

TVOJE ZDRAVLJE, TVOJA ODLUKA!

KLJUČNE PORUKE ZA DJECU

IZ VODIČA VIJEĆA EUROPE

o sudjelovanju djece u donošenju odluka o njihovu zdravlju



POZDRAV!

Tvoje zdravlje je važno.

Kao dijete, možda ne možeš samostalno donositi odluke o svom zdravlju. No, imaš pravo sudjelovati u tim odlukama, baš kao što i druga djeca imaju pravo sudjelovati u odlukama koje se tiču njihova zdravlja.

Kada se donosi odluka o tvom zdravlju, obično su uključene različite osobe:

Ti

mlađi od 18 godina



Tvoji roditelji

Oni su glavne osobe koje brinu o tebi. Ponekad o tebi brine neka druga odrasla osoba, a ta osoba se naziva „skrbnik“.



Zdravstveni stručnjaci

To su osobe koje ti pomažu da ostaneš zdrav, poput liječnika, medicinskih sestara, zubara ili psihologa. Tvoje zdravlje odnosi se i na tvoje tijelo i na tvoj um.

Ova knjižica opisuje kako možeš sudjelovati u brizi za svoje zdravlje i koliko je važno da te liječnici, medicinske sestre i druge odrasle osobe **uključe u donošenje odluka**. Donosimo primjere kako to mogu učiniti da bi se donijele dobre i promišljene odluke.

Čitat ćeš i učiti o nekim važnim aspektima procesa donošenja odluka, uključujući:

TVOJE PRAVO DA BUDEŠ SASLUŠAN/A

INFORMACIJE SU KLJUČNE

IZRAŽAVANJE SVOJEGA MIŠLJENJA

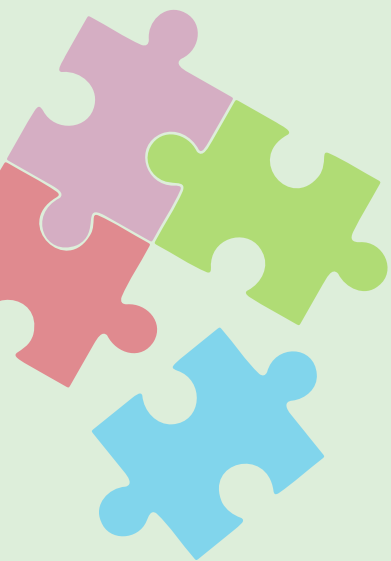
OTVORENA I SIGURNA KOMUNIKACIJA

ULOGA RODITELJA

DONOŠENJE ODLUKA

NESUGLASICE

Na kraju dokumenta pronaći ćeš **dodatne informacije**, uključujući **korisne definicije**, ako želiš saznati više o ovoj temi.



TVOJE PRAVO DA BUDEŠ SASLUŠAN/A

Kad ideš na redovni pregled kod liječnika, vadiš krv, testiraš vid ili kad trebaš primiti neki tretman ili operaciju u bolnici, donose se mnoge male i neke velike odluke – zajedno s tobom i za tebe.

Imaš pravo izraziti svoje mišljenje i osjećaje o svom zdravlju. Možeš reći što želiš ili ne želiš. Ne postoji dobna granica – svako dijete ima pravo reći svoje mišljenje, čak i mala djeca mogu reći što žele i što im više odgovara.

Dobro je vježbati iznošenje svog mišljenja u svim situacijama. Odrasli, uključujući liječnike i medicinske sestre, trebali bi ti u tome pomoći.

Pogledajmo nekoliko primjera:



INFORMACIJE SU KLJUČNE

Vrlo je važno da što bolje **razumiješ svoje zdravstveno stanje prije nego što možeš odlučiti što o njemu misliš.**

Odrasli, posebno liječnici i medicinske sestre, moraju ti objasniti što nije u redu, kako ti mogu pomoći da se osjećaš bolje i što će se dalje događati. To trebaju objasniti na način koji je tebi razumljiv. Svako je dijete drugačije, pa se način objašnjavanja može prilagoditi tebi. Te informacije možeš dobiti razgovorom s roditeljem, medicinskom sestrom ili liječnikom.

Odrasli moraju biti sigurni da si dobro razumio ono što su ti objasnili. Trebaju ti reći tko je tko i tko što radi – osobito u bolnici, gdje možeš susresti mnogo različitih osoba.



