

# Ilustrirana kuharica za osobe s disleksijom

---

**Tolić, Sara**

**Undergraduate thesis / Završni rad**

**2024**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University North / Sveučilište Sjever**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:122:443708>

*Rights / Prava:* [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-02-23**



*Repository / Repozitorij:*

[University North Digital Repository](#)





**Sveučilište  
Sjever**

**Završni rad br. 908/MM/2024**

**Ilustrirana kuharica za osobe s disleksijom**

Sara Tolić, 0336051226

Varaždin, rujan 2024.godine





# Sveučilište Sjever

**Odjel za Multimedija, oblikovanje i primjena**

**Završni rad br. 908/MM/2024**

## **Ilustrirana kuharica za osobe s disleksijom**

**Student**

Sara Tolić, 0336051226

**Mentor**

Robert Geček, izv.prof.art. dr.sc.

Varaždin, rujan 2024.godine

# Prijava završnog rada

## Definiranje teme završnog rada i povjerenstva

ODJEL	Odjel za multimediju		
STUDIJ	preddiplomski stručni studij Multimedija, oblikovanje i primjena		
PRISTUPNIK	Sara Tolić	MATIČNI BROJ	0336051226
DATUM	02.09.2024.	KOLEGIJ	Grafički dizajn
NASLOV RADA	Ilustrirana kuharica za osobe s disleksijom		
NASLOV RADA NA ENGL. JEZIKU	Illustrated cookbook for people with dyslexia		
MENTOR	Robert Geček	ZVANJE	izv.prof.art.
ČLANOVI POVJERENSTVA	1. dr.sc. Snježana Ivančić Valenko, v. pred. - predsjednik		
	2. Anja Zorko, pred. - član		
	3. izv.prof.art. dr.sc. Robert Geček - mentor		
	4. doc.dr.sc. Marko Čačić, - zamjenski član		
	5.		

## Zadatak završnog rada

BROJ	908/MM/2024
ODIS	<p>Ovaj završni rad istražuje utjecaj disleksije na svakodnevni život, s naglaskom na čitanje i razumijevanje pisanih informacija. Cilj je izraditi ilustriranu kuharicu prilagođenu osobama s disleksijom. U teorijskom dijelu rada analizirat će se disleksija, s posebnim fokusom na vizualne prilagodbe poput tipografije, boja, kontrasta i rasporeda teksta koje olakšavaju čitanje. Praktični dio obuhvaćat će ručno crtanu kuharicu u kojoj su recepti prikazani kroz detaljne ilustracije koje korak-po-korak vizualno prikazuju proces pripreme jela. Kuharica će biti osmišljena tako da disleksičarima omogućava jednostavno praćenje uputa kroz slike, uz minimalnu uporabu teksta samo za dodatno pojašnjenje crteža.</p>

ZADATAK URUČEN

5.9.2024.



POTPIS MENTORA

*Robert Geček*

## Sažetak

Ovaj završni rad bavi se izradom ilustrirane kuharice prilagođene osobama s disleksijom, s ciljem olakšavanja praćenja recepata pomoću vizualnih elemenata i minimalnog teksta. Kuharica je osmišljena da bude intuitivna i jednostavna za korištenje, posebno za one koji se svakodnevno suočavaju s poteškoćama u čitanju i razumijevanju pisanog teksta.

U teorijskom dijelu rada govori se o disleksiji kao poremećaju koji utječe na sposobnost čitanja i obrade pisanih informacija. Istražene su specifične poteškoće s kojima se suočavaju osobe s disleksijom, poput problema s čitanjem i pisanjem, te su objašnjene vizualne prilagodbe koje im pomažu u svakodnevnom životu. Također se govori o načinima na koje se društvo prilagođava potrebama disleksičara, uključujući upotrebu tehnologija i prilagodbi u obrazovanju i svakodnevnim zadacima.

Praktični dio rada fokusira se na izradu ilustrirane kuharice. Svi crteži korišteni u kuharici izrađeni su ručno, nakon čega su skenirani i dalje uređivani kako bi se prilagodili konačnom izgledu kuharice. Kuharica je osmišljena tako da recepti budu lako pratljivi, uz naglasak na vizualne elemente, čime se smanjuje potreba za čitanjem opsežnih tekstova, omogućujući korisnicima jednostavno praćenje koraka kuhanja kroz slike.

**Ključne riječi:** Ilustrirana kuharica, disleksija, vizualni elementi, poteškoće s čitanjem, prilagodbe društva, vizualne prilagodbe, ručno crtane ilustracije, minimalni tekst, pristupačnost recepata.

## Summary

This thesis focuses on creating an illustrated cookbook designed specifically for individuals with dyslexia, aiming to make following recipes easier by using visual elements and minimal text. The cookbook is intended to be intuitive and straightforward, particularly for those who face daily challenges with reading and understanding written text.

The theoretical section discusses dyslexia as a disorder that affects reading and processing written information. It explores the specific difficulties faced by people with dyslexia, such as challenges in reading and writing, and highlights visual adjustments that can assist them in their daily lives. Additionally, it examines how society adapts to the needs of dyslexic individuals, including the use of technologies and adjustments in education and everyday tasks. The practical part focuses on the creation of the illustrated cookbook. All the illustrations in the cookbook were drawn by hand, then scanned and further edited to fit the final layout. The cookbook is designed in such a way that the recipes are easy to follow, with a focus on visual elements, minimizing the need for extensive text. This approach allows users to follow the cooking steps through images, making the process simpler and more accessible.

**Key words:** Illustrated cookbook, dyslexia, visual elements, reading difficulties, society adaptations, visual adjustments, hand-drawn illustrations, minimal text, recipe accessibility.

## Sadržaj

1.	Uvod.....	1
2.	Disleksija.....	2
3.	Vizualna prilagodba .....	4
4.	Prilagodbe društva .....	7
5.	Praktični dio – izrada kuharice .....	9
5.1.	Ideja i koncept.....	9
5.2.	Planiranje i istraživanje.....	11
5.3.	Ručni proces ilustriranja .....	12
5.4.	Tekst.....	14
5.5.	Vizualna struktura.....	15
5.6.	Adobe InDesign .....	18
5.7.	Proces izrade u InDesignu .....	19
5.8.	Izgled kuharice.....	23
6.	Usporedba s drugim kuharicama .....	25
7.	Unapređenje kuharice u budućnosti.....	29
8.	Zaključak.....	<b>Pogreška! Knjižna oznaka nije definirana.</b>
	Literatura: .....	32
	Popis slika: .....	33



## 1. Uvod

Prilagođavanje sadržaja osobama s poteškoćama u čitanju, poput disleksije, postaje sve važnije kako bismo omogućili ravnopravno sudjelovanje u svakodnevnim aktivnostima. Disleksija, kao jedan od najčešćih poremećaja čitanja, stvara izazove koji često prolaze neopaženo, a jedan od njih je i nesigurnost pri korištenju tradicionalnih kuharica. Mnogi osobe s disleksijom se suočavaju s problemima u praćenju pisanih recepata, što može dovesti do nepotrebnih komplikacija i stresa u kuhinji. Ovaj završni rad posvećen je izradi ilustrirane kuharice koja je posebno dizajnirana za osobe s disleksijom. Cilj je olakšati proces kuhanja putem vizualnih uputa koje će zamijeniti kompleksne tekstualne recepte, čime se smanjuju barijere i potiče samostalnost u pripremi jela. Teorijski dio rada obuhvatit će definiciju disleksije, optimalnu tipografiju i načine prilagodbe materijala osobama s ovim poremećajem. U praktičnom dijelu rada bit će detaljno objašnjen cijeli proces stvaranja kuharice, počevši od prvih skica i razvoja ilustracija pa sve do završne izrade u dizajnerskom programu. Cilj svakog koraka u procesu stvaranja kuharice je postizanje jasne i intuitivne vizualne komunikacije kako bi se osigurala jednostavnost upotrebe i razumijevanja.

## 2. Disleksija

Disleksija je specifična poteškoća u učenju koja prvenstveno utječe na vještine čitanja i pisanja, a može imati različite oblike i intenzitete kod pojedinaca. Ona je neurološki uvjetovana i ne ovisi o intelektualnim sposobnostima osobe. Glavna obilježja disleksije su teškoće u dekodiranju riječi, sporo i netočno čitanje, kao i problemi s pravopisom. Ovi simptomi često prate i teškoće u računanju, kao i poteškoće u razumijevanju apstraktnih koncepata i vizualno-prostornih odnosa. Disleksija je povezana s neuobičajenim razvojem određenih područja mozga koja su odgovorna za obradu jezika i govora. Istraživanja pokazuju da genetski faktori igraju važnu ulogu, što znači da disleksija može biti nasljedna. Neurobiološka osnova disleksije obuhvaća slabiju povezanost između regija mozga koje sudjeluju u prepoznavanju zvukova govora i njihovoj vizualnoj reprezentaciji. Zbog toga osobe s disleksijom imaju poteškoće u prepoznavanju i razdvajanju fonema, osnovnih zvučnih jedinica jezika, što otežava pravilno prepoznavanje i interpretaciju riječi. Osobe s disleksijom često se susreću s brojnim izazovima u svakodnevnom okruženju. Među glavnim poteškoćama su čitanje, pisanje i računanje. Osim toga, postoje i druge značajne poteškoće koje mogu utjecati na njihovu svakodnevnu funkcionalnost. Među njima su motoričke poteškoće koje otežavaju precizne pokrete ruku potrebne za pisanje ili rukovanje predmetima, teškoće u pamćenju koje otežavaju učenje i zadržavanje novih informacija, te fonološke teškoće koje utječu na sposobnost razlikovanja i manipulacije zvukova u govoru.

