milijardi USD u ukupnom iznosu na nacionalnom nivou.<sup>3</sup> Također, dokazano je da zaposleni s invaliditetom imaju veću stopu zadržavanja na poslu, veću prisutnost, bolju evidenciju sigurnosti i podudarnu produktivnost u odnosu na zaposlenike bez invaliditeta.<sup>4</sup> Ovi istraživački, statistički podaci mogu stvoriti znatne dobitke: u SAD-u zajednički napor velikih kompanija Walgreens i Verizon da zaposle značajan broj osoba s invaliditetom rezultirali

su povećanjem produktivnosti od 20%, odnosno 67% povrata ulaganja u njihovo zapošljavanje.<sup>5</sup>

### Zdravstvena zaštita

Nemogućnost pristupa i dobijanja odgovarajuće pravovremene zdravstvene zaštite može rezultirati kontinuiranim lošim ili pogoršanim nivoom funkcioniranja među osobama s invaliditetom – uključujući i razvoj dodatnih uvjeta onemogućavanja koji dugoročno dovode do povećanja ličnih i društvenih troškova liječenja i produktivnosti.<sup>6</sup>

Osim toga, propust da se uključuju osobe s invaliditetom u javne zdravstvene ustanove može ugroziti efikasnost i efikasnost ovih programa. Kao rezultat isključenosti, osobe s invaliditetom mogu imati

medicinske troškove, a vlade više troše na paralelne programe skrbi i liječenja za zdravstvena stanja koja se mogu sprječiti.

Loše zdravstveno stanje može imati negativne posljedice i za obrazovanje i za zapošljavanje. Na primjer, stalno loše zdravlje može dovesti do slabog obrazovnog dostignuća, što je značajno povezano s nižim životnim potencijalom za zaradu. Uz to, loše zdravlje može umanjiti produktivnost rada na poslu, a ako je trajno, može dovesti do gubitka posla ili prisilnog smanjenja sati. Nasuprot tome, napor na poboljšanju zdravstvenog stanja osoba s invaliditetom mogu dovesti do većeg zapošljavanja i obrazovanja osoba s invaliditetom, što će, dokazano, rezultirati ekonomskim dobitcima.

### Ideje za događaje: kako obilježiti MDOI / IDPD u vašoj lokalnoj zajednici

Obilježavanje 3. decembra pruža mogućnosti za saradničke i inkluzivne sadržaje svih sudionika – vlade, sistema Ujedinjenih nacija, civilnog društva i udruženja i saveza osoba s invaliditetom – da se usredotoče na pitanja koja se odnose na uključivanje osoba s invaliditetom u društvo i razvoj, kao korisnici i sudionici promjena.

*Quarterly, 53(1): 40-52.*

<sup>3</sup> McIntyre D, Thiede M, Dahlgren G, Whitehead M, 2006, *Koje su ekonomske posljedice za domaćinstva od bolesti i plaćanja zdravstvene zaštite u zemljama s niskim i srednjim dohotkom?* Social Science & Medicine, 62 (4): 858-65.

<sup>4</sup> Australska privredna komora, 2012, *Zapošljavanje izvan okvira poslovanja – poslovni slučaj zapošljavanja osoba s invaliditetom*, Canberra.

<sup>5</sup> International Labour Organization, 2011, *Disability in the Workplace and the ILO Global Business and Disability Network 2011*. and Houtenville A, Kalargyrou V, 2012, *People with Disabilities Employers' Perspectives on Recruitment Practices, Strategies, and Challenges in Leisure and Hospitality*, Cornell Hospitality



- Organizirajte svečano obilježavanje Međunarodnog dana osoba s invaliditetom – 3. decembar putem foruma i javnih diskusija na kojima će prisustvovati osobe s invaliditetom i predstavnici društvene zajednice i na kojima će se diskutirati o problemima, pitanjima i rješenjima osoba s invaliditetom. Pozovite predavača, *gostujućeg govornika*, koji će se obratiti gostima u vezi s pitanjima invalidnosti ili njihovim inspirativnim pričama ili iskustvima.
- Organizirajte prigodan ručak za osobe s invaliditetom, tj. za predstavnike i određen broja članova udruženja, organizacija i saveza osoba s invaliditetom povodom 3. decembra. Pozovite nekog od predstavnika osoba s invaliditetom, osobu s invaliditetom ili lokalnog zastupnika da održi prigodan govor.
- Organizirajte ceremoniju dodjele prigodnih nagrada i priznanja za postignuća osoba s invaliditetom ili predstavnike društvene zajednice koji su svojim doprinosom to zaslužili.
- Organizirajte izložbe umjetnosti i zanata tokom kojih će se predstaviti sudionici koji stvaraju s ograničenim osjetilima, te umjetničku izložbu na kojoj će se predstaviti lokalni umjetnici i drugi umjetnici s invaliditetom koji stvaraju umjetnička djela i nadahnjuju svoje živote.
- Organizirajte prezentacije i štandove za promociju

svijesti ili usluga za osobe s invaliditetom, a na kojoj će učestvovati lokalne organizacije i zagovornici koji imaju veze s invaliditetom.

- Organizirajte inkluzivni sportski karneval, koji uključuje sportove sa sjeđećim garniturama, šetnju grmljem s povezom preko očiju, plesanje u invalidskim kolicima, potragu za blagom i štafete, kao i razna kreativna takmičenja na kojima će se timovi takmičiti da najbolje prikažu temu poput raznolikosti, rušenja barijera, sposobnosti itd. kroz umjetnost, pisanje pjesama, ples, igru, poeziju ili multimedijalnu produkciju.
- Organizirajte koncerte povodom 3. decembra na kojima će učestvovati osobe s invaliditetom iz školskih muzičkih sekcija i profesionalni muzičari iz društvene zajednice.
- Organizirajte i sudjelujte u akciji prikupljanja sredstava za dobrovorne organizacije povezane s invaliditetom ili volontirajte u njihovim aktivnostima.
- Širite svijest: obilježite 3. decembar, IDPD / MDOI za 2019. godinu, i putem društvenih mreža. Prikažite plakate, fotografirajte se i objavite na društvenim mrežama kako se prezentirati

javnosti, tj. ljudima bez invaliditeta koji nedovoljno znaju o vašim problemima i pravima.

Glavni fokus je praktična akcija za ostvarivanje ciljeva Dana osoba s invaliditetom i lokalnih zajednica. Istaknite najbolje prakse i budite uporni u davanju preporuka političkim liderima, firmama, akademskim institucijama, kulturnim centrima i drugima.

## Recite nam!

Ako obilježavate Međunarodni dan osoba s invaliditetom u svojoj zajednici, a želite biste podijeliti inovativnu ideju koja uključuje i druge zainteresirane strane, kao što su vaše vlade, agencija Ujedinjenih nacija, udruženja osoba s invaliditetom i druge NVO, informirajte nas o tome. Mi ćemo predstaviti vašu ideju na našim web stranicama, informirati i potaknuti druge da učine isto. – Molimo pošaljite Vaše ideje na e-mail: [enable@un.org](mailto:enable@un.org)

*Svijet koji prepoznaje prava invalida, osigurava da ljudi s invaliditetom mogu biti produktivni članovi svojih zajednica i nacija te osigurava inkluzivno i dostupno okruženje, bit će svijet od koristi svima nama – s invaliditetom ili bez njega. (Ban Ki-moon, generalni sekretar Ujedinjenih nacija, 2013)*

*Ništa o nama bez nas*

# Ishrana osoba sa stanjem paraplegije

Osobe sa stanjem paraplegije moraju s pojačanim naporom i pažnjom razmišljati o svojoj tjelesnoj težini, jer nemogućnost aktivnog kretanja i usporen metabolizam doprinose gojaznosti i metaboličkim oboljenjima

Zdravlje je stanje dobrog tjelesnog, psihičkog i društvenog blagostanja. Dobro zdravlje određuje visok stepen funkcionalnosti organizma, harmoniju intelektualnih i bioloških funkcija. Važan segment zdravlja je pravilno uravnotežena ishrana. Ishrana je jedna od potreba svakog čovjeka na zemlji, to je proces u kojem čovjek unosi hranu u organizam koja se putem digestivnog sistema i probave prerađuje u energiju. Hrana je prirodna tvar koja apsorpcijom u ljudskom organizmu doprinosi očuvanju homeostaze. Za idealnu homeostazu potrebno je unositi

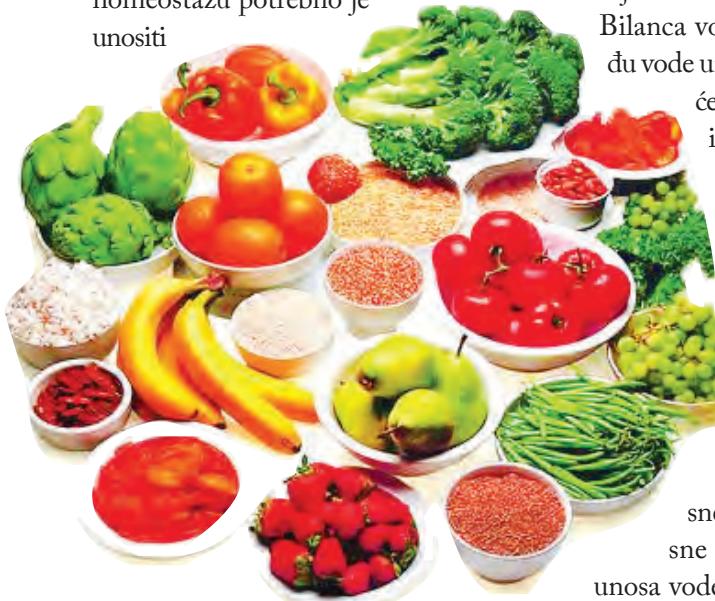
u pravilnom omjeru glavne sastojke: ugljikohidrate, bjelančevine, masti, vitamine i minerale, uz neophodno razmišljanje o unosu dovoljne količine vode. Jer, za dobro zdravlje, osim pravilne prehrane i redovne tjelesne aktivnosti, ključna je navika pijenja vode kao najzdravijeg pića i medija u kojem se odvija život. Voda čini od 60 do 70% čovjekove tjelesne mase, a ima više važnih funkcija u organizmu: razgradnja i apsorpcija hrane, izvor elektrolita i minerala, regulira tjelesnu temperaturu, oslobađa organizam od štetnih tvari, usporava starenje i održava kožu svježom.

Bilanca vode je odnos između vode unesene hransom i pićem, metaboličke vode i izlučene vode (mokraća, feces, znoj). Premali unos vode dovodi do negativne bilance (dehidracije organizma). Potrebe za vodom ovise o količini unesene hrane, tjelesne mase, dobi i tjelesne aktivnosti. Prosjek unosa vode je 0,3 decilitra po

kilogramu tjelesne težine. Vodu treba piti tokom cijelog dana, čak i kada nismo žedni. Za unos potrebne tečnosti trebamo unositi vodu, a izbjegavati zasladijene napitke. Pravilnim unosom vode reguliramo i tjelesnu težinu, pa je čaša vode prije svakog jela prevencija pretilnosti.

Mnogo mislilaca pisalo je o značaju vode: "Budi kao voda. Ona uvek ide pravo, nosit će se da vidi ko iz nje piće. Svoje prepreke probija ili ih mudo zaobilazi. Nijedan joj kamen dorastao nije." (A. P. Čehov)

Obavljena su mnoga istraživanja u vezi s vodom. Japanski istraživači ukazali su na to da obična pitka voda reagira na zvučni podražaj; eksperiment je provođen više godina tako što su male boce punili vodom i puštali različite vrste muzike. Uz muziku su boćice vode zamrzavane i kasnije su ispitivani kristali leda u pojedinim boćicama. Voda zamrznuta uz klasičnu muziku imala je lijepi i pravilni kristale, a kristali vode zamrznuti uz heavy metal bili su manje lijepi i prikazivali su sliku "haosa". Zaključci su da voda reagira i spremna u svoju memoriju informacije što ih prima s izvora.





Da bismo bili zdravi, potrebno je pridržavati se određenih uputstava za ishranu.

### Jesti raznovrsnu hranu

Da bismo bili zdravi, potrebno je unijeti 40 različitih vrsta hranjivih materija. Tu su uključeni proteini, ugljikohidrati, mineralni, vitamini, masti i voda. Jedan od načina da se osigura raznovrsnost i dobro izbalansirana dijeta jeste da se izabere svaki dan jedna iz sve četiri grupe hrane.

- Prva grupa hrane: mlijecačna grupa (mljeko, jogurt, sir, sladoled)
- Druga grupa hrane: mesna grupa (kuhano meso, riba, peradi, puter)
- Treća grupa grane: voće i povrće (kuhano voće ili povrće, svježe voće, salata)
- Četvrta grupa hrane: hljeb i žitarice (hljeb od cijelih zrna, kuhane žitarice, smeđa riža)

### Održavanje idealne težine

Održavanje idealne težine važno je za sve ljude, naročito za ljudе koji koriste invalidska kolica, jer

kod tih pacijenata, osim smanjene fizičke aktivnosti, postoji i djelimični poremećaj metabolizma. Povišena tjelesna težina dovodi i do rizika od pojave šećerne bolesti, visokog krvnog pritiska i povećanih masnoća u krvi. Postoje razne skale za mjerjenje idealne težine, ali u procjeni idealne težine treba uzeti u obzir starost, spol i genetičku predispoziciju.

### Izbjegavati mnogo masnoće, prezasićenih masti i holesterola

Da bismo ispunili zahtjev za smanjenje masnoća i holestrola, trebamo u ishrani više koristiti ribu, meso peradi, grah i grašak kao izvod proteina, ograničiti se na unošenje putera i kajmaka, više koristiti kuhanu, a manje prženu hranu i pažljivo čitati etikete sa sadržajem masti kada kupujemo hranu u prodavniciama.

### Jesti hranu sa složenim ugljikohidratima i vlaknastu hranu

Hrana od složenih ugljikohidrata (grah, grašak, koštunjavvo voće,

sjemenke, voće, povrće, žitarice) osim kalorija sadrži i bitnije hranljive sastoje u odnosu na hranu s jednostavnim ugljikohidratima (šećer, sirup i med).

Hrana s više vlakana bolja je za metabolizam. U ovu hranu spadaju mahunarke, kuhano povrće, sušeno voće, smeđa neoljuštena riža, mekinjaste žitarice.

### Izbjegavati previše slatkiša

Da bismo ispunili navedeni zahtjev, moramo jesti manje hrane i pića koje sadrži više šećera (bomboni, bezalkoholna pića, kolači), koristiti sve vrste šećera, uključujući bijeli i smeđi šećer. U ishrani treba koristiti svakodnevno svježe voće.

### Izbjegavati previše soli

Kuhinjska so sadrži dva bitna elementa (natrij hlorid); unošenje previše soli štetno je za zdravlje ljudi koji imaju povišen krvni pritisak, bubrežna oboljenja i srčana oboljenja. Preporuka za smanjenje soli jeste manje soliti hranu i koristiti alternativne začine umjesto soli (lovorov list, kim, kopar, majčina dušica).

Osobe sa stanjem paraplegije moraju s pojačanim naporom i pažnjom razmišljati o svojoj tjelesnoj težini, jer nemogućnost aktivnog kretanja i usporen metabolizam doprinose gojaznosti i metaboličkim oboljenjima. Za osobe s paraplegijom preporučuje se pet obroka dnevno sa što više svježeg voća i povrća i unosom minimalno dva litra vode dnevno. Uz navedeno, neophodno je raditi svakodnevno vježbe koje su moguće u ovisnosti o prirodi oboljenja i vrsti povrede.

