

DUŠEVNO ZDRAVJE V SKUPNOSTI



Glasilo društva ŠENT

Slovenskega združenja za duševno zdravje

ŠTEVILKA 2 / LETO 2023 - LETNIK VIII

UVODNIK

Nina Brodnik, urednica

»In ker je bil pek za občinskega moža, mu policaj ni maral odjesti dobička in je pustil Cefizlja v pekarijo in se je s helebardo ali sulico postavil pred vrata, da ga počaka. Čaka in čaka, pa ga ni bilo Cefizlja – šent je bil odšel pri zadnjih vratih in se ni niti poslovil.« je pisatelj Fran Milčinski leta 1917 zapisal v eni izmed svojih humoresk v zbirki *Butalci*.

In ravno iz tega literarnega dela je izvršni direktor mag. Nace Kovač dobil navdih za poimenovanje slovenskega združenja za duševno zdravje ŠENT.

Kaj pravzaprav pomeni šent? Obstaja mnogo razlag, ki izhajajo iz različnih poimenovanj duševnih bolezni v preteklosti. Znano je, da so se ljudje nekoč bali vsega drugačnega, kar so pripisali nečemu nadnaravnemu, nekaj kar je »s hudičem«, ali obratno, povezali so z dobrim, z bogom. Samo, da so si lažje razlagali in sprejeli nekaj, česar niso poznali. Vsem dobro poznana je tudi kletvica »Ti, šment!«, ki jo uporabimo, ko nam nekaj res ne gre od rok.

Danes pa vemo, da duševne motnje in bolezni niso nekaj nadnaravnega oz. slabega in pri pridobivanju tovrstnega znanja so nam na voljo mnogi viri - znanstvene razlage

in študije iz področja medicine, psihologije in drugih ved, literatura ter širok spekter medijev in internetnih virov, ki nudi obširne in razumljive razlage.

Lahko se izobrazimo, poiščemo informacije ter pomoč, če se s tovrstnimi težavami soočamo. Prav tako nam strokovnjaki skušajo motnje razložiti, nas osvestiti in razbiti stigmo.

Združenje ŠENT že 30 let uspešno dela prav to. Nas izobražuje, širi vsebino naših izkušenj in povečuje enakopravnost vseh ljudi s težavami v duševnem zdravju v družbi. V tej številki glasila bomo podrobneje prebrali kako - s katerimi programi, za koga je združenje namenjeno, koliko in katere posameznike dosežemo. Kaj združenje v slovenskem prostoru pomeni, kaj predstavlja ljudem in kakšen ima doprinos posamezniku.

Vsi, povezani s ŠENT-om že 30 let oblikujemo gibanje za ljudi, z raznolikimi akcijami, na domačem in tujem področju; z učenjem vsakdanjih stvari, s pogovori in kreativno, razbijamo mit - mit stigme ter spreminjamo življenja. Ti, šment!, da ne bomo to počeli še vsaj naslednjih 30 let!

V prejšnji številki glasila prišlo do neljube napake in sicer pri uvodu članka Šentprime.

Pravilen je stavek: "Danes ima Šentprima koncesijo na območju Zavoda RS za zaposlovanje Ljubljana in Koper."

DUŠEVNO ZDRAVJE V SKUPNOSTI

Izdajatelj: ŠENT – Slovensko združenje za duševno zdravje

Uredništvo:

ŠENT – Slovensko združenje za duševno zdravje

Belokranjska ulica 2, 1000 Ljubljana

Telefon: (01) 230 78 30; faks (01) 230 78 38

Spletna stran: www.sent.si

Urednica: Nina Brodnik

Slika na naslovnici: Andrej Potrata, SV Trbovlje

Grafično oblikovanje: Željko Zule

ISSN številka: ISSN 2738-3393

Publikacija je dostopna na: https://www.sent.si/index.php?m_id=glasilo

Reprodukcija tega glasila ali njegovih delov, povzetkov in prevodov je dovoljena z navedbo vira, vendar ne v komercialne namene.



Govorite o svojih čustvih



Sprejmite samega sebe



Vzemite si čas za počitek



Prehranjujte se zdravo



Bodite telesno aktivni

KAZALO

Zaposleni na različnih programih v združenju ŠENT: Kronološki pregled	4
Ko ne gre več, ko se vse ustavi, se pri nas na ŠENT-u javi!	6
Petra Anžin: Mreža dnevnihi centrov	7
Nives Kodela: Vseslovensko petje s srci	8
Mojca Opara Bržan: Dogajanje v Dnevnihi centru Postojna	9
J.C. Pajek: ŠENT'k	11
Klavdija Šumrada: Socialna vključenost se predstavi	12
Kristina Voda Makovec: Predstavitev nastanitvenih programov ŠENT-a	14
Vesna Lipušček: Program Zavetišče za brezdomce Nova Gorica	16
Fanika Lončar: Predstavitev Programa Mreža programov za zmanjševanje škode zaradi drog	17
Zapisi uporabnikov programa Zavetišče za brezdomne uživalce nedovoljenih drog	18
Meta Rutar, Tanja Šinigoj: Kaj dodaja – ŠENT v skupnost pridodaja	18
N.N.: Ko si zasvojen in v Velenju nimaš kam, greš na ŠENT	19
Mina Špeh: Pogled od zunaj	20
Luka Mrak: Terensko delo z uporabniki drog na Severnem Primorskem	21
Luka Mrak: Goriška varna soba: institut za zmanjševanje škode, ki krepi zdravje, zmanjšuje umrljivost in vrača človečnost	24
Martin Godina: Karso Zaposlitveni center d.o.o. - Pivka	27
Nina Mujagić: Zaposlitveni center Premiki	28
Marija Miličič: Moja pot od ŠENT-a do ZC Premiki	29
Šentprimovke: Šentprima – program zaposlitvene rehabilitacije	30
Andreja Štepec: ŠENT in zagovorništvo	32
mag. Edo Paveo Belak: Forum svojcev	33
Uporabniki DC Ljubljana: Razmišljanje o ŠENT-u	35
Lidija: Mi si naredimo, da nam je lepo	36
Lenka: Jaz, nekoč in danes	37
Lidija: Nekaj trenutkov shizofrenega življenja	38
Poezija	39

KRONOLOŠKI PREGLED ŠENT-a

Zaposleni na različnih programih v združenju ŠENT

- Odprtje dnevnega centra v Ljubljani leta 1993. Najprej se je program izvajal na Linhartovi, selili so se na Glinškovo ploščad 11a, leta 2010 pa je bila otvoritev novih prostorov na Belokranjski ulici 2;
- že leta 1993 smo izoblikovali program delovne rehabilitacije, katerega cilji so usposabljanje in zaposlovanje uporabnikov psihiatričnih služb ter ustanavljanje novih delovnih mest in s tem možnosti za usposabljanje in zaposlovanje, v letu 1994 v okviru ŠENT- a ustanovili podjetje Dobrovita plus d.o.o.;
- ŠENT se je že kmalu po začetku svojega delovanja aktivno ukvarjal tudi z založniško dejavnostjo. V letu 1995 smo začeli izdajati tudi interno glasilo ŠENT, zasnovali smo ga tako, da so imeli v njem možnost pisanja tako ljudje, ki imajo osebno izkušnjo s težavami v duševnem zdravju, kot laična javnost in strokovnjaki, ki se na različnih področjih s to problematiko poklicno ali ljubiteljsko ukvarjajo; od leta 2016 do 2020 je izhajala strokovno glasilo z naslovom Duševno zdravje v skupnosti, nato ponovno interno glasilo;
- leta 1995 se je v Ljubljani odprla prva stanovanjska skupina;
- ŠENT je že od vsega začetka dejaven tudi na mednarodnem področju. Leta 1996 smo v Trstu pripravili strokovno srečanje o delovni in psihosocialni rehabilitaciji uporabnikov služb za duševno zdravje. Na njem so slovenski in italijanski strokovnjaki razpravljali o tržaškem modelu socialnih zadrug in možnem sodelovanju pri zaposlovanju težje zaposljivih oseb;
- v skladu z našim poslanstvom izvajamo tudi izobraževalno dejavnost. Marca leta 1996 smo organizirali prvi izobraževalni program o skupnostni skrbi »Pomoč in samopomoč osebam v stiski«;
- leta 1996 je ŠENT ob podpori RZZZ-OE Koper, Centra za socialno delo Koper ter Občine Koper v Kopru odprl podružnico ŠENTMAR. Leta 2010 pa so se selili na novo lokacijo, v nove prostore. 1.07.2021 se je program dnevnega centra začasno selil na Čevljarstvo 27, s 1.septembrom pa nazaj na Vergerjev trg 3;
- januarja 1999 je bila v Radovljici ustanovljena podružnica ŠENT-a za gorenjsko regijo ŠENTGOR;
- člani na ustanovnem občnem zboru so dne 16.09.1999 ustanovili Forum svojcev Slovenije;
- 12.10.1999 je bila slavnostna otvoritev prve enote celjske podružnice ŠENT CELEIA;
- septembra 1999 je ŠENT dobil od psihiatrične bolnišnice Polje v neprofitni najem posestvo Razori;
- 2.09.1999 se je na Tomšičevi ulici v Kranju odprl ŠENT'K, kranjska podružnica ŠENT-a;
- 13.10.1999 je ŠENT v Petrovčah blizu Žalca odprl novo stanovanjsko skupino;
- 14.01.2000 se je v Mariboru na Frankolovski ulici odprla podružnica ŠENT-a z dnevnim centrom ŠENTLENT;
- stanovanjski sklad ljubljanskih občin (MO Ljubljana) je 5.oktobra predal ključne obnovljene hiše v Ljubljani, ki jo je dal v najem ŠENT-u za nepridobitno najemnico. To je bila že sedma stanovanjska skupina v okviru ŠENT-a in četrta v Ljubljani;
- novembra 2000 je začel delovati ŠENT Nova Gorica;
- program »Mreža delavnic za delovno usposabljanje oseb z duševnimi motnjami in drugih težje zaposljivih oseb« - Leta 2000 se je ŠENT prijavil na javni razpis Republike Slovenije za sofinanciranje programov na področju zaposlovanja. Program »Rehabilitacijsko ocenjevanje sposobnosti za delo, predpoklicna psihosocialna rehabilitacija, svetovanje in spremljanje« je bil tudi izbran. Ta program je nastal na podlagi pridobljenih znanj in izkušenj pri izvajanju eksperimentalnega programa v letih od 1998 do 2000;
- v letu 2002 se je v Kopru odprla nova enota stanovanjskih skupin;
- januar 2003 začetek delovanja dnevnega centra Trbovlje ŠENTKNAP;
- 20.10.2003 začetek delovanja dnevnega centra Ajdovščina;

- avgust 2004 začetek delovanja dnevnega centra Novo mesto;
- 1.6.2005 je začela delovati enota ŠENT KOČEVJE;
- 1.4.2005 je bila otvoritev ŠENT-ove enote ŠENTPLAVŽ, na Jesenicah (danes ZC Kragulj);
- junij 2005 ustanovitev ŠENTPRIME - Zavod za svetovanje, usposabljanje in rehabilitacijo invalidov;
- leta 2006 se je odprl dnevni center v Novi Gorici za uporabnike prepovedanih drog;
- julij 2007 začetek delovanja zaposlitvenega centra Zavod Dlan;
- november 2007 je bila uradna otvoritev dnevnega centra za odvisnike v Novi Gorici;
- marec 2008 ustanovitev zaposlitvenega centra Karso Zaposlitveni center d.o.o.;
- leta 2008 se je odprla tudi stanovanjska skupina Tolmin, zaprla pa se je z letom 2022;
- leta 2008 se je začelo Terensko delo na območju Severno Primorske regije za pomoč uporabnikom prepovedanih drog;
- 1.1. 2009 začetek delovanja dnevnega centra ŠENT Škofja Loka;
- julij 2009 ustanovitev zaposlitvenega centra Posestvo Razori d.o.o.;
- 4.01.2010 do maja 2013 je v Radljah ob Dravi bila odprta enota dnevnega centra, od 9.11.2015 se je program izvajal kot Center za psihosocialno svetovanje s terenskim delom, s 1.01.2018 pa je bil ponovno program dnevni center;
- 22.01.2010 otvoritev novih prostorov dnevnega centra Ljubljana na Belokranjski ul. 2;
- leta 2010 se je v Velenju odprl dnevni center za uporabnike prepovedanih drog;
- leta 2011 otvoritev dnevnega centra v Metliki;
- leta 2011 otvoritev prostorov dnevnega centra ŠENT Postojna;
- leta 2012 se je odprlo Zavetišče za brezdomne uživalce nedovoljenih drog v Ljubljani;
- leta 2016 so se v Ljubljani, Mariboru in Kopru odprle stanovanjske skupine;
- 1.01.2016 se je odprlo Zavetišče za brezdomce v Novi Gorici;
- leta 2017 sta se v Ljubljani in Mariboru začela programa Socialnega zagovorništva;
- leta 2017 se je v Ljubljani odprl dnevni center za uporabnike prepovedanih drog;
- leta 2019 se je v Novi Gorici odprla stanovanjska skupina za mlade;
- leta 2019 začetek projekta EaSI;
- januar 2020 zaprtje enote socialne vključenosti v Kopru;
- leta 2020 otvoritev nove enote socialne vključenosti v Radljah ob Dravi;
- oktober 2020 otvoritev stanovanjske skupine za mlade v Novi Gorici;
- leta 2022 se je v Postojni odprla enota stanovanjske skupine.
- že nekaj časa imamo nov naslov Šmartinska 130.

KO NE GRE VEČ, KO SE VSE USTAVI, SE PRI NAS NA ŠENT-U JAVI! Sodelavke, zaposlene na različnih programih v združenju ŠENT

ŠENT-Slovensko združenje za duševno zdravje je neprofitna, nevladna, humanitarna, prostovoljna organizacija, ki je namenjena posameznikom s težavami v duševnem zdravju in tistim, ki se znajdejo v trenutni duševni stiski, njihovim svojcem, strokovnjakom s tega področja ter vsem ostalim, ki jih zanima področje duševnega zdravja. Združenje je bilo ustanovljeno leta 1993.

Poslanstvo združenja

Namen društva je varovanje človekovih pravic in dostojanstva oseb s težavami v duševnem zdravju, doseči višjo stopnjo njihove vključitve v družbo in povečati njihovo zaposljivost. Združenje deluje v javnem interesu na področjih socialnega varstva, zdravstva, izobraževanja, zaposlovanja in drugih področjih, ki so v skladu s cilji delovanja društva.

Programi in dejavnosti združenja so namenjeni:

- lažšanju socialnih in psihosocialnih stisk in težav oseb s težavami v duševnem zdravju (uporabnikov) in težje zaposljivih oseb,
- izboljšanju njihovega socialnega položaja,
- ustvarjanju možnosti za njihovo čimbolj kakovostno in samostojno življenje,
- skrbi za duševno zdravje,
- povečanje zaposljivosti teh oseb in njihovi zaposlitvi.