●	Korisne stvari koje je dobro znati prije zahvata (pregleda, testa, liječenja ili intervencije):
●	Koliko će trajati?
●	Tko će sve biti tamo?
●	Kako će izgledati to mjesto?
●	Koji će se materijali/oprema koristiti?
●	Drugačiji koraci?
●	Prednosti, rizici, alternative?
●	Što će najvjerojatnije osjećati?
●	

OTVORENA I SIGURNA KOMUNIKACIJA

Informacije su važne kako bi ti pomogle stvoriti vlastito mišljenje i utjecati na odluke koje se tiču tvoga zdravlja. Te informacije moraju ti biti prenesene na način na koji ćeš se osjećati **ugodno i sigurno**.

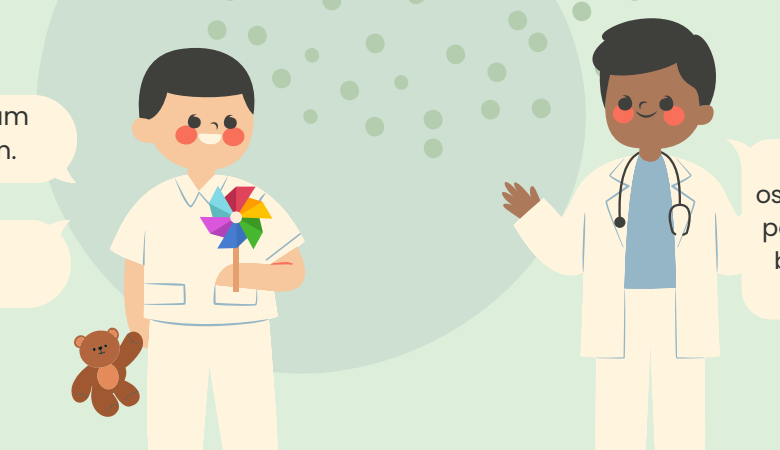
Odrasli su tu da te podrže i pomognu ti izraziti svoje osjećaje i mišljenja, razmisliti o svemu i doći do vlastitih zaključaka. Postoji mnogo načina na koje ti **zdravstveni djelatnici mogu pomoći da se osjećaš ugodno i potaknuti te da aktivno sudjeluješ u donošenju odluka**.

Pogledajmo nekoliko primjera!



Dajem ti vrijeme i prostor da razumiješ informacije i razmisliš kako se zbog njih osjećaš.

Uredim svoj ured na ugodan način kako se ne bi činio neobičnim ili strašnim.



Koristim igračke i igram se s mlađom djecom.

Slušam te i iskren(a) sam s tobom.

Znati kako se osjećaš i što misliš pomaže mi da se bolje brinem za tebe.

Informacije o tvom zdravlju ostat će između tebe, zdravstvenih djelatnika koji se brinu o tebi i tvojih roditelja ili osoba koje su za tebe odgovorne.

Neke informacije mogu biti teške za čuti, ali odrasli ti uvijek trebaju reći istinu. Moraju ti objasniti sve moguće rizike i ako nešto može biti neugodno ili bolno.



Djeca mogu puno toga razumjeti i često žele znati što je više moguće – to im pomaže da se bolje pripreme za ono što ih čeka.

