



BROŠURA ZA NATJECANJE MLADIH HRVATSKOG CRVENOG KRIŽA

MLADI
YOUTH



BROŠURA ZA NATJECANJE MLADIH HRVATSKOG CRVENOG KRIŽA

Izdavač:

*Hrvatski Crveni križ, Nacionalno društvo
Zagreb, Ulica Crvenog križa 14 - 16
www.hck.hr*

listopad 2023.

SADRŽAJ I UVOD

Uvod	2
Međunarodni pokret Crvenog križa i Crvenog polumjeseca	3
Povijest Pokreta	5
Znak Pokreta	9
Međunarodno humanitarno pravo	13
Ljudska prava i prava djeteta	15
Hrvatski Crveni križ	17
Djelovanje u kriznim situacijama	19
Služba traženja	23
Spašavanje života na vodi	25
Mentalno zdravlje i psihosocijalna podrška	27
Zdravlje	29
Kronične nezarazne bolesti	31
Prevenција i borba protiv širenja HIV/AIDS-a	33
Dobrovoljno davanje krvi	35
Prevenција ovisnosti	37
Migracije	39
Prevenција trgovanja ljudima	41
Siromaštvo i socijalna isključenost	43
Volontiranje	45
Literatura	47
Bilješke	49



Ova brošura namijenjena je pripremanju ekipa za Natjecanje mladih Hrvatskog Crvenog križa za teorijski dio natjecanja tijekom kojeg se provjerava znanje iz područja Humanih vrednota.

Dio Natjecanja mladih Hrvatskog Crvenog križa uključuje i provjeru znanja i vještina iz pružanja prve pomoći te se stoga često, ovo Natjecanje pogrešno naziva Natjecanje iz prve pomoći. Međutim, naša želja je upoznati djecu i mlade s humanitarnom organizacijom u kojoj je prva pomoć samo jedan od brojnih programa kojima je svrha pomoći svima, kada i gdje god je to potrebno. Upravo je zato cilj Natjecanja upoznati što veći broj mladih ljudi s organizacijom koja se često naziva samo Crveni križ.

Osim informacija o Međunarodnom pokretu Crvenog križa i Crvenog polumjeseca te Hrvatskom Crvenom križu, međunarodnom humanitarnom pravu, ljudskim pravima i pravima djeteta, brošura daje uvod i obrađuje osnovne pojmove vezane za aktivnosti i programe kojima se bavi Hrvatski Crveni križ u svom svakodnevnom djelovanju.

S obzirom na to da se Natjecanje mladih provodi u dvije kategorije, podmladak (*od 5. do 8. razreda osnovne škole*) i mladi (*srednja škola*), **sadržaj brošure je podijeljen po kategorijama.**

U svakom poglavlju brošure nalazi se tekst ispod kojega se nalazi podloga u boji i slova bijele boje (kao što je to slučaj s ovim dijelom teksta). Na ovaj su način označeni tekstovi koji su **namijenjeni isključivo onima koji se natječu u kategoriji mladi.**

Dakle, natjecatelji u kategoriji **podmladak** mogu očekivati pitanja iz **područja koja nisu označena**, dok se u kategoriji **mladi** mogu pronaći pitanja iz **cjelokupnog sadržaja** ove brošure.

Sretno svima!

MEDUNARODNI POKRET CRVENOG KRIŽA I CRVENOG POLUMJESECA



Međunarodni pokret Crvenog križa i Crvenog polumjeseca je najveća i najstarija svjetska humanitarna organizacija, prisutna sa svojim aktivnostima u skoro svim zemljama svijeta, te svojim humanitarnim idealima ujedinjuje milijune članova. Misli vodilje Pokreta su “Inter arma Caritas” (Milosrđe u ratu) i “Per humanitatem ad pacem” (Putem humanosti k miru). Misija Pokreta je sprječiti i olakšati ljudsku patnju, štiti život i zdravlje te osigurati poštivanje ljudskog bića, osobito u vrijeme oružanih sukoba i ostalih kriznih situacija, raditi na sprječavanju bolesti i unaprjeđenu zdravlja i socijalne zaštite, poticati dobrovoljni rad (volontiranje) i stalnu spremnost članova Pokreta za pružanje pomoći te razvijanje osjećaja solidarnosti prema svima kojima je potrebna pomoć i zaštita. Pokret čine: Međunarodni odbor Crvenog križa, Međunarodna federacija društava Crvenog križa i Crvenog polumjeseca te nacionalna društva Crvenog križa i Crvenog polumjeseca.



ICRC

Međunarodni odbor Crvenog križa *(International Committee of the Red Cross)*

usmjerava i koordinira međunarodne akcije pomoći koje Pokret vodi u vremenu sukoba. Nastoji spriječiti patnju promicanjem i jačanjem međunarodnog humanitarnog prava i univerzalnih humanitarnih načela. Međunarodni odbor Crvenog križa je osnivač Međunarodnog pokreta Crvenog križa i Crvenog polumjeseca.



**Međunarodna federacija društava
Crvenog križa i Crvenog polumjeseca**
*(International Federation of Red Cross and
Red Crescent Societies)*

je međunarodni humanitarni savez nacionalnih društava Crvenog križa i Crvenog polumjeseca koji prvenstveno djeluje u vrijeme mira. Međunarodna federacija promiče suradnju između nacionalnih društava Crvenog križa i Crvenog polumjeseca i pomaže u njenom jačanju, odgovara na krizne situacije i osposobljava za provedbu programa pripreme za djelovanje u kriznim situacijama te razvija program zaštite zdravlja i socijalne skrbi.



**Nacionalna društva Crvenog križa
i Crvenog polumjeseca**
192 nacionalna društva diljem svijeta

provode svoje humanitarne aktivnosti u skladu sa svojim statutima i nacionalnim zakonodavstvom te u skladu s temeljnim načelima Pokreta. Ona su u svojim zemljama aktivna na području humanitarnog djelovanja, pomažu u katastrofama te provode zdravstvene i socijalne programe. Za vrijeme rata nacionalna društva pomažu ugroženom civilnom stanovništvu i sanitetskoj službi oružanih snaga u skladu s potrebama.

POVIJEST POKRETA

Jean Henry Dunant je osnivač Međunarodnog pokreta Crvenog križa i Crvenog polumjeseca. Rođen je 8. svibnja 1828. godine u Ženevi, a nakon završenog studija posvetio se bankarskom pozivu. U lipnju 1859. godine našao se na bojnopolju kod Solferina, u današnjoj sjevernoj Italiji, gdje je u tijeku bila bitka između austrijskih snaga na jednoj strani i snaga francusko - sardinijskog saveza na drugoj.



Vojnih sanitetskih službi u to doba gotovo da i nije bilo, a posljedica su bile velike patnje te su mnogi ranjenici umrli zbog nedostatka njege. Užasnut agonijom vojnika, Henry Dunant uz suradnju mještana, organizirao je pomoć u crkvi u mjestu Castiglione, nedaleko od Solferina. Mještani su zajedno s Dunantom njegovali ranjenike, a sam Dunant koristio je svaki trenutak u razgovoru s vojnicima kako bi im olakšao patnje. Zaprimalo je i pisma koja su na smrtnoj postelji pisali svojim voljenima. Osim što je tada postavio temelje stvaranja Crvenog križa, započeo je i provedbu nečega što će kasnije biti neke od temeljnih djelatnosti Pokreta, a to su prva pomoć i služba traženja.

Nakon iskustva iz Solferina, pod geslom *Siamo tutti fratelli* (Svi su ljudi braća), u cijelosti se posvetio stvaranju organizacije Crvenog križa. Svoje doživljaje opisao je u knjizi „Sjećanje na Solferino“ koja je prvi put izdana 1862. godine. U njoj ističe potrebu osnivanja nacionalnih društava koja bi u vrijeme mira obrazovala dobrovoljce (volontere) za pomoć vojnim sanitetskim službama u ratu, zaštitu ranjenika bez obzira kojoj strani u sukobu pripadaju te sklapanje međunarodnih ugovora kojima bi se regulirao rad sanitetskog osoblja i nacionalnih društava za pružanje pomoći, kao i poštivanje njihove neutralnosti.

Knjiga je uzburkala čitavu Europu, osobito vodeće političare koji su osjetili potrebu za promjenom postojeće situacije. U promicanju ciljeva knjige Dunantu su pomogla četiri građanina Ženeve: Gustave Moynier, general Guillaume-Henri Dufour, dr. Louis Appia i dr. Theodore Maunoir (Odbor petorice), koji su 1863. godine osnovali Međunarodni odbor za pomoć ranjenicima.



U listopadu iste godine u Ženevi je održana međunarodna konferencija na kojoj je prihvaćeno deset rezolucija koje su odredile ciljeve i radne metode budućih nacionalnih društava Crvenog križa i Crvenog polumjeseca. Tih deset rezolucija čine osnivačku povelju Crvenog križa. Također, kao znak Međunarodnog odbora za pomoć ranjenicima prihvaćen je crveni križ na bijeloj podlozi (u čast Švicarskoj Konfederaciji, premetanjem boja na švicarskoj zastavi). Međunarodni odbor za pomoć ranjenicima zadao si je dva cilja:

- osnivanje nacionalnih društava za pružanje pomoći
- sklapanje međunarodnih ugovora o zaštiti ranjenika u ratu. Jedan od ciljeva počeo se ostvarivati već iste godine osnivanjem prvog nacionalnog društva.

Željeni međunarodni ugovor sklopljen je nešto kasnije. Na diplomatskoj konferenciji koju je sazvala švicarska vlada, u Ženevi 22. kolovoza 1864. godine usvojena je Konvencija za poboljšanje položaja ranjenika u oružanim snagama u ratu na kopnu.

