

GIR

broj 2
ožujak 2003.

lasilo invalida RADA ZAGREB



SONJA ČUČEK

Članica Udruge i

državna rekorderka

u gadanju zračnom puškom



Sadržaj:

Aktivnosti u klubu invalida.....	3
Akcije.....	6
Sport i rekreacija.....	11
Obavijesti.....	15
Literarni radovi.....	18

Izdavač:

UDRUGA INVALIDA RADA ZAGREB

adresa:

SAVSKA 3, 10000 ZAGREB

glavni i odgovorni urednici:

MARIJA TOPIĆ I RUDOLF KOVAČEK

uređivački kolegij:

LJERKA BORTEK, JOSIP FIJAČKO, MATIJA ŠUŠTIĆ,
NIKOLA VIDAKOVIĆ, JOSIP PETRAČ, BORIS OHNJEČ,
DRAGO PALAVRA, STJEPAN ČEHULIĆ, MICA LAZIĆ
I FRANJO GOJAK

kontakt telefon: 01 4829 392; 4829-119

e-mail: uir@uir-zagreb.com

web: www.uir-zagreb.com

slika na naslovnoj stranici:

Sonja Čuček, članica Udruge
i državna rekorderka u gađanju zračnom puškom

UVODNIK

Štovani čitatelji,

naša dugogodišnja želja da sve članove Udruge upoznamo sa našim akcijama i programima napokon je postala realnost. Već duže vrijeme smo svijesni potrebe informiranja članova Udruge na najcjelovitiji, a ujedno i najlakši način. Zato smo prvom prilikom kada su nam to mogućnosti dozvolile pokrenuli ovo Glasilo Udruge invalida rada Zagreb.

Glasilo će izlaziti četiri puta godišnje, tj. svaka tri mjeseca. Nadamo se da ćemo na ovaj način članovima Udruge približiti sve akcije koje Udruga provodi u svrhu poboljšanja životnog standarda osoba s invaliditetom, te da ćemo ovako olakšati našim članovima dolazak do cjelovitih i kvalitetnih informacija vezanih za invalidsku problematiku.

Ovim putem pozivamo sve zainteresirane da nam se jave sa prijedlozima, kritikama i pohvalama. Također, pozivamo sve koji tekstovima, ilustracijama, fotografijama ili važnim informacijama mogu pridonijeti informativnosti i kvaliteti Glasila da se jave na adresu uredništva.

Uređivački kolegij

IZ KLUPSKIH AKTIVNOSTI

U Klubu invalida 30. siječnja održana je glazbeno poetska večer. Nazočni su bili oduševljeni recitalom Barbare i Franje Friščić, pjesmama iz svojih zajedničkih zbirki (izdali su pet knjiga), a posebno se dojmila pjesma koju je Franjo na završetku recitirao, "Naj Jožek spi" na kajkavskom izričaju. Martin Srpak uveličao je večer svirkom na gitari i pjesmama koje je sam skladao, od naših pjesnika, Barbare i Franje Friščić, kao i od drugih.

- 06. veljače psihologinja gđa Vesna Wajnacht održala je predavanje na temu "Kako Vaše misli rade", a nakon predavanje bilo je dosta zanimljivih pitanja i komentara.
- 13. veljače gđa Đurđa Hajdinjak održala je predavanje odnosno prezentaciju o socijalno telekomunikacijskoj pomoći starijim, invalidnim i teško pokretnim osobama.
- 20. veljače gđa Mirna Gačić održala je predavanje i prezentaciju biogenera-



• *Barbara i Franjo Friščić - pjesnici; Martin Srpak - glazbenik; Josip Fijačko - voditelj Kluba invalida*

tora tvrtke "IDRA" za smanjenje štetnosti dima cigareta i neutraliziranja štetnih zračenja mobilnih i bežičnih telefona.

- 27. veljače gđa Jadranka Zebec i gđa Gordana Uroić održale su predavanje "Kako homeopatija radi kod prehlade i virusa".
- 06. ožujka organizirano je predavanje na temu "Najčešće bolesti uha i grla" o čemu je govorio, na svima vrlo pristupačan način, dr. Janjanin, otorinolaringolog, uz videoprojeksiju.
- 13. ožujka održana je glazbeno poetska večer. Svojim pjesmama predstavili su se: naš član - pjesnik Josip Rožić, te pjesnik Mladen Hruškovec. Tom prigodom Josip Rožić predstavio nam je svoj "CD".