# Prevencija i hirurški tretman dekubitalnih ulkusa

*Prof. dr. Reuf Karabeg*

Zvuči paradoksalno da se dekubitalni ulkus najčešće javlja u bolnicama (oko 60%). Stoga se pojava dekubitusa u bolničkim ustanovama može koristiti kao indikator kvaliteta njegе bolesnika

## Definicija i lokalizacija

Dekubitalni ulkus ili decubitus (dolazi od latinske riječi decumbe-re – ležati) jeste lezija uzrokovana dugotrajnim mehaničkim pritiskom na predisponirane dijelove tijela koji dovodi do smanjenja cirkulacije kože

i mišića kod dugotrajno ležećih (npr. nakon moždanog udara, politraume ili povrede kičmene moždine) ili sjedećih pacijenata (u invalidskim kolicima). Konsekvenca ovog patofiziološkog procesa je ishemična nekroza ili odumiranje tkiva, s ranom ili ulkusom koji se otvara.

Karakteristično je da oštećenje ili defekt zahvaćene kože predstavlja manji dio ukupno zahvaćenog tki-va, jer su mišići mnogo osjetljiviji na ishemiju od kože. Koža može tolerirati i do 10-12 h prije početnih znakova nekroze a mišić može nekrotizirati nakon 4-6 h smanjene ili prekinute opskrbe krvlju. Dakle, kožni defekt može biti znatno ma-nji od defekta dubljih struktura, o čemu se mora voditi računa.

Dekubitus se može pojaviti na bilo kojem dijelu tijela, ali najčešće lokalizacije vezane su za dva bitna uzročna faktora: izloženost dugotrajnom pritisku kože iznad koštanih struktura ili prominencijsa. Uz sakralnu (križna regija), trohanteričnu (zona kuka) i ishijadičnu (sjedalnu) lokaciju, kao najčešće lokacije, dekubitus se može pojaviti i na drugim regijama, kao što su kalkanearne regije (peta), skapularne regije (lopatica), okcipitalna



Slika 1.

### Sakralni dekubitus.

- Prijeoperativno.
- Rekonstrukcija lokalnim rotacionim glutealnim režnjem.
- etiri sedmice postoperativno.





Slika 2.

**Trochanterni dekubitus.**

- a) i b) Prije i poslije uklanjanja devitaliziranih struktura (debridmana).
- c) Odignut režanj m.tensor fasciae latae,
- d) Defekat rekonstruisan. Donorni defekat (mjesto odakle je režanj transponiran) zatvoreno direktno.

a nakon toga okretanjem pacijenta na svaka dva sata, spriječiti daljnji razvoj dekubitusa, odnosno izlječiti pacijenta za nekoliko dana.

***II stadij***

Postoji površinska rana, dio kože je odignut (epidermoliza), formira se bula. Crvenilo rane i lokalna temperatura sastavni su dio patološkog zbivanja. Rana zarasta brzo (7-10 dana), bez ožiljnih promjena.

***IV stadij***

Tkvino oštećenje širi se do dubljih slojeva vezivnog tkiva i do mišića. Nastala nekrotična masa ulcerira i veoma brzo se inficira s mogućim širenjem u kosti (osteomijelitis) i zglobove (artritis). Hirurški tretman je obavezan.

**Predisponirajući opći faktori**

Gubitak voljnih pokreta, koji onemogućava samostalno kretanje (osobito kod pacijenta s paraplegijom, kvadriplegijom), uz paralizu mišića koji atrofiraju, čime se smanjuje zaštitni sloj između kože i kostiju, spazam mišića, kontrakture udova i poremećaj senzibiliteta – čine osnovne predisponirajuće faktore.

**Stadiji bolesti i indikacije za operativni zahvat**

Kroz opis stadija bolesti praktično iznosimo indikacije, tj. kada treba uraditi operativni zahvat.

***I stadij***

Manifestira se novonastalim crvenilom koje se ne povlači tokom 24 sata. Koža je intaktna, postoji lokalna temperatura i manji otok. U ovom stadiju možemo primjenom konzervativnog lokalnog liječenja i neizlaganjem zahvaćene zone nekoliko dana,

***III stadij***

U ovom stadiju, gdje se oštećenje tkiva širi u dublje slojeve kože (minimalno dermis), može se uraditi hirurški tretman, iako se eliminacija nekrotične mase može uraditi i primjenom konzervativnih mjer (debridman, nekrektomija, previjanja). Cijeljenje traje 4-6 sedmica, sa stvaranjem ožiljnog tkiva na koži.

**Prevencija i hirurško liječenje*****Prevencija***

Najbolji način liječenja je preventija, koja je uvijek moguća. Prije svega, treba primijeniti osnovnu mjeru prevencije, a to je okretanje bolesnika svaka dva sata. Korištenje specijalnih madraca i/ili antidekubitalnih dušenika dovodi do redistribucije pritiska i sprečavanja nastanka ulkusa. Redovna higijena se podrazumijeva. Loše opće stanje bolesnika (pothranjenost,



Slika 3.

Ranije korišteni TFL obostrano je nekrotizirao zbog recidiva dekubitalnih ulkusa. Rekonstrukcija 5 dekubitalnih ulkusa u istom aktu (sakralni dekubitus riješen rotacionim režnjem; lijevi ishijadi ni decubitus operiran sa V-Y biceps femoralis miši no-kožnim režnjem; lijevo trohanterno sa distalnim dijelom miši nog biceps femoris režnja; desno ishijadi no-lokalni transpozicioni fasciokutani režanj; desno trohanterno - lokalni fasciokutani režanj). Sekundarni defekti nastali pomjeranjem režnjeva zatvoreni direktno ili pokriveni transplantatom tipa Thiersch kao i tranponirani miši ni režani.

anemija, hipovitaminoza, hipoproteinemija itd.) sigurno značajno dopri nose nastanku dekubitalnog ulkusa te treba voditi računa da se na vrijeme preventivno korigiraju.

### Hirurško liječenje

Moraju se poštovati određeni principi pri svakom hirurškom liječenju dekubitalnih ulkusa.

1. Oslobađanje mišićnog spazma važan je korak u uspjehu hirurškog liječenja. Primjenjuje se u početku medikamentozna

terapija. Ako pacijent ne reagira na konzervativnu terapiju, može se uraditi hirurška intervencija. Hirurgu su na raspolaganju periferni nervni blok, epiduralni stimulatori, neurohirurške operacije, kao što su kordotomija ili rizotomija itd.

2. Kompletna ekskizacija pseudociste, tj. ulcerozne burze mora biti urađena u septičnoj operacionoj sali.
3. Debridman ili hirurško odstranjivanje devitalizirane kože i nekrotičnog tkiva treba

se uraditi klasičnim skalpelom ili radiofrekventnim skalpelom zbog manjeg traumatiziranja tkiva.

4. Voditi računa o gubitku krvi, minimizirati ga po svaku cijenu najsuptilnijom kontrolom hemostaze. U rubove dekubitalnog ulkusa može se ubrizgati solucija koja se koristi za liposukciju a koja sadrži epinefrin. Ovaj postupak pomaže dvostruko – reducira krvarenje i olakšava odvajanje pseudociste od okolnog tkiva.
5. Neophodno je intraoperativno odstraniti svu inficiranu i/ili devitaliziranu kost. Preporučuje se u određenim slučajevima preoperativno poslati uzorak tkiva kosti na bakteriološko ispitivanje i RTG zahvaćene regije. Rijetko je potreban CT ili MRI.
6. Neophodno je beztenziono zatvaranje rane radi sprečavanja otvaranja rane, tj. dehiscencije. Aspiracionu drenažu držati dok se ne smanji secernacija ispod 30 ml na 24 h dva dana uzastopno radi sprečavanja seroma.
7. Treba primijeniti fasciokutane ili mišićno-kožne režnjeve koji daju dugotrajne rezultate (slika 1, 2 i 3). Kožni režnjevi rijetko se mogu primijeniti kod površnih ulceracija. Predstavljaju veoma nestabilan pokrov s malim uspjehom, jer se kod 2 od 3 pacijenta nakon izvjesnog vremena mora uraditi novi operativni zahvat.

### Zaključak

Najvažnija je prevencija nastanka dekubitalnog ulkusa koja je uvi jek moguća.

# Reumatizam u osoba s paraplegijom

Doc. dr. sc. Slavica Janković

Osim fizioterapijskih vježbi u liječenju reumatizma kod osoba s paraplegijom primjenjuju se termoterapija, elektroterapija, terapija laserom i medicinska masaža.

Ureumatske bolesti ubraja se više od stotinjak različitih poremećaja i bolesti loko-motornog sistema. Od reumatskih bolesti obolijevaju sve dobne skupine, uključujući i djecu, a veći broj oboljelih uočava se u osoba nakon navršene pedesete godine života. Priroda bolesti je takva da je u osoba s reumatskim problemima znatno narušena kvaliteta svakodnevnog života, te su vrlo često takve osobe ovisne o pomoći drugih osoba. Najučestalije reumatske bolesti su: osteoartritis (OA), reumatoidni artritis (RA) i spondiloartritis (SpA).

Osobe s dijagnozom paraplegije također su vrlo često zahvaćene reumatskim bolestima, posebno OA i RA. Jedan od "okidača" za nastanak

bolesti jest prenaprezanje zglobova i mišića gornjih ekstremiteta s obzirom na to da se preko njih svakodnevno provode transferi kolica – krevet, kolica – toalet, kolica – automobil i sl. Osobe s dijagnozom paraplegije najčešće imaju osteoartritis malih zglobova šake, prstiju i ručnog zgloba, ali i lakatnog i rame-nog zgloba koji nastaje zbog opterećenja mišićno-koštanog sistema pri svakodnevnim aktivnostima. Na tim mjestima nastupaju dege-nerativne promjene na zglobovima i strukturama oko njih uzrokujući vrlo jaku bol, ograničenu pokretljivost te slabljenje mišića. S obzirom na to da su gornji ekstremiteti za osobe s paraplegijom od velike važnosti, za kretanje je iznimno važno

pravilno što ranije pristupiti liječenju reumatske bolesti. Reumatska reha-bilitacija ima tri razine na kojima nastoji djelovati, a to su: prevencija novih simptoma, liječenje nastalih promjena i disfunkcija te prilagodba (kompenzacijom) na nastale promjene i deformacije. U liječenju reumatskih bolesti kod osoba s paraplegijom sudjeluje multidisciplinarni tim, koji različitim intervencijama nastoji poboljšati kvalitetu života i usporiti progresiju bolesti za ovu kategoriju bolesnika. Za uspjeh ovog rehabilitacijskog postupka postavljaju se dugoročni i kratkoročni ciljevi. Kroz različite fizioterapeutske postupke – fizioterapijske vježbe prilagođene zahvaćenom segmentu, mogućnostima i dobi pacijenta, te radnu



terapiju, fizikalne modalitete, kao i primjenu ortoza i pomagala – nastoje se ostvariti kratkoročni ciljevi rehabilitacije. Svi fizikalni i rehabilitacijski postupci pomoći će osobama s paraplegijom da se umanje simptomi ako imaju osteoartritis ili neku drugu vrstu reumatizma. U cijelom rehabilitacijskom postupku potrebno je educirati bolesnika o samoj bolesti i važnosti provođenja vježbi. To se posebno odnosi na osobe s paraplegijom ako žele i dalje imati očuvanu tjelesnu aktivnost i samostalnost u svakodnevnom životu, kao prije pojave reumatizma. Sve fizioterapijske vježbe, koje se provode kod reumatskih bolesti, planirane su, strukturirane i ponavljajuće, a učinak im je unapređenje ili održavanje funkcije segmenta. Programi vježbanja za osobe s paraplegijom i upalnim reumatizmom postoje se od kombinacije vježbi istezanja i mišićnog snaženja te od vježbi koje djeluju na kardiorespiratornu fizičku kondiciju, u kombinaciji s vježbanjem posebnih mišićnih obrazaca koji su sastavni dio aktivnosti svakodnevnog života. Kako bi program vježbanja bio što učinkovitiji, potrebno je izabrati pravu formu vježbe koja se



podudara s bolesnikovim stanjem i prioritetima (individualne vježbe, vježbe u skupinama, vježbe u dvorani, vježbe u bazenu). U rehabilitaciji osoba s paraplegijom jako je važno dobro koncipirati program vježbi za snaženje mišića, te je cilj programa mišićnog kondicioniranja održavanje ili unapređenje različitih aspekata mišićnog funkcioniranja, što uključuje snagu mišića, izdržljivost, brzinu i koordinaciju. Samo dobro osnaženi mišići omogućit će osobi s paraplegijom samostalnost u svakodnevnim aktivnostima. Programi mišićnog kondicioniranja trebaju biti koncipirani tako da imaju postupnu progresiju težine vježbe, individualno prilagođen program i vježbanje svih velikih skupina mišića. Kod osoba s paraplegijom i s upalnim reumatizmom preporučuje se od 8 do 10 različitih vježbi koje aktiviraju sve velike mišićne skupine, uz progresiju intenziteta s 50% na 80% maksimuma jednog ponavljanja. Vježba za pojedine mišićne skupine ponavlja se od 1-2 do 8-10 puta, u jednoj do tri serije.

Osim fizioterapijskih vježbi u liječenju reumatizma kod osoba s paraplegijom primjenjuju se termoterapija, elektroterapija, terapija laserom i medicinska masaža. Svaka od fizikalnih intervencija pomaže u smanjenju simptoma reumatizma. Također, pacijente treba educirati o načinima i važnosti zaštite zglobova, čime će se, također, smanjiti bolnost i sprječiti nastanak deformacija. U zaštitu zglobova spadaju: odmor, prilagodba izvođenja neke kretnje, korištenje ortoza i pomagala. Cilj zaštite zglobova je prilagoditi aktivnost jačini bolnog podražaja, izbjegavati pozicije i aktivnosti koje mogu oštetići zglob, izbjegavati ekstremne položaje zgloba i položaje koji izazivaju deformaciju zgloba, koristiti se ergonomskim pomagalima za šaku, korištenje jačih i velikih zglobova (rameni i lakatni zglob kod osoba s paraplegijom) te smanjenje tjelesne težine.

Oboljeli od reumatskih bolesti često koriste različite vrste ortoza i pomagala, posebno za šaku i prste u aktivnostima svakodnevnog života, te se one preporučuju i osobama s paraplegijom koje imaju neku vrstu reumatizma.



# Položaj paraplegičara u savremenom bosanskohercegovačkom društvu

Emir Begović, student Fakulteta političkih nauka Univerziteta u Sarajevu

Prema statističkim podacima 10% stanovništva Bosne i Hercegovine ima fizičke, senzorne, razvojne, mentalne ili emotivne oblike invalidnosti. Gotovo 30% od ukupnog stanovništva u Bosni i Hercegovini posredno je ili neposredno pogođeno posljedicama invalidnosti.

Većina osoba s invaliditetom izložena je izolaciji i nepotrebnoj patnji zbog različitih stereotipa. Nezaposlenost u najvećoj mjeri pogarda osobe s invaliditetom, dok oni koji i imaju zaposlenje najčešće dobijaju minimalna primanja. Trenutna situacija je neprihvatljiva i ona ima negativan utjecaj na kvalitet života svake osobe s invaliditetom u Bosni i Hercegovini. Poteškoće i prepreke s kojima se suočavaju prije svega su arhitektonske, urbanističke i informativne, zatim neujednačen pristup obrazovnim institucijama, predrasude, neprilagođeni udžbenici i didaktička pomagala. Pristup informacijama još je jedna teška i ozbiljna prepreka i poteškoća za njih, s obzirom na to da im većina izvora informacija nije dostupna zbog fizičkih barijera ili barijera na koje nailaze zbog različitih senzornih oštećenja.

Cjelokupan odnos prema osobama s invaliditetom nije u skladu s evropskim standardima, a ni s konvencijama koje je Bosna i Hercegovina ratificirala. Po njima se ne mijeri invaliditet nego preostale radne sposobnosti (socijalni model a ne medicinski), čime se direktno

podržava njihovo zapošljavanje. S druge strane, prema Konvenciji UN-a o pravima osoba s invaliditetom, uzrok invaliditeta ne smije utjecati na prava osoba s invaliditetom, za razliku od stanja u BiH, u kojoj se sankcionira uzrok a ne posljedica invaliditeta, što je diskriminatorno. U okviru socijalnog modela invaliditeta akcent je na kvaliteti života osoba s invaliditetom i načinima da se ovaj kvalitet unaprijedi.

