

ŠT. 5, LETO 2021, LETNIK 54

NAŠ ZBORNIK 5

ZVEZA DRUŠTEV ZA POMOČ OSEBAM Z MOTNJAMI V DUŠEVNEM RAZVOJU SLOVENIJE



Delo omogoča zadovoljstvo

Delo daje življenju smisel, občutek koristnosti. Radi imamo, da je opravljeno delo vidno, da tudi drugi vidijo izid našega dela. Veseli smo, če naše delo cenijo in spoštujejo naš trud. A pri delu ne gre vselej vse gladko. Pojavljajo se ovire, utrujeni smo, potrebujemo počitek. Odpočijemo si že, če zamenjamo vrsto dela.

Tudi za osebe z motnjami v duševnem razvoju, ki so za delo sposobne in dovolj spretne, je delo izredno pomembno. To so zatrjevali vsi naši sogovorniki. Želijo biti koristni. Pomembno jim je, da pripadajo skupini. »Tu sem prvič dobila občutek, da nekam pripadam, spoznala sem prave prijatelje, edine, ki jih imam.« To so besede Hane, ki streže v gostilnici Druga violina.

Seveda je pomemben tudi denar, zaslužek, nagrada za delo. Prav tu pa najpogostejše nastajajo nesporazumi. Predvsem starši »pod posebnimi pogoji zaposlenih« ljudi z motnjami v duševnem razvoju pričakujejo zanje podobno plačilo, kot ga imajo drugi delavci. Težko upoštevajo, da za opravljenim delom njihovega otroka stoji še nekdo, ki ga vodi, usmerja, nadzoruje, ki bi delo sam lahko opravil veliko hitreje. Tudi doma starši marsikatero delo opravijo sami, ker gre tako hitreje, ker porabijo z navodili in nadzorom preveč časa.

Zakaj je torej delo vseeno tako pomembno? Delo je potrebno predvsem zaradi občutka ljudi, da nekaj zmorejo. Tudi za to, da si zapolnijo dan, a pomembnejši je občutek koristnosti. In predvsem za to se trudijo tisti, ki delajo z ljudmi z motnjami v duševnem razvoju. Ljudje, ki vsak dan odhajajo v varstveno-delovne centre in tam delajo tisto, kar lahko, omogočajo tudi svojim staršem, da lahko hodijo v službo. Ljudje, ki delajo, pripadajo delovni skupini, sodelujejo v družbi, ker delajo zanjo. Zato se počutijo bolje.

Ko razmišljam o delavcih Želve, ki skrbijo za Pot spominov in tovarištva, razmišljam o otroških igriščih, ki so pogosto prav zanemarjena. Na začetku so videti lepo, potem pa, kot da ne bi nihče več skrbel zanje. Tudi za vzdrževanje otroških igrišč bi lahko skrbela kaka invalidska organizacija. Zelo koristni bi bili. Omogočite jim delo in zadovoljstvo!



NAŠ ZBORNIK

letu 54 - št. 5/2021
SLO ISSN 0340-655X
udk 376,3

Zbornik izdaja:

Zveza Sožitje - zveza društev
za pomoč osebam z motnjami
v duševnem razvoju Slovenije
Ljubljana, Samova 9,
Telefon: 01/43 69 750
Faks: 01/43 62 406
E-pošta: info@zveza-sozitie.si
http://www.zveza-sozitie.si
Izhaja šestkrat letno.

Založnik:

Forma 1 d.o.o., Ljubljana

Založniški svet:

Anka Pori, Matilda Šuman,
Helena Primc., Slava Donko,
Elizabeta Tučič

Založniško-uredniški odbor:

Helena Primc., Tanja Grunfeld,
Tanja Šoštarčič Tasič,
Tereza Žerdin, Tina Žnidaršič,
Zarja Vučklič

Glavna in odgovorna urednica:

Tereza Žerdin

Jezikovni pregled: Vlasta Kunej
Oblikovanje: Aleša Vukosavljevič

Tisk: Forma 1 d.o.o.,
Samova 9, 1000 Ljubljana
Tel: 040 474 686

Celoletna naročnina:

17,90 eur, za ustanove 37,07 eur,
5% DDV je vključen v ceno.
Naročnino poravnajte na naslov:
Forma 1 d.o.o., Samova 9,
1000 Ljubljana

Številka transakcijskega računa:

02036-0012027662
pri Novi ljubljanski banki d.d.

Fotografij in rokopisov ne vračamo.
Gradivo za naslednjo številko mora
biti v uredništvu najkasneje
do 5. v mesecu pred izidom.



DEJAVNIKI USPEŠNEGA DELOVNO-SOCIALNEGA VKLJUČEVANJA NA KORENIKI

Mladi, med njimi tudi nekaj mojih nekdanih učencev, ki so danes udeleženi v programu Socialna vključenost, so se te dni vrnili s skupnega počitnikovanja na morju. Uživali so v kopanju, na sprehodih, v prepevanju, plesu in predvsem v prijetnem, složnem druženju, ki ga tkejo v delovnem okolju na Socialni kmetiji Korenika.

Štirinajst jih je. Vsak je drugačen, a vsem so skupne premajhne delovne zmožnosti, da bi zmogli delo v okviru zaposlitve. Lahko bi ostali doma, toda izkušnje pričajo o tem, da bi ob izključenosti iz delovnega okolja ostali tudi brez družabnega življenja. Njihovo de-

lovno okolje je namreč tudi prostor njihovega socialnega življenja. Na Koreniki imajo sodelavce, mentorje, prijatelje, imajo skupnost, ki ji pripadajo. So enakovredni člani uspešnega podjetja. Seznanjeni so z razvojem in izzivi podjetja, sodelujejo pri doseganju postavljenih ciljev in se počutijo del uspehov podjetja. Vsak prispeva na svojem področju in po meri svojih zmožnosti, a je hkrati del celostne Korenikine zgodbe, ki jo ustvarjamo skupaj, se o njej pogovarjamo na sestankih, ob novo prenovljenih prostorih, ob soustvarjanju vrtov, na ekofestivalih, v interakciji z otroki, turisti in mediji.



Pri delu so uspešni in nekateri celo »udarni«. Udarni so predvsem v pripadnosti podjetju, delovni motivaciji in medsebojni povezanosti, seveda pa ne toliko v delovni zmožljivosti in normativni uspešnosti. Pri opravljanju dela se počutijo zelo dobro. Ne moti jih, da niso zaposleni in niso (več) obremenjeni s primerjavo z zaposlenimi, saj so oni sami in izidi njihovega dela cenjeni. Mentorje in sodelavce dojemajo kot prijazno pomoč in prijateljsko podporo.

Ogromno jim pomenijo tudi socialne vsebine iz programa, v katerem so udeleženi in ki so po meri njihovih potreb in interesov: organizirani izleti, skupne počitnice, pikniki in festivalski dogodki, kjer ima vsak svojo zaposlitev in odgovornost. Zanje pa izvajamo tudi razne delavnice, namenjene vseživljenjskemu učenju, psihosocialni podpori, urejanju socialnih pravic, razvijanju socialnih spretnosti, krepitvi socialne mreže, podpiramo jih pri reševanju eksistenčnih in finančnih izzivov.

Za svoje delo prejemajo od podjetja nagrado, ta skupaj s transferji, ki jih prejemajo, predstavlja znesek, s katerim so zadovoljni. Med njimi so najbolj zadovoljni tisti, ki jim domači dovolijo z denarjem tudi ravnati in katerega del si lahko privoščijo za lepo preživljanje dopustniških dni. Za zdaj jih namreč večina živi v domačem okolju, tesno povezana s starši. Nekoč se bo spremenilo tudi to, zato se že zdaj poigravamo z mislijo o bivalni skupnosti v bližini Korenike, ki si jo želijo tudi sami.

Najuspešnejši so pri delovnih nalogah, ki so jim znane, jih zmorejo in kjer imajo dobro mentorsko podporo. Nekateri pomagajo pri ekološki pridelavi in predelavi zelišč, zelenjave, sadja in žit, drugi pomagajo v živalskem parku, spet tretji v mizarskem timu ... Delo radi opravljajo v prijetnem ozračju, kjer se počutijo spoštovani, kjer se lahko pošalijo in izrazijo svoje misli, čustva, nemalokrat pa tudi svoje skrbi in stiske. Mentorji, ki se stalno usposablajo za delo z njimi, skušajo razviti ustrezno razmerje med rutinskimi delovnimi vsebinami, pridobivanje novih delovnih izkušenj ter individualno in skupinsko psihosocialno podporo. Delovno okolje in delovne naloge so smotno organizirani in delovne naloge dodeljene po kriteriju zmožnosti. Urejena je lažja dostopnost do de-

lovnih sredstev in virov (na primer: voda), poleti zaradi vročine prilagodimo urnik dela in odmore, pozorni smo na zdravje, počutje in razpoloženje ter stalno skrbimo, da udeleženci dosegajo (realno postavljene) delovne cilje in dobijo občutek delovne uspešnosti, ki je pomembna za podjetje. Tako si razvijajo tudi občutek osebne vrednosti.

Pri delu se vsak dan gibljejo v naravi in so del procesa varovanja narave. Dela, ki jih opravljajo, zajemajo učenje o zdravem načinu življenja. Učijo se sobivati z naravo in zato vzljubijo rastline in živali. Skrb za naravo nas povezuje. Med obiski gostov in na otroških taborih sodelujejo pri prenosu znanja in ustvarjanju prijetnega razpoloženja, to jih dodatno delovno motivira in osebno oblikuje.

Na Koreniko prihajajo vsak dan s kombiji, ki vozijo iz mesta in nazaj. V delovno okolje prispejo zadnji in ga zapustijo prvi. Občasno ostanejo dlje časa, in tega so veseli. Po prihodu zjutraj se preoblečejo v garderobi, popijejo svoj jutranji napitek in potem vsak odide v svojo delovno skupino. Večina pomaga v predelavi pri pripravi zelišč, sadja in zelenjave za sušenje ali vkuhanje. Poseben obed, ki jih razveseljuje, je čas malice. Ta je obilna in okusna, po njej pa je čas za kavo. Zelo radi nabirajo zelišča v naravi ali pomagajo pri urejanju zeliščnega vrta, tam se srečujejo tudi s turisti, s katerimi radi kramljajo. Večina vsaj občasno svoje delo opravlja tudi v živalskem parku, kjer z veseljem skrbijo za kralja živali, desetletnega krškopoljca Viktorja, in skoraj dvajsetletnega rjavca Groma. Pujs in konj sta priljubljeni maskoti Korenike, ki ju tako kot druge živali, muca Miša ter zajce, krave, ovce, koze in race radi obišejejo, se podružijo z njimi in jih predstavijo obiskovalcem. Zanje tudi skrbijo

in čistijo njihova bivališča. Vsi tudi dobro poznajo Korenikine izdelke, vedo, za kaj se uporabljajo in kako se pripravljajo. Po koncu delovnega časa se radi družijo.

Povezani so tudi po skupini Messenger, ki smo jo ustvarili med epidemijo covida-19, zaradi nje je bilo izvajanje programa za nekaj tednov ustavljeno. Takrat je bilo hudo. Strah in negotovost sta jim vzela občutek varnosti, ki je zanje najpomembnejši. Po Messengerju so se skupaj kratkočasili in se družili, kanal pa smo uporabljali tudi za pomoč pri razumevanju medijskih objav in državnih ukrepov v zvezi z epidemijo. Danes so vsi cepljeni in spomin na tesnobo tistih dni je že skoraj zbledel. Znova se smejejo, še posebno lepo pa jim je bilo na otoku Krku, kamor so se v spremstvu strokovne sodelavke odpravili na tedenske počitnice. Obiskala sem jih tudi sama. Njihova pričevanja ter izrazi občutja sreče in hvaležnosti so navdušili tamkajšnjo okolico, ki se je kar malo zamislila.