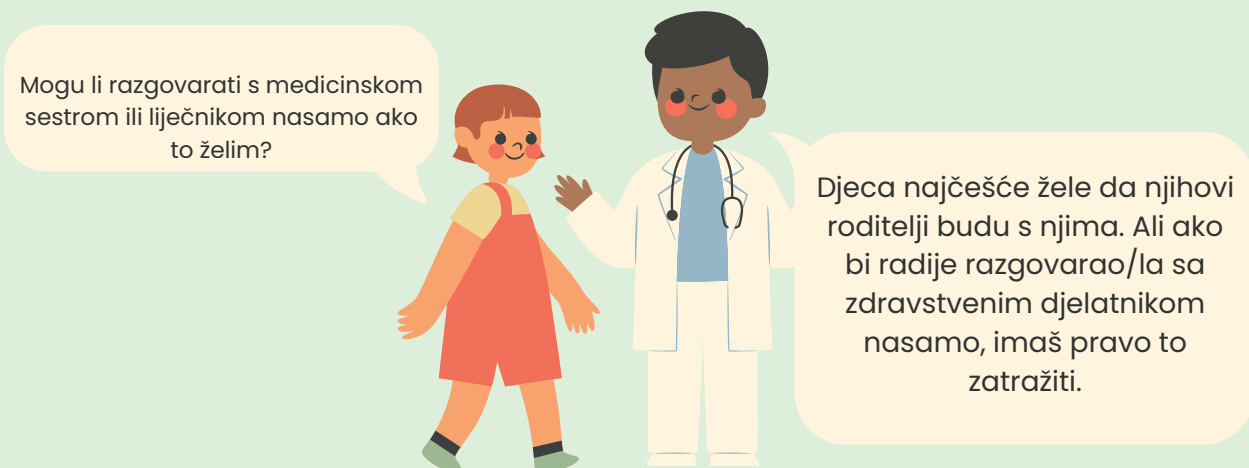
ULOGA RODITELJA

Tvoji roditelji su važne osobe koje ti pružaju podršku. Roditelji ili osobe koje se brinu o tebi jako te dobro poznaju i često znaju što treba učiniti i kako ti pomoći kada ideš liječniku ili u bolnicu.

Važno je da razgovaraš s roditeljima i da im **kažeš kako se osjećaš, kako bi ti mogli pružiti podršku – a i zato što u mnogim slučajevima upravo oni donose konačnu odluku koja se tiče tebe.**



Imaš pravo da tvoji roditelji budu s tobom tijekom pregleda (koji se zovu konzultacije), liječenja ili ako moraš ostati u bolnici. Ako tvoji roditelji ili skrbnici ne mogu biti prisutni, možeš imati uz sebe drugu odraslu osobu kojoj vjeruješ da ti pruži podršku.



IZRAŽAVANJE TVOG MIŠLJENJA

Svoje mišljenje možeš izraziti na **različite načine**: možeš govoriti, pisati, pa čak i crtati. Ponekad pokazujemo da se s nečim slažemo kroz svoje ponašanje, bez riječi. Na primjer, kada pružiš ruku da ti se izmjeri tlak, time pokazuješ da ti je to u redu. Zato zdravstveni djelatnici moraju obraćati pažnju i na **govor tijela**, posebno kod djece koja ne mogu govoriti.



Ponekad će te zdravstveni djelatnik **usmeno pitati slažeš li se s nečim**, a zatim će tvoj odgovor zabilježiti u tvoju medicinsku dokumentaciju. U nekim slučajevima, ti i/ili tvoji roditelji možda ćete trebati potpisati **poseban obrazac** ili napisati što želiš ili ne želiš – na službeniji način. Odrasli su tu da ti pomognu izraziti svoje mišljenje. No, isto tako je u redu ako kažeš da nisi siguran/na ili da bi radije da tvoji roditelji odluče umjesto tebe.



DONOŠENJE ODLUKA

Dobra odluka znači da se o njoj razgovara, da je u najboljem interesu djeteta i da uzima u obzir ono što dijete želi.

Drugim riječima, kada odrasli donose odluku koja se tiče tebe, **trebaju uzeti u obzir što ti misliš i želiš**. To znači da te odrasli moraju slušati i shvaćati ozbiljno.

Trebaju razmisliti kako će njihova odluka utjecati na tebe – sada i u tvojoj budućnosti – i učiniti ono što je za tebe najbolje.

Kako rasteš, sve više razumiješ i možeš aktivnije sudjelovati u donošenju odluka. Zato će tvoje mišljenje s vremenom imati sve veću „težinu“. Ali to ne znači da mišljenje malog djeteta nije važno!



NESUGLASICE

Dobra odluka zahtijeva da sve uključene osobe razgovaraju i slušaju jedni druge kako bi zajedno pronašle najbolje rješenje.

Mogu postojati situacije u kojima osobe koje sudjeluju u donošenju odluke o djetetu imaju **različita mišljenja**. Na primjer, ti se možda nećeš složiti s roditeljima ili se tvoji roditelji možda neće složiti sa zdravstvenim djelatnicima.