Što se tiče osoba s najtežim oblikom invaliditeta – paraplegijom, oni se u našoj zemlji svakodnevno susreću s problemima o kojima niko ne vodi računa, a zimski period za njih je posebno težak. Njihova prava su ugrožena u skoro svakom segmentu života. Njihov životni standard je na niskim granama, čak su im i ona najosnovnija ljudska prava ugrožena. Počevši od prava na slobodu kretanja, prava na školovanje te prava na zapošljavanje. Nažalost, predrasude su te koje stvaraju pogrešnu sliku u bosanskohercegovačkom društvu o osobama s invaliditetom.

Jedan od najvećih problema s kojima se susreću paraplegičari jesu barijere u kretanju. Gradski saobraćaj se najčešće uzima za primjer. I sami ste sigurno primijetili da ulazi u vozila gradskog prijevoza nisu prilagođeni za osobe s invaliditetom. Ako se u tom trenutku ne nalazi neka osoba koja bi im pomogla da uđu u vozilo gradskog prijevoza, njihov ulazak je onemogućen.

Godinama su rađene peticije, međutim ni dan-danas nije zabilježen napredak.

Još jedan veliki problem za njih je (ne)zaposlenje. Osobe sa stanjem paraplegije, podjednako kao i osobe s drugim vrstama invaliditeta, teško mogu naći posao. Mnogi poslodavci smatraju da su oni neškolovani i nespremni te da ne mogu odgovoriti obavezama koje se pred njih postavljaju. Međutim, u mnogim istraživanjima pokazano je da veliki procent paraplegičara ima završenu srednju školu i fakultet. Udrženja osoba s invaliditetom u Bosni i Hercegovini bore se da osobe s paraplegijom imaju privilegiju pri zapošljavanju. Navode kako većina firmi više voli plaćati kaznene bodove nego zaposlitи osobu s invaliditetom.

Međutim, koliko god bi mogli pisati o negativnim stvarima i problemima s kojima se susreću osobe s invaliditetom, trebamo обратити pažnju i na pozitivnu stranu. Veliki broj osoba s invaliditetom postiže brojne uspjehe u sportu, nauci i sl.

Najsjetlijii su primjer, nesumnjivo, naši zlatni momci iz sjedeće odbanke koji se sa svakog svjetskog takmičenja vrate s medaljom. Osobe s invaliditetom organiziraju takmičenja, društvene igre, koje iz godine u godinu privlače sve više publike. Oni se trude pobijediti sve predrasude, promijeniti svijest kod ljudi te pokazati društvu da mogu biti njegovi ravnopravni članovi.

# Alaga Hozanović, Velika Kladuša

Zahvaljujući svojoj inteligenciji, upornosti i svakodnevnom vrijednom radu, uspio je, i pored svih prepreka koje su već "uobičajene" u našem društvu, postati lider pokreta osoba s invaliditetom kako u svojoj sredini tako i mnogo šire. Alaga Hozanović uspješan je čovjek, uključen u sve društvene sfere života ravnopravno s osobama koje su bez invaliditeta. Naš sagovornik je osoba s jednim od najtežih oblika invaliditeta – paraplegija.

- Alaga, već duže vrijeme poznat si među našim članovima. Iako se ne voliš isticati, zamolili bismo te da se predstaviš svim našim čitaocima.

Rodio sam se 19. marta 1966. godine u Kudićima, selu kod Velike Kladuše, u kojem sam završio osnovnu školu, dok sam Srednju ekonomsku školu završio 1985. godine u Velikoj Kladuši. Nakon toga odlazim na odsluženje vojnog roka. Po povratku iz armije, 1986. godine, zapošljavam se u Agrokomercu, u radnoj organizacije "Delikatesa" na poslovima planiranja i analize poslovanja. Nakon izbjivanja afere

"Agrokomerc", napuštam taj posao i počinjem raditi za privatnu trgovacku kompaniju "Gambit", na računovodstvenim poslovima, gdje radim do početka rata 1992. godine.

- Kada i kako si dospio u invalidska kolica?

Nakon ranjavanja na ratištu, gdje sam zadobio teške tjelesne povrede u predjelu nogu i kičme, a koje su za posljedicu imale potpunu oduzetost donjih ekstremiteta. I pored dugotrajnog liječenja u raznim bolnicama, te rehabilitacije u rehabilitacijskim centrima i banjama, stanje se nije mnogo promijenilo te je jedina



opcija bila korištenje invalidskih kolica za kretanje. Tako je i danas.

- Kakav je tvoj stav i mišljenje o porodičnom životu?

Porodica je za mene oduvijek imala veliku važnost. Valjda je to iz razloga što sam rođen i odrastao u porodici s devetero djece, gdje smo uvijek bili podrška jedni drugima, a što se nije promijenilo do danas kad smo svi već u poodmaklim godinama.

Vlastitu porodicu stekao sam dosta kasno, zbog svih teškoća koje sam doživio i proživio u životu i stanju paraplegije u kojem sam bio nakon ranjavanja. Ali nikad nisam



odustajao o svojih ciljeva i snova tako da sam znao da će se to jednog dana ostvariti. Polovinom 2010. godine upoznao sam svoju sadašnju suprugu. Vrlo smo brzo oboje shvatili da smo stvorenji jedno za drugo te smo se 15. maja 2011. godine odlučile da zajedno živimo, a to smo i formalizirali vjenčanjem 12. decembra 2012. godine. Odmah poslije vjenčanja počeli smo razmišljati o djeci. Svjesni smo bili da zbog mog stanja paraplegije taj proces ne ide jednostavno prirodnim putem, da će trebati poduzimati medicinske metode. Znali smo i to da taj postupak zna trajati veoma dugo te da se supruga

već nalazi u godinama kad trudnoća može biti rizična za njeno zdravlje. Zato smo se odlučili na postupak usvajanja djeteta. I odmah smo krenuli sa pripremama i slanjem zahtjeva centrima za socijalni rad širom Federacije BiH. Prvi konkretan odgovor dobili smo početkom 2016. godine od Centra za socijalni rad Stari grad, Sarajevo. Odmah su nam ugovorili razgovor i kontakt s djetetom u "SOS dječijem selu". I tako je u naš život ušetao Aldin, jedan mali, veseli dječačić od šest i po godina koji je unio mnogo radosti, veselja i sreće u naše živote. Sada smo kompletna i skladna porodica.

- Cijenimo i radujemo se kad su u rad uključene osobe s teškim invaliditetom. Ti si odličan primjer kako se može uspjeti u radu i sve čestitke na tome. Opiši nam kako je bilo vratiti se među ljude i društvo nakon što si ostao u invalidskim kolicima.

Kako sam već ranije rekao, oporavak i rehabilitacija trajali su dosta dugo. Nakon toga vraćam u rodno selo da živim u porodičnoj kući s roditeljima. U to poslijeratno vrijeme uvjeti su bili veoma loši. Skoro da ništa nije bilo prilagođeno za moje potrebe. Ali, na moju sreću, tu su bili moja porodica i prijatelji,

uvijek spremni da pomognu u svim situacijama, iako mnogi od njih nisu bili fizički blizu mene. Pošto sam osoba koja voli sama rješavati svoje probleme, izvršavati svoje obaveze, nisam bio sretan što sam ovisio o nečijoj pomoći. Tražio sam rješenja kako da se što više uključim u svakodnevne živote tokove. Naročito me smetalo što me ljudi iz okoline gledaju sa sažaljenjem zbog mog invaliditeta. Posebno je to bilo izraženo kad sam odlazio s prijateljima u grad, gdje su me mnogi gledali s mnogo nelagode ili sažaljenja. To je donekle bilo i razumljivo jer se vrlo mali broj osoba s invaliditetom tada mogao vidjeti u gradu, uglavnom zbog uvriježenog mišljenja da takve osobe trebaju biti kod svojih kuća i ne pokazivati se u javnosti. Drugi važan razlog zašto je to tako jeste nepristupačnost. Bilo gdje da ste krenuli, od državnih i javnih ustanova, preduzeća, restaurana, kafića te putnih komunikacija. To nisam mogao prihvati i riješio sam da se to mora promijeniti. Nabavkom računara i interneta počeo sam istraživati mogućnosti, tražiti rješenja kroz iskustva drugih kod nas ali i u drugim zemljama okruženja i Evropske unije koje su već dosta bile uradile na tom polju. Znao sam da se treba organizirati i okupiti veći broj osoba s istim ili sličnim problemima. U našoj općini već su bila neka udruženja koja su okupljala osobe s invaliditetom, ali njihovi programski ciljevi nisu ni izbliza pokrivali probleme i potrebe koje imaju paraplegičari. U međuvremenu, dobijamo poziv od Elvire Bešlije, generalnog sekretara Saveza paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Federacije BiH, da je voljna pomoći da se kod nas osnuje Udruženje paraplegičara,

što odmah prihvatom i vrlo brzo s nekoliko poznanika i prijatelja sa stanjem paraplegije pokrećemo inicijativu za osnivanje Udruženja. Osnivačku Skupštinu održavamo 26. oktobra 2005. godine.

- **Koja je bila tvoja glavna motivacija da se izboriš za svoje mjesto u društvu i gdje se najbolje osjećaš u svom okruženju?**

Kada živate u društvu punom predstava, nepravde, diskriminacije, a s druge strane okruženi ste osobama koje volite, koje vam puno znače u životu, ljudima koji žive oko tebe ili s tobom, i znate da se skoro svakodnevno vi ili oni moraju suočiti s nekim vidom nepravde, s tim se ne možete i ne smijete pomiriti. Jednostavno se morate uključiti i raditi da se takve pojave barem umanje. To me najviše motivira, da se borim za društvo koje će biti pravednije i bolje za sve nas.

Najbolje se osjećam u porodičnom okruženju, druženju s porodicom i prijateljima, na poslovima i aktivnostima za koje znam da će imati pozitivan efekt i utjecaj na poboljšanje uvjeta života osoba s invaliditetom.

- **Imaš li viziju svoje budućnosti u datim okolnostima? Sigurno se razlikuje od one kada nisi bio korisnik invalidskih kolica, ali s obzirom na tvoju, dokazanu, snagu volje i upornost, možeš li nam reći koje su razlike, da li ih uopće ima?**

Neke su želje i vizije u životu uglavnom iste bez obzira na to u kojem se stanju nalazite, to su zdravlje, sretna porodica, dobar posao koji volite... Da nisam korisnik invalidskih kolica vjerovatno bih već bio negdje daleko, u nekoj evropskoj

ili prekooceanskoj zemlji s nekim, vjerovatno, drugačijim željama, vizijama i ambicijama. U sadašnjim okolnostima, na budućnost gledam mnogo realnije, znam da je ona, s obzirom na okolnosti i stanje u kojem se nalazi naša država, vrlo neizvjesna, ali kakva god da bude, ja ću se uvijek i do kraja boriti za bolje i pravednije društvo.

- **Koje su tvoje prioritetne želje kako u ličnom tako i društvenom životu i zajednici u kojoj živiš? Da li se one mogu ostvariti, i na koji način, s obzirom na tvoj invaliditet najtežeg oblika?**

U ličnom životu prioriteti su mi, prije svega, zdravlje i sreća moje porodice. Poslije toga dolazi sve ostalo. To ostalo je materijalna, socijalna, zdravstvena sigurnost, pravednije društvo bez diskriminacije po bilo kojem osnovu. Sve to je ostvarivo samo ako se svi dovoljno angažiramo na pozitivnim zakonskim i društvenim promjenama.

- **Da li su osobe s invaliditetom, pogotovo mlade osobe, dovoljno angažirane kada su u pitanju školovanje i rad? Šta bi trebalo, na osnovu tvojih zapažanja i iskustava, poduzeti da se stanje poboljša i koji su uzroci sadašnjem stanju?**

Moje je mišljenje da osobe s invaliditetom nisu dovoljno angažirane kada su u pitanju školovanje i rad. Bojam se da je i dalje najveći razlog tome općeprihvaćeno razmišljanje u društvu, ali i kod samih osoba s invaliditetom, da takve osobe trebaju biti kod svojih kuća, da se neko drugi treba brinuti o njihovim potrebama. Nemali broj osoba još sebe naziva i doživljava kao "invalida", a ne kao osobu, tako da treba još dosta raditi na osvještavanju takvih



osoba, da svate kako moraju više poštovati sebe i kako trebaju preuzeti odgovornost za svoj život, za svoja prava i obaveze – da se za sve to najvećim dijelom izbore sami ili kroz udruženja.

- Izuzetno mnogo osoba bez invaliditeta imaju predrasude prema osobama s invaliditetom. Kako to doživljavaš i imaš li neku ustaljenu reakciju na one s predrasudama u glavi ili se ona razlikuje od situacije do situacije?**

Sada se vrlo rijetko nađem u takvoj situaciji. Valjda je razlog tome što sam skoro svaki dan u gradu u raznim aktivnostima – plaćam račune, šaljem poštu, idem u banku, u kupovini i slično – tako da me većina poznaje. To vjerovatno više ne primjećujem i zato što imam previše obaveza da bih na takve stvari obraćao pažnju. Ranije je bilo više

takvih situacija. Uglavnom sam reagirao nekom šaljivom gestom, da relaksiram i umanjim nelagodu. Ako se sada i dogodi nešto takvo, uglavnom ne reagiram kad su u pitanju odrasle osobe. Ali ako su djeca u pitanju, koja me gledaju i pokazuju prema meni, a roditelji ih pokušavaju u tome spriječiti, onda im obavezno prilazim i tražim da mi nabace "peticu". Tad se djeca obavezno nasmiju, a roditeljima govorim de ne obuzdavaju dječiju radoznalost, da ih puste da priđu i razgovaraju s osobama s invaliditetom. Jer djeca nemaju predrasuda i ne znaju za diskriminaciju, djeca su samo radoznala i iskrena bez ikakvog uvijanja. S djecom je potrebno obrazovno raditi, od malena, dok ih "neki" ne počnu "učiti" o predrasudama, a onda je pomalo kasno ispravljati stečene predrasude od društva i okoline, pa čak i od porodica u kojima žive.

- Arhitektonske barijere jedan su od velikih problema osobama s invaliditetom. Kakva je situacija s arhitektonskim barijerama u mjestu u kojem živiš i kako se s tim nosiš?**

Da, to sam već napomenuo, arhitektonske barijere veliki su problem, naročito za osobe u stanju paraplegije, koje koriste invalidska kolica za kretanja. Zato je i prva naša aktivnost nakon osnivanja Udruženja bila bavljenje problematikom arhitektonskih barijera na području naše općine. Prvo smo obišli sve objekte bitne za osobe s invaliditetom i "snimili" kakvo je stanje s arhitektonskim preprekama. Potom smo proučili zakonska rješenja koja tretiraju tu problematiku. Nakon toga smo svim vlasnicima tih objekata uputili zahtjeve, pozivajući se na zakonsku obavezu i propise, za uklanjanje nedostataka i prilagođavanje prilaza

objektima i sadržajima unutar tih objekata, kao i parkinga ako su u sklopu objekta. Nažalost, većina nije ni odgovorila na naš zahtjev, dok je mali broj obećao da će prilikom renoviranja objekta prilagoditi objekt za nesmetano korištenje osobama s invaliditetom. Neki su pro forme napravili rampe, koje ne samo što nisu za upotrebu nego su i opasne ako bi se neko i usudio koristiti ih čak i uz pomoć asistenta!

