



**KODEKS
INKLUZIJE
Mreže
mladih
Hrvatske**

**Croatian
Youth
Network's
CODE OF
INCLUSION**

Zagreb, srpanj 2026.

KODEKS

INKLUZIJE

Kodeks inkluzije Mreže mladih Hrvatske (dalje: Kodeks) predstavlja temeljnu obvezu Mreže mladih Hrvatske (dalje: Mreža ili MMH) u stvaranja okruženja u kojem se svaka osoba osjeća dobrodošlo, sigurno i uvaženo. Inkluzija nije samo odsustvo diskriminacije, već aktivno uklanjanje prepreka i slavljenje različitosti.

Inkluziju definiramo kao temeljno ljudsko pravo koje se ostvaruje kroz proces prepoznavanja i uvažavanja različitosti kako bi se ostvarila prilagodba i odgovorilo na potrebe te time uključilo svaku pojedinačnu osobu, a posebno iz marginaliziranih skupina ili osoba s teškoćama, za njihovo aktivno i ravnopravno sudjelovanje u društvu, obrazovanju i radnom okruženju temeljeno na prihvatanju različitosti, osiguravanju jednakih prava i prilagodbi društva pojedinoj osobi, a ne obrnuto.

Značajke inkluzije kojima stremimo uključuju:

- **Priznavanje individualnosti** podrazumijeva da svaka osoba je jedinstvena što znači da Kodeks mora jamčiti pristup koji uvažava osobnu povijest, identitet i specifične potrebe bez prethodnih pretpostavki ili predrasuda.
- **Siguran prostor** označava potrebu za osiguravanjem fizičkog i emocionalnog okruženja u kojem se svi osjećaju slobodnima izraziti se bez straha od osude, ismijavanja ili diskriminacije.

- **Inkluzivan jezik** traži korištenje terminologije koja ne isključuje i ne stigmatizira što uključuje poštivanje zamjenica, izbjegavanje rodних stereotipa i korištenje afirmativnog rječnika.
- **Aktivna participacija** definira sudionike_ice naših aktivnosti ne kao pasivne primatelje_ice, već aktivne aktere_ice koje se treba uključiti u proces donošenja odluka o aktivnostima koje ih se tiču (tzv. pravilo: „Ništa o nama bez nas“).
- **Pristupačnost informacija i prostora** podrazumijeva osiguravanje materijala u digitalnom i tiskanom obliku koji su razumljivi i prilagođeni, a prostori fizički pristupačni i dostupni svima.
- **Prevenција mikroagresije** uključuje edukacije o prepoznavanju i zaustavljanju suptilnih oblika diskriminacije koji se često provlače kroz šale ili usputne komentare među vršnjacima_kinjama.
- **Kulturna osjetljivost** štiti poštivanje različitih tradicija, religija i običaja, što uključuje i prilagodbu kalendara aktivnosti kako bi se uvažili važni datumi različitih skupina.
- **Povjerljivost i povjerenje** su jasna pravila o tome kako se postupa s osobnim podacima i informacijama koje sudionici_ice dijele, uz obveznu zaštitu njihove privatnosti.
- **Intersekcionalni pristup** podrazumijeva da svaka osoba može pripadati u više manjinskih skupina istovremeno i da se ti utjecaji isprepliću na jednakoj razini važnosti.

Oblici inkluzije koje prepoznamo i koje se trudimo implementirati u naše aktivnosti grupirane u tematske kategorije predstavljaju različite oblike zajedničkih nastojanja u ostvarenju cilja Kodeksa.

Oblici inkluzije

Ekonomska dimenzija

- **Potpuna besplatnost i diskrecija** razumije da sudjelovanje u programima mora biti besplatno, uključujući potrebne materijale za rad, putovanje, obroke i smještaj, bez potrebe da osoba mora dokazivati svoj socio-ekonomski status.
- **Osiguravanje opreme** podrazumijeva da aktivnosti koje zahtijevaju specifičnu opremu, unaprijed bude osigurana svima za redovan i neometan rad.
- **Standardizacija obroka** nalaže da se tijekom aktivnosti osigura kvalitetan obrok za sve prisutne, čime se uklanja razlika između onih koji si mogu i ne mogu priuštiti potreban obrok.