ŠENT-ovi programi

Poglavitna naloga združenja je razvijanje in izvajanje programov psihosocialne rehabilitacije oseb s težavami v duševnem zdravju, ki potekajo v ŠENT-ovih centrih za

duševno zdravje v skupnosti (CDZS) in so prisotni v skoraj vseh slovenskih regijah.

Poglavitni cilji programov so kakovostno in samostojno življenje oseb s težavami v duševnem zdravju, delovanje v smeri preprečevanja predsodkov in stigme do duševne bolezni ter poudarjanje pozitivnega duševnega zdravja in skrb za preventivo.

Programne izvajajo strokovni delavci, laični sodelavci in prostovoljci.

Programi psihosocialne rehabilitacije:

- program dnevni center (15 enot po vsej Sloveniji),
- program mreža stanovanjskih skupin (12 stanovanjskih skupin po Sloveniji),
- programi zaposlovanja (socialna vključenost 8 enot, zaposlitveni centri Radela, Zmoremo, Karso, Zavod Dlan, Dobrošin, Kragulj, Premiki, ŠENT Valid).

Ostali ŠENT-ovi programi:

- programi socialnega zagovorništva ,
- program Center za destigmatizacijo,
- kreativna zadruga.



Foto: Nina Brodnik

PROGRAM MREŽA DNEVNIH CENTROV

Petra Anžin, strokovna vodja I programa Mreža Dnevnih centrov

Skozi leta je Program pletel mrežo Dnevnih centrov počasi in vztrajno. V 90-ih letih prejšnjega tisočletja najprej DC Ljubljana pa ŠENT'k Kranj, ŠENTgor Radovljica, ŠENTmar Koper, ŠENTknap Trbovlje itd.

Morda ne ravno v tem sosledju, vse do današnjega dne, ko se je v mrežo ujelo 15 dnevnih centrov. Ti so razporejeni po večini slovenskih regij kar je pomembno z vidika dostopnosti programa in dejstva, da deluje v javnem interesu, torej se vanj lahko vključijo vsi, ki potrebujejo pomoč, podporo oziroma svetovanje in za reševanje svojih težav pokažejo voljo in interes.

Mreža se ni samo številčno gostila, postajala je trdnejša z nenehnim strokovnim izpopolnjevanjem programa skladno s potrebami ljudi v lokalnih okoljih. K temu so pripomogli tudi vsi zaposleni strokovni delavci v dnevni centrih, ki pa jih skozi 30 let tudi ni bilo malo.

Vsak od njih je k programu doprinesel svoj delček, da je danes Mreža takšna kot je. Številka 1050 uporabnikov programa v prvem polletju tega leta govori sama zase.

V dnevni centrih se posamezniku nudi možnosti za izboljšanje vsakodnevno potrebnih socialnih spretnosti ter z informiranjem in svetovanjem, odpiranje novih poti reševanja težav. Spodbuja se samoaktivnost, prevzemanje lastne odgovornosti in samopomoč.

Vključitev v program je brezplačna in na voljo vsem, ki so zainteresirani za sodelovanje.

Dejavnosti v dnevni centrih so oblikovane ob pomoči strokovnih delavcev glede na potrebe uporabnikov posameznega dnevnega centra. Izvajajo se kot metode skupinskega dela in dela s skupnostjo. Poleg tega je s strani strokovnih delavcev uporabnikom na voljo individualna obravnava, ki vključuje: svetovanje, individualno načrtovanje, razbremenilne ter informativne razgovore.

Rdeča nit vseh dnevnih centrov pa je, da zagotavljajo prostor, kjer se udeleženci počutijo varne in imajo možnost sproščene pogovora tudi o svojih težavah, stiskah in bojznih. Ob tem pa so deležni podpore zaposlenih in drugih uporabnikov.



Foto: Petra Anžin

VSESLOVENSKO PETJE S SRCI

Nives Kodela, svetovalka I v DC Celeia

Pevski zbor Tornado ŠENT-ovega Dnevnega centra Celeia in Socialne vključenosti Celje se je skupaj z društvoma Ozara Celje in Most Žalec vključil v državni projekt "Vseslovensko petje s srci", ki je letos potekal konec aprila.

Namen je povezati Slovenke in Slovence doma in po svetu, da v skupnem prepevanju slovenskih pesmi izrazimo po-klon slovenskemu jeziku, kulturi, in tradiciji, hkrati pa je to čas prihoda zelenega Jurija in svetovni dan knjige.



Pevski zbor Tornado DC Celeia, SV Celje, Ozara Celje in društvo Most Žalec. (Foto: Lidija Poljažer)

V Celju je imel ta skupni ustvarjalni projekt še dodano vrednost, saj smo ga izvedli v čast prazniku Mestne občine Celje, ki praznuje v aprilu ter v času Mladinskega pevskega festivala, ki ima v našem knežjem mestu bogato tradicijo.

Pod mojim vodstvom smo nastopili z ljudsko pesmijo Pozimi pa rožice ne cveto. Naša prostovoljka Lidija Poljažer je brezplačno naredila profesionalni posnetek, katerega so združenega s posnetki vseh ostalih pevskih nastopov poslali po domovini in svetu.

V imenu vseh nas, Lidija, najlepša hvala.

Velika zahvala vsem pevkam in pevcem, ki so redno hodili na vaje, še posebej pevkam društva Most iz Žalca glede na čas in oddaljenost, Ozarini strokovni vodji stanovanjskih skupin Špeli Jovan in delovni inštruktorici SV ŠENT Celje Cvetki Ojsteršek.

Video: <https://www.facebook.com/cudovitoziviljenje/videos/589425633249837>

DOGAJANJE V DNEVNEM CENTRU POSTOJNA

Mojca Opara Bržan, Svetovalka I v DC Postojna

V dnevnem centru Postojna smo bili v pomladnih mesecih zelo aktivni, predvsem v času Tedna vseživljenjskega učenja, ko smo izvedli več raznovrstnih aktivnosti. Predstavili smo se s stojnico na Paradi učenja in kljub temu, da nas je prve ure zalival dež, smo le pričakali malo sonca in vztrajali do konca.

Aprila smo obeležili Dan za spremembe z bralno urico Anje Kocman zaposlene pri Javnem skladu Republike Slovenije za kulturne dejavnosti OI Postojna in se je pri nas udeležila kot prostovoljka.

Utrinke je zabeležila tudi novinarka RTV SLO Sabrina Mulec in z najpogumnejšimi opravila kratko reportažo, katero ste lahko slišali 15.4.2023 v radijskem dnevniku

<https://prvi.rtvsllo.si/podkast/radijski-dnevnik/75/174950830>.

Gostili smo pisateljico Anamarijo Meglič, katera nam je predstavila svojo knjigo Teta Zima ter nam približala proces izdaje knjige.

Od ideje do izida knjige je namreč mnogo korakov, na katere bralci niti ne pomislimo.

Kdo ve, morda je prav literarna ura z gospo Meglič vzpodbudila komu željo in pogum, da svoje izražanje na papirju, s časom prenese in deli tudi za širši krog ljudi.



*Predstavitve knjige Teta zima
(Foto: Mojca Opara Bržan)*



Parada učenja (Foto: Mojca Opara Bržan)

Zavod Zeleni hrast in gospa Mihaela Klančar nas je seznanila s storitvijo Osebnih asistenc ter odgovarjala na vsa vprašanja in neznanke, s katerimi se potencialni uporabniki srečujejo pri izpolnjevanju vloge.

V Notranjskem muzeju Postojna smo si ogledali razstavo o slikopleskarstvu in občudovali mojstrska dela ter vse pripomočke s katerimi so še pred desetletji ustvarjali slikopleskarji.

Čeprav izvajamo jutranjo telovadbo s sprehodi, smo se odločili, da izvedemo pohod na Sovič, še predno se razvije pravo poletje. Iz dnevnega centra smo zavili proti Postojnski jami in nad njo nadaljevali pohod po poti pastirčka Jakoba. Večkrat smo postali v sencah dreves ter kot pravi pohodniki tudi snedli malico iz nahrbtnika. Sledil je samo še rahel vzpon in že smo dosegli razgledno točko, ki se imenuje Pri slovenski štangi in nam nudi lep pogled nad mestom Postojna. Prijetno utrujeni smo nadaljevali pot na prizorišče cilja 29. mednarodne kolesarske Dirke po Sloveniji in začutili še malo kolesarske evforije.



Dan odprtih vrat CD Postojna (Foto: Mojca Opara Bržan)

V želji, da dnevni center in naše aktivnosti predstavimo lokalnemu okolju, smo 1.6.2023 organizirali dan odprtih vrat. Pred vhodom smo razstavili naše izdelke, ki nastajajo v okviru kreativnih delavnic ter s pomočjo donacije gospe, ki želi ostati neimenovana, pripravili manjšo pogostitev.

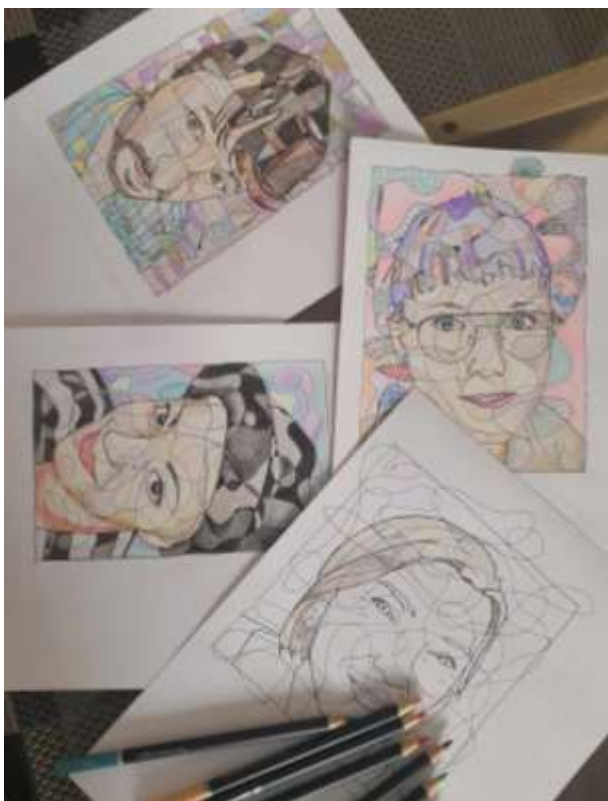
ŠENT'K

J.C. Pajek, DC ŠENT Kranj

Zgodba ŠENT-a Kranj se je začela še v prejšnjem tisočletju, septembra 1999, na lokaciji Tomšičeva ulica 13, ki se jo spomnijo le še staroste med uporabniki. Danes in kar že nekaj (8) let se ŠENT'K nahaja na drugi lokaciji, na Jenkovi ulici 10, v Kranju.

Pod skupno streho ŠENT-a v Kranju spadata, poleg Dnevnega centra, tudi program Socialna vključenost in Odprta stanovanjska skupina. Sam sem šel čez vse tri programe; trenutno sem uporabnik, oziroma aktivno vključen v Dnevni center in v Odprto stanovanjsko skupino. Najprej sem s strahom v zobeh pred parimi leti potrkal na vrata Dnevnega centra, kjer pa me začuda niso pojedli, glej ga zlomka, še za jesti so mi dali. In kako drugače kupiš Gorenjca, kot pa da mu daš kaj zastonj. Tako sem postal ŠENT-ovec.

Od začetka sem veliko posedal sam zunaj na klopci, tudi zdržal nisem v notranjosti hiše prav dolgo. Pa ostalih to ni kaj dosti motilo, razumeli so me in to je bilo dovolj. Vmes me je življenjska pot vodila tudi stran od ŠENT-a, pa sem jih vseeno prišel na čase obiskat in povprašat, kako stoji hiša in kaj se v njej dogaja. No pa me je pot vseeno privedla nazaj; najprej v program Socialna vključenost in zdaj trenutno v Odprto stanovanjsko skupino. Kaj naj rečem? V vseh teh letih ŠENT-ovanja (obiskovanja ŠENT-a) sem se iz plahega fanta, ki so mu v Polju svetovali, da naj po zdravljenju obiskuje kakšen dnevni center, razvil v samozavestnega fantiča, da ne rečem kar moškega.



V pripravi razstava fraktalnih portretov ŠENT'kov; pregled 1999-2023. (Foto: Petra Anžin)

Kaj mi predstavlja ŠENT'k?

Tako kot drugim uporabnikom najprej v prvi vrsti prav zagotovo skoraj drugi dom ali družino. Prostor kamor se vedno lahko zatečem po pomoč. Pa je včasih težko spregovoriti o stiski, in je že dovolj to, da lahko nekam greš med soljudi in vsaj malo pozabiš na stisko. Saj veste, težava, ki dolgo časa raste, se ne razreši čez noč. Ampak ja, stiske se rešujejo, čeprav včasih zgleda, da se na ŠENT-u nič ne dogaja ali premakne. Pa je to zmotno prepričanje tistih, ki mislijo, da se vse da narediti v dveh, treh korakih. Morda nekaterim bolj odgovarja zelo aktivno reševanje problemov, tu na ŠENT'ku pa se bolj poslužujejo/mo mehkih prijemov, ki pa so dolgoročno, vsaj meni, bolj učinkoviti.

Kaj dobiš na ŠENT'K?

Prav gotovo vedno kakšnega sogovorca za pogovor, kavo (mleko je nadstandard), če si kadilec, ti morda kdo prvega pol čika še posodi (zavedaj se, da si na Gorenjskem), hladno zavetje v poletni pripeki, toplo zavetje v zimskem hladu, od časa do časa kakšen priboljšek za v usta ... No, da ne bom tako materialistično naravnana. Najpomembnejše med vsemi temi dobrimi stvarmi pa je: pletenje vezi (prijateljstev)/odnosov med soljudmi. Bajje še psihiatri pravijo, da človeškega stika v živo ne more nadomestiti nobeno družabno omrežje.

SOCIALNA VKLJUČENOST SE PREDSTAVI

Klavdija Šumrada, programska direktorica enote družbe zaposlitvenega programa Socialna vključenost, strokovna delavka v programu socialna vključenost

Program socialne vključenosti je program, ki je namenjen podpori in ohranjanju delovnih sposobnosti nezaposljivih invalidov. Sestavljen je iz delovnih in socialnih vsebin, predvsem delovne vsebine so srčika programa, kjer se nezaposljivi invalidi preizkušajo v svojih delovnih zmogljivostih, socialne vsebine pa naj bi ohranjale možgane uporabnikov kreativne in ustvarjalne.

Poleg tega program prinaša še številne druge koristi, kot je medsebojno druženje, pogovori, podpora, motiviranje, ustvarjanje, finančna nagrada ob prisotnosti delovnih opravil; skratka program ima vse potrebne komponente za zadovoljiv del življenja uporabnikov, ki ga obiskujejo in je namenjen edini pravi stvari – za dobro vseh vključenih in v veliko olajšanje nezaposljivih invalidov, ki imajo težave v duševnem zdravju ter njihovim skrbnikom, staršem, svojcem.

