

Spoštovani!

Letno srečanje s svojci, ki ga že vrsto let organiziramo v mesecu juniju, je poseben dan za vse udeležence. Za vas, ki se na pot odpravljate že precej zgodaj tega dne, saj prihajate kar iz devetinspetdeset občin širne Slovenije, kot tudi za gostitelje, saj priprave na dogodek potekajo kar nekaj časa.

Veliko čustev in stiskov rok, objemov in leska v očeh odtehta naporno pričakovanje tega dogodka. Impoljca na to praznično soboto zažari v vseh mavričnih barvah. Pozabljene so stiske in težave, v ospredju je barvitost in osmišljanje življenja.

Hvala vsem, ki prispevate k takšnemu vzdušju.

Letošnje prireditve smo poimenovali Prisluhni mi... S to mislijo želimo spomniti na moč besede, izrečene ali neizrečene. Opomniti, kako pomembno je poslušati, nujno je slišati. Govorica obraza in telesa pogosto povedo več od izgovorjenih besed. In če prisluhnemo drug drugemu, postanejo odnosi bolj sproščeni, razpoloženje vedro, dnevi bolj topli, osmišljeni.

V Domu Impoljca jih osmišljamo skozi različne terapevtske tehnike, kot je pogovor, druženje, risanje, slikanje, modeliranje, športne aktivnosti, glasbo, ples, plavanje, vrtnarjenje, praznovanje. Pred vami pa je tudi Zlato listje, ki odseva osebne izpovedi, doživetja in hrepenenja. Prisluhnite jim tudi vi!

Želim vam lepe dni ob prijetnem druženju in prebiranju Zlatega listja ter ogledu razstave ročnih spretnosti, ki smo jo ob tem dogodku pripravili posebej za vas.

Andreja Flajs, direktorica

Prisluhni mi ... PRISLUHNI MI ... Prisluhni mi ...

Prisluhni mi ... PRISLUHNI MI ... Prisluhni mi ...



Izdelek likovne delavnice

(kombinirana tehnika iz naravnih surovin)

INFORMATOR ZA BRALCE

Spoštovani.

Lepo pozdravljeni na straneh našega informatorja, ki se predstavlja v »Zlatem listju«. Informator nas bo spremljal skozi nadaljnje izdaje domskega glasila in želimo si, da bi v njem našli koristne informacije z namenom dobrega sodelovanja in posledično dobrega počutja naših stanovalcev. V nadaljevanju vas želimo seznaniti s svojim poslanstvom, vizijo razvoja in vrednotami, za katere si prizadevamo. Predstavljamo vam tudi vedno aktualne vsebine.

Ob tej priložnosti vabimo svojce, da nam še naprej sporočate vaše predloge za izboljšave, vaša mnenja, ki pomembno vplivajo na kvaliteto življenja. Svoje mnenje nam lahko napišete v Knjigo pohval in pritožb, ki so na vsaki stanovanjski enoti, lahko ga pustite v skrinjici v pritličju, ali ga sporočite zaposlenim.

Vabimo vas tudi na našo spletno stran www.impoljca.si, kjer lahko spremljate dogajanje v našem domu.

DOBRODOŠLI V NAŠ DOM!

Kontakti:

Dom upokojencev in oskrbovancev Impoljca

Arto 13

8290 Sevnica

e-mail: duo.impoljca@duo-impoljca.si, spletna stran: www.impoljca.si

Recepcija Doma (07/81-61-400)

Tajništvo Doma (07/81-61-401)

Vodenje, zastopanje in predstavljanje doma

Andreja Flajs, direktorica (07/81-61-440)

Strokovna vodja

Darja Cizelj (07/81-61-434)

Vodja finančno računovodske službe

Bernarda Vrtačnik (07/81-61-410)

Služba zdravstvene nege in oskrbe

Natalija Koprivnik, vodja službe ZNO (07/81-61-433)

ambulantna (07/81-61-430)

Socialna služba

Marija Zidar (07/81-61-424)

Mojca Knez (07/81-61-450)

Zdenka Kramar (07/81-61-425)

Dislocirane bivalne enote – življenje v skupnosti

Alojz Knez, vodja koordinacije dislociranih bivalnih enot (051-683-511)

PRIHOD V DOM

Življenje v okrilju družine je sreča, ki ni dana vsem ljudem. Zavedajmo se spremljajočih stisk, pomislekov in težav, ravnajmo temu primerno.

Prihod v dom pomeni pomembno prelomnico v življenju posameznika. Dogodek se pomembno dotakne tudi svojcev. Pri tem je ključnega pomena priprava na spremembo, zato je sestavni del selitve v dom predhodno srečanje, ogled doma, medsebojno spoznavanje, podajanje osnovnih informacij.

Prihod v dom ureja socialna delavka, ki je prva kontaktna oseba. Ko je stanovalec sprejet v novi dom, mu ključna oseba pomaga pri vključevanju v življenje. V prvem obdobju bivanja je pomembna podpora zaposlenih, sostanovalecev in socialna mreža, ki se spleta s pomočjo različnih dejavnosti. Zelo pomembno vlogo imajo svojci.

Pomembna je spodbuda k aktivni vlogi, sodelovanju in iskanju načinov za spodbujanje močnih področij posameznika.

Pogoji za sprejem:

Dom Impoljca je namenjen odraslim osebam, ki imajo težave v duševnem zdravju, in odraslim osebam z motnjo v razvoju, ki zaradi zmanjšanih sposobnosti in drugih razlogov ne zmorejo več živeti v domačem okolju.

Za ureditev sprejema potrebujete:

- Izpolnjen predpisan obrazec za sprejem v dom (dostopen na spletni strani www.ssz.slo.si),
- zdravniško mnenje o zdravstvenem stanju (staro največ mesec dni),
- obsežnejše psihiatrično mnenje,
- izjavo o načinu plačila storitve,
- zaželen je življenjepis, naslovi svojcev,
- pooblastilo oziroma morebitno odločbo o postavitvi zakonitega zastopnika.

Ob sprejemu je treba predložiti:

- Veljavni osebni dokument,
- kartico zdravstvenega zavarovanja in urejeno dodatno zdravstveno zavarovanje,
- zdravstveno kartoteko.

Dom je tam, kjer se počutiš varno in sprejeto.

Darja Cizelj, strokovna vodja

Analiza anket o zadovoljstvu stanovalcev s postopkom sprejema v Dom Impoljca

Sprejem v dom poteka v skladu s Pravilnikom o postopkih pri uveljavljanju pravice do institucionalnega varstva.

Poleg predložene dokumentacije namenjamo velik poudarek dobri pripravi posameznika na novo okolje. Bodoče stanovalce povabimo pred sprejemom na razgovor in ogled, kjer pridobimo informacije o željah, potrebah, interesih in drugih posebnostih posameznika. Seznanimo jih z življenjem v domu, možnostjo vključitve v zaposlitvene, terapevtske ali pedagoške skupine, s prostočasnimi aktivnostmi in z zaposlenimi. V času pred sprejemom se trudimo vzpostaviti stik s sorodniki, saj lahko s

svojimi informacijami pomagajo bolje prepoznati želje in potrebe bodočega stanovalca.

Sprejem pomeni za posameznika veliko prelomnico v življenju in čustveno obremenitev, ki jo pogosto spremljajo občutki strahu, nemoči in negotovosti. Glede na to, da želimo vse svoje storitve in postopke prilagoditi željam in potrebam stanovalcev, že nekaj let za novo sprejete stanovalce, izvajamo ankete o zadovoljstvu s postopkom sprejema v Dom. Analize ankete za zadnji dve leti predstavljamo v navedenem članku.

V letu 2014 in 2015 je bilo na novo sprejetih 47 stanovalcev. Ankete je izpolnilo 30 stanovalcev. Od tega jih je bilo pred sprejemom na ogledu 24. Vsi so odgovorili, da so ob ogledu doma dobili dovolj potrebnih informacij o življenju v domu.

Navedeni odgovori stanovalcev o tem, kako doživljajo sprejem v dom, so: »Dobro, prijazno, vljudno, spoštljivo, zaželeno in sprejeto, odlično, bil sem toplo sprejet, sprejem sem doživel prijazno s prijaznim osebjem«.

Trije stanovalci pa navajajo sprejem kot negativno doživeto izkušnjo.

Navedeni odgovori stanovalcev o tem, kaj pogrešajo ob sprejemu, so:

Trije stanovalci so navedli, da so pogrešali svojce oziroma domače, ena stanovalka navaja, da je doživela premalo topline, drugi niso ničesar pogrešali.

Analize anket pokažejo, da dobijo stanovalci ob ogledu doma in ob sprejemu dovolj informacij. Stanovalci ob sprejemu pogrešajo svojce in domače okolje. Anketirani stanovalci večinoma ne navajajo predlogov za izboljšanja sprejema. Ena od anketiranih stanovalk predlaga kavico ob sprejemu.

Mimi Zidar, univ. dipl. soc. delavka

POSLANSTVO, VIZIJA, VREDNOTE IN VODILA

Dom upokojencev in oskrbovancev Impoljca nudi institucionalno varstvo različnim skupinam ljudi, ki zaradi različnih razlogov v domačem okolju ne morejo bivati in potrebujejo delno ali popolno pomoč druge osebe.

Zavedanje strokovnih delavcev in sodelavcev ter laičnih delavcev, da je individualnost stanovalca izhodišče za opravljanje delovnih nalog, je ključnega pomena. Vizija doma, poslanstvo, vrednote, kodeksi etičnih načel ter zakonski predpisi pa predstavljajo temelj organizacije dela. Vodstvo doma si skozi vsakdanjo prakso prizadeva, da so vsi zaposleni seznanjeni z osnovnimi vodili in usmeritvami ter da delujejo v skladu z njimi.

- Naravnost na uporabnika.
- Strokovnost in razvojna usmerjenost.
- Spoštovanje kodeksov etičnih načel.
- Sodelovanje s socialno mrežo stanovalca.
- Vpetost v lokalno in širše okolje.
- Dobri medsebojni odnosi, zadovoljstvo zaposlenih, preprečevanje izgorelosti.

POSLANSTVO

Dom nudi stanovalcem podporo na domu ali nadomestno obliko bivanja in življenja v smislu zagotavljanja temeljnih potreb človeka kot biološke, psihološke, fiziološke, socialne ter duhovne celote. Podpora se zagotavlja skozi sistemsko povezanost vseh vključenih, različnih strok, potreb uporabnikov in zahtev okolja.

Poslanstvo je usmerjeno v zagotavljanje primernih poti za izvajanje kvalitetnih storitev po meri uporabnika, prilagojene psihofizičnemu stanju, potrebam, sposobnostim, željam, in v odziv na potrebe okolja.

Poslanstvo zavoda je v razvijanju primerne okolja za dostojno in spoštljivo življenje, za razvijanje možnosti in priložnosti v času, ko socialna mreža in domače okolje ne zagotavljata dovolj podpore in oskrbe.

VIZIJA

Usposobljen in motiviran kader v zdravem delovnem okolju kvalitetno opravlja izvajanje dejavnosti, naravnane na osebo, v medsebojno spoštovanje in dobre medsebojne odnose, v ohranjanje dobre prakse in razvoj novih, inovativnih načinov in metod dela, kot ga narekuje stroka in potrebe.

Ustvarjali bomo pogoje za zagotavljanje zasebnosti, avtonomije, možnosti izbire in spoštovanje posameznika.

Širili bomo partnerstvo sodelovanja z ožjo in širšo socialno mrežo, medgeneracijsko sodelovanje in prostovoljstvo.

Podpirali bomo domače vzdušje in procese dezinstitutionalizacije.

Metode dela preusmerjamo iz asistence v podporo za čim bolj samostojno življenje in ohranjanje zmožnosti samooskrbe.

Sledili bomo strokovnim in etičnim načelom ter skrbeli za permanentno usposabljanje in izobraževanje.

Pri organizaciji ter vodenju poslovnih procesov bomo sledili sodobnim ekonomskim načelom in standardom ter zagotavljali dolgoročno stabilno in uspešno poslovanje.

Naš dom bo prepoznan v lokalnem in širšem okolju kot dom standardizirano kvalitetnih storitev in izgrajeni celostni podobi. Razvijal bo ponudbo, širil nabor storitev in kontinuirano gradil pozitivno prepoznavnost doma.

Dom bo razvijal mesto nosilca gerontološke dejavnosti in nosilca celovite skrbi in podpore za osebe z dolgotrajnimi motnjami v duševnem zdravju.

Dejavnost bo gradil na dolgoletni tradiciji, bogatih izkušnjah in znanju, Dom bo razvojno usmerjen.

Razvijali bomo primeren odnos do ljudi, delovali po socialnem modelu.

VREDNOTE

- ❖ Spoštovanje osebnosti, avtonomije in dostojanstva.
- ❖ Spoštovanje in dobri medsebojni odnosi, zavedanje lastne odgovornosti.
- ❖ Spoštovanje in prepoznavnost v okolju.
- ❖ Varnost, pripadnost, strokovnost, kakovost.
- ❖ Vključenost uporabnika, posameznik je aktiven član, ima vpliv na dogajanje.

- ❖ V odnosu do drugega delujemo tako, kot bi sami želeli, da ravnajo z nami.
- ❖ Vsi smo odgovorni za pozitivno klimo.
- ❖ Odgovoren odnos do dela, sredstev, stroke.
- ❖ Težnja k osebni in strokovni rasti.
- ❖ Ekonomičnost poslovanja, gospodarnost, zakonitost, transparentnost.

VODILA

- ❖ Dostopnost,
- ❖ naravnost na osebo,
- ❖ spoštovanje osebnosti, avtonomije in dostojanstva, zavedanje lastne odgovornosti,
- ❖ prostovoljna vključitev, prosta izbira,
- ❖ avtonomija,
- ❖ motiviranost,
- ❖ aktivno sodelovanje, vključenost,
- ❖ kakovost po meri posameznika, individualnost,
- ❖ strokovnost, interdisciplinarnost,
- ❖ razvojna usmerjenost,
- ❖ osebna rast,
- ❖ spremljanje kazalnikov in standardov kakovosti,
- ❖ transparentnost, ekonomičnost, gospodarnost, zakonitost.

TEMELJNE RAZVOJNE USMERITVE ZA DELO

- ❖ uresničevanje vizije in poslanstva Doma, ob upoštevanju vrednot in vodil,
- ❖ izvajanje celovite skrbi za starejše in osebe s posebnimi potrebami,
- ❖ dezinstitucionalizacija,
- ❖ zagotavljanje prostorskih, tehničnih in kadrovskih normativov za izvajanje dejavnosti,
- ❖ implementacija sodobnih metod in modelov,

- ❖ uveljavljanje vloge nosilca razvoja skrbi v lokalnem okolju,
- ❖ razvijanje novih oblik in načinov skrbi ter metodološke pristope za specifične potrebe posameznih skupin,
- ❖ permanentni razvoj in usposabljanje zaposlenih ter zagotavljanje strokovnosti in profesionalni odnos zaposlenih do uporabnikov in med seboj,
- ❖ sodelovanje s svojci, nevladnimi organizacijami, društvi, izobraževalnimi organizacijami, lokalnim okoljem ter drugimi subjekti, ki pripomorejo k oblikovanju in izvajanju celovite skrbi,
- ❖ prepoznavanje in poimenovanje lastnih standardov kakovosti, skrb za uporabnike, notranje procese, zaposlene in finančno poslovanje; zagotavljanje kakovosti v celotni organizaciji,
- ❖ načrtovanje in realizacija ukrepov za zmanjševanje tveganj,
- ❖ razvojna usmerjenost na vseh nivojih,
- ❖ prostovoljstvo, planiranje in priprava kadrov,
- ❖ poslovanje po ekonomskih načelih, ki veljajo za domove, racionalno opravljanje dejavnosti,
- ❖ upoštevanje kodeksa etičnih načel v socialnem varstvu.

Kodeksi etičnih načel predstavljajo vsem zaposlenim v domu vodilo pri delu z uporabniki in pri zagotavljanju učinkovitega delovanja sistema nujenja storitev. Zaposleni na področju socialnega varstva spoštujemo kodeks etičnih načel v socialnem varstvu in tudi kodekse posameznih poklicev, ali kodekse izvajalcev storitev, ki se nanašajo na ravnanje z uporabniki socialnega varstva.

Med delavce sodijo vsi zaposleni na področju socialnega varstva in vsi drugi, ki sodelujejo pri opravljanju nalog na področju socialnega varstva.

Pri svojem delu delavci socialnega varstva ravnavajo po načelih etičnosti in občega dobrega, da bi tako uporabnike in sebe zavarovali pred neustrezno uporabo strokovnega dela in družbene moči. Svoje delo morajo razmejiti od različnih vplivov in interesov, ki bi utegnili ovirati njihovo strokovno presojo o tem, ali s svojim delom dejansko pomagajo posamezniku ali pa zgolj zastopajo interese, ki niso v skladu z načeli strokovne pomoči.

Kodeks etičnih načel v socialnem varstvu (vir: Kodeks etičnih načel v socialnem varstvu; Socialna zbornica Slovenije, 2014) postavlja v ospredje naslednja načela:

- ❖ Spoštovanje človekovih pravic in svoboščin.
- ❖ Spoštovanje in sprejemanje različnosti.
- ❖ Spoštovanje poklicne avtonomije.
- ❖ Enakopravnost prostovoljskega dela.
- ❖ Pomoč za samostojnost in samopomoč.
- ❖ Nezdržljivost vlog.
- ❖ Spoštovanje odločitev posameznikov.
- ❖ Možnost izbire pomoči.
- ❖ Dolžnost pomoči.
- ❖ Spoštovanje človekove individualnosti, potreb in dostojanstva.
- ❖ Kriteriji komuniciranja z javnostmi.
- ❖ Preprečevanje osebnega nadlegovanja in nasilja.
- ❖ Uveljavljanje in varovanje zasebnosti v domačem okolju ali socialnih ustanovah.
- ❖ Odprtost organizacij socialnega varstva in izvajalcev.
- ❖ Zaupanje in varstvo osebnih podatkov.
- ❖ Dolžnost izobraževanja in usposabljanja.
- ❖ Sodelovanje in medsebojna pomoč med delavci socialnega varstva pri delu z uporabniki.
- ❖ Odgovornost do družbe.