- 17. ožujka zdravstvenu radionicu sa predavanjem "Zdravlje 21. Stoljeća", prevencijom osigurajte svoje zdravlje i zdravi život, održali su predavači: ing. Renata Armandi iz Zagreba i Marija Krmpotić iz Crikvenice, uz suradnju "Calivita International".

U daljnjem periodu, u Klubu će biti organizirana radionica, slikanje na svili, a i dalje ćemo četvrtkom organizirati tematska predavanja i večeri poezije.

Ovim putem želimo naše članove obavijestiti da Klub radi od 15-19 sati, prema programu, a za detaljnije informacije nazovite naše brojeve telefona: 4829-392, 4829-119 i na broj Kluba: 4876-294.

Stjepan Čehulić



• Posjetitelji večeri poezije u Klubu invalida

KONTROLA ŠEĆERA U KRV I KOLESTEROLA

Mnogi članovi su pokazali interes, pa zato nastavljamo s redovnom akcijom "Vađenje krvi". Akcija je prvi put pokrenuta u ožujku 2002. godine i naišla je na prilično dobar odjek, a provodi je medicinska sestra Nada Grgić svakog utorka od 9:30 do 11:30 u prostorijama Udruge.

Putem vađenja krvi vrši se testiranje na šećer i masnoću u krvi.

Akcija također uključuje i mjerenje tlaka.

Do sada je ovom akcijom obuhvaćeno 295 članova naše Udruge koji su ovu akciju pohvalili i okarakterizirali kao vrlo korisnom.



LJETOVANJE ZA ČLANOVE

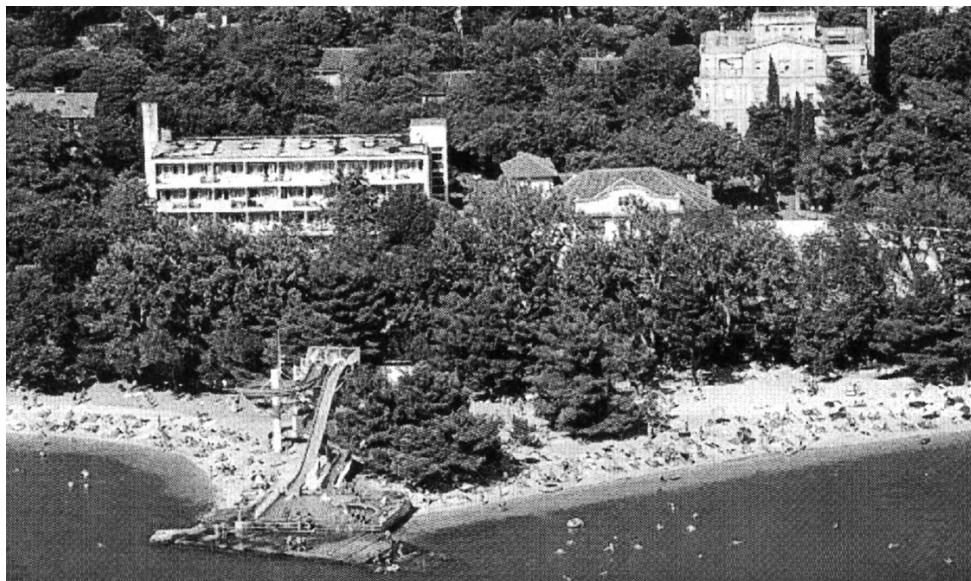
Kao što je poznato, naša Udruga već niz godina organizira za svoje članove ljetovanje na moru pod vrlo povoljnim uvjetima.

Na žalost, postojeći kapaciteti (samo tri kamp-prikolice) nisu niti približno dostatni stvarnim potrebama i željama naših brojnih članova.