Uporabniki se v program vključijo prostovoljno.

In kdo se lahko vključi v program socialne vključenosti? Invalid, ki mu je Zavod RS za zaposlovanje na podlagi 34. člena Zakona o zaposlitveni rehabilitaciji in zaposlovanju invalidov izdal odločbo o nezaposljivosti ter invalid I. kategorije z odločbo Zavoda za pokojninsko in invalidsko zavarovanje Slovenije brez pravice do invalidske pokojnine po zakonu, ki ureja pokojninsko in invalidsko zavarovanje, in oseba z motnjo v telesnem in duševnem razvoju, ki nima možnosti vključitve v ustrezne socialnovarstvene storitve.

Pred samo vključitvijo v program se uporabnika seznanijo s pravicami in dolžnostmi, ki jih z vključitvijo dobi, podpiše tudi Dogovor o vključitvi v program socialne vključenosti.

Delovne aktivnosti, ki jih nudimo v programu SV so:

- enostavna proizvodna dela: lepljenje, sestavljanje, pakiranje, sortiranje;
- čiščenje prostorov in okolice;
- hišniška dela;
- lažja administrativna in kurirska dela;
- pomoč pri promociji in prodaji na stojnici.

Socialne vsebine v programu SV so:

- izdelava individualnega načrta, individualno in skupinsko svetovanje;
- možnost urjenja socialnih veščin, komunikacije in asertivnosti;
- možnost obiskovanja različnih tečajev in delavnic;
- skrb za zdravo prehrano in osebno higieno;
- možnost udeležbe na glasbenih, likovnih ali literarnih delavnicah;
- športne aktivnosti, sprehodi, izleti, letovanja.

Uporabnik je upravičen do povrnjenih potnih stroškov, če mu le-ti nastanejo in do nadomestila za malico. Upravičen je tudi do nagrade, ki je odvisna od prisotnosti delovnih vsebin in od prisotnosti uporabnika na teh delovnih vsebinah.

Uporabnik, ki se vključi v program SV, se vključi z zavedanjem, da lahko v programu ostane tako dolgo kot želi, program se lahko smatra kot nekaj, kjer je možnost popraviti oceno o nezaposljivosti, lahko se smatra kot priprava za pridobitev takšne delovne zmožnosti in pridobitve takšne delovne samostojnosti, da bi bil uporabnik sčasoma zaposljiv v invalidskih podjetjih, zaposlitvenih centrih, socialnih podjetjih ali zelo izjemoma v običajnih podjetjih.

V kolikor se oceni, da se je uporabnikovo oz. invalidovo doseganje delovnih rezultatov bistveno spremenilo, lahko izvajalec programa socialne vključenosti ali invalid kadarkoli predlagata ponovno oceno doseganja delovnih rezultatov invalida.



ŠENT Novo mesto – Socialna vključenost in Dnevni center. (Foto: Janja Rajkovača)



Delo v Socialni vključenosti Postojna. (Foto: Tomo Mišič)

PREDSTAVITEV NASTANITVENIH PROGRAMOV ŠENT-A

Kristina Voda Makovec, programska direktorica enote družbe v socialnovarstvenih programih Mreže stanovanjskih skupin, Odprtih stanovanjskih skupin, Stanovanjske skupine za mlade s težavami v duševnem zdravju in Zavetišča za brezdomce

Med nastanitvene programe v ŠENT - Slovenskem združenju za duševno zdravje spadajo programi Mreža stanovanjskih skupin za osebe s težavami v duševnem zdravju, Stanovanjska skupina za mlade s težavami v duševnem zdravju, Odprte stanovanjske skupine in Zavetišča za brezdomce v Novi Gorici.

Mreža stanovanjskih skupin, stanovanjska skupina za mlade

Gre za prehodno obliko bivanja, kjer uporabnik pridobi osnovna znanja in veščine za čim bolj samostojno življenje. Z vključitvijo v program mreže stanovanjskih skupin in stanovanjskih skupin za mlade s težavami v duševnem zdravju uporabnik dobi strokovno podporo pri doseganju zastavljenih ciljev in prevzema aktivno vlogo pri skrbi zase.

Cilji programa so pridobivanje znanj in veščin za samostojno življenje, urejanje odnosov v družini in s pomembnimi drugimi, aktivno vključevanje v izobraževanje, programe delovnega usposabljanja in zaposlitev ter druge dejavnosti, ki omogočajo ohranitev obstoječe in širitev socialne mreže, kakovostno preživljanje prostega časa, kot je vključitev v kulturne, razvedrilne in druge prostočasne aktivnosti ter podpora pri reševanju stanovanjske problematike.



*Dnevni prostor Stanovanjske skupine.
(Foto: Polona Kladnik)*



Kuhinja Stanovanjske skupine. (Foto: Polona Kladnik)

Program se izvaja v stanovanjski skupini, ki ima od 4 do 6 namestitev oziroma ležišč, kar omogoča bivanje od 4 do 6 uporabnikov. Program izvajamo v enoti, v stanovanjski skupini, na terenu ter s pomočjo komunikacijskih in družbenih omrežij. Prostori so v urbanem okolju, v bližini javnega lokalnega prevoza. Program izvajamo v skladu z prostorskimi, kadrovskimi in finančnimi pogoji izvajalca.

Odprte stanovanjske skupine

Program odprtih stanovanjskih skupin je zasnovan kot ena od oblik izhoda iz stanovanjskih skupin, kjer lahko prejmejo podporo za lažji prehod v nove oblike bivanja, učenje novih in ohranitev obstoječih socialnih veščin. Namenjen je osebam, ki potrebujejo ciljno naravnano strokovno podporo na področju utrjevanja in krepitvi odnosov z bližnjimi, vključevanju v skupnost ter pri zagotavljanju stabilne, varne in kakovostne oblike bivanjskega prostora.

Zavetišče za brezdomce

Program zavetišče za brezdomce predstavlja obliko bivanja, kjer uporabnik pridobi kratkotrajno ali dolgotrajno možnost varnega in urejenega prenočevanja.

V času izvajanja programa zaposleni spodbujajo uporabnika v pridobivanje osnovnih znanj in veščin za bivanje in življenje v lokalni skupnosti, ter se jih usmerja v druge pristojne organizacije na področju socialnega varstva, zdravstva, zaposlovanja, izobraževanja in druge.

Program se izvaja v urejenem prostoru, v urbanem lokalnem okolju, kjer je ustrezen dostop do storitev in programov na področju zdravstva, izobraževanja, zaposlovanja in drugih za posameznika pomembnih področij.

Vsako leto v vseh nastanitvenih programih obravnava skupno med 100 in 110 uporabnikov.



Balkonček v stanovanjski skupini. (Foto: Edina Cvetko Kovač).



Foto: Nina Brodnik

PROGRAM ZAVETIŠČE ZA BREZDOMCE NOVA GORICA

Vesna Lipušček, strokovna vodja programa Zavetišče za brezdomce

Socialnovarstveni programi, med katere sodi tudi program Zavetišče za brezdomce v Novi Gorici, so namenjeni preprečevanju in reševanju socialnih stisk posameznih ranljivih skupin prebivalstva in so dopolnitev socialnovarstvenim storitvam in ukrepom.

Program Zavetišče za brezdomce v Novi Gorici je pričel z delovanjem 1.januarja 2016 in je dostopen vsem tistim polnoletnim posameznikom, ki so ostali brez strehe nad glavo iz Severno Primorske regije. Izvajamo ga v prostorih Skupnostnega centra v Novi Gorici, na Bidovčevi ulici 4.

Program se izvaja v urejenem prostoru, v urbanem lokalnem okolju, kjer je ustrezen dostop do storitev in programov na področju zdravstva, izobraževanja, zaposlovanja in drugih za posameznika pomembnih področij.

Vključitev v program je prostovoljna in se izvede na podlagi interesa posameznega uporabnika. V program se lahko vključi 12 brezdomnih oseb, po potrebi pa imamo na razpolago še dve dodatni ležišči, ki sta največkrat zapolnjeni v zimskih mesecih.



Z vključitvijo v program Zavetišče za brezdomce, brezdomne osebe pridobijo možnost varnega in ustreznega prenočevanja in iz tega izhajajočo osnovno varnost ter možnost, da začnejo urejati svoj socialno-ekonomski status. Zaposleni v programu brezdomnim osebam nudijo informacije in potrebno podporo pri koriščenju drugih služb v lokalni skupnosti.

Program je uporabnikom na voljo vsak dan v letu, od 20.00 ure v zimskih, hladnejših mesecih, oz. 21.00 ure v poletnih mesecih, do 10.00 ure dopoldan.

V dnevnem času se izvajajo individualni pogovori, v obliki svetovanja, razbremenilnih in informativnih razgovorov, izdelava načrta dela z uporabnikom, skupinske dejavnosti, nudi se podpora in spremstvo pri koriščenju drugih služb v skupnosti in dejavnosti socialne mreže.

Od 21.00 (oz. 20.00 v zimskem času) do 23.00 ure imajo uporabniki možnost poskrbeti za osebno higieno, pravo hrano, pranje oblek, vključitve v aktivnosti, namenjene učenju za življenje (praktične, vsakdanje veščine, funkcionalna znanja, socialne spretnosti...).

Od 23.00 do 8.00 ure – spanje.

Od 8.00 do 10.00 ure se uporabniki pripravijo na dnevne dejavnosti, poskrbijo za osebno higieno in higieno zavetišča in zapustijo Zavetišče.

Pomembna dopolnitev socialno varstvene skrbi za brezdomno populacijo predstavlja nudenje toplega obroka, ki ga v prostorih Zavetišča za brezdomce omogoča društvo Vincencijeva zveza dobrote.

Zavetišče za brezdomce Nova Gorica (Foto: Vesna Lipušček)

PREDSTAVITEV PROGRAMA MREŽA PROGRAMOV ZA ZMANJŠEVANJE ŠKODE ZARADI DROG

Fanika Lončar, strokovna vodja, svetovalka I, Mreža programov za zmanjševanje škode zaradi drog

Program, ki jih izvajamo v okviru programa Mreža programov za zmanjševanje škode zaradi drog, izvajamo na več različnih lokacijah po Sloveniji. Razvijali smo jih preko usklajevanja potreb skupnosti in potreb uporabnikov. Na vseh lokacijah je iniciativa za program prišla s strani Mestnih občin, tako v Novi Gorici, v Velenju, kot tudi v Ljubljani, ter s strani civilne iniciative in Centrov za preprečevanje in zdravljenje odvisnosti.

Uporabnikom prepovedanih drog so na voljo trije Dnevni centri in sicer v Novi Gorici, ki deluje od leta 2006, v Velenju od leta 2010 in v Ljubljani od leta 2017. Terensko delo na območju Severno Primorske regije od leta 2008 in Zavetišče za brezdomne uživalce nedovoljenih drog v Ljubljani od 2012 naprej - pred tem se je od leta 2006 do 2011 izvajal v okviru druge organizacije.

Program zajema nizkopražno obravnavo uporabnikov nedovoljenih drog z namenom zmanjševanja socialne in zdravstvene škode zaradi drog.

V celotnem programu izvajamo psihosocialno podporo uporabnikom drog (urejanje socialno-ekonomskega statusa, stiki s socialno-varstvenimi institucijami, svetovanje, ozaveščanje, informiranje, pomoč pri odločitvi za vstop v druge programe obravnave – substitucijski programi, detoksikacija, terapevtske skupnosti).



Foto: Fanika Lončar

Program zajema individualno načrtovanje posameznikovega razvoja, ki ga izvaja strokovni delavec s timom zaposlenih, pri čemer je temeljno načelo prostovoljna vključitev v obravnavo. Krepimo in razvijamo uporabnikove veščine za socialno vključevanje v družbo, s poudarkom na kompetencah za ureditev stanovanjske problematike (odgovornost, učinkovita komunikacija, konstruktivni odnosi v skupini, spoštovanje dogovorov, pra-

vila sobivanja, pozitivni odnosi v soseski...). Skozi program zasledujemo tudi učenje upravljanja s financami in učenje izpolnjevanja obveznosti (plačevanje računov). Spodbujamo širjenje socialne mreže uporabnikov, vključenih v program.

Program vključuje tudi izmenjavo igel in drugega sterilnega pribora, informiranje o manj tvegani uporabi prepovedanih drog in predvsem v okviru Terenskega dela, preverjanje navad uporabnikov na terenu in opozarjanje na izrazita tveganja. Obenem poteka zbiranje uporabljenih igel in oskrba uporabnikov z zbirnimi kontejnerji za infekcijske odpadke in odvoz le teh na varno uničenje.

Program Dnevni centri omogoča veliko spodbud za krepitev veščin in socialno vključevanje uporabnikov. Aktivnosti v tem sklopu in sklopu širjenja socialne mreže, tim zaposlenih načrtuje na tedenski ravni in tako oblikuje tedenski plan dela, ki je objavljen na oglasni deski v prostorih dnevnega centra. Psihosocialna podpora uporabnikom poteka vsakodnevno v času odpiralnih ur za uporabnike in je stvar vsakokratnega dogovora med zaposlenim in uporabnikom. Določene aktivnosti v tem sklopu načrtujemo z uporabnikom vnaprej.

Specifika programa Terensko delo je v tem, da omogoča zgoraj opisano obravnavo uporabnikov drog v okoljih, kjer se le ti zbirajo, zadržujejo ali živijo in sicer na širšem območju celotne Severno Primorske regije. V okviru programa so enkrat mesečno organizirane dejavnosti, ki omogočajo socialno vključevanje in širjenje socialne mreže, neposredno na terenu.

Program Zavetišče omogoča v povprečju 17-urno obravnavo uporabnikov prepovedanih drog, možnost prenočevanja in iz tega izhajajočo osnovno varnost uporabnikov, ki imajo tako možnost, da začnejo bolj celovito urejati svoje življenje. Program je usmerjen v individualizirano obravnavo posameznika, ki ob podpori strokovnega delavca in ostalih zaposlenih pridobiva veščine za vključitev v družbo, predvsem tiste, povezane s sobivanjem in pridobitvijo nastanitve.

ZAPISI UPORABNIKOV PROGRAMA ZAVETIŠČE ZA BREZDOMNE UŽIVALCE NEDOVOLJENIH DROG

Naredi vse kar je v tvoji moči, samo, da ne pristaneš tukaj. Bivanje in razmere sicer niso slabe, je pa drug problem in to so uporabniki. Mogoče bi bilo lahko malo več časa odprto zavetišče, da nisi čez dan zunaj, kar pa očitno ni mogoče. Denar, ki ga dajemo vsak mesec, bi lahko porabili za nakup televizorja, ker smo odrezani od vsakršnih novic. (D.K.)

