

Ponedeljek, 10. 1. 2022 od 17:00 do 18:30

Gibanje za ohranjanje zdravja – Tatjana Novak

Udeleženci predavanja se boste seznanili s pomenom vsakodnevnega gibanja za dobro počutje in delovanje organskih sistemov telesa ter ohranjanje zdravja, spoznali pomen preventivne rehabilitacije in s pomenom pitja vode za hidracijo in delovanje organskih sistemov telesa. S prikazom praktičnega dela predavanja se boste naučili osnovnih vadbenih elementov za razvijanje, krepitev in ohranjanje gibalnih spretnosti s poudarkom na gibljivosti, ravnotežju, koordinaciji in moči.

Sreda, 12. 1. 2022 od 17:00 do 18:30

Skrbnišтво – pravice in obveznosti – Simon Došen

Na predavanju bomo s pomočjo powerpoint predstavitev predstavili pomen skrbništva, postopek postavitve osebe pod skrbništvo ter spoznali pravice in obveznosti tako skrbnika kot varovanca.

Predstavljeni bodo praktični primeri postavitve osebe pod skrbništvo, ki bodo podkrepljeni tudi z vzorci predlogov udeležencev, ter z vzorci sodnih odločb.

Skrbnišтво je posebna oblika varstva otrok, za katere ne skrbijo starši, in odraslih oseb, ki niso sposobne same skrbeti zase, za svoje pravice in koristi ter odraslih oseb, ki nimajo možnosti same skrbeti za svoje pravice in koristi. Za skrbnika se imenuje oseba, ki ima osebne lastnosti in sposobnosti, potrebne za opravljanje obveznosti skrbnika, in ki privoli, da bo skrbnik. Obveznost skrbnika je prostovoljna in častna. Skrbnik zastopa varovanca, torej je dolžan za osebnost, pravice in koristi varovanca vestno skrbeti ter skrbno upravljati z varovančevim premoženjem. Če je mogoče in če to ni v nasprotju s koristmi varovanca, se imenuje za skrbnika njegov zakonec, zunajzakonski partner ali sorodnik. Pri imenovanju skrbnika CSD ali sodišče upoštevatata predvsem želje varovanca, če jih je ta izrazil in če je sposoben razumeti njihov pomen in posledice, in če je to v korist varovanca. Upošteva pa tudi želje njegovega zakonca, zunajzakonskega partnerja ali njegovih sorodnikov, če je to v korist varovanca.

Simon Došen je zaposlen kot okrožni sodnik svetnik na Okrožnem sodišču v Slovenj Gradcu.

Ponedeljek, 17. 1. 2022 od 17:00 do 18:30

Socialno varstvene pravice – Sendi Murgel

V sklopu predavanja bomo pregledali pravice ter statuse otrok s posebnimi potrebami do 18. leta starosti in njihovih staršev, nato pa bomo enako storili tudi s pravicami in statusi odraslih s posebnimi potrebami in njihovimi starši. Govorili bomo o možnostih, ki jih imajo na voljo, da zagotovijo staršem in otrokom boljše delovanje in pridobitev za vsakega tistih pravic in statusov, ki jim najbolj ustrezajo. Predavateljica bo predstavila tudi zakonodajo, ki pravice in statuse obeh opredeljuje. Na koncu bomo posvetili še nekaj časa skrbi za prihodnost otrok dolgoročno in možnostih, ki jih imajo za to. Predavanje je mišljeno bolj kot dialog med prisotnimi, saj lahko starši dobijo največ, če vprašajo tiste vsebine, ki jih dejansko zanimajo in konkretno vplivajo na njihovo življenje.

Sendi Murgel je univ. dipl. pravnica, zaposlena na MDDSZ kot socialna inšpektorica.

