

Studenti s invaliditetom



7



# SLOBODNO VRIJEME

**Urednik:** Damir Miholić

**Autori:**

Roman Baštijan, Romana Đuričić,  
Damir Miholić, Zrinka Udiljak-Bugarinovski

EDUCATION  
QUALITY  
EQUALITY



Studenti s invaliditetom

7

# SLOBODNO VRIJEME

**Urednik:**

Damir Miholić

**Autori:**

Roman Baštijan, Romana Đuričić,  
Damir Miholić, Zrinka Udiljak-Bugarinovski

**Izdavač:** Sveučilište u Zagrebu

**Urednica zbirke priručnika "Studenti s invaliditetom":** Lelia Kiš-Glavaš

**Urednik:** Damir Miholić

**Lektura:** Vlatka Kranželić

**Grafička priprema:** ABS95 d.o.o.

**Tisak:** Offset NPGTO d.o.o.

**Naklada:** 1100 kom.

CIP zapis dostupan u računalnome katalogu

Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem **802702**

**ISBN 978-953-6002-63-4** (cjelina)

**ISBN 978-953-6002-61-0** (7)

© Sva prava pridržana.

---

Cjelokupnom izvedbom (sadržajem i strukturom sadržaja, grafičkom pripremom, tiskom i opremom) ova je serija priručnika prilagođena za korištenje osobama s invaliditetom. Naslovi priručnika prepisani su na hrvatsku brajicu, a brajični taktimi standardnih su Marburg Medium dimenzija.

Pojmovi koji se koriste u ovome priručniku, a koji imaju rodni značaj, bez obzira na to koriste li se u muškom ili ženskom rodu, obuhvaćaju na jednak način muški i ženski rod.

## O priručnicima

Ovaj je priručnik dio zbirke priručnika nadnaslova "Studenti s invaliditetom" koja je nastala u okviru Tempus projekta (u kategoriji združenih projekata) "Education for Equal opportunities at Croatian Universities – EduQuality" (Nr: 158757-TEMPUS-1-2009-1-HR-TEMPUS-JPGR) nositelja Sveučilišta u Zagrebu.

Svrha priručnika je doprinos izjednačavanju pristupa visokom obrazovanju studentima s invaliditetom informiranjem, educiranjem i senzibiliziranjem sveučilišnih nastavnika, stručnog i administrativnog osoblja na rektoratima, fakultetima i akademijama o specifičnim potrebama studenata s invaliditetom u sustavu visokog obrazovanja u Republici Hrvatskoj.

Studentima s invaliditetom smatramo studente s oštećenjima vida i sluha, motoričkim poremećajima, kroničnim bolestima, specifičnim teškoćama učenja (disleksija i ADHD) te studente sa psihičkim bolestima i poremećajima. Svrstavajući ove studente u skupinu studenata s invaliditetom nikako nam nije bila namjera stigmatizirati ih ili etiketirati, nego ukazati na potrebu prilagodbe akademskih sadržaja njihovim mogućnostima i prezentirati neke primjere takvih prilagodbi.

U izradi priručnika sudjelovali su predstavnici svih partnerskih institucija u Projektu: akademsko, stručno i administrativno osoblje sa Sveučilišta u

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME

Zagrebu, Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Sveučilišta u Rijeci, Sveučilišta u Zadru, Sveučilišta u Splitu i Sveučilišta u Dubrovniku, predstavnici studenata sa i bez invaliditeta Hrvatskoga studentskog zbora, predstavnik Instituta za razvoj obrazovanja te svojim velikim iskustvom u pružanju potpore studentima s invaliditetom, ali i konkretnim smjernicama i savjetima, stručnjaci s naših inozemnih partnerskih institucija: Aarhus University, Masaryk University, University of Strathclyde i University of Gothenburg.

Pojedinačno priručnici uglavnom pokrivaju važna područja svakodnevnog akademskog života studenata definirajući ih i ukazujući na njihovu važnost u stjecanju potrebnih profesionalnih kompetencija. Istovremeno, oni svojim sadržajem ukazuju na prepreke koje mogu postojati u odnosu na dostupnost studentima s invaliditetom, ali i nastoje definirati preduvjete kojima bi se prepreke što jednostavnije prevladale, pazeći pritom da se ne kompromitiraju definirani akademski standardi. Ukazujući na prava svih studenata na jednak pristup obrazovanju i predlažući mjere kojima je često na vrlo jednostavan način i bez dodatnih financijskih sredstava moguće izjednačiti mogućnosti studentima s invaliditetom u visokom obrazovanju, približavamo se i nastojanjima da se definiraju jasni standardi pristupačnosti za ovu skupinu studenata na nacionalnoj razini.

---

Koristim ovu priliku kako bih zahvalila svima koji su sudjelovali u izradi ovih priručnika, direktno ili indirektno, a posebice bivšim, sadašnjim, ali i

budućim studentima s invaliditetom koji su, i koji će, svojom upornošću, hrabrošću, strpljivošću i velikom motivacijom, ali i ukazujući na potrebe i najjednostavnije načine zadovoljenja tih potreba, graditi toliko potreban sustav potpore studentima s invaliditetom u visokom obrazovanju u Republici Hrvatskoj. Ipak, njihovi bi napori bili uzaludni bez čitavog niza sveučilišnih nastavnika, stručnjaka i zaposlenika u administraciji koji su bez postojanja jasnih smjernica, ali vodeći se empatijom i željom za unapređenjem sustava, omogućili da potpora studentima s invaliditetom zaživi u praksi. Vjerujem da će im ovi priručnici omogućiti jasnije i sustavno buduće djelovanje.

Lelia Kiš-Glavaš, voditeljica projekta

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME

## Urednik

**mr. sc. Damir Miholić** – predavač na Odsjeku za motoričke poremećaje, kronične bolesti i art terapije Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu

## Autori

**Roman Baštijan**, dipl. oecc – student poslijediplomskog studija Ekonomskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu

**Romana Đuričić**, dipl. soc. radnik – referent u Studentskoj referadi Akademije likovnih umjetnosti Sveučilišta u Zagrebu

**mr. sc. Damir Miholić** – predavač na Odsjeku za motoričke poremećaje, kronične bolesti i art terapije Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu

**Zrinka Udiljak-Bugarinovski**, prof./dipl. knjiž. – voditeljica Knjižnično dokumentacijskog centra Ekonomskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu

Urednik

Autori

Recenzenti

---

## Recenzenti

**prof. dr. sc. Nataša Jokić-Begić**, redovita profesorica na Odsjeku za psihologiju, Filozofski fakultet, Sveučilište u Zagrebu

**prof. dr. sc. Lelia Kiš-Glavaš**, redovita profesorica na Odsjeku za inkluzivnu edukaciju i rehabilitaciju, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet, Sveučilište u Zagrebu

**doc. dr. sc. Valentina Kranželić**, docentica na Odsjeku za poremećaje u ponašanju, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet, Sveučilište u Zagrebu

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME



## Predgovor

Sadržaj ovog priručnika obuhvaća područje slobodnog vremena kao važnog područja u životu svake osobe, tako i u životu studenata s invaliditetom. Studentske obveze obuhvaćaju veliki dio svakodnevice studenata, ali u cjelini osobnosti studenata čine tek jedan dio, vezan uz profesionalnu edukaciju, usmjerenost prema budućem zanimanju i aktivnom sudjelovanju na tržištu rada. Drugi dio osobnosti odnosi se na emocionalne i socijalne aspekte, koji općenito za osobe s invaliditetom predstavljaju značajno područje u kontekstu njihove integracije i aktivnog sudjelovanja u životu zajednice. Naravno da ne postoji jasno određena granica između profesionalnog i privatnog (emocionalnog, socijalnog) područja života, ali neupitno je da se ova područja međusobno prožimaju i djeluju jedno na drugo, izmjenjujući se po razini dominantnosti u različitim razdobljima života, ali uvijek sudjelujući u uspostavljanju harmonije života osobe.

U uvodnom dijelu priručnika analiziran je pojam slobodnog vremena iz gledišta nekih socioloških teorija i razmatrana je njegova općenita uloga u životu osobe. Nadalje, opisani su rezultati jednog pilot-istraživanja koje je za potrebe priručnika provedeno na uzorku od 19 studenata s invaliditetom registriranih na sastavnicama Sveučilišta u Zagrebu, s ciljem prikupljanja nekih informacija o načinima provođenja slobodnog vremena studenata Sveučilišta u Zagrebu.

Kultura i umjetnost obuhvaćeni su kroz nekoliko poglavlja u kojima su razmatrani pojedini umjetnički mediji (likovnost, glazba, ples, kazalište). Opisane su neke antropološke karakteristike ovih medija, njihovo povijesno utemeljenje, kao i utjecaj koji imaju na osobu kao bio-psiho-socijalnu strukturu, odnosno na njezine fizičke, psiho-emocionalne i socijalne aspekte. Naglašena je važnost umjetnosti kao načina provođenja slobodnog vremena studenata s invaliditetom, bilo kao promatrača, publike ili kao aktivnih sudionika, odnosno umjetnika/stvaratelja. Također su opisani neki projekti u kojima osobe s invaliditetom kroz umjetnički izričaj progovaraju o vlastitom identitetu i traže jednakost, ravnopravnost i mjesto suživota s osobama bez invaliditeta. Dani su neki primjeri umjetnika s invaliditetom, kao i preporuke koje mogu na razini visokoškolskih ustanova, umjetničkih i drugih institucija biti nit vodilja u potpori studentima s invaliditetom i njihovim inicijativama prema organiziranju slobodnog vremena.

U poglavlju o športu razmatrana je njegova uloga i važnost u očuvanju mentalnog i fizičkog zdravlja svake osobe, kao i dodatni aspekti (rehabilitacijski i socijalizacijski) koje športska aktivnost nudi osobama s invaliditetom. Navedeni su primjeri studenata s invaliditetom koji u športskim aktivnostima nalaze bitan dio samorealizacije, kao i neki projekti koji podupiru sudjelovanje studenata s invaliditetom u športsko-rekreacijskim aktivnostima.

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME

U zasebnim poglavljima, kao načini provođenja slobodnog vremena razmatrane su aktivnosti volontiranja te mogućnosti sudjelovanja u aktivnostima studentskih i drugih udruga. Dani su primjeri iskustava studenata s invaliditetom kao volontera te su navedene preporuke institucijama i organizacijama u cilju jačanja potpore studentima s invaliditetom u realizaciji njihove uloge volontera ili člana udruge ili organizacije.

Za sve razmatrane načine provođenja slobodnog vremena naglašena je potreba osiguravanja preduvjeta za njihovu realizaciju. S jedne strane, to je inicijativa studenata, a s druge osiguravanje prostorne pristupačnosti, pristupačnosti informacija i razumijevanje problematike invaliditeta i težnje ovih osoba za jednakim mogućnostima u svim aspektima života. U tom je smislu i cilj ovog priručnika da, iz gledišta provođenja slobodnog vremena, pruži prilog ideji poboljšanja kvalitete života studenata s invaliditetom.

Damir Miholić

## Sadržaj

13	UVOD
19	ISTRAŽIVANJE O PROVOĐENJU SLOBODNOG VREMENA STUDENATA S INVALIDITETOM NA SVEUČILIŠTU U ZAGREBU
29	KULTURA I UMJETNOST
61	ŠPORT I REKREACIJA
73	PUTOVANJA
77	VOLONTIRANJE
83	AKTIVNOSTI UDRUGA
93	ZAKLJUČAK
96	POJMOVNIK
97	LITERATURA



---

# UVOD





O slobodnom se vremenu uglavnom govori u kontekstu rada, a slobodno vrijeme kao područje istraživanja i promišljanja dio je i različitih novijih socioloških teorija. Termin koji se koristi kao sinonim slobodnog vremena jest dokolica. Stanley Parker, jedan od prvih teoretičara u ovome području (prema Haralambos i Holborn, 2002), definira dokolicu kao ostatak vremena koji je preostao nakon ispunjavanja vremena za rad i radne obveze (što se odnosi na plaćeno zaposlenje, ali uključuje i dodatne aktivnosti vezane uz njega kao primjerice putovanje do radnog mjesta), neradne obveze (kućanski poslovi i briga o članovima obitelji) i zadovoljavanje fizioloških potreba kao što su hrana, spavanje i dr. Način provođenja slobodnog vremena/dokolice, prema istome teoretičaru, može se izabrati prema načelu proširenja rada (razvoj ličnosti, znanja, kao recimo čitanje literature), neutralnosti (obiteljski život, rekreacija) ili prema načelu suprotnosti (druženje s prijateljima).

Teorije dokolice/slobodnog vremena povezuju se i s pitanjem "slobode". Ken Roberts, primjerice, s pojmom dokolice povezuje samo ono vrijeme koje osoba provodi u aktivnostima koje je samostalno izabrala i u kojima ne postoji element obveze. Također, ove modernističke teorije, koje promatraju slobodno vrijeme/dokolicu u kontekstu razvijenih kapitalističkih društava, ovu mogućnost izbora vežu uz faktore osobnog svjetonazora, životnog stila, spola i društvene skupine kojoj osoba pripada, kao i relativnu organiziranost i usmjerenost sadržaja slobodnog vremena (Haralambos i Holborn, 2002).

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME



Postmodernističke teorije, pak, kao ona Sheile Scraton i Petera Bramhama, smatraju da dokolica/slobodno vrijeme postaje sve manje masovna, a sve više individualna, odnosno organizirana u okviru manjih skupina. Također, dokolica je sve više komercijalizirana i usmjerena na uživanje, kao i na izražavanje osobnog identiteta. Dokolica je ujedno sve više vezana uz "... poželjan oblik tijela", kao i uz fenomen simulirane stvarnosti (videoigre, virtualna stvarnost) i snažnog utjecaja medija (Haralambos i Holborn, 2002).

Sociološke teorije promatraju slobodno vrijeme/dokolicu i u globalnom kontekstu u povezanosti s političkim i ekonomskim čimbenicima koji oblikuju konkretno društvo, a također i kao fenomen koji se tiče svakodnevnoga, konkretnog života pojedinca. Prema Driveru (Wehmeyer i sur, 1992), slobodno vrijeme za pojedinca od osobite je važnosti kroz najmanje šest aspekata: a) fiziološki aspekti (smanjenje incidencija bolesti i osjećaj poboljšanja zdravstvenog stanja); b) psihofiziološki aspekti (smanjenje napetosti i tjeskobe, rast osjećaja dobrobiti); c) psihološki aspekti (rast osjećaja samopouzdanja, slobode i nezavisnosti, poboljšana percepcija kvalitete života); d) sociokulturni aspekti (sudjelovanje u kulturnim događanjima u zajednici); e) aspekti zaštite okoliša (svijest o potrebi zaštite okoliša, te kulturne i povijesne baštine) i f) ekonomski aspekti (povećanje mogućnost zapošljavanja).