Želim si, da bi imeli televizijo. Jaz sem jo želel podariti, ampak so nam rekli, da bodo kupili veliko televizijo. Kar se tiče bivanja v ŠENT-u je v redu, ampak lahko bi vsakdan prišli vsaj ob 18.uri, da se malo bolje spočijemo. (Miha Kreslin)

Želel bi, da je v centru več dobre volje in boljša higiena. Zelo sem zadovoljen z vsemi delavci, ker so vedno na razpolago, pripravljeni pomagat in na voljo za pogovor. Sicer pa je meni tukaj zelo težko, ker ne spadam v ta krog ljudi. Aktivno delam na tem, da si čim prej najdem stanovanje, ker tukaj dobesedno trpim in imam težave s tesnobo. (D.G.)

KAJ DOGAJA – ŠENT V SKUPNOST PRIDODAJA

Meta Rutar, programska direktorica enote družbe SV programa Mreža programov za zmanjševanja škode zaradi drog, svetovalka I

Tanja Šinigoj, svetovalka II

V Novi Gorici od leta 2006 ŠENT vstopa v stik tudi z osebami, ki uživajo prepovedane droge. Najprej s programom Dnevni center za uporabnike prepovedanih drog in dve leti pozneje s Terenskim delom, ki dopolnjuje storitve zmanjševanja škode zaradi drog v celotni regiji.

Oba programa imata bazo v istih prostorih in delujeta povezano, kar se le da. V okviru dejavnosti, s katerimi se programa orientirata na povezovanje in vključevanje v lokalno atmosfero, smo 2017 prvič izvedli rekreativno-orientacijski dogodek Lov na lisico, na katerega povabimo »bratrance« iz ostalih ŠENT-ovih programov v regiji ter tudi druga društva in ustanove v lokalni skupnosti. Odzivi in počutje vpletenih po dogodku so bili vsakič spodbudni, tako da se je dogodek z ravno dovolj majhnimi dopolnitvami ali spremembami, obdržal do današnjih dni.

Letos smo ga izvedli 30.maja.



Tokrat je trasa potekala po Novi Gorici, vprašanja pa so se nanašala na znamenitosti mesta. Med reševanjem nalog smo se zelo zabavali, na zadnji točki (balinišče na Bazoviški) smo se okrepčali in podelili nagrade za štiri tekmovalne ekipe.

Za pomoč pri izvedbi dogodka se zahvaljujemo Javnemu zavodu za šport Nova Gorica, ki nam je omogočil uporabo prostora na zadnji točki in podjetju Natural Just d.o.o., ki je poskrbelo za zelo lične in uporabne nagrade.

Veseli nas, da take akcije postajajo tradicija in da so udeleženci že podali nekaj odličnih dopolnitev za naslednji Lov.

Del programa DC za zmanjševanje škode izvajamo na prostem – tu se odpirajo nove poti (do ljudi). Foto: Luka Mrak

KO SI ZASVOJEN IN V VELENJU NIMAŠ KAM, GREŠ NA ŠENT

N.N., Dnevni center za zmanjševanje škode zaradi drog Velenje

Tudi jaz doživljam stisko tega časa, doživljam vse te poglede mimoidočih, ki kritično govorijo, molče in včasih tudi z glasom. Sem jezen, ves čas sem jezen, tudi ko se smejim. V bistvu sem žalosten, v meni je bolečina, ki je že od prej, iz preteklosti. Je posledica dogodkov, na katere nisem imel vpliva. Ampak zdaj sem tu, del te družbe, del tega mesta in tudi jaz poslušam samo živeti in preživeti. Trudim se biti normalen. Težko je. In meni je še težje.

V vseh teh letih, odkar uživam droge, nastaja vedno isti in zame velik problem, kje vzeti drogo, kje se zadeti, da bo varno? To je po navadi na kakšnem stranišču, npr. javni WC-ji, v nakupovalnih centrih, pod stopnišči, na terasah lokalov. Pač nekje v mestu, kjer je na voljo streha, osvetljava, tekoča voda. Najbrž bodo ti stavki naleteli na veliko negativnih kritik, mnenj, ampak realnost je takšna, da v našem Velenju ni nikjer varne sobe oz. prostora, ki bi bil namenjen varnejšemu uživanju droge.

Mogoče sem se izrazil napačno, ker varnega uživanja droge ni, je samo manj tvegano, kot se večkrat pogovarjamo v dnevnem centru ŠENT. Želim si, da bi se čim prej v naši državi, v našem kraju odprl tak program, v katerem bi bili prisotni zdravstveni delavci, kjer bi lahko dobili čist pribor za intravensko uživanje droge, zaradi česar bi, prepričan sem, prihajalo do manjšega prenosa bolezni - hepatitis, hiv. Uporabljene igle bi ostale v varni sobi in ne zunaj in se zaradi tega kdo od mimoidočih tudi ne bi mogel zboti z okuženo iglo.

Tako bi se omejila tudi preprodaja droge, kriminal, zadevanje v javnosti, uriniranje v okolici, motenje javnega reda in miru. No, zaposlene v dnevnem centru so nas seznanile z novico, da bo ŠENT kmalu odprl varno sobo v Novi Gorici – Goriška varna soba. Super, fajn novica! Upam, da res doživimo kmalu tudi to, pol pa da pride to tudi v Velenje!

Na srečo obstaja tu v Velenju, kjer živim, ŠENT-ov dnevni center, ki nudi marsikaj. Zame je to varen prostor, kjer lahko v miru popijem kavico, sok, malo poklepetam, se umaknem iz ulice. Kar nekaj takih, ki hodimo sem, nas je brez doma in se potikamo povsod po mestu, pa je dobro, da se sploh imamo kam dati. Tu dobimo tudi čiste igle, alkoholne robčke, snif listke, predvsem pa se lahko z zaposlenimi pogovarjamo, da nam je vsaj malo lažje.

Imam občutek, da se lahko pogovorim o vsem, kar mi leži na duši in srcu. Tudi, ko sem jezen in siten, znajo z mano, da se umirim. Moramo pa se držati hišnega reda. Od tega pa ne odstopajo. To se mi zdi prav, ker drugače bi bila v dnevnem centru cela štala, če bi se notri zadevali, kadili, pili alkohol, preklinjali...

Zaposlene tam pomagajo meni in drugim tako, da nam svetujejo glede različnih stvari, predvsem kar se tiče stvari okoli

urejanja socialne pomoči, varstvenega dodatka, prijave na zavod za zaposlovanje, urejanje naslova bivališča... Pomagajo nam iskati stanovanje, ko se zgodi, da ostaneš brez doma. Posodijo nam telefon, da lahko pokličemo na različne institucije, ker po navadi itak nimamo denarja, da bi lahko poklicali iz svojega telefona.



Foto: Fanika Lončar

Ves čas nas prijazno spodbujajo k urejanju zadev, ki bi jih bilo dobro urediti in nas spomnijo na pomembne datume, ki se hitro izmuznejo iz našega spomina. Kar se pogosto in rado dogaja, sploh, ko vzameš kaj močnejšega. Tako sem sam za pol leta izgubil socialno pomoč, ker se dolgo nisem javil na zavod za zaposlovanje. Udeležimo se lahko tudi različnih delavnic in pogovornih skupin.

Zdaj dela namesto Simone, ki je na porodniški, Alenka.

Naredila je likovno šolo in rišemo zanimive stvari. En čas smo imeli delavnico fraktalnega risanja, pa je bila tudi zanimiva zadeva. Skupaj pogledamo tudi kakšen dober film, veliko debatiramo o različnih koristnih in manj koristnih stvareh, se hecamo, gremo na sprehod, imamo tudi piknike in izlete.

Pred kratkim smo šli v Kostanjevico na Krki. Ogledali smo si galerijo Božidarja Jakca, forma vivo in okolico ob reki Krki. Bilo je fajn ob druženju z uporabniki Mladinskega centra Velenje, s katerimi tudi super sodelujemo.

POGLED OD ZUNAJ

Mina Špeh, študentka Fakultete za socialno delo na praksi

Ko sem stopila v Dnevni center programa za zmanjševanje škode zaradi drog v Velenju, nisem vedela, kaj pričakovati, bilo me je celo malo strah, imela sem nekatere predsodke o ljudeh, ki imajo težave z zasvojenostjo.

Že prvi dan srečanja z njimi so se predsodki razblinili. Doživela sem jih kot povsem običajne ljudi, ki so ujeti v začaran krog odvisniškega življenja, iz katerega ne vidijo izhoda. Po več srečanjih z njimi sem spoznala, da so to ljudje z veliko talenti, znanji, zanimanji, ki jih zaradi zasvojenosti ne morejo dobro razvijati. S pravo podporo so pokazali pripravljenost sodelovati v različnih dejavnostih dnevnega centra. V večini so zelo dobri ljudje, s težkimi življenjskimi izkušnjami, s katerimi se soočajo tako, kakor najbolje znajo. V teh nekaj tednih skupnega druženja sem se prek njihovih zgodb veliko naučila in razširila svoj pogled na ljudi, ki so potisnjeni na rob družbe.



Omara polna dobrot v DC Kranj. (Foto: Petra Anžin)

TERENSKO DELO Z UPORABNIKI DROG NA SEVERNEM PRIMORSKEM

Luka Mrak, svetovalac I v programu Terensko delo z uporabniki prepovedanih drog

Terensko delo z ljudmi, ki uporabljajo droge, se je na področju severne Primorske začelo razvijati pred natanko petnajstimi leti – leta 2008, ko je organizacija ŠENT bila na polovici današnje jubilejne 30. obletnice.

Razlogi za začetek programa tičijo v dejstvu, da je do takrat edina enota, ki je bila namenjena uporabnikom drog – Dnevni center za uporabnike prepovedanih drog v Novi Gorici, privabila zgolj določen delež obiskovalcev programa iz uporabniške skupine, medtem ko so storitve zmanjševanja škode bile za večino uporabnikov iz Severne Primorske tako ali drugače nedosegljive. Preko terenskega dela smo uspeli vzpostaviti stik z uporabniki, ki se gibljejo na območju med Bovcem, Krasom, Vipavsko dolino, Banjško planoto in Goriškimi brdi, kar pomeni, da imamo v programu na letni ravni stik s približno tristo različnimi uporabniki.

Glavni namen programa je zmanjševanje zdravstvenih in socialnih tveganj ter škode, ki nastaja zaradi uporabe drog, slednje pa velja tako za uporabnike same, kot tudi vse ostale, ki v skupnosti živijo skupaj z njimi. Cilji programa so:

- manj tvegani načini uporabe prepovedanih drog med uporabniki programa,
- izboljšani stik uporabnikov z drugimi socialno-varstvenimi in zdravstvenimi institucijami,
- informirani uporabniki o pravicah in kako jih uveljavljajo,
- aktivno prevzemanje vlog v vsakdanjem življenju,
- odgovorno ravnanje z uporabljenimi iglami in priborom med uporabniki prepovedanih drog,
- dostopnost strokovnega svetovanja in podpore uporabnikom in njihovim svojcem v stiski,
- informirani uporabniki drog o možnostih vključitve v druge programe obravnave zasvojenosti.

Najbrž najpomembnejša posebnost delovanja terenskega dela je v tem, da deluje v okolju, kjer se uporabniki gibajo, živijo in spijo. To hkrati pomeni, da terenski delavci vstopamo v okolje, kjer veljajo druga pravila kot na primer v stacionarnih enotah, kot so dnevni centri, zaposlitvene zadruge, stanovanjske skupine ali zavetišča. Če želi torej terenski delavec z uporabnikom vzpostaviti stik ter odnos sodelovanja, mora preseči okove institucionalnega ter prevzeti interakcijo, ki je blizu uporabniku. To hkrati pomeni, da mora zavzeti izrazito sočutno in razumevajočo držo do človeka in njegove stiske, razumeti mora uporabniški način razmišljanja, njegove želje, po-

trebe, želje, ter biti realističen pri rešitvah, ki morajo izvirati iz uporabnika samega. Skratka, odnos med terenskim delavcem in uporabnikom je eden ključnih dejavnikov, ki pripomore k učinkovitemu izidu procesov podpore in pomoči. Naše delo torej temelji na odnosu, odnos se udejanja preko interakcije, izražanje te interakcije pa je pogovor.

Uporabnica 1: *Bili smo v parku in sem se pogovarjala s Sandijem, ampak takrat sploh nisem vedela, da ste to »NVO«, ali kakršnakoli služba. Mislila sem, da ste nekdo izmed klape oz. nekdo, ki pozna klapo.*

Uporabnica 2: *Spomnim se, da smo ob naših pogovorih v parku spregovorili o smrti moje mame in potem je še Sandi povedal o svoji bolezni. Ko smo se spoznali, je bil ta uvodni korak zelo mehak in nič posebnega. Brez nobenih imen, osebnih podatkov itd. Šli smo na zaupanje, jaz povem nekaj tebi, ti poveš meni. Potem ste prišli naslednjič v park, prinesli panine, kavo in pridobili smo zaupanje eden do drugega. Meni je bil ta pristop super, človeški. Nekateri sicer izgubijo zaupanje, če ni uradnosti in kravate, jaz pa sem ravno obratno, pridobila sem zaupanje.*

Z uporabniki se na terenu največkrat srečujemo na javnih mestih, ki jih določijo sami. V večjih krajih so to običajno parki, ali kakšna druga mesta, kjer se ljudje pogosto zbirajo, lahko so to tudi bari, knjižnice ali druge javne ustanove, srečujemo pa se tudi v njihovih bivališčih, včasih tudi v terenskem vozilu, ki je prirejen za delo na terenu. Poleg prostora za pogovore lahko v njem uporabnikom ponudimo tudi enostavnejše zdravstvene storitve, kot je ogled ali preveza ran, v vozilu prevažamo sanitetne materiale in materiale za uporabo drog, ki jih med uporabniki delimo na terenu.

V zadnjem obdobju smo delo na terenu izdatno okrepili, saj smo bili od leta 2017 vključeni v projekt nadgradnje terenskega dela, ki ga je vodilo Ministrstvo za zdravje. Poleg novega terenskega vozila, smo v program dobili medicinsko sestro, katere naloge so povezane z zmanjševanjem zdravstvenih tveganj pri uporabi drog. Slednje je zagotovo največja pridobitev pri delu z uporabniki in dvigu kakovosti njihovega zdravja, nekoliko širše gledano pa je projekt pomemben pri premoščanju paradigmatičnih vrzeli socialnega varstva ter zdravstva/medicinske.

