

# UČIMO ZAJEDNO

**DIDAKTIČKI PRIRUČNIK ZA INKLUZIVNE  
NEFORMALNE AKTIVNOSTI ZA MLADE SA I BEZ  
INVALIDTETA**

In Touch



Co-funded by  
the European Union



## ZAHVALE

Ova publikacija je izdana uz kolektivni napor i doprinos organizacija partnera na projektu.

- Associazione ABICI - Italija
- Beyond Barriers Association - Albanija
- TDM2000 Malta - Malta
- I.C Lotos - Bosna i Hercegovina
- Udruženje mladih sa invaliditetom Crne Gore - Crna Gora
- Active Zone Outdoor- Kipar

UREDNIK: SILVIA DERVISHI

DIZAJN: IRENA TOPALLI

*Associazione ABiCi* #

**BEYOND BARRIERS**  
We believe in what we do.



**Co-funded by  
the European Union**

Finansirano od strane Evropske unije. Stavovi i mišljenja izraženi u ovom dokumentu su isključivo stavovi autora i ne moraju nužno odražavati stavove Evropske unije ili izvršne agencije za obrazovanje i kulturu Evropske komisije (EACEA). Evropska unija niti EACEA ne mogu biti odgovorne za njih.







# Sadržaj

- 1** Šta je “InTouch” projekat
- 2** Postavimo temelje  
O čemu je ovaj priručnik i koja je njegova
- 3** vrijednost?
- 4** Vještine stečene kroz priručnik  
Prilagođavanje sadržaja priručnika vašim
- 5** potrebama
- 6** Tabela aktivnosti
- 7** Projektni partneri
- 8** Reference

The image features four hands, two at the top and two at the bottom, holding a large white wheelchair icon in the center. The background is a textured grey. The text 'In Touch' is positioned at the top, with the 'o' in 'Touch' stylized as a hand with colorful fingers.

In Touch

**„Osnaživanje svih mladih ljudi kroz inkluzivno obrazovanje nije samo obaveza prema Evropskoj socijalnoj povelji; to je investicija u jače i kohezivnije društvo.“  
-Evropska komisija -**





# 1. Šta je “InTouch” projekat

„**In Touch**“ je projekat finansiran kroz Erasmus+ koji ima za cilj uvođenje inovacija u oblasti inkluzije mladih sa mobilnim i senzornim invaliditetom koristeći pristup neformalnog obrazovanja.

Uprkos značajnom napretku postignutom posljednjih decenija u priznavanju prava osoba s invaliditetom, situacija i dalje zahtijeva značajnija poboljšanja, posebno kada je u pitanju nužno potrebna promjena perspektive prema invaliditetu samom. Osobe s invaliditetom, posebno mladi, često su isključene iz osnovnih usluga i pogodnosti, a situacija postaje još izazovnija kada se radi o naprednijim uslugama, kao što su turizam, hobiji i slobodno vrijeme.

Svijet neformalnog obrazovanja tokom godina je ulagao napore kako bi popunio jaz između potreba mladih osoba s invaliditetom i usluga koje im trebaju, ali često su kritične prepreke na koje su naišli dovodile do stagnacije primijenjenih praksi, što je rezultiralo niskim stopama angažmana u poređenju sa vršnjacima bez invaliditeta.

Iz tih razloga, glavni ishod koji se očekuje od razvoja ovog projekta je poboljšanje kvaliteta aktivnosti koje trenutno provode organizacije civilnog društva posvećene radu s mladima s invaliditetom.

Postoje dva glavna izlaza projekta:

1. Razvoj dva istraživanja koja su prikupila neke od najboljih praksi već razvijenih u nacionalnim stvarnostima konzorcijuma i širom Evrope, čiji su rezultati sažeti u ovom didaktičkom priručniku;
2. Kreiranje pristupačne mobilne aplikacije koja će služiti kao zajednički centar za osobe s invaliditetom kako bi našle i mapirale pristupačne usluge, aktivnosti i prilike u svojim zemljama.

Konzorcijum, koji čine 3 zemlje EU (Italija, Kipar i Malta) i 3 zemlje Zapadnog Balkana (Albanija, Bosna i Hercegovina i Crna Gora), uključuje NVO i udruženja sa širokim spektrom iskustava i stručnosti, kao što su rad na promociji ljudskih prava za osobe s invaliditetom, direktan rad na osnovnom nivou, u stručnom obrazovanju, razvoj neformalnih obrazovnih aktivnosti sa mladima sa i bez invaliditeta, te razvoj analognih i digitalnih alata u omladinskoj oblasti.

## 2. Postavljanje temelja

### Razvijanje sveobuhvatnog priručnika za inkluzivni omladinski rad

Prvi korak u razvoju ovog priručnika bio je sprovođenje dubinskog istraživanja postojećih najboljih praksi u oblasti inkluzije mladih osoba s invaliditetom. Za potrebe ovog priručnika, fokusirali smo se na nacionalna istraživanja koja su sprovedena u svakoj partnerskoj zemlji primjenom tri različite metodologije, od kojih je svaka imala za cilj procjenu različitih aspekata ovih najboljih praksi.

Ova pluralnost pristupa, svaki sa svojim prednostima i slabostima, zamišljena je kao alat za proširenje dometa priručnika, ali i kako bi mu se omogućio širi pogled, integrirajući teorijske i praktične aspekte analize pronađenih praksi.

Da bismo saželi tok rada koji je doveo do razvoja ovog priručnika, možemo izdvojiti 3 glavne faze, koje je svaka partnerska organizacija sprovedla nezavisno u svom nacionalnom okruženju:

Desk istraživanje: Prvo i najvažnije, svaka partnerska organizacija sprovedla je istraživanje koje je bilo usmjereno na istraživanje 3 glavna aspekta:

1. Stanje inkluzije mladih osoba s invaliditetom u svakoj od uključenih zemalja;
2. Prikupljanje najboljih nacionalnih praksi u oblasti inkluzije osoba s invaliditetom (OSI) iz svijeta neformalnog obrazovanja;
3. Prikupljanje najboljih nacionalnih praksi u oblasti inkluzije OSI iz drugih oblasti koje se mogu na neki način prenijeti i prilagoditi za omladinski rad i neformalno obrazovanje.

Ovaj dio istraživanja bio je uglavnom usmjeren na pružanje dubljeg uvida u svijet inkluzije, ali i na kreiranje sveobuhvatnog alata za prakse koje mogu koristiti NVO i treneri koji žele uključiti više mladih s invaliditetom u svoje aktivnosti.

Drugi dio istraživanja sproveden je metodologijom dvije vrste fokus grupa:

- Pripremne fokus grupe imale su za cilj primjenu najboljih praksi, koje su pronađene tokom faze desk istraživanja, s mladima sa i bez invaliditeta, kako bi se procijenila njihova prenosivost, a također istražena mogućnost za promjene i poboljšanja sa glavnim korisnicima projekta.
- Završne fokus grupe uključivale su profesionalce na različitim nivoima omladinskog rada, i uglavnom su bile usmjerene na sprovođenje dublje analize praksi,





dok su istovremeno davale inpute zasnovane na godinama iskustva u omladinskom radu.

Posljednji korak istraživanja služio je kao konsolidacija rezultata iz fokus grupa, tražeći od učesnika da odgovore na nekoliko pitanja o svom nivou zadovoljstva u vezi s aktivnostima u kojima su učestvovali. Administracija anketa bila je takođe alat za uključivanje učesnika u naredne faze projekta „In Touch“. Krajnji rezultat bio je pregled svake prakse, koji je sadržao uvod u samu praksu, kratku analizu njenih snaga i slabosti, kao i kratak odjeljak o relevantnosti prakse za projekat, uz preporuke za poboljšanja i promjene koje mogu uticati na njenu prenosivost.

Sav rad dosad predstavljen bio je temelj za jedan od glavnih ciljeva In-Touch projekta: ***kreiranje priručnika koji efikasno podržava omladinske radnike u angažovanju mladih osoba s invaliditetom.***

Razvoj fokus grupa bio je ključan za procjenu snaga i slabosti postojećih praksi. Na temelju ovih procjena, naš tim je izradio nove prakse koje su uključene u sljedeći odjeljak ovog priručnika. Uvjereni smo da će edukatori i omladinski radnici bilo kog nivoa iskustva pronaći ovaj priručnik kao vrijedan dodatak svojim resursima, pomažući im u dizajniranju novih aktivnosti temeljenih na raznovrsnim najboljim praksama. Ove aktivnosti, detaljno opisane u priručniku, slijede uniformnu strukturu kako bi se osigurala dosljednost i lakoća implementacije. Štaviše, ovaj priručnik je obogaćen uvidima i znanjima iz dodatne faze istraživanja, koja je uključivala prikupljanje još boljih praksi širom Evrope.



### **3. O čemu je ovaj priručnik i koje su njegove vrijednosti?**

U današnjim raznolikim društvima, potreba za inkluzivnim obrazovanjem proširuje se izvan tradicionalnog formalnog obrazovanja kako bi se zadovoljile jedinstvene potrebe svih pojedinaca, uključujući osobe s invaliditetom. „Didaktički priručnik za inkluzivne neformalne obrazovne aktivnosti za mlade osobe sa i bez invaliditeta“ predstavlja ključnu alatku u omladinskom radu, doprinoseći unapređenju inkluzije i solidarnosti. On pruža omladinskim radnicima i zainteresovanim praktičarima sveobuhvatan vodič za podizanje svijesti među mladima, za zagovaranje najizazovnijih pitanja u vezi s invaliditetom i za kreiranje okruženja koja su dobrodošla i pristupačna svima.

Ovaj priručnik je vrijedna alatka u oblasti omladinskog rada, naglašavajući važnost prava osoba s invaliditetom i inkluzije kroz neformalno obrazovanje. Njegov osnovni cilj je unapređenje kompetencija omladinskih radnika i praktičara, opremajući ih potrebnim alatima i znanjem za efektivnu implementaciju inkluzivnih praksi u svojim aktivnostima. Omladinski radnici i praktičari mogu koristiti ovaj priručnik kao čvrst okvir za razumijevanje i zagovaranje prava osoba s invaliditetom u kontekstu neformalnog obrazovanja. Integrirajući principe Konvencije o pravima osoba s invaliditetom (CRPD) i drugih ključnih okvira, priručnik ne samo da edukuje, već i osnažuje praktičare da zagovaraju inkluziju u svojim praksama.

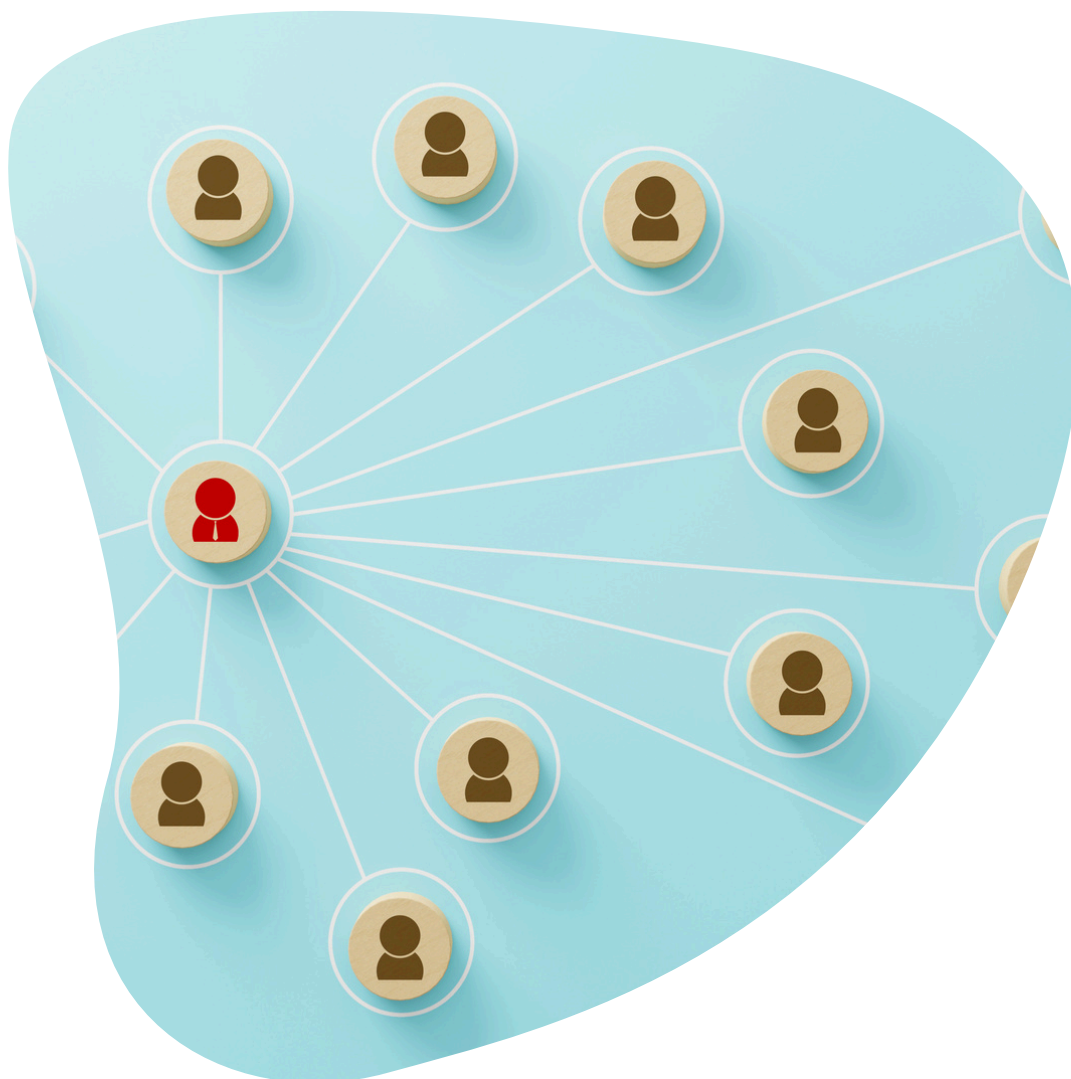
Vrijednost ovog priručnika leži u njegovoj sposobnosti da potiče empatiju, razumijevanje i osjećaj odgovornosti među mladima, ohrabrujući ih da postanu zagovarači inkluzivnosti i jednakosti. Centralni dio ovog priručnika čine neformalne metode učenja koje nude interaktivne aktivnosti koje zahtijevaju refleksiju i diskusiju. Svaka aktivnost je dizajnirana ne samo da edukuje, već i da inspiriše kritičko razmišljanje i samorefleksiju o različitim iskustvima, posebno u vezi s invaliditetom. Ove aktivnosti variraju od igranja uloga do interaktivnih vježbi, svaka osmišljena da simulira iskustva osoba sa i bez invaliditeta, čime podiže svijest i produbljuje razumijevanje učesnika. Aktivnosti su dizajnirane da izazovu mišljenje učesnika, razbiju stereotipe i predrasude te promovišu kulturu poštovanja i empatije. Učešćem u ovim aktivnostima, omladinski radnici i praktičari mogu efikasno educirati mlade ljude o značaju inkluzije i izazovima s kojima se osobe s invaliditetom suočavaju u svakodnevnom životu. Priručnik zagovara pristup kontinuiranog učenja i poboljšanja kada je u pitanju inkluzija osoba s invaliditetom.





On ohrabruje praktičare da ostanu učenici, stalno tražeći nova znanja i strategije kako bi među mladima s kojima rade svakodnevno razvili stav o učenju tokom života.

Nadamo se da će „Priručnik za inkluzivne neformalne obrazovne aktivnosti za mlade osobe sa i bez invaliditeta“ biti koristan alat za svakog omladinskog radnika ili praktičara posvećenog stvaranju inkluzivnih, angažujućih i osnažujućih obrazovnih iskustava. Njegov sveobuhvatan sadržaj, ukorijenjen u najboljim praksama naših organizacija i zakonodavnim standardima, pruža osnovu za izgradnju inkluzivnijih zajednica kroz neformalno obrazovanje i unapređenje omladinskog rada.



## 4. Vještine izgrađene kroz priručnik

„Didaktički priručnik za inkluzivne neformalne obrazovne aktivnosti za mlade osobe sa i bez invaliditeta“ značajno unapređuje kompetencije omladinskih radnika i praktičara u različitim oblastima, uključujući ljudska prava i zagovaranje, medijsku pismenost, zapošljavanje, umjetnost, sport i slobodno vrijeme. Ovaj priručnik koristi model kompetencija koji integriše znanje, vještine i stavove, posebno dizajniran da produbi razumijevanje i adresira pitanja vezana za invaliditet. Ovaj pristup crpi inspiraciju iz okvira obrazovanja o ljudskim pravima razvijenih u priručniku Compass Vijeća Evrope, osiguravajući sveobuhvatan i efikasan obrazovni doživljaj koji promovise inkluzivnost.

Model kompetencija, široko prepoznat u formalnom i neformalnom obrazovanju u Europi, pažljivo je prilagođen u ovom priručniku kako bi se fokusirao na invaliditet, pružajući omladinskim radnicima i praktičarima ključne alate za promovisanje inkluzivnosti i osnaživanja u njihovim obrazovnim praksama.

### Znanje i razumijevanje



- Uvedite važne koncepte poput inkluzije, empatije, pristupačnosti, jednakosti i dostojanstva u kontekstu prava osoba s invaliditetom i neformalnog obrazovanja.
- Objasnite kako prava osoba s invaliditetom odgovaraju širem okviru ljudskih prava, naglašavajući međuzavisnost i univerzalnost ovih prava.
- Pružite pozadinu o značajnim društvenim promjenama i modelima invaliditeta koji su oblikovali priznavanje i zaštitu prava osoba s invaliditetom.
- Detaljno opišite prava priznata glavnim međunarodnim instrumentima poput Konvencije Ujedinjenih nacija o pravima osoba s invaliditetom (CRPD) i relevantnim nacionalnim zakonima. Diskutujte o funkcijama različitih lokalnih, nacionalnih i međunarodnih tijela, uključujući NVO, u podršci i zaštiti prava osoba s invaliditetom.



## Vještine



- Unaprijediti vještine slušanja i odgovaranja na različite perspektive, zagovaranja vlastitih i tuđih prava te učinkovite komunikacije unutar različitih grupa.
- Razviti sposobnost konstruktivnog suočavanja s izazovima i zajedničkog rada u raznolikim timovima.
- Potaknuti sposobnost analiziranja informacija, izazivanja predrasuda i donošenja informiranih odluka u vezi s pravima osoba s invaliditetom i inkluzivnošću.
- Ohrabriti vještine za sudjelovanje u i organiziranje aktivnosti u zajednici koje promovišu svijest o invaliditetu i inkluziju.
- Podučiti mlade ljude da prepoznaju kršenja prava osoba s invaliditetom i opremiti ih vještinama da djeluju u odbrani tih prava na lokalnom i globalnom nivou.

## Stavovi i vrijednosti



- Poticati empatiju prema osobama s invaliditetom i razvijati osjećaj solidarnosti s onima čija su prava ugrožena.
- Usaditi duboko poštovanje ljudskog dostojanstva i kontinuirani podsticaj za postizanje pravde, jednakosti i poštovanja različitosti.
- Razviti osjećaj odgovornosti za vlastite postupke i posvećenost osobnoj i društvenoj promjeni prema inkluzivnijem društvu.
- Promovisati radoznalost prema različitim životnim iskustvima i održavati otvoren um prema svim aspektima različitosti.



## 5. Prilagođavanje aktivnosti priručnika vašim potrebama

Aktivnosti u ovom priručniku testirane su sa mladima, čime je osigurana njihova korisnost u različitim grupama i okruženjima. Budući da je teško stvoriti alate koji odgovaraju svim potrebama, razumije se da neće svaka aktivnost odgovarati svakoj ciljnoj grupi u svakom trenutku.

Ovaj priručnik je dizajniran da služi kao fleksibilni vodič u vašem radu, pružajući temelj na kojem se aktivnosti mogu graditi i prilagoditi, umjesto strogog skupa pravila koja treba slijediti. Savjetujemo vam, kao korisnicima, da prilagodite ili dalje razvijate ove aktivnosti kako bi se bolje uskladile s specifičnim potrebama mladih ljudi s kojima radite. Kao facilitator, vi ste odgovorni za fino podešavanje i prilagodbu aktivnosti kako bi se osiguralo da ne samo da se bave pitanjima relevantnim za vašu grupu, već da također rezoniraju s vašim učesnicima i efikasno ih angažiraju. To može uključivati izmjenu složenosti zadataka, tema koje se razmatraju ili očekivanih rezultata kako bi bolje odgovarali uzrastu, pozadini i iskustvima vaših učesnika.





Tabela u nastavku pomoći će vam da razumijete kako je svaka radionica konstruisana i kako da pročitate svaki specifičan korak kako biste mogli primijeniti radionice u stvarnom životu i u svom radu s mladima sa i bez invaliditeta.

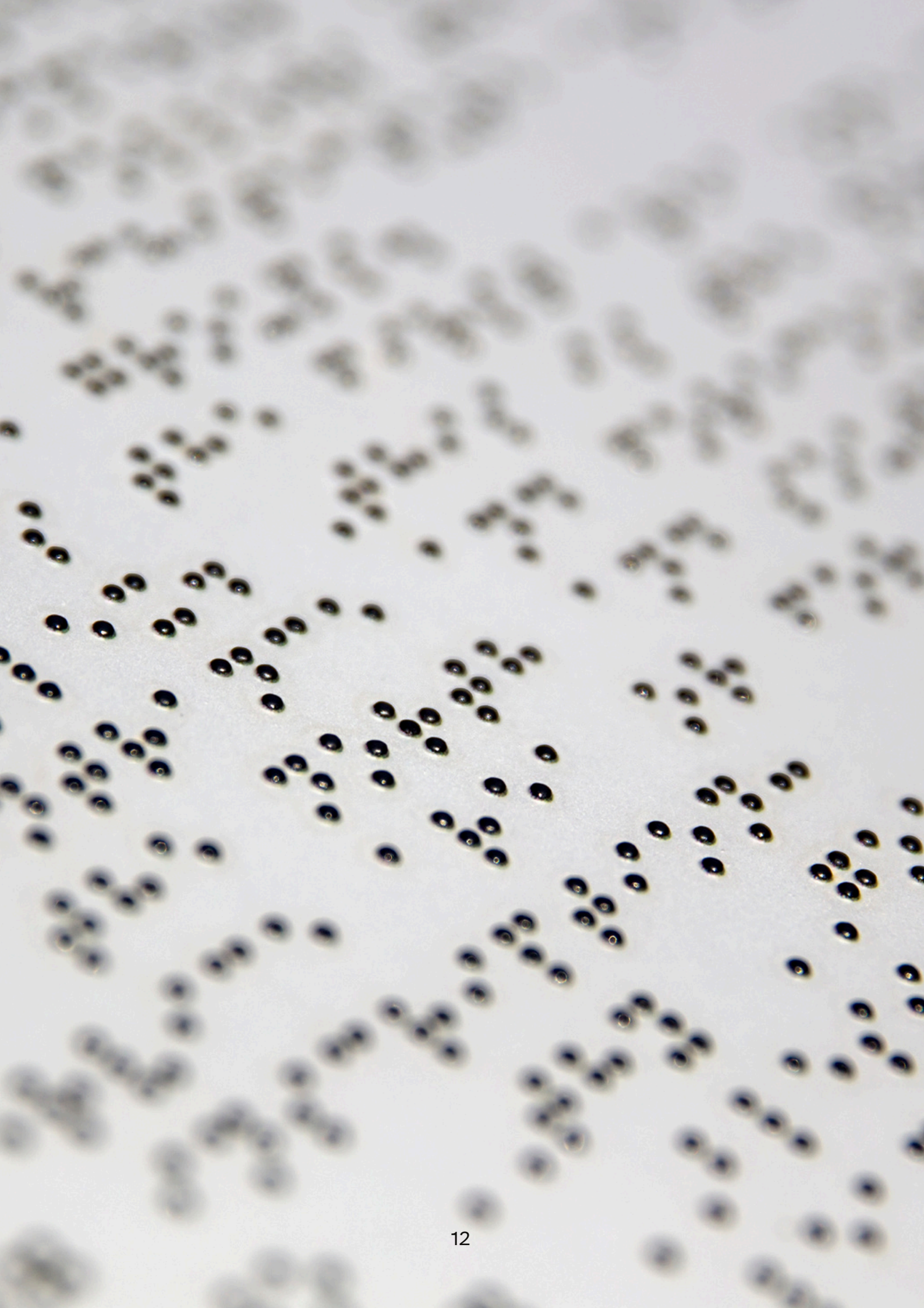
<b>Elementi</b>	<b>Opis</b>
<b>Naziv aktivnosti</b>	Naziv
<b>Težina</b>	Aktivnosti su ocijenjene prema težini pripreme i izvršenja, koristeći skalu: početnik/srednji nivo/stručnjak
<b>Veličina grupe i kompozicija</b>	Minimalni i maksimalni broj učesnika koji treba biti uključeni u aktivnost.
<b>Vrijeme</b>	Mjereno u minutama i satima za svaku radionicu
<b>Kratak pregled</b>	Kratak opis izgleda i ciljeva aktivnosti
<b>Ciljevi</b>	Specifični ciljevi bazirani na ishodima učenja.
<b>Materijali</b>	materijali potrebni da bi pripremili i implementirali radionicu.
<b>Aktivnost</b>	Detaljno objašnjenje svih faza aktivnosti, s naglaskom na pripremu i izvršenje
<b>Ponavljanje i evaluacija</b>	Smjernice i pitanja za vođenje debriefinga.
<b>Upute za facilitatora</b>	Savjeti za početnike za izvršenje aktivnosti.
<b>Pristupačnost</b>	Savjeti kako učiniti aktivnost pristupačnom.
<b>Handouts</b>	Šabloni i drugi relevantni materijali potrebni za vođenje radionice. (opcionalno)