Shvaćati tvoje mišljenje ozbiljno ne znači uvijek da će konačna odluka biti baš onakva kakvu si ti želio ili u svemu onakva kakvu bi ti htio. Ponekad to jednostavno neće biti moguće. No, kada se traži najbolje moguće rješenje za tebe, zdravstveni djelatnici trebaju imati na umu tvoje želje i mišljenje – znat će što svakako trebaju izbjegavati i učiniti će sve što mogu da **poštuju tvoje želje**.

U svakom slučaju, moraš točno znati što je odlučeno i zašto.



Pogledajmo što se **može učiniti kako bismo pomogli** u složenim situacijama u kojima se ljudi ne slažu ili imaju različita mišljenja:



Razgovaramo o situaciji zajedno, s tobom i tvojim roditeljima, i to više puta ako je potrebno, kako bismo pronašli prikladno rješenje.

U većini slučajeva, to će biti dovoljno da se riješi problem.

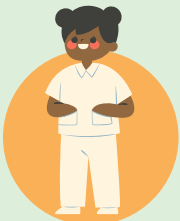


Ako bude potrebno, može se pozvati druga osoba, zvana posrednik, koja će pomoći i dati savjet.

Posrednici pomažu ljudima da razumiju stajališta drugih i zajedno pronađu rješenje za razrješenje sukoba.



Neke bolnice imaju posebne odbore ili komisije kojima se može obratiti za savjet kada osobe uključene u odluku ne mogu pronaći zajednički stav.



Izuzetno, netko tko je odgovoran za zaštitu djece (poput suca) može biti zamoljen da donese odluku.



Svi ti ljudi uvijek će imati na umu što je najbolje za tebe, a to se naziva tvojim „najboljim interesima“.

NASTAVIMO DALJE



TVOJE ZDRAVLJE, TVOJA PRAVA

Postoje dva važna dokumenta koja se odnose na prava djece u području zdravlja.

Konvencija Ujedinjenih naroda o pravima djeteta objašnjava sva prava djece kako bi djeca mogla uživati u dobrom životu na svim mjestima u kojima žive i kako bi bila sigurna od opasnosti.

Što se tiče **zdravstva**, kaže da djeca imaju pravo uživati u najboljem mogućem zdravlju. To znači da djeca moraju dobiti zdravstvenu skrb dobre kvalitete i njegu koja je najbolja za njih.

Konvencija kaže da djeca imaju pravo sudjelovati u odlukama koje se tiču njih u različitim područjima života. To znači da djeca **imaju pravo izraziti svoje mišljenje**, uključujući u vezi sa svojim zdravljem i dobrobiti te imaju pravo biti saslušana i shvaćena ozbiljno.

Ova prava odnose se na svu djecu **jednako**, bez obzira na to odakle dolaze, kako izgledaju, kojim jezikom govore, tko su njihovi roditelji ili imaju li invaliditet.

Vijeće Europe ima konvenciju pod nazivom **Oviedska konvencija** koja se bavi medicinskim intervencijama. Ova konvencija govori o odraslim osobama i djeci.

Konvencija kaže da, općenito, osobe moraju dati svoj slobodni i informirani pristanak, što znači da moraju pristati na intervenciju. U slučaju djece, navodi da, ako zakon u zemlji u kojoj dijete živi ne dopušta da dijete samo donosi odluke, mišljenje djeteta ipak mora biti uzeto u obzir, s obzirom na njegovu dob i zrelost. Intervencija se može provesti samo ako je dobra za dijete.

RAZLIČITE DRŽAVE, RAZLIČITA PRAVILA?



Sve zemlje imaju specifične zakone, pravila i kulture. U nekim zemljama, dok je dijete dijete, roditelji moraju dati svoje dopuštenje. U drugim zemljama, zakon omogućava starijoj djeci, na primjer, od 15. ili 16. godine ili kada su dovoljno zreli, da formalno donose odluke o svom zdravlju same: ovo je poznato kao „pristanak“.

No, zapamti, u svim slučajevima i u svim zemljama: djetetu mora biti objašnjeno što nije u redu i što će mu se dogoditi. Moraju biti pitani što misle!

Dijete kojem je dopušteno donijeti formalnu odluku još uvijek treba podršku i savjet; to ne znači da je ostavljeno samo!

UTJECAJ NA POLITIKE I ZAKONE

Ova knjižica objašnjava kako ti i druga djeca imate pravo sudjelovati u odlukama o zdravlju koje se izravno tiču vas.



