



GIR

Glasiło
invalida
rada

broj 55 | travanj 2024.

BESPLATAN PRIMJERAK

NKotaneč

SADRŽAJ

Sadržaj, Impressum	2
Uvodna riječ urednice	2-3
Pravno savjetovište	4-5
Operativni plan UIR Zagreba za 2024. godinu	6-12
Klupske aktivnosti	13-16
Nacionalni dan invalida rada	17-19
ZA-JEDNO-SVI	20-21
Informiranje	22



Izdavač: Udruga invalida rada Zagreb
Adresa: Zagreb, Nova cesta 86

Urednica: Anamarija Lazić, mag. cin.

Kontakt telefoni: 01/4829392, 4829119, 4876301
klupske aktivnosti: 01/4876294

E-mail: uir@uir-zagreb.hr
Web: http://www.uir-zagreb.hr

Facebook: facebook.com/uirzagreba1966

Instagram: www.instagram.com/uirzagreba/

WhatsApp: whatsapp.com/channel/0029VaJh15bFXUua5s21HJ3G

Fotogalerija: www.uir-zagreb.hr/naslovnica/fotogalerija

Videogalerija: www.youtube.com/c/UIRZagreba

Autorica rada na naslovnici: Nada Katanec

Grafička priprema: Snježana Belančić
Tehnička podrška: StoryEditor Editorial System

Tisak: Kerschoffset Zagreb d.o.o.
Naklada: 3.000 primjeraka

Poštovani i dragi čitatelji,

iza nas je godina koja je za Udrugu invalida rada Zagreba (UIR Zagreba) bila značajna u nekoliko područja.

Nakon 11 uzastopnih godina smanjenja broja ukupnog članstva, UIR Zagreba je 2023. godinu završio povećanjem tog broja, na radost svih zaposlenika i volontera UIR Zagreba. Naime, na dan 31. prosinca 2023. godine UIR Zagreba je imao 7.181 registriranog člana što je 147 članova, odnosno 2,09% više nego 2022. godine. Povećanje je izuzetan rezultat uspješnosti rada i promocije UIR Zagreba.

Uz to, u travnju 2023. godine UIR Zagreba je uspješno završio provedbu svog prvog europskog projekta **ZA-JEDNO-SVI** koji su sufinancirali Europska unija iz Europskog socijalnog fonda (85%) i Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske (15%), a detalje o projektu možete pročitati u ovom izdanju Glasila invalida rada (GIR).

U prosincu je UIR Zagreba održao **izbornu sjednicu Skupštine** na kojoj su izabrani članovi za predsjednicu, dopredsjednicu, članove Upravnog i Nadzornog odbora i Suda časti, na mandat od četiri godine. Predsjednica UIR Zagreba i dalje je gospođa Nada Vorkapić koja je bila predsjednica i u prošlom mandatu, kao i dopredsjednica Branka Trzun-Makek, dok izabrane sastave pojedinih tijela UIR Zagreba, prema abecednom redu, možete pročitati u nastavku.

Upravni odbor: Eršek Tugomir, Peić Jadranka, Rogin Maksimilijan, Sury-Torčić Ljiljana, Torre Srđan, Trzun-Makek Branka, Vorkapić Nada

Nadzorni odbor: Carević Jovanka (zamjena), Grđan Vlado (zamjena), Lazić Ivica (predsjednik), Modrić Stella, Škec Tomo

Sud časti: Joksović Neda, Kos Dražen (zamjena), Legvart Damir (predsjednik), Pejčinović Adriana, Premrou Nada (zamjena)

Skupština: Blažević Tomislav, Boban Tihomir, Boškić Goran, Božičević Jasna, Carević Jovanka, Cesarec Tomica, Eršek Tugomir, Grđan Vlado, Holjevac Vesna, Joksović Neda, Kelcher Emil, Klanjčić Klaudija, Kos Dražen, Lazić Ivica, Legvart Damir, Lonjak Damir, Matijević Margareta, Modrić



Stella, Nović Marija, Peić Jadranka, Pejčinović Adriana, Premrou Nada, Rodić Nada, Rogin Maksimilijan, Sever Kristina, Sury-Torčić Ljiljana, Škec Tomo, Šumečki Damir, Šustra Siniša, Torre Srđan, Trzun-Makek Branka, Vorkapić Nada.

Koristim i ovu priliku i, u ime svih zaposlenika Stručne službe, svim izabranim članovima **čestitam** izbor u neko od upravljačkih tijela UIR Zagreba. Želimo im uspješno mandatno razdoblje, da svojim odlukama i prijedlozima doprinesu boljitku invalida rada i svih ostalih osoba s invaliditetom vodeći se već prepoznatim sloganom osoba s invaliditetom "Ništa o nama bez nas!".

Iako je današnji tempo života vrlo brz i dani su većini građana ispunjeni brojnim obavezama, pokušajmo ostati ljudi, biti tolerantni prema drugima i pronaći volje za razumijevanje i sebe i drugih. Invalidi rada

i ostale osobe s invaliditetom, ali i osobe starije životne dobi, već su desetljećima na marginama društva, a današnji fokus na digitalizaciju te je margine, na veliku žalost društva, još više udaljio. Svatko je dio društva i svatko ima veliku moć! Moć da pomogne drugima i da zajedničkim naporima smanjimo jaz u društvu, pomaknemo granice i omogućimo ranjivim skupinama da se osjećaju uključenima, nezaboravljenima i zbrinutima. Upotrebimo tu moć!

Hvala svakom čitatelju na izdvojenom vremenu za čitanje ovog izdanja i veliko hvala svakome tko pomaže u promidžbi UIR Zagreba koja je vrlo važna jer **NIJE SVAKI INVALIDITET VIDLJIV, a ZAJEDNO SMO JAČI!**

Anamarija Lazić, mag. cin.

Zakon o inkluzivnom dodatku



Konačno je nakon desetak godina donesen i s prvim danom 2024. godine stupio na snagu „Zakon o inkluzivnom dodatku“. Navedeni Zakon jedan je u nizu zakona koji su doneseni i stupili su na snagu krajem prošle i početkom ove godine, a koji se odnose na osobe s invaliditetom i za koje svi očekujemo da će pridonijeti kvaliteti života navedene skupine i olakšati im ostvarivanje prava koja im pripadaju. Zakon o inkluzivnom dodatku, kao što mu sam naziv kaže, uredio je pravo na inkluzivni dodatak. Inkluzivni dodatak novina je u našem pravnom poretku, a njime su u jednu naknadu objedinjene četiri dosadašnje naknade: osobna invalidnina, doplatka za pomoć i njegu, povećani doplatka za djecu

s teškoćama u razvoju i naknada do zaposlenja za osobe s invaliditetom. Navedene naknade bile su uređene s tri zakona i ostvarivale su se pred različitim institucijama tako da njihovo objedinjavanje u jednu naknadu i ostvarivanje pred jednim tijelom – Hrvatskim zavodom za socijalni rad, predstavlja značajan pozitivan pomak za osobe koji su potencijalni korisnici dodatka i u navedenom se ogleda prva velika prednost novog zakonskog uređenja. Tendencija zakonodavca prilikom donošenja tog Zakona bila je, a to je ujedno i smisao samog inkluzivnog dodatka, da se davanjem takve novčane naknade osobama s invaliditetom izjednače mogućnosti za njihovo uključivanje u svakodnevni život i da se povećaju životni standard i socijalna

zaštita navedene skupine u društvu. Nesumnjivo je da osobe zbog svojih zdravstvenih stanja imaju dodatne izdatke (u vidu troškova za lijekove, razne suplemente, ortopedska pomagala i sl.). Uz to zdravstveno stanje često imaju i određen stupanj funkcionalnog oštećenja zbog kojeg ima potrebu za pomoći drugih osoba u zadovoljavanju osnovnih životnih potreba (poput hranjenja, odijevanja, održavanja osobne higijene i higijene prostora u kome žive i sl.). Zbog svega navedenoga, takve osobe imaju povećane troškove života i želi im se davanjem naknade u vidu inkluzivnog dodatka olakšati snošenje navedenih troškova. Nastavno na prethodno, inkluzivni dodatak je iznos koji se određuje u stanovitom postotku od osnovice

(600 %, 400 %, 360 %, 135 % i 115 %), a iznos osnovice određuje Vlada Republike Hrvatske svojom odlukom. Osnovica je, na dan stupanja na snagu Zakona (1. siječnja 2024. godine), određena u iznosu 120,00 eura. Slijedom toga, inkluzivni dodatak trenutno se kreće u rasponu od 135,00 eura do 720,00 eura, što je svakako veliko povećanje iznosa koji će navedene skupine osoba dobiti na ime tog dodatka u odnosu na ono što je do sada istima davano kroz četiri naknade koje su spomenutim Zakonom objedinjene. Takvo povećanje iznosa naknade drugi je značajan pozitivni pomak tog zakonskog uređenja. Treći pomak u smjeru poboljšanja položaja navedene skupine osoba ogleda se u činjenici da je olakšan put ostvarivanja navedene naknade. Naime, osobe koje su potencijalni korisnici te naknade neće se vještačiti u više navrata, već će pokrenuti jedan postupak i jednim vještačenjem ostvariti pravo na tu naknadu.

Sada, kada smo naveli ključne pozitivne pomake tog zakonskog rješenja, ukratko ćemo pojasniti postupak za ostvarivanje prava na inkluzivni dodatak. Osoba koja je potencijalni korisnik inkluzivnog dodatka treba se obratiti u Područni ured Hrvatskog zavoda za socijalni rad, kojem pripada prema mjestu prebivališta, i istome podnijeti Zahtjev za priznavanje prava na inkluzivni dodatak. Uz zahtjev je potrebno priložiti: presliku medicinske dokumentacije kojom se objektiviziraju bolesna stanja (nalazi specijalističkih pregleda, otpusna pisma, povijest bolesti i sl.), Barthelov indeks (uz napomenu je isti potreban samo za osobe

s tjelesnim oštećenjem, stoga osobe s oštećenjem vida i sluha isti ne prilažu), kao i preslike Nalaza i mišljenja prethodno provedenih vještačenja (ako ih je bilo). Zahtjevu je potrebno priložiti i potvrdu banke o broju tekućeg računa u slučaju isplate na račun. Među potencijalnim korisnicima inkluzivnog dodatka najviše nepoznanica/nejasnoća izazvao je Barthelov indeks budući da se jedan dio osoba s invaliditetom do sada nije susreo s navedenim. Barthelov indeks je indeks koji se koristi za procjenu sposobnosti samostalnog života, a utvrđuje ga specijalist fizijatrijske medicine ili specijalist neurolog. Pravo na inkluzivni dodatak u prve tri razine potpore može ostvariti osoba koja ima 3./4. stupanj funkcionalnog oštećenja, status osobe s invaliditetom i određen Barthelov indeks, dok se za četvrtu i petu razinu potpore traži da je potencijalni korisnik dodatka osoba koja ima 2./3./4. stupanj funkcionalnog oštećenja i određen Barthelov indeks, ali kod tih razina potpore nije nužan status osobe s invaliditetom za priznavanje prava na dodatak. Navedenim zakonskim rješenjem željelo se osigurati da se isti prizna i osobama koje imaju teška trajna zdravstvena stanja (npr. osobe na dijalizi).