Sreda, 19. 1. 2022 od 17:00 do 18:30

Skrb za duševno zdravje - Ajda Demšar

Svetovna zdravstvena organizacija je duševno zdravje opredelila kot »stanje dobrega počutja, v katerem posameznik razvija svoje sposobnosti, se spoprijema s stresom v vsakdanjem življenju, učinkovito in plodno dela ter prispeva v svojo skupnost.«. V času, kjer smo nenehno vpeti v različne zahteve, vloge in obveznosti, nam prevečkrat zmanjka časa, da se ustavimo in zares vprašamo kako smo – kako se počutimo. Dobro počutje je še predvsem v času trajanja epidemije za mnoge postalo uganka. Zanimanje tega področja našega zdravja ima seveda posledice in terja svoj dolg. Kljub temu so stvari, ki jih lahko naredimo sami in tako proaktivno izboljšamo naše psihološko stanje. Tekom predavanja bomo skupaj odkrivali prav to – kaj sploh duševno zdravje je, kako prepoznati težave, kaj lahko naredimo sami in kdaj je čas da poiščemo strokovno pomoč.

Ajda Demšar je univerzitetna diplomirana psihologinja in doktorandka vedenjske in kognitivne nevroznanosti na Univerzi v Mariboru. Zaposlena je na Centru za sluh in govor Maribor ter je hkrati ustanoviteljica Zavoda Empatium. Nenehno se izobražuje iz področja psihodiagnostike in psihoterapije. Aktivno soustvarja in skrbi za strokovnost psihološke stroke s pisanjem strokovnih prispevkov, ustreznim prevajanjem vprašalnikov in pripravo predavanj ter izobraževanj za strokovno in splošno javnost.

Ponedeljek, 24. 1. 2022 od 17:00 do 18:30

Komunikacija v družini - Nada Polajžer

Naj se tega zavedamo ali ne, komunikacija je tisti nivo odnosa v družini, ki odločilno vpliva na to, kako se družinski člani počutimo drug z drugim. V družinah oseb s posebnimi potrebami je velikokrat otežena tudi zaradi slabše razvitih govornih sposobnosti nekaterih njenih članov – kljub vsemu pa besedni govor ni edini način komuniciranja med nami. Drug drugemu nehoti in nevede sporočamo marsikaj že s telesno govorico, ki je ne moremo nadzorovati z voljo, pač pa je posledica tega, kako razmišljamo in kako se počutimo. Naše počutje je seveda odvisno od marsičesa, vemo pa, da zelo vpliva na medosebne odnose. Zato je lahko v pomoč, če razumemo nekatere zakonitosti družinskih in siceršnjih medosebnih odnosov, da bo tudi komunikacija stekla tako, da se bomo bolje počutili.

Nada Polajžer je psihoterapevtka, ki deluje v zasebni praksi na Ptuju in mama deklice s posebnimi potrebami.

Sreda, 26. 1. 2022 od 17:00 do 18:30

Zdravo prehranjevanje v družini - Stojan Kostanjevec

Predavanje o prehrani bo vsebinsko povezano z najnovejšimi priporočili o zdravi prehrani. Predstavljene bodo aktualne vsebine o sestavi in kakovosti živil in enostavnem načrtovanju prehrane v družini. Po predavanju bo izvedena skupna delavnica v kateri bo lahko vsak udeleženec doma pripravil enostavno jed. O potrebnih sestavinah boste seznanjeni ob prijavi na predavanje.

Ponedeljek, 31. 1. 2022 od 17:00 do 18:30

PUSTITE MI ZMAGATI, predstavitev specialno-olimpijskega gibanja – Urška Kustura

Mnogi poznate Specialno olimpiado Slovenije, naše športno gibanje, tokrat pa bi se vam radi predstavili še malo podrobnejše, tudi s programi izven športa, ki jih morebiti poznate malo manj. V specialno-olimpijskem gibanju, ki je razširjeno po celem svetu, lahko sodelujejo otroci od 8. leta dalje, starost navzgor pa ni omejena. S krepitvijo psihofizičnih sposobnosti ter vsesplošno skrbjo za zdravje predstavlja enega izmed temeljev za kvalitetno življenje. V gibanje so vključeni uporabniki iz različnih centrov, VDC-jev, šol in že nekaterih društev Sožitij. Treningi potekajo celo leto na lokalni ravni, na regijski in državni pa je letno organiziranih okoli 25 tekmovanj. Poleg tega sta zelo aktivna programa Mladi športnik, kamor so vključeni otroci v predšolskem obdobju ter zdravstveni program, ki z različnimi pregledi in ozaveščanjem spodbuja k zdravemu načinu življenja.

Specialno olimpijado bo predstavila Urška Kustura, dolgoletna izvršna sekretarka društva.