Slobodno se vrijeme spominje i u članku 24. Deklaracije Ujedinjenih naroda o ljudskim pravima (UN, 1948) prema kojem: "Svatko ima pravo na odmor i slobodno vrijeme...". U kontekstu politike prema osobama s invaliditetom i strategijama koje su sadržane u različitim aktima, slobodno se vrijeme također navodi kao važan aspekt života osoba s invaliditetom i sastavni su dio smjernica i preporuka u nacionalnim strategijama rehabilitacije i integracije osoba s invaliditetom (Povjerenstvo Vlade RH za osobe s invaliditetom i Ministarstvo obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti, 2008 (današnje Ministarstvo socijalne politike i mladih)). Ove smjernice odnose se na izjednačavanje prava osoba s invaliditetom u mogućnostima provođenja slobodnog vremena, poticanje integracije i sudjelovanja osoba s invaliditetom u športskim i kulturnim događanjima te pristupačnost sadržaja (prostorna i tehnička pristupačnost).

U kontekstu u kojem se slobodno vrijeme promatra kao dio života populacije studenata s invaliditetom, radne se obveze mogu promatrati kao dio vremena vezan uz obveze koje zahtijeva studiranje, odnosno kao dio vremena koji se provodi na predavanjima, seminarima, vježbama i praktikumima, a također i kao vrijeme za učenje sadržaja koje zahtijeva studij. Ostali dio vremena može se smatrati slobodnim vremenom koje, između ostalog, mogu činiti i aktivnosti koje imaju karakteristike rada (volontiranje, povremeni plaćeni poslovi), ali se odvijaju izvan perioda akademskih, studijskih aktivnosti.

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

**SLOBODNO  
VRIJEME**



ISTRAŽIVANJE  
O PROVOĐENJU  
SLOBODNOG  
VREMENA  
STUDENATA  
S INVALIDITETOM  
NA SVEUČILIŠTU  
U ZAGREBU





U cilju dobivanja nekih informacija o načinima provođenja slobodnog vremena studenata Sveučilišta u Zagrebu, provedeno je istraživanje koje je obuhvatilo uzorak od 19 studenata s invaliditetom registriranih na sastavnicama Sveučilišta u Zagrebu. Uzorak je činilo 8 studentica i 11 studenata, kronološke dobi između 21 i 35 godina. U Tablici 1. prikazan je broj studenata u uzorku s obzirom na vrstu i stupanj oštećenja.

Oblikovan je anketni upitnik koji je sadržavao 19 pitanja koja su se odnosila na: a) mjesto i način provođenja slobodnog vremena; b) druženje ili nedruženje s drugima tijekom slobodnog vremena; c) razinu zadovoljstva provođenjem slobodnog vremena; d) korištenje usluga osobnog asistenta; e) korištenje usluga Studentskog servisa; f) sudjelovanje na studentskim događanjima i putovanjima; g) dodatne edukacije; h) procjenu

**Tablica 1.** Broj studenata u uzorku s obzirom na vrstu i stupanj oštećenja

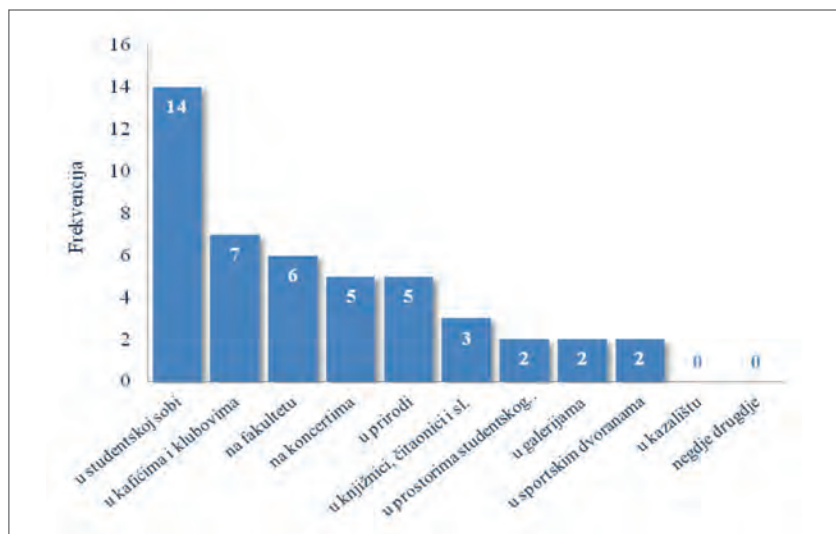
<b>Vrsta i stupanj oštećenja</b>	<b>Broj studenata</b>
Sljepoća, 100%	1
Naglušost, 70%	2
Paraplegija, 100%	3
Tetraplegia, 100%	1
Parapareza, 80%	1
Cerebralna paraliza, 80%	1
Spastična tetrapareza, 90-100%	3
Mišićna distrofija, 100%	1
Disleksija i disgrafija	2
Tjelesni invaliditet 90-100%	3
Tumor, epilepsija, tjelesna oštećenja 60%	1

Studenti  
s invaliditetom

**SLOBODNO  
VRIJEME**

razlika između slobodnog vremena studenata sa i bez invaliditeta; i) podatke o ispitaniku (spol, godina rođenja, godina prvog upisa, stupanj oštećenja/invaliditeta). Ispunjavanje upitnika bilo je anonimno.

Rezultati ankete pokazali su da najveći broj studenata s invaliditetom slobodno vrijeme provodi u studentskoj sobi (14) u kafićima i klubovima (7), na fakultetu (6), na koncertima i u prirodi (5), u knjižnici (3), dok tek manji broj studenata s invaliditetom (2) slobodno vrijeme provodi u prostorima studentskog doma, galerijama, športskim dvoranama (Slika 1.).

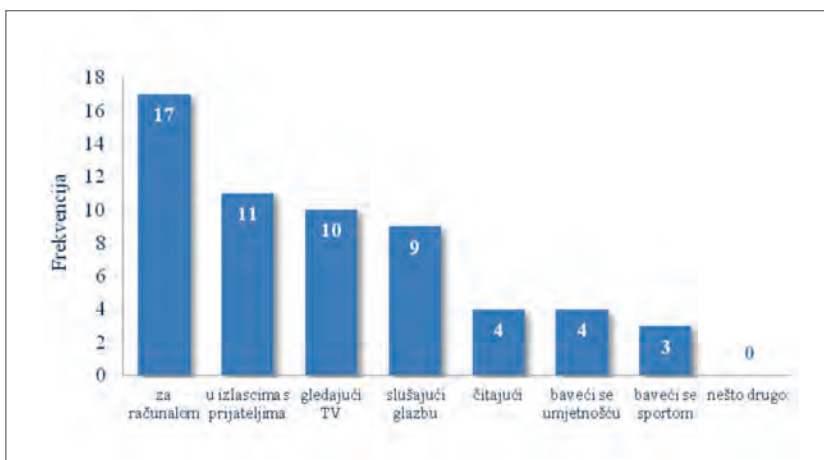


**Slika 1.** Rezultati ispitanika na anketnom pitanju: "Gdje najčešće provodite svoje slobodno vrijeme?"

Zanimljiv je podatak da nijedan student nije odabrao kazalište kao mjesto za provođenje slobodnog vremena. Također, 16 studenata ne treba

posebno mjesto za provođenje svoga slobodnog vremena.

Izbor aktivnosti u slobodnom vremenu (Slika 2.) komplementaran je s mjestom provođenja slobodnog vremena, na što ukazuju i podaci da najveći dio studenata provodi vrijeme za računalom (17), izlazeći s prijateljima (11) i gledajući televiziju (10).



**Slika 2.** Rezultati ispitanika na anketnom pitanju: “Kako provodite slobodno vrijeme?”

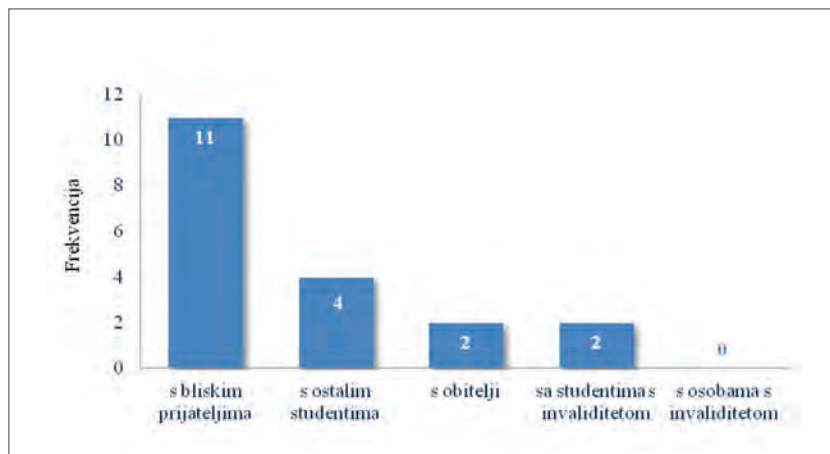
Na anketno pitanje “Provodite li slobodno vrijeme češće sami ili u društvu drugih osoba?”, relativno velik broj studenata s invaliditetom (9) odgovorio je da slobodno vrijeme provode sami, bez društva, što u usporedbi s podatkom da ih najveći broj provodi u studentskoj sobi i to za računalom ili uz televiziju, ukazuje na potrebu poticanja izvannastavnih aktivnosti studenata s invaliditetom. Sudjelovanje u tim aktivnostima može utjecati na stupanj socijalizacije, unapređenje komunikacije, stvaranje određene forme ponašanja itd. Najveći

Bilješke

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME





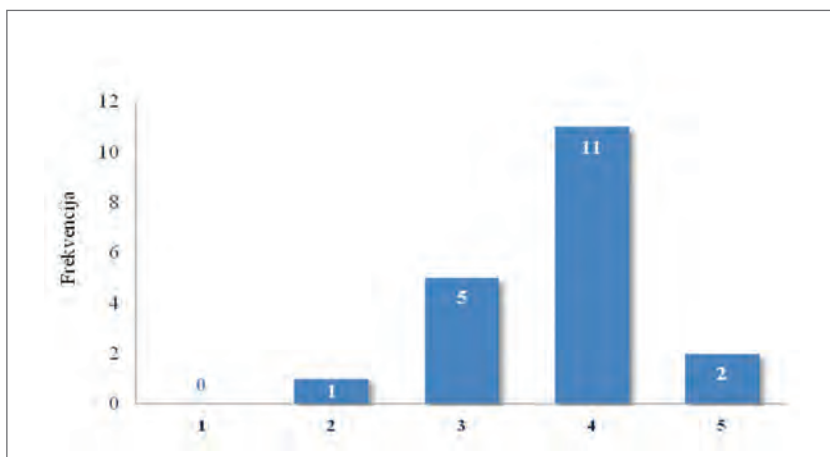
**Slika 3.** Rezultati ispitanika na anketnom pitanju: “S kojim osobama najčešće provodite slobodno vrijeme?”

broj studenata s invaliditetom (Slika 3.) provodi vrijeme s bliskim prijateljima (11), s drugim studentima (4), a podjednak ih se broj izjasnio da slobodno vrijeme provodi s drugim studentima s invaliditetom i članovima obitelji (2). Nijedan se student nije izjasnio da slobodno vrijeme provodi s drugim osobama s invaliditetom, što može otvoriti nova područja za istraživanje, kao što je npr. ponuda i prilagođenost objekata i sadržaja osobama s invaliditetom u udrugama, savezima itd., koji nisu orijentirani isključivo na osobe s invaliditetom

Na anketno pitanje “Postoje li moguće prepreke ili teškoće u organiziranju slobodnog vremena?”, 12 studenata s invaliditetom odgovorilo je da prepreke ili teškoće ne postoje. Ostalih 7 studenata kao glavne prepreke navodi organizaciju prijevoza, udaljenost mjesta gdje se želi provesti slobodno vrijeme, prostornu nepristupačnost (mnogo stuba, udaljenost sanitarnih prostora, nepostojanje

parkirnih mjesta za vozače s invaliditetom), potrebu za fizičkom pomoći (asistenta) i općenito nedostatak slobodnog vremena zbog obveza na fakultetu.

Svoje zadovoljstvo provođenjem slobodnog vremena 11 studenata ocijenilo je ocjenom vrlo dobro, 5 dobrim, a 2 odličnim. Jedan je student relativno nezadovoljan provođenjem svog slobodnog vremena (Slika 4.).



**Slika 4.** Rezultati ispitanika na anketnom pitanju: “Koliko ste zadovoljni provođenjem slobodnog vremena?”

Pomoć osobnog asistenta ili druge osobe koristi 7 studenata. Kao područja u kojima im asistent ili druga osoba pomaže, studenti navode medicinsku pomoć, pomoć pri osobnoj higijeni, korištenju javnog prijevoza, pomoć u kućanskim poslovima (pospremanje sobe, odlazak u trgovinu) i asistenciju na fakultetu (vođenje bilješki) i studentskim obvezama koje se obavljaju kod kuće (crtanje).

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME

Rezultati anketnih pitanja koja su se odnosila na neke konkretne slobodne aktivnosti vezane uz studentsko razdoblje života bili su sljedeći: na brucošijadi je sudjelovalo 10 studenata; na apsolventsko putovanje planira ići 8, a usluge Studentskog servisa koristilo je 12 studenata. Studenti koji nisu sudjelovali u brucošijadi kao glavne razloge navode nezainteresiranost, nedostatak društva s kojim bi išli na brucošijadu, bolest, lošu atmosferu i strah za vlastitu sigurnost (razbijene čaše), istovremeno odvijanje druge aktivnosti i neprilagođenost prostora. Kao razlog odustajanja od apsolventskog putovanja najčešće su navedeni nedostatak financijskih sredstava, a slijede nezainteresiranost, bolest, moguće komplikacije zbog invaliditeta i planiranje drugih obveza u isto vrijeme. Uz posredovanje Studentskog servisa, studenti su većim dijelom obavljali poslove koji nisu vezani uz njihovu buduću struku. U anketnom pitanju o zadovoljstvu i prijedlozima za unapređenje rada Studentskog servisa, većina studenata koji koriste te usluge izrazila je zadovoljstvo, ali i potrebu za proširenjem ponude poslova za studente s invaliditetom, internetskim informiranjem studenata o poslovima i boljom prostornom pristupačnošću Servisa.