DOBRO JE VEDETI ...

V nadaljevanju vam želimo podati nekaj aktualnih informacij in priporočil.

➤ Podajanje informacij o zdravstvenem stanju stanovalcev in spremljanje svojcev na specialistične preglede

V prispevku bi želela osvetliti poti in kompetence podajanja informacij o zdravstvenem stanju naših stanovalcev.

Informacije o zdravstvenem stanju in poteku zdravljenja lahko poda svojcem le zdravnik. To so informacije, ki se nanašajo na bolezenska stanja, diagnostično obravnavo ter zdravljenje in jih podaja izključno samo zdravnik. Drugi zdravstveni delavci teh podatkov nimajo pravice in jih tudi ne smejo razkrivati. K temu nas zavezujeta Zakon o varstvu osebnih podatkov ter Kodeks etike medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Slovenije.

Medicinske sestre in zdravstveni tehniki lahko podamo informacije, ki se nanašajo na izvajanje zdravstvene nege. To so informacije o počutju, preživljanju prostega časa, izmerjenih vitalnih funkcijah, prehranjevanju, odvajanju, osebni negi, gibanju, spanju, oblačenju, komuniciranju in učenju zdravega načina življenja. Glede samih diagnostično terapevtskih posegih, ki jih izvajamo po naročilu zdravnika, lahko podaja informacije izključno zdravnik.

Zdravnik Božidar Groboljšek je na voljo za podajanje informacij v času dela ambulate v Impoljci, osebno ali po telefonu. Zdravnik je tudi na razpolago za informacije v času dela ambulate v Zdravstvenem domu Sevnica. Glede splošnih informacij o počutju ali planiranih preiskavah, ki jih odredi zdravnik, se lahko obrnete na vodje enot in ambulantni sestre, osebno ali po telefonu.

Zobozdravstveno dejavnost izvaja dr. Martin Kocjan, specialistično zdravstveno varstvo dr. Slobodanom Šunjevarić.

Prizadevamo si, da bi čim več prevozov na specialistične preglede opravili svojci, saj bi tako najhitreje prišli do informacij o zdravstvenem stanju in nadaljnji obravnavi vašega svojca. Informacije bi ob samem pregledu podal specialist določene stroke, ki je najboljši strokovnjak s svojega področja. Zato vas pozivamo, da se odzovete našim prošnjam za spremstvo.

Vsi skupaj se zavedamo svojega poslanstva in odgovornosti, zato si želimo dobrih medosebnih odnosov. Zaposleni se trudimo stanovalcem poleg strokovne obravnave nuditi podporo, razumevanje, človeško toplino in prijaznost. Trudimo se, da delo opravljamo strokovno, odgovorno, po svojih najboljših močeh in si še v prihodnje želimo podpore in sodelovanja z vami, dragi svojci.

Natalija Koprivnik, vodja zdravstvene nege in oskrbe

➤ **Priporočila svojcem**

Spoštovani svojci, prijatelji in znanci

Zavedamo se, da ste svojci nepogrešljivi in zelo pomembni pri zagotavljanju kvalitetnega življenja stanovalcev. Verjamemo, da jih želite ob obiskih z drobnimi pozornostmi in darili razveseliti ter jim polepšati dneve.

V izogib morebitnim nevšečnostim in zapletom pri posedovanju vrednejših predmetov in večjih vsot denarja, vas želimo seznaniti z določenimi pomembnimi informacijami.

Svetujemo vam, da ob sprejemu svojega sorodnika v dom in ob obiskih ne prinašate večjih vsot denarja, in vrednejših predmetov (dragocene ure, nakit, mobilni telefoni, fotoaparati). Predlagamo, da vrednejše predmete obdržite in shranite na varnem v domačem okolju.

Dom za izgubljene, poškodovane ali odtujene predmete, ki jih imajo stanovalci pri sebi, ne more odgovarjati in ne prevzeti odgovornosti.

Vsem sorodnikom in prijateljem, ki pošiljate denarna sredstva stanovalcem doma, svetujemo, da denarja ne pošiljate v običajnih pisemskih ovojnica. V primeru, da denar ne prispe, za izgubljeni denar ne prevzemamo odgovornosti, niti je ne prevzema pošta.

Denar je najvarneje pošiljati s poštnimi nakaznicami ali v obliki nakazila na osebni račun stanovalca doma.

Za denarna sredstva odgovarjamo le v primeru, če so bila izročena zaposlenim in deponirana na blagajni stanovalcev ali položena na osebni račun.

Tudi v prihodnje si želimo dobrega sodelovanja z vami.

Socialne delavke Doma

➤ Osrednji projekt v letu 2016

V letu 2016 posebno pozornost in skrb posvečamo gibanju, fizičnim aktivnostim in spodbujanju k zdravemu načinu življenja. V zadnjih letih smo temu področju že posvečali mnoge vsebine, aktivnosti, predavanja, dogodke. V tem letu pa skozi projekt, ki smo ga poimenovali »Z gibanjem do veselja in zdravja« želimo doseči čim več pozitivnih učinkov telesne aktivnosti. Z različnimi programi, ki se odvijajo v okviru skupinskega in individualnega dela, želimo motivirati h gibanju. Naj naštejemo le nekaj aktivnosti in programov, ki se odvijajo v okviru letošnjega projekta:

- Organizirani sprehodi v domskem parku in okolici.
- Dnevna telesna vadba na stanovanjskih enotah in skupinah.
- Dnevna telesna vadba v telovadnici ali na igrišču.
- Mesečna aktivnost – skupinski ples v telovadnici.
- Mavrični program hoje – organizirani pohodi v bližnjo okolico, večkrat tedensko.
- Delovanje športnega krožka vsaj dvakrat tedensko.
- Telesna vadba, treningi in tekmovanja v okviru Društva specialna olimpijada Slovenije.
- Individualni sprehodi.
- Dnevno izvajanje korektivne gimnastike, gibalne igre.
- Skupinska vadba na Biosinhron-u.
- Skupinska vadba za zaposlene.
- Predavanja o vsebinah zdravega načina življenja.
- Promocija športa v lokalnem okolju-organizacija športno-družabnega dogodka.
- Sodelovanje v projektu Wellness v okviru Društva Specialna olimpijada Slovenije (sodelovanje z lokalno skupnostjo).

Darja Cizelj, strokovna vodja

Dobrodošli v naš Dom.

Vsak človek je enkraten

Vodilo strokovnega dela je zavedanje, da je vsak posameznik edinstven. Ko govorimo o individualnem pristopu, imamo v mislih naravnost na stanovalca, imamo v mislih enkratnost, neponovljivost človeka. Skozi time za individualno načrtovanje, katerih osnovna naloga je delo s posameznikom, nudimo stanovalcu podporo v skladu z njegovimi potrebami. Kot tim strokovnih in laičnih delavcev sledimo zavedanju, da ima vsak človek potrebo po varnosti, ljubezni, sprejemanju, naklonjenosti drugega. Smernice dela so naravnost na uporabnika, osebno spremljanje, sodelovanje s svojci, razvojna naravnost. Skozi svoje programe uresničujemo cilje deinstitutionalizacije, spoštujemo kodekse etičnih načel, poudarjamo vpetost v lokalno in širše okolje in skrbimo za kontinuirano usposabljanje in izobraževanje zaposlenih. V medosebnih odnosih gradimo in ohranjamo kulturo ustanove, ki temelji na medosebnem spoštovanju vseh udeležениh. Pomembni zunanji partnerji so prostovoljci, ki s svojim doprinosom pomembno vplivajo na kvaliteto življenja.

V Domu zagotavljamo takšne pogoje življenja, ki stanovalcem omogočajo v čim večji možni meri avtonomijo in zasebnost, odločanje o sebi, aktivno življenje in samostojnost, možnost izbire pomoči. Pri delu uporabljamo elemente sodobnih strokovnih pristopov, kot so: kongruentna odnosna nega, bazalna stimulacija, glasbeno-terapevtske aktivnosti, terapija s pomočjo umetnosti, terapija s pomočjo živali, hortikultura terapija, samozagovornišvo, biblioterapija, paliativna oskrba.

Pomemben cilj našega skupnega dela je tudi izvajanje storitev v skupnosti, v bivalnih enotah, s čimer sledimo viziji razvoja, zagotavljanju ciljev deinstitutionalizacije. Vizija razvoja je v zagotavljanju pogojev za življenje v manjših gospodinskih enotah in gospodinskih skupnostih, da bi tako omogočili stanovalcem čim večjo samostojnost pri vsakdanjih življenjskih aktivnostih, avtonomnost odločanja, večanje vpliva na dogajanje, da bi tako ob strokovni in laični podpori stanovalec uresničeval svoje želje in cilje.

Pomemben vidik življenja predstavlja sodelovanje z lokalno in širšo skupnostjo z različnimi projekti. Participacija stanovalca skozi tovrstne izkušnje daje moč, ki se odraža v samopodobi posameznika, v njegovih socialnih veščinah, kar se posledično odraža tudi v njegovem psiho-fizičnem stanju in zdravstveni kondiciji.

Za mnoge zaposlene je opravljanje poklica tudi poslanstvo in poseben privilegij, saj skozi svoje delo gojimo mnoge vrednote, ki so v današnjem času vsakodnevno na preizkušnji. Spoštovanje, pošteno delo, naklonjenost, zaupanje, so le nekatere izmed vrednot, za katere si prizadevamo in za katere si želimo, da bi preživele in ostale rodovom, ki prihajajo za nami. Vsak izmed nas je poseben in neponovljiv, vsak je svojevrsten zaklad. V zavedanju tega si prizadevamo za kulturo komunikacije, ki je spoštljiva do človeka.

Darja Cizelj, strokovna vodja

Izsek iz diplomskega dela absolventke sociologije

Izobraževanje je dinamičen proces razvijanja posameznikovega znanja, sposobnosti, navad, načina razmišljanja. Z izobraževanjem razvijamo osebnost, zelo pomembno pa je, da je v koraku s teorijo tudi praksa, brez katere znanje težje apliciramo na potrebnih področjih. Pri študiju Analitske sociologije na Fakulteti za družbene vede sem podrobneje spoznala številne družboslovne teorije in družbene fenomene, s katerimi sem razvijala svoje analitično-raziskovalne sposobnosti na raziskovalnem, pedagoškem, vodstvenem in številnih drugih področjih. Praktično usposabljanje pa je nujna dopolnitev teorije, saj predstavlja pomemben del študentovega študijskega procesa. Prav zato sem se odločila praktično usposabljanje opravljati v DUO Impoljca. Menim, da nudi odlične možnosti za razvoj socioloških kompetenc skozi spoznavanje mnogih družbenih fenomenov, ki jih, kot sociologinja moram in želim poznati ter razumeti. V Domu sem v kratkem času pridobila veliko izkušenj ter vpogled v delovanje zavoda, za kar se imam zahvaliti mentorici in strokovni vodji,

gospe Darji Cizelj ter specialni pedagoginji Jožici Piltaver, ki sta poskrbeli, da sem sodelovala pri mnogih aktivnostih.

Eno od pomembnejših spoznanj sem doživela ob prvem srečanju z mentorico, ki mi je razložila, da osebe, ki bivajo v Domu, niso varovanci (kot sem jih sama sprva poimenovala), saj izraz predpostavlja pasivno vlogo posameznikov. Posamezniki, ki so vključeni v institucionalizirano varstvo, so stanovalci, tem pa je omogočeno samoodločanje, možnost izbire, medsebojno spoštovanje, dostojanstvo ter nasploh aktivno udeleževanje v življenju, saj poudarjajo individualnost in v participaciji iščejo načine opolnomočenja za rešitev osebnih in socialnih stisk ter možnosti za vrnitev v primarno okolje. »Skrb ZA stanovalce je nadomestila skrb SKUPAJ s stanovalci«.

Z vključevanjem v razne aktivnosti ter skozi opazovanje in spoznavanje delovanja Doma sem ugotovila, da je odnos strokovnih in ostalih delavcev ter stanovalcev, kolikor se le da, topel in prijateljski, kar ustvarja prijetno, skoraj družinsko okolje, v katerem se stanovalci počutijo sprejeto. Kljub določeni meri zaprtosti, ki se ji zaradi narave ustanove ne more izogniti, razvija Dom učinkovite programe, vizije in aktivnosti, ki stanovalce, vključene v institucionalno varstvo, vključujejo in povezujejo z okoljem.

Doživeto izkušnjo ocenjujem kot edinstveno, saj sem prvič sodelovala v takšnem okolju, preizkusila ter nadgradila pa sem se tako strokovno kot osebno. Okrepila sem svoja sociološka znanja, pridobila in izpopolnila mnoge kompetence, spoznala številne sociološke fenomene v resničnem življenju ter se soočila z občutkom pred neznanim in drugačnim. Poleg socioloških znanj sem okrepila tudi druga interdisciplinarna znanja, ki mi bodo koristila pri nadaljevanju študija, kakor tudi v zasebnem življenju.

Loreta Stojčevski, absolventka sociologije

Branje za znanje in razvedrilo

»Vaše telo potrebuje rekreacijo, da ostajate zdravi, krepiti pa morate tudi svoj um – najpreprosteje z branjem.«

Branje je zahtevna aktivnost, ki bogati človekovo dušo, pogloblja in širi naše znanje ter krepí vrsto kognitivnih spretnosti. Lahko pa je tudi zgolj razvedrilo. V Domu je knjižnica že vrsto let prostor, v katerega zahajajo strastni bralci, zahtevni bralci, manj zahtevni, bralci z izostrenim okusom in bralci, ki se z branjem šele spogledujejo. Odvisno od preteklosti, odvisno od navad ... vsi pa so v knjižnici dobrodošli, in prav za vsakega se najde gradivo, ki mu popestri dneve.

Knjižnica je v domu odprta dva krat tedensko, ob torkih in četrtek, med 15. in 16. uro. V lanskem letu smo bili deležni donacije s strani Knjižnice Otona Župančiča Ljubljana. Skupaj je v knjižnici več kot 1400 knjižnih enot, ki čakajo na bralce. Obiskovalci si gradivo prosto izposojajo. Zamudnin ne obračunavamo, saj se zavedamo, da za branje potrebujemo različno dolgo časa in to spoštujemo. Če kakšna knjiga obleži pozabljena v predalu, pa poskrbimo, da jo stanovalec vrne, ali pa ga spodbudimo, da jo morda prebere še enkrat. Ker smo po preteklih izkušnjah različni, nekateri samostojno izbirajo gradivo, pri nekaterih pa je potrebna pomoč pri tem, da »prava« knjiga pride v »prave« roke. V domski knjižnici imamo veliko število romanov, precej je na voljo lahkotnejše mladinske literature, nekaj je gradiva z duhovno vsebino, knjig s področja geografije, zgodovine, zdravja, enciklopedij in poezije. Ker so pravljice pisane tudi za odrasle, so le-te prav tako našle mesto v naši knjižnici.

Toda, ker so okusi različni, naš prostor pa omejen, mnogi uporabljajo možnost naročanja knjig iz občinske Knjižnice Sevnica. Nekateri se tja odpravijo sami, drugim gradivo priskrbimo s pomočjo kurirja ali bibliotekarke, ki je redna gostja v Domu.

Vsakega novo sprejetega stanovalca seznanimo z opisanimi možnostmi in v veselje nam je, da število bralcev narašča.

"Soba brez knjig je podobna telesu brez duše." (Ciceron)

V duhu zgoraj navedenega izreka smo v preteklem letu kotičke za počitek na stanovanjskih enotah obogatili s knjigami, tako da je gradivo za branje na voljo vedno, ne le v času obratovanja knjižnice. S tem je tudi domačnost kotičkov bolj poudarjena. V našem domu tudi sicer skorajda ni dnevne sobe brez knjižne police.

“Bogata domača knjižnica nam je - kakor sultanu harem - čvrsto zagotovilo, da bomo večer preživeli v prijetni družbi.” (Peter Amalietti)

Lili Merlino, dipl. del. terapevtka

Bremenski mestni godci

V četrtek, 22. 1. 2015, so stanovalci bivalnih enot Doma Impoljca v Knjižnici Sevnica bili za lutkovno igrico Bremenski mestni godci. Predstava je bila namenjena otrokom tretjega razreda OŠ Savo Kladnik. Druženja z osnovnošolci se naši stanovalci vsakokrat zelo razveselijo, saj jim le ti s svojo razigranostjo in pozitivno energijo privabijo nasmešek na obraz in polepšajo dan. Pozabili pa nismo na pesem, »Mi se imamo radi« in jo skupaj zapeli. Otroci so nas prijetno presenetili ter nam v dar podarili kazala za knjige, ki so jih sami ustvarili. Po koncu predstave so nas povprašali o življenju v Bivalnih enotah in se poigrali z lutkami. Povedali so nam, kako je sedaj v šoli, kaj radi počnejo. S srečanjem smo krepili medgeneracijsko sožitje ter aktivno in kvalitetno preživeli čas.

S to predstavo smo odprli letni program dogodkov, posvečenih 10. obletnici preselitve v prvo bivalno enoto, na Mrtovcu.

Alenka Rakar, negovalka v bivalnih enotah

Koncert Pevskega zbora Lisca

V petek, 13. 2. 2015, sta nam dan popestrila Pevski zbor Lisca in Pevski zbor stanovalcev Zarja. Tako kot že nekaj let zapored, so nam priredili nepozaben koncert. Preden smo se razšli, smo ob spremljavi harmonike vsi skupaj zapeli še nekaj pesmi.

Člani Pevskega zbora so nam zagotovili, da radi pridejo med nas in da se zagotovo srečamo zopet naslednje leto. Mi pa jih bomo, sodeč po odzivu stanovalcev in zaposlenih, seveda že nestrpno pričakovali.

Veronika Sigmund, delavka javnih del

Razstava likovnih del

V DUO Impoljca smo dne 21. 5. 2015 s kratkim kulturnim programom odprli razstavo likovnih del gospe Ljudmile Majnik. Njeno samostojno razstavo smo si lahko ogledali že tretjič. Likovna dela nastajajo v okviru delovno terapevtske obravnave. Skozi svoja dela človek izraža čutenja in razmišljanja, in v določenem smislu so dela okno v notranjost človekovega doživljanja. Takšne in podobne razstave so priložnost, da vidimo in opazimo posameznika kot človeka, ki s svojimi aktivnostmi prispeva in sodeluje v skupnosti. Naravnost k posamezniku je eden od temeljev strokovnega dela v Domu, zato takšne razstave niso osamljen primer.