Uporabniki storitev na terenu so glede vključevanja medicinske sestre povedali:

Uporabnik 1: *Ona je super, res jo moram pohvaliti. Sicer ne vem, ali me je že kaj zdravstveno obravnavala, ampak mi je všeč, ker se drži svoje vloge in je zelo dosledna in natančna. Pri njej se vidi, da prihaja iz nekje drugje, kot pa vidva. Zelo se drži svojih načel in ne odstopa od njih. Hvaležen sem ji, kar ureja zame zdravstvenega.*

Uporabnik 2: *Uredila mi je odlično zdravnico, ki nič ne komplicira. Stalno mi ureja tudi stvari, ki se tičejo ambulante, bodisi metadona, drugih zdravil ali pa pogovorov s psihiatrom. Sam ne bi imel toliko motivacije. Ona pa je zagreta in pripravljena pomagati. Preko nje (medicinske sestre) sem se vključil tudi v CKZ, ki pa je s korono na žalost nehal delovati.*

Čeprav se je projekt nadgradnje mobilnih enot zaključil v letošnjem letu, je medicinska sestra, ki je formalno sicer zaposlena v Zdravstvenem domu Nova Gorica, iz projektnega financiranja prešla v financiranje pod okrilje zdravstvene zavarovalnice. Slednje pomeni velik uspeh tako za našo terensko službo, kot tudi za področje zmanjševanja škode na nacionalnem nivoju.

Poleg izmenjave sterilnega materiala za uporabo drog, svetovanja, informiranja, neformalnega druženja, zdrav-

stvenega dela itd., predstavljajo zelo pomemben vidik storitve zagovorništva ter spremljanje uporabnikov v različne institucije. Skoraj vsakodnevno skupaj z njimi vstopamo v zdravstvene ustanove, centre za socialno delo, zavod za zaposlovanje, izobraževalne ustanove, banke, sodišča, policijo, druge nevladne institucije ter številne druge, ter jih na tak način podpiramo pri doseganju svojih pravic ter iskanju rešitev za doseg sprememb.

Uporabnik 1: *Včasih je spremstvo tudi zgolj kot psihična podpora, kar je včasih zelo pomembno, da se nekaj sprovede. Sicer ni, da sam ne bi znal, ampak če je nekdo zraven se je k stvari lažje spraviti.*

Uporabnik 2: *Kamorkoli greš, vedno je problem ta stigma. Pri vseh, ki vedo, da se drogiram, je najpomembnejše prav to in nič drugega. Najbolj se to opazi v zdravstvu, sploh če sem v bolnici, karkoli se mi zgodi, za vse sem kriv sam in droga. Tudi na CSD je podobno, odvisno je, na koga naletiš.*

Znotraj programa želimo poleg ustaljenega dela uporabnikom ponuditi tudi priložnostne aktivnosti, ki so povezane z rekreacijo, kulturo, izobraževanjem ter medgeneracijskim in medvrstniškim sodelovanjem. Odzvati se skušamo na potrebe ljudi, ki si želijo udeleževati kultur-



Mobilna enota programa Terensko delo z uporabniki prepovedanih drog:
z leve: Sandi Fiegl, Neli Kovšča, Luka Mrak. (Foto: Meta Rutar)

nih, športnih ali izobraževalnih dogodkov. Uporabnike motiviramo ter jih vključujemo oz. ponujamo športne dogodke kot so igranje nogometa, planinarjenje, plavanje, namizni tenis, športno plezanje, smučanje idr. Poleti se pogosto odpravimo k rekam, kjer se kopamo, družimo itd. Zelo pogosto se ob organizaciji neformalnih dogodkov ustvari zaupni odnos, odprejo se pomembne teme, ki so odlična priložnost za učenje socialnih veščin, ali pa udeležanje življenjskih sprememb posameznika.

V sklopu programa delujeta tudi dve skupini in sicer za samopomoč in samorazvoj svojcev – Zasvojc.Si, ter skupina namenjena uporabnikom – Podporc.Si. Skupini izmenično delujeta vsak torek v tednu. Že desetletje smo vsak drugi teden prisotni v Zavodu za prestajanje zaporne kazni Koper, kjer v oddelku v Solkanu zaprtim osebam, ki uporabljajo droge nudimo storitev svetovanja ter informativnih in razbremenilnih razgovorov.

O vključevanju v program terenskega dela uporabniki povedo:

Uporabnik 1: *Terenskega dela se poslužujem že kakšnih 10 let. S terenskimi delavci sem v stiku 1x tedensko.*

Uporabnik 2: *Pred leti, ko sem se več »špikal« sem pri vas dobil igle, prevoz, veliko ste mi pomagali in precej smo skupaj naredili – igrali nogomet, izleti, dogodki v DC itd. Sedaj je tega sicer manj, veliko bolj pa cenim, ko se srečamo, za kakšno uro usedemo in pokramljamo in svet se mi zdi lepši.*

Uporabnik 3: *Vi ste edina služba, kjer se počutim sproščeno, čeprav sem potreboval veliko časa, da sem se prepričal in ugotovil kako delujete in kaj delate.*

Uporabnik 4: *Odkar se srečujemo redno vsak teden mi je bolje in sem veliko bolj pomirjen. V zadnjem letu nisem razen svoje terapije nikoli posegel po drugih drogah. No, nekajkrat sem si dokupil nekaj metadona.*

Uporabnik 5: *Od terenskega dela se največ poslužujem storitev izmenjave pribora, ki je zame zelo pomembno. Med korono so mi prinašali tudi kosila, kar je bilo zelo koristno. Družimo se in urejamo stvari tudi drugače. Zame so zelo pomembna vez.*

Ob koncu naj naslovimo tudi nekaj izzivov, ki jih terenski delavci opažamo skupaj z uporabniki. Uporabniki si očitno želijo še več stika ter sodelovanja, kar nas na eni strani navdaja z zadovoljstvom, saj je to priznanje delu, ki ga opravljamo. Po drugi strani pa se zavedamo, da lahko v terenski službi, kjer delujemo trije terenski delavci, le deloma odgovorimo na potrebe tolikšnega števila uporabnikov, s katerimi se srečujemo na tako velikem področju

kot je Severno Primorska regija. Vsekakor bi potrebovali več ustreznega kadra, ki ga bi sestavljali še drugi poklici kot so npr. zdravniki, psihologi, psihoterapevti, delovni terapevti, pravniki ... Potrebovali bi večje število mobilnih enot, ki bi ponujali dodatne storitve zmanjševanja škode in bi bile dosegljive v za uporabnike drog bolj primernih terminih (npr. nočno in popoldansko delo). Potrebovali bi tudi več opreme ter terenskih vozil, ki bi ljudem v stiski ponujali bolj pestro paleto storitev: zahtevnejša zdravstvena obravnava, mobilna varna soba, prevoz oseb, delo v nočnem življenju, socialni servis itd.

Uporabnik 1: *Dobro je vse, pogrešam več in bolj poglobljene pogovore in več akcije glede urejanja nekih zadev (socialni status, zdravstvene zadeve). Več zdravstvenih nasvetov. Da si vzamejo 5 min več časa zate (kaj ti manjka in kako bi reševali) ne samo dajat obloge. Posredovanje kontaktov dobrih psihologov, psihiatrov.*

Uporabnica 2: *Včasih bi bilo dobro, da bi na teren prišel tudi zdravnik, ampak spet je odvisno kakšen zdravnik bi to bil. Na sceni so določeni, ki bi že kdaj morali iti h zdravniku oz. nekemu strokovnjaku, vendar nikoli ne gredo.*

Uporabnik 3: *Pri teh službah bi izpostavil, da država sama nima dobro urejenega sistema pomoči na državni ravni, na katere bi se lahko v skupnosti obrnil. Večino dobrih storitev prejmemo od NVO in s tem si država nekako "krije rit", ker nima svojih programov. V javnem sektorju ni programov, ki bi bili dovolj dobri in bili na nek način reformiranih oz. posodobljenih, primernih za današnji čas.*

Uporabnik 4: *Še bolj smo sodelovali, ko so imeli prejšnji kombi, kjer smo se lahko vozili tudi uporabniki. Takrat sem z njimi lahko urejal zadeve na CSD in drugih institucijah. Pomoč bi morala nujno vključevati tudi ta vidik, možnost prevozov, saj večina uporabnikov nima možnosti prevozov in so nam določene storitve in institucije težje dostopne. Prevoz potrebujemo tudi pri nekaterih drugih stvareh, kot so izleti, obiski staršev itd. Vse to so za nas zelo pomembne stvari in najlažje smo jih izvajali s terensko službo. Trenutno se mi zdi vozilo zelo neuporabno, saj se v njegovi notranjosti ne izvaja nič. Lahko bi ga uporabili za namen mobilne varne sobe, to bi bilo v trenutni situaciji najbolj dobrodošlo in potrebno.*

Uporabnica 5: *Nima pa Neli (medicinska sestra) pogojev za delo, saj na terenu nima niti tekoče vode, kombi ni primeren prostor za oskrbo večjih ran.*

Uporabnik 6: *Če bi uspeli dobiti tak kombi, ki bi ga lahko uporabljali tudi za prevoz in oskrbo ran, bi bilo super. Preveč pa tudi ne smemo biti prezahtevni. Če bi se lahko*

zadeli v vozilu in bi to bilo legalno, bi seveda bilo koristno in uporabno, vendar počasi, najprej bi bila vesela, če bi se skupaj lahko peljali v mesto, ko rabim iti na CSD. Najprej to, potem pa varna soba, varen kombi itd.

Vsekakor imamo v nadaljnjih petnajstih letih, ko bo teren-

ska služba obeleževala tridesetletnico delovanja, precej nalog in odgovornosti, kar nas zagotovo ne bo pustilo v brezdelju. Želimo si, da bi lahko tudi v prihodnjem obdobju sledili potrebam ljudi v stiski, bili njihovi sopotniki, ter se z njimi srečevali tam – kjer so.

GORIŠKA VARNA SOBA; INSTITUT ZA ZMANJŠEVANJE ŠKODE, KI KREPI ZDRAVJE, ZMANJŠUJE UMRLIVOST IN VRAČA ČLOVEČNOST

Luka Mrak, svetovalec I v programu Terensko delo z uporabniki prepovedanih drog

Društvo ŠENT v slovenskem prostoru že 30 let razvija programe, s katerimi učinkovito dviguje kvaliteto življenja ter zmanjšuje stiske ljudi na področju duševnega zdravja. S podobnimi cilji, vendar nekoliko drugačnimi principi delovanja, v ŠENT-u že 17. leto zapored delujejo tudi programi, ki so prvenstveno namenjeni ljudem, ki uporabljajo prepovedane droge.

Prvi ŠENT-ov program zmanjševanja škode je bil *Dnevni center za uporabnike prepovedanih drog*, ki je s svojim delovanjem pričel leta 2006 v Novi Gorici. Kmalu mu je sledil program *Terensko delo z uporabniki prepovedanih drog*, ki deluje na območju severne Primorske regije, nato je ŠENT v Ljubljani odprl *Zavetišče za brezdomne uporabnike prepovedanih drog*, danes pa poleg omenjenih programov delujeta še *dva dnevna centra namenjena uporabnikom drog v Velenju ter Ljubljani*.

Kako pomembno, izpolnjujoče ter hkrati posebno je delo z ljudmi, ki droge uporabljajo, zagotovo ve približno ducat zaposlenih znotraj ŠENT-a, ki svoje dni skoraj vsak dan preživljajo z uporabniki in uporabnicami programov. Leti so obremenjeni z različnimi stiskami, nerazumevanjem, stigmo, žalostjo, jezo ter bolečino, pogosto pa tudi s humorjem, upanjem, željo ... Vse naštetu (in še več) pa je povezano v edinstveni dinamiki, ki jo lahko začutimo le, če na videz očitne stvari zmoremo pogledati tudi iz drugega zornega kota.

Zmanjševanje škode je način delovanja in razmišljanja, ki je prepoznan in uporabljen na številnih področjih človekovega delovanja že od pradavnine. Omogoča nam, da z manjšimi tveganji opravljamo najrazličnejše stvari. V prometu lahko elemente zmanjševanja škode prepoznamo v prometni signalizaciji, kakovosti avtomobilov in cestne infrastrukture, varnostnem pasu, varnostni razdalji, čeladi itd.

Na področju drog ter zasvojenosti se je področje zmanjševanja škode začelo intenzivneje razvijati v sedemdesetih ter osemdesetih letih prejšnjega stoletja. Velika spodbuda temu je bil vznik epidemije virusa HIV, ki se je hitro širil tudi med uporabniki drog, ter hkrati prizadel tudi številne druge, ki drog niso uporabljali. Zmanjševanje škode je postalo alternativa pregonu in omejevanju drog ter

njenih uporabnikov; represivni pristopi se že od uveljave ameriške prohibicije do alkohola, preko vojne do drog, do danes, zlasti za področje socialnega ter zdravstvenega varstva izkazujejo kot manj učinkoviti. Kljub temu so metode zmanjševanja škode od nekdanj kontroverzne, pri številnih ljudeh vzbujajo sum ter zgražanje, marsikje so tudi zakonsko prepovedane. Vse to je največkrat posledica nepoznavanja področja drog ter zasvojenosti same, še bolj pa potreb ter dinamike ljudi, ki droge uporabljajo. Žal so uporabniki drog in njihove stiske pogosto uporabljeni (zlorabljeni) za širjenje določene politične agende, ki se razprostira tudi na področje drugih sfer družbenega delovanja, kot so medicina, zunanja politika, ekonomija in številne druge.

Vse navedeno velja tudi za programe varnih sob (v nadaljevanju VS) s katerim zmanjšujemo tveganja pri ljudeh, ki uporabljajo droge oz. so zasvojeni s psihoaktivnimi substancami. VS za uporabo drog so zakonsko regulirani in zdravstveno podprti programi, namenjeni reševanju problematike uporabe drog na javnih mestih ter omogočanju higienskega in manj tveganega okolja za uporabo drog.

Programi VS za uporabo drog se osredotočajo na interese javnega zdravja, interese javnega reda in miru, temeljno izhodišče pa so človekove pravice in demokratične svoboščine. Programi VS v jedru vključujejo zdravstveno osebje, ki uporabnike usmerjajo k čim manjšim tveganjem pri uporabi drog, ta tveganja se nanašajo na uporabnike same ter tudi na vse ostale ljudi, ki z uporabniki sobivajo v skupnosti. Z ustvarjanjem specifičnih prostorov za uporabo drog namreč omejimo uporabo drog na javnih mestih in zmanjšujemo možnost razvoja odprtih scen, ki imajo svojo lastno logiko delovanja (preprodaja drog, kriminal, motenje javnega reda in miru, javna uporaba drog, ipd.).

Osnovni cilji varnih sob so:

- preventiva okužb s krvjo prenosljivih virusov (HIV, Hepatitis idr.) in bakterijskih okužb;
- preventiva predoziranja in možnost učinkovite obravnave predoziranja;
- zmanjševanje uporaba drog v javnosti in na javnih mestih;
- omogočanje kontakta z ljudmi, ki so sicer težko dosegljivi;
- vključevanje/povezovanje uporabnikov drog v druge socialnovarstvene ter zdravstveno varstvene programe.