Naše izkušnje nas učijo, da se mora za uspešno vključitev oseb, ki niso zaposljive, delovno okolje ustrezno pripraviti in prilagoditi. V svojo razvojno perspektivo mora vnesti prvine inkluzivne kulture ter spoštovanja vseh vključenih, njihovih enkratnih lastnosti, zmožnosti in potreb, v katerih se skrivajo delovni in socialni potenciali za izoblikovanje inkluzivne delovne skupnosti. Prav take skupnosti in delovna okolja lahko ustvarijo »udarnike« na vseh področjih in ravneh. Seveda vse to ne bi bilo mogoče in ne bo mogoče, če ne bomo ostali socialna država, ki razume družbeni koncept pravične neenakosti in z raznimi ukrepi omogoča delovno vključevanje oseb iz ranljivih družbenih skupin. Ne rodimo se namreč vsi z enakimi sposobnostmi, veliko prej so nam skupne potrebe. Potreba po

vključitvi v socialno okolje je univerzalna in velik del nje uresničimo s soustvarjanjem in delom, seveda vsak po svojih možnostih. Taka delovna okolja so delovne skupnosti, kjer ljudje zadovoljujejo tudi socialne in druge potrebe, ki so nepogrešljive za osrečujoče človeško življenje.

Lili Milošević

O socialni kmetiji Korenika

Socialna kmetija Korenika leži v osrčju Goričkega, v vasi Šalovci in je zadnja leta postala mednarodno priznan zgled inovativnega poslovnega modela zaposlovanja oseb z različnimi oblikami invalidnosti. Pod krovno znamko Socialna kmetija Korenika delujeta poslovna enota Pribinovina, v sklopu te se izvaja tudi v prispevku predstavljen program Socialna vključenost (za osebe s statusom nezaposljivosti), in zavod Korenika, ki ima status zaposlitvenega centra. Korenika se ukvarja z ekološko pridelavo in predelavo sadja, zelenjave, zelišč in žit ter z ekološkim, izobraževalnim in doživljajskim turizmom. Uspesablja, zaposluje in socialno vključuje osebe iz ranljivih družbenih skupin, peščico od teh delovnih invalidov, večino pa oseb z motnjami v duševnem razvoju in s težavami v duševnem zdravju.

STROJE, ORODJE IN DELO PRILAGAJAMO

V Varstveno-delovnem centru Ribnica, ki je lani praznoval 30. obletnico delovanja, se izvajajo različne zaposlitvene dejavnosti. Živimo v okolju, v katerem smo obdani z gozdovi, in prav les in izdelki iz lesa so naša posebnost. Mizarska delavnica obratuje že skoraj od samega začetka ribniškega varstveno-delovnega centra. Izdelki so se z leti postopoma oblikovali, dopolnjevali in spreminjali, prav tako strojna oprema, ki omogoča izdelavo zmeraj zanimivejših izdelkov. Zasnova našega dela sledi temu, da pri oblikovanju in izdelavi čim več sodelujejo uporabniki, tako da so v delovnem procesu čim dejavnejši in samostojnejši. Ker je pri delu z lesom v končni izdelek navadno zajetih več delovnih operacij, različnih orodij in pripomočkov, ki so lahko tudi nevarni, je bilo treba premisliti in prilagoditi postopke dela tako, da je delo preprosto, zanimivo in varno. Uporabniki sodelujejo v tehle delovnih operacijah, izpopolnjenih z ustreznimi prilagoditvami:

- vrtanje na namiznem vrtalnem stroju z uporabo šablon za vpenjanje, točkovno vrtanje z zaščitno šablono;
- brušenje na kolutnem brusilnem stroju z uporabo šablon za vpetje elementa, držalne šablone, zaščitne šablone;
- ročno brušenje z uporabo držalnih šablon;
- sortiranje polizdelkov in izdelkov po oblikah, velikostih, barvah z uporabo barvnih in številčnih šablon;
- štetje polizdelkov;
- lepljenje elementov z uporabo šablon.

Namizni kolutni brusilni stroj, s katerim dela tudi uporabnik Danijel, je namenjen za ploskovno brušenje manjših izdelkov. Z uporabo kotne šablone dosežemo kotnost izdelka. Zaščitna šablona koluta zagotavlja varnost rok v delovnem območju stroja. Uporablja se tudi šablona za fiksacijo in kotnost polizdelka.



Danijel pri delu na kolutnem brusilnem stroju

Namizni vrtalni stroj, s katerim dela uporabnik Janez, je namenjen za vrtanje, natančnejše točkovno vrtanje, vrtanje z uporabo šablone, ki rabi za varnejše vpetje polizdelka – v našem primeru domine. Uporabnik z uporabo šablone varno in natančno premika domino v želeni položaj. Vrtalni stroj ima nastavljeno zaščito za roke, vrta se z nižjimi vrtljaji. Na ročki za pomik svedra se nastavi globina vrtanja.

Moje ime je Janez. Star sem 53 let. V VDC Ribnica sem že 18 let, kjer delam različna dela. Vključen sem tudi v lesno delavnico. V začetku me je učil delovni inštruktor Janez, že nekaj let pa me pri delu vodi delovni inštruktor Brane, s katerim je delo zelo zabavno. Delati z lesom mi je všeč, ker je zanimivo delati s stroji. všeč mi je, ker mi Brane prilagodi delo tako, da ga lahko varno samostojno izvajam. Najbolj sem uspešen pri brušenju na kolutnem brusilnem stroju in namiznem vrtalnem stroju. V mizarški delavnici ne delam prav vsak dan. Moje delo poteka stoje. Za delo potrebujem zaščitno haljo, zaščitna očala in veliko dobre volje. Z Branetom se dogovoriva za delovni čas, ki običajno traja 3 ure. Vmes imam tudi odmore. Vesel sem, ker lahko pomagam pri izdelavi domin, domina poštevank, ptičjih hišic.



Andreja pri sortiranju poštevank z uporabo številčne šablone

V Varstveno-delovnem centru Ribnica nastajajo unikatni izdelki iz smrekovega, bukovega, borovega in mahagonijevega lesa, ki nam omogoča oblikovanje in izdelavo zanimivih tržnih izdelkov. Na naših policah se tako najdejo pručke, smetišnice, pladnji, ptičje krmilnice, obešala za ključe, leseni zabojčki, domine, domino poštevank, okvirji za slike, obeski za ključe. Izdelke je mogoče kupiti na različnih stojnicah ob posameznih dogodkih, osebno v varstveno-delovnem centru in na spletni strani Centra za usposabljanje, delo in varstvo Dolfke Boštjančič, Draga.

Vsak ustvarjeni izdelek ima svoj pečat, osebno zgodbo in uspeh udeleženi ustvarjalcev.

*Alja Peterlin, specialna pedagoginja
Brane Šilc, delovni inštruktor*

NAJPREJ JE BILA ŽICA, ZDAJ JE ZELENİ PRSTAN

Pot spominov in tovarištva vzdržujejo delavci invalidskega podjetja Želva. Zadovaljni so sprehajalci in zadovoljni so ljudje, ki skrbijo, da je Pot čista, urejena.

Ko so leta 1941 Italijani zasedli Ljubljano, so mesto ločili od druge Slovenije z bodečo žico. Po trasi, kjer je bila nekoč žica, je zdaj štiri metre široka pot. Pot spominov in tovarištva ali Zeleni prstan. Dolga je 33 kilometrov. Ob Poti je 109 stebrov, od tega jih je 7 ob mestnih vpadnicah. Od enega do drugega stebra so posajena drevesa. Okrog 7000 jih je. Nova drevesa so začeli saditi leta 1980. Vsako leto posadijo nekaj novih na dan zemlje 22. aprila in na dan miru 21. septembra. Kakšno vrsto dreves bodo posadili, določijo na Biotehniški fakulteti glede na kakovost zemljišča. Na Barju na primer rastejo breze in vrbe, za Bežigradom

javorji in lipe. Tam, kjer je pot speljana mammo domačij, raste sadno drevje. Nekaj dreves so posadili v spomin na ljudi, ki so zaslužni, da je Pot spominov in tovarištva taka, kot je. Drevesa so posadili tudi nekdanji predsedniki Milan Kučan, Janez Stanovnik in Danilo Türk. Darujejo jih posamezni meščani, ki želijo, da bi se Pot spominov ohranila.

Spomladi, 19. aprila, je svoje drevo, javor, dobilo tudi invalidsko podjetje Želva, v zahvalo, ker njeni delavci že dolga leta skrbijo, da je Pot spominov in tovarištva urejena in čista, kosijo travo, skrbijo za drevesa ob celotni trasi. Njihov javor raste na delu trase med križiščem z Verovškovo ulico in križiščem z Ulico Alme Sodnik, kjer je sedež podjetja Želva.



Grega Arh je v Zelenem programu vodja skupine in mentor ljudi s posebnimi potrebami že petnajst let. Tole pa so povedali njegovi fantje iz Komunalno-vrtnarskega programa Želva, ki skrbijo za Poti spominov in tovarištva:

- »Zame osebno je najlepši del med prvim in sedmim kilometrom, od Tržaške ceste do Šiške, ker tam ni veliko ovir (avtomobilov). Pri samem delu mi ni všeč, kadar se kaj pokvari in ne moremo delati.«
- »Na Poti spominov in tovarištva srečujemo razne športnike, glasbenike, miniistre, politike in celo župana.«
- »Pri sprehajalcih mi je všeč to, da nas vedno pozdravijo, ne glede na starost in spol.«
- »Večina zaposlenih v Zelenem programu nas pozna imena dreves na Poti spominov in tovarištva, tako slovenskih kot latinskih.«
- »Zelenci, želvice ali želvaki, kot si pravimo sami, po večini kosimo zelene površine na Poti, z usposabljanji in ekipo varstveno-delovnega centra pa okopavamo peščeni del. Včasih pripeljemo tudi pesek in saniramo pot. Za drevesa skrbi podjetje TISA, mi samo odstranimo kake suhe veje.«
- »Vsi zaposleni v Zelenem programu se dobro zavedamo, da je naše delo pomembno, zato ga tudi vestno opravljamo. Vsak petek pobiramo smeti po vsej Poti spominov in tovarištva (33 kilometrov) in tako vzdržujemo red in čistočo.«



Kako je podjetje Želva dobilo delo

Nušo Kerševan smo vprašali, kako se je zgodilo, da so skrb za Pot spominov in tovarištva prevzeli delavci Želve. To je bilo namreč med njenim županovanjem. In kako je začela sodelovati s Sožitjem.

Nuša Kerševan je s Sožitjem povezana od samega začetka, ko je Društvo vodil Zdravko Tomažin. Pred tem je njen oče hudo zbolel. Zanj je skrbela zdravnica, ki je hkrati skrbela tudi za svojega enako bolnega očeta. Po očetovi smrti je Nuša Kerševan vprašala zdravnico, kako naj se ji oddolži za predano pomoč očetu. Ta pa ji je odgovorila, naj se po svojih močeh zavzame za gradnjo zavoda na Igu. Tako se je začelo sodelovanje s Sožitjem, Nuša Kerševan pa je pri svojih enaindevetdesetih letih kot predstavnica Zveze Sožitje še vedno članica sveta Centra Dolfke Boštjančič Draga pri Igu.

Ko je leta 1986 postala županja, je za Pot spominov in tovarištva skrbelo podjetje Rast. Arhitekt Jože Kušar, ki je na naslednjih volitvah kandidiral za župana, pa je predlagal, da bi skrb za vzdrževanje Poti zaupali podjetju Želva, njegov ustanovitelj je bil večletni predsednik Društva Sožitje Ljubljana Vinko Bilič. Tako so z mestno občino Ljubljana sklenili pogodbo, ki jo iz leta v leto podaljšujejo.

