

Vodič za osobe s invaliditetom  
u kriznim situacijama

Izdavač: Zajednica saveza osoba s invaliditetom  
Hrvatske - SOIH  
Zagreb, Savska cesta 3

Za izdavača: Marica Mirić

Autori: Martina Mokus  
Marica Mirić  
Karlo Kanajet  
Kristina Peruničić  
Ratmir Džanić

Grafička obrada: Ratmir Džanić

Tisak: Correctus media d.o.o.

Naklada: 30



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.

Sadržaj Vodiča isključiva je odgovornost Zajednice saveza osoba s invaliditetom Hrvatske.

Za više o EU fondovima: [www.esf.hr](http://www.esf.hr) i [www.strukturnifondovi.hr](http://www.strukturnifondovi.hr)



ZAJEDNICA SAVEZA OSOBA S INVALIDITETOM HRVATSKE



# **VODIČ ZA OSOBE S INVALIDITETOM U KRIZNIM SITUACIJAMA**

Zagreb, 2022.

## S a d r Ź a j

1.	Uvod .....	5
2.	Priprema za krizne situacije .....	6
	2.1 Što bi svako kućanstvo trebalo imati?.....	9
	2.2 Obiteljski plan za slučaj opasnosti.....	10
3.	Pozivanje hitnih službi i uzbunjivanje .....	11
4.	Krizni događaji .....	12
5.	Općenite smjernice za osobe s invaliditetom .....	22
6.	Specifičnosti prema vrstama invaliditeta .....	25
7.	Umjesto zaključka .....	28
8.	LITERATURA .....	29

## 1. Uvod

Potresi, poplave i požari samo su neke od potencijalnih kriznih situacija s kojima se osobe s invaliditetom mogu susresti. Kao i u ostalim područjima društvenog života, osobe s invaliditetom u kriznim situacijama suočavaju se s brojnim preprekama kao što su neodgovarajući standardi zaštite, nedostatak odredbi za zaštitu i spašavanje, nepristupačnost, nedostatne informacije ili neodgovarajuća komunikacija. Krizne situacije pojačavaju razinu diskriminacije osoba s invaliditetom u društvu te su one često njima neproporcionalno pogođene. Mnoge su od njih društveno izolirane ili nemaju prilagođen pristup upozorenjima o evakuaciji i odgovarajući prijevoz za sebe i za one koji se o njima brinu. Dodatan problem može predstavljati razina osigurane pristupačnosti medicinskoj opremi potrebnoj za dobrobit osoba s invaliditetom. Osobe s invaliditetom posjeduju različite razine otpornosti i sposobnosti za oporavak, a svaka vrsta invaliditeta jedinstvena je u svojoj različitosti. Iz tog razloga, u okviru projekta UP.04.2.1.11.0148 IzaZOVI u krizi, pristupilo se izradi Vodiča koji će osobama s invaliditetom dati konkretne smjernice i biti potpora u zaštiti i samozaštiti od potencijalnih posljedica rizičnih i kriznih situacija.

Posljednjih godina, pitanja zaštite i sigurnosti osoba s invaliditetom sve su češća tema međunarodnih i europskih rasprava s ciljem osiguravanja jednakih mogućnosti osoba s invaliditetom. Konvencija UN-a o pravima osoba s invaliditetom, koju je Republika Hrvatska ratificirala 2008. godine, člankom 11. obvezuje države da poduzmu sve mjere kako bi se osigurala zaštita i sigurnost osoba s invaliditetom u rizičnim situacijama, uključujući situacije oružanog sukoba, humanitarnih kriza i prirodne katastrofe. U Istanbulu je 2016. godine usvojena Povelja o uključivanju osoba s invaliditetom u humanitarno djelovanje koja se odnosi na sve osobe s invaliditetom, primjenjuje se na sve rizične situacije i hitne humanitarne situacije te u svim fazama humanitarnog odgovora, od pripravnosti i početka krize do prijelaza u oporavak. Povelja obvezuje na inkluzivno humanitarno djelovanje, tj. uključivanje osoba s invaliditetom i poduzimanje mjera kako bi se zadovoljile njihove osnovne potrebe i promicala zaštita, sigurnost i poštovanje dostojanstva osoba s invaliditetom u situacijama rizika, uključujući situacije oružanog sukoba, hitne

humanitarne situacije i pojavu prirodnih katastrofa. Unatoč tome, osobe s invaliditetom još uvijek nisu u dovoljnoj mjeri uključene u svjetske napore za smanjenje rizika od katastrofa ima ozbiljne posljedice. U Republici Hrvatskoj ne postoje zakonski regulirani načini postupanja s osobama s invaliditetom u rizičnim situacijama i humanitarnim kriznim stanjima, a većina planova djelovanja u kriznim situacijama i ne spominje osobe s invaliditetom. Sustavna diskriminacija dovodi do toga da su osobe s invaliditetom često zanemarene, diskriminirane i izostavljene u pogledu napora usmjerenih pružanju pomoći i odgovora.

Ovaj Vodič namijenjen je osobama s invaliditetom koje se nalaze u rizičnim i kriznim situacijama, stoga daje pregled vrsta i specifičnosti pojedinih kriznih događaja. Vodič sadrži informacije i upute o pripremi na rizične situacije, načinima pozivanja pomoći, planovima za slučaj opasnosti i postupanju prije, tijekom i nakon pojedine krizne situacije. Na kraju se nalaze i općenite i specifične smjernice za osobe s različitim vrstama invaliditeta.

Cilj Vodiča je potaknuti osobe s invaliditetom na informiranje o mogućim opasnostima rizičnih i kriznih situacija i načinima kako se zaštititi prije nego što dobiju pomoć i podršku operativnih snaga civilne zaštite kako bi smanjile potencijalne negativne posljedice. Ključno je da osobe s invaliditetom osvijeste i prihvate vlastitu odgovornost i sukladno tome poduzmu mjere opreza, pripreme i zaštite od rizičnih situacija, prema svojim mogućnostima, čime će zasigurno doprinijeti povećanju šansi za spašavanje i preživljavanje.