V letu 2022 smo se v organizaciji ŠENT prijavili na javni razpis *Sofinanciranje programov varovanja in krepitev zdravja do leta 2025*, ki ga je izvedlo Ministrstvo za zdravje (MZ). Prijavili smo program varne sobe, ki do sedaj v Sloveniji še ne deluje nikjer, projekt pa smo naslovlili Goriška varna soba.

Po navedbah številnih organizacij, ki z uporabniki drog delujejo neposredno na terenu, je glede na množičnost pojava drog v Sloveniji (ter širši regiji), veliko število takih uporabnikov in uporabnic, ki to počnejo v nevarnih oz. skrajno tveganih pogojih. Na podlagi ugotavljanja potreb, ter poročil o umrljivosti zaradi drog je na mestu ugotovitev, da je potreba po VS v Sloveniji povsem legitimna ter potrebno dopolnilo v okviru do sedaj razvitih dejavnosti in služb. Podatki Nacionalnega inštituta za javno zdravje (NIJZ) že od leta 2014 nakazuje trend rasti števila umrlih, ki je vrh dosegel v letu 2019 - zabeležili so 74 smrti, kar Slovenijo po podatkih Evropskega centra za spremljanje drog in zasvojenosti z drogami (EMCDDA) uvršča v vrh po številu umrlih takoj za Škotsko, Irsko in skandinavskimi državami (iz leta 2019).

Po podatkih NIJZ ter tudi opažanj na terenu je največ škoda, predoziranje ter tudi smrti povzročene kot posledice uporabe opiatov – predvsem heroina in metadona. V zadnjih nekaj letih se število smrti povečuje tudi zaradi uporabe kokaina.

Dokazano najučinkovitejši odzivi na predoziranja s prepovedanimi drogami, uporabo drog na javnih površinah, prenos nevarnih virusnih ter bakterijskih obolenj, kriminaliteto povezano z uporabo drog ter druge nezaželene posledice uporabe drog, so povezani z nizkopražnimi programi zmanjševanja škode. VS je eden izmed pomembnejših in najučinkovitejših na tem področju.

V Sloveniji je od leta 2012 ustrezno urejena zakonodaja, ki je pred tem vzpostavitev programov VS onemogočala. Pravne ovire so bile odpravljene s spremembo 187. člena Kazenskega zakonika, ki pravi, da je napeljevanje drugega k uporabi drog in omogočanje prostora za uporabo drog ni protipravno, če storilec ravna po programu zdravljenja zasvojenosti ali nadzorovane uporabe drog, ki je v skladu z zakonom potrjen ali se izvaja v okviru oz. pod nadzorom

institucij javnega zdravstva.

Z rezultati prijave na javni razpis *Ministrstva za zdravje* smo bili v organizaciji ŠENT seznanjeni konec leta 2022 in kmalu po tem so stekle projektne aktivnosti. Poleg ŠENT-a je ključno sodelovanje z deležniki v skupnosti Nove Gorice, kjer bo VS delovala v sklopu programa *Dnevni center za uporabnike prepovedanih drog*. Najpomembnejša partnerja v projektu sta *Mestna občina Nova Gorica* ter *Zdravstveni dom Nova Gorica*, ki poleg ŠENT-a predstavlja temelj za delovanje programa. Seveda so vključeni tudi številni drugi nepogrešljivi akterji kot *Policija*, *NIJZ*, *Kreativna zadruga*, pristojni centri za socialno delo, druge nevladne organizacije itd.

Kot rečeno, je področje drog in zasvojenosti številnim ljudem tuje, prežeto s stigmati, tabuji, predsodki in stereotipi. Nam – zaposlenim v programih zmanjševanja škode, vsakdanji stik ter odnos z ljudmi, ki droge uporabljajo, omogoča vpogled v sfero, ki presega slehernega posameznika, in se razteza v pore širšega družbenega delovanja, okolja ter časa v katerem živimo. Predvsem iz tega razloga je naše poslanstvo, da poskrbimo za eno najranljivejših skupin prebivalstva, katerih stiska in bolečina je med laično javnostjo, politiko ter tudi stroko, prepogosto razumljena kot užitek, razvajenost, grešnost, zlonamernost ... Ljudje, ki so prepoznani, da uporabljajo droge, postanejo tako ali drugače neustrezni in za skupnost škodljivi ter posledično izključeni. Socialna izključenost povečuje družbeno neenakost in neravnovesje v skupnosti, zaradi česar izgublamo vsi, ne glede na to, ali droge uporabljamo, ali ne. Izključen posameznik na osebni ravni doživlja izgubo dostojanstva, integritete, ter odgovornosti - zase in druge. S programom varne sobe verjamemo, da lahko nastalo škodo pri uporabnikih drog vsaj deloma popravimo ter jim vrnemo upanje v morebitne spremembe in boljšo prihodnost.

Čeprav je bila vzpostavitev programov varnih sob opredeljena in predvidena že v *Nacionalnem programu na področju prepovedanih drog 2014 – 2020* (krovni dokument na področju prepovedanih drog), do njene realizacije žal nikoli ni prišlo. Prav tako so programi VS opre-

deljeni v osnutku nove resolucije Nacionalnega načrta (ReNPPD22–30), kjer je med drugim zapisano, da je: »obstoječe ukrepe na področju zmanjševanja škode treba v prihodnje okrepiti in hkrati nadgraditi z vzpostavitvijo varnih sob«.

Zagotovo bomo v ŠENT-u naredili vse, da bo v Novi Gorici uporabnikom drog, z letom 2024 omogočena uporaba storitev programa Goriška varna soba, zavedamo pa se, da bomo na tej poti soočeni s številnimi ovirami, ki sicer v ničemer niso povezane s potrebami ter stiskami naših uporabnikov. Hkrati si tudi želimo, da bo zmanjševanje škode (ali krepitev zdravja) v večji meri prisotno tudi v drugih okoljih in kontekstih, tako v Sloveniji, kot širše – na področju prepovedanih drog, kot tudi drugje.



Prostor za injiciranje drog v varni sobi v Strasbourgu (Foto: Luka Mrak).

10 KORAKOV



DO BOLJŠEGA DUŠEVNEGA ZDRAVJA

KARSO ZAPOSLOTVENI CENTER D.O.O. – PE PIVKA

Martin Godina, vodja Karso PE Pivka

Za nami je zelo razburljivo leto, polno izzivov, ovir ter preprek, ki so privedle do ustvarjalnih rešitev, tako za zaposlene v podjetju kot tudi za stranke, stare in nove. Največ pohvale gre seveda zaposlenim, ekipi Karso PE Pivka, ki so s svojo požrtvovalnostjo in trdim delom omogočili uspešno zgodbo našega podjetja.

V začetku julija je bilo v PE Pivka zaposlenih 10 ljudi, od tega 6 zaposlenih na zaščitenem delovnem mestu, ena oseba je zaposlena za polovični delovni čas, dva zaposlena sta delovna inštruktorja, vse skupaj pa vodi vodja PE Pivka.

Kaj vse počnemo?

Naše redno delo obsega vzdrževanje zelenih površin v Občini Pivka, kar pomeni, da tesno sodelujemo s samo Občino. V delo je vključena košnja javnih površin, obrezovanje živih meja, pobiranje smeti, pletje parkov ...

Ravno tako nudimo čiščenje poslovnih prostorov v podjetju ORO Met d.o.o., katerim tudi nudimo izpolnitev invalidne kvote.

Poleg rednega dela imamo tudi druge privatne stranke, za katere izvajamo različna opravila.

Leto 2023 je bilo izredno zanimivo zaradi novih projektov, ki so nam predstavljali nov izziv, saj se s tako pomembnimi projekti nismo še ukvarjali.

Prvi pomemben projekt, ki je še v izvajanju, je krčenje lesne zarasti v sklopu Pivških presihajočih jezer. Občina nam je dodelila nalogo, da očistimo 15 hektarjev zaraslih površin, ki se bodo dale v ponovno uporabo lokalnim kmetovalcem. Od 1.9.2023 do 1.3.2023 smo očistili vseh 15 hektarjev, od 15.8.2023 do 30.9.2023 pa moramo vse parcele še enkrat počistiti mlade zarasti.



Košnja Pivških presihajočih jezer (Foto: Robert Jonke)



Kompleks vodarne v Ilirski Bistrici (Foto: Robert Jonke)

Uspelo nam je tudi posaditi skoraj 6.000 dreves, hrastov in bukev, v sklopu ponovnega pogozdovanja lokalne agrarne skupnosti.

V Ilirski Bistrici smo v sklopu prenove vodovodne infrastrukture očistili lesno zarast v kompleksu Vodarne Ilirske Bistrice ter postavili mejno ograjo okoli kompleksa.

Z novo sezono vzdrževanja zelenih površin smo skupaj s partnerskim podjetjem Dobrovita d.o.o. pričeli tudi z obdelovanjem vrtnih gredic po sami Pivki.

Veliko dela nas seveda v prihajajočem obdobju še čaka, vendar smo z obstoječimi rezultati zadovoljni in zremo v prihodnost s pogumom, jasno sliko in oboroženi z novim znanjem ter izkušnjami. Potrebno se je seveda zahvaliti Društvu ŠENT, ki je podjetje Karso ustanovilo in tako omogočilo obrobni skupini ljudi, ki so pozabljeni s strani družbe, delo ter dostojno življenje. ŠENT je varno zatočišče za naše fante, je okolje v katerem lahko rastejo ter so vključeni v normalno življenje, do katerega je vsak upravičen.

ZAPOSLOTVENI CENTER PREMIKI

Nina Mujagić, direktorica ZC Premiki

Delo z invalidi v zaposlitvenem centru običajno zajema različne naloge in dejavnosti, ki so namenjene podpori invalidom pri njihovi vključenosti na trg dela. Cilj zaposlitvenega centra je omogočiti invalidom priložnost za delo, razvoj njihovih zaposlitvenih sposobnosti ter povečanje samostojnosti in kakovosti življenja.

Društvo ŠENT, kot edini ustanovitelj Zaposlitvenega centra Premiki, od samega začetka obstoja Premikov, nudi vsestransko pomoč tako zaposlenim invalidom kot tudi strokovnim sodelavcem oziroma delavcem.

Invalidom omogočamo usposabljanje za različne poklice. To vključuje izobraževanje in pridobivanje praktičnih veščin, ki so potrebne za opravljanje določenega dela. Usposabljanje se prilagaja posameznikovim sposobnostim in potrebam, pri čemer se upošteva vrsta invalidnosti.

Prav tako poskrbimo za podporo pri razvoju veščin, ki so pomembne za uspešno delovanje na delovnem mestu. To vključuje razvoj komunikacijskih veščin, timsko delo, reševanje problemov, samozavest in samostojnost.

Poleg podpore pri zaposlovanju in usposabljanja se v Premikih osredotočamo tudi na spodbujanje socialne

viti, da je turizem dostopen in varen za vse obiskovalce, ne glede na njihove telesne, senzorične ali kognitivne omejitve. Ena od ključnih dejavnosti zavoda Premiki je svetovanje turističnim ponudnikom, institucijam in organizacijam pri prilagajanju svojih storitev in objektov, da postanejo dostopni za vse.

To vključuje pregled in analizo obstoječe infrastrukture ter svetovanje pri izboljšavah, ki omogočajo enostaven dostop, uporabo in uživanje v turističnih atrakcijah, hotelih, restavracijah, muzejih in drugih prostorih.

Poleg tega zavod Premiki izvaja tudi promocijske aktivnosti za spodbujanje dostopnega turizma v Ljubljani. Sodelujemo z lokalnimi in nacionalnimi turističnimi agencijami ter drugimi partnerji pri razvoju in promociji dostopnih turističnih produktov.

Čeprav je zaposlitveni center Premiki formalna organi-



Foto: Nina Mujagić

vključenosti invalidov. Organiziramo različne dejavnosti: skupinske delavnice, izlete, druženje in prostovoljno delo, ki invalidom omogočajo sodelovanje v skupnosti in razvijanje socialnih vezi.

Premiki so zavod za svetovanje, promocijo in razvoj dostopnega turizma v Ljubljani. Zavod si prizadeva zagoto-

zacija, v kateri smo v službi, se zaposleni velikokrat ukvarjamo z osebnimi težavami kakor tudi z veselimi dogodki posameznika, in prav to nam omogoča sproščeno komunikacijo in občutek pripadnosti, pravzaprav smo malo večja družina, zato se radi vračamo »v službo«.

MOJA POT OD ŠENT-A DO ZC PREMIKI

Marija Milčič, zaposlena na zaščitenem delovnem mestu v ZC Premiki

Leta 2008 sem imela 36 let. Bila sem prijavljena na Zavodu za zaposlovanje kot brezposelna oseba že zelo dolgo.

Njihova zdravnica, ki sem jo obiskala, me je napotila v psihiatrično bolnišnico, kjer so me po opravljenih testih pridržali zaradi depresije, anksioznosti in nedružabnosti na terapiji. Dobila sem zdravila in hodila na delavnice.

Pol leta sem obiskovala različne delavnice v psihiatrični bolnici. Bile so zanimive in tudi poučne ter sproščujoče. Seznanili so me z društvi, ki so namenjeni ljudem s psihičnimi težavami. Takrat sem izvedela za Slovensko združenje za duševno zdravje imenovano ŠENT. Po delu in delavnicah v podobnem društvu kot je ŠENT, imenovanem Altra, sem preko ŠENTprime, kamor so me napotili iz Zavoda za zaposlovanje, dobila rehabilitacijsko delo na upravi ŠENT-a.

Na ŠENTprimi, ki skrbi za pridobitev dela ljudem s težavami v duševnem zdravju, sem hodila na delavnice in iskala zaposlitev. Ko sem dobila delo na upravi ŠENT-a, sem bila zadovoljna in cenjena. Delo na recepciji je trajalo dobro leto dni in tam sem dočakala štirideseto leto.

Na Zavodu Premiki sem dobila delo kot administratorica, za kar sem se tudi izobrazila, leta 2012. To je zavod, ki se ukvarja s turizmom, predvsem za ljudi s posebnimi potrebami. Sedaj že dobro desetletje delam na Zavodu Premiki, kjer so zaposleni invalidi, ki imajo tudi težave z duševnim zdravjem in pa težave s sluhom. Z delom sem zadovoljna, kot tudi z odnosi med sodelavci.

Delo je nezahtevno in ni stresno, sodelavci in direktorica me razumejo, in to potrebujem.



Foto: Nina Brodnik

ŠENTPRIMA – PROGRAM ZAPOSLOVNE REHABILITACIJE

Šentprimovke

ŠENT – slovensko združenje za duševno zdravje, s svojim poslanstvom in aktivnostmi pomaga najrazličnejšim ranljivim skupinam. S svojimi enotami oz. programi je prisoten na območju celotne Slovenije.