Godine 1901. norveški parlament dodijelio je prvu Nobelovu nagradu za mir. Dobili su je Henry Dunant i Frederic Passy (iz Francuske mirotnorne udruge). Dunant novac nije zadržao za sebe, već ga je poklonio Crvenom križu i drugim humanitarnim organizacijama za pomoć siromašnima.

Henry Dunant preminuo je 30. listopada 1910. godine potpuno zaboravljen od svijeta i pokopan o trošku lokalnih redovnika, a ideja o Pokretu zahvaljujući njemu živi sve do današnjih dana.

Od 1948. godine se 8. svibnja, u čast danu rođenja Henrya Dunanta, u cijelom svijetu obilježava kao Svjetski dan Crvenog križa i Crvenog polumjeseca te njime započinje Tjedan Crvenog križa koji se tradicionalno obilježava od 8. do 15. svibnja.

POVIJEST POKRETA

Sedam temeljnih načela Međunarodnog pokreta Crvenog križa i Crvenog polumjeseca usvojena su 1965. godine u Beču na 20. Međunarodnoj konferenciji Crvenog križa. Prema Statutu Pokreta svi sastavni dijelovi Pokreta obvezni su djelovati u skladu s usvojenim načelima.



Humanost

Pokret nastoji u svim prilikama spriječiti i ublažiti ljudsku patnju. Svrha Pokreta je zaštita života i zdravlja te osiguranje poštivanja ljudske osobe. Pokret promiče uzajamno razumijevanje, prijateljstvo, suradnju i trajan mir među svim narodima.



Nepriistranost

Pokret ne radi razlike prema nacionalnosti, rasi, vjerskom uvjerenju, klasnoj pripadnosti ni političkim nazorima. Vođen isključivo potrebama pojedinaca, on nastoji ublažiti njihove patnje i dati prednost najhitnijim slučajevima nesreće.



Neutralnost

Kako bi sačuvao povjerenje svih, Pokret se ne smije opredjeljivati u neprijateljstvima niti se ikada upuštati u političke, rasne, vjerske ili ideološke rasprave.



Neovisnost

Pokret je neovisan. Iako su nacionalna društva pomoćna tijela humanitarnih službi svojih vlada i djeluju sukladno zakonima pojedinih zemalja, ona uvijek moraju sačuvati autonomiju kako bi u svako doba mogla djelovati u skladu s načelima Pokreta.



Dobrovoljnost

Pokret je dobrovoljan, postoji radi pružanja pomoći i ne pokreće ga želja za dobitkom.



Jedinstvo

U svakoj zemlji može postojati samo jedno nacionalno društvo Crvenog križa ili Crvenog polumjeseca. Ono mora biti otvoreno svima i provoditi svoj humanitarni rad na cjelokupnom području svojeg djelovanja.



Univerzalnost

Međunarodni pokret Crvenog križa i Crvenog polumjeseca, u kojem sva društva imaju jednaki položaj i dijele jednake dužnosti i obveze međusobnog pomažanja, djeluje širom svijeta.

ZNAK POKRETA

Ženevske konvencije i njihovi Dopunski protokoli sadrže nekoliko članaka o znaku kojima se detaljno uređuje uporaba, veličina, svrha i mjesto na kojem se znak nalazi, osobe i imovina koju znak štiti, osobe ovlaštene za njegovu uporabu, dužnosti poštivanja znaka kao i kazne u slučaju njegove zlouporabe.



Prvom Ženevskom konvencijom, 1864. godine, usvojen je znak crvenog križa na bijeloj podlozi kao znak raspoznavanja i zaštite sanitetskih službi oružanih snaga i dobrovoljnih društava koja pomažu tim sanitetskim službama u zbrinjavanju ranjenika i bolesnika u vrijeme rata.



Kasnije, tijekom trajanja Rusko-turskog rata, Tursko carstvo donosi odluku o korištenju znaka crvenog polumjeseca na bijeloj podlozi umjesto znaka crvenog križa. Ovaj znak je službeno priznat i postaje sastavni dio Ženevskih konvencija od 1929. godine.



Međunarodna federacija društava Crvenog križa i Crvenog polumjeseca za svoj znak koristi oba simbola istovremeno, odnosno crveni križ i crveni polumjesec na bijeloj podlozi.



Osim ova dva znaka, 2005. godine je usvojen i takozvani „znak Trećeg protokola“, odnosno crveni kristal kao dodatni znak raspoznavanja.



Znak Pokreta koristi se na dva načina i to kao **znak zaštite** te kao **znak pripadnosti**, odnosno raspoznavanja.

Kada se koristi kao **znak zaštite**, tada sudionicima oružanih sukoba daje do znanja da se određene osobe (volonteri, pripadnici nacionalnih društava, medicinsko osoblje, delegati Međunarodnog odbora, itd.), medicinske ustanove (bolnice, stanice hitne pomoći, itd.) ili prijevozna sredstva ne smiju napadati i imaju zaštitu prema Ženevskim konvencijama i njihovim Dopunskim protokolima. Znak koji se koristi u svrhu zaštite mora biti dobro vidljiv, odnosno njegove dimenzije moraju biti izrazito velike.

U slučaju kada se znak koristi u svrhu **obilježavanja pripadnosti**, prije svega u vrijeme mira, on označava povezanost neke osobe ili predmeta s Pokretom ili točnije s nekim nacionalnim društvom, s Međunarodnom federacijom ili s Međunarodnim odborom. U tom slučaju znak mora biti manjih dimenzija. Znak raspoznavanja također podsjeća da označene ustanove i osobe rade u skladu s temeljnim načelima Pokreta.



ZNAK POKRETA

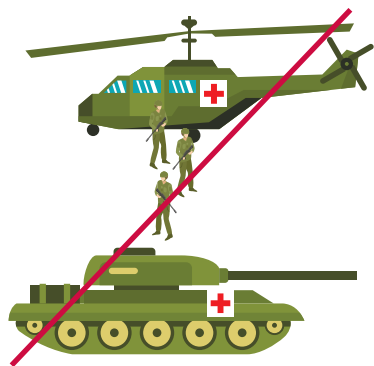
Do **nedopuštene uporabe znaka**, u vrijeme mira ili u oružanom sukobu, dolazi kada ga istaknu oni koji za to nisu ovlaštteni zakonom ili znakove koriste na način koji može ugroziti zaštitnu ulogu znakova i dovesti do zablude. Postoje tri vrste zlouporabe znaka:



Imitacija (oponašanje) predstavlja uporabu znaka koja, zbog njegovoga oblika ili boje, može dovesti do zablude da se radi o znaku crvenoga križa, crvenog polumjeseca ili crvenog kristala.



Nedopuštena uporaba (prisvajanje) događa se kada neka osoba ili organizacija koja za to nije ovlaštena istakne znak, npr. na komercijalnoj oznaci društva ili na objektu. Ponekad trgovačka društva, medicinski centri, ljekarne, nevladine organizacije i drugi, koji nemaju spoznaju o pravilima, pogrešno ističu znak. Također, nedopuštenom uporabom smatra se i kada osoba ovlaštena za isticanje znaka taj znak koristi u slobodno vrijeme kako bi, primjerice, lakše prelazila državnu granicu.



Teška zlouporaba (*perfidija*) podrazumijeva korištenje znaka za vrijeme rata u cilju zaštite naoružanih boraca ili ratne opreme (npr. vozilo hitne pomoći označeno crvenim križem prevozi naoružane borce, skladište municije prikriveno zastavama crvenog križa i slično) i smatra se ratnim zločinom.



MEDUNARODNO HUMANITARNO PRAVO

Međunarodno humanitarno pravo sadržava skup pravila koja u vrijeme oružanih sukoba nastoje zaštititi osobe koje ne sudjeluju ili su prestale sudjelovati u neprijateljstvima, odnosno ograničiti metode i sredstva ratovanja.

Ženevske konvencije i njihovi Dopunski protokoli čine temelj međunarodnog humanitarnog prava. Ukupno postoji četiri Ženevske konvencije i tri Dopunska protokola.

1864.	I. Ženevska konvencija	poboljšanje položaja ranjenika i bolesnika u oružanim snagama u ratu
1899.	II. Ženevska konvencija	poboljšanje položaja ranjenika, bolesnika i brodolomaca oružanih snaga na moru
1929.	III. Ženevska konvencija	postupanje s ratnim zarobljenicima
1949.	IV. Ženevska konvencija	zaštita građanskih osoba u vrijeme rata
1977.	I. Dopunski protokol	zaštita žrtava međunarodnih oružanih sukoba
1977.	II. Dopunski protokol	zaštita žrtava nemeđunarodnih oružanih sukoba
2005.	III. Dopunski protokol	usvajanje dodatnog znaka raspoznavanja - crveni kristal



Pravila međunarodnog humanitarnog prava mogu se svrstati u četiri kategorije:

- **Pravila koja ograničavaju ciljeve napada** - zaraćene strane moraju u svako doba razlikovati civilno stanovništvo od boraca, kako bi poštedjele civilno stanovništvo i imovinu. Napadi smiju biti usmjereni isključivo na vojne ciljeve. Osim osoba, štite se i određena mjesta i objekti kao što su bolnice, civilni objekti (npr. škole), povijesni spomenici, mjesta bogoslužja te postrojenja kao što su nuklearne elektrane i hidroelektrane.
- **Pravila koja ograničavaju način ratovanja** - zabranjena je uporaba oružja ili metoda ratovanja koji uzrokuju nepotrebne patnje i gubitke. Određeno oružje je zabranjeno, kao na primjer kemijsko i biološko oružje, lasersko oružje koje osljepljuje, otrovi, protupješačke mine i slično.
- **Pravila koja određuju postupak prema civilima, ranjenicima i zarobljenicima** - osobe koje ne sudjeluju ili su prestale sudjelovati u neprijateljstvima moraju biti zaštićene u svim okolnostima i s njima treba postupati čovječno, bez ikakvog nepovoljnog razlikovanja. Navedene osobe imaju pravo razmjenjivati poruke sa svojim obiteljima i primati humanitarnu pomoć.