Djeca i skupine djece mogu izražavati svoje mišljenje o zakonima zemlje u kojoj žive. Mogu sudjelovati u planiranju i programiranju zdravstvenih usluga, pa čak i u dizajnu i vođenju obuka za zdravstvene djelatnike.

Ako se djeca konzultiraju o zakonodavnim projektima koji se odnose na zdravstvenu skrb i zdravstvenu politiku, svi će imati koristi od boljih odluka!

CHILD-FRIENDLY DEFINICIJE

KORISNIH IZRAZA

Najbolji interesi: to znači da bi ljudi uvijek trebali razmišljati o tome kako će svaka odluka koju donose utjecati na dijete i je li ta odluka zaista najbolja za dijete.

Dijete: osoba koja je mlađa od 18 godina. Odrasli su osobe koje imaju 18 ili više godina.

Participacija djece: osigurava da djeca mogu izraziti svoje mišljenje o odlukama koje se tiču njih osobno ili kao skupine.

Prava djece: to su stvari koje svako dijete treba imati ili moći učiniti. Gotovo sve zemlje su se složile da djeca imaju posebna prava, a vlade su obećale osigurati da sva djeca imaju važne stvari koje su im potrebne za siguran i dobar život.

Vijeće Europe: europska organizacija koja okuplja 46 zemalja, tzv. države članice. Osnovano je kako bi osiguralo da sve te zemlje štite ljudska prava, uključujući prava djece, podržavajući djecu i mlade ljude u razvoju njihovog punog potencijala te sprječavajući bilo kakvu štetu.

Zdravstvena skrb: opći pojam za medicinsku njegu, uključuje posjet liječniku, primanje tretmana ili intervencije te boravak u bolnici.

Zdravstveni djelatnici: uključuju liječnike, medicinske sestre, zubare, psihologe, odnosno sve osobe koje rade u zdravstvenoj skrbi.

Vlade: ljudi koji donose pravila za određenu zemlju ili društvo i provode ih. Na razini države, vlada može biti veliki sustav koji obuhvaća mnoge institucije i vođe, poput zakonodavnih tijela (skupina ljudi koji donose zakone), administracije (osobe koje pomažu u funkcioniranju društva i pružanju usluga), pravosudnih tijela (sudovi gdje suci pomažu u rješavanju konflikata među ljudima ili organizacijama, rješavanju problema i pronalaženju odgovarajuće pravde za zločine).

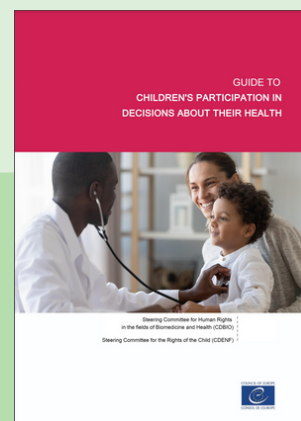
Pravni zastupnik: osoba koja pravno zastupa dijete, bilo da su to roditelji ili zakonski skrbnik ako roditelji nisu u mogućnosti biti prisutni za dijete.

Konvencija Ujedinjenih naroda o pravima djeteta: važan dokument koji nabraja i objašnjava sva prava djece, kao i odgovornosti vlada. Sva prava su međusobno povezana, sva su jednako važna i ne mogu biti oduzeta djeci.

ZAŠTO OVA KNJIŽICA?

U 2024. godini, Vijeće Europe objavilo je Vodič za sudjelovanje djece u odlukama koje se tiču njihovog zdravlja.

Napisano je kako bi pomoglo liječnicima, medicinskim sestrama i drugim odraslim osobama da donesu najbolje zdravstvene odluke za dijete. Pruža im upute kako uključiti dijete i nudi korisne savjete i primjere.



U jesen 2024. godine, grupa tinejdžera iz različitih zemalja — Denis, Throstur, Lana, Nick, Molly, Dion, Sara, Leonardo, Christina, Rayan, Elodie, Sarah i Jose — zajedno su radili na pripremi ovog sažetka za tebe i drugu djecu.

Željeli su pomoći djeci da razumiju svoja prava i kako mogu sudjelovati u odlukama koje se tiču njihova zdravlja. Child Rights Connect i Vijeće Europe pružili su im podršku.

