

INICIJATIVA

Časopis osoba sa invaliditetom - 2011. godina - broj 102

U znak neizmjerne zahvalnosti za prepoznavanje značaja rada i obezbjeđivanja finansijske i materijalne pomoći u nadoknadi štete koju smo pretrpjeli uslijed provale i pljačke prostorija udruženja,

Informativni centar za osobe sa invaliditetom "Lotos" u ime svih osoba sa invaliditetom korisnika naših usluga i uposlenih, na ovaj način želi odati priznanje i izraziti zahvalnost:

Udruženju građana za uzajamnu pomoć u duševnoj nevolji TK "FENIX" Tuzla;
Centru za samostalni život osoba sa invaliditetom Srbije, Beograd;
Fondaciji za socijalno uključivanje u Bosni i Hercegovini, Sarajevo;
Udruženju građana "Nešto Više" BiH;
Udruženju paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Lukavac;
Amili i Muhamedu Horozić, Tuzla;
Jasenku Aganović, Tuzla;
Udruženje za razvoj NERDA, Tuzla;
MINERVO D.O.O. Tuzla;
ITINERIS D. O. O. Tuzla;
Ali Company, Srebrenik.

Nadamo se i vjerujemo da će vaša podrška poslužiti kao odličan primjer za sve one koji su u mogućnosti da daju doprinos aktivnostima koje prepoznaju kao značajne za poboljšanje kvaliteta života pojedinaca i društva u cijelosti, a da će svi oni kojima se pomaže svjesno i odgovorno iskoristit pomoć koja im je pružena.

SADRŽAJ

KAKO SMO PREŽIVJELI?	3
STANOVNIŠTVO U BiH SVE STARIJE	4 - 5
MEĐUNARODNI DAN PISMENOSTI	6 - 10
IZ AKTIVNOSTI	11
SVJETSKI DAN ŠEĆERNE BOLESTI	12 - 13
MEĐUNARODNI DAN NASILJA NAD ŽENAMA	14 - 15
ZAŠTO BI U EUROPI TREBALO PRODUŽITI RODITELJSKO ODSUSTVO	16
MEĐUNARODNI DAN SVJESNOSTI O MUCANJU	17 - 18
MEDICINA U BLISKOJ BUDUĆNOSTI	19 - 21
PODRŠKA ŽENAMA SA INVALIDITETOM	22
MEĐUNARODNI DAN GLUHIH OSOBA	23 - 24
ŠARENA STRANA	25
BLADE RUNNER - SPORTIST KOJI POMIČE GRANICE	26 - 27

NEKE INFORMACIJE KORIŠTENE SU IZ DNEVNIH NOVINA I INTERNET STRANICA.

Informativni centar za osobe sa invaliditetom "Lotos" Tuzla

Redakcija:

Fikreta Hasanović
Anes Čehović
Suvad Zahirović
Sanja Zahirović
Jasminko Bijelić
Dragica Tunjić

Glavni i odgovorni urednik:

Fikreta Hasanović

Adresa redakcije:

M. i Ž. Crnogorčevića 3
75 000 Tuzla
Tel./Fax: + 387 35 251-476, 251-245

E-mail:

ic.loتوs@bih.net.ba
info@ic-loتوs.org.ba

Web:

www.ic-loتوs.org.ba

Izdavač:

Informativni centar za osobe sa invaliditetom "Lotos" Tuzla

Tiraž:

1000 primjeraka

INICIJATIVA (lat.)

Podsticaj za neku aktivnost posebno u pravu, zakonodavna inicijativa, pravo na podnošenje prijedloga zakona i drugih akata s pravnim dejstvom.

Uopšte, "čovjek od inicijative" je onaj koji samostalno preduzima potrebnu aktivnost u svom ili širem djelokrugu privatnog ili javnog života, ne čekajući za sve naredbe ili spoljašnji podsticaj.

Broj: 08-651-437-4/97
Sarajevo 16.12.1997. god.
Redni broj: 746

Upis u evidenciju javnih glasila izvršen u skladu sa Zakonom o javnom informisanju.

KAKO SMO PREŽIVJELI?!

Ako ste generacija od 60-tih do 80-tih, kao ja, pravo je čudo kako ste preživjeli. Jer, djeca su se vozila na zadnjem sjedištu bez sjedala za djecu, airbag-ova. Putovanje na zadnjem sjedištu bila je prava sreća i uživanje.

Još uvijek se sjećam...

Naše ljljačke bile su obojene sjajnim bojama na bazi olova. Nisu postojali sigurnosni čepovi na bočicama za lijekove niti brave na ladicama ili vratima.

Kada smo vozili bicikle nismo imali zaštitne kacige ili štitnike za laktove ili koljena. Pila se voda sa česme ili dvorišta ili gdje god da bi je našli. Pili smo je sve dok smo bili žedni. Vode za piće u dućanima nije bilo...

Satima smo pravili aute ili nešto slično od kutija daski ili cijevi, a oni koji su imali druga sa biciklom imali bi sreće da ih povuče na vrh uzbrdice i onda bi se sjetili da nemamo kočnice. Nakon nekoliko padova našli bismo rješenje problema. Zaustavili bi se udarom u drvo ili zemlju. E, tada nije bilo puno saobraćaja.

Roditelji su nas puštali da se igramo napolju pod jednim uslovom, da se vratimo na ručak ili večeru ili kada padne mrak. Išli smo u školu samo ujutro ili samo popodne i vraćali se kući na ručak ili večeru, a uz put smo probali svo voće na koje bismo naišli. E da, nismo imali ni mobilne telefone, tako da нико nije znao gdje smo. Nezamislivo!!!

Padali smo, lomili ruke, gubili po koji zub, ali nikada nije bilo tužbi za ove incidente. Niko nije bio kriv, samo mi.

Jeli smo sve, čokoladu, kekse, hljeb, slado-

led. Pili smo sokove sa puno šećera i nismo imali problema sa težinom jer smo dane provodili trčkarajući i igrajući se. Nekada je Coca – Cola bila pakovana u staklenu bocu od jednog litra, pa bi kupili jednu bocu i svi pili iz iste flaže i niko nije imao posljedice poslije toga. U to vrijeme nismo imali kojekakve igrice, kućna kina sa "suraund" zvukom, nintendo, Play station, računare sa internet konekcijom, facebookom, twiterom i ostalo... Umjesto toga imali smo prave DRUGOVE sa kojima smo se igrali skriča, planova, fudbala, lastiša i ostalih zanimljivih igara tog vremena za koje danas naša djeca i ne znaju da postoje... Kod prijatelja smo išli pješke ili na biciklu, na vratima bismo zvonili ili nismo zvonili, već ula-

zili na vrata kao u vlastite domove i igrali se sa drugovima. Igrali smo se na istoj ovoj planeti kakva je i danas ali bez čuvara ili dadilja koje danas roditelji plačaju.

Neki nisu bili dobri u školi pa su jednostavno polagali. Kod pedagoga se išlo samo u ekstremnim slučajevima, a kod psihologa vrlo, vrlo rijetko. Jednostavno, svima se davala druga prilika bez velike pompe. Imali smo slobodu uspjeha i neuspjeha, imali smo odgovornost i naučili smo da biramo.

Možda bi mi iz te generacije trebali malo usporiti i dozvoliti da se prisjetimo tih stvari, te ih prenesemo nekim novim klincima koji nisu toga ni svjesni. Jer kada se osvrnemo vidimo kako smo ustvari bili sretni sa tako malo.

Želim vam prijatan dan matori...

Prepričao: Anes Ć.



STANOVNIŠTVO U BIH SVE STARIJE

Podaci Agencije za statistiku BiH otkrivaju da je bh. stanovništvo sve starije i da nisu bez osnove upozorenja demografa kako se i BiH postupno, ali sigurno uklapa u sliku Evrope kao kontinenta staraca.

Iako se prosječan životni vijek iz godine u godinu povećava, građana Bosne i Hercegovine je sve manje i manje. Statistika govori kako je sve više umrlih nego rođenih u čak devet od deset kantona, koliko ih imamo.

Podaci Agencije za statistiku BiH otkrivaju da je bh. stanovništvo sve starije i da nisu bez osnove upozorenja demografa kako se i BiH postupno, ali sigurno uklapa u sliku Evrope kao "kontinenta staraca".

Popis stanovništva u BiH nije rađen u posljednja dva desetljeća, no procjene govore da u BiH trenutno živi 3,843.128 stanovnika, dok ih svake godine umre oko 32,5 hiljade, od čega u Federaciji skoro 20 hiljada. Doduše, nešto više muškaraca od žena.



ŠTA SU UZROCI SMRTI?

Uzroci smrti su, naravno, različiti, ali dominiraju bolesti cirkulacijskog sistema. To je uzrok više od polovine svih smrtnih slučajeva u BiH tokom prošle godine, slično je i u ostatku svijeta.

Slijede neoplazme i endokrina i metabolička oboljenja sa poremećajima u prehrani. Od slučajnih i nasilnih smrti prošle godine je umrlo više od hiljadu osoba, dok je od infekcija i parazitnih bolesti umrlo skoro 300 ljudi. Broj mrtvorođene djece u BiH je 3,9 na hiljadu živorođenih.

Broj umrlih na sto hiljada stanovnika u BiH, prema podacima Svjetske zdravstvene organizacije, iznosi 845,7 osoba, što je otprilike kao u Švicarskoj, koja je i po zdravstvenim uslugama, ali i standardu daleko ispred BiH. No, uspoređujući to s Republikom Hrvat-

skom, gdje na isti broj stanovnika umire 1.136,5 stanovnika, ispada da se u BiH rjeđe umire.

Najviše, čak 63 posto ljudi u BiH umire od kardiovaskularne bolesti. Zanimljivo je da od ove bolesti umire samo 28 posto Austrijanca.

Na drugom mjestu je rak pluća, od kojeg umire pet posto ljudi. Na trećem mjestu je rak debelog crijeva, zbog kojeg umire svaki šezdeseti građanin.

KARCINOM DEBELOG CRIJEVA

U BiH je evidentan zabrinjavajući trend porasta karcinoma debelog crijeva, jer se godišnje registrira oko 1500 novooboljelih pacijenta, dok 700 ljudi umire od ove bolesti.

U odnosu na sve zločudne tumore otkrivene u BiH, kolorektalni karcinom je prema učestalosti na drugom mjestu i po obolijevanju i smrtnosti i kod žena i muškaraca. Na sto hiljada ljudi u BiH od raka želuca umire 10,3 osoba, od raka dojke 9,5 i tako redom.

Prošle godine je u Federaciji BiH umrlo 19.829 stanovnika, od čega je njih 18.413 lječeno u bolnici, dok je njih 1586 umrlo bez ljekarskog tretmana.

Više od polovine umrlih (10.526), imalo je u trenutku smrti od 70 do 85 godina. Smrtnost djece sve je manja i tokom jedne godine u Federaciji umre oko 200 osoba mlađih od 4 godine, piše Večernji list.

Tako od ukupnog broja umrlih svako stoto je dijete koje je u trenutku smrti imalo manje od 4 godine.

Koliko ima stogodišnjaka u BiH, nije poznato? Ali, tokom proteklih godina u Federaciji je umrlo 20 osoba, koji su doživjeli stotinu i više godina.

CRNI DEDA ŠTA TO RADIŠ?

Norveška policija uhapsila je dedicu koji je mrtav pijan jezdio invalidskim kolicima autoputem, i to u suprotnom smijeru! Muškarac star 84 godine, čije ime nije saopšteno, popio je veću količinu alkohola a zatim invalidskim kolicima na električni pogon krenuo iz svoje kuće u Porsgrunu niz autoput. Protutnjao je kroz tunel dug skoro 200 metara, a zatim okrenuo kolica i krenuo na-



zad kroz isti tunel, gdje su ga presrela dva automobila čiji su zapanjeni vozači pozvali policiju.

Starcu je na licu mesta urađen alko-test, i oduzeta vozačka dozvola.

“Bilo je očigledno da je pod uticajem alkohola, ali ne znamo šta da radimo sa njim, jer kolica ni ne spadaju pod zakone o motornim vozilima. Eventualno će platiti novčanu kaznu, jer pješaci i kolica ne smiju da se kreću autoputem”, re-

kao je Kjel Ove Ljosak iz lokalne policije.