Zabranjeno je ubiti ili raniti neprijatelja koji se predao ili više nije sposoban sudjelovati u borbi. Svatko ima pravo na pošteno suđenje, a kolektivno kažnjavanje je zabranjeno.

- **Pravila koja štite sanitetske službe oružanih snaga** - zaštita obuhvaća sanitetsko osoblje, ustanove, transportna sredstva i materijal. U postupanju s ranjenicima i bolesnicima mora se poštivati načelo nepristranosti i pružati medicinsku pomoć najhitnijim slučajevima.

LJUDSKA PRAVA I PRAVA DJETETA

Svaki pojedinac ima pravo na osobnu sreću, uspjeh i samopotvrđivanje, istinu, slobodu i pravdu, bez obzira na boju kože, spol, vjeru i nacionalnu pripadnost. Temeljna prava svakog pojedinca (građanska, politička, ekonomska, socijalna i kulturna) i općenito ona koja se odnose na čovjeka kao ljudsko biće navedena su u Općoj deklaraciji o ljudskim pravima koja sadrži 30 članaka.

Opća deklaracija o ljudskim pravima je usvojena i proglašena na Općoj skupštini Ujedinjenih naroda 10. prosinca 1948. godine s popisom ljudskih prava, standarda za sve ljude i narode. Iz tog razloga se 10. prosinca obilježava Dan ljudskih prava.

Prava djeteta su svojevrsna podvrsta ljudskih prava kojima je cilj priznavanje posebnih potreba djece u svrhu njihove zaštite tijekom odrastanja i sazrijevanja.

Djetetom se smatra svaka osoba mlađa od 18 godina.

Deklaracija o pravima djeteta usvojena je na Općoj skupštini Ujedinjenih naroda kao međunarodni dokument koji govori isključivo o pravima djeteta: građanskim, zakonodavnim, ekonomskim, socijalnim, zdravstvenim, obrazovnim, kulturnim i društvenim. Deklaracija o pravima djeteta je polazišna točka za mnoge dokumente koji se odnose na prava djeteta pa tako i za najznačajniji među njima - Konvenciju o pravima djeteta.

Konvencija o pravima djeteta je pravni akt koji ima snagu zakona, a sve države potpisnice Konvencije moraju poštivati i svakom djetetu osigurati slobode i prava iz Konvencije bez ikakve diskriminacije prema djetetu i njegovim roditeljima ili zakonskim skrbnicima. Ona objedinjuje prava koja su međusobno povezana te je uvažavanje svih prava potrebno za cjeloviti razvoj djeteta. Ta prava moraju znati i poštivati sve osobe koje žive i/ili rade s djecom, a to su prije svega roditelji, odgojitelji, učitelji, nastavnici, pedagozi i drugi stručni suradnici, liječnici, socijalni radnici i slično. Jednako je važno da i sva djeca budu upoznata sa svojim temeljnim pravima i slobodama kako bi ih postali svjesni, odgovorni prema njima, ali i prepoznali njihovu povredu i kršenje.



Konvencija o pravima djeteta usvojena je na sjednici Opće skupštine Ujedinjenih naroda 20. studenog 1989. godine i obuhvaća univerzalne standarde koji se moraju osigurati svakom djetetu. Zbog toga se svake godine tog datuma obilježava „Svjetski dan djece“.

Članci Konvencije mogu se grupirati prema vrstama prava na koja se odnose:

- **prava preživljavanja** odnose se na zadovoljavanje temeljnih potreba za djetetovo postojanje (npr. pravo na život, pravo na odgovarajući životni standard, pravo na prehranu, pravo na smještaj, pravo na zdravstvenu pomoć, itd.)
- **razvojna prava** osiguravaju djetetu najbolji mogući razvoj (npr. pravo na obrazovanje, pravo na igru, pravo na slobodno vrijeme, pravo na kulturne aktivnosti, pravo na informiranje, itd.)
- **zaštitna prava** osiguravaju zaštitu djeteta na mnogim područjima, od zlostavljanja, zanemarivanja, izrabljivanja, mučenja, otmice, prostitucije (npr. prava na zaštitu od zlorabe, zapostavljanja i izrabljivanja, na zabranu dječjeg rada, zaštitu od droga, alkohola, duhana, na zaštitu djece izbjeglica, djece u oružanim sukobima, itd.)
- **prava sudjelovanja** omogućuju djetetu aktivno sudjelovanje u regionalnom/nacionalnom/svjetskom okružju te ga pripremaju za ulogu aktivnog građanina u budućnosti (npr. pravo da se djetetovo mišljenje uzme u obzir, slobodu izražavanja, slobodu druženja, pravo na privatnost te pristup informacijama iz različitih izvora, itd.).

HRVATSKI CRVENI KRIŽ

Hrvatski Crveni križ je Nacionalno društvo Crvenog križa Republike Hrvatske koje trenutno djeluje kroz Središnji ured u Zagrebu i 132 društva Hrvatskog Crvenog križa u županijama, gradovima i općinama. Hrvatski Crveni križ najveća je humanitarna organizacija u Republici Hrvatskoj.

Djelovanje Hrvatskog Crvenog križa određuju temeljna načela i Statut Međunarodnog pokreta Crvenog križa i Crvenog polumjeseca, Zakon o Hrvatskom Crvenom križu te Statut Hrvatskog Crvenog križa.

Prve dobrovoljne udruge u Hrvatskoj koje su svoje djelovanje provodile u skladu s međunarodno prihvaćenim načelima Pokreta osnovane su 1878. godine u Zadru, Zagrebu i Dubrovniku. Prva koja je od tadašnjih vlasti dobila suglasnost za svoje humanitarno djelovanje bila je Ustanova domoljubne zadruge dalmatinske od Gospodja na potporu ranjenim i bolesnim vojnicima iz Zadra.





Podmladak Hrvatskog Crvenog križa osnovan je 1922. godine, najprije u Zagrebu, a zatim u Splitu, Dubrovniku i Osijeku. Od osnutka pa do danas mladi Hrvatskog Crvenog križa gotovo neprekidno djeluju. Privremeno je rad mladih bio prekinut tijekom Drugog svjetskog rata (1941.-1945.) i tijekom Domovinskog rata (1991.-1994.).

Danas, **Mlade Hrvatskog Crvenog križa** čine članovi do 30 godina starosti. Oni se dijele na **podmladak** kojeg čine članovi do završetka osnovne škole i **mlade** koje čine članovi od završetka osnovne škole do navršene 30. godina života.

Hrvatski Crveni križ je kroz povijest djelovao u sklopu različitih država:

1878. - 1918. djeluje u sklopu Crvenog križa Austro-ugarske monarhije

1918. - 1941. djeluje u sklopu Crvenog križa Kraljevine Srba, Hrvata i Slovenaca/Kraljevine Jugoslavije

1941. - 1945. djeluje kao samostalno društvo u ratnim uvjetima, no bez međunarodnog priznanja svog statusa

1945. - 1991. djeluje kao Republičko društvo Crvenog križa unutar Crvenog križa Federativne Narodne Republike Jugoslavije (FNRJ) i Socijalističke Federativne Republike Jugoslavije (SFRJ).

1991. - danas djeluje kao samostalno nacionalno društvo Republike Hrvatske; godine 1993. Međunarodni odbor Crvenog križa priznao je Hrvatski Crveni križ kao samostalno nacionalno društvo; iste godine Hrvatski Crveni križ postaje član Međunarodne federacije društava Crvenog križa i Crvenog polumjeseca.

DJELOVANJE U KRIZNIM SITUACIJAMA

Kriza je događaj ili stanje koje ugrožava nacionalnu sigurnost, zdravlje i život građana, znatno narušava okoliš i uzrokuje znatnu gospodarsku štetu, a svoje izvorište može imati u prirodnim, društvenim ili tehničko-tehnološkim izvanrednim događajima.

Katastrofa se definira kao ozbiljno narušavanje funkcioniranja zajednice ili društva, a njezine su posljedice široko rasprostranjeni ljudski, materijalni, gospodarski ili ekološki gubici, koji prelaze mogućnost ugrožene zajednice ili društva da reagira koristeći se vlastitim sredstvima. Neki od rizika koji mogu dovesti do katastrofe su:



Prirodni rizici

npr. potresi, požari, poplave, suše, oluje, klizanje i odroni tla, toplinski valovi i valovi hladnoće, vulkanske erupcije, epidemije, plimni valovi - tsunami i slično



Rizici koji mogu biti izazvani ljudskim djelovanjem

- **Tehničko-tehnološki rizici**
npr. nuklearne katastrofe, istjecanje štetnih tvari u okoliš, požari i slično
- **Društveni rizici**
npr. rat, terorizam, građanski nemiri i slično



Aktivnosti u kriznim situacijama podijeljene su u tri faze:

Priprema za krizne situacije podrazumijeva pripremu planskih dokumenta, edukacije, osposobljavanje i uvježbavanje timova, opremanje, pripreme i održavanje standardnih zaliha te preventivne programe i edukacije za stanovništvo.

Djelovanje u kriznim situacijama se provodi ovisno o uzroku, vrsti i opsegu krizne situacije i može sadržavati različite korake i aktivnosti kao što su evakuacija i smještaj, logistika, prva pomoć, informiranje i obrazovanje, Služba traženja, psihosocijalna podrška i spašavanje iz vode.

Oporavak se odnosi na provođenje programa i aktivnosti koji imaju za cilj normalizaciju života te jačanje stanovništva za odgovor na moguće buduće krizne situacije.