Kao oblik dodatne edukacije, 8 anketiranih studenata pohađalo je u posljednje vrijeme neki tečaj. Tečajevi su se uglavnom odnosili na učenje stranih jezika i stjecanje informatičkih znanja, odnosno, stjecanje zvanja ECDL-operatera (ECDL - European Computer Driving Licence). U jednom

slučaju bila je riječ o pohađanju autoškole. U usporedbi sa studentima bez invaliditeta, 9 anketiranih studenata smatra da postoje razlike u provođenju slobodnog vremena između njih i kolega bez invaliditeta. Glavne razlike koje navode imaju svoj uzrok u problemima pristupačnosti i prijevoza, manjku slobodnog vremena i usklađivanju tog vremena sa studijskim obvezama i rehabilitacijskim tretmanima te obilježjima vezanim uz oštećenje (manjak energije, snage i izdržljivosti).

Rezultati ovog istraživanja daju okvirnu sliku o načinima i aspektima provođenja slobodnog vremena studenata s invaliditetom. Također ocrtavaju neke probleme s kojima se studenti susreću i koji mogu postati baza za razvijanje tematskih diskusija i istraživanja o sadržajima koji studentima s invaliditetom omogućuju kvalitetnije provođenje slobodnog vremena. U ispitivanje takvih potreba nužno je uključiti studente s invaliditetom, koji su praktički prvi izvor informacija za definiranje potreba, a na temelju kojih se razvijaju različite vrste aktivnosti u slobodno vrijeme. Ovakvi bi programi trebali biti dio općeg plana obrazovnih institucija i sveučilišta.

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME



KULTURA  
I UMJETNOST





Kultura (lat. colere - nastanjivati, uzgajati, štititi, štovati) se odnosi na cjelokupno društveno nasljeđe grupe ljudi koje uključuje naučene obrasce mišljenja, simbola, osjećanja i djelovanja neke grupe, zajednice ili društva, kao i na izraze tih obrazaca u materijalnim objektima. Ona predstavlja nadogradnju čovjekove tjelesne, biološke prirode i spoj te bazične prirode individue s društvom i duhovnošću u najširem smislu. U tom kontekstu čovjek je i biće slobode koje, u okolnostima determiniranosti svojom biološkom prirodom, pripadnošću određenom vremenu, prostoru i skupini, odnosno određenoj kulturi, ima mogućnost oblikovati svoju individualnost i život. Osnovni smisao kulture uvijek je bio "...održanje i humaniziranje čovjekovih prirodnih datosti, oplemenjivanje i napredak ljudskog opstanka" (Skledar, 2001). Ova težnja, povijesno gledano, bila je i jest sastavni dio svih kulturnih epoha, od "primitivnih" do suvremenih, i ona je određivala, i određuje, djelatnost čovjeka koji teži zadovoljenju osnovnih životnih potreba, ali i oblikovanju svog odnosa prema svijetu u kojem živi i prema njegovu tumačenju. Bitno je razumijevanje povijesnog i socijalnog određenja kulture i izbjegavanje klasifikacija na "dobre" i "loše" kulture, "elitne" i "ne-elitne", "primitivne" i "visokorazvijene", jer svaka je od tih kultura kulturna na svoj način i upravo u toj različitosti leži i slikovitost razvoja ljudske vrste, odnosno kako navodi Skledar (2001) "...iako je čovjekov svijet i život oduvijek bio složen, upitan i neizvjestan, a njegovo kretanje u povijesti ne samo napredovanje... nego i zastoji, spoticanja, pa i nazadovanja, čovjek je u tom

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME



svijetu ipak, često i na dramske načine opstao, snalazio se, otkrivao ga i kulturom, stvaralaštvom, svladavao“. Postojanje stvaralačkog duha u povezanosti sa svrsishodnim radom proizvodi kulturna dobra i vrijednosti (kako materijalna, tako i nematerijalna), a također omogućuje nadilaženje zadanih odrednica života kroz, primjerice, filozofiju ili umjetnost.

Umjetnost je ljudska djelatnost estetskog oblikovanja govornom i pisanom riječju, zvukom, glasom, bojom, plastičnim oblikom, pokretom... Ona uključuje i znanje o umjetnosti, o njezinoj povijesti, njezinu jeziku i aktualnim kretanjima, a sve to uz pomoć različitih kulturno-umjetničkih, ali i znanstvenih institucija (muzeji, galerije, knjižnice, izdavači, umjetnička kritika, koncertne dvorane, fakulteti, instituti...). Tradicionalno se umjetnošću smatra književno stvaranje (proza, lirika i drama), glazba (pjevanje i sviranje - tradicionalne, klasične, jazz, rock... glazbe), likovno stvaranje (slikarstvo, kiparstvo, fotografija, arhitektura), te predstavljačko stvaranje (kazalište, ples, film, video...).

Umjetničko stvaranje posredovano je inspiracijom, stvaralačkim zanosom i stvaralačkim procesom "... koji jedino sam umjetnik može pratiti u potpunosti, ali je on njime toliko zaokupljen da mu je teško objasniti ga." (Janson, 1989). Stvoreno djelo umjetničkim čini originalnost i ono, nastalo iz mašte, osjećaja i ruku umjetnika djeluje i na misli, osjećaje i maštu promatrača, odnosno, publike. Spoznaje o utjecaju umjetničkih medija na psihičke, fiziološke, imaginativne, kognitivne i socijalne

mehanizme čovjeka znanstveno su utemeljene, kao i njihova važnost u poticanju kvalitete života. Iako apstraktna, umjetnost nudi mogućnost i znanstvenog promišljanja jer ona se zajedno sa znanošću, kako to navodi Prstačić (1999), nalazi "... na istom putu u otkrivanju razvojnog potencijala života,... samo se koristi drukčijim jezikom, metodama istraživanja i izražavanja." U svakom slučaju, govoreći o umjetnosti i čovjeku, uvijek se govori o estetici kao dimenziji čovjekova iskustva i njezinoj egzistencijalnoj ulozi u doživljavanju lijepog-ružnog, užitka-boli, ljubavi-mržnje itd. (Prstačić, 2002).

Anketa, navedena u prvom poglavlju ovog priručnika, pokazala je da 7 studenata s invaliditetom slobodno vrijeme najčešće provodi posjećujući kulturne ustanove i manifestacije. Na pitanje "Kako provodite slobodno vrijeme?" njih 4 odgovorilo je da slobodno vrijeme provodi prateći neke kulturne sadržaje. U kontekstu uloge koju generalno kultura i umjetnost imaju (ili bi mogle imati) u životu čovjeka, kao oblik provođenja slobodnog vremena, ali i kao profesija, mogućnosti za uključivanje nude postojeći kulturno-umjetnički sadržaji, ali postoji i velik broj potencijalnih mogućnosti za realizaciju sadržaja vezanih za ispunjavanje slobodnog vremena studenata s invaliditetom. S jedne strane može se govoriti o sudjelovanju u umjetničkim događanjima iz pozicije promatrača, publike, a s druge strane kao aktivnog sudionika umjetničkog stvaranja kroz samostalni angažman ili kroz organizirane oblike tečajeva i radionica.

## Likovne umjetnosti

Osjećaje i razmišljanja moguće je, kroz kreativni čin i zaobilazeći verbalnu eksploraciju, simbolički predočiti nekom od tehnika likovnih umjetnosti ili prepoznati te osjećaje i misli, simbolizirane u nekom, već oblikovanom, likovnom djelu. Ideja ovakve simboličke reprezentacije datira iz vremena crteža u špiljama, koji su bili izraz duboke potrebe drevnog čovjeka da zabilježi svoju svakodnevicu (lov, borbu...) ili da kroz oslikavanja tijela i upotrebu maske ritualni ples učini "učinkovitijim". Likovno umjetničko oblikovanje (slike, crteža, grafike, skulpture...) predstavlja komunikaciju unutar njih predodžbi osobe i materijala kojim se oblikuje djelo. Svaki element djela (korištene boje, teksture, materijali, oblici...) te međusobna organizacija (kompozicija) elementa, postupno grade simboličku cjelinu punu značenja, ne zanemarujući pritom proces koji se odvija tijekom stvaranja. Autor ima mogućnost promatrati materijalizaciju svoje unutrašnje vizije iz različitih perspektiva, promišljati je, razvijati i mijenjati.

U kontekstu likovnog stvaranja osoba s invaliditetom, osnovna intencija stvaralaštva jednaka je kao i kod osoba bez invaliditeta. Kao primjer navedena su razmišljanja studenta s invaliditetom o osobnom značenju umjetničkog stvaranja:

KULTURA  
I UMJETNOST

Likovne  
umjetnosti





## Umjetnost – životni senzibilitet

Volim misliti, no imam ču pravo ako kažem da je čovjek kreacija i dio velike umjetnosti zvane život. Čovjek sam bira svoj put, a vrijeme piše stihove. Moj je život također velika umjetnost. Od djetinjstva pa do današnjih dana, svaka moja misao, osjećaj, koji proizlaze iz senzibilnog dijela svakog od nas, pripadaju svim smjerovima definirane umjetnosti.

Likovna umjetnost, čime se službeno bavim, oplemenila je u mnogočemu moj život. Nastavila me je oblikovati i pripomagati u stvaranju kvalitetnih temelja za prosperitetan život. Život u kojem leži ljepota, smisao, razumijevanje i ambicija. Život bez smisla, bez kreacije duha bio bi, ne samo meni nego i drugima, uistinu tjeskoban.

Prilikom zdravstvenih teškoća i činjenice da mehanički mnogo toga nisam mogao obavljati, ispunjavala me je, primjerice, glazbena umjetnost. Odvrćala mi je pozornost s problema kao što, vjerujem, i mnogim drugima također pomaže.

Krivo je doživljavati kreaciju samo kao profesiju, ustaljenu naviku koja nam omogućava financijsku nezavisnost ili kakav slijed okolnosti, nego shvatiti da sva ljepota formi i ideja dolaze upravo iz nas. Mi stvaramo umjetnost koja oplemenjuje naše živote ako smo dovoljno plemeniti shvatiti svoje

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME

ambicije kako bismo živjeli jedan sretan i konačno zdrav, potpun život.

Ivan Fodor

apsolvent preddiplomskoga sveučilišnog studija  
Animirani film i novi mediji na Akademiji likovnih  
umjetnosti Sveučilišta u Zagrebu

## Dobra praksa

---



**Udruga za kulturu osoba oštećena sluha Hrvatske “Svijet tišine”** kao cilj svojih aktivnosti postavila je promicanje umjetnosti gluhih osoba kao i poticanje integracije osoba s invaliditetom kroz umjetnost. U jesen 2011. godine udruga je u Splitu organizirala Međunarodnu izložbu gluhih umjetnika pod nazivom “Tišina u zagrljaju jadranskog vala”, a niz godina članovi udruge postižu zapažene rezultate i osvajaju nagrade na međunarodnim slikarskim natjecanjima umjetnika s oštećenjima sluha ([www.svijet-tisine.hr](http://www.svijet-tisine.hr)).

Potrebno je naglasiti da i postojeća javna galerijska aktivnost nudi mogućnosti koje studenti s invaliditetom mogu iskoristiti u provođenju svoga slobodnog vremena. Kao primjeri mogu se navesti neke muzejske institucije u Zagrebu - Muzej suvremene umjetnosti, Moderna galerija i Tiflološki muzej.

**Muzej suvremene umjetnosti u Zagrebu** pruža edukacijske programe pod nazivom “Pristup”, namijenjene osobama s oštećenjima sluha, vida ili

KULTURA  
I UMJETNOST

Likovne  
umjetnosti



nekim drugim oblikom invaliditeta. U okviru ovog programa posjetitelji se mogu upoznati s radovima umjetnika uz stručno vodstvo i prevođenje na hrvatski znakovni jezik ([www.msu.hr](http://www.msu.hr)).

**Moderna galerija u Zagrebu** u svojoj Taktilnoj galeriji, uz pomoć audiovodiča, taktilnih dijagrama i legendi na Brailleovu pismu, slijepoj i slabovidnoj publici predstavlja neka važna djela hrvatske likovne umjetnosti 19. i 20. stoljeća. Ova galerija, prva takve vrste u Hrvatskoj i ovom dijelu Europe, otvorena je 2009. godine prikazom djela Branimira Deškovića, Miroslava Kraljevića i Antuna Dominika Fernkorna (Slika 5.). Postav galerije kontinuirano se nadopunjava ([www.moderna-galerija.hr](http://www.moderna-galerija.hr)).



**Slika 5.** Slika prikazuje taktilne dijagrame skulpture Pas autora Branimira Deškovića i Portreta sa psom autora Miroslava Kraljevića

(Mrežni izvor: <http://www.moderna-galerija.hr/Izlo%C5%BEbe/Detailji/tabid/2041/ItemID/325/View/Details/Default.aspx>)

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME

**Tiflološki muzej u Zagrebu** jedan je od rijetkih specijaliziranih muzeja u Europi koji se bavi problematikom osoba s oštećenjima vida, upoznaje javnost s njihovim načinom života i stvaralaštvom. Kroz prezentirane likovne radove, koji ispunjavaju sve umjetničke kriterije, uklanjaju se predrasude prema slijepima i slabovidnima i njihovim mogućnostima likovnog izražavanja, a s druge strane, "... sposobnost predstavljenih autora da u skulpturi ovladaju cjelovitošću koja nastaje na putu od ideje do ruku i djela, ohrabruje i videće i slijepi da se sami okušaju u toj vrsti stvaralaštava" (www.tifloloskimuzej.hr). Kao dio muzeja postoji i Taktilna galerija u kojoj su priliku za prezentaciju svojih likovnih radova dobili i slijepi likovni amateri. Također, kroz ideju pristupačnosti muzejskih eksponata slijepim i slabovidnim osobama, ova galerija naglašava važnost taktila, kao umjetničkog djela u formi sitne plastike, reljefa



**Slika 6.** Slika prikazuje skulpturu-taktil Želimira Janeša "Forma ribljeg pokreta" (Mršić, 1996)

KULTURA  
I UMJETNOST

Likovne  
umjetnosti



ili medalje, koje svojim dimenzijama, masom, volumenom i materijalom odgovara ruci, dlanu i prstima kao sredstvima percipiranja djela (Mršić, 1995). Primjer umjetnika koji oblikuje taktile je Želimir Janeš, kipar i medaljar, koji je svojim malim taktilnim skulpturama, primjerice "Forma ribljeg pokreta" (Slika 6.) "i Jedno – cvijet - ptica slijepom dječaku Draženu", ponudio "unutrašnjem oku" osoba oštećena vida otkriće nedohvatljivog života pokreta ribe u vodi i ptičjeg leta te je time potvrdio opravdanost taktilnog stvaralaštva (Bratulić, 1992).