ZA DUŽI ŽIVOT RADITE S LJUDIMA KOJI VAS PODUPIRU

Istraživači su na temelju dvadesetogodišnjeg istraživanja zaključili da odnosi sa suradnicima utječu na rizik mortaliteta, a taj je utjecaj najnaglašeniji između 38. i 43. godine. “Podrška kolega, koja može pokazivati stupanj društvene integriranosti pojedinca na radnom mjestu, potencijalni je pokazatelj rizika za smrt od bilo kojeg uzroka”, napisali su istraživači.

Suradnici koji pružaju podršku olakšavaju nam radni dan, ali mogu nam i pomoći da živimo duže, tvrde izraelski znanstvenici.

Istraživači sa sveučilišta u Tel Avivu na temelju dvadesetogodišnjeg istraživanja zaključili su da odnosi sa suradnicima utječu na rizik mortaliteta, a taj je utjecaj najnaglašeniji između 38. i 43. godine. “Podrška kolega, koja može pokazivati stupanj društvene integriranosti pojedinca na radnom mjestu, potencijalni je pokazatelj rizika za smrt od bilo kojeg uzroka”, napisali su istraživači u studiji objavljenoj u časopisu *Health Psychology*, koji izdaje Američka udruga psihologa.

Dr. Arie Shirom i njegovi suradnici analizirali su medicinske kartone više od 800 zaposlenika koje su pratili dvadeset godina, od 1988.

do 2008., uzimajući u obzir zahtjevnost posla, nadzor na poslu te podršku kolega i nadređenih.

Premda su prigovori na šefov račun omiljena tema na radnom mjestu, studija je pokazala da podrška nadređenog ne utječe na mortalitet. Istražitelji su otkrili i to da rukovodeći položaj, odnosno ovlasti za donošenje odluka, povećavaju smrtnost žena, ali imaju povoljan utjecaj na muškarce.

Ovlasti za donošenje odluka podrazumijevaju da radnik može na poslu pokazivati inicijativu te da ima slobodu donošenja odluka kako bi ostvario zadaću.

Shirom je objasnio da su većina ispitanika u studiji bili radnici koji obavljaju manualne poslove u kojima muškarci obično imaju višu razinu nadzora od žena. Trećina ispitanika bile su žene. Prosječan radni dan trajao je 8,8 sati, a osamdeset posto ispitanika bili su u braku i imali djecu, dok je gotovo polovica završila najmanje 12-godišnje školovanje.

Istraživači su uzeli u obzir i faktore rizika koji mogu utjecati na smrtnost poput razine kolesterolja, krvnoga tlaka, pušenja, alkohola i tjeskobe.

MEĐUNARODNI DAN PISMENOSTI

8. septembra, širom svijeta obilježava se Međunarodni dan pismenosti, dan koji ističe iznimnu važnost pismenosti u oblikovanju poželjne budućnosti. Svake godine na Međunarodni dan pismenosti, međunarodna zajednica podsjeća se na značaj pismenosti i obrazovanja odraslih. Uprkos brojnim naporima, pismenost ostaje nedostizan cilj: na globalnoj skali, petina odraslih ne zna čitati ni pisati. Prema posljednjim procjenama UNESCO-a, oko 774 milijuna ljudi je nepismeno - dvije trećine broja čine žene. 75 milijuna djece ne ide u školu, a mnoga je djeca pohađaju neredovito ili su od nje odustala.

Međunarodni dan pismenosti (International Literacy Day) UNESCO-ova je inicijativa, čiji je cilj svake godine podsjetiti međunarodnu zajednicu na status pismenosti i obrazovanja odraslih na globalnoj razini. Ideja o održavanju ovog dana pojavila se u septembru 1965. godine u Teheranu, na Svjetskoj konferenciji ministara obrazovanja o iskorjenjivanju nepismenosti. Na konferenciji je predstavljena inicijativa za proglašavanjem jednog dana u godini Međunarodnim danom pismenosti, kako bi se na taj dan slavilo, ali i upozoravalo na važnost pismenosti na međunarodnoj razini. Kao dan obilježavanja odabran je 8. septembra, a UNESCO je s obilježavanjem Međunarodnog dana pismenosti započeo već slijedeće, 1966. godine.

VIŠE ZA OBRAZOVANJE, MANJE ZA NAORUŽANJE

“Širom svijeta vlade jednostavno ne izdvajaju dovoljno sredstava za programe opismanjavanja”, kaže Roland Bernecker, glavni tajnik misije UNESCO-a u Njemačkoj. Pritom je pravo na obrazovanje jedno od temeljnih ljudskih prava. Ujedinjeni narodi su 2003. proglašile desetljeće opismenjavanja tijekom kojeg se broj nepismenih trebao prepoloviti. No već je i sad, godinu dana prije završetka

ovog akcijskog razdoblja, očito da ciljevi ove kampanje neće biti ispunjeni. “Prije 20 godina diljem svijeta živjelo je preko milijardu nepismenih osoba”, kaže Dieter Offenhäuser, glasnogovornik Organizacije ujedinjenih naroda za kulturu (UNESCO).

Otada su načinjeni značajni pomaci, prije svega u Kini ali i u Indiji i Pakistanu. No zbog toga jer je upravo u ovim zemljama i broj stanovnika u neprestanom rastu, pomaci u opismenjavanju se ne osjećaju u statistikama. I u zemljama s dugotrajnim sukobima, poput Somalije, Jemena ili Afganistana, je velik broj onih koji ne znaju čitati ni pisati. Tamo gdje se mnogo izdvaja za naoružanje, obrazovanje ostaje po strani.

FUNKCIONALNA NEPISMENOST

U 21 najsirošnijoj zemlji na svijetu izdaci za naoružanje daleko premašuju izdatke za obrazovanje. Samo 10 posto budžeta za vojsku manje u ovim bi zemljama omogućilo solidno obrazovanje za 10 milijuna djece. No problem štednje u obrazovnom sektoru nije samo problem nerazvijenih zemalja. Situacija se, kako kaže Bernecker, s finansijskom krizom proteklih godina dodatno pogoršala. U Njemačkoj oko 2,3 milijuna osoba ili 2,3 posto su u stanju pročitati pojedine riječi ali ne i čitave rečenice, što ih po ovdašnjim kriterijima čini nepismenima. Dalnjih pet milijuna pri čitanju dužih tekstova “imaju probleme”. Velik je problem raširenost tzv. funkcionalne nepismenosti, dakle osobe koje su duduše u školi naučile čitati i pisati ali su tijekom života izgubile tu sposobnost.

U Njemačkoj je taj problem često povezan s migrantskom populacijom. “Iz istraživanja nam je poznato da ona djeca koja su učenje povezivala s nekom vrstom prisile, što je čest slučaj s djecom kojoj njemački nije materjni jezik, nakon škole vrlo brzo izgube sposobnost čitanja i pisanja”, kaže Claudia Lohrenschedt s Berlinskog instituta za ljudska

prava. Mnogi zbog pomanjkanja perspektive u životu gube sposobnost pisanja i čitanja. Pritom je, posebice u industrijski razvijenim zemljama, posljednjih godina jaki trend za obrazovanjem u svim životnim razdobljima jer je sve više samo tako moguće aktivno sudjelovati u životu društva.

EDUKACIJA OSOBA SA INVALIDITETOM

Molimo Vas da nam se kratko predstavite?

Zovem se Anes Mehić, Rođen 1975. u Tuzli, a živim u Lukavcu s roditeljima u stanu koji je prilagođen osobama sa invaliditetom tj. korisnicima invalidskih kolica koja koristim i sam već skoro 15 godina. Dakle, ja sam

sa 22 godine života nesretnim slučajem na kupanju povrijedio vratnu kičmu i od tад sam 100%-na osoba sa invaliditetom. Trenutno sam uposlen u IC LOTOS Tuzla kao vanjski saradnik. I pored mog invaliditeta veoma sam aktivan u svim segmentima vezanim za OSI kao i u privatnom životu.



Koja je vaša invalidnost?

Kvadriplegija tj. oduzetost sva četiri ekstremiteta.

Vaš obrazovni status?

Završio sam Mašinsku tehničku školu sa željom da se dalje obrazujem, ali me duga rehabilitacija spriječila u tome. No, čim sam stekao samostalnost, uključio sam se u sve vrste edukacija da bih to nadoknadio.

Kako ste se odlučili uključiti na treninge vezano za mladu populaciju sa invaliditetom?

Kako sam i sam osoba sa invaliditetom i veoma aktivan oko svih problema te populacije, te znajući kako se teško nositi sa zakonskom regulativom i drugim problemima, pogotovo ako ste još i mlađa osoba sa invaliditetom, jednostavno mi je to dalo volju i snagu da se još više borim i educiram. Tako se stvorila i prilika za nova druženja, znanja i edukacije koje nikako nisam htio propustit.

Što Vas je najviše dojmilo tokom učešća na treninzima?

Najviše me dojmilo to da se mnogo mlađih odazvalo na učešće na treninzima, a koji su došli s mnogo entuzijazma i želje za sticanjem novih vještina i znanja iz svoje oblasti.

Je li učešće na njima uticalo na Vas kao osobu sa invaliditetom? Šta mislite, što ste dobili učešćem na tim treninzima?

Svako druženje, učešće na treninzima a pogotovo kad su u pitanju edukativna, jako pozitivno utiču na mene kao osobu sa invaliditetom. Prvo što ističem je upoznavanje novih ljudi, a svakako sticanje novih znanja i vještina kao mlađi lider u Udruženju. Također, samopouzdanje u komunikaciji, vođenje sa stanaka, izrada raznih projekata, te organizovanje raznih seminara i okruglih stolova. Svakako i komunikacija s raznim medijima poslije treninga je mnogo mnogo slobodnija i lakša.

Šta mislite, koje su prioritetne potrebe mlađih sa invaliditetom, što Vas najviše muči i imaju li mlađi, uopšte, ideju kako rješiti barem neke od svojih problema?

Prioritetne potrebe mlađih osoba sa invaliditetom su kvalitetna zdravstvena zaštita, te obezbjeđenje i prilagodba osnovnog, srednjeg i univerzitetskog obrazovanja. Potrebno je obezbjediti radna mjesta za mlade OSI što im povećava samopouzdanje i kvalitetu života, te sigurniju budućnost. Što se tiče ideja o rješavanju problema, ako ko ima potencijal i maštu, imaju je mlade osobe. Uz ovakve kvalitetne i druge treninge siguran sam da će problema biti sve manje...

Mogu li se ta pitanja rješavati pojedinačno, ili zajedničkim snagama?

Svakako je najlakše sve probleme i pitanja rješavati zajedničkim snagama ali po pričama drugih ali i iz ličnog iskustva znam da se mogu rješavati i pojedinačno ali mnogo, mnogo teže i sporije.

Edukacija mladih sa invaliditetom: da li biste je preporučili drugima, ili.....?

Da, svim mladim ljudima a posebno osobama sa invaliditetom bih preporučio da se uključe u treninge, seminare i educiranje.



Zovem se Tima Mušić. Imam 25 godina. Rođena sam u Srebrenici a od 1993. živim u Tuzli. Po zanimanju sam diplomirani socijalni radnik, trenutno bez posla. Osnovnu školu sam završila u Osnovnoj školi "Centar" u Tuzli i srednju Medicinsku školu smjer fizioterapeutski tehničar.

17. maja 2011. diplomirala sam na Filozofskom Fakultetu Univerziteta u Tuzli, odsjek socijalni rad. U prvoj godini studija za ostvareni prosjek ocjena 9,25 dobitnica sam Srebrne plakete a u drugoj godini za ostvareni prosjek ocjena 8,81 dobitnica sam Bronzane plakete Univerziteta. Ukupan prosjek ocjena za sve četiri godine studija mi je 9,35. Učesnica sam brojnih seminara i radio-nica za mlade i žene sa invaliditetom.

Koja je vaša invalidnost?

1993. godine uslijed katarakte i glaukoma potpuno sam oslijepila.

Vaš obrazovni status?

I pored niza barijera sa kojima su suočeni slijepi i slabovidni učenici (otežan pristup

informacijama, neprilagođena literatura, nedostatak pomagala i podrške) osnovnu i srednju školu završila sam u redovnoj školi. 2006. upisala sam se na Filozofski Fakultet odsjek socijalni rad i diplomirala 2011.

Kako ste se odlučili uključiti na treninge vezano za mladu populaciju sa invaliditetom?

Informaciju o treningu i pozive za edukaciju mlađih osoba dobila sam od Informativnog centra Lotos, i ni jedan momenat nisam se dvoumila da se uključim u borbu za svoja prava.

Što Vas se najviše dojmilo tokom učešća na treninzima?