Nas to nije obeshrabriло, već smo nastavili s aktivnostima na promjeni tog stanja. I dalje smo se uporno obraćali s našim na zakonu utemeljenim zahtjevima. Gdje god smo primijetili da se radi novi objekt, ili da se renoviraju postojeći, odlažili smo i ukazivali na potrebe prilagodbe objekta, pozivajući se i na zakonske odredbe. Negdje je bilo razumijevanja, a negdje nije.

Uporedo s tim, poduzimali smo i konkretne aktivnosti te organizirali akcije u kojima smo sami vršili prilagodbe na određenim objektima. Tako smo izgradili i uredili izletište Zmajevac, koje je sada u potpunosti prilagođeno osobama s invaliditetom. Uredili smo i opremili stomatološku ordinaciju u prizemlju objekta Doma zdravlja. Radili smo i humanitarne akcije za naše članove u kojima smo uspjeli napraviti rekonstrukciju i uređenje toaleta za četiri naša člana, kao i izgraditi kuću za jednog člana našeg Udruženja. Također smo radili na nabavci ortopedskih pomagala koja nisu na listi Zavoda zdravstvenog osiguranja. Uglavnom su to elektromotorna kolica te razne dizalice za kvadriplegičare, koje služe za transfere iz kolica u krevet i za druge slične radnje. Nakon našeg upornog rada i slanja zahtjeva nadležnim institucijama i organima, danas je veći dio

centra grada prilagođen kretanju osoba koja koriste kolica. Stalnim pritiscima na organe vlasti, uspjeli smo isposlovati zaključak Općinskog vijeća koji je obavezao nadležnu Službu za urbanizam i građenje da obavi kontrolu objekata i dostavi informaciju Općinskom vijeću o usklađenosti tih objekata s Uredbom o prostornim standardima, urbanističko-tehničkim uvjetima i normativima, te da će se nakon toga pristupiti rješavanju tog problema. Uglavnom, stanje je mnogo bolje u odnosu na vrijeme kad smo tek osnovali Udruženje, ali još ima više objekata koji nisu u potpunosti prilagođeni osobama s invaliditetom.

- Poznato je da si aktivan u pokretu osoba s invaliditetom, odnosno sada si na poziciji predsjednika Skupštine u Udruženju paraplegičara i oboljelih od dječje paralize u Velikoj Kladuši te predsjednik Upravnog odbora Saveza udruženja paraplegičara Unsko-sanskog kantona, a koji je član Koordinacionog odbora udruženja i saveza osoba sa invaliditetom USK te koalicije "Strategije za unapređenje prava i položaja osoba sa invaliditetom u Federaciji BiH (2016 – 2021)". Koliko si lično zadovoljan svojim angažmanom te da li su tvoje znanje i iskustvo dovoljno iskoristeni?

Uglavnom sam zadovoljan svojim angažmanom na lokalnom nivou. Ekipa s kojom radim daje svoj maksimum. Mislim da realno i nismo mogli uraditi više u datim prilikama. Nažalost, s angažmanom u Koordinacionom odboru i Koaliciji nisam zadovoljan, jer smatram da se moglo i moralo mnogo više raditi i uraditi. Razloga za to je mnogo, od načina i razmišljanja kako bi

Koordinacija trebale djelovati do finansijskih problema. Trenutno je najveći problem finansiranje, jer su nam posljednje dvije godine uskrćena sva novčana davanja od Vlade Unsko-sanskog kantona!

- Vaš kantonalni savez vodio je veoma značajan projekt "Vozim iako ne hodam". Reci nam nešto više o tom projektu.

Da, to je veoma značajan i korištan projekt s kojim smo započeli 2017. godine s ciljem da utječemo na mlade ljude, buduće vozače, da se smanje rizici i posljedice neodgovornog ponašanja u saobraćaju. Aktivnosti u ovom projektu realiziraju se kroz izvođenje interaktivnih radionica u završnim razredima srednjih škola, gdje naši članovi, koji su mladost prouzrokovali saobraćajnu nezgodu svojim neodgovornim ponašanjem i sad zbog toga za posljedicu imaju teški invaliditet i korisnici su invalidskih kolica, pričaju pred učenicima svoju životnu priču o tome kako su živjeli prije nezgode, kako se dogodila nezgoda, kako je tekao proces liječenja i rehabilitacije, te kako sada žive i s kojim se sve problemima susreću u svakodnevnom životu. Suočavanjem mladih ljudi sa živim svjedočima, nastojimo doprijeti do njihove svijesti da nijedna nepomišljena i neodgovorna radnja u vožnji, kao što su neprilagođena brzina, korištenje mobitela, alkohola, droge, ne korištenje sigurnosnog pojasa, nije vrijedna njihovih života ili života drugih učesnika u saobraćaju. U dvije godine provođenja projekta obišli smo 33 općine, posjetili 60 škola i širom Federacije Bosne i Hercegovine održali 83 radionice kojima je prisustvovalo 3.915. učenika. Uz edukaciju organiziramo i



godišnja takmičenja u ispitu spremnosti vožnje s "ručnim komandama", tj. takmičenje vozača sa stanjem paraplegije. Koliki je značaj imao ovaj projekt na poboljšanje stanja u saobraćaju pokazuje i izveštaj o saobraćajnim nezgodama koji je sačinio BIHAMK, a u kojem je primjetno smanjenje saobraćajnih nezgoda na područjima na kojima smo održavali više radionica, dok je u sredinama u kojima nismo imali priliku organizirati radionice povećan broj nezgoda (bh. entitet Republika Srpska i Zapadnohercegovački kanton). Ovaj projekt finansiralo je Federalno ministarstvo rada i socijalne politike od sredstava lutrije. Nažalost, ove godine naš projekt nije "prepoznat" i nismo dobili sredstva kao prethodnih godina, što je za nas bilo baš iznenadujuće!? Morat ćemo tražiti druge izvore finansiranja jer mi ne odustajemo od ovog projekta s obzirom na to da se pokazao veoma efikasnim i potrebnim a što dokazuju i analize i statistički podaci koje sam naveo.

Ponosan sam na ekipu koja je sa mnjom radila na projektu. Posebno mi je drago što smo bili iz različitih dijelova Bosne i Hercegovine: Almedina Čamđić iz Vozuće / Zavidovića, Bešir Bećić iz Mostara i Aldin Šanjta iz Glamoča. Koristim priliku da zahvalim ovim mladim ljudima što su našli snage i hrabrosti u себи i što su svoju životnu priču iznijeli u javnost te time otvorili oči mnogim mladim ljudima, a vjerovatno i spasili živote nekim od njih.

- Iz informacija koje smo imali priliku dobiti i vidjeti, primjetno je da ste mnogo radili na obilježavanu parking mjesta za osobe s invaliditetom u Velikoj Kladuši. Kako

**ste postigli tako dobru saradnju s nadležnim institucijama i veoma dobar konačni rezultat?**

Suočeni s problemom nedostatka označenih parking mjesta za osobe s invaliditetom, s nezainteresiranošću institucija i vlasnika parkinga da ispune svoju zakonsku obavezu, bili smo prisiljeni sami nešto poduzeti. Odlučili smo napraviti projekt, da pokušamo sami izvršiti označavanje i uređenje parkinga u Velikoj Kladuši. Aplicirali smo prema Općini za dobivanje Grant sredstava za NVO te nam je odobrena 6.500 KM. Dvije godine, 2017. i 2018. godine, radili smo na ovom projektu. Prvo smo morali dobiti odobrenje od vlasnika parkirališta, što baš i nije bilo jednostavno, naročito kod nekih privatnih objekata. Nakon nabavke opreme i materijala (farbi, saobraćajnih znakova), uvidjeli smo da su sredstva nedovoljna za realizaciju svega onog što smo planirali, da neće biti dovoljno novca za angažiranje radnika. Tada smo odlučili to sami uraditi. Moram istaći da nam je u tome pomoglo komunalno preduzeće "Komunalije". Dodijelili su nam vozilo i dva radnika. Oni su nam pomagali u transportu opreme od parkinga do parkinga, a sve ostalo

radili smo sami. U 2017. godini obilježili smo četrdeset parking mjesta, uglavnom u gradu, a 2018. godine osam parking mjesta u ruralnim dijelovima općine. Nakon realizacije ovog projekta, značajno se poboljšalo stanje u našoj općini – danas osobe s invaliditetom mnogo lakše nađu slobodno mjesto za parkiranje. Nažalost, još ima nesavjesnih vozača koji parkiraju na mjestima obilježenim za osobe s invaliditetom. Svjesni smo da će toga biti dok god od nadležnih, konkretno policije, ne budu primjenjivane zakonske represivne mјere prema takvim vozačima. Zato stalno treba napominjati nadležne službe da reagiraju na takve nezakonite postupke.

- Treba svakako naglasiti da je vaše Udruženje 2014. godine bilo dobitnik Plakete Općine Velika Kladuša, značajnog priznanja, koje se dodjeljuje u povodu 23. februara Dana općine. Kako ste to doživjeti i ti i članovi udruženja? Da li je dobra saradnja s vašom općinom nastavljena i kakva je danas?

Kako se kod nas kaže – najteže je biti priznat u svojoj sredini, pa kad vas prepoznaju i priznaju i za to vas nagrade najvećim priznanjem koje se može dodjeliti nekom pravnom

subjektu u Općini, kad još znate da se takvih priznanja dodjeljuje svega pet za jednu godinu, onda samo možete biti ponosni. Ponosni su bili i naši članovi, jer znaju da su dio tog Udruženja i da je sve što je rađeno i urađeno bilo zbog njih. A rezultati koje će vaša sredina prepoznati mogu se postići jedino nesebičnim radom i zalaganjem bez obzira na poteškoće na koje nailazite na tom putu. Ekipa koja sa mnom radi i ja nikada nismo odustajali od zadatah ciljeva i nikad nismo radili za nagrade i privilegije, već što smo smatrali da tako treba. To je prepoznato kako kod naših sugrađana tako i kod općinskih službi, javnih ustanova i preduzeća, iako, kada je riječ o pravima osoba s invaliditetom, ima još mnogo toga da se uradi na svim poljima.

- Kao osoba s visokim stepenom invaliditeta, postigao si zaista značajan uspjeh u dosadašnjem životu i radu i to prvenstveno zahvaljujući samom sebi. Da li to upućuje na poraznu činjenicu da domaće društveno-političke institucije i drugi relevantni društveni faktori slabo posvećuju pažnju potencijalu koje posjeduju osobe s invaliditetom i da li si na svom putu ostvarenja i dostignutog uspjeha imao neku konkretnu društveno-institucionalnu pomoć u sredini u kojoj živiš?**

Da, nažalost, vrlo se malo pridaje društvene pažnje potencijalu koje posjeduju osobe s invaliditetom, a potencijala koji bi se mogao vrlo korisno iskoristiti zaista ima. Načrto u zapošljavanju, kroz poticaje raznih oblika samostalne privredne djelatnosti, gdje bi bila višestruka korist za osobe s invaliditetom, kao i za društvenu zajednicu. Tu

se može uključiti i Fond za profesionalnu rehabilitaciju i zapošljavanje osoba sa invaliditetom. Mi smo u Udruženju pomogli dvojici naših članova, i još nekolicini osoba koji nisu naši članovi, da apliciraju prema Fondu. I svi oni su sad već uspješni samostalni privrednici. Da se institucije uključe, mnogo bi se toga moglo postići na zadovoljstvo svih. Lično nisam imao nikakve osim deklarativne pomoći društvenih institucija.

- Kakvo je tvoje mišljenje o radu i društveno-političkom utjecaju udruženja osoba s invaliditetom, njihovih saveza, koalicija i ostalih oblika udruživanja i saradnje u borbi za prava osoba s invaliditetom i za njihov status u društvu?**

Udruženja, savezi i koalicije dali su veliki doprinos u donošenju zakona, pravilnika, uredbi, strategija i verifikacije UN Konvencije o pravima osoba s invaliditetom. Kad je trebalo primijeniti sva ta zakonska rješenja u stvarnom životu, došlo je do velikih problema. Tu se pokazala velika slabost i neorganiziranost organizacija osoba s invaliditetom. Primjetno je da se neke organizacije osoba s invaliditetom ponašaju kao političke partije i nerijetko vežu uz određene političke subjekte te postaju instrument tih partija. Kao rezultat takvog ponašanja i rada imamo stanje kakvo imamo. Tako da moje mišljenje o relevantnom utjecaju organizacija osoba s invaliditetom na ukupan društveno-politički sistem u borbi za prava osoba s invaliditetom i nije baš visoko. Treba još mnogo raditi, kako s naše strane tako još više sa strane nadležnih vlasti svih nivoa koji su de facto ključni u rješavanju naših problema, a mi im možemo veoma

mnogo pomoći našim prijedlozima, sugestijama, jer najbolje znamo kako je nama "u praksi". Međutim, imam utisak da nadležne vlasti nisu baš zainteresirane. Vjerujem da bi se znatne promjene mogle načiniti donošenjem Zakona o organizacijama osoba s invaliditetom, koji bi napravio reda u svim organizacijama, a posebno u udruženjima i organizacijama osoba sa stanjem paraplegije.

- Kako i koliko nevladine organizacije mogu poboljšati status osoba s invaliditetom u društvu i u odnosima spram vlasti i zakonodavstva?**

Udruženja kao dio nevladinog sektora mogu i moraju raditi na poboljšanju statusa osoba s invaliditetom, jer to je njihova primarna obaveza. To se može činiti kroz aktivno učešće u kreiranju zakona i, što je najvažnije, insistiranjem na implementaciji svih zakonskih rješenja, jer bez toga je i najbolji zakon samo mrtvo slovo na papiru. Promocijom pozitivnih zakonskih rješenja treba informirati osobe s invaliditetom o njihovim pravima i o tome kako ih mogu ostvariti. Koliko će se u tome imati uspjeha zavisi od snage Udruženja, od međusobne saradnje i želje da se dođe do cilja.

- Koji model organiziranja osoba s invaliditetom smatraš najefikasnijim za ostvarivanje prava osoba s invaliditetom predviđenim Konvencijom UN-a o pravima osoba s invaliditetom a s obzirom na to da ju je Bosna i Hercegovina potpisala i ratificirala?**

Lično mislim da je najvažniji oblik organiziranja osoba s invaliditetom ondje gdje te osobe žive, rade i gdje se najviše susreću s problemima – znači na lokalnom, na općinskom nivou – i to prema obliku,



odnosno stepenu invaliditeta, bez obzira na uzrok njegovog nastanka. Naravno, zbog samog utjecaja na određene nivoe vlasti, lokalne organizacije trebaju se umrežavati kroz saveze prema društveno-političkom ustroju države.

- Primjetno je da nema ili je izuzetno malo osoba s invaliditetom, posebno s onim najtežeg stepena, na političkoj sceni Bosne i Hercegovine. Da li su isključivi uzrok tome još prisutne društvene predrasude prema osobama s invaliditetom ili ima i krivice, zbog nedostatka volje, i kod samih osoba s invaliditetom? Imaći li konkretan prijedlog rješenja većeg političkog angažiranja osoba s invaliditetom kao stvarnih, reprezentativni, političkih predstavnika ove populacije?

Ima tu svega po malo – i predrasuda, i nezainteresiranosti, i mnogo drugih faktora. Posmatrajući primjere u mom okruženju, gdje su neke osobe s invaliditetom ušle u zakonodavnu vlast općina ili kantona,

uočljivo je da su se ponašali, nažalost, kao i ostali vijećnici ili zastupnici – samo su gledali svoje lične interese. Postali su glasačka mašinerija partija koje su ih kandidirali. Nisu podnijeli nijednu inicijativu ili prijedlog koji bi poboljšao status osoba s invaliditetom u njihovoј sredini. To me dovodi do zaključka da su rukovodstva nekih organizacija osoba s invaliditetom vrlo bliske određenim političkim partijama i da rade za njihove a ne za interes osoba s invaliditetom!

