

NEWSLETTER

2018.

mai



## FONDACIJI HASTOR URUČENO PRIZNANJE NA GALA SVEČANOSTI U WASHINGTONU

Tokom Gala svečanosti koja je u subotu održana u organizaciji ACBH, Savjetodavnog vijeća za BiH u Washingtonu, posebno priznanje za doprinos razvoju obrazovanja i mladih u BiH dodijeljeno je Fondaciji Hastor.

Radi se o najznačajnijem okupljanju bh. poslovne i akademske dijaspora u Sjedinjenim Američkim Državama, kojoj je ove godine prisustvovao i bivši američki predsjednik Bill Clinton, a kome je ovom prilikom uručena nagrada za životno djelo. Pored njega, svečanosti su prisustvovale i brojne druge ugledne zvanice, privrednici, filantropi, kongresmeni i senatori.

Priznanje je u ime Fondacije Hastor preuzeo dugogodišnji član Upravnog odbora Almir Jazvin.

"Izuzetna nam je čast da su ideja i vrijednosti koje zastupamo, kao i sam doprinos Fondacije Hastor prepoznati od strane ove eminentne organizacije te da većeras imamo priliku u ovakvom društву poslati poruku 1860 stipendista Fondacije Hastor. Fondacija

Hastor svoje stipendiste podstiče na učenje, zalaganje i rad za društvenu zajednicu. Vjerujemo da je ova nagrada još jedna potvrda uspjeha u onome što radimo i predstavlja nam motiv da nastavimo sistemski raditi na unapređenju obrazovnog sistema u BiH", izjavio je Almir Jazvin tokom obraćanja te se na kraju još jednom zahvalio organizatorima na ovom značajnom priznanju i pozvao na zajednički angažman i intenzivnu saradnju na polju obrazovanja, kao i saradnje između BiH i dijaspora.

Osnovana 2007. godine, ACBH je vodeća nevladina organizacija koja radi na rješavanju interesa bosansko-američke dijaspora u Sjedinjenim Američkim Državama i zagovara jedinstvenu, multietničku i demokratsku Bosnu i Hercegovinu.



## Inela Kavaz: biser Karate kluba „Perfekt“ i Fondacije Hastor

Dvanaestogodišnja Inela Kavaz april i maj 2018. godine pamtiće po velikim uspjesima na takmičenjima iz karatea. Ova mlada stipendistkinja već je šest godina član karate kluba „Perfekt“, a do svoje dvanaeste godine osvajala je mnoge nagrade na raznim takmičenjima širom države i regiona. Ovoga mjeseca redakcijski tim Fondacije posebno je obradovala vijest koju nam je s ponosom prenijela Inelina mama Alisa.

Naime, nakon državnog prvenstva za djecu u borbama pojedinačno i katama pojedinačno i ekipno, održanog u Jajcu 21. aprila, gdje osvaja treće mjesto u kategoriji za djevojčice od 12 do 13 godina, Inela se kvalifikovala za učešće na Balkanskom prvenstvu u karateu održanom u Beogradu već sljedeće

nedjelje, 27-29. aprila. S Balkanskog prvenstva, uz pomoć trenera Armina Topalovića, Inela se vratila s osvojenim trećim mjestom.

Prethodno, Inela je učestvovala na još jednom međunarodnom takmičenju. Riječ je o Kupu prijateljstva 2018., održanom 5. maja u Bihaću gdje u kategoriji kumite naša Inela zauzima prvo mjesto. Redakcijski tim Fondacije se posebno zahvaljuje porodici Kavaz koja nas redovno izvještava o Inelinim uspjesima, a s obzirom na dosadašnje rezultate, ne sumnjamo da ovu mladu, vrhunsku sportistkinju i uzornu učenicu u budućnosti očekuju još mnogobrojna takmičenja, medalje i priznanja.