Osim uvjeta za ostvarivanje prava na inkluzivni dodatak, Zakon je propisao i zapreke za ostvarivanje dodatka. Zakon tako navodi da dodatak ne mogu ostvariti osobe kojima su priznate usluge smještaja ili organiziranog stanovanja u skladu s odredbama zakona kojim se uređuje socijalna skrb ili drugim propisima, kao i osobama koje ostvaruju pravo na osobnu invalidninu ili doplatka za pomoć i

njegu prema posebnim propisima. Navedeno se ne odnosi na osobe koje su korisnici doplatka za pomoć i njegu, a koji su ostvarili prema propisu o mirovinskom i invalidskom osiguranju, koji je bio na snazi do 31. prosinca 1998. godine i, u skladu s time, primaju ga preko Hrvatskog zavoda za mirovinsko osiguranje. Svakako je potrebno napomenuti da za korisnike koji se nađu u četvrtoj i petoj razini potpore, Zakon navodi još neke okolnosti koje će ih isključiti iz kruga korisnika inkluzivnog dodatka, a te su: 1. da takve osobe imaju u svome vlasništvu drugi stan ili kuću izuzev onoga u kojem žive, 2. ako imaju u vlasništvu drugi poslovni prostor izuzev onoga u kojem obavljaju gospodarsku djelatnost, a koji bi mogli otuđiti ili iznajmiti i tako si namaknuti sredstva za puno i učinkovito sudjelovanje u društvu na ravnopravnoj razini, 3. okolnost da su smješteni u ustanovu socijalne skrbi ili kod drugih pružatelja socijalnih usluga, u zdravstvenoj ili drugoj ustanovi, odnosno da su u organiziranom stanovanju u skladu s odredbama zakona kojim se uređuje djelatnost socijalne skrbi ili drugim propisima.

Na kraju treba napomenuti da će za osobe koje su u trenutku stupanja na snagu ovog Zakona korisnici doplatka za pomoć i njegu ili osobne invalidnine, Hrvatski zavod za socijalni rad po službenoj dužnosti, do 31. prosinca 2024. godine, pokrenuti upravni postupak u kojem će preispitati imaju li pravo na inkluzivni dodatak. Ako ga imaju, priznat će im se navedeno pravo od 1. siječnja 2024. godine.

Pripremila: Ivana Unger, mag. iur.

Operativni plan Udruge invalida rada Zagreba za 2024. godinu

* usklađen je sa Strateškim planom UIR Zagreba za razdoblje od 2023-2027. godine *

Mrežna poveznica: <https://www.uir-zagreb.hr/udruga-5/dokumentacija/plan-i-program/operativni-plan-2024>

I. AKTIVNOSTI

Ljetovanje	Program obuhvaća organizaciju povoljnijeg smještaja za članove UIR Zagreba i članove njihovih obitelji u Thalassoterapiji Crikvenica, Specijalnoj bolnici za medicinsku rehabilitaciju PGŽ. Program će se provoditi u 11 smjena po 10 dana (10 polupansiona). Razdoblje provedbe: Od 25. 5. do 12. 9. 2024. godine. Planiran broj korisnika: Minimalno 98 osoba, minimalno 980 noćenja. Cilj: Članovima UIR Zagreba i članovima njihovih obitelji tijekom ljetnih mjeseci osigurati povoljniji smještaj u morskom okruženju uz morskou klimu i uz dodatnu mogućnost korištenja medicinskih usluga specijalističkih pregleda, dijagnostičkih pretraga i terapijskih postupaka.
Klupske aktivnosti	Program se sastoji od niza raznovrsnih aktivnosti grupiranih u edukacijske, sportsko-rekreacijske i kulturno-umjetničke radionice, zatim radionice vježbanja i savjetovanja, a provodit će se prema unaprijed određenom i javno objavljenom rasporedu. Dio aktivnosti bit će prezentiran na raznim internim i javnim događanjima, kao i kroz objave putem interneta. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine u vremenu od 8,00-20,00 sati i u skraćenom radnom vremenu tijekom ljetnih mjeseci (lipanj, srpanj, kolovoz). Planiran broj korisnika: Otprilike 600 članova u okviru otprilike 1.000 organiziranih aktivnosti. Ciljevi: Članovima UIR Zagreba osigurati kvalitetno provođenje slobodnog vremena u svrhu poboljšanja njihova psihičkog, fizičkog i mentalnog zdravlja, kao i njihove socijalne uključenosti.
Pravno savjetovalište	Program se sastoji od dva dijela. Jedan dio obuhvaća izravan rad s članovima UIR Zagreba u vidu pružanja im besplatne primarne pravne pomoći osobno u prostorijama UIR Zagreba, telefonom i elektroničkom poštom. Drugi se dio odnosi na praćenje i razmatranje stanja i primjene propisa iz područja od značaja i interesa za osobe s invaliditetom i civilno društvo, zatim na sudjelovanja u javnim raspravama i savjetovanjima uživo i online, na organizaciju javnih prezentacija i predavanja uživo i online i na objavu prikupljenih informacija. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine (izuzevši kolovoz), utorkom i četvrtkom od 13,00-18,00 sati, uz obvezan prethodni dogovor za konkretan termin. Planiran broj korisnika: Otprilike 250 članova, otprilike 350 savjetovanja. Ciljevi: Osigurati besplatnu primarnu pravnu pomoć članovima UIR Zagreba u potrebi i zagovarati prava osoba s invaliditetom na svim razinama i u različitim područjima.
Rekreacijsko-zdravstveni program	Program će se provoditi u suradnji s dvije specijalne bolnice za medicinsku rehabilitaciju – Varaždinskim toplicama i Thalassoterapijom Crikvenica, a sastojat će se u osiguranju povoljnijih uvjeta smještaja tijekom boravka u navedenim bolnicama za vrijeme obavljanja medicinsko-rehabilitacijskih usluga. Razdoblje provedbe: U Varaždinskim toplicama u razdoblju od siječnja do svibnja, a u Thalassoterapiji Crikvenica u razdobljima od 2. siječnja do 14. svibnja i od 1. listopada do 31. prosinca 2024. godine. Planiran broj korisnika: Otprilike 150 članova UIR Zagreba i drugih udruga invalida rada u RH s pratnjama, kroz otprilike 1.600 ostvarenih noćenja.

	Cilj: Članovima UIR Zagreba, članovima drugih udruga invalida rada u RH i njihovim pratnjama osigurati povoljniji smještaj u navedenim specijalnim bolnicama za medicinsku rehabilitaciju i ZTC-u za vrijeme obavljanja medicinsko-rehabilitacijskih usluga o trošku Hrvatskog zavoda za zdravstveno osiguranje, odnosno uz liječničku uputnicu.
Mobilni tim	Program se sastoji od istraživanja potreba za specifičnim uslugama (pravna i kineziološka pomoć, pomoć pri zadovoljavanju svakodnevnih životnih i društvenih potreba, pomoć pri obavljanju određenih kućanskih poslova, pomoć pri korištenju elektroničkih usluga) i pružanja navedenih specifičnih usluga u domovima teško pokretnih i nepokretnih članova UIR Zagreba, kao i ostalih članova u potrebi, na području grada Zagreba i Zagrebačke županije. Mobilni tim čine zaposlenici UIR Zagreba i volonteri. Svaki član Mobilnog tima pružit će primjerenu, traženu i potrebnu stručnu pomoć koja će obuhvaćati preventivne mjere za očuvanje i unapređenje zdravlja, primarnu pravnu pomoć, savjetovanja, pomoć pri korištenju elektroničkih usluga, pružanje informacija o aktivnostima UIR Zagreba i aktualnostima u drugim tematskim područjima, nabavu i dostavu namirnica, potrepština i lijekova, pomoć pri šetnjama i čitanju knjiga i pomoć pri obavljanju određenih kućanskih poslova. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine. Planiran broj korisnika: Pedesetak članova UIR Zagreba u okviru stotinjak odrađenih obilazaka članova i oko 2.000 kontaktiranih članova u svrhu istraživanja potreba. Ciljevi: Istražiti potrebe članova UIR Zagreba za specifičnim uslugama i besplatno im i pravovremeno osigurati potrebnu i traženu pomoć.
Stimulacijske aktivnosti	“Učlani novog člana” – aktivnost se sastoji od poticanja članova na aktivno sudjelovanje u promociji UIR Zagreba. Učlanjenje većeg broja novih članova po preporuci već postojećeg člana donosi postojećem članu, koji je preporuku dao, mogućnost osvajanja neke od vrijednih nagrada. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine. Planiran broj korisnika: Pedesetak novih članova UIR Zagreba po preporuci već postojećih članova UIR Zagreba. Ciljevi: Poboljšati promidžbu UIR Zagreba u svrhu informiranja šire javnosti o radu i djelovanju UIR Zagreba i povećati brojnost UIR Zagreba u svrhu osnaženja njezina djelovanja.
Volonterstvo	Program obuhvaća promociju volonterstva – posebno inkluzivnog i korporativnog volonterstva, zatim uključivanje volontera u raznovrsne aktivnosti UIR Zagreba i omogućavanje usavršavanja volontera u okviru edukacijskih radionica i tečajeva, u UIR Zagreba i drugim institucijama. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine. Planiran broj korisnika: Četrdesetak volontera. Ciljevi: Članovima UIR Zagreba osigurati raznovrsnost usluga; promicati volonterstvo; povećati broj inkluzivnih volontera, tj. volontera s invaliditetom i volontera starije životne dobi.