U pronalaženju novih mogućnosti pogodnog ljetovanja značajnu pomoć i zahvalnost izražavamo našem članu gospodinu Kruni Novaku. Njegovom zaslugom obišli smo odmarališta u Lovranu, Crikvenici i Selcu. Radi se o mogućnostima korištenja nekoliko vila

sa jednokrevetnim i dvokrevetnim sobama (uključujući tuš i wc) smještenim u parku, neposredno uz more. Cijena polupansiona (noćenje, doručak i večera) izvan pune sezone, tj. do 01. svibnja i od 15. rujna iznosi oko 135,00 kn. Budući se u neposrednoj blizini nalazi ortopedska bolnica "Lovran", moguće je organizirati i neke od vrsta terapijskih sadržaja (uz uputnicu ili plaćanje).

U Crikvenici smo obišli obnovljene objekte sindikata učitelja i to "Vila Ružica" i "Vila Coltelli". Radi se o doista prekrasno uređenim prostorima u



neposrednoj blizini plaže (i plaže za invalide) sa dvokrevetnim i trokrevetnim sobama i apartmanima. Korištenje ovih kapaciteta izvan termina glavne sezone je također vrlo interesantno, no cijene su znatno veće nego u Lovranu.

Što se pak tiče organiziranog ljetovanja u auto-kampu "Uvala Slana" u Selcu, upravo su u tijeku neki dogovori koji bi mogli osigurati i veće kapacitete, već za ovo ljeto. No, o tome će zainteresirani članovi biti pravovremeno obaviješteni.

IZLET U HRVATSKO ZAGORJE

U subotu, 01. ožujka ove godine naša je udruga organizirala izlet u Hrvatsko zagorje. Više od 50 sudionika posjetilo je dvorac Bežanec, Zagorsku katedralu "Uznesenja Majke Božje" u Pregradi te Veliki Tabor pokraj Desinića. Sve je završilo druženjem uz ručak i tombolu te ugodnom glazbom i pjesmom u restoranu "Grešna Gorica"

U subotu, 01. ožujka ove godine naša je Udruga, u suradnji sa firmom "Pavletić" d.o.o., organizirala krasan izlet u Hrvatsko zagorje.

Više od 50 sudionika izleta krenulo je, prema programu, u 8 sati iz Zagreba, autobusom Črljenec-toursa prema Zagorju.

Vozeći se do Pregrade stigli smo u dvorac Bežanec, gdje nas je prema ranijem dogovoru s vlasnikom dvorca gospodinom Sinišom Križancem, ljubazno dočekaio predstavnik domaćina koji nas je proveo kroz dio dvorca.

Zbog kratkoće vremena, te zbog nekih seminara i delegacija koje su već tamo bile, nismo mogli obići sve, ali smo ipak vidjeli zanimljivu izložbu slika, bogatu vinoteku i noćni klub. Taj dvorac, kao i većina dvoraca u Zagorju, do pred nekoliko godina bio je vrlo zapušten. Zahvaljujući gospodinu Siniši Križancu, koji ga je 1990. godine obnovio, sada izgleda impresivno.

Spomenik je kulture prve kategorije, a hotel ima 5 zvjezdica. Za sjećanje na posjet dvorcu načinili smo zajedničku fotografiju.

Krenuli smo dalje i navratili u Zagorsku katedralu "Uznesenje Majke Božje" u Pregradi. Tu nas je dočekaio mnsq.Vlč. Branko Ivanjko koji nas je upoznao sa povješću same crkve, ali i sa deteljima u njoj (npr. oltar, pojedine slike), a naročito je naglasio vrijednost ogrulja koje su posebno građene i po tome su jedinstvene u svijetu.

Stigli smo i u Desinić, gdje nas je trebao dočekati prof. Štimac i upoznati nas s povješću Velikog Tabora, no na žalost, bio je zbog bolesti spriječen. Sami smo se snalazili obilazeći dvorane prema postavljenim strelicama koje upućuju na smijer kretanja.

Zadnja planirana postaja bio nam je restoran "Grešna Gorica" gdje su nas ljubazno dočekale gospođe iz firme "Pavletić" d.o.o., koje su nam tijekom poslijepodneva bile domaćice. Za doček su nam pripremili štrukle, a nakon prezentacije proizvoda za očuvanje čovjekova zdravlja bio je dobar ručak, te tombola. Ugodnom glazbom i pjesmom, kojom nas je zabavljao gospodin Stanislav Knezić-Šana, nastavljen je ples i zabava sve do 19 sati, kada je prema planu bio povratak za Zagreb.