## **2. Priprema za krizne situacije**

Tijekom krizne situacije može doći do prekida plinskih, električnih i vodovodnih usluga. Ceste bi mogle biti blokirane, trgovine zatvorene te benzinske postaje izvan pogona. Pojedinci i članovi njihovih obitelji mogli bi biti sami i nekoliko dana dok hitne službe rade na spašavanju života i rješavanju posljedica. Neka od pitanja koja osobe s invaliditetom trebaju postaviti u kontekstu kriznih situacija su: Gdje ću ja, moja obitelj, moji prijatelji ili asistent biti kad dođe hitan slučaj ili katastrofa? Osobe s invaliditetom i oni do kojih im je stalo mogu se u toj situaciji nalaziti bilo gdje – kod kuće, na poslu, u školi, ili putovati javnim prijevozom. Kako ćete se naći? Hoćete li znati jesu li vaši bližnji na

sigurnom? Posjedovanje plana za slučaj katastrofe može pomoći da se osigura sigurnost i udobnost osoba s invaliditetom i njihovih obitelji za najmanje tri do sedam dana prije dolaska pomoći. Možda će proći tjedni prije nego što infrastruktura, komunalne i druge osnovne usluge budu ponovno uspostavljene. Zbog toga je važna spremnost u vidu poznavanja rizika u zajednici u kojoj se živi, posjedovanja plana i opreme za hitne slučajeve. Svakako se preporuča da osobe s invaliditetom razmotre mjere pripravnosti koje i nadilaze one osnovne. Treba uzeti u obzir sljedeće:

- Moja sposobnost komuniciranja može biti ograničena
- Moje okruženje se može promijeniti i izgledati nepoznato
- Moj pas vodič može biti povrijeđen ili prestrašen
- Na moje zdravlje mogu utjecati stres ili zbunjenost.



Krizne situacije mogu biti velikih razmjera, a stres dodatno pogoršava opće uvjete. Moguća je situacija u kojoj će biti potrebno zatražiti pomoć u okolnostima u kojima se ona inače ne traži. Vrlo je važno razgovarati s nekim o tome kakav je osjećaj prisutan te potražiti pomoć ako je ona potrebna. Opasnosti se razlikuju ovisno o mjestu stanovanja pa je osvješčivanje onih mogućih važno u procesu kvalitetne pripreme. Opasnosti mogu uključivati potrese, klizišta, poplave, teške vremenske uvjete, nestanak struje, izlivanje opasnih materijala, požare ili izbijanje zaraznih bolesti, a pri upoznavanju sa specifičnim rizicima korisno može biti kontaktiranje lokalnih vlasti. Za učinkovitu pripremu osoba s invaliditetom za hitne slučajeve može poslužiti sljedećih 10 koraka:

1. *Dogovorite sastanak*

Razgovarajte sa svima u svom kućanstvu. Planirajte kako ćete reagirati u hitnim slučajevima. Upamtite, oni se mogu dogoditi bilo kada. Pripremite se za ono što ćete raditi ako ste kod kuće, u školi, na poslu i dok ste odsutni na odmoru.

2. *Preuzmite odgovornost*

Zadajte dužnosti svakoj osobi u vašem domu. Napravite plan rada kao tim.

### 3. *Planirajte unaprijed*

Možda ćete biti odvojeni od obitelji tijekom hitnog slučaja (kao što je požar u kući ili evakuacija). Planirajte gdje ćete se sastati i kako ćete kontaktirati. Postavljajte pitanja kao što su: Kako ćeš doći tamo? Kojim ćete putem ići? Postoji li u blizini sklonište za evakuaciju? (Na primjer, možete odlučiti ostati u hotelu ili kod prijatelja ili rodbine na sigurnom mjestu).

### 4. *Razgovarajte o tome kako ćete komunicirati jedni s drugima*

Planirajte na koji način ćete se javiti svojoj obitelji ili drugim ljudima s kojima živite, kako biste ih obavijestili da ste sigurnom. Razgovarajte o tome kako ćete pronaći jedno drugo.

### 5. *Napravite planove za svoje kućne ljubimce*

Odlučite kako ćete se brinuti za svoje ljubimce u slučaju katastrofe. Ne zaboravite u planove uključiti i njihove potrebe. Odlučite tko će biti odgovoran za svakog ljubimca tijekom evakuacije. Najbolje je povesti svoje ljubimce sa sobom ako možete.

### 6. *Posjedujte plan evakuacije i vježbajte evakuaciju iz svog doma dva puta godišnje*

Vježbajte put evakuacije uobičajenim rutama kretanja (posao, škola, liječnik, trgovina...). Identificirajte različite rute kretanja u slučaju da su ceste ili mostovi zatvoreni. U planiranje uključite opciju različitih načina kretanja ukoliko javni prijevoz nije dostupan.

### 7. *Odaberite s kim ćete kontaktirati tijekom krizne situacije*

Odaberite kontakt osobu za hitne slučajeve. Poželjno je odabrati i osobu koja živi u drugom gradu ili državi. Možda će biti lakše kontaktirati nekoga izvan vašeg lokalnog područja tijekom krize. Napišite njegov ili njezin broj telefona, e-poštu i adresu i imajte te podatke pri ruci u hitnim slučajevima. Pobrinite se da svi u vašem domu imaju primjerak.

### 8. *Spakirajte zalihe za hitne slučajeve koje će trajati pet dana*

Pripremite listu sadržaja kompleta za hitne slučajeve i provjerite je li sve uključeno u komplet. Provjerite sve svoje komplete za hitne slučajeve kada mijenjate satove u proljeće i jesen. Zamijenite sve sadržaje kojima bi mogao isteći rok trajanja, poput hrane, vode, lijekova ili baterija.

### 9. *Budite domišljati*

Pronađite predmete koje već imate u kući ili kupite rabljene predmete za svoje komplete za hitne slučajeve i torbu koja sadrži bitne stvari koje biste uvijek trebali imati sa sobom. Ne morate to sve raditi






u isto vrijeme. Prvo uključite stvari koje već imate. Napravite popis onoga što trebate pronaći i zatim dodajte stvari usput.

#### 10. *Budite informirani*

SMS-ovi i e-mailovi mogu vas obavijestiti o tome da dolazi loše vrijeme te vas upoznati s činjenicom da se dogodila prirodna katastrofa i pružiti vam upute kako se evakuirati. Također, možete koristiti aplikacije na svom pametnom telefonu kako biste bili informirani. Ako nemate pristup aplikacijama, porukama ili e-pošti, zamolite nekoga kome vjerujete da vas obavijesti kada se nešto dogodi.