II. DOGAĐANJA

Suza za Zlatka Bočkala	U spomen i na čast pokojnome predsjedniku, gospodinu Zlatku Bočkalu, bit će organiziran koncert amaterskih pjevačkih zborova. Tom će prigodom nastupiti pjevački zbor UIR Zagreba uz nekoliko gostiju, također amaterskih pjevačkih zborova. Koncert će biti besplatan za sve zainteresirane građane i bit će organiziran Centru za kulturu Trešnjevka. Razdoblje provedbe: 11. travnja 2024. godine, na obljetnicu rođendana gospodina Bočkala. Planiran broj korisnika: Šezdesetak izvođača, stotinjak uzvanika i članova UIR Zagreba. Ciljevi: Odati počast pokojnom predsjedniku Zlatku Bočkalu, prezentirati široj javnosti pjevačke i glazbene sposobnosti invalida rada i amaterskih pjevačkih zborova, promovirati značaj kulturno-umjetničkog uzdizanja, posebno u životu osoba s invaliditetom.
------------------------	---

Memorijal Marije Topić	U spomen i na čast pokojnoj predsjednici, gospođi Mariji Topić, bit će organizirano sportsko-rekreacijsko natjecanje. Tom će prigodom udruga invalida rada diljem Republike Hrvatske tijekom travnja 2024. godine organizirati prednatjecanja u svojim gradovima, dok će se finalisti iz svih gradova-sudionika susresti u subotu, 11. svibnja 2024. godine na RŠC-u Jarun (lokaciju tek treba potvrditi). U natjecanja će se moći uključiti isključivo članovi srodnih udruga, a natjecanja će biti organizirana u sedam aktivnosti: belot, pikado, viseća kuglana, stolni tenis, streljaštvo, šah i igra preciznosti. Razdoblje provedbe: od travnja do 11. svibnja 2024. godine, na obljetnicu smrti gospođe Topić. Planiran broj korisnika: Stotinjak natjecatelja-invalida rada iz cijele RH, pedesetak uzvanika. Ciljevi: Odati počast pokojnoj predsjednici Mariji Topić, ojačati suradnju među udrugama invalida rada i promovirati značaj sporta i rekreacije, posebno u životu osoba s invaliditetom.
Dan UIR Zagreba	Povodom 58. obljetnice UIR Zagreba bit će organizirano dvodnevno događanje. Prvi će dan u prostorijama UIR Zagreba biti organizirana tematska tribina, zatim otvorenje izložbe umjetničkih radova polaznika kulturno-umjetničkih aktivnosti UIR Zagreba i prigodno druženje uz glazbu. Drugi će dan u hotelu Antunović biti organizirana svečana dodjela nagrada, priznanja i zahvalnica zaslužnim članovima i institucijama. Oba će događanja biti besplatna za sve zainteresirane građane. Razdoblje provedbe: 25-26. rujna 2024. godine (lokacije tek treba potvrditi). Planiran broj korisnika: Dvjestotinjak uzvanika i posjetitelja. Ciljevi: Javno iskazati zahvalnost pojedincima i institucijama za doprinos u proteklom jednogodišnjem razdoblju; poboljšati informiranost invalida rada, ostalih osoba s invaliditetom i šire javnosti o tematici značajnoj za populaciju osoba s invaliditetom; omogućiti članovima UIR Zagreba sudjelovanje u proslavi rođendana UIR Zagreba.
I mi smo zvijezde	Kulturno-zabavna priredba bit će organizirana kao produkcija kulturno-umjetničkih klupskih aktivnosti. U priredbi će, osim gostiju, aktivno sudjelovati članovi UIR Zagreba koji su ujedno polaznici raznih kulturno-umjetničkih radionica u organizaciji UIR Zagreba. Priredba će se sastojati od pjevačkih, plesnih i dramskih izvedbi, bit će besplatna za sve zainteresirane građane i održat će se u Centru za kulturu Trešnjevka (CeKaTe). Razdoblje provedbe: 12. prosinca 2024. godine (termin i lokaciju tek treba potvrditi). Planiran broj korisnika: Šezdesetak izvođača, šezdesetak uzvanika i posjetitelja. Cilj: Prezimirati široj javnosti kulturno-umjetničke sposobnosti invalida rada.
Obilježavanje značajnih datuma	UIR Zagreba će samostalno organizirati obilježavanje nekih, za invalide rada i ostale osobe s invaliditetom, značajnih datuma, a aktivno će se uključiti i u događanja u organizaciji drugih organizacija i institucija. To uključivanje podrazumijevat će predavanja o specifičnim temama vezanim uz pojedini datum, plesne nastupe, pjevačke i dramske izvedbe i izlaganje umjetničkih unikatnih radova, izrađenih u UIR Zagreba, na raznim izložbama. Razdoblje provedbe: Na određeni značajni datum ili na dan blizu tog datuma. Planiran broj korisnika: Ovisi o smještajnim kapacitetima organizatora svake pojedine aktivnosti. Ciljevi: Poboljšati socijalnu uključenost invalida rada i ostalih osoba s invaliditetom, ojačati svijest javnosti o mogućnostima i sposobnostima osoba s invaliditetom i osoba starije životne dobi.
III. INFORMIRANJE I PROMOCIJA	
Elektronička pošta	Obavijesti će, elektroničkom poštom, biti poslana na elektroničke adrese članova UIR Zagreba koji za takav način informiranja iskažu interes. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine, izuzevši ljetne mjeseci, jednom tjedno i tijekom ljetnih mjeseci dva puta mjesečno. Planiran broj korisnika: Otprilike 2.200 članova UIR Zagreba po poslanoj obavijesti. Cilj: Na brz i jednostavan način, pravovremeno informirati članove UIR Zagreba o aktualnostima u UIR Zagreba.

Elektronički bilten	Obavijesti će, elektroničkim biltenom, biti poslana na elektroničke adrese građana koji za takav način informiranja iskažu interes. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine, svaka tri mjeseca. Planiran broj korisnika: Stotinjak osoba po poslanoj obavijesti. Cilj: Na brz i jednostavan način, informirati zainteresirane građane o aktivnom uključivanju invalida rada i ostalih osoba s invaliditetom u raznovrsne aktivnosti i o aktualnostima u UIR Zagreba.
Mrežna stranica	Mrežna stranica UIR Zagreba bit će redovito ažurirana informacijama o aktualnim događanjima i aktivnostima u UIR Zagreba. U okviru mrežne stranice redovito će se ažurirati i fotogalerija. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine, svakodnevno. Planiran broj korisnika: U prosjeku stotinjak osoba po objavi ažurirane informacije. Cilj: Na brz i jednostavan način, informirati članove UIR Zagreba i javnost o aktivnom uključivanju invalida rada i ostalih osoba s invaliditetom u raznovrsne aktivnosti i o aktualnostima u UIR Zagreba.
Facebook stranica	Obavijesti će biti objavljivane na Facebook stranici UIR Zagreba u obliku informacija, najava događanja ili prijenosa uživo pojedinih događanja. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine, svakodnevno. Planiran broj korisnika: Teško procjenjiv zbog nepoznavanja statističkih podataka o posjećenosti Facebook stranice, no očekivan broj pregleda po objavljenoj informaciji ili najavi događanja je pedesetak. Cilj: Na brz i jednostavan način, pravovremeno informirati članove UIR Zagreba i javnost o aktivnom uključivanju invalida rada i ostalih osoba s invaliditetom u raznovrsne aktivnosti i o aktualnostima u UIR Zagreba.
Instagram profil	Obavijesti će biti objavljivane na Instagram profilu UIR Zagreba u obliku informacija, najava događanja ili kratkih video prijenosa događanja. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine, tjedno i po potrebi. Planiran broj korisnika: Tridesetak osoba po objavljenoj informaciji ili najavi događanja. Cilj: Na brz i jednostavan način, pravovremeno informirati članove UIR Zagreba i javnost o aktivnom uključivanju invalida rada i ostalih osoba s invaliditetom u raznovrsne aktivnosti i o aktualnostima u UIR Zagreba.
Google My Business alat	Obavijesti će biti objavljivane putem on-line alata Google My Business u obliku informacija i najava događanja. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine, mjesečno po potrebi. Planiran broj korisnika: Teško procjenjiv zbog nepoznavanja statističkih podataka o posjećenosti Google My Business alata, no očekivan broj pregleda po objavljenoj informaciji ili najavi događanja je stotinjak. Cilj: Na brz i jednostavan način, pravovremeno informirati članove UIR Zagreba i javnost o aktivnom uključivanju invalida rada i ostalih osoba s invaliditetom u raznovrsne aktivnosti i o aktualnostima u UIR Zagreba.
Issuu profil	Sve tiskane publikacije UIR Zagreba će biti objavljene i na on-line na Issuu platformi za digitalno izdavanje. Razdoblje provedbe: Jednom godišnje i po potrebi. Planiran broj korisnika: Teško procjenjiv zbog nepoznavanja statističkih podataka o posjećenosti Issuu platforme, no očekivan broj pregleda svih objavljenih dokumenata je tristotinjak. Cilj: Osigurati članovima UIR Zagreba i široj javnosti dostupnost tiskanih brošura i glasila UIR Zagreba u svrhu bolje informiranosti o raznim temama vezanim uz život invalida rada i ostalih osoba s invaliditetom.
You Tube kanal	Video snimke s raznih aktivnosti i organiziranih događanja, zatim sa sudjelovanja u raznim priredbama i susretima i s gostovanja u medijima, bit će objavljene na YouTube kanalu UIR Zagreba. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine, po potrebi.