Za Nušo Kerševan je županovanje prevzel Jože Strgar. Čez noč so požagali spominske stebre, češ da so bili zgrajeni na črno. So hoteli s tem iz zavesti ljudi izbrisati spomin na bodečo žico? Ko so pri Mestnem odboru Zveze borcev zvedeli, da so stebre ob Poti požagali, so ustanovili Iniciativni odbor za ohranitev spomina na žico in pot. Odbor je vodil dr. Matjaž Kmecl, njegova namestnica je bila Nuša Kerševan. Čez dve leti, 1992, se



je odbor preimenoval v Društvo Zeleni prstan – društvo za ohranitev pomena Poti spominov in tovarištva. Društvo ima okrog 1700 aktivnih članov.

Pot spominov in tovarištva so Ljubljancani vzeli za svojo, za svojo pa jo imajo tudi želvaki. Ni jim vseeno, kako je videti njihova pot. Cenijo to, da imajo delo, in ni jim vseeno, kaj o njihovem delu menijo sprehajalci. Če sprehajalce kaj moti, to brž sporočijo na mestno občino, od tam obvestijo Društvo Zeleni obroč, oni pa obvestijo vodjo Zelenega programa pri Želvi. Se pa tudi želvaki kdaj pritožijo čez nevestne sprehajalce. Ko je predsednik Danilo Türk želel spoznati fante in dekleta, ki med drugimi drevesi skrbijo tudi za tisto, ki ga je posadil on, in se z njimi pogovoriti, so želvaki povedali, kako bi lahko polnili občinski proračun, in sicer s kaznimi za lastnike psov, ki ne pobirajo kakcev za svojimi ljubljenci. Tudi te morajo pobirati fantje in dekleta iz Želve. Saj radi delajo, a vseeno ...

Tereza Žerdin



Pot spominov in tovarištva

PST, ne PCT!

Vtisi obiskovalke poti

Mislim, da skoraj vsak prebivalec Ljubljane Pot pozna, je slišal zanjo ali pa jo je prehodil delno ali v celoti.

Imam veliko srečo, da živim pod vznožjem Golovca, ki ga prečkajo Pot spominov in tovarištva (PST), Srčna pot in Jakobova pot. Svojih deset tisoč korakov na dan naredim po Poti spominov in tovarištva.

Pot je zelo lepo vzdrževana.

Pred kratkim sem med sprehodom opazila kombi z napisom Želva in nato so iz vozila stopili trije fantje v zrelih letih. Veselo so klepetali, iz vozila potegnili orodje in začeli delo. »No, zdaj pa vem, kdo vzdržuje to pot v vseh letnih časih, v lepem in slabem vremenu.«

Fantje iz Želve pograbijo potke, očistijo kanale za odtekanje vode in redno praznijo koše za smeti.

Obiskovalcev poti je res veliko in vsi so zadovoljni z urejenostjo poti.

TŠT



Pot spominov in tovarištva

V Zeleni program sem vključen že ~~15~~ let, sem skupinovodja in mentor ljudi s posebnimi potrebami.

Meni osebno, je najlepši del med Lin 7 km od Tržaške ceste do Siske kjer tam ni veliko avtomobilov. Pri samem delu mi ni vseč ko se kaj pokvari in ne morem debat.

Na sami poti PST srečujemo razne športnike, glasbenike, ministre, politike in celo župana.

Pri sprehajalcih mi je vseč to, da nas vedno pozdravijo ne glede na starost in spol.

Večina zaposlenih na Zelenem programu pozna imena dreves na PST, tako slovensko kot tudi latinsko.

Zelenci, želvice in želvaki kot si sami pravimo, po večini kosimo zelene površine na PST, z usposabljanji in VDC ekipo pa okopavamo peščeni del, včasih pripeljemo tudi pesek in pot za drevesa skrbni podjetje TISA, mi samo odstranimo kake suhe veje. ^{saniramo.}

Vsi zaposleni v Zelenem programu se dobro da je naše delo pomembno in zato ga tudi opravljamo vestno. Vsak petek pobiramo smeti po celotni PST (33 km) in s tem vzdržujemo red in čistoto.

»RADI, ZELO RADI DELAVA«

Sobotno dopoldne na vrtu Druge violine. Pri naši mizi postreže s kavo Hana. Z druge mize odnese skodelice Barbara. Gostilnica Druga violina na koncu Starega trga v Ljubljani je posebna v tem, da zaposluje ljudi s posebnimi potrebami. Seveda je to zaposlitev pod posebnimi pogoji. Tudi Hana in Barbara sodita mednje.

Stopim za njima v notranjost gostilnice.

»Ali radi delata v Drugi violini?«

»Radi! Zelo radi!« odgovorita v en glas.

Medtem ko Barbara Lovšin zavija žlice in nože ter vilice v prtičke in zavitke vstavlja v papirnato vrečico, se pogovarjava. Pozneje se pridruži še Hana.

Barbara se z avtobusom pripelje iz Rožne doline. Ob prihodu najprej pripravi »vrt«, mize na ulici pred gostilnico. Potem stiska

limone ali pomaranče za limonado, polira pribor, polni hladilnik, pobira naročila od gostov in jih potem še postreže. Ko gostje odidejo, je treba odnesti skodelice in krožnike ter mizo počistiti.

Hana Klančičar se pripelje z avtobusom iz Sostrega. Včasih jo pripeljejo starši. Tudi ona dela iste stvari kot Barbara. Kmalu bo že šest let, odkar delata v gostilnici na Starem trgu.

Barbara pravi, da ne ve, kaj bi brez Druge violine. Hana pa, da si ni predstavljala, da bo sploh lahko kdaj delala. Srečni sta, ker lahko delata. V Drugo violino prihajata štirikrat do petkrat na teden. Za delo dobita nagrado. Napitnino si razdelijo. Tu sta prvič dobili občutek, da nekam pripadata, spoznali sta prave prijatelje, edine, ki jih imata.



Razen družine ju drugi ne sprejemajo. Zato sta srečni v Drugi violini.

Barbara ima minimalno cerebralno disfunkcijo in disleksijo, a je s pomočjo domačih pri učenju postala ekonomska tehničarka. Obiskovala je program 3 + 2. V šoli ji niso omogočili ustnega preverjanja znanja in imela je težave. Tudi službe ne bi mogla dobiti.

Hana ima Sotosov sindrom ali cerebralni gigantizem. Za ljudi s tem sindromom je značilna hitra in visoka rast, a Hana ne izstopa v velikosti. Tri leta je obiskovala šolo v Centru Janeza Levca, tri leta šolski program v Centru Dolfke Boštjančič na lgu, potem pa kot izredna slušateljica obiskovala še dveletni program v Biotehniškem izobraževalnem centru, medtem ko je že delala v varstveno-delovnem centru.

Hana in Barbara sta srečni, ker nekam pripadata.

Tereza Žerdin



Barbara



Hana

TADEJEVA ZGODBA

Delo je pomembna vrednota v življenju vsakega človeka. Odraslim osebam z motnjami v duševnem razvoju pomeni delo odraslost, moč, samostojnost, možnost potrditve, družbene udeležbe in vključitve v širše socialno okolje. Na trgu dela ne morejo nastopati same, potrebujejo pomoč pri organizaciji in iskanju dela ter podporo pri delovnih nalogah, prilagoditvah delovnih postopkov in orodij. Z vključevanjem v integrirane zaposlitve širijo pozitiven pogled ter odpravljajo predsodke in dvome o možnosti njihovega aktivnega prispevka družbi. Delo in zaposlitve jih povežejo s skupnostjo in jim omogočijo zadovoljevanje potreb po uspehu, priznanju in izpolnjenosti. Takšna zgodba se je izpisala tudi v Radovljici.

Tadej živi v bivalni enoti v Poljčah. Vključen je v varstveno-delovni center v Radovljici. Tako že vse njegovo življenje poteka v instituciji, ta mu po eni strani ponuja varnost, po drugi pa ga omejuje na raznih področjih njegovega življenja. Prislunili smo njegovi stalni želji po tem, da bi bil samostojen in bi lahko potrdil svoje sposobnosti in odgovornost do dela v širšem socialnem okolju. Poiskali smo mu zaposlitev, ki bi mu vse to omogočala.

Tako se je pred šestimi leti pridružil skupini javnih delavcev, ki so opravljali razna lažja dela za občino Radovljica. Varstveno-delovni center Radovljica je z občino sodeloval že dlje časa, tako da so Tadeja poznali in so ga bili pripravljeni sprejeti v svoje programe. To delo je Tadeju veliko pomenilo. Pri delu je bil uspešen in zanesljiv. Leta 2018 pa so se programi »javnodelcev« na občini končali. Takrat smo z občino sklenili

dogovor, da Tadej ob podpori mentorja na občini in strokovnega delavca v varstveno-delovnem centru začne opravljati razna dela. Od leta 2018 pomaga hišniku pri vzdrževanju nepremičnin v občini, košnji na raznih lokacijah, pri urejanju bazena v Radovljici in Kropi ter okolice letališča v Lescah ipd. Pri delu sodeluje štiri dni na teden, en dan v tednu pa preživi v svojem programu varstveno-delovnega centra, kjer ustvarja izdelke iz gline. V tem je postal že pravi mojster.

Tadej pravi, da je z delom za občino prvič v življenju dobil občutek, da je dosegel nekaj, kar si je ves čas želel. Z vključitvijo v delo v običajnem okolju je postal samozavestnejši, potrpežljivejši in vztrajnejši. Pridobil si je delovno kondicijo in se naučil veliko novih del. Neprijetnih izkušenj pri delu nima, ves čas pa dobiva pohvale, da je dober delavec in dobro opravlja svoje delo. Ugotavlja, da je razlika med delom v varstveno-delovnem centru in na občini velika, saj je zanj delo na občini resno delo, nekaj kar mu daje moč, samostojnost in možnost potrditve. Tadejeva želja je, da bi se zaposlil kot zidar. Pravi, da če si nečesa res želiš, moraš vztrajati in cilj boš dosegel. Želimo mu, da bi mu to tudi uspelo.

Urša Hudovernik

SLAŠČIČARKA SANDRA

Sem Sandra Svetina in s starši živim na Bledu. Stara sem 31 let. Imam Downov sindrom. Že enajst let sem vključena v Center za usposabljanje, delo in varstvo Radovljica v enoto Varstveno-delovni center. Tam izdelujem unikatne keramične izdelke.

Po televiziji sem vedno gledala kuharske oddaje. Najbolj me je navdušil znani mojster Rudolf s svojimi sladicami. Kar on dela, me je prevzelo. Spoznala sem, da bi tudi jaz rada delala slaščice. Upala sem, da se mi bo želja nekoč uresničila.

Svojo skrito željo sem zaupala staršem in tudi v našem VDC-ju. Kmalu zatem me je na pogovor povabila vodja. Vprašala me je, če bi še rada pekla. Da bi lahko hodila k slaščičarki. Ona bi me veliko naučila. Jaz sem bila presrečna, mami pa ne, ker je včasih sama delala v gostinstvu. Skrbelo jo je, da je delo v gostinstvu prenaporno. Skupaj smo šli v hotel Astoria na Bledu. Slaščičarka je povedala, da bi bila jaz njena pomočnica. Odločila sem se, da sprejemem izziv. Mami je moje odločitve spoštovala.

Začela sem z učenjem izdelovanja slaščic. V začetku me je skrbelo, če se bom lahko vse naučila in če bom dovolj dobra. Moja mentorica je slaščičarka Judita. Ona mi pomaga z nasveti in napotki. Zdaj nimam več skrbi, ker sem se od nje veliko naučila. Super se razumeva in sva najboljši tim.