Child Rights Connect je neovisna, neprofitna organizacija osnovana 1983. godine, koja je danas jedna od najvećih međunarodnih mreža za prava djece s više od 120 članica i promatračkih organizacija.
www.childrightsconnect.org

Ovaj projekt vodile su Zsuzsanna Rutai, službenica za osnaživanje djece i zaštitu, te Imen Talhaoui, službenica za zagovaranje u 2024. godini.



Vijeće Europe je europska organizacija koja okuplja 46 zemalja, tzv. države članice. Jedan od razloga njezinog osnivanja je osigurati da sve ove zemlje štite ljudska prava, uključujući prava djece, s ciljem pomoći djeci da razviju svoj puni potencijal i zaštite ih od bilo kakve štete.



www.coe.int

Mišljenja izražena u ovom radu odgovornost su autora/autorica i ne odražavaju nužno službenu politiku

Vijeća Europe ili Child Rights Connect.

Izvorni naslov: Your Health, Your Say! (verzija na engleskom jeziku)

Tekst je nastao uz dopuštenje Vijeća Europe i Child Rights Connect. Ovaj dokument je objavljen uz dogovor s Vijećem Europe i Child Rights Connect, ali pod isključivom odgovornošću prevoditelja/prevoditelja i/ili izdavača.



Prijevod: Društvo "Naša djeca" Opatija, Antonia Katić,
mentor DGV-a Grada Opatije i NEF-a Hrvatske



ZA ODRASLE KOJI KORISTE OVU KNJIŽICU S DJECOM:

Ove napomene namijenjene su odraslima – uključujući roditelje, odgajatelje, socijalne radnike i zdravstvene djelatnike – koji žele koristiti ovu knjižicu s djecom kako bi razgovarali o sudjelovanju djece u individualnim odlukama vezanim za zdravlje.

Knjižica se može koristiti bez obzira na to je li dijete trenutno suočeno sa zdravstvenim problemom ili nije – prije ili nakon posjeta liječniku ili bolnici ili u bilo kojem trenutku kako bi se izgradilo opće znanje o toj temi.

Možda želite razgovarati s djecom o ovoj temi pojedinačno ili u grupi. Knjižica je napisana za djecu u dobi od 9 do 15 godina, ali i stariji adolescenti mogu smatrati da im je zanimljiva.

Ako radite u okruženju u kojem možete izložiti ovu knjižicu na način da bude dostupna djeci, možete ih potaknuti da ponesu primjerak kući i kasnije razgovaraju s vama ili drugim odraslim osobama kojima vjeruju.

Ova knjižica je sažetak Vodiča Vijeća Europe o sudjelovanju djece u odlukama vezanim uz njihovo zdravlje, objavljenog 2024. godine, s ciljem pružanja informacija i savjeta, prvenstveno za zdravstvene djelatnike, o tome kako uključiti djecu u donošenje odluka u vezi s njihovim zdravljem.



Vodič započinje predstavljajući teorijskog i zakonskog konteksta, a zatim opisuje važne komponente procesa donošenja odluka, pomažući zdravstvenim djelatnicima da razumiju svoju ulogu u podržavanju djece, obitelji i drugih profesionalaca u provedbi sudjelovanja djece u praksi. Ključni pojmovi kao što su pristanak, suglasnost i najbolji interesi objašnjeni su u vodiču,

raspravljaju se i ključni pojmovi poput pristanka, suglasnosti i najboljih interesa, kao i uobičajene zdravstvene situacije u kojima se sudjelovanje u donošenju odluka ponekad može smatrati izazovnijim. Primjeri i poveznice na dobre prakse pruženi su kroz cijeli Vodič.

KLJUČNE PORUKE

U nastavku su najvažniji zaključci iz dokumenta. U vašim razgovorima s djecom možda ćete željeti obuhvatiti sve ključne poruke ili se usmjeriti na najvažnije ili relevantnije, s obzirom na situaciju djeteta.

Tvoje pravo da budeš saslušan/a

U skladu s člankom 12. Konvencije Ujedinjenih naroda o pravima djeteta, djeca imaju pravo sudjelovati u i utjecati na odluke u svim pitanjima koja se tiču njihovih života, uključujući i njihovo zdravlje. To osigurava da se uvijek uzimaju u obzir njihovi najbolji interesi i da dobivaju najbolju moguću zdravstvenu skrb.