Operativne snage Hrvatskog Crvenog križa sudjeluju u odgovoru na velike nesreće i katastrofe, temeljem Zakona o sustavu civilne zaštite, kao jedna od temeljnih operativnih snaga sustava civilne zaštite, uz operativne snage vatrogastva i Hrvatske gorske službe spašavanja. One su sastavljene od kriznih stožera, interventnih timova (osnovnih i specijalističkih) te od timova podrške. Cilj interventnih timova Crvenog križa u takvim situacijama je umanjiti patnju, zaštititi živote i osigurati dobrobit ljudi koji su pogođeni takvim situacijama, a provode sljedeće aktivnosti:

- **Evakuacija i smještaj** - organiziraju evakuaciju ljudi iz opasnih područja te u suradnji s jedinicama lokalne samouprave osiguravaju privremeni smještaj za one koji su ostali bez domova zbog kriznih situacija. To može uključivati postavljanje privremenih skloništa, osiguravanje hrane, vode, odjeće i higijenskih potrepština.
- **Služba traženja** - provode aktivnosti na obnavljanju obiteljskih veza koje uključuju sprječavanje razdvajanja i održavanje kontakata između članova obitelji, traženje nestalih osoba te pružanje podrške njihovim obiteljima.

DJELOVANJE U KRIZNIM SITUACIJAMA

- **Logistika** - koordiniraju i osiguravaju potrebne resurse poput hrane, vode, lijekova, medicinske opreme i ostalih materijala potrebnih za pružanje pomoći. Osiguravaju prikupljanje, prijevoz i distribuciju humanitarne pomoći u područja zahvaćena kriznom situacijom.
- **Prva pomoć** - pružaju prvu pomoć i osiguravaju da ozlijeđene osobe što prije dobiju odgovarajuću skrb. Ovo može uključivati pružanje prve pomoći na licu mjesta, transport ozlijeđenih do bolnica ili organiziranje privremenih zdravstvenih lokacija u kriznim područjima.
- **Informiranje i obrazovanje** - pružaju informacije i obučavaju javnost o postupanju u kriznim situacijama. Provode edukativne programe kako bi ljudi bili pripremljeni za takve situacije i znali kako pravilno reagirati.
- **Psihosocijalna podrška** - pružaju podršku osobama koje su pogođene kriznim događajem. Organiziraju psihološku prvu pomoć kako bi olakšali nošenje sa stresom i poticali izgradnju psihološke otpornosti.
- **Spašavanje iz vode** - za vrijeme poplava i drugih kriza povezanih s vodom specijalistički interventni timovi sudjeluju u spašavanju i izvlačenju unesrećenih osoba iz poplavnih voda, evakuaciji osoba s područja ugroženih vodom te distribuciji humanitarne pomoći osobama na području ugroženom vodom.

Komplet za krizne situacije sadržava osnovne artikle nužne za prve trenutke nakon kriznog događaja. Torba ili ruksak u koji ćemo staviti najnužnije stvari trebao bi biti od vodonepropusnog materijala te ga je potrebno držati na lako dostupnom mjestu (npr. kod izlaznih vrata).

Osim nužnih artikala, sadržaj kompleta treba biti prilagođen individualnim potrebama pojedinaca ili obitelji.



Brojevi za hitne slučajeve u Republici Hrvatskoj su:

	Broj telefona	Naziv
	112	Jedinstveni europski broj za hitne službe
	192	Policija
	193	Vatrogasci
	194	Hitna medicinska pomoć
	195	Traganje i spašavanje na moru

Služba traženja provodi aktivnosti obnavljanja obiteljskih veza (eng. Restoring Family Links – RFL) u situacijama kada su članovi obitelji razdvojeni od svojih najmilijih ili nemaju vijesti o njima, uslijed oružanog sukoba, prirodnih katastrofa ili migracija.

Temeljno pravo obitelji, koje proizlazi iz Ženevskih konvencija, je doznati istinu o sudbini njihovih nestalih članova. Služba traženja pomaže im ostvariti to pravo i saznati gdje su njihovi najmiliji i što im se dogodilo.

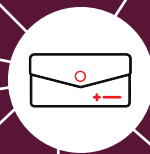
Međunarodni pokret Crvenog križa i Crvenog polumjeseca ima obavezu pomagati u očuvanju jedinstva obitelji i spajanju razdvojenih članova obitelji.

Služba traženja jedna je od osnovnih i najstarijih djelatnosti Hrvatskog Crvenog križa.

Ciljevi provođenja aktivnosti službe traženja su:

- **spriječavanje razdvajanja i nestanka osoba**
(aktivnosti kao što su preventivne poruke, evidentiranje osoba prilikom evakuacije u slučaju neke krizne situacije i sl.)
- **obnavljanje i održavanje kontakata između članova obitelji**
(porukama Crvenog križa, omogućavanjem telefonskog kontakta i sl.)
- **utvrđivanje sudbine osoba koje se vode kao nestale**
(pokretanje postupaka traženja nestalih osoba)

Dana 30. kolovoza obilježava se Međunarodni dan nestalih osoba i Dan sjećanja na nestale osobe u Domovinskom ratu.



Svjetsku mrežu obnavljanja obiteljskih veza čine:

- Središnja agencija za traženje Međunarodnog odbora Crvenog križa u Ženevi
- delegacije Međunarodnog odbora Crvenog križa u više od 90 zemalja diljem svijeta
- Službe traženja u 192 nacionalna društva Crvenog križa i Crvenog polumjeseca

Ova mreža omogućuje članovima obitelji da, bez obzira gdje žive ili gdje je došlo do nestanka ili razdvajanja članova obitelji, koriste usluge Službe traženja.

Hrvatski Crveni križ dio je svjetske mreže obnavljanja obiteljskih veza i aktivnosti Službe traženja provode sva društva Hrvatskog Crvenog križa. Rad Službe traženja Hrvatskog Crvenog križa još uvijek je najvećim dijelom usmjeren na traženja osoba nestalih u Domovinskom ratu.

Služba traženja pruža usluge obnavljanja obiteljskih veza i različitim kategorijama korisnika kao što su tražitelji međunarodne zaštite ili oni koji su dobili međunarodnu ili privremenu zaštitu, žrtve trgovanja ljudima i svim drugim kategorijama stanovništva kojima je potrebna ova usluga.



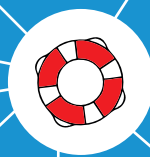
SPAŠAVANJE ŽIVOTA NA VODI

Nitko nije potpuno siguran u vodi. Dobra vještina plivanja omogućava slobodu i siguran boravak u vodenoj sredini, ali trebamo biti svjesni svojih plivačkih mogućnosti i ne dovoditi se u opasnost. Kod pojedinih skupina potreban je dodatan oprez, a to se odnosi na osobe s kroničnim zdravstvenim tegobama te adolescente zbog sklonosti dokazivanju i precjenjivanju vlastitih sposobnosti.

Utapanje je gušenje u vodi koje dovodi do smanjenja količine kisika u stanicama i tkivu što dovodi do oštećenja mozga i zatajenja brojnih organa. Ono je vodeći uzrok nenamjerne smrti uzrokovane ozljedama diljem svijeta te je među deset vodećih uzroka smrti djece u dobi od 5 do 14 godina, odmah nakon prometnih nesreća, a jedan je i od pet glavnih razloga među nesretnim slučajevima u Hrvatskoj.

Stoga, kad se nalazimo u vodi ili u njezinoj blizini, potrebno je slijediti sljedeće upute:

- Ne plivaj najmanje jedan sat nakon obroka.
- Ne plivaj nakon konzumacije alkohola.
- Ne ulazi vruć/a u vodu.
- Ne skači u vodu nepoznate dubine.
- Nikad ne plivaj sam/a.
- Plivaj u blizini spasilaca.
- Poštuj upute i znakove spasilaca.
- Dogodi li ti se nevolja, ostani smiren/a. Plutaj na leđima i maši jednom rukom za pomoć.
- Ako u vodi uočiš nekog u nevolji, **ODMAH** potraži pomoć.
- Izbjegavaj pretjerano izlaganje suncu.
- U svakom trenutku znajte gdje su vaša djeca. Budno pratite njihovo kretanje osobito kad plivaju ili se igraju uz vodu. Djeca se mogu utopiti i u plitkoj vodi.



Hrvatski Crveni križ vodi Službu spašavanja života na vodi na temelju međunarodno priznatih standarda, provodi tečajeve za osposobljavanje spasilaca, instruktora i voditelja spasilačkih postaja, vodi evidenciju o osposobljenosti spasilaca, instruktora i voditelja spasilačkih postaja te provodi obnovu znanja i praktičnih vještina spasilaca. Također, Hrvatski Crveni križ donosi pravila i standarde spasilačkih postaja i provodi procjenu rizika na kupalištima.

Tečaju za osposobljavanje mogu pristupiti kandidati koji ispunjavaju sljedeće uvjete:

- imaju najmanje 18 godina
- završili su srednju školu ili su upisali završni razred srednje škole
- posjeduju uvjerenje o zdravstvenoj sposobnosti
- znaju plivati kraul i prsnim stilom
- mogu isplivati 400 metara za manje od 8 minuta
- mogu roniti 25 metara u daljinu.

Nakon uspješno završenog osposobljavanja, Hrvatski Crveni križ izdaje Uvjerenje o osposobljenosti za profesionalni rad u spasilačkoj postaji na otvorenim vodama/bazenu s rokom valjanosti od dvije godine. Za produljenje valjanosti uvjerenja spasilac mora pristupiti ispitu za obnovu Uvjerenja o osposobljenosti.

Kao nadogradnja, provode se osposobljavanja spasilaca za spašavanje života u kriznim situacijama povezanim s vodom, odnosno za spašavanje života iz vode u otežanim uvjetima (*poplava, nabujala rijeka, nevrijeme na moru, itd.*).

MENTALNO ZDRAVLJE I PSIHOSOCIJALNA PODRŠKA

Mentalno zdravlje je stanje dobrobiti u kojem pojedinac ostvaruje svoje potencijale, može se nositi s uobičajenim životnim stresovima, produktivan je i sposoban pridonositi svojoj zajednici.