Lili Merlino, dipl. del. terapevtka

Likovna terapija

Likovna terapija je mlada, uporabna in znanstvena veda, ciljno usmerjena na ustvarjalni proces likovnega izražanja, s pomočjo katerega oseba skuša doseči pozitivne spremembe, t. i. opolnomočenje oz. krepitev zavesti in spodbud, po prevzemu aktivne vloge. V Sloveniji je likovna terapija še v fazi zgodnjega razvoja, znana le v nekaterih zdravstvenih in zasebnih ustanovah.

Likovna terapija je nastala čisto po naključju v britanski bolnišnici po II. svetovni vojni, kjer je zdravil umetnik Adrian Hill, začel risati iz dolgočasje. Posnemati so ga začeli tudi drugi pacienti, s čimer je počasi začel odkrivati pozitivne učinke ustvarjalnosti ter tako prvi uporabil izraz »*Art therapy*«, z njim pa definiral terapevtsko uporabo ustvarjanja podob. Tovrstna terapija v varnem okolju stimulira k aktivnemu sodelovanju v procesu zdravljenja, jih spodbuja k ustvarjalnosti in (ne) verbalnemu izražanju.

Likovno ustvarjanje v naši likovni delavnici v okviru službe socialne oskrbe ima, ne samo rehabilitacijske, vzdrževalne in diagnostične elemente, temveč tudi kurativne, v smislu celostnega psihofizičnega dviga. Stanovalčevo oblikovanje izdelka predstavlja ekvivalent za obnovo samega sebe, torej način izražanja njegovih (ne) sprejemljivih čustev, misli in dejanj. Terapevtski karakter likovnega medija je viden v izkazani svobodi izražanja, odvajanju frustracij, odvečni energiji, ki hkrati pomirja, vliva upanje in zaupanje vase ter vero v življenje. Prav močna identifikacija in interpretativnost sta tisto, kar duhovno hrani in dviga stanovalca. Uvid v samega sebe mu omogoča pridobiti občutek notranje in zunanje realnosti, občutek zadovoljstva in zagotavljanja notranjega miru. Tako predelane tesnobe vidno zmanjšajo njegovo odvisnost od zunanjih objektov.

Likovno izražanje je oblika komunikacije, ki v sebi združuje način razmišljanja stanovalca, spoznanja o svetu in sebi. Sporočilna vrednost privre na plano s pomočjo likovnih sredstev, s čimer je stanovalcu, ki je ujetnik svojega bolezenskega statusa, omogočen neboleč prehod k svojim ponotranjenim vsebinam. Tovrstna spodbuda pozitivno vpliva na njegov psihofizični status, saj lahko sam kontrolira izpoved vsebin

in s tem sestavlja koščke svojega življenja v neko novo vrednostno strukturo. Likovno izražanje pa spodbudi prav potrebo po odpiranju, komunikaciji in interpretaciji, hkrati pa prisluhne tudi neverbalni vsebini.

Kot terapevtka likovno-umetnostno govorico dojemam kot formulacijo likovnega zapisa, doživetje in ne nazadnje verbalno interpretacijo. Usmerjena je v osebni samogovor, ki včasih nima potrebe po interpretaciji. Zavedam se, da stanovalec vsakršne zaznave iz zunanjega ali notranjega sveta dojema kot resnične. Le-te se vsakodnevno zvrščajo in prav njihova množičnost šibi njegovo koncentracijo. V tem trenutku skušam s pomočjo slike ujeti in obdržati njegove nestanovitne misli, ob tem pa vzpostaviti varen in zaupen odnos. Njegov izdelek predstavlja nezavedno doživljanje in deluje kot posredovalni objekt med menoj in njegovo okolico. Kot terapevt spremljam stanovalčev odnos do slike skozi identifikacijo, navajanja, priznanja, asimilacije in izročitve. Zavedam se, da je slika/izdelek njegova naplavina ujetih trenutnih misli, ki deluje v poskusu ureditve doživljanja kot tudi ohranitve povezav z zunanjim svetom. Slika sicer ni zrcalo, lahko pa ima podoben učinek, saj predstavlja prvi zunanji material s katerim stanovalec izpoveduje svoje izkušnje. S svojo odslikavo lahko pospeši vzpostavljanje mej, ob tem pa omogoči ločevanje, zunanjega od notranjega, sebe od drugih. Čas in pot, namenjena iskanju, in občutenju njegovega lastnega »selfa«, sta v obravnavi ključnega pomena, saj mu omogočata (ne) omejen vpogled vase, soočenje s strahom pred razkritjem in podoživetjem težav v preteklosti. Omenjena neboleča izkušnja preko upodobljenega medija na stanovalca dokazano deluje katarzično, ki jo neredko oplemeniti še s pripovedjo oz. interpretacijo, ki ga vodi v postopno sprostitvev napetosti. Le-to pa je tudi osnovni namen upodabljanja, s čimer kot terapevt pridobim čustven in intelektualni uvid. Vsak človek ima zmožnost projicirati notranje konflikte v vizualne oblike, s pomočjo katerih postanejo lažje verbalno artikulirani, vpeti z doživljanjem in čustvovanjem.

Ob koncu naj dodam, da smo strokovni delavci in sodelavci pomembni nosilci za predelavo in reševanje problemov pri stanovalcih, nadalje pa tudi drugi zaposleni in prostovoljci, družina in prijatelji. Pri tem ne gre izključiti likovno-terapevtske skupine, ki kot rekonstrukcija primarne družine pomaga odkrivati in raziskovati stanovalčeve interpersonalne in intrapersonalne dinamične odnose. S tovrstno strukturo varnega

okolja jim lahko omogočamo pridobivati uspešne socialne in učne izkušnje, nove vedenjske vzorce in vloge, da bodo v prihodnje sposobni voditi svoje vsakdanje življenje.

Dorotea Pavlovič, individualna habilitatorka



Izdelek likovne delavnice (tehnika akvarel)

Razstava fotografij življenja v Knjižnici Sevnica

Predstavitve Doma Impoljca lokalni in širši skupnosti v prostorih Knjižnice Sevnica je bila ena od mnogih predstavitev v nizu razstav, ki so se že zvrstile v letih sodelovanja med Knjižnico in Domom. »Po poteh zorenja«, kot so jo poimenovali ustvarjalci razstave, pa je bila drugačna od predhodnic in nas skozi fotografijo popeljala v življenje. Poleg fotografij je bil del prostora namenjen tudi mozaiku, ki se je kot zelo priljubljena tehnika ustvarjanja in izražanja v zadnjih letih uveljavila v Domu.

Fotografija je medij, ki ne potrebuje besed, saj dovolj živo prikazuje trenutek dogodka. Utrinki življenja ljudi, ki v medsebojni povezanosti osmišljajo vsakdan, nas popeljejo na pot sreče, zmagoslavja, presenečenja, skrbi, negotovosti, na pot zorenja človeka.

Osrednja nit življenja v Domu Impoljca je priložnost za nove poti, nove priložnosti iskanja smisla. To je tudi misel letošnje razstave, s katero nagovarjamo javnost.

Razstava je bila namenjena tudi obeleženju 10. obletnice, ki smo jo v letu 2015 praznovali v štirih dislociranih bivalnih enotah, v neposredni bližini Sevnice.

Prijeten dogodek odprtja razstave in srečanja se je zgodil v sredo, 8. julija 2015, ko nas je prijazno sprejela direktorica Knjižnice Sevnica, gospa Anita Šiško. Knjižnica Sevnica je tudi sicer pomembna sopotnica v življenju Doma Impoljca, saj skozi različne oblike sodelovanja lepša dneve našim stanovalcem. Otvoritev je spremljal kulturni program z domskim pevskim zborom Zarja ter recitacijami stanovalcev, ki se radi predstavijo na odru. Vabilu doma na odprtje razstave se je odzvalo lepo število obiskovalcev, ki so dopoldne preživeli v sproščenem vzdušju druženja in kulture.

V preteklem dogodku in trenutkih, povezanih z njim, smo uspeli ujeti nekaj lepega zase in za druge.

Darja Cizelj, strokovna vodja

Drugi (2.) festival pevskih zborov domov za starejše »Zlati glas Posavja«**Vtisi našega pevskega zbora Zarja:**

Marija Lesjak: Bilo je zelo lepo. Z nastopom sem bila zadovoljna. Naredili so nam lep sprejem. Želim si še iti na festival.

Olga Preskar: Sprejeli so nas zelo lepo. Vzdušje je bilo enkratno. Pogostitev je bila odlična. Z nastopom sem bila zelo zadovoljna. Želim si še takih nastopov.

Mira Pirman: V Domu Brežice sem bila že drugič na pevski reviji. Vsako leto je nastop lep. Peli smo v prijetnem okolju in družbi. Še si želim takega nastopa. Imam lepe spomine na Brežice.

Suzana Bratož: Na nastopu je bilo zelo lepo. Bila sem zelo vesela in presenečena, da nam je uspelo. Drugi zbori so tudi bili dobri. Želim si še sodelovati na festivalu v Brežicah.

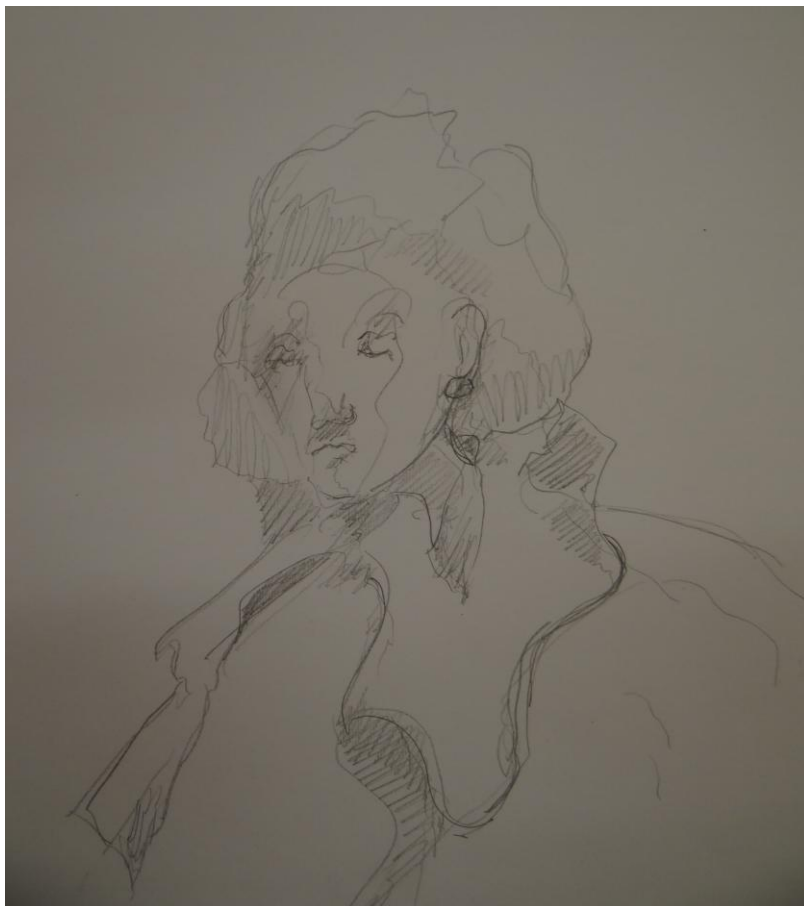
Mirko Uhan: Imeli smo se zelo lepo. Vzdušje je bilo dobro. Videl sem vodjo ga. Valentino Vuk. Upam, da bom še lahko nastopal v bližnji prihodnosti.

Vlado Murn: Vesel sem, da sem lahko nastopal na festivalu. V domu Brežice mi je zelo všeč. Vse je bilo čudovito. Še si želim nastopati. Osebje je zelo prijazno. Tudi pogostitev je bila čudovita.

Slavko Živič: Na nastopu je bilo v redu. Zapeli smo dobro. Tudi drugi so dobro zapeli. Hvala, gospe Valentini za povabilo in organizacijo. Še si želim takih nastopov.

Po pripovedovanju zapisal:

Gregor Oblak, delovni inštruktor



Izdelek likovne delavnice (tehnika svinčnik)

Krepitev potencialov

V okviru službe socialne oskrbe (nadalje: SSO) omogočamo voditi dejavnosti iz vsebin nujenja podpore posamezniku, socialne preventive in terapije. Zavedamo se, da s spodbujanjem k aktivnemu življenju, z omogočanjem varnega, zaupnega in razumevajočega okolja vplivamo na to, da posameznik lahko začne prevzemati nadzor nad lastnim življenjem. Proces, ki nudi vsakodnevno oporo in podporo, pravzaprav pomaga spodbujati in krepiti identiteto osebe. Le-ta lahko začne aktivno delovati v smeri urejanja lastne osebne okupacije, ki se odraža na celostnem osebnostnem nivoju. Želja po lastnem izražanju in delovanju, vključevanju v družbo in

sprejetosti, osebo napolnjuje, bogati in jo razveseljuje. Vzorčno, ritmično in dosledno izvajanje aktivnosti pripomore k uvajanju elementarnih delovnih navad ter posledično zmožnost delovanja, vzdrževanja aktivnosti, izražanja ozaveščenosti doživljanj ter razvijanja ustvarjalnosti, kar pa ima lahko zdravilen, transformacijski učinek. V okviru izvajanja namenskih dnevnih aktivnosti lahko večkrat pride do izraza tudi ustvarjalen in inovativen izrazni trenutek. Zmožnost izražanja in ozaveščanja svojih doživljanj v procesu udeleženosti pravzaprav osebe spodbuja k popolni udeležbi v procesu zdravljenja, in sicer pri soočanju z boleznijo, pri premagovanju kriz ter jih opogumlja in daje pozitivne spodbude, ki se izkazujejo v postopni sposobnosti reševanja problemov na nov, izviren način. Zaposleni smo kot svetilniki v noči, saj osebam nakazujemo pot, ob tem pa jih spremljamo in spodbujamo na njihovem popotovanju.

Širok nabor storitev socialne oskrbe zajema tudi permanentne in periodične aktivnosti, ki so nastale na podlagi vsakdanjih življenjskih potreb, in sicer spodbujanje gibalne aktivnosti v obliki sprehodov in skupinske telovadbe, kuhanje kave, izposoja knjižničnega gradiva, praznovanja rojstnih dni, peka peciva ob večjih praznikih, prireditve glede na letni čas, letovanja in sodelovanja na športnih tekmovanjih.

Zagotavljanje kakovostnih storitev spleta tudi z lokalno skupnostjo, s katero razvijamo, povezujemo in krepimo sodelovanje v obliki projektov in prireditev. Dobre prakse medsebojnega sodelovanja z zavodi, prostovoljnimi organizacijami in drugimi institucijami so se izkazale za dobrodošle z vidika rasti osebne celovitosti.

Dorotea Pavlovič, individualna habilitatorka

Ljubezensko pismo

Reci mi tiho, tiho, da ljubíš me. Ti si moje vse, jaz ljubim te.

Moja si vrednota, ki pomeni mi vse.

Si ena in edina, moje edino dekle, gospodična, ki me nikoli ni razočarala.

Potrpežljivost v naših srcih je, midva ustvarjena za skupaj sva le.

Dokler bom živel, po tebi bom hrepenel.

Ko zaljubil sem se vate, od takrat zmorem vse, kar v življenju potrebno je.

Ne bom se predal, saj najlepšo punco sem si izbral.

Frajer pravi sem postal, ko Urško sem spoznal.

Kot mavrica lepa si, a mavrica izgine, ti pa za večnost ustvarjena si.

Ti si moja sreča, ki ne bo se končala, ti vsa si se mi predala.

Tvoj hočem biti, s tabo ljubezen deliti, se s tabo smejati in srečen ostati.

Ivi Plaskan

Vrednote za lepši svet v radijskih oddajah

Domski radio je v našem domu že stalnica, ki nam polepša marsikateri dan. V okviru radijskih oddaj sem v letu 2016 zasnovala novo rubriko z naslovom »Vrednote za lepši svet« in del vsebin, ki smo jih ustvarili v omenjeni rubriki, bo predstavljen v tem članku. Cilj radijskih oddaj ni le informiranje in razvedrilo, ampak tudi izobraževanje. K oblikovanju rubrike »Vrednote za lepši svet« so bili povabljeni vsi, in v januarju ter februarju smo poudarili dve vrednoti, ki pomembno prispevata k boljšim medsebojnim odnosom in spodbujata pozitiven pogled na življenje.

1. Hvaležnost

Na to temo so na stanovanjski B enoti razmišljali za kaj vse smo lahko hvaležni:

- da lahko poskrbimo za čistočo telesa v lepih kopalnicah,
- da smo relativno zdravi,
- da še lahko sami hodimo,
- da lahko sami jemo,
- da imamo kaj jesti,
- da se počutimo varno,
- da nas imajo drugi radi,
- da nas tu v domu spoštujejo.

Vsakdo lahko pri sebi poišče vsaj eno stvar ali vsaj en vzrok, zaradi katerega je lahko hvaležen, in to tudi komu pove, s tem pa se sami boljše počutimo, in tudi vsi okoli nas.

Pravijo, da je beseda »hvala« čarobna beseda in da hvaležnost deluje magično. Morda včasih mislimo, da smo doživeli veliko hudih preizkušenj, vendar pa tudi na to lahko človek gleda z določeno mero hvaležnosti, saj se iz vsake boleče izkušnje tudi kaj koristnega naučimo in postanemo močnejši.

2. Poštenost

O tej vrednoti so nekaj zanimivih misli pripravili stanovalci, vključeni v likovno delavnico.

Ivi Plaskan: Pošteni moramo biti vedno, ker bolj ko si pošten, bolj si lepo, in bolj si srečen. Mislim, da se ne splača lagati, sploh pa ne česa ukrasti. Poštenost mi veliko pomeni, saj se poštenost s poštenostjo vrača. Pošteni moramo biti v besedah in dejanjih. Če nisi pošten, se medsebojni odnosi začnejo krhati, vse postaja čedalje težje in pride do prepиров. Le poštenje nam dela srečno življenje.

Mitja Žibert: Spoštovanje pomeni biti pošten do sebe in sočloveka. Mislim, da je težko biti vedno pošten. Poštenost naj bi bila med prijatelji.