Josip Fijačko



• *Izlet u Hrvatsko Zagorje*

UPIS ČLANOVA I ISHOĐENJE POVLASTICA ZA INVALIDE

Kao i svake godine naša Udruga je već početkom prosinca 2002. godine počela primati molbe za nove ZET-ove godišnje pokaze. Ujedno je obavljano i upisivanje novih članova i produživanje članarina.

Opsežnost ove akcije nas je prisilila da sve ostale aktivnosti svedemo na minimum. Iz tog razloga nije bilo ni redovne akcije vađenja krvi.

Oko 7 000 članova je prošlo kroz prostorije Udruge kroz prosinac i siječanj.

Naši članovi iz Zaprešića i Velike Gorice morali su biti malo strpljiviji od zagrepčana jer su pregovori sa Gradskim poglavarstvima Zaprešića i Velike Gorice trajali gotovo čitav prosinac. No, na kraju je postignut dogovor, te su svi invalidi iz Zaprešića i Velike Gorice dobili pravo na invalidske ZET-ove godišnje karte.



PROBLEMI PARKIRANJA NA MJESTIMA OZNAČENIM ZA INVALIDE

Grad Zagreb, kao i ostali veliki gradovi, susreće se sa sve značajnijim problemima parkiranja vozila. Osobito je teška situacija u vezi sa korištenjem parkirnih mjesta namijenjenih invalidima.

Naša Udruga i Sportsko društvo su za potrebe parkiranja svojih kombi vozila ostvarila pravo na takva mjesta ispred zgrade u Savskoj 3.

Unatoč korektnim oznakama, često se događa da se na ta mjesta parkiraju vozila koja ne koriste invalidi i nemaju rješenje nadležnog Gradskog ureda. Zato

su naši aktivisti došli na zamisao da izrade odgovarajuće pokretne oznake ("nogare") označene invalidskim znakom. Međutim, ubrzo nakon toga, one su nam otuđene, pa smo bili prisiljeni napraviti nove.

Smatramo da bi ovakvo i slično pomoćno sredstvo trebalo biti samo dodatno upozorenje, kako i tko treba i može koristiti parkirališta za vozila invalida. Zato, nadamo se boljem razumijevanju naših sugrađana, osobito u ovoj međunarodnoj godini osoba s invaliditetom.



SPORTSKO DRUŠTVO INVALIDA RADA

U nedjelju 16. ožujka 2003. godine u Zagrebu je održano 12. Prvenstvo Hrvatske u gađanju serijskom zračnom puškom i zračnim pištoljem za osobe sa invaliditetom.



Od prijavljenih 80 strijelaca, nastupila su 73 strijelca sa 9 ekipa u zračnoj pušci i pet ekipa u zračnom pištolju. Rezultati su vrlo kvalitetni, postavljena su dva nova državna rekorda i jedan je izjednačen.

Damir Bošnjak iz Bjelovara sa zračnim pištoljem postavio je vrlo visoki državni rekord u kategoriji SH1 sa 567 krugova, dok je Mario Sačer u kategoriji SH0 izjednačio osobni i državni rekord sa 552 kruga, a Sonja Čuček također

je otpucala visoki državni rekord od 363 kruga. Zagrepčani su od 17 nastupa osvojili 7 pojedinačnih medalja, 3 zlatne, 1 srebrnu i 3 brončane, dok su u ekipnom plasmanu osvojili 2 zlatne medalje. U Zagrebačkoj ekipi iz Sportskog društva invalida rada nastupili su Sonja Čuček, Dragutin Palavra, Milena Zaviša, Smiljka Batina, Đurđa Cecelja, Dolores Štefančić i Ivica Lazić. Zagrepčani su osvojili i prijelazni pehar.

Natjecatelji su bili smješteni u hotelu "I" gdje su se svi pohvalno izjasnili za smještaj i

poslugu.

Natjecanje je održano u Domu sportova na streljani Zagrebačkog





streljačkog saveza, gdje su svi bili zadovoljni organizacijom i suđenjem, te su male sitnice nezadovoljstva zaboravljene na proglašenju u restoranu "Horok" uz dobru večeru i glazbeni duo Branka i Jerka koji su dali svoj ton cijelom natjecanju. Na rastanku su svi govorili Laziću da se dogodine vidimo na istom mjestu.