Najraje pečem in krasim piškote. Najbolj pa sem ponosna na to, da sem pomagala delati poročno torto. Delala sem kreme, biskvit in okraske. Imela je kar tri nadstropja. To je bil moj največji dosežek. Najine slaščice so zelo dobre. Vsaj tako pravijo gostje, pa tudi sama jih včasih pokusim. Preveč pa ne



smem, ker pazim na linijo.

Zelo sem hvaležna, da so mi dali priložnost. Da so mi zaupali, da se bom naučila opravljati to delo natančno in čim bolj samostojno. Ponosna sem na to, kar sem dosegla. Pred epidemijo korone sem hodila večkrat na teden na delo v hotel Astoria. Potem pa so hotel zaprli in to ni bilo več mogoče. Zdaj pa zelo težko čakam, kdaj bo spet vse po starem.

Zavedam se, da imam veliko srečo, da sem lahko delala tisto, kar me najbolj veseli. Rada rečem, da je to moja sanjska služba. Najraje izdelujem čokoladne srčke. Upam, da se bom lahko spet kmalu vključila v slaščičarsko delavnico. Tako bom lahko svojo srečo spet delila naprej.

Sandra Svetina z Bleda

MOJA SANJSKA SLUŽBA

Z vodstvom hotela Ramada v Kranjski Gori smo se leta 2018 dogovorili, da bomo poskusno vključili uporabnika iz programa varstva, vodenja in zaposlitev v delo pomočnika slaščičarja. Ker je hotel oddaljen od enote varstveno-delovnega centra na Jesenicah, so morali biti kandidati za delo v slaščičarni samostojni, se znajti v okolju, biti osebno urejeni in vedenjsko prilagodljivi.

V dvomesečnem preskusnem obdobju so se v slaščičarski delavnici preskusili štirje kandidati. Na koncu se je izkazalo, da je najprimernejši Dominik. Kako je videti delo, pa nam je povedal kar sam.

»ZAČEL SEM LANI V KRANJSKI GORI, NAJPREJ SMO BILI ŠTIRJE, IZBRAN SEM BIL POTEM JAZ. UVAJALI SMO SE 14 DNI. NAUČITI SMO SE MORALI, KJE IMAJO KAJ, KAKO SE POMIVA POSODA, KJE SO PRAŠKI ZA KREME, KJE JE POSPRAVLJENO SADJE. NA KONCU SO MI REKLI – TI SI DOBER POTENCIAL IN SO IZBRALI MENE. NAJPREJ ME JE BILO STRAH. POTEM PA, KO SEM SE UJEL S SODELAVKAMI, MI JE BILO LAŽJE. ZDAJ JE SUPER.

NAUČIL SEM SE, KAKO SE POMIVA POSODA, POMIJEJO TLA IN PULTI. NAUČITI SEM SE MORAL ČISTO VSE.

MOJ DAN POTEKA TAKO, DA ZJUTRAJ NAJPREJ SPIJEM KAVO. GREM NA AVTOBUS IN V KRANJSKI GORI IZSTOPIM. DO HOTELA GREM PEŠ. V GARDEROBI SE PREOBLEČEM V SLAŠČIČARSKO HLAČE, MAJICO, KAPICO IN PREDPASNIK. OBUJEM SI COKLE. TAM JE POTEM ŽE ENA SODELAVKA, KI JE IZ RATEČ. NJO VPRAŠAM, KAJ JE ZA NAREDITI. ČE POTREBUJEJO SMETANO, JO ZMIKSAM. ČE ZMANJKA TESTA, GA PA TAKOJ NAREDIM, DA JIH POZNEJE NE MOTIM. PRIPRAVIM PIŠKOTE ZA H KAVI, ZA HOTEL LARIX, PA ŠE ZA HOTEL KOMPAS, ČE JE TREBA. TO JE PA TO. POTEM PA SVEŽE PEČENE PIŠKOTE POSPRAVIM V ŠKATLO. ZARADI SANITARNE GOR NAPIŠEM DATUM, DA IMAJO VSE ZABELEŽENO. DELAM PIŠKOTE IZ RDEČE PESE, IZ KORENJA IN PIRINE MOKE. ZGODILO SE MI JE TUDI, DA JE BILA MOKA PRETEČENA IN SEM JO MORAL VREČI STRAN.

Z ZAPOSLENIMI SE DOBRO RAZUMEM, KOLEKTIV JE RES SUPER, SO ME SPREJELI. ŠEF JE SPLOH SUPER, VČASIH SVA TUDI PELA. ŠE ZA NOVO LETO, KO SEM GOR DELAL, SVA PELA SNEŽINKO, KI PADA. TEŽAVE V SLUŽBI SO LE REDKO, ČE PA JE KAJ BILO, SEM SE PA NA ŠEFA OBRNIL. NOVIH PRIJATELJEV V SLUŽBI NISEM NAŠEL, SMO SE PA ZASTOPILI DOBRO, DA BI IMEL PA KAKŠNE STIKE, TO PA NE. NIKOLI SI NISEM PREDSTAVLJAL, DA JE SLAŠČIČARSTVO TAKO TEŽAK POKLIC. LEJ, AMPAK POTEM KO KONČAŠ Z UVAJANJEM, JE PA ŽE KAR V REDU. TAKO DA ZDAJ VSAJ VEM, KAJ JE ŠIHT, SAJ RES MORAŠ KAR FAJN DELAT TUKAJ. NA ZAČETKU SEM 5 UR DELAL, SEM BIL OD 7 H-12 H, POL JE PA PRIŠLO DO SPREMEMBE, DA SEM OD 7 H DO 14 H DELAL. SO ME PRESKUSILI, ČE SEM SPOSOBEN



TOLIKO DELAT, PA JE ŠLO. POTEM JE PA PRIŠLA TA KORONA IN SMO VSE ZAPRLI, TAKO DA ZDAJ SPLOH NE VEM, KAJ BO. DOMINIK«

Za konec pa še mnenje in ocena vodje kuhinje v hotelu Ramada, Roberta Kristana, o Dominikovem delu in o tem, kako se je ujel v svojem delovnem okolju.

»Dominik je postal bolj samozavesten, pozna svoje naloge, ki so zanj postale že rutinske. Na tem področju je zelo napredoval.

Nanj ne gledamo več kot na novega delavca, postal je del ekipe in tudi sam nam pove, da se pri nas zares dobro počuti. Dominik vpraša, kar ga zanima, sam raziskuje in se z veseljem loti novih nalog. V naši stroki je tako osebje že težko dobiti.

Dominik je pri svojih vsakodnevni nalogah popolnoma samostojen, mi ga le nadzorujemo, da na primer piškoti niso preveč zapečeni. Natanko ve, kaj so njegove naloge.

Sploh si ne predstavljam več, da ga ne bi bilo v našem kolektivu. V našo ekipo je s svojim prihodom prinesel veliko pozitivnega v vsem. Veliko več je smeha, sproščenosti. Pozna se, da je neposreden, odkrit. Zjutraj komaj čaka, da začnemo delo. S svojo navzočnostjo v naši ekipi nam Dominik pomeni pridobitev glede delovne kulture, medosebnih odnosov, ozračja pa tudi samega osebj.

Zapisała: Urša Hudovernik



OPRAVIČILO

V avgustovski številki Našega zbornika je po nesreči izpadel del besedila iz prispevka Roka Ulage. Znova ga objavljamo v celoti.

Bralcem Našega zbornika in Roku Ulagi se za napako opravičujemo.

Urednica Tereza Žerdin

Abilimpijada v Centru Dolfke Boštjančič Draga

Z abilimpijado sem se prvič srečal, ko so nas iz Centra za usposabljanje, delo in varstvo Črna povabili k sodelovanju na prvi abilimpijadi, organizirani v Sloveniji. Zadeva se mi je zdela zelo zanimiva in skupaj s še dvema sodelavkama ter petimi uporabniki smo se je udeležili.

Bil sem navdušen, saj se je končno tekmovalo še v čem drugem, ne samo v športu. Čeprav je to resno tekmovanje, so mentorji in tekmovalci veliko bolj sproščeni. Neverjetno, česa vsega so sposobni, ko jih pri vsakodnevnih dejavnostih motivira še tekmovalni duh.

Moj tekmovalec Blaž Kužnik je zmagal v fotografiji na prostem. Po še dveh uvrstitvah med prve tri na naslednjih igrah sva se lahko udeležila svetovne abilimpijade na Češkem in v Indiji.

Leta 2013, ko sem že nekaj časa sodeloval tudi v Abilimpijskem komiteju, je prišel čas, da tekmovanje organiziramo tudi pri nas v Centru za usposabljanje, delo in varstvo Draga.

Takratno vodstvo nad organizacijo ni bilo preveč navdušeno, vendar se nam je uspelo dogovoriti in začeli smo se pripravljati na izziv. Dela je bilo ogromno. Kje izpeljati tekmovanja, to je bila še najmanjša težava.

Prostora za to je v zavodu dovolj. Večja težava je bila izvedba slovesnosti in odprtju in na koncu, prenočevanje udeležencev, prehrana ... Vse nam je uspelo urediti. Osnovna šola Ig nam je posodila telovadnico za slovesnosti, dijaški dom v Ljubljani prostore za prenočevanje, v kuhinji so močno zavihali rokave ... Za zelo zahtevno nalogo se je izkazalo poiskati vse naslove, kam poslati vabila. Tu so nam na pomoč priskočili prejšnji organizatorji iz Maribora, predvsem gospa Jelka Cimerlajt, poslali so nam vse podatke, ki so jih imeli.

Po dolgih in napornih mesecih priprav je le prišel dan, ko so se igre začele. Od tistega petka zjutraj pa do nedelje je bilo seveda bolj malo spanja, zato pa toliko več reševanja problemov in problemčkov, improvizacije, iznajdljivosti ... S svojo pripravljenostjo priskočiti na pomoč, ostati v službi, kolikor časa je pač treba, skočiti v Ljubljano po stvari, ki so jih tekmovalci pozabili doma, igrati prevoznike v dijaški dom ter še za tisoč in eno malenkost so se izkazali naši hišniki. Seveda so bili zaslužni tudi drugi: varuške in varuhi, pedagogi, medicinci. Zagodlo nam jo je tudi vreme, saj je bilo za sredino oktobra nenavadno mraz in skoraj do konca je deževalo. Neverjetno

številna je bila udeležba na okrogli mizi s temo Ohcet bo!. To je kot svojo zadnjo vodila kmalu za tem žal pokojna mag. Alenka Golob. Uporabniki so se seveda najbolj veselili druženja in plesa, ki je odlično uspel. Tekmovanja so bila izpeljana brez pripomb in tekmovalci so zopet prekosili sami sebe.

Tudi po odhodu vseh udeležencev nam je ostalo še kup dela, kjer so se spet izkazali

posamezniki, ki so bili najbolj vpleteni v celotno dogajanje: Katjuša, Zlatka, Tadej ... Na sklepni slovesnosti smo predali abilimpijski znak naslednjim organizatorjem, ki so ga odnesli s seboj v Mursko Soboto. Letos pa je ta znak izobešen na vidnem mestu v Centru Črna na Koroškem.

Rok Ulaga, član odbora Abilimpijade Slovenije

Pisali ste nam

Letovanje na Pohorju

V okviru Društva Sožitje smo preživeli nekaj dni na Pohorju.

Bivali smo v hotelu Zarja.

Na Pohorju smo bili en teden.

Prvi dan je potekalo spoznavanje.

Vsak je povedal svoje ime in od kod prihaja.

Drugi dan smo šli na sprehod.

Videli smo smučišča.

Videli smo, kje so tekmovalce najboljše smučarke sveta za Zlato lisico.

Kopali smo se bazenu.

Peljali smo se z gondolo.

Gledali smo film Kekec.

Najboljše je bilo, ko smo hodili v naravo.

Naredili smo taborniški ogenj in pekli krompir.

Imeli smo se zelo lepo.