### 1) Čitanje

- Čitanje kod osoba s disleksijom često je sporo i nepravilno. Oni imaju poteškoća s dekodiranjem riječi, pogotovo onih koje su duže ili složenije. Često zamjenjuju ili ispuštaju slova te im je čitanje izuzetno naporno, što smanjuje njihovu motivaciju i volju za učenjem.
- Također, disleksija otežava razumijevanje pročitaneog teksta, čak i kada osoba uspije pravilno pročitati riječi. Zbog toga pokazuju slabije rezultate u zadacima koji zahtijevaju čitanje s razumijevanjem.
- Osobe s disleksijom često navode kako im se slova okreću, gube dijelovi riječi i rečenica, pojavljuju praznine i dezorijentacija u smjerovima lijevo, desno, gore i dolje

## 2) Pisanje

- Pisanje je za osobe s disleksijom jednako izazovno kao i čitanje. Oni često prave pravopisne pogreške, izostavljaju ili zamjenjuju slova, te im je rukopis nečitak. Pored problema s pravopisom, mogu imati teškoće u organiziranju misli i ideja na papiru, što rezultira kratkim i nepovezanim rečenicama.

## 3) Računanje

- Disleksija može utjecati i na matematičke vještine, posebno kada je potrebno čitati i razumjeti tekstualne matematičke zadatke. Često imaju problema s učenjem osnovnih matematičkih činjenica, kao što su tablica množenja, te im je otežano prepoznavanje i razumijevanje brojeva i matematičkih simbola. [1] [2]

### 3. Vizualna prilagodba

Vizualne prilagodbe igraju ključnu ulogu u olakšavanju čitanja, pisanja i obrade informacija za osobe s disleksijom. Pravilno odabran font, raspored teksta i ostale vizualne značajke mogu značajno poboljšati čitljivost i razumijevanje tekstova, smanjujući frustraciju i umor kod disleksičara. U nastavku su navedeni najvažniji aspekti vizualnih prilagodbi temeljenih na istraživanjima i preporukama.

#### 1) Odabir fonta

Istraživanja pokazuju da određeni fontovi mogu olakšati ili otežati čitanje osobama s disleksijom. Fontovi bez dodatnih linija (*sans serif*), poput Arial i Verdana, te fontovi koji su ravnomjerno raspoređeni (*monospaced*), mogu olakšati čitanje. Fontovi poput *Dyslexie* i *OpenDyslexic* dizajnirani su posebno za disleksičare i uključuju sljedeće prilagodbe:

- Podebljani donji dijelovi slova: Pomažu u razlikovanju slova koja su vizualno slična, poput "b" i "d"
- Veći razmaci između slova: Ovi razmaci smanjuju mogućnost da se slova stope, što poboljšava čitljivost
- Naglašene interpunkcijske oznake i veća slova: Ova prilagodba pomaže u praćenju teksta i smanjuje napor tijekom čitanja



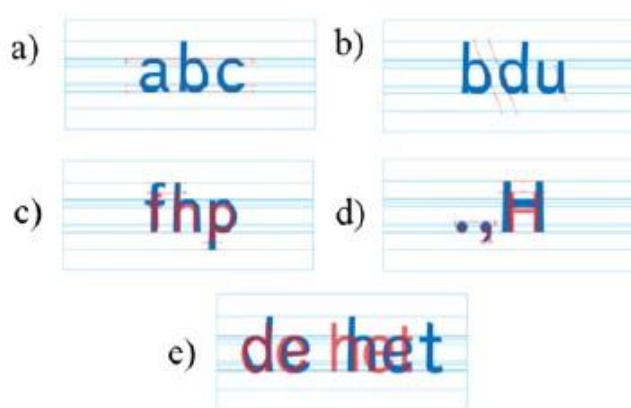
a b c d e f  
g h i j k l m  
n o p q r s t  
u v w x y z

Slika 1 font Dyslexie

(Izvor: <https://www.designweek.co.uk/issues/december-2014/the-concept-behind-dyslexie-the-font-for-people-with-dyslexia/>)

Prikaz karakteristika fonta *Dyslexie* (označen plavom bojom):

- a) podebljan donji dio slova
- b) različita zakošenost sličnih slova
- c) povećana visina slova
- d) podebljani interpunkcijski znakovi i početna slova u rečenici
- e) povećani razmaci između slova i riječi



Slika 2 karakteristike fonta

(Izvor: <https://www.designweek.co.uk/issues/december-2014/the-concept-behind-dyslexie-the-font-for-people-with-dyslexia/>)

Navedenim fontovima zajedničko je bolje isticanje razlika među slovima u odnosu na uobičajene fontove. Ta se razlika posebno nastoji ostvariti među slovima koja se često zamjenjuju zbog zrcalne sličnosti (npr. b i d). Primjerice, karakteristike fonta *Dyslexie* su podebljani interpunkcijski znakovi, kao i donji dio svih slova te početna slova u rečenici, različit nagib zrcalno sličnih slova, povećana visina slova te veći razmaci između slova i riječi. Strana istraživanja pokazala su pozitivni učinak navedenih prilagodbi ovog fonta na čitanje osoba s disleksijom, navode kako su osobe radile manje pogrešaka čitajući font *Dyslexie* te im je čitanje općenito bilo ugodnije. [3]

## 2) Raspored teksta i formatiranje

Osim fonta, važno je i kako je tekst raspoređen na stranici. Sljedeće prilagodbe dokazano pomažu osobama s disleksijom:

- Veći razmak između redaka: Razmak između redaka (*line spacing*) trebao bi biti povećan kako bi se izbjeglo da redci "plutaju" jedan iznad drugog, što može otežati praćenje teksta
- Korištenje lijevo poravnatog teksta: Tekst poravnat s lijeve strane, bez centriranih ili desno poravnatih dijelova, olakšava čitanje
- Izbjegavanje dugih blokova teksta: Kraći odlomci i uporaba podnaslova, listi i tablica pomažu u razbijanju teksta i olakšavaju praćenje sadržaja [4] [5]

## 3) Boje i kontrast

Vizualna percepcija može biti otežana zbog nepravilnog odabira boja i kontrasta. Osobe s disleksijom često bolje čitaju tekst koji nije crno-bijeli, već koristi mekše tonove:

- Pastelne pozadine: Blaga boja pozadine, poput krem ili svijetlo sive, smanjuje naprezanje očiju
- Izbjegavanje intenzivnog kontrasta: Prejak kontrast, poput crnog teksta na bijeloj pozadini, može biti zamoran. Bolje je koristiti tamniji tekst na svijetloj, ali ne bijeloj pozadini
- Upotreba boja za isticanje informacija: Boje mogu pomoći u naglašavanju važnih informacija ili dijelova teksta, ali ih treba koristiti umjereno kako ne bi ometale čitanje [6] [7]

## 4) Dodatni vizualni alati

Postoje i drugi alati koji mogu pomoći:

- Linijali za praćenje teksta: Pomoću linijala ili folija u boji koje prekrivaju dio teksta koji se ne čita, osobe s disleksijom mogu lakše pratiti redove i smanjiti vizualnu konfuziju
- Korištenje dijagrama i ilustracija: Vizualni prikazi i dijagrami mogu pomoći u razumijevanju složenih informacija i smanjiti potrebu za čitanjem velikih blokova teksta [8] [9]

## 4. Prilagodbe društva

S obzirom na sve veću svijest o disleksiji, društvo se postupno prilagođava potrebama osoba koje se suočavaju s ovim specifičnim teškoćama. Kroz različite inicijative u obrazovanju, poslovnom okruženju i svakodnevnom životu, društvo nastoji olakšati pristup informacijama i pružiti podršku disleksičarima. Ove prilagodbe obuhvaćaju korištenje asistivne tehnologije, prilagodbe radnih uvjeta te razvoj posebnih edukacijskih programa, omogućujući osobama s disleksijom da bolje iskoriste svoje potencijale i budu ravnopravni sudionici u različitim sferama života.

### 1) Obrazovne prilagodbe

- Individualizirani obrazovni planovi: U školama se često izrađuju individualizirani planovi za učenike s disleksijom, koji uključuju produženo vrijeme na ispitima, upotrebu audiomaterijala, prilagođene zadatke te smanjenu količinu teksta
- Specijalizirani nastavnici i asistenti: Postoje specijalizirani nastavnici koji su osposobljeni za rad s djecom s disleksijom i koriste metode poput multisenzorne obuke koja kombinira slušno, vizualno i kinestetičko učenje [10]

### 2) Tehnološke inovacije

- OmoRead: aplikacija razvijena u Hrvatskoj s ciljem olakšavanja čitanja osobama s disleksijom. Razlaže riječi na manje segmente i vizualno ih ističe kako bi se poboljšala čitljivost [11]
- Kurzweil 3000: softver razvijen za pomoć osobama s disleksijom, nudi značajke prepoznavanja govora, čitanja tekstova naglas i isticanja ključnih informacija. Posebno je prilagođen za pomoć u čitanju, pisanju i učenju [12]

### 3) Radna mjesta

- SAP: Njemački IT gigant SAP pokrenuo je program *Autism at Work* 2013. godine, ali program uključuje širi spektar neurodiverziteta, uključujući osobe s disleksijom. SAP nudi radna mjesta i prilagodbe kako bi zaposlenici mogli iskoristiti svoje vještine u sigurnom i podržavajućem okruženju

- Microsoft: poznat je po tome što pruža podršku zaposlenicima s disleksijom kroz asistivnu tehnologiju. U 2018. godini, Microsoft je bio prva tvrtka koja je potpisala *Made by Dyslexia* inicijativu, obvezujući se na podršku osobama s disleksijom kroz cijeli radni proces, uključujući regrutaciju i razvoj karijere [13]
- Jobs for Dyslexics: organizacija specijalizirana za zapošljavanje osoba s disleksijom, koja pomaže disleksičarima pronaći poslove u kojima mogu iskoristiti svoje vještine, a istovremeno pruža podršku tvrtkama kako bi se prilagodile i stvorile uključivo radno okruženje [14]

#### 4) Zakonodavne prilagodbe

- Europska unija i inicijative za dostupnost: Europska unija ima niz direktiva koje nalažu pristupačnost digitalnih sadržaja, posebno u javnim uslugama, osiguravajući da su svi online materijali prilagođeni osobama s disleksijom i drugim poteškoćama u čitanju [15]
- Zakoni o pristupu informacijama: U mnogim zemljama postoje zakoni koji osiguravaju jednak pristup obrazovnim i radnim mogućnostima za osobe s disleksijom. Na primjer, u SAD-u, Zakon o osobama s invaliditetom (ADA) zahtijeva od škola i poslodavaca da naprave razumne prilagodbe kako bi se omogućio jednak pristup [16]



## 5. Praktični dio – izrada kuharice

### 5.1. Ideja i koncept

Ilustrirana kuharica proizašla je iz potrebe za olakšavanjem svakodnevnog zadatka kao što je kuhanje – zadatak koji je nužan za svakoga, ali ponekad može biti izazovan. Mnogima je kuhanje zabavna i opuštajuća aktivnost, ali postoje oni kojima je čitanje i razumijevanje pisanih recepata problem, bilo zbog disleksije ili jednostavno zato što im je lakše pratiti slike nego tekst. Ova kuharica zamišljena je kao vizualno vođenje kroz proces kuhanja, gdje slike preuzimaju glavnu ulogu u objašnjavanju svakog koraka, dok tekst služi samo kao dodatno pojašnjenje.