## 6. Tabela aktivnosti

Naziv aktivnosti	Težina	Veličina grupe
Radionica o svijesti o ljudskim pravima	Srednji	15-25
Razumijevanje modela invaliditeta	Beginner/Intermediate	15-20
Istraživanje invaliditeta: Razumijevanje i empatija	Beginner/Intermediate	15-24
Otkriće inkluzivnosti u SDG kroz kreativno učenje	Srednji/napredni	15-20
Otkriće inkluzivnosti u SDG kroz kreativno učenje	Početni	15-25
Oснаživanje glasova: Radionica o zagovaranju prava osoba s invaliditetom	Napredni	15-24
Medijski zagovarači: Istraživanje invaliditeta kroz novinarstvo	Početni	20-25
Priče o sposobnostima	Početni	15-24
Karte karijernih puteva: Invaliditet i zapošljavanje	Početni/srednji	20-30
Inovacije i osnaživanje: Mozgalica o socijalnim preduzetništvima za OSI	Srednji	20-30
Penjanje po stijenama za mlade osobe s oštećenjem vida	Napredni	06-08
Razbijanje stereotipa o invaliditetu	Početni	10-15
Internacionalni znakovni jezik (osnove)	Početni	03-18
Yoga za sve	Srednji	10-12
Aktivnost pečenja	Početni/srednji	05-15
Muzika i harmonija	Početni	05-15
Uvodno ronjenje za osobe s oštećenjem vida	Napredni	3+3



Naziv aktivnosti	Težina	Veličina grupe
Kajak za osobe s oštećenjem vida	Srednji	8-10
Planinarenje za osobe s oštećenjem vida	Početni	15-20
Inkluzivni fudbal	Srednji	10-20
Mapiranje pristupačnosti	Srednji	20-25
Gdje stojite? Glasovi i pogledi!	Početni	15-25
Inkluzivna igra: Sport za sve sposobnosti	Srednji	06-18
Inkluzivna perspektiva: Multimedijalno pripovijedanje	Početni	15-24
Empatija u akciji: Razumijevanje iskustava invaliditeta	Srednji	12-15
Empatija u zapošljavanju: Interaktivno iskustvo	Srednji	12-16
Radionica inkluzivne komunikacije	Srednji	10-20
Inkluzivna svijest o cyberbullyingu	Srednji	08-24
Snaga jezika u percepciji invaliditeta	Srednji	08-24
Fudbal sa naočarima	Početni	06-24
Razumijevanje nevidljivih invaliditeta	Srednji	10-16
Plan puta za nezavisni život	Srednji	10-12
Priručnik za analizu pristupačnosti	Napredni	20-25
Forum teatar za svijest o invaliditetu	Srednji	16-24
Osnove osobne asistencije za osobe s invaliditetom.	Početni	20-25



# Radionica za podizanje svijesti o ljudskim pravima

Težina: Srednja

Vrijeme: 120 minuta

Grupa: 10-25



## Kratki pregled

Ova radionica ima za cilj educirati učesnike o ključnim dokumentima ljudskih prava koji se odnose na osobe s invaliditetom, promovišući razumijevanje i empatiju. Radionica je dizajnirana da bude informativna, angažujuća i pristupačna, te promovira dublje razumijevanje prava osoba s invaliditetom među mladima.

## Ciljevi

- Povećati svijest o glavnim dokumentima ljudskih prava koji štite osobe s invaliditetom.
- Razviti razumijevanje prava i izazova s kojima se suočavaju osobe s invaliditetom.
- Poticati empatiju i inkluzivne stavove među mladima prema osobama s invaliditetom.



## Materijali

- Kopije Univerzalne deklaracije o ljudskim pravima (UDHR), Konvencije o pravima osoba s invaliditetom (CRPD) i drugih relevantnih dokumenata ljudskih prava.
- Projektor i ekran za prezentacije.
- Djelomični materijali sažimanja ključnih tačaka svakog dokumenta.



## Aktivnost

Uvod (10 min): Kratko predstavljanje radionice i njenih ciljeva od strane facilitatora/trenera.

Prezentacija (20 min): Prezentacija ključnih aspekata UDHR-a i CRPD-a, sa naglaskom na to kako oni štite prava osoba s invaliditetom.

Diskusija u grupama (35 min): Učesnici diskutiraju u malim grupama o sljedećim pitanjima:

- Kako ovi dokumenti utiču na život osoba s invaliditetom u njihovim zemljama?
- Kakva je situacija sa osobama s invaliditetom u njihovim zajednicama/gradovima?





1. Diskusija o specifičnim dokumentima (politikama, zakonima, strategijama) koji štite prava osoba s invaliditetom u odgovarajućim zemljama.

2. Gdje učesnici dobivaju informacije o osobama s invaliditetom?

- Prezentacija grupnog rada (25 min)
- Debriefing i povratne informacije (30 min): Sažetak ključnih naučenih lekcija na kraju radionice.

### **Debriefing i evaluacija**

Facilitirati diskusiju o tome kako se razumijevanje prava osoba s invaliditetom promijenilo u njihovim zemljama. Pitanja koja možete koristiti:

- Koja nova saznanja ste stekli o pravima osoba s invaliditetom nakon ove radionice?
- Kako se UDHR i CRPD odnose na stvarne životne situacije osoba s invaliditetom u vašoj zajednici ili zemlji?
- Kako se vaš pogled na pitanje prava osoba s invaliditetom promijenio nakon učešća u ovoj radionici?
- Koji su neki konkretni koraci koje možete poduzeti da promovirate prava i inkluziju osoba s invaliditetom u svojoj zajednici?
- Kako možemo primijeniti principe naučene danas kako bismo podržali inkluzivnije društvo i bolju budućnost?

### **Savjeti za facilitatora**

- Osigurajte da svi materijali budu pristupačni (npr. Brajevo pismo, tumači znakovnog jezika).
- Potičite aktivno učešće i poštujujte različita gledišta.
- Koristite jednostavan jezik i konkretne primjere za jasnoću.
- Preporučuje se korištenje alata kao što je Padlet ili bilo kojeg drugog digitalnog alata za prezentacije.

### **Pristupačnost**

- Prostori trebaju biti pristupačni za korisnike kolica.
- Pružite materijale u više formata (npr. velikim tiskom, elektroničkom formatu).
- Ponudite tumačenje znakovnog jezika ako je potrebno.

### **Materijali**

- Univerzalna deklaracija o ljudskim pravima (UDHR): Ovaj osnovni dokument ljudskih prava dostupan je na web stranici Ureda Visokog komesara za ljudska prava (OHCHR).





Konvencija o pravima osoba s invaliditetom (CRPD): Ovaj ključni dokument koji se fokusira na prava osoba s invaliditetom dostupan je na web stranici OHCHR. [CRPD](#).

# Razumijeti modele invalidnosti

**Težina: Početni/Srednji**

**Vrijeme: 90 minuta**

**Grupa: 15-20**

## Kratki pregled

Ova sesija je dizajnirana da pruži informacije i educira mlade ljude o različitim modelima invaliditeta, poboljšavajući njihovo razumijevanje o tome kako društvo percipira i komunicira s različitim vrstama invaliditeta.



## Ciljevi

- Objasniti različite modele invaliditeta: model milosrđa, medicinski model, socijalni model, biopsihosocijalni model i model ljudskih prava.
- Analizirati kako ovi modeli utiču na percepciju i tretman osoba s invaliditetom u našim zajednicama.
- Poticati kritičko razmišljanje o implikacijama svakog modela u životu osoba s invaliditetom, ali i šire.



## Materijali

- Opisi i primjeri svakog modela invaliditeta.
- Studije slučaja ili scenariji za grupnu analizu.
- Bijela tabla / flip chart za bilješke.



## Aktivnost

Uvod (5 min): Pregled ciljeva sesije.

Prezentacija od strane trenera/facilitatora (20 min): Opis svakog modela invaliditeta, koristeći konkretne primjere.

Grupni rad (25 min): Podijelite učesnike u 5 grupa i dajte svakoj grupi po jednu studiju slučaja. Učesnici analiziraju studije slučaja, prepoznajući koji model se primjenjuje u svakom scenariju. Učesnici diskutiraju koji model je najviše primjenjivan u njihovoj zemlji/zajednici za osobe s invaliditetom.

Prezentacije grupa i diskusija (20 min): Grupe prezentiraju svoje analize i diskusije, uz pitanja i odgovore.

Refleksija i debriefing (20 min): Refleksija o tome kako različiti modeli utiču na stavove i politike prema osobama s invaliditetom.





## Debriefing i evaluacija

Diskutujte o uticaju razumijevanja ovih modela na percepciju učesnika. Možete koristiti sljedeća pitanja:

- Kako različiti modeli invaliditeta oblikuju naše razumijevanje i stavove prema osobama s invaliditetom?
- Koji model mislite da je najviše primjenjivan u našem društvu i zašto?
- Možete li se sjetiti nekih stvarnih primjera gdje bi promjena pristupa modelu invaliditeta mogla dovesti do boljih rezultata za osobe s invaliditetom?
- Kako bi biopsihosocijalni i ljudski prava modeli mogli poboljšati način na koji pristupamo pitanjima invaliditeta u poređenju s modelima milosrđa i medicine?
- Reflektirajući na studije slučaja, kako mislite da bi politike i prakse trebale da se promijene kako bi bolje podržale osobe s invaliditetom?



## Savjeti za facilitatora

Osigurajte da objašnjenja budu jasna i pristupačna.

Potičite učešće i poštujte različite perspektive.

Budite spremni da pružite kontekst i pojašnjenje po potrebi.



## Pristupačnost

Osigurajte da prostor bude pristupačan.

Pružite materijale u različitim formatima, uključujući digitalni i veliki print.

Razmotrite potrebu za tumačima znakovnog jezika ili drugim prilagođavanjima.



## Materijali

Pređite na sljedeću stranicu za materijale. Kopirajte i odšampajte ih.



## **Materijal 1 - Modeli invaliditeta**

(za korištenje od strane trenera/facilitatora)

### **Model milosrđa**

Model milosrđa je jedan od najstarijih modela koji je formulisan kako bi se stvorilo razumijevanje za osobe s invaliditetom. On tvrdi da osobe s invaliditetom nisu u mogućnosti značajno doprinosti razvoju društva, te stoga moraju zavisiti od države ili svojih porodica za podršku. Prema ovom modelu, osobe s invaliditetom su institucionalizovane ili prisiljene da ostanu kod kuće sa svojim porodicama. Ovaj model izaziva duboko negativne stavove i stigmatu prema osobama s invaliditetom, jer ih članovi društva vide kao vanjske, neuključene osobe.

### **Medicinski model**

Medicinski model je još jedan stari model gledanja na i prikazivanja invaliditeta, gdje se članovi medicinske profesije bave načinima i sredstvima za rješavanje problema invaliditeta. U ovom modelu, postulira se da problem proizlazi iz bolesti koja pogađa pojedinca. Pristup invaliditetu, dakle, podrazumijeva fokus na liječenje bolesti. Nema pažnje posvećene različitim kontekstualnim faktorima koji bi uticali na sposobnost pojedinca da funkcioniše u društvu na kontinuiran način. Zapravo, medicinski model prihvata aspekte modela milosrđa, jer podržava institucionalizaciju i izolaciju osoba s invaliditetom. Ovaj model su odbili naučnici i aktivisti u zajednici osoba s invaliditetom. Smatra se zastarjelim načinom procjene i razumijevanja invaliditeta.

### **Socijalni model**

Socijalni model invaliditeta pojavio se 1980-ih godina. Razvio se u kontekstu godina zagovaranja od strane osoba s invaliditetom i nekih naučnika za veću inkluziju i participaciju osoba s invaliditetom u društvu. Ovi zagovarači i naučnici su odbacili modele milosrđa i medicinski model invaliditeta, jer su smatrali da oni doprinose isključenju osoba s invaliditetom iz glavnog društva. Kao rezultat toga, početkom 1980-ih, profesor Mike Oliver je razvio socijalni model invaliditeta. U socijalnom modelu invaliditeta, naznačeno je da invaliditet nastaje kada osoba sa smanjenim sposobnostima komunicira s različitim kontekstualnim faktorima u društvu koji ograničavaju participaciju i uključenost osoba s oštećenjima u društvu na jednakim osnovama sa ostalima. Takvi kontekstualni faktori uključuju socijalne, ekonomske, ekološke i stavove. Socijalni model je doprinio većem prihvatanju i poštovanju osoba sa





invaliditetom, iako postoji još mnogo posla koji treba da se uradi. Osnivanje Standardnih pravila i Konvencije o pravima osoba s invaliditetom, na primjer, proizašlo je iz socijalnog modela invaliditeta. Slično tome, kasniji modeli invaliditeta, poput biopsihosocijalnog i modela ljudskih prava, bili su pod uticajem socijalnog modela invaliditeta.

### **Biopsihosocijalni model invaliditeta**

Biopsihosocijalni model invaliditeta razvijen je sredinom 1980-ih godina. Cilj ovog modela bio je stvoriti sredinu između medicinskog modela i socijalnog modela invaliditeta. U ovom modelu, pitanje funkcionisanja je osnovno. Invaliditet se posmatra iz perspektive sposobnosti pojedinca da svakodnevno funkcioniše u društvu sa smanjenim sposobnostima.

### **Model ljudskih prava**

Model ljudskih prava nastao je sredinom 2000-ih godina. Formulisan je tokom pregovora o Konvenciji o pravima osoba s invaliditetom (CRPD). Zajedno sa socijalnim modelom invaliditeta, model ljudskih prava čini osnovni okvir CRPD-a. Model ljudskih prava postulira da su sve osobe s invaliditetom ljudska bića i kao takve, podložne su osnovnim pravima i slobodama navedenim u različitim međunarodnim ugovorima koji se odnose na ljudska prava. Univerzalna deklaracija o ljudskim pravima i Međunarodni pakt o građanskim i političkim pravima dva su takva instrumenta koja odmah dolaze u obzir. CRPD nije propisala nova prava za osobe s invaliditetom, ali je potvrdila prava sadržana u posebnim međunarodnim ugovorima o ljudskim pravima. Model ljudskih prava je dominantan okvir koji usvajaju akademici i kreatori politika. U kontekstu, zemlje koje su potpisale i ratifikovale CRPD obavezane su da poštuju odredbe sadržane u Konvenciji. Osobe s invaliditetom stoga mogu uživati ista prava i privilegije koja su dodijeljena osobama bez invaliditeta.

*Reference: Priručnik za značajnu inkluziju osoba s invaliditetom - UNESCO*

## **Materijal 2: Scenariji**



### **Studija slučaja modela milosrđa - Scenario 1**

Lokalna zajednica organizuje prikupljanje sredstava za djecu s invaliditetom. Događaj prikazuje ovu djecu kao bespomoćnu i potrebnu milosrđa, fokusirajući se na njihove ograničenosti umjesto na sposobnosti. Učesnici su ohrabreni da doniraju iz sažaljenja.

### **Studija slučaja medicinskog modela - Scenario 2**

Škola insistira da učenik sa ADHD-om (poremećaj pažnje i hiperaktivnosti) mora biti medicinski tretiran kako bi pohađao redovne časove. Politika škole ne uzima u obzir alternativne obrazovne pristupe ili prilagodbe, fokusirajući se isključivo na „liječenje“ stanja učenika.

### **Studija slučaja socijalnog modela - Scenario 3**

Grad pokreće inicijativu za prilagodbu svih javnih transporta za osobe u invalidskim kolicima. Ova promjena dolazi nakon što su grupe za zagovaranje istakle kako je nedostatak pristupačnosti sprečavao osobe s fizičkim invaliditetom da u potpunosti učestvuju u društvu.

### **Studija slučaja biopsihosocijalnog modela - Scenario 4**

Rehabilitacijski centar usvaja holistički pristup liječenju osoba s povredama kičmene moždine. Program uključuje ne samo medicinsku njegu, već i psihološko savjetovanje, podršku za socijalnu reintegraciju i obuku za zapošljavanje, prepoznajući višestruki uticaj invaliditeta.

### **Studija slučaja modela ljudskih prava - Scenario 5**

Pokreće se nacionalna kampanja za promociju prava na zapošljavanje osoba s invaliditetom. Kampanja naglašava zakonska prava na fer zapošljavanje i razumne prilagodbe na radnom mjestu, kako je to navedeno u međunarodnim ugovorima o ljudskim pravima poput CRPD-a.

# Istraživanje invaliditeta: Razumijevanje i empatija

Težina: Početni/Srednji

Vrijeme: 90 minuta

Grupa: 15-25



## Kratki pregled

Ova aktivnost ima za cilj produbiti razumijevanje šta čini invaliditet i različite kategorije invaliditeta, promovišući empatiju i svijest o osobama s invaliditetom.



## Ciljevi

- Definirati i razumjeti ko je osoba s invaliditetom.
- Identifikovati i objasniti glavne kategorije i vrste invaliditeta.
- Poticati empatiju i poštovanje prema osobama s invaliditetom.



## Materijali

- Scenariji za igranje uloga za različite invaliditete.
- Interaktivni elementi za učeničke stanice (zavjese za oči, čepovi za uši, informativni plakati).
- Iskustveni alati (npr. invalidska kolica, tekst u Brajevom pismu).
- Prostor za postavljanje učeničkih stanica.



## Aktivnost

- Uvod (10 min): Kratko predstavljanje teme i ciljeva aktivnosti.
- Igranje uloga (55 min): Učesnici učestvuju u igranju uloga, simulirajući svakodnevne izazove života različitih invaliditeta.

### Priprema:

- Koristite scenarije za igranje uloga za različite invaliditete (koristite materijale), fokusirajući se na svakodnevne izazove (ili druge, npr. snalaženje u javnom prostoru kao osoba sa oštećenjem vida, prisustvovanje nastavi sa oštećenjem sluha).
- Pripremite odgovarajuće pomoćne sredstva relevantne za svaki scenario (npr. zavjese za oči, čepove za uši).

### Izvođenje:

- Podijelite učesnike u male grupe i dodijelite svakoj grupi specifičan scenario.



## Scenarij za invaliditet

- Dajte im dovoljno vremena da isplaniraju kako će izvesti scenarij.
- Svaka grupa izvodi svoj igrokaz pred ostalima, prikazujući izazove s kojima se suočavaju osobe s tim invaliditetom.
- Nakon svake izvedbe, omogućite kratku diskusiju u kojoj učesnici reflektuju na iskustvo i dijele uvid.
- Grupna diskusija (25 minuta): Reflektujte na ovo iskustvo učenja i diskutujte o uticaju društvenih barijera s kojima se suočavaju osobe s invaliditetom.

## Izveštavanje i evaluacija

Olakšajte grupnu diskusiju o naučenim lekcijama i promijenjenim percepcijama o osobama s invaliditetom. Potičite dijeljenje ličnih razmišljanja i uvida. Možete koristiti sljedeća pitanja:

- Da li je učešće u scenarijima igranja uloga promijenilo vaše razumijevanje svakodnevnih iskustava osoba s invaliditetom?
- Koji scenarij invaliditeta vam je bio najotkrivajući i zašto?
- Kako društvene barijere i stavovi doprinose izazovima s kojima se suočavaju osobe s invaliditetom, kako je prikazano u scenarijima?
- Koje akcije možemo poduzeti kao pojedinci ili zajednica kako bismo poboljšali inkluzivnost za osobe s invaliditetom?
- Razmišljajući o današnjoj aktivnosti, kako mislite da možemo bolje podržati i poštovati prava i potrebe osoba s različitim vrstama invaliditeta?

## Savjeti za voditelje:

- Osigurajte da diskusije budu osjetljive i pune poštovanja.
- Budite spremni ponuditi smjernice i pojašnjenja u vezi s invaliditetom.

## Pristupačnost

- Osigurajte da sve aktivnosti i materijali budu pristupačni učesnicima s različitim vrstama invaliditeta.
- Pružite pomoć i prilagodbe prema potrebi.

## Materijali za distribuciju

- Pređite na sljedeću stranicu za materijale. Kopirajte ih i odšampajte.





## MATERIJAL 1 - Invaliditet

**Scenarij za oštećenje vida:** Učesnik prolazi kroz improviziranu prepreku s povezom na očima. Prepreka može uključivati zadatke poput pronalaženja predmeta, sipanja vode u čašu ili čitanja natpisa na Brajevom pismu.

**Scenarij za oštećenje sluha:** Učesnici pokušavaju pratiti priču ili upute samo čitajući s usana ili koristeći slušalice koje puštaju ometajuće zvukove, simulirajući gubitak sluha.

**Scenarij za fizički invaliditet:** Učesnici obavljaju zadatke poput otvaranja vrata ili pisanja dok koriste invalidska kolica ili imaju ograničenu upotrebu ruku, simulirajući izazove fizičke pokretljivosti.

**Scenarij za poremećaje govora:** Učesnici prenose poruku drugima bez korištenja verbalnog govora, simulirajući stanja poput afazije ili mucanja.

**Scenarij za intelektualni invaliditet:** Učestvujte u edukativnoj igri ili slagalici koja je namijenjena znatno mlađem uzrastu, simulirajući izazove s kojima se suočavaju osobe s intelektualnim teškoćama u razumijevanju složenih koncepata.

**Scenarij za neurološke poremećaje:** Učesnici obavljaju zadatak koji zahtijeva koordinaciju i fine motoričke vještine, poput provlačenja konca kroz iglu, dok nose rukavice koje otežavaju spretnost.

**Gluha osoba ili osoba s oštećenjem sluha** Stanje invaliditeta u kojem osoba nema ili ima ograničen sluh. Oporavak od ospica, prekomjerna buka i nesreće su glavni uzroci gluvoće.



Osoba sa poremećajem **govora**

Stanje invaliditeta koje utiče na sposobnost osobe da govori jasno ili uopšte.

**Osoba sa fizičkim invaliditetom**

Stanje invaliditeta u kojem osoba ima oštećenje udova ili gubi jedan ili više udova. Dijabetes, poliomijelitis, moždani udar i nesreće su glavni uzroci fizičkog invaliditeta.

**Osoba sa poremećajem učenja**

Stanje invaliditeta koje doprinosi nemogućnosti osobe da razumije matematiku, engleski jezik ili bilo koji akademski predmet.

**Osoba sa psihosocijalnim invaliditetom**

Svako stanje invaliditeta koje doprinosi iskrivljavanju stvarnosti od strane osobe.

**Osoba sa intelektualnim invaliditetom**

Stanje invaliditeta u kojem osoba ostvaruje ispod uobičajenih vrijednosti za funkciju inteligencijskog kvocijenta (IQ), a to može biti blago, ozbiljno ili duboko.

**Osoba sa neurološkim poremećajem**

Stanje invaliditeta koje se javlja uslijed disfunkcije centralnog nervnog sistema. Epilepsija i urođeni defekti su glavni uzroci neuroloških poremećaja.

# Otkrivanje CRPD-a: Učenje kroz putovanje

Težina: Srednji/Ekspert

Vrijeme: 120 minutes

Grupa: 15-20



## Kratki pregled

Ova aktivnost koristi interaktivne stanice za istraživanje CRPD-a (Konvencije o pravima osoba s invaliditetom), njegovih izazova i ključnih karakteristika, promovirajući razumijevanje prava osoba s invaliditetom.