Šta uraditi da se to promjeni? Možda da organizacije osoba s invaliditetom koje nisu pod direktnim utjecajem nijedne političke stranke, tj. nisu stranački poslušnici i ispostave, odaberu odgovorne i sposobne osobe iz svojih redova i pokušaju dogоворити s nekom strankom, koja je pokazala određen senzibilitet ili ima iskreno razumijevanje za osobe s invaliditetom, da kandidiraju i određen broj osoba s invaliditetom na izbornim listama, ali bez ikakvog posebnog uvjetovanja. A,

možda bi trebalo i u Izborni zakon ugraditi član koji regulira obavezu da na svim nivoima vlasti mora biti i određen procent osoba s invaliditetom raznih oblika, nešto slično kao s obavezom učešćem žena u vlasti. Možda ovo zvuči utopijski, ali vjerujem da u mnogim strankama ima razumnih ljudi među političarima.

- Jesi li zadovoljan s javnim informiranjem i promoviranjem prava i potreba osoba s invaliditetom? Smatraš li da bi barem javni medijski servisi trebali imati obavezu stalnog termina u kojem bi se govorilo o osobama s invaliditetom, o njihovim pravima, potrebama i ulozi u društvu, o primjeni Konvencije UN-a o pravima osoba s invaliditetom i slično.

Nisam zadovoljan javnim informiranjem. Trebalo bi biti mnogo više emisija i reportaža koje promoviraju prava i potrebe osoba s invaliditetom. To bi trebala biti i obaveza javnih medijskih servisa, kao i lokalnih medija koji se finansiraju

iz budžeta. Svakako sam za to da se uvede stalni sedmični termin u svim takvima medijima, naročito televizijama, u kojem bi se obrađivale teme bitne za osobe s invaliditetom – od problema s kojima se susreću do pozitivnih primjera s kojima su ti problemi prevladani.

- Vjeruješ li da će se u dogledno vrijeme promijeniti odnos vlasti prema osobama sa stanjem paraplegije koje svrstavaju u tzv. civilne invalide, tj. da li će se konačno početi primjenjivati Konvencija UN-a o pravima osoba s invaliditetom u punom kapacitetu, što bi dovelo do izjednačavanje svih prava osoba sa stanjem paraplegije bez podjela na ratne vojne invalide, civilne žrtve rata i neratne / civilne paraplegičare?

Po prirodi sam optimista, ali mislim da dosta realno mogu sagledati stanje u kojem se nalazi naše društvo. Kakvo je sada stanje i kakve su prilike, nije izgledno da će se to uskoro desiti, jer nema dovoljno političke volje ni razumijevanja za te probleme. Od toga se, naravno, ne smije odustajati i treba stalno na tome raditi. Na kraju će sve zavisiti od snage organizacija osoba s invaliditetom, od njihove organiziranosti i zajedničkog pritiska na institucije sistema. U tome bi, s obzirom na to da je naša država potpisala i verificirala Konvenciju UN-a o pravima osoba s invaliditetom, mogao biti bitan i "međunarodni faktor", ali mi se čini da su oni sve to prepustili na volju domaćih i državnih vlasti i političara, te da, nažalost, ne brinu mnogo za neprimjenjivanje i nepoštivanje najvišeg međunarodnog akta – Konvencije UN-a o pravima osoba s invaliditetom.

- Osim radnih aktivnosti, angažiran si i u sportu, stalni si aktivni učesnik mnogih sportskih manifestacija za osobe s invaliditetom. Molim te da naše čitaoce upoznaš i s tom svoj aktivnošću, tvojoj ljubavi / sklonosti prema sportu i postignutim uspjesima, te koliko su sportske aktivnosti važne za osobe s invaliditetom.

Lično volim sport i redovno učestvujem na različitim sportskim manifestacijama kad za to imam vremena i mogućnosti. Na nekim od takmičenja ostvarivao sam i dobre rezultate te osvajao medalje. O značaju sportskih aktivnosti za osobe s invaliditetom uglavnom je sve rečeno, jedino što u vezi s tim još treba raditi jeste pronaći put da se osobe s invaliditetom zainteresiraju za aktivno bavljenje sportom prema pojedinačnim željama i afinitetima. Sve godine naše Udruženje angažira nekoliko svojih članova za takmičenje na "Međunarodnom otvorenom prvenstvu i sportskim igrama paraplegičara i oboljelih od dječje paralize" koje organizira Savez paraplegičara Federacije BiH. Rado se odazovemo i na druga međunarodna takmičenja, kad nam Savez ukaže povjerenje da predstavljamo Bosnu i Hercegovinu i naš Savez na tim takmičenjima. Budući da na tim takmičenjima ne možemo angažirati veći broj naših članova, odlučili smo se organizirati sportske igre u našoj općini. To smo prvi put uspjeli ove godine uz pomoć općine i privrednih subjekata. Na takmičenju je učešće uzeo veći broj članova našeg Udruženja te nekoliko članova iz Udruženja paraplegičara Cazin. Osim ovog takmičenja, bio sam inicijator organiziranja "Takmičenja u

spretnosti vožnje automobilom za osobe s invaliditetom", koje se održava u Velikoj Kladuši od 2016. godine u organizaciji Saveza paraplegičara Unsko-sanskog kantona. Želja mi je da ova takmičenja u dogledno vrijeme organiziramo kao državna te da s vremenom postanu i međunarodnog karaktera.

- Imaš li svoj životni moto?

Da, ako je to moto, onda je moj: Najveći hendikep je negativan stav.

- Tvoje mišljenje o našem časopisu *Paraplegija i Mi*.

Veoma vrijedan časopis, s mnoštvom različitih i korisnih tema, savjeta i primjera izuzetno korisnih za naše članove, kao i za ostale osobe s invaliditetom, a ja smatram i za sve osobe koje žele nešto znati o životu osoba s invaliditetom. Zbog toga svaki put kad negdje putujem, na seminare, konferencije i takmičenja izvan Bosne i Hercegovine, obavezno ponesem nekoliko primjera časopisa i podijelim ga na tim skupovima.

- Da li možda imaš neku poruku i savjet za mlade osobe s invaliditetom, a koje bi se željele angažirati na svojoj ličnoj edukaciji i u borbi za ostvarivanje svojih prava garantiranih Konvencijom UN-a o pravima osoba s invaliditetom?

Kao prvo, radite na sebi i svojoj osobnosti, prihvivate sebe takve kakvi jeste, pokažite svojoj sredini i svima oko vas da ste više osoba nego "invalid", kako nas ljudi vole nazivati. Ne dajte se pokolebiti na putu ostvarenja svojih ciljeva i snova. Aktivno se uključite u ostvarivanje prava koja vam pripadaju, jer nikko drugi to neće bolje učiniti od vas samih. Učite svaki dan.



NOVO

ISTI  
ASPIRIN® PROTECT  
U NOVOM  
PAKOVANJU



VIŠE OD 100 GODINA DUGA TRADICIJA.



S NOVIM  
KALENDARSKIM  
BLISTEROM



ASPIRIN®  
PROTECT

Prije upotrebe pažljivo pročitajte uputu o lijeku. Za obavijesti o indikacijama, mjerama opreza i neželjenim dejstvima lijeka, posavjetujte se s ljekarom ili farmaceutom.

BAYER d.o.o.  
Trg solidarnosti 2a  
71 000 Sarajevo  
Bosna i Hercegovina  
Tel.: +387 33 941 600  
Fax: +387 33 941 620 / 788 840  
[www.bayer.com](http://www.bayer.com)



# Pretvaranje tragedije u akciju – Kako sam okrenula životnu povredu u motivaciju

Jessica Harthcock prohodala nakon teške nesreće i dvostrukе povrede kičmene moždine i pored toga što nijedan ljekar nije vjerovao da je to moguće!

Jessica Harthcock, kada je imala samo 17 godina, doživjela je tragičnu nesreću nakon koje je ostala u stanju paraplegije. Ljekari su joj rekli da više nikada neće moći hodati, ali ona nije htjela vjerovati u to. Knjigu o njenoj životnoj prići napisala je književnica Jaclyn Trop.

Jessica Harthcock započinje svoju priču jednim danom u junu 2004. godine kada se dogodila ta kobna nesreća.

Bila je to tipična ljetna večer. Vracačala sam se iz svoje srednje škole. Bila sam u plivačkom timu za skokove u vodu s odskočne daske. Trenirala sam dvostruki prednji salto i "spiralni okret" u specijalnoj dvorani sa svojim trenerom gimnastike. To su bili treninzi "na suho", u odgovarajućoj dvorani, opremljenoj za tu vrstu treninga. Bila sam iscrpljena nakon dugog treniranja tokom te noći, ali odlučila sam pokušati još jedan skok sa spiralnim okretom.

Međutim, nisam se dovoljno visoko odrazila i pri padu sam udarila glavom o betonsku stranu bazena od pjene koja mi je služila kao podloga za slijetanje. Osjetila sam bolno škrpanje u glavi i tijelu i osjetila kako mi krv curi niz lice. Cijelo mi je tijelo u momentu utrnulo. Ništa nisam osjećala, nisam mogla ni govoriti ni pomicati se. Moj trener je video da sam razbilja glavu koja je obilno krvarila, iako nije odmah shvatio da sam zatobilja i povredu kičmene moždine. Odmah je pozvao hitnu pomoć koja je stigla u rekordnom roku i prebacili su me u bolnicu na operaciju. Ljekari su brzo reagirali i učinili sve što su znali i mogli. Nakon toga su mi saopštili da sam, pored povrede glave koja nije bila toliko teška kako se činilo, slomila kičmu na dva mjesta i to u cervicalnom i torakalnom dijelu kičme (područje vrata i leđa).

Ostala sam paralizirana od linije grudi prema dolje, do nožnih prstiju,

što je značilo da se ne mogu kretati, niti osjećati dio leđa i noge. Jedino sam mogla koristi ruke. Ni sama ne znam kako sam se u tom trenutku osjećala! Bilo je očigledno da je sve istina što su mi ljekari saopštili i to je bilo strašno saznanje, ali nekako u podsvijesti sam osjećala jaku dozu optimizma i bila sam uvjerenja da ja to mogu prevladati, jer sam bila fizički u izvrsnoj formi, a odmah sam sama sebe uvjerala da imam sve preduvjete (snagu i volju, prvenstveno) da se oporavim i da ne ostanem u stanju paraplegije.

Ipak, stvarnost mi je pokazala da to neće biti jednostavno, pogotovo kada sam prvi puta morala da učim kako da ustanem iz kreveta, kako da se oblačim i sve ostalo što sam prije radila, te kako da koristim kolica za kretanje. Ljekari su mi rekli da je moja ozljeda toliko ozbiljna da nikad više neću imati nikakve fizičke osjećaje ispod linije grudi, a kamoli da će prohodati.

Poslije obavljenih operacija i postoperativnog oporavka, prebačena sam u bolničku ustanovu za rehabilitaciju gdje započinje moj dugotrajan put oporavka. Nakon završene bolničke rehabilitacije, nastavljam ambulantnu terapiju šest sati dnevno, često šest dana u sedmici, sva-ke godine do ostvarenja svog cilja.

Nakon nesreće moja porodica i ja smo počeli smo tražiti sve moguće informacije o povredama kičmene moždine i mog stanja paraplegije te odgovarajuće ustanove za oporavak. Selila sam se širom zemlje, živeći u hotelima od Chicaga do Louisvilea, Kentuckyja, Louisiane i Indiane. Rehabilitacija je rađena redovnom fizičkom terapijom uz pomoć vrhunskih aparata, električne stimulacije, treninga hodanja uz pomoć robotike, vodene terapije, vestibularne terapije i jačanja. Ljekari su nam govorili da su šanse za oporavak minimalne, ustvari nikakve, ali ni ja ni moja porodica to nismo prihvatali niti odustajali od traženja načina za moj oporavak.

Nemojte misliti da mi sve to nije bilo, u duši i glavi, teško, preteško i često sam plakala zbog svog stanja i ljekarskih "prognoza". Ipak, moj optimizam nije jenjavao niti sam upala u zamku samosažaljenja.

Zato sam se aktivirala i umjesto da sjedim i ležim u kući, ja sam krenula da izlazim napolje što češće i više vremena provodila sam izvan kuće. Družila sam se s prijateljima, išla s njima ili porodicom u kino, restorane, shopping centre, parkove i ostala mjesta za odmor i zabavu. Radila sam sve što sam voljela, čak i kad se nisam baš dobro i prijatno osjećala, i morala sam uložiti mnogo napora i vremena da savladam mnoge barijere na koje nailaze sve osobe sa stanjem paraplegije i koje koriste kolica za kretanje.



*Jessica Harthcock prije nesreće*

Kao neku vrstu psihološke pomoći vodila sam svoj dnevnik u koji sam upisivala sve što sam smatrala bitnim, a posebno tri "stvari" – zahvalnosti: što sam živa, što mi je volja sve jača i što imam podršku porodice i prijatelja.

Godinu dana nakon povrede, nakon što sam završila srednju školu a prije upisa na fakultet Južna Indiana, ljetno sam provela na fizikalnoj rehabilitaciji vježbajući do svojih krajnjih granica mogućnosti. Upoznala sam novog "trenera" Adama, specijalistu za rehabilitaciju paraplegičara, kojem sam rekla da želim, hoću i mogu ponovo prohodati i da će sve uraditi da to ostvarim. Adam mi je na to odgovorio: "Dobro, onda da znaš da je mnogo, mnogo posla i napora pred nama." Iako je znao za moju ljekarsku prognozu, nikada to nije spominjao niti me bilo šta

ispitivao s tim u vezi. Dva mjeseca nakon dogovora s Adamom (koji je samo tri godine stariji od mene) počeli smo zajednički rad na mom oporavku. Počeli smo od toga kako da što pravilnije sjedim sama na krevetu. Napravili smo i lutku koja je Adamu služila da mi i vizualno po-kaže kako treba da vježbam pravilno, samostalno sjedenje. Međutim, to je bilo vrlo naporno s obzirom na to da moji trbušni mišići nisu funkcionalni i nisam mogla održavati uspravan položaj leđa, tj. nisam mogla samostalno sjediti. To je bilo veoma frustrirajuće, ali nisam odustajala od vježbanja, bez obzira na to što sam stalno padala na leđa u krevetu i što me to lutilo. I dalje smo nastavili s vježbanjem i jednog dana konačno sam uspjela ustati i sjediti skoro sekundu! Adam i ja smo bili uzbudjeni, jer je to bio dobar "znak",



S lijeve strane: Jessica Harthcock na rehabilitaciji nakon ozljede; Jessica danas

a ja sam vikala: "Uspjeli smo, uspjela sam barem sekundu sama sjediti!" Adam je bio oduševljen da se nakon toliko vježbanja i pokušavanja dogodila ta "sekunda", zagrlili smo se i zajednički se radovali i "navijali" zbog tog mog početnog uspjeha. Taj trenutak nas je još više zbлизio i počeli smo se družiti i nakon časova terapije, postali smo prijatelji. Nastavila sam vježbatи sama, a nakon nekoliko sedmica Adam je napustio svoj posao i došao na fakultet na koji sam se upisala i na kojem sam započela svoje studije. Često smo bili zajedno i jedne noći, dok smo sjedili u restoranu, Adam me pitao: "Misliš li da između nas postoji nešto više od profesionalnog terapeutskog odnosa?" Ja sam se pokušala ponašati kao "cool" i odgovorila da ne znam i pitala ga šta on misli, mada sam tačno znala šta već duže vremena osjećam za Adama i kakav bi trebao biti moj odgovor. Počeli smo se smijati i tako je naše druženje, profesionalno i privatno, preraslo u nešto više, u našu ljubav. Nastavili smo vježbanje kad god je bila prilika za to, pogotovo što smo sada bili mnogo više zajedno.