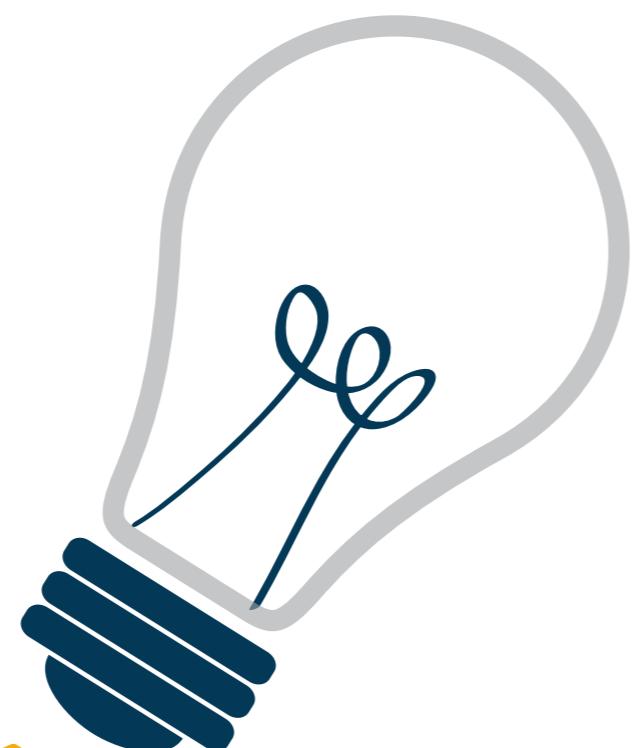
Džulisa Otuzbir



## „HOW YOU DO ANYTHING IS HOW YOU DO everything!“

Tipično vedro proljetno jutro, devetnaestog dana u mjesecu maju, u prostorijama ASA Prevent grupacije zasigurno je odisalo željom za progresom i ogromnom pozitivnom energijom za koju su zaslужne gošće ovomjesečnog sastanka studenata stipendista Fondacije Hastor. Majske interaktivne predavanje je na prisutne ostavilo zaista jak dojam, a principi i poruke koje su naše gošće akcentirale u okviru istog, stipendistima će u značajnoj mjeri koristiti kako u toku njihovog poslovnog, tako i generalno u toku životnog puta.

Naime, gošće ovomjesečnog sastanka bile su Ema Bukovica i Dijana Duvnjak, stručnjakinje iz oblasti komunikacija i PR-a. Njihovo izlaganje prvenstveno je bilo fokusirano na suštinski značaj procesa komuniciranja u interpersonalnim odnosima ljudi, a nadalje i na neupitnu važnost istog u poslovnom svijetu. Valja istaći da je mladim, ambicioznim i obrazovanim ljudima, kakvi su stipendisti Fondacije, ovakva jedna tema od izuzetnog značaja, primarno zbog činjenice da se većina njih trenutno nalazi upravo na prvoj stepenici ka ulasku u sferu poslovanja, a samim tim i sferu poslovne komunikacije.



*everything!*

U okviru svog predavanja, Dijana i Ema su tretirale tri primarna segmenta, odnosno tri esencijalna faktora bez čije spoznaje, detaljne analize i evaluacije nije moguće uspostaviti efektivnu i produktivnu komunikaciju u poslovnoj, ali ni u svakodnevnoj interakciji općenito. Uspostavljanje asertivne komunikacije, usvajanje prezentacijskih vještina, te svijest o važnosti i utjecaju neverbalne komunikacije, kojom, referirajući se na brojna istraživanja, govorimo nerijetko više nego posredstvom riječi, predstavljaju tri elementarna faktora onoga što mi komuniciramo o sebi, odnosno poruke o vlastitoj ličnosti koju, svjesno ili ne, disseminiramo drugim ljudima.

Asertivna komunikacija predstavlja ključ uspjeha kada je u pitanju zalaganje za svoje stavove i prava, a podrazumijeva situaciju u kojoj individua komunicira svoje stavove i zahtjeve na način da poštuje i aktivno sluša i drugu stranu, kako bi u konačnici obje strane bile zadovoljne ishodom uz obostranu korist, odnosno termin popularno nazvan „win-win“. Uspostavljanje ovakvog efektivnog tipa komunikacije moguće je isključivo u sinergiji još dva faktora, a oni su aktivno slušanje i prisustvo empatije. Između ostalog, gošće su, posredstvom izvjesnih vježbi, s prisutnim stipendistima podijelile određene

metode i trikove koji olakšavaju komunikaciju, te u mnogome smanjuju strah od javnog nastupa, što dalje rezultira optimalnim načinom na koji možemo izraziti ono što želimo iskomunicirati s drugima. Drugi dio predavanja bio je posvećen samoj analizi, ali i utjecaju neverbalne komunikacije na naše svakodnevne interakcije, što se studentima učinilo i najzanimljivijim, a mnogo toga su mogli i usvojiti, te eventualno kasnije primijeniti u najrazličitijim životnim situacijama.