#### 2.1. *Što bi svako kućanstvo trebalo imati?*

OPREMA	SADRŽAJ
<p data-bbox="162 544 370 571">Torba s opremom</p> 	<p data-bbox="434 544 962 1129">Sadržaj torbe s opremom trebao bi obuhvaćati: ručnu vodootpornu baterijsku svjetiljku, radio na baterije s dovoljno baterijskih uložaka za svjetiljku i radio, pribor za prvu pomoć, lijekove za sve članove obitelji ako se neki od njih uzimaju redovito, dovoljno hrane i vode za tri do pet dana, tablete za dezinfekciju vode i nekoliko upaljača za paljenje vatre, zviždaljku i mali nožić, masku za lice i naočale za plivanje koje štite oči u slučaju požara ili štetnih para, debele gumene rukavice i čizme za slučaj prelaženja preko potencijalno opasnih voda ili sumnjivih kablova, komplet obuće i odjeće za svaku osobu i jednu deku ili vreću za spavanje za svakoga, rezervne ključeve i kreditne kartice, sredstva osobne higijene, posebna sredstva neophodna za djecu, starije ili članove obitelji s invaliditetom, rezervne naočale i sve važne obiteljske isprave (pakirane u vodonepropusnim omotima).</p>
<p data-bbox="162 1145 284 1203">Vatrogasni aparat</p> 	<p data-bbox="434 1145 962 1203">Prijenosni vatrogasni aparat pod stalnim tlakom punjen prahom, težine od 6 ili 9 kg.</p>

<p>Kutija prve pomoći</p> 	<p>Kutija prve pomoći treba imati: prvi zavoj 12 cm x 5 m s jednim jastučićem 12 cm x 16 cm, prvi zavoj 8 cm x 3 m s jednim jastučićem 9 cm x 11 cm, 2 kaliko zavoja 8 cm x 5 m, 2 kaliko zavoja 4 cm x 5 m, 2 aluplasta za opekline 80 cm x 50 cm, 2 sterilne komprese 10 cm x 20 cm, 12 slojeva, 5 flastera 10 cm x 8 cm, samoljepljivu vrpcu 2 cm x 5 m, 2 trokutna rupca 100 cm x 100 cm x 140 cm, 12 sigurnosnih igala, 10 sterilnih kompresa od gaze 5 cm x 5 cm, škare sa zaobljenim vrhom, 2 para rukavica za jednokratnu upotrebu, polivinilski rukavac – vrećicu, poliestersku metalnu foliju (najmanja mjera 150 cm x 200 cm), 2 zaštitne folije za davanje umjetnog disanja, podsjetnik o pružanju prve pomoći.</p>
---	---

## 2.2. Obiteljski plan za slučaj opasnosti

### VAŽNI PODACI O ČLANOVIMA OBITELJI

Ime i prezime	Datum rođenja:	Važne zdravstvene informacije:

Mobitel	Adresa radnog mjesta/škole/vrtića	Telefon radnog mjesta/škole/vrtića

Ime i prezime	Datum rođenja:	Važne zdravstvene informacije:

Mobitel	Adresa radnog mjesta/škole/vrtića	Telefon radnog mjesta/škole/vrtića

Ime i prezime	Datum rođenja:	Važne zdravstvene informacije:

Mobitel	Adresa radnog mjesta/škole/vrtića	Telefon radnog mjesta/škole/vrtića

Ime i prezime	Datum rođenja:	Važne zdravstvene informacije:

Mobitel	Adresa radnog mjesta/škole/vrtića	Telefon radnog mjesta/škole/vrtića

### *OSOBE ZA KONTAKT I MJESTO OKUPLJANJA ZA SLUČAJ OPASNOSTI*

MJESTO OKUPLJANJA	Ime i prezime rođaka ili prijatelja	Adresa	Tel.	mobitel	e-mail
PRVO					
DRUGO					

### **3. Pozivanje hitnih službi i uzbunjivanje**

U slučajevima kada je vama ili nekome drugome potrebna žurna pomoć ili kada dođe do uočavanja neke hitne situacije, nesreće ili prijetnje za ljudske živote, imovinu, okoliš i kulturna dobra potrebno je pozvati hitne službe. Pritom je vrlo važno zadržati mirnoću te odmah o događaju obavijestiti pozivom na broj 112 ili slanjem SMS poruke. Pozivi i poruke upućene na broj 112 čuvaju se u razdoblju od 6 mjeseci. Ako je potrebna pomoć službi kao što su policija, vatrogasci ili hitna pomoć, pozivi se mogu uputiti i na broj svake pojedine službe (policija 192, vatrogasci 193 i hitna pomoć 194). Učinkovitost operatera koji zaprima poziv ovisi o informacijama koje se pružaju, stoga je prilikom dojavljivanja događaja potrebno dati odgovore na sljedeća pitanja:

- Tko zove?
- Gdje se dogodilo?
- Kada se dogodilo?
- Koliko je unesrećenih?
- O kakvim se ozljedama radi?
- Kakve su okolnosti na mjestu događaja?
- Kakvu pomoć trebate?

#### 4. **Krizni događaji**

TEHNIČKO TEHNOLOŠKE KATASTROFE I VELIKE NESREĆE
<input type="radio"/> Požari
<input type="radio"/> Nuklearne i radiološke nesreće
<input type="radio"/> Istjecanje opasnih tvari

PRIRODNE KATASTROFE I VELIKE NESREĆE
<input type="radio"/> Poplave
<input type="radio"/> Potresi
<input type="radio"/> Jaka zima i snježne oborine
<input type="radio"/> Suša i toplinski val
<input type="radio"/> Jak vjetar s tučom
<input type="radio"/> Udar groma
<input type="radio"/> Klizišta i odroni
<input type="radio"/> Zarazne bolesti

OSTALE OPASNOSTI
<input type="radio"/> Provale
<input type="radio"/> Neeksplozivna ubojita sredstva
<input type="radio"/> Opasnosti na putovanju
<input type="radio"/> Trgovina ljudima

## **Požari**

Požari se u najvećem broju slučajeva događaju kao rezultat ljudske nepažnje ili dječje igre, no mogu biti i namjerno izazvani. Požare nerijetko izazivaju neispravni električni uređaji, zbog čega je iznimno važno njihovo redovito servisiranje. Upoznajte se s mjerama zaštite od požara. U prevenciji štetnih utjecaja požara također je važno držati urednim okruženje zgrade, udaljiti zapaljive materijale i grane te suhu travu.

### *Kako postupiti u slučaju požara*

- Izbjegavajte dim, kao i udisanje produkata izgaranja.
- Ako trebate proći kroz zadimljenu zonu gdje postoji i utjecaj topline, pokrijte glavu i zaštitite oči, a mokrom tkaninom ili ručnikom pokrijte lice, nos i usta.
- Ako je požar veći, pozovite vatrogasce.
- Vatrogascima pri ulasku u objekt prenesite bitne informacije.
- Manji požar pokušajte ugasiti protupožarnim aparatima ili priručnim sredstvima.
- Evakuirajte djecu, starije osobe i osobe u panici iz područja opasnosti.
- Zatvorite dovod plina i električne energije.
- Nastojte ostati što bliže podu.
- Zatražite pomoć susjeda ili prolaznika.
- Zatvorite vrata i prozore ako u zraku ima dima te isključite sustave ventilacije i klimatizacije.
- Ne udaljavajte se od objekta još nekoliko sati.
- Zaostala žarišta požara nemojte ostaviti bez nadzora.
- Ako je moguće, sačuvajte tragove nastanka požara.