Geografska dimenzija

- **Hibridni modeli sudjelovanja** podrazumijeva da se za svaku aktivnost, za koju je to moguće, osigura hibridno ili virtualno alternativno sudjelovanje ili da se osiguraju materijali za rad kod kuće, pogotovo za osobe iz ruralnih ili prometno izoliranih područja.
- **Pokrivanje putnih troškova** načelo je koje sprječava da udaljenost postane prepreka što znači da je nužno osigurati unaprijed sredstva za prijevoz ili organizirati zajednički transport osoba koje sudjeluju na aktivnosti.
- **Decentralizacija aktivnosti** podrazumijeva da osobe umjesto da dolaze u glavni dio mjesta ili grada (tzv. centar), organizacija aktivnosti se treba planirati periodički u njihovim lokalnim zajednicama.

Društvena dimenzija

- **Mentorstvo** podrazumijeva uvođenje sustava potpore gdje iskusnije osobe pomažu osobama s manje iskustva ili onima iz marginaliziranih skupina kako bi lakše i jednostavnije integrirali u grupu bez stvaranja osjećaja manje vrijednosti.
- **Senzibilizacija vršnjaka_inja** zahtjeva kontinuiranu edukaciju o tome kako ekonomske, obiteljske ili druge prilike utječu na životni put, s ciljem iskorjenjivanja raganja zbog različitih socio-ekonomskih ili drugih nemogućnosti.
- **Fleksibilnost obveza** podrazumijeva da osobe iz težih socio-ekonomskih prilika često imaju obiteljske ili druge obveze, a što treba uzeti u obzir pri planiranju rokova i termina sudjelovanja kako bi se zadržala potrebna i moguća razina fleksibilnosti i povećala razina sudjelovanja u aktivnostima.

Intersekcionalna dimenzija

- **Prepoznavanje višestruke marginalizacije** iziskuje poseban fokus na osobe koji žive u siromaštvu, a istovremeno pripadaju manjinskoj skupini ili žive u izoliranom mjestu, jer su njihove prepreke multiplicirane te je potrebno odgovoriti na specifičan način s holističkim pristupom.

Načini na koje postižemo inkluziju za osobe s drugačijim potrebama kategorizirane su prema aspektima koje uzimamo u obzir pri planiranju i provođenju aktivnosti u svrhu ostvarenja cilja Kodeksa.

Načini inkluzije

Prilagodba prostora i formata

- **Arhitektonska pristupačnost** kao standard podrazumijeva da svaki prostor mora biti dostupan osobama u kolicima ili s otežanim kretanjem što znači da prostor treba biti pristupačan za izvođenje svih planiranih aktivnosti.
- **Univerzalni dizajn** materijala osigurava da dokumenti i prezentacije trebaju biti prilagođene osobama s oštećenjem vida ili sluha uz mogućnost angažiranja prevoditelja_ice za znakovni jezik.
- **Odmor i energetska održivost** osigurava tihi prostor za odmor osobama koji se brzo umaraju zbog kroničnih bolesti ili terapija.

Komunikacija i odnos

- **Pristup temeljen na snazi** fokusira se na ono što osoba može i u čemu je dobra.
- **Jasnoća i predvidljivost** osigurava osobama s kognitivnim poteškoćama ili ADHD-om jasnu strukturu, vizualni raspored i kratke, konkretne upute.
- **Pravo na privatnost dijagnoze** štiti osobe te im ne stvara pritisak ili potrebu za otkrivanjem svoje dijagnoze grupi čime se jamči diskrecija, pogotovo u komunikaciji s voditeljima_icama aktivnosti.

Podrška mentalnom zdravlju

- **Najave okidača i osjetljivosti tema** podrazumijeva da se unaprijed najave teme koje bi mogle biti uznemirujuće i omogućiti osobama da se povuku bez potrebnog pružanja obrazloženja.
- **Smanjenje senzornog opterećenja** označava vođenje računa o intenzitetu svjetla, buci i broju ljudi u prostoriji, što je ključno za osobe na spektru autizma ili one s anksioznim poremećajima.
- **Destigmatizacija nepoželjnih osjećaja** pomaže stvoriti kulturu u kojoj je normalno reći "danas se mentalno ne osjećam dobro za ovu aktivnost" bez straha od gubitka svog statusa ili osude prisutnih.

Aktivno prilagođavanje

- **Individualizirani plan sudjelovanja** podrazumijeva da se prema potrebi dodatno prilagodi trajanje aktivnosti ili način provjere znanja i vještina specifičnim potrebama pojedinih osoba.
- **Edukacija vršnjaka_inja o savezništvu** potiče ostale osobe da budu saveznici_ce, a ne samo pomagači_ice, razvijajući empatiju umjesto sažaljenja i time stvarajući siguran prostor za vlastitu ekspresiju.