Psihosocijalna podrška je proces fizičkog i psihičkog osnaživanja pojedinca, njegove obitelji i socijalnog okruženja kako bi u sebi i svojoj okolini pronašao ili stekao snage i načine za uspješno suočavanje sa stresom i brže se uključio u svakodnevni život.

Hrvatski Crveni križ pruža psihosocijalnu podršku u kriznim situacijama (potresi, poplave, itd.), ali i kroz svoje redovne programe za osobe u potrebi (starije i nemoćne osobe, beskućnici, osobe s invaliditetom, migranti itd.).

Psihosocijalna podrška je proces poticanja otpornosti pojedinaca, obitelji i zajednica koji im olakšava da se oporave od utjecaja krizne situacije i pomaže im da se s takvim događajima nose u budućnosti.

Pružanjem psihosocijalne podrške pokušava se odgovoriti na različite emocionalne i socijalne potrebe. Naime, kao što je važno da osobe nakon kriznog događaja budu fizički dobro, zdravo i na sigurnome, tako je važno i da mentalno budu dobro, zdravo i osjećaju se sigurno.

Osim uslijed kriznih događaja, psihosocijalna podrška pruža se i u drugim situacijama kao što je primjerice pružanje podrške osobama koje su zbog rata ili nekih drugih velikih opasnosti morale napustiti svoju zemlju te drugim osobama u potrebi, primjerice beskućnicima, starijim i nemoćnim osobe te volonterima koji aktivno sudjeluju u provedbi volonterskih aktivnosti.

Psihološka prva pomoć je ključna aktivnost psihosocijalne podrške, a ona uključuje niz alata i vještina koji za cilj imaju jačanje otpornosti za nošenje sa stresnim i traumatskim situacijama.

Psihološku prvu pomoć mogu pružati svi djelatnici i volonteri koji su prošli edukaciju iz psihološke prve pomoći Hrvatskog Crvenog križa.



Psihološka prva pomoć ima tri načela (3L):



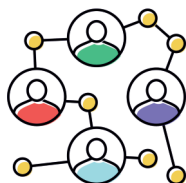
Gledanje (*Look*)

Gledanje se odnosi na prikupljanje informacija o događaju, identificiranje osoba kojima je potrebna podrška i procjenjivanje njihovih potreba. Ljudi se međusobno razlikuju. Psihosocijalna podrška neće biti potrebna svakome niti će sve osobe imati iste potrebe.



Slušanje (*Listen*)

Slušanje se odnosi na to kako pomagač prilazi osobi, predstavlja se, pažljivo sluša osobu, daje podršku, umiruje ako je potrebno te dalje procjenjuje potrebe osobe. Važno je čuti što nam osoba govori da joj treba, a ne pretpostavljati što joj treba.



Povezivanje (*Link*)

Povezivanje se odnosi na pomaganje osobama da dođu do informacija, povežu se sa svojim bližnjima ili ih se upućuje na neke specifične institucije i organizacije (bolnice, psihijatre, terapiju) ili druge usluge i aktivnosti Crvenog križa (primjerice humanitarna pomoć).

Zdravlje je stanje fizičkog, mentalnog i socijalnog blagostanja (zdravlja), a ne samo odsustvo bolesti. Čimbenici koji utječu na zdravlje mogu biti: nasljeđe, biološki, socijalni i ekonomski čimbenici, osobne i obiteljske prilike, način života, mjesto življenja i rada te zdravstvena zaštita.

Tjelesno zdravlje ne podrazumijeva samo odsustvo bolesti, već dobre tjelesne funkcije kao rezultat redovite tjelovježbe, uravnotežene prehrane i odgovarajućeg odmora. Tjelesna dobrobit uključuje prakticiranje zdravog načina života sa svrhom smanjenja rizika od bolesti, ozljeda ili zdravstvenih problema.

Osnovne aktivnosti za osiguranje dobrog tjelesnog zdravlja su:

- prakticiranje dnevne higijene
- izbjegavanje upotrebe duhana, alkohola i ilegalnih droga
- uzimanje preporučenih cjepiva za sprječavanje zaraznih bolesti
- korištenje zaštite tijekom spolnog odnosa
- provođenje aktivnosti za smanjenje i/ili uklanjanje mogućih opasnosti po zdravlje u školi i/ili na radnom mjestu.

Poboljšanje ukupne kvalitete života osoba ostvaruje se održavanjem i brigom za dobro tjelesno i mentalno zdravlje, jer su obje vrste zdravlja povezane i moraju biti u ravnoteži. Primjerice, kronična bolest utječe na tjelesno zdravlje, što može uzrokovati stres i depresiju.

Čimbenici dobrog zdravlja uključuju genetske i okolišne faktore te društveno i ekonomsko okruženje.

- **genetski faktori**
mogu povećati rizik od određenih zdravstvenih stanja/bolesti
- **okolišni faktori**
okolina utječe na zdravlje, a okidač bolesti iz okoline može izazvati bolest kod osoba koje imaju povećan genetski rizik za određenu bolest
- **društveno i ekonomsko okruženje**
uključuje socioekonomski status obitelji ili zajednice.



Higijena predstavlja opće i praktične postupke koji osiguravaju dobro zdravlje i čistoću te sprečavaju nastanak bolesti i njihovo širenje.

Postupci osobne higijene uključuju:

- pranje ruku
- higijenu usne šupljine i zuba
(pranje zubi obavezno dva puta na dan, četkanje provoditi odozgo prema dolje uz napomenu - ne zaboraviti iščerkati jezik)
- pranje i higijenu lica, kose i tijela te redovito podrezivanje noktiju pomaže pri održavanju zdravlja i suzbijanju zaraznih bolesti
- higijenu odjeće, obuće, životnog prostora
- korištenje jednokratnih maramica ili lakta kod kihanja i/ili kašljanja, važni su postupci za suzbijanje i sprječavanje širenja bolesti koje se šire kapljicama.

Pranje ruku je najučinkovitiji način prevencije širenja zaraznih bolesti. Korištenje tekuće vode i sapuna vrlo je učinkovito i može smanjiti 45% slučajeva bolesti, probavnih smetnji i bolesti dišnog sustava. Ruke se trebaju prati 30 sekundi i to uvijek:

- poslije odlaska na toalet
- prije pripreme hrane ili obroka
- poslije korištenja javnog prijevoza
- poslije igre sa životinjama
- poslije puhanja nosa ili kihanja.



KRONIČNE NEZARAZNE BOLESTI

Kronične nezarazne bolesti su medicinska stanja ili bolesti koje nisu zarazne i ne mogu se prenositi među ljudima. Ljudi svih dobni skupina, regija i zemalja pogođeni su kroničnim nezaraznim bolestima, što je rezultat genetskih, fizioloških i okolišnih čimbenika, a uzrokuju čak 80% svih preuranjenih smrtnih slučajeva. To su srčano-žilne bolesti, novotvorine (rak) i kronične plućne bolesti. Potrebno je naglasiti kako je sve više oboljelih od šećerne bolesti tipa 2 koja je veliki javnozdravstveni problem i zahvaća veliki postotak populacije.

Ove bolesti povezane su uz suvremeno doba, nezdravi način života što uključuje manje tjelesne aktivnosti uz puno sjedenja, produženi životni vijek i starenje stanovništva te neplansku izgradnju naselja s malo zelenila i otvorenih prostora za tjelesnu aktivnost. Znakovi bolesti koji čine metabolički sindrom, a javljaju se kao posljedica navedenog su: debljina i pretilost, povišeni krvni tlak, povećane vrijednosti šećera (glukoze) u krvi te povišene razine masnoća (lipida) u krvi.

Rizični faktori za nastanak kroničnih nezaraznih bolesti su upotreba duhana i alkohola, tjelesna neaktivnost te nezdrava prehrana.

Aktivnosti za smanjenje čimbenika rizika za nastanak kroničnih nezaraznih bolesti su:

- pravilna i zdrava prehrana
- tjelesna aktivnost
- preventivni pregledi za rano otkrivanje rizika i/ili bolesti
- korištenje prijevoza koji ne zagađuje okolinu, a omogućuje tjelesnu aktivnost
- regulacija prometa u urbanim sredinama uz poticanje na korištenje alternativnih načina prijevoza i korištenje javnog prijevoza
- ekološka poljoprivreda
- osiguranje financija za javnozdravstvene akcije sa svrhom da se podigne svijest stanovništva o mogućim opasnostima i potakne na aktivno zdravo življenje.



Zdrava prehrana uključuje tri glavne sastavnice namirnica: ugljikohidrate, bjelančevine i masti u pravilnom omjeru. Svaki obrok treba sadržavati 50% ugljikohidrata (kruh i zamjene, voće, povrće), 20% bjelančevina (meso, mlijeko i mliječni proizvodi) i 30% masti (ulja, masti, visoko masni sirevi). Svaka vrsta namirnica ima određenu kalorijsku vrijednost te nutritivni sastav koji uključuje vitamine i minerale.

Preporuča se dnevni unos kalorija kroz tri glavna obroka i dva međuobroka. Broj kalorija ovisi o načinu života, spolu, tjelesnoj masi i tjelesnoj aktivnosti svakog pojedinca.

Moderan način života često uključuje brzu prehranu (fast food), bogatu zasićenim masnim kiselinama i rafiniranim (nezdravim) šećerima. Takve namirnice su visoko kalorične te se zbog toga u organizam unosi više kalorija nego se potroši tijekom dana. Rezultat je debljina (prekomjerna težina), šećerna bolest tipa 2, srčano-žilne bolesti (srčani udar ili moždani udar), kronične plućne bolesti i porast onkoloških dijagnoza (različite novotvorine/rak).