Pružila mi se prilika da upoznam mnogo mlađih ljudi sa invaliditetom, te da u budućnosti zajedničkim snagama krenemo u borbu za bolja prava populacije koja je na margini društva, pogotovo populacija mlađih sa invaliditetom. Sam odabir učesnika od strane organizatora mi se svidio, a svakako i to što sam i ja dobila priliku za edukaciju, druženje i povezivanje sa mojim vršnjacima, što je dobra osnova za buduće aktivnosti.

Je li učešće na njima uticalo na Vas kao osobu sa invaliditetom? Šta ste dobili učešćem na tim treninzima?

Učešće je svakako pozitivno uticalo na mene. Stekla sam nova znanja i nadam se da će ih u budućnosti biti još, te očekujem da će mi se pružiti prilika da ih unaprijedim i praktično primijenim.

Koje su prioritetne potrebe mlađih sa invaliditetom, što Vas najviše muči i imaju li mlađi, uopšte, ideju kako riješiti barem neke od svojih problema?

Jedan od najvećih problema mlađih uključujući i mlađe sa invaliditetom je nezaposlenost. Otežavajuća je okolnost da mlađi sa invaliditetom imaju manje izbora u odnosu na vršnjake. Smatram da je i pitanje neprilagođenosti okruženja za samostalno kretanje

osoba sa invaliditetom jako važno. Udrženja osoba sa invaliditetom trebaju razvijati programe za mladu populaciju i ukazati im više povjerenja.

Mogu li se ta pitanja rješavati pojedinačno, ili zajedničkim snagama?

Naravno zajedničkim snagama. Pojedincu bilo koje populacije je mnogo teže izaći na kraj sam sa neravnopravnosću i diskriminacijom, a pogotovo nama, osobama sa invaliditetom.

Edukacija mladih sa invaliditetom: da li biste je preporučili drugima, ili....?

Svakako preporučujem edukaciju mladima sa invaliditetom ne samo u okviru pokreta osoba sa invaliditetom već i u okviru programa koje nudi zajednica. Edukacija sa mladima bez invaliditeta dobar je način za integraciju u društvo.



Razgovaramo sa Mersihom Mehmedović iz Kalesije.

Dugo godina sam bila i još uvijek sam, zavisno od slobodnog vremena, volonter u matičnoj organizaciji „Osmijeh nade“ iz Kalesije. Trenutno stanujem i radim u Tuzli.

Koja je vaša invalidnost?

Rođena sam sa deformisanim djelovima tijela. Međutim, to mi ne smeta da živim normalnim životom kao svaka „zdrava“ osoba. Dakle, nemam nekih posebnih potreba, kako mnogi kažu i misle za osobu sa invaliditetom.

Vaš obrazovni status?

Završila sam redovnu osnovnu školu i Gimnaziju „Meša Selimović“ u mješovitoj srednjoj

školi u Kalesiji. Nakon završene gimnazije upisujem Filozofski fakultet u Tuzli, odsjek Socijalni rad. No, iako sam položila prijemni ispit nisam primljena na isti. Razlog: samo profesori i tadašnji Dekan to znaju.

Kako ste se odlučili uključiti na trening vezano za mladu populaciju sa invaliditetom?

Nakon što sam dobila poziv da učestvujem na ovakvom jednom treningu nisam ni minute razmišljala jer sam znala da će na ovim treninzima upoznati mnogo novih ljudi i naravno da će naučiti puno toga novog iz oblasti invalidnosti koje će mi biti od velike koristi u borbi za svoja pava.

Što vas je najviše dojmilo tokom učešća na treninzima?

Tokom učešća na treninzima najviše mi se svidio profesionalni rad organizatora treninga sa mladim ljudima sa invaliditetom. Izuzetno mi se dopalo što se i mi, mladi sa invaliditetom, možemo uključiti u razgovor i na taj način dati svoj doprinos treningu. Doduše, ima trenutaka kada mi mladi ili ne znamo šta da kažemo ili jednostavno ne smijemo javno kazati to što mislimo jer nas nekako strah da nećemo kazati nešto pogrešno kako nam se drugi poslije ne bi smijali. Ne znam tačno zašto je to tako, ali jednostavno to su činjenice. Do sada nikad nije bilo neprijatnih situacija poput ismijavanja, što svakako, dokazuje da smo svi mi koji smo učesnici treninga jednak i da među nama ne postoje razlike bez obzira na vrstu invalidnosti.

Je li učešće na njima uticalo na Vas kao osobu sa invaliditetom? Šta mislite, šta ste dobili učešćem na tim treninzima?

Naravno da je učešće na treninzima uticalo na mene ali u pozitivnom smislu. Više imam samopouzdanja i razmišljam pozitivnije nego ranije. Šta sam dobila učešćem na treninzima? Dobila sam mnogo znanja koje će mi u budućnosti trebati i iskustvo koje će moći jednog dana u praksi primijeniti.

Šta mislite, koje su prioritetne potrebe mladih sa invaliditetom, što Vas najviše muči i imaju li mladi, uopšte, ideju kako riješiti barem neke od svojih problema?

Mlade ljude kako u Bosni i Hercegovini tako i u cijelom svijetu muči to što nakon završene škole ili fakulteta ne znaju da li će ikad naći bilo kakav posao. A dobiti posao za ono šta smo se školovali, eeee....za to su minimalne, da ne kažem nikakve, šanse.

Najgore od svega toga je što su, čini mi se, mladi nezainteresovani za promjene. Tome u prilog govori činjenica da ima malo onih koji su zainteresovani za ovakve treninge. Razlog ne znam, ili neće da izađu iz kuća ili im je dosadno slušati ovakva predavanja smatrajući da to već znaju.

Ideja....Ne vjerujem da mladi oupcé imaju ideju kako da riješe svoje probleme.

Mogu li se ta pitanja rješavati pojedinačno, ili zajedničkim snagama?

Ma, slabe su šanse da pojedinac nešto po pitanju toga može uraditi sam. Mislim da jedino zajedničkim snagama možemo nešto uraditi jer „zajedno smo jači“!

Edukacija mladih sa invaliditetom: da li biste je preporučili drugima, ili....?

Edukaciju bih uvijek preporučila drugima. Znanja nikad dosta, moj je moto.

Pripremila: Hasanović F.

PRIČA O ŽENI I PTICI

Bila jednom jedna ptica. Krasio ju je par savršenih krila i divno, šareno i svjetlucavo perje. Bila je to životinja stvorena da slobodno leti nebom, da uveseljava one koji bi je vidjeli.

Jednoga dana neka ju je žena vidjela i zaljubila se u nju. Zapanjeno je promatrala njezin let, srce joj je jače zakucalo, oči zasjale od osjećaja. Pozvala ju je da zajedno lete i putovale su nebom u potpunome skladu. Ona se divila, duboko poštivala i slavila pticu.

No tada se dogodilo da je ptica htjela upoznati neke daleke planine! Žena je osjetila strah. Strah da to nikada više neće osjetiti s drugom pticom. I osjetila je zavist, zavist zbog velikih mogućnosti te ptice da leti.

Osjetila se osamljenom i pomislila: "Napravit ću klopku. Slijedeći put kada se ptica pojavi, više neće moći otići."

Ptica je isto tako bila zaljubljena i vratila se slijedećeg dana, upala u zamku i ostala zatvorena u krletci.

Svaki je dan gledala pticu. To je bio predmet njezine strasti i ona ju je pokazivala prijateljima koje su govorile "pa ti imaš sve".



No došlo je do neobične promjene. Kako je imala pticu i više je nije morala osvajati, izgubila je za nju zanimanje. A ptica, koja nije mogla letjeti i ostvarivati smisao svoga života počela je mršavjeti, izgubila sjaj, postala ružna i žena više nije obraćala pažnju na nju, samo ju je hranila i čistila njezinu krletku.

Jednog lijepoga dana ptica je uginala. Žena je osjetila duboku tugu i počela misliti na nju. Ali nije se sjetila krletke, sjećala se samo dana kada ju je prvi put vidjela kako zadovoljno leti među oblaci ma. Da je razmisnila o sebi, shvatila bi da ju je kod ptice najviše uzbudivala njezina sloboda, snaga krila u pokretu, a ne njezino fizičko tijelo.

Bez ptice i njezin je život izgubio smisao i smrt je pokucala na vrata. „Zašto si došla“, upita je žena.
„Da bi ti mogla ponovno s pticom letjeti nebom“, odgovorila je smrt. Da si je pustila da slobodno odlazi i vraća se, voljela bi je još više, no sada sam ti ja potrebna da bi je ponovno pronašla“.

"Jedanaest minuta" - Paulo Coelho

PETI FORUM SAVEZA I ORGANIZACIJA OSOBA SA INVALIDITETOM U BOSNI I HERCEGOVINI

U okviru projekta „Ljudska prava i samostalan život u Bosni i Hercegovini“, kojeg realizuju Informativni centar za osobe sa invaliditetom „Lotos“, Humanitarna organizacija „Partner“ i Centar za samostalni život „Threshold“ Helsinki, uz podršku Ministarstva inostranih poslova Republike Finske, 27. septembra 2011. godine na Vlašiću u hotelu „Pahuljica“ je održan Peti Forum organizacija i saveza osoba sa invaliditetom u Bosni i Hercegovini.

Cilj foruma je da se entitetskim i državnim savezima organizacija osoba sa invaliditetom osiguraju mogućnosti razmjene iskustava o prioritetnim pitanjima od interesa za osobe sa invaliditetom, ili onima koji su na dnevnom redu različitih relevantnih institucija, kao i da se definiju zajednički stavovi saveza i organizacija osoba sa invaliditetom u FBiH i RS.

Tema Petog Foruma je bila „Reforme u oblasti socijalne i zdravstvene zaštite koje se odnose na osobe sa invaliditetom – kako dalje?“.

Suvad Zahirović Informativni centar za osobe sa invaliditetom „Lotos“ Tuzla, koji je na ovom forumu bio moderator, na početku je prisutnima predstavio projekt i upoznao ih sa uvodnicima ovog foruma:

1. Olivera Mastikosa, Ministarstvo zdravlja i socijalne zaštite RS;
2. Elvira Bešlija, Savez paraplegičara i oboljelih od dječije paralize Federacije BiH;
3. Fikret Zuko, Udruženje slijepih Kantona Sarajevo.

Na Forumu je prisustvovalo 30 predstavnika Saveza organizacija osoba sa invaliditetom i Organizacija osoba sa invaliditetom.

Zaključci koji su doneseni na Forumu:

1. Organizacije osoba sa invaliditetom i Savezi organizacija osoba sa invaliditetom nemaju dovoljno kapaciteta da prate reformske procese u ključnim reformama za osobe sa invaliditetom;
2. Tražiti prilike da se aktivisti dodatno obučavaju, te da prate i primijene ono što nauče na tim obukama;
3. Potrebno je naći način kako da zajedno nastupamo, da zahtjevi budu jedinstveni te da od njih nema odstupanja;
4. Pokret organizacija osoba sa invaliditetom

još uvijek nije dovoljno upoznat sa obaveza ma koje je država preuzeila, te iz tih razloga nema jakog pritiska na društvo.

Također, u proteklom mjesecu, 21.09.2011. godine je održan i trening za mlade osobe sa invaliditetom u hotelu „Zlača“ Banovići. Na treningu učešće je uzelo osamnaest mlađih osoba sa invaliditetom sa područja Tuzlanskog kantona. Trener na treningu je bio Suvad Zahirović iz Informativnog centra za osobe sa invaliditetom „Lotos“ Tuzla.

Cilj treninga je bio upoznati mlade osobe sa invaliditetom sa značajem i vještinama komunikacije, te raznim vidovima komunikacije.



Pripremila: Dragica T.

SVJETSKI DAN ŠEĆERNE BOLESTI

Svjetski dan šećerne bolesti prvi puta je obilježen 1991. godine u organizaciji Internationalne dijabetičke federacije (IDF) uz podršku Svjetske zdravstvene organizacije. Svake godine 14. novembra i Bosna i Hercegovina se tome pridružuje različitim aktivnostima usmjerenim na otkrivanju i liječenju šećerne bolesti. Ove aktivnosti se nastavljaju i tokom godine, jer su dosadašnji napor u poboljšanju zbrinjavanja ovih bolesnika ipak nedovoljno učinkoviti. S obzirom da je u svijetu još uvijek broj amputiranih ekstremiteta zbog šećerne bolesti velik, tema za Svjetski dan dijabetesa u periodu od 2009 - 2013. je "Edukacija i prevencija dijabetesa". Procijenjeno je da se uz relativno mala finansijska sredstva može poboljšati i unaprijediti briga bolesnika, što može smanjiti postotak amputacija između 49% i 85%.