Posebnu pažnju pridodaje se **inkluziji za osobe s psihološkim i osobnim preprekama** za koje postoje dobre prakse u pristupu organizacije aktivnosti kako bi se postigao cilj Kodeksa.

Izgradnja emocionalne sigurnosti

- **Pravo na pauzu od socijalizacije** osigurava da osoba može u svakom trenutku nakratko napustiti grupu ako osjeti senzorno ili emocionalno preopterećenje u siguran, odvojeni prostor, bez nužnosti za javnim obrazlaganjem svoje potrebe za privremenim isključivanjem iz aktivnosti.

- **Normalizacija ranjivosti** podrazumijeva da voditelji_ice otvoreno komuniciraju kako su trema, nesigurnost i pogreške dio procesa aktivnosti koji se provode kako bi se smanjio pritisak od savršenog performansa koji često ima kontraefekt, odnosno paralizira osobe u smislenom sudjelovanju.

Borba protiv niskog samopouzdanja

- **Male pobjede** cijene se kroz aktivnosti koje su strukturirane tako da omogućuju brze, male uspjehe na početku što gradi samopouzdanje prije nego što se krene na kompleksnije zadatke u aktivnostima.

- **Afirmativna povratna informacija** potrebna je metoda koja ističe trud i specifične vještine koje je osoba pokazala, izbjegavajući pritom općenite pohvale koje ne pridonose cilju da se osobi čestita za ostvareni napredak.

Smanjenje anksioznosti i straha

- **Predvidljivost kao lijek** podrazumijeva da se anksioznost hrani neizvjesnošću radi čega je potrebno osigurati detaljan plan aktivnosti unaprijed kako bi sudionici_ice znali_e točno što ih čeka, tko će biti tamo i kakva su očekivanja od njih kao osoba koje sudjeluju u programu čime se smanjuje ta neizvjesnost.

- **Anonimno sudjelovanje** osigurava da se u početnim fazama omogući postavljanje pitanja ili iznošenje ideja putem digitalnih alata ili papirića u anonimnom obliku kako bi se izbjegao strah od javnog nastupa.

Pozor na specifične okidače

- **Izbjegavanje natjecateljskog pritiska** osigurava se kroz zamjenu kompetitivnih aktivnosti suradničkim tipovima aktivnosti što za sudionike_ice s osobnim preprekama izbjegava izravnu usporedbu s drugima i smanjuje osjećaj manje vrijednosti.

- **Pažljiv odabir jezika** podrazumijeva izbjegavanje rečenice poput "to je bar lako" ili "svatko to može", kako se kod osoba koje se bore s unutarnjim preprekama ne bi izazivao osjećaj neuspjeha.

Osnaživanje i osobni rast

- **Personalizirani tempo** podrazumijeva da put inkluzije nije linearan što znači da osoba može jedan dan biti vrlo aktivna, a drugi se potpuno povući zbog čega je važno uvažavati te oscilacije bez dodatne penalizacije.

- **Poticanje samoodređenja** omogućuje osobi vlastiti izbor i povećava osjećaj kontrole nad svojim sudjelovanjem što je ključan dio za prevladavanje osobnih barijera.

Kako bi se osigurala **inkluzija povezana s društvenim i kulturnim preprekama**, prepoznamo mjere i dobre prakse kojima se može doskočiti čestim izazovima i time ostvariti cilj zadan Kodeksom.

Borba protiv stigme i diskriminacije

- **Apsolutna nulta stopa tolerancije** osigurava da je svaki oblik govora mržnje, omalovažavanja na temelju podrijetla, vjere, identiteta ili drugog svojstva nedozvoljen i temelj za reakciju voditelja_ice aktivnosti.
- **Vidljiva podrška različitosti** podrazumijeva da prostor u kojem osobe borave bi trebao vizualno komunicirati da je u pitanju siguran prostor za sve prisutne, čime se preventivno suzbija osjećaj nepoželjnosti.
- **Poštivanje samoodređenja** podrazumijeva obvezu korištenja imena i zamjenica koje osoba sama odabere, bez preispitivanja ili traženja obrazloženja ili potvrda, a isto vrijedi i za poštivanje vjerskih praksi bez njihovih isticanja kao posebnih zahtjeva kojima se ciljano ne želi prilagoditi.

Suočavanje s obiteljskim očekivanjima

- **Povjerljivost kao prioritet** je načelo koje prepoznaje da osobe mogu dolaziti iz rigidnih sredina te im treba jamstvo da njihove aktivnosti, interesi ili izražavanje unutar grupe neće biti preneseni roditeljima ili skrbnicima ako bi to moglo ugroziti njihovu sigurnost ili odnos u obitelji ili zajednici.
- **Neutralnost i podrška autentičnosti** podrazumijeva da voditelji_ice aktivnosti moraju ostati neutralni i pružiti podršku osobi u istraživanju vlastitih interesa.