Informacije su ključne

Djeca imaju pravo primiti informacije o svom zdravlju na način koji mogu razumjeti. Informacije moraju biti točne i dovoljne da im omoguće donošenje informirane odluke.

Otvorena i sigurna komunikacija

Djeca imaju pravo na podršku u oblikovanju svog mišljenja i osjećaj sigurnosti tijekom interakcije s odraslim osobama. Imaju pravo na privatnost i povjerljivost, što znači da informacije o njihovom zdravlju ne smiju biti podijeljene s nikim osim ako nije nužno za njihove najbolje interese.

Uloga roditelja

Djeca imaju pravo imati roditelje uz sebe prilikom primanja zdravstvene skrbi i osloniti se na njihovu podršku pri donošenju odluka. U mnogim slučajevima, roditelji su ti koji formalno daju svoje dopuštenje za intervenciju.

Može se dogoditi da djeca žele razgovarati o ili pristupiti zdravstvenoj skrbi bez prisutnosti svojih roditelja.

Izražavanje mišljenja

Djeca imaju pravo izražavati se i moraju biti poticana i podržavana u tome, bez obzira na njihovu dob. Neverbalni izrazi, poput govora tijela, također su važni. Ovo vrijedi u svim slučajevima, bez obzira na pravila za pristanak.

Donošenje odluka

Mišljenja djece moraju se uzeti u obzir, s obzirom na njihove razvijajuće sposobnosti. Kada konačna odluka nije ono što je dijete željelo, razlozi za donošenje te odluke moraju biti objašnjeni djetetu.

Nesuglasice

Mogu postojati različita mišljenja i nesuglasice između djeteta, roditelja ili zdravstvenih djelatnika. Takve situacije često se mogu riješiti daljnjim razgovorom. Međutim, mogu postojati slučajevi sukoba u kojima je potrebno uključiti vanjsku osobu ili tijelo kako bi se odlučilo što je u najboljem interesu djeteta.

Nastavljamo dalje

Ovaj odjeljak pruža dodatne informacije, osobito o relevantnim zakonskim tekstovima. Spominje se da djeca mogu biti uključena u razvoj i pregled nacionalnih zakonodavstava i politika.

NACIONALNI KONTEKST

Tema Vodiča regulirana je nacionalnim zakonodavstvom i podzakonskim aktima. Možda ćete morati istražiti pravni okvir u svojoj zemlji koji se odnosi na zdravstvene sustave, prava pacijenata i prava djece, kako biste bili sigurni da možete odgovoriti na pitanja.



Postoji li u mojoj zemlji zakon o pravima djece? Spominje li taj zakon participaciju?



Postoji li u mojoj zemlji zakon o zdravstvenoj zaštiti i pravima pacijenata? Ako postoji, koje su relevantne odredbe koje se odnose na djecu i njihovu participaciju u odlučivanju? Primjerice, pravo na informiranost, pravo na izražavanje mišljenja i njegovo uvažavanje?



Postoji li dob u kojoj djeca mogu formalno dati pristanak na medicinski zahvat prije navršene 18. godine života? Ako postoji, prema kojim kriterijima (dob, zrelost ili drugo)?



Postoje li drugi zakoni, propisi ili smjernice relevantne za sudjelovanje djece u odlučivanju o pitanjima povezanim sa zdravljem?



Postoje li smjernice primjenjive u situacijama neslaganja ili sukoba, primjerice, ako se dijete, roditelji ili skrbnici te zdravstveni djelatnici ne slažu? Što te smjernice propisuju?



RASPRAVE JEDAN-NA-JEDAN

 Želiš li da zajedno pročitamo knjižicu, pa da onda porazgovaramo o tome?

Knjžica se može koristiti za podizanje svijesti i osnaživanje djece o ovoj temi te može biti dio obrazovanja o dječjim pravima, s naglaskom na područje zdravlja i pravo na participaciju. U grupnom radu preporučuje se korištenje neformalnih obrazovnih metoda.



QUIZ TIME

A cartoon illustration of a young girl with short, wavy blue hair and round glasses. She is wearing an orange t-shirt with a white polka-dot pattern. She is sitting at a desk, resting her chin on her hand in a thinking pose. On the desk are several books and a red apple. Above her head are three orange question marks, indicating she is confused or thinking hard.

This image shows a full page of white paper with horizontal dashed lines, typical of primary-ruled notebook paper. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