Šećerna bolest je kronična bolest koja može bitno umanjiti kvalitetu života ili ga čak ugroziti. No, ispravnim liječenjem i zbrinjavanjem, te redovitim praćenjem moguće je postići poboljšanje uspješnog liječenja i usporavanje nastanka komplikacija. U 2003. godini procijenjeno je da od dijabetesa u svijetu trenutno boluje 194 miliona stanovnika. Očekuje se i porast, pa se može govoriti o epidemiji u 21. stoljeću. Zbog svega toga potrebno je ostvariti punu saradnju i organiziranost ne samo bolesnika i doktora, već i svih ostalih profesionalaca uključenih u otkrivanje i liječenje kao i farmaceutsku industriju koja je poslijednjih desetljeća olakšala primjenu lijekova, njihovu učinkovitost kao i omogućila jednostavniju kontrolu šećera kod kuće.

Bolesnici moraju biti svjesni da je najveći dio odgovornosti za liječenje na njima samima. Stoga trebaju biti aktivni u svim aktivnostima gdje mogu sami sebi pomoći. Trebaju biti dobro upoznati da loše liječenje i nebriga mogu doprinijeti brzom nastanku komplikacija koje tada dodatno otežavaju život pacijenta i pogoršavaju njegovu kvalitetu života.

Povod za razgovor...

INICIJATIVA: Molimo Vas da nam se kratko predstavite?

Ja sam Jasna Kamberović, studenica pete godine Medicinskog fakulteta u Tuzli. U mojoj trećoj godini dijagnostikovan mi je Diabetes mellitus tip1.



INICIJATIVA: S obzirom da ste osoba sa dijabetesom i da ste bolest stavili vrlo dobro pod kontrolu, možete li nam nakratko opisati Vaš društveni život? Ustvari, kakav je život sa dijabetesom?

Kao što sami kažete, stavila sam svoju bolest pod kontrolu i trudim se maksimalno da sve bude kako treba da bih izbjegla komplikacije koje ova bolest nosi sa sobom. Pošto sam ovu bolest dobila jako mlada i "mala", davanje inzulina, mjerjenje sećera u krvi, redovna i pravilna ishrana kao i fizička aktivnost postali su moja svakodnevница. To je ono što je za mene "normalno" i što moram svaki dan da radim. Moram reći da je po mom mišljenju jako bitno kako osoba prihvati svoju bolest i kako se nosi sa tom bolešću. Ja sam se s tim pomirila i znam da do sada nije pronađen lijek. Zato sam odlučila da će se ja potruditi i uraditi sve što je u mojoj moći da mi život ne prođe u samosažalijevanju. Borac sam po prirodi i ne bih dozvolila da me bolest nadvlada.

Moj društveni život je jako dobar. Imam mnogo prijatelja. Komunikativna sam, volim se sezati i družiti i moja bolest me ne sprečava u tome. Moji prijatelji su puni razumijevanja, te zajedničko druženje prilagođavamo i organizujemo onako kako meni najbolje odgovara.

INICIJATIVA: Koristite inzulin. Jeste li imali priliku inzulin davati u javnosti i kako ste se osjećali?

Život sa dijabetesom je jako skup i bitna je samokontrola. Ne smije se desiti da zaboravim dati inzulin, a ako su okolnosti takve da ga moram dati u prisustvu nepoznatih osoba bude mi neprijatno.

INICIJATIVA: Volite li sport i koji vam je najdraži?

Jako volim sport, a najviše odbojku. Isto tako volim da plešem.

INICIJATIVA: Navikli ste živjeti sa dijabetesom ali, pratite li neke novine iz medicine po pitanju dijabetesa? Pitate li se nekada: pa kad će taj lijek za dijabetes?

Što se tiče novina o dijabetesu, pratim ih, jer uvijek ima nekih novih i korisnih savjeta. One koje ja čitam su :"Bolji život" i "Diabetes".

Bog je dao lijek za svaku bolest, a na nama je samo da ga otkrijemo. Možda ja budem ta koja će otkriti lijek za Diabetes mellitus.

(S obzirom da je naša draga Jasna budući medicinski radnik, nadati se i vrsni stručnjak, poželimo joj sreću. Urednik)

INICIJATIVA: Znamo da ste u relativno sretnoj ljubavnoj vezi, pa nas zanima kako je vaš dečko reagovao kad je saznao da imate dijabetes? Smeta li mu to?

Moram se pohvaliti, moj se dečko jako dobro nosi sa mojoj bolešću. Nije mu jednostavno, to stoji, jer se dosta brine za mene, ali valjda kad nekog voliš to pobjeđuje i bolest i sve drugo. U dugoj smo i sretnoj vezi.

INICIJATIVA: Vaša poruka onima koji imaju ili ne dijabetes?

Moja poruka osobama koje imaju dijabetes je da paze na svoju ishranu i zdravlje, jer od toga nema ništa bitnije. Da ne misle da su nešto manje vrijedni od drugih zato što su bolesni. Bolest ne bira dob ni vrijeme. U životu se sve može postići kada to čovjek iskreno želi i kada ulaže dovoljno truda. Mogućnost da ga bolest sprječi je mala.

Pripremila: Fikreta H.

NEOBIČNA IZLOŽBA FOTOGRAFIJA

Tijela manekenki oslikana tako da liče na divlje životinje

Fotografkinja Lennette Newell iz San Francisca autorica je bizarre izložbe fotografija na kojima su gole manekenke naslikane tako da liče na divlje životinje.

Manekenke su na Lennetteinim fotografijama prikazane kao zebre, slonovi, pitoni, majmuni, dok su pored njih stvarne životinje.

Za izložbu, koju je nazvala "Anti-Human", Newell je inspirirao njen otac veterinar. Naine, Newell je u djetinjstvu željela biti jedna od životinja koje je on lječio.

Newell je sa ovim fotografijama željela potvrditi koliko je nepremostiva razlika između ljudi i životinja.



MEĐUNARODNI DAN NASILJA NAD ŽENAMA

Međunarodni dan protiv nasilja nad ženama, odlukom Ujednjenih naroda od 17. decembra 1999. godine, obilježava se u znak sjećanja na dan kada je 25. Januar 1960. godine sestre Patriu, Minervu i Mariu Teresu Mirabal u Dominikanskoj republici brutalno dao ubiti diktator Rafael Trujillo.

Aktivistice protiv nasilja u porodici ovaj dan obilježavaju od 1981. godine. U Kanadi je svaka deseta žena žrtva nasilja svog partnera, u SAD-u svaka šesta. Podaci su djelomično tačni i zapravo umanjeni jer većina nasilja ostaje neregistrirana, a nasilnici su osobe svih profesija i socijalnih struktura. Iz tih razloga žene se samoorganiziraju i otvaraju skloništa za žene žrtve nasilja u porodici.

Žene sa invaliditetom u EU su pod većim rizikom kada je riječ o diskriminaciji i nasilju.

USAID je sastavio kolekciju statistika o rodnoj dimenziji invaliditeta. Ima više žena sa invaliditetom nego muškaraca, one čine skoro 3/4 od ukupnog broja osoba sa invaliditetom u zemljama sa srednjim i niskim prihodima. Prema ILO (International Labour Organization – Međunarodna organizacija rada), to je posljedica zanemarivanja u sistemu zdravstva, loših uslova na poslu i/ili rodno zasnovanog nasilja. Ove žene su posebno ranjive i ekonomski i fizički.

U Evropskoj Uniji 44% žena sa invaliditetom je nezaposleno, u poređenju sa 25% muškaraca sa invaliditetom. Kada ih zaposle one se suočavaju sa ogromnom razlikom u plati: prema američkim ciframa muškarci sa invaliditetom zarađuju 55% više nego njihove koleginice sa invaliditetom. Žene i djevojke sa invaliditetom su također, izložene ogromnom riziku od muškog nasilja, sa 39-69% u OECD (Organisation for Economic Co-operation and Development – Organizacija za ekonomsku saradnju i razvoj) statistici koje su seksualno zlostavljane prije svog 18-tog rođendana.

Prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji 10%

žena, djece i muškaraca širom svijeta žive sa nekim oblikom invaliditeta. Prema procjenama, oko 300 miliona žena i djevojaka širom svijeta ima intelektualni, mentalni, senzorni i/ili fizički invaliditet. Globalno, žene čine 3/4 osoba sa invaliditetom u zemljama sa srednjim i niskim prihodima, i to 65-70% njih živi u ruralnim krajevima. U zemljama OECD-a, statistika konstantno pokazuje da 10-12% populacije čine osobe sa invaliditetom.

Većina OECD zemalja izvještava da je više žena nego muškaraca među osobama sa invaliditetom. ILO tvrdi da žene imaju veći rizik da postanu osobe sa invaliditetom, zbog zanemarivanja u sistemu zdravstva, loših uslova na poslu i/ili rodno zasnovanog nasilja.

Svjetska Banka procjenjuje da 20% svjetske najsirošnije populacije imaju neki oblik invaliditeta i zaključuje da su žene sa invaliditetom dvostruko diskriminisane.

Ujedinjene Nacije su objavile da kombinacija favorizovanja muškaraca u mnogim kulturnim i univerzalna devaluacija osoba sa invaliditetom može biti smrtonosna za žene sa invaliditetom.

ILO izjavljuje da su žene sa invaliditetom pod većim rizikom da budu bolesnije, siromašnije i više društveno izolovane u odnosu na muškarce sa invaliditetom i žena koje nemaju invaliditet.

Zapošljavanje:

Prema UN, samo 25% žena sa invaliditetom, širom svijeta, su zaposlene.

Prema Međunarodnom forumu osoba sa invaliditetom, 75% žena sa invaliditetom širom svijeta i čak 100% u nekim zemljama u razvoju su isključene iz sistema zapošljavanja.

Prema Svjetskoj banci, diskriminacija na osnovi invaliditeta, u kontekstu zapošljavanja, jedna je od sveprožimajućih i najpodmuklja od svih diskriminacija sa kojim se susreću osobe sa invaliditetom.

Obrazovanje:

Prema UNDP-u stopa pismenosti osoba sa

invaliditetom je 3%, a za žene i djevojke je čak 1%.

UNICEF procjenjuje da 98% djece sa invaliditetom u zemljama u razvoju ne ide u školu. UNICEF također, procjenjuje da skoro 30% djece sa ulice u čitavom svijetu živi sa invaliditetom.

Rodno zasnovano nasilje:

Istraživanje Svjetske banke je pokazalo da žene sa invaliditetom češće postaju žrtve silovanja nego žene bez invaliditeta, a imaju

manje mogućnosti da obezbijede policijsku intervenciju, pravnu zaštitu i zdravstvenu njegu.

Istraživanja u Indiji pokazuju da sve žene i djevojke sa invaliditetom trpe fizičko nasilje u kući, 25% žena sa intelektualnim invaliditetom su silovane i 6% žena sa invaliditetom su nasilno sterilisane. OECD izvještava da je 39-69% djevojčica sa invaliditetom i 16-30% dječaka koji su seksualno zlostavljane/i prije svog 18-tog rođendana.

ŽIVOT U GRADOVIMA POVEĆAVA RIZIK OD MENTALNIH BOLESTI

Naučnici kažu da život u gradovima povećava rizik od mentalnih bolesti, uključujući depresiju i šizofreniju, u poređenju sa ljudima koji žive u ruralnim područjima. Ovakvi podaci odnose se na polovinu svjetskog stanovništva koje živi u gradovima.

Ranija istraživanja pokazala su da ljudi koji žive u gradovima imaju oko 21 posto veće šanse od onih koji žive u ruralnim područjima da razviju anksiozne poremećaje. Također, kod njih je za 39 posto povećan rizik od poremećaja raspoloženja, kao i povećani rizik od poremećaja u mozgu, šizofrenije, u kojoj pacijent pati od halucinacija i mentalnih zabluda. Stručnjaci kažu da su slučajevi šizofrenije među onima koji su rođeni i odrasli u gradovima oko dva puta učestaliji nego kod ljudi koji žive u ruralnim područjima. Naučnici navode da je izloženost dnevnom stresu, kao što su gužve u prometu i zagađenost, odgovorni za povećani rizik od mentalnih bolesti među ljudima koji žive u gradovima.