Prevenција vršnjačkog pritiska i nasilja

- **Aktivno upravljanje dinamikom grupe** podrazumijeva da su voditelji_ice aktivnosti dužni prepoznati i prekinuti formiranje zatvorenih krugova koji isključuju pojedine osobe ili koriste interne šale koje svi ne razumiju kako bi se stvorio osjećaj manje vrijednosti pojedinoj osobi.
- **Kodeks digitalnog ponašanja** osigurava proširenje pravila inkluzije na digitalne kanale tako da svaki oblik digitalnog, odnosno virtualnog izrugivanja ili širenja tračeva se tretira jednako ozbiljno kao i ono u fizičkom obliku.
- **Promicanje kultura savezništva** podrazumijeva provođenje edukacija među osobama koje se potiče da ne budu samo

Kulturna osjetljivost i intersekcionalnost

- **Kalendar inkluzivnosti** podrazumijeva planiranje ključnih aktivnosti tako da se ne preklapaju s važnim vjerskim ili kulturnim praznicima manjinskih skupina koji su iskazali interes za sudjelovanjem.
- **Izbjegavanje stereotipizacije** osigurava da voditelji_ice aktivnosti od svih traže da prilikom govora reflektiraju mišljenje cijele svoje radne skupine.

CODE OF INLUSION

Code of Inclusion of the Croatian Youth Network (hereinafter: the Code) represents the fundamental commitment of the Croatian Youth Network (hereinafter: CYN) to creating an environment in which every person feels welcome, safe, and valued. Inclusion is not merely the absence of discrimination, but the active removal of barriers and the celebration of diversity.

We define inclusion as a fundamental human right realized through the process of recognizing and respecting differences in order to achieve accommodation and respond to needs, thereby including every individual, but particularly those from marginalized groups or persons with difficulties, to achieve their active and equal participation in society, education, and the working environment, based on the acceptance of diversity, ensuring equal rights, and adapting society to the individual, rather than the other way around.

The characteristics of inclusion we strive for include:

- **Recognition of individuality** means that every person is unique, therefore the Code must guarantee an approach that respects personal history, identity, and specific needs, without prior assumptions or prejudice.
- **Safe space** means ensuring a physical and emotional environment in which everyone feels free to express themselves without fear of judgment, ridicule, or discrimination.

- **Inclusive language** requires the use of terminology that does not exclude or stigmatize, which includes respecting pronouns, avoiding gender stereotypes, and using affirming vocabulary.
- **Active participation** defines the participants in our activities not as passive recipients, but as active agents who should be involved in the decision-making process for activities that concern them („Nothing about us without us“).
- **Accessibility of information and space** means providing materials in digital and printed form that are clear and adapted, with spaces that are physically accessible and available to everyone.
- **Prevention of microaggressions** includes education on recognizing and stopping subtle forms of discrimination that often occur through jokes or offhand comments among peers.
- **Cultural sensitivity** protects respect for different traditions, religions, and customs, including adapting the activity calendar to honor important dates for different groups.
- **Confidentiality and trust** are clear rules on how personal data and information shared by participants are handled, with mandatory protection of their privacy.
- **Intersectional approach** means that every person may belong to several minority groups at the same time, and that these influences intertwine with equal level of importance.

Forms of inclusion that we recognize and strive to implement in our activities, grouped into thematic categories, represent different forms of joint efforts toward achieving the Code's goal.

Forms of inclusion

Economic dimension

- **Complete and free of charge participation** with discretion means that participation in programs must be free, including necessary work materials, travel, meals, and accommodation, without the person having to prove their socio-economic status.
- **Providing equipment** means that activities requiring specific equipment is secured in advance by the organisers for everyone, ensuring work is not hindered.
- **Standardization of meals** requires that a quality meal is provided for everyone present during activities, removing the difference between those who can and cannot afford the necessary meal.

Geographic dimension

- **Hybrid participation models** means that, wherever possible, hybrid or virtual alternative participation is provided for every activity, or that materials for working from home are made available, especially for people from rural or transport-isolated areas.
- **Covering travel costs** is a principle that prevents distance from becoming a barrier, meaning it is necessary to secure funds for transportation in advance or organize joint transport for people taking part in the activity.
- **Decentralization of activities** means that instead of people having to come to the main part of a town or city, activities should be planned periodically in their local communities.