Nakon godinu i osam mjeseci mukotrpnog vježbanja, vidjela sam svoj prvi znak oporavka – trzanje

mišića na desnom bedru. Bilo je to gotovo neprimjetno, ali ta sitna trzana dala su mi nevjerovatnu količinu nade. Ali, to oduševljenje je kratko trajalo, jer su mi i Adam i ljekari rekli da to trzanje u bedrima zna biti uobičajeno kod paraplegije i da je to, ustvari, spazam, koji nije signal da će prohodati, ali da nije loše što se je javilo. Nisam se previše razočarala, vjerovala sam i dalje da je to dobar znak i rezultat upornog vježbanja a moj optimizam da će prohodati nije se nimalo smanjio. Sljedeće godine su bile izazov za moje profesionalno napredovanje, tako da školovanje nastavljam na državnom Univerzitetu Louisiana, a vježbatи nisam prestala nijednog trenutka. Uz mene je uvijek bio moj momak i terapeut Adam. Motivaciju sam pothranjivala prateći sve uspješne oporavke koji su se dogodili osobama sa sličnim invaliditetom, kao i čitajući o svemu što nadahnjuje ljudski optimizam, tj. psihu. To moje uporno vježbanje, fizičko i mentalno, uz pomoć Adama i mnogih aparata, sprava i robotike rezultiralo je time da sam se sve više oporavljala i radila mnoge stvari koje moje tijelo prije nije moglo i što ni ljekari nisu mogli zamisliti. Prošle su tri godine dok nisam naučila napraviti korak.

Počela sam se, uz pomoć raznih pomagala, samostalno kretati i sve manje koristi kolica koja su, ipak, uвijek bila u mojoj blizini s obzirom na to da je oporavak ponekad bio usporen pa čak, kratko, i retrogradan.

Šest godina rehabilitacije prošlo je dok nisam počela samostalno, bez pomoći, kretati se i hodati!

Za tih godina napravila sam veliki uspjeh i ljekari su to tretirali kao "čudo". Kada sam završila fakultet, već sam mogla samostalno hodati na kraće relacije, ali sam često i padala, jer još uвijek mi se nisu vratila sva osjetila, ustvari ništa nisam osjećala u stopalima, nisam osjećala tlo ispod sebe, i zbog toga sam vrlo često padala. Srećom, moj Adam je uвijek bio blizu mene i pomagao mi kao i uвijek, od samog početka naše zajedničke borbe. Moram se pohvaliti da sam nakon diplomiranja uspjela sama doći na bini do mjesta gdje mi je uručena diploma o završenom fakultetu i to mi je bio najsretniji trenutak nakon doživljene nesreće, pogotovo što su tu bili i moja porodica i Adam, koji se veoma veselio tom mom dvostrukom uspjehu – hodanju i završetku fakulteta. Za sve postignuto najviše zasluga imaju moji roditelji i moj današnji suprug Adam, naravno uz sve ustanove, ljekare i osoblje koje je brinulo o meni i radilo na mom oporavku.

## Tajna mog oporavka!?

I sama bih voljela znati tu tajnu, ali zaista ne znam. Znam samo da sam dugo godina uporno vježbala i

nikada me nisu napuštali optimizam i volja da uspijem. Išla sam na ljekarske preglede i priznali su mi i oni da nikako ne mogu shvatiti kako sam uspjela prohodati nakon onako teških povreda kičme i da u svom iskustvu to nikada nisu doživjeli. Najbolja teorija koju je jedan ljekarski konzilij postavio jeste to da sam nekim "čudom" uspjela regenerirati nervne završetke i to najvjerojatnije kao rezultat žestoke, dugotrajne, fizikalne terapije, ali i dalje nisu bili sigurni da je samo terapija razlog što sam uspjela prohodati. Išla sam na dodatna ljekarska ispitivanja i sva moguća "snimanja" i svi ljekari ostajali su u čudu i nevjerici, jer naučno nisu mogli objasniti tako sjajan oporavak, iako je određenih tragova nesreće ostalo, kao što je, naprimjer, još uvijek izgubljen senzibilitet u dijelovima tijela ispod mjesta povrede kičme i vrlo brzo zamaranje. Ipak, sve je to "ništa" u odnosu na to kako je bilo i kakvu su mi budućnost predviđali, jer sada se mogu kretati bez ičije pomoći, a to zamaranje mi je najmanji problem – sjednem, legnem (prema prilici i situaciji), odmorim se te nastavim sa svim svojim aktivnostima kao i svi drugi koji nisu osobe s invaliditetom.

Adam i ja vjenčali smo se pet godina nakon što smo započeli našu vezu, a onda smo se preselili u Nashville kako bih mogla završiti magisterij iz organizacijskog vodstva na Univerzitetu Vanderbilt. Tokom godina rehabilitacije i posjećivanja mnogobrojnih ljekara spoznala sam šta bi se u zdravstvenom sistemu trebalo poboljšati u korist pacijenta. Kada sam bila na bolničkoj rehabilitaciji, a zatim u ambulantnim fazama liječenja, shvatila sam da je zdravstveni sistem, posebno za



*Adam and Jessica, supružnici*

pacijente sa složenim medicinskim stanjima, često izuzetno fragmentiran i zbumujući, te da se može poboljšati i biti jednostavniji i sigurniji za pacijente kao što sam i sama.

Dok sam bila u školi, razvila sam ideju, koja mi je bila u podsvijesti, te napravila web-platformu na kojoj sam pisala o svojim iskustvima u liječenju i oporavku i davala odgovore na pitanja o terapijama i mogućnostima oporavka. Imala sam Adamovu potpunu i nepokolebljivu podršku, ne samo finansijski, već i kao muža i partnera i kao nekoga ko je pratio cijeli proces mog oporavka, a i danas zajedno radimo svaki dan – poslovno i terapijski, jer ja ne smijem

nikada prestati vježbati i time održavam postignuti uspjeh – oporavak. Na poslovnom planu Adam i ja započeli smo povezivanjem s više od 100 pacijenata, ali smo shvatili da ćemo taj proces morati automatizirati kako bismo mogli udovoljiti našoj rastućoj listi čekanja ljudi koji traže našu pomoć i savjete.

Potom smo Adam i ja odlučili da osnujemo firmu pod nazivom "Utilize Health" / "Iskoristite zdravlje", a riječ je o posebnom rješenju za koordinaciju skrbi koje pacijente vodi kroz zdravstveni sistem osiguravajući da oni postignu maksimalne rezultate, a da zdravstveni, sistemski planovi vide uštedu troškova u

njihovoj njezi. Dok smo istraživali problem i pravili poslovni plan, investitori kojima smo se obraćali rekli su nam da ovaj model nikad neće funkcionirati, ali to me nije deprimiralo. Razmišljala sam i zaključila: "Uredu. Pa, problem očigledno počinje s pacijentom. Oni su ti kojima je potrebna pomoć. Oni su krajnji korisnici zdravstvenih usluga, ali na koga će naša zamisao utjecati iz poslovne perspektive? Tada smo shvatili da je rješenje kod davaatelja zdravstvenih usluga i njihovih zdravstvenih planova te da je pravo rješenje kod njih. Mi smo se fokusirali na pacijente a ustanovama i državnim zdravstvenim planovima smo prepustili da izračunaju kolika je to poslovna dobit i za njih.

Ipak, da bismo uspjeli u svoj namjeri, bila su nam potrebna početna novčana sredstva, te smo pokrenuli kampanju "Indiegogo". Naša kampanja bila je uspješna i sakupili smo potrebna, milionska sredstva da možemo održavati našu firmu i pomagati drugim ljudima koji imaju problem s kičmom, tj. posljedicama oštećenja kičmene moždine.

Pomažući pacijentima zdravstvenim, socijalnim i ekonomskim resursima, koje posjeduje naša firma "Utilize Health", omogućavamo našem timu da drastično smanji troškove skrbi i poboljša zdravstvene rezultate članova kojima služi. Da bi se to postiglo, "Utilize Health" kombinira jedinstveni set usluga "recepције" kliničara, specijalizirani set digitalnih alata posebno dizajniranih za osobe s neurološkim stanjima te programski pristup kombiniranju i prilagođavanju tih aspekata svakom pacijentu. Svaki pacijent u programu uparen je s našim zaposlenikom za zdravstvenu zaštitu pacijenata, koji je i stručnjak-savjetnik za klinike.

Savjetnici za pacijente zaposlenici su "Utilize Health" s najmanje osam godina iskustva u neurološkoj rehabilitaciji i radili su u mnoštvu ustanova za njegu i rehabilitaciju. Oni se obraćaju pacijentu kao kompletnoj osobi, a ne samo kao pacijentu s dijagnozom, uzimajući u obzir kako primarna neurološka dijagnoza člena utječe na njihov život i pristup drugim zdravstvenim rizicima. Oni razgovaraju s našim pacijentima, dobijajući njihovo povjerenje i pomažu im iz dana u dan. Danas svi mogu kupiti pretplatu za našeg savjetnika pacijentima putem interneta, što je poput usluge recepcionara. Također, preko naše firme u svakom trenutku imaju pristup liječniku. Taj kliničar postaje "vratar" za sve što im treba – medicinsku, socijalnu ili ekonomsku pomoć ili savjet, upute. "Utilize Health" otiašo je korak dalje i implementirao model zdravstvenog radnika u zajednici. "Utilize Health" ima više digitalnih alata za članove svog programa. Jedan od tih alata koristi i zdravstveni fond za liječenje i pronalaženje odgovarajućih zdravstvenih ustanova, a to sve djeluje slično kao Hotels.com i omogućuje pacijentima da ispune upitnik kojim biraju ustanovu koja najbolje odgovara njihovim medicinskim potrebama. Mi iz firme ne gledamo samo na kredibilitet ustanove, već gledamo na opremu unutar tih objekata i modalitete koje oni koriste za liječenje pacijenta. Tada smo u mogućnosti da to podijelimo s pacijentom kako bi pacijent, u saradnji s timom određene ustanove za njegu i rehabilitaciju, donio najbolju odluku u vezi s liječenjem. Snalazimo se u vrlo neurednom sistemu i želimo biti pouzdan resurs za sve te svakom pacijentu pružiti iste mogućnosti za oporavak. Kroz program

smo proveli preko 750 pacijenata. S našim novim modelom zdravstvenog plana uspjeli smo smanjiti ogromne troškove koje snose pacijenti i to tako što smo počeli prodavati naš zdravstveni plan ustanovama, jer je prilagodljiv za mnoge učesnike u sistemu liječenja i oporavka. To nam je bila dobra poslovna odluka, jer članovi koji ispunjavaju uvjete za program primaju ga kao "po-krivenu pogodnost", tako da je za njih potpuno besplatan. Kada prođu kroz naš program, stope ponovnog prihvatanja u bolnice značajno su niže. Pacijenti vide bolje rezultate, zdravstvene i finansijske, a to štedi i astronomsku količinu novca u zdravstvenom sistemu.

Cijelo ovo iskustvo naučilo me je da možete izabrati da budete sretni, ili možete odlučiti da imate loš dan. Odlučila sam biti sretna, a sada mogu pomoći i drugima da probaju učiniti isto.

## Drugi o Jessicinom oporavku

Susan Howley, direktorka istraživanja fondacije "Christopher i Dana Reeve", izjavila je: "Nevjerojatno vratanje Jessica nije tipično. Znam da je vrlo, vrlo malo pacijenata sretnih kao Jessica. Fondacija ne drži podatke o postotku pacijenata koji su uspjeli oporaviti motoričke funkcije, ali svaka ozljeda leđne moždine je jedinstvena, što još više povećava tajnu Jessicinog oporavka." Jessica je provela određeno vrijeme u dva rehabilitacijska centra, koja su dio mreže "Reeve Foundation Neuro-Recovery Network".

(Izvor: Jaclyn Trop – [www.glamour.com](http://www.glamour.com)  
i drugi internet portali:  
Forbes i [americanhealthcareleader.com](http://americanhealthcareleader.com))

# Međunarodno otvoreno prvenstvo – 16. sportske igre paraplegičara i oboljelih od dječije paralize



**U** organizaciji Saveza paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Federacije Bosne i Hercegovine održano je Međunarodno otvoreno prvenstvo i 16. sportske igre paraplegičara i oboljelih od dječije paralize, a pod pokroviteljstvom Ministarstva kulture i sporta Federacije Bosne i Hercegovine. Tehnički organizator i domaćin Igrala bilo je Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Zenica – član Saveza paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Federacije Bosne i Hercegovine.

Na 16. sportskim igrama nastupilo je 130 takmičara – paraplegičara i oboljelih od dječije paralize, u zvaničnoj konkurenciji i van konkurencije. Učestvovali su takmičari iz regije: Slovenije, Hrvatske, Sjeverne Makedonije, Srbije i Crne Gore te domaćina Bosne i Hercegovine, koju su predstavljali takmičari iz oba bosanskohercegovačka entiteta, Federacije Bosne i Hercegovine i Republike Srpske.

Iz Federacije Bosne i Hercegovine učestvovali su takmičari iz 8 kantona, odnosno iz 16 područnih

udruženja-članica Saveza Federacije Bosne i Hercegovine.

Savez je za realizaciju ovog projekta, osim vlastitog učešća, osigurao neophodna dodatna sredstva od strane sponzora i donatora. Osigurani su adekvatni uvjeti smještaja bez arhitektonskih i drugih barijera u Hotelu "Zenica" u Zenici, a domaćin igara osigurao je uvjete za održavanje igara na Atletskom stadionu "Kamberovića polje", volontere, koji su bili od velike pomoći svim takmičarima, učesnicima Igrala, te ostale organizacijsko-tehnische

Svečano postrojavanje ekipa



radnje koje su osigurale nesmetano i uspješno održavanje Igara.

Svečano otvorenje Međunarodnog otvorenog prvenstva i 16. sportskih igara, s intoniranjem himne i podizanjem zastave te defileom učesnika sa zastavama zemalja učesnica, održano je na Atletskom stadionu "Kamerovića polje" 13. septembra u 09:30 sati.

Takmičenje su pratili i za sportiste navijali učenici nekoliko zeničkih osnovnih škola a mlade "mažoretkinje" bile su poseban dio ambijenta svečanog otvorenja.

Svečanosti otvaranja Međunarodnih sportskih igara prisustvovali su

izaslanik Šefika Džaferovića, člana Predsjedništva Bosne i Hercegovine; Mirza Ganić, premijer Zeničko-dobojskog kantona; Dobrica Jonjić, pomoćnik ministra rada i socijalne politike FBiH; Marinko Tokić, pomoćnik ministra za obrazovanje, nauku, kulturu i sport; Edin Arnaut, pomoćnik ministricice za rad, socijalnu politiku i izbjeglice Zeničko-dobojskog kantona; prof. dr. Mirsad Muftić, predsjednik Upravnog odbora Saveza; Harun Aliefendić, predsjednik Udruženja paraplegičara Zenica; Elvira Bešlija, generalni sekretara Saveza, kao i drugi gosti i građani Zenice.



*Mirza Ganić, premijer Zeničko-dobojskog kantona, proglašava igre otvorenim*



*Samra Đidić, pobjednica*

Prilikom svečanosti otvaranja Igara prisutnima su se kratkim govorom i pozdravljanje obratili prof. dr. Mirsad Muftić, Dobrica Jonjić, Elvira Bešlija i Mirza Ganić, premijer Zeničko-dobojskog kantona, koji je zvanično proglašio Igre otvorenim, nakon čega su započela takmičenja u atletskim disciplinama.

Sportske igre tradicionalno se održavaju u atletskim disciplinama, prema pravilima Paraolimpiskog komiteta Bosne i Hercegovine, i u šahu.

Glavni sudija za atletske discipline bio je Zdeno Mileusnić, a za takmičenje u šahu Fahrudin Čerim, međunarodni šahovski sudija. Dr. Damir Jaganjac, koji posjeduje međunarodnu licencu za klasifikaciju-kategorizaciju takmičara u atletici za osobe s invaliditetom, bio je ljekar klasifikator, koji je prije takmičenja utvrdio klasu/kategoriju za svakog takmičara, a prema međunarodnim normama sporta za osobe s invaliditetom, zavisno od stepena oštećenja organizma.