## Ciljevi

- Educirati o ulozi CRPD-a u rješavanju izazova s kojima se suočavaju osobe s invaliditetom.
- Razumjeti akronim "PINE", koji predstavlja Učešće, Inkluziju, Nediskriminaciju i Jednakost.



## Materijali

- Informativni plakati ili digitalne prezentacije o CRPD-u.
- Studije slučaja ili stvarni scenariji koji ilustriraju primjenu CRPD-a.
- Interaktivni elementi (npr. kvizovi, slagalice) povezani s svaki od karakteristika "PINE".



## Aktivnost

Uvod (20 min): Facilitator pruža pregled CRPD-a i objašnjava učesnicima metodu stanica.

Rotacija stanica (80 min):

Stanica 1 (Učešće): Studije slučaja koje prikazuju kako CRPD promoviše učešće osoba s invaliditetom u različitim aspektima života.

Stanica 2 (Inkluzija): Interaktivni primjeri koji demonstriraju kako CRPD olakšava inkluziju.

Stanica 3 (Nediskriminacija): Diskusije o principima nediskriminacije.

Stanica 4 (Jednakost): Angažujući zadaci koji ističu jednakost u kontekstu CRPD-a.

Diskusija u grupama (20 min): Refleksija o učenjima s svake stanice i kako ona doprinosi razumijevanju CRPD-a.



## Debriefing i evaluacija



Facilitirajte diskusiju o uticaju CRPD-a na društvo i živote osoba s invaliditetom. Možete koristiti sljedeća pitanja:

- Koja nova saznanja ste stekli o CRPD-u i njegovom uticaju na živote osoba s invaliditetom iz svake stanice?
- Kako mislite da su principi Učešća, Inkluzije, Nediskriminacije i Jednakosti međusobno povezani u promovisanju prava osoba s invaliditetom?
- Možete li podijeliti primjer iz aktivnosti koji vam je posebno rezonirao ili promijenio vaš pogled?
- Kako se koncepti o kojima se diskutovalo u ovoj aktivnosti mogu primijeniti u stvarnim situacijama kako bi se poboljšala inkluzivnost za osobe s invaliditetom?
- Koje korake možete li vi kao pojedinac poduzeti da zagovarate implementaciju principa CRPD-a u vašoj zajednici ili radnom mjestu?

## Savjeti za facilitatora



- Osigurajte jasno objašnjenje CRPD-a i njegovih karakteristika.
- Potičite aktivno učešće i poštovanje u diskusijama.
- Biće potreban jedan facilitator na svakoj stanici za obavljanje odgovarajućih zadataka.

## Pristupačnost



- Osigurajte da sve stanice i materijali budu pristupačni za različite invaliditete.
- Pružite pomoć prema potrebi.

## Materijali



Pređite na sljedeću stranicu za materijale. Kopirajte i odšampajte ih.



## **Materijal za distribuciju**

Referenca: Konvencija o pravima osoba s invaliditetom (CRPD): Ovaj ključni dokument koji se fokusira na prava osoba s invaliditetom dostupan je na web stranici OHCHR CRPD.

### **Stanica 1 (Učešće)**

Materijal: Studije slučaja pojedinaca s invaliditetom koji učestvuju u raznim društvenim, obrazovnim i radnim okruženjima zahvaljujući utjecaju CRPD-a. Primjeri uključuju osobu s fizičkim invaliditetom koja ima pristup visokom obrazovanju zbog poboljšane pristupačnosti na kampusu, te osobu s oštećenjem sluha koja učestvuje u lokalnom upravljanju uz pomoć tumača znakovnog jezika.

### **Stanica 2 (Inkluzija)**

Materijal: Interaktivni scenariji koji demonstriraju inkluziju, poput redizajniranog javnog parka koji je dostupan svima, uključujući igrališta za djecu s invaliditetom, ili inkluzivnu radnu politiku koja koristi zaposlenicima s različitim vrstama invaliditeta.

### **Stanica 3 (Nediskriminacija)**

Materijal: Diskusioni podsticaji zasnovani na stvarnim situacijama u kojima se principi nediskriminacije primjenjuju ili krše, pomažući učesnicima da prepoznaju diskriminatorne prakse i razumiju njihov utjecaj kroz primjere iz stvarnog života.

### **Stanica 4 (Jednakost)**

Materijal: Zanimljivi zadaci i slagalice koje ilustruju koncept jednakosti, poput problemskog zadatka u kojem učesnici identificiraju nejednakosti u datom scenariju i predlažu rješenja usklađena s CRPD-om kako bi se osigurala jednaka prava i mogućnosti.

Učesnici dobijaju slagalicu u obliku kratke priče koja opisuje dan u životu Alexa, osobe s invaliditetom u kretanju.

Priča uključuje različite scenarije, poput:

- Teškoće s korištenjem javnog prevoza.
- Izazove u pristupu zgradama bez rampi.
- Barijere za učešće na radnom sastanku održanom na nepristupačnoj lokaciji.

Zadaci:

1. Identificirajte nejednakosti s kojima se Alex suočava u svakom scenariju.
2. Predložite rješenja usklađena s CRPD-om za rješavanje ovih nejednakosti, osiguravajući jednaka prava i mogućnosti za Alexa.
3. Diskutirajte o tome kako ova rješenja koriste ne samo Alexu, već i široj zajednici.

# Otkrivanje inkluzivnosti u Ciljevima održivog razvoja kroz kreativno učenje

Težina: Početnik

Vrijeme: 150 minuta

Grupa: 15-25

## Kratki pregled



Ova interaktivna aktivnost pomaže mladima da razumiju Ciljeve održivog razvoja (Ciljevi održivog razvoja - SDGs), s fokusom na inkluzivnost i prava osoba s invaliditetom kako je naglašeno u Konvenciji UN-a o pravima osoba s invaliditetom (CRPD). Aktivnost koristi metodu teatra kako bi educirala mlade o SDGs i njihovoj povezanosti s pravima osoba s invaliditetom, naglašavajući participaciju i inkluzivnost.

## Ciljevi



Educirati o SDGs i njihovoj važnosti za prava osoba s invaliditetom.

Istražiti povezivanje SDGs s principima CRPD-a.

Poticati aktivno sudjelovanje u ostvarivanju inkluzivnih Ciljeva održivog razvoja.

## Materijali



Informativni plakati ili digitalne prezentacije o specifičnim SDGs i njihovim ciljevima.

- SDG 4: Jamčiti jednako i pristupačno obrazovanje stvaranjem inkluzivnih obrazovnih okruženja i pružanjem potrebne podrške osobama s invaliditetom.
- SDG 8: Promicanje inkluzivnog rasta, punog, produktivnog i dostojanstvenog zapošljavanja koje omogućuje osobama s invaliditetom da u potpunosti pristupe tržištu rada.
- SDG 10: Naglašavanje socijalne, ekonomske i političke inkluzije osoba s invaliditetom.
- SDG 11: Stvaranje pristupačnih gradova i vodnih resursa, pristupačnih, održivih i pristupačnih transportnih sistema, pružanje univerzalnog pristupa sigurnim, inkluzivnim, pristupačnim i zelenim javnim prostorima.
- SDG 17: Naglašavanje važnosti prikupljanja podataka i praćenja SDGs, s naglaskom na podatke razvrstane prema invaliditetu.
- Studije slučaja ili scenariji koji prikazuju izazove i postignuća SDGs-a.
- Rekviziti i alati za pristupačnost za inkluzivno sudjelovanje.



## Aktivnost

- Uvod (20 min): Uvod u radionicu i u SDGs (Ciljevi održivog razvoja) s posebnim naglaskom na ciljeve koji se odnose na osobe s invaliditetom. Trener ili facilitator objašnjava važnost SDGs-a u kontekstu inkluzivnosti i prava osoba s invaliditetom.
- Rad u grupama (50 min): Sudionici se dijele u 5 grupa i svaka grupa dobija jedan SDG koji je povezan s invaliditetom (pogledajte materijale). Grupa diskutira o svom SDG-u i kako se on odnosi na osobe s invaliditetom u njihovim zemljama. Nakon rasprave, sudionici koriste teatar da odigraju svoju scenu pred drugim grupama, a drugi sudionici trebaju pogoditi koji SDG je predstavljen. Sudionici biraju svoje uloge, uključujući naratore, likove koji se suočavaju s izazovima, i likove koji nude rješenja.
- Repeticija (30 min): Sudionici uvježbavaju svoje skice, uz pomoć facilitatora koji im pomažu u režiji i osiguravaju inkluzivne prakse.
- Izvedba (30 min): Svaka grupa izvodi svoju skicu, prikazujući svoje razumijevanje SDGs-a i načina na koji promiču inkluzivnost.
- Grupna diskusija (20 min): Refleksija o svakom slučaju i izvedbi, te rasprava o tome kako se oni odnose na stvarne izazove i rješenja.



## Debriefing i evaluacija

- Facilitator vodi grupnu diskusiju o uvidima stečenim tijekom aktivnosti i važnosti inkluzivnih akcija prema SDGs-u. Korištenje sljedećih pitanja može pomoći u refleksiji:
- Kako je proces glume i igranja scena povezanih sa SDG-ima produbio vaše razumijevanje izazova s kojima se suočavaju osobe s invaliditetom
- Koji SDG vam je najbliži nakon ove aktivnosti, i kako možete doprinijeti njegovim ciljevima u svojoj zajednici?
- Koji su ključni uvidi koje ste stekli iz izvedbi drugih grupa u vezi s inkluzivnošću i pravima osoba s invaliditetom?
- Kako možemo primijeniti principe naučene danas kako bismo učinili naše zajednice inkluzivnijima za osobe s invaliditetom?
- Razmišljajući o SDGs-u, koje akcije možete poduzeti kao pojedinac ili grupa kako biste podržali prava i inkluziju osoba s invaliditetom?



## Savjeti za facilitatora

- Osigurajte da je prostor i svi materijali pristupačni za različite vrste invaliditeta.
- Pružite potrebne adaptacije i pomoć.



## Pristupačnost

- Osigurajte da je prostor pristupačan za sve sudionike.
- Pružite skripte u različitim formatima (npr. velika slova, Braille) i ponudite pomoć po potrebi.



## Materijal za ruke

- Inkluzivni SDGs



# Osnaživanje glasova: Radionica o zagovaranju prava osoba s invaliditetom

Težina: Ekspert

Vrijeme: 120 minuta

Grupa: 15-24

## Kratki pregled

Ova radionica je osmišljena kako bi učesnicima pružila korake i strategije za učinkovito zagovaranje prava osoba s invaliditetom na različitim nivoima – lokalnom, regionalnom i međunarodnom. Ova interaktivna radionica ima za cilj inspirirati i osposobiti mlade ljude da postanu efikasni zagovarači prava osoba s invaliditetom.

## Ciljevi:

- Razumjeti šta je zagovaranje i njegovu važnost u napredovanju prava osoba s invaliditetom.
- Naučiti o različitim nivoima zagovaranja: lokalnom, regionalnom i međunarodnom.
- Osposobiti učesnike sa vještinama za planiranje i sprovođenje kampanja zagovaranja.

## Materijali:

Predlošci za planiranje strategija zagovaranja.

## Aktivnosti

- Uvod (10 min): Definisiranje zagovaranja i njegova relevantnost za prava osoba s invaliditetom.
- Učenje o nivoima zagovaranja (10 min): Predstavljanje različitih nivoa zagovaranja sa primerima (lokalni, regionalni i međunarodni).
- Grupna Aktivnost (50 min): Podjela učesnika u 4-5 grupa, svaka grupa bira nivo zagovaranja za osobe s invaliditetom i razvija lažnu kampanju zagovaranja koristeći predloške sa materijalima.
- Prezentacija grupnog rada (25 min): Prezentacija radova grupa.
- Debriefing (25 min): Diskusija o izazovima procesa, pitanja i odgovori.

## Debriefing i evaluacija

Facilitator vodi diskusiju o ključnim učenjima i prikuplja povratne informacije o radionici. Moguće je koristiti sljedeća pitanja:



- Koji su bili ključni izazovi s kojima ste se susreli prilikom planiranja svoje lažne kampanje zagovaranja?
- Kako je ova aktivnost promenila ili unapredila vaše razumevanje zagovaranja prava osoba sa invaliditetom?
- Koji nivo zagovaranja (lokalni, regionalni, međunarodni) smatrate najrelevantnijim ili najuticajnijim i zašto?
- Možete li se sjetiti stvarnog scenarija gdje bi strategije o kojima se diskutovalo mogle biti efikasno primijenjene?
- Kako zamišljate primjenu vještina i znanja stečenih na ovoj radionici u svojoj zajednici ili profesionalnom životu??



### **Savjeti za facilitatore**

- Podstičite kreativnost i kritičko razmišljanje.
- Osigurajte da svi učesnici razumiju osnove zagovaranja.
- Preporučuje se korištenje alata kao što je Padlet ili bilo kojeg drugog digitalnog alata za prezentacije.



### **Pristupačnost**

- Osigurajte da materijali budu pristupačni (npr. Brajevo pismo, veliki font, tumač za znakovni jezik).



### **Materijali**

Idite na sledeću stranicu za materijale. Iskopirajte i isprintajte.

## **Predložak za planiranje zagovaračkih strategija**



### **Definišite promjenu koju želite postići:**

Identifikujte specifičan problem ili pitanje koje želite adresirati. Ovo podrazumijeva razumijevanje potreba i prava osoba s invaliditetom u vašem kontekstu i utvrđivanje cilja vašeg zagovaranja.

### **Izrazite promjenu koju želite postići:**

Jasno definišite cilj vašeg zagovaranja. Cilj bi trebao biti specifičan, mjerljiv, ostvariv, relevantan i vremenski ograničen (SMART). Ova jasnoća pomaže u komunikaciji vaših ciljeva s drugima.

### **Pripremite se za akciju i prikupite informacije:**

Temeljito istražite problem. Razumite pravni, društveni i politički kontekst, prikupite dokaze i identifikujte saveznike i protivnike. Ovaj korak je ključan za izgradnju čvrstog temelja za vaše zagovaranje.

### **Napravite plan zagovaranja:**

Razvijte detaljnu strategiju koja definiše vaše aktivnosti. Ovo uključuje identifikaciju ciljnih grupa, odabir taktika (poput javnih kampanja, lobiranja itd.), postavljanje vremenskih okvira i raspodjelu resursa.

### **Preduzmite akciju:**

Provedite aktivnosti predviđene vašim planom. Ovo može uključivati javne govore, organizaciju događaja, angažman s medijima i direktno lobiranje kod donosilaca odluka.

### **Pratite rezultate:**

Pratite napredak vaših zagovaračkih aktivnosti i evaluirajte njihov utjecaj. Prilagođavajte strategije prema povratnim informacijama i promjenama okolnosti. Nastavite angažirati zainteresirane strane kako biste održali zamah.

# Zagovaranje u medijima: Istraživanje invalidnosti kroz žurnalizam

Težina: Početni

Vrijeme: 90 minuta

Grupa: 20- 25



## Kratki pregled

Ova aktivnost podstiče učesnike da istraže kako mediji izvještavaju o pitanjima vezanim za invaliditet, čime se povećava njihovo razumijevanje uloge medija u zagovaranju. Ovaj alat olakšava razumijevanje ključne uloge medija u oblikovanju stavova o pravima osoba s invaliditetom, podstičući učesnike da postanu kritičniji konzumenti, a moguće i kreatori medijskog sadržaja.



## Ciljevi

- Analizirati kako se invaliditet prikazuje u različitim medijima.
- Razviti kritičko razmišljanje u vezi s medijskim prikazom prava osoba s invaliditetom.
- Podstaći diskusiju o utjecaju medija na oblikovanje javnog mnijenja i politika.



## Materijali

- Pristup internetu za istraživanje članaka.
- Projektor ili veliki ekran za grupne prezentacije.
- Smjernice za evaluaciju medijskih članaka.



## Aktivnost

Uvod (15 min): Kratki uvod o utjecaju medija na zagovaranje prava osoba s invaliditetom.

Grupni rad (30 min): Svaka grupa pronalazi i bira članak o pravima ili pitanjima osoba s invaliditetom.

Analiza članaka (30 min): Grupe analiziraju odabrane članke, fokusirajući se na prikaz, pristrasnost i utjecaj.

Prezentacije (15 min): Grupe predstavljaju svoja zapažanja i analizu ostalima.

Grupna diskusija (15 min): Diskusija o različitim prikazima i njihovom potencijalnom utjecaju.

## Zaključak i evaluacija



Podstaknite učesnike da razmisle o onome što su naučili o ulozi medija u zagovaranju prava osoba s invaliditetom i o tome kako mediji mogu utjecati na javno mnijenje i politiku. Možete koristiti sljedeća pitanja:

- Kako se prikaz invaliditeta u pronađenim člancima poredi s vašim vlastitim razumijevanjem ili iskustvima vezanim za invaliditet?
- Kakav utjecaj mislite da medijska reprezentacija ima na stavove javnosti prema pravima osoba s invaliditetom?
- Jeste li primijetili neke uobičajene trendove ili pristrasnosti u izvještavanju medija o pitanjima invaliditeta? Kako to utječe na zagovaračke napore?
- Kako se mediji mogu efikasnije koristiti za zagovaranje prava osoba s invaliditetom i stvaranje pozitivnih promjena?
- Razmišljajući o ovoj aktivnosti, kako mislite da možete doprinijeti preciznijem i poštovanijem prikazu invaliditeta u medijima?

## Savjeti za facilitatora



- Vodite učesnike kroz proces kritičke analize medijskog sadržaja.
- Podstičite diskusiju s poštovanjem i razmjenu različitih mišljenja.
- Preporučuje se korištenje alata poput Padleta ili bilo kojeg drugog digitalnog alata za prezentacije.

## Pristupačnost

- Osigurajte da su online resursi pristupačni svim učesnicima.
- Omogućite potrebne prilagodbe, poput tumača za znakovni jezik.





# Priče o sposobnostima

Težina: Početnik

Vrijeme: 90 minuta

Grupa: 10-24



## Kratki pregled

Ova aktivnost koristi pripovijedanje kako bi istražila živote, izazove i postignuća osoba s invaliditetom, podstičući empatiju i razumijevanje. Alat za pripovijedanje omogućava učesnicima da se lično povežu s realnošću života s invaliditetom, čime se razvija dublje razumijevanje i poštovanje.



## Ciljevi

- Dijeliti i slušati priče o životu s invaliditetom.
- Podsticati empatiju i razumijevanje prema osobama s invaliditetom.
- Razbijati stereotipe i zablude o invaliditetu.



## Materijali

- Kolekcija kratkih priča ili ličnih iskustava povezanih s različitim vrstama invaliditeta.
- Podsticaji za pripovijedanje.
- Audio/vizualna oprema za učesnike koji žele digitalno predstaviti svoje priče.



## Aktivnost

- Uvod (15 minuta): Predstavite koncept pripovijedanja i njegov utjecaj na razumijevanje različitih iskustava.
- Dijeljenje priča (45 minuta): Učesnici se dijele u 4 grupe i biraju priču. Dijele vlastita iskustva, iskustva prijatelja ili čitaju/prenose priče osoba s invaliditetom. Ohrabrite dijeljenje raznovrsnih iskustava, uključujući uspjehe i izazove.
- Grupna diskusija (30 minuta): Reflektujte o podijeljenim pričama. Diskutujte o zajedničkim temama, novim uvidima i tome kako se ove priče razlikuju od uobičajenih percepcija invaliditeta.



## Izveštavanje i evaluacija

Pitajte učesnike šta su naučili i kako im je ova aktivnost promijenila pogled na invaliditet.

Možete koristiti sljedeća pitanja kako biste podstakli diskusiju:

- Kako su priče koje su danas podijeljene promijenile ili učvrstile vaše razumijevanje života s invaliditetom?
- Koje ste zajedničke izazove ili uspjehe primijetili u pričama, i kako se oni odnose na šire društvene percepcije invaliditeta?
- Jesu li vas neki trenuci ili priče posebno dirnuli? Zašto?
- Kako možemo koristiti pripovijedanje kao alat za zagovaranje i podršku osobama s invaliditetom u našim zajednicama?
- Koje korake možete poduzeti kako biste doprinijeli inkluzivnijem i razumijevanju naklonjenijem okruženju za osobe s invaliditetom?



### **Savjeti za facilitatora**

- Stvorite sigurno i poštovano okruženje za dijeljenje ličnih priča. Učesnici mogu sjediti na mjestima koja im najviše odgovaraju i gdje se osjećaju ugodno.
- Budite osjetljivi i pružite podršku, posebno kada se raspravlja o ličnim ili izazovnim iskustvima.



### **Pristupačnost**

- Osigurajte da je prostor dostupan učesnicima s invaliditetom.
- Omogućite različite formate za dijeljenje priča (pisano, usmeno, video itd.).



# Putevi karijera: invaliditet i zapošljavanje - igra kartama

Težina: Početni/Srednji    Vrijeme: 60-90 minuta    Grupa: 20-30



## Kratki pregled

Ova kartaška igra istražuje razne scenarije zapošljavanja osoba s invaliditetom, s ciljem edukacije o izazovima, mogućnostima i pravima na radnom mjestu. Kombinacijom edukacije i interaktivnog rješavanja problema, igra pruža zanimljiv način za razumijevanje dinamike invaliditeta u kontekstu zapošljavanja.



## Ciljevi

- Razumjeti izazove i mogućnosti zapošljavanja osoba s invaliditetom.
- Promovisati svijest o pravima osoba s invaliditetom na radnom mjestu.
- Podstaknuti kreativno rješavanje problema i razvijanje empatije.



## Materijali

- Karte koje prikazuju različite scenarije zapošljavanja osoba s invaliditetom.
- Karte s zadacima za rješavanje problema, pravima i opcijama prilagodbe.
- Informativne kartice o relevantnim zakonima i najboljim praksama.

## Aktivnost



Uvod (15 min): Upoznajte učesnike s važnosti inkluzivnog zapošljavanja, s posebnim fokusom na osobe s invaliditetom.

Podjela karata (10 min): Podijelite kartice sa scenarijima u manjim grupama ili parovima. (koristite pripremljene materijale)

Diskusija i rješavanje problema (30 min): Učesnici čitaju scenarije i koriste karte za rješavanje problema kako bi predložili rješenja ili prilagodbe za svoje scenarije.

Grupne prezentacije (25 min): Grupe predstavljaju svoje scenarije i predložena rješenja.

Interaktivna diskusija (10 min): Diskutujte o predloženim rješenjima, fokusirajući se na njihovu praktičnost, inkluzivnost i pravnu osnovu.

## Zaključak i evaluacija

Podstaknite diskusiju o naučenom o invaliditetu i zapošljavanju, kao i o tome kako učesnici mogu primijeniti ovo razumijevanje u stvarnim situacijama. Možete koristiti sljedeća pitanja:

- Šta ste naučili o jedinstvenim izazovima i mogućnostima s kojima se suočavaju osobe s invaliditetom na radnom mjestu iz obrađenih scenarija?
- Kako razumijevanje ovih scenarija može pomoći u stvaranju inkluzivnijih i prilagođenijih radnih sredina?
- Koji vas je scenarij najviše dojmio i zašto?
- Kako se predložena rješenja tokom aktivnosti mogu primijeniti u stvarnim radnim okruženjima?
- Koje korake možete poduzeti, bilo kao pojedinac ili kolektivno, kako biste podržali prava osoba s invaliditetom na zapošljavanje?

## Savjeti za facilitatora

- Vodite diskusije na način koji osigurava poštovanje i inkluzivnost.
- Pružite dodatne uvide o zakonskim pravima i prilagodbama vezanim za zapošljavanje.

## Pristupačnost

- Osigurajte da su svi materijali dostupni (veliki font, Brajevo pismo, digitalni formati).
- Osigurajte pristupačan prostor i razmotrite potrebu za tumačima znakovnog jezika ili ličnim asistentima ako je potrebno.

## Pripremni materijali

Na sljedećoj stranici nalaze se handout materijali. Kopirajte ih i podijelite učesnicima.





## **Materijali za rad: Scenariji**

### **Oštećenje vida u tehnološkoj kompaniji**

Zaposleniku s oštećenjem vida potrebno je pristupačan softver kako bi efikasno obavljao posao u IT sektoru.

### **Oštećenje sluha u korisničkoj službi**

Predstavniku korisničke službe s oštećenjem sluha potreban je specijalizirani slušni uređaj i vizualni sistemi upozorenja.