Ivan Pjevič: Če si nepošten, imaš slabo vest.

Ivo Dolenšek: Vesel sem, da si med seboj posojamo stvari. Moti me, če kdo ni pošten in ukrade denar ali ostale osebne stvari. Zaradi nepoštenja se ne razumemo dobro, lahko celo posreduje policija.

Lovro Benkovič: Pošten človek je vreden spoštovanja in zaupanja. Oseba se ne sme okoriščati z oškodovanjem drugega.

Mirko Japelj: Poštenje je, da bi vsi imeli enake pogoje za življenje.

Dušan Samotorčan: Nasprotje poštenosti je prva misel: Kako bi koga ogoljufal? Poštenost je redka vrednota. Danes je pogostejše človek človeku volk, da nekdo gleda v oči in laže ali gre k spovedi, in ko pride ven, na tretji stopnici že preklinja kot »šintar«. To ni pošteno.

Poštenost v skrajšani verziji je, da delamo pravilno in častno tudi takrat, ko nas nihče ne vidi in tudi v odnosu do nekoga, ki ne more nič narediti za nas. Poštenost je, da se vedno trudimo biti kar se da prizadevni in dobronamerni pri tem, kar delamo, v odnosih do soljudi in v odnosu do okolja.

Ko se odločate, ali želite biti s kom prijatelji, je njegova poštenost verjetno eno prvih meril, ki jih uporabimo pri izbiri. Mogoče koga kdaj zamika verjeti, da se nepoštenost splača. Včasih se res, a le za kratek čas, kajti: »Vse se vrača, vse se plača«, pravi pregovor.

Pošten človek je vreden spoštovanja in zaupanja in zagotovo si vsakdo želi biti spoštovan ter cenjen kot zaupanja vreden človek. Torej se splača truditi za to, da smo vselej pošteni.

Z radijsko rubriko »Vrednote za lepši svet« želim predvsem osvežiti, kaj je tisto, kar je zares vredno v življenju, saj od tod tudi izvira beseda vrednota ... Pa na slišanje do prihodnjič.

Lili Merlino, voditeljica domskega radia

Zdravstveno vzgojna tema: Kajenje kot škodljiva odvisnost

V tokratnih minutah za zdravje bi vas rada seznaniła s škodljivostjo zelo pogoste navade, ki je v zelo razširjeni obliki prisotna tudi v našem Domu – to je kajenje. V našem Domu je namreč kar 137 kadilcev. Da kajenje ni zdravo, ni nobena skrivnost, toda ali ste vedeli, kako zelo škodljivo pravzaprav je? Vem, da vas v tako kratkem času ne bom mogla odvrniti od kajenja, želim pa vam predstaviti posledice, ki jih kajenje pušča na našem telesu.

Zdravstvene raziskave kažejo na škodljivost kajenja za zdravje. Kajenje je odgovorno za nastanek bolezni srca in ožilja, kronične pljučne bolezni in pljučnega raka, poveča se možnost za nastanek možganske kapi. V svetovnem merilu je kajenje drugi največji vzrok za smrtnost v svetu. Trenutno je kajenje odgovorno za smrt približno 5 milijonov ljudi na leto.

V Sloveniji letno zaradi kajenja umre približno 2800 ljudi.

Kajenje je dejavnik tveganja tako pri aktivnih kot tudi pri pasivnih kadilcih. Kajenje škoduje skoraj vsakemu organu v telesu, povzroča mnoge bolezni in zmanjšuje zdravje na splošno.

Kajenje je dejavnik tveganja:

- Za vrsto rakavih obolenj: pljučni rak, rak ustne votline in žrela, rak grla, rak požiralnika, rak želodca, rak trebušne slinavke, rak ledvic, rak sečnega mehurja, rak materničnega vratu, rak prostate in levkemija.
- Za bolezni srca in ožilja, za nastanek možganske kapi.
- Za akutne kronične pljučne bolezni (kronični bronhitis in kronična obstruktivna bolezen).
- Pri zmanjšanju kostne gostote pri ženskah v menopavzi in pri zlomih kolkov.
- Za propadanje zobovja.
- Za nastanek sive mreže in še mnogo drugih težav.

Kajenje je seveda najprej stvar osebne odločitve. Morda pa so vas dejstva, ki ste jih pravkar slišali, pripravila do tega, da ste začeli razmišljati, kako prenehati kaditi. Svojo odločitev dobro premislite. Za odvajanje od kajenja je dobro, da imate podporo okolice. Pridite k zdravniku, medicinski sestri, osebi, ki ji zaupate in se o tem pogovorite. Pri odvajanju se še kako splača iskati dejavnosti, ob katerih se dobro počutimo. Svetuje se telovadba, gibanje na svežem zraku, branje in vse tiste aktivnosti, pri katerih tudi prej niste kadili.

Rezultati prenehanja kajenja še v številkah. Ko ugasne zadnja cigareta ...

- 20 minut kasneje se krvni tlak vrne na običajno raven.
- 8 ur kasneje se kri očisti ogljikovega oksida.
- 24 ur kasneje se verjetnost srčnega napada zmanjša za 90 odstotkov.
- 3 mesece kasneje se pljučna kapaciteta izboljša za tretjino.
- 9 mesecev kasneje se pljuča znebijo večine sluzi, kar bistveno zmanjša verjetnost okužb.
- 1 leto kasneje je verjetnost srčnega obolenja že za polovico manjša kot pri kadilcu.
- 5 let kasneje je verjetnost infarkta enaka kot pri nekadilcu.
- 10 let kasneje je verjetnost za razvoj pljučnega raka za polovico manjša kot pri kadilcu. Podobno velja za rakava obolenja žrela, ledvic, slinavke in ustne votline.
- 15 let kasneje je verjetnost srčnega obolenja enaka kot pri nekadilcu.

Ves čas pa imejte pred sabo zavedanje, da ste lahko močnejši, kot je cigareta. Lažje vam bo! Vesela bom, če sem prepričala vsaj enega izmed vas.

Lea Starc, pomočnica vodje SZNO

Pesem

*Sem kakor ptica na veji,
ki žvrgoli v veselju,
kakor sladki med na vejah
cvetočih krošenj.
Sem sončnica, ki raste
globoko pod zemljo in
ptica, ki poje veselo, glasno.
Z glavo kima joč se v vetru poigrava.
Sem v Domu, kjer bívam
kot zvezda,
ki plapolá na nebu.*

.

Marija Drnovšek

V specialno pedagoški skupini se radi pogovarjamo o svojih doživetjih in spominih, o naših hrepenenjih in pričakovanjih, o marsičem.

Naše misli ...

Srečanje svojcev

Ivica Horvatuš: Letos je prišla moja sestra Bernarda. Šli sva gledat program pod šotorom. Program je bil lep. So lepo peli in deklamirali. Tudi jaz sem pela: »Mamica moja«. Nisem imela nič treme. Gregor je igral na harmoniko. So mi zaploskali. Tudi moja sestra Bernarda mi je zaploskala.

Julita Brodnik: Na obisk so prišli mamica, oči in obe sestri. Vsi so bili zadovoljni. Tudi jaz sem bila vesela, da smo bili skupaj. Gledali smo program. Bil je dober. Ozvočenje je bilo pa slabo.

Za kosilo smo jedli pleskavico, kruh in kremno rezino. Je bilo dobro. Po kosilu smo bili še nekaj časa skupaj, potem so pa naši šli domov. Pogledali smo tudi razstavo.

Ivica Herman: K meni je prišla Petra, ker nimam domačih, pa moj prijatelj Ivan. Petre sem bila zelo vesela. Darinka pa

je imela na obisku otroka Nežiko in Martina, pa Stanka in Majdo.

Danica Kerin: Meni je bilo zelo všeč petje. Peli so »Bele planike tri« in še druge pesmi. Na obisk je prišel moj mož. Zelo sem bila vesela tudi Petre.

Po srečanju sva šla z možem domov, v ponedeljek pa sem šla nazaj v Impoljco.

Moja prijateljica

Jožica Krašovec je moja prijateljica. Zelo jo imam rada. Pošiljam ji koš poljubčkov.

Ivica Horvatuš

Preselili smo se

Iz Kompolja smo se preselili v novo enoto na Impoljci. Tu mi je zelo všeč. Z Ludvikom sva skupaj v sobi. Se lepo razumeva.

Vsak dopoldan grem v skupino h
gospe Jožici. Tu se počutim zelo dobro.
Nimam kaj reči.

Popoldan čistimo sobe, pomijemo
posodo po kavici, prestiljamo postelje
na 14 dni ter pobrišemo celoten
hodnik in vse prostore.

Gremo tudi na sprehod. Z nami gre
delavka ali delavec.

Za veliko noč dobim obisk. Pride teta
Ruža iz Laškega.

Tadeja Čuješ



Izdelek likovne delavnice (tehnika keramični mozaik)

Abilimpiada Slovenije

Dne 16. in 17. 10. 2015 sta se gospa Marinka Hočevar in gospa Danica Juvančič udeležili

Devete Abilimpiade Slovenije v ZUDV Dornava. Naši tekmovalki sta se z drugimi udeleženci pomerili v vezenju in fotografiranju. Stanovalki sva spremljali Stanka Kršlin in Jožica Piltaver.

Prvi dan smo se namestili v dijaškem domu na Ptuju, kjer smo prenočili in imeli organizirano prehrano. Popoldan smo si ogledale mesto Ptuj. Zvečer je v kulturni dvorani v Dornavi potekala svečana kulturna prireditev s pozdravi direktorice gospe Jurgečeve, predsednice zveze Sožitje gospe Vadnalove, župana občine Dornava in zastopnika pacientovih pravic. Sledila je okrogla miza o bivanju v skupnosti z uvodnim predavanjem dr. Sebastjana Kristoviča.

Za tekmovalce je bil v tem času organiziran ples ob živi glasbi. Naslednji dan, v soboto, so ves dopoldan potekala tekmovanja po zvrsteh, po kosilu je sledila razglasitev rezultatov in ogled razstave izdelkov ter kratek zaključni program.

Naši tekmovalki sta bili zadovoljni, gospa Juvančičeva je osvojila 6. mesto v fotografiranju na prostem.

Naslednja – 10. Abilimpiada Slovenije bo v Murski Soboti čez dve leti

Jožica Piltaver, spec. pedagoginja

Bila sem na tekmovanju. Tekmovali sva jaz in Hočevarjeva Marinka. Bili smo na Ptuju in v Dornavi. Jaz sem tekmovala v slikanju – fotografiranju, Marinka pa v vezenju. Jaz sem se uvrstila na šesto mesto. Bila sem zelo vesela. Z nama sta bili gospa Stanka in gospa Jožica. Spali smo v dijaškem domu. Imeli smo lepo prireditev in ples. Bilo je lepo. Čez dve leti bi še šla.

Danica Juvančič

Letovanje na Lisci

V sredo, 16. septembra, smo šli na Lisco. Peljali smo se s kombijem, nekateri pa z osebnim avtomobilom. Peljal nas je Slavko. Od tu smo šli popoldan ob pol dveh.

Na Lisci smo stanovali v Jurkovi koči. Najprej smo razpakirali in vse svoje stvari pospravili ter postlali postelje. Potem smo šli na sprehod po hribu. Še cvetijo rožice, čeprav je že jesen. Bilo je lepo, sončno vreme.

Večerjo in kosilo pa smo imeli v sosednji gostilni Tončkov dom. Hrana je bila dobra.

Naslednji dan smo šli na pohod do cerkve sv. Jošt. Kar dolgo smo hodili. Zvečer smo se prhali, je bila topla voda. Tudi zakurili smo v veliki peči in se pogreli. Zunaj smo pekli pleskavice in krompir. Je Slavko zakuril, pa smo pekli.

Z nami je bila tudi sestra Jožica. Ona nas je vodila, pa pomagala pri prehrani in imela na skrbi zdravila za nas. Tudi igrali smo se »človek ne jezi se« in kartali. Med seboj smo se lepo razumeli, tudi zapeli smo, Slavko je pa piskal. Bilo mi je všeč, bi še šla.

Julita Brodnik

Vtisi spremljevalke iz letovanja na Lisci

V mesecu septembru 2015 smo organizirali tridnevno letovanje na Lisci. Skupino so sestavljali stanovalci iz A, B, in D stanovanjske enote. Izhajali smo iz njihovih želja in sposobnosti za gibanje v naravi ter želja po druženju. Udeleženi so bili: Andreja Kušar, Marija Lesjak, Nives Kavčič, Robi Jakolič, Sead Jakupovič, Branko Denikrajev, Julita Brodnik, Danica Juvančič in Rudi Bogolin. V spremstvu smo bili: Vodja socialne oskrbe Gorazd Pavčnik, delovni inštruktor Slavko Eisenkoler, delovna inštruktorica Stanka Kršlin in medicinska sestra Jožica Zalokar. Z nami je bil tudi naš kuža Ajša.

Po skupnih pripravah, opremljeni z vso opremo in polni pričakovanj, smo se odpeljali proti Lisci. Ob prihodu nas je sprejel in prijazno pozdravil oskrbnik Jurkove koč g.

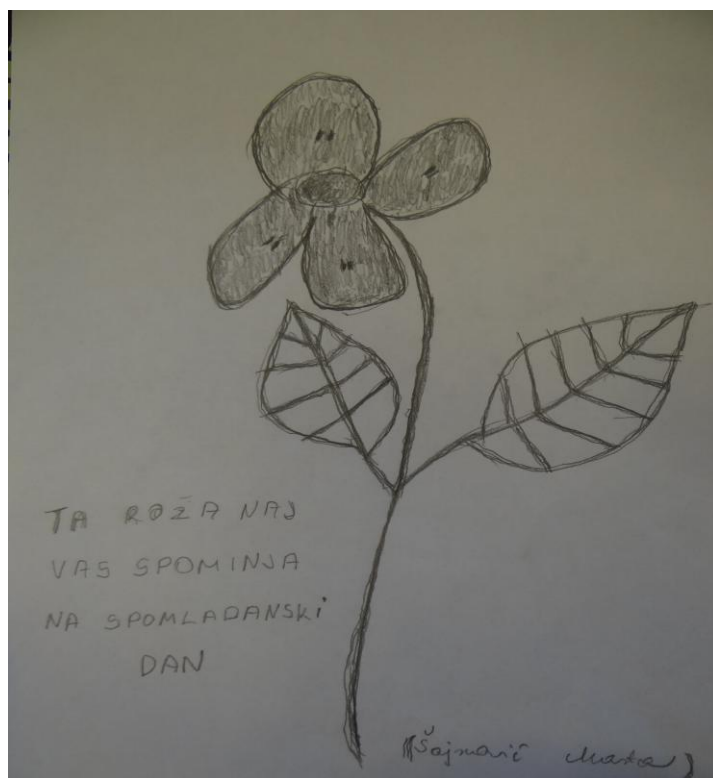
Vinko Govekar. Poskrbel je za domačnost v koči z že zakurjeno kaminsko pečjo. Po prvem razgledu po dolini in hribovju, smo se lotili razporejanja prtljage. Postlali smo postelje v dveh ločenih spalnicah. Po opravljenem delu smo skuhali dobro kavo in naredili plan. Primerno obuti in oblečeni smo se podali na sprehod po planoti vse do vrha, do razgledne plošče. Inštruktor Slavko nam je podal veliko informacij o gorah, ki nas obdajajo. Ogledali smo si zunanost vremenske postaje ter strmine nekdanjega smučišča. Bilo je vetrovno popoldne, zato smo se odpravili nazaj v zavetje tople koče. Skuhali smo si topel čaj in počasi pripravili mizo za večerjo. Delo smo si razdelili in ob tem uživali. Vse je potekalo umirjeno, sproščeno, brez hitenja ter obremenjenosti s časom. Počasi se je dan prevesil v večer, ko je vsak zase poskrbel za osebno higieno. Pred spanjem smo še posedeli v prijetno ogreti sobi, se pogovarjali, se igrali družabno igro, poslušali glasbo iz radia in zraven tudi zapeli. Poljubno smo odhajali k nočnemu počitku. Moj ni bil ravno trden, saj sem bila v skrbeh za njihovo varnost.

Drugi dan smo si zadali cilj: Daljši pohod. Razdelili smo se v dve skupini. Bolj vzdržljivi so se spustili do cerkvice pri sv. Joštu. Druga, manjša skupina, smo odšli na Malo Lisco. Ob gozdnih in travniških poteh smo opazovali in občudovali lepote jesenskih rastlin. Vsi prijetno utrujeni, predihani in razgibani smo se zbrali pred kočo in se okrepčali z napitki. Za kosilo so poskrbeli v Tončkovem domu. Po aktivnem dopoldnevu in dobrem kosilu se je posameznikom prilegel popoldanski počitek. Nekateri pa so posedeli na soncu pred kočo in se sprehodili do igrišča. Popoldanska kava nam je dala novih moči za sprehod do vrha Lisce. Uživali smo v svobodi gibanja in čudovitem razgledu. Sledile so priprave na večerjo z roštilja. Ponovno smo si razdelili naloge in delo je steklo v sproščnem vzdušju. Dekleta smo pripravila zelenjavo, napitke in pogrinjke, fantje pa so se lotili peke mesa. Navdušeni ob pogledu na lepo pripravljeno mizo in omamnim vonjem pečenega mesa, smo posedli in uživali v okusni hrani. Kamin v sobi nas je še vedno prijetno grel in res nam je bilo lepo. Po večerji so se dekleta lotila pospravljanja, tudi fantje so sodelovali. Nekomu se je utrnila ideja za nočni pohod. Nekaj pogumnih se je z inštruktorjem in kužo Ajšo odpravilo do Male Lisce. Ob vrnitvi so bili očarani nad doživetjem. Bil je jasen večer s pogledom na lučke v dolini ter z zvezdami obdanim nebom. Ponovno je vsak poskrbel za higieno pred spanjem. Bili so kar utrujeni in drug za drugim smo odhajali v posteljo.

Zadnji dan smo začeli z umirjenim prebujanjem in vstajanjem. Sledil je skupni zajtrk. Jutro smo nadaljevali z zlaganjem garderobe v torbe in pospravljanjem koč. Zunaj nas je pozdravilo čudovito sončno jutro. Odšli smo še na zadnji sprehod po Lisci. Uživali smo v soncu in razgledu ter naredili nekaj fotografskih posnetkov za spomin. Že je bil čas kosila v Tončkovem domu. Počasi smo se v prijetnem vzdušju in obogateni z novimi izkušnjami odpeljali proti našemu Domu.