Atletsko takmičenje održano je u ženskoj i muškoj konkurenciji u sljedećim disciplinama:

- Trke u kolicima: 100 m; 200 m; 400 m
- Bacačke discipline: kopanje, kugla, disk i čunj

Šahovski turnir, takmičenje po Bergerovom sistemu, održan je u Hotelu "Zenica" u Zenici.

## Rezime

Svi učesnici sportskih igara, putem svojih predstavnika, zvanično su iskazali zadovoljstvo organizacijom i takmičenjem, koje je proteklo u sportskom i fer nadmetanju i zahvalili se na gostoprivrstvu, odličnim



*Najglasniji navijači s takmičarima*

uvjetima smještaja i takmičenja, kao i na ljubaznosti domaćina. Posebno nam je drago zbog pohvala koje smo dobili od učesnika Igara, gostiju iz inostranstva, koji su svoje zadovoljstvo iskazali željom i obećanjem da dođu i iduće godine i budu sudionici najznačajnije sportske manifestacije osoba s invaliditetom (OSI) u regiji. Želimo naglasiti da su sve relevantne i stručne osobe, također, potvrdile da je ovogodišnje Međunarodno otvoreno prvenstvo – 16. sportske igre paraplegičara i oboljelih od dječje paralize odlično organizirano, da je takmičenje proteklo shodno međunarodnim pravilima Paraolimpijskog komiteta, bez bilo kakvih problema u sportskoj i drugarskoj atmosferi. Također, dobrom organizacijom i osiguranjem svih potrebnih uvjeta za takmičenje te okupljanjem velikog broja takmičara otvorili smo mogućnost takmičarima za postizanje rezultatske norme kao uvjeta za učešće na međunarodnim takmičenjima. Realizacijom ovog programa-projekta postigli smo podizanje kvaliteta

sportske djelatnosti a postizanjem dobrih rezultata uspješnom prezentiranju naše zemlje u svijetu.

### **Stav organizatora – Saveza paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Federacije Bosne i Hercegovine, Bosna i Hercegovina**

Sport nije privilegija ljudi bez invaliditeta, naprotiv, on kao specifično područje djelovanja jača samopouzdanje i ima veliki utjecaj na održavanje psihofizičke stabilnosti, posebno osoba s invaliditetom. Cilj održavanja Igara jeste promocija zdravlja, ljudskih prava i mogućnosti osoba s invaliditetom kroz sport. Glavni je zadatak približiti sportske aktivnosti osobama s najtežim tjelesnim invaliditetom, kao što su paraplegičari i oboljeli od dječje paralize, proširiti njihove vidike, sposobiti ih za postizanje uspjeha, emocionalno ih osnažiti i pružiti im bolji kvalitet života.

Teorija savremene rehabilitacije s načelom "nije važno šta je osoba s invaliditetom izgubila, nego šta joj je ostalo" u sportu i sportskoj rekreaciji našla je svoju najjaču potvrdu. Ove aktivnosti imaju dalekosežan značaj za psihofizičko prilagođavanje, za pobjedu nad vlastitim osjećanjem nesposobnosti i socijalnu reintegraciju. Kao najprirodniji oblik liječenja, sport ima izuzetne efekte; osobe s invaliditetom vraća u društvene tokove i omogućava im da osjeće radost vraćene snage i sposobnosti za život, saznanje da invalidnost ne znači i nesposobnost. Zbog toga Savez kontinuirano radi na promociji sporta kao uspješne terapije za resocijalizaciju i zdravljenje života, ali i na postizanju što boljih rezultata – posebnog podsticaja koji oplemenjuje i njihovo životnoj borbi daje poseban značaj. Ujedno, ovi sportski susreti predstavljaju kako pokušaj animiranja onih koji se još nisu bavili sportom, tako i veći podsticaj za postizanje što boljih rezultata onima koji se već bave sportom.

## Rezultati

### Atletika

Najuspješnije ekipe Igara, uku-  
pno: 1. Zeničko-dobojski kanton  
(BiH) = 90 bodova; 2. Unsko-  
sanski kanton (BiH) = 34 boda;  
3. Srednjobosanski kanton (BiH)  
= 28 bodova

Najuspješnija takmičarka: Milena  
Obradović (BiH, Republika Srpska)

Najuspješniji takmičar: Dražen-  
ko Mitrović (Srbija)

Najuspješnja ekipa u ženskoj kon-  
kurenciji: 1. Zeničko-dobojski kanton  
(BiH) = 47 bodova; 2. Kanton Sarajevo

(BiH) = 13 bodova; 3. Unsko-sanski  
kanton (BiH) = 10 bodova

Najuspješnija ekipa u muškoj kon-  
kurenciji: 1. Zeničko-dobojski kanton  
(BiH) = 43 boda; 2. Srednjobosanski  
kanton (BiH) = 28 bodova; 3. Un-  
sko-sanski kanton (BiH) = 24 boda

### Najuspješniji pojedinci/ke u atletici po disciplinama

#### Muškarci

##### *Trke u kolicima – pobjednici po kategorijama:*

100 m, kategorija T53 – zlatna  
medalja: Amir Čolić (Unsko-sanski

kanton / BiH); srebrena medalja:  
Srećko Jorgić (Zeničko-dobojski  
kanton / BiH); bronzana meda-  
lja: Harun Aliefendić (Zeničko-  
dobojski kanton / BiH);

100 m, kategorija T54 – zlat-  
na medalja: Nedžad Pepić (Crna  
Gora); srebrena medalja: Mustafa  
Beganović (Srednjobosanski kanton  
/ BiH); bronzana medalja: Andrej  
Gorza (Slovenija);

100 m, kategorija T55 – zlatna  
medalja: Marinko Jukić (Zeničko-  
dobojski kanton / BiH); srebrena  
medalja: Mujo Adilović (Zeničko-  
dobojski kanton / BiH); bronzana  
medalja: Samir Spahić (Zeničko-  
dobojski kanton / BiH);

200 m, kategorija T53 – zlatna  
medalja: Salko Omerašević (Zenič-  
ko-dobojski kanton / BiH); srebrena  
medalja: Srećko Jorgić (Zeničko-  
dobojski kanton / BiH); bronzana  
medalja: Amir Čolić (Unsko-san-  
ski kanton / BiH);

200 m, kategorija T54 – zlatna  
medalja: Mustafa Beganović (Sred-  
njobosanski kanton / BiH); srebre-  
na medalja: Nedžad Pepić (Crna  
Gora); bronzana medalja: Andrej  
Gorza (Slovenija);

200 m, kategorija T55 – zlatna  
medalja: Mujo Adilović (Zeničko-  
dobojski kanton / BiH); srebrena  
medalja: Marinko Jukić (Zeničko-  
dobojski kanton / BiH); bronzana  
medalja: Samir Spahić (Zeničko-  
dobojski kanton / BiH);

400 m, kategorija T53 – zlatna  
medalja: Srećko Jorgić (Zeničko-  
dobojski kanton / BiH); srebrena  
medalja: Salko Omerašević (Zenič-  
ko-dobojski kanton / BiH); bron-  
zana medalja: Harun Aliefendić  
(Zeničko-dobojski kanton / BiH);

400 m, kategorija T54 – zlatna  
medalja: Mustafa Beganović (Sred-  
njobosanski kanton / BiH); srebrena



medalja: Andrej Gorza (Slovenija); bronzana medalja: Nedžad Pepić (Crna Gora);

400 m, kategorija T55 – zlatna medalja: Marinko Jukić (Zeničko-dobojski kanton / BiH); srebrena medalja: Mujo Adilović (Zeničko-dobojski kanton / BiH); bronzana medalja: Samir Spahić (Zeničko-dobojski kanton / BiH).

*Bacačke discipline – troboj:*

*kugla, disk i kopljje:*

Kategorija F52 – zlatna medalja: Samir Bašić (Unsko-sanski kanton); srebrena medalja: Tahir Mandžuka (Zeničko-dobojski kanton / BiH); bronzana medalja: Alija Avdić (Zeničko-dobojski kanton / BiH);

Kategorija F53 – zlatna medalja: Selim Kurtović (Unsko-sanski kanton / BiH); srebrena medalja: Refik Ibragić (Unsko-sanski kanton / BiH); bronzana medalja: Goce Minovski (Sjeverna Makedonija);

Kategorija F54 – zlatna medalja: Draženko Mitrović (Srbija); srebrena medalja: Mersad Murić (Crna Gora); bronzana medalja: Bešir Bećić (Hercegovačko-neretvanski kanton / BiH);

Kategorija F55 – zlatna medalja: Uzeir Turkušić (Bosansko-podrinjski kanton / BiH); srebrena medalja: Bojan Milutinović (Srednjobosanski kanton / BiH); bronzana medalja: Senad Husović (Crna Gora);

Kategorija F56 – zlatna medalja: Alija Kečo (Kanton Sarajevo / BiH); srebrena medalja: Milan Grujić (Srbija); bronzana medalja: Edis Lačić (Tuzlanski kanton / BiH);

Kategorija F58 – zlatna medalja: Taib Ibrišimović (Srednjobosanski kanton / BiH); srebrena medalja: Amir Drek (Srednjobosanski kanton / BiH); bronzana medalja: Jasmin Nokić (Crna Gora).



*Elvira Bešlija, generalni sekretar Saveza, pozdravlja učesnike prilikom dodjele nagrada*

Takmičari pobjednici po kategorijama u atletskim disciplinama u kojima nije bilo više od dva takmičara – bez bodovanja shodno međunarodnim pravilima: *Troboj: kugla, disk i kopljje* – Niko Aleksić (Srednjobosanski kanton / BiH), kategorija F35; Mevludin Delić (Zeničko-dobojski kanton / BiH), kategorija F37; Disk i čunj, kategorija F51 – Dženan Krnjić (Srednjobosanski kanton / BiH), kategorija F37;

(Napomena: Takmičari koji su učestvovali u atletskim disciplinama u kojima nije bilo više od dva

takmičara nisu bili bodovno vrednovani, shodno međunarodnim pravilima (za bodovanje su neophodna najmanje tri takmičara u svakoj disciplini i kategoriji invaliditeta), tako da nisu dobili medalje i diplome.)

## Žene

*Trke u kolicima:* 1. Samira Džidić (Zeničko-dobojski kanton / BiH); 2. Sajra Poljo (Zeničko-dobojski kanton / BiH); 3. Hurmija Mujić (Kanton Sarajevo / BiH).

*Bacačke discipline: disk i čunj* (kategorija F51): 1. Almedina Čamđić

(Zeničko-dobojski kanton / BiH); 2. Samira Džidić (Zeničko-dobojski kanton / BiH); 3. Šemsija Đelaldini (Kanton 10 / BiH).

*Pobjednice u troboju – kugla, disk i koplje, po kategorijama:*

Kategorija F51 – zlatna medalja: Almedina Čamđić (Zeničko-dobojski kanton / BiH); srebrena medalja: Samira Đidić (Zeničko-dobojski kanton / BiH); bronzana medalja: Šemsija Đelaldini (Kanton 10 / BiH);

Kategorija F52 – zlatna medalja: Sefija Topalović (Zeničko-dobojski kanton / BiH); srebrena medalja: Hurmija Mujić (Kanton Sarajevo / BiH); bronzana medalja: Jasmina Kolašinac (Kanton Sarajevo / BiH);

Kategorija F53 – zlatna medalja: Milena Obradović (Republika Srpska / BiH); srebrena medalja: Ramiza Bećirević (Kanton Sarajevo / BiH); bronzana medalja: Sajra Poljo (Zeničko-dobojski kanton / BiH);

Kategorija F54 – zlatna medalja: Ljilja Slišković (Zeničko-dobojski kanton / BiH); srebrena medalja: Safeta Trgić (Unsko-sanski kanton / BiH); bronzana medalja: Numa Mešić (Tuzlanski Kanton / BiH);

Kategorija F55 – zlatna medalja: Emilija Batarilo (Zeničko-dobojski kanton / BiH); srebrena medalja: Amira Salčinović (Tuzlanski Kanton / BiH); bronzana medalja: Rusmira Kovačević (Unsko-sanski kanton / BiH);

Kategorija F56 – zlatna medalja: Subhija Hodžić (Zeničko-dobojski kanton / BiH); srebrena medalja: Sadeta Rašidović (Bosansko-podrinjski kanton / BiH); bronzana medalja: Elena Davitkovska (Sjeverna Makedonija).-

### Šab – ekipni plasman

1. Srednjobosanski kanton, Bosna i Hercegovina (Federacija Bosne i Hercegovine); 2. Zeničko-dobojski kanton, Bosna i Hercegovina (Federacija Bosne i Hercegovine); 3. Unsko-sanski kanton, Bosna i Hercegovina (Federacija Bosne i Hercegovine).

Po završetku takmičarskog dijela u večernjim satima u Hotelu "Zenica" održana je svečanost podjele priznanja, svečana večera i druženje uz prigodnu muziku. Pehari su dodijeljeni za ukupne plasmane, a medalje i diplome s logom Igara dodijeljene su za ostvarene pojedinačne rezultate. Najuspješnijim takmičarima i takmičarkama pehare, medalje i diplome uručio je prof. dr. Mirsad Muftić, predsjednik Upravnog odbora Saveza. Prisutnima se obratila i Elvira Bešlija, generalni sekretar Saveza, i uime Saveza i organizatora svim ekipama i njihovim članovima zahvalila na učešću na sportskim igrama.



### Glavni sponzor Igara: USAID

Partner Igara: BH Telecom; zahvaljujemo BH Telecomu, ponosnom partneru Saveza paraplegičara i obojelih od dječije paralize Federacije Bosne i Hercegovine.

Medijski pokrovitelji Igara: Federalna televizija / FTV, "Radio Stari Grad" i radio "MIX", dnevne novine "Oslobođenje" i "Nezavisne novine".

12. međunarodni šahovski turnir paraplegičara "Banja Luka 2019"

# Ekipa Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Jajce osvojila bronzanu medalju

U organizaciji Saveza paraplegičara, oboljelih od dječije paralize i ostalih tjelesnih invalida Republike Srpske (Bosna i Hercegovina) održan je 12.

međunarodni šahovski turnir paraplegičara "Banja Luka 2019". Turnir je održan u periodu od 23. do 25. augusta 2019. godine. Takmičenje se odvijalo u Rekreativnom centru

"Mlinska Rijeka" – Čelinac, a učesnici su bili smješteni u "Domu invalida" u Banjoj Luci.

Međunarodni šahovski turnir "Banja Luka 2019" bio je pozivnog



Niko Aleksić, član ekipa Jajca



karaktera na kojem je učestvovalo osam ekipa / selekcija: iz Slovenije 2 ekipe (Ljubljana i Celje), iz Srbije 3 ekipe (Sombor, Opovo i Titel), iz Makedonije 1 ekipa (selekcija), iz Bosne i Hercegovine 2 ekipe (entitetski predstavnici).

Bosnu i Hercegovinu predstavljale su ekipe iz bosanskohercegovačkog entiteta Federacija Bosne i Hercegovine – ekipa Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Jajce, kao predstavnik Saveza paraplegičara i oboljelih od dječje paralize FBiH, i selekcija bosanskohercegovačkog entiteta Republike Srpske.

Turnir se igrao po Bergerovom sistemu, a igralo se 10 minuta po igraču.

Glavni sudija turnira bio je državni šahovski sudija Momčilo Soprenić iz Banje Luke.

Ekipa Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Jajce,

kao predstavnik Saveza paraplegičara i oboljelih od dječje paralize FBiH iz bosanskohercegovačkog entiteta Federacija Bosne i Hercegovine, nastupila je u sastavu: Emir Zejnilagić – 1. ploča, Niko Aleksić – 2. ploča i Rifet Agić – 3. ploča. Pratilac ekipе bio je Osman Turanović, sekretar Udruženja.