Vizualni prikaz olakšava mnogima razumijevanje uputa jer omogućuje brz i jasan uvid u cijeli proces. Umjesto da se korisnik suočava s blokovima teksta koji mogu biti zbunjujući ili naporni, ilustracije pojednostavljuju postupak, vodeći korisnika kroz svaki korak na način koji je lak za praćenje. Slike su intuitivne i često mnogo lakše shvatljive od složenih opisa, pogotovo kada su u pitanju praktične aktivnosti poput kuhanja, gdje je vizualni prikaz sastojaka, količina i metoda pripreme ključan za uspješno praćenje recepta.

Za osobe s disleksijom, koje se suočavaju s poteškoćama u čitanju i razumijevanju tekstova, ovakav pristup ima posebno važnu ulogu. Disleksija često uzrokuje frustraciju prilikom suočavanja s pisanjem ili čitanjem, što može značiti da se osobe mogu osjećati preplavljeno tekstualnim uputama, osobito kada su složene ili sadrže specifične termine.

Ilustrirana kuharica omogućuje osobama s disleksijom da preskoče taj izazov. Umjesto da se bore s tekстом, mogu se usredotočiti na slike koje jasno pokazuju sastojke, postupke i finalni rezultat. Ovaj pristup smanjuje kognitivni napor, jer slike olakšavaju prijenos informacije između pisane riječi i razumijevanja. Vizualno praćenje koraka smanjuje potrebu za dekodiranjem riječi i omogućuje izravnije uključivanje u kreativni proces kuhanja.

Ovakav način prezentacije ne samo da olakšava razumijevanje koraka, već i stvara ugodnije iskustvo kuhanja. Slike jasno prikazuju što se očekuje u svakom trenutku – od odabira i pripreme sastojaka, preko kuhanja, do konačnog serviranja jela. Na taj način, korisnik može odmah prepoznati što treba raditi, koliko sastojaka koristiti i koji su alati potrebni. Uz to, boje i jasni kontrasti u ilustracijama dodatno olakšavaju vizualnu percepciju, čime se smanjuje napor potreban za interpretaciju recepta.

Kombinacija jednostavnog teksta i ilustracija stvara jednostavno iskustvo kuhanja, ne samo za osobe s disleksijom, već i za one koji preferiraju vizualni stil učenja. Ova kuharica nije samo alat za pripremu jela, već i primjer kako vizualne informacije mogu olakšati svakodnevne aktivnosti i potaknuti kreativnost.

## 5.2. Planiranje i istraživanje

Vizualni koncept kuharice temelji se na jednostavnom i stiliziranom pristupu, s ilustracijama koje podsjećaju na strip. Crteži su minimalistički, s jasnim linijama i bez suvišnih detalja ili realizma, a inspirirani su *cartoon* stilom. Cilj ovog pristupa bio je prikazati recepte kroz lako pratljive korake, pri čemu su ilustracije dovoljno jednostavne da prenesu potrebne informacije bez dodatnih objašnjenja.

Recepti korišteni u kuharici pretraženi su na internetu, nakon čega su pažljivo odabrani i prilagođeni kako bi odgovarali vizualnoj strukturi knjige. Tijekom procesa prilagodbe, složeni recepti su pojednostavljeni, a nepotrebni koraci izostavljeni, kako bi se smanjio broj koraka i olakšalo praćenje. Ovakav pristup omogućio je stvaranje preglednih i praktičnih recepata koji su pogodni za svakodnevnu upotrebu.

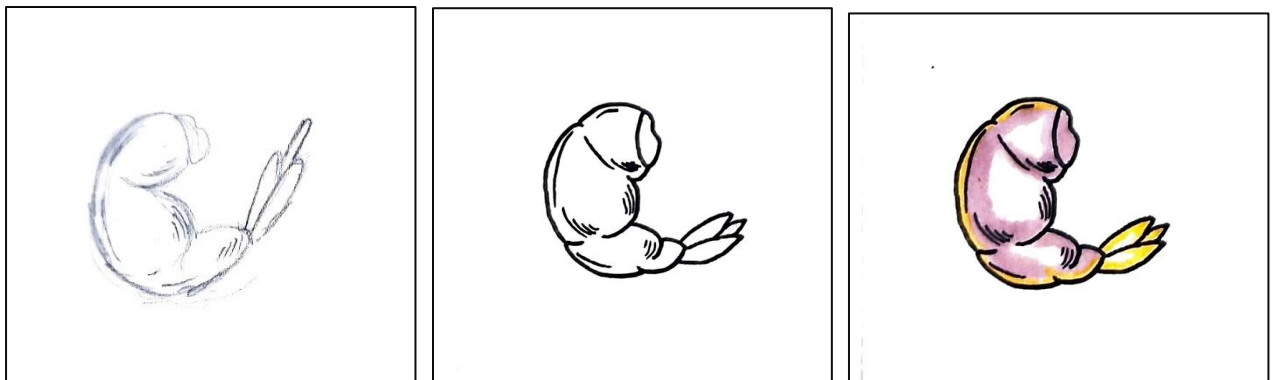
Odabir recepata temelji se na kriterijima poput jednostavnosti, dostupnosti sastojaka te logične podjele postupaka na manje korake. Fokus je bio na receptima koji ne zahtijevaju previše sastojaka ili komplicirane tehnike, čime su recepti prilagođeni širokom krugu korisnika, uključujući i osobe s disleksijom.

Ilustracije prate svaki korak pripreme jela, od odabira i pripreme sastojaka do završnog koraka kuhanja. One služe kao glavni vodič kroz proces kuhanja, dok je tekst korišten u minimalnoj količini, isključivo za pojašnjenje i naglasak na važnim dijelovima recepta. Tekstualne upute prilagođene su tako da ne ometaju vizualni prikaz, već da nadopunjuju ilustracije gdje je to potrebno.

Sve ilustracije su ručno nacrtane, što doprinosi autentičnosti i osobnom pristupu kuharici. Ručno crtanje omogućilo je prilagodbu svakog koraka tako da vizualno bude što jednostavniji i jasniji, bez preopterećenosti informacijama. Ovakav pristup osigurava da korisnici mogu lako pratiti proces kuhanja, bez osjećaja preopterećenosti tekstom ili kompliciranim vizualima.

### 5.3. Ručni proces ilustriranja

Proces ilustriranja za kuharicu započeo je pažljivim planiranjem i izradom skica. Prvo su se svi sastojci i koraci receptata nacrtali olovkom u jednostavnom, stiliziranom obliku. Ove skice su poslužile kao temelj za daljnji rad, gdje je cilj bio zadržati preglednost i jednostavnost, ali istovremeno postići funkcionalnost ilustracija kako bi jasno prenosile informacije korisnicima. Svaki crtež bio je osmišljen da bude razumljiv na prvi pogled, bez suvišnih detalja koji bi mogli ometati praćenje.