	Planiran broj korisnika: Teško procjenjiv zbog nepoznavanja statističkih podataka o posjećenosti YouTube kanala, no očekivan broj pregleda svih objavljenih snimaka je oko 4.000. Cilj: Informirati širu javnost o aktivnom uključivanju invalida rada i ostalih osoba s invaliditetom u raznovrsne aktivnosti.
SMS poruke	Obavijesti će biti poslana SMS porukama na mobilne uređaje članova UIR Zagreba koji za takav način informiranja iskažu interes. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine, jednom tjedno. Planiran broj korisnika: Otprilike 6.400 članova UIR Zagreba po poslanoj obavijesti. Cilj: Na brz i jednostavan način, pravovremeno informirati članove UIR Zagreba o aktualnostima u UIR Zagreba.
Tiskane obavijesti	Edukacijsko-informativne tiskane obavijesti bit će izrađene i tiskane ciljano i vezano uz pojedine aktivnosti, a potom će biti distribuirane besplatno u tiskanom i elektroničkom formatu. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine, po potrebi. Planiran broj korisnika: 100-300 osoba po kreiranoj obavijesti. Cilj: Informirati širu javnost na brz i jednostavan način o pogodnostima koje ostvaruju članovi UIR Zagreba i o pojedinim aktivnostima i aktualnostima u UIR Zagreba.
Oglasne ploče	Obavijesti o aktivnostima i događanjima, UIR Zagreba će stavljati na tri oglasne ploče u prostorijama UIR Zagreba i na oglasne ploče kod partnera i suradnika, ovisno o vrsti obavijesti. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine, po potrebi. Planiran broj korisnika: 100-300 članova UIR Zagreba, članova i štićenika partnera i suradnika i prolaznika, po objavljenosti obavijesti. Cilj: Na brz i jednostavan način pravovremeno informirati članove UIR Zagreba, članove i štićenike partnera i suradnika i prolaznike, o aktualnostima u UIR Zagreba.
Glasilo invalida rada, GIR	Službeni časopis UIR Zagreba bit će tiskan jednom godišnje u nakladi od 3.000 primjeraka i objavljen na mrežnim stranicama UIR Zagreba i Issuu platformi u elektroničkom formatu. Distribucija tiskanog časopisa bit će besplatna za sve zainteresirane građane, kao i mogućnost čitanja i preuzimanja časopisa u elektroničkom obliku. Razdoblje provedbe: U veljači u tiskanom formatu, od veljače do kraja godine u elektroničkom formatu. Planiran broj korisnika: 3.000 osoba za tiskano izdanje i 5.000 za elektronički oblik. Cilj: Osigurati učinkovitu informiranost članova UIR Zagreba i šire javnosti o radu i djelovanju UIR Zagreba i o raznim temama vezanim uz život invalida rada i ostalih osoba s invaliditetom.
Mediji	UIR Zagreba će o svojim aktivnostima i događanjima pravovremeno informirati velik broj različitih medija koji će potom ugostiti predstavnike UIR Zagreba u radio i televizijskim emisijama, a pojedina će događanja najaviti i objaviti u radijskim i televizijskim emisijama, tiskovnim medijima i na internet portalima. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine, po potrebi. Planiran broj korisnika: Teško procjenjiv zbog nepoznavanja statističkih podataka o gledanosti pojedinih televizijskih postaja i emisija, slušanosti pojedinih radijskih postaja i emisija i čitanosti pojedinih tiskovnih medija i internet portala. Ciljevi: Poboljšati promidžbu UIR Zagreba; poboljšati informiranost šire javnosti o radu i djelovanju UIR Zagreba i o temama vezanim uz život invalida rada i ostalih osoba s invaliditetom.
IV. SURADNJA	
Na razini grada Zagreba i Zagrebačke županije	UIR Zagreba će, prema mogućnostima i potrebama, surađivati i sklapati partnerstva sa srodnim organizacijama civilnoga društva diljem RH, lokalnim i regionalnim institucijama i drugim organizacijama i privrednim subjektima.

	Suradnje i partnerstva očitovat će se u raznim oblicima: u okviru provedbe projekata i programa, zatim kroz gostovanja i nastupe članova UIR Zagreba i izložbe unikatnih radova UIR Zagreba, uključivanjem predstavnika UIR Zagreba u edukacijsko-informativne radionice i seminare, kao i u rad povjerenstava gradskih i županijskih vlasti. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine, prema mogućnostima i potrebama. Planiran broj korisnika: Otprilike 300 članova UIR Zagreba i ostalih osoba. Ciljevi: osigurati članovima UIR Zagreba brojne pogodnosti u svrhu poboljšanja životnih uvjeta i društvenog statusa; ojačati organizacijske kapacitete UIR Zagreba; razmijeniti iskustva s drugim organizacijama civilnoga društva i institucijama u svrhu unapređenja rada i djelovanja UIR Zagreba.
Na razini Republike Hrvatske	UIR Zagreba će, prema mogućnostima i potrebama, surađivati i sklapati partnerstva sa srodnim organizacijama civilnoga društva diljem RH, regionalnim i državnim institucijama i drugim organizacijama i privrednim subjektima. Suradnja i partnerstva očitovat će se u raznim oblicima: u okviru provedbe raznih projekata i programa, kroz gostovanja i nastupa članova UIR Zagreba i izložbe unikatnih radova UIR Zagreba, uključivanjem predstavnika UIR Zagreba u edukacijsko-informativne radionice i seminare, kao i u rad povjerenstava nacionalnih vlasti. Razdoblje provedbe: Tijekom cijele godine, prema mogućnostima i potrebama. Planiran broj korisnika: Otprilike 300 članova UIR Zagreba i ostalih osoba. Ciljevi: Osigurati članovima UIR Zagreba brojne pogodnosti u svrhu poboljšanja životnih uvjeta i društvenog statusa; ojačati organizacijske kapacitete UIR Zagreba; razmijeniti iskustva s drugim organizacijama civilnoga društva i institucijama u svrhu unapređenja rada i djelovanja UIR Zagreba.
Na razini Europe	UIR Zagreba će nastojati pronaći nove suradnike i partnere s područja Europe za zajedničku provedbu raznih projekata i programa, zatim za gostovanja i nastupe članova UIR Zagreba i izložbe unikatnih radova UIR Zagreba. Razdoblje provedbe: Prema mogućnostima i potrebama. Planiran broj korisnika: Otprilike 180 članova UIR Zagreba i ostalih osoba. Ciljevi: Razmijeniti iskustva s drugim organizacijama civilnog društva i institucijama u svrhu unapređenja rada i djelovanja UIR Zagreba.
V. USTROJ I IMOVINA	
Tijela UIR Zagreba	Tijela UIR Zagreba definirana su Statutom UIR Zagreba: Skupština (do 45 članova), Upravni odbor (sedam članova), Predsjednik, Nadzorni odbor (pet članova), Sud časti (pet članova). Skupština će održati dvije sjednice na kojima će se razmatrati izvještaji o radu u protekloj godini i plan i program rada za sljedeću godinu. Upravni će odbor održati minimalno četiri sjednice na kojima će razmatrati detalje provođenja pojedinih aktivnosti u skladu s prethodno donesenim odlukama Skupštine i strateškim dokumentima UIR Zagreba. Nadzorni će odbor održati minimalno dvije sjednice, nakon sastavljenih polugodišnjih i godišnjih financijskih izvještaja, dok će Sud časti svoje sjednice održavati po potrebi. Članovi Upravnog i Nadzornog odbora će tijekom cijele godine biti uključeni u realizaciju pojedinih zadataka predviđenih Operativnim planom UIR Zagreba za 2024. godinu. Cilj: Donošenje što je moguće konkretnijih odluka u svrhu učinkovitog i transparentnog rada UIR Zagreba.
Članstvo UIR Zagreba	Statistički podaci UIR Zagreba ukazuju na povećanje broja članova u 2023. godini nakon jedanaest uzastopnih godina smanjenja. Kako bi nastavio u tom smjeru, UIR Zagreba će nastaviti provoditi stimulacijske aktivnosti s ciljem zadržavanja postojećih članova i uključivanja novih. UIR Zagreba će ujedno nastaviti izjednačavati mogućnosti za sve članove UIR Zagreba vezane uz pristup korištenju usluga UIR Zagreba, jačati interes članova za aktivnije uključivanje u rad i aktivnosti UIR Zagreba, jačati promidžbu svog djelovanja, proširiti postojeće i ostvariti nove suradnje. Vodeći se statističkim podacima prijašnjih godina, u 2024. godini očekuje se uplata članarine 7.300 članova. Ciljevi: zadržati postojeće članstvo i privući nove članove.

Stručna služba UIR Zagreba	Stručna služba zadužena je za provedbu stručnih, organizacijskih, administrativnih, tehničkih, pomoćnih i njima sličnih poslova, a u skladu sa zaključcima i odlukama tijela UIR Zagreba. Planirano je zadržavanje zaposlenika: voditeljica Stručne službe (VSS), pomoćnik voditeljice Stručne službe (VSS), dvije savjetnice (VSS) i pet suradnica (SSS). U skladu s mogućnostima UIR Zagreba, zaposlenici će biti upućeni na edukacije i stručna usavršavanja. U okviru provedbe nekih od osnovnih poslova i pojedinih programskih aktivnosti UIR Zagreba, po potrebi i prema mogućnostima, zaposlit će se nove osobe i angažirat će se dodatni izvođači aktivnosti na temelju Ugovora o djelu, Ugovora o autorskom djelu ili Ugovora za obavljanje studentskog posla. Cilj: Ojačati organizacijske i stručne kapacitete UIR Zagreba u svrhu unapređenja rada i djelovanja UIR Zagreba.
Imovina UIR Zagreba	UIR Zagreba će za provedbu svojih aktivnosti koristiti gradski prostor u Zagrebu, na adresi Nova cesta 86, prilagođen potrebama osoba s invaliditetom i službeno vozilo u svom vlasništvu. Uz to će nastaviti potragu za dodatnim prostorima, većih kapaciteta, također prilagođenih osobama s invaliditetom, za održavanje dijela aktivnosti vezanih uz vježbanje. Gradski prostor, inventar i službeno vozilo UIR Zagreba će redovito biti održavano. Za svakodnevno djelovanje i potrebe provedbe aktivnosti redovito će biti nabavljeni uredski i potrošni materijal, sitan inventar, rekviziti i oprema. Ciljevi: Očuvati i povećati imovinu UIR Zagreba.
Financiranje UIR Zagreba	UIR Zagreba će financijska sredstva prikupljati od članarina, donacija i programskih sredstava odobrenih kroz javne pozive i natječaje iz gradskog, županijskog i državnog proračuna i europskih fondova. U suradnji s drugim srodnim udrugama, UIR Zagreba će nastaviti tražiti sustavno rješenje vezano uz financiranje osnovne djelatnosti za neprofitne organizacije koje provode aktivnosti od interesa za opće dobro. Ciljevi: Prikupiti financijska sredstva putem članarina, donacija, javnih poziva i natječaja i sudjelovati u pronalasku sustavnog rješenja financiranja osnovne djelatnosti neprofitnih organizacija koje provode aktivnosti od interesa za opće dobro.
VI. DOKUMENTACIJA	
Dokumenti UIR Zagreba	Statut; Etički kodeks; pravilnici
Dokumenti na razini Grada Zagreba	Zagrebačka deklaracija; Zagrebačka strategija izjednačavanja mogućnosti za osobe s invaliditetom u razdoblju od 2022. do 2025. godine; Zagrebačka strategija borbe protiv siromaštva i socijalne isključenosti za razdoblje od 2021. do 2025. godine; Plan razvoja Grada Zagreba za razdoblje 2021. – 2027.; Zagrebačka strategija za unapređenje kvalitete života osoba starije životne dobi za razdoblje od 2020. do 2024.; gradski pravilnici
Dokumenti na razini Republike Hrvatske	Zakon o udrugama; Hrvatska deklaracija o pravima osoba s invaliditetom; Zakon o volonterstvu; Zakon o socijalnoj skrbi; Nacionalna razvojna strategija Republike Hrvatske do 2030.; Nacionalni plan izjednačavanja mogućnosti za osobe s invaliditetom od 2021. do 2027. godine; Akcijski plan izjednačavanja mogućnosti za osobe s invaliditetom od 2021. do 2024. godine; Nacionalni plan borbe protiv siromaštva i socijalne isključenosti za razdoblje od 2021. do 2027.; Nacionalni plan razvoja socijalnih usluga za razdoblje od 2021. do 2027.; Akcijski plan razvoja socijalnih usluga za razdoblje od 2021. do 2024.; Akcijski plan za provedbu europskog stupa socijalnih prava za 2030.; Strategija digitalne Hrvatske za razdoblje do 2032. godine
Dokumenti na razini Europe	Konvencija o pravima osoba s invaliditetom (UN); Europska socijalna povelja; Strategija Europa 2020.; Strategija o pravima osoba s invaliditetom za razdoblje 2021. – 2030. (Europska Komisija); Program Učinkoviti ljudski potencijali 2021.-2027. (PULJP 2021.-2027.)