### **Pristupačnost za korisnike invalidskih kolica u kancelariji**

Radnik u kancelariji koji koristi invalidska kolica suočava se s nepristupačnim radnim prostorom i toaletima.

### **Autizam u kreativnoj agenciji**

Zaposlenik s poremećajem iz spektra autizma nalazi otvoreni uredski prostor previše stresnim i treba mirnije radno okruženje.

### **Poteškoće u učenju u administraciji**

Administrativnom asistentu s poteškoćama u učenju potrebna je pomoćna tehnologija za organizaciju zadataka i upravljanje vremenom.

### **Gluhoća u advokatskoj kancelariji**

Pravnom asistentu koji je gluh potrebne su usluge real-time titlovanja za sastanke i sudska ročišta.

### **Poteškoće s mobilnošću u školi**

Učitelju u školi s poteškoćama u kretanju potrebne su izmjene u razmještaju učionice kako bi se mogao slobodno kretati uz pomoć mobilnog pomagala.

### **Intelektualni invaliditet u trgovini prehrambenih proizvoda**

Radniku u trgovini prehrambenih proizvoda s intelektualnim invaliditetom potrebne su strukturirane rutine i jasna, vizualna uputstva za zadatke.

### **Disleksija u izdavačkoj kući**

Uredniku s disleksijom potrebni su softver za pretvaranje teksta u govor i dodatna podrška za lekturu rukopisa.



# Inovirati i osnaživati: Razmjena ideja za socijalna preduzeća za osobe sa invaliditetom

Težina: Srednji nivo

Vrijeme: 90-120 minuta

Grupa: 20-30 učesnika

## Kratak pregled

Ova aktivnost podstiče učesnike da razmjenjuju ideje i razvijaju koncepte za socijalna preduzeća koja mogu biti osnovana od strane ili za osobe sa invaliditetom, s ciljem promocije inkluzivnosti i osnaživanja. Ovaj alat ne samo da edukuje o socijalnim preduzećima, već i osnažuje učesnike, posebno osobe sa invaliditetom, da kreativno razmišljaju o preduzetništvu i društvenim promjenama.



## Ciljevi

- Razumjeti koncept socijalnog preduzetništva i njegov potencijal za društveni uticaj.
- Razmisliti o idejama za socijalna preduzeća koja su inkluzivna i pristupačna osobama sa invaliditetom.
- Podstaknuti preduzetničko razmišljanje među učesnicima, posebno osobama sa invaliditetom.



## Materijal

- Projektor za video
- Informativni materijali o socijalnim preduzećima
- Bijele ploče, markeri i ljepljive bilješke za brainstorming



## Aktivnost

- Uvod (20 min): Kratko upoznavanje sa socijalnim preduzećima i njihovom ulogom u osnaživanju osoba sa invaliditetom. Prikazivanje videa iz informativnog materijala.
- Grupni brainstorming (40 min): Učesnici formiraju grupe i razmišljaju o idejama za socijalna preduzeća koja bi mogla biti pokrenuta od strane ili za osobe sa invaliditetom. Podsticati kreativne i izvedive ideje.
- Razrada ideje (30 min): Grupe biraju jednu ideju i dalje je razvijaju, razmatrajući aspekte kao što su poslovni model, ciljno tržište i inkluzivnost. (koristiti šablon iz informativnog materijala)
- Prezentacije i povratne informacije (30 min): Grupe prezentuju svoje ideje socijalnih preduzeća. Olakšati konstruktivnu sesiju povratnih informacija.





## Debriefing i evaluacija

Razgovarajte o potencijalnom uticaju ovih ideja socijalnih preduzeća i kako ih je moguće realizovati. Možete koristiti sljedeća pitanja:

- Koje inovativne ideje ste smislili tokom sesije razmjene ideja, i zašto mislite da su one efikasne u osnaživanju osoba sa invaliditetom?
- Kako je koncept socijalnih preduzeća promijenio ili unaprijedio vaše razumijevanje inkluzivnosti i preduzetništva?
- Koje izazove predviđate prilikom implementacije ideja socijalnih preduzeća koje ste razvili, i kako ih možete prevazići?
- Kako socijalna preduzeća mogu doprinosti širim društvenim promjenama u pogledu percepcije i uključivanja osoba sa invaliditetom?
- Koje ključne uvide ste stekli o potencijalnom uticaju socijalnih preduzeća na živote osoba sa invaliditetom?



## Savjeti za trenere

- Podstičite inovativno razmišljanje, a pritom osigurajte da ideje budu praktične i inkluzivne.
- Pružite primjere uspješnih socijalnih preduzeća kao inspiraciju.
- Trener/Facilitator može koristiti Canvas Model.



## Pristupačnost

- Osigurajte da prostor i materijali budu pristupačni svim učesnicima.
- Razmislite o obezbjeđivanju tumača znakovnog jezika ili drugih prilagodbi.



## Materijali

Link za video: [Šta je socijalno preduzetništvo?](#)

Pitanja koja mogu pomoći učesnicima:

- ŠTA? – Koja je osnovna ponuda vašeg preduzeća?
- ZAŠTO? – Koju društvenu potrebu ono zadovoljava? Zašto je inovativno?
- KAKO? – Koji su potrebni resursi? Koja je strategija lansiranja i slogan?
- KADA? – Rok za lansiranje i moguća evolucija.
- GDJE? – Opseg preduzeća (lokalni, nacionalni, međunarodni) i potencijalni spoljni resursi.

# Penjanje na stijenama za mlade s oštećenjem vida

Težina: Ekspert nivo Trajanje: 3-4 sata Group: 8 (sa i bez invaliditeta); 4 instruktora

## Kratak pregled

Ova aktivnost je osmišljena da uputi mlade osobe sa oštećenjem vida na penjanje po stijenama, okupljajući učesnike sa i bez invaliditeta kako bi se stvorilo sveobuhvatno i inkluzivno iskustvo. Fokusira se na učenje osnovnih veština penjanja, pravila sigurnosti i upotrebe opreme, sa naglaskom na rotirajuće uloge poput osiguravača, sigurnosti i penjača. Sesija pruža praktično iskustvo penjanja, podstičući povjerenje i istraživanje među učesnicima. Ovaj inovativni pristup ne samo da čini penjanje pristupačnijim za mlade osobe sa oštećenjem vida, već također gradi razumijevanje i saradnju među svim učesnicima, naglašavajući ujedinjujuću moć sporta.



## Ciljevi

- Povećati socijalnu inkluziju i interakciju između mladih osoba sa oštećenjem vida i onih sa dobrim vidom kroz zajedničko sportsko iskustvo.
- Naučiti osnovne veštine penjanja, prilagoditi tehnike za učesnike sa oštećenjem vida.
- Razviti osećaj poverenja, samopouzdanja i istraživanja kod učesnika, naglašavajući potencijal sporta kao ujedinjujuće i osnažujuće aktivnosti za inkluziju.



## Materijal

- Oprema za penjanje, uključujući užad, haringe i cipele za penjanje.
- 4 profesionalna instruktora za penjanje.
- Aktivnost se implementira u područjima gde je penjanje izvodljivo.



## Aktivnost

Faza pripreme je ključna za stvaranje prijatnog i inkluzivnog okruženja. Učesnici, kako sa oštećenjem vida, tako i bez njega, okupljaju se u sigurnom i udobnom prostoru. Ovaj početni susret služi da se svi upoznaju, omogućavajući socijalizaciju i stvaranje zajedništva. Prikazivanje detaljnog pregleda aktivnosti i ciljeva za taj dan.





osiguranje jasnosti i usklađenosti očekivanja

- Ključna komponenta ove faze je detaljna prezentacija o vođenju slijepih osoba. Prezentacija naglašava i educira učesnike o nijansama asistencije i komunikacije, potičući empatiju i razumijevanje. Nakon toga slijedi praktična sesija upoznavanja s opremom za penjanje po stijenama i njenim pravilnim korištenjem. Simulacijska vježba se provodi kako bi se demonstrirale aktivnosti dana u kontroliranom okruženju, osiguravajući da se svi osjećaju sigurnima i spremnima.

#### *Faza izvođenja*

- Stvarni dan penjanja po stijenama započinje angažujućim aktivnostima za zagrijavanje, dizajniranim da opuste učesnike i stvore živahnu atmosferu. Aktivnosti za zagrijavanje se provode, osvježavajući i učvršćujući znanje o korištenju opreme i sigurnosnim protokolima. Ove prezentacije mogu uključivati praktične demonstracije vezivanja čvorova i sigurnosnih mjera, osiguravajući dobrobit svih.
- Ključna karakteristika ove faze je vježba za izgradnju tima. Ova vježba je dizajnirana da olakša učesnicima koncept penjanja po stijenama i da ojača povjerenje i saradnju unutar grupe. Dok se glavna aktivnost odvija, imperativno je da certificirani instruktori penjanja po stijenama pažljivo nadgledaju učesnike. Parovi, sastavljeni od jednog slijepog učesnika i jednog učesnika koji vidi, naizmjenično preuzimaju različite uloge kao što su penjač, osiguravatelj i sigurnosni posmatrač. Ova rotacija omogućava holističko i empatično razumijevanje izazova i nagrada svake uloge.
- Ovaj saradnički i podržavajući pristup naglašava duh inkluzivnosti i međusobnog poštovanja.

#### **Debrifing i evaluacija**



- Faza debrifinga je vitalna komponenta za učesnike da reflektiraju o svojim iskustvima.
- Predlaže se započeti sa formiranjem kruga, potičući osjećaj jedinstva i otvorenosti. Svaki učesnik je pozvan da jednom riječju izrazi svoje emocije tokom aktivnosti. Nakon toga, trener vodi dublju diskusiju. Ovdje se učesnici potiču da podijele svoja lična iskustva, izazove s kojima su se suočili i što su postigli.
- Ova diskusija ima za cilj produbiti razumijevanje, poticati empatiju i istaknuti trenutke učenja iz aktivnosti. Trener vodi ovaj razgovor, osiguravajući da se svaki glas čuje i poštuje, te povezujući aktivnost sa širim temama inkluzije i osnaživanja.

## Savjeti za fasilitatore

- Izbjegavajte pritiskanje učesnika da završe penjanje, umjesto toga se fokusirajte na udobnost i sigurnost.



## Pristupačnost

- Aktivnost je pristupačna kroz vođenu asistenciju, pripremnu simulaciju i pristup jedan na jedan za učesnike s oštećenjem vida. Tokom aktivnosti, dodatni penjači su strateški pozicionirani kako bi pružili pomoć, osigurali sigurnost i pružili ohrabrenje.





# Razbjanje stereotipa o invalidnosti

Težina: Početni nivo

Trajanje: 120 minuta

Grupa: 10-15 učesnika



## Kratki pregled

Ova aktivnost se fokusira na identifikaciju i izazivanje stereotipa povezanih s invaliditetom. Učesnici istražuju kako se stereotipi formiraju i kako se mogu dekonstruirati.



## Ciljevi

- Identifikovati uobičajene stereotipe povezane s raznim invaliditetima.
- Razumjeti poreklo i uticaje stereotipa povezanih s invaliditetom.
- Potaknuti otvorene diskusije kako bi se ovi stereotipi izazvali i razbili među mladima.



## Materijali

- Flip čart, markeri, časopisi za pravljenje kolaža, i resursi za istraživanje.



## Aktivnost

- Uvod i ledolomci (20 min): Učesnici dijele zašto su se pridružili radionici. Fasilitator objašnjava koncept stereotipa.
- Diskusija o invaliditetu (15 min): Uključivanje u razgovor o konceptu invaliditeta i stereotipima vezanim za njega.
- Istraživanje stereotipa (25 min): Učesnici navode poznate stereotipe na flip čartu, nakon čega slijedi diskusija o njihovom poreklu i društvenoj normalizaciji.
- Kreiranje kolaža i dalje diskusije (60 min): Koristeći časopise, učesnici kreiraju kolaže koji predstavljaju njihove promijenjene poglede na invaliditet nakon diskusije. Pozvati učesnike da predstave svoje kolaže i podijele kako su se njihove percepcije invaliditeta promijenile.
- Olakšati diskusiju o tome kako se novi uvidi mogu primijeniti u njihovim ličnim i profesionalnim životima

## Debrifing i evaluacija



Olakšajte diskusiju o tome kako su se učesnici osjećali tokom ove radionice. Pitanja koja možete koristiti za debrifing:

- Kako se vaše razumijevanje stereotipa o invaliditetu promijenilo nakon ove aktivnosti?
- Koji vas je stereotip najviše iznenadio i o kojem ste razgovarali?
- Kako možete primijeniti uvide stečene danas u vašim svakodnevnim interakcijama?
- Možete li smisliti načine kako aktivno izazivati stereotipe u vašoj zajednici ili na radnom mjestu?
- Kako mislite da razbijanje ovih stereotipa može doprinijeti inkluzivnijem društvu?

## Savjeti za fasilitatore



- Potičite inkluzivan i poštovan dijalog među učesnicima.
- Budite spremni da posređujete i vodite konstruktivne rasprave.
- Osigurajte učešće svih učesnika, pružajući potrebnu podršku.

## Pristupačnost



- **Izbor lokacije:** Izaberite lokaciju koja je potpuno pristupačna osobama s raznim invaliditetima. Ovo uključuje pristupačnost za invalidska kolica, jasne oznake itd.
- **Asistencija za učesnike s oštećenjem vida:** Osigurajte da su fasilitatori dostupni kako bi pomogli učesnicima s oštećenjem vida u pravljenju njihovih kolaža. Ova asistencija može uključivati opisivanje slika, pomoć pri odabiru i postavljanju, te pružanje verbalnih smjernica tokom aktivnosti.
- **Inkluzivno okruženje:** Trudite se stvoriti inkluzivno okruženje u kojem se svi učesnici osjećaju ugodno i cijenjeno. Ovo uključuje pažnju na jezik, poticanje učešća svih i poštovanje individualnih potreba i preferencija

# Internacionalni Znakovni jezik (osnovni)

Težina: Početni nivo

Trajanje: 60 minuta

Grupa: 3-18učenika



## Kratki pregled

Ova aktivnost se fokusira na podučavanje učesnika osnovama međunarodne abecede za znakove, s naglaskom na učenje kako se pravilno potpisuju imena kroz angažujuće vježbe.



## Ciljevi

- Upoznati učesnike s pravilnim pozicioniranjem za potpisivanje.
- Naučiti kako se imena speluju koristeći međunarodni jezik znakova, poboljšavajući komunikacione vještine.
- Postepeno razumijevati i koristiti međunarodnu abecedu znakova.



## Materijali

- Odštampane ili digitalne kopije međunarodne abecede znakova za svakog učesnika.
- Aktivnost se treba odvijati u mirnoj prostoriji bez ometanja.



## Aktivnost

- Uvod (5 min): Počnite s uvodnim govorom i uvodnim znakovnim jezikom, omogućujući učesnicima da se upoznaju. Fasilitator objašnjava naredne korake i ciljeve aktivnosti.
- Vježba znakovne abecede (20 min): Učesnici se pare u dvoje, kombinirajući jednog gluhog ili nagluvog (DHH) pojedinca s jednim osobom koja čuje. Svaki par ispisuje svoja prva imena velikim slovima na papiru. Koristeći odštampane ili digitalne kopije međunarodne abecede znakova, uče i vježbaju spelovanje svojih imena na znakovnom jeziku.
- Aktivnost druženja (20 min): Nakon što su parovi savladali spelovanje svojih imena, potiče ih se da se druže i pronađu nove partnere. Ovaj proces se nastavlja dok učesnici uče i potpisuju nova imena, sve dok se gotovo svi nisu međusobno upoznali i vježbali. Ova faza ne samo da pojačava naučene znakove, već i potiče socijalnu interakciju i inkluzivnost.
- Diskusija i završetak radionice (25 min): Zaključite tako što će učesnici potpisivati imena drugih u prostoriji, osiguravajući da su svi uključeni.

ime je potpisano od strane najmanje jednog učesnika. Olakšajte diskusiju kako biste podstakli učesnike da reflektuju o svom iskustvu, važnosti inkluzivne komunikacije i potencijalnom uticaju njihovog učenja na stvaranje inkluzivnijeg okruženja.

## Debrifing i evaluacija

Olakšajte refleksivnu diskusiju o iskustvu učenja i svim izazovima s kojima su se susreli. Razmotrite postavljanje sljedećih pitanja za olakšavanje refleksije i evaluacije:

- Kako ste se osjećali kada ste prvi put pokušali komunicirati koristeći znakovni jezik?
- Koje ste izazove imali dok ste učili i koristili Međunarodnu abecedu znakova?
- Kako je ova aktivnost promijenila vaše shvatanje komunikacionih barijera s kojima se suočava zajednica gluhih i nagluhih osoba?
- Šta je bilo najzanimljivije ili najiznenađujuće što ste naučili tokom aktivnosti druženja?
- Kako mislite da učenje znakovnog jezika može doprinijeti inkluzivnijoj komunikaciji u vašem svakodnevnom životu ili zajednici?

## Savjeti za fasilitatore

- Potičite aktivno učešće i osigurajte da su svi učesnici ugodni s tempom učenja.
- Budite pažljivi prema potrebama i DHH i osoba koje čuju, olakšavajući efikasnu komunikaciju.

## Pristupačnost

- Aktivnost je prilagodljiva za veće grupe ako su dostupni dodatni treneri ili ako neki učesnici koji čuju već imaju predznanje Međunarodnog znakovnog jezika.
- Razmotrite uključivanje raznovrsnih tema osim imena za napredne sesije.

## Materijali

- Potrebni materijali za Međunarodnu abecedu znakova.



# Joga za sve

**Težina: Srednji nivo**

**Trajanje: 90 minuta**

**Grupa: 10-12 učesnika**



## Kratki pregled

Ova yoga sesija ima za cilj ujediniti osobe s invaliditetom i bez invaliditeta u mirnom vanjskom okruženju, potičući interakciju i naglašavajući univerzalne koristi vježbanja i zdravog načina života.



## Ciljevi

- Stvoriti inkluzivno okruženje gdje učesnici s različitim sposobnostima mogu međusobno komunicirati i socijalizovati se.
- Pokazati da su određene vježbe, poput yoge, pristupačne i korisne za širok spektar pojedinaca.
- Promovisati inkluziju i zdrav način života za osobe s invaliditetom.



## Materijali

- Yoga prostirke (po jedna za svakog učesnika ili dijeljena između dvoje).



## Aktivnost

- Uvod (20 min): Yoga instruktor vodi sesiju za razbijanje leda kako bi se učesnici upoznali i međusobno komunicirali.
- Yoga Sesija (40 min): Vodi se vođena yoga sesija prikladna za sve, fokusirajući se na opuštanje i osnovne poze.
- Hlađenje i Interakcija (10 min): Nježne vježbe za hlađenje praćene neformalnom interakcijom među učesnicima.
- Debrifing i Evaluacija (20 min): Olakšati grupnu diskusiju koju vodi instruktor, fokusirajući se na iskustva učesnika, prikladnost prostora, nivo težine vježbi i prijedloge za poboljšanje.



## Debrifing i evaluacija

- Kako ste se osjećali učestvujući u ovoj yoga sesiji u smislu fizičkog i mentalnog blagostanja?
- Koji aspekti sesije su vam se činili najinkluzivnijima ili isključujućima?
- Kako možemo dalje prilagoditi yoga prakse da budu inkluzivnije za sve sposobnosti?

- Šta ste naučili o važnosti vježbanja u promociji socijalne inkluzije?
- Kako aktivnosti poput joga mogu premostiti jaz između osoba s invaliditetom i onih bez invaliditeta?



### **Savjeti za fasilitatore**

- Osigurajte da je yoga sesija prilagođena početnicima i prilagodljiva za različite sposobnosti.
- Održavajte inkluzivno i podržavajuće okruženje tokom cijele sesije.



### **Pristupačnost**

- Izaberite ravnu, pristupačnu unutrašnju ili vanjsku površinu koja može udobno primiti grupu.
- Razmotrite pružanje modifikacija ili alternativnih poza za učesnike sa specifičnim potrebama.



### **Materijali za podjelu**

- Kartice s ilustracijama životinja za zabavnu vježbu u kojoj učesnici imitiraju poze životinja. Ove kartice se mogu lako pronaći online za štampanje ili kupovinu.





# Pekarska aktivnost

Težina: Početni do ekspetski nivo

Trajanje: 1.5-2 sati

Grupa: 5-15 učesnika



## Kratki pregled

Ova pekarska aktivnost nudi jedinstvenu priliku za osobe s invaliditetom i bez njega da se povežu i izgrade samopouzdanje kroz zajedničko iskustvo pečenja. Dizajnirana je ne samo kao kulinarska vježba, već i kao prostor za poticanje timskog rada, poboljšanje senzornog angažmana i rušenje barijera. Učesnici će učestvovati u stvaranju ukusnih pekarskih proizvoda, dok njeguju osjećaj zajednice i inkluzivnosti. Aktivnost naglašava radost zajedničkog napora i zadovoljstvo stvaranja obroka zajedno, promovirajući pozitivnu i inkluzivnu atmosferu gdje svaki učesnik doprinosi i uči u podržavajućem okruženju.



## Ciljevi

- Poticati timski rad i socijalnu interakciju među osobama s invaliditetom i bez njega.
- Razvijati kreativne vještine razmišljanja kroz pekarske procese.
- Poboljšati preciznost, praćenje uputstava i senzorne vještine.



## Materijali

- Kuhinja opremljena priborom za svakog učesnika.
- Mogućnost da učesnici donesu svoje sastojke ili ih obezbijedi organizator



## Aktivnost

- Uvod (10 min): Okupiti učesnike, objasniti zadatak pečenja i podijeliti recepte (digitalno ili odštampano).
- Faza pripreme (20 min): Organizovati učesnike u parove ili male grupe. Pokrenuti tajmer za osjećaj takmičenja i efikasnosti.
- Faza pečenja (20-40 min): Pratiti napredak, pružati pomoć po potrebi. Osigurati sigurnost u kuhinji.
- Hlađenje i prezentacija (10 min): Sigurno ukloniti pekarske proizvode iz pećnice i ostaviti ih da se ohlade.
- Kušanje i povratne informacije (20 min): Svaki učesnik ili grupa razmjenjuje svoj pekarski proizvod s drugima za kušanje i povratne informacije.

## Debriefing i evaluacija



- Šta ti je najviše bilo drago tokom procesa pečenja?
- Kako je rad u parovima ili grupama uticao na tvoje iskustvo pečenja?
- Da li si naišao/la na neke izazove tokom pečenja i kako si ih prevazišao/la?
- Šta si naučio/la o timskom radu i praćenju uputstava kroz ovu aktivnost?
- Kako možemo učiniti ovo iskustvo pečenja inkluzivnijim za sve učesnike u budućim sesijama?

## Savjeti za fasilitatore



- Prioritet treba biti sigurnost u kuhinji i pristupačnost.
- Obratite pažnju na potencijalne alergije na hranu.
- Osigurajte odgovarajuću visinu radnih površina za korisnike invalidskih kolica.
- Odaberite jednostavne recepte.
- Dozvolite učesnicima da biraju uloge u procesu pečenja koje najbolje odgovaraju njihovim sposobnostima i nivou udobnosti.

## Pristupačnost



- Podesive visine radnih površina za korisnike invalidskih kolica.
- Osigurajte jasna, numerisana uputstva na papirima sa receptima.
- Vizuelna pomagala: Koristite velika slova i visokokontrastni tekst na papirima sa receptima za učesnike sa oštećenjem vida.
- Tumač znakovnog jezika: Uključite tumača znakovnog jezika za učesnike koji su gluvi ili imaju oštećenje sluha.
- Senzorno-prijateljsko okruženje: Smanjite preopterećenje senzornih informacija smanjujući glasne zvuke i jake mirise u prostoru za pečenje.
- Audio uputstva korak po korak: Pružite audio snimke uputstava za učesnike koji preferiraju auditivno učenje.

## Materijali



- Listovi sa receptima koji sadrže jednostavne sastojke, mjere i uputstva korak po korak.

# Muzika i harmonija

**Težina: Početni nivo**

**Trajanje: 60 minuta**

**Grupa: 5-15 učesnika**



## Kratki pregled

Ova zanimljiva aktivnost koristi univerzalni jezik muzike kako bi podržala inkluziju i zabavu, omogućavajući učesnicima da istraže različite muzičke žanrove i kreativno se izraze.



## Ciljevi

- Unaprijediti fine i grube motorne vještine kroz sviranje instrumenata i ritmičke pokrete.
- Povećati socijalnu i emocionalnu inteligenciju kroz suradnju i dijeljenje muzičkih preferencija.
- Poboljšati mnestičke vještine kroz muzičke igre pamćenja i prepoznavanje pjesama.