Budući da se polje komunikacija, naročito u 21. vijeku, nalazi u procesu ekspanzije i da se važnosti i utjecaju istog posvećuju brojna istraživanja, ovakvo jedno interaktivno predavanje je zaista bilo kako suštinski potrebno, tako i na samom kraju produktivno. Zbog same strasti i posvećenosti svom poslu, Dijana i Ema su savršen primjer da je voljeti i živjeti ono što radiš, zapravo ključno kada je u pitanju uspjeh, zadovoljstvo, pozitivna energija, ali i samopouzdanje. Dijana je to na optimalan način poentirala istakavši: „How you do anything is how you do everything!“ I zaista, konzistencija i posvećenost su ono što nas čini izgrađenim ličnostima i specifičnim, samosvjesnim individuama.



## Stipendistkinja Larisa Horić dobitnica prve nagrade u kategoriji Kamerni sastavi bez dobnog ograničenja

Larisa Horić iz Viteza studentica je na trećoj godini Muzičke akademije na Odsjeku za gudačke instrumente i gitaru, smjer Violina. Vrijedna i talentovana Larisa od 2. do 6. maja zajedno s još dva člana tima Lumen nastupila je na takmičenju "Bistrički zvukolik" u Mariji Bistrici. Ovo je njena prva nagrada na akademiji i upravo zato za nju je od velikog značaja.

Trio, kojeg osim Larise čine i njene kolege Selma Hrenovica (violončelo) i Mirza Gološ (klavir) osvojio je prvu nagradu u kategoriji Kamerni sastavi bez dobnog ograničenja. Bili su jedini kamerni ansambl iz BiH. Trio su osnovali ove godine u septembru i dali mu ime Lumen (svjetlost). U narednom periodu se ozbiljno planiraju baviti ansamblom i nastaviti sa zajedničkim radom te praviti samostalne koncerte



i prijaviti se na još veća takmičenja. Osim nagrade, osmijeh na licu, njihovu sreću i zadovoljstvo izazvali su pozitivni komentari od svih 12 članova žirija koga su činili stručni i poznati muzičari.

Naša Fondacija, ističe Larisa, pružila joj je veliku podršku: "Veliko razumijevanje mi je pruženo od strane Fondacije jer su pripreme za takmičenje bile jako zahtijevne i dugotrajne. Ali upravo zahvaljujući Fondaciji uspjeli smo da prevaziđemo sve izazove i prepreke s kojima smo se suočili tokom priprema." Za ovaj čin Larisa kaže da ne postoje riječi kojima bi se zahvalila. Ali, Larisa se zahvalila upravo uspjehom, jer, pojedinačni uspjesi naših stipendista uspjesi su Fondacije Hastor.

Belma Zukić

### MUZIKA POVEĆAVA PRODUKTIVNOST, U RADNOJ SREDINI

Bilo da je riječ o učenju ili obavljanju određenih poslova u radnoj sredini, ljudi imaju mnogo problema prilikom koncentracije i postizanja tražene produktivnosti. Srećom, muzika nam u tome može mnogo pomoći.

Studije rađene na Univerzitetu u Birminghamu u Engleskoj pokazuju da je muzika učinkovita u povećanju efikasnosti prilikom određenih procesa koji se ponavljaju – naprimjer, ako je vaš zadatak provjeravanje e-mailova ili popunjavanje određenih proračunskih tablica, uz muziku ćete taj zadatak mnogo prije obaviti.

Kada je riječ o zadacima koji zahtijevaju veću aktivnost mozga, pronalazak savršene muzičke liste nije tako jednostavan. Srećom, imamo nauku da nam pomogne u tome. Na temelju nekih saznanja koje imamo o muzici i o tome kako muzika utječe na našu produktivnost, sačinjena je sljedeća **lista muzike** koja bi se trebala slušati u cilju povećanja vlastite produktivnosti na poslu ili tokom učenja:



#### Muzika sa zvukovima iz prirode

Istraživači s Rensselaer Polytechnic Instituta nedavno su otkrili da slušanjem muzike sa zvukovima iz prirode možemo povećati naše raspoloženje i fokus. Zvukovi prirode mogu prikriti razumljiv govor, baš kao i bijeli šum koji istovremeno poboljšava kognitivno funkcionisanje, optimizirajući sposobnost koncentracije i povećavajući ukupno zadovoljstvo radnika.