Mi Zagrepčani također smo zadovoljni, a naši rezultati govore sve.

Ostaje nam da sitne propuste ispravimo za iduću godinu.

Svima SRETNNO do iduće godine.

*Zagreb, 17. ožujak 2003. godine
IVAN LAZIĆ*

TURNIR U BELOTU I ŠAHU

Vješć tradicionalno održava se Božićni turnir u belotu i šahu koji je naša Udruga organizirala u suradnji sa Sportskim društvom invalida rada.

Turnir je trajao jedan dan, a prijavilo se 11 šahista i 7 parova za belu.

U tijesnoj konkurenciji ipak su se izdvojili najbolji u obje discipline.

U šahu je prvo mjesto osvojio Franjo Tremljan, drugo Ivo Franjić, a treće mjesto su podjelili Ivica Lazić i Josip Car.

U belotu pobjednički par bio je Jopip Car i Ivica Lazić, drugoplasirane su bile



Zlata Krznarić i Irena Poljuha, dok su treće mjesto osvojili Ljerka Bortek i Dragutin Palavra.

Nakon prigodnog proglašenja pobjednika podjeljene su medalje.



SPORTSKO DRUŠTVO INVALIDA "HRABRI" - ZAGREB

Dana 21. ožujka 1969. godine osnovano je Sportsko društvo invalida "Hrabri" Zagreb.

Dan 21. ožujak 2003. godine, prvi dan proljeća i ove 34. rođendan SDI "Hrabri". U svojim redovima "Hrabri"

ima invalida rada, posebno u streljaštvu i sjedećoj odbojci.

Dragi "Hrabri", SRETAN VAM ROĐENDAN uz želje da još dugo poživite i osvojite još puno sportskog odličja.

PROGLAŠENJE SPORTAŠA INVALIDA - 2002. GODINE

U Kongresnoj dvorani na Vele-sajmu 28. veljače 2003. godine održano je proglašenje najboljih sportaša invalida u 2002. godini.

Za najboljeg sportaša proglašen je Mihovil Španja, plivač.

Za najbolju sportašicu proglašena je Marija Iveković, atletičarka.

Za najuspješniji savez proglašen je Zagrebački športski savez invalida.

VODIČ KROZ GRAD ZAGREB ZA OSOBE S INVALIDITETOM

Krajem 2002. godine grad Zagreb je izdao "Vodič kroz grad Zagreb za osobe s invaliditetom". Brošura od dvjestotinjak stranica donosi pregršt informacija korisnih osobama s invaliditetom.

U prvom dijelu brošure nalaze se iscrpne informacije o pristupačnosti bolnica, pošta, hotela, restorana, sudova i sličnih institucija.

Drugi dio vodiča donosi razne korisne telefonske brojeve i adrese insti-

tucija kao što su uredi za socijalnu skrb, centara za rehabilitaciju ili razne odgojno obrazovne ustanove.

Vodič obuhvaća i kontakt adrese i telefone svih invalidskih udruga koje djeluju na području grada Zagreba.

Zadnjih desetak stranica donosi popis invalidskih parkirališnih mjesta u

Zagrebu te mapu grada uz zanimljiv prikaz pristupačnosti tramvajskih stanica.

"Vodič kroz grad Zagreb za osobe s invaliditetom" je vrlo korisna i zanimljiva brošura, a do njega možete besplatno doći u našoj Udruzi.

ZAGREBAČKA STRATEGIJA ZA OSOBE S INVALIDITETOM

Ciljevi strategije su promicanje i osiguravanje prava osoba s invaliditetom, stvaranje uvjeta za djelotvorno rješavanje problema, koordinirano djelovanje i učinkovito informiranje...