## Materijali

- Tamburina, bubanj, kesteni, zvučnik (mp3 plejer)



## Aktivnost

- Uvod u muziku (10 minuta): Puštajte različite muzičke žanrove (klasična, narodna, rock, itd.) sa MP3 plejera. Nakon svakog isječka od 1-2 minuta, učesnici pogode žanr.
- Dijeljenje omiljenih pjesama (10 minuta): Učesnici dijele svoje omiljene pjesme pjevušenjem ili mrmljanjem, dok drugi pokušavaju pogoditi nazive pjesama.
- Grupna muzička izvedba (20 minuta): Izaberite popularnu pjesmu glasovanjem grupe. Koristite jednostavne instrumente poput tamburina, bubnjeva i kesteni kako biste zajedno oponašali refren ili odabrani fragment pjesme.
- Debriefing i evaluacija (20 minuta): Pitajte učesnike kako su se osjećali tokom aktivnosti i prikupite prijedloge za poboljšanja (npr. prostor, trajanje, nivo).
- Potičite dijeljenje iskustava i osjećanja tokom muzičke sesije.



## Debriefing i evaluacija

- Kako se osjećate nakon sudjelovanja u muzičkoj aktivnosti i da li su

postojali neki momenti koji su se istakli za vas?

- Šta ste naučili o muzici i njenoj sposobnosti da spaja ljude, bez obzira na njihove sposobnosti?
- Ako bismo ponovili ovu aktivnost, koje promjene ili novi elementi biste predložili kako bi iskustvo bilo bolje?



### **Savjeti za fasilitatore**

- Odaberite tiho, udobno mjesto, slobodno od velikih spoljašnjih zvukova.
- Pripremite opremu i izbor pjesama unaprijed.



### **Pristupačnost**

- The activity is broadly accessible and engaging. Ensure all instruments and materials are easy to use and adapt as needed for participants with different abilities.



### **Materijali**

- Aktivnost je široko dostupna i angažujuća. Osigurajte da svi instrumenti i materijali budu jednostavni za korišćenje i prilagodite ih prema potrebama učesnika sa različitim sposobnostima.



# Početno ronjenje za osobe s oštećenjem vida

Težina: Ekspertski nivo

Trajanje: 10 sati

Grupa: 3 osobe s oštećenjem

vida i 3 sertifikovana instruktora



## Kratak pregled

Njegova aktivnost je osmišljena da pruži osobama sa oštećenjem vida uzbudljivo iskustvo ronjenja u otvorenim vodama, podstičući inkluzivnost u avanturističkim sportovima. Ova specifična aktivnost podstiče osnaživanje, mentalno blagostanje, svijest i inkluziju.



## Ciljevi

- Podsticanje ličnog rasta i izgradnja samopouzdanja među učesnicima sa oštećenjem vida.
- Isticanje koristi ronjenja za mentalno zdravlje i smanjenje stresa kod osoba sa oštećenjem vida.
- Promovisanje razumijevanja i prihvatanja sposobnosti osoba sa oštećenjem vida u avanturističkim sportovima kao što je ronjenje.



## Materijali

- Profesionalna ronilačka oprema, uređaji za zvučne signale i adaptivna oprema posebno dizajnirana za ronioce sa oštećenjem vida.



## Aktivnost

- *Faza pripreme (7-8 sati):* Priprema za ronjenje je od najveće važnosti kako bi učesnici bili upoznati sa konceptom aktivnosti. Zbog toga je potrebno uložiti značajno vrijeme izvan otvorenih voda kako bi se učesnici međusobno upoznali i stekli osnovne vještine, znanja i kompetencije koje će im omogućiti da se pripreme za ronilačku aktivnost. Detaljna obuka u kontrolisanom okruženju (npr. bazen) kako bi učesnici bili upoznati sa principima ronjenja, upotrebom opreme, bezbjednosnim protokolima i efikasnim tehnikama komunikacije pod vodom. Tokom sesija, treba razviti i testirati komunikacijski sistem između osoba sa oštećenjem vida i instruktora, kao i detaljno objasniti šta mogu očekivati pod vodom. Obuku treba provoditi instruktori sa iskustvom u radu sa osobama sa oštećenjem vida.
- *Faza izvođenja (2-3 sata):* Ronjenje u otvorenim vodama u parovima, pri čemu svaki par čine



- sa oštećenjem vida i instruktor. Instruktor pruža taktilnu i zvučnu podršku, osiguravajući kontinuirani fizički kontakt i komunikaciju za sigurnu navigaciju.



## Debriefing i evaluacija

*Sljedeća pitanja mogu se koristiti tokom faze debriefinga:*

- Koje aspekte ronjenja ste smatrali najprijetnijim ili osnažujućim?
- Kako se podvodno iskustvo razlikovalo od vaših očekivanja, posebno u smislu senzorne percepcije?
- Koje biste poboljšanja ili promjene predložili za buduće ronilačke sesije kako bi se poboljšalo iskustvo za učesnike sa oštećenjem vida?

## Savjeti za instruktore

- Osigurajte da instruktori budu dobro obučeni za pomoć ronioce sa oštećenjem vida.
- Održavajte siguran, podržavajući i strpljiv pristup tokom cijele aktivnosti.



## Pristupačnost

- Povezivanje ronilaca sa oštećenjem vida saiskusnim instruktorima jedan na jedan.
- Upotreba specijalizovane ronilačke opreme prilagođene osobama sa oštećenjem vida.
- Osigurajte da lokacije za ronjenje budu pristupačne i sigurne za sve učesnike.



## Materijali

- Obrazovni materijali o principima ronjenja i bezbjednosnim protokolima prilagođeni osobama sa oštećenjem vida.





# Kajak za osobe s oštećenjem vida

Težina: Srednji nivo

Trajanje: 3-4 sata

Grupa: 10-12 učesnika



## Kratki pregled

Ova aktivnost kajakaštva ima za cilj da pruži osobama sa oštećenjem vida jedinstveno i inkluzivno iskustvo sportova na vodi, podstičući osjećaj avanture i povezanosti s prirodom.



## Ciljevi

- Omogućiti osobama sa oštećenjem vida da učestvuju u kajakaštvu, promovirajući inkluzivnost u rekreativnim aktivnostima.
- Povećati fizičku snagu i blagostanje kroz kajakaštvo.
- Pružiti jedinstvenu taktilnu i zvučnu interakciju s prirodom, obogaćujući senzorno iskustvo učesnika sa oštećenjem vida.



## Materijali

Kajaci, paddlovi, prsluci za spašavanje i suve torbe.



## Aktivnost

Priprema (1 sat):

- Procijeniti sposobnosti učesnika za plivanje.
- Podijeliti prsluke za spašavanje svim učesnicima.
- Objasniti pravila sigurnosti, uključujući postupke u slučaju prevrnuća.
- Formirati parove između učesnika sa oštećenjem vida i osoba sa normalnim vidom.
- Provoditi sesiju za razbijanje leda kako bi se parovi upoznali i zbližili.

Instrukcija i praksa (1 sat):

- Demonstrirati komponente kajaka i tehnike.
- Održati taktilnu i zvučnu obuku o osnovama kajakaštva, uključujući udarce sa paddlom, ravnotežu i sigurnosne procedure.
- Uspostaviti jasan komunikacijski sistem između parova.

Kajakaška sesija (1 sat):

- Pomoći učesnicima sa oštećenjem vida da se smjeste u kajak.
- Osobe sa normalnim vidom pomažu i podržavaju svoje partnere, pružajući pozitivno ohrabrenje.
- Članovi osoblja patroliraju područjem radi sigurnosti.

## Debriefing i evaluacija



Sljedeća pitanja mogu se koristiti tokom faze debriefinga:

- Kako se iskustvo kajakaštva upoređuje sa vašim početnim očekivanjima?
- Koje aspekte kajakaštva ste smatrali najprijatnijim ili najizazovnijim?
- Kako možemo dodatno poboljšati pristupačnost i uživanje u kajakaštvu za učesnike sa oštećenjem vida u budućim sesijama?

## Savjeti za instruktore



- Osigurajte snažan fokus na sigurnost i efikasnu komunikaciju. Omogućite dovoljno vremena učesnicima da se upoznaju sa svojim partnerima i kajacima.

## Pristupačnost



- Koristite zvučne signale i uspostavite jasan sistem partnera za sigurnost i upoznavanje sa opremom. Naglasite senzorna iskustva kao što su osjećaj vode i zvukovi prirode.

## Materijali



- Obrazovni materijali o tehnikama kajakaštva i sigurnosnim protokolima, prilagodljivi za osobe sa oštećenjem vida.

# Pješačenje za osobe s oštećenjem vida

**Težina: Početni nivo**

**Trajanje: 2-3 sata**

**Gropa: 16-20 (miks)**



## Kratki pregled

Ova aktivnost ima za cilj da pruži osobama sa oštećenjem vida obogaćujuće iskustvo na otvorenom, povezujući ih s prirodom kroz vođenu planinarsku avanturu.



## Ciljevi

- Olakšati jednak pristup aktivnostima na otvorenom za osobe sa oštećenjem vida, podstičući inkluzivnost i zajedništvo.
- Poboljšati vještine orijentacije i mobilnosti učesnika u prirodnom okruženju.
- Promovisati fizičku kondiciju, mentalno zdravlje i terapijske koristi prirode.
- Ojačati ulogu planinarenja kao inkluzivne i pristupačne rekreativne aktivnosti.



## Materijali

- Planinarske čizme koje odgovaraju svim učesnicima.
- Taktilne mape i audio vodiči za navigaciju stazom.
- Sveobuhvatan komplet prve pomoći za hitne slučajeve.
- Komunikaciona sredstva za održavanje kontakta.



## Aktivnost

Faza pripreme (50 minuta):

- Odabrati planinarsku stazu koja je sigurna i pristupačna za osobe sa oštećenjem vida. Staza treba da bude relativno ravna, sa minimalnim prepreka i jasno definisanim putem.
- Uspostaviti i komunicirati jasne smjernice o sigurnosti i hitnim procedurama. To uključuje uputstva za potencijalne situacije kao što su promjene vremena ili medicinske hitne slučajeve.
- Osigurati da aktivnost bude nadgledana od strane sertifikovanih planinarskih lidera sa iskustvom u vođenju osoba sa oštećenjem vida. Ovi lideri će biti odgovorni za ukupnu sigurnost i pružanje pomoći tokom planinarenja.
- Pripremiti taktilne mape i audio vodiče koji detaljno prikazuju raspored staze i pružiti

sveobuhvatan pregled aktivnosti planinarenja, uključujući odabranu stazu, očekivano trajanje i specifične ciljeve planinarenja. Provjeriti da svi učesnici imaju potrebnu opremu, kao što su odgovarajuće čizme i vodene torbe.

Faze planinarenja (30 minuta):

- Upariti svakog učesnika sa oštećenjem vida sa partnerom koji ima normalan vid. Održati kratak uvod u to kako efikasno voditi osobe sa oštećenjem vida, fokusirajući se na komunikaciju, tehnike navigacije i odgovaranje na potrebe planinara sa oštećenjem vida.
- Početi planinarenje, osiguravajući da svaki par sarađuje i da svi učesnici budu udobni sa tempom i uslovima. Lideri i osoblje treba da budu strateški raspoređeni duž staze kako bi pružili pomoć po potrebi.
- Debriefing i evaluacija (40 minuta):

### Debriefing i evaluacija

- Podstaknuti učesnike da pruže povratne informacije o pristupačnosti staze, kvalitetu audio vodiča i taktilnih mapa, kao i efikasnosti uputstava od strane partnera sa normalnim vidom. Diskutovati o mogućim područjima za poboljšanje kako bi se iskustvo unaprijedilo za buduće planinarske aktivnosti, fokusirajući se na pristupačnost, bezbjednosne mjere i uživanje učesnika. Sljedeća pitanja mogu biti korišćena:
  - Koji aspekt planinarenja ste smatrali najprijetnijim ili najizazovnijim?
  - Koliko su bili efikasni materijali za orijentaciju (taktilne mape, audio vodiči) u navigaciji stazom?
  - Na koji način je ova aktivnost poboljšala vaše razumijevanje pristupačnosti u aktivnostima na otvorenom?
  - Možete li pružiti prijedloge za poboljšanje ove aktivnosti?



### Savjeti za instruktore

- Odaberite staze koje su pristupačne osobama sa oštećenjem vida, izbjegavajući strme ili izazovne terene.
- Osigurajte da sve planinarske staze budu dobro označene i bez prepreka.
- Pružite jasna, jednostavna uputstva i konstantnu podršku tokom cijele aktivnosti.



### Pristupačnost

- Birajte staze koje su lako navigabilne sa jasno definisanim orijentirima.
- Razmislite o angažovanju dodatnih volontera za asistenciju u većim grupama.



# Inkluzivni fudbal

**Težina: Srednji nivo  
osoba s oštećenjem vida**

**Trajanje: 2 sata**

**Grupa: 16-24; miks**

## Kratki pregled



Ova aktivnost pruža obuku u fudbalu za osobe s oštećenjem vida, kako za učesnike sa oštećenjem vida, tako i za osobe bez oštećenja, promovišući fizičku aktivnost i društvenu inkluziju.



## Ciljevi

- Omogućiti osobama sa oštećenjem vida da učestvuju u timskom sportu, poboljšavajući fizičku kondiciju i društvenu integraciju.
- Stvoriti inkluzivno okruženje za razvijanje senzorne sposobnosti, timskog rada i fizičke kondicije.
- Suočiti se sa predrasudama o sposobnostima osoba sa oštećenjem vida u sportovima.



## Materijali

- Prilagođeno fudbalsko igralište za fudbal za osobe s oštećenjem vida
- Fudbalske lopte dizajnirane za fudbal za osobe s oštećenjem vida
- Zavoji za sve učesnike



## Aktivnost

*Faza pripreme (30 min):*

- Odabrati odgovarajuće fudbalsko igralište koje se može prilagoditi za fudbal za osobe s oštećenjem vida.
- Instruktor, koji je upoznat sa priručnikom za fudbal za slepe, upoznaje učesnike međusobno.
- Razgovarati o pravilima, propisima i bezbednosnim merama fudbala za osobe s oštećenjem vida, naglašavajući izbegavanje nesreća i sudara.
- Osigurati da svaki učesnik nosi povež na očima kako bi simulirao oštećenje vida.

*Zagrijavanje (15 min):*

- Sprovesti vežbe istezanja i mobilnosti za sve učesnike, pripremajući ih fizički za igru.

*Trening vještina (20 min):*

- Fokusirati se na vežbe koje poboljšavaju prostornu svijest učesnika i taktične vještine, koje su ključne za snalaženje na terenu i praćenje lopte uz pomoć zvuka.

- Obuka učesnika u osnovnim timskim taktikama kao što su pozicioniranje, efikasna komunikacija i koordinirani pokreti na terenu.

Igra utakmice (15 minuta, ali može se produžiti ako je potrebno):

- Podeliti učesnike u dva mešana tima, koji se sastoje od osoba sa oštećenjem vida i osoba sa normalnim vidom.
- Organizovati prijateljsku utakmicu, obezbeđujući pravičnu i ravnopravnu participaciju svih igrača.
- Debriefing i evaluacija (30 minuta):

### **Debriefing i evaluacija**

Nakon utakmice, okupiti učesnike i razgovarati o njihovim iskustvima tokom aktivnosti. Podstaknuti deljenje osećanja, izazova sa kojima su se susreli i strategija koje su koristili da ih prevaziđu. Tražiti povratne informacije za poboljšanja, fokusirajući se na aspekte uživanja i pristupačnosti igre. Sljedeća pitanja mogu biti korišćena tokom debriefinga:

- Kako je nošenje povez za oči uticalo na vaše iskustvo igranja fudbala?
- Koji izazovi su se pojavili tokom igre, i kako ste ih prevazišli?
- Kako je ova aktivnost promenila vaše mišljenje o inkluziji u sportu?
- Molimo vas da podelite sugestije za poboljšanje ove aktivnosti.

### **Savjeti za instruktore**

- Glavni savjet za instruktore je da prioritet daju bezbjednosti, a ne samo igri.
- Osigurati da su svi igrači upoznati sa terenom i pravilima. Podstaknuti jasnu komunikaciju među učesnicima.

### **Pristupačnost**

- Upotreba povez na očima za sve igrače na terenu, osim golmana, stvarajući ravnopravan teren između igrača sa oštećenjem vida i osoba bez oštećenja vida.
- Fudbalske lopte sa zvončićima, što omogućava igračima da lociraju i prate loptu putem zvuka.
- Strukturirani timovi koji se sastoje od osoba sa oštećenjem vida i osoba sa normalnim vidom, čime se stvara inkluzivno okruženje.
- Rotiranje uloga i pružanje prilagođenih uputstava, omogućavajući većem broju učesnika da učestvuju u različitim aspektima igre.
- Ove prilagodbe osiguravaju da aktivnost bude pristupačna i zabavna za osobe sa različitim sposobnostima, naglašavajući pravičnu igru, timski rad i ravnopravno učešće.





- Kako bi se dodatno poboljšala pristupačnost i omogućio veći broj učesnika, omogućiti učestvovanje većem broju igrača time što će se često rotirati uloge, varijacija u dodjeli uloga, povećana podrška i instrukcije.



### **Distribucija materijala**

- Uključiti pojednostavljeni vodič sa pravilima fudbala za slepe i bezbednosnim protokolima. Ovaj vodič treba biti jasan i lako razumljiv, pružajući osnovne informacije o igri i merama zaštite za sve učesnike

# Mapiranje pristupačnosti

**Težina Srednji nivo**

**Trajanje: 150 minuta**

**Gropa:15- 25 učesnika**

## Kratki pregled

Ova aktivnost uključuje grupnu diskusiju o zahtjevima za pristupačnost, nakon čega slijedi terenska anketa za procjenu pristupačnosti lokalnih usluga. Cilj je podići svijest o različitim potrebama za pristupačnost u uslugama zajednice.



## Ciljevi

- Podsticanje razumijevanja da različite osobe zahtijevaju različite nivoe pristupačnosti.
- Procjena i poređenje pristupačnosti lokalnih okruženja i usluga.
- Povećanje svijesti o stvarnoj pristupačnosti u odnosu na teorijska očekivanja.



## Materijali

- Olovke
- Flipchart table
- Notes



## Aktivnost

### Faza 1: Diskusija (20-30 minuta)

- Počnite s otvorenom diskusijom o osnovama pristupačnosti. Podstaknite učesnike da razmotre različite vrste invaliditeta i jedinstvene zahtjeve za pristupačnost koje svaki od njih nosi.
- Olakšajte izradu sveobuhvatne liste koja će istaknuti ključne karakteristike pristupačnosti, kao što su dostupnost rampi, brajevi natpisi, zvučna pomoć i obuka osoblja o svijesti o invaliditetu.
- Iskoristite ovu sesiju da podstaknete učesnike na razmišljanje o različitim potrebama unutar zajednice i važnosti inkluzivnih okruženja.



### Faza 2: Anketa (90 minuta)

- Nakon diskusije, organizujte učesnike u male grupe, osiguravajući mješavinu različitih sposobnosti u svakoj grupi. Ovo pomaže u razvoju empatije i razumijevanja.

- Opremite svaku grupu brainstormiranim spiskom i materijalima za anketu. Dodelite različite lokalne oblasti ili usluge svakoj grupi da procene, fokusirajući se na kriterijume pristupačnosti koji su prethodno utvrđeni. Uputite grupe da posmatraju i zabeleže prisutnost ili odsutnost fizičkih prepreka, spremnost osoblja da pomogne i opštu pogodnost okruženja za osobe sa različitim potrebama.

#### Faza 3: Presentacija rezultata i refleksija (30 minuta)

- Ponovo se okupite u radnoj sobi kako bi grupe prezentovale svoja saznanja. Podstaknite upoređivanje rezultata anketa sa početnim očekivanjima. Postavite pitanja o promenama u percepciji pristupačnosti i diskutujući nova rešenja ili pristupe koji su identifikovani tokom ankete.
- Pozovite učesnike, naročito one sa invaliditetom, da podele svoja lična iskustva i uvid. Razgovarajte o praktičnosti predloženih karakteristika pristupačnosti u njihovim svakodnevnim životima.
- Razmislite o grupnoj dinamici i izazovima s kojima ste se suočili prilikom prilagođavanja različitih potreba tokom ankete. Naglasite važnost empatije, fleksibilnosti i kreativnog rešavanja problema u stvaranju pristupačnih zajednica.



#### Debriefing i evaluacija

Preporučena pitanja za debriefing:

- Kako se promijenila vaša percepcija pristupačnosti nakon ankete?
- Da li vas je nešto iznenadilo u vezi sa aspektima pristupačnosti tokom ankete?
- Kako se rezultati anketa poklapaju sa svakodnevnim iskustvima učesnika sa invaliditetom?
- Koji su izazovi nastali prilikom prilagođavanja različitih potreba tokom aktivnosti?



#### Savjeti za instruktore

- Podstičite otvorene diskusije i cenite sve doprinose.
- Usmeravajte brainstorming sesiju, ali dozvolite da ideje prirodno razvijaju.
- Budite spremni da prilagodite aktivnost na osnovu potreba učesnika.
- Pružite smernice ili predloške za sprovođenje anketa, ukoliko je potrebno.



#### Pristupačnost

- Osigurajte da su različite sposobnosti zastupljene i podržane u svakoj grupi.
- Razmotrite fizičke i senzorne potrebe učesnika tokom terenske ankete.
- Budite spremni da prilagodite aktivnost za inkluzivnost, kao što je sprovođenje alternativne desk istraživačke aktivnosti, ukoliko je potrebno.

# Gdje stojite? Glasovi i mišljenja!

Težina: Početni/Srednji nivo

Trajanje: 90 minuta

Grupa: 15-25 učesnika

## Kratki pregled



Radionica je interaktivna aktivnost osmišljena da podstakne kritičko razmišljanje i svijest među učesnicima o pitanjima vezanim za invaliditet. Učesnici će izražavati i diskutovati o različitim mišljenjima na specifične teme, s posebnim naglaskom na razumijevanje perspektiva i potreba osoba sa invaliditetom.

## Ciljevi



- Povećati svijest o potrebama i iskustvima osoba sa invaliditetom.
- Unaprijediti empatiju i promovirati inkluzivno razmišljanje među učesnicima.
- Produbiti razumijevanje ključnih tema, naročito u vezi sa pristupačnošću i pravima osoba sa invaliditetom.
- Podstaknuti poštovanje i dijalog uvažavajući različite perspektive, doprinoseći tako inkluzivnijem razumijevanju zajednice.

## Materijali

- Kopije izjava koje će biti čitane naglas.
- Alat za označavanje linije.
- Prostoran prostor za kretanje.



## Aktivnost

Uvod (20 minuta):

- Upoznajte učesnike sa temom radionice, pružajući osnovni kontekst i neophodna znanja. Počnite sesiju predstavljanjem ključnih pojmova i izazova u vezi sa inkluzijom osoba sa invaliditetom i pristupačnošću.
- Priznajte prethodne sesije ili diskusije koje su se bavile ovom temom. Ovaj korak je ključan za radionice koje su deo serije, jer pomaže da se poveže trenutna aktivnost sa prethodnim učenjima. Za učesnike koji su novi ili nisu učestvovali u prethodnim diskusijama, pružite sažet i jasan pregled teme.
- Ovo može uključivati definisanje ključnih pojmova, predstavljanje osnovnih pitanja vezanih za temu i objašnjenje zašto su ove diskusije važne.
- Jasno navedite šta aktivnost podrazumijeva i šta očekujete da učesnici dobiju iz nje. Naglasite važnost otvorenosti i poštovanja dijaloga tokom aktivnosti.





#### Realizacija (40 minuta):

- Podijelite prostoriju linijom koja će označavati "Slažem se" i "Ne slažem se" sekcije.
- Čitajte izjave vezane za temu radionice.
- Učesnici treba da se postave u područje koje odgovara njihovom mišljenju. Podstičite diskusiju, ohrabrujte učesnike da podijele svoja mišljenja.
- Dozvolite učesnicima da promijene svoja stajališta na osnovu diskusije koja se razvija.

#### Refleksija (30 minuta):

- Pozovite učesnike da razmotre aktivnosti. Diskutujte o tome kako su se osjećali u vezi sa podijeljenim informacijama i usmjerite razgovor koristeći pripremljena pitanja za debriefing.