Klupske aktivnosti: Put ka socijalnoj uključenosti i solidarnosti

Uključivanje u klupske aktivnosti Udruge invalida rada Zagreba (UIR Zagreba) ne samo da omogućuje članovima da se osjećaju ravnopravno i prihvaćeno unutar šire zajednice, već pruža i niz konkretnih koristi koje su posebno važne invalidima rada i ostalim osobama s invaliditetom. Sudjelovanje u tim aktivnostima predstavlja značajan korak prema smanjenju fizičke i psihičke boli koja često prati život osoba s invaliditetom. Kroz druženje, smijeh i podršku koju pružaju svi uključeni članovi, volonteri i zaposlenici UIR Zagreba, svaki pojedinac može osjetiti olakšanje i ublažavanje stresa koji proizlazi iz svakodnevnih izazova s kojima se suočava.

Uz navedeno, vrijeme provedeno kroz aktivno uključivanje u klupske aktivnosti predstavlja kvalitetno uloženo vrijeme koje pruža priliku za razvoj novih znanja i vještina. Velik broj ponuđenih različitih aktivnosti i radionica može poslužiti kao prostor za osobni rast i obogaćivanje, doprinoseći samopouzdanju i osjećaju postignuća kod svakog pojedinca. Klupske aktivnosti omogućuju i samim članovima UIR Zagreba da se uključe u volontiranje i da prenesu svoja specifična znanja i vještine na druge ili da jednostavno svoje vrijeme odvoje za druge pomažući im. Sudjelovanje u volonterskim aktivnostima omogućuje članovima da se osjećaju korisnima i da doprinesu



zajednici na pozitivan način, što je važno za očuvanje osjećaja svrhe i vrijednosti.

Također, uključivanje u klupske aktivnosti predstavlja ključnu komponentu za razvoj solidarnosti unutar UIR Zagreba. Kroz raznolike radionice, članovi imaju priliku ne samo graditi prijateljstva i razvijati osjećaj pripadnosti, već i razvijati međusobno povjerenje i podršku. Aktivno sudjelovanje u grupnim radionicama i različitim događanjima, od otvorenja izložbi i nastupa do sportskih susreta, omogućuje članovima dijeljenje iskustava i ideja i zajednički rad na njihovom ostvarenju. Uz to, klupske aktivnosti pružaju prostor za rješavanje zajedničkih izazova i promicanje zajedničkih vrijednosti što direktno utječe na razvoj solidarnosti, empatije i podrške, osnažujući veze unutar pojedine grupe. Vjerujemo da je

većina članova koja se uključila u neku od radionica na sustavan način mogla upravo to i osjetiti. Kroz kontinuirano uključivanje u različite aktivnosti, članovi ne samo da razvijaju svoje osobne vještine i interese, već i postaju svjesni važnosti suradnje i solidarnosti u postizanju zajedničkih ciljeva. Upravo je ta spoznaja o međusobnoj povezanosti i podršci temelj za izgradnju snažne lokalne zajednice.

Program klupskih aktivnosti unutar djelovanja UIR Zagreba podijeljen je na edukacijske, sportsko-rekreacijske, kulturno umjetničke radionice, radionice vježbanja i savjetovanja. Podjela klupskih aktivnosti omogućava članovima UIR Zagreba da jednostavno indentificiraju svoje potrebe s onim što je u ponudi i da odaberu aktivnosti koje najbolje odgovaraju njihovim interesima, potrebama

i sposobnostima. Svaka grupa aktivnosti pruža svoje specifične koristi, bilo da je riječ o osobnom razvoju kroz edukaciju, poticanju kreativnosti, jačanju sportskog duha, očuvanju zdravlja kroz tjelesnu aktivnost ili podršci kroz savjetovanja. Kroz raznolikost ponude, UIR Zagreba osigurava svakom članu da pronađe aktivnosti koje će mu pomoći da ostvari svoje potencijale i uživa u punom životu unatoč izazovima s kojima se svakodnevno suočava. S obzirom na to da je UIR Zagreba neprofitna organizacija provedba aktivnosti i radionica ovisi s jedne strane o odobrenim natječajnim sredstvima na koja se ne može u kontinuitetu računati jer davatelji sredstava odlučuju što je za njihov poziv prioritetno sufinancirati i s druge strane o angažmanu volontera koji u najvećoj mjeri svojim znanjima i vještinama, bez ikakve naknade, obogaćuju sadržaj programa klupskih aktivnosti. Iz tog razloga, u rasporedu klupskih aktivnosti, ovisno o mogućnostima volontera, neke se radionice provode tijekom cijele godine, dok su druge dostupne samo u pojedinim razdobljima. No, bez obzira na učestalost održavanja pojedine radionice, program klupskih aktivnosti bio bi znatno osiromašen bez angažmana volontera. Primjera radi, u 2023. godini u klupske aktivnosti, u okviru 17 različitih radionica, uključila su se čak 32 volontera s angažmanom od 1.188,5 volonterskih sati što je uistinu hvalevrijedan podatak, pa ću ovim putem iskoristiti priliku i ispred UIR Zagreba još jednom od srca zahvaliti svim volonterima na nesebičnom angažmanu, trudu, vremenu, stručnosti i znanju koje dijele s članovima UIR Zagreba.

U nastavku teksta nastojat ću dodatno približiti svaku od grupa radionica, a za sve nedoumice slobodno se obratite Stručnoj službi UIR Zagreba koja čeka s odgovorima.

EDUKACIJSKE RADIONICE: IZGRADNJA ZNANJA I VJEŠTINA... I JOŠ PUNO TOGA

Edukacijske radionice obuhvaćaju više različitih vrsta radionica i pružaju članovima priliku za kontinuirani osobni razvoj. Kroz te radionice, članovi stječu nova znanja i vještine koje im mogu koristiti u svakodnevnom životu, a nekima možda i na tržištu rada. Krenimo redom, učenje stranih jezika pruža članovima priliku za osobni i profesionalni razvoj. Osposobljavanje u stranim jezicima omogućuje veću komunikacijsku vještinu i otvara vrata novim mogućnostima za obrazovanje, a kod nekih i za zapošljavanje. Osim toga, učenje novog jezika potiče razvoj mozga i poboljšava kognitivne funkcije. U današnjem digitalnom dobu, osposobljavanje za korištenje digitalnih alata je ključno za sudjelovanje u svakodnevnom životu. Radionice digitalnog



opismenjavanja omogućuju članovima savladavanje osnova korištenja računala, interneta, e-pošte i društvenih medija, pružajući im pristup informacijama i komunikaciji na globalnoj razini. U toj radionici naglasak stavljamo na to da se radionica provodi individualno, prema stvarnim potrebama pojedinog člana. Radionice digitalne fotografije omogućuju članovima razvijanje njihove kreativnosti i tehničkih vještina u području fotografije. Kroz učenje osnova kompozicije, osvjetljenja i obrade fotografija, članovi mogu izražavati svoje ideje i perspektive i stvarati umjetnička djela koja mogu dijeliti s drugima ili u okviru izložbi mogu biti izložena u prostorijama UIR Zagreba, a i šire putem društvenih mreža u digitalnom obliku. Predavanja i prezentacije pružaju članovima priliku za stjecanje novih znanja i razmjenu ideja o različitim temama od interesa. Omogućuju im priliku za informiranje o relevantnim temama i za izražavanje svog mišljenja pred drugima. Također, predavanja i prezentacije mogu potaknuti raspravu i senzibilizaciju o pitanjima koja su važna za osobe s invaliditetom.



SPORTSKO-REKREACIJSKE RADIONICE: DRUŽENJE... ZABAVA... I JOŠ ZABAVE

Sportsko-rekreacijske aktivnosti pružaju niz koristi i benefita. Sudjelovanje u tim aktivnostima predstavlja sveobuhvatan pristup zdravlju i dobrobiti članova. Kao prvo, doprinose fizičkom zdravlju članova, a imaju vrlo pozitivan utjecaj i na mentalno zdravlje. Također, potiču socijalizaciju i povezivanje među članovima. Druženje na terenu ili u dvorani pruža priliku za razvoj prijateljstava, socijalnih vještina i osjećaja pripadnosti, što doprinosi osjećaju zajedništva i podrške unutar grupe. Uz navedeno, bavljene omiljenim sportsko-rekreacijskim aktivnostima donosi zabavu, opuštanje i bijeg od svakodnevnih briga i stresova. Šah, belot, pikado, viseća kuglana, stolni tenis, kuglanje ili neka od igri preciznosti čekaju na vas... A ako se uz sve navedene radionice želite dodatno rekreirati, prostor UIR Zagreba opremljen je veslačkim ergometrom i orbitrekom koji će dodatno unaprijediti fizičko zdravlje svakog pojedinca koji ih odluči redovito koristiti. Tijekom godine, članovi UIR Zagreba imaju priliku

uključiti se u sportske susrete i natjecanja s drugim invalidima rada i ostalim osobama s invaliditetom diljem Lijepe naše i tako provjeriti svoju sportsku formu. Kao vrhunac sportsko-rekreacijskih natjecanja svakako bih naveo i mogućnost sudjelovanja članova na Memorijalu Marije Topić koji se održava u svibnju na RŠC Jarun.