Stanovalci so se vrnili srečni, veseli in še dolgo so me ustavljali z vprašanjem, kdaj gremo spet na Lisco. Zame je bila to nova, zelo lepa izkušnja. Bila sem utrujena, vendar obogatena s pozitivno energijo in notranjo srečo, zavedajoč se, kako malo je potrebno, da osrečiš drugega, ki sam tega ne zmore.

Jožica Zalokar, medicinska sestra



Avtorica: Marta Šajnović (tehnika svinčnik)

Zveste sodelavke domskega glasila Zlato listje poročajo:**Slavnostno božično kosilo**

Kdo se ne veseli božičnih praznikov!? Nanje imam lepe spomine še iz mladosti, ko mi je mama kot majhni deklici spekla potico in mi dala pomarančo, orehe in rožiče.

Tudi tukaj je bilo lepo za božične praznike in za novo leto. Imeli smo kosilo ter večerjo s pogrinjki ob svečkah. V prijetni družbi smo jedli. Mize so bile slavnostno okrašene. Tudi slikali smo se. Hvala sestri Gabi, sestrām, posebno sestri Verici, ki so to organizirale. Moja želja je, da bi bilo tudi v naslednjih letih nekaj takega.??

Dan za spremembe

En dan nas je obiskala gospa Milena Kerinova. Ona je moja prostovoljka že 9 let. K meni prihaja vsak teden ali na 14 dni. Vedno me preseneti s kavo ali drugimi dobrotami. Rada jo imam in tudi ostali prijatelji iz naše skupine. Prisluhne našim težavam in ji lahko zaupamo. Nikdar ne pozabi tudi drugih. Hvaležna sem ji.

Ko je bil pri nas »dan odprtih vrat«, nam je brala pravljice. S svojim glasom nam je pričarala prijetno vsebino. Nato smo šli v telovadnico. Prišle so tudi dijakinje srednje zdravstvene šole z mentorico in nam z lutkami pričarale pravljico o Mojci Pokrajculji. Tudi zapeli smo. Vsi smo uživali.

Vtisi o gledanju diapozitivov o Madagaskarju

Misijonar Tone Kerin doma iz Straže nad Krškimi je že dolga leta na Madagaskarju. Tja je šel še kot mlad duhovnik. Tam dela z domačini, ki so zelo revni. Njihova hrana je riž, zjutraj, opoldne in zvečer, največkrat pa le en obrok na dan. Deklice že pri dvanajstih letih rodijo otroke in imajo po deset otrok in so pri tridesetih letih že stare.

Misijonar pomaga ljudem in na ta način oznanja krščansko vero, ki uči ljubezen do vseh. Zgradil je tudi že več šol za otroke.

Mira Pirman

Ogledali smo si prečudovite jaslice na Mrtovcu

Preden začnem pisati, naj vas vse prav lepo pozdravim.

Bilo je zelo lepo vreme, ko smo se odpravili gledat jaslice na Mrtovec. Prisotnih nas je bilo šest stanovalcev. Ko smo prišli, so nas pogostili s kavo in sokom. Potem smo si ogledali jaslice, ki so bile čudovite. Malo smo tudi poklepetali. Bili smo zelo veseli, da so nas sprejeli v toplo hišo, ker je bilo zunaj zelo mrzlo. Počasi smo se odpravili nazaj na Impoljco. Tako je bil dan lepo dokončan.

Rada pa bi še nekaj napisala o naši sestri Verici in gospe Lidiji:

Naša sestra Verica je zelo dobra do mene in do vseh skupaj, ki smo zaposleni pri njej. Zelo rada delam pri njej, ker me zelo razume. Delam kapice iz volne, ki jih bomo obesili na novoletno jelko. Pomagam tudi kuhati kavo. Včasih računam. To mi gre dobro. Tudi gospa Lidija je zelo dobra do nas. Vsi jo imamo radi.

Praznovala sem rojstni dan

Rada bi napisala nekaj besed o praznovanju mojega rojstnega dne.

Ko sem zjutraj vstala, sem spila kavo in pokadila tri cigarete. Potem sem šla k svoji prijateljici Miri Pirman. Tudi ona se je že prebudila in me je stisnila k sebi ter mi voščila za rojstni dan. Bila sem tako vesela in ganjena, da sem kar jokala. Nato sva malo pokramljali.

Potem je prišla sestra Veri. Ona je vse organizirala. Prisotni so bili tudi vsi iz naše skupine. Vsi so mi voščili in mi zapeli. Sestra Veri je nato prinesla torto, ki sem je bila zelo vesela, da sem kar jokala. Podarili so mi tudi bon. Gospa Stanka nas je slikala. Bila sem tako srečna, bilo mi je tako lepo, da česa takega še nikoli nisem doživela.

Popoldan sva s prijateljico Miro sedeli na balkonu in pili kavico, čez čas pa se pred mano pojavijo moji vnučki in hčerka, katerih sem bila nadvse vesela. Prinesli so mi zelo lepo rožico. Sestra Verica nas je vse skupaj slikala. Potem sem šla s hčerko in vnučki po nakupih v trgovino. Kupila mi je dvojce čevlje in nekaj za jesti. Malo smo se peljali po mestu, potem pa se vrnili na Impoljco. Bilo je lepo z mojimi zlatimi vnučki in hčerko.

Naj končam in tudi vam želim veliko zdravja in sreče.

Milena Erjavec

Iz šolskih klopi

Bilo je pri uri zgodovine, ko je učiteljica razlagala novo snov. V razredu je bil mir, le Mihec v zadnji klopi je bil nemiren. Enkrat mu je padlo na tla šestilo, drugič ravnilo. Učiteljici je bilo ropotanja dovolj, zato mu je rekla: »Mihec, kar ti bo pa sedaj padlo iz rok, bo pa moje!«.

Mihec pa se urno odreže: »Kaj pa, če jaz padem na tla?« Vsi smo se navihancu od srca nasmejali! Učiteljica je ostala brez besed, nato pa se je tudi ona nasmejala.

Veseli dogodek

Življenje je polno žalosti in bridkosti. So pa trenutki, ko se poveselimo, sprostim in od srca nasmejimo. Večkrat pomislim na dogodek izpred petindvajsetih let, ki ga rada povem prijateljicam in se hkrati veselo nasmejem.

Bilo je leta 1970, ko sem bila zaposlena pri počitniški skupnosti Celuloze Krško v Materadi blizu Poreča. Vroč julijski večer je bil, ko je šla natakara Irena v bližnji Hotel turist na ples. Kuharica Martina jo je za šalo malo polila, toda Irena ji ni ostala dolžna. Naslednji dan, ko je Martina na dvorišču jedla kosilo, je Irena v pet litrov velik lonec natočila vodo in ji jo skozi okno zila na glavo. Jaz sem gledala kot uročena, ko pa sem skozi okno videla prihajati upravnika, sem se od srca nasmejala. Upravnik je mislil, da sem jo jaz polila, zato mi je zagrozil, da mi bo dal delovno knjižico. Nisem se zmenila za to, tudi potrudila se nisem, da bi mu povedala, kdo jo je polil.

Bilo je še veliko smešnega in veselega do današnjih dni, toda noben smešen dogodek mi ni ostal toliko v spominu kot ravno ta.

Kristina Murn

Praznovanje rojstnih dni s svojci

Za slavljenca ali slavljenko je posebno darilo prihod sorodnika, saj je dan osebnega praznika še posebej čustveno obarvan. Zvesta spremljevalka praznovanj je glasba in tudi v našem domu ni nič drugače.

Stanovalcem veliko pomeni prisotnost svojcev in priložnost, da skupaj preživijo lepe trenutke, obudijo spomine in se skupaj povešijo. Svojci se ob tej priložnosti srečajo tudi z zaposlenimi, izmenjajo potrebne informacije, kar je prav gotovo pozitivno. Svojci preko tovrstnih dogodkov postanejo še bolj povezani z domom.

V veselje mi je, da lahko s harmoniko in pesmijo obogatim osebni praznik stanovalcev. Lepo je videti srečo na obrazu in iskrice v očeh, ko je zaigrana pesem namenjena le slavljencu. Pesem je lepo darilo, ki dostikrat pove več kot mnogo besed in tako je življenje lepše.

Gregor Oblak, delovni inštruktor

Odprto pismo ...

Spoštovana doktorica Bahova,

cenim vas in vam popolnoma zaupam, saj se lahko le vam in osebju v Impoljci zahvalim za dobro počutje, ki je pot do dobrega zdravja, veselja in sreče. Le vam se lahko zaupam. Sem v krogu ljudi, ki se z raznimi težavami družijo med seboj pri raznih dejavnostih. Tako mineva naš dan, da smo dejavni v raznih skupinah in drugih dejavnostih. Moja navada je, da se umaknem ljudem, ki niso navdušeni za družbo in ne mislijo dobro.

Če imam kakšen problem, se obrnem na vas, gospa doktorica, in prav srečna sem, ko mi vrnete spoznanje, da še obstajajo ljudje s karakterjem. Le tak človek bo cenil

duševnega bolnika in se ne bo obrnil stran, kar naredijo številni. Veliko takih ljudi poznam, a bila so leta, ko smo se zdravi družili med seboj.

Rada sem hodila k vam, gospa doktorica, z upanjem in veseljem, saj sem se pomirila in vaša prisotnost je tako blago delovala na mene, da sem spoznala tudi drugo plat našega življenja in sem čutila v sebi mir. Zato, gospa doktorica, hvala lepa za trud. Težko je živeti s to boleznijo, zato se rada zatečem k ljudem, ki nas imajo radi. Nikoli vas ne bom pozabila.

Kristina Murn

Razmišljanje o bolezni

Za zdravje človeka in živali je potrebna nega. Tako je pri ljudeh in živalih. Če zbolimo in smo brez medicinske oskrbe, je prvi znak bolezni naša neurejenost. Nekateri se tudi zredimo, če se tolažimo preveč s hrano. Zgodi se tudi, da preveč shujšamo. Nekateri, ki se zdravimo v psihiatriji, potrebujemo tudi nego. Zaprt oddelek v psihiatrični bolnišnici je bil kot velik panj. Bili smo živčni, utrujeni, zbegani, bilo nas je strah. Nekateri ne vedo, kje so, in mislijo, da so še vedno tam, kjer se jim je zmešalo, ali v šoli, službi, trgovini, na avtobusu. Zmešan človek sam ne ve, da se mu meša. Ponavlja v mislih ali besedah tisto, kar je slišal, preden se mu je zmešalo. Se tudi tako vede. Nekateri imajo tudi lepe blodnje in so dobre volje, drugi nergajo, jokajo, stokajo in prosijo medicinske sestre za pomoč. Pri tem pa je najbolj pomembno, da imamo prava zdravila in ustrezno pomoč.

Jaz, pacienti in cigarete

Duševni bolniki najraje kadijo v skupini in drug drugemu dajejo cigarete. To delajo zato, ker šele pri cigareti vedo, da kadijo. Govorijo tudi: »Daj mi tri dime!«. Cigarete jim veliko pomenijo. Tako so med seboj bolj prijatelji. Včasih se tudi sprejo, če kdo drug drugemu iz rok vzame cigareto. Mene privlači cigareta, in to cela, ker je videti

tako prijetna palčka, bela. Daje mi upanje in moč. S kajenjem se pripravim za naprej in le tako znam povezovati dogodke z dogodki. Kadim tako, da mi cigareta mirno tli, zato sem med kajenjem tiho. Če mi kdo ponuja kaj drugega, odklonim, vedno se odločim za cigaretko. Ker kadim in si ne privoščim sladkarije za sladkarijo, imam vedno čiste zobe, ki jih po vsaki prehrani tudi umivam. Vedno je narobe zaradi cigaretk, ki je ne pokadiš, ne pa, če jo pokadiš. Prošiti za cigarete druge je hudo in zato se bojim, da bi me pustili brez denarja. Veliko pacientov dobi cigarete pri sestri, jaz pa jih moram kupiti. Če nimam cigaret, sem zoprna, ko prosim, zato so vsi za to, da dobim denar.

Maruša Čarman

Moja izkušnja z zdravljenja v Polju

Dan, ko sem prišla, so ravno igrali na kitaro in harmoniko. Takoj sem se jim pridružila in pol ure smo peli same dobre, stare pesmi. Moj zdravnik je rekel, da sem prišla ravno prav in da je ravno ta dan veselo.

K meni je pristopil možakar, ki se mi je predstavil kot Jože in naj bi ga zelo dobro poznala. Bil je začuden, ker se ga jaz nisem spomnila. V veliko veselje mi je bilo, da se me je osebe spomnilo kot dobro in disciplinirano pacientko. V Polju sem srečala več prijateljic in prijateljev. Vsi so zelo radi poklepetali z mano. Vsakdo je povedal svojo zgodbo iz časa, ko se nismo videli. Zdelo se mi je, kot da smo bili ves čas v stiku.

V bolnici je potekalo veliko terapevtskih skupin: glasbeno-likovna, kreativna skupina, pevska ura, igre za bistritev možganov. Skupaj smo reševali tudi križanke in skoraj vsako smo rešili do konca. Z mano se je veliko ukvarjala delovna terapevtka, ki je v vseh teh letih postala že skoraj moja prijateljica. Tudi z zdravnikom imava zelo lep odnos. Osebe je zelo prijazno, od izjemno prijaznih do manj prijaznih. Posebej bi poudarila, da je osebe v Impoljci veliko bolj natančno in dosledno, če primerjam s

Poljem. Dogajalo se je, da so tehniki v Polju pozabili razdeliti uspavala, delitev obrokov ni bila tako usklajena kot tukaj.

Zelo vesela me je bila tudi lastnica bifeja, ker sem ji dala zaslužiti s kupovanjem potrebščin, hkrati pa sem ji delala družbo. Povedala mi je novice, kaj se dogaja mojim nekdanjim sobolnikom. Spoznala sem tudi nove prijateljice, s katerimi ostajamo v stikih. Velikokrat je bila pri meni na obisku prijateljica, ki me obiskuje že več let tudi v Impoljci.

Zanimiva je bila peka peciva. Vsi so se porazgubili, tako da je delovna terapevtka pekla pecivo sama. Po kosilu naj bi to pecivo razdelili. Ker ona redko peče pecivo doma, je pokazala pecivo in rekla, da ni uspelo, ter da bo vse vrgla proč. Jaz pa se nisem strinjala in ji predlagala, kako oblitati kolač s čokolado, in tako smo vsi na oddelku jedli pecivo, za katerega se je zdelo že, da bo pristalo v košu. Pecivo je bilo v resnici zelo dobro in sočno.

V Polju se dogaja veliko lepih stvari, pa tudi hudih. Med bolniki pa vlada neka solidarnost, ki se kaže v tem, da ti vsakdo ponudi drobne priboljške. Na Impoljci pa večinoma stanovalci »fehtarijo«, ker imajo manj denarja.

V Polju je veliko ljudi, s katerimi se lahko pogovarjaš o vsem, ne le o težavah in boleznih. Zato tam najdem družbo za svojo dušo. Čas v Polju mi je tekel zelo hitro, kot da bi bila tam en teden, v resnici pa sem bila dva meseca.

Metka Haler

Moja mama

Moja mama je bila po poklicu gospodinja. Bila je pridna. Z očetom sta se razumela v zakonu. Ah, treba je bilo tudi potrpeti včasih, tako je to v življenju. Kot odraslo dekle, nisem videla napak. Mama je dočakala 77 let. Dve leti je, kar je umrla. Zelo jo pogrešam.

Suzana Bratož

Dan žena

*Ta lepí dan je vaš dan.
Čestítam k uspešnemu napredovanju
v veljavnosti v družini in družbi nasploh.
Nezadržno napredujete
v enakopravnosti z moškimi.
To je bil prvi cilj.
Ljubezen in nežnost,
ki jo lahko delimo z vami ženske,
je velik dar v stiku z vami.
Da, lepo nam je z vami.
Živo se spominjam
njenega nežnega nasmeha,
na njene tople oči,
ko rekla mi je: »RADA TE IMAM«.*

Srečo Dušič

V Dom Impoljca s povabilom »Pridi, polepšaj mi dan«

Vsako leto v Domu Impoljca poteka sklop prireditev, namenjen druženju s svojci in prijatelji. Dan srečanja je s svojo tradicionalnostjo že prerasel v pravi praznični dan. Ta se je zgodil v soboto, 6. junija 2015, ko se je v domu zbralo nekaj sto domačih in povabljenih.

Med njimi številni prihajajo vsako leto in preživijo nekaj ur s svojimi dragimi. Vsi zbrani so si poleg kulturnega programa lahko ogledali tudi razstavo izdelkov, ki nastajajo izpod pridnih rok stanovalcev in zaposlenih, na prodajnih stojnicah pa so lahko izbrali tudi unikatno darilo. Zbrani denar vedno porabimo za nabavo novega materiala za ustvarjanje.

V dneh od 9. 6. do 11. 6. 2015 pa so potekali Dnevi odprtih vrat, ki so gostom približali del aktivnosti življenja v Domu. Gosti so skupaj s stanovalci pletli košare, pekli pasje piškote in se rekreirali. Na vabilo so se odzvali vabljeni iz lokalne skupnosti in sorodnih ustanov.

Dnevi odprtih vrat so tudi priložnost za mreženje v lokalni skupnosti in širše, saj predstavljajo med drugim tudi priložnost za izmenjavo dobrih praks in sodelovanja v prihodnje.

Da so pretekli dnevi v Impoljci številnim polepšali dan, pa se odraža tudi na odzivih udeleženi.

Darja Cizelj, strokovna vodja

Nastop pevskega zbora Trbovlje

Dne 2. 4. 2015 so nas obiskali gostje, člani Mešanega pevskega zbora Trbovlje. Ob 16. uri smo se zbrali v športni dvorani, kjer smo vsi nestrpno pričakovali začetek nastopa.