### **Nesreća u nuklearnoj elektrani**

Nesreće u nuklearnim postrojenjima mogu osloboditi zračenje koje je štetno za ljudsko zdravlje. Kod ovakvih kriznih događaja ključno je pratiti informacije koje dolaze od nadležnih vlasti, koje se tiču izvješćivanja o geografskom području koje je kontaminirano, kao i općenitih uputa i smjernica na koji se način ponašati.

### *Postupci u slučaju radiološke nesreće*

- Zatvorite sva vrata i prozore.
- Ne prozračujte i ne napuštajte zatvoreni prostor dok ne dobijete informaciju da je opasnost prošla.
- Zatvorite sva vrata i prozore.
- Postavite vlažne ručnike na otvore i ispod vrata i oblijepite otvore ljepljivom trakom. Sklonite se u prostoriju koja ima najmanje prozora i vrata.
- Isključite sve ventilacijske sustave (grijanje, klima, ventilacija).
- Ne konzumirajte vodu i mlijeko koje potječe iz ugroženog područja.
- Ako ste boravili na otvorenom prostoru tijekom nesreće, uđite u zatvoreni prostor, svucite svu odjeću, stavite je u plastičnu vreću te je dobro zatvorite.
- Dobro se istuširajte toplom vodom i operite sapunom. Kada izađete iz kontaminiranog područja, javite se medicinskom osoblju.
- Uključite radio kako biste pratili najnovije informacije.
- Sačuvajte prisebnost i slijedite upute i informacije nadležnih službi.

### *Nesreće s opasnim tvarima*

Različite vrste opasnih tvari nad kojima je izgubljena kontrola mogu predstavljati prijetnju za zdravlje ljudi i okoliš. Ovakve su vrste nesreća u pravilu praćene karakterističnim oglašavanjem uzbuna.

#### *Postupci u slučaju nesreće s opasnim tvarima*

- Odmah, brzo i bez panike, uđite u zatvoreni prostor.
- Zatvorite vrata i prozore, oblijepite ih ljepljivom trakom i zabrtvite sve otvore.
- Uđite u prostoriju koja se može dobro zatvoriti.
- Upotrijebite zaštitna sredstva (specijalna ili priručna) za zaštitu organa za disanje, očiju, tijela, ruku i nogu.
- Isključite aparate na struju i plin, zatvorite vodu.
- Koristite trajnu hranu i piće iz plastičnih boca.

- Postupajte sukladno uputama iz medija koje daju službene osobe.
- Odgojno-obrazovne ustanove, domovi umirovljenika, socijalne i slične ustanove evakuirat će se sukladno propisanim planovima za evakuaciju.
- Prilikom evakuacije sa sobom treba ponijeti samo najnužnije stvari.
- Zaključajte vrata kuće.

### ***Poplava***

Poplava se odnosi na neuobičajeno veliku količinu vode koja se oslobađa na određenom području. Najbolji je način prevencije poplave identificiranje lokaliteta kojem prijete takva opasnost te intervencija u vidu gradnje nasipa ili sličnog sustava koji će nadolazeću vodu blokirati ili disperzirati u različitim smjerovima. Pojedinci mogu u prostorijama koje bi mogle biti pogođene poplavom podići namještaj i drugu opremu s poda.

#### *Postupci u slučaju poplave*

- Slušajte radio ili gledajte TV kako biste bili dobro informirani o zbivanjima u vezi s poplavom.
- Ako voda ulazi u zgradu ili je osjetite pod nogama odmah se premjestite na višu poziciju.
- Ukoliko ste na otvorenom, pomaknite sena mjesto do kojega nadolazeća voda ne može doći.
- Ne krećite se kroz vodeni tok, čak niti ako vam seže samo do koljena.
- Osigurajte dom. Ako imate vremena, premjestite namještaj na viši kat.
- Isključite uređaje na glavnim osiguračima i ne dotičite električne uređaje ako je vlažno ili ako stojite u vodi.
- Ako morate napustiti dom, ponesite osobne dokumente, lijekove, nužnu odjeću i vodu za piće.
- Ne vozite automobil na poplavljenom području.
- Ako ste morali napustiti dom, vratite se tek kada to nadležni organi dopuste. Nakon poplave što prije očistite septičke jame.

- Očistite i dezinficirajte sve što možete. Ono što ne možete bacite.
- Prokuhavajte vodu za piće.
- Bacite hranu koja je došla u kontakt s vodom od poplave.
- Izbacite vodu iz poplavljenih prostora i uklonite krhotine.

### **Potres**

Potres nastaje zbog pomicanja tektonskih ploča ispod površine Zemlje te se manifestira u obliku podrhtavanja tla. Jačina potresa mjeri se različitim vrstama skala. Najbolja prevencija razornih učinaka potresa je protupotresna gradnja. Pojedinci u prostorima u kojima žive štetne učinke potresa mogu prevenirati pričvršćivanjem namještaja na zid, stavljanjem velikih ili teških predmeta na donje police i izbjegavanjem postavljanja teških uokvirenih slika ili ogledala iznad kreveta, prostora za sjedenje ili sličnih lokacija.

#### *Postupci u slučaju iznenadnog nastanka potresa*

- Sačuvajte prisebnost i ne paničarite.
- Udaljite se od staklenih površina i pregradnih zidova.
- Sklonite se ispod čvrstog stola, u okvirima vrata u nosivim zidovima, uz unutarnje nosive zidove (trokut života) ili stanite u kut prostorije.
- Ako možete čučnite, sagnite glavu prema koljenima, zaštitite glavu laktovima i pokrijte potiljak dlanovima (fetalni položaj).
- Ako se nalazite u nižim prostorima, izađite na slobodan prostor.
- Ako se nalazite u zgradi na višim katovima, ostanite u stanu.
- Nikako nemojte ulaziti u dizala niti bježati po stubištima.
- Zatvorite plin, struju i vodu na glavnoj sklopici.
- Udaljite se od stabala, električnih vodova, građevina.
- Nemojte upotrebljavati šibice i otvorenu vatru.
- Ako ste u automobilu zaustavite se na otvorenom prostoru, ali nikako na mostovima i nadvožnjacima.



### *Postupci nakon potresa*

- Ne paničarite, sačuvajte snagu.
- Ne upotrebljavajte dizalo.
- Napustite prostoriju i uzmite samo najvažnije stvari.
- Ne upotrebljavajte vodu iz vodovoda za piće.
- Ako ste ostali pod ruševinama ostanite mirni i ako ste u mogućnosti lupajte po instalacijskim cijevima ili dajte signal na neki drugi način kako bi vas spasioци mogli čuti i locirati.
- U slučaju pojave velike prašine zaštitite usta i nos priručnim pokrivalom.
- Postupajte prema uputama koje dobijete putem sredstava javnog priopćavanja.
- Ne zaboravite na humanost i pomoć stradalima.
- Provjerite stanje zgrade i nastalu štetu. Ako je konstrukcija oštećena, ne ulazite.
- Ako je nestalo struje, za osvjetljenje koristite baterijsku baklju. Ne palite šibice.
- Sve instalacije neka vam pregledaju stručnjaci.