*Plasman:* 1. selekcija Makedonije = zlatne medalje, pehar i diploma; 2. ekipa Republike Srpske (Bosna i Hercegovina / Republika Srpska) = srebrene medalje, pehar i diploma; 3. ekipa Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Jajce (Bosna i Hercegovina / FBiH) = bronzane medalje, pehar i diploma; 4. ekipa Ljubljana, Slovenija = diploma; 5. ekipa Celje, Slovenija = diploma; 6. ekipa Opovo, Srbija = diploma; 7. ekipa Titel, Srbija = diploma; 8. ekipa Sombor, Srbija = diploma.

*Najuspješniji takmičar:* Tode Krstevski iz Makedonije proglašen je za najuspješnijeg igrača i dodijeljeni su mu pehar i diploma.

Naši predstavnici, ekipa Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Jajce, iskazala je zahvalnost organizatoru i ljubaznim domaćinima turnira na gostoljubosti i dobroj organizaciji turnira, koji je protekao u fer i sportskom nadmetanju. Zahvalili su i Savezu paraplegičara i oboljelih od dječje paralize FBiH, čija su članica, a koji je finansijski podržao odlazak takmičara na turnir u Banju Luku. Izrazili su nadu i želju da i u budućnosti učestvuju na ovom šahovskom turniru kao predstavnici našeg Saveza i Bosne i Hercegovine, a s obzirom na to da su na svom prvom učešću na turniru "Banja Luka 2019" ostvarili vrlo dobar uspjeh osvajanjem trećeg mesta u konkurenciji osam ekipa.

*Međunarodno atletsko prvenstvo "50. jubilarni memorijal prof. Bojana Hrovatina" – Slovenija*

# Ekipa Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Cazin osvojila zlatnu medalju



Jubilarno "50. memorijalno atletsko takmičenje prof. Bojan Hrovatin" bio je posljednji svečani događaj koji se proslavio povodom jubileja 50 godina od osnivanja Organizacije slovenačkih paraplegičara i tetraplegičara. Atletsko takmičenje održava se već 50 godina u počast velikom sportskom odgajatelju prof. Bojanu Hrovatinu, koji je šezdesetih godina 20. stoljeća uveo sportske sadržaje u program medicinske rehabilitacije i postavio temelje na

koje se oslanjaju rekreativni, natjecateljski i vrhunski sportovi.

Takmičenje je održano 7. septembra 2019. godine na Atletskom stadionu "Sportski park Ljubljana – Šiška" u Ljubljani a sudjelovalo je više od 80 sportista iz Hrvatske, Bosne i Hercegovine, Crne Gore, Srbije i Sjeverne Makedonije, kao i iz svih devet slovenačkih pokrajinskih saveza.

Organizator Memorijala bilo je Udruženje paraplegičara Slovenije

i Udruženje za sport osoba s invaliditetom – Paraolimpijski odbor, dok je tehničku organizaciju realiziralo Udruženje paraplegičara Ljubljanske regije.

Slovenska državna himna nJAVA je početak jubilarnog takmičenja. Nakon toga sve sudionike Memorijala pozdravili su i prigodnim govorom upoznali s likom i djelom prof. Bojana Hrovatina diplomirani fizioterapeut Alenka Primozič i Jože Okoren, predsjednik Udruženja paraplegičara dolenjske, belokranjske i posavske regije.

Uime suorganizatora Paraplegičkog društva Ljubljanske provincije, učesnicima jubilarnog Memorijala obratila se Mirjam Kanalec, predsjednica Skupštine Saveza paraplegičara Slovenije, a uime grada domaćina gradonačelnik MOL-a Dejan Crnek, koji je napomenuo da živimo u zajednici u kojoj poštujemo različitost.

Jubilarno atletsko takmičenje proteklo je u dobroj atmosferi i bez bilo kakvih problema.

Bosnu i Hercegovinu i Savez paraplegičara i oboljelih od dječije





Profesor Bojan Hrovatin postavio je temelje za sportove s invaliditetom u Sloveniji, koji uključuje rekreativni, konkurentni i vrhunski sport. Hrovatin je preminuo vrlo rano, 25. marta 1970. godine. Od te godine slovenački paraplegičari u njegovom sjećanju organiziraju godišnje atletsko takmičenje na državnom nivou uz međunarodno učešće. Ovim najvećim atletskim takmičenjem u Sloveniji s međunarodnim učešćem obilježili smo uspomenu na pionira sporta s invaliditetom koji je tokom šezdesetih godina prošlog stoljeća doprinio sportskim sadržajima u programu medicinske rehabilitacije.



paralize Federacije Bosne i Hercegovine, koji je finansirao učešće na takmičenju, predstavljala je ekipa Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Cazin, koja se takmičila u atletskom, bacačkom troboju – disk, kugla i koplje. Predstavnici Bosne i Hercegovine i Saveza paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Federacije Bosne i Hercegovine ostvarili su u vrlo jakoj konkurenciji izvanredan rezultat osvojivši prvo mjesto u međunarodnoj konkurenciji i za taj veliki uspjeh dobili su zlatne medalje, pehar i diplome.

Naši predstavnici, ekipa iz Cazina, nastupili su u sastavu: Amir Čolić, Samir Bašić, Safeta Trgić i Selim Kurtović. Izvan konkurenциje nastupili su Hasan Nuhanović i Irfad Rekić.

Atletsko ekipno takmičenje održano je u disciplinama:

- bacačke discipline – troboj: kugla, disk i koplje;
- trka u standardnim kolicima na 100 m za muškarce i žene;
- trke u profesionalnim sportskim kolicima s tri točka – troboj na 100 m, 200 m i 400 m;
- otvorena kategorija, trka na 800 m, u znak sjećanja na velikog prijatelja, sportskog novinara sa stanjem paraplegije Henrika Übeleisa, starnog pratioca igara i nekadašnjeg učesnika u trkama u kolicima.

Ovisno o stepenu ozljede, sportisti se u troboju takmiče u kategorijama od F51 do F57, a u trkama u kolicima u kategorijama od T51 do T54. Grupe u kojima se natjecao manji broj takmičara bile su organizirane u jednu grupu.

Rezultati su ocijenjeni na osnovu svjetskih pravila Međunarodnog paraolimpijskog komiteta.

Ekipni rezultati međunarodnog takmičenja:

1. Bosna i Hercegovina, 7146,09 bodova; 2. Slovenija, 6920,21 bod; 3. Hrvatska, 6805,49 bodova; 4. Sjeverna Makedonija, 5100,72 boda; 5. Srbija, 4379,24 boda.

Sudije na ovom sportskom takmičenju bili su članovi sudijskog odjela Udruženja atletskih sudija Ljubljane pod vodstvom Stanka Klemenčića koji su se pobrinuli za nesmetano odvijanje takmičenja. Rezultate je kompjuterski obradio i objavio Janez Hudej, vođa takmičenja, uz pomoć Marine Hudej.

Po završetku takmičenja upriličena je dodjela medalja i peharja. Tom prilikom svim učesnicima jubilarnog "50. memorijala prof. Bojana Hrovatina" zahvalili su i čestitali Gregor Gračner, potpredsjednik ZSIS-POK-a, i Dane Kastelic, predsjednik Saveza paraplegičara Slovenije, a posebno su zahvalili takmičarima iz država bivše Jugoslavije koji svojim prisustvom ovom tradicionalnom Memorijalu osiguravaju međunarodni karakter. Čestitke sportistima uputio je i Robert Cugelj, mag. fizijatar, direktor URI – Soča. Medalje i trofeje dodijelili su Robert Cugelj i Dane Kastelic.

Na kraju, učesnici prvog memorijala "Prof. Bojan Hrovatin" Pavla Sitar, Dušan Ambrož, Edo Cerkvenik, Vojko Gašperut, Jože Globokar, Tine Gorenc, Jože Okoren i Marjan Peternelj dobili su posebna priznanja i čestitke od organizatora i svih učesnika.

Predstavnici naše države i Saveza zahvalili su domaćinu na pozivu za učešće na "50. Memorijalu prof. Bojana Hrovatina", potom na veoma dobroj organizaciji ovog značajnog takmičenja, kao i na sređačnom prijemu i gostoljubivosti tokom boravka u Ljubljani.



Međunarodni šahovski turnir za osobe s invaliditetom "Titel 2019" – Srbija

# Ekipa Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Zenica osvojila prvo mjesto

**N**a Međunarodnom šahovskom turniru za osobe s invaliditetom "Titel 2019" u Srbiji ekipa Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Zenica, predstavnici našeg Saveza, bila je najuspješnija, i ekipno i pojedinačno, te osvojila zlatne medalje u jakoj konkurenciji.

U organizaciji Udruženja paraplegičara i kvadriplegičara "Tisa" iz Titela u periodu od 5. do 8. augusta 2019. godine održano je međunarodno takmičenja u šahu i pikadu za osobe s invaliditetom "Titel 2019". Ekipe su bile smještene u Vili "Evangelina" u Sremskoj Kamenici, a takmičenje se održavalo u Titelu.

Na ovogodišnjem turniru, koji je bio pozivnog karaktera, učestvovalo je 14 ekipa iz Slovenije, Bosne i Hercegovine i Srbije.

Bosnu i Hercegovinu predstavljale su tri ekipe: ekipa Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Zenica iz bosanskohercegovačkog entiteta Federacija Bosne



i Hercegovine, ekipa Banje Luke iz bosanskohercegovačkog entiteta Republika Srpska i ekipa Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Brčko iz Brčko distrikta Bosne i Hercegovine, dok su Srbiju predstavljale četiri ekipa: "Tisa" Titel, Zrenjanin, Opovo i Smederevo.

Ovu sportsku manifestaciju posjetili su dr. Milka Budakov, zamjenica pokrajinskog sekretara za socijalnu politiku, demografiju i ravnopravnost spolova, i Dragan Božić, predsjednik Općine Titel. Oni su takmičarima pozajmili uspjeh na takmičenjima sa željom da se ugodno osjećaju u ovoj bačkoj varošici.

Ekipa Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Zenica ujedno je bila i predstavnik Saveza paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Federacije Bosne i Hercegovine (SPODP FBiH).

Turnir je igran po švicarskom sistemu. Igrano je 5 kola s tempom igre od 15 minuta po igraču. Sudija na takmičenju u šahu bio je Miroslav Stanković, savezni šahovski sudija iz Smedereva, koji je dosta uspješno priveo kraju ovaj tradicionalni turnir.

Ekipa su nastupale sa po tri takmičara, a naša ekipa iz Zenice nastupila je u sastavu: Halid Bajramović, šahovski majstorski kandidat, 1. tabla; Ahmed Karalić, šahovski majstorski kandidat, 2. tabla i Ibrahim Hukić, 3. tabla.

Konačan plasman ekipa na međunarodnom šahovskom turniru:

1. Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječje paralize



Zenica – SPODP FBiH, bosanskohercegovački entitet

Federacija Bosne i Hercegovine, Bosna i Hercegovina – 12 poena, zlatna medalja i pehar;

2. ekipa Smedereva, Srbija – 9 poena, srebrena medalja i pehar;
3. selekcija Slovenije – 4 poena, bronzana medalja i pehar.

Ostale bosanskohercegovačke epipe, Udruženja paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Brčko i ekipa Banje Luke, osvojili su 4. i 5. mjesto.

Za najuspješnijeg takmičara turnira proglašen je Halid Bajramović iz ekipa iz Zenice, Bosna i Hercegovina / Federacija Bosne i Hercegovine, kojem je uručen pehar za najboljeg igrača turnira.

Na takmičenju u pikadu, koje je održano prvog dana ove sportske manifestacije, tri prva mesta osvojile su ekipa iz Srbije: 1. mjesto ekipa Opova, 2. mjesto ekipa Titela i 3. mjesto ekipa "Banat" iz Zrenjanina. Naša ekipa iz Zenice zauzela

je četvrto mjesto od ukupno sedam ekipa koje su se takmičile.

Najuspješnijim ekipama i pojedincima pehare, medalje i diplome uručila je Vesna Knežević, predsjednica Skupštine Opštine Titel, a pozajmila je da se na istom mjestu vide ponovo i naredne godine.

Turnir je protekao u sportskom i fer ambijentu, a domaćin i organizator korektno i profesionalno obavio je kompletну organizaciju Međunarodnog šahovskog turnira za osobe s invaliditetom "Titel 2019" – Srbija. Pokrovitelj ovog dvodnevног takmičenja bila je Opština Titel.

Halid Bajramović, najuspješniji takmičar turnira, vođa ekipa Zenice, nakon povratka ekipa iz Titela u Zenicu, izjavio je: "Ovom prilikom iskazujemo dužnu zahvalnost organizatoru i ljubaznim domaćinima turnira, kao i Savezu paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Federacije Bosne i Hercegovine koji je, zajedno s našim Udruženjem, finansijski podržao odlazak naših takmičara na ovogodišnji šahovski turnir u Titelu."

*Sportsko-rekreativno druženje osoba s invaliditetom "Lukavac 2019"*

# Udruženje paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Lukavac

**U**druženje Paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Lukavac i ove godine nastavilo je s održavanjem drugog po redu Sportsko-rekreativnog druženja osoba s invaliditetom pod nazivom "Lukavac 2019".

Sportsko takmičenje i jednodnevno druženje održano je 7. septembra 2019. godine na jezeru "Ontario Bi-starac" Lukavac s početkom u 11,00 sati. Takmičenje se održalo u šahu, pikadu i gađanju iz zračne puške.

Na takmičenju su prisustvovali članovi udruženja Zenica, Dobojski Jug, Tuzla, Žepče, Zavidovići i Sarajevo.

Iako su ove igre i druženje rekreativnog karaktera, za najuspješnije takmičare osigurane su simbolične nagrade, a postignuti rezultati bili su na zavidnom nivou. Ovo takmičenje-druženje potvrdilo je poznatu činjenicu da i osobe s invaliditetom mogu biti aktivni sudionici u sportu za osobe s invaliditetom i ravnopravno sudjelovati u životu društvene zajednice.

*Rezultati u muškoj konkurenciji:*

Šah: 1. Halid Bajramović, 2. Adnan Arifović, 3. Anes Mehić;

Vazdušna puška: 1. Tahir Mandžuka, 2. Sulejman Muratović, 3. Rukib Škiljo;

Pikado: 1. Nermin Tagić, 2. Rukib Škiljo, 3. Alija Avdić.

*Rezultati u ženskoj konkurenciji:*

Vazdušna puška: 1. Ljilja Slišković, 2. Kadira Nukić, 3. Behija Fejzić;

Pikado: 1. Izeta Bajrić, 2. Samira Džidić, 3. Hana Smajlović.

Nakon takmičenja svi prisutni družili su se u ugodnoj atmosferi uz zajednički ručak, osvježenje i muziku.



Informativno glasilo Saveza paraplegičara i oboljelih od dječje paralize Federacije Bosne i Hercegovine  
ulica Zmaja od Bosne 78 - 71000 Sarajevo  
e-mail: savez@paraplegicari.org - www.paraplegicari.org

MEDUNARODNI DAN OSOBA S INVALIDITETOM  
INTERNATIONAL DAY OF PERSONS WITH DISABILITIES  
3. DECEMBAR



International  
Day of  
Persons with  
Disabilities

3 DECEMBER

“Na ovaj Međunarodni dan potvrdimo svoju opredijeljenost da zajedno radimo na boljem svijetu, koji je inkluzivan, pravedan i održiv za sve, gdje se prava osoba s invaliditetom u potpunosti ostvaruju.” – António Guterres, generalni sekretar Ujedinjenih nacija

*Glasilo je realizovano kao projekat finansiran od strane “Lutrija BiH”  
posredstvom Ministarstva rada i socijalne politike Federacije Bosne i Hercegovine*

Časopis je besplatan

ISSN: 2303 - 5870