## Korisni savjeti



Mogućnost polaznja likovnih tečajeva i radionica nudi niz institucija kao što su centri za kulturu, pučka otvorena učilišta, knjižnice, muzeji, udruge, profesionalni umjetnici... Informacije o mogućnostima uključivanja studenata u ovakve tečajeve i radionice mogu biti pružene na info-pultovima na fakultetima. Bitno je naglasiti da će u nekim slučajevima uključivanja studenata s invaliditetom u navedenim institucijama biti potrebno osigurati preduvjete koji se odnose na adekvatnu prostornu pristupačnost (**više o tome** u priručniku Prostorna pristupačnost), kao i na primjenu pomoćne tehnologije (Slika 7.).

Studenti s oštećenjima vida također se mogu uključiti u različite aktivnosti koje su vezane za likovni izričaj. U komunikaciji sa studentima s

Bilješke

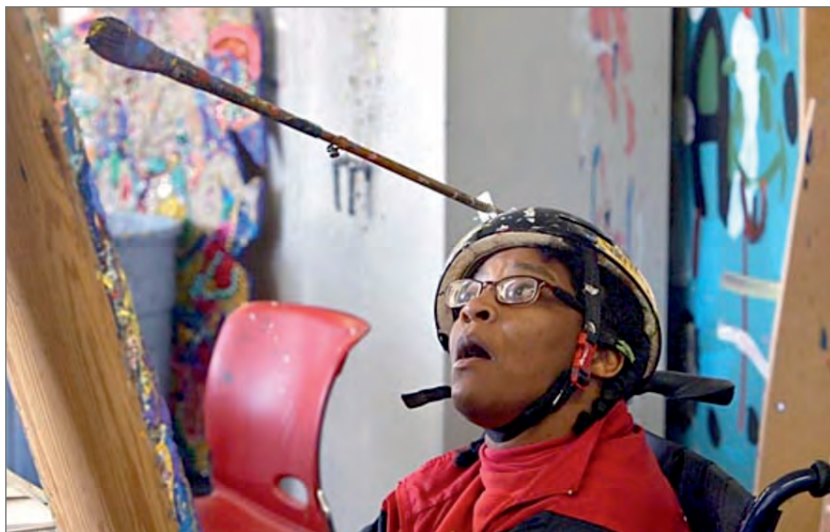
---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME





**Slika 7.** Slika prikazuje osobu s cerebralnom paralizom koja slika glavom uz pomoć kista učvršćenog na kacigi. (Mrežni izvor: [http://articles.sfgate.com/2005-12-07/bay-area/17405531\\_1\\_art-center-quilt-paintings](http://articles.sfgate.com/2005-12-07/bay-area/17405531_1_art-center-quilt-paintings))

oštećenjima vida, uobičajeno i poželjno koristiti riječi kao što su gledaj i vidi, razgovarati o bojama i sl. Poželjno je da se likovna djela opisuju, a da se neposredno iskustvo omogući prilagodbom likovnih djela i njihovim taktilnim prikazom. Oštećenje vida nije razlog za izdvajanje studenata s oštećenjima vida iz bilo koje aktivnosti koja je vezana za likovnu umjetnost.

Fakultetske ustanove mogu u svojim prostorima organizirati likovne radionice, akcije i projekte i na taj način približiti likovno stvaralaštvo svim studentima, tako i studentima s invaliditetom. Veliki hodnici i zidovi fakulteta/akademija mogu se iskoristiti kao galerijski prostor za izlaganje likovnih radova umjetnika, ali i studenata. Kao primjer za ovo može se navesti galerija na Akademiji likovnih umjetnosti Sveučilišta u Zagrebu gdje se održavaju

KULTURA  
I UMJETNOST

Likovne  
umjetnosti

Glazba

---

izložbe studenata Akademije, studenata na međusveučilišnoj i međunarodnoj razmjeni, profesora te izložbe vezane za građu iz fundusa i arhiva Akademije. Također, moguće je organizirati međufakultetsku suradnju, za koju je dobar primjer gostovanje izložbi studenata Akademije likovnih umjetnosti na Ekonomskom fakultetu. Ove su izložbe otvorene za široku javnost, što je prilika za suradnju s cjelokupnom zajednicom i izgrađivanju pozitivnog javnog mišljenja, međusobne potpore i povezivanja. Također, mogućnost izlaganja može biti dodatni motiv i poticaj likovnom stvaralaštvu studenata s invaliditetom, kao oblikom provođenja slobodnog vremena, ali i istraživanja i izražavanja vlastitih razmišljanja i osjećaja.

## Glazba

Psihološki utjecaj glazbe na osobu je funkcija mogućnosti osobe za komunikaciju i identifikaciju s glazbom, odnosno njezinim individualnim značajkama. Ova komunikacija i identifikacija omogućuje asociranje, maštanje, samoizražavanje i samospoznaju. Također, mnogobrojna istraživanja potvrdila su utjecaj glazbe na fiziološke mehanizme organizma, kao primjerice krvni tlak, puls, protok krvi, sekreciju znojnih žlijezda i disanje. Ovisno o vrsti glazbe i njezinu značenju za osobu, doći će do promjena ovih parametara, pa tako primjerice kod slušanja umirujuće glazbe može doći do usporavanja srčanog ritma, produbljivanja disanja i

Bilješke

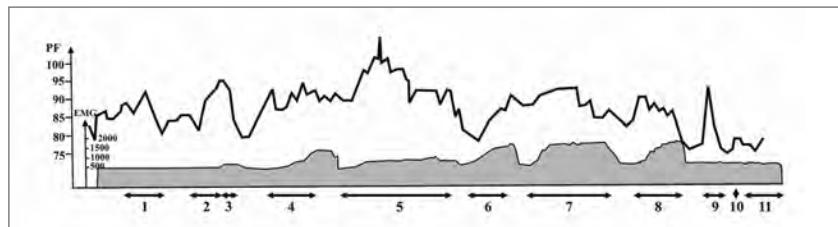
---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME

snižavanja krvnog tlaka (Rojko, 2002). Reakcija na glazbene ritmove vrlo je važna za opuštanje i uspostavljanje ritmičkih fizioloških pokreta unutar tijela. Postoji prirodna predispozicija ljudskog tijela i njegovih fizioloških procesa da odgovore i sinkroniziraju unutarnju i vanjsku okolinu. Uz glazbene podražaje, živčani sustav omogućuje interakciju auditivne okoline i kortikalnih središta s autonomnim živčanim putovima (Bertirotti, Cobianchi, 2007). Na ovaj način glazba može utjecati i na smanjenje stresne reakcije organizma, djelujući preko centralnog živčanog sustava na smanjenje lučenja "stresnih hormona" (kortizola, adrenalina...) i istovremeno poticanje lučenja prirodnih opioda (endorfina, enkefalina...) koji imaju važnu ulogu u uspostavljanju osjećaja ugone, generalnom smanjuju stresne reakcije te smanjuju boli. Isto tako potaknuto je lučenje imunoglobulina (IgA), koji sudjeluje u poticanju snažnije imunološke reakcije (Krout, 2007). Slika 8.



**Slika 8.** Srčana frekvencija (PF) i mišićna kontrakcija (EMG) dok osoba sluša: (1) Wiegenlied Johannesa Brahmsa, (2) vatrogasnu sirenu, (3) zvuk piljenja, (4) Concertino in A flat major Giovanni Battiste Pergolesija, (5) Kalinku, (6) Telemusic Karlheinz Stockhausena, (7) Tocatu u D–molu Johna Sebastiana Bacha, (8) Dixieland jazz, (9) verbalno rješavanje matematičkog zadatka (10) kašalj, (11) osoba je opuštena (Bertirotti, Cobianchi, 2007)

prikazuje primjer uspostavljanja rezonancije između glazbe/zvuka i fizioloških odgovora organizma (srčane frekvencije i mišićne kontrakcije) pri različitim slušnim podražajima.

Kroz svladavanje vještine sviranja instrumenta ili pjevanja (individualno ili zborsko) može se pojačati osjećaj osobne kompetencije, a šire upoznavanje s fenomenom glazbe (povijest, teorija...) i upoznavanje sa značenjima tekstova pjesama može potaknuti razmišljanje, empatiju i samopouzdanje (Magill i sur., 2008). U slučaju osoba s invaliditetom aktivno bavljenje glazbom može, osim navedenog, također potaknuti društvenu integraciju i smanjiti osjećaj izolacije. Ovisno o vrsti invaliditeta, bavljenje glazbom zahtijevat će možda određene prilagodbe. Za osobe s tjelesnim oštećenjima supstitucijsko korištenje dijelova tijela (primjer je kineski pijanist Liu Wei - Slika 9.) ili pomoć adaptirane kompjuterske i pomoćne tehnologije može omogućiti stvaranje glazbe.

Jedan od uobičajenih mitova vezanih za populaciju osoba s oštećenjima vida, posebice slijepih osoba, jest da imaju istančaniji sluh, bolje auditivne sposobnosti te da imaju više talenta za glazbu. Činjenica je da se osobe s oštećenjima vida po svojim sposobnostima u području glazbe ne razlikuju od drugih osoba, nego se bolje korištenje sluha pripisuje većoj upućenosti na primanje i tumačenje informacija prikupljenih sluhom. Ova prednost može biti poticaj za lakše i češće afirmiranje osoba, tako i studenata, s oštećenjima vida u ovome području.



**Slika 9.** Fotografija prikazuje kineskog pijanista Liu Weija, koji zbog urođene malformacije gornjih ekstremiteta klavir svira nožnim prstima

Mrežni izvor: <http://lifeisreallybeautiful.com/wp-content/uploads/2010/09/liu-wei.jpg>



**Slika 10.** Fotografija prikazuje koncert Egipatskog komornog orkestra slijepih djevojaka - Al Nour Wal Amal. (Mrežni izvor: <http://www.agefotostock.com/en/Stock-Images/Rights-Managed/XU2-852172>)

KULTURA  
I UMJETNOST

Glazba





**Slika 11.** Fotografija prikazuje poznatu udaraljkašicu s oštećenjem sluha Evelyn Glennie tijekom nastupa (Mrežni izvor: [http://www.umass.edu/fac/centerwide/pressRoom/pr\\_images/Trondheim9.jpg](http://www.umass.edu/fac/centerwide/pressRoom/pr_images/Trondheim9.jpg))

Neki od primjera poznatih glazbenika s invaliditetom su i Egipatski komorni orkestar slijepih djevojaka - Al Nour Wal Amal (Slika 10.) i škotska udaraljkašica s oštećenjem sluha Evelyn Glennie (Slika 11.)

## Korisni savjeti



Fakultet može inicirati formiranje studentskoga fakultetskog zbora i/ili vokalno-instrumentalne skupine te uz minimalne troškove (ustupanje prostora za pokuse u nekoj od prostorija fakulteta, kupnja instrumenata) osigurati kvalitetno zajedničko provođenje vremena studenata sa i bez invaliditeta. Na info-pultu i oglasnim pločama

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME

fakulteta mogu se nalaziti informacije o koncertnim događanjima, kao i tečajevima i glazbenim radionicama za javnost te informacije o audicijama nekih od amaterskih pjevačkih zborova. U Hrvatskoj postoji niz akademskih i drugih zborova, od kojih neki već niz godina postižu značajna postignuća, kako u Hrvatskoj, tako i u inozemstvu (kao primjer može se spomenuti Akademski zbor “Ivan Goran Kovačić“ koji djeluje pri istoimenom akademskom kulturno-umjetničkom društvu – [www.igk.hr](http://www.igk.hr)).

## Ples

Ples kao umjetnost i kao socijalna aktivnost svoje početke bilježi u ritualnim obredima drevnih naroda i u bliskoj je vezi s glazbom, odnosno ritmom i emotivnom energijom koju glazba asocira. Ritualni je ples imao strogo određenu koreografiju pokreta, glazbe, zvuka i kostimografije i kroz takvo je simboličko, pojačano, značenje imao funkciju osnaživanja, liječenja i okupljanje članova zajednice kroz iskonsku potrebu za (samo)spoznajom, kreacijom i transcendencijom (Miholić i sur., 2009). I danas ples ima identične funkcije, a utjecaj plesa na čovjeka, njegov organizam, psihu i socijalizaciju predmet su i znanstvenih istraživanja. Tako, primjerice, istraživanja potvrđuju da je ples korisna aktivnost koja podupire cjelovit životni potencijal osobe, rast samopouzdanja i smanjenje anksioznosti.



Istraživanja kemijskih promjena tijekom plesa, također su pokazala povećanje razine nekih hormona i neuroprijenosnika, kao primjerice endorfina ("hormona sreće") koji smanjuju depresiju, agresivnost i anksioznost, snižavaju razinu boli i potiču pozitivne emocionalne reakcije. Ples se može upotrebljavati u rehabilitaciji osoba s invaliditetom radi poboljšavanja fizičkih i psiholoških funkcija. Njime se poboljšava mobilnost i kondicija mišića te se smanjuje mišićna napetost. Čovjek uz ples poboljšava sliku o sebi i povećava osjećaj samopouzdanja. Plešući, družimo se s ljudima, postajemo spontaniji i kreativniji (Livnjak, 2008; Miholić i sur., 2007).