### *Jaka zima i snježne oborine*

Snježne oborine velikog intenziteta izazivaju teškoće u prometu te funkcioniranju opskrbnih lanaca i usluga, primjerice iz domene zdravstvene skrbi. Redovito su praćene poledicom na ključnim prometnicama.

#### *Postupci u slučaju jake zime*

- Što manje boravite na otvorenom ili u negrijanom zatvorenom prostoru.
- Ne izlazite na zaleđene vodene površine zbog opasnosti od pucanja leda, propadanja u ledenu vodu i utapanja.
- Prije izlaska na otvoreno slojevito obucite dovoljno toplu odjeću i obuću.
- U prostorijama koje nisu grijane ispustite vodu iz vodovodnih cijevi, spremnika ili grijača vode te sustava centralnog grijanja koji nije u funkciji, a u zahodsku školjku i podne sifone ulijte tekućinu koja se ne smrzava ili sol

### *Postupci u slučaju snijega i poledice*

- Koristite obuću s gumenim hrapavim đonom.
- Redovito čistite pločnike i pristupne putove do svog objekta od snijega i poledice.
- Ako led ne možete očistiti s pločnika, posipajte ga solju ili sipinom.
- Temeljito očistite snijeg i led sa svoga vozila prije uključivanja u promet, uz obvezno korištenje zimske opreme na vozilu.
- Budite oprezni kada hodate pored zgrada ili ispod drveća jer s njih iznenada može pasti snijeg ili led te iz istog razloga ne parkirajte svoje vozilo na tim mjestima

### *Suša i toplinski val*

Ekstremni klimatski uvjeti koji ne jenjavaju mogu dovesti do prirodnih katastrofa kao što su suše i toplinski valovi. Osim štetnih posljedica na čovjeka, one utječu i na životinjski i biljni svijet.

#### *Postupci u slučaju suše*

- Zbog mogućih redukcija vode, osigurajte rezervu vode za piće.
- Štedljivo koristite pitku vodu iz vodovoda, ne perite njome automobile, pločnike, ne zalijevajte vrtove i travnjake.
- Vrtove i travnjake zalijevajte samo vodom iz većih vodotokova.
- Ne ložite vatru na otvorenom, ne bacajte opuške i zapaljene šibice u prirodi zbog opasnosti od nastanka i širenja požara.

#### *Postupci u slučaju toplinskog vala*

- Pratite vremensku prognozu.
- Klonite se vrućine.
- Boravite u najsvježijem dijelu stana.
- Redovito pijte vodu ili voćne sokove, a izbjegavajte alkohol, kavu i čaj.
- Konzumirajte salate, voće i kuhano povrće koje sadržava više vode.
- Ako morate biti na otvorenom, nosite laganu i široku odjeću, šešir ili kapu.
- Izbjegavajte izlazak između 11 i 16 sati.

- Izbjegavajte fizički naporne aktivnosti na otvorenom.
- Ako osjećate glavobolju, vrtoglavicu, mučninu, nagli porast temperature, grčeve, nesvjesticu ili druge slične simptome, nazovite svoga liječnika ili hitnu medicinsku pomoć.
- Nekoliko puta tijekom dana osvježite se hladnom vodom.
- Osigurajte dovoljno vode psima pomagačima, kućnim ljubimcima i domaćim životinjama

### ***Jak vjetar s tučom***

Olujni i orkanski vjetar u nekim slučajevima mogu prerasti u pijavice, snažan vrtlog u obliku lijevka. Tuča predstavlja padajuće komade leda različitih veličina, koji mogu nanijeti štetu ljudima, životinjama, imovini i poljoprivrednim usjevima.

*Kako postupiti u slučaju jakog vjetra i tuče*

- Zatvorite sve prozore i vrata, spustite rolete ili zatvorite prozorske kapke.
- Odmaknite se od prozorskih stakala u unutrašnjost građevine.
- Slušajte obavijesti na radiju i postupajte u skladu s njima.
- Ako građevina nije solidno građena, sklonite se u podrum ili u solidno građenu građevinu, a prethodno zatvorite vodu i plin i isključite struju.
- Nakon prestanka opasnosti popravite oštećenja.
- Kao pješak krećite se u pognutom stavu uza zavjetrinu, pridržavajući se za čvrste predmete i vodeći računa o mogućnosti pada crijepa s krova, grana s drveća i slično.
- Ne sklanjajte se ispod drveća zbog opasnosti od udara groma, loma grana ili rušenja stabla.
- Vozilo sklonite u čvrsti objekt ili ga parkirajte na otvorenom prostoru (ne uz kuće ili drveće), na mjestu gdje se ne mogu pojaviti bujične vode.
- Ako vozite, poštujujte upozorenja i zabrane nadležnih službi.
- Ako kampirate, pratite vremensku prognozu, poštujujte upozorenja o mogućnosti jakog vjetra, šator ili kamp-prikolicu premjestite na prostor bez drveća i dodatno usidrite, a vi se sklonite u čvrste objekte.

## ***Udar groma***

Grmljavina je meteorološka pojava zvuka koji se javlja uz električno pražnjenje u obliku munje. Kada dođe do udara groma u blizini, zvuk je iznimno jak.

### *Kako postupiti u slučaju grmljavine*

- Ako ste za vrijeme grmljavine u kući, odmaknite se od prozora, ne kupajte se i ne tuširajte se.
- Ako se zateknete na otvorenom prostoru, sklonite se u nižim dijelovima kao što su klanci, udoline, gudure ili uđite u auto.
- Ako vas grmljavina zatekne u vodi, odmah izađite na kopno i potražite zaklon.
- Ako se zateknete u šumi za vrijeme grmljavine, sklonite se u nižim dijelovima šume ispod grmlja ili nižih stabala.
- Ako za vrijeme grmljavine osjetite da vam kosa strši uvis (indikacija da prijete udar groma), nemojte leći na tlo već čučnite nisko na tlo na prstima kako bi minimalizirali kontakt s tlom.
- Stavite ruke na uši i glavu među koljena.

## ***Klizišta i odroni***

Klizište označava stijensku masu koja odvojena od podloge, pod utjecajem gravitacije, klizi padinom. Javlja se kao rezultat prirodnog ili ljudskog djelovanja.