### Debriefing i evaluacija

#### Preporučena pitanja za debriefing:

- Kako se vaše mišljenje o izjavama promenio nakon što ste čuli stavove drugih?
- Da li je bilo trenutaka kada ste se osećali izazvano ili iznenađeno mišljenjima drugih? Kako ste to ishandlingovali?
- Koje uvide ste stekli o invaliditetu i pristupačnosti kroz ovu aktivnost?
- Kako diskusije iz ove radionice mogu uticati na vaše akcije ili verovanja u budućnosti?
- Da li je učešće u ovoj aktivnosti promenio vaše razumijevanje inkluzivnosti? Na koji način?
- Koja je izjava izazvala najviše promišljanja i zašto mislite da je imala taj uticaj?



#### Savjeti za fasilitatora:

- Pripremite izjave koje izazivaju raspravu kako biste podstakli značajnu diskusiju ili koristite izjave iz pripremljenih materijala.
- Osigurajte da izjave obuhvate različite aspekte teme.
- Obezbedite dovoljno prostora za sve učesnike, posebno one sa invaliditetom.



#### Pristupačnost:

- Prilagodite vreme i prostor kako biste omogućili učestvovanje osobama sa smanjenom pokretljivošću.
- Pružite auditive ili vizuelne asistencije za osobe sa senzornim invaliditetima.
- Pojednostavite objašnjenja za učesnike sa kognitivnim oštećenjima.



## Materijali



Sljedeće izjave mogu se koristiti od strane fasilitatora. Slobodno dodajte još izjava:

- Preduzeća ne bi trebalo da imaju zakonsku obavezu da učine svoje prostorije pristupačnim osobama sa invaliditetom, jer bi to moglo predstavljati finansijski teret za male firme.
- Pružanje posebnih škola za djecu sa invaliditetom je bolje nego njihovo uključivanje u redovni obrazovni sistem.
- Napredna tehnologija koja pomaže osobama sa invaliditetom ne bi trebalo da bude finansirana od strane države, već bi to trebalo da bude lični trošak.
- Kvote za zapošljavanje osoba sa invaliditetom dovode do tokenizma, a ne do stvarne inkluzivnosti.
- Javne kampanje o invaliditetima čine više štete nego koristi naglašavajući razlike, umjesto zajedničkih karakteristika.
- Rekreativni objekti ne moraju da prioritetno unapređuju pristupačnost, jer oni nisu osnovne usluge.

# Inkluzivna igra: Sport za sve sposobnosti

Težina: Srednji

Vrijeme: 120 minuta

Grupa: 8-16



## Kratak pregled

Ova aktivnost uključuje učesnike sa i bez invaliditeta koji učestvuju u sportu, simulirajući različite invaliditete. Cilj je podstaći razumevanje i empatiju prema izazovima sa kojima se osobe sa invaliditetom suočavaju u sportu.



## Ciljevi

- Podizanje svesti o različitim potrebama osoba sa invaliditetom u sportu.
- Podsticanje inkluzivnog učešća i prilagodljivosti u sportskim aktivnostima.
- Unapređenje timskog rada i saradnje među učesnicima, bez obzira na sposobnosti.

## Materijali

- Materijali se razlikuju u zavisnosti od izabranog sporta i simuliranih invaliditeta (npr. povez za oči, užad, invalidska kolica).



## Aktivnost

Uvod i diskusija (15 minuta):

- Započnite razgovor o izazovima sa kojima se osobe sa invaliditetom suočavaju. Razgovarajte o tome kako ti izazovi utiču na učešće u sportovima.



Izbor invaliditeta (10 minuta):

- Učesnici bez invaliditeta biraju invaliditet koji će simulirati, od ponuđenih opcija.

Prilagođavanje invaliditetima (15 minuta):

- Podelite potrebne predmete (povezi za oči, užad za vezivanje udova, invalidska kolica itd.) kako bi simulirali izabrane invaliditete.

Igranje sporta (40 minuta):

- Uključite učesnike u odabrani sport, primenjujući prilagodbe. Posmatrajte dinamiku i interakcije među učesnicima.

Hlađenje (10 minuta):

- Omogućite učesnicima da se vrate u normalno stanje i pripreme za debriefing.

Debriefing i evaluacija (30 minuta):

- Pomoću pripremljenih pitanja, podstaknite učesnike da podele svoja iskustva, osećanja i mišljenja o izazovima i prilagodbama tokom aktivnosti.



## Debriefing i evaluacija



Počnite sa pitanjem učesnicima šta misle o aktivnosti, da li im se dopala i eventualnim promenama koje bi želeli da izvrše.

Nakon toga, pređite na razmatranje njihovih utisaka o igri koju su igrali. Sledeća pitanja su predložena:

- Kako je simulacija invaliditeta promenila vaš pristup sportu?
- Koje nove perspektive ili izazove ste otkrili kroz ovu aktivnost?
- Kako sport može postati inkluzivniji na osnovu vašeg iskustva danas?
- Šta ste naučili o timskom radu i saradnji u inkluzivnom sportskom okruženju?

## Savjeti za facilitatora

- Obezbedite poštovanje i bezbedno okruženje.
- Fokusirajte se na podsticanje razumevanja i prilagodljivosti.
- Pripremite različite opcije invaliditeta za simulaciju.
- Vodite diskusije kako biste unapredili empatiju i inkluzivno razmišljanje.



## Pristupačnost

- Prilagodite izbor sporta i simulaciju invaliditeta u zavisnosti od sposobnosti učesnika.
- Osigurajte da sve prilagodbe budu bezbedne i sa poštovanjem.
- Budite spremni da modifikujete aktivnost u skladu sa različitim potrebama.



# Inkluzivna perspektiva: Multimedijalno pripovijedanje

Težina: Početni/Srednji

Vrijeme: 90 minuta

Grupa: 15-25 učesnika



## Kratak pregled

U ovoj radionici, učesnici sarađuju na stvaranju multimedijalnog sadržaja koji je fokusiran na podizanje svesti o problemima osoba sa invaliditetom. Ovaj angažujući i kreativni proces doprinosi dubljem razumevanju problema sa invaliditetom i izaziva predrasude. Ovaj pristup obezbeđuje da učesnici ne samo da uče o pitanjima vezanim za invaliditet, već i aktivno doprinose diskursu kroz kreativni digitalni izraz.



## Ciljevi

- Podsticanje informisanih diskusija i povećanje svesti o temama vezanim za invaliditet kroz različite multimedijalne formate.
- Razvijanje timskog rada i dodela specifičnih uloga, sa naglaskom na značaj različitih perspektiva u razumevanju problema sa invaliditetom.
- Podsticanje učesnika da digitalno izraze svoja stanovišta i ideje o invaliditetu, čime doprinose širem razumevanju i svesti zajednice.



## Materijal

- Olovke i papir za brainstorming i planiranje.
- Multimedijalni uređaji (telefon, računari, itd.) za kreiranje sadržaja.
- Rezervni digitalni uređaji za grupe koje nemaju pristup ličnim uređajima.



## Aktivnost

Faza 1: Uvod (20 minuta)

- Predstavite glavni cilj radionice i pozovite učesnike da izbrainstormuju 4-5 tema vezanih za izazove sa kojima se suočavaju osobe sa invaliditetom u oblastima kao što su obrazovanje, zapošljavanje, pristupačnost, ljudska prava, inkluzija itd.
- Podelite učesnike u 4 grupe i zamolite ih da izaberu jednu temu na kojoj bi želeli da se fokusiraju.
- Takođe, podstaknite učesnike da razmotre različite perspektive i digitalne formate medija koje mogu odabrati da izraze izazove sa kojima se suočavaju osobe sa invaliditetom (kako je izabrano u svakoj grupi) i da predlože moguća rešenja.

## Faza 2: Radionice (70 minuta)

- Svaka mala grupa treba da se sastane i izbrainstormuje kako bi razvila multimedijalni sadržaj koristeći bilo koju metodu koju preferiraju, u vezi sa temom koju su izabrali.
- Podstaknite eksperimentisanje sa različitim medijima (fotografija, video, kolaž, podcast). Pružite podršku svakoj grupi sa resursima i olakšajte brainstorming ako je potrebno. Dozvolite grupama da stvaraju sadržaj, osiguravajući aktivno učešće svih članova.
- Nakon stvaranja sadržaja, okupite grupe za prezentaciju i povratnu informaciju.

## Refleksija (30 minuta):

- Olakšajte diskusiju o sadržaju, procesu i dinamici grupe. Podstaknite povratne informacije o iskustvu radionice. Razgovarajte o izazovima sa kojima su se učesnici suočili i kako su ih prevazišli. Istaknite važnost timskog rada i kreativnosti u multimedijalnim projektima.



## Debriefing i evaluacija

Pitanja koja se mogu koristiti za debriefing:

- Kako je odabrani medij (fotografija, video, itd.) uticao na način na koji ste izrazili izazove sa kojima se suočavaju osobe sa invaliditetom?
- Koje nove uvide ste stekli o odabranoj temi vezanoj za invaliditet kroz ovaj kreativni proces?
- Da li je bilo iznenađenja ili neočekivanih izazova na koje ste naišli dok ste kreirali vaš multimedijalni sadržaj?
- Kako je vaša grupa saradivala da uključi različite perspektive i rešenja u vaš projekat?
- Koji aspekt vašeg projekta smatrate da je najslikovitije prenio poruku ili izazov koji ste obrađivali?
- Kako mislite da vaš multimedijalni rad može doprineti podizanju svesti ili pokretanju akcije na temu invaliditeta?

## Savjeti za facilitatore

- Prilagodite stil vođenja radionice proaktivnosti i kreativnosti grupe.
- Ponudite ravnotežu slobode i smernica u stvaranju sadržaja.
- Osigurajte inkluzivno učešće, uzimajući u obzir različite sposobnosti učesnika.
- Pomozite grupama sa tehničkim aspektima kreiranja multimedijalnog sadržaja, ako je potrebno.



## Pristupačnost

- Radionica je fleksibilna i može se prilagoditi različitim invaliditetima.
- Podržite učesnike u izboru odgovarajućih formata medija prema njihovim sposobnostima.
- Osigurajte da svi multimedijalni uređaji budu pristupačni i pružite pomoć kada je to potrebno.



# Empatija u akciji: Razumijevanje iskustava osoba s invaliditetom

Težina: Srednji nivo

Trajanje: 90 minuta

Grupa: 12-15 učesnika



## Kratki pregled

Ova radionica fokusira se na razumijevanje različitih iskustava pojedinaca, uključujući osobe sa invaliditetom. Cilj je diskutovati i razmisliti o društvenim iskustvima života, prednostima i manama.



## Ciljevi

- Povećati svijest o tome kako invaliditeti utiču na živote.
- Podsticati empatiju i inkluzivnost prema osobama sa invaliditetom.
- Ohrabriti diskusiju o tome kako učiniti zajednice pristupačnijim.



## Materijali

Prilagođene liste za provjeru, olovke i materijali za resurse. (digitalne ili štampane liste za provjeru)



## Aktivnost

- Uvod (20 min): Razgovarati o konceptu društvenih privilegija i mana, sa fokusom na invaliditete. Ukratko diskutovati o empatiji među učesnicima.
- Individualna refleksija (15 min): Podijeliti učesnicima materijale i zamoliti ih da pročitaju izjave u formularu i označe ako se odnose na njih.
- Rad u grupama (30 min): Podijeliti učesnike u male grupe od 4 do 6 osoba. Učesnici pregledaju i diskutuju listu za provjeru, razmišljajući o svojim iskustvima i situaciji osoba sa invaliditetom u njihovim lokalnim zajednicama.
- Diskusija i refleksija (25 min): Početi pozivanjem učesnika da iznesu svoje početne misli i osjećaje nakon rada sa listom za provjeru. Ovo može uključivati bilo kakva saznanja, iznenađenja ili nelagodnosti koje su doživjeli tokom aktivnosti. Podijeliti uvide i podsticati dijalog o inkluzivnosti i svijesti o invaliditetu. Olakšati razmjenu ličnih uvjerenja i diskutovati o koracima za promociju inkluzivnosti. Koristiti pitanja predložena za završnu diskusiju.

## Debriefing i evaluacija

Sljedeća pitanja mogu poslužiti kao vodič za diskusiju nakon aktivnosti:

- Koje izjave u listi za provjeru izazvale su najviše diskusije ili refleksije u vašoj grupi? Zašto mislite da je to bilo tako?
- Na koji način prepoznavanje različitih iskustava i privilegija može dovesti do pozitivnih promjena u našim ličnim i profesionalnim životima?
- Da li je vaša grupa naišla na različite perspektive o određenim iskustvima? Kako ste navigirali kroz ove razlike?
- Koji su ključni uvidi ili lekcije koje ste izvukli iz današnje aktivnosti?
- Kako možemo podsticati kontinuiranu i konstruktivnu diskusiju o različitostima i inkluziji?



## Savjeti za fasilitatore

- Podstičite otvoren dijalog i fokusirajte se na razumijevanje i empatiju.

## Pristupačnost

- Osigurajte da su materijali pristupačni (veliki font, prilagođeno za čitače ekrana), kao i da je prostor pristupačan.





## Materijal: Liste za provjeru sa izjavama

- Nikada nisam bio/la onemogućen/a da pristupim zgradi zbog fizičkih prepreka.
- Uvijek sam pronalazio/la obrazovne materijale koji odgovaraju mojim potrebama za učenjem.
- Siguran/a sam da će moj glas biti saslušan u grupnoj diskusiji.
- Ne moram se brinuti da će moja djeca biti negativno stereotipizovana u školi.
- Moje „(medicinske)” potrebe nikada nisu bile ignorisane ili pogrešno shvaćene zbog nedostatka svijesti.
- Nikada nisam doživio/la diskriminaciju zasnovanu na invaliditetu na radnom mjestu.
- Javni prevoz u mom području je potpuno pristupačan za mene, bez obzira na moje fizičke sposobnosti.
- Nikada nisam osjećao/la isključenost iz društvenih aktivnosti zbog problema sa pristupačnošću.
- Nikada nisam morao/la brinuti o tome kako da priuštim osnovne životne potrebe kao što su hrana ili stanovanje.
- Nikada nisam bio/la doveden/a u pitanje ili sumnjan/a u svoje sposobnosti zbog svog uzrasta.
- Ne osjećam potrebu da umanjim svoju inteligenciju kako bih se uklopio/la ili izbjegao/la osudu.
- Udobno mogu izraziti svoja politička ili društvena stajališta bez straha od odmazde.
- Tehnologija koju svakodnevno koristim dizajnirana je uzimajući u obzir moje specifične potrebe.
- Uvijek sam mogao/la izraziti svoje potrebe i da budu razumljene od strane drugih bez problema.
- Nikada nisam bio/la diskriminisan/a.
- Ova lista može poslužiti kao alat za refleksiju i diskusiju tokom radionice, podstičući učesnike da razmotre vlastita iskustva i perspektive.

# Empatija u zapošljavanju: Interaktivno iskustvo

Težina: Srednji nivo

Vrijeme: 120 minuta

Grupa: 12-16 učesnika

## Kratki pregled

Ova aktivnost fokusira se na istraživanje inkluzivnosti na radnom mjestu kroz scenarije uloga. Učesnici preuzimaju uloge poslodavaca i potencijalnih zaposlenih u intervjuima za posao u oblasti korisničkog servisa, pri čemu svaki scenarijo uvodi izazove i razmatranja u vezi sa različitim sposobnostima. Cilj je ukazati na značaj razmjernih prilagodbi i inkluzivnih praksi zapošljavanja.



## Ciljevi

- Istražiti suptilnosti potreba povezanih sa invaliditetom na radnom mjestu.
- Pružiti platformu za vježbanje veština samostalne advokacije.
- Povećati svijest o pravu na rad i ljudskom dostojanstvu.



## Materijali

- Karte za igre uloga sa detaljima različitih scenarija.
- Olovke i papir za bilješke.



## Aktivnosti

- Uvod (30 minuta): Razgovarati o konceptu prava na rad i njegovim implikacijama za osobe sa invaliditetom.
- Referencirati međunarodne dokumente o ljudskim pravima koji naglašavaju ovo pravo. Možete spomenuti različite instrumente na međunarodnom nivou za ljudska prava koji navode pravo na rad, kao što su: Univerzalna deklaracija ljudskih prava; Međunarodni pakt o ekonomskim, socijalnim i kulturnim pravima; Konvencija Ujedinjenih nacija o pravima osoba sa invaliditetom (UNCRPD) (materijali za učesnike).
- Izvođenje (50 minuta): Organizujte učesnike u male grupe za igre uloga (dva poslodavca, jedan zaposleni, dva posmatrača). Dodelite uloge poslodavaca i potencijalnih zaposlenih, kao i posmatrača, i obezbijedite 15 minuta za pripremu. Posmatrači treba da bilježe dinamiku interakcije. Nakon završetka, učesnici mogu promeniti uloge među sobom i isprobati različite uloge.
- Svaki scenarijo treba da odražava jedinstveni izazov vezan za inkluzivnost na radnom mjestu.







- Podstičite autentičnost i osjetljivost tokom igre uloga.
- Diskusija i refleksija (40 minuta):
- Razgovarajte o faktorima koji doprinose visokom stepenu nezaposlenosti među osobama sa invaliditetom. Istražite zablude o sposobnostima osoba sa invaliditetom na radnom mjestu.

### **Debriefing i evaluacija**



Razgovarajte o perspektivama i iskustvima koja su podijeljena tokom igre uloga. Razmislite o uticaju inkluzivnosti i razmjernih prilagodbi na radnom mjestu. Razgovarajte o tome kako različite zemlje implementiraju pravo na rad za osobe sa invaliditetom. Sljedeća pitanja mogu poslužiti kao vodič za debriefing:

- Kako je učešće u ovim scenarijima uloga uticalo na vaše razumijevanje izazova sa kojima se osobe sa invaliditetom suočavaju na radnom mjestu?
- Kao poslodavac u igri uloga, koja razmatranja su vam bila najizazovnija kada ste razmišljali o prilagodbama?
- Za one koji su igrali ulogu zaposlenog, kako se osjećate kada ste se zauzeli za svoje potrebe u radnom okruženju?
- Koje su ključne lekcije o važnosti empatije i razumijevanja u stvaranju inkluzivnog radnog okruženja?
- Kako mislite da bi ova iskustva mogla uticati na vaš pristup zapošljavanju i inkluziji u stvarnim radnim uslovima?
- Koje strategije se mogu primijeniti kako bi se poboljšala komunikacija i razumijevanje između poslodavaca i zaposlenih sa invaliditetom?
- Kako poslodavci i kolege mogu bolje podržati integraciju i uspjeh osoba sa invaliditetom na radnom mjestu?

### **Savjeti za fasilitatore**



- Usmjerite učesnike da tačno razumiju svaku ulogu i scenarij.
- Održavajte okolinu poštovanja i osjetljivosti.
- Koristite igru uloga kao alat za podsticanje empatije i razumijevanja.

### **Pristupačnost**



- Osigurajte da su svi materijali pristupačni (npr. veliki font, digitalni format).
- Prilagodite scenarije uloga kako bi odgovarali različitim sposobnostima učesnika.
- Pružite udoban prostor za otvoren i inkluzivan dijalog.

## **Handout 1: Ključni dokumenti ljudskih prava koji se odnose na pravo na rad**



Važni dokumenti na koje treba obratiti pažnju:

- **Opća deklaracija o ljudskim pravima, Generalna skupština Ujedinjenih naroda**

Opća deklaracija o ljudskim pravima

- **Opća deklaracija o ljudskim pravima navodi u Članu 23.1:**

(1) Svako ima pravo na rad, slobodan izbor zaposlenja, pravedne i povoljne radne uvjete te zaštitu od nezaposlenosti."

- **Međunarodni pakt o ekonomskim, socijalnim i kulturnim pravima, Generalna skupština Ujedinjenih naroda**

Međunarodni pakt o ekonomskim, socijalnim i kulturnim pravima

- **Međunarodni pakt o ekonomskim, socijalnim i kulturnim pravima navodi u Dijelu III, Članu 6:**

"(1) Države stranke ovog Pakta priznaju pravo na rad, koje uključuje pravo svakog pojedinca da ima priliku za zarađivanje života putem rada koji slobodno bira ili prihvata, i poduzet će odgovarajuće mjere kako bi osigurale ovo pravo."

"(2) Mjere koje će poduzeti država stranka ovog Pakta kako bi postigla potpuno ostvarenje ovog prava uključuju tehničke i stručne smjernice i programe obuke, politike i tehnike za postizanje stabilnog ekonomskog, socijalnog i kulturnog razvoja i potpune i produktivne zaposlenosti uz uvjete koji štite temeljna politička i ekonomska prava pojedinca."



- **Konvencija Ujedinjenih nacija o pravima osoba sa invaliditetom**  
<https://www.ohchr.org/en/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-persons-disabilities>

## **Handout 2 - Scenariji za igru uloga koji detaljno prikazuju različite invaliditete i situacije na radnom mjestu.**

### **Scenario 1: Oštećenje sluha**

Uloga poslodavca: Vi ste poslodavac koji sprovodi intervju. Svjesni ste oštećenja sluha kandidata i spremni ste da efikasno komunicirate, osiguravajući jasnu vidljivost za čitanje sa usana i razmatrate korišćenje indukcionog sistema ako je dostupan.

Uloga zaposlenog: Vi ste kandidat sa oštećenjem sluha, vješt u čitanju sa usana. Očekujete jasnu komunikaciju i korišćenje svih potrebnih asistivnih uređaja tokom procesa intervjua.

### **Scenario 2: Oštećenje vida**

Uloga poslodavca: Kao intervjuar, razumijete oštećenje vida kandidata i unaprijed ste pripremili pristupačne digitalne materijale. Spremni ste da razgovarate o prilagođavanjima na radnom mjestu kao što su softveri za čitanje ekrana i brajina dokumenta.

Uloga zaposlenog: Kao kandidat sa oštećenjem vida, koristite softver za čitanje ekrana i braj. Očekujete da poslodavac pruži pristupačne materijale za intervju i spremni ste da diskutujete o tome kako navigirate kroz digitalne prostore.

### **Scenario 3: Oštećenje pokretljivosti (korisnik invalidskih kolica)**

Uloga poslodavca: Vi ste poslodavac koji intervjuiše korisnika invalidskih kolica. Osigurali ste da je lokacija intervjua pristupačna i otvoreni ste za diskusiju o adaptacijama na radnom mjestu za mobilnost.

Uloga zaposlenog: Kao korisnik invalidskih kolica, tražite pristupačno mjesto za intervju. Spremni ste da diskutujete o tome kako adaptacije na radnom prostoru mogu povećati vašu produktivnost.

### **Scenario 4: Neurodivergentnost (Spektrum autizma)**

Uloga poslodavca: Vi intervjuišete kandidata sa spektrumom autizma. Stvorili ste udobno okruženje za intervju sa minimalnim stimulacijama i otvoreni ste za diskusiju o fleksibilnim radnim aranžmanima i mirnom radnom prostoru.

Uloga zaposlenog: Kao kandidat sa spektrumom autizma, tražite radno okruženje koje je mirno i bez velikih distrakcija. Spremni ste da razgovarate o tome kako fleksibilnost u radnim aranžmanima može poboljšati vašu produktivnost i dobrostanje.





### **Scenario 6: Neurodivergentnost (Preosjetljivost na stimuluse)**

Uloga poslodavca: Vi intervjušete kandidata koji je neurodivergentan i osjetljiv na prekomjernu stimulaciju. U intervjuu pružate umirujuće okruženje i razmatrate kako prostor može biti prilagođen kako bi se smanjili stresori. Otvoreni ste za razgovor o fleksibilnim radnim uslovima koji omogućavaju efikasno izvršavanje zadataka.

Uloga zaposlenog: Kao neurodivergentan kandidat, osjetljiv ste na prekomjernu stimulaciju. Tokom intervjuja, nastojite da prenesete kako podržavajuće radno okruženje može poboljšati vašu performansu. Spremni ste da diskutujete o načinima na koje možete raditi efikasno u mirnijem okruženju sa potrebnim prilagodbama.

# Radionica o inkluzivnoj komunikaciji

**Težina: Srednji nivo**

**Vrijeme: 120 minuta**

**Grupa: 10-20 učesnika**

## Kratki pregled

Ova radionica ima za cilj razvijanje razumijevanja i efikasnih strategija komunikacije u interakcijama sa osobama sa invaliditetom. Učesnici se upuštaju u različite vježbe kako bi poboljšali svijest i naučili inkluzivne tehnike komunikacije.