Vse navzoče je pozdravila vodja programa. Predstavila nam je pesmi, ki jih bodo zapeli in nam deklamirala pesem o mami, ki je nekatere ganila do solz. Zbor je imel svojega zborovodjo in gospoda, ki je igral na harmoniko. Pevci so nam zapeli znane ljudske pesmi, na koncu programa pa so povabili tudi nas, da se pridružimo in skupaj zapojemo venček zimzelenih. Vzdušje je bilo prijetno in veselim se ponovnega srečanja.

Ivanka Kirar

Kurenti prinesli sonce

13. februarja lansko leto smo z velikim veseljem pričakali kurente, ki so na simboličen način prav zares pregnali zimo. Sončen dan je dal slutiti, da je zime konec. Kurenti iz Cvetkovcev že več let prihajajo v naš Dom in srečanja so prerasla v prijateljstvo. Kurenti so s svojo podobo prinesli obilo dobre volje, smeha in pozitivne energije. Pustni čas nas tudi tokrat ni pustil ravnodušne in veselje druženja je odzvanjalo še nekaj časa po njihovem odhodu.

Tovrstni dogodki puščajo pomembne sledi, saj simbolizirajo pomen povezanosti med ljudmi, ohranjajo kulturno dediščino in zavest o tem, da pripadamo temu času in prostoru ter da smo tudi mi del tega bogastva ljudskega izročila.

Darja Cizelj, strokovna vodja

Obisk OŠ Ana Gale – gradimo prijateljstvo

V sredo, 27. maja 2015, smo imeli prireditev, za katero si želimo, da bi postala tradicionalna. Naslov smo ji dali: "Gradimo prijateljstvo". Učenci OŠ Ana Gale Sevnica in njihovi učitelji z ravnateljem g. Branetom Teražem so se odločili, da nam v znak prijateljstva prikažejo, kaj vse so se naučili skozi celo leto. Že tako veselo vzdušje so učenci še popestrili s petjem, gledališko točko in z gimnastičnimi vajami, ki so nam vzeli dih in si zaslužili bučen aplavz.

Prijetno druženje vsekakor ni bilo prvo. Šolo in dom veže že večletno poznanstvo in sodelovanje na različnih področjih. Je pa tokratni obisk začetek novega povezovanja in tkanja novih vezi prijateljstva.

Preživeli smo zares prijeten dopoldan in se že veselimo naslednjega obiska. Na koncu smo vsi skupaj zapeli pesem: "Ko si srečen" in se z dobro voljo razšli do naslednjega snidenja.

Branka Prosenik, delovna inštruktorica

Kulturna prireditev Karitas Škocjan

30. 3. 2016, v popoldanskih urah, smo v svoji sredini gostili člane Karitas Škocjan, ki so nam v pravem pomenu besede pričarali nepozaben dan. Predstavitveno špico in hkrati povezovalno vlogo je imel čisto pravi čarodej, ki je v uvodu najprej spretno nanizal nekaj svojih preprostih trikov s kartami in drugimi pripomočki. Nadalje so se nam predstavili otroci s svojim pestrim glasbenim, pevskim in plesnim prispevkom ter tako s svojo otroško razigranostjo dogodek prijetno oplemenitili.

Prepuščeni harmoničnim zvokom nastopajočih, ki jih je obdajala moč poetskih nabojev in hkrati spretnostim čarodeja, smo lahko doživeli popolno kombinacijo poučnih in zabavnih doživetij.

Čarovniški triki so nas nadvse očarali, saj smo lahko neposredno sodelovali in spoznali to čarovniško umetnost. Na naše veliko presenečenje pa nam je čarodej ob koncu izdal tudi nekaj skrivnosti čaranja.

Zahvalo vsem sodelujočim ob zaključku kulturne prireditve je v imenu naše ustanove izrekel Gregor, ki je poudaril pomen medsebojnega sodelovanja, družabništva in socialnega vključevanja.

Dorotea Pavlovič, individualna habilitatorka

Festival SloFolk

Mednarodni folklorni festival SloFolk Slovenija poteka že od leta 2005. Namen festivala je, da se ljudem iz Dolenjske in Posavja predstavijo folklorne skupine iz tujine, da spoznajo njihove plese, pesmi, šege in navade.

Skupine v času festivala nastopajo na celovečernih prireditvah skupaj z domačimi skupinami, vsak dan v drugem kraju, od koder prihajajo skupine gostiteljice. Takšna oblika mednarodnega sodelovanja krepi prijateljstvo med narodi, premaguje verske in druge razlike ter pomaga spoznavati druge kulture.

V DUO Impoljca izjemno cenimo takšne obiske in smo veseli, da gostimo posamezne skupine folklornikov. Do sedaj so se nam predstavili folklorniki iz Italije, Srbije, Grčije, Litve, Škotske, Francije, Poljske, Slovaške, Romunije, Makedonije, Črne gore, Portugalske in Makedonije.

Letos se nam bodo v mesecu maju predstavili udeleženci SloFolka iz Srbije in Romunije, ki nam bodo v prazničnem času prinesli v zavod kanček festivalske atmosfere. Pogled na različne folklorne kostume ter igrivost nastopajočih je nekaj posebnega tudi za naše stanovalce, ki se kljub različni narodnosti in kulturi, nastopajočim občasno kar pridružijo.

Gabi Pirc, dipl. medicinska sestra

Donacija Lions kluba Krško Domu Impoljca omogoča bivanje v koraku s časom

Pravo prijateljstvo je bogastvo, ki ga čas plemeniti, to so z leti spoznali tako krški Lionsi, kot v Domu Impoljca. To plete vrednote, moč in navdih za prihodnost, za življenje, kakršno si ga vsi zaslužijo in želijo.

Sled obiska krških dobrotnikov 26. januarja 2016 je donacija novega osebnega računalnika, ki bo omogočil opismenjevanje, izobraževanje in vstop na globalno informacijsko ožilje, ki širi obzorja. Prisrčno srečanje in dobrovoljno druženje sta se

vtisnili v spomin – iskre v očeh donatorjev ter radostni nasmehi gostiteljev ob predaji – so bili pospremljeni s pesmijo, plesom, pogovorom in neštetimi stiski rok. »Seme prijateljstva bo klilo in raslo. In plodovi bodo trajni, koristni, uporabni – za vse in vsakogar«, sta povzeli direktorica Impoljce Andreja Flajs in predstavnica Lions kluba Krško.

Čas, ki ga živimo, pogosto pred nas postavlja kruta življenjska spoznanja, ki znajo naše misli zapeljati na polja strahu in negotovosti. Pozornost, darežljivost in vrednote krških »levov« pa budijo občutke, ki so neprecenljivi. Saj se le dobro z dobrim vrača in tako nam prihodnost v skupen prid obrača.

Matija Dobovšek, delovni inštruktor

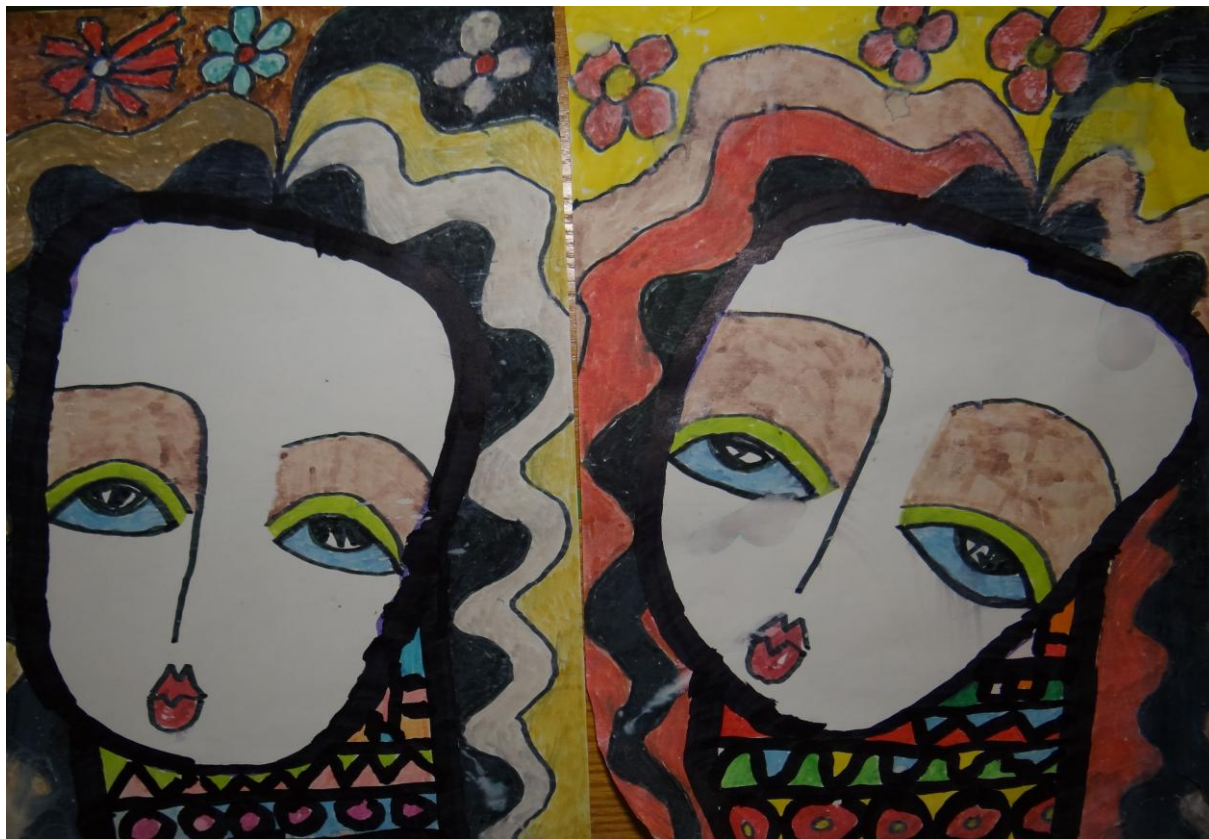
Krkin teden humanosti in prostovoljstva

V sklopu vsakoletnega sodelovanja s Krkinimi prostovoljci v tednu humanosti in prostovoljstva, smo naše druženje obeležili z namenom vse premalo zastopanih konceptov dostojanstva. Skrb za sočloveka in vera v človeka je družbeno pogojena paradigma, ki izhaja iz načel kulture, tradicije, pravičnosti in poštenosti.

Tako smo se v sredo, 6. 4. 2016, ob 9. uri, polni pričakovanj, zbrali v svojem dnevnem prostoru, kjer smo se udeležili delavnic urjenja spomina. Preko besednih in številčnih premetank smo prevetrili svoj delujoči spomin ter na ta način zelo učinkovito prevetrili svoje možgane. Tvrsten način ohranjanja miselne prožnosti smo istočasno združili v učenju, tekmovanju in medsebojnem druženju.

Zavedamo se, da so tovrstne delavnice dobrodošle ne le za »rekreacijo« naših možganov, temveč predramijo tudi naše fiziološke in miselne procese v telesu, ki dokazano pomagajo krepiti sposobnosti pomnjenja.

Dorotea Pavlovič, individualna habilitatorka



Avtorica: Manica Lamut Potočnik (tehnika flomaster)

Ekstaza

Ne vem ali je kje kakšna ženska zame,

ne vem ali je kje dovolj miren kraj ...

V življenju sploh ne potrebujem veliko.

Življenje je kontroverzno,

ali je še kaj drugega kot gola eksistenca?

Mirko Japelj

Z gibanjem do boljšega počutja

Letos smo se odločili, da bomo stanovalci in zaposleni posvetili večjo pozornost aktivnosti gibanja. Znano dejstvo je, da gibanje in vadba izboljšujeta slabe občutke dolgotrajnega stresa, napetosti, mišične okorelosti, da ne govorimo o koristnem vplivu na zmanjšanje tveganja za nastanek srčno žilnih obolenj. Tudi oboleli za sladkorno boleznijo, povišano telesno težo in drugi beležijo ugodne rezultate na njihovo zdravje in splošno počutje.

Redna telesna aktivnost je ena najpomembnejših stvari, ki jih lahko naredimo za svoje zdravje. Pomaga nam pri:

- Vzdrževanju telesne teže,
- krepi srce,
- večja gostota kosti in s tem posledično zmanjšuje možnost zlomov,
- znižuje povišan krvni tlak,
- vzdržuje mišično moč in gibljivost sklepov,
- omogoča sproščanje in predihanost pljuč,
- ureja prebavo.

Zavedati se moramo, da začnemo telesno aktivnost počasi, a vztrajno. Cilji naj bodo zastavljeni tako, da jih lahko uresničimo, naj bodo realni. Že dnevna hoja po stopnicah namesto uporabe dvigala je pot k povečanju telesne aktivnosti. Tudi sama hoja po hodniku ali kratki sprehodi pripomorejo k boljšemu počutju. Tudi če neko dejavnost npr. prenašanje zamenjamo z gibanjem, smo naredili velik korak k izboljšanju svojega zdravja. Priporočeno je, da namenimo gibanju vsaj 30 minut dnevno.

Zaželeno je, da k aktivnosti gibanja spodbudimo še svoje prijatelje, sorodnike, znance, kajti tako smo lahko dober motivator drug drugemu, kadar nam zmanjka volje in energije za telesno aktivnost. V družbi telovaditi in gibati se, je bolj zabavno.

Pri samem gibanju poleg primerne obutve in obleke ne smemo pozabiti na zadosten vnos tekočine.

Vsem skupaj želim, da ozavestimo pomen gibanja, da začnemo z majhnimi koraki dosegati cilje ter vsak zase in vsi skupaj stremimo k ohranjanju in izboljševanju svojega zdravja.

Natalija Koprivnik, vodja zdravstvene nege in oskrbe

Imamo kolo

Pred nedavnim smo dobili na B enoto sobno kolo. Pripeljala ga je naša delovna terapevtka Tatjana. Vsi smo ga bili zelo veseli. Vsak dan smo na kolesu, da urimo svoje telo, saj pravijo, da je zdrav duh v zdravem telesu. Meni kolo zelo pomaga, saj me kosti ne bolijo več tako kot prej. Gibanje mi tudi pomaga, da se psihično bolje počutim. Tudi ostali stanovalci v skupini gredo vsak dan na kolo. Ugotavljamo, da vsi lažje hodimo.

Nives Kavčič

Izzivi v hortikulturni terapiji

Letos smo zakorakali v 3. sezono izvajanja hortikulturne terapije v Domu. Ob tem se srečujemo z novimi izzivi. Površino, ki je na voljo za obdelovanje, smo v preteklem letu občutno povečali. Vzroka za to sta sledenje interesu stanovalcev in sledenje novim pristopom v psihosocialni rehabilitaciji v okviru delovne terapije. Mnoge psihiatrične bolnišnice izkoriščajo pozitivne učinke hortikulturne terapije v procesu klinične obravnave bolnikov v delovni terapiji. Pri nas se v hortikulturno terapijo vključuje približno 25 oseb, vendar za razliko od bolnišničnega okolja se tu stanovalec spremlja skozi bistveno daljše obdobje, zato je nujno, da nihanja bolezenskega stanja upoštevamo pri aktivnostih na vrtu in da je v hortikulturno terapijo vključenih čim več

oseb. Pri tem je potrebno, da upoštevamo tudi pretekle izkušnje osebe, želje posameznika in fizično kondicijo.

Svojce spodbujamo, da ob sprejemu, ali nekoliko kasneje, navežejo stik tudi z delovnimi terapevtkami v Domu, saj so ravno svojci pomemben vir informacij o aktivnostih, v katere se je oseba vključevala v domačem okolju, in kaj je tisto, v čemer je oseba najbolj uživala ob izboljšanjih zdravstvenega stanja. S tem bomo lahko tudi v hortikulturno terapijo vključili posameznike, ki morda tega sami ne izrazijo, pa vendar bi imeli lahko od tega veliko koristi.

Lili Merlino, dipl. del. terapevtka



Izdelek likovne delavnice (kombinirana tehnika)

Naši Specialni Olimpijci v letu 2015 – 2016 ...

Igre MATP Specialne Olimpijade Slovenije

Spomladi sta se dva tekmovalca DUO Impoljca udeležila 11. iger MATP Specialne Olimpijade Slovenije Ljubljansko Dolenjske regije v Ljubljani.

Zastopnika našega Doma sta bila Mojca Abulnar in Štefan Brezovšek.

Igre MATP so namenjene gibalno oviranim osebam.

Naša zastopnika Mojca in Štefan sta odšla na to prireditev, saj skozi vse leto aktivno in vestno trenirata elemente iger MATP v okviru specialno pedagoške skupine.

Na pot v Ljubljano smo se podali zgodaj zjutraj in bili pravočasno na prizorišču dogodka, v Centru Janeza Levca na Dečkovi ulici, ki je bil skupaj z OVI Jarše organizator prireditve.

Po sprejemu in registraciji je sledil kratek sestanek vodij ekip. Sledila je otvoritev iger s kratkim, a pristrčnim kulturnim programom. Nagovorila sta

nas tudi ravnatelj in pedagoška vodja ter predsednica Zveze Sožitje Slovenije. Igre so potekale v veliki telovadnici v obliki poligona. Našima tekmovalcema nič ni bilo tuje, na vsaki postaji sta suvereno in z velikim navdušenjem odigrala svojo vlogo. Ob koncu iger so bili vsi sodelujoči zmagovalci! Vsi so prejeli priznanja in medalje. Veselje je bilo veliko!

Jožica Piltaver, spec. pedagoginja

Na Specialni Olimpijadi – krpljanje v Črni na Koroškem

Zjutraj okoli sedmih smo se jaz in Bine ter Slavko odpeljali na tekmovanje Specialne Olimpijade v Črno na Koroškem. Prvi dan smo imeli otvoritev iger. Igre je odprl naš predsednik države Borut Pahor. Imel je izredno lep govor, vsi smo bili navdušeni nad njegovim obiskom. Drugi dan smo imeli tekmovanje v krpljanju v Avstriji, ker v Sloveniji ni bilo snega. Jaz sem bil na predtekmovanju drugi, v finalu pa prvi.

Dobil sem zlato medaljo in sem bil zelo ponosen.

Zadovoljen in vesel sem bil tudi, ker smo si ogledali muzej o naši priljubljeni smučarki Tini Maze. Zahvaljujem se za vse, kar je bilo lepega. Hvala mentorju Slavku, ker je bil z nami.