Unos tekućine je izrazito važan, stoga svaki čovjek dnevno treba unijeti u organizam 6 čaša svježe vode. Druge napitke koji sadržavaju šećer (gazirana i negazirana slatka pića i alkohol) zbog njihove visoke kalorijske vrijednosti, a i drugih popratnih pojava treba kontrolirano unositi ili izbjegavati.

Tjelesna aktivnost je važna mjera za suzbijanje i kontrolu kroničnih nezaraznih bolesti. Moderan način života mijenja osnovne funkcije organizma, smanjuje boravak u prirodi, što znači da ljudi sve više borave u zatvorenim prostorima, većinom sjedeći pred ekranima.

Preporuka je da se dnevno prođe 10.000 koraka ili da se dva do tri puta tjedno provode sportske aktivnosti. Svaka tjelesna aktivnost je prihvatljiva, a može uključivati i jednostavne aktivnosti kao što su hodanje, vrtlarjenje ili bilo što drugo.

PREVENCIJA I BORBA PROTIV ŠIRENJA HIV/AIDS-A

HIV (*Virus humane imunodeficijencije*) je infekcija koja napada imunološki sustav tijela. Virus HIV-a napada bijele krvne stanice u tijelu istovremeno slabeći imunološki sustav. Takav organizam je skloniji zaraznim bolestima poput tuberkuloze, drugim teškim infekcijama i nekim vrstama raka.

AIDS (*Sindrom stečene imunodeficijencije*) je najnapredniji stadij bolesti. Virus HIV-a tijekom vremena jako oslabi T-stanice čija je funkcija zaštita organizma od bolesti pa se počinju javljati nove različite bolesti i njihovi simptomi.

Način prenošenja HIV virusa je preko tjelesnih tekućina zaražene osobe, što uključuje krv, spermu, vaginalnu tekućinu i majčino mlijeko. Može se također prenijeti s majke na dijete u trudnoći.

Faktori i ponašanja koja mogu dovesti do zaraze su:

- nezaštićeni spolni odnos, rizično spolno ponašanje i mijenjanje partnera
- dijeljenje zaraženih nesterilnih igala pri konzumaciji opojnih droga
- nesterilni postupci tetovaže, piercinga i slični postupci
- slučajni ubodi iglom kod zdravstvenih djelatnika
- transfuzija krvi u zemljama gdje se uzimanje i davanje krvi ne provodi u kontroliranim uvjetima.

Važno je zapamtiti da se zaraza **ne širi**:

- druženjem
- dodirima
- poljupcima
- zagrljajima
- dijeljenjem osobnih predmeta, hrane i vode.



Učinkoviti lijek za HIV infekciju još uvijek ne postoji, iako se može spriječiti širenje i uvjetno liječiti korištenjem anti-retrovirusne terapije (ART) koja smanjuje količinu virusa u organizmu, omogućava imunološko jačanje organizma i sprječava nastanak AIDS bolesti.

Prvi blagi simptomi HIV infekcije su vrlo slični gripi, poput vrućice, glavobolje, osipa i grlobolje javljaju se nekoliko tjedana nakon ulaska virusa u organizam. Virus u organizmu tijekom vremena slabi imunološki sustav, što nakon nekoliko godina može uzrokovati i prve simptome bolesti (AIDS).

Dijagnoza se postavlja testiranjem krvi u laboratorijima koji daju rezultate isti dan, što uvelike olakšava ranu dijagnostiku, liječenje i prevenciju zaraze virusom HIV. Testiranje se može ponoviti nakon 3 do 4 tjedna.

Važno je suzbijanje širenja HIV infekcije kroz educiranje stanovništva, učinkovito liječenje i njegu čestih različitih infekcija.

HIV pozitivno kronično zdravstveno stanje se može kontrolirati i omogućiti osobama dug i relativno zdrav život.



DOBROVOLJNO DAVANJE KRVI

Dobrovoljni davatelj krvi je osoba koja daruje krv, plazmu ili druge sastojke prema načelima dobrovoljnosti, anonimnosti, solidarnosti i besplatnosti.

Krv može dati svaka zdrava osoba starosne dobi od 18 do 65 godina (u slučajevima dobrog zdravstvenog stanja do 70), tjelesne težine iznad 55 kilograma (proporcionalno visini), tjelesne temperature do 37 stupnjeva uz odobrenje liječnika.

Krv se može dati na dva načina. Najčešći način je davanje pune krvi (klasično davanje), pri čemu se uzima 450 mililitara krvi i davanje traje oko 10 minuta. Drugi način je davanje na staničnom separatoru kada se pri davanju izdvajaju pojedini sastojci krvi.

Muškarci mogu na klasični način dati krv četiri puta godišnje s razmakom od tri mjeseca, a žene tri puta godišnje s razmakom od četiri mjeseca između davanja. Na staničnom separatoru davatelji krvi mogu češće dati jedan ili više krvnih sastojaka.

Svakom davanju krvi prethodi provjera razine hemoglobina u krvi i liječnički pregled, tijekom kojeg liječnik odlučuje može li osoba pristupiti davanju krvi bez štetnosti za vlastito zdravlje i bez opasnosti za potencijalne primatelje krvi.

Konačnu odluku o mogućnosti davanja krvi donosi liječnik prilikom pregleda i razgovora s dobrovoljnim davateljem prije samog čina davanja krvi.

Najčešći razlozi **privremenog odbijanja** davatelja su:

- nizak hemoglobin
- visoki ili niski krvni tlak
- menstruacija, trudnoća ili dojenje kod žena
- lakše akutne bolesti (hunjavica, prehlada)



- tetovaža i piercing
- alkoholizirano stanje
- uzimanje antibiotika
- nedavno cijepljene osobe
- primljena transfuzija
- nedavni operativni zahvati.

Svako uzetoj dozi krvi određuje se krvna grupa, Rh faktor te se doza testira na sljedeće zarazne bolesti: hepatitis (žutica) B i C, HIV/AIDS i sifilis.

Darivanju krvi se ne pristupa umoran i natašte. Preporuča se lagani obrok nekoliko sati prije davanja krvi. Nakon davanja krvi uputno je kratko zadržavanje i konzumacija zahvalnog obroka kao i unos tekućine.

Hrvatski Crveni križ je utemeljitelj i promotor dobrovoljnog davanja krvi u Republici Hrvatskoj, vodi brigu o svim dobrovoljnim davateljima krvi kroz društveno vrednovanje njihove humanosti i dodjeljivanjem priznanja za određeni broj davanja krvi sukladno Pravilniku o priznanjima Hrvatskog Crvenog križa kao i ostalim povlasticama, a sve kako bi bili primjer dobre prakse u svojim lokalnim sredinama te time osobni promotori i animatori dobrovoljnog davalatstva krvi.

Prva akcija dobrovoljnog davanja krvi u organizaciji Hrvatskog Crvenog križa održana je 25. listopada 1953. godine u Željezari Sisak zbog čega se svake godine tog datuma obilježava **Dan dobrovoljnih davatelja krvi u Republici Hrvatskoj**.

Svjetski dan darivatelja krvi obilježava se svake godine 14. lipnja.

PREVENCIJA OVISNOSTI

Ovisnost se može definirati kao stanje u kojemu osoba ne može funkcionirati bez određene supstance ili aktivnosti. U medicinskom smislu, ovisnost se definira kao dugotrajna i ponavljajuća bolest. Bolest ovisnosti sastoji se od:

- **Psihička ovisnost** - potreba za uzimanjem supstance ili oblikom ponašanja zbog produženih iskustvenih i psihičkih efekata.
- **Fizička ovisnost** - fenomen kod kojeg prestanak uzimanja supstance ili prestanak provođenja oblika ponašanja uzrokuje poremećaj u radu tijela s pojavljivanjem neugodnih simptoma, to jest lošeg tjelesnog osjećanja.

Droga je svaka supstanca koja se zloupotrebljava zbog njenog djelovanja na centralni živčani sustav. Droge se dijele na:

- **Legalne droge**, kao što su duhan i duhanski proizvodi, alkoholna pića, vino i pivo.
- **Ilegalne droge**, kao što su marihuana, hašiš, ecstasy, amfetamini, LSD, heroin, kokain ili nove psihoaktivne supstance (*poput sintetskih kanabinoida, sintetskih kationa, triptamina, fenetilamina i slično*).





Suvremeni način života i razvoj tehnologije definira nove ovisnosti. To su ovisnosti bez supstanci koje se odnose na nove oblike ponašanja. To su ovisnosti poput ovisnosti o novim tehnologijama (*ovisnost o računalima, video igrama, društvenim mrežama i virtualnim sučeljima*), ovisnost o mobilnim i pametnim telefonima, ovisnost o kockanju.

Prvi znak početka ovisnosti o bilo kojoj drogi ili obliku ponašanja je promjena ponašanja. Obitelj i prijatelji mlade osobe moraju obratiti pažnju na:

- uspjeh u školi mlade osobe
Ako je uspjeh lošiji - što je uzrok tog lošijeg uspjeha?
- redovitost odlaska u školu
Ako mlada osoba ne odlazi u školu - što je uzrok izostanaka iz škole?
- količinu novca koju troše
Za što troše novac?
- promjene u socijalnim aktivnostima
Izlasci, vrijeme izbivanja iz kuće i socijalno okruženje, odnosno prijatelji.

Bolest ovisnosti ne nastaje odjednom. To je proces za koji je potrebno vrijeme. Što ranije reagiranje okoline najbolji je put ka izlječenju.



Migracije su stalan proces kretanja ljudi koji predstavlja globalni fenomen i utječe na gotovo sve zemlje svijeta, bilo da se radi o zemljama podrijetla, tranzita ili odredišta migranata. Kao pojam, migracije označavaju dobrovoljno (*obrazovanje, rad*) ili prisilno (*ratni sukobi, progon, elementarne nepogode*) kretanje pojedinaca ili grupe unutar ili preko granica države.

Migrant je osoba koja je napustila svoje mjesto boravka u potrazi za novim mogućnostima i prilikama za sigurniji i bolji život.