Med njimi je tudi program zaposlitvene rehabilitacije, ki se je sprva izvajal v okviru ŠENT-a, kaj kmalu pa so potrebe prerasle zmogljivosti in tako je ŠENT leta 2005 ustanovil Zavod Šentprima. Šentprima izvaja storitve na področju socialnega in invalidskega varstva ter izobraževanja in je izvajalec zaposlitvene rehabilitacije – koncesionar že od leta 2006.

S svojim iskrenim in strokovnim odnosom, z željo po pomoči in opolnomočenju posameznikov, so se naše strokovne delavke dotaknile mnogih posameznikov. Skupaj smo ustvarili veliko uspešnih zgodb na področju vključevanja v delo.

Misli o Šentprimi, ŠENT-u, zaposlitveni rehabilitaciji, ki so jih podelili naši uporabniki, odražajo pomembnost programov in organizacij kot je ŠENT. Hvaležnost in prepoznavanje priložnosti, pa je tisto, kar napolni tudi nas strokovne delavce.



Utrinek z usposabljanja. (Foto: Alessandra Olianis)

Selitev v stanovanjsko skupino

“Takoj ko sem zaslužila svojo prvo plačo z delom preko študentskega servisa, sem začela razmišljati o selitvi od doma, vendar se za ta korak na koncu nisem odločila in sem še naprej živela s starši in sestrama.

13 let kasneje so bili starši tisti, ki so me poslali od doma. Njihove odločitve se nisem razveselila, saj me ni čakalo življenje v lastnem stanovanju, temveč stanovanjska skupina s še tremi sostanovalkami, v kateri sem dobila svoje mesto na podlagi svoje diagnoze. Ni mi preostalo drugega, kot da se s selitvijo sprijaznim. Tako sem spakirala svoje stvari in se namestila v sobi, ki si jo delim s cimro.



Utrinek z usposabljanja. (Foto: Alessandra Olianis)

Zdaj tukaj živim že osem mesecev in lahko rečem, da se po nekaj mesecih privajanja na stanovanje, sostanovke, okolično in samostojno življenje, tukaj počutim doma.

Navadila sem se ritma stanovanjske skupine in znotraj nje ubrala svojo pot. V bistvu imam zdaj dva doma, saj imam pri starših še vedno svojo sobo in jih (ter mlajšo sestro, ki še živi doma), redno obiskujem.

Izkazalo se je za pozitivno, da ne živimo več skupaj, vendar povsem zadovoljna še zmeraj nisem, saj si želim živeti sama.”



Utrinek z usposabljanja. (Foto: Alessandra Olianis)

Lepa beseda seže v deveto vas

“Za Zavod Šentprima sem prvič slišala pri prijateljici, ker je bila tudi ona vključena v zaposlitveno rehabilitacijo. Bila je zadovoljna zato nisem veliko razmišljala o vključitvi v Zavod.

Prvi vtis je bila dobra strokovnost in odnos do ljudi, ki imajo težave. V nadaljevanju rehabilitacije sem ugotovila, da so tudi korektni in dovezetni do želja posameznika.

Na Šentprimi sem se počutila dobro in uspešno zaključila sodelovanje z njimi.”



Utrinek z usposabljanja. (Foto: Alessandra Olianis)

Kaj mi pomeni rehabilitacija

“Program rehabilitacije mi omogoča, da dobim priložnost. Predvsem v teh časih je to največja težava in ovira. Prav tako je zelo pomembno pridobivanje delovnih izkušenj in s tem mi je to omogočeno. Tako spoznavam dela, sodelavce in navezujem stike, ki mi zelo pomagajo. Moji svetovalki sta zelo srčni osebi in me razumeta. Zato mi lahko zelo pomagata, ker nisem samo številka.”

„Pomeni mi ogromno. Pomagajo mi najti zaposlitev in vlivajo moč, da sem pozitivna oseba.“

“Da je ta program pomemben, da lahko delam kar me veseli, da se počutim koristno, da tudi jaz znam nekaj delati, da sem vključena v družbo. “

VSE NAJBOLJŠE, ŠENT!



Utrinek z usposabljanja. (Foto: Alessandra Olianis)

ŠENT IN ZAGOVORNIŠTVO

Andreja Štepec, svetovalka II, v programu Socialno zagovorništvo

Začetki zagovorništva na ŠENT-u torej segajo v samo ustanovitev ŠENT-a. Čeprav se nam zdi samoumevno in se zato tega sploh ne zavedamo, smo vsi zaposleni vsak dan zagovorniki oseb s težavami v duševnem zdravju, saj skrbimo, da dobijo informacije, katere pravice jim pripadajo, da jih lahko uveljavijo oziroma, da le-te niso kršene.

Leta 1999 je bil na ustanovni skupščini ustanovljen Forum svojcev, leto kasneje pa tudi Svet uporabnikov, organa, ki skupščini predlagata dolgoročne cilje in usmeritve programa združenja ter svetujeta organom društva med dvema skupščinama. Uporabnike in njihove svojce osveščata in krepita za aktivnejše vključevanje oseb s težavami v duševnem zdravju v skupnost in dejavnosti društva, poznavanje in uveljavljanje pravic ter pozitivni promociji duševnega zdravja. Izven ŠENT-a preko posameznikov, medijev, okroglih miz in javnosti opozarjata vlado in njene institucije na nerešena vprašanja na področju duševnega zdravja, njihovi člani pa se vključujejo tudi v domače in mednarodne projekte in se izobražujejo na področju zagovorništva.

svojci in zaposleni skupaj z drugimi nevladnimi organizacijami na področju duševnega zdravja ter nekaterimi ozaveščenimi psihiatri, kot je naša predsednica prof. dr. Vesna Švab, dosegli sprejetje Zakona o duševnem zdravju.

Odločilni korak, ko je program Socialno zagovorništvo prejel verifikacijo s strani Socialne zbornice Slovenije, kar pomeni, da nudimo kakovostne storitve, ki ustrezajo standardom in merilom predpisanim v republiki Sloveniji, je bil narejen leta 2020. Program izvajamo po celotni državi. Nudimo tudi vrstniško zagovorništvo in podporo osebam s težavami v duševnem zdravju in svojcem, kar pomeni, da podporo, svetovanje in zagovorništvo nudita oseba z izkušnjo in svojec.



Posvet v prostorih državnega sveta. (Foto: arhiv Državnega sveta Republike Slovenije)

Prvi projekt s področja zagovorništva »Zagovorništvo za uporabnike psihiatričnih storitev« (Evropska komisija – program EIDHR), smo na ŠENT-u izvajali v letu 2001, ko je na ŠENT-u delovala pravno-svetovalna pisarna, v okviru katere smo uporabnikom nudili brezplačno pravno pomoč. V okviru projekta je potekala tudi informativna dejavnost o programu in njegovih prednostih. To so bili tudi prvi začetki dialoga z vlado o spremembi zakonodaje na področju duševnega zdravja.

Leta 2008 smo osebe s težavami v duševnem zdravju,

Program Socialno zagovorništvo omogoča posameznikom in skupinam pridobitev ustreznih informacij, ki jih potrebujejo za uveljavljanje pravic in zadovoljevanje svojih potreb ter svetovanje. Namenjen je krepitvi glasu posameznika oz. skupine ter krepitve njegovega (njihovega) položaja v postopku, ki se ga tiče.

Osredotoča se tudi na pravice in dostojanstvo skupin, zato je pomembna aktivna participacija pri oblikovanju zakonodaje in predpisov s področja duševnega zdravja, socialnega varstva, zaposlovanja, idr.

FORUM SVOJCEV

Mag. Edo Pavao Belak, predsednik Foruma svojcev

ŠENT je že ob svojem ustanavljanju in nastajanju sledil načelu, da so pri psihosocialni rehabilitaciji oseb s težavami v duševnem zdravju, svojci pomemben dejavnik. V 30.-ih letih obstoja, se je ta usmeritev velikokrat izkazala za modro in zelo koristno, ne samo za svojce, pač pa tudi za uporabnike in strokovne delavce.



Forum svojcev. (Foto: Edo Pavao Belak)

Odnosi v tem trikotniku delovanja, kot so ponazorjeni spodaj, so v svojih interakcijah vedno dvosmerni.



Ti odnosi, sodelovanje so še danes zelo pomembni in ustvarjajo prostor, kjer imajo svojci možnosti sodelovanja v različnih organih združenja ŠENT, skupščina, UO, NO,

PsZ, podajati svoje predloge, ideje, nasvete in tako sodelovati v kreiranju in implementaciji delovanja in bodočega razvoja društva.

Kratka zgodovina delovanja

Ustanovitev Foruma svojcev (v nadaljevanju FS) sega v leto 1999, ko se je iniciativa skupine svojcev oseb s težavami v duševnem zdravju, zbrala na srečanju. Izvolili so prvi odbor FS, sprejet je bil tudi poslovnik o delovanju FS. S tem so ustvarili osnove in pogoje za bodoče delo FS. Vso priznanje in čestitke tem udeležencem.

Statut združenja ŠENT v 37. in 38. členu opredeljuje FS kot svetovadni organ. Poslovnik o delovanju FS pa po-

drobneje opredeljuje organizacijo in delovanje foruma.

Nekaj pomembnih dogodkov, ki lahko delno ponazorijo kako lahko svojci v društvu in FS, poskrbijo za svoje potrebe, pravice, odgovornosti, počutje in psihosocialno kondicijo, da jim je lažje v spopadanju z izzivi in problemi, ki se vsakodnevno dogajajo v sobivanju s svojimi bližnjimi s težavami v duševnem zdravju.

• SKUPINE ZA SAMOPOMOČ

Oblika delovanja za krepitev moči, ozaveščanja, sprejemanja svojih bližnjih, soočanja s problemi ...

• PROSTOVOLJSTVO

Svojci največ dela opravijo v svojem prostem času, delujejo zase in svoje bližnje z empatijo in sočutjem. S prostovoljnim delom pa obogatijo tudi vsebino delovanja društva.

• PISARNA ZA SOCIALNO ZAGOVORNIŠTVO

Predstavniki svojcev aktivno sodeluje v delu PsZ, pogovori s svojci, informacije s področja zakonodaje, pravic, dolžnosti in podobno.

Svojci so vključeni v aktivno delo na programu zagovorništvu in samozagovorništvu, ki se že pričinja.

• IZOBRAŽEVANJE

Svojci se aktivno udeležujejo izobraževalnih programov v okviru društva, tudi kot predavatelji. Tudi izven društva, posebej ob dnevih, ki so posvečeni duševnemu zdravju – SZ RS, NIJZ in druga.

• DELOVANJE V DELOVNIH SKUPINAH

Te so predvsem izven društva. Naj spomnim samo na nekatere:

- predstavnik svojcev v Svetu za duševno zdravje RS;
- delovna skupina za kreiranje in implementacijo zakona o duševnem zdravju, ključna vloga v letu 2008;
- delovna skupina za dopolnitev in spremembo ZDZdr;
- delovna skupina za implementacijo Resolucije NP DZdr;
- in druge

• SODELOVANJE V PROMOCIJI, OZAVEŠČANJU JAVNOSTI

- sodelovanje na okroglih mizah;
- pojavljanje v medijih, časopisih, radiu, TV;
- programi proti stigmati na področju duševnega zdravja ŠENT, druge NVO s področja DZ, NIJZ;
- aktivnosti ob dnevu duševnega zdravja;

- festival duševnega zdravja.

• DEINSTITUCIONALIZACIJA

- svojci so udeleženi v aktivnostih prenosa skrbi za duševno zdravje – so ustvarjalci Baselske deklaracije EUFAMI, ki opredeljuje skupnostno skrb, kot pravico svojcev;

- zavzemajo se za zmanjševanje kapacitet v socialno varstvenih zavodih.

• SODELOVANJE V MEDNARODNIH ZDRUŽENJIH

- EUFAMI, evropsko združenje svojcev;

- PROSPECT – mednarodni program za izobraževanje svojcev – v sodelovanju z OZARO, je bilo v letih 2003 do 2022 izvedenih preko 50 izobraževanj z več kot 550 udeleženci – svojci iz vseh NVO na področju duševnega zdravja v Sloveniji;

- kot predavatelji tudi na izobraževanjih Prospect izven Slovenije (Albanija, Moldavija, Poljska).



Življenjske črte. (Foto: Edo Pavao Belak)

Vloga svojcev na področju duševnega zdravja se vse bolj krepi in pridobiva tudi družbeno podporo. Vse bolj je glas svojcev upoštevan tudi pri iskanju rešitev s področja zakonodaje. Bolj ozaveščeno, in z zavedanjem svojih pravic in odgovornosti, bi se pa morali vključevati v proces zdravljenja svojih bližnjih, kar lahko prispeva k boljši kvaliteti zdravljenja in h krajšem času zdravljenja v institucijah.

Zahvala gre ustanoviteljem združenja ŠENT, ki so, že od vsega začetka, spodbujali, podpirali delovanje svojcev. Z njihovo podporo, tako strokovno, kot tudi finančno, je FS zagotovljena bodočnost. Kakšna bo, ali kako svetla, pa je odvisna tudi od njihove predanosti, zagnanosti in entuziazma. To pa ne bi smelo biti vprašljivo, saj vse navedeno, delajo predvsem zase in za svoje bližnje. Sobivanje tako postaja vsebinsko bolj polno in bogatejše.

RAZMIŠLJANJA O ŠENT-U

Uporabniki DC Ljubljana

»V ŠENT sem začel hoditi leta 2001, takrat še na Vilharjevo ulico. V tem obdobju se je ŠENT selil še na nekaj različnih lokacij, sedaj pa je že nekaj časa na Belokranjski ulici. Bilo je tudi obdobje, ko sem bil v dnevnem centru skoraj vsak dan, sedaj pa je tako, da imam kar precej drugih obveznosti in se oglasim kdaj pa kdaj. Rad pridem v dnevni center, kjer nas vedno pričaka prijazna Urška. Navajeni smo tudi na vedno razumevajočo Marušo in Laro. Upam tudi, da se bo mogoče vrnila Ariana, če bo seveda zdrava. 30 let je za ŠENT kar lepa doba, verjetno je za tako obdobje pripomoglo tudi dobro vodstvo.« (Robert Adlešič)

»V ŠENT hodim že od leta 2001. včasih nas je bilo več, sedaj pa je uporabnikov nekaj manj. Obisk ŠENT-a mi je predlagala psihiatrinja in tako sem se odločila, da pridem. Poklical me je tudi Zmago, če bi bila pripravljena delati na ŠENT-u. In tako se je začela moja pot. Hvala za vse!« (N.N.)

»V ŠENT sem prišla leta 1995 in od takrat se mi je spremenilo življenje. Postala sem bolj komunikativna. Takrat smo bili kot ena velika družina. Začele so se skupine, pri katerih sem prisotna. Saj mi pomagajo, da sem odprta, sproščena, zgovorna.« (Sladena)

»Na ŠENT sem prišel leta 2000. Za to združenje sem izvedel v Polju, kjer sem se zdravil zaradi psihoz. Tukaj sem dobre volje in se družim z ostalimi uporabniki. Če imam slab dan, mi pomagajo. Osebe je zelo skrbno. ŠENT je neka oaza, kamor pridem, ko sem slab in ko sem ok. Hvala, ker mi omogočate izvajati svoj hobi.« (D.)