Miran, Marija, Melanija, Marinka, Justin iz Varstveno-delovnega centra Tolmin



Delo kot vrednota

Letos sem bila prvič v vlogi spremljevalke na taboru Vseživljenjskega učenja. Odhajala sem z mešanimi občutki, saj nisem poznala svojih varovancev. Vskočila sem namreč zadnji trenutek, da trem osebam z motnjami v duševnem razvoju zaradi pomanjkanja spremljevalcev ne bi bilo treba ostati doma.

»Življenje na kmetiji« je bil naslov našega tabora. No ja, nekoč sem tudi sama odhajala na počitnice k stricu na kmetijo. Zdelo se mi je, da vem, kaj bomo delali tam. Da bomo delali, mi je bilo jasno. In smo. Grabili smo seno. Zlagali smo drva. Pobirali smo kumino in obirali ribez pa marmelado smo kuhali in se učili peke kruha. Tudi sivko smo porezali in jo povezali v šopke. Seveda pa smo se tudi veliko družili, prepevali, plesali, planinarili. In se imeli lepo.

O življenju na taborih bo prav gotovo še kdo kaj napisal. Jaz pa sem ob tem razmišljala o delu, o vrednoti dela.

Opazovala sem udeležence tabora, kako so sodelovali, ali pa tudi ne. Nekateri so kar poskočili, ko smo rekli, da bomo kaj delali. Eden od njih se je celo vsako jutro zbujal z budilko, samo da ne bi zamudil jutranjega dela v hlevu! Drugi so potrebovali malo spodbude, da so se premaknili, tretji so potrebovali več motiviranja, a so se vendar pridružili drugim. Se je pa našel tudi kak tak, ki ga nikakor ni bilo mogoče spodbuditi k akciji.

Zakaj tako različni odzivi? Kaj vse vpliva na naš odnos do dela?

Delo je vrednota in morali bi biti hvaležni, če smo jo kot popotnico dobili od svojih staršev. Potem nam je kot vsakdanji kruh. Brez kruha smo lačni, brez dela nam nekaj manjka v živ-

ljenju. Vsakdanje delo praviloma ni garanje. Vsakdanje delo je služenje, ne samo denarja. Tudi tega seveda. Z vsakdanjim delom tudi služimo drugim, delamo dobro komu ali za nekoga. V vsakdanjem delu se čutimo potrebni. Našemu življenju daje smisel. Če se čutimo potrebni, si izpolnjujemo prepotrebni občutek pripadnosti. In kadar delamo, se počutimo dejavne. Zdi se nam, da zajemamo življenje s polno žlico.

Vedno pa ni tako. In pri vseh ljudeh ni enako. Navajanje na delo, na delovno rutino, se začne že zelo zgodaj v otroštvu. Z rutino hranjenja, ki nam daje užitek že s tem, kar pojemo, potem pa tudi s tem, ko postajamo pri tem vedno samostojnejši. Starši delajo zares veliko škodo otroku, če mu ne dopustijo, da bi bil pri vnašanju hrane kolikor je le mogoče dejaven sam. Čeprav je potem seveda vse veliko bolj popackano. Vendar je to pomembno zaradi otrokovega zmagovitega občutka: »To sem naredil sam!« To občutje je temelj otrokovega zaupanja vase: »Zmorem.« To pa je bistvo njegove notranje motivacije. Seveda se ta »zmorem« razvija in dopolnjuje na vseh področjih otrokovega odraščanja z razvojem in pridobivanjem spretnosti gibanja, navajanjem na nadzor sfinktrov, ko je otrok zrel za to, učenjem komunikacije in govora, prek gibalnih, miselnih, namiznih in drugih iger, prvih grafomotoričnih poskusov do likovnega ustvarjanja in učenja pisanja in branja ... Ta »zmorem« se gradi, če otrokovo ožje in širše okolje to dopušča in spodbuja. Otrok mora ob tem doživljati uspeh, čeprav je v naših očeh, ki vidijo le končni cilj – popolnost – neuspešen. Njegov

uspeh je napredovanje, pa čeprav po zelo zelo majhnih korakih, a vendarle, pa čeprav zelo zelo počasi. A če otrok v naših očeh prebere razočaranje, se postopoma ne bo več trudil, ne bo vztrajal, ker nas ne zadovolji, ker je za nas neuspešen, ker ne zmore. In ko ta »ne zmorem« ponotranji, ga bomo zelo težko pripravili, da bo dejaven, da bo deloven, še manj pa, da bo samodejaven. To pa si pravzaprav vsi želimo, da bi bil.

Za odnos do dela je zelo pomembna notranja motivacija, ki ni nič drugega kot vera vase, da zmorem, da bom uspešen, da želim in hočem, da sem nekaj vreden ...

Brez zunanje motivacije seveda tudi ne gre. Vsi si želimo biti opaženi, pohvaljeni, pomembni, priznani, nagrajeni. Mi odrasli. Seveda pa tudi otroci. In tudi osebe z motnjami v duševnem razvoju.

Seveda, so otroci, so odrasli in seveda tudi osebe z motnjami, ki so bolj pasivni, ki nimajo nobene volje, zdi se, za nič in se jih nikakor ne da pripraviti do tega, da bi se premaknili s

stola. Ob njih se moramo vedno vprašati, ali morda mi preveč zahtevamo od njih. Ali pa, so morda depresivni? Morda lahko poiščemo še kak razlog za njihovo pasivno vedenje.

Tudi na našem taboru mi je bilo v izziv, kako pripraviti, kako spodbuditi k dejavnosti eno od udeleženk, ki je odklanjala pravzaprav skoraj vse ponujene dejavnosti, ki jih res ni bilo malo. Ko sem jo že skoraj obupano spraševala, kaj bi pa rada delala, mi je bolj pokazala kot povedala, da ima rada balone. Seveda jih nismo imeli s seboj. Nihče ni pomislil na to. Pa sem se odpeljala v dolino in jih kupila. Kakšna sreča je zasijala v njenih očeh! Kar nekaj časa smo se igrali z odbijanjem balonov. In bila je prav spretna pri tem. Še neka stvar jo je zbudila iz otopele pasivnosti – risanje in pisanje (preslikavanje). Ob tem je bila tudi vztrajna. Pri kmečkih delih pa skoraj ni sodelovala. Morda izbira tabora ni bila ravno najboljša zanjo, sem se spraševala.



HVALEŽNI MEDVED

MAMA JE PRED HIŠO ŠIVALA.
DOJENČEK JE SPAL V ZIBELKI.
IZ GOZDA PRIDE MEDVED.
MAMA SE PRESTRAŠI.
MEDVED IMA V ŠAPI TRN. BOLI GA.
MAMA MU TRN ODSTRANI S ŠIVANKO.
MEDVED PRITACA DO ZIBELKE.
MAMA HITRO DVIGNE DOJENČKA IZ ZIBELKE.
MEDVED ODNESE ZIBELKO.
MEDVED SE VRNE.
V ZAHVALO V ZIBELKI PRINESE HRUŠKE.

BESEDILO: TANJA ŠOŠTARIČ TASIČ

RISBA: Katra Štrukelj



Novice iz Zveze Sožitje

direktorica: Mateja De Reya



Začetek leta 2021 je oznamovala izdaja **Lahko berljive Ustave Republike Slovenije**. S tem delom smo se prvič povezali s sodno vejo oblasti (z Vrhovnim državnim tožilstvom in Ustavnim sodiščem Republike Slovenije). Lahko berljivo Ustavo smo slovesno predali predsedniku Republike Slovenije Borutu Pahorju in ministru za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti Janezu Cigler Kralju. Napovedanih pa je še nekaj dogodkov, posebno ob 3. decembru – mednarodnem dnevu invalidov.

Spomladi je potekala živahna razprava ob pripravi pomembnih strateških dokumentov. Pripravljali smo pripombe k **Akcijskemu programu za invalide**, ki naj bi ga sprejeli letos in bi veljal do leta 2030, ter pripombe k **Resoluciji nacionalnega programa socialnega varstva** za obdobje 2022–2030. Dokumenta določata smernice in prednosti skrbi za posamezne ranljive skupine, kamor spadajo tudi osebe z motnjami v dušnem razvoju. Resolucija je pomembna tudi z zornega kota sofinanciranja posameznih programov, saj se navadno sofinancirajo samo programi organizacij, ki so v skladu z usmeritvijo, podano v teh dokumentih. Resolucijo je Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti predstavilo tudi na posvetu predsednikov društev Sožitje v Laškem 6. in 7. junija letos.

Po večletnih opozarjanjih in pogovorih je aprila začela veljati sprememba **Zakona o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju**. S to spremembo je omogočeno sobivanje staršem oseb z motnjami v duševnem razvoju v zdraviliščih in bolnišnični obravnavi ne glede na otrokovo starost. Trenutno poteka obravnava nove spremembe omenjenega zakona, po njej naj bi imele tudi osebe z motnjami v duševnem razvoju s pridruženimi funkcionalnimi okvarami možnost izrabe organizirane obnovitvene rehabilitacije. Te možnosti do zdaj niso imele. Upamo, da nam bo tudi to spremembo uspelo uveljaviti v spremembi zakona.

Lani in letos se je virtualno in v živo sestajala delovna skupina za spremembo **Zakona o osebni asistenci**. Pri vsaki spremembi zakona je potrebna pozornost, da te možnosti te osebe ne bi izgubile. Pri sedanji spremembi Zakona o osebni asistenci so se lomila kopja predvsem pri možnosti, da je osebni asistent tudi svojec. V predlagani spremembi Zakona o osebni asistenci se ta možnost ohranja.

Šestega junija smo v Laškem izpeljali **redno letno skupščino**, ki smo jo združili s posvetom predsednikov 7. in 8. junija. Od 52 vabljenih predstavnikov društev jih je bilo navzočih 38. Člani skupščine so se seznanili z zapisnikom nadzornega odbora, poročilom revizorja in zaključnim računom Zveze Sožitje za leto 2020. Skupščina je obravnavala in sprejela vsebinsko in finančno poročilo o poslovanju Zveze Sožitje ter delovni in finančni načrt Zveze Sožitje za leto 2021. Izpeljali smo tudi žrebanje društev, v katerih bo letos potekalo svetovanje, in se dogovorili o spremembah pri načinu izvajanja inštruktažnega svetovanja v društvih.

Na posvetu, ki je sledil skupščini, je sodelovalo 39 predstavnikov društev, 3 člani Izvršnega odbora in 2 vodja regije. Na posvetu smo imeli vrsto zanimivih predavateljev, ki so predstavili trenutne aktualne teme. Tako so bili z nami varuh človekovih pravic Peter Svetina, ki je predstavil delo varuha na področju obravnav oseb z motnjo v duševnem razvoju, predstavnici Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti Valentina Vehovar, vršilka dolžnosti generalnega direktorja Direktorata za socialne zadeve, in mag. Tanja Skornšek Pleš z Direktorata za starejše in deinstucionalizacijo. Predstavili sta smeri razvoja socialnega varstva do leta 2030. Sledila je predstavitev pilotnega projekta »Razvoj in preizkušanje storitev socialnega vključevanja invalidov« v vzhodni in zahodni kohezijski regiji. Z nami so bili predstavniki Invalidskega podjetja Želva in Varstveno-delovnega centra Polž iz Maribora. Sledila pa je še predstavitev dela in razvojnega načrta Zavoda za razvijanje in izvajanje podpornih storitev za samostojno življenje, ki sta ga podali direktorica ZRIPS Marina Omahen in strokovna delavka Jerca Kozelj.