Postoje različiti razlozi zašto ljudi migriraju pa tako postoje čimbenici poticanja i čimbenici privlačenja.

Čimbenici poticanja

- nemogućnost pronalaska posla
- loša zdravstvena zaštita
- strah za vlastiti život i život vlastite obitelji
- sukobi, ratovi
- progon zbog rase, vjere, etničke ili nacionalne pripadnosti
- kršenje ljudskih prava
- siromaštvo i glad
- prirodne katastrofe
- nuklearne katastrofe

Čimbenici privlačenja

- sigurnost
- bolji uvjeti na tržištu rada
- politička stabilnost
- poštivanje ljudskih prava
- bolji položaj/zaštita žena
- manja mogućnost nastupanja prirodnih katastrofa

Stranci pod međunarodnom zaštitom su osobe kojima je odobrena međunarodna zaštita zbog nekog oblika progona ili izloženosti ozbiljnoj nepravdi. Međunarodna zaštita odobrava se u obliku azila ili supsidijarne zaštite.

Azil se može priznati tražitelju međunarodne zaštite koji se nalazi izvan zemlje svog državljanstva ili uobičajenog boravišta, a strahuje od progona zbog svoje rase, vjere, nacionalnosti, pripadnosti određenoj društvenoj skupini ili političkog mišljenja zbog čega ne može ili ne želi prihvatiti zaštitu te zemlje. Prema Konvenciji o statusu izbjeglica iz 1951. godine azilanti su **izbjeglice**.



Supsidijarna zaštita može se priznati tražitelju međunarodne zaštite koji ne ispunjava uvjete za priznavanje azila, ako postoje opravdani razlozi koji ukazuju da će se povratkom u zemlju podrijetla suočiti sa stvarnim rizikom trpljenja ozbiljne nepravde i koji nije u mogućnosti ili zbog takvog rizika ne želi prihvatiti zaštitu te zemlje.

Stranci pod privremenom zaštitom su stranci kojima je u izvanrednom postupku odobrena privremena zaštita. Privremena zaštita se odobrava u slučajevima masovnog priljeva ili predstojećeg masovnog priljeva raseljenih osoba iz trećih zemalja koje se ne mogu vratiti u zemlju svog podrijetla. Odobrit će se osobito ako postoji rizik da zbog tog masovnog priljeva nije moguće učinkovito provesti postupak odobrenja međunarodne zaštite, radi zaštite interesa raseljenih osoba i drugih osoba koje traže zaštitu.

Integracija je višedimenzionalni proces prihvaćanja i uključivanja migranata i osoba kojima je odobrena međunarodna zaštita u društvo. To je dugotrajan, dinamičan i dvosmjerni proces, a dobra integracija ovisi o međusobnoj prilagodbi, kako stranaca, tako i domaćeg stanovništva/lokalne zajednice. Pomoć u integraciji podrazumijeva inicijalni razgovor i procjenu potreba korisnika, informativne i savjetodavne usluge, psihosocijalnu podršku, pravno savjetovanje te povezivanje s lokalnom zajednicom kroz različite aktivnosti.

Dijete bez pratnje je državljanin treće zemlje ili osoba bez državljanstva do 18 godina, koja se nalazi u Republici Hrvatskoj bez pratnje odrasle osobe (roditelja ili zakonskog skrbnika).

Djeca bez pratnje se u Hrvatskoj smještaju u domove socijalne skrbi, a ako su starija od 16 godina, u prihvatilišta za tražitelje međunarodne zaštite te im se dodjeljuje posebni skrbnik koji brine o svim njihovim pravima. Hrvatski Crveni križ pruža podršku djeci kroz razne aktivnosti kako bi se umanjili negativni učinci institucionaliziranog smještaja, ojačala socijalna mreža, povećala uključenost i povezanost s lokalnom zajednicom. Također, potiče se uključivanje volontera Crvenog križa u provedbu aktivnosti s djecom kako bi se što bolje integrirali u hrvatsko društvo.

PREVENCIJA TRGOVANJA LJUDIMA

Trgovanje ljudima je jedno od najozbiljnijih kršenja ljudskih prava te se vrlo često naziva i modernim ropstvom. Ono podrazumijeva vrbovanje, prijevoz, premještanje, skrivanje ili prihvatanje osoba, uz primjenu prijetnje, sile ili drugih oblika prinude, otmice, prijevare, obmane, zlorabe ovlasti ili ranjivog položaja ili uz davanje, odnosno primanje novčanih sredstava ili drugih koristi radi dobivanja pristanka osobe koja ima nadzor nad drugom osobom, a u svrhu njezina iskorištavanja.

Svako djelo trgovanja ljudima sadrži 3 elementa: **proces** (*vrbovanje, prijevoz, premještanje, skrivanje, prihvatanje osoba*), **sredstvo** (*prijevoz, otmica, prijevara, obmana, prinuda, zloraba ovlasti ili ranjivog položaja*), **svrhu** (*iskorištavanje*).

Žrtve se iskorištavaju na razne načine, a neki od najčešćih oblika iskorištavanja su: spolno, radno, prisilni brak, surogat majčinstvo, činjenje protupravnih radnji, prodaja organa, prisilna prošnja.

Brojni čimbenici poticanja poput ratova, siromaštva, klimatskih promjena, diskriminacije, rodne neravnopravnosti i političke nestabilnosti tjeraju ljude u potragu za boljim životom. Čimbenici privlačenja u drugim zemljama poput mira, političke stabilnosti, mogućnosti zaposlenja, rodne ravnopravnosti i nediskriminacije, privlače ljude da pokušaju osigurati bolje životne uvjete sebi i svojoj obitelji. Trgovci ljudima ciljaju ljude u potrebi i iskorištavaju tu potrebu nudeći rješenja koja zvuče predobro da bi bila istinita. Npr. nude visoko plaćene poslove u inozemstvu za koje nije potrebno iskustvo, znanje ili strani jezik.

Čin trgovanja ljudima sastoji se od tri faze, a to su **vrbovanje, tranzit i iskorištavanje**.

U fazi **vrbovanja**, žrtve se nastoji primamiti i zadobiti njihovo povjerenje. Trgovci ljudima iskorištavaju ljudsku ranjivost i potrebu, a ta potreba je u većini slučajeva financijske ili emocionalne prirode. Odrasle osobe najčešće se vrbuju primamljivim poslovnim ponudama, dok se djeca vrbuju putem društvenih mreža.

U fazi **tranzita**, žrtve se dovode na mjesto iskorištavanja i nad njima se uspostavlja kontrola. Nekada se u ovoj fazi žrtvama oduzimaju osobni dokumenti, odvode se na drugu lokaciju, drugu državu, a nekada se ucjenjuju putem društvenih mreža i ne moraju napustiti svoj dom.

U fazi **iskorištavanja** se koriste razni mehanizmi kontrole žrtve poput primjene psihičkog i fizičkog nasilja, oduzimanja slobode, prijetnji i ucjena, kako bi se zadržala kontrola nad žrtvom. Iskorištavanjem žrtve trgovac ljudima ostvaruje dobit, a žrtva najčešće zadobiva traumatske psihičke i fizičke posljedice.

Bilo tko može postati žrtvom trgovanja ljudima. Trgovanje ljudima i sumnjive situacije nekada je teško predvidjeti i izbjeći, no ovih nekoliko savjeta mogu nam pomoći da smanjimo rizik da postanemo žrtvama trgovanja ljudima i postupimo ispravno. Na društvenim mrežama treba imati zaključan profil i ne dodavati ljude koje ne poznajemo, ne dijeliti bespotrebno osobne podatke na internetu, ne pristajati na sastanke s nepoznatim osobama, provjeriti poslovne ponude i poslodavca, uvijek imati osobne dokumente uza se i ne davati ih neovlaštenim osobama, prilikom putovanja biti u kontaktu s osobama kojima vjerujemo te u slučaju sumnje kontaktirati policiju.

Krijumčarenje ljudi je nezakoniti transport osoba preko granica, često bez isprava, radi financijske ili materijalne koristi. Često se pojam trgovanje ljudima poistovjećuje s krijumčarenjem, no postoje jasne razlike između ta dva čina.

Trgovanje ljudima

- međunarodno i/ili interno
- legalan i/ili ilegalan prelazak državne granice
- osoba može ili ne mora dati pristanak
- cilj je iskorištavanje osoba
- zločin protiv osobe

Krijumčarenje

- uvijek uključuje prelazak državne granice
- uvijek ilegalan prelazak državne granice
- osoba uvijek daje pristanak
- cilj je zarada od prebacivanja preko granice
- zločin protiv države

SIROMAŠTVO I SOCIJALNA ISKLJUČENOST

Siromaštvo se definira kao oskudica materijalnih ili novčanih sredstava. Ljudi su siromašni ako nemaju dovoljno sredstava za svoje materijalne potrebe i ako ih životni uvjeti isključuju iz aktivnog sudjelovanja u djelatnostima koje se smatraju uobičajenima u društvu.

Siromaštvo se očituje na različite načine, među kojima su nedostatak dohotka i sredstava potrebnih da se osigura održiva egzistencija, glad i neuhranjenost, slabo zdravlje, nedostupnost ili ograničena dostupnost obrazovanja i drugih temeljnih usluga, povećana smrtnost, uključujući smrtnost od bolesti, beskućništvo i neodgovarajući stambeni uvjeti, nesigurno okruženje, društvena diskriminacija i izolacija.

Socijalna isključenost podrazumijeva više od nedostatka novca ili materijalnih dobara pa osim ekonomske obuhvaća i socijalnu, kulturnu, političku i drugu isključenost kroz duže vremensko razdoblje. Dakle, siromaštvo je samo jedan od mogućih razloga socijalne isključenosti.