Muharem Kumalič

15. zimske igre Specialne Olimpijade Slovenije

Tokratne zimske igre Specialne Olimpijade so bile organizirane s strani CUDV Črna na Koroškem, v času od 10. 2. do 11. 2. 2016. Načrtovano predtekmovanje za prvi dan iger je zaradi slabega vremena odpadlo, zato smo dan preživeli nadvse aktivno, in sicer z ogledom olimpijske sobe in etnološkega muzeja, v Črni na Koroškem ter s popoldanskim obiskom »Fun fitnesa« v telovadnici Centra za učenje, delo in varstvo Črna na Koroškem. V večernem času je bila svečana prireditev z mimohodom vseh ekip skozi Črno in otvoritvijo zimskih iger, ki jih je odprl predsednik republike Slovenije Borut Pahor. Sledila je zabava z živo glasbo in plesom.

Naslednji dan se je prizorišče zaradi premalo snega preselilo v sosednjo državo Avstrijo, in sicer na snežni stadion pod goro Peco. Državnega tekmovanja se je udeležilo 215 tekmovalcev, ki so se pomerili v treh disciplinah: krpljanju, teku na smučeh in alpskem smučanju.

Naše vrste sta pod vodstvom mentorja Slavka Eisenkolerja zastopala Bine Kozamernik in Muharem Kumalič, ki sta se odlično odrezala. Muharem Kumalič je v krpljanju na 100 m premagal vse tekmovalce in osvojil zlato medaljo. Bine Kozamernik je prav tako nastopil v krpljanju na 100 metrov in osvojil odlično 4. mesto.

Svečano podelitev medalj so opravili županja Marjana Lesjak, olimpijska udeleženka Nataša Lačen, smučarski skakalec Jernej Damjan in veslač Jan Špik.

S simbolično predajo zastave bodo tako prihodnje zimske igre v letu 2018 organizirane s strani Centra Janeza Levca iz Ljubljane.

Slavko Eisenkoler, delovni inštruktor

Novost v Domu - terapija z BioSinhronom

BioSinhron terapija (povzeto po www.biosinhron.com) je terapija z aparatom, ki združuje kombinacijo fizikalne in magnetne terapije. Traja 15 do 20 minut. Je edinstvena terapija, ki hkrati zagotavlja tri dejavnike: magnetno terapijo, refleksno masažo in gibanje.

Magnetna terapija: Utripajoče magnetno polje motivira delovanje celic. Povečuje količino kisika v tkivu, izboljšuje prekrvavitev, pozitivno deluje na vegetativni živčni sistem, vzpostavlja energijsko ravnovesje in s tem ustvarja pogoje za okrevanje in regeneracijo organizma. Območje indikacij magnetne terapije je zelo široko, uporabimo pa jo lahko tudi kot preventivo, za sprostitvev in krepitev imunskega sistema.

Refleksna masaža: Refleksna masaža stopal in dlani je komplementarna medicinska metoda, ki učinkovito motivira delovanje notranjih organov, uporablja pa se tako v terapevtske kot sprostitvene namene. Temelji na spoznanju, da je stopalo oziroma dlan podoba celotnega telesa v malem - vsakemu organu ali delu telesa pripada določena refleksna točka.

Gibanje: Je osnova za normalno delovanje kardiovaskularnega sistema in pomaga pri rehabilitaciji organizma. Kadar smo gibalno omejeni, je odlična rešitev gibanje sede. Pri izvajanju terapije z BioSinhronom je to »stepanje« - pritiskanje stopalk BioSinhrona s stopali ali dlanmi, ki aktivira mišice nog ali rok.

Oblikovali smo skupino slabše mobilnih stanovalcev, ki imajo poleg tega prekomerno telesno težo in jih od meseca marca 2016 dalje redno tedensko vključujemo v skupinsko BioSinhron terapijo pod vodenjem delovne terapevtke. Pozorni smo na kontraindikacijo izvajanja magnetne terapije pri osebah z epilepsijo. O dolgoročnih ugodnih vplivih še ne moremo poročati, zagotovo pa lahko zapišemo, da vključeni stanovalci z veseljem sodelujejo v skupinski obliki te terapije. Skupinska oblika terapije se je v našem primeru zdela ustreznejša, saj je tako motivacijski efekt večji, kot bi bil v primeru individualne obravnave. Ker v Domu stremimo k čim bolj pestri ponudbi

različnih aktivnosti in terapij, je uporaba BioSinhrona pomemben kamenček v mozaiku naše raznolikosti in pestrosti.

Lili Merlino, dipl. del. terapevtka

Pot k boljšemu počutju

“Pravi čar peščenja ni v hoji ali okolju, ampak v pogovoru.” (Mark Twain)

Slehnemu človeku, mlademu ali staremu, pomeni telesno gibanje nekaj, kar sodi med življenjske potrebe. Brez dela človek peša, hira in propada. Gibalne aktivnosti pravilno vplivajo na telesni razvoj, utrjevanje zdravja, povečano odpornost proti boleznim in splošno navajanje na zdrav način življenja, dela in razvedrila. Pomembno dejstvo pri ljudeh, ki imajo težave v duševnem zdravju, je tudi to, da hitreje izgubljajo svoje osebne in delovne navade, kot zdravi ljudje.

Da bi ohranjali telesno in duševno zdravje, bomo letos poskušali čim več stanovalcev stanovanjske enote B spodbuditi k dodatni organizirani telesni aktivnosti, hoji. Ta oblika gibanja je varna, preprosta in koristi celemu telesu, poleg tega pa je še brezplačna.

Koristi hoje za zdravega in bolnega človeka so:

- Zmanjšanje prekomerne teže,
- krepitev srca in imunskega sistema,
- pridobimo moč, vzdržljivost in gibčnost,
- izboljšamo pretok krvi, zaradi česar ima koža bolj svež in zdrav videz,
- pridobimo čas za pogostejša srečanja s prijatelji, klepet in druženje,

- preprečimo in ublažimo nastanek različnih obolenj (sladkorna bolezen, težave s srcem, osteoporoza, bolezni v križu, zaprtje ...),
- izboljšamo spanje, kar pripomore k boljšemu počutju.

Seveda pa pri hoji ne smemo pozabiti tudi na čustvene in družbene koristi.

Čustvene koristi hoje:

Hoja lahko človeka odvrne od skrbi, saj med njo lahko preusmerimo svoje misli.

Že po petminutnem sprehodu začne telo sproščati endorfine, ki so naravno sredstvo proti depresiji.

Družbene koristi hoje:

Hoja v skupini je lahko zabavna in varna ter je eden od načinov prijetnega druženja. Zato se bomo letos večkrat podali na krajši sprehod v čim večjem številu.

Vesna Turnšek, vodja enote B

Na športnih igrah v Domu Nine Pokorn Grmovje

Iz Impoljce smo se odpeljali malo pred deveto. Šel sem z Branko in Stanko. V domu sem videl upokojence. Zaposleni so nam pripravili športne igre, kjer sem malo sodeloval. Bilo je lepo. Videl sem tudi sobe v domu. Dom je lep in čist. Strokovna vodja nam je pripravila tudi predavanje o prijateljstvu in življenju. Srečal sem veliko čednih in mladih deklet. Po predavanju smo imeli kosilo, kjer nas je čakalo še pecivo. V domu mi je bilo zelo všeč. Na poti domov smo se ustavili na kavi. Izlet mi je bil všeč, zato bi rad, da se še kdaj ponovi.

Jože Tkalič

Stanovalci Impoljce pod vtisom kopanja na sevniskem in brestaniškem bazenu

Že vrsto let svoje poletne dni popestrimo s kopanjem na bazenu. Zadovoljstvo, da se lahko tudi drugače, bolj prijetno in osvežujoče preživi dopoldneve, je skoraj nepopisno. Zadovoljstvo na obrazih ljudi, vedro, razigrano razpoloženje.

V lanskem poletju so kopalni dnevi potekali tako na bazenu v Sevnici kot v Brestanici.

Zahvalo gre izraziti KŠTM Sevnica in MC Krško, ki sta nam gostoljubno omogočila obisk obeh bazenov, prav tako vedno prijaznemu osebju! Z vsakim letom bolj, nas razveseli spoznanje, da tudi ostali obiskovalci omenjenih bazenov z večjo naklonjenostjo in simpatijami pričakujejo naše obiske, ker jih druženje z nami bogati, razvedri. Takšne in podobne aktivnosti so postale sestavni del našega življenja in tako smo pomembno vpeti v življenje lokalnega okolja.

Matija Dobovšek, delovni inštruktor

Simbioza giba

V tednu od 13. 10. do 17. 10. 2015 je v Domu upokojencev in oskrbovancev Impoljca potekal program, s katerim smo se pridružili projektu Simbioza Giba. Dom je ponudil lokalni in širši skupnosti športne dejavnosti, preko katerih se je spletlo medgeneracijsko druženje.

Čez teden so se zvrstile naslednje dejavnosti: igre za gibalno ovirane, vodena telovadba, namizni tenis, ples in hoja.

Teden se je tako odvijal v duhu medsebojnega sodelovanja, prijetnega druženja, prostovoljstva in medgeneracijskega ter mednarodnega sodelovanja.

Četudi smo pogrešali večji odziv skupnosti, smo z obiskom zadovoljni. Udeleženci so skozi aktivno preživljanje časa združili prijetno s koristnim.

Z nami so se družili uporabniki Varstveno delovnega centra Leskovec pri Krškem - enota Sevnica in prostovoljci Mladinskega centra Krško. Vsem se zahvaljujemo za prijetno druženje, sodelovanje in pomoč pri izvedbi aktivnosti.

Darja Cizelj, strokovna vodja

Športno zabavne igre posebnih in kombiniranih socialno varstvenih zavodov Slovenije

V četrtek dopoldan, 14. maja 2015, so v lepem sončnem vremenu v Domu upokojencev in oskrbovancev Impoljca potekale 4. športne igre posebnih in kombiniranih socialno-varstvenih zavodov Slovenije.

Iger se je udeležilo 84 tekmovalk in tekmovalcev iz devetih slovenskih zavodov. Tekmovali so člani in članice SVZ Dutovlje, Dom Lukavci, SVZ Hrastovec, DU Danice Vogrinc Maribor, Dom Nine Pokoren Grmovje, Dom starejših občanov Ilirska Bistrica, Dom upokojencev Podbrdo – enota Petrovo Brdo, DU Idrija – enota Marof in dve ekipi gostitelja DUO Impoljca.

Moči v športno zabavnih igrah, ki so potekale na rekreacijskih površinah Doma, so udeleženske in udeleženci preizkušali v petih športnih panogah: Štafeta (sestavljanje piramide), z balinčki v cilj, vodenje žoge skozi ovire, navijanje vrvi z oviro in sestavljanje puzzlov. Pomembneje od rezultata je bilo druženje, spodbujanje k telesni aktivnosti, ohranjanje motoričnih spretnosti in vzdržljivosti. Po zaključenem športnem delu programa je sledila še podelitev priznanj za sodelovanje ter družabni del ob živi glasbi.

Gorazd Pavčnik, vodja službe SO

Fizioterapevtska služba

Fizioterapija je veja medicine, ki s terapevtskimi metodami skrbi predvsem za izboljšanje, vzdrževanje in povrnitev gibalnih ter funkcijskih sposobnosti posameznika.

Osredotočena je na ljudi z okvarjeno, omejeno ali ogroženo funkcijo telesa zaradi bolezni ali poškodb, v zvezi s kostnim, mišičnim, živčnim, dihalnim, srčno-žilnim in presnovnim sistemom.

Fizioterapevt je samostojen zdravstveni delavec, ki s pomočjo fizioterapevtskih metod in tehnik vzdržuje, vzpostavlja, ali izboljšuje psihofizične sposobnosti ter zmogljivosti ljudi. Fizioterapevt, zaposlen v posebnem socialnovarstvenem zavodu, je strokovni sodelavec in je član strokovnega tima. Pri svojem delu se ravna po znanstvenih in etičnih načelih zdravstvenih delavcev, razume življenje ljudi in njihovo različnost ter upošteva njihovo dostojanstvo in pravice. Fizioterapevt spremlja razvoj stroke, proučuje ustreznost obstoječih fizioterapevtskih metod in ustvarja pogoje za prenos novosti v prakso.

Fizioterapevtska služba je v Domu samostojna služba od leta 1976 dalje. Programe fizioterapije, v sodelovanju z zdravnikom splošne medicine, načrtujeva in izvajava dve fizioterapevтки.

Pri svojem delu uporablja naslednje fizioterapevtske metode in tehnike:

- Kinezioterapija (aktivno, asistirano in pasivno razgibavanje, nevrološka obravnava po Bobath-u, PNF ...),
- manualna terapija (sklepna mobilizacija),
- elektroterapija (DD, UZ, IF, TENS),
- krioterapija (hladne obloge, masaža z ledom),
- termoterapija (toplotne obloge),
- fototerapija (biosinhron),

- respiratorna fizioterapija (dihalne vaje, vibracijska masaža, drenažni položaji),
- hidroterapija (lokalne kopeli).

Cilji fizioterapije so zastavljeni v smeri:

- Lajšanja bolečin,
- skrbi za pravilne položaje v postelji pri nepomičnih stanovalcih,
- preprečevanja kontraktur,
- ohranjanja sklepne in splošne gibljivosti,
- ponovnega učenja funkcionalnega gibanja,
- vzdrževanja in izboljševanja mišične moči,
- ohranjanja primerne telesne vzdržljivosti,
- ohranjanja kakovosti življenja.

Po sprejemu stanovalca v Dom, fizioterapevtki pripraviva posnetek njegovega stanja, se seznani s problematiko in če zdravnik splošne medicine meni, da je pri stanovalcu potrebna fizioterapevtska obravnava, na podlagi delovnega naloga, zastavi cilje ter opredeli storitve rehabilitacije. Sledi izvajanje omenjenih storitev ter evalvacija, kjer se ugotavlja uspešnost procesa rehabilitacije.

Fizioterapevtki obravnavava akutna in kronična stanja.

Fizioterapevtska obravnava je razdeljena na skupinsko in individualno obravnavo. Skupinska obravnava poteka, kot jutranja skupinska telovadba na stanovanjski C enoti. Namenjena je stanovalcem z večjimi gibalnimi omejitvami. Večji del storitev izvedeva v obliki individualne obravnave, ki je prilagojena potrebam posameznika. Izvaja se v prostorih fizioterapije, v telovadnici kakor tudi na posameznih stanovanjskih enotah. Individualna obravnava se deli na rehabilitacijski in vzdrževalni program. Cilj rehabilitacijskega programa je povrnitev in izboljšanje telesnih zmogljivosti, gibljivosti in samostojnosti. V rehabilitacijski program so vključeni stanovalci po nevroloških poškodbah in obolenjih, po poškodbah in zlomih, po

amputaciji udov, bolniki z akutnimi respiratornimi infekti ... Večina stanovalcev po akutnih poškodbah ali boleznih je vključena v vzdrževalni program, v katerega so vključeni tudi stanovalci z različnimi kroničnimi obolenji. Cilj vzdrževalnega programa je ohranjanje obstoječih psihofizičnih sposobnosti. Pri obravnavi stanovalcev, ki so v akutni fazi, izvajava rehabilitacijo, več različnih storitev krajši čas, pri vzdrževalni fizioterapiji pa manj storitev daljše obdobje.

Dnevno je bilo v letu 2015 v fizioterapevtsko obravnavo vključenih od 42 do 52 stanovalcev.

Od vseh stanovalcev, vključenih v letu 2015 v fizioterapevtsko obravnavo, jih je bilo 22,16 %, vključenih s ciljem ponovnega vzpostavljanja fizioloških vzorcev gibanja in vključevanja v aktivnosti dnevnega življenja – rehabilitacije; 77,84 % pa s ciljem ohranjanja obstoječih psihofizičnih sposobnosti – vzdrževalne fizioterapije.

Za strokovno in kvalitetno delo fizioterapevta je potrebno poznavanje spretnosti medsebojnega komuniciranja s stanovalci kot s sodelavci. Uspešna komunikacija je pogoj za kvaliteten pristop k izvajanju strokovnega dela in pogoj za vzdrževanje dobrih medsebojnih odnosov v delovnem okolju. Fizioterapevtki sva vključeni v multidisciplinarno skupino strokovnih delavcev in sodelavcev, sodelujeva z zdravnikom splošne medicine, zunanji sodelavci in drugimi sorodnimi ustanovami. S humanim, celostnim in strokovnim pristopom ob upoštevanju človekovega dostojanstva in pravic prispevava svoj del sestavljanke ter z drugimi sodelavci pomagava stanovalcem ohranjati čim boljšo kvaliteto življenja, čim dlje.

»Ideja je umreti mladi, ampak kar se da pozno!«

Andreja Homan Ban, višja fizioterapevtka

Melita Šepat, diplomirana fizioterapevtka

Izražanje skozi ples

Ples si predstavljam kot vrsto umetniškega izražanja telesa na zunanje dražljaje. Ob tem nudi možnost participacije, ki se hkrati spontano manifestira v družabno področje. Hkrati zaobjame našo celotno duševno in duhovno sfero. Z intuitivnim prepletanjem čutnega, simboličnega in pred-verbalnega gibanja nam omogoča odkrivati, raziskovati in izražati naša občutja.