“Stres definiramo na različite načine, no jedan od načina da ga se opiše jest da su to dnevne poteškoće s kojima se moramo nositi. Možete i sami zamisliti da ako živite u gradu, njih je vjerojatno više u poređenju s onim što proživljava neko ko živi u ruralnim sredinama”, kaže Jens Pruessner, direktor Centra za proučavanje starenja pri Univerzitetu McGill u Montrealu, u Kanadi.

Ovaj je centar razvio nešto što su nazvali Montreal Imaging Stress Task, ili MIST, koji

se koristio za istraživanja na skupini zdravih volontera u Njemačkoj. U tom su istraživanju sudionici rješavali matematičke zadatke dok su znanstvenici promatrali njihov mozak, i uz pomoć sofisticirane tehnologije uzimane su fotografije njihovog mozga.

Uspoređene su slike mozga oko 100 hiljada volontera koji su došli iz grada s onima koji su živjeli u ruralnim područjima. Naučnici su zaključili da je život u urbanim sredinama povezan s povećanim stresom u dijelu mozga zvanom amigdala, koji regulira osjećaje i raspoloženja. A drugo područje kore mozga, dio Brokinog girusa, koje se povezuje s negativnim osjećajima i stresom, bilo je aktivnije kod ljudi koji su odrasli u gradovima, zaključak je ovog istraživanja. “Dakle, iako više ne živate u gradu, ali ste u njemu proveli petnaest godina, struktura vašeg mozga i dalje je osjetljiva na stres,” kaže Pruessner.

Oba ova dijela mozga oštećena su kod ljudi s poremećajima raspoloženja. Pruessner kaže da će se buduća istraživanja usredotočiti na potencijalnim razlikama kod spolova, u smislu načina na koji muškarci i žene procesuiraju stres, i kako to može igrati ulogu u mentalnim bolestima: “Žene u principu na stres reagiraju manje snažno. Istovremeno, ako muškarci pate od ovog poremećaja, onda je razvoj bolesti prema šizofreniji kod njih gori nego kod žena.” Rezultati ovog istraživanja objavljeni su u časopisu Nature.

Preuzeto od “Glas Amerike”

ZAŠTO BI U EVROPI TREBALO PRODUŽITI PORODILJSKO ODSUSTVO?

Žene sa invaliditetom se suočavaju sa preprekama i diskriminacijom u društvu, češće od muškaraca sa invaliditetom. Evropski Forum osoba sa invaliditetom je pokrenuo pitanje rodne ravnopravnosti i postavio ga kao prioritet u postizanju specifičnih ciljeva i promjene u životima preko 25,000 žena sa invaliditetom u Evropi. Disability Voice je razgovarao sa Gunta Anca, članicom Komiteta i predstavnicom EDF-a u Odboru direktora Evropskog ženskog lobijskog odsustvo.

Disability Voice: Šta EDF radi na unapređenju života žena sa invaliditetom?

Jedna od trenutnih briga je produžetak materinskog odsustva za žene sa invaliditetom, ali takođe ističemo kompleksnu i osjetljiviju situaciju u našoj grupi u vezi sa nedostatkom zaštite u oblasti usvajanja i hraniteljstva djece sa invaliditetom. Tako stremljenje ka jednakim pravima i mogućnostima žena sa invaliditetom jeste prioritet Evropskog Foruma OSI već duže vrijeme. Žene su osnovale svoj komitet koji podržava rad EDF-a u radu na pitanju rodne jednakosti. Naš ženski komitet omogućava EDF-u da se invalidska pitanja uključuju u politiku jednakosti i izradi mjera za sprovođenje invalidske politike u domenu rodne jednakosti. Naše aktivno uključivanje u Evropski ženski lobi takodje omogućava veću podršku EDF-u.

Disability Voice: Koje bi bilo adekvatno trajanje materinskog odsustva?

Komisija je predložila povećanje minimalnog broja nedjelja za materinsko odsustvo sa 14 na 20 nedjelja. Dodatno, EDF sugerira da države članice EU treba da obezbijede dodatno plaćeno odsustvo u slučaju, na primjer, rođenja djeteta sa invaliditetom. Trajanje dodatnog odsustva treba da bude proporcionalno i da omogući ostvarivanje posebnih potreba majke i/ili djeteta. U praksi EDF traži kontinuitet u periodu materinskog odsustva od najmanje

24 nedjelje koje će biti plaćene a odnosiće se na vrijeme prije i nakon porođaja.

Disability Voice: Zašto je ženama sa invaliditetom potrebno duže vrijeme prilagođavanja?

Ponekad se materinstvo odvija u kompleksnijem okruženju, kao što je slučaj sa usvajanjem ili hraniteljstvom djece sa invaliditetom ili u slučaju žena sa invaliditetom. Nijedna od ovih okolnosti nije obuhvaćena u Evropskoj Uniji, a to treba da se razmatra kao teška situacija na isti način kao i ona kod višestrukog porođaja, rane dječje smrti, dječje hospitalizacije pri rođenju. U svim tim situacijama majci i djetetu treba više vremena na prilagođavanje novoj situaciji radi pravilnog razvoja porodičnog života. Većinu vremena, materinstvo dovodi žene sa invaliditetom u situaciju posebne zavisnosti od treće osobe, kako bi obavila sve aktivnosti i brinula o djetetu: one se često osjećaju u zapostavljenom položaju zbog činjenice da im nedostaju adekvatni servisi i podrška. Štaviše, postojeći socijalni servisi, kao što su oni za planiranje porodice ili prenatalnu brigu, nisu uvijek pristupačni za njih kao za ostale žene, što zbog predrasuda, što zbog fizičke nepristupačnosti i to rezultira nedostatkom valjanih informacija. Ove situacije govore u prilog dužem vremenu za prilagođavanje žena sa invaliditetom na novu situaciju. Kako populacija Evropske Unije stari, svaki napor treba učiniti da bi se promijenila stopa nataliteta i izgradilo društvo privlačno za porodice. To je jedan od najvećih zadataka u Direktivi za materinsko odsustvo, koju je predložila Evropska komisija 2008. Ova Direktiva bi također trebala da obezbijedi jednak tretman za svaku buduću majku bez obzira u kojoj zemlji živi, da li ima invaliditet ili ne. Važno je da ova Direktiva treba da bude fleksibilna što je moguće više, jer samo na takav način može da obezbijedi podršku svakoj porodici, uključujući i onoj sa djecom ili roditeljima sa invaliditetom.

MEĐUNARODNI DAN SVJESNOSTI O MUCANJU

Međunarodni dan svjesnosti o mucanju (International Stuttering Awareness Day – ISAD) obilježava se 22. oktobra s ciljem podizanja svjesnosti o izazovima s kojima se osobe koje mucaju suočavaju. Ovaj datum obilježavaju osobe koje mucaju i njihove obitelji te stručnjaci, logopedi i drugi – nastavnici, istraživači i kliničari, koji se bave mucanjem. Tako ISAD predstavlja okosnicu u građenju humanijeg, pravednijeg i suosjećajnijeg svijeta za milione osoba koje mucaju.

Osobe koje mucaju različitim su zanimanja, kulturno-ističkim karakteristikama, osobnih iskustava i postignuća. Iako u svijetu muca gotovo 70 miliona osoba, većina ljudi zna vrlo malo o mucanju. To je svakako jedan od razloga zbog kojeg se osobe koje mucaju ponekad suočavaju s diskriminacijom, predrasudama i izoliranošću iz društva.

Važnost obilježavanja ISAD-a prepoznale su mnoge međunarodne organizacije kao što su International Stuttering Association, International Fluency Association, European League of Stuttering Associations i American Speech – Hearing Association Division on Fluency Disorders kao i nacionalne organizacije koje možete pronaći na internet stranicama International Stuttering Association (www.stutteringhomepage.com).

Iako Hrvatska udruga za pomoć osobama koje mucaju "Hinko Freund" obilježava ISAD od 2000., posebna je čast da je Hrvatski sabor 20. ožujka 2009. godine usvojio prijedlog koji je inicirala Udruga „Hinko Freund“ i proglašila 22. listopada "Danom svjesnosti o mucanju u Republici Hrvatskoj". Time je Hrvatska postala prva država u svijetu koja je na ovaj način i službeno otvorila vrata podizanju svjesnosti o mucanju, boljem razumijevanju i pomoći osobama koje mucaju u našoj zemlji.

Kao i proteklih trinaest godina i ovogodišnje obilježavanje ISAD-a uključuje online konferenciju koja se od 1. do 22. listopada može

pronaći na The Stuttering Home Page (www.stutteringhomepage.com).

Svim posjetiteljima ovih stranica pruža se prilika da kroz rade 70 osoba koje mucaju i stručnjaka, predstavnika dvanaest zemalja s pet kontinenata, dozna više o mucanju te da s autorima tijekom tretjedne konferencije "u živo" razgovaraju i diskutiraju.

Usprkos teškoćama uzrokovanih ekonomskom recesijom koje 2010. postavlja pred sve, pa i lude koji mucaju, smatramo kako važnim graditi društvo u kojem će osobe koje mucaju moći razvijati svoje talente, postati zagovornici boljeg razumijevanja i aktivni sudionici svoje budućnosti. Posjetom online konferencije, distribuiranjem ISAD plakata i razgovorom o mucanju i vi možete sudjelovati i dati svoj doprinos promjenama.

UKLJUČITE SE I KOMUNICIRAJTE!

Mucanje (balbuties) je poremećaj fluentnosti govora koji onemogućava normalan tok govora. Svatko je ponekad disfluentan, no ono po čemu se osoba koja muca razlikuje od nekog sa normalnim govornim disfluencijama je vrsta i učestalost tih disfluencija. Mucanje je kompleksan poremećaj koji se manifestira kroz natprosječan broj govornih disfluencija, ali može uključivati i čitav niz dodatnih komunikacijskih, emocionalnih i poremećaja u ponašanju. Mucanje je, dakle, višedimenzionalni problem koji utječe na osobu kao cjelinu i koji pored očiglednih govornih poteškoća može obuhvatati i negativna osjećanja i percepcije kod osobe koja muca kao što su poniženje, stid, krivnja, anksioznost, frustriranost, nedostatak samopouzdanja te osjećaj manje vrijednosti. Mnoge vidljive karakteristike mucanja se odnose na naučene, često neprilagođene oblike ponašanja koje osoba koja muca koristi kako bi izbjegla ili odgodila mucanje.

Karakteristike mucanja ogledaju se u sljedećem:

- Repeticije ili ponavljanje glasova (b-b-b-bbiciki), slogova (ku-ku-kuća), dijelova riječi (koš-koš-košarka), čitavih riječi i fraza,
- Prolongacije ili neprirodno dug izgovor glasova ili slogova (aaaaaaaaautomobil),
- Neadekvatne pauze, oklijevanje ili bezglasni zastoji u govornom toku nastali uslijed blokiranja zračne struje,
- Govor u naglim trzajima, dok osoba pokušava da započne ili održi fonaciju,
- Nepravilno disanje,
- Izbjegavanje da se sugovornik gleda u oči,
- Izbjegavanje određenih riječi i svakodневnih govornih situacija,
- Negativna osjećanja kao što su poniženje, frustriranost, osjećaj manje vrijednosti itd. (u kasnijim stadijima poremećaja)

Ostale reakcije vezane za mucanje, odnosno, reakcije koje prate mucanje kao što su napetost mišića usana, vilice, i/ili vrata; drhtanje usana, vilice i/ili jezika tijekom pokušaja da se započne govor; nervozno lupkanje stopalom o pod, treptanje očima, trzaji glavom i razni tikovi (a sve to u cilju kako bi se izbjeglo mucanje). Postoji mnogo ovakvih reakcija koje variraju kod različitih osoba.

Varijabilnost u težini mucanja, zavisno od govorne situacije, sugovornika i poruke koja se želi prenijeti. Može se desiti da osoba koja muca govoriti fluentnije u logopedskoj ordinaciji nego u školi ili na radnom mjestu; ili da uopće nema poteškoća prilikom izražavanja kakvu večeru želi kod kuće, dok ima znatne poteškoće prilikom naručivanja jela u restoranu. Konverzacija sa supružnikom može biti lakša nego sa poslodavcem. Osoba može biti potpuno fluentna kada pjeva, ali imati zнатne govorne poteškoće prilikom telefonskog razgovora, itd.

Osjećaj gubitka kontrole. Osoba koja muca može iskusiti strah od određenih riječi, glasova ili situacija, strah od mucanja, te osjećaj neugodnosti i srama. Određene glasove i riječi je moguće izbjegći. Riječ, za koju osoba misli da ju je teško izgovoriti, može biti zamjenjena nekom drugom, ili određena govorna situacija može biti izbjegnuta u cijelosti. Na

primjer, osoba koja muca možda uvijek čeka da se netko drugi javi na telefon, ili radije obilazi prodavnice sat vremena nego da pita prodavca gdje se određena stvar može pronaći. Ovakve reakcije na mucanje se javljaju u kasnijim stadijima poremećaja.