Drugi dan posveta smo začeli z rekreacijo, saj nam je Bojan Marinček pokazal osnove parakarateja ter s to športno dejavnostjo možnosti za izboljšanje posameznikove koordinacije, gibljivosti in navsezadnje samopodobe. V nadaljevanju pa smo se seznanili z možnostjo uporabe različnih spletnih platform (online) za delo v društvih in prikazom dobrih praks. Ta del posveta je vodil in modeliral Sašo Kronegger. Za konec pa smo imeli tradicionalno predstavitev dejavnosti v naših nacionalnih programih ter predstavitev programov v letošnjem letu.

Zaradi epidemije posebnih socialnih programov na državni ravni nismo mogli izpeljati. Vsa **izobraževanja izvajalcev programov** (spremljevalcev, vodij programov) smo izvedli po aplikaciji Zoom. Letos smo bili na te razmere bolj pripravljeni. Uporabljali smo prijaznejše spletne učilnice, ki so hkrati omogočale več sodelovanja udeležencev. Posneli smo tudi vrsto filmov z izobraževalno vsebino, ki jo na usposabljanjih predstavljamo izvajalcem. Izobraževalni filmi so dostopni vse leto na naši spletni strani. To je dobrodošlo tudi za tiste, ki so udeleženi v izvajanju programov že vrsto let, saj si lahko tako kadar koli obnovijo znanje.

Kar zadeva usposabljanje, je bilo letos **več zanimanja uporabnikov**, kot je bilo možnosti za udeležbo. Tudi zato, ker so bili lani programi okrnjeni. Uspešno smo izpeljali **program Vseživljenjskega učenja** v 68 skupinah za 808 udeležencev, z njimi je bilo 317 spremljevalcev. Zaradi okoliščin smo program organizirali v manjših skupinah. Še vedno pa ostajajo z zdravstvenega stališča problematični prevozi na programe. V **družinskih programih** je bilo letos 645 udeležencev v 34 skupinah. Da smo program lahko izpeljali, je sodelovalo 176 izvajalcev programa. Letošnje leto smo izvedli tudi 2 skupini v programu za mlade družine, ki sta lani odpadli. Program za mlade družine se je v letu 2021 izredno okrepil, saj je bilo udeležencev na prvi stopnji veliko več kot v preteklosti.

Jesensko obdobje je namenjeno **evalvacijam programov**. Evalvacije so pomembne, saj le tako lahko dobimo informacijo od izvajalcev in uporabnikov, kako naj programe nadgradimo, spremenimo ali prilagodimo. Evalvacija programov za mlade družine, mladostnike z motnjo v duševnem razvoju ter za tematske seminarje je potekala v Zdravilišču Laško 18. in 19. septembra. Sledile bodo še evalvacije za izvajalce programov Vseživljenjskega učenja.

Veliko društev Sožitje lani ni moglo organizirati in izpeljati vikend seminarjev. Tudi druge programe je večina izpeljal v okrnjeni obliki. O načinu izvajanja programov v teh časih smo se pogovarjali na posvetu predstavnikov društev, ki smo ga organizirali v Ljubljani 30. avgusta. Zanimanje je bilo veliko in izmenjava informacij dobrodošla za vse udeležence.

Posebno **zaskrbljujoča posledica omejevalnih ukrepov** zaradi epidemije pa je krepitev moči institucij, saj so bile v imenu varnosti še dodatno in povsem po nepotrebnem omejene svoboščine uporabnikov z motnjami v duševnem razvoju, ki jih drugi državljani niso bili deležni. Lahko bi dejali, da skrb za uporabnike ni bila v njihovo korist, prej nasprotno. Omejevanje udeležbe v državnih programih, to, da so socialnovarstveni zavodi omejevali njihovo udeležbo v programih lokalnih društev, je postalo stalnica, ne glede na to, da večina uporabnikov celodnevne institucionalnega varstva izpolnjuje vse pogoje PCT. To bi jim moralo omogočiti nemoteno udeležbo v vseh dejavnostih prav tako, kot je to omogočeno drugim državljanom Slovenije. Še najbolj so ob tem prizadete tiste osebe, ki nimajo svojcev. Svojci namreč poskrbijo, da se posamezniki lahko udeležujejo dejavnosti, ki so jim ponujene ob zagotavljanju predpisanih ukrepov. In tako se lahko upravičeno sprašujemo, kam se je izgubilo načelo enake obravnave za vse.



Lahko berljiva Ustava republike Slovenije

Ljubljana: Zveza Sožitje, 2021

Št. strani: 189



Osebnе okoliščine

Osebnе okoliščine so osebnе lastnosti, s katerimi se človek rodi in si jih ne izbere sam. Osebnе okoliščine zelo težko spremenimo. Na primer: spol, invalidnost, spolna usmerjenost ...

Osebnе okoliščine so lahko tudi osebnе lastnosti, s katerimi se človek ni rodil in jih je pridobil pozneje v življenju. Na primer: jezik, invalidnost, vera, izobrazba ...

(Iz Slovarja vseh težjih besed, stran 175)

Ustava republike Slovenije je kar zahtevno branje, sploh za tiste, ki nismo vajeni pravnškega jezika. Je pa pomembno besedilo, saj predstavlja najpomembnejši

pravni dokument v Sloveniji. V ustavi so zapisane pravice in dolžnosti oseb, organizacij in države Slovenije. V njej je zapisano, kako naj bi delovala država.

Da bi Ustavo lahko brali in razumeli vsi ali vsaj večina, so specialni in rehabilitacijski pedagogi, ki sodelujejo v Študentski sekciji Društva specialnih in rehabilitacijskih pedagogov, napisali razumljivejše besedilo v lahkem branju.

Lahko branje je takšen način pisanja, da informacije, ki so podane, postanejo lažje berljive in tudi lažje razumljive. Da bi Ustavo približali bralcem, so jo pripravili v dveh oblikah, v tiskani in elektronski. Besedilo je v obeh oblikah sistematično predstavljeno in opremljeno z ilustracijami, na zadnjih straneh pa najdemo tudi Slovar vseh težjih besed. V elektronski obliki je Ustava dostopna na spletni strani Zveze Sožitje, kjer sta pripravljeni dve različici: ena je napisana z malimi, druga pa z velikimi tiskanimi črkami, saj je za nekatere takšno branje lažje. Elektronska oblika omogoča tudi prilagajanje velikosti črk, to je za nekatere zaradi osebnih okoliščin še posebno pomembno. Dobro bo, če pred branjem posameznih členov ali kar Ustave v celoti preberemo uvodno besedilo. To nam bo pomagalo pri razumevanju, kako je lahko berljiva ustava napisana.

Bolj kot vsebina je torej način podajanja informacij tisti, zaradi katerega tokratno povabilo k branju. Da vsi tisti, ki nam je sicer svet prava tuj in težko razumljiv, ne ostanejo nevedni.

K branju vas vabim, Tanja Grünfeld

Živa Jakšič Ivačič – Ustava Republike Slovenije v lahkem branju

Ali se za uvod lahko predstavite, prosim.

Letos sem končala magistrski študij specialne in rehabilitacijske pedagogike. Z novim šolskim letom sem se zaposlila kot učiteljica na Centru Janeza Levca v Ljubljani, v Organizacijski enoti Oddelki vzgoje in izobraževanja Jarše. Tam je začel svojo šolsko pot tudi moj mlajši bratec.

Od kod zamisel, da bi Ustavo Republike Slovenije predstavili v lahko berljivem jeziku?

Z lahkim branjem sem se srečala že v prvem letniku študija, saj sem se udeležila usposabljanja za prirejevalce lahko berljivih informacij, ki ga je v sklopu evropskega projekta Poti do izobraževanja odraslih z motnjami v duševnem razvoju izvedla Zveza Sožitje. Željna novega znanja in izkušenj sem se včlanila v Društvo Labra. Na ustanovitvenem sestanku društva smo se po končanem uradnem delu člani pogovarjali med seboj in nekdo je omenil, da bi tudi naša ustava morala biti napisana tako, da bi jo lahko vsi razumeli. Zamisel, da bi Ustavo Republike Slovenije naredili lahko berljivo in razumljivo, se je zdela neizvedljiva, kot nemogoča zahteva. Ker pa imam rada izzive, tudi težke, mi misel, da mora biti ustava države dostopna prav vsem državljanom, ni dala miru. To misel sem delila s kolegi, študentkami in študenti specialne in rehabilitacijske pedagogike na Pedagoški fakulteti Univerze v Ljubljani, in hitro smo ugotovili, da je to nekaj, česar se upamo lotiti in je absolutno vredno našega časa in energije. Takrat nismo vedeli, v kako obsežen in dolgoročen projekt se spuščamo.

Komu je namenjena Ustava v lahkem branju?

Dostopne informacije so namenjene vsem. Če so informacije napisane tako, da jih lahko razumemo, se lažje odločamo zase in razumemo, kaj se dogaja okoli nas. Razumljive informacije so tako ključ, ki odpira vrata v svet, ki je bil mnogim do zdaj nedostopen. Lahko berljiva Ustava Republike Slovenije pa je namenjena predvsem bralcem z motnjami v duševnem razvoju, ker so jim informacije najmanj dostopne, in ker so informacije, ki so dostopne in razumljive njim, razumljive tudi večini drugih bralcev. Zavedam pa se, da so tudi potrebe in sposobnosti bralcev z motnjami v duševnem razvoju zelo različne, zato bodo nekateri bralci potrebovali pri branju in razumevanju prebranega več podpore.

Vi ste bili vodja skupine. Kdo vse je še sodeloval? Kako ste izbirali sodelavce?

Projekt je bil vsebinsko zelo obsežen, zato smo potrebovali veliko in strokovno več-disciplinarno ekipo. Sodelavcev nisem izbirala, temveč sem bila hvaležna vsakemu, ki je bil pripravljen svoj prosti čas nameniti našemu skupnemu cilju: Ustavi Republike Slovenije, ki bo dostopna vsem. Nekateri so z nami sodelovali vseh pet let trajanja oblikovanja lahko berljive Ustave Republike Slovenije, nekateri pa so se nam pridružili samo za leto, dve. Pri prirejanju vsebine se mi je pridružilo devetnajst kolegov in kolegic, študentov specialne in rehabilitacijske pedagogike.

Kako ste preverjali razumljivost?

Razumljivost naših priredb je preverjala skupina testnih bralcev iz Varstveno-delovnega centra Želva skupaj s strokovnima sodelavkama. Testiranje razumljivosti je trajalo leto in pol. S skupino »želvakov«, torej testnih bralcev, in njihovima strokovnima sodelavkama sem se sestajala enkrat na teden. Vsako srečanje je trajalo dve uri in je bilo razdeljeno v smiselne enote oziroma korake. Najprej smo skupaj prebrali izvirni zapis člena v Ustavi Republike Slovenije in nato našo priredbo ter razlago. Testni bralci so me sproti opozarjali, katere priredbe izvirne vsebine so še vedno prezahtevne in jih ne razumejo oziroma so preslabo utemeljene. Opozorili so tudi na besede, ki so jim neznane ali pa težje razumljive. Priredbo sem ustrezno popravila in tako popravljeno besedilo smo bralcem znova poslali kot končno različico v pregled in zadnje komentarje.

Pri razumevanju vsebine in ustrezni uporabi metode lahkega branja nam je pomagala tudi dr. Katja Vadnal iz Zveze Sožitje. Upokojeni vrhovni sodnik mag. Ivan Robnik je v vseh fazah knjige skrbel, da so naše priredbe in razlage pravilne in pravno ustrezne. Žan Rode, naš ilustrator, pa je poskrbel, da so v knjigi kulturno ustrezne in lahko berljive ilustracije, ki bralcu pomagajo pri razumevanju vsebine posameznih členov.

Koliko časa ste »prevajali« Ustavo v lahko berljiv jezik in kako je potekalo delo?