#### Muzika u kojoj uživate

Slušanjem muzike koju volite osjećate se bolje. Teresa Lesiuk, asistent profesora u programu muzičke terapije na Miami Univerzitetu došla je do zaključka da lični izbor muzike koju ćemo slušati je veoma bitan, posebno kod onih osoba koje nisu pretjerano vješte u obavljanju njihovih poslova.

Učesnici njenih proučavanja koji su slušali muziku u kojoj uživaju, svoje zadatke su brže obavljali u odnosu na grupu učesnika koji nisu slušali muziku. „Kada ste pod stresom, možete donijeti dosta nepomišljenih odluka, jer imate vrlo uzak fokus vaše pažnje. Kada ste u pozitivnom raspoloženju, u mogućnosti ste da razmislite o više opcija i da donecete mnogo bolje odluke za vas i vašu okolinu“, izjavila je za New York Times.

## Muzika koju „ne registrujete“

Različita istraživanja ukazuju da bi muzika koju „ne registrujete“ mogla biti najbolja opcija za povećanje produktivnosti. Istraživači sa Fu Jen Catholic Univerziteta u Xinzhuang City u Tajvanu, proučavali su kako sklonost prema određenom tipu muzike utječe na koncentraciju osoba koje je slušaju. Ustanovili su da kada zaposleni čuju muziku koju izuzetno vole ili koju nikako ne vole, ta muzika ih ometa u njihovom radu. Zaključak je da je najbolja muzika koja povećava vašu produktivnost na poslu muzika koju vaš mozak „ne registruje“ i koju smatra „nebitnom“.

## Muzika bez teksta

Riječi odvlače pažnju. Prema istraživanju stručnjaka sa Cambridge Sound Management katedre na Cambridge Univerzitetu, buka na radnom mjestu nije kriva kada je u pitanju produktivnost zaposlenika. Problem je u tome što naš fokus prelazi s posla kojeg radimo na pokušavanje razumijevanja riječi koje dolaze iz naše okoline. Prema studijama iz 2008. godine, sa Cambridge Univerziteta, razgovori na radnom mjestu ometaju oko 48% zaposlenih.

Upravo zbog toga se došlo do zaključka da na isti način i slušanje muzike s tekstom odvlači vašu pažnju na riječi koje se spominju u toj pjesmi, pa je, stoga, mnogo bolje birati muziku koja nema tekst i uz pomoć koje ćete imati mnogo veći fokus na posao kojim se bavite u tom trenutku.

## Muzika sa specifičnim tempom

Muzika sa specifičnom tempom može imati različite efekte na vaše raspoloženje. Jedna studija kanadskih istraživača otkrila je da je grupa studenata koji su radili IQ test imala bolje rezultate na testu tokom slušanja muzike s promjenjivim tempom. Ako vaš posao zahtijeva da budete optimista, slušajte muziku koja ima tempo koji vas navodi na optimizam. Barokna muzika je popularan izbor za mnoge koji žele svoj posao da urade na što bolji način.

U maloj studiji istraživača sa Maryland Univerziteta u Baltimoru, Harbour bolnice u Baltimoru i Pennsylvania Univerziteta u Philadelphiji, radiolozi su proučavali poboljšanja u svome radu i raspoloženju tokom slušanja barokne muzike.

Druga studija istraživača iz Malezije pokazala je da su ispitanici prijavili drastično smanjenje osjećaja stresa i povećan osjećaj fizičke relaksacije tokom slušanja muzike koja je imala oko 60 taktova u minuti. U smislu klasične muzike, taj tempo se naziva larghetto koji se prevodi kao nešto ne tako brzo, ili čak usporeno.

(Mentor.ba)