### ... iz života

---



“Za mene je ples nešto posebno, strastveno, nedodirljivo, nedokučivo, uzbuđujuće, a opet obično. Plesom sam se počeo baviti za vrijeme osnovnoškolskog obrazovanja. Plesanje je naše rođenjem stečeno pravo. Plešući postajemo spontaniji, kreativniji, učimo se kretati, povezujemo se s drugim ljudima i samim sobom. Ples je univerzalni, neverbalni jezik koji ne poznaje rasne diskriminacije, invaliditet, kulturalne razlike... Plesom mogu biti ono što želim: seksipilan, a opet u jednu ruku agresivan i ekspresivan. Možda nekomu to zvuči smiješno, ali kroz ples, pokret i glazbu pokazujem svoje osjećaje, razmišljanja, stanje u kojem se nalazim... Činjenica je da postoje

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME



interindividualne razlike među ljudima i njihovim doživljavanjem plesa, glazbe i ritma. Moje osobno iskustvo govori: kada se osjećam bespomoćnim, uz pomoć plesa i glazbe vidim nadu i to mi pomaže vjerovati u bolje sutra. Ples mi daje ljubav da opet vjerujem. Život nam donosi tugu i bol, ali čarolijom plesa sve se to odagna. Plesom dobivam osjećaj da sve mogu prevladati i postići. Znao sam biti na dnu i slomljen, ali uvijek sam se uzdignuo i krenuo dalje zahvaljujući plesu i njegovoj moći.“

Sladan Livnjak, student s paraplegijom

### Korisni savjeti

---



Kroz inicijativu studenata i/ili fakulteta može se pokrenuti aktivnost fakultetske plesne grupe ili tečaja društvenih plesova, kroz ustupanje prostora za pokuse i pokrivanje troškova opreme plesne predstave. Članove grupe mogu činiti svi zainteresirani studenti, tako i studenti s invaliditetom, a koreografije se mogu izvoditi za širu javnost u okviru suradnje s nekim kazalištem, centrom za kulturu ili u okviru festivala. Također na info-pultovima na fakultetima mogu biti istaknute informacije o repertoarnim profesionalnim plesnim predstavama i tečajevima društvenih plesova. Može se pretpostaviti da će tečajevi biti prilagođeni obilježjima oštećenja. Tako se, primjerice, studenti s oštećenjima vida jednostavno uključuju u plesne aktivnosti. Poučavanje različitih pokreta i koraka moguće je jednostavnom promjenom metode



poučavanja, gdje je student s oštećenjem vida model na kojem se demonstrira određeni pokret. Uz spomenuto, poželjno je dopustiti studentu da taktilnim putem prikupi dodatne informacije o položaju pojedinog dijela tijela ili pokretu u dijelu pojedine figure.

## Kazalište

Dramsko doživljavanje svijeta jedna je od urođenih čovjekovih značajki, odnosno kako to slikovito objašnjava Robinson (prema Krušić, 1992) "Mi raspoložemo temeljnom sposobnošću dramatiziranja koja nam je prirođena kao jezik i gesta... Ova sposobnost javlja se u ranom djetinjstvu kao simbolička igra i traje sve do zrelosti te nakon nje kao sposobnost preuzimanja uloga...". Povijesno, kazalište je izniklo iz rituala koji je zadovoljavao potrebu zajednice za "kolektivizacijom" pojedinačnog iskustva i "individualizacijom" kolektivnog iskustva. Kazalište različita kolektivna i individualna iskustva, simbolički rečeno, promatra kao pod povećalom te sudjelujući u kazališnom događanju "... ljudsko biće, promatrajući sebe, zapaža ono što jest, otkriva ono što nije i zamišlja što bi moglo postati" (Boal, 1995). Kroz akciju, odnosno izražavanje u dramskoj radnji koja se odvija u zamišljenu, dramskom svijetu, oblikuje se iskustvo i spoznaja koja sadrži sve komponente čovjekove ličnosti: kognitivnu, emocionalnu, fizičku i socijalnu.

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME



Stvaranje dramskog svijeta, odnosno kazališne predstave, realizira se redanjem znakova za prostore, osobe ili emocije. Ti znakovi postaju simboli i imaju značenje koje glumac predstavlja, a gledatelj iščitava. Simboli omogućuju poniranje u dublja značenja osobne egzistencije, odnosno spoznaju koja se odnosi na svakodnevni život osobe i mogućnost promjene. Aristotel je ovu promjenu nazvao katarza (gr. kathairo – čistim) (Klaić, 1966) i tako označio snažan doživljaj koji publika proživljava identificirajući se s likom na pozornici u trenucima kada tragedija (ili komedija) dostiže kulminaciju ili obrat. Psihološki mehanizam identifikacije omogućuje da, iako postoji fizička odvojenost od događanja na sceni, postoji i neka vrsta sudjelovanja i doživljaj tih događanja. I u slučaju gledanja predstave, a osobito u slučaju aktivnog sudjelovanja u dramskoj (scenskoj) radnji, unutarnji svijet sudionika (glumaca i publike) izvire na površinu i moguće ga je promatrati, doživljavati, razvijati i mijenjati.

Aktivnost amaterske dramske skupine ispunjava sve kriterije koje kazalište nudi pojedincu koji se njime želi baviti. Osim sudjelovanja u realizaciji predstave kao finalne estetski oblikovane cjeline, dramska/kazališna aktivnost ("gluma") kroz aktivno sudjelovanje u zamišljenim dramskim/scenskim situacijama u vidu monologa, dijaloga ili grupnih scena, omogućuje oslobađanje od treme - straha od javnog nastupa, vježbanje opuštena, spontana i kreativna ponašanja, poticanje samopouzdanja, izražavanje osjećaja i razmišljanje o sebi i drugima. U slučaju osoba s oštećenjima vida, kroz glumu i druge glumačke aktivnosti one mogu dodatno

uvježbavati vještine koje se usvajaju u sklopu specifičnih rehabilitacijskih programa za osobe s oštećenjima vida: socijalne i komunikacijske vještine, vještine orijentacije i kretanja i dr. Općenito, kroz proces rada dramske skupine razvijaju se komunikacijske vještine koje su potrebne u svakodnevnom, ali i u profesionalnom životu.

## Dobra praksa



Kao primjer kazališta u kojem sudjeluju osobe s invaliditetom može se navesti Kazalište slijepih i slabovidnih "Novi život" iz Zagreba.



**Slika 12.** Slika prikazuje scenu s muškarcem i dvije žene, iz predstave "Balada o pingvinu" Kazališta "Novi život" (Mrežni izvor: [www.novizivot.hr](http://www.novizivot.hr))

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME

### **Kazalište slijepih i slabovidnih “Novi život“**

(www.novizivot.hr) osnovano je 1948. godine. Kao amaterska kazališna skupina surađivali su s nizom poznatih profesionalnih hrvatskih kazališnih redatelja, scenografa, kostimografa i koreografa. Uprizorili su velik broj kazališnih komada, (slika 12.) sudjelovali na nizu kazališnih festivala i dobitnici su mnogih festivalskih nagrada. Danas ovo kazalište ima profesionalni status i organizator je festivala BIT (Blind in Theatre), jedinog festivala kazališta slijepih u svijetu, koji se održava svake dvije godine i na čijem su programu kazališne predstave slijepih iz više zemalja svijeta, kao i brojne radionice, forumi i okrugli stolovi.

### **Udruga “Kazalište, vizualne umjetnosti i kultura gluhih DLAN“**

djeluje od 2001. godine s osnovnim ciljem promoviranja kulture, kazališne i vizualne umjetnosti gluhih u Hrvatskoj i inozemstvu, omogućavanja veće dostupnosti umjetničkih i kulturnih događaja zajednici gluhih i nagluhih te prihvaćanja gluhih kao manjinske kulturalne grupe. Svojom predstavom, “Planet tišine“ udruga je po prvi put u Hrvatskoj na pozornici predstavila kazališno djelo na hrvatskome znakovnom jeziku i tako se uključila u svjetske trendove oblikovanja i promoviranja kulture gluhih kroz kazališnu umjetnost, koji su započeli 60-ih godina prošlog stoljeća (Bradarić-Jončić i Naumovski, 2009). I svojim sljedećim predstavama i performansima (“Ruke koje plaču“, “Muke i jadi gluhih preprodavača privjesaka“, “Ruke koje plaču II - Biti Gluh ili gluh, koga briga!?”, “Podvodno odmorište za jezik“ (slika 13.) te prvom znakovno-plesnom



**Slika 13.** Slika prikazuje ronioca u bazenu koji komunicira znakovnim jezikom, iz performansa "Podvodno odmorište za jezik" Udruge "DLAN"  
(Mrežni izvor: <http://kontejner.org/underwater-rest-stop-for-language>)

predstavom u Hrvatskoj "Ritam, Znakovi i Rap", Udruga bilježi interes publike i nastupa na festivalima u Hrvatskoj i inozemstvu.

### **TEST!**

Od 2000. godine u Hrvatskoj se održava međunarodni Festival studentskog kazališta TEST! – Teatar studentima. Okupljajući hrvatske i europske sveučilišne kazališne, plesne i performans skupine, TEST! promovira nekompetitivno stvaralaštvo mladih, suradničke projekte i susrete (<http://http://testzg.weebly.com/index.html>).

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME



Mogućnost bavljenja glumom i kazalištem za studente s invaliditetom nudi niz dramskih studija i amaterskih kazališnih skupina. Informacije o mogućnostima uključivanja studenata mogu biti pružene na info-pultovima na fakultetima. Kroz inicijativu studenata i/ili fakulteta može se pokrenuti aktivnost fakultetske dramske grupe, kroz ustupanje prostora za pokuse i pokrivanje troškova opreme predstava. Članove grupe mogu činiti i studenti s invaliditetom, a predstava se može izvoditi za širu javnost u okviru suradnje s nekim kazalištem, centrom za kulturu ili u okviru festivala kazališnih amatera.

Također, na info-pultovima mogu se oglasiti repertoari kazališta. Praksa je kazališnih kuća da pružaju studentima popuste na cijenu ulaznica, što kazališne predstave čini pristupačnije studentskom standardu.

### Knjižnice

Knjižnice imaju važnu ulogu u osiguravanju pristupa informacijama u tiskanim i elektroničkim oblicima. Da bi knjižnice bile dostupne i korisne studentima s invaliditetom, potrebno ih je dizajnirati na način da budu prostorno pristupačne, a da dostupna literatura i informacije budu



organizirane na način koji uključuje širok raspon sposobnosti i ograničenja, odnosno da budu prilagođene svim studentima bez obzira na vrstu oštećenja. Osim dostupne tiskane i elektroničke građe u različitim formatima, važno je da knjižnica studentima s invaliditetom omogući hardversku i softversku potporu s adekvatnom pomoćnom tehnologijom (**više o tome** u priručniku *Pristup informacijama*). Jedan od projekata u koji je uključeno Hrvatsko knjižničarsko društvo (<http://www.hkdrustvo.hr>) jest prilagodba knjižnične građe prema “Smjernicama za građu laganu za čitanje” (HKD, 2011). Cilj je smjernica približiti knjižničnu građu djeci, mladima i odraslim čitateljima i to onima s teškoćama i onima s nedostatnim jezičnim vještinama. Prilagodbe za koje se zalažu odnose se na jezik, sadržaj, ilustracije, oblikovanje i prijelom tekstova te sadrže definiciju “građe lagane za čitanje”, opise obilježja ciljane skupine čitatelja, preporuke urednicima, nakladničkim kućama i drugim institucijama koje pružaju potporu osobama s teškoćama čitanja.

Knjižnice mogu biti i mjesta organizacije i drugih događanja kao što su izložbe, promocije, prezentacije i drugo. Vrlo je važno pri organizaciji ovih kulturnih događanja pod pokroviteljstvom knjižnice, voditi računa o dobrodošlici studentima s invaliditetom, koja između ostalog uključuje osiguravanje prostorne pristupačnosti, primjerice osobama koje se kreću uz pomoć invalidskih kolica, izradu promotivnih materijala o događanju u formatima prilagođenim osobama s oštećenjima vida i disleksijom i uključenost osoblja knjižnice u



pružanje pomoći studentima s invaliditetom oko njihova smještaja u prostoru i spremnosti da odgovore na njihove upite u vezi s događanjima.

## Drugi kulturno-umjetnički projekti

U cilju propagiranja jednakih mogućnosti i uključivanja osoba s invaliditetom u društvenu zajednicu pokreće se niz projekata čiji je cilj, kroz kulturno-umjetnički angažman, informirati i senzibilizirati javnost te ukazati na problem neprihvatanja invaliditeta i različitosti.

### Dobra praksa



Umjetnički događaj kao što je **“Festival umjetnosti invaliditeta: Ekstravagantna tijela”**, festival umjetnosti osoba s invaliditetom bavi se temom invaliditeta kao važnim problemom suvremenog društva. Organizator festivala je udruga Kontejner ([www.kontejner.org](http://www.kontejner.org)). Neki od partnera su Ministarstvo kulture Republike Hrvatske, Studentski centar Sveučilišta u Zagrebu, Europska kulturna fondacija i dr. Umjetnici koji sudjeluju na festivalu su osobe s invaliditetom koje koriste svoja tijela u performansima (Slika 14.), na fotografijama (Slika 15.) i filmu te govore o svojim tjelesnim potrebama, a različitost stavljaju u središte pažnje

KULTURA  
I UMJETNOST

Knjižnice

Drugi kulturno-  
umjetnički projekti



bez straha od društvene osude. Idejna nit vodilja festivala može se sažeti kroz navod iz brošure festivala: “Antičke skulpture danas nalazimo upravo hendikepirane – bez ruku, nogu, čak i glave. No dok one izazivaju divljenje i utjelovljuju klasične kanone ljepote, stvarna tijela bez udova izazivaju jezu, smatraju se nedostatnima i ne-lijepima - traumatičnima. Činjenica da postoji drukčije i drugo, što se prvenstveno odnosi na tijelo, izaziva negativnu identifikaciju, društveno odstranjivanje, strah i mržnju.” Iz te perspektive ovi umjetnici kritički propituju socijalne, političke, kulturološke pozicije i identitet osoba s invaliditetom (Kontejner, 2007).



**Slika 14.** Bill Shannon: “Projektan nacrt za eterično zdanje” – slika prikazuje muškarca sa štakama kako se vozi na skateboardu (Mrežni izvor: <http://kontejner.org/extravagant-bodies>)

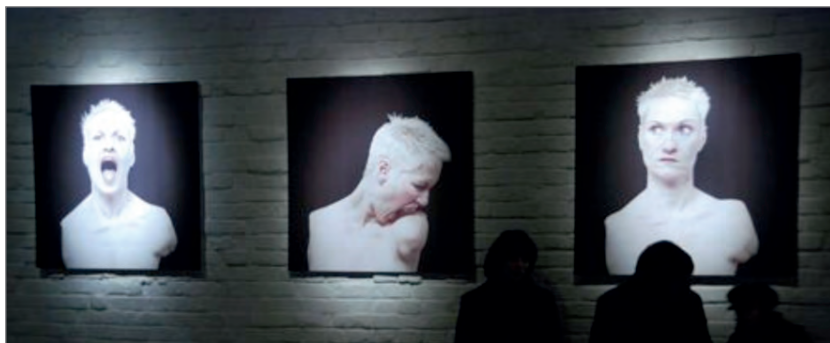
Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME



**Slika 15.** Alison Lapper: "Grimizne ruke". Slika prikazuje tri fotografije žene bez ruku  
(Mrežni izvor: <http://kontejner.org/extravagant-bodies>)

**Višeosjetilni park** za osobe s invaliditetom u Zagrebu, koji se nalazi na južnoj strani Velikoga jarunskog jezera prilagođen je i dostupan potrebama slijepih i slabovidnih osoba te osoba s invaliditetom, ali i svim građanima koji se žele bolje upoznati s problemima osoba s oštećenjima vida. Oblikovan je na otvorenom prostoru bez prostornih prepreka i s hortikulturalnim sadržajima obogaćenim interaktivnim skulpturama koje su oblikovali umjetnici i osobe s invaliditetom, štićenici Dnevnog centra za rehabilitaciju "Mali dom – Zagreb" (Slike 16 - 18.). Sadržaj je osjetilno usklađen tako da interaktivno djeluje na pet osnovnih ljudskih osjetila: osjetila dodira, mirisa, okusa, vida i sluha. Kroz ovaj su projekt po prvi put u našem okruženju osobe s invaliditetom dobile priliku za postavljanje svojih kreacija u javni prostor grada i tako postale "vidljive", pionirski otvarajući prostor za komunikaciju između svjetova sa i bez teškoća.