*Slika 3 izrada ilustracija 1*

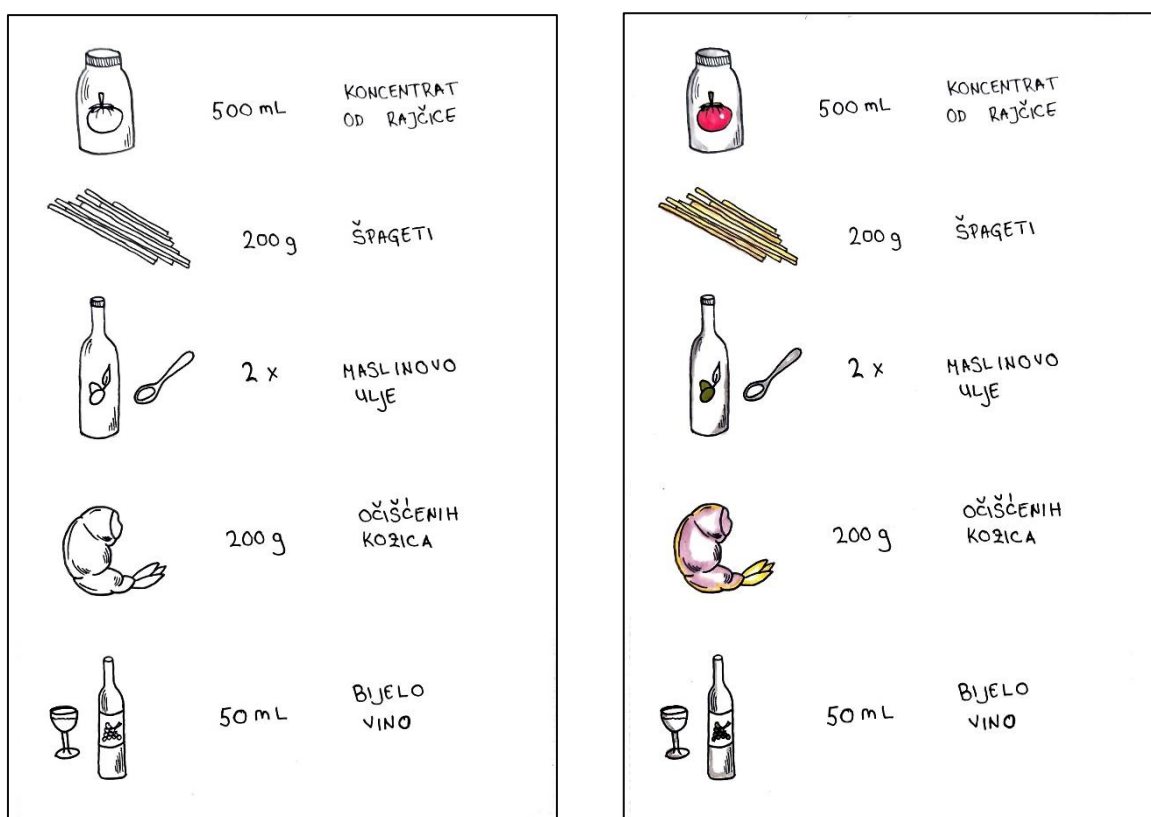
Nakon što su osnovne skice dovršene, proces je prešao na podebljavanje linija crnim markerom. Ovo podebljavanje omogućilo je postizanje jasnije forme, a crteži su dobili na izražajnosti. Crni marker naglasio je ključne elemente svakog crteža, čime se osigurala njihova preglednost i čitljivost, osobito u kontekstu minimalnog korištenja teksta. Podebljane linije doprinose boljoj čitljivosti ilustracija, što je ključno za korisnike s disleksijom, jer smanjuje mogućnost konfuzije i omogućuje brže razumijevanje prikazanih koraka.

Kada je faza podebljavanja bila dovršena, sljedeći korak bio je bojanje markerima. Bojanje je imalo dvostruku svrhu: dodavanje živosti ilustracijama, ali i razlikovanje različitih elemenata unutar crteža. Boje su korištene selektivno kako bi naglasile ključne sastojke i korake u receptu, zadržavajući pritom jednostavnost. Cilj bojenja bio je zadržati minimalizam, ali istovremeno osigurati da crteži budu dovoljno privlačni i jasni. Svaka boja odabrana je s namjerom da bude lako razlikovana, a da ne preoptereći vizualni dojam stranice.

Posebna pažnja posvećena je rasporedu boja kako bi se postigao sklad između svih vizualnih elemenata. Koristeći ograničen raspon boja, izbjegnuta je prenatrpanost stranice, dok su glavni elementi – sastojci i koraci – zadržali svoju čitljivost i jasnoću.

Ova faza bojanja također je pomogla da se pojedini elementi u ilustraciji dodatno istaknu, čime se korisnicima olakšava praćenje vizualnih uputa.

Završni korak procesa bio je pregled i eventualno dodatno podebljavanje ili prilagođavanje ilustracija kako bi se osigurala konzistentnost vizualnog stila kroz cijelu kuharicu. Time je postignuta ravnoteža između funkcionalnosti i estetike, što je ključno za korisnike s disleksijom, jer smanjuje kognitivni napor potreban za praćenje recepata.



Slika 4 izrada ilustracija 2

## 5.4. Tekst

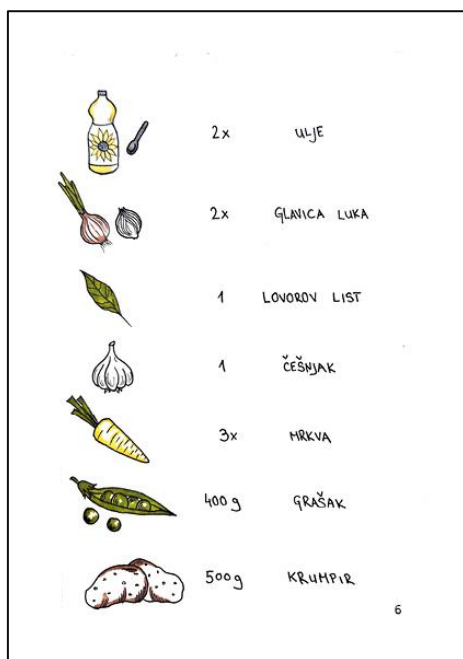
Tekst unutar samih recepata korišten je u malim količinama, prvenstveno kako bi se pružila jasna i kratka pojašnjenja koraka kuhanja. Napisan je ručno, velikim tiskanim slovima, što je omogućilo dodatnu čitljivost i preglednost za korisnike, posebno za osobe s disleksijom, kojima je ovaj pristup olakšao praćenje uputa. Cilj je bio očuvati jednostavnost i preglednost stranica te izbjeći prenatrpanost informacijama, što bi bilo suprotno osnovnom konceptu ove kuharice. Prekomjerna količina teksta mogla bi stvoriti osjećaj preopterećenosti za korisnike, osobito one s disleksijom, pa je tekst zadržan samo u najosnovnijem obliku.

Osim ručno pisanog teksta, u knjizi se nalaze i drugi tekstualni dijelovi, poput uvodnih napomena i kratkih opisa, koji su sastavljeni koristeći Adobe InDesign. U tim dijelovima korišten je font *Open Dyslexic*, koji je specijalno prilagođen osobama s disleksijom kako bi se smanjio kognitivni napor pri čitanju. Ova kombinacija ručno pisanog teksta i profesionalno oblikovanih tekstualnih dijelova čini knjigu vizualno jasnom i čitljivom, a istovremeno jednostavnom za korištenje.

## 5.5. Vizualna struktura

Vizualna struktura ove kuharice osmišljena je s ciljem da prati jednostavan i logičan slijed gledanja i čitanja, prateći prirodni tijek kuhanja. Svaki vizualni element pažljivo je postavljen tako da osigura jasan i neometan pregled svakog koraka, čime se omogućuje korisnicima da intuitivno prate proces pripreme jela.

Organizacija prostora na svakoj stranici odražava potrebu za preglednošću, s dovoljno praznog prostora oko crteža kako bi se izbjegao osjećaj zagušenosti. Ovaj minimalistički pristup omogućuje korisnicima da se usredotoče na ključne elemente recepta bez ometanja, što je osobito važno za osobe s disleksijom ili poteškoćama u praćenju pisanih uputa. Time se postiže jasan i lako pratljiv proces, gdje je svaka faza kuhanja jasno prikazana i logički povezana s prethodnim i sljedećim korakom.



Slika 5 primjer strukture sastojaka

Na stranici prikaza sastojaka, prije svakog recepta, vizualni dizajn stvara jasan i organiziran dojam nalik tablici, što olakšava korisnicima brzo prepoznavanje i razumijevanje potrebnih sastojaka. Ova stranica prati isti jednostavan i pregledan pristup kao i ostatak kuharice, s elementima koji su pažljivo raspoređeni kako bi se korisnicima omogućilo brzo snalaženje.

S lijeve strane stranice nalaze se ručno crtani crteži sastojaka, koji jasno prikazuju svaki potreban element recepta. Ovi crteži omogućuju vizualno prepoznavanje sastojaka, što je

korisno za osobe s disleksijom, ali i za sve korisnike koji preferiraju vizualni prikaz uputa. Crteži su minimalno stilizirani kako bi ostali pregledni i lako prepoznatljivi, a dodatni elementi poput žlice koriste se za prikazivanje količine sastojaka u mjerama koje su lako razumljive (npr. žlica ulja).

U sredini stranice nalaze se količine sastojaka, koje su izražene na različite načine, ovisno o vrsti namirnice. Za tekuće i čvrste sastojke koriste se standardne mjere poput grama, litara ili mililitara, dok se za sastojke koji se broje (npr. mrkva, češnjaci) koristi oznaka **x**, što označava broj potrebnih jedinica (npr. 3x za tri mrkve). Ovaj način prikaza količina doprinosi jasnoći i smanjuje potrebu za dodatnim objašnjenjima.

Desna strana stranice prikazuje nazive sastojaka, napisane jednostavnim, ručno ispisanim slovima, što stvara osjećaj osobne povezanosti i dodatne jasnoće. Tekst je velik i čitljiv, napisan tiskanim slovima kako bi bio što pregledniji i razumljiviji.

Ovaj tablični prikaz omogućuje korisnicima da se fokusiraju na bitne informacije bez ometanja, dok jednostavna struktura osigurava logičan slijed i lak prijelaz prema samom procesu kuhanja. Time se postiže vizualno ujednačen i funkcionalan prikaz, prilagođen osobama s disleksijom, ali i svima onima koji preferiraju vizualni stil učenja.

Nakon svake stranice s popisom sastojaka, slijedi stranica koja prikazuje postupak kuhanja. Ovaj dio kuharice osmišljen je u obliku stripa, gdje su koraci u pripremi jela prikazani kroz niz crteža i kratkih tekstualnih uputa. Crteži i tekstualne upute nalaze se i s lijeve i s desne strane, prateći logičan slijed čitanja – s lijeva na desno i od gore prema dolje.



Slika 6 primjer strukture recepta



Posebna pažnja posvećena je rasporedu elemenata na stranici, kako bi se izbjegla pretrpanost i osigurao jasan vizualni vodič kroz proces kuhanja. Između crteža i tekstualnih uputa ostavljeno je dovoljno praznog prostora, čime se omogućuje da svaki korak bude lako razumljiv i pregledan. Ovaj prostor smanjuje vizualni stres i omogućuje korisnicima da se usredotoče na pojedinačne korake bez osjećaja preopterećenja informacijama.