## UČITELJEV KUTAK

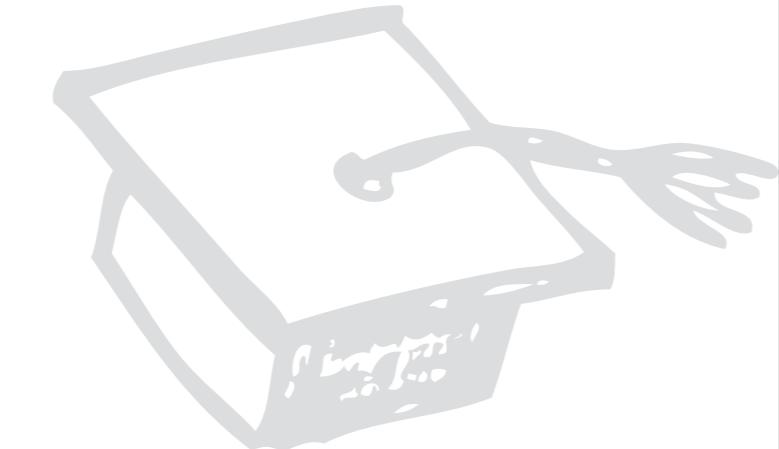
Obilazeći porodice potencijalnih kandidata za stipendiste Fondacije Hastor zaustavih auto na proširenju ispred semafora prema Glamoču u Livnu. Tražim na karti mobitela mjesto Veliki Kablići i Veliki Guber. Kako mi je dioptrija uvećana, a slova mala, potrebno mi je vrijeme da se lijepo orijentišem. Dok ja to gledam, iza mog auta zaustavi se auto, iz njega izlazi mlađi čovjek i pita: „Treba li Vam pomoći?“ Zaustavljam pogled na licu čovjeka koji se blago osmjejuje pružajući mi ruku za pozdrav. Prihvatom ruku i kažem: „Odnekud si mi poznat, ali mi moraš reći ime da bih te prepoznao!“ Dok on reče: „Ja sam Semir“, ja sam dodao: „Čolić.“ Nasmijasmo se i baš prijateljski zagrlismo. Semir predlaže da idemo negdje na kahvu, na ručak. Zbog oskudice vremena, jer sam planirao pored Livna posjetiti i Glamoč i Gornji Vakuf, odbih tako lijep prijedlog, ali rekoh da možemo i ovdje malo porazgovarati.

„Dragi moj učitelju Ramo, šta god treba da Vam pomognem samo recite. Ja sam se poslije diplomiranja javio na konkurs i sad sam pri vojsci. Trenutno sam u Doboju, pa ako Vam i tamo što mogu pomoći vjerujte da hoću, vrlo rado. Zahvaljujući Fondaciji Hastor ja sam postao ovo što jesam i bez vaše pomoći ne vjerujem da bih mogao završiti fakultet. Zbog toga sam vam neizmjerno zahvalan. Posebno pamtim studentska druženja u Sarajevu koja su me obogatila velikim brojem prijatelja. Da nije bilo Fondacije Hastor, ja ne bih znao ni za Livljane: Rabiju Sitnić, koja sad radi u Fondaciji, ni za Aldinu Ključo, koja u Sarajevu predaje u jednoj školi, ni za Mirzu Murgu, koji je otvorio stomatološku ordinaciju ovdje u Livnu, a tek Mersihu Šeljpić iz Bugojna koja, također, radi u Sarajevu nešto sa softverima, za Alema Merdića, profesora na fakultetu u Zenici, za Adnana Kadrića iz Goražda, za Irmu Marić, profesoricu na fakultetu u Mostaru i mnogo studenata iz svih krajeva Bosne i Hercegovine iz vremena kad sam bio stipendista Fondacije Hastor.“

Izmijenismo brojeve telefona i dogovorismo se da organizujemo druženje diplomiranih, zaposlenih bivših stipendista Fondacije Hastor u mjestu odakle se prijavi najviše zainteresovanih za ovo druženje. Poslije pozdrava sjedosmo u auta i svaki svojim obavezama.

Ramo Hastor

„TREBA  
LI VAM  
POMOĆ?“



**Amila  
Porča**

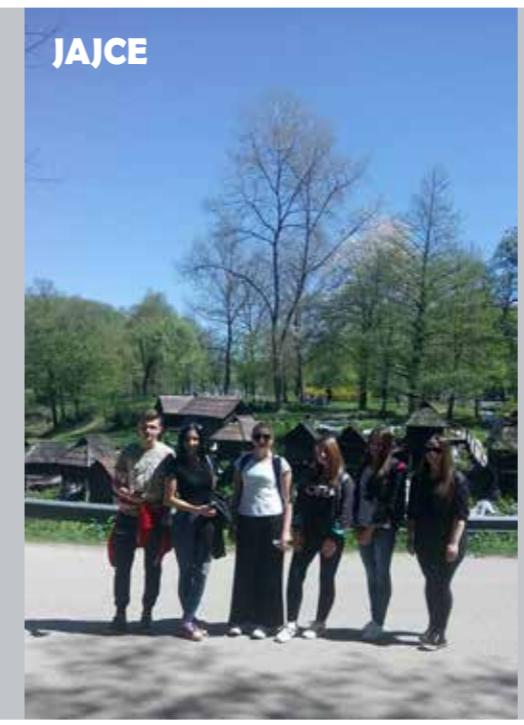
Na osnovu svoga rada, truda i doprinosu radu Fondacije Hastor,  
titula ovomjesečnog stipendiste mjeseca  
ide u ruke **Amile Porča**.