KULTURA  
I UMJETNOST

Prava osoba  
s invaliditetom



**Slika 16.** Višeosjetilni park – slika prikazuje višeosjetilni park sa skulpturama (Izvor: autori projekta)



**Slika 17.** Skulptura “Zemlja grli Zemlju” u Višeosjetilnom parku – slika prikazuje skulpturu planeta Zemlje s reljefno izraženim raznobojnim prikazom kontinenata (Izvor: autori projekta)

---

Studenti  
s invaliditetom

**SLOBODNO  
VRIJEME**



**Slika 18.** Skulptura “Abakus” u Višeosjetilnom parku – slika prikazuje uvećani abakus s metalnim okvirom i raznobojnim elementima (Izvor: autori projekta)

KULTURA  
I UMJETNOST

Drugi kulturno-  
umjetnički projekti

---

---

# ŠPORT I REKREACIJA





Prema definiciji Vijeća Europe, pojmom šport označavaju se "...svi oblici tjelesne aktivnosti koji, kroz slučajno ili organizirano sudjelovanje, ciljaju prema izražavanju i poboljšanju tjelesne spremnosti i mentalnog blagostanja, stvaranju društvenih odnosa i postizanju rezultata u natjecanjima na svim razinama" (Bijela knjiga o športu, 2007). Drugim riječima, šport uključuje fizičke aktivnosti koje se izvode u cilju zabave, razvijanja tijela, zadovoljenja natjecateljskog duha sudionika, poboljšanja psihofizičkih sposobnosti osobe, osiguravanja egzistencije i dr. Bavljenje športom može biti rekreacijsko, amatersko i profesionalno, a športske aktivnosti mogu biti pojedinačne i grupne te natjecateljskog ili slobodnog karaktera.

Općenito je poznato da bavljenje športom poboljšava opće zdravstveno stanje osobe, odnosno pozitivno djeluje na sve organske sustave čovjeka (npr. smanjenje tjelesne težine, smanjenje razine kolesterola i krvnog tlaka; poboljšavanje apsorpcije kisika pri disanju, korigira se postura i dr.). Preduvjet za ostvarivanje ovih učinaka jest redovita tjelesna aktivnost. Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) preporučuje najmanje 30 minuta umjerene tjelesne aktivnosti na dan za odrasle (športske i druge tjelesne aktivnosti) i 60 minuta ovakvih aktivnosti za djecu. Šport ima pozitivne učinke i na emocionalni razvoj i razvoj osobnosti. Mladi ljudi kroz šport stvaraju prijateljstva, druže se s vršnjacima, identificiraju se s trenerima i voditeljima te stječu nova iskustva. Šport djeluje na zajednički osjećaj pripadanja nekoj skupini i

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME



olakšava socijalnu integraciju. Športom se razvijaju pozitivne vrijednosti poput timske suradnje, interkulturalnog dijaloga, solidarnosti i tolerancije (Bijela knjiga o športu, 2007).

Studenti s invaliditetom koji se u svoje slobodno vrijeme bave športom ili športskom rekreacijom imaju višestruku korist, osobito kod razvijanja i održavanja funkcija organizma, kao što su motoričke sposobnosti, a blagodati koje dobivaju kroz zajedničke aktivnosti i druženje od neprocjenjive su vrijednosti za psihičko zdravlje i ravnopravno uključivanje u zajednicu. Osobe s oštećenjima vida mogu aktivno sudjelovati u različitim športovima: alpsko i nordijsko skijanje, plivanje, veslanje, streličarstvo, streljaštvo, futsal (mali nogomet za slijepce i slabovidne), goalball (timska igra zvučnom loptom), kuglanje, dizanja utega, biciklizam u tandemu, atletika, judo.

### Zakonska regulativa

Pitanja iz područja športa, kao i definicija športa osoba s invaliditetom uređena su Zakonom o športu (NN, 71/06,150/08,124/10). Uredbe zakona naglašavaju da se šport treba temeljiti na načelu dobrovoljnosti i da mora biti jednako dostupan svima bez obzira na dob, rasu, spol, seksualnu orijentaciju, vjeru, nacionalnost, društveni položaj, političko ili drugo uvjerenje. Nacionalnim programom športa utvrđuju se ciljevi i zadaće

razvoja športa, aktivnosti potrebne za provedbu tih ciljeva i zadaća te nositelji razvoja i mjere kontrole njegove provedbe (tijela jedinica lokalne i područne samouprave, Hrvatski olimpijski i paraolimpijski odbor, Hrvatski športski savez gluhih, nacionalni športski savezi...).

Neka prava prema Zakonu o športu Republike Hrvatske (NN 71/06,150/08,124/10 ):  
Kategorizirani športaš ima pravo na športsku stipendiju. Stipendije kategoriziranih športaša isplaćuje Hrvatski olimpijski odbor, Hrvatski paraolimpijski odbor i Hrvatski športski savez gluhih (koji ujedno imaju javnu ovlast utvrđivanja kategorija športaša), županijske i gradske športske zajednice te športski klubovi. Kategorizirani športaš može upisati, pohađati i završiti osnovno i srednjoškolsko obrazovanje prema posebnim uvjetima koje pravilnikom propisuje ministar, a visokoškolsko obrazovanje samo ako to nije protivno načelima autonomije sveučilišta. Športaš koji je nastupajući za Republiku Hrvatsku osvojio medalju na Olimpijskim igrama, Paraolimpijskim igrama i Olimpijskim igrama gluhih ima pravo na subvenciju školarine za studij na visokom učilištu. Sredstva za školarine osiguravaju se u državnom proračunu Republike Hrvatske.

Neki oblici udruživanja prema Zakonu o športu Republike Hrvatske vezani uz osobe s invaliditetom:  
Radi provođenja natjecanja i športsko-rekreativnih aktivnosti, osobe s invaliditetom mogu osnovati svoje športske udruge i športska društva osoba s

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME



invaliditetom i to po športovima i vrstama invaliditeta koje utvrđuju Hrvatski paraolimpijski odbor i Hrvatski športski savez gluhih. Športske udruge i športska društva osoba s invaliditetom udružuju se u športske saveze osoba s invaliditetom na razini gradova, županija i Grada Zagreba te u nacionalne športske saveze osoba s invaliditetom. Športski savezi osoba s invaliditetom organiziraju i provode natjecanja osoba s invaliditetom, uređuju pitanja koja se odnose na registraciju športaša-osoba s invaliditetom, status športaša i drugih športskih djelatnika te stegovnu odgovornost športaša i športskih djelatnika, promiču stručni rad u športu i skrbe o kategoriziranim športašima s invaliditetom. Hrvatski paraolimpijski odbor i Hrvatski športski savez gluhih općim aktom utvrđuju kategorizaciju športaša s invaliditetom, sustav, uvjete i organizaciju športskih natjecanja osoba s invaliditetom u skladu s pravilima športa i normama međunarodnih športskih udruženja osoba s invaliditetom. Radi obavljanja športske djelatnosti na visokim učilištima osnivaju se studentske športske udruge. One za obavljanje svojih aktivnosti koriste prostor visokih učilišta i imaju prioritet u njihovu korištenju u odnosu na vanjske korisnike. Studentske športske udruge koje djeluju pri jednome visokom učilištu udružuju se u studentski športski savez koji uspostavlja i vodi sustav športskih natjecanja u sklopu visokih učilišta i skrbi o statusu studenata športaša te se udružuju u Hrvatski sveučilišni športski savez (<http://www.zakon.hr/z/300/Zakon-o-športu>).



Izvrstan je primjer športskih aktivnosti studenata s invaliditetom projekt "Fitness za sve" koji je pokrenula udruga "Sizif" u suradnji sa Studentskim centrom Sveučilišta u Zagrebu i fitness-centrom studentskog doma "Cvjetno naselje". Ovaj je projekt otvorio mogućnost organiziranog treniranja studenata s invaliditetom, uz stručno vodstvo i



**Slika 19.** Projekt udruge SIZIF "Fitness za sve" – slika prikazuje studente s invaliditetom prilikom vježbanja s utezima i spravama

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME

asistiranje diplomiranog trenera športske rekreacije pri izvođenju vježbi (Slika 19.). Iako postoje određene teškoće u realizaciji aktivnosti, vezane uz prostorni kapacitet centra i neprilagođenost nekih fitness-sprava funkcionalnim mogućnostima studenata s invaliditetom, ovaj projekt nudi jednakopravnu mogućnost i prihvaćanje za sve te potpunu integraciju studenata s invaliditetom u opću studentsku populaciju kroz zajednički interes vezan uz šport i rekreaciju.

### ... iz života



“Svakomu pojedinom studentu s invaliditetom pristupa se individualno, prilagođava se i dogovara program športsko-rekreativnih aktivnosti u cilju održavanja motoričkih sposobnosti, a moguća su i poboljšanja sposobnosti ovisno o volji i motivaciji te upornosti studenta. Asistencija i pomoć osiguravaju se prilikom zagrijavanja (npr. na biciklu), kod razgibavanja mišićnih skupina, kod vježbi za snagu tijela (korištenje utega). Slijepim studentima pri izvođenju vježbi osigurano je stalna prisutnost trenera. Osim savjeta o načinu izvođenja vježbi i njihovoj korisnosti, studentima se daju i savjeti o pravilnoj prehrani. U navedene aktivnosti fitness-centra uključena je većina studenata s invaliditetom koji su smješteni u studentski dom u kojem se fitness-centar nalazi, ali dolaze i studenti s invaliditetom koji su smješteni izvan studentskog doma. Za sve studente fitness je besplatan.”

ŠPORT  
I REKREACIJA

Dobra praksa



Marko Škundrić, dipl. viši trener športske rekreacije-specijalist, fitness-centar "Cvjetno naselje" – projekt "Fitness za sve".

"Osim zadovoljstva koje fitness donosi utječući na moje fizičko i psihičko zdravlje i opuštanje od stresa, zadovoljstvo nudi i druženje s drugim studenima uključenim u fitness aktivnosti."

Student s invaliditetom – projekt "Fitness za sve"

Jedan od dobrih primjera jest i student treće godine Ekonomskog fakulteta koji se bavi šahom od svoje četvrte godine života. Danas je osmi na svijetu u konkurenciji osoba s invaliditetom, tj. pripada 1. kategoriji vrhunskih športaša, što mu omogućuje stipendiju Hrvatskog olimpijskog odbora. Za Ekonomski fakultet nastupa ekipno (četiri studenta) već tri godine.

### ... iz života

---



"Šah, ekipa i nastupanje za fakultet znače mi puno, primarno radi socijalizacije. Šport mi omogućuje druženje s osobama bez invaliditeta. Mislim da sam na fakultetu jedini student s invaliditetom koji se bavi športom. Potporu dobivam od svih s Katedre za tjelesnu i zdravstvenu kulturu, iako mi je najbolja potpora prijatelj Nikola."

Student 3. godine Ekonomskog fakulteta, vrhunski šahist

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME

Svoja iskustva navodi i studentica s oštećenjem vida:

### ... iz života



“Športom, konkretno veslanjem, počela sam se baviti u srednjoj školi. Nakon nekoliko godina, sestra Ivana, koja je trenirala atletiku, nagovorila me da se i ja okušam u atletici. Danas vrlo aktivno treniram, moje discipline su trčanje na 200, 400 i 800 metara, ali razmišljam da se okušam i u bacanju koplja. Treniram u atletskom klubu “Agram”, koji surađuje s atletskim klubom “Dinamo Zrinjevac”, iz kojeg dolazi moj trener. Na europskom atletskom prvenstvu za osobe s invaliditetom 2010. godine na otoku Rodosu u Grčkoj, osvojila sam 4. mjesto u utrci na 200 metara. A zašto sam se počela baviti športom? U srednjoj školi to je bio izgovor da katkad izostanem s nastave, a danas mi šport omogućuje da budem u kontaktu s ljudima koji nemaju oštećenja. Interesantno je gledati kako se odnose prema meni. U većini slučajeva odnos je pozitivan. Treniram s ljudima koji nemaju oštećenja i oni me prihvaćaju i potiču. Kada trčim utrku s preprekama, pomažu mi da preskočim prepreku. Bitan mi je i natjecateljski dio športa. I ja želim pokazati nešto, postići nešto. Sada ne mogu bez športa, bez obzira na obveze odem na trening dva do tri puta u tjednu.”

Jasmina Matošević, studentica Zdravstvenog veleučilišta, 20% ostatak vida

ŠPORT  
I REKREACIJA

Dobra praksa



Kao jedan od primjera krovne institucije koja se bavi športskim aktivnostima osoba s invaliditetom jest Hrvatski športski savez gluhih.

**Hrvatski športski savez gluhih** okuplja sve gluhe športaše iz cijele Hrvatske u svim športskim disciplinama za domaća i međunarodna natjecanja. Savez je član Europske športske organizacije gluhih (European Deaf Sports Organization – EDSO), Međunarodnog odbora za šport gluhih (International Committee of Sports for Deaf - ICSD), Međunarodnog odbora za šah gluhih (International Committee of Silent Chess – ICSC) i Međunarodnog olimpijskog odbora gluhih (International Deaflympic Committee - IDC). Geslo Saveza jest “Jednaki kroz šport” (Equal through Sport), kroz koje se izražava težnja gluhih športaša za ravnopravnošću. U skladu s time, ciljevi i djelatnosti Saveza odnose se na promicanje i brigu o športskim aktivnostima gluhih na svim razinama financiranja, zakonskih regulativa, organizacije natjecanja te brige, kategorizacije i edukacije gluhih športaša (<http://hssg.hr>).