Crteži, koji ilustriraju ključne faze pripreme jela, jednostavni su i stilizirani, prateći cartoon stil cijele kuharice. Tekstualne upute su ručno ispisane velikim tiskanim slovima, što dodatno doprinosi njihovoj čitljivosti. Minimalan tekst i jasni vizualni prikazi pružaju balans između vizualnog i tekstualnog sadržaja, osiguravajući da korisnici mogu bez poteškoća pratiti svaki korak recepta.

Ova struktura ne samo da osigurava funkcionalnost stranica, nego stvara i vizualno privlačan prikaz koji motivira korisnike na kuhanje.

## 5.6. Adobe InDesign

Adobe InDesign je profesionalni softver za dizajn stranica koji se koristi za izradu grafičkih i tiskanih publikacija kao što su knjige, časopisi, brošure, letci, plakati, e-knjige i interaktivni PDF-ovi. InDesign pruža napredne alate za precizno postavljanje tekstualnih i vizualnih elemenata, omogućujući dizajnerima da kreiraju visokokvalitetne rasporede stranica. Softver je dio Adobe Creative Cloud paketa, što omogućuje integraciju s drugim Adobe aplikacijama poput Photoshopa i Illustratora, olakšavajući rad na dizajnu i prijenos elemenata između različitih platformi.

InDesign je posebno koristan za dizajniranje višestraničnih dokumenata, gdje korisnici mogu upravljati složenim projektima pomoću značajki za automatsko formatiranje, prilagodbu rasporeda i uređivanje tipografskih elemenata. Softver također nudi mogućnosti za stvaranje interaktivnih digitalnih publikacija, omogućujući dizajnerima dodavanje elemenata poput animacija i multimedijalnih sadržaja. [17]

Adobe InDesign korišten je za izradu ove ilustrirane kuharice zbog svojih naprednih mogućnosti dizajna stranica, precizne kontrole tipografije i jednostavne integracije tekstualnih i vizualnih elemenata. S obzirom na to bio je savršen izbor za pripremu ove kuharice. Softver olakšava postavljanje crteža i minimalnog teksta u pregledne i lako pratljive rasporede, što je bilo ključno za jednostavnost i funkcionalnost kuharice. Na kraju, InDesign je omogućio pripremu datoteke koja će biti spremna za visoku kvalitetu tiska, čime se osigurava da vizualni i tiskovni aspekti knjige ostanu dosljedni i jasni.

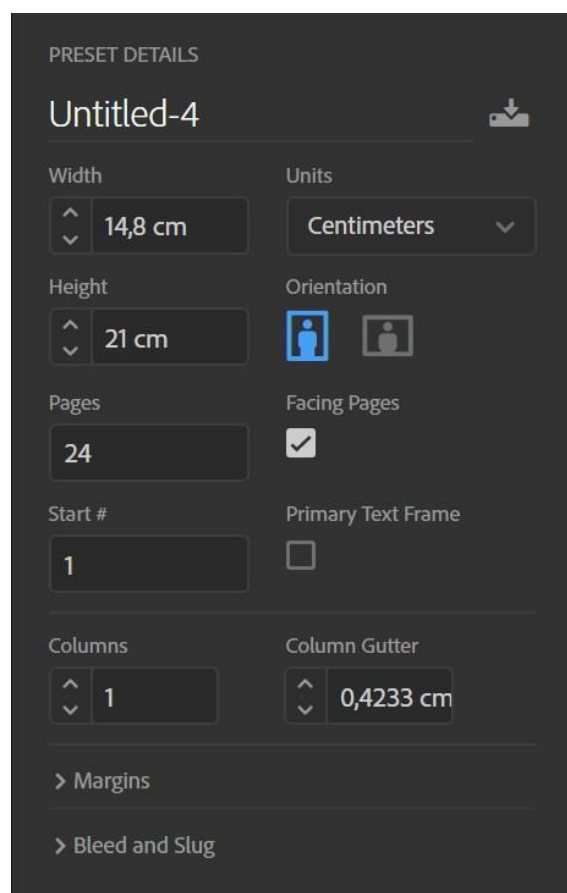


Slika 7 Adobe InDesign logo (Izvor: <https://1000logos.net/adobe-indesign-logo/>)

## 5.7. Proces izrade u InDesignu

U procesu izrade kuharice u Adobe InDesignu, na početku smo postavili osnovne postavke dokumenta. Odabrali smo 24 stranice kako bi kuharica imala dovoljno prostora za sve recepte i ilustracije. Stranice su postavljene u A5 formatu, što je kompaktniji format idealan za praktičnu upotrebu kuharice, a odabrana je orijentacija u portretu (uspravni format).

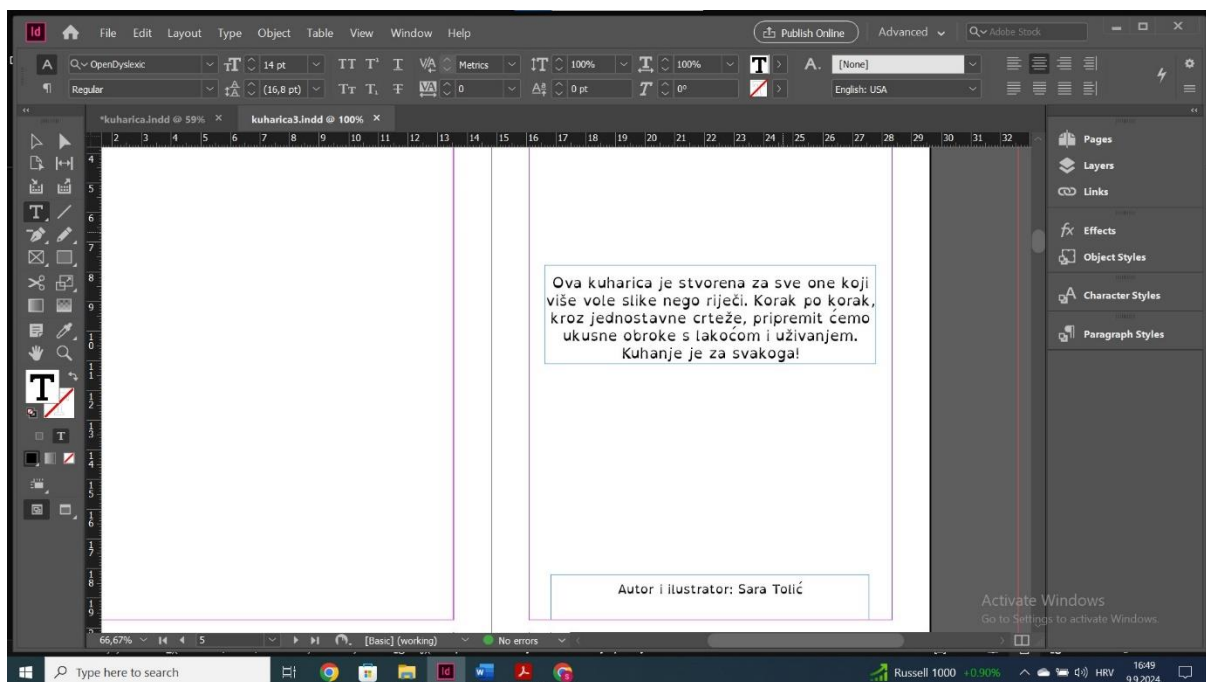
Kako bismo osigurali da su stranice postavljene pravilno i jedna uz drugu, aktivirali smo opciju *Facing Pages*. Ova opcija omogućava da stranice budu prikazane u paru, kao što bi bile kad su ispisane i uvezane, što je ključno za dizajn kuharice koja se listanjem otvara kao tiskana knjiga.



Slika 8 postavke stranica

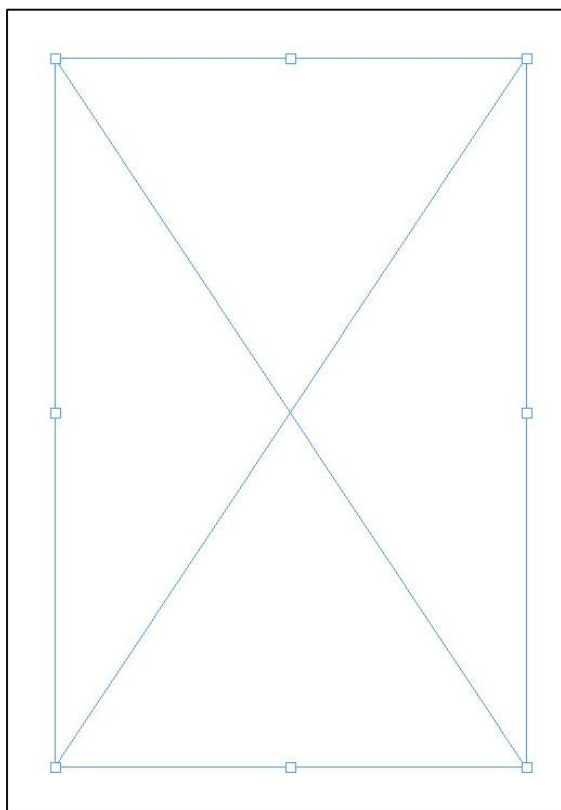
Nakon što smo postavili osnovne postavke dokumenta, prešli smo na dodavanje teksta na početne stranice kuharice. Odlučili smo koristiti *OpenDyslexic* font, koji je specijalno dizajniran kako bi olakšao čitanje osobama s disleksijom. Za tijek teksta odabrali smo veličinu fonta od 14pt, što osigurava dovoljno veliku čitljivost bez preopterećenja prostora. Stil fonta je bio *Regular* (osnovni stil, bez dodatnog podebljavanja ili ukošenja), čime smo zadržali jednostavnost i preglednost.

Tekst je postavljen s centriranim poravnanjem, kako bi na stranici izgledao uravnoteženo i skladno s vizualnim elementima.