KOMERCIJALISTA

Prilazi čovjek šefu robne kuće i pita:

- Jjjjaaaa....bbbbiii.. rrrradio kkkod vvvas!
- Ali, zaboga! Pa vi mucate, na žalost ne možemo vas primiti!

Prođe par mjeseci i onaj gazda čuje da čovjek koji muca radi u konkurentnoj robnoj kući i da prodaje da se sve praši, a on skoro propada. Odluči poći vidjeti kako on to radi. Maskira se i iz ugla dućana gleda:

- Dddakkle, veli prodavac, tttu vvvam je 500 uuuudica...
 - Ma dobro, dobro, zapakirajte ih, samo brže!
 - Aaallli, šššta će vvvam uuuudice bezzz ffffflaksa!
 - Ma dajte 500 metara, samo brže!
 - A kkkaadd vveć immmate uuudice i ffflaks, mmmogli bbbii ššššttapove...
 - Ma dajte mi 100 štapova, samo BRŽE!
 - A ssssve too nnnije nništa bbbez ččččamca!
 - Ma spakirajte i čamac, ali brže, molim!
 - A čččammmc je lluk i vvvoda bbbez mm-mootttor!
 - Ma dajte mi i jedan motor i doviđenja!
- I sve to tip kupi i ode i ostavi brdo love. Bivši gazda priđe, skine masku i zaprepašteno pita:
- Pa kako vam je to uspjelo? Nevjerojatno! Počeli ste od udice, a završili...
 - NNNe, nnnisam pppočeо od uuuudice, negggo od žžžženskog uuuuloška. Onnn je dddošao i rrrekao ddd mu žžžena iiima ccccikluus i tttražio je uuuloške, a jjja sam mmmu rekao ddd kadd sadda nnne možžje niššššta ssssa žžženom, ddd mmmu je nnnajbbolje da oooode u rrrriboloooov!

MEDICINA U BLISKOJ BUDUĆNOSTI

Besmrtnost je kroz tisućljeća bila nedostižni san, kojeg su pokušavali pronaći враčevi, svećenici, kraljevi i tirani, a koji je ponekad pokretao i cijele religije. Danas, uz napredak znanosti i medicine, ostvarenju tog sna smo bliže nego ikada. Postoji više načina na koje se može zaobići "rok trajanja" ljudskog tijela i uma, a neke od eksperimenata i tehnika koje se već provode opisala je ekipa s Crackeda:

OSLOBAĐANJE POTENCIJALA NAŠIH GENA

Jedina stvar koja nas sprječava da živimo dugo poput vampira ili Highlandera je prokleti enzim, zvan telomeraza. Ako ste tvrdoglav odlučili doživjeti doba u kojem su lignje evo-luirale u šumsku vrstu koja se nije s grana (postoji takvo predviđanje), morate biti svjesni činjenice da starenje, iako ga mi tako doživljavamo, nije neka svemirska konstanta. Degeneracija naših stanica, koja uzrokuje starenje tijela i bore na licu, zapravo je rezultat određenih mehanizama, koje znanstvenici tek otkrivaju. Prema onome što danas zna-

mo, starenje nije nešto neizbjježno. Priroda nam nudi pregršt primjera životinja koje, ako ih se ostavi u povoljnim uvjetima, mogu živjeti praktički vječno. To uključuje kornjače, neke vrste meduza i neke biljke.

Naš krvnik, telomeraza, je enzim koji obavlja krajeve naše DNA i sprječava razmotavanje, poput onih plastičnih kapica na krajevima žniranaca.

Nažalost, svaki put kad se stanica podijeli, jedan dio telomeraze se gubi u nepovrat, što znači da rast i regeneracija oštećenih tkiva u tijelu uništavaju mogućnost neprekidnog i to točnog, obnavljanja. Eksperimenti s "besmrtnosti" usmjereni su upravo na očuvanje telomeraze.

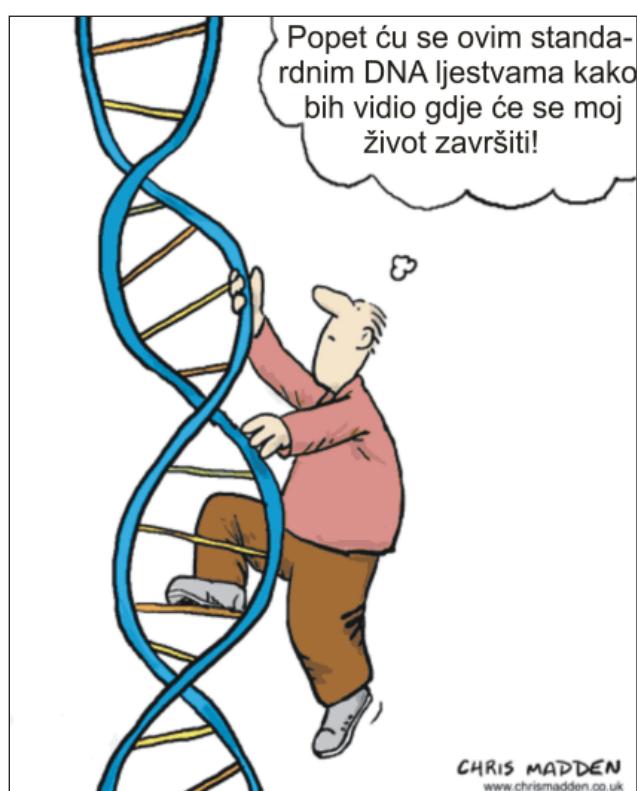
Ako znanstvenici uspiju spriječiti gubitak telomeraze, proces starenja mogao bi se zau staviti ili čak obrnuti. Mladost više ne bi bila potraćena na mlade, već totalno razvaljena od strane staraca, koji bi svoju mukom stecenu mudrost u trenu prodali za jedne dobre orgije.

Tajna vječnog života zaista jest u našim genima. Genska terapija, odnosno manipuliranje gena unutar naših stanica, više nije vizija iz SF filmova, treba je samo usavršiti. Ray Kurzweil i Terry Grossman vjeruju da ćemo s vremenom moći blokirati gene koji izazivaju bolesti, kao i uvesti potpuno nove gene, koji bi nam pružili nove sposobnosti, poput mijenjanja boje očiju ili svijetljenja u mraku.

Ništa od nabrojanog neće vas, naravno, spasiti od požara ili prometne nesreće, ali poenta je u tome da nema razloga zbog kojeg bi životni vijek morao biti ograničen na 80 ili 800 godina.

POHRANJIVANJE UMA

"Upload" (učitavanje) uma je upravo to, pohranjivanje cijelog uma neke osobe u kompjuter. Iako zvuči kao filmska nebuloza, iznenadili biste se koliko smo se približili ovoj opciji, pogotovo hardverski.



Procjene oko vrste i brzine hardvera potrebnog za oponašanje ljudskog mozga još su uvijek nepouzdane jer naš mozak podatke pohranjuje na potpuno drugačiji način.

Na primjer, ako zbrojimo sve neurone, ukupan kapacitet je tek nekoliko gigabajta, što je manje od USB-a veličine nokta. No, mozak koristi fleksibilan sustav pohrane informacija kojim u naše glave uspijeva ugurati oko 2,5 petabajta (2.500 terabajta) podataka.

Takve brojke već smo dostigli - Blizzard koristi oko 1,3 petabajta samo za World of Warcraft. Očito je da još uvijek nemamo kompjutere koji su sposobni oponašati ljudske misaone procese, no to je uglavnom zbog toga što ne znamo dovoljno o tome kako mozak rekreira sjećanja i pristupa podacima.

Tehnički dio je, dakle, spreman - već postoje funkcionalna neuronska sučelja, kao i prave simulacije životinjskog mozga, koje vrte superkompjuteri. Sve su to prvi koraci prema konačnom rezultatu - digitalnom snimanju ljudskog uma. Rezervne kopije bi se mogle iskoristiti u slučaju nesreće.

Kad emulacija cijelog mozga postane realnost, način na koji poželite nastaviti postojati ograničen je samo maštom - robot, kiborg, umjetno stvoreno biološko tijelo...

Ovo posljednje je malo problematičnije jer još nije jasno kako bi se pohranjeni podaci ponovno prebacili u živo tkivo. Zamislite da se možete ostaviti u kompjuteru i cijeli život provesti u WoW-u ili ultrarealističnom porniću.

Pohranjivanje uma moglo bi biti dobar izbor upravo jer nije toliko invanzivno, ne uključuje injekcije ni nekakve stravične zahvate - jednostavno se prikopčate na kompjuter i opalite "Save". Pa što ako će Sunce za par milijardi godina umrijeti, jednostavno vas prebace na svemirski hard.

Trpanje ljudi u kompjutere moglo bi postati realnost za nekih 50-75 godina, dok liberalnije procjene govore o 2030. Sve je to, ipak, nagadanje. Neka predviđanja od prije 30 godina danas izgledaju smiješno i glupo, ali s obzirom na brzinu napredovanja informacijske tehnologije, 50-75 godina možda i nije

toliko nemoguće. Usporedite bušene kartice od prije par desetljeća i današnji superkompjuter ili iPad.

REKONSTRUKCIJA STANICA I NANOTEHNOLOGIJA

Mikroskopski strojevi i materijali koji su u stanju popravljati i graditi stvari na staničnoj razini za naše su doba otprilike kao nuklearna energija za ljudе iz '50-ih - nevjerojatna tehnologija koja će na kraju stvoriti užasna čudovišta i uništiti svijet.

Kad se govori o nanotehnologiji, lako je pretjerati s očekivanjima i ignorirati ograničenja, kojih će biti. Znanstvenici su dosad, izgradnjom sintetske molekule koja se sama preslaguje u nanovlakna, uspješno rekonstruirali optički živac slijepog hrčka. U tijeku su i eksperimenti s izgradnjom nanorobota koji bi pronalazili i ubijali stanice raka.

Kurzweil smatra da smo od besmrtnosti, postignute uporabom nanotehnologije, udaljeni samo 20 godina. Iako je Kurzweil iznimno optimističan tip, koncept je dobar: radi se o naprednijoj i manje invanzivnoj metodi koja bi medicini omogućila otkrivanje i liječenje bolesti i ozljeda na staničnoj razini.

Zaneseni Kurzweil ide još dalje. Prema njegovim predviđanjima, ako nanorobote dovoljno smanjimo i povećamo im raspon sposobnosti, mogli bi postati umjetne jezgre naših stanica. Posao bi obavljali brže i efikasnije od ovih usranih jezgri koje nam je uvalila evolucija. Umjesto kupovanja zdrave hrane i raznih praškastih preparata, mogli biste naručiti nadogradnju crvenih krvnih zrnaca i prilagodljive sise, za sve one samotne noći vašeg novog vječnog života, kad ni World of Warcraft i kanta sladoleda nisu dovoljni da ispunе prazninu u duši.

KLONIRANJE DIJELOVA (ILI CIJELOG) TIJELA

Kloniranje ljudi, iako ga dosad nitko nije izveo, nije nemoguće. Kloniranje dijelova tijela čak je predloženo kao način na koji bi si ljudi višestruko produljili životni vijek. Radi se o dvije opcije:

Prva je mogućnost proizvodnje novih, zdravih organa koji su doslovno napravljeni od vas, pa ih tijelo neće odbaciti. Njima bi se, po potrebi, zamjenjivali organi s kojima ste rođeni. Ideja nije loša, s obzirom da ljudi najčešće umiru upravo od zatajenja nekog od vitalnih organa (u Americi je to najčešće srce).

Mogućnost neprekidne zamjene dijelova tijela zaista bi mogao biti jedan od načina za postizanje besmrtnosti, pogotovo jer je moralno manje upitan od kloniranja cijele osobe.

Druga metoda najvjerojatnije nikada neće zaživjeti, jer uključuje kloniranje cijelog tijela i presađivanje mozga iz starog. Osoba bi na taj način u roku od jednog dana mogla skočiti sa 70 na 20 godina. Problem s ovim procesom leži u nužnosti ubijanja klena, vađenjem mozga, ili stvaranju tijela koje od rođenja nema moždanih funkcija.