### *Kako postupiti u slučaju klizišta*

- Građevinu ugroženu klizištem treba napustiti i udaljiti se na sigurnu udaljenost.
- Pojavu većeg klizanja zemljišta ili odrona treba prijaviti na broj 112, policiji ili nadležnoj službi u gradu ili općini na čijem se terenu klizište pojavilo.
- Ako klizište ozbiljno ugrožava neku građevinu, u njoj treba isključiti struju, plin i vodu.
- Nakon napuštanja ugrožene građevine treba čekati daljnje upute stručnjaka iz nadležnih službi.

## ***Epidemije zaraznih bolesti***

U prevenciji zaraznih bolesti najvažnija stavka je osobna higijena, kao što je primjerice pranje ruku. Također je bitno

održavati higijenske uvjete u prostorima u kojima se često boravi.

#### *Postupci u slučaju proglašenja pojave epidemije od zarazne bolesti*

- Slušajte službene upute o poduzimanju i provođenju mjera zaštite.
- Izbjegavajte mjesta na kojima se okuplja veći broj ljudi.
- Boravite u zatvorenom prostoru svoje kuće.
- Spriječite dodir djece, majki s malom djecom, trudnica, onih koji se oporavljaju od drugih bolesti i bolesnih od drugih bolesti s bolesnima ili onima kod kojih se sumnja na bolest u epidemiji.
- Vodite računa o higijeni prostora, osobnoj higijeni i higijeni životinja.
- Dopustite obavljanje propisanih zdravstvenih pregleda osoba, objekata, proizvoda te poduzimanje drugih propisanih mjera za zaštitu stanovništva od zaraznih bolesti.
- Izbjegavajte bliži kontakt sa životinjama čije se zarazne bolesti mogu prenijeti na ljude.
- Novooboljelog ili sumnjivog na bolest izolirajte iz zdrave sredine, pružite mu njegu i zatražite pomoć stručne službe.
- Mjere za sprečavanje i suzbijanje zaraznih bolesti prestanite primjenjivati tek onda kada to dopuste nadležne službe koje su proglasile pojavu epidemije.

#### ***Savjeti za slučaj pronalaska neeksplozivnih sredstava***

Razna neeksplozivna sredstava, kao što su zaostale bombe ili mine, mogu predstavljati prijetnju, posebno u ruralnim područjima. Ukoliko se uoči takav predmet, nipošto ga se ne smije dodirivati.

#### *Savjeti u slučaju pronalaska sumnjivih ubojitih sredstava*

- Odmah nazovite broj 112 ili policiju.
- Nikad ne dirajte mine, streljiva i druge sumnjive naprave.
- Ništa ne bacajte na minu, na streljiva ni na druge sumnjive naprave.
- Ne pokušavajte sami vršiti uništavanje pronađenih naprava.
- Ne pokušavajte uništiti mine paljenjem vegetacije na zemljištu.

- Vidljivo označite područje opasnosti.
- Ne zalazite u područja za koja znate da su opasna.
- Poštujte oznake i upozorenja za minirana ili sumnjiva područja.

## **5. Općenite smjernice za osobe s invaliditetom**

Razvijte strategije za svoju zaštitu. Na primjer, ako koristite invalidska kolica i ne možete se sagnuti i pokriti ispod stola:

- Zaštitite glavu što je više moguće
- Udaljite se od prozora, ormara za dokumente, policica za knjige, rasvjetnih tijela i teških predmeta koji bi mogli pasti, razbiti se ili prevrnuti
- Uključite elektroničku kočnicu ili blokadu kotača na vašim invalidskim kolicima.

Razmotrite različite scenarije krizne situacije i unaprijed odlučite što biste učinili u različitim hitnim slučajevima. Na primjer, osobe s elektromotornim invalidskim kolicima trebale bi razmotriti sljedeće:

- Kod evakuacija, standardna je praksa evakuirati osobe s invaliditetom bez invalidskih kolica. Gdje biste se trebali nalaziti dok čekate svoja invalidska kolica?
- Jesu li vam potrebni određeni lijekovi ili sustavi podrške?
- Imate li pristup drugim invalidskim kolicima ako se vaša ne mogu evakuirati?

Upoznajte svoja ograničenja i budite svjesni svojih potreba u različitim hitnim slučajevima. Ako trebate pomoć, zatražite je. Ljudi možda nisu svjesni vaše specifične situacije ili ne znaju kako vam mogu pomoći. Razmislite o tome kako će vam ljudi dati hitne informacije i kako ćete priopćiti svoje potrebe ako imate oštećenje govora, sluha ili vida. Razmislite o dogovoru s prijateljima ili kolegama prema kojemu će netko provjeriti vaš status, upozoriti vas po potrebi i vidjeti trebate li pomoć. Ako trebate biti evakuirani, pomozite sebi i spasiocima dajući im informacije o svojim potrebama i najboljim načinima da vam pomognu.

- Učinite svoje okruženje sigurnim za situaciju požara (provjerite je li vaš izlaz slobodan)
- Držite dovoljno zaliha za hitne slučajeve za tri dana (uključujući hranu, vodu, lijekove na recept i sve druge potrepštine koje bi vam mogle trebati)
- Upoznajte se s alternativnim rutama i sigurnim područjima u zgradama koje često koristite



## Uspostavljanje osobne mreže za podršku i komplet za hitne slučajeve

### *Kako stvoriti osobnu mrežu za podršku?*

- Pitajte ljude kojima vjerujete žele li vam pomoći u hitnim slučajevima. Identificirajte kontakte za važne lokacije kao što su dom, posao ili škola. Susjedi su često najbliži i najdostupniji kontakt u hitnim slučajevima
- Recite ovim osobama za podršku gdje se nalazi vaš komplet za hitne situacije. Dajte jednom pripadniku mreže ključ od svog doma
- Uključite kontakt mreže podrške koji je dovoljno daleko da je malo vjerojatno da će biti pogođen istim hitnim slučajem
- Surađujte sa svojom mrežom podrške kako biste razvili plan koji zadovoljava vaše potrebe
- Vježbajte svoj plan za hitne slučajeve sa svojom mrežom. Ako je primjenjivo, pokažite im kako radi vaša oprema za posebne potrebe



### **Komplet za hitne situacije**

U hitnim slučajevima trebat će vam neke osnovne potrepštine. Budite spremni biti samodostatni najmanje 72 sata. Ove se stavke možda neće odnositi na svaku situaciju ili na svaku osobu - dodatne stavke možete odabrati prema vlastitim potrebama. Provjerite svoj komplet dva puta godišnje kako biste bili sigurni da je sadržaj ažuran. Dopunite zalihe prema potrebi.