Ustavo smo v celoto prirejali pet let. Prvo leto smo porabili za to, da smo skupaj s strokovnjaki za lahko branje in testnimi bralci ugotovili, kako se prirejanja sploh lotiti. Prvo leto smo priredili prvih sedemdeset

členov, da smo ugotovili, kako zahtevno nalogo smo si zastavili, tudi zato, ker sama vsebina Ustave zajema vse pore našega življenja, od družinskih do gospodarskih razmerij, vprašanj miru in vojne, varstva narave in narodnih manjšin in še in še. Veliko znanja smo morali pridobiti najprej sami. S testnimi bralci smo imeli nato veliko sestankov, da smo skupaj iskali odgovore na naše dileme in vprašanja. Spraševali smo se, ali bomo v priredbo zajeli vse informacije, ki jih lahko najdemo v izvirniku, katere vsebine naj razlagamo in kako podrobno, kakšno strukturo priredbe naj naredimo, da bo jasna bralcu, katere besede so težje razumljive in kje v knjigi jih razlagati. Nadaljnja tri leta smo člene prirejali, testirali, pravno pregledovali in ilustrirali. Vse to je potekalo sočasno. Zadnje leto projekta pa smo knjigo oblikovali, dodajali ilustracije, se dogovarjali o končni obliki, znova pregledovali vsebino in jo usklajevali, sodelovali z oblikovalcem in založnikom ...

Kdo je založil in izdal to zajetno knjigo?

Knjigo je založila in izdala Zveza Sožitje – Zveza društev za pomoč osebam z motnjami v duševnem razvoju Slovenije. Izdajo je podprla tudi Fundacija za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij – FIHO.

Ali ste jo ponudili na trgu ali pa ste jo razposlali vnaprej izbranim uporabnikom?

Lahko berljiva Ustava Republike Slovenije je izid prostovoljskega dela, razen oblikovanja in tiskanja. Ker si želimo, da bi bila ustava dostopna vsem, smo se že na začetku projekta odločili, da ne sme postati tržno blago. Vesela sem, da je tudi Zveza Sožitje, ki je knjigo izdala, podobnega mnenja. V želji, da bi bila Lahko berljiva Ustava Re-

publike Slovenije resnično dostopna vsem, smo jo izdali v dveh različicah in dveh oblikah – z malimi in velikimi tiskanimi črkami ter v fizični in elektronski obliki.

Tiskana različica Lahko berljive Ustave Republike Slovenije je dostopna v številnih knjižnicah in šolah ter zavodih za otroke s posebnimi potrebami. Lahko pa si jo prav vsak natisne, saj je elektronska različica prosto dostopna na spletni strani Zveze v zavihu **LAHKO BRANJE** (<https://www.zveza-sozitie.si/lahko-berljiva-ustava.html>).

Kakšni so odzivi? Imam informacije, da ste za to delo dobili pomembno priznanje.

Pravna stroka pa tudi širša javnost je knjigo zelo dobro sprejela, to me je zelo razveselilo. ustavno in vrhovno sodišče Republike Slovenije sta našo priredbo celo objavila na svojih spletnih straneh (<https://www.us-rs.si/wp-content/uploads/2021/05/https://nasodiscu.si/ustava-republike-slovenije>). Tudi to nam potrjuje, da knjiga ni samo razumljiva, temveč tudi pravno ustrezna. Za priredbo Ustave sem prejela tudi priznanje Društva specialnih in rehabilitacijskih pedagogov Slovenije za pomemben prispevek k razvoju defektološke teorije in prakse.

Se kot specialna pedagoginja posebej posvečate lahko berljivemu branju ali pa je bil to enkratni izziv?

Lahko branje je del mojega strokovnega dela, pa še zelo pri srcu mi je. Izkušnja pri prirejanju Ustave me je naučila, da so testni bralci, torej ljudje z zmernimi in težjimi motnjami v duševnem razvoju, vsebino ponotranjili in je postala del njihovih vsakodnevnih pogovorov. Seveda ob ustreznih

specialnopedagoških in andragoških prijemih.

V veselje in zadovoljstvo mi je sodelovati pri vseh pobudah na tem področju v Sloveniji in tudi v tujini. V Sloveniji sem tako že sodelovala na primer z zagovornikom načela enakosti, v tujini na primer z Azijsko-evropsko fundacijo. Lahko branje in dostopnost informacij poskušam tudi promovirati, odzovem se na vsa vabila. Letos sem imela na to temo govor na TEDxUniversityofLjubljana. Sem tudi članica Društva Labra.

Kakšno vlogo sta imela pri vašem delu Društvo Labra in Zveza Sožitje?

Pobuda je prišla od nas študentov, članov Študentske sekcije Društva specialnih in rehabilitacijskih pedagogov Slovenije. Zveza Sožitje nas je pri projektu takoj podprla in knjigo tudi založila ter izdala. Pri projektu nam je pomagalo tudi invalidsko podjetje Želva skupaj s svojo skupino testnih bralcev. Veseli pa me, da je na področju lahkega branja v Sloveniji vedno več pobud, kot so Zavod Risa, Društvo Labra, Dnevni center Zveze Sožitje in še katera.

Načrtujete kaj podobnega tudi v prihodnosti?

Zelo rada prirejam in pišem informacije v lahkem branju, tako bom z veseljem sprejela nove zamisli in projekte.

Hvala za pogovor.

Tereza Žerdin

Seminar babic in dedkov otrok s posebnimi potrebami

Hotel Histrion Portorož, od 27. maja do 3. junija 2021

Za vse nas je bilo to srečanje po letu dni omejitve zaradi covid-19 veliko olajšanje in neizmerno veselje ob vnovičnem srečanju. Letos že štirinajstič. Gospa Angelca se ga je udeležila vsakič in letos smo skupaj praznovali njen osemdeseti rojstni dan. Še na mnoga zdrava leta, gospa Angelca!

Naš seminar je vseboval naprej prvo predavanje 28. maja in srečanje z gospo Vojko Lipovšek Polc. Predavanje je bilo na temo Vseživljenjsko učenje in Zakon o staranju oseb z motnjami v razvoju. Čas, predviden za predavanje, je bil kar prekratek in ostalo je še veliko neodgovorjenih vprašanj. Predavateljčin pristop je bil zelo strokoven in hkrati življenjski.

Naslednji dan pa smo se srečali z dr. psihologije Mojco Petrič. Poslušali smo predavanje Kvalitetno staranje. Naša prepričanja o staranju in starejših odraslih so se v marsičem razlikovala od napisanih v anketi. Vsi pa smo se strinjali, da pride s starostjo tudi modrost. Odlična predavateljica, še jo bomo povabili.

Za krepitev zdravja smo poskrbeli s sprehodi in plavanjem. Do Pirana je bilo dva kilometra in pol. Večina nas je pot premagovala peš, nekaj udeležencev pa se je peljalo z brezplačnim avtobusnim prevozom. Morje je bilo še hladno, le prste smo si namočili v njem. Smo pa izkoristili bazen z morskovo vodo, kjer smo uživali.

Pulti s hrano so vsak dan vabili k okusno pripravljenim obrokom, sladice so bile slastne, izbira jedi raznovrstna. Osebe je bilo zelo prijazno in ustrezljivo. Mi pa smo

upoštevali zaščitne ukrepe.

Naše postelje so prijazno sprejemale vsak večer naše obrabljene sklepe in boleče mišice. Pri odprtem oknu pa nas je uspavalo valovanje morja.

Spremljala nas je gospa Marija Bačič, naša mentorica, učiteljica, svetovalka in prijateljica. Vedno nasmejana, pripravljena poslušati in odgovarjati na vprašanja. Hvala Marija, radi te imamo in želimo, da bi ostala zdrava in nas še naprej spremljala na naših seminarjih.

Želimo si, da bi bilo v našem parlamentu več takih srčnih poslancev, kot je bila naša Marija.

Spoštovani stari starši, pridružite se nam. Kajti če stari starši izžarevamo pozitivno energijo, je vsem v družini lepo.

Z veseljem sem naše doživetje zapisala babica Zofija Pogorelec iz Kranja



Vikend seminar Medobčinskega društva

Sožitje Kranj v Radencih

Petindvajsetega junija letos smo končno dočakali vikend seminar, pravzaprav še lanski. Načrtovan je bil namreč že aprila lani, pa je takrat odpadel zaradi okužb s koronavirusom in posledično vladnih ukrepov za njegovo zaježitev. Zato pa je bilo naše veselje tega vročega junijskega dne toliko večje. Po dolgih mesecih izolacije smo druženje še kako željno pričakovali. Prav vsi, še posebno pa ljudje z motnjami v duševnem razvoju, spremljevalci in starši smo se veselili tudi novih izobraževalnih vsebin, ki nas ozaveščajo, nam dajejo novih vpogledov in moči za premagovanje vsakdanjih izzivov. Nikoli jih ne zmanjka, naši varovanci že poskrbijo za to, da je v naših družinah razgibano. A vendar je bilo tokrat nekoliko drugače kot sicer: obvezne maske, redno razkuževanje rok ... Če je to cena, da se lahko spet družimo, se nihče ni pritoževal nad njo. Pravila smo rade volje spoštovali. Izpred kranjskega varstveno-delovnega centra smo se z Rozman busom, našim že kar tradicionalnim prevoznikom, odpeljali novim dogodivščinam naproti. Petinštirideset nas je bilo, od tega 19 oseb z motnjo v duševnem razvoju in 26 drugih udeležencev. Noben obraz ni bil čemeran, na vseh se je zrcalilo – oh, končno!

Izobraževalne vsebine so bile dobro prilagojene našim potrebam. Ker se naše osebe z motnjami v duševnem razvoju, tako kot mi vsi, starajo, smo povabili predavateljico Vojko Lipovšek Polc, da nam je pojasnila vidike staranja, s katerimi se že srečujemo in se še bomo. Priznana defektologinja je izhajala ne le iz znanstvenih

dognanj, temveč tudi iz svojih bogatih izkušenj, ki jih pridobiva z delom z osebami z motnjami v duševnem razvoju. »Tiho, tiho čas beži ...«, je bil naslov njenega navdihujočega in tudi pomirjajočega predavanja. Res je, beži in se ne vrača. Zato je toliko pomembnejše, da dobro in kakovostno izkoristimo sleherni trenutek, ki nam je podarjen.

Obiskala nas je tudi dr. Tatjana Novak, po osnovnem poklicu biologinja in tudi mama fanta s posebnimi potrebami. Zdaj deluje v Mengšu in širše slovensko v Zvezi. Njeno predavanje je imelo pomenljiv naslov Gibanje in zdrav način življenja. Razumljivo nam je pojasnila pomen ohranjanja dobre gibljivosti vse v pozno starost in nas opogumljala, da za začetek redne vadbe ni nikoli prepozno. To, kar propagira in za kar se zadnja leta zavzema, je tako imenovana preventivna rehabilitacija. Sede na stolih smo potem potelovadili tako, da smo počasi prebudili svoje mišice in razgibali sklepe od glave do pet. In glej ga zlomka, ko smo telo predihali in razgibali, smo se res počutili lahkotneje.

Dobro pa nam je delo tudi kopanje v termalnem bazenu, saj smo koristno seveda združili tudi s prijetnim. S šobami, iz katerih so rohnili močni curki, ki simulirajo vodni tok, nas je lahkotno neslo iz notranjega bazena v zunanji in nazaj. Če smo se prepustili toku, smo bili že spet v notranjem delu, če pa smo malo počofotali, smo si lahko privoščili brbotanje mehurčkov ob robu in v sredini zunanjega bazena ali pa si se nastavili »dežju«. Kako sproščajoče!

Hrana nam je po vodnih vragolijah šla še posebno v slast. Bila je izbrana, raznovrstna in kakovostna. Da je v Radencih doma dobra kulinarika, smo sicer vedeli, pa nas je še vedno prijetno presenetilo bogastvo okusov in tudi količina različnih jedi. Zadnji večer pred odhodom domov na Gorenjsko se naši varovanci kar niso dali ugnati. V dvorani, kjer smo poslušali predavanja in se po večerji še malce družili, so nekateri celo zaplesali. Muzika se je vrtela

kar s telefona, in če je vmes malo zahreščala, ni to nikogar motilo. Malce so motile samo maske, a zaradi dobre volje sploh ne preveč in čedalje manj.