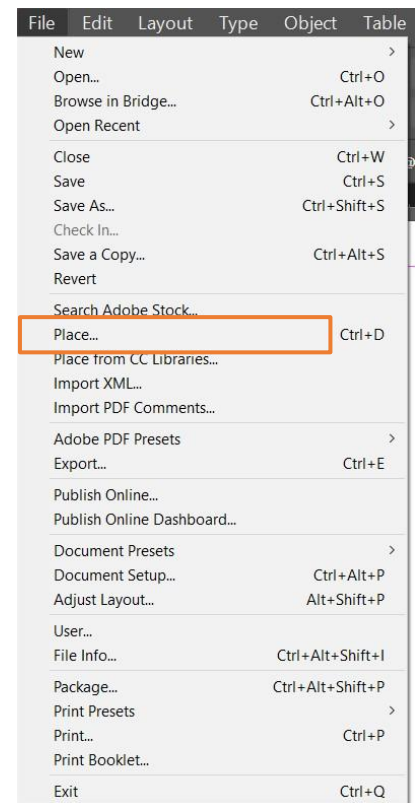


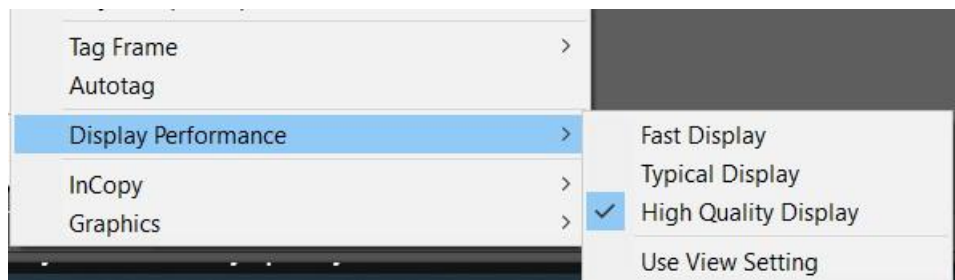
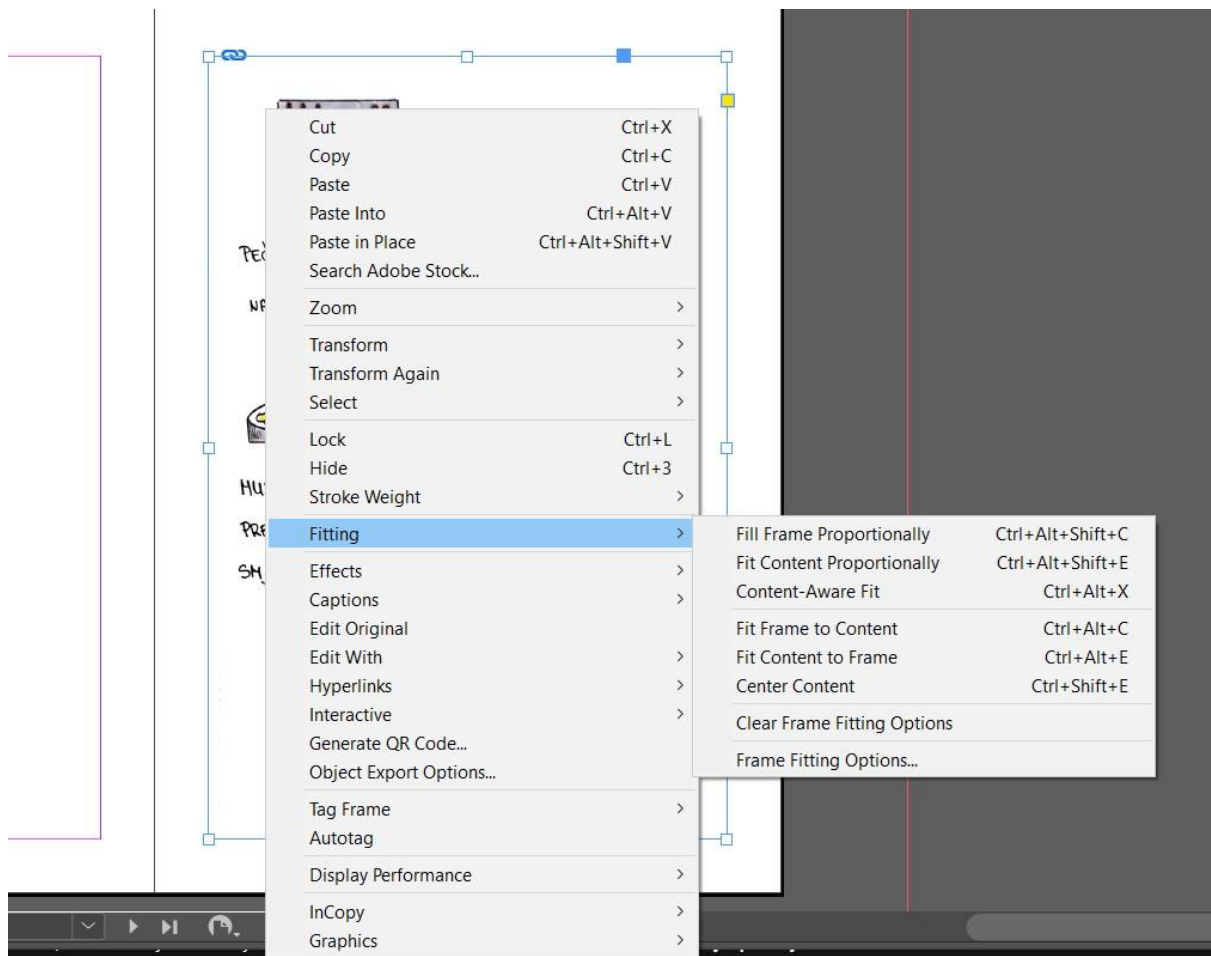
Slika 9 postavljanje fonta

Nakon dodavanja teksta, prešli smo na dodavanje skeniranih ilustracija i ikona koje smo koristili za dizajn kuharice. Da bismo smjestili ilustracije na odgovarajuće mjesto, prvo smo koristili *Rectangle Frame Tool* za stvaranje okvira u koji ćemo postaviti slike. Zatim smo koristili opciju *Place* kako bismo dodali željene ilustracije na odabrana mjesta unutar tih okvira. Nakon što su slike dodane, prilagodili smo ih pomoću opcije *Fitting*, koja nam je omogućila da slike savršeno odgovaraju okviru. Kako bi prikaz ilustracija bio što kvalitetniji i precizniji, postavili smo opciju *Display Performance* na *High Quality Display*. Na taj način smo osigurali da sve ilustracije budu jasno prikazane i da konačni izgled kuharice bude vizualno privlačan i pregledan.









Slika 10 postavljanje ilustracija





*Slika 11 fitting i display performance*

## 5.8. Izgled kuharice

 <p><b>ILUSTRIRANA KUHARICA ZA OSOBE S DISLEKSIJOM</b></p> 	<p>Ova kuharica je stvorena za sve one koji više vole slike nego riječi. Korak po korak, kroz jednostavne crteže, pripremit ćemo ukusne obroke s lakocom i uživanjem. Kuhanje je za svakoga!</p> <p>Autor i ilustrator: Sara Tolić</p>	<p>Sadržaj</p> <p><b>ŠPAGETI S KOZICAMA 1</b></p> <p><b>ĆORAVI GULAŠ 5</b></p> <p><b>MUSAKA 11</b></p>
<p><b>ŠPAGETI S KOZICAMA</b></p> <p>1</p>	 500 mL KONCENTRAT OD RAJČICE  200g ŠPAGETI  2 x NASLINOVO ULJE  200g OČIŠĆENIH KOZICA  50 mL BIJELO VINO <p>2</p>	 KUHA TI 15 MIN U KIPUJOJ VODI  UGRIJATI 2 ŽLICE ULJA NA LAGANOJ VATRI  PEČI OČIŠĆENE KOZICE 5 MIN  DODATI VINO I KONCENTRAT I MISTNITI MJEŠATI  PROCUJITI ŠPAGETE  POSLAŽITI <p>3</p>
<p><b>ĆORAVI GULAŠ</b></p> <p>5</p>	 2x ULJE  2x GLJIVICA LUKA  1 LAVOROV LIST  1 ČEŠNJAK  3x MRKVA  400g GRAŠAK  500g KRUMPIR <p>6</p>	

1 VEGETA

2x PERŠIN

2x BRAŠNO

SOL I PAPAR

7

LUK, MESA I GUMBELE  
NAREZATI NA SITNO

LUK I MESA SIŽNITI I  
DINSTATI NA LAKOJ VARI

NACELI DINSTANJA DODATI  
KULNIR I LONČOV LIST

NA KRAJU DODATI  
GRASAK

ZEMANITI PO ŽELJI I  
DINSTATI JOŠ 5 MIN

DODATI VODE TOLIKO DA  
PREKOJE SVE ŠTO JE U LONCU

DODATI ŽELICU BRAŠNA  
I KUHNATI 30-40 MIN

POSLUŽITI

9

## MUSAKA

11

500g MIJEVANO MESO

10x KRUMPIR

1 GLAVICA LUKA

1 ČEŠNJAK

2x JAJE

1 ULJE

12

1 KISELO VRHNJE

SOL I PAPAR

MIJEVANA PAPRIKA

13

PRODINSTATI LUK I  
ČEŠNJAK

DODATI MIJEVANO MESO I  
DINSTATI 10-15 MIN

DODATI SOL, PAPAR I  
MIJEVENU PAPRIKU

NAREZATI KRUMPIR NA  
PLOŠKE I POSOLITI

DRUGU POSUDU  
PREMAZATI ULJEM

U POSUDU SLOŽITI RED  
KRUMPIRA PA RED MIJEVANO  
MESA. ZADNJI RED MORAJU  
BITI KRUMPIRI.