Na socijalnu isključenost utječe niz različitih i međusobno povezanih faktora, kao što su regionalna nejednakost, nezaposlenost, slabe stručne ili socijalne vještine, nizak dohodak, loši stambeni uvjeti, pripadnost manjinskoj skupini i slično te obuhvaća nemogućnost pojedinca pristupanju javnim službama, sudjelovanju u životu zajednice i djelovanju u društvu s osjećajem osobnog dostojanstva.

Socijalnim programima Hrvatskog Crvenog križa nastoji se pružiti pomoć socijalno ugroženim osobama, kao i osobama u nepovoljnim osobnim ili obiteljskim okolnostima te osobama s invaliditetom.

Među tim programima nalaze se programi za:

- starije osobe (*klub i dnevni boravak za starije osobe; pomoć u kući; posudionica medicinskih i ortopedskih pomagala*)
- osobe s invaliditetom (*boravak za osobe s invaliditetom*)
- beskućnike (*dnevni boravak; stambena zajednica; prihvatilište; prenoćište*).



Problemi siromaštva i socijalne isključenosti u raznim oblicima, kao i diskriminacija te izdvajanje od strane društva i pojedinaca, pojavljuje se kod raznih skupina ljudi, od kojih se ističu sljedeće ranjive skupine:

- djeca i mladi
- starije osobe i umirovljenici
- osobe s invaliditetom
- nezaposleni (posebice dugotrajno nezaposleni)
- samačka kućanstva, jednoroditeljske obitelji i obitelji s više od dvoje djece
- djeca bez roditeljske skrbi
- povratnici i raseljene osobe, migranti, azilanti, stranci pod supsidijarnom zaštitom, tražitelji azila
- beskućnici
- osobe koje žive na udaljenim i u ruralnim predjelima
- nacionalne/etničke/rasne/vjerske manjine
- zatvorenici i bivši zatvorenici, djeca i mlade osobe s problemima u ponašanju
- žrtve zločina, posebice žrtve trgovanja ljudima i žrtve obiteljskog nasilja
- osobe zaražene HIV/AIDS-om i hepatitisom C
- osobe s problemom ovisnosti o alkoholu, kocki i/ili opojnim drogama
- hrvatski branitelji i stradalnici iz Domovinskog rata te članovi njihovih obitelji.

VOLONTIRANJE

Volontiranje je dobrovoljno ulaganje osobnog vremena, truda, znanja i vještina kojima se obavljaju usluge ili aktivnosti za dobrobit druge osobe ili zajednice, a obavljaju se bez postojanja uvjeta isplate novčane nagrade ili potraživanja druge imovinske koristi za obavljeno volontiranje.

Volonter je punoljetna osoba koja volontira na području Republike Hrvatske i u inozemstvu. U volontiranje se mogu uključiti i osobe koje su navršile 15 godina (maloljetni volonteri) uz pisanu suglasnost roditelja ili zakonskog skrbnika, a njihovo volontiranje obvezno uključuje nadzor i podršku.

Volonteri mogu biti i osobe mlađe od 15 godina života, ali aktivnosti u koje se uključuju moraju biti primjerene njihovoj dobi i provoditi se u odgojno-obrazovne svrhe. Volontiranje osoba mlađih od 15 godina naziva se Odgoj za volontiranje.

Dugotrajno volontiranje je ono koje volonter obavlja redovito i kontinuirano najmanje dva puta mjesečno u razdoblju od najmanje tri mjeseca bez prekida.

Kratkotrajno volontiranje je ono koje volonter obavlja jednokratno ili povremeno u vremenski ograničenom trajanju.

Volontiranje u kriznim situacijama je ono koje volonter obavlja u situacijama koje nalažu hitnost i u izvanrednim društvenim situacijama.

Volontiranje poslovnog subjekta se obvezno provodi u suradnji s organizatorom volontiranja, a zaposlenici poslovnog subjekta u volonterskim aktivnostima moraju sudjelovati dobrovoljno i one im ne smiju predstavljati radnu obvezu.

Svako volontiranje mora biti organizirano od strane **organizatora volontiranja**, a to mogu biti udruge, zaklade, ustanove i sve druge pravne osobe koje nisu osnovane s ciljem stjecanja dobiti. Također, organizatori volontiranja mogu biti i državna tijela, kao i općine, gradovi ili županije.



Između ostaloga, organizatori volontiranja dužni su izraditi program volontiranja, odrediti koordinatora volontera te voditi evidenciju ostvarenih volonterskih sati.

Volonteri Hrvatskog Crvenog križa su sve osobe koje volontiraju u Hrvatskom Crvenom križu, a dijele se u tri kategorije: volonteri, volonteri specijalisti i spontani volonteri.

Volonter specijalist se postaje nakon sudjelovanja na edukacijama i u aktivnostima iz specifičnog područja djelovanja (*djelovanje u kriznim situacijama, spašavanje života na vodi, prva pomoć i slično*).

Spontani volonteri su osobe koje se jednokratno uključuju u aktivnosti (*npr. u kriznim situacijama*).

Dobrobiti volontiranja su mnogobrojne, ne samo za korisnike i zajednicu već i za samog volontera. Osim očite dobrobiti u obliku dobrog osjećaja uslijed pomaganja drugima ili pozitivnog doprinosa zajednici, volontiranje pruža razne druge dobrobiti kao što su:

- poboljšanje zdravlja
- kvalitetno korištenje slobodnog vremena
- jačanje osjećaja pripadnosti
- učenje novih znanja i vještina
- razvoj komunikacijskih i organizacijskih vještina
- razvoj samopoštovanja i samopouzdanja
- prevencija poremećaja u ponašanju
- stjecanje novih poznanstava
- umrežavanje
- obogaćivanje životopisa
- profesionalna orijentacija
- svjesnost o mogućnosti donošenja pozitivnih promjena
- humanije i solidarnije društvo.

Knjige i članci:

- *Brown P.: Henry Dunant: Ustanovitelj Crvenog križa, čija je ljubav za bližnjega pomogla milijunima; Illyricum; Zagreb, 1993.*
- *Lalić Novak G.; Giljević T.: Protokol postupanja prilikom integracije osoba kojima je odobrena međunarodna zaštita; Ured za ljudska prava i prava nacionalnih manjina Vlade Republike Hrvatske; Zagreb, 2023.*
- *Maleš D., Milanović M., Stričević I.: Živjeti i učiti prava, Odgoj za ljudska prava u sustavu predškolskog odgoja; Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu; Zagreb, 2003.*
- *Vujcic-Lugassy V.; Frank L.; Managing Disaster Risk for World Heritage, Organizacija Ujedinjenih naroda za obrazovanje, znanost i kulturu; Pariz, 2010.*

Publikacije i dokumenti Međunarodne federacije društava Crvenog križa i Crvenog polumjeseca, Međunarodnog odbora Crvenog križa i Hrvatskog Crvenog križa:

- *A Guide to Psychological First Aid for Red Cross and Red Crescent Societies; Referentni centar za psihosocijalnu podršku Međunarodne federacije društava Crvenog križa i Crvenog polumjeseca; Kopenhagen, 2018.*
- *ICRC Guidelines on Providing RFL Services to Persons Separated as a Result of Migration; Međunarodni odbor Crvenog križa; Ženeva, 2000.*
- *Restoring Family Links: Strategy for the International Red Cross and Red Crescent Movement 2020 – 2025; Međunarodni odbor Crvenog križa; Ženeva, 2019.*
- *RFL Guide for National Societies; Međunarodni odbor Crvenog križa; Ženeva, 2000.*
- *Sažetak Ženevskih konvencija od 12. kolovoza 1949. i njihovih Dopunskih protokola; Međunarodni odbor Crvenog križa; Ženeva, 2012.*
- *Temeljna načela Međunarodnog pokreta Crvenog križa i Crvenog polumjeseca; Međunarodni odbor Crvenog križa; Ženeva, 2014.*
- *Znak Crvenoga križa i Crvenog polumjeseca - očuvanje njihove zaštitne snage i sprječavanje nedopuštene uporabe; Međunarodni odbor Crvenog križa; Ženeva, 2016.*



Ostali izvori:

- *Konvencija o pravima djeteta; Državni zavod za zaštitu obitelji, materinstva i mladeži; Zagreb, 2001.*
- *Konvencija o pravnom položaju osoba bez državljanstva iz 1954. godine*
- *Konvencija Ujedinjenih naroda o statusu izbjeglica iz 1951. godine*
- *Kratki vodič kroz novi sporazum Ujedinjenih naroda namijenjen djeci, tinejdžerima i organizacijama koje se bave dječjim pravima, koji im omogućuje da upozore na kršenja dječjih prava: Založi se za svoja prava; Ured UNICEF-a za Hrvatsku; Zagreb, 2010.*
- *Nacionalni plan borbe protiv siromaštva i socijalne isključenosti za razdoblje od 2021. do 2027.*
- *UN, Protokol o sprječavanju, suzbijanju i kažnjavanju trgovanja ljudima, posebice žena i djece, koji dopunjuje Konvenciju Ujedinjenih naroda protiv transnacionalnog organiziranog kriminaliteta, usvojenu i otvorenu za potpisivanje, ratifikaciju i pristupanje Rezolucijom 55/25 Opće skupštine od 15. studenoga 2000. godine*
- *Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice: Summary report; Svjetska zdravstvena organizacija; 2004.*

Narodne novine:

- *Zakon o domovinskoj sigurnosti (NN 108/2017)*
- *Zakon o međunarodnoj i privremenoj zaštiti (NN 70/15, 127/17, 33/23)*

Internet:

- <https://www.hck.hr/>
- <https://www.icrc.org/>
- <https://www.ifrc.org/>
- <https://pscentre.org/>
- <https://www.who.int/>

BILJEŠKE



*Želimo vam puno sreće i uspjeha na
Natjecanju mladih Hrvatskog Crvenog križa*

- Vaš Hrvatski Crveni križ