Nepunih mjesec dana otkako je Vlada Republike Hrvatske donijela Nacionalnu strategiju jedinstvene politike za osobe s invaliditetom, od 2003. do 2006., Poglavarstvo je prihvatilo Zagrebačku strategiju o kojoj će zadnju riječ reći gradski zastupnici. Prema riječima Zvonimira Šostara, pročelnika za zdravstvo, rad i socijalnu skrb, ciljevi strategije su promicanje i osiguravanje prava osoba s invaliditetom, stvaranje uvjeta za djelotvorno rješavanje problema, koordinirano djelovanje i učinkovito informiranje na svim razinama. I u konačnici, uz senzibilizaciju društva,

osiguralo bi se aktivno sudjelovanje invalida u životu zajednice. Zagrebačka strategija navodi mjere s nositeljima i rokovima provedbe razvrstane prema područjima značajnima za osobe s invaliditetom: Obitelj i civilno društvo, Zdravlje, Šport i rekreacija, Obrazovanje, Profesionalna rehabilitacija, Zapošljavanje i rad, Stanovanje, Mobilnost i pristupačnost, Socijalna pomoć i skrb, Mirovinsko osiguranje, Koordinacija i informiranje. Sve mjere što ih sadrži Strategija trebale bi se realizirati u četiri godine.

I VI MOŽETE PRESTATI PUŠITI

Milijuni ljudi diljem svijeta, posebno u naprednijim zemljama, prestali su pušiti. Prestanak pušenja izazov je pred kojim se prije ili kasnije nađe svaki pušač.

Pušači se razlikuju po razlomcima zašto puše, stupnju ovisnosti i motivima za prestanak pušenja. Kako ne postoje dva ista pušača, nema ni opće metode

koja bi svakom pušaču omogućila da postane nepušač.

Proces prestanka pušenja sastoji se od tri faze. To su priprema, prestanak i održavanje apstinencije. Ove faze različito dugo traju kod pojedinih pušača.

U priručniku je ponuđen program pomoću kojeg svatko tko želi prestati





pušiti može razviti osobnu strategiju djelovanja. Neki će korak po korak napredovati brže prema cilju, drugi sporije, zadržavajući se na pojedinim koracima.

Bez obzira na brzinu napredovanja, predloženi koraci vode Vas u zdraviji i sretniji život - bez pušenja.

MLADOST

Lijepa moja mladosti
zlatne žice radosti
kao cvjetna nedjelja
leprša tvoja haljina.

Lijepa moja mladosti
pjesmom ti si vežena
kao krijes Ivanjski
plamenom razigrana.

Lijepa moja mladosti
svaki dan tvoj žubori
kao izvor u šumi
jasnim okom ljubavi.

Lijepa moja mladosti
osmjech lica svjetlosti
kao vrč draguljni
nosiš čar opojni, opojni.

*Iz zbirke pjesama "Arija srca"
Zdenke Kirin*

IGRA DARA

Biti čovjek s ogrlicom
naslućenih ljepota u sutra
sred bujnih vrtova sreće
svog uspona emocija za glazbu.

Biti čovjek s mirisom boja
kao cvijet rastvoren ljubavi
na ukrštenju latica i krila
s palete vrijednosti spoznaje.

Biti odziv zova na licu
od bremena tuga i radosti
koračanja jedinog što imaš:
perla za svoju ogrlicu...
S težnjom čistoći osmjeha
djetetu dati svoje minute dara
igre u srcu nevinosti sanjara
s pregrštom nota za ptice...

*Iz zbirke pjesama "Arija srca"
Zdenke Kirin*

*2003,
je proglašena europskom go*

JANICA

Vozi Janica i samo se smije
Izdržljiva je kao i njene skije
Prije vožnje ona se križa
Zlatu sve je bliža ...

Vozi Janica iza nje se praši
Puni veselja navijači su naši
Ne brine Janica za boli
Jer Bogu ona se moli ...

Stjegovi naši se viju
A Kostelići zlatu se smiju
Dobro Janica muke sve izdrži
Nitko više ne može biti brži ...

Jaka je zima al' ne treba nam drva
Janica naša opet je prva
I neka, neka se zna
To je naša Janica!

VUZMICA

Zadnja večer.
I nuoč. Mrak.
Samo ogen
i sjene trepčuče.
Mirek žar nadigava.
Iskre letiju.
Krampieri su črni. Pečeni.
Pletenka kruži.
Špek z rajngle z jajci diši.
Jutre se bliži.
Prije neg svane,
još za rane,
pesma zvoni.
Vuzmica gori.

Aleluja!

Stjepan Čehulić

Mladen Hruškovec

*godina,
dinom, osoba s invaliditetom*

2003. godina,
je proglašena europskom godinom,
osoba s invaliditetom



Sretan USKRS