KULTURNO-UMJETNIČKE RADIONICE: KOD NAS JE SVE MOGUĆE... DOĐITE I IZRAZITE SVOJE OSJEĆAJE

Kulturno-umjetničke radionice nude raznovrsne mogućnosti izražavanja i kreativnog izričaja. Uključujući crtanje i slikanje, kreativno-likovne radionice, radionice ručnih radova poput pletenja i heklanja, kao i plesnu rekreaciju, folklor, dramske radionice, pjevački zbor i organizaciju nastupa i izložbi, te aktivnosti obogaćuju duhovni i emocionalni život svih uključenih. Radionica crtanja i slikanja pruža prostor za izražavanje kroz likovnu umjetnost, potičući kreativnost i individualnost svakog člana. Kreativno-likovne radionice dodatno razvijaju različite

oblike kreativnosti omogućujući članovima da istraže različite tehnike i stilove izražavanja. Radionice ručnih radova, poput pletenja i heklanja, pružaju priliku za stvaranje korisnih i dekorativnih predmeta, potičući maštovitost i praktične vještine. Radionica književnosti omogućuje pristup književnim djelima i kulturnom nasljeđu, potičući ljubav prema čitanju i intelektualni razvoj. Plesna rekreacija, folklor i dramske radionice nude prostor za tjelesno izražavanje i scensku umjetnost, potičući emocionalni izričaj i socijalnu interakciju. Pjevački zbor pruža članovima priliku za glazbeno stvaralaštvo i zajedničko izvođenje glazbenih djela, dok nastupi i izložbe omogućuju članovima da podijele svoje talente sa širom zajednicom. Sveukupno gledano, kulturno-umjetničke radionice unose bogatstvo kreativnosti, umjetnosti i kulturnog nasljeđa u život članova UIR Zagreba. Kroz te aktivnosti, članovi imaju priliku za osobni rast, izražavanje svoje individualnosti i povezivanje s drugim članovima i širom zajednicom.

RADIONICE VJEŽBANJA: ZDRAVLJE I VITALNOST

Radionice vježbanja pružaju mogućnost za održavanje tjelesne kondicije i pokretljivosti zglobova, jačanje mišića i poboljšanje općeg zdravlja i blagostanja. Uključuju kineziterapiju, korektivnu gimnastiku, Tai Chi, nordijsko hodanje, vježbe u vodi i planinarenje i, što je posebno bitno, prilagođene su potrebama i mogućnostima svakog člana. Kineziterapija i korektivna gimnastika pružaju odgovor na specifične potrebe članova

kako bi poboljšali pokretljivost, snagu i koordinaciju. Tai Chi je drevna kineska vještina koja kombinira meditaciju, disanje i blage, fluidne pokrete kako bi se potaknule ravnoteža, fleksibilnost i mentalna koncentracija. U okviru nordijskog hodanja i planinarenja članovi UIR Zagreba mogu se na dinamičan i zabavan način uključiti u tjelesnu aktivnost, potičući srčani ritam, izdržljivost i vitalnost u prirodnom okruženju. Vježbe u vodi, zahvaljujući niskoj opterećenosti, jačaju mišiće, poboljšavaju kardiovaskularnu kondiciju, povećavaju fleksibilnost i smanjuju stres, čineći ih izvrsnim izborom za poboljšanje općeg zdravlja i kondicije, posebno za osobe s određenim zdravstvenim izazovima ili osjetljivostima na visok stupanj opterećenja. Sve radionice vježbanja održavaju se u grupama, što dodatno potiče socijalizaciju, podršku i motivaciju među članovima. Sudjelovanje u grupnim vježbama pruža osjećaj zajedništva i podrške i doprinosi pozitivnom ozračju unutar UIR Zagreba.

RADIONICE SAVJETOVANJA: PODRŠKA I RAZUMIJEVANJE NA PRVOM SU MJESTU...

Savjetovanja pružaju članovima UIR Zagreba podršku i pomoć u rješavanju osobnih izazova i emocionalnih problema. Grupna i individualna psihoterapijska savjetovanja, kao što su logoterapija i psihoterapija plesom i pokretom, nude priliku za osobni razvoj i bolje razumijevanje vlastitih emocija i ponašanja. Socijalno-inkluzivno savjetovalište pruža podršku članovima u integraciji u zajednicu i rješavanju socijalnih izazova. Te različite terapijske pristupe karakterizira



individualizirani pristup svakom članu, prilagođavajući se njihovim potrebama i ciljevima. Grupna savjetovanja omogućuju članovima dijeljenje svojih iskustava i pružanje podrške jedni drugima u procesu osobnog rasta i promjene. Individualna savjetovanja pružaju intimniji prostor za razmatranje osobnih pitanja i izazova uz podršku stručnjaka. Tako je logoterapija fokusirana na pronalaženje smisla i svrhe u životu i može pomoći članovima da pronađu motivaciju i inspiraciju za prevladavanje prepreka. Psihoterapija plesom i pokretom kombinira tjelesno kretanje s emocionalnim izražavanjem kako bi potaknula proces ozdravljenja i samoprihvatanja. Socijalno-inkluzivno savjetovalište pruža podršku integraciji u zajednicu i prevladavanju socijalnih izazova s kojima se članovi suočavaju. Kroz te različite pristupe, članovi UIR Zagreba imaju priliku za osobni rast, emocionalno iscjeljenje i bolje upravljanje svojim životima.

I ponovno se vratimo na početak, uključivanje u klupske aktivnosti UIR Zagreba nije samo važno zbog

osjećaja pripadnosti i društvene integracije, već i zbog konkretnih koristi koje pruža pojedincima s invaliditetom. Kroz različite oblike podrške, edukacije, ali i mogućnosti volontiranja, članovi imaju priliku za poboljšanje svojeg zdravlja, stjecanje novih vještina i ispunjenje vlastitih potencijala, čineći njihov život bogatijim i ispunjenijim.

I za kraj, da se zna... slobodno nas posjetite na Novoj cesti 86, ulaz iz dvorišta, svakog radnog dana od 8,00 do 20,00 sati i započnite svoj put ka socijalnoj uključenosti i solidarnosti. Redovno ažurirani raspored aktivnih radionica uvijek možete provjeriti na mrežnim stranicama UIR Zagreba ili skeniranjem koda fotoaparatom pametnog telefona.



Pripremio: Stanko Svečak, prof.



Nacionalni dan invalida rada, 21. ožujka

Jedan od najvažnijih datuma kada je riječ o osobama s invaliditetom, a najvažniji kada je riječ o invalidima rada, je Nacionalni dan invalida rada. Povijest odabranog datuma veže se uz tešku rudarsku nesreću koja se dogodila u Belgiji 1956. godine, a u kojoj su stradale 262 osobe. Prvobitno, u spomen na taj događaj, 21. ožujka obilježavao se kao Međunarodni dan osoba s invaliditetom. Nakon što je datum obilježavanja promijenjen na 3. prosinca, Hrvatski sabor je 13. veljače 2009. godine donio odluku da se 21. ožujka proglašava Nacionalnim danom invalida rada. Njegovo obilježavanje važno je zbog upoznavanja i razvijanja senzibiliteta šire javnosti prema invalidima rada, ali i ostalim osobama s invaliditetom. Osim

toga, važno je osvijestiti društvo o važnosti prevencije nastanka novih invalida rada. Naime, prema zadnje dostupnim Statističkim informacijama Hrvatskog zavoda za mirovinsko osiguranje, na dan 31. prosinca 2023. godine u Republici Hrvatskoj bilo je 88.977 registriranih invalida rada. Njih 14.227 bilo je registrirano u gradu Zagrebu (15,99%), a 6.821 na području Zagrebačke županije (7,67%). Udruga invalida rada Zagreba (UIR Zagreba) je 31. prosinca 2023. godine imao 7.181 registriranog člana, odnosno 32,41% ukupnog broja invalida rada registriranih na području grada Zagreba i Zagrebačke županije. Upravo ti brojevi UIR Zagreba čine najbrojnijom udrugom u Republici Hrvatskoj kada su u pitanju ne samo invalidi rada, već i ostale

osobe s invaliditetom.

