

Ponedeljek, 2. 10.2023 od 17.00 – 18.30

Kako si vzeti čas zase? 2. del, praktične vaje – Polona Kotnjek

Spletno predavanje bo sestavljeno iz dveh delov. Prvi krajši del bo reflektivno teoretičen, kjer bo predstavila kako si najti v dnevu čas zase, kako se slišati in poskrbeti zase, kako upočasniti divji tempo življenja in morebiti tudi izboljšati vaše odnose z bližnjimi. Drugi daljši del bo praktičen in bo sestavljen iz vaj, ki vam pomagajo najti stik s seboj, se umiriti in se slišati ter zaznavati v danem trenutku. Vključene bodo dihalne, gibalne in vizualizacijske vaje, ki pomagajo umiriti naše notranje stanje.

Polona Kotnjek je v prvi vrsti raziskovalka življenja in sebe. Dela kot strokovna vodja pri Zavodu ZRIPS, je profesorica in pedagoginja, ki ima več kot 18 letne izkušnje na področju izobraževanja, poučevanja in varstva otrok, mladostnikov in oseb z motnjo v duševnem razvoju. Sooblikuje in vodi programe vseživljenjskega učenja OMDR, varstvene in doživljajske programe za otroke, programe za starše oz. mlade družine ter izvaja spremstva na raznolikih programih za OMDR ter njihove svojce. Več kot 20 let že deluje kot prostovoljka na invalidskih in humanitarnih programih, je predavateljica z lastnimi izkušnjami življenja z OMDR in skrbi za OMDR. Je soustanoviteljica portala za ženske in svetovalka na področju poslovne komunikacije, marketinga in timskega dela.

Ponedeljek, 9. 10. 2023 od 17.00 – 18.30

Aktualna zakonodaja – Meta Močnik

Živimo v času hitrega spreminjanja že uveljavljenih in obsežnega sprejemanja novih pravnih aktov, ki tako ali drugače vplivajo tudi na status oseb z motnjo v duševnem razvoju. V zadnjih letih je zakonodajalec posegel na več različnih področjih kot so osebna asistenca, skrbništvo, družinski pomočniki, dolgotrajna oskrba, pravice z naslova zdravstvenega zavarovanja in tako dalje.

Z namenom, da se starši in skrbniki oseb z motnjo v duševnem razvoju seznanijo s spremembami in s tem pridobijo vedenje, ki jim bo v pomoč pri odločitvah ter uveljavljanju pravic, bomo skozi predavanje obravnavali sprejete spremembe in debatirali o posledicah, ki jih te spremembe prinašajo.

***Meta Močnik** je sestra Nine, ki se je rodila z motnjo v duševnem razvoju. Je tudi magistra prava, ki na Zvezi Sožitje skrbi za razlago aktualne zakonodaje, ki tako ali drugače vpliva tudi na status oseb z motnjo v duševnem razvoju.*

Ponedeljek, 16. 10. 2023 od 17.00 – 18.30

Novosti v zakonodaji – Mateja De Reya

V letu 2023 se je spremenilo in se še spreminja vrsto zakonov, ki neposredno naslavlja življenje oseb z motnjami v duševnem razvoju in njihove družine.

Tako se spreminja Zakon o osebni asistenci, sprejet je bil Zakon o dolgotrajni oskrbi, prizadevamo si spremeniti Pravilnik o podpornih storitvah po Zakonu o socialnem vključevanju invalidov.

Ne ravno nov pa kljub temu nadvse pomemben je Družinski zakonik s skrbništvom, Zakon o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju, ki omogoča sobivanje in še bi lahko naštevali.

V spletnem predavanju se bomo dotaknili novosti ter osvetlili predlagane rešitve, ki jih je podala v procesu spreminjanja zakonodaje Zveza Sožitje.

Novosti v zakonodaji bo predstavila Mateja De Reya, dolgoletna direktorica Zveze Sožitje in sorojenka brata z motnjo v duševnem razvoju.

Ponedeljek, 23. 10.2023 od 17.00 – 18.30

Specialna olimpiada – Suzana Bohorč

Mnogi poznate Specialno olimpiado Slovenije, naše športno gibanje, tokrat pa bi se vam radi predstavili še malo podrobneje, 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 raznih 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 Suzana Bohorč, predsednica društva.