Social dimension

- **Mentorship** means introducing a support system in which more experienced people help those with less experience or those from marginalized groups, so they can integrate into the group more easily and simply, without creating a feeling of inferiority.
- **Peer sensitization** requires continuous education on how economic, family, or other circumstances affect a person's life path, with the goal of eradicating mockery over various socio-economic or other limitations.
- **Flexibility of obligations** means that people from more difficult socio-economic circumstances often have family or other obligations, which should be taken into account when planning deadlines and participation schedules, in order to maintain the necessary and possible level of flexibility and increase the level of participation in activities.

Intersectional dimension

- **Recognition of multiple marginalizations** requires special focus on people living in poverty who simultaneously belong to a minority group or live in an isolated place, since their barriers are multiplied and must be addressed in a specific way, with a holistic approach.

The ways in which we achieve inclusion for people with different needs are categorized according to the aspects we take into account when planning and carrying out activities in order to achieve the Code's goal.

Ways of inclusion

Adapting space and format

- **Architectural accessibility** as a standard means that every space must be accessible to people using wheelchairs or with limited mobility, meaning the space must allow for the execution of all planned activities.
- **Universal design** of materials ensures that documents and presentations are adapted for people with visual or hearing impairments, with the possibility of engaging a sign language interpreter.
- **Vacation and energy sustainability** ensures a quiet space to rest for people who tire quickly due to chronic illnesses or therapies.

Communication and relationships

- **Strengths-based approach** focuses on what a person can do and what they are good at.
- **Clarity and predictability** ensures that people with cognitive difficulties or ADHD get a clear structure, a visual schedule, and short, concrete instructions.
- **Right to privacy** protects individuals and removes any pressure or need to disclose their diagnosis to the group, guaranteeing discretion, especially in communication with activity facilitators.

Mental health support

- **Advance notice of triggers and sensitive topics** means that topics which could be distressing are announced in advance, allowing people to step back without needing to provide an explanation.
- **Reducing sensory load** means being mindful of light intensity, noise, and the number of people in the room, which is crucial for people on the autism spectrum or those with anxiety disorders.
- **Destigmatizing unwanted feelings** helps create a culture in which it is normal to say "I'm not feeling mentally well for this activity today" without fear of losing one's standing or being judged by those present.

Active adaptation

- **Individualized participation plan** means that, when needed, the duration of an activity or the method of assessing knowledge and skills is further adapted to the specific needs of individuals.
- **Peer education on allyship** encourages others to become allies rather than mere helpers, developing empathy instead of pity, and thereby creating a safe space for one's own self-expression.

Special attention is given to **inclusion for people with psychological and personal barriers**, for whom good practices exist in how activities are organized in order to achieve the Code's goal.

Izgradnja emocionalne sigurnosti

- **Right to a break from socializing** ensures that a person may briefly leave the group at any time, to a safe, separate space, if they feel sensory or emotional overload, without any obligation to publicly explain their need to temporarily step away from the activity.
- **Normalizing vulnerability** means that facilitators openly communicate that stage fright, uncertainty, and mistakes are part of the activity process, in order to reduce the pressure of a flawless performance, which often has the opposite effect and disables meaningful participation.

Combating low self-confidence

- **Small wins** are valued through activities structured to allow for quick, small successes at the start, building confidence before moving on to more complex tasks within the activities.
- **Affirmative feedback** is a necessary method that highlights the effort and specific skills a person has shown, avoiding generic praise that fails to genuinely acknowledge the progress achieved.

Reducing anxiety and fear failure

- **Predictability as a remedy** means that anxiety feeds on uncertainty, which is why a detailed activity plan must be provided in advance, so participants know exactly what awaits them, who will be there, and what is expected of them as participants in the program, thereby reducing that uncertainty.
- **Anonymous participation** ensures that, in the initial stages, questions can be asked or ideas shared anonymously through digital tools or slips of paper, in order to avoid the fear of speaking in public.

Attention to specific triggers

- **Avoiding competitive pressure** is ensured by replacing competitive activities with collaborative types of activities, which for participants with personal barriers avoids direct comparison with others and reduces the feeling of inferiority.
- **Careful choice of language** means avoiding phrases like "that's easy" or "anyone can do that," so as not to trigger a sense of failure in people struggling with internal barriers.

Empowerment and personal growth

- **Personalized pace** means that the path to inclusion is not linear, so a person may be very active one day and withdraw completely the next, which is why it's important to respect these fluctuations without additional penalty.
- **Encouraging self-determination** gives a person their own choice and increases their sense of control over their participation, which is a key part of overcoming personal barriers.