Zbog spomenutih razloga, na Nacionalni dan invalida rada stavlja se posebna pažnja, a u UIR Zagreba taj smo dan obilježili na sam dan, 21. ožujka 2024. godine. U prostorijama UIR Zagreba okupilo se oko 80 gostiju, a događaj je počeo u 17,00 sati. Okupljenima se prvo obratila predsjednica UIR Zagreba Nada Vorkapić koja je pozdravila okupljene i zahvalila im na dolasku. Nakon toga, predsjednica je riječ prepustila predstavnici Grada Zagreba i izaslanici gradonačelnika Grada Zagreba, Marinki Bakuli-Andelić, pomoćnici pročelnice za zaštitu osoba s invaliditetom u Gradskom uredu za socijalnu zaštitu, zdravstvo, branitelje i osobe s invaliditetom koja je uputila

pozdrave gradonačelnika Tomislava Tomaševića i pročelnice Ureda Lore Vidović i se kratko osvrnula na rad UIR Zagreba. Važno je naglasiti uspješnu dugogodišnju suradnju Grada Zagreba i UIR Zagreba. Grad sufinancira dio aktivnosti UIR Zagreba u okviru trogodišnjeg programa "Savjetom prema inkluziji" za razdoblje od 1. lipnja 2023. godine do 31. svibnja 2026. godine. Uz to, Grad je prihvatio pokroviteljstvo dva događanja u organizaciji UIR Zagreba: Sedam suza za Zlatka Bočkala i 11. Memorijal Marije Topić. Nakon što je gospođa Bakula-Anđelić završila govor, pred okupljene je ponovno stala predsjednica UIR Zagreba i podsjetila na povijest i značaj Nacionalnog dana invalida rada. Također je pojasnila simbol koji se veže uz to obilježavanje, a to je ruža koja je u UIR Zagreba narančaste boje. "Ružom želimo ukazati na potrebu zaštite na radu. Ona ima trnje i kada ju beremo moramo imati zaštitne rukavice kako se ne bismo ozlijedili. Narančasta je boja topline, kreativnosti, senzibilnosti i borbe invalida rada za bolje sutra", rekla je. Istaknula je da je važna prevencija za sprečavanje ozljeda na radu, a ne da se ista uvodi onda

kada je za to prekasno. Zaštita na radu predstavlja cijeli sustav pravila, mjera i aktivnosti koji osiguravaju sigurne uvjete rada. Svi poslodavci u Republici Hrvatskoj obavezni su organizirati i provoditi zaštitu na radu. Predsjednica Vorkapić osvrnula se i na sve češće nesreće u građevinskom sektoru do kojih dolazi nakon potresa koji su nas pogodili prije nekoliko godina. Upravo se radovi na gradilištima ubrajaju među najrizičnije poslove zbog ozljeda koje se na gradilištima događaju, a dio ozljeda je s vrlo teškim ili smrtnim posljedicama. Zaštita na gradilištima bila je i tema konferencije Sigurno gradilište održane u Hrvatskoj gospodarskoj komori (HGK), koja je organizirana u suradnji s Ministarstvom prostornoga uređenja, graditeljstva i državne imovine 13. ožujka 2024. godine. "U 2022. godini na gradilištima zabilježeno je 20 smrtnih slučajeva i 171 teško ozlijeđen radnik. Prema svim pokazateljima, graditeljstvo je snažna i otporna industrija. Za nastavak dobre slike i pozicije naše građevine ključno je ulaganje dodatnih napora u educiranje i sigurnost radnika kako bismo popravili te brojke. Nitko ne

osporava da je provedba zaštite na radu u sektoru građevinarstva kompleksna. Traži da i poslodavac i zaposlenik odrade svoj dio. Naravno, to znači i dodatne troškove. No, stvarni trošak je puno veći ako to ne odradimo kako treba. Od troška ozljede na radu i troška oko kazni inspektorata pa na kraju do troška kada bude otežana mogućnost pronalaska i zadržavanja radnika uopće.", poručila je potpredsjednica HGK-a za graditeljstvo i promet Mirjana Čagalj, piše Poslovni dnevnik. Također, od velikog je značaja stvaranje svijesti među poslodavcima i radnicima o važnosti sigurnosti i informiranje o mogućim posljedicama. Cilj zaštite na radu je osigurati zaštitu zdravlja i života radnika. Prevencija je važna kako ne bi došlo do nastanka novih ozljeda, tjelesnih oštećenja i invaliditeta i zato je bitno korištenje odgovarajuće zaštite na radu.

U drugom djelu obilježavanja uslijedilo je otvorenje izložbe "Boje, kist i darovi prirode" autorice i dugogodišnje članice UIR Zagreba Blanke Šimecki. Svoju ljubav prema likovnom izražavanju gospođa Šimecki pretače u djela na radionicama crtanja i slikanja koje vode volonterke, Ljiljane Smontare i Nade Katanec, a u okviru trogodišnjeg programa "ARTuriranje" koji sufinancira Ministarstvo rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike. "Ovo mi je prva samostalna izložba i za mene je to nekako prerano. Međutim, moje voditeljice su rekly da sam spremna napraviti svoju izložbu", rekla je i dodala kako je pri radu i učenju od njih dobivala veliku pomoć i još veću podršku. Zatim je predstavila svaki izložen



rad, pojasnila svoj kreativni put i opisala mjesta iz kojih je crpila inspiraciju. "Volim reciklirati i miješati stilove".

Nakon izložbe uslijedio je raspjevani dio večeri koji je za prisutne priredio muški pjevački zbor "Bistrani" pod dirigentskom palicom člana UIR Zagreba Damira Šumečkog. Zbor djeluje od 2004. godine, a od 2006. je registriran kao udruga. Član je Zajednice kulturno-umjetničkih udruga Zagrebačke županije i Hrvatskog sabora kulture, aktivno djeluje na povezivanju udruga i njeguje suradnju s drugim ansamblima, kulturno-umjetničkim društvima i vjerskim zajednicama u Zagrebačkoj, Krapinsko-zagorskoj županiji i Gradu Zagrebu. Svrha osnutka zbora bila je ljubav njegovih članova prema zbornoj pjesmi i očuvanje bistranske i kajkavske glazbene baštine. U svom glazbenom radu zbor prikuplja i izvodi staru sakralnu i svjetovnu glazbenu baštinu, no izvodi i klasične i zabavne skladbe novijeg datuma, mnoge proizašle i iz pera samih članova. Neke od melodija u kojima su okupljeni mogli uživati bile su: "Marijana", "Ružo crvena", "Moja duša" i "U boj". Na samom

rastanku, svakog smo gosta ispratili darovavši mu/joj zaštitni znak UIR Zagreba, narančastu ružu.

Na sam dan obilježavanja, dane koji su mu prethodili, ali i one koji će uslijediti, članovi, volonteri i radnici UIR Zagreba trudili su se skrenuti pozornost na prava i potrebe invalida rada, ali i drugih osoba s invaliditetom. "Važan je kontinuiran rad na razvijanju društva, što uključuje brigu i empatiju prema osobama s invaliditetom. Nažalost, oni se i dalje susreću s raznim preprekama i stereotipima prilikom obavljanja svakodnevnih poslova, a zajednica u kojoj borave trebala bi imati više sluha i razumijevanja za rješavanje njihovih problema. Jedan od naših slogana je "Nije svaki invaliditet vidljiv" upravo zato što se na invalidima rada rijetko kada na prvi pogled vidi da su osobe s invaliditetom. Vrlo je važno da jedni prema drugima budemo obazrivi jer, nažalost, svatko od nas može u bilo kojem trenutku postati osoba s invaliditetom. Takva obilježavanja od velike su važnosti za podizanje svijesti kod građana, ne samo o problematiki osoba s invaliditetom, već i o njihovim sposobnostima i vještinama",

istaknula je predsjednica Vorkapić. UIR Zagreba svojim dugogodišnjim djelovanjem kontinuirano radi na unapređenju kvalitete života i socijalne uključenosti osoba s invaliditetom. Našim članovima na raspolaganju je niz aktivnosti koje su većinom organizirane u vidu radionica, a tematski su grupirane u: edukacijske, sportsko-rekreacijske, kulturno-umjetničke i savjetodavne radionice i radionice vježbanja. Uz to, članovima su na raspolaganju dugogodišnji programi UIR Zagreba: pravno savjetovništvo, mobilni tim, ljetovanje, klupske aktivnosti i zdravstveno-rekreacijski program. Kako bi bili što upućeniji u svoja prava, lakše se nosili s problemima ili na pravilni način vodili brigu o svom zdravlju redovito održavamo tematska predavanja, a ponosni smo što su ista uvijek posjećena u velikom broju.

Na samom kraju, želimo zahvaliti svima koji su svojim dolaskom uveličali obilježavanje Nacionalnog dana invalida rada i koji svakodnevno doprinose promicanju i vidljivosti UIR Zagreba kako bismo zajedno stvarali bolje uvjete života za osobe s invaliditetom. Jednako tako, želimo zahvaliti medijima koji omogućuju da se naš glas čuje što dalje. Mediji koji su rad UIR Zagreba popratili najavama, objavama i reportažama vezanim uz Nacionalni dan invalida rada su portal Turističke zajednice grada Zagreba, Direkt - Nacionalni medij za oglašavanje, portal mirovina.hr, HRT - HTV 1 – emisija "Dobro jutro, Hrvatska", portal MojZagreb.info, radio Sljeme i portal Večernji.hr.

Pripremila: Lucija Makovica, mag. nov.

ZA-JEDNO-SVI

U druga invalida rada Zagreba (UIR Zagreba) provela je, kao nositelj, svoj prvi europski projekt naziva **“ZA-JEDNO-SVI”**. Projekt je provela u razdoblju od 19. travnja 2022. godine do 19. travnja 2023. godine s dva partnera – **Društvom za socijalnu ekologiju “Zeleno zlato”** i udrugom **Telecentar**. Projekt ukupne vrijednosti 54.332,84 € (409.370,75 kn) sufinancirali su Europska unija iz Europskog socijalnog fonda (85%) i Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske (15%) u okviru Otvorenog poziva na dodjelu bespovratnih sredstava UP.04.2.1.11 Jačanje kapaciteta OCD-a za odgovaranje na potrebe lokalne zajednice, a u okviru Operativnog programa Učinkoviti ljudski potencijali 2014.-2020.. Poziv je raspisan, a i projekt ZA-JEDNO-SVI prijavljen, kao reakcija na nesretno razdoblje širenja virusa SARS-CoV-2 pa je provedba projekta ojačala sve zaposlenike buduće takve ili situacije za koje se nadamo zapravo da se nikada više neće ponoviti.

Projekt je imao tri specifična cilja: **SC 1** Jačanje kapaciteta organizacija civilnoga društva aktivnih u lokalnim zajednicama za provedbu aktivnosti prilagođenih lokalnim problemima, **SC 2** Jačanje kapaciteta organizacija civilnoga društva za neposredan rad na područjima koja se financiraju kroz Europski socijalni fond (zapošljavanje, obrazovanje, socijalno uključivanje, dobro upravljanje) na lokalnoj razini i **SC 3** Unapređenje kapaciteta organizacija civilnoga društva za

pružanje učinkovitog odgovora na potrebe lokalne zajednice u kriznim situacijama.