Može se navesti i inicijativa ronilačkih klubova “Geronimo” iz Zagreba i “Mornar” iz Splita u organizaciji ronjenja za osobe s invaliditetom. Doživljaj ronjenja i terapijski učinci vode kod osoba s invaliditetom mogu pozitivno djelovati na razvoj svih aspekata bića, od bioloških (lokomotorni, kardiovaskularni, živčani sustavi...), preko psiholoških, sve do socijalnih - kroz druženje, putovanja i upoznavanje novih ljudi (Kljajić, 2006).

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME



Manifestacija “Studentski dan športa” također je dobar primjer promocije studentskog športa, od vrhunskog do rekreativnog, kao sastavnog dijela akademskog života kojim se podiže kvaliteta studiranja i življenja. Manifestaciju organizira Sveučilište u Zagrebu ([www.unizg.hr](http://www.unizg.hr)) i Hrvatski sveučilišni športski savez ([www.studentskisport.com](http://www.studentskisport.com)) u suradnji sa Zagrebačkim sveučilišnim športskim savezom ([www.zsss.hr](http://www.zsss.hr)), a osim športskog programa ima i informativnu ulogu jer je moguće doznati informacije kao što su uspjesi studenata na domaćim i međunarodnim športskim natjecanjima.

### Korisni savjeti

---



Mogućnosti sudjelovanja studenata s invaliditetom u športskim aktivnostima na fakultetima nude studentske športske udruge koje postoje gotovo na svakom fakultetu i okupljaju velik broj studenata u različitim disciplinama športskih natjecanja. Osnovu organizacije čine voditelji kolegija tjelesne i zdravstvene kulture na matičnom fakultetu, koji studentima mogu ponuditi sve potrebne informacije (koju športsku disciplinu odabrati, vrijeme treninga...) i praktično organizirati aktivnosti.

ŠPORT  
I REKREACIJA

Dobra praksa

Preporuke

---



---

# PUTOVANJA





Putovanja koja se organiziraju u svrhu zabave, odnosno upotpunjavanja slobodnog vremena, obično su turističkog karaktera. Postoje različiti oblici turizma (npr. agroturizam ili ruralni turizam, ekoturizam...). Za sve oblike turističkih putovanja većina putničkih agencija predviđa organizirani prijevoz i smještaj za osobe s invaliditetom. Uz navedene oblike turizma, važno je spomenuti i organizirana studentska putovanja, odnosno apsolventska putovanja i izlete. Bit je ovakvih putovanja upoznavanje različitih destinacija, kultura i običaja, ali i druženje, bolje međusobno upoznavanje itd. Organizacijom ovakvih putovanja na visokoobrazovnim institucijama bave se uglavnom studentske udruge, odnosno studentski zborovi. Izbor destinacija, kao i putničkih agencija koje se bave organizacijom studentskih putovanja vrlo je razgranat i bogat ponudama. Ovdje su navedene neke informacije vezane uz putovanja osoba s invaliditetom:

- na osnovi Zakona o povlasticama u unutarnjem putničkom prometu (2000) studenti i osobe s invaliditetom imaju pravo na povlasticu od 20-75% od redovne cijene vozne karte
- prilikom organiziranja studentskih putovanja treba provjeriti potrebe studenata s invaliditetom kako bi se osigurao pristupačan smještaj i adekvatna prijevozna sredstva (uključujući prijevoz unutar odabrane destinacije, npr. odabir prilagođenih autobusa koji sadrže barem podiznu platformu za podizanje kolica i prilagođeni toalet)
- potrebno je voditi računa i o mogućoj pratnji studentu s invaliditetom (osobni asistent)

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME



---

# VOLONTIRANJE





U svojoj osnovnoj ideji, volontiranje predstavlja čin samoaktualizacije pojedinca, koji kroz neprofitnu i neplaćenu aktivnost pridonose dobrobiti svoje zajednice, a time posredno i dobrobiti cijelog društva. Prema Općoj deklaraciji o volontiranju, volonterstvo omogućuje podupiranje i ostvarivanje ljudskih vrijednosti, zajedništva, skrbi i pomoći pojedincu, kao članu zajednice koji cijelog života uči i razvija se, pruža mogućnost ostvarivanja prava i odgovornosti te realizaciju svojih potencijala; omogućuje premošćivanje razlika koje nas dijele suživotom u zdravim i zadovoljavajućim zajednicama (Jurić, 2007). Neki od razloga volontiranja jesu: pomoći drugima, osjećati se korisnima, potrebnima i važnima, podupirati i biti dio nečega u što vjeruju, baviti se društvenim problemima čije je rješavanje hitno i važno, učiti i stjecati osobna i profesionalna iskustva i iskoristiti ih za dobrobit društva, razvijati i istraživati vlastite snage i dr.

### ... iz života



“Počela sam volontirati 2008. godine u projektu Volonterskog centra - Briga o beskućnicima. Otada sam volontirala u više organizacija i projekata (Festival Novog Cirkusa, humanitarna akcija “RTL pomaže djeci”, “Terry Fox Run”, “Djeca prva” i u Centru Slava Raškaj). Sada volontiram na Plavom telefonu u projektu “Velika sestra - Veliki brat” i povremeno u Udruzi “Novi dan”. Na Plavom telefonu ja sam “Velika sestra” jednoj 13-godišnjoj

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME



djevojčici. Družim se s njom, idemo u šetnje, u kino, muzeje...

Kroz volontiranje se jednostavno osjećam ispunjeno, znam da tako pridonosim društvu. Dan mi je u potpunosti ispunjen, volim biti u pokretu i ne sjediti doma i gledati televiziju. Sviđa mi se da su organizacije u kojima sam volontirala fleksibilne u organizaciji i realizaciji volontiranja, tako da sam mogla uskladiti volontiranje s drugim obvezama.“  
Ivana Matošević, studentica Učilišta “Expert” – smjer voditelj u elektroničkim medijima, 10% ostatak vida

### ... iz života



“Moja sestra Ivana i ja rijetke smo, ako ne i jedine, studentice s invaliditetom koje volontiraju u Zagrebu. Zašto više studenata s invaliditetom ne volontira? Mislim da s jedne strane, postoji puno prepreka od strane organizatora volontiranja, otprilike: Vi imate invaliditet, morate biti pod nadzorom. Na taj su način vrata organizacija zatvorena i studenti su obeshrabreni. S druge strane, studenti s invaliditetom sami su sebi prepreka – mnogi misle da je njihov invaliditet prepreka – kako ću ja takav volontirati? I odustaju.

Volontirala sam u Centru Slava Raškaj. Nakon srednje škole nisam odmah upisala studij radne terapije koji sam željela, imala sam višak vremena i

## VOLONTIRANJE



došla sam u Centar. Pomagala sam učenicima Centra u učenju, igrala se s njima, išli smo u kazališta i drugamo, pomagala sam u pripremanju obroka. Bilo je to lijepo iskustvo, kroz koje sam i testirala sebe i svoje sposobnosti za rad s djecom i ljudima općenito. Djelatnici Centra dobro su me prihvatili i to je bio motiv za daljnja volontiranja. Znala sam da sam nešto postigla. Nakon toga volontirala sam u udruzi "Novi dan", a sada sam dobila u istoj udruzi i honorarni plaćeni posao."

Jasmina Matošević, studentica Zdravstvenog veleučilišta, 20% ostatak vida

## Dobra praksa

---



Već nekoliko godina postoji inicijativa Zagrebačkog volonterskog centra da se, u suradnji s fakultetima Sveučilišta u Zagrebu, strukturiranije organizira volontiranje studenata. Na nekim je fakultetima volonterski rad ušao u korpus izbornih kolegija, oblikovali su se katalozi volonterskih pozicija i organizirane su edukacije studenata i nastavnika vezane uz formalno-pravne aspekte volontiranja, odnosno Zakon o volonterstvu koji od 2007. godine postoji kao pravni akt Republike Hrvatske i kojim se uređuju, između ostalog, osnovni pojmovi vezani za volontiranje, temeljna načela volontiranja, uvjeti volontiranja te prava i dužnosti volontera i organizatora volontiranja (Zakon o volonterstvu, 2007).

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME

Prema informacijama Volonterskog centra, volontira relativno malen broj studenata s invaliditetom, a neki od razloga su nepostojanje adekvatnih volonterskih pozicija, kao i određene predrasude potencijalnih poslodavaca (organizatora volontiranja) prema osobama s invaliditetom općenito. Opće informiranje javnosti o fenomenu invaliditeta i mogućnostima osoba s invaliditetom može utjecati i na smanjenje predrasuda i otvaranje jednakih mogućnosti za volontiranje. Naravno da je potrebno obratiti pažnju na prirodu invaliditeta i osigurati preduvjete kao što su prostorna pristupačnost i potrebne adaptacije radnog mjesta.

Na fakultetima izvor informacija o volontiranju mogu biti kolegiji Volonterski rad, info-pultovi volonterskih centara, kao i potpora i pomoć koordinatora za studente s invaliditetom i Ureda za studente s invaliditetom na razini sveučilišta.

AKTIVNOST  
UDRUGA





Povećanjem broja studenata s invaliditetom na svim obrazovnim razinama povećava se i važnost dostupnih izvannastavnih studentskih sadržaja unutar visokoobrazovnih institucija, prvenstveno studentskih organizacija/udruga. Kao i svi studenti, članstvom u raznim udrugama studenti s invaliditetom mogu samo profitirati. Postoji više načina definiranja udruga, a ovdje će biti analizirane dvije podskupine koje se dijelom i preklapaju: studentske udruge i udruge/savezi udruga osoba ili za osobe s invaliditetom. Svaka od njih ima svoje područje djelovanja, internu strukturu, razinu stručnosti ili opremljenosti, kao i različiti stupanj suradnje s ostalim udrugama i institucijama.

## Udruge studenata

Na svim visokoobrazovnim ustanovama u Republici Hrvatskoj pravo je studenata da se organiziraju u strukovne, športske i druge nepolitičke i neprofitabilne udruge (Zakon o Studentskom zboru i drugim studentskim organizacijama, 2007). Na hrvatskim sveučilištima trenutačno djeluje više od sto studentskih organizacija (udruga, saveza, klubova itd.) koje pokrivaju širok spektar najrazličitijih potreba studenata. Moguće je razlikovati studentske udruge i klubove koji su orijentirani prema jednom ili više ciljeva kao, primjerice, športske i umjetničke udruge s jedne strane te zavičajne udruge, udruge

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME

AKTIVNOST  
UDRUGA

Udruge studenata

Udruge studenata  
s invaliditetom

---

studenata određenog studija, humanitarne udruge i udruge studenata s invaliditetom na drugoj strani. Članstvo u studentskoj udruzi podrazumijeva sudjelovanje u provedbi aktivnosti, koje su oblikovane na osnovi inicijative samih članova i upravnih tijela udruge. Jedan od problema studentskih udruga proizlazi iz ograničena slobodnog vremena njihovih članova zbog opsežnih kontinuiranih studentskih obveza. Drugi mogući problem jest stalna fluktuacija članstva jer završetkom studiranja prestaje i članstvo u udruzi. Bez obzira na eventualne probleme, članstvo u studentskim organizacijama može donijeti svim studentima, tako i studentima s invaliditetom, niz pogodnosti. Socijalizacija s kolegama, pristup stručnim znanjima, razvoj komunikacijskih vještina i timskog rada, pomaganje kolegama sa i bez invaliditeta samo su neke pogodnosti koje članstvo donosi. Učlanjenje u udruhu, bilo strukovnu, umjetničku, športsku ili udruhu osoba s invaliditetom, odraz je navika ili potreba te se članstvom u njima mogu potaknuti već postojeće pozitivne aspiracije prema napredovanju u različitim aspektima života.

Tako se, primjerice, strukovne studentske udruge mogu usporediti s poligonom za usavršavanje znanja stečenih tijekom studija, provedbu znanja u praksi te mogu služiti poslodavcima kao preporuka u izboru novih kadrova. Uz organizaciju raznih radionica, seminara ili projekata iz područja djelatnosti, studentske udruge često dogovaraju studentsku praksu s brojnim poduzećima u Hrvatskoj i izvan nje. Na taj način, kroz kontakt

udruge i poduzeća, može se riješiti problem suženog izbora prilagođenih institucija ili poduzeća, u kojima studenti s invaliditetom mogu obavljati studentsku praksu određenu silabusom studija. Također, dobra je praksa ovih organizacija posredovanje u međunarodnim razmjenama studenata. (**Više o tome** u priručniku Međunarodna mobilnost studenata).

## Udruge studenata s invaliditetom

Udruge studenata s invaliditetom kroz svoje aktivnosti pokrivaju dijelom studiranje ovih studenata, a dijelom i druge aspekte njihova života. Cilj njihova djelovanja usmjeren je poboljšavanju protoka informacija, pružanju vršnjačke i stručne potpore, promicanjem studiranja među mladima s invaliditetom, pružaju tehničku pomoć poput organiziranja prijevoza, prilagodbe literature za slijepu te koordiniraju rad volontera u pružanju raznih oblika pomoći. One, uz aktivnosti usmjerene prema samim studentima s invaliditetom, povremeno organiziraju i edukacije za nastavnike i nenastavno osoblje, ukazuju na teškoće u prilagodbi visokih učilišta, surađuju u pripremi i provedbi novih programa ili aktivnosti usmjerenih prema studentima s invaliditetom. Također, članovi udruga studenata s invaliditetom redovito sudjeluju u realizaciji nastave koja se bavi osobama s invaliditetom. Postoje udruge studenata s invaliditetom koje se ograničavaju na određenu

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME



vrstu invaliditeta, one koje su geografski pozicionirane te one koje nemaju takve kriterije za članstvo.

## **Savezi udruga osoba s invaliditetom**

Tradicionalno postoje savezi udruga usmjereni prema osobama s određenim oblicima invaliditeta, uz koje se sve više pojavljuju specijalizirane udruge osoba s invaliditetom. Najčešće raspolažu većim financijskim sredstvima nego studentske udruge zbog redovite suradnje s lokalnim ili državnim institucijama, kao i zbog tradicije i većeg članstva. Uz veća financijska sredstva udruge i savezi provode dugotrajnije projekte i programe, imaju stalnije članstvo te su im aktivnosti često usmjerene zadovoljavanju osnovnih potreba osoba s invaliditetom poput organiziranja prijevoza, osobnih asistenata, humanitarnih akcija usmjerenih imovinski najugroženijim članovima i dr. Uz suradnju s lokalnom zajednicom i državnim institucijama udruge i savezi često su uključeni u pripremu zakona i pravilnika.