»Na ŠENT hodim že od leta 2003. Všeč mi je, ker so tukaj zelo prijazni ljudje, tako zaposleni, kot uporabniki. Všeč so mi različne dejavnosti. Hodim na likovne delavnice, na različne pogovorne skupine, rada obiskujem tudi tečaj francoščine. Nudijo nam tudi obisk predstav v Španskih borcih. Pogrešam pa obisk gledališča, opere in kino predstav. Prav tako uživam na izletih in sprehodih, ki jih organizira ŠENT.« (Mateja Urbančič)

»ŠENT v Ljubljani obiskujem že osem let. Najprej sem se vključila v dnevni center, kjer se udeležujem različnih dejavnosti, kot so pogovorne skupine, telovadba in druženje z uporabniki. Kasneje sem se vključila tudi v program socialnega zagovornišтва, kjer mi nudijo svetovalne pogovore in kjer obiskujem skupine za samopomoč. Ker živim sama, mi veliko pomeni, da imam tudi možnost obiska strokovne delavke na domu, ki mi pomaga pri urejanju potrebnih stvari. ŠENT obiskujem, ker se tu počutim varno, sproščeno in zaželeno. Skozi leta sem dobila veliko orodij, s katerimi se lažje prebijam skozi svojo življenjsko pot. Vesela sem, da obstaja organizacija ŠENT, saj v težkih trenutkih vedno najdem sogovornika in mi je lažje.« (Uporabnica)



Foto: Nina Brodnik

MI SI NAREDIMO, DA NAM JE LEPO

Lidija, DC Ljubljana

Preselila sem se iz Prelesja v Ljubljano. Čeprav sem tu rojena, mi je bilo vse tuje. Edino, kar sem poznala, je bil ŠENT - še tu je brezciljno postopalo nekaj ljudi. Vedela sem, da tu lahko nekaj naredim, da lahko nekaj dam. Nekaj svojega.

Sprehodila sem se po dnevnem centru. Z dvigalom sem se spustila v klet. Tu je bil ogromen prostor, lepo urejen, vendar prazen. Prešinilo me je! To bi bil idealen prostor za razstave in še kaj. Slikarjev kar nekaj poznam. Žurka, ki bi jo iz tega naredili, je pa itak dobrodošla. Zaposleni so bili sprva malce skeptični nad veliko organizacijo dogodka, a kasneje prijetno presenečeni nad angažiranostjo in izvedbo vseh sodelujočih.



Laura Ličer

Poklicala sem dobro prijateljico slikarko Lauro Ličer, ki razume, da mora umetnost itak v vsako poro družbe. Prinesla je svoje slike na razstavo, zdaj je bilo potrebno organizirati samo še zabavo in dogodek se je lahko pričel...

Pripravili smo plakat, ki je vabil na »Ta veseli dan kulture«. Uvodna prireditev je bila pravi uspeh. Zbralo se je ogromno ljudi. Bila je čisto prava imitacija likovnih otvoritev. Ljudje so gledali in uživali v literarnem programu in pogostitvi, ploskali ter vidno uživali. Zelo sem bila hvaležna mojemu partnerju Valterju, ki mi je kril hrbet povsod, kjer je bilo potrebno. Najbolj sem bila vesela, ko sem videla člane, ko so se še enkrat sprehodili ob slikah in uživali ob videnem.

Uspeh nas je tako navdušil, da smo sklenili praznovati vsak mesec - od 8.februarja, valentinovega in Gregorjevega do dneva svobode, praznika poletja in jeseni in seveda dan duševnega zdravja in Miklavža. Vsi potekajo po podobnem konceptu: razstava, literarni in glasbeni program, pogostitev ter ples.

Po inspiraciji začetnih kulturnih dni se je glasbeno združilo par naših članov in nastal je Hišni bend. Sestavljali so ga fantje, ki obvladajo kitare in druge instrumente ter seveda zabavno glasbo. Pa vendar je zmanjkalo ustvarjalnega zagona in trenutno imajo kreativno pavzo. Poleg njih pa je blestelo drobno dekle s prečudovitim sopranom, ki še vedno odmeva po hodnikih ŠENT-a.

Tako uživamo vsak mesec vsaj enkrat v kulturnem dogodku. Veseli in zadovoljni smo, ker stara prireditev pokliče novo. In tako nastane ciklus ustvarjalnosti in dobre volje na ŠENT-u. Novi in novi izzivi nas notranje napolnjujejo. Obiskovalci in njihovi bližnji iz prireditev odhajajo z zadovoljnimi nasmeški in polni energije za nadaljnje življenje.

Koliko časa bodo na sporedu ti dnevi? Dokler bodo tako dobro obiskani in bodo člani radi sodelovali, tako nastopajoči kot publika. V zadnjem času prinašajo drobne posladke za pogostitev, ki nas povezujejo in širijo našo energijo po ŠENT-u.

Zakaj vsak mesec organiziramo ta druženje? Predvsem, da se člani povežemo in da nam je lepo.

Kulturne dogodke organiziram z Valterjem in pomočjo zaposlenih na ŠENT-u v Ljubljani, za kar se jim lepo zahvaljujem, kajti brez sodelovanja je težko organizirati tako velike projekte. Le-ti so prinesli novo kvaliteto bivanja na ŠENT in nas še dodatno povezali v skupnem soustvarjanju.



Pozdrav poletju

JAZ, NEKOČ IN DANES

Lenka, SV Trbovlje

Moje urice ustvarjanja segajo že daleč nazaj. Bile so ure raziskovanja, učenja in spoznavanja novih stvari. Ampak tako kot se je začelo, se je tudi končalo. Še vedno me ponese nazaj v spomin tega užitka.

Bilo je kot meditacija. Ko sem zavihtela čopič, sem začela spoznavati kdo sem, kdo je mala Lenka, ki se trudi živeti na tem svetu. Na vprašanja kdo sem in zakaj, se trudim odgovoriti sama, pri tem pa mi pomaga ŠENT. Me usmerja, mi ponuja nova odkritja in sama o sebi spoznavam, da imam veliko talentov. Le začeti jih moram spet negovati.

S pomočjo kreativnih delavnic v ŠENT-u, vidim, da lahko pozabim na strah po morebitnem neuspehu, ampak se moram le predati trenutnemu navdihu. Ne sme me prevzeti nerazložljivi in neutemeljeni strah, ampak moram sebi, svoji osebnosti dati svobodo. In nič na tem svetu mi ne bo rezalo kril.

ŠENT je moj drugi dom. Dom, kjer dobim podporo, razumevanje, posluš in prostor, kjer čutim varnost, da sem lahko to kar v resnici sem. Brez pretvarjanja, brez strahu, da bom zavrnjena. Ob sebi imam prave ljudi, ki doprinesejo k mojemu napredku in skrbijo, da čez dneve plujem bolj sproščeno.

Včasih me pa za zabavo navdahne pesniška nota in spisala sem en rap za moja mentorja:

Grega in Nina, Grega in Nina ..
Kok sta vidva fina!
Poleti sta kot klima.
Če mi je vroče, me ohladita;
Če me zebe, me otoplita!
Vedno, ko je treba, me prizemljita
In pomirita.
Grega in Nina, Grega in Nina
Kok sta vidva fina!

Hvala ti, ŠENT!



Laboda & Papiga. (Avtor: Lenka, SV Trbovlje)

NEKAJ TRENUTKOV SHIZOFRENEGA ŽIVLJENJA

Lidija, DC Ljubljana

Čista jeba, ko si hkrati čisto blizu in tako daleč od vsega... Sta z refrenom dobro povzela pevca skupine Mi2. Ko sem zbolela, so me zaprli v Polje, v psihiatrično bolnišnico.

Zdravljenje psihiatričnih bolezni je dolg, zapleten proces. Moj oče je dejal, da je sestavljen iz žalostnega in veselega dela. Res se, kot mantra molitve, ponavlja bolezen z pretirano žalostjo ali veseljem. Zgubljaš se v iskanju olajšanja, iskanju resnice- funkcioniranju v normalnem svetu.

Psihiatri, zdravila, vera so postali temeljni kamen mojega življenja. V mojem življenju so najpomembnejši, saj povedo ali sem dobro. Oh, oprostite, to že vem sama.

Ne pogledam jim v oči, komunikacija pa je zmanjšana na »hvala, dobro«. Morda zato, ker jih enačim s strašno boleznijo, ki jo prebolevam. Izjeme so in to je lepo!



Poletna. (Avtor: Katjuša, SV Trbovlje)

Psihiatri, gospoda v belem, ki jim je vse jasno. Ne vem ali vsa tista zdravila, ki jih podelijo, niso le zato, da nas ohranjajo v pozi bambusa, da lažje manipulirajo z nami.

Ti ubogi bolnik, moraš biti pohleven, saj imajo orodja, ki te prisilijo, da pridno ješ tablete, živiš na ukaz in seveda, da si ne bi drznil imeti svojega mnenja. Višek pa so pasovi, s katerimi te privežejo na posteljo! Sama sem to doživela trikrat.

Zlomili so mi osebnost. Iz ponosne ženske so me spremenili v lutko. Ni prav, saj za bolnike s težavami v duševnem velja enako, kot za ostale paciente - ničelna stopnja nasilja, tako psihičnega kot fizičnega.

Sem pa v bolnišnici Polje našla tudi košček prijaznosti, ki mi je pomagal najti nadzor nad sabo. Oddelek A6 mi je vrnil vero v veselo življenje in v rešitev z zdravili, ki de-

jansko pomagajo. Odpustili so me in nisem se vrnila 21 let

Vsako leto prižgem svečko.

21 jih je že, ne vem kako je v Polju zdaj, upam, da se je stanje izboljšalo.

Pojesti sem morala veliko tablet vseh okusov, da danes približno dobro funkcioniram in če je narobe, vem, da je narobe in poskušam popraviti.

Kljub 21 letom izven bolnic, so v mojem življenju še vedno psihiatri. Še vedno smo na »hvala, dobro« in kot kura zobam zdravila, samo da ne bi bila potrebna ponovna hospitalizacija.

Verjamem, da pomagajo čirule čarule, vendar najbolj je učinkovita znanost.

Klicala sem Boga v vseh možnih jezikih in nisem bila srečnejša. Nisem si mogla pomagati s tem. Pa vendar, če je težko, drdram očenaš in se naslonim v mojem fotelju nazaj, zaprem oči in si želim iti v nebesa.

Najraje se pogovarjam po telefonu in s prijateljicami iščemo rešitve - temu se baje pravi vrstniška pomoč.

Ko ne pomaga noben hudič, pomaga delavna terapija. Narisat mandalo, pomit posodo, pospraviti posteljo, kaj napisat. Iz kaosa ustvarjat red, pa ne vsak dan.

Svoboda, nič delat in posedat v mojem fotelju, mi je najljubša.

To mi je omogočila moja penzija, ki sem si jo prislužila v prejšnjem življenju in mi omogoča svoboden izbor ali bom delala za denar ali uživala.

Življenje me je obdarilo s partnerjem, z mojim Valterjem. Njegova roka na katero se naslonim, mi je zagotovilo, da bom preživela.

In če me vprašate, ljubezen zdravi. Da, zdravi, vendar je ljubezen krhka rožica in jo hitro pokončaš in potem se hitro spremeni radost v bolečino.

Hotela sem deliti ta moja spoznanja z mojimi prijatelji, vendar ne, vsak si pač mora najti svoja...

Prižigam 22. svečko in tiha prošnja, daj Bog, da se mi ne poslabša in bi mogla v bolnico...

Polje je travma, ki ti ostane za celo življenje!

KAMEN

Valerija Kovačič, DC Ljubljana

Hodim po grudi, po zemlji.
Zadiham z vsemi pljuči.

Hodeč po zemlji.
Vzamem grudo v roke
in med prsti mi spolzi dol.

Zberem koncentracijo.
In zameditiram na zemljo.

Na grudo zemlje.
Čutim njeno energijo.
Energijo večnosti. Bog.

Iz zemlje se sestavi kamen.
Iz kamna sije oblak energije.

Zasije sonce.
Pa srednji steber.

Vidiš čudež - bitje.
Glej - življenje, sladko ljubezen.

STANOVANJSKA SKUPINA ZA MLADE NOVA GORICA

*Stanovalci stanovanjske skupine za mlade
Nova Gorica, skupaj z zaposlenima.*

Stanovanjska skupina za mlade Nova Gorica
Se trudi, da se popravi marsikatera krivica.

Zabava, druženje, »kofetkanje« in sprostitev, to nam
je cilj,
A zaposleni nas kaj hitro, umerijo na skupaj
zastavljeni in realni cilj.

Malo bi spančkali, malo ležali, mogoče športali, a če
se le da ne bi kuhali, čistili in se izobraževali.

Lepota naše stanovanjske za mlade je v tem, da vsak
od nas lahko svoje mnenje, predloge in strahove
pove.

A timski sestanki, to je šele atrakcija. Lahko bi rekli,
da je že psihosocialna rehabilitacija.

Dan za dnem, se vsak od nas, na svojem področju
trudi, če pa se zalomi
Edina in Ingrid vsakočita, da se nas spodbudi.

LJUBEZEN ČAROBNA SILA

Mojca Studnička, SV Postojna

Oj, sladka ljubezen -
kot dobra si vila
razprostrla med nama
ta čarobna krila,
ki skrita so sila
med teboj in menoj.

V zvezdnatih nočeh
se prebujam brez spanja,
ob tebi si biti želim.

Ti moj ljubi si,
opojnost brezdanja,
osrečenih sanj s teboj.

Ali prideš danes
moj princ in moj kralj,
ali prideš iz tvojih dalj,
boš ti ob meni vso noč,
tudi, ko bo polnoč,
prideš ti k meni danes,
dala ti poljub bom vroč.

PRAZNINA TRENUTKA

Ajda Esenko, DC Ljubljana

Iz megle se prikažejo labodi,
zaprhutajo s krili in odletijo.
Sence njihovih silhuet
kažejo pot naprej.
Nad goro sonce iztegne žarke,
ki samo so.
Obstajajo.
Ne sprašujejo se zakaj.
Človek pa stalno nekaj išče.
In misli, da je pomembnejši od labodov.

Danijel Trontelj, Nova Gorica

Vsi za besedilo.
Od zadaj se je oglasilo!
Da ni nobenega zmotilo?
Vsakega bo to rotilo!

Prispevajte 1 % za duševno zdravje
Slovencev!

Namenite delež svoje dohodnine
**ŠENTU - Slovenskemu združenju za
duševno zdravje**



www.sent.si