Prema planiranome, ostvareni su raznovrsni i brojni rezultati projekta opisani u nastavku. Tijekom provedbe, UIR Zagreba učlanio se u paneuropsku organizaciju All Digital, a partner Društvo za socijalnu ekologiju Zeleno Zlato u Mrežu za razvoj digitalne pismenosti koje je UIR Zagreba od ranije član. Rezultati tih učlanjenja bili su uključivanje predstavnika UIR Zagreba u svakodnevnu komunikaciju između članica organizacije All Digital, zatim sudjelovanje UIR Zagreba u svim aktivnostima u organizaciji All Digital-a i upoznavanje s potencijalnim novim međunarodnim partnerima. Predstavnici UIR Zagreba sudjelovali su na Godišnjoj Skupštini All Digital i Forumu o digitalnim pravima održanima u Barceloni, u Španjolskoj, zatim Godišnjoj konferenciji All Digital u Pragu, u Češkoj Republici i Godišnjoj konferenciji Mreže za razvoj digitalne pismenosti. Na tim su događanjima predstavljeni rad i djelovanje UIR Zagreba, dok je predstavnicima UIR Zagreba omogućen uvid u najbolje primjere europske prakse digitalne inkluzije i nove europske inicijative digitalne transformacije obrazovanja i kulture. Kroz sudjelovanje na brojnim predavanjima i radionicama, predstavnici UIR Zagreba stekli su nova poznanstva, razmjenili iskustva s drugim sudionicima i prikupili informacije za potencijalne

suradnje i partnerstva na budućim projektima. Predstavnik partnera Društva za socijalnu ekologiju “Zeleno Zlato” je članstvom u Mreži za razvoj digitalne pismenosti ojačao međusektorsku suradnju, izgradio kapacitete dionika iz civilnog, javnog i privatnog sektora za istraživanje i razvoj digitalnog društva u Republici Hrvatskoj, a uz to je sudjelovao u Ljetnoj školi o digitalnoj kreativnosti u Krku, na otoku Krku, u okviru koje je bio uključen u radionice produkcije podcasta i dokumentarnog filma na temu pametnog otoka i ekologije.

UIR Zagreba je u svojim prostorijama, u jednogodišnjem razdoblju, proveo **hibridni klupski program** u koji su se uključila 454 korisnika u okviru 63 edukacijske radionice (engleski jezik, digitalno opismenjavanje, digitalna fotografija, predavanja i prezentacije, 49 sportsko-rekreacijskih radionica (šah, pikado, viseća kuglana, igre preciznosti), 92 kulturno-umjetničke radionice (crtanje i slikanje, kreativno-likovne radionice, ručni radovi, knjigaonica, standardni i latino plesovi, terapijski orijentalni plesovi, dramske radionice i izložbe), 84 radionice vježbanja (kineziterapija, korektivna gimnastika, Tai Chi, nordijsko hodanje i izleti planinarenja) i 46 savjetovanja (logoterapija, umijeće življenja i psihoterapija plesom i pokretom). Uz navedeno, provedeno je 57 hibridnih radionica, odnosno aktivnosti provedenih istovremeno u prostorijama UIR Zagreba i putem Google Meet aplikacije ili

društvene mreže Facebook (engleski jezik, predavanja i prezentacije, kreativno-likovne radionice, ručni radovi, dramska radionica i radionica umijeće življenja).

Na Eko-edukacijskoj farmi “Greenville” je partner Društvo za socijalnu ekologiju “Zeleno zlato” proveo **hibridni program** u koji se uključilo 112 osoba i u okviru kojeg je provedeno 12 radionica vezanih uz održivo sakupljanje i preradu samoniklog bilja, zatim uzgoj, preradu, obradu i pripremu povrća, bobičastog voća i aromatičnog bilja, kao i uz izradu prirodne kozmetike. Od tih 12 radionica, njih šest je provedeno istovremeno na farmi i putem Facebook Live aplikacije.

U svrhu promocije Projekta i s ciljem informiranja potencijalnih korisnika o mogućnosti uključivanja u Projekt, proveden je **digitalni marketing na društvenim mrežama** pa je tako u jednogodišnjem razdoblju objavljeno 113 objava na Facebook-u, 45 objava na Instagram-u, 12 objava na YouTube kanalu, jedan oglas za Facebooki Instagram i osam objava putem Google Business alata.

Partner Telecentar je, za provedbu planiranih projektnih aktivnosti, razvio tri sustava opisana u nastavku. **Sustav za digitalnu inkluziju** je sustav kojim je UIR Zagreba mapirao potrebe 565 članova UIR Zagreba za pripremu



razvojnih projekata i pomoć u hitnim situacijama, a potom izradio podatkovne analize. Dobiveni rezultati ukazali su na potrebu formiranja centara digitalne inkluzije u svakoj zagrebačkoj gradskoj četvrti u kojima bi građani mogli dobiti pomoć za pristup javnim uslugama na internetu. Rezultati su ukazali i na potrebu i želju za učenjem i razvojem novih digitalnih vještina i znanja unatoč iskazanom visokom stupnju korištenja interneta i poznavanja njegovih mogućnosti. **Sustav za mapiranje potreba i usluga koje nude organizacije civilnoga društva s područja Petrinje za pripremu razvojnih projekata i pomoć u hitnim situacijama** je sustav kojim je Društvo za socijalnu ekologiju “Zeleno zlato” mapirao potrebe deset udruga za rad s ranjivim skupinama na području Sisačko-moslavačko županije, a

potom izradio podatkovne analize. Dobiveni rezultati ukazali su na potrebu formiranja centara digitalne inkluzije u jedinicama lokalne samouprave u okviru kojih bi građanima bila pružana pomoć za pristup javnim uslugama na internetu. Velik broj ispitanih udruga ne provodi, ali planira razvoj i provedbu programa digitalnog obrazovanja jer smatraju da u njihovoj lokalnoj zajednici građani uglavnom nisu dobro informirani o javnim uslugama na internetu. **Sustav mobilnih timova za pomoć u kući i dostavu hrane starijim članovima UIR Zagreba** razvijen je u svrhu olakšanog planiranja distribucije hrane i pružanja

pomoći u kući starijim članovima UIR Zagreba.

Partner Telecentar razvio je i **četiri mentorska programa** za prilagodbu UIR Zagreba za organiziranje rada na daljinu uz pomoć Google alata u oblaku za neprofitne organizacije: Google Meet koji je UIR Zagreba koristio za individualna savjetovanja i online radionice s ograničenim brojem sudionika, zatim Google obrasce koje je UIR Zagreba koristio za istraživanja i anketiranja korisnika, zatim Facebook aplikacija Live koju su UIR Zagreba i Društvo za socijalnu ekologiju “Zeleno zlato” koristili za prijenos projektnih aktivnosti uživo iz prostorija UIR Zagreba i s Eko-edukacijske farme “Greenville”. Četvrti program je Google Classroom koju je UIR Zagreba koristio za interne edukacije zaposlenika.

INFORMIRANJE ČLANOVA UIR ZAGREBA I ŠIRE JAVNOSTI

Članove UIR Zagreba i ostalu zainteresiranu javnost, UIR Zagreba o svojim aktivnostima i događanjima, ali i o radu općenito i aktualnostima, informira na nekoliko načina.

Isključivo za članove UIR Zagreba dostupna su dva načina informiranja: **putem elektroničke pošte i SMS poruka**. Svaki zainteresirani član može biti obaviješten na neki od ta dva načina za što je potrebno u UIR Zagreba javiti e-adresu i/ili SMS broj na koju/i želi primati obavijesti.

UIR Zagreba redovito ažurira **mrežnu stranicu** (www.uir-zagreb.hr), objavljuje informacije na društvenoj mreži **Facebook** (www.facebook.com/uirzagreba1966) i aplikaciji **Instagram** (www.instagram.com/uirzagreba).

Od nedavno, UIR Zagreba informacije objavljuje i putem **WhatsApp kanala** UIR Zagreba ([whatsapp.com/channel/0029VaJh15bFXUua5s21HJ3G](https://www.whatsapp.com/channel/0029VaJh15bFXUua5s21HJ3G)). Iz, za sada nepoznatog nam razloga, pod opcijom pretraživanja / search, nije moguće pronaći kanal po nazivu, ali je dovoljno **kliknuti na poveznicu: [whatsapp.com/channel/0029VaJh15bFXUua5s21HJ3G](https://www.whatsapp.com/channel/0029VaJh15bFXUua5s21HJ3G)** ili **skenirati kod:**



Potom je potrebno **odabrati opciju** "Prati / Follow".

Nakon što počnete pratiti kanal, svaki put kad otvorite WhatsApp aplikaciju, odaberite opciju **"Ažuriranja / Updates"** i pod rubrikom **"Kanali / Channels"** pronađite **"UIR Zagreba"**. Kad na to kliknete, vidjet ćete naše obavijesti i, vjerujemo, pronaći nešto što će vas zainteresirati dovoljno da nam se koji puta pridružite i uključite u neku od brojnih aktivnosti koje organiziramo i provodimo, kako za članove UIR Zagreba tako i za ostale zainteresirane građane.

Na **YouTube kanalu** (www.youtube.com/c/UIRZagreba) objavljuje video sadržaje različitih edukacijskih i informativnih tematika.

Krajem ožujka svake godine tiska i potom besplatno distribuira službeni časopis **Glasilo invalida rada – GIR** koji upravo listate, a koji je dostupan i u digitalnom obliku na službenim mrežnim stranicama UIR Zagreba (www.uir-zagreb.hr/udruga-5/publikacije-uir-zagreba/gir-5). Časopis je dostupan i na online platformi za digitalno izdavanje Issuu (issuu.com/glasilouirz) na kojoj su dostupne i ostale publikacije UIR Zagreba (brošure).

Jednom u tri mjeseca UIR Zagreba zainteresiranim građanima šalje opširnije informacije putem **elektroničkog biltena**, a uz to prema potrebi tiska i potom besplatno distribuira **letke** s detaljima o pojedinim aktivnostima.

UIR Zagreba za informiranje članova i javnosti koristi i **Google Business alat** koji omogućuje i vidljivost lokacije na Google karti.

HVALA svima koji ćete nas i na taj način pratiti ili nas već pratite!

I hvala svima vama koji ćete podijeliti poveznicu ili kod drugima. Klikom na tu poveznicu, WhatsApp kanal UIR Zagreba može pratiti svaki zainteresirani građanin, neovisno o tome da li je član UIR Zagreba ili ne.



- ✓ Originalni kanadski gel s mentolom s efektom hlađenja
- ✓ Privremeno ublažava manje bolove u mišićima
- ✓ Za osobe svih dobnih skupina, rekreativce i sportaše
- ✓ Za oporavak nakon sportskih i drugih ozljeda

PO PREPORUCI HRVATSKOG ZBORA FIZIOTERAPEUTA

U SVIM LJEKARNAMA I DROGERIJAMA





Udruga invalida rada Zagreba
Zagreb, Nova cesta 86