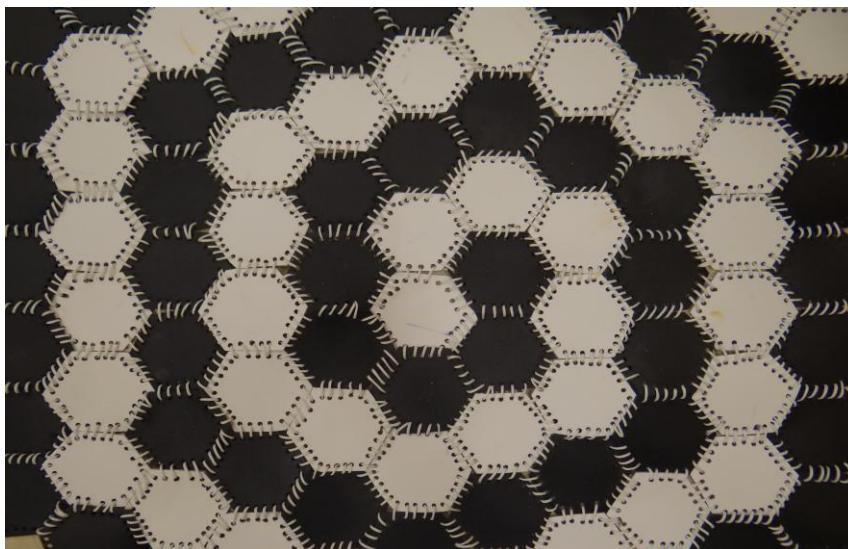
Ta potreba je enako močna kot potreba po kisiku, vodi in hrani. Samoumevno je dejstvo, da so naši organi (krvni obtok, črevesje, srce, pljuča) odvisni od gibanja, a vendar neredko pozabljamo na svoja čustva. Človekova nedejavnost in zanemarjanje le-teh lahko postopoma privede do depresij, anksioznosti, nevroze, osamljenosti, agresivnosti in drugih zdravstvenih težav. Le-te se lahko odpravijo s plesom, za katere ne potrebuješ materialnih dobrin, ali prekomernega telesnega naprezanja, zgolj voljo, da preprosto zaplešeš. Ko te glasba preprosto odnese po prostoru in ti postaneš ta glasba, postaneš sam ples, v svet poneseš sporočilno vrednost.

Tovrsten način družbene dejavnosti, ki primarno združuje ljudi, nam omogoča izraziti vse tisto, kar zaradi družbenih pravil praviloma ne moremo. Dejstvo je, da sodobna potrošniška družba s svojimi zunanjimi pričakovanji nehote ustvarja odklone, ki lahko v človeku ustvarjajo občutke osamljenosti in nerazumljenosti. Kompenziranje ne sprejemljivih misli in čustev s pomočjo plesa pomaga izzvati pozitivna čustva z namenom sprostitve, s tem pa pomaga izboljšati odnos do samega sebe, do drugih in do sveta.

Psiholoških, družbenih in telesnih dimenzij izražanja skozi ples se zavedamo tudi v našem Domu, zato ples kot sestavni del življenja stanovalcev uvrščamo tudi v svoje redne aktivnosti. Izkušnje kažejo, da se pri stanovalcih izboljšujejo funkcionalni in dinamični elementi nevro-muskularnih spretnosti, koordinacija, ravnotežje in prostorska orientacija. Ob tem pa se krepijo tudi socialne spretnosti, samozavedanje, občutja uspehov in zadovoljstva.

Dorotea Pavlovič, individualna habilitatorka

»Bodi, kar si, ostalih je tako že preveč.« (Loesje)



Izdelek likovne delavnice (tehnika kolaž v usnju)

Razumevanje, zmernost, ravnovesje

Življenje v dislociranih bivalnih enotah je kot kalejdoskop. Pisano, vsak dan drugačno, vsak dan zanimivo, veselo, včasih se preplete kakšna skrb, ki jo, kolikor se da, hitro rešimo, odpravimo. Kdor tu živi ali dela ima svoja vodila za uspešno, prijetno opravljanje obveznosti, za kakovostno preživljanje prostih trenutkov in časa miru in počitka. Pravilo je, da pravila ni. Dobra volja, razumevanje, veselje so za takšno obliko bivanja ključni. Je nekaj, kar mora človek imeti v izhodišču zapisano v svoji karakterni kodi. Le tako gre tekoče, tako rešitve prehitevajo težave, tako se vidijo izhodi stran od vrtincev, ki bi utegnili nastajati. Sodelovanje. Med stanovalci. Med zaposlenimi. Med stanovalci in zaposlenimi. Drug z drugim živimo, drug drugega podpiramo, si pomagamo, se učimo. Se veselimo, se bodrimo. Ustvarjamo, se pogovarjamo. Kuhamo. Jemo. Pojémo. Pôjemo. Plešemo. In si prizadevamo biti srečni s tem, kar imamo. Kar nam je na voljo. Želimo si več, bolje, a hkrati vsi vemo, da nam nič bistvenega ne manjka. Ker »biti« in »imeti« sta dva svetova, dve vesolji.

Če se ne opredelimo samo za enega, za pravega, smo hitro izgubljeni. A mi smo na pravi poti. Pod skupno streho, za skupnim ognjiščem. Kjer se sprejemamo, različnost nas bogati, celo zabava. Spremembe so izziv in so cikel. Kot bi se tega na/učili v naravi. Na travniku, v gozdu, v morju, na nebu. Kaj vse smo že doživeli skupaj? Česa vse si lahko še obetamo? Kaj vse nas bo še presenetilo? Vse je življenje. Skupaj nam gre lažje. Več nas je, bolj držimo skupaj - bolj nam je prijetno, bolj smo na varnem. Življenje teče in lepô je. In cenimo ga. Najbolj. To je naš smisel. To je naše veselje. Delimo ga med nami. Delimo ga z vami.

Matija Dobovšek, delovni inštruktor

Ljubo naše Kompolje

Rada bi vam opisala nekaj mojih spominov na Kompolje. Spomladi, konec aprila mi je sestra Simona prinesla čisto malo semena rož – turških nageljnov. Vse sem posejala v koritu. Imela sem kar 10 korit. Vse sem dobro zalila in potem vsak dan dodatno zalivala. Ko je vzkliko vse, kar sem posejala, sem bila izredno vesela. Ko so nageljni malo zrasli, sem sadike dala delavkam, da so si jih posadile in tudi zase mi jih je dovolj ostalo. Celo poletje, pa vse do pozne jeseni, so cvetele rože.

V bivalni enoti na Kompolju pa se nismo ukvarjali samo z rožami, tudi kuhali smo. Jaz sem pekla veliko palačink. Kuhali smo še veliko drugih dobrot, od potice, zavitka, juhe, pizze in še in še.

Hodili smo tudi na sprehode ob Savi, vse do sosednje vasi.

K meni je hodila prostovoljka Milena. Velikokrat sva šli sami na sprehod, pa tudi na sladoled sva šli.

Sedaj sem v Impoljci, pa mi ni tako lepo, kot je bilo v Kompolju. Zato sem tudi dala naslov temu prispevku: »Ljubo naše Kompolje«.

Slavica Povžun

Iz Kopolja v Mrtovec

Decembra, leta 2015, smo se preselili iz bivalne enote Kopolje v bivalno enoto na Mrtovcu.

V Mrtovcu nas živi sedem. V Kopolju nas je bilo več. Imamo tudi manjšo kuhinjo. Tukaj je dežuren samo eden izmed nas.

Na sprehode hodimo, če je lepo vreme. Imamo kužka in on gre zraven. Tukaj je bolj čist zrak in lepša narava.

Na Mrtovcu živimo v dveh hišah, med njima je le dvorišče. Včasih gremo tja tudi na večerjo.

Med seboj se dobro razumemo in nam je lepo.

Jasna Tukara

10. obletnica življenja v skupnosti - uresničevanje ciljev dezinstitutionalizacije

V letu 2015 smo praznovali 10. obletnico ustvarjanja življenja v skupnosti. Sodobne smernice za zagotavljanje potreb in pravic odraslih oseb s posebnimi potrebami so v dezinstitutionalizaciji, v življenju v skupnosti. Bistveni elementi procesa dezinstitutionalizacije so skupno ustvarjanje pogojev za življenje po meri posameznika, v skladu z njegovimi potrebami in osebnimi potenciali, v ustvarjanju domačnosti, v aktivaciji posameznika, v ospredju je zaupen odnos, ustvarjalnost, sprejemanje lastnih odločitev. Način življenja in nudenje potrebnih storitev izhaja iz zavedanja o človekovi celovitosti in vpetosti v socialno okolje. Posamezniku življenje v skupnosti odpira nove priložnosti za izkušnje in učenje o sebi in drugih, ga opolnomoči in doda nove dimenzije kakovosti življenja. Skozi aktivno vlogo in možnosti odločanja o vsakdanjem življenju posameznik osebno zori.

V 10-letnem obdobju smo omogočili več kot 40-im stanovalcem in stanovalkam izkušnjo bivanja v skupnosti, v krajih Mrtovec, Boštanj in Kompolje, ki so v neposredni bližini Sevnice. Nekateri od njih so po izkušnji bivanja v bivalni enoti zaživali tudi samostojno življenje v domačem okolju.

Ob obletnici se je 8. oktobra zgodil osrednji dogodek z naslovom »Na poti zorenja«, ki je potekal v Kulturnem domu v Boštanju. Dogodek je predstavil odsev našega življenja, naših želja, hrepenenja, ciljev. S tem dogodkom, ki je potekal v tednu duševnega zdravja, smo podprli prizadevanja za rušenje predsodkov o duševni bolezni. Pridružili smo se sloganu »S predsodki v koš«.

Kraj dogodka ni izbran naključno, saj nas je ravno Krajevna skupnost Boštanj pred 10 leti prijazno sprejela medse. Dobri medsebojni odnosi in podpora krajanov nas je opogumila za nadaljnje korake in iz matičnega doma, iz DUO Impoljca, smo se preselili v še tri hiše, ki so postale naš novi dom.

Ta osrednji dogodek ni bil edini, s katerim smo obeležili obletnico. Čez leto je potekala vrsta prireditev in srečanj v sodelovanju z lokalno skupnostjo.

Uresničevanje ciljev življenja v skupnosti nas spodbuja k odpiranju novih poti in priložnosti. Pot zorenja nam je prinesla mnogo novih spoznanj o sebi in drugih. Vsak je zgodba zase in lepo je, kadar se te zgodbe prepletajo tako, da skupaj zorimo.

Darja Cizelj, strokovna vodja

Če ni ljubezen! Kaj je to?

In spet pride čas, ko je dvojina nekaj najlepšega. Spet pride čas, ko mi to tako presneto manjka. Samo to, da te ima nekdo rad. Da te nekdo objame, da se zavedaš, da je nekdo tukaj zate.

Tu si. Najbolj se bojim tega, da naenkrat izgineš. Jezi me, da si mi preveč blizu. Če te izgubim, izgubim velik del sebe. Daješ mi občutek, da me imaš rad. Pelji me na morje. Bodi z mano. Objemi me, ker se v tvojem objemu počutim tako varno. Samo bodi, samo bodi ob meni. Samo ne umakni se. Samo ne izgini. Samo ne pobegni. Samo ne se oddaljiti.

Kaj misliš, da je to? Ali je to ljubezen?

Janja Kocman

Nastop bivalne enote Boštanj in moj nastop

Izvedeli smo, da imajo bivalne enote deset let delovanja. Stanovalci iz štirih enot smo se naučili igro za nastop v gasilskem domu Boštanj. Povabilu so se odzvali svojci in okolica. Dvorana je bila polna.

Najprej je zapel pevski zbor otrok iz šole, nato smo nastopali mi z igro: Na poteh zorenja. Veliko sem se morala naučiti za vlogo Pepe. Odigrala sem jo z veseljem in zadovoljstvom, kot bi živela v tistih starih časih. Igra je trajala eno uro. Cela dvorana je ploskala. Na oder je prišel tudi župan občine Sevnica in predsednik krajevnega skupnosti, ki nas je pohvalil, kako veliko smo se bili zmožni naučiti na pamet. Govor in pohvalo nam je namenila tudi direktorica gospa Andreja Flajs in bivša direktorica gospa Milka Cizelj. Za pogostitev je poskrbela Mojca Vuković in kuharice iz Impoljce. Jaz sem imela obisk brata Slavka in sestre Marinke. Zavrteli so tudi film na veliko platno o meni in prijatelju Marjanu. Posnela sta naju Gorazd in Lojze. Vsi zbrani so nas z užitkom gledali in poslušali. Vsem nam bo ostal v spominu ta lepi dan, osmega oktobra 2015.

Cvetka Žerak

Pevec

*Tam v daljavi se sliši glas,
sliši se glas, ki poje na ves glas,
saj to je pomladni čas.
Lastovke se bodo vrnile iz južnih krajev,
kukavica bo zakukala,
saj prišla bo pomlad med nas
in to bo veselja čas.
Vesel bom
lepih, toplih, pomladnih dni.*

Martin Cerovšek



Izdelek likovne delavnice (kombinirana tehnika)

Marinka

V Boštanju sva se spoznala. Skupaj sva v sobi in se lepo razumeva. Marinka je zelo pridna. Vsak dan šiva prtičke, skrbi za rože in vrt. Skupaj hodiva na sprehod in v trgovino. Lani je bila na Ptuju na tekmovanju. Spremljali sta jo Jožica in Stanka. Imava se zelo rada.

Martin Cerovšek

Za naš smeh zna vsak dan poskrbeti Janez Borštnar

Naš sostanovalec Janez nas večkrat razvedri s svojimi šalami, ki jih ima kar nekaj na zalogi.

*Bil je pustni čas. Na pustnem plesu mladenka pleše s črncem. Čez devet mesecev mladenka pokliče mamo iz porodnišnice: "Veš mami, tisti črncem ni bil maskara, bil je pravi črncem."



*Pride župnik v neznani kraj. Sreča fantka in ga vpraša: "Fantek, kje pa je tu železniška postaja?"

Fantek odgovori: "Tega vam pa ne povem!" Župnik nazaj: "Fantek, ne boš videl nebeškega kraljestva!"

Fantek pa: "Vi pa železniške postaje ne!"



Moj novi dom na Brezovem

Bila sem v Impoljci. Tam sem se počasi navajala na red v sobah in skupinah. V sobi smo se kar dobro razumele. Včasih je tudi prišlo do prepira, a sem vse skupaj rajši preslišala. Zelo rade smo se pogovarjale, včasih tudi kakšno zapele, predvsem pred spanjem. Ponudili so mi, če bi se preselila v novo bivalno enoto, ki bi lahko postala moj novi dom. Sprejela sem to odločitev in veselila sem se selitve. Ta hiša je zelo lepa in urejena. V sobi sem z gospo, ki je zelo prijazna. Ime ji je Slavica. Upam, da se bova še dolgo dobro razumeli. Življenje v bivalni enoti je čisto drugačno kot v Impoljci. Tu pomagam pri pripravi hrane in pomivanju posode. Sama si lahko urejam sobo, pomagam pa tudi pri čiščenju ostalih prostorov v hiši. Moji prvi vtisi v bivalni enoti so lepi. Želim si, da bi tako ostalo.

Olga Preskar

Novi dom, nove priložnosti

Bil je prelep pomladni sončen dan. Rekel sem si: »Rok, to je to! Sedaj pa le pogumno na nove poti in zmage!« Pospravil sem stvari in se s kombijem odpravil v novo bivalno enoto, ki je na Dolenjem Brezovem. Moji občutki so bili ob prihodu malo mešani, a ko sem zagledal hišo, sem bil osupel nad njeno lepoto. Vstopili smo v hišo in zopet sem bil ganjen do solz. Tako lepo je bila urejena. Zame je sedaj to tisto, kar sem si dolgo želel in pripravljen sem na nova doživetja, nove ljubezni. Želim si zdravja, pa da bi ostal takšen, kakršen sem. Zahvalil pa bi se še vsem zaposlenim, ki so nam pripravili tako lep dom.

Rok Strnad

Kje si ?

Noč je spet, noč.

V meni spokoj.

Nič več se ne vprašam,

kje ti si nocoj.

A še si nekje, ti moj metulj.

A še si nekje, ti moj kragulj.

A lepa je noč nocoj

in zvezde bleste.

Maruša Čarman

Poseben dan

Stanovalci skupine so ob prebiranju časopisov večkrat zasledili recepte in omembo špargljev. Začeli smo se o tem pogovarjati in se skupaj odločili, da bi pripravili špargljevo juho. Stanovalci so se strinjali. Dogovorili smo se, da bomo to izvedli v maju. Silva je priskrbel šparglje, ostale stvari smo naročili v kuhinji. Da bi bil jedilnik popoln, smo pripravili še bezgovo fritaljo in zeliščni napitek.

Za izvedbo smo izbrali petek. Do malice smo pripravljali zelišča: meto, meliso, bezeg in kamilice za čaj in zeliščni napitek. Nato smo začeli z gospodinjskimi aktivnostmi - kuhanjem. Morali smo pripraviti šparglje, olupiti in narezati krompir, nadrobiti kruh in zmešati frtaljo. Vsak član skupine je aktivno sodeloval vsaj v eni od faz.

Ko smo dali juho kuhati in frtaljo v pečico, smo pripravili še zelišča za napitek. Na koncu smo pripravili še mize, skuhali kavo in vse skupaj kulturno zaužili.

Nekaj članic skupine je aktivnosti komentiralo takole:

Nives Kavčič: Najbolj mi je bila všeč juha. Bila je zelene barve in zelo okusna.

Irena Kuštrin: Najbolj mi je bilo všeč, da smo vsi sodelovali in da je res vsak nekaj pripravil in da smo potem skuhano tudi pojedli.

Marija Ambrožič: Ne vem, se ne spomnim.

Sonja Kebe: Najboljša mi je bila špargljeva juha, ker sem jo prvič jedla in sem se najedla.

Anka Plavšič: Najbolj mi je bila všeč juha, ker imam rada juhe na splošno.

Irena Kužnar: Najbolj mi je bila všeč juha, ker mi je bil všeč okus.

Maruša Čarman: Najbolj mi je bilo všeč, da je bil dan nekaj posebnega.

Zapisala: Tatjana Kolar, delovna terapevtka

Jaz, človek

Da sem človek, najlažje vidim, kadar grem kam na sprehod.

Gledam, kako po deblu bele breze

četa mravelj v krošnjo leze.

Spodaj pa žaba in glista spravita se na klepet.

Le dež je curkljal od listja in motil je njun šepet.

Glista: »Veš, kaj piše v Nedeljskem?

Da čez milijon nas je glist,

da zemljo zrahljamo, če raste tobak ali drist.«

Žaba: »Veš kaj pa piše v Tete?

Da kraki vsak dan ceneje se dobe.

Bube menda že kar v vrstah stoje.«

Tedaj me žaba zagleda in naprej ji steče beseda:

»Lej ga, človeka, ta neumna pokucka lahko te požre!«

Glista: »Ne bo me, ne, naj zanj se redim?!«

Žaba: »Zakaj pa živim? Adijo, bežim!«

Glista: »Ah, draga žaba, kaj bi že šla,

mara baba za deset dek mesa!«

Žabo sem skoraj ujela, a packa nemarna je stran odskakljala.

Glista je tudi nekam že rila, a sem jo