### *Kontrolni popis osnovne opreme za hitne situacije:*

- Voda – najmanje dvije litre vode dnevno po osobi. Koristite male boce koje se mogu lako nositi u slučaju naredbe za evakuaciju
- Hrana koja se ne kvari, kao što su konzervirana hrana, energetske pločice i sušena hrana (zamijenite hranu i vodu jednom godišnje)
- Ručni otvarač konzervi
- Svjetiljka na navijanje ili na baterije (i dodatne baterije)
- Radio na navijanje ili na baterije (i dodatne baterije)
- Pribor za prvu pomoć
- Posebne stavke prema vašim potrebama, kao što su lijekovi na recept, hrana i voda za kućne ljubimce itd.
- Dodatni ključevi vašeg automobila i kuće
- Manje novčanice i sitan novac za javne telefonske govornice
- Kopija vašeg plana za hitne situacije i kontakt podaci

### *Kontrolni popis preporučenih dodatnih stavki:*

- Dvije dodatne litre vode po osobi dnevno za kuhanje i čišćenje
- Svijeće i šibice ili upaljač (svijeće stavite u čvrste posude i ne palite bez nadzora)
- Rezervna odjeća i obuća za svakog člana kućanstva
- Vreća za spavanje ili topla deka za svakog ukućana
- Toaletni pribor, sredstvo za dezinfekciju ruku, posuđe
- Vreće za smeće za osobnu higijenu
- Toaletni papir
- Minimalna zaliha lijekova na recept za tjedan dana
- Kućni izbjeljivač na bazi klora ili tablete za pročišćavanje vode
- Osnovni alat (čekić, kliješta, ključ, odvijači, radne rukavice, maska za prašinu, džepni nož)
- Mala peć na gorivo i gorivo (slijedite upute proizvođača i pravilno skladištite gorivo)
- Zviždaljka (u slučaju da trebate pozvati pomoć)
- Ljepljiva traka (za lijepljenje prozora, vrata, ventilacijskih otvora)
- Detaljan popis svih artikala za posebne potrebe, u slučaju da ih treba zamijeniti





## 6. Specifičnosti prema vrstama invaliditeta

### Osobe s oštećenjem sluha

*Vaš plan za hitne slučajeve:*

- Priopćite svoj gubitak sluha pomicanjem usana bez zvuka, pokazivanjem na uho, gestom ili, ako je primjenjivo, pokazivanjem na slušni aparat
- Držite olovku i papir pri ruci za pisanu komunikaciju
- Nabavite dojavljivač koji je povezan sa sustavom dojavljivanja u hitnim slučajevima na vašem radnom mjestu i/ili u vašem domu
- Instalirajte sustav za detekciju dima koji uključuje bljeskajuća stroboskopska svjetla ili vibratore kako bi vam privukli pozornost ako se oglasi alarm
- Mjesečno testirajte alarme za dim pritiskom na gumb za testiranje
- Zamijenite baterije svakih šest mjeseci ili kad god postoji signal da je baterija prazna
- Imajte podloge i olovke za komunikaciju
- Imajte svjetiljku, zviždaljku ili osobni alarm
- Osigurajte unaprijed tiskane fraze koje biste koristili u hitnim slučajevima, poput “Koristim hrvatski znakovni jezik”
- Osigurajte pomoćnu opremu prema vašim potrebama (slušni aparat, itd.)
- Imajte prijenosni uređaj za vizualno obavještanje da se zna kuca li netko na vrata, zvoni na vrata ili zove na telefon
- Osigurajte dodatne baterije za pomoćne uređaje



### Osobe s oštećenjem vida

*Vaš plan za hitne slučajeve*

- Imajte pri ruci bijeli štap kako biste lako manevrirali oko prepreka (možda ima krhotina na podu ili se namještaj pomaknuo)
- Unaprijed identificirajte sve sklopke važne u hitnim

slučajevima fluorescentnom trakom, velikim slovima ili Brailleovim pismom (ventili za zatvaranje plina, vode i struje), a na isti način obilježite i svoje zalihe za hitne slučajeve

- Unaprijed se upoznajte sa svim evakuacijskim putovima i lokacijama vrata/izlaza za slučaj opasnosti na svakom katu bilo koje zgrade u kojoj radite, živite ili ju posjećujete
- Osigurajte ekstra bijeli štap, po mogućnosti duži
- Imajte sat koji govori ili Brailleov pametni sat
- Imajte sat s velikim printom i dodatnim baterijama
- Osigurajte dodatna pomagala za vid poput elektroničkog pomagala za putovanje, monokulara, dalekozora ili povećala
- Imajte dodatni par dioptrijskih naočala
- Imajte uređaje za čitanje/asistivnu tehnologiju za pristup informacijama
- Imajte plan za psa vodiča



## **Osobe s intelektualnim teškoćama**

*Vaš plan za hitne slučajeve*

- Držite elektroničke uređaje napunjene i s video zapisima i drugim sadržajem
- Kupite rezervne punjače za elektroničke uređaje i održavajte ih napunjenima
- Uključite plahte i špagu ili mali šator koji se može otvoriti (za smanjenje vizualne stimulacije u užurbanoj prostoriji ili za trenutnu privatnost)
- Pripremite unaprijed ispisane poruke
- Razmislite o paru slušalica za suzbijanje buke kako biste smanjili slušne podražaje
- Neka vam bude dostupna hrana kao što su grickalice

## **Osobe s teškoćama u kretanju**

*Vaš plan za hitne slučajeve*

- Ako koristite elektromotorna invalidska kolica, imajte na raspolaganju laganu ručnu stolicu kao rezervu ako je moguće

- Pokažite drugima kako sastaviti, rastaviti i upravljati vašim invalidskim kolicima
- Kupite dodatnu bateriju za elektromotorna invalidska kolica ili druge medicinske ili pomoćne tehnološke uređaje na baterije. Ako ne možete kupiti dodatnu bateriju, saznajte koje vam agencije, organizacije ili lokalne dobrotvorne grupe mogu pomoći pri kupnji. Dodatne baterije uvijek držite napunjene
- Razmislite o tome da zadržite pribor za krpanje za probušene gume i/ili dodatnu gumu te da imate rukavice za korištenje tijekom vožnje ili za slučaj da je potrebno probijati se preko stakla i krhotina
- Pripremite dodatno sredstvo za kretanje kao što je štap ili hodalica ako ih koristite
- Pripremite prijenosnu zračnu pumpu za gume za invalidska kolica
- Ako koristite jastuk za sjedenje kako biste zaštilili kožu ili održali ravnotežu i morate se evakuirati, razmislite o tome da imate pri ruci dodatni jastuk
- Komunicirajte sa susjedima koji vam mogu pomoći ako trebate evakuirati zgradu



## Osobe s teškoćama u govoru

### *Vaš plan za hitne slučajeve*

- Ako koristite komunikacijski uređaj ili drugu asistivnu tehnologiju, isplanirajte kako ćete se evakuirati s uređajima ili kako ćete zamijeniti opremu ako se izgubi ili uništi. Čuvajte podatke o modelu i zabilježite odakle je oprema
- Planirajte kako ćete komunicirati s drugima ako vaša oprema ne radi, uključujući kartice s frazama i/ili piktogramima