14

PEČI SAT VREMENA  
NA 200°

NAPRAVITI SMJESU OD  
JAJA I KISELOG VRHNJA

MUSAKA ZAŠITI  
PRETHODNO NAPRAVLJENOM  
SMJESOM

PEČI JOŠ 5 MIN  
NA 200°

POSLUŽITI

15

Kuhanje je stvar kreativnosti i ljubavi  
prema hrani. Nema ispravnog ili pogrešnog  
načina – samo slijedi korake, igraj se s  
okusima i uživaj u svakom trenutku u  
kuhinji!



## 6. Usporedba s drugim kuharicama

U procesu izrade ilustrirane kuharice prilagođene osobama s disleksijom, važno je razumjeti kako se ovaj pristup uspoređuje s postojećim kuharicama na tržištu. Iako mnoge kuharice koriste ilustracije ili fotografije kako bi pomogle korisnicima u praćenju recepata, nisu sve prilagođene specifičnim potrebama osoba s poteškoćama u čitanju. Usporedba s kuharicama "La Cuisine Italienne Illustrated Cookbook" i "The Neurodivergent-Friendly Cookbook" pruža uvid u različite pristupe vizualnom vođenju korisnika kroz proces kuhanja. Obje kuharice imaju svoje prednosti, no upravo dizajnerska rješenja i pažljiva prilagodba detalja u ilustriranoj kuharici za disleksičare čine je univerzalnijom i dostupnijom ciljanoj publici.



Slika 12 "La cuisine italienne" illustrated cookbook 1 (Izvor: <https://luciacalfapietra.com/la-cuisine-italienne-illustrated-cookbook> )

"La Cuisine Italienne Illustrated Cookbook" nudi estetski vrlo privlačan pristup, s bogatim ilustracijama koje prate recepte. Međutim, važno je napomenuti da ova kuharica nije izvorno namijenjena osobama s disleksijom ili sličnim poteškoćama. Ilustracije su ovdje korištene prvenstveno kao ukrasni element, te iako estetski privlačne, imaju više dekorativnu funkciju nego što služe kao stvarni vodič kroz proces kuhanja.



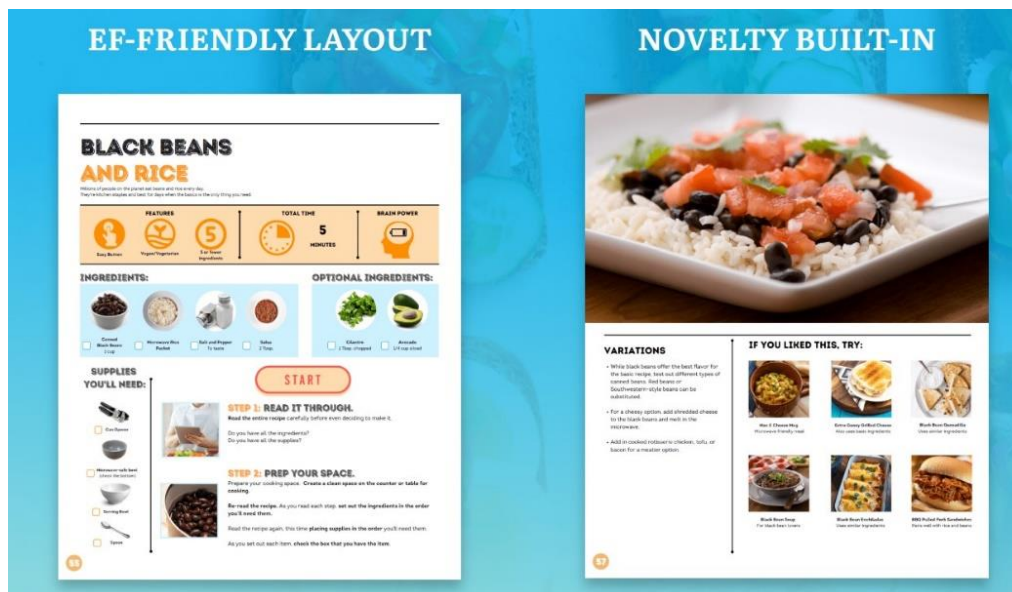
Slika 13 "La cuisine italienne" illustrated cookbook 2 (Izvor: <https://luciacalfapietra.com/la-cuisine-italienne-illustrated-cookbook> )

Iako su ilustrirani sastojci i posuđe detaljno prikazani, tekstualni dio recepta ostaje dominantan, što može predstavljati izazov za osobe s disleksijom. Velika količina teksta može biti obeshrabrujuća i otežati praćenje uputa, osobito korisnicima koji imaju poteškoća s čitanjem. S druge strane, ilustrirana kuharica prilagođena disleksičarima fokusira se na funkcionalne, ručno crtane ilustracije koje su ključni element u vođenju korisnika kroz proces kuhanja. Ove ilustracije nisu samo dekorativne, već pojednostavljuju svaki korak recepta i omogućuju korisnicima da intuitivno prate proces. Minimalna upotreba teksta, koji je korišten isključivo za pojašnjenje crteža, smanjuje opterećenje informacijama i čini kuhanje jednostavnijim za korisnike s poteškoćama u čitanju. Dok "La Cuisine Italienne" možda nudi vizualno privlačan pristup, prilagođena kuharica za disleksičare pruža bolje iskustvo upravo zbog svoje jasnoće i jednostavnosti.



Slika 14 "La cuisine italienne" illustrated cookbook 3 (Izvor: <https://luciacalfapietra.com/la-cuisine-italienne-illustrated-cookbook> )

"The Neurodivergent-Friendly Cookbook" namijenjena je širem spektru neurodivergentnih osoba, uključujući disleksičare, te koristi fotografije kako bi prikazala korake u pripremi jela. Iako fotografije mogu biti korisne, one ne pružaju istu razinu prilagodbe kao ručno crtane ilustracije. Fotografije često sadrže višak detalja koji mogu preplaviti korisnika, dok su ilustracije u kuharici za disleksičare pojednostavljene kako bi prikazivale samo ključne informacije. Ovaj minimalistički pristup olakšava praćenje koraka bez ometanja suvišnim vizualnim elementima.



Slika 15 "The Neurodivergent-Friendly Cookbook" Life Skills Advocate  
 (Izvor: <https://lifeskillsadvocate.com/the-neurodivergent-friendly-cookbook/#tve-jump-18b82b7d6c5>)

Korištenje ručno crtanih ilustracija također dodaje originalnost i posebnost ovoj kuharici. Iako se na prvi pogled može činiti da crteži mogu biti detaljniji, kompleksniji i stoga teže shvatljivi, upotrebom minimalizma i *cartoon* stila to nije slučaj. Upravo zbog jednostavnosti i jasnih linija, ilustracije su prilagođene tako da prikazuju samo ono što je nužno, čime olakšavaju korisnicima praćenje svakog koraka bez preopterećenja informacijama. Ovaj vizualni stil smanjuje mogućnost konfuzije koju detaljne fotografije ponekad mogu izazvati, te dodatno ističe funkcionalnost ove kuharice.

Još jedna prednost kuharice za disleksičare je upotreba *Open Dyslexic* fonta, koji je specifično dizajniran kako bi olakšao čitanje osobama s disleksijom. Dok "*The Neurodivergent-Friendly Cookbook*" koristi standardne fontove koji nisu posebno prilagođeni disleksičarima, ova kuharica pruža dodatnu pogodnost koja smanjuje stres kod čitanja i povećava čitljivost.

Iako obje navedene kuharice imaju svoje prednosti, ilustrirana kuharica prilagođena disleksičarima nudi jedinstven i funkcionalan pristup koji bolje odgovara potrebama korisnika s poteškoćama u čitanju. Ručno crtane ilustracije, jednostavan vizualni stil i minimalna upotreba teksta čine ovu kuharicu intuitivnijom i pristupačnijom za disleksičare u usporedbi s kuharicama koje koriste standardni tekst i fotografije. Prilagodbe poput upotrebe *Open Dyslexic* fonta dodatno poboljšavaju korisničko iskustvo, čineći ovu kuharicu univerzalnijom i prilagođenom specifičnim potrebama ciljane publike.

## 7. Unapređenje kuharice u budućnosti

Iako je ilustrirana kuharica prilagođena osobama s disleksijom već sada inovativan i funkcionalan proizvod, postoji prostor za daljnje unapređenje u budućnosti. Kao i svaki dizajnerski projekt, kuharica može napredovati u nekoliko ključnih područja kako bi još više poboljšala iskustvo korisnika i postala pristupačnija širem krugu ljudi s različitim potrebama. Jedan od najočitijih koraka u budućnosti jest prelazak s tiskanog formata na digitalnu verziju kuharice. Digitalna kuharica mogla bi omogućiti veću fleksibilnost u prilagodbi sadržaja korisnicima. Korisnici bi, primjerice, mogli sami podešavati veličinu teksta, boje pozadine i kontrasta, što bi omogućilo personalizirano iskustvo prema individualnim potrebama. Digitalni format također otvara vrata širem krugu korisnika, omogućavajući im pristup kuharici na različitim uređajima, poput tableta, računala ili pametnih telefona.

Digitalizacija bi omogućila jednostavno dodavanje novih recepata, bez potrebe za ponovnim tiskom cijele knjige, čime bi kuharica ostala dinamičan i prilagodljiv alat koji raste zajedno s potrebama korisnika.

Jedno od najvažnijih unapređenja u digitalnom formatu kuharice mogla bi biti integracija audio zapisa. Ova funkcionalnost bila bi osobito korisna za osobe s disleksijom ili one koje imaju ozbiljnije poteškoće u čitanju. Integracijom tehnologije *text-to-speech* korisnici bi mogli jednostavno slušati upute umjesto da ih čitaju. Audio zapisi mogli bi biti opcionalni, omogućavajući korisnicima da biraju žele li slušati cijeli recept ili samo određene korake.