I dok su opisane metode svakako mogućnost, teško da će zaživjeti na Zapadu. Istok je, već, druga priča. Singapur i Kina nisu toliko zabrinuti oko kloniranja ljudi, a upravo rade i na prvim pokušajima terapeutskog kloniranja.

KIBORZI

Od svih opisanih metoda postizanja besmrtnosti, filmovi su nas naučili da je dan kad ćemo čovjeka uspješno pretvoriti u kiborga iščekivaniji od drugog dolaska Krista.

Homo sapiens je poznat po upotrebi alata: korištenje izrađenih predmeta za obavljanje svega od izrade drugog alata do lova jedna je od glavnih sposobnosti koja nas dijeli od ostatka životinja.

Čak i ako nam propadnu planovi s genetskom manipulacijom ili ne uspijemo otvoriti tvornice zamjenske jetre, uvijek se možemo pouzdati u svoju vještina pravljenja nevjerojatnih strojeva. To je ono u čemu smo stvarno dobri.

Mehanički zamjenski dijelovi tijela danas više nisu znanstvena fantastika - umjetna srca, zamjenski udovi i umjetna živčana vlakna polako, ali sigurno, ljudi pretvaraju u kiborge. Umjetna pužnica, umjetni kuk, pacemaker... Prislonite li stetoskop na prsa Dicka Che-

neyja, čut ćete samo tišinu - umjesto srca ima stroj koji pumpa krv. Ako možemo zamijeniti jedan dio, zamijenit ćemo i drugi.

Najveći problem i ograničenje trenutno su težina i trajnost materijala, kao i izvor energije za dugotrajno i pouzdano djelovanje, no s napretkom novih tehnologija, poput karbonskih nanocijevi i metamaterijala, i to će biti ispravljeno.

Baš kao što smo izgradili aute koji su brži od naših vlastitih nogu, izgradit ćemo i dijelove tijela koji će biti i bolji i izdržljiviji od ovih s kojima se rađamo.

Srećom, proteze ne uzrokuju velike moralne komplikacije, pa pitanja poput "Hoće li mi se s umom pohraniti i duša?" nisu problem. Nitko nije počeo mrziti dijete jer je dobilo umjetnu pužnicu ili baku jer joj kuk sada može izdržati težinu kamiona.

Do najvećeg problema dolazimo kad pažnju obratimo na mozak. Baš i da zamijenimo sve dijelove tijela, mozak je i dalje jednake starosti, što nas vraća na Alzheimera i opće propadanje moždanog tkiva koje nas čeka s godinama.



PODRŠKA ŽENAMA SA INVALIDITETOM

Prepoznavanje i osnaživanje vlastitih resursa, korištenje istih radi olakšanja života u zajednici.

Trening žena sa invaliditetom održan je 22. 09. 2011. godine u Hotelu „Zlača“ u Banovićima.

Održavanje treninga omogućio je Informativni centar za osobe sa invaliditetom "Lotos" iz Tuzle u partnerstvu sa Humanitarnom organizacijom "Partner" iz Banja Luke i Centrom za nezavisni život "Threshold" iz Helsinkijske - Finske, a pod pokroviteljstvom Ministarstva inostranih poslova Finske.

Treningu je prisustvovalo petnaestak žene sa invaliditetom, predstavnica organizacija osoba sa invaliditetom sa Tuzlanskog kantona, ali i onih koje nisu članice niti jedne organizacije koje su imale priliku da se na jedan neobičan i novi načina sretnu sa novim načinom prepoznavanja i osnaživanje vlastitih resursa, te korištenja istih radi olakšanja života u zajednici.

Radionicu je vodila gospođa Ernesa Mešić šef službe za društveni sektor u Općini Tuzla. Tehnika rada gđe. Mešić oduševila je učesnice koje nisu ni bile svjesne kako mogu same sebi pomoći pri savladavanju problema zvani Stres uz nekoliko jako dobrih i stručnih savjeta. Ono što je sve učesnice impresioniralo bila je tehnika pomoći izlaska osobe iz duboke traume na način da se toj osobi da uloga savjetnika kolegice koja je još više traumatizirana.

Vrlo interesantan dio treninga bila su iskustva u zajednici sa nošenjem stresa gdje su učesnice jasnim crtama pojašnjavale potrebu komunikacije žene sa invaliditetom, kao socijalnog bića, sa ostalim članovima zajednice.

Svaki razgovor na treningu odnosio se na dvije komunikacijske vještine: slušanju i govoru. Kao komunikacijska vještina slušanje uključuje usmjeravanje pažnje, interpretiranje i pamćenje onoga što su ustvari učesni-

ce jedna od druge čule, te na taj način ujedno dobiti ulogu savjetnika uz par ključnih zaključaka donešenih kroz njihovu priču.

Ja hoću, ja to znam, prebroditi stres istinom, te ono što je ključno: potrebno naučiti vladati invaliditetom, i ne dopustiti da invaliditet vlađa nama, zaključci su koji su proistekli kroz savjetovanje među jednakim.

Trenerica je kroz igricu koju su osmisile same učesnice pokazala još brojne odlike dobrog nošenja sa stresom, ali i prepoznavanje i osnaživanje vlastitih resursa, te korištenje istih radi olakšanja života u zajednici.



Pripremila: Fikreta H.

MEĐUNARODNI DAN GLUHIH OSOBA

Ideja o Međunarodnom danu gluhih se rodila na II. Svjetskom kongresu gluhih održanog u Zagrebu 1955. godine. Ovaj kongres je okupio dotad najveći broj gluhih, nagluhih i stručnih djelatnika te je dao velik polet u radu i razvoju Svjetske federacije gluhih (SFG). Za predsjednika je izabran Dragoljub Vukotić i on je na toj funkciji ostao 30 godina. Imenovan je počasnim doktorom prava na Sveučilištu Gallaudet i dobio posebno priznanje Ujedinjenih naroda. Umro je 1997. godine u Italiji kao osvijedočeni prijatelj svih gluhih iz cijelog svijeta. Inicijator obilježavanja je Svjetska federacija gluhih, osnovana u Rimu davne 1951. godine.

Svjetska federacija gluhih (SFG) je službeno proslavu počela 1958. godine pod nazivom Međunarodni dan gluhih. Svjetska federacija gluhih ima članove u 123 zemlje širom svijeta, a predstavlja više od 70 milijuna gluhih osoba u UN-u. U mnogim zemljama proslava se „proširila“ na Međunarodni tjedan gluhih. To je posljednji čitav tjedan u rujnu, s tim da je kulminacija proslave u subotu, kada se slavi Međunarodni dan gluhih. Svrha proslave je privući pozornost političara, ljudi na vlasti i sveopćeg pučanstva na postignuća zajednice gluhih, te upozoriti i na probleme gluhih. Ovakva okupljanja pomažu svim članovima Udruge da se bolje nose sa svojim problemima i s različitim aktivnostima da skrenu pažnju sa nerazumijevanja šire društvene okoline.

ZANIMLJIVOSTI

Danski savez gluhih izdaje svakog prosinca, od 1955., poseban časopis "Doves Jul" ("Božić gluhih") koji nije namijenjen samo gluhim osobama već širokoj javnosti pa sadrži informativne članke o gluhim i njihovom znakovnom jeziku. Tiska se u 20.000 primjera, cijena mu je 30 danskih kruna i prodaje se na ulicama. 9 kruna pripada prodavaču, a ostatak Savezu gluhih, koji utrškom od oko

420.000 kruna financira dio svojih akcija. Ove godine je časopis poslan u više razrede svih osnovnih škola u Danskoj, zajedno s posterm ručne abecede i posebnim upitnikom za djecu. Prodajom časopisa djeca mogu zaraditi za izlete i dr. Školama koje zatraže Savez će uputiti instruktora koji će u razredu govoriti o gluhim, odgovarati na pitanja i djecu naučiti nekoliko znakova. Instruktori su najčešće gluhe osobe, ili pak roditelji i djeca gluhih, a za svaki sat u školi dobivaju honorar.

ŽIVOT I DJELO LUDVIGA VAN BETOVENA

Ludvig van Betoven (Ludwig van Beethoven, 16. decembar 1770. — 26. mart, 1827), nje-mački kompozitor, nadmoćna muzička figura u prelaznom periodu između ere klasicizma i romantizma.

Smatra se jednim od najvećih kompozitora svih vremena. Među njegovim najpoznatijim djelima su V simfonija, VI simfonija, IX simfonija, Klavirska djela kao na primjer, komad Za Elizu, sonate Patetična Sonata i Mjesecčeva Sonata, Klavirska sonata Br. 23, Apasionata ili posljednja, Klavirska Sonata Br. 32, C-mol, opus 111.

Ludvig van Betoven rođen je u Bonu u Njemačkoj, od oca Johana van Betovena (Johann van Beethoven) (1740—1792), flamskog porijekla, i majke Magdalene Keferich van Betoven (Magdalena Keverich van Beethoven) (1744—1787). Njegova porodica se generacijama bavila muzikom - njegov djed Lodewijk van Beethoven (1712–1773), po kom je dobio ime, bio je bas pjevač na dvoru Kelniškog elektorata, a kasnije i kapelmajster (svojevrsni muzički direktor). Njegov sin, a Betovenov otac, je bio tenor pjevač na istom dvoru, a davao je i časove klavira i violine kao dodatni izvor prihoda. Sve donedavno, veliki broj referentne literature označavao je 16. decembar kao Betovenov datum rođenja, jer je bio kršten 17. decembra, u vremenu kada

su novorođena djeca krštavana dan nakon rođenja. Međutim, moderno učenje odbacuje takvu prepostavku.

Betovenov prvi muzički učitelj bio je njegov otac, muzičar u izbornoj skupštini u Bonu i alkoholičar, koji ga je u više navrata tukao, budio usred noći u društvu muzičara - amatera Tobajasa Pfajfera (koji mu je zapravo bio prvi učitelj), kada bi počinjale lekcije, a sve to pokušavajući da ga načini „muzičkim čudom“ poput Mocarta. Međutim, drugi su ubrzo i sami primjetili Betovenov talenat. Kristijan Gotlob Nef je podučavao i zaposlio Be-tovena, koji je ujedno i primao sponzorstvo Upravnikačkog elektorata. Betoven je ostao bez majke sa 17 godina i obaveza uzdizanja dva mlađa brata pala je na njega. Za Nefu je imao puno poštovanja. Odlazeći iz Bona početkom posljednje decenije osamnaestog vijeka, Betoven mu je rekao: Ako ikada postanem veliki muzičar, to će biti i Vaša zasluga.

Poslije očeve smrti 1792. godine Betoven se seli za Beč gdje je namjeravao da studira kod Jozefa Hajdna. Pošto je Hajdn imao malo vremena za predavanje, prosli-

jedio je Betovena Johanu Albrechtsbergeru. Ubrzo je dobio reputaciju klavirskog virtuoza i postepeno kompozitora. Betovenovo najljepše stvaralačko doba obilježila je i jedna nesreća, koja se ubrzo pretvorila u još veći podsticaj za umjetničko stvaranje: sa nepunih 26 godina počeo je gubiti sluh, zbog čega je 1808. godine morao okončati pijanističku karijeru. Pojavio se još samo jednom, 1814. godine, ali 1818. godine gluhoća je postala i

definitivna. Zbog toga je tokom vremena imao specifičnu sudbinu i kao dirigent. U pojedinim trenucima, morao se u izvođenje uključivati i pomoćnik, kako bi se interpretacija spasila. Betovenova pijanistička tehnika bila je revolucionarna za ono doba. Krasila ju je nevjerojatna snaga u brzim i snažnim muzičkim tokovima, a izrazita melodioznost u laganim i raspjevanim. Bila je to prava detonacija eksploziva prema pijanističkoj tehnici starog kova koja je krasila Betovenove prethodnike, koja je upoređivana sa baratanjem lukom i strijelom. Kada bi dirigovao orkestrom, Betoven bi se visoko uzdizao, snažno uspravljavao kod silovitih i brzih zvučnih pokreta, a gotovo saginjao pod pult kod umjerenih, sporih i raspjevanih. Uopšte uzevši, kao interpretator bio je nemiran, plahovit, emotivan, ali i veoma izražajan, pa čak i savršen.

Kako je gluhoća postajala izražajnija, on je to sve teže podnosio, zatvarao se u sebe, izbjegavao ljude, sa svojim prijateljima komunicirao preko sveščica, koje su kasnije štampane i prodavane, a otkrile su dobar dio duše ovog umjetnika. Posljednjih devet

godina svog života, kada je gluhoća postala definitivna, povukao se u svoj vlastiti svijet tišine, u kome stvara svoja najveća remek djela: Misu Solemnis, Hamerklavir sonatu, 9. Simfoniju i posljednje Gudačke kvartete. Ono što je manje poznato i uglavnom se iz određenog obzira ne navodi u zvaničnim izvorima, jeste to da je Betoven svoju gluhoću, pa tako i polaganu i preranu smrt, zaradio zahvaljujući pretjeranom konzumiranju alkohola.



ŠARENA STRANA

NEKOLIKO AFORIZAMA

- Tko tebe kamenom, i ti njega kamenom, jer je kruh poskupio.
- Životna je ironija da ti cijeli život sole pamet, a ti umreš od "šećera".
- Naporan rad se isplati - kasnije. Lijenost se isplati ODMAH !
- Nekada smo se nadali u bolju budućnost, a sada samo u bolje SUTRA.
- Današnja medicina je jako napredovala, za svaki lijek je pronašla bolest!
- Ako ne možete jedno bez drugog - VJENČAJTE SE! Onda ćete moći.
- Zbog recesije i potrebne uštede, do daljnog se gasi svjetlo na kraju tunela.
- Koja je sličnost između muža i puža? Imaju robove, sline i misle da je kuća njihova.



KRISTOFER KOLUMBO

Kristofer Kolumbo je mogao da otkrije Ameriku samo zbog toga što je bio neoženjen.

Da je Kristofer Kolumbo imao suprugu, bilo bi sljedeće:

– A zašto moraš da ideš baš ti? – A što ne pošalju nekog drugog? Pa nisi ti jedini! – Bez tebe se ne može? – Jesi li ti lud ili glup? – Zar ne vidiš da te iskorištavaju? – Ne znaš ni moju familiju, a ideš da otkriješ novi svijet! – Šta kriješ? Ne znaš ni gdje ideš! Kakva bolan okrugla Zemlja? – A šta, samo će muškarci putovati? Ma nemoj? – A što ne mogu i ja ako

si ti šef?.... mene nikada ne vodiš na putovanja! – Nesretniče, ne znaš više šta bi izmislio samo da nisi kući. – Ako izadeš na ta vrata ja se iste sekunde vraćam mami ! Bestidniče! – Sve si isplanirao, lopove! Ti si se to davno dogovorio sa tim kurvama Indijankama – Ti misliš da sam ja pala s kruške? – Šta kažeš? I kraljica će prodati svoj nakit da bi ti putovao? Šta ti misliš da sam ja glupača. Šta ima između tebe i te babe? – Ne možeš da ideš i gotovo! – Ništa se neće desiti ako svijet i dalje bude ravan ko ploča.



PUSTINJA

Pita Mujo Hasu: „Haso, šta bi ti uradio da te lav goni po pustinji, a ti se voziš džipom?“

Kaže Haso: „Ništa bolan, dao bi lijevi migavac, a skrenuo bi desno!“

UVEĆAVANJE

Pita učiteljica Milicu koji se dio tijela može povećati do 7 puta pri velikim uzbudnjima. Mala Milica se tu zacrveni, a Perica skoči: „Zjenica oka!“ „Bravo Perice, a ti ćeš se, Milice, u životu jako razočarati.“

AUTO - ŠKOLA

Haso vozi golfa od autoškole i uz škripu guma koči na benziskoj pumpi. „Molim vas, ugasite motor!“ - kaže mu radnik na pumpi.

„Već jesam, to se instruktor trese u autu!“

BLADE RUNNER - SPORTIST KOJI POMIČE GRANICE

Kada sam ušla u ultramoderne urede kompanije Ossur, svjetskog lidera u proizvodnji protetičkih i ortopedskih pomagala te bioničkih udova, ugledala sam zgodnog mladića kako veselo priča sa skupinom ljudi. Visok i preplanuo, u majici i trapericama, mladić je naprosto zračio snagom i energijom.

“Jeste li ga prepoznali, to je Oscar Pistorius” rekao je moj domaćin dr. Hilmar Janusson, potpredsjednik Ossurova “Istraživanja i razvoja”, kojeg je Business Week proglašio jednim od vodećih dizajnera.

“Nemoguće, pa to je Blade Runner! Kakva sretna koincidencija” uzviknula sam, a zatim grozničavo počela prevrtati među papirima kako bih Hilmaru (na Islandu se ljudi oslovljavaju imenom i bez tituliranja) pokazala kopiju svojeg članka u Jutarnjem u kojemu sam prije nekoliko mjeseci pisala o Oscaru Pistoriusu, “najbržem čovjeku bez nogu na svijetu”.

U medijima poznat kao Blade Runner, 20-godišnji Južnoafričanac svjetski je rekorder na 100, 200 i 400 metara u kategoriji sportaša s invaliditetom.

Oscar Pistorius, kome su u ranom djetinjstvu amputirane obje noge od koljena na niže, trči uz pomoć protetičkih nogu Cheetah (gepard) napravljenih od specijalnih ugljikovih vlakana u kompaniji Ossur.

“Hej, Oscare ovdje je jedna hrvatska novinarka koja je pisala o tebi, a sada bi željela s tobom razgovarati” obratio se mladiću Hilmar Janusson pokazujući mu kopiju članka iz Jutarnjeg.

“Naravno, bit će mi drago” srdačno se osmješnuo Oscar Pistorius koji je u Reykjavik stigao prije nekoliko sati, ali nije pokazivao ni trunque umora nakon dugoga puta. Počeli smo neobavezni razgovor, a ja sam mu ispričala kako sam 2002. tijekom Svjetskog samita o održivom razvoju boravila u Johannesburgu, točnije u Sandtownu, bogatom bjelačkom predgrađu u kome je rođen i odrastao.

Oscar je rođen 1986. u obitelji Sheile i Hen-

kea Pistoriusa, vlasnika kompanije za prerađu cinka. Odmah nakon rođenja liječnici su zapazili njegove urođene deformacije jer je na svakoj nozi imao samo dva prsta. Ubrzo se pokazalo da je rođen i bez fibule, lisne kosti. Liječnici su Pistoriusima priopćili da moraju donijeti odluku: ili staviti dječačića u invalidska kolica ili pristati na amputaciju obje noge te ga kasnije učiti da hoda uz pomoć proteza.

Nakon što su se konzultirali s vodećim svjetskim ortopedima i kirurzima, supružnici Pistorius su se složili da se njihovom sinu amputiraju obje noge. Naposljeku, mjesec dana prije Oscarova prvoga rođendana poznati južnoafrički kirurg Gerry Versveld amputirao mu je obje noge od koljena naniže. Šest mjeseci kasnije Oscar je napravio prve korake pomoću proteza. “Kada me ljudi pitaju kako je to imati umjetne noge, kažem im da ne znam i pitam kako je to imati stvarne noge. Otkad znam za sebe, imam umjetne noge” rekao je Oscar. Tijekom našeg susreta imao je protetičke noge za hodanje koje koristi u svakodnevnom životu. Famozne noge Cheetah, od kojih svaka stoji oko 18.000 dolara, nosi kada trči na atletskoj stazi.

Oscar Pistorius oličenje je Ossurove filozofije sažete u jednostavni moto “Život bez ograničenja”. Naime, od svojih prvih koraka napravljenih na “paru kolčića od fiberglasa” Oscar je živio “punim plućima” za što su prvenstveno zaslužni njegovi roditelji koji su ga odgajali tako da se nimalo ne razlikuje od svojih vršnjaka. Pistoriusi su svjesno poticali dječakov iznimni sportski i natjecateljski duh. Oscar se u djetinjstvu bavio tenisom, kriketom, vaterpolom i omiljenim mu ragbijem.

“Ne bih mogao poželjeti bolje roditelje od mojih. Uvijek su mi bila snažna podrška. Moj otac sada živi na obali, a ja sam se iz Johannesburga preselio u Pretoriju. Moj stariji brat Carl i mlađa sesta Aimee žive u Pretoriji i viđamo se svakoga tjedna” rekao je Oscar

čija je majka Sheila umrla prije šest godina od posljedica alergijske reakcije na lijek koji je uzimala.

U lipnju 2003. tijekom jedne ragbi utakmice Oscar je teško ozlijedio desno koljeno te je upućen na rehabilitaciju u sklopu posebnog programa Sveučilišta Pretoria. Liječnici su mu tada sugerirali da izabere drugi sport. Tijekom rehabilitacijskog programa Oscar je upoznao i svoga sadašnjeg trenera Ampiea Louwa koji je otkrio da je mladić "rođeni šampion".

"Sretan sam što sam upoznao Ampiea, od njega sam mnogo naučio. On je veliki trener, posvećen tome poslu već 27 godina" rekao mi je Oscar koji je atletiku počeo trenirati u siječnju 2004. Samo osam mjeseci kasnije, pridružio se najboljim sportašima s invaliditetom na Paraolimpijskim igrama u Ateni. Pobjedio je u utrci na 200 metara ispred favoriziranog Amerikanca Marlona Shirleyja i Briana Frasurea, kojima je amputirana po jedna noga. Tom prilikom postavio je i svjetski rekord od 21,97 sekundi pa tako postao prvi sportaš s invaliditetom koji je trčao brže od 22 sekunde. U posljednje tri i pol godine Oscar Pistorius čak je 26 puta rušio rekorde na 100, 200 i 400 metara.

Te izvanredne rezultate mladi je Južnoafrikanac postigao trčeći na Cheetah protetičkim nogama koje je 1996. prva lansirala kompanija Flex-Foot. Tadašnja verzija Cheetah bila je vrlo kruta. No, protetičke noge Cheetah doživjele su pravu renesansu kada je kompaniju Flex-Foot 2000. kupio islandski Ossur, poznat po izvanrednim ortopedskim pomagalima. Kada se s ragbijom prebacio na atletiku, Oscar Pistorius obratio se za pomoć kompaniji Ossur.

Suradnja s Oscarom počela je na njegovu inicijativu. Oscar je zaokupljen rušenjem rekorda, a mi volimo raditi s ljudima koji žele rušiti rekorde i pomicati granice ljudskih mogućnosti. Dizajn Oscarovih trkačkih nogu rađen je u suradnji što je vrlo izazovno. Naime, pomicući granice našeg dizajna i proizvoda, Oscar nas potiče da budemo inovativniji i u

razvoju naših standardnih proizvoda - rekao je Hilmar Janusson.

Da Oscar Pistorius pomici granice i ruši predrasude, najbolje pokazuje njegova nevjerojatna želja da se natječe u "normalnoj" konkurenciji. Tako je u srpnju 2005. ušao u povijest kao prvi sportaš s invaliditetom koji je na međunarodnom atletskom mitingu u Helsinkiju 400 metara trčao u konkurenciji atletičara bez hendikepa. Na cilj je stigao šesti. No, južnoafrički je Blade Runner uskoro stekao i protivnike, najprije među svojim konkurentima Marlonom Shirleyem i Brianom Frasureom.

U međuvremenu, u atletskom su svijetu počele polemike oko toga treba li Pistoriusu dopustiti da se natječe u konkurenciji sportaša bez invaliditeta. Naime, mnogi smatraju da protetičke noge Cheetah Oscaru pomažu da pravi veće korake te da tako bude brži od konkurenata. No, Hilmar Janusson se ne slaže s tim. "Riječ je o pasivnim nogama koje zaostaju za mogućnostima koje pružaju biološke noge. Protetičke noge Cheetah nemaju neki umjetni izvor energije, nego svu energiju stvara Oscar Pistorius. No, bitno je istaknuti da je Oscar izvanredan atletičar koji je 60 do 70 posto efikasniji od ostalih trkača. Da Oscar ima biološke noge, bio bi najbrži čovjek na svijetu. Uopće nemam dvojbe oko toga" rekao je Hilmar Janusson.

Međunarodna udruga atletskih federacija (IAAF) zabranila je atletičarima, koji se koriste umjetnim pomagalima, da se natječu u "normalnoj" konkurenciji, što je bilo veliko razočaranje za borbenog Oscara. No, prije dva tjedna IAAF je donio odluku da se Oscar Pistorius može natjecati u konkurenciji s atletičarima bez invaliditeta dok znanstvenici ne ustanove da li je mladi Južnoafrikanac zbog svojih protetičkih nogu Cheetah u prednosti ili nije.

Ipak, atletika je samo dio Oscarova života jer uživa u brzom vožnji automobilom SEAT Ibiza. Također, zajedno sa svojom djevojkom Vicky često posjećuje partije.

Preuzeto iz "Jutanjih novina"



VLADA TK



KynDysry

BESPLATAN
PRIMJERAK