## 7. Umjesto zaključka

Osobe s invaliditetom nerazmjerno su pogođene rizičnim i humanitarnim hitnim situacijama, neovisno o tome žive li u urbanim, ruralnim ili udaljenim područjima, u siromaštvu, u izolaciji ili u institucijama, i bez obzira na status- migrante, izbjeglice ili druge prognanike. Suočavaju se s višestrukim preprekama u pristupu zaštiti i humanitarnoj pomoći, uključujući pomoć i potporu za oporavak, što često dovodi do novih teškoća i oštećenja. Posebno su izložene nasilju, iskorištavanju i zlostavljanju, uključujući seksualno i rodno uvjetovano nasilje. Kako bi se spriječile ili smanjile takve pojave, od ključne je važnosti provoditi aktivnosti prevencije i smanjenje rizika od katastrofa utemeljene na pristupima koji uključuju više rizika i više sektora koji su inkluzivni i dostupni. Takvi pristupi doprinijet će i većoj učinkovitosti i djelotvornosti sustava zaštite i spašavanja.

Od posebne važnosti je provoditi aktivnosti usmjerene na poboljšanje izgradnje kapaciteta državnih i lokalnih vlasti te šire humanitarne zajednice o pitanjima koja se odnose na osobe s invaliditetom, uključujući povećanje svijesti i odgovarajuće resurse. Potrebno je ojačati postojeće politike, procedure i prakse uključivanja osoba s invaliditetom u humanitarne programe jer osobe s invaliditetom i organizacije koje ih predstavljaju imaju kapacitete i resurse koji mogu doprinijeti unaprjeđenju procesa donošenja odluka u kriznim situacijama i mehanizama pripravnosti i odgovora na krize.

Međunarodni dokumenti upućuje države da uključe zajednice i predstavnike svih građana, uključujući i osobe s invaliditetom, u osmišljavanje politika, planova i standarda kako bi se uspostavio mehanizam otpornosti. Međutim, cjelokupno društvo mora djelovati partnerski i poštivati načela uključivosti, pristupačnosti i nediskriminacije. Napredak prema učinkovitom humanitarnom djelovanju može se ostvariti samo ako humanitarna pripravnost i odgovor na krizne situacije budu uključivali osobe s invaliditetom, u skladu s načelima humanosti i nepristranosti, te načelima ljudskih prava, urođenog dostojanstva, jednakosti i nepristranosti.

## 8. LITERATURA

1. Alexander, D. i dr. (2012). Disability and disaster. [https://www.researchgate.net/publication/285004501\\_Disability\\_and\\_disaster](https://www.researchgate.net/publication/285004501_Disability_and_disaster).
2. Benjak, T. (2022). Izvješće o osobama s invaliditetom u Republici Hrvatskoj. Zagreb: Hrvatski zavod za javno zdravstvo.
3. BOPRC. (2022). Disaster Preparedness for people with disabilities. <https://www.boprc.govt.nz/media/456962/3903-disaster-preparedness-for-people-with-disabilities-web.pdf>.
4. Centar za socijalnu skrb Zagreb. (2022). Preporuke za postupanje u kriznim situacijama. <https://www.czss-zagreb.hr/savjeti/133-preporuke-za-postupanje-u-kriznim-situacijama>.
5. ERI. (2021). 10 Steps People with Disabilities Should Take to Prepare for an Emergency. <https://eri-wi.org/10-steps-emergency-preparedness>
6. FEMA & American Red Cross. (2004). Preparing for Disaster for People with Disabilities and other Special Needs. [https://www.redcross.org/content/dam/redcross/atg/PDF\\_s/Preparedness\\_\\_\\_Disaster\\_Recovery/General\\_Preparedness\\_\\_\\_Recovery/Home/A4497.pdf](https://www.redcross.org/content/dam/redcross/atg/PDF_s/Preparedness___Disaster_Recovery/General_Preparedness___Recovery/Home/A4497.pdf).
7. Florida Department of Health-Bureau of Environmental Health-Environmental Health Preparedness. (2022). Preparedness Toolkit for Blind or Visually Impaired Residents. [https://www.floridahealth.gov/environmental-health/eh-preparedness/\\_documents/BEH\\_DBSPrepToolkit.pdf](https://www.floridahealth.gov/environmental-health/eh-preparedness/_documents/BEH_DBSPrepToolkit.pdf).
8. Government of British Columbia. (2022). Prepared BC: Resources for People with Disabilities. [https://www2.gov.bc.ca/assets/gov/public-safety-and-emergency-services/emergency-preparedness-response-recovery/embc/preparedbc/preparedbc-guides/preparedbc\\_emergency\\_preparedness\\_for\\_people\\_w\\_disability.pdf](https://www2.gov.bc.ca/assets/gov/public-safety-and-emergency-services/emergency-preparedness-response-recovery/embc/preparedbc/preparedbc-guides/preparedbc_emergency_preparedness_for_people_w_disability.pdf)
9. Government of Canada. (2022). Emergency Preparedness Guide for People with Disabilities/Special Needs. <https://www.getprepared.gc.ca/cnt/rsrscs/pblctns/pplwthdsblts/index-en.aspx>.
10. Ministry of Defence – Administration of the Republic of Slovenia for Civil Protection and Disaster Relief. (2022). Safe and equal in the event of a flood, earthquake or wild fire. Ljubljana
11. National Organization on Disability. (2022). Disaster Readiness Tips for People with Mobility Disabilities. <http://www.disastersrus.org/MyDisasters/disability/epips4mobility.pdf>.
12. UC Merced. (2022). Disability Guidelines. <https://emergency.ucmerced.edu/plan-procedures/disability-guidelines>.
13. UNDRR. (2022). Disability inclusion in Disaster Risk Reduction. “Nothing about us without us”. <https://www.undrr.org/disability-inclusion-disaster-risk-reduction>.
14. United States government. (2022). Disasters and Emergencies/Make a Plan/Individuals with Disabilities. <https://www.ready.gov/disability>.
15. Zagrebačka županija i Veleučilište Velika Gorica. (2013). Savjeti o sigurnosti. [https://www.zagrebacka-zupanija.hr/media/filer\\_public/15/86/1586e5da-d13e-4cbe-94ae-b9c192fdc908/savjeti\\_o\\_sigurnosti\\_brosura\\_uputa.pdf](https://www.zagrebacka-zupanija.hr/media/filer_public/15/86/1586e5da-d13e-4cbe-94ae-b9c192fdc908/savjeti_o_sigurnosti_brosura_uputa.pdf).