## Ciljevi

- Razviti empatiju i razumijevanje za osobe sa invaliditetom.
- Koristiti efikasnu i poštovanu komunikaciju sa osobama sa invaliditetom.
- Promovisati inkluzivnost u ličnim i profesionalnim okruženjima.



## Materijali

- Scenariji za igru uloga, smjernice za inkluzivan jezik, formulari za povratne informacije.



## Aktivnost

### Faze aktivnosti:

#### Uvod (30 minuta):

- Prezentacija o važnosti inkluzivne komunikacije, koja uključuje osnovne principe i savjete za komunikaciju sa osobama sa invaliditetom.
- Diskusija o izazovima u komunikaciji i važnosti stvaranja sigurnog i inkluzivnog okruženja.

#### Vježbe u igri uloga (60 minuta):

##### Vježba 1: Vođenje sa zatvorenim očima (Simulacija oštećenja vida):

- U parovima, jedan učesnik je sa povezom na očima, dok ga drugi vodi kroz prepreke, kako bi simulirali iskustvo osobe sa oštećenjem vida.
- Priprema: Kreirati siguran put sa malim, neopasnim preprekama (npr. stolicama, stazama, laganim objektima).
- Aktivnost: Vođa (osoba koja vodi) daje jasne usmene instrukcije kako bi osigurala siguran prolaz kroz prepreke. Komunikacija i povjerenje su ključni, i osoba koja vodi treba jasno izražavati šta se dešava i kuda treba ići.
- Nakon završetka: Učesnici zamijene uloge i ponove vježbu.





## **Vježba 2: Navigacija u invalidskim kolicima (Simulacija oštećenja pokretljivosti):**

- Učesnici će iskusiti kako je to kretati se u invalidskim kolicima kroz prepreke, kako bi razumjeli izazove s kojima se suočavaju osobe sa problemima u kretanju.
- Priprema: Pripremiti stazu sa prepreka koje će izazvati fizičke prepreke, poput stepenica (ako je moguće, treba ih izbjegavati), uskih prolaza ili neravnih površina.
- Aktivnost: Učesnici koji koriste invalidska kolica pokušavaju se kretati kroz stazu, dok drugi učesnici pomažu sa smjernicama ili sugestijama.
- Nakon završetka: Diskutovati o iskustvima i izazovima sa kojima su se susreli učesnici u ovoj vježbi.

## **Diskusija i refleksija (30 minuta):**



- Razgovarajte o iskustvima tokom igre uloga i kako su se učesnici osjećali dok su simulirali invaliditete.
- Ispitajte kako su komunikacija i povjerenje između partnera igrali ključnu ulogu u uspjehu svake vježbe.
- Razmislite o izazovima s kojima se osobe sa invaliditetom svakodnevno suočavaju i kako možemo poboljšati naše ponašanje i pristup prema inkluzivnosti.

## **Savjeti za fasilitatore:**

- Održavajte sigurno okruženje, podstičući učesnike da se otvore i dijele svoja iskustva.
- Obezbijedite da svi učesnici razumiju i poštuju granice tokom vježbi.
- Koristite inkluzivan jezik i budite osjetljivi na različite potrebe i izazove učesnika.

## **Pristupačnost:**



- Osigurajte da su svi materijali (npr. uputstva i smjernice) pristupačni (veliki fontovi, digitalni format).
- Prilagodite aktivnosti tako da uključuju sve učesnike, bez obzira na njihove fizičke ili senzorne sposobnosti.
- Pružite udoban prostor za rad, koji omogućava lako kretanje i inkluzivnu interakciju.





# Inkluzivna svijest o cyberbullyingu

**Težina: Srednji nivo**

**Vrijeme: 90 minuta**

**Grupa: 8-24 učesnika**

## Kratki pregled

Ova aktivnost istražuje cyberbullying sa fokusom na njegov uticaj na osobe sa invaliditetom. Učesnici analiziraju studije slučaja koje uključuju scenarije u kojima osobe sa invaliditetom doživljavaju online uznemiravanje, razumijevajući jedinstvene izazove na koje mogu naići.



## Ciljevi

- Podizanje svijesti o uticaju cyberbullyinga na osobe sa invaliditetom.
- Razumijevanje važnosti inkluzivnog online ponašanja.
- Razvijanje strategija za podršku osobama sa invaliditetom koje doživljavaju cyberbullying.



## Materijali

- Prilagođene studije slučaja, olovke, papiri.



## Aktivnost

Uvod (20 minuta): Brainstorming o konceptu cyberbullyinga. Razgovarati o cyberbullyingu, s naglaskom na njegov uticaj na osobe sa invaliditetom. Pitati učesnike da podijele bilo kakve priče koje su susreli u svom životu/zajednici/lokalnom okruženju.

Analiza studija slučaja (40 minuta): Podijeliti učesnike u male grupe i pružiti im pripremljene scenarije za analizu. Učesnici treba da diskutuju o sljedećim pitanjima:

- Kako cyberbullying može pogoršati svakodnevne borbe osobe sa invaliditetom?
- Koju ulogu mogu imati vršnjaci i članovi online zajednice u prevenciji ili zaustavljanju cyberbullyinga prema osobama sa invaliditetom?
- Koje specifične akcije ili strategije mogu biti implementirane da zaštite i podrže osobe sa invaliditetom od cyberbullyinga?
- Kako se društvene mreže i online forumi mogu učiniti sigurnijim i inkluzivnijim za osobe sa invaliditetom?

Grupna diskusija i refleksija (30 minuta): Podijeliti zaključke i



razgovarajte o strategijama koje uključuju sve učesnike u prevenciji i borbi protiv cyberbullyinga. Fokusirajte se na ulogu posmatrača i važnost inkluzivnih online zajednica. Razmislite o potencijalnim dugoročnim uticajima cyberbullyinga na osobe sa invaliditetom i kako podrška može pozitivno uticati na njihovu dobrobit. Razgovarajte o načinima za promovisanje inkluzivnosti i empatije u digitalnim prostorima.



### **Debriefing i evaluacija**

Sljedeća pitanja mogu biti korišćena za vođenje diskusije o debriefingu:

- Kako je istraživanje ovih scenarija promijenilo vaše razumijevanje uticaja cyberbullyinga na osobe sa invaliditetom?
- Koji su ključni zaključci o specifičnim izazovima sa kojima se suočavaju osobe sa invaliditetom u online prostorima?
- Po vašem mišljenju, koje su najefikasnije strategije za prevenciju i rešavanje cyberbullyinga prema osobama sa invaliditetom?
- Kako možemo kao pojedinci doprineti stvaranju sigurnijih i inkluzivnijih online zajednica za sve, uključujući i osobe sa invaliditetom?
- Koju ulogu igraju empatija i razumijevanje u borbi protiv cyberbullyinga, posebno kada su u pitanju osobe sa invaliditetom?
- Na osnovu današnje aktivnosti, koje korake možete preduzeti kako biste podržali osobe sa invaliditetom koje bi mogle biti izložene cyberbullyingu?



### **Savjeti za fasilitatore**

- Osigurajte da scenariji budu realistični i osjetljivo prikazuju iskustva osoba sa invaliditetom.
- Podstičite empatiju i razumijevanje tokom diskusija.



### **Pristupačnost**

- Pružite studije slučaja u pristupačnim formatima (npr. veliki font, audio).
- Osigurajte da prostor bude pristupačan svim učesnicima, uključujući i osobe sa invaliditetom.

## Materijal 1



Facilitator može kreirati različite scenarije ili koristiti sledeće:

**Isključenost na društvenim mrežama:** Tinejdžer sa autizmom stalno je isključen iz online grupnih aktivnosti i ismevan zbog svojih društvenih postova. Nasilnici prave memeove koji izruguju njegov ponašanje i stil komunikacije.

**Ismijevanje fizičkog invaliditeta:** Osoba sa fizičkim invaliditetom postaje meta online uznemiravanja. Video snimci koji ismevaju njihov način hodanja kruže internetom, a upućuju se pogrđni komentari o njihovim fizičkim sposobnostima.

**Online uznemiravanje zbog teškoća u učenju:** Srednjoškolac sa disleksijom suočava se sa cyberbullyingom nakon što su njegove teškoće sa čitanjem i pisanjem postale poznate na društvenoj mreži. Vršnjaci dele njegov pisani rad online kako bi se rugali njegovim pravopisnim greškama.

**Pretnje zbog mentalnih zdravstvenih problema:** Odrasla osoba sa mentalnim zdravstvenim stanjem postaje meta na online forumu. Prima preteće poruke i komentare koji omalovažavaju njen zdravstveni problem, pogoršavajući njenu anksioznost i nivo stresa.

# Moć jezika u razumijevanju invaliditeta

Težina: Srednji nivo

Trajanje: 90 minuta

Grupa: 8-24 učesnika



## Kratki pregled

Ova radionica istražuje kako jezik utiče na percepciju invaliditeta. Učesnici analiziraju različite narative u vezi sa događanjima ili postignućima koja su povezana sa invaliditetom. Aktivnost naglašava uticaj izbora reči, tona i načina predstavljanja u medijima na oblikovanje društvenih stavova prema invaliditetima.



## Ciljevi

- Prepoznati i razumeti različite vrste jezika koje mediji koriste u vezi sa invaliditetom.
- Razumeti moć jezika u oblikovanju mišljenja o invaliditetima.
- Podstaći kritičko razmišljanje o medijskoj reprezentaciji osoba sa invaliditetom.



## Materijali

- Kopije različitih medijskih narativa koji se fokusiraju na invaliditet.
- Olovke i papiri za bilješke.



## Aktivnost

Uvod (20 minuta): Razgovarajte o tome kako nijanse jezika utiču na percepciju invaliditeta. Predstavite različite medijske narative o događanjima vezanim za invaliditet. Za fasilitatora: Molimo vas da osigurate da ova aktivnost bude što pristupačnija, koristeći različite metode vizualizacije (računarska projekcija, flipchart, itd.).

Grupna analiza (40 minuta): Podijelite učesnike u male grupe i zatražite od njih da pretraže internet, različite masovne medije (TV, radio, a posebno pisane medije), pronađu članke o osobama sa invaliditetom i analiziraju narative. Fokusirajte se na identifikaciju jezika koji osnažuje, stigmatizuje ili patronizuje osobe sa invaliditetom.

Grupna diskusija i refleksija (30 minuta): Podijelite nalaze i diskutujte o tome kako različite predstave utiču na društvene stavove prema invaliditetima. Pitajte učesnike da daju sugestije kako koristiti medije u omladinskom radu dok se radi sa osobama sa invaliditetom.

- Možete koristiti predložena pitanja za debriefing.

## Debriefing i evaluacija



Sljedeća pitanja su predložena za debriefing:

- Koje su glavne karakteristike prema kojima su manjinske grupe u našem okruženju prikazane u medijima?
- Koji stilovi naracije su najviše uticali na vašu percepciju događaja?
- Kako možemo promovirati osnažujuće i tačne prikaze invaliditeta u medijima?
- Kako su se perspektive vaše grupe o invaliditetu promijenile kroz ovu aktivnost?

## Savjeti za fasilitatore

- Podstičite poštovanje i otvorene diskusije.
- Naglasite cilj razumijevanja, a ne ocjenjivanja.
- Usmjerite učesnike da razmišljaju o širem uticaju jezika na inkluziju osoba sa invaliditetom.



## Pristupačnost

- Pružite materijale u pristupačnim formatima (npr. veliki font, digitalni formati).
- Osigurajte da prostor bude pristupačan učesnicima sa različitim invaliditetima.
- Ponudite verbalne opise svih vizuelnih materijala koji se koriste.





## **Materijal 1**

Fasilitator može koristiti sledeće primjere ili druge koji se mogu naći na internetu:

### **Pozitivan i osnažujući narativ:**

Naslov: "Inspirativni atletičar prevazilazi izazove i postiže uspjeh u konkurentskim sportovima"

(Ovaj članak fokusira se na postignuća, posvećenost i strast pojedinca prema sportu. Naglašava njihov put, ističući otpornost, težak rad i pozitivan uticaj inkluzivnih sportskih programa. Narativ uključuje citate od samog atletičara i njihovih podržavalaca, prenoseći odlučnost i izazivanje stereotipa o invaliditetu.)

### **Neutralan i informativan narativ:**

Naslov: "Lokalni atletičar učestvuje u regionalnom sportskom događaju"

(Ova verzija daje jednostavan izvještaj o učešću atletičara na sportskom događaju. Detaljno prikazuje takmičenje, performanse atletičara i relevantne činjenice, bez prekomjernog naglašavanja njihovog invaliditeta. Ton je neutralan, uz inkluzivan jezik, tretirajući atletičara kao i svakog drugog takmičara.)

### **Senzacionalizovan i fokusiran na sažaljenje narativ:**

Naslov: "Hrabri invalidni atletičar pobjeđuje prepreke u potrazi za normalnošću"

(Ovaj narativ senzacionalizuje invaliditet atletičara, koristeći emocionalno nabijen jezik i prikazujući učešće u sportu kao herojski napor protiv nepremostivih prepreka. Fokus je na izazovima, a ne na postignućima, što može izazvati sažaljenje ili pojačati stereotipe o invaliditetu kao tragičnom stanju.)

### **Stigmatizujući i patronizirajući narativ:**

Naslov: "Enthusiasta u sportu suočava se sa atletskim izazovima uprkos ograničenjima"

(Ovaj narativ suptilno pojačava stereotipe, prikazujući atletičara kao nekog ko pokušava dostignuća "uprkos ograničenjima". Naglasak je više na percipiranim ograničenjima nego na sposobnostima, čime se doprinosi patronizirajućem tonu koji može nenamjerno učvrstiti društvene predrasude.)

# Fudbal sa naočarima / Golbal

**Težina: Početni nivo**

**Trajanje: 90 minuta**

**Group: 6-24 učesnika**

## Kratki pregled

Ova aktivnost koristi "domaće naočare" kako bi simulirala oštećenje vida tokom fudbalske igre. Učesnici doživljavaju izazove s kojima se suočavaju osobe sa oštećenjem vida, promovišući empatiju i razumijevanje.



## Ciljevi

- Razviti empatiju prema osobama sa oštećenjem vida.
- Razumjeti izazove s kojima se osobe sa oštećenjem vida suočavaju u svakodnevnim aktivnostima.
- Promovisati timski rad i komunikaciju u modificovanom okruženju.



## Materijali

- Kanap, plastične čaše, makaze, fudbalska lopta i prostor za igru.

## Aktivnost

Priprema (20 minuta): Uputiti učesnike kako da naprave naočare koristeći kanap i plastične čaše koje simuliraju oštećenje vida.

Formiranje timova i dodjela uloga (20 minuta): Podijelite učesnike u dva tima i dodijelite uloge za fudbalsku igru.

Igranje fudbala (20 minuta): Održite fudbalsku utakmicu u kojoj svi učesnici nose naočare. Pazite na bezbjednost i podstičite komunikaciju među igračima.

Zaključak i refleksija (30 minuta): Okupite učesnike kako bi podijelili svoja iskustva i diskutovali o izazovima sa kojima su se susreli. Pitajte učesnike kako je iskustvo promijenilo njihovo razumijevanje oštećenja vida. Diskutujte o strategijama koje su bile efikasne u prilagođavanju novim izazovima. Reflektujte o važnosti empatije i inkluzije za osobe sa invaliditetom.



## Debriefing i evaluacija

Sljedeća pitanja mogu se koristiti za debriefing:

- Kako je igranje fudbala sa naočarima koje simuliraju oštećenje vida promijenilo vaš pogled na svakodnevne izazove osoba sa oštećenjem vida?
- Koje strategije ste koristili kako biste se prilagodili novim izazovima tokom igre?
- Kako ste se osjećali u timskom okruženju sa smanjenim vizuelnim informacijama?





- Šta ste naučili o važnosti komunikacije i saradnje kada su u pitanju ljudi sa vizuelnim oštećenjima?
- Kako ovaj iskustveni rad može uticati na vaše ponašanje i stavove prema osobama sa oštećenjem vida?
- Na koji način je ova aktivnost povećala vašu empatiju prema osobama sa oštećenjem vida?
- Kako se uvidi stečeni tokom ove aktivnosti mogu primijeniti kako bi svakodnevna okruženja bila inkluzivnija za osobe sa oštećenjem vida?
- Ako biste ponovo igrali ovu igru, koje strategije biste koristili kako biste poboljšali svoj učinak i timski rad?
- Koje lekcije se mogu naučiti iz ove aktivnosti o važnosti dizajniranja inkluzivnih aktivnosti i prostora?

### Savjeti za facilitatora



- Prioritetizujte sigurnost tokom cijele aktivnosti.
- Podstičite učesnike da se izraze i podijele svoja osjećanja otvoreno.
- Olakšajte diskusije koje povezuju aktivnost sa širim temama inkluzivnosti i empatije.

### Pristupačnost



- Prilagodite pravila fudbalske igre kako bi bila sigurna i inkluzivna za sve učesnike.
- Obratite pažnju na fizički prostor kako bi bio prilagođen svim učesnicima, uključujući one sa poteškoćama u mobilnosti.

### Materijali za ruke



Koraci za pravljenje naočara:

- Priprema čaša: Uzmite dvije plastične čaše i napravite dvije male rupe nasuprot jedna drugoj na vrhu svake čaše (blizu ivice).
- Sječenje kanapa: Izmjerite i isjecite komad kanapa dovoljno dug da udobno ide oko glave učesnika. Dužina će se razlikovati u zavisnosti od uzrasta i veličine učesnika.
- Sastavljanje naočara: Provucite kanap kroz rupe u svakoj plastičnoj čaši, vežući čvorove na svakom kraju kako bi sigurno držali čaše na mestu. Osigurajte da čaše budu postavljene kao naočare na mestu gde bi oči bile.
- Prilagođavanje učesnicima: Podesite dužinu kanapa tako da naočare udobno, ali čvrsto, prate glavu svakog učesnika. Čaše treba da oponašaju oštećenje vida bez izazivanja nelagodnosti.
- Napomena o sigurnosti: Podsjetite učesnike da se kreću oprezno dok nose naočare. Pratite aktivnost kako biste osigurali sigurnost u svakom trenutku.

# Razumijevanje nevidljivih invaliditeta

Težina: Srednji nivo

Trajanje: 90 minuta

Grupa: 10-16 učesnika

## Kratak pregled

Ova aktivnost ima za cilj povećanje svijesti i razumijevanja nevidljivih invaliditeta. Uključuje grupne diskusije o specifičnim nevidljivim invaliditetima, s naglaskom na izazove s kojima se pojedinci suočavaju i istraživanje strategija podrške. Učesnici će naučiti kako prepoznati uticaj ovih invaliditeta i diskutovati o načinima stvaranja inkluzivnijih okruženja.



## Ciljevi

- Promovisati razumijevanje različitih nevidljivih invaliditeta.
- Identifikovati i diskutovati o izazovima s kojima se suočavaju osobe sa ovim invaliditetima.
- Istraživati strategije za stvaranje podržavajućih i inkluzivnih okruženja.



## Materijali

- Materijali o različitim nevidljivim invaliditetima, markeri, flipchart ili bijela tabla.



## Aktivnost

- Uvod (10 min): Facilitator daje pregled nevidljivih invaliditeta. Diskutuju se uobičajene zablude i uticaj koji ovi invaliditeti mogu imati na svakodnevni život pojedinaca. Razmatraju se pravo na privatnost naspram potencijalnih koristi od otkrivanja invaliditeta radi razumijevanja i podrške. Ispituje se društvena ravnoteža između promoviranja svijesti o nevidljivim invaliditetima i poštovanja izbora pojedinaca da zadrže takve informacije privatnim.
- Grupna diskusija i prezentacija (50 min): Učesnici se dijele u grupe i svaka grupa diskutuje o dodijeljenom nevidljivom invaliditetu, fokusirajući se na izazove i strategije podrške. Svaka grupa predstavlja svoja saznanja, ističući ključne izazove, uspješne priče poznatih osoba i moguće akcije koje mogu pomoći u stvaranju podržavajućih okruženja.
- Refleksija (30 min): diskutuje se o sličnostima i razlika između iskustava osoba sa nevidljivim invaliditetima i razmatraju načini za stvaranje inkluzivnijeg okruženja. Diskusija će takođe obuhvatiti strategije za podizanje svijesti uz poštovanje privatnosti pojedinaca.



Podstaknite učesnike da podele lične uvide ili promjene u percepciji u vezi sa nevidljivim invaliditetima. Diskutujte o značaju empatije i razumijevanja u različitim okruženjima. Da li kao društvo treba da promoviramo otkrivanje ovih slučajeva? Ili je za društvo možda lakše – i manje uznemirujuće – ako ti ljudi zadrže ove informacije za sebe? Ako odluče da to zadrže za sebe – da li to može izazvati osećaj isključenosti kod tih ljudi? Da li ljudi biraju da ne otkriju takve stvari o sebi jer se boje da neće biti prihvaćeni od drugih? Ili mogu postojati i drugi razlozi?

### **Debrifing i evaluacija**



Za debrifing se mogu koristiti sledeća pitanja:

- Da li je neko u vašoj grupi podijelio lična iskustva ili povezanost sa primjerima koji su diskutovani?
- Kako su ova lična iskustva doprinijela razgovoru?
- Kako mislite da treba tretirati osobe sa ovim invaliditetima u radnom okruženju, školi itd.? Da li bi one trebalo da dobiju specijalni tretman?
- Šta mislite o slučajevima kada osoba odluči da nikome ne otkrije svoje stanje?

### **Savjeti za facilitatora**



- Ohrabrite poštovano slušanje i otvoreni dijalog.
- Koristite stvarne primjere da biste ilustrovali poente.
- Razjasnite sve zablude ili stereotipe.

### **Pristupačnost**



- Ponudite različite formate materijala i obrazaca, kao što su veliki font, Brajevo pismo i digitalne verzije koje su prilagođene čitačima ekrana.
- Odaberite pristupačan prostor opremljen rampama, liftovima i drugim potrebnim sadržajima za fizičku pristupačnost.
- Stvorite prijatnu atmosferu koja poštuje različite kulturne pozadine. Osigurajte inkluzivnost u sadržaju i primjerima.
- Kreirajte prostor koji podržava učesnike i omogućava im da traže smjernice ili pomoć. Proaktivno implementirajte strategije za zadovoljavanje različitih potreba, osiguravajući aktivno učešće svih.

## Materijal 1 - Nevidljivi invaliditet



### **Hronična bol:**

- Uporna bol koja traje duži vremenski period.
- Nelagodnost, bol ili ukočenost u mišićima ili zglobovima.
- Umor i poremećaji spavanja.

### **Anksiozni poremećaji:**

- Prekomerna briga ili strah koji je teško kontrolisati.
- Nemirnost ili osećaj napetosti.
- Ubrzan rad srca, znojenje, drhtanje ili otežano disanje.

### **Depresija:**

- Uporna osećanja tuge ili praznine.
- Gubitak interesa ili uživanja u aktivnostima.
- Promene u apetitu i obrascima spavanja.
- 

### **Disleksija:**

- Teškoće u čitanju, pisanju i prepoznavanju pisanih reči.
- Izazovi u fonološkom procesuiranju i dekodiranju.

### **Poremećaj pažnje i hiperaktivnosti (ADHD):**

- Nepažnja, impulzivnost i hiperaktivnost.
- Teškoće u održavanju pažnje i organizaciji.
- Nemirnost i impulzivno donošenje odluka.

### **Autoimuni poremećaji (npr. Reumatoidni artritis, Lupus):**

- Bol u zglobovima, ukočenost i oticanje.
- Umor, slabost i malaksalost.
- Upala koja pogađa različite organe.

### **Migrene:**

- Intenzivni, pulsirajući bolovi u glavi često praćeni mučninom i osjetljivošću na svjetlost i zvuk.
- Vizuelne smetnje (aurama) prije ili tokom migrene.

### **Upalna bolest crijeva (npr. Kronova bolest, Ulcerozni kolitis):**

- Bolovi u stomaku i grčevi.
- Proljevanje ili konstipacija.
- Umor i nenamjerni gubitak težine.

### **Fibromialgija:**

- Rasprostranjeni bolovi u mišićima i nježnost.
- Umor i poremećaji spavanja.
- Kognitivne poteškoće (fibromagla).

### **Posttraumatski stresni poremećaj (PTSP):**

- Uznemirujući sjećaji, flashbackovi ili noćne more povezane sa traumatskim događajem.
- Izbjegavanje podsjetnika na traumu.
- Hiperuzbuđenost, uključujući pojačanu reakciju na iznenadni stres.