Takšnih, tako izobraževalno kot rekreativno in družabno izpolnjenih dni, si želimo še več. Upamo, da se bomo kmalu spet srečali na kakšnem podobnem dogodku. Ker nas ti res bogatijo in povezujejo.

Dragomila Šeško, sorojenka





Pot med krošnjami

V Društvu Sožitje Murska Sobota vsako leto organiziramo tudi izlet. Čeprav nas v tem času omejujejo zdravstveni ukrepi, člani društva junija 2021 nismo popuščali. Predsednica društva, gospa Marija Bačič, je poskrbela za strokovno organizacijo, tako da je vse potekalo v prekrasnem ozračju. Čeprav nas zjutraj ni pričakalo najboljšše vreme in se je sonce skrivalo za oblačne meglice, se je jutro razvilo v prelep dan. Ravno pravnjki za ogled nenavadnega zdravilnega zeliščnega vrta, ki se razprostira na blagem pobočju v kraju Žiče, kamor nas je avtobus pripeljal po rahlo vzpenjajoči ozki cesti. Romantična vas Žiče je ujeta med dolinama reke Dravinje in potoka Žičnice. Ob vznožju vrta sta nas pričakali mati in hči, pravi strokovnjakinji za zdravilne rastline ter njihov učinek na zdravje in ugodno počutje. Pričakale so nas tudi race tekačice, ki skrbijo za pravilno ravnovesje med polži in rastlinjem v vrtu, na mizi pa skodelice s

čajem, ki nam je blagodejno teknil po klepetalnici v avtobusu. Ta čas je bil vrt poln cvetov, a naloga rastlin, ki jih krasijo, ni le razveseliti oko obiskovalca, večina jih popestri jedi ter zdravi telo in duha. Obiskovalci smo radovedno poizvedovali o vrstah in moči posameznih rastlin, nekaj od tega, kar smo videli, pa smo tudi nakupili za domače potrebe.

V nadaljevanju se je avtobus začel kar strmo vzpenjati na vrh Rogle, kjer smo, kot navadno, najprej pomalicali vsak svoj sendvič. Potem ko smo se okrepčali, smo se podali na 1043 metrov dolgo pot med krošnjami, ki leži v osrčju mogočnih pohorskih gozdov. Svet okrog nas smo si ogledali tako, kot ga vidijo ptice. Spoznali smo drevesa krajevnih gozdov vse od korenin do vrhov krošenj in znova ugotovili, zakaj je naša narava tako enkratna. Za trenutek smo postali delček gozdnega življenja ter se srečali s številnimi živalmi in



rastlinami. Pozabili smo, da se ves čas vzpenjamo, večinoma brez težav, in naenkrat smo se znašli na vrhu sedemintrideset metrov visokega stolpa. Z njega smo uzrli vsa ta veličastna drevesa, nekatera stara celo več kot sto let, ki so nam bila tako rekoč na dosegu rok. Seveda smo ta podvig fotografirali. Najpogumnejši so se z gornje ploščadi stolpa spustili po vijugastem

dvainšestdesetmetrskem toboganu, ki je nekaterim skrajšal pot navzdol in poskrbel za zdrav odmerek adrenalina.

Po tako »napornem« vzponu sta se prileгла kosilo in sladica v bližnjem gostišču.

Za konec našega skupnega potovanja smo se ustavili v mariborskem Akvariju-terariju, ta stoji v mestnem parku v bližini ribnikov in je malo pred tem spet odprla vrata za obiskovalce. Številni akvariji so nam ponudili pogled na več kot sto vrst rib, med drugim piraje in eksotične tropske ribice. Največje navdušenje (na začudenje nekaterih) pa je požel ogled na okrog sto vrst plazilcev, dvoživk, insektov in najbolj strupenih kač na svetu, med njimi še posebno na kobre. Opazovali smo lene legvane in varane, želve in krokodile.

Polni dnevnih doživetij smo na večer varno prispeli na začetno točko, kjer nas je avtobus, tako kot navadno, odložil na istem kraju, od koder smo zjutraj šli.

Samo še pozdrav v slovo in že pričakujemo novih druženj in doživetij v sklopu društvenih dejavnosti.

Dragica Banfi,
članica Društva Sožitje Murska Sobota

BRANKI IN NINI

NA DESNEM BREGU MURE
SMO VESELI PRLEKI DOMA,
PO GOVORICI ŠIRNA NAS SLOVENIJA
POZNA,
A PO DOBROTI IN AKTIVNOSTI
OD NEDAVNO TUDI EVROPA VSA.

V ANTWERPEN, V BELGIJO,
SMO KOLEGICI POSLALI,
TAM NA EVROPSKIH STA IGRAH
SODELOVALI,
MI, KI SE NISMO Z NJIMA PODALI,
NA ŽALOST DOMA SMO OSTALI,
A ZANJU ZAVZETO PESTI SMO
DRŽALI.

NA TIHO SMO SE V SEBI SPRAŠEVALI,
LE S KOM BOSTA TEKMOVALI,
KO NA STADION SE BOSTA PODALI,
DA V SVOJI DISCIPLINI BI SE
NAJBOLJE DOKAZALI.

DOBRO STA SODELOVALI
IN LEPIH PRIZNANJ VELIKO
POBRALI.
SPLAČALO SE JE, DA SMO PESTI
DRŽALI
IN V MISLIH VES ČAS OB STRANI
JIMA STALI.

MI PONOSNI SMO NA VAJU,
SAJ V SVETOVNO ŠPORTNO ELITO
STA SE ZAPISALI.
S TEM STA DOKAZALI,
DA ORMOŽANCI SMO IN BOMO
ŠPORTNIKI OSTALI
IN PODCENJEVATI SE NIKOMUR NE
BOMO DALI.

NA DESNEM BREGU MURE
SMO VESELI PRLEKI DOMA
IN PO NAŠIH ŠPORTNIKI NAS CEL
SVET POZNA.

BRAVO, NINA IN BRANKA

LEP POZDRAV, DOMINIKA
CAJNKO

Rehabilitacija za mladostnike

V Sklopu programa rehabilitacije za mladostnike so se člani Društva Sožitje Murska Sobota v juniju 2021 udeležili dvodnevne vikend seminarja v Zdravilišču Radenci. Skupaj z mentorji so se tako naši člani za dva dni preselili v zdraviliški kompleks in se nastanili v hotelu, kjer so se učili samostojnosti in odgovornosti ter utrjevali skrb za sebe in druge. Če je bilo v začetku nekaj pomislekov in strahov, so se ti v trenutku razblinili, ko so zagledali bazenski kompleks, valove in mehurčke ter poskakali v vodo. V strokovnem delu so potekale tematske delavnice na temo Odraslost in pravila varnega obnašanja na internetu. V prostem času so se odpravili na krajši sprehod po okolici Radencev, praznovali rojstni dan, se kopali, družili ob tomboli, ki vedno vžge. Seveda je bila prva skrb higiena in ves čas so izvajali vse ukrepe proti okužbi z novo, njim tako nerazumljivo boleznijo covid-19.

Precej utrujene od prigod, a zadovoljne, napolnjene s posebno pozitivno energijo, bogatejše za nova spoznanja, smo jih starši prišli iskat v nedeljo zjutraj. Pričakali so nas na nedeljskem soncu in veselja ni manjkalo.

*Dragica Banfi,
članica Društva Sožitje Murska Sobota*



Na seminarju smo se dotaknili tudi zelo boleče teme

Spet smo bili pogumni v teh koronskih časih. Ko je padla odločitev, da vikend seminar bo, in da bo v zdravilišču Laško, so v Društvo Sožitje Murska Sobota prijave začele kar deževati. Celo odkloniti je bilo treba zaspance. Zjutraj 3. junija letos smo odšli na pot. Spremljala sta nas sonce in prešerna volja. Samo malce postanka smo naredili za jutranjo »kavico s priboljškom« na postajališču v Tepanju, potem smo nadaljevali pot do Šmartinskega jezera. Sprehodili smo se okrog idiličnega jezera, uživali v neokrnjeni naravi, predajali smo se vonju pokošene trave in sušenega sena ter si tu in tam odpočili na lesenih klopek. Ko smo se vrnili s sprehoda, nas je pri avtobusu čakalo pravo presenečenje: zdrav sadni posladek, ki ga je pripravila naša članica – prav ta dan je praznovala rojstni dan. Ampak razlogov za slavlje s tem še ni bilo konec.

Takoj potem, ko smo se udobno nastanili v Hotelu Zdravilišče Laško, ko smo opravili vse formalnosti, smo si ogledali bazenski kompleks in okolico ter skovali načrte za druženje. Kot vedno poslušni, smo seveda vsi sledili prednostnemu cilju – udeležbi na uradnih predavanjih in delavnicah. Poslušali smo predavanje o skrbi za zdravje v času covida pa o skrbi za higieno v tem času. Prisluhnili smo zgodbi naše članice Klavdije o stiskah, težavah in strahu, ki ga je doživljala v času, ko ni mogla »v službo« zaradi »covidne situacije« ter o tem, kako je preživljala te čudne čase.



Poslušali smo predavanje o zdravem življenjskem slogu, skrbi za telesno in duševno zdravje, kako lahko z vsakodnevno vadbo okrepimo pokončno držo, vse slišano pa smo vsak dan pridno v praksi potrdili tudi v naravi – pod krošnjami dreves zdraviliškega parka z enourno telovadbo.

Letos smo se dotaknili tudi zelo boleče teme, ki nas pogosto preveva s strahom in žalostjo, tudi z obupom. Velikokrat se nam postavlja vprašanje: Kaj bo, ko nas več ne bo? Kaj bo, ko morda več ne bo našega varovanca, našega sončka, ki smo mu tako ali drugače posvetili vse svoje življenje, mu namenili ves svoj čas? Vsak udeleženec si je besede predavateljice po svoje prenesel v glavi in duši na svoj položaj. Pogled na druge slušatelje je potrdil domnevo, da ni nihče ravnodušen ob temi staranja in odhoda. Med vsebinami predavanj tudi letos ni manjkala zakonodaja. Izvedeli smo, da lahko zdaj spremljamo naše varovance tudi na rehabilitacije v zdravilišča ter v ta namen izrabimo dopust. Ugotovili smo tudi, da nam gre zelo dobro z osebno asistenco, saj so skoraj vsi naši varovanci tudi uporabniki tovrstnih storitev.

Na splošno smo se veliko pogovarjali, izmenjali številne dobre prakse in tudi kakšno manj dobro, na naše presenečenje nas je »obžgalo« pomladno sonce, upihnilo smo tudi kakšne svečke, se posladkali s slaščicami ter poskrbeli, da sta prevladovala na naših druženjih veselje in smeh. Hvala spremljevalkam in strokovnim članicam, predvsem pa naši vodji in predsednici gospe Mariji Bačič za prekrasno organizacijo ter izpeljavo uradnega in neuradnega dela seminarja.

*Dragica Banfi,
članica Društva Sožitje Murska Sobota*





USTVARJAJMO SKUPAJ



Tanja Šoštarič Tasič, Center Janeza Levca Ljubljana

MEDVEDKA

MATERIAL

Rjav in bel filc, barvne prejice, gumbi

IZDELAVA

Šablono povečamo in z uporabo te izstrižemo medvedka iz dveh plasti rjavega filca.

Sešijemo s prejico kontrastne barve. Malo pred koncem šivanja medvedka napolnimo s polnilom. Naredimo še gobček, prišijemo dva gumba za oči in medvedkoma zavežemo okoli vratu pentljo.