Amila je vrijedna i pouzdana osoba na koju se svakoga trenutka možemo osloniti i na čiju podršku i pomoć možemo računati. Volontira u timu administracije Fondacije Hastor, gdje veoma precizno i kvalitetno obavlja svoj posao. U samom je vrhu prema broju volonterskih sati, a u ovom mjesecu je imala ubjedljivo najviše volonterskih sati od svih stipendista.

Rođena je 12. decembra 1995. godine u Zenici. Osnovnu školu „Dositelj Obradović“ pohađala je u Skender-Vakufu, a potom dolazi u Sarajevo gdje završava Sarajevo koledž i upisuje Pravni fakultet, a trenutno je studentica četvrte godine studija. Tokom svog odrastanja svjedočila je mnogim situacijama gdje su njoj bliskim ljudima uskraćivana

pojedina prava, a nikoga nije bilo ko bi se za njih zauzeo i pomogao im, pa je još kao dijete maštala kako će jednoga dana postati uspješan pravnik koji će pomagati ljudima u nevolji. To je i dalje jedan od njenih snova koji dijelom ispunjava u Fondaciji Hastor, gdje je okružena ljudima koji imaju poglede na svijet slične njenima. U slobodno vrijeme voli da čita, ponekad nešto i sama napiše, a za sebe kaže da je filmofil. Od svojih vrlina bi izdvojila upornost i požrtvovanost u onome što radi. Njene poruke stipendistima Fondacije Hastor su, ustvari, njene svakodnevne krilatice, a glase: iskoristi svaku priliku koja ti se pruži, radi na sebi svaki dan i budi uporan jer nijedan trud nije uzaludan.

Razim Medinić



Fotografije s volonterskih sastanaka koje nam redovno šalju naši studenti volonteri.

Na osnovu baze podataka utvrđeno je da su stipendisti i volonteri Fondacije Hastor u proteklom mjesecu zabilježili 14847 volonterskih sati. Kao i do sada, najveći broj volonterskih sati ostvaren je na volonterskim sastancima naših stipendista – studenata, srednjoškolaca i osnovaca na 290 volonterskih radionica u 59 općina širom Bosne i Hercegovine. Ovoj velikoj brojci doprinosi i volonterski angažman naših studenata koji volontiraju u administraciji i redakciji Fondacije Hastor, kao i angažman stipendista koji rade na razvoju i održavanju aplikacije Fondacije Hastor i naše web stranice. Obavezna tema o kojoj su naši stipendisti diskutovali na svojim volonterskim druženjima proteklog mjeseca je „Reciklirajmo: pretvaranje otpada u korisne stvari“.

Pored obavezne teme, stipendisti su obrađivali i druge interesantne teme, a naši studenti su dio volonterskih sati odvojili kako bi pomogli mlađim stipendistima da što bolje savladaju školsko gradivo.



#### Neke od najzanimljivijih tema:

**“ U ogledalu vidim svog najboljeg prijatelja**

Otkrića koja su promjenila svijet

**“ Aktivizam**

**Etiketiranje**

**Ekološka osvještenost**

Alternativna medicina

**“ Važnost muzičkog izražaja za lični i društveni razvoj**

Sport kao ujedinjenje nacija

**Ugrožene biljne i životinjske vrste**

**Mrežom prijateljstva do spasa planete Zemlje**

Općine u kojima su u proteklom mjesecu održane volonterske radionice:





Poštovani,

Jučer me obradovala informacija da ste me pokušali kontaktirati i da ste pitali za mene. Raduje me to što mislite o meni i mojoj budućnosti. Ne postoje riječi kojima bi se opisala zahvalnost koju osjećam prema Vama i zaista sam ponosan na tu "titulu" stipendiste Fondacije Hastor. Moji planovi za budućnost protežu se do Tuzle, gdje planiram, uz Božiju pomoć, upisati Medicinski fakultet. Ne vidim se ama baš nigdje drugo, osim u dugoj, bijeloj kuti sa stetoskopom oko vrata.

Nadam se i volio bih da se naša saradnja nastavi i da budete dio moje budućnosti, odnosno dio mog uspjeha.

Srdačno Vas pozdravljam iz sunčanog Maglaja,

Adis Merdić