# Trasa sasmostalnog života

Težina: Srednji nivo

Vrijeme: 4 sata

Grupa: 10 -12 učesnika



## Kratak pregled

Ova radionica se bavi izazovima s kojima se susrijeću mladi ljudi sa invaliditetom na putu ka postizanju samostalnosti. Aktivnost je pogodna za obrazovne ustanove, omladinske kampove i organizacije koje se fokusiraju na podršku i osnaživanje osoba sa invaliditetom.



## Ciljevi

- Osnažiti učesnike sa osnovnim vještinama i znanjima potrebnim za prelazak u samostalan život odraslih.
- Podstaknuti razvoj podržavajuće zajednice za snalaženje u složenostima odraslog života, s naglaskom na uzajamnu pomoć i saradnju.
- Ohrabriti proaktivno traženje i prihvatanje dostupne podrške, čime se unapređuje donošenje informisanih odluka i autonomija u životnoj odluci.



## Materijali

- Papirne korpe, papiri, pisani materijal
- Materijali za simulaciju budžeta (igrane valute, kartice sa troškovima)
- Alati za pristupačnost (tumači za znakovni jezik, asistivne uređaje za čitanje)
- Materijali/šabloni iz "Lotos" organizacije za priručnik o nezavisnom životu [LINK](#)



## Aktivnost

Uvodna vježba (20 min):

- Izvodite energizirajuću vježbu/pokret koji je prikladan za dinamiku grupe, osiguravajući pristupačnost, a nakon toga predstavite ciljeve aktivnosti.

Moj najbolji scenario (40 min):

- Učesnici pojedinačno zamišljaju svoj idealni život za 10 godina.
- Potičite ih da vizualiziraju detalje vezane za lokaciju, društvo, aktivnosti i emocije. Dijele neka od tih viđenja sa grupom.

Samoocjena – Gdje sam sada? (20 min):

- Učesnici dobijaju papirne korpe i papire.
- Oni se samoocjenjuju u vezi sa trenutnim resursima i potrebama za buduće ciljeve.
- Predmeti koji predstavljaju trenutne resurse stavljaju se u korpu, dok se potrebe ostaju vani

Grupna saradnja - Pozovi prijatelja ili pitaj publiku (40 min):

- Učesnici navode i dijele dvije neispunjene potrebe.
- Članovi grupe nude rješenja ili resurse koje imaju.

Razgovori o potencijalnim dugoročnim rješenjima ili smanjenju posljedica.

Vježba budžetiranja - vrijeme je novac, dio 1 (40 min):

- Učesnici u grupama od po tri osobe upravljaju simuliranim budžetom.

Cilj je učinkovito raspodijeliti sredstva za mjesečne potrebe.

Planiranje ciljeva - vrijeme je novac, dio 2 (40 min):

- Učesnici postavljaju osobne ciljeve u zdravlju, vještinama i društvenom životu.

Uključivanje tih ciljeva u godišnje i tjedne planove radi odgovornosti.

Završna refleksija (30 min):

- Razgovor o doprinosima i uvidima stečenim tokom aktivnosti, te o prilikama koje su učesnicima omogućile da prepoznaju svoj napredak.
- Debriefing treba biti u posljednjem krugu, s prostorom za refleksiju o naučenim stvarima, ali i o stvarima koje ovaj workshop nije mogao pružiti.

### **Debriefing i evaluacija**

- Za debriefing se mogu koristiti sljedeća pitanja:
- Koji je vaš glavni zaključak iz današnjeg workshopa?
- Kako se osjećate u vezi resursa i podrške koja je bila tema današnjeg rada?
- Koje strategije ili ideje ćete implementirati na svom putu prema nezavisnosti?
- Kako možemo poboljšati ovaj workshop kako bismo bolje odgovorili na vaše potrebe?

### **Savjeti za facilitatore**

- Naglasiti aktivno slušanje i stvaranje prostora bez prosuđivanja.
- Potaknuti facilitatora da podijeli vlastita iskustva ako su relevantna.
- Obratiti pažnju na različite potrebe i pozadinu učesnika.

### **Pristupačnost**

- Osigurati pristup prostoriji za osobe u invalidskim kolicima.
- Osigurati materijale u više formata (Braille, veliki tisk, digitalni).
- Razmotriti različite kognitivne sposobnosti učesnika prilikom dizajniranja aktivnosti.

### **Materijali**

- Relevantni obrasci i materijali zasnovani na priručniku. Obrazci/priručnici od "Lotos" organizacije - Priručnik za nezavisno življenje.



# Priručnik za analizu pristupačnosti

Težina: Ekspertski nivo

Trajanje: 4 sata

Grupa: 20-25 učesnika



## Kratki pregled

Ova aktivnost služi kao alat za arhitektonsku pristupačnost i analizu. Uključuje sveobuhvatna objašnjenja i primjere ocjenjivih objekata, elemenata i metoda procjene, obrazaca i zahtjeva, kao i primjere izvještavanja i formate. Aktivnost se dinamično prilagođava specifičnim potrebama korisnika i pokriva širok spektar tema, uključujući procjenu ulaza, unutrašnjosti, obuku osoblja, dostupnost liftova i još mnogo toga.



## Ciljevi

- Pružiti osnovnu obuku mladim aktivistima, unapređujući njihovo razumijevanje zahtjeva pristupačnosti.
- Pružiti neprocjenjive resurse studentima arhitekture i dizajna, proširujući njihov pogled na inkluzivni dizajn.



## Materijali

- Osnovni alati za obuku, oprema za prezentacije, flipchartovi, markeri, naljepnice i papir.
- Prostor treba biti potpuno pristupačan i dovoljno prostran za grupne aktivnosti.



## Aktivnost

Upoznavanje i uvođenje u radionicu i njene ciljeve (10 min):

Usmjeravanje svrhe i ciljeva sesije.

Princip univerzalnog dizajna (20 min):

PowerPoint prezentacija koja objašnjava univerzalni dizajn i njegove društvene koristi.

## Vježba 1: Različiti aspekti pristupačnosti (50 min):

Podijelite učesnike u četiri grupe koje se fokusiraju na sljedeće oblasti:

- Ulazi u zgrade
- Unutrašnjost zgrada
- Ulice i vanjski prostori
- Online prostori



- Dodijelite svakom članu ulogu koja predstavlja različite vrste invaliditeta (npr. oštećenje vida, oštećenje sluha, korisnik invalidskih kolica, autizam, nizak rast, itd.). Potičite učesnike da se stave u ulogu nepoznatih potreba kako bi bolje razumjeli različite zahtjeve.
- Grupama je zadatak da identificiraju i diskutiraju o potrebama za pristupom za svaku ulogu.
- Prezentirajte i diskutirajte rezultate.



#### Vježba 2: Hodanje stvarnošću (50 min):

- Prikazivanje četiri audio-vizualna primjera različitih stvarnih prostora i događaja, kao što su stan, javni prostor (škola ili bolnica), događaj (protest ili koncert) i web stranica.
- Učesnici imaju zadatak da prepoznaju barijere u pristupačnosti i predlože ispravke.
- Potičite prepoznavanje granica razumnih prilagodbi.

#### Kviz o pristupačnosti (20 min):

- Koristite online alate kako biste kreirali kviz sa otprilike 10 pitanja.
- Nagradite prva tri najviša rezultata simboličnim nagradama.

#### Debriefing i evaluacija (30 min):

- Olakšajte refleksivnu diskusiju o procesu i stečenim uvidima.

#### Pitanja za debriefing i evaluaciju:

- Koji je bio najutjecajniji uvid koji ste stekli o pristupačnosti iz današnjih aktivnosti?
- Kako planirate primijeniti znanje o arhitektonskoj pristupačnosti i univerzalnom dizajnu u svom profesionalnom ili privatnom životu?
- Koji izazov u pristupačnosti o kojem je bilo riječi danas vam je najviše odjeknuo, i kako biste ga riješili?
- Kako je ova radionica utjecala na vaš pristup razumijevanju i zagovaranju inkluzivnog dizajna?
- Koje elemente radionice ste smatrali najučinkovitijima i što biste poboljšali za buduće sesije?



#### Savjeti za facilitatore:

- Koristite praktične primjere, video materijale, slike i prezentacije učesnika kako biste ilustrirali zahtjeve pristupačnosti.
- Osigurajte da je sadržaj razumljiv i lako razumljiv, čak i za početnike.





## **Pristupačnost**

- Organizujte aktivnost u pristupačnom prostoru uz dostupnu osobnu pomoć.
- Svi pisani materijali trebaju biti pročitani naglas.
- Pružite usluge prevođenja ako je potrebno.

# Forum Teatar za svijest o invaliditetu:

**Težina: Srednji**    **Vrijeme: 5 sati(pauza uključena)**    **Grupa: 16-24**

## Kratak pregled

Forum teatar, poznat i kao "Teatar potlačenih", je dinamičan i interaktivan oblik teatra koji ima za cilj promoviranje društvenih promjena i podizanje svijesti o različitim društvenim pitanjima, naročito onima vezanim za osobe s invaliditetom. U ovoj aktivnosti, prikazuju se stvarne situacije vezane za invaliditet. Nakon početne izvedbe, publika je pozvana da aktivno sudjeluje, bilo zamjenjujući glumce na pozornici ili nudeći prijedloge kako bi se izmijenio ishod scenarija, čime se potiče dublje razumijevanje i empatija prema izazovima s kojima se suočavaju osobe s invaliditetom.



## Ciljevi

- Povećati razumijevanje i osjetljivost prema izazovima s kojima se suočavaju osobe s invaliditetom.
- Inspirirati empatiju i zagovarati inkluzivne prakse omogućujući učesnicima da dožive i reagiraju na scenarije vezane za invaliditet.
- Koristiti interaktivnu dramu kao alat za isticanje i rješavanje prepreka s kojima se suočavaju osobe s invaliditetom u društvu.



## Materijali

- Pristupačna postavka pozornice.
- Jednostavna scenografija za prikazivanje različitih scenarija.
- Osnovna zvučna i rasvjetna oprema za poboljšanje izvedbe.



## Aktivnosti

Pripremna faza (do 2 sata): Učesnici se pozivaju da se prisjete ili zamisle scenarije u kojima su oni ili drugi doživjeli potlačenost ili se suočili s izazovima vezanim za invaliditet. Odabire se 3-4 različite priče koje pokrivaju teme kao što su diskriminacija, problemi s pristupom i socijalna isključenost. Dodjeljuju se uloge za svaki scenarij, uključujući osobu s invaliditetom, opresore, promatrače ili neutralne likove. Pripremaju se sažeti i snažni skripti za svaki scenarij.



Izvedba (80 min): Izvedite svaki scenarij prema pripremama. Nakon izvedbi, pozovite publiku da se uključi, nudeći prijedloge ili zamjenjujući glumce na pozornici kako bi izmijenili ishod scenarija predlažući druge

- alternative i uzimajući sami uloge. Ovaj interaktivni element omogućuje prirodnu i srčanu reakciju od strane glumaca i publike. ctors and audience members.

Debriefing i refleksija (40 min): Izrazite zahvalnost učesnicima i publici. Facilitirajte diskusiju u kojoj prisutni mogu podijeliti svoja iskustva i uvid u aktivnost, fokusirajući se na to kako su se njihove percepcije ili stavovi prema invaliditetu možda promijenili.



### Debriefing i evaluacija

Sljedeća pitanja mogu biti korištena za debriefing:

- Kako je učešće u ili posmatranje scena forum teatra uticalo na vaše razumijevanje ili percepciju izazova s kojima se suočavaju osobe s invaliditetom?
- Za one koji su preuzeli ulogu, kako je iskustvo utjelovljenja lika s invaliditetom ili suočavanja s diskriminacijom uticalo na vašu empatiju ili svijest?
- Kao član publike, šta ste naučili iz alternativnih ishoda koje su predložili ili izveli drugi učesnici?
- Koja rješenja ili promjene predložene tokom izvedbe smatrate najizvodljivijim i najuticajnijim u stvarnim životnim scenarijima?
- Kako zamišljate primjenu uvida stečenih tokom ove aktivnosti u svom svakodnevnom životu ili zajednici kako biste promovisali inkluzivnost i podršku osobama s invaliditetom?



### Savjeti za facilitatore

- Osigurajte da svaka scena bude jednostavna, sa samo nekoliko rečenica i jasnim slikama, kako bi publika lako shvatila osnovni problem.
- Motivirajte članove publike da učestvuju, podsjećajući ih da profesionalno glumačko iskustvo nije potrebno.
- Istaknite emocionalni i društveni uticaj svake situacije kako biste izazvali dublje razumijevanje pitanja vezanih za invaliditet.



### Pristupačnost

- Osigurajte tumače znakovnog jezika kako bi se obezbijedila pristupačnost za osobe s oštećenjem sluha.
- Koristite zvučne efekte i jednostavne naracije kako bi se poboljšalo razumijevanje, naročito za prisutne sa oštećenjem vida.
- Osigurajte da je scena i prostor za izvedbu pristupačan za učesnike s poteškoćama u kretanju, sa pomoćnicima koji će biti na raspolaganju po potrebi.

# Osnove u pružanju personalna asistencije za osobe sa invaliditetom.

težina: Početni

Vrijeme 180 minuta

Grupa: 10- 25

## Pregled aktivnosti

Radionica predstavlja praktičan trening dizajniran da poduči osnovne vještine u pružanju lične asistencije osobama sa različitim invaliditetima. Cilj workshopa je upoznati učesnike, naročito nove radnike i volontere u organizacijama, sa filozofijom samostalnog življenja. Kroz demonstracije i aktivno učešće, učesnici će naučiti pravilne načine pružanja pomoći, osiguravajući sigurnost, poštujući dostojanstvo i podržavajući osobe u njihovom radnom okruženju.



## Ciljevi

- Osigurati da učesnici razumiju principe samostalnog življenja i važnost autonomije osoba sa invaliditetom.
- Razviti praktične vještine u pružanju pomoći osobama sa različitim invaliditetima, poput onih koji koriste invalidska kolica, osoba sa oštećenjem vida, sluha, intelektualnim ili psihosocijalnim poteškoćama.
- Obučiti učesnike o načinima prevencije nesreća i osigurati da dostojanstvo i granice onih kojima se pomaže budu poštovani.



## Materijali

- Prezentacija, različita pomagala (invalidska kolica, štaka, povež za oči).



## Aktivnosti

- Uvod u filozofiju samostalnog življenja (30 min): Prezentacija koja se fokusira na to šta čini pomoć, a šta ne. Ističu se ključna pravila poput nikada ne pretpostavljati, uvijek pitati, davanje prioriteta sigurnosti i poštovanju granica.
- Praktične demonstracije (80 min):
- Pomoć korisnicima invalidskih kolica: Demonstracija šta je dozvoljeno, a šta nije, uz priliku za igru uloga.
- Pomoć slijepim osobama: Vježbe i igre uloga kako bi se razumjeli odgovarajući načini pomoći.





- Pomoć osobama sa oštećenjem sluha: Vježbe na efikasnim strategijama komunikacije.
- Pomoć osobama sa intelektualnim invaliditetom: Igra uloga i tehnike pristupačne komunikacije.
- Pomoć osobama sa psihosocijalnim invaliditetom: Razumijevanje i prakticiranje poštovanja i otvorenog dijaloga.
- Demonstracija učesnika (30 min): Svaki učesnik nasumično bira zadatak i demonstrira svoje razumijevanje pružanja pomoći.
- Debriefing i refleksija (40 min): Stvaranje podržavajuće atmosfere u kojoj učesnici mogu vježbati i postavljati pitanja. Poticanje dijeljenja ličnih granica i nesigurnosti. Naglašavanje da je ovo osnovna obuka i da će učenje nastaviti kroz iskustvo.

### **Debriefing i evaluacija**

Sljedeća pitanja mogu se koristiti za debriefing:



- Šta je vaš ključni zaključak iz prakticiranja različitih oblika pomoći?
- Kako je iskustvo zamjene uloga između pružanja i primanja pomoći uticalo na vaše razumijevanje potreba i granica osoba sa invaliditetom?
- Da li je bilo aspekata pružanja pomoći koji su vam bili posebno izazovni ili prosvjetljujući?
- Kako planirate primijeniti ove vještine u vašem radnom okruženju kako biste podržali kolege ili klijente sa invaliditetom?
- Kako je ovaj workshop uticao na vaš pristup interakciji i komunikaciji sa osobama sa invaliditetom?

### **Savjeti za facilitatora**

- Osigurajte da učesnici dožive obje uloge: davanje i primanje pomoći kako bi bolje razumjeli i artikulirali te perspektive.
- Pristupačnost
- Aktivnost je dizajnirana da bude potpuno pristupačna, omogućavajući učešće svima.



## Uputstvo

### Smjernice za pružanje lične pomoći osobama sa invaliditetom



**Uvod:** Ovaj vodič je dizajniran da pomogne osoblju i volonterima u razumijevanju i efikasnom pružanju lične pomoći osobama sa invaliditetom. Naš cilj je promovisanje nezavisnosti, poštovanja dostojanstva i osiguranje sigurnosti svih strana koje su uključene.

Ključna načela:

#### **Poštovanje i dostojanstvo:**

- Uvijek tretirajte osobe sa invaliditetom s najvećim poštovanjem i dostojanstvom.
- Razumite da pružanje pomoći znači omogućavanje nezavisnosti, a ne preuzimanje zadataka.

#### **Komunikacija:**

- Uvijek pitajte prije nego što pružite pomoć; nikada ne pretpostavljajte da je pomoć potrebna ili željena.
- Koristite jasnu, poštovanu i direktnu komunikaciju.
- Za osobe koje su gluhe ili teško čuju, osigurajte da vam lice bude vidljivo za čitanje s usana ili koristite tumača ako je potrebno.

#### **Sigurnost na prvom mjestu:**

- Budite svjesni sigurnosti i za osobu i za sebe.
- Razumite i pratite bilo kakve specifične upute vezane za mobilna pomagala ili asistivne uređaje osobe.

#### **Razumijevanje granica:**

- Poštujte lični prostor i granice.
- Izbjegavajte nepotreban fizički kontakt.

#### **Odgovaranje na potrebe:**

- Budite pažljivi i odgovorni na potrebe i zahtjeve osobe.
- Prilagodite svoju pomoć na osnovu povratnih informacija i preferencija osobe.

#### **Smjernice za specifične vrste invaliditeta: Pomoć korisnicima invalidskih kolica:**

- Nemojte se oslanjati na invalidska kolica niti ih premještati bez dozvole.
- Osigurajte da su putevi slobodni i pristupačni.

**Pomoć osobama koje su slepe ili imaju oštećenje vida:**

- Ponudite svoj rukav za vođenje, umesto da im uzimate ruku.
- Jasno opisujte okolinu i bilo kakve prepreke na njihovom putu.

**Pomoć osobama sa oštećenim sluhom ili koje teško čuju:**

- Koristite vizuelne signale i geste kada je to prikladno.
- Nemojte vikati; govorite normalno i jasno.

**Pomoć osobama sa intelektualnim teškoćama:**

- Koristite jednostavan i jasan jezik i budite strpljivi.
- Podstičite nezavisnost dozvoljavajući im vreme da shvate i odgovore.

**Pomoć osobama sa psihosocijalnim teškoćama:**

- Budite strpljivi i razumni.
- Izbegavajte donošenje pretpostavki o njihovim sposobnostima i preferencijama.







## 7. Projektni partneri



### **Associazione AbiCi**

Abici je italijanska omladinska organizacija osnovana 2010. godine. Organizacija se uglavnom bavi medijskom pismenošću i uključivanjem mladih sa invaliditetom. U okviru invaliditeta, organizacija planira i sprovodi socio-edukativne aktivnosti koje imaju za cilj povećanje radne inkluzije mladih sa senzornim invaliditetima i mentalnim oboljenjima. Pored toga, nevladina organizacija objavljuje dnevni časopis Sardegnagol, u kojem promovise omladinsku politiku i ljudska prava.

**Web:** <https://www.associazioneabici.eu/>

### **Beyond Barriers Association**

Beyond Barriers Association (BBA) je nevladina organizacija, osnovana 2004. godine u Tirani, Albanija. BBA radi sa mladim ljudima na nacionalnom, regionalnom i evropskom nivou, podstičući osnaživanje kroz neformalno obrazovanje. Misija BBA je promovisanje inkluzije, jednakih šansi i boljeg kvaliteta života za sve mlade ljude i podrška temeljima izgradnje bolje društva za sadašnje i buduće generacije.

**Web:** <https://beyondbarriers.org/>

### **The Association of Youth with Disabilities of Montenegro**

Asocijacija mladih sa invaliditetom Crne Gore je nevladina organizacija posvećena unapređenju nivoa garancija i poštovanja ljudskih prava osoba sa invaliditetom, s posebnim fokusom na mlade osobe sa invaliditetom. Kroz različite programe, aktivnosti i inicijative, organizacija se zalaže za prava osoba sa invaliditetom i inkluziju u društvu. Asocijacija nudi niz programa i inicijativa usmjerenih na poboljšanje života osoba sa invaliditetom kroz zagovaranje prava, mogućnosti zapošljavanja i obuke, obrazovnu podršku, usluge podrške, kampanje podizanja svijesti i aktivnosti socijalne inkluzije.

**Web:** <https://umhcg.com/en/>



## **Active Zone Outdoor**

Active Zone Outdoor je nevladina, neprofitna organizacija sa sjedištem na Kipru, čija je misija olakšati poboljšanje mentalnog zdravlja i dobrobiti mladih ljudi kroz aktivno angažovanje u vanjskim i sportskim aktivnostima te učešće u društvu. Socijalna inkluzija mladih ljudi sa medicinskim invaliditetima, s prioritetom za osobe sa oštećenjem vida, čini osnovni strateški cilj agende organizacije.

**Web:** <https://www.activezoneoutdoor.cy/>

## **Information Center for people with disabilities Lotos**

Informativni centar za osobe sa invaliditetom "Lotos" je neprofitna organizacija koja djeluje širom Bosne i Hercegovine. Kroz svoje aktivnosti, organizacija utiče na stvaranje demokratskog civilnog društva u Bosni i Hercegovini u kojem će pitanja invaliditeta biti smatrana pitanjima ljudskih prava, a osobe sa invaliditetom neće se susretati sa preprekama prilikom ostvarivanja prava koja im pripadaju kao ljudskim bićima.

**Web:** <https://www.ic-lotos.org.ba/>

## **TDM 2000 Malta**

TDM 2000 Malta ima za cilj povećanje aktivnog učešća mladih u društvu na lokalnom i međunarodnom nivou. Podržava lokalne institucije koje rade sa mladima iz manje privilegovanih sredina kroz podizanje svijesti, prikupljanje sredstava i volontarizam. Takođe, mladim osobama pruža priliku da učestvuju u različitim Erasmus+ mobilnostima na Malti i u inostranstvu.

**Web:** <https://tdm2000malta.org/>

## 8. References



- Opća deklaracija o ljudskim pravima (UDHR): Ovaj temeljni dokument o ljudskim pravima može se pronaći na web stranici Ureda visokog komesara za ljudska prava (OHCHR). [UDHR](#)
- Konvencija o pravima osoba s invaliditetom (CRPD): Ovaj ključni dokument koji se fokusira na prava osoba s invaliditetom dostupan je na web stranici Ureda visokog komesara za ljudska prava (OHCHR). [CRPD](#).
- Priručnik za pristupačnost (Organizacija Lotos)
- Trening priručnik za smisleno uključivanje osoba s invaliditetom - UNESCO <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000380382>
- [https://www.un.org/en/content/disabilitystrategy/assets/documentation/UN\\_Disability\\_Inclusion\\_Strategy\\_english.pdf](https://www.un.org/en/content/disabilitystrategy/assets/documentation/UN_Disability_Inclusion_Strategy_english.pdf)
- Međunarodni pakt o ekonomskim, socijalnim i kulturnim pravima, Generalna skupština Ujedinjenih naroda
- <https://www.ohchr.org/en/instruments-mechanisms/instruments/international-covenant-economic-social-and-cultural-rights>
- [https://www.un.org/disabilities/documents/sdgs/disability\\_inclusive\\_sdgs.pdf](https://www.un.org/disabilities/documents/sdgs/disability_inclusive_sdgs.pdf)
- Compass priručnik za obrazovanje o ljudskim pravima sa mladima, <https://www.coe.int/en/web/compass>

The background is a light blue surface with several colorful human figures scattered across it. The figures are in yellow, red, white, and beige. One red figure is in a wheelchair. In the center, there is a stylized hand icon with five fingers in different colors: blue, green, yellow, orange, and pink.

# In Touch

April 2024