Iako su ručno crtane ilustracije važan dio ove kuharice i pružaju veliku vrijednost, postoji prostor za daljnje unapređenje u budućnosti. Na primjer, može se razmotriti korištenje više boja kako bi se dodatno pojasnili različiti dijelovi procesa kuhanja ili kako bi se razlikovali sastojci, alat i koraci. Boje mogu pomoći korisnicima u razlikovanju važnih dijelova recepta, čime se smanjuje mogućnost konfuzije.

Također, moguće je dodatno vizualno prilagoditi crteže prema složenosti recepta, koristeći se dinamičnijim prikazima koraka u složenijim receptima. Iako *cartoon* stil i minimalizam pridonose jednostavnosti, ponekad bi složeniji recepti mogli zahtijevati detaljnije ilustracije koje bi pružile dodatnu podršku korisnicima. Digitalna verzija kuharice omogućila bi i bolju navigaciju kroz sadržaj. Korištenjem jednostavnih izbornika, korisnici bi mogli brzo pronaći određene recepte ili kategorije jela. Također bi mogli označavati omiljene recepte ili spremati vlastite prilagodbe recepata, što bi kuharicu učinilo još osobnijom i pristupačnijom.

Napredna pretraga omogućila bi da korisnici brzo pronađu recepte na temelju sastojaka koje već imaju ili specifičnih dijetalnih potreba. Na taj način, kuharica bi postala interaktivni alat koji omogućuje veću fleksibilnost i personalizaciju u procesu kuhanja.

## 8. Zaključak

Zaključak ovog završnog rada odražava cjelokupni proces stvaranja ilustrirane kuharice prilagođene osobama s disleksijom. Od samog početka, cilj je bio stvoriti praktično rješenje koje će omogućiti jednostavnije i intuitivnije praćenje recepata osobama koje se svakodnevno suočavaju s izazovima vezanim uz čitanje i razumijevanje pisanog teksta. Fokus na vizualni prikaz, s minimalnom upotrebom teksta, prilagođen je upravo tim potrebama, čineći kuhanje pristupačnijim i manje stresnim.

Kroz teorijski dio rada, istraženi su učinci disleksije na svakodnevne zadatke, poput čitanja recepata, te je istaknuta važnost vizualnih prilagodbi. Korištenje posebnih fontova, poput *OpenDyslexic*, i prilagođavanje vizualnog rasporeda teksta u skladu s prirodnim slijedom čitanja, pokazalo se kao ključni element u postizanju boljeg korisničkog iskustva.

Praktični dio rada uključivao je detaljan proces izrade kuharice – od crtanja ilustracija, preko dizajniranja stranica u Adobe InDesignu, do prilagođavanja svake stranice kako bi se osiguralo da vizualni elementi olakšaju praćenje recepata. Ovaj kreativni proces pokazao je važnost ručnog crtanja i pažljivog planiranja svakog detalja, čime je stvorena knjiga koja zadovoljava potrebe ciljane skupine korisnika.

Rezultat je kuharica koja koristi snagu ilustracija kako bi smanjila ovisnost o tekstu, olakšavajući osobama s disleksijom, ali i svim vizualnim tipovima učenika, sudjelovanje u kreativnom procesu kuhanja. Rad je pokazao da kreativni dizajn, prilagođen specifičnim potrebama, može značajno olakšati svakodnevne zadatke, čime se povećava pristupačnost i ravnopravnost u obavljanju aktivnosti koje su za mnoge jednostavne, ali za osobe s disleksijom mogu predstavljati izazov.

## Literatura:

- [1] Lenček, M., Blaži, D. i Ivšac, J. (2007). specifične teškoće učenja: osvrt na probleme u jeziku, čitanju i pisanju
- [2] Godec, M. (2022). specifične teškoće u čitanju i pisanju: kako pomoći?.
- [3] Čagalj, M., Krilčić, P., Perić, T., Šimir, A. i Usorac, M. (2016). Utjecaj fonta na čitanje osoba s disleksijom
- [4] British Dyslexia Association. (2012). Style guide: Dyslexia friendly text
- [5] Rello, L., & Baeza-Yates, R. (2013). Good fonts for dyslexia. In Proceedings of the 15th International ACM SIGACCESS Conference on Computers and Accessibility
- [6] Wilkins, A. J. (2007). Reading through colour: How coloured filters can reduce the symptoms of visual stress. Wiley
- [7] Perea, M., Panadero, V., Moret-Talay, C., & Gomez, P. (2012). The effects of inter-letter spacing in visual word recognition: Evidence with young normal readers and developmental dyslexics. Learning and Instruction
- [8] Reid, G. (2009). Dyslexia: A practitioner's handbook. Wiley-Blackwell
- [9] Shaywitz, S. (2003). Overcoming Dyslexia: A New and Complete Science-Based Program for Reading Problems at Any Level
- [10] <https://www.bdadyslexia.org.uk/> (pristupljeno 8.9.2024.)
- [11] [https://www.croatiaweek.com/big-interest-in-croatian-app-helping-people-with-dyslexia/#google\\_vignette](https://www.croatiaweek.com/big-interest-in-croatian-app-helping-people-with-dyslexia/#google_vignette) (pristupljeno 8.9.2024.)
- [12] <https://www.kurzweiledu.com/default.html> (pristupljeno 8.9.2024.)
- [13] <https://businesschief.com/human-capital/top-7-companies-hiring-and-nurturing-neurodiverse-talent> (pristupljeno 8.9.2024.)
- [14] <https://jobsfordyslexics.org/> (pristupljeno 8.9.2024.)
- [15] <https://www.ada.gov/> (pristupljeno 8.9.2024.)
- [16] <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX%3A32016L2102> (pristupljeno 8.9.2024.)
- [17] <https://www.adobe.com/home> (pristupljeno 8.9.2024.)



## Popis slika:

Slika 1 font Dyslexie .....	4
Slika 2 karakteristike fonta.....	5
Slika 3 izrada ilustracija 1.....	12
Slika 4 izrada ilustracija 2 .....	13
Slika 5 primjer strukture sastojaka .....	15
Slika 6 primjer strukture recepta .....	16
Slika 7 Adobe InDesign logo (Izvor: <a href="https://1000logos.net/adobe-indesign-logo/">https://1000logos.net/adobe-indesign-logo/</a> ) .....	18
Slika 8 postavke stranica .....	19
Slika 9 postavljanje fonta .....	20
Slika 10 postavljanje ilustracija.....	21
Slika 11 fitting i display performance .....	22
<a href="https://luciacalfapietra.com/la-cuisine-italienne-illustrated-cookbook">Slika12 "La cuisine italienne" illustrated cookbook 1 (Izvor: <a href="https://luciacalfapietra.com/la-cuisine-italienne-illustrated-cookbook">https://luciacalfapietra.com/la-cuisine-italienne-illustrated-cookbook</a> )</a> .....	25
<a href="https://luciacalfapietra.com/la-cuisine-italienne-illustrated-cookbook">Slika13 "La cuisine italienne" illustrated cookbook 2 (Izvor: <a href="https://luciacalfapietra.com/la-cuisine-italienne-illustrated-cookbook">https://luciacalfapietra.com/la-cuisine-italienne-illustrated-cookbook</a> )</a> .....	26
Slika 14 "La cuisine italienne" illustrated cookbook 3 (Izvor: <a href="https://.com/la-cuisine-italienne-illustrated-cookbook">https://.com/la-cuisine-italienne-illustrated-cookbook</a> ) .....	26
Slika15 "The Neurodivergent-Friendly Cookbook" Life Skills Advocate (Izvor: <a href="https://lifeskillsadvocate.com/the-neurodivergent-friendly-cookbook/#tve-jump-18b82b7d6c5">https://lifeskillsadvocate.com/the-neurodivergent-friendly-cookbook/#tve-jump-18b82b7d6c5</a> ) .....	27

luciacalfapietra

## Sveučilište Sjever



### IZJAVA O AUTORSTVU

Završni/diplomski/specijalistički rad isključivo je autorsko djelo studenta koji je isti izradio te student odgovara za istinitost, izvornost i ispravnost teksta rada. U radu se ne smiju koristiti dijelovi tuđih radova (knjiga, članaka, doktorskih disertacija, magistarskih radova, izvora s interneta, i drugih izvora) bez navođenja izvora i autora navedenih radova. Svi dijelovi tuđih radova moraju biti pravilno navedeni i citirani. Dijelovi tuđih radova koji nisu pravilno citirani, smatraju se plagijatom, odnosno nezakonitim prisvajanjem tuđeg znanstvenog ili stručnoga rada. Sukladno navedenom studenti su dužni potpisati izjavu o autorstvu rada.

Ja, SARA TOLIC (ime i prezime) pod punom moralnom, materijalnom i kaznenom odgovornošću, izjavljujem da sam isključivi autor/ica završnog/diplomskog/specijalističkog (obrisati nepotrebno) rada pod naslovom ILUSTRIRANA KUHARICA ZA OSOBE S DISLEKSIJOM (upisati naslov) te da u navedenom radu nisu na nedozvoljeni način (bez pravilnog citiranja) korišteni dijelovi tuđih radova.

Student/ica:  
(upisati ime i prezime)

Sara Tolic  
(vlastoručni potpis)

Sukladno članku 58., 59. i 61. Zakona o visokom obrazovanju i znanstvenoj djelatnosti završne/diplomske/specijalističke radove sveučilišta su dužna objaviti u roku od 30 dana od dana obrane na nacionalnom repozitoriju odnosno repozitoriju visokog učilišta.

Sukladno članku 111. Zakona o autorskom pravu i srodnim pravima student se ne može protiviti da se njegov završni rad stvoren na bilo kojem studiju na visokom učilištu učini dostupnim javnosti na odgovarajućoj javnoj mrežnoj bazi sveučilišne knjižnice, knjižnice sastavnice sveučilišta, knjižnice veleučilišta ili visoke škole i/ili na javnoj mrežnoj bazi završnih radova Nacionalne i sveučilišne knjižnice, sukladno zakonu kojim se uređuje umjetnička djelatnost i visoko obrazovanje.