U Hrvatskoj, slično kao i u mnogim drugim državama, djeluju razne humanitarne neprofitne udruge koje se bave osmišljavanjem života osobama s invaliditetom, odnosno koje im pomažu u socijalizaciji te ih osposobljavaju za život u zajednici. Takve udruge okupljaju osobe sa i bez invaliditeta bez obzira na spol, dob, vjeroispovijed

AKTIVNOST  
UDRUGA

**Udruge studenata  
s invaliditetom**

**Savezi udruga  
osoba  
s invaliditetom**

---

i nacionalnost, a u njima rade uglavnom volonteri. Aktivnosti su im usmjerene na organizaciju susreta s mladima iz cijelog svijeta, susreta i posjeta osobama s invaliditetom, organizaciju tematskih predavanja, tribina, radionica, hodočašća, putovanja i sl. Često djeluju u suradnji s Caritasom i crkvenim institucijama.

Manji je broj udruga usmjeren osiguravanju i omogućavanju dodatnih aktivnosti za osobe s invaliditetom u slobodno vrijeme. Najčešće su to organizirana druženja članova u određenim prigodama, kreativne, plesne i dramske radionice, izleti i slično. Uz takve aktivnosti, u suradnji sa specijaliziranim institucijama, udruge povremeno organiziraju tečajeve rada na računalima, tečajeve stranih jezika i druge tečajeve s ciljem dodatne edukacije studenata za tržište rada. Članstvo u udrugama osoba s invaliditetom najčešće ne podrazumijeva sudjelovanje u provedbi aktivnosti, nego samo pasivno korištenje usluga, no aktivno sudjelovanje u njihovu radu može znatno pridonijeti razvoju socijalnih i stručnih vještina. Uz aktivnosti studenata kroz organizacije/udruge, dobro je istaknuti pozitivnu praksu visokoobrazovnih institucija koje njeguju odnose sa studentima pomažući im u donošenjima odluka u vezi s razvojem njihove karijere. Takve se aktivnosti obično provode kroz različite urede ili organizacije za profesionalno usmjeravanje, a nerijetko se događa da i studentske organizacije pridonese svojim angažmanom (npr. Dan karijera). Svrha takvih organizacija trebala bi biti usmjeravanje studenata na područja rada koja najbolje

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

**SLOBODNO  
VRIJEME**

odgovaraju njihovim intelektualnim i profesionalnim interesima, a u slučaju studenata s invaliditetom postoji praksa u kojoj se u suradnji sa stručnim osobama procjenjuje njihova radna sposobnost, odnosno utvrđivanje poslova koje student može obavljati s obzirom na zdravstveno stanje i profesionalnu motivaciju. U okviru ovih aktivnosti moguće je razvijati odnose s poslodavcima koji zapošljavaju osobe s invaliditetom i na taj način omogućiti studentu honorarni ili stalni posao.

### Korisni savjeti

---



Prema Zakonu o Studentskom zboru i drugim studentskim organizacijama (2007) visoka su učilišta "dužna Studentskom zboru i studentskom pravobranitelju osigurati prostor za rad, sufinancirati njihovu djelatnost te im pružati administrativno-tehničku pomoć", a također su "dužna, sukladno svojim mogućnostima, podupirati rad drugih studentskih organizacija".

Da bi studentske organizacije/udruge, kao i udruge općenito, bile dostupne svima, tako i studentima s invaliditetom, važno je u strukturiranju njihovih aktivnosti primijeniti načela univerzalnog dizajna po pitanju prostorne pristupačnosti, dostupnosti informacija i jednakosti u mogućnostima sudjelovanja u svim aktivnostima udruge. Ovo bi uključivalo, primjerice, prilagođen način

AKTIVNOST  
UDRUGA

Savezi udruga  
osoba  
s invaliditetom



komuniciranja sa studentima s oštećenjima sluha i govora, dostupnost tiskanih materijala na brajici - pismu za slijepe, vremensku prilagodljivost rasporeda mogućnostima studenata s invaliditetom, uključivanje osobnih asistenata, senzibiliziranje drugih članova udruge na fenomen invaliditeta i uključivanje studenata s invaliditetom u rad Studentskog zbora i rad udruga na svim razinama.

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME



# ZAKLJUČAK





Postoji širok spektar mogućnosti za studente s invaliditetom u kvalitetnom ispunjavanju svoga slobodnog vremena. Svaki će student izabrati način koji odgovara njegovoj osobnosti i osobnim interesima i sklonostima. Čak i ako student s invaliditetom odluči kreativno provoditi svoje slobodno vrijeme te izađe iz svoje studentske sobe, može naići na prostorne prepreke, nedostupnost informacija, ali i na predrasude dijela javnosti o nemogućnostima, odnosno smanjenim mogućnostima funkcioniranja osoba s invaliditetom.

Zadatak je šire zajednice, kao i raznih državnih i drugih institucija, tako i visokoškolskih, da u što većoj mjeri realiziraju ideju inkluzije i jednakih mogućnosti za sve u svim problematičnim područjima (prostorna pristupačnost, pristupačnost informacija i dr.). Promjene na globalnom planu sigurno će se odraziti i na kvalitetu provođenja slobodnog vremena. S druge strane, potrebna je i inicijativa studenata s invaliditetom da iskažu svoje potrebe i aktivno se uključe u ostvarivanje ovih procesa.

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME





**Cerebralna paraliza** - najučestalija posljedica oštećenja središnjeg živčanog sustava, karakterizira je otežan razvoj i funkcioniranje neuromišićnog i mišićno-koštanog sustava.

**Disgrafija** - stabilne i ozbiljne teškoće u ovladavanju vještinom pisanja koje nisu povezane s nepoznavanjem pravopisa.

**Disleksija** - specifična teškoća u učenju konstitucionalnog porijekla. Obilježena je teškoćama u točnom i/ili tečnom prepoznavanju riječi, dekodiranju i pisanju.

**Epilepsija** - povremeni, ali kronični poremećaj živčanog sustava koji karakterizira prekomjerno i nepravilno izbijanje živčanih impulsa u mozgu, a posljedice se mogu manifestirati u osjetnim, motoričkim, doživljajnim i vegetativnim sustavima uz česte gubitke ili poremećaje svijesti.

**Mišićna distrofija** - kronično progresivno oboljenje mišićnog sustava koje karakterizira postupna funkcionalna slabost pojedinih mišića i mišićnih skupina i koja progredira do potpune nepokretljivosti.

**Parapareza** - djelomična oduzetost obje noge.

**Paraplegija** - potpuna oduzetost obje noge.



**Pomoćna tehnologija** - pomoćna adaptivna i rehabilitacijska pomagala koja koriste osobe s invaliditetom.

**Spastična tetrapareza** - djelomična oduzetost ekstremiteta uz naglašeno grčenje mišića (spazmi).

**Tetraplegija** - potpuna oduzetost nogu i ruku.

**Tjelesni invaliditet** - kao funkcionalni invaliditet može nastati kao posljedica oštećenja lokomotoričkog aparata; oštećenja središnjeg živčanog sustava; oštećenja perifernoga živčanog sustava te kao posljedica kroničnih bolesti ostalih organskih sustava.

## Literatura

---



Bertirotti, A., Cobianchi, S. (2007), Music in pain treatment: society, medicine and neurosciences. Firenze University Press

Boal, A. (1995). The rainbow of desire. London: Routledge.

Bradarić-Jončić, S., Naumovski, A. (2009). Znakovni jezik i kultura gluhih. U Radovi s međunarodnih simpozija "Umjetnost i znanost u razvoju životnog potencijala III Č - Hvar, Pula/Brioni i Svjetskog kongresa o umjetnosti, znanosti i komunikaciji – Oxford (Ur. M. Prstačić). Zagreb: HUPO, SofArtCro i ERF

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME

Bratulić, J. (1992). Želimir Janeš (monografija). Zagreb: Grafički zavod Hrvatske & Nacionalna i sveučilišna biblioteka.

Burgstahler, S.[s.a.] Equal Access: Universal Design of Libraries. Dostupno na: [http://www.washington.edu/doit/Brochures/Academics/equal\\_access\\_lib.html](http://www.washington.edu/doit/Brochures/Academics/equal_access_lib.html)

Galić, R., ur. (2009). Mladi i sigurnost – osjećaju li se mladi sigurno u Gradu Zagrebu: Rezultati istraživanja. Zagreb: Grad Zagreb, Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom.

Haralambos, M., Holborn, M. (2002). Sociologija: Teme i perspektive. Zagreb: Golden marketing. 755-772

HKD – Hrvatsko knjižničarsko društvo (2011). Smjernice za građu laganu za čitanje - drugo prerađeno hrvatsko izdanje. (Gl. ur. Ana Barbarić). Dostupno na: <http://www.hkdrustvo.hr/hkdnovosti/clanak/380>

<http://http://testzg.weebly.com/index.html>

<http://hssg.hr/index.php>

<http://kontejner.org/extravagant-bodies>

<http://www.ljudskaprava-vladarh.hr/fgs.axd?id=1254>

<http://www.zakon.hr/z/300/Zakon-o-športu>

Janson, H.W. (1989). Istorija umjetnosti. Beograd: IRO Prosveta.

Jurić, D. (2007). Volonterski menadžment. Zagreb: Volonterski centar.



Klaić, V. (1966). Veliki rječnik stranih riječi. Zagreb: Zora.

Kljaić, I. (2006). Autonomno ronjenje u radu s osobama s posebnim potrebama. Diplomski rad. Zagreb: Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet.

Kontejner (2007). Festival umjetnosti invaliditeta: Ekstravaganatna tijela. 12.-15 prosinca 2007. Zagreb.

Krout, R.(2007). Music listening to facilitate relaxation and promote wellness: Integrated aspects of our neurophysiological responses to music, *The Arts in Psychotherapy* (34). 134–141

Krušić, V. (1992). Dramska nadarenost i njezino provjeravanje. Zagreb: Umjetnost i dijete. Vol. XXIV, No.5

Krznarić, Z., Horak, I. i Jovičić, N. (2008). Slijedi me! Informativni vodič za osobe s invaliditetom. Zagreb: R. E. CENTAR; Inkubator znanja.

Livnjak, S. (2008) Ples u rehabilitaciji osoba s tjelesnim invaliditetom. Diplomski rad. Zagreb: Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet.

Magill, L., Levin, T., Spodek, L. (2008). One-Session Music Therapy and CBT for Critically Ill Cancer Patient. *Psychiatric Services*, Vol. 59, No.10

Miholić, D., Breitenfeld, D., Prstačić, M., Validžić, A., Bonevski, A. (2007). Neka problemska područja u medicinskoj psihologiji plesača. *Tonovi*, Vol.22, Br.1, str.127-133

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME

Miholić, D., Vidmar, M., Hanić, A. (2009). "Splav meduze" i "Eppur si muove, Galileo": likovni, dramski i plesni elementi u Ex-Gen kreativnoj terapiji. U Radovi s međunarodnih simpozija "Umjetnost i znanost u razvoju životnog potencijala III Č - Hvar, Pula/Brioni i Svjetskog kongresa o umjetnosti, znanosti i komunikaciji – Oxford (Ur. M. Prstačić). Zagreb: HUPO, SofArtCro i ERF

Mršić, V. (1995). Taktilna galerija. Zagreb: Tiflološki muzej.

Mršić, V. (1996). 105 godina Tiflološkog muzeja. Zagreb: Tiflološki muzej, str. 95

Povjerenstvo Vlade RH za osobe s invaliditetom i Ministarstvo obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti (2008). Rehabilitacija i integracija osoba s invaliditetom: politika i zakonodavstvo - Izvješće Odbora za rehabilitaciju i integraciju osoba s invaliditetom (Parcijalni sporazum CD-P-PR), 7. izdanje

Prstačić, M. (1999). Homo Scientificus i razvoj životnog potencijala. U "Umjetnost i znanost u razvoju životnog potencijala" (ur. M. Prstačić). Zagreb: ERF i HUPO.

Rojko, P. (2002). Glazbenoteorijska i psihološka uporišta glazboterapije. U "umjetnost i znanost u razvoju životnog potencijala ii" (ur. M. Prstačić). Zagreb: ERF i HUPO.

Skledar, N. (2001). Čovjek i kultura. Uvod u socio-kulturnu antropologiju. Zagreb: Societas.

UN - Ujedinjeni narodi (1948). Opća deklaracija o ljudskim pravima. Dostupno na: <http://www.ffzg.unizg.hr/hre-edc/Deklaracijalj.pdf>



University of Washington, DO-IT. [s. a.] Resources for Student Services Staff. Dostupno na: [http://www.washington.edu/doi/Conf/staff\\_resources.html](http://www.washington.edu/doi/Conf/staff_resources.html)

Wehmeyer, M.L., Smith, S.J., Palmer, S.B., Davies, D.K. (2004). Technology Use by Students with Intellectual Disabilities: An Overview. *Journal of Special Education Technology*, Vol.19, No..4, str. 7-22.

Zakon o povlasticama u unutarnjem putničkom prometu (2000). Narodne novine 97/00, 101/00

Zakon o Studentskom zboru i drugim studentskim organizacijama (2007). Narodne novine 71/07

Zakon o volonterstvu (2007). Narodne novine 58/2007

Bilješke

---

---

Studenti  
s invaliditetom

SLOBODNO  
VRIJEME





...iz života



Korisni savjeti



Više o tome



Dodatne informacije



Etički izazovi



Dobra praksa



Pojmovnik



Literatura





- 1 OPĆE SMJERNICE
- 2 PROSTORNA PRISTUPAČNOST
- 3 PRISTUP INFORMACIJAMA I USLUGAMA
- 4 IZVOĐENJE NASTAVE I ISHODI UČENJA
- 5 MENTORSTVO I KONZULTACIJE
- 6 MEĐUNARODNA MOBILNOST STUDENATA
- 7 SLOBODNO VRIJEME**
- 8 PSIHOSOCIJALNE POTREBE STUDENATA



158757-TEMPUS-1-2009-1-HR-TEMPUS-JPGR.

Ovaj projekt financira se uz potporu Europske komisije. Ova publikacija odražava stajališta autora, te stoga Europska komisija ne snosi odgovornost za bilo kakvo korištenje informacija sadržanih u publikaciji.

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

### Popis članova projektnog konzorcija

1. Hrvatski partneri: Sveučilište u Dubrovniku, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Sveučilište u Rijeci, Sveučilište u Splitu, Sveučilište u Zadru, Sveučilište u Zagrebu, Hrvatski studentski zbor, Institut za razvoj obrazovanja
2. EU partneri: Sveučilište Aarhus (Danska), Sveučilište Göteborg (Švedska), Sveučilište Masaryk (Češka), Sveučilište Strathclyde (Velika Britanija)

ISBN 978-953-6002-61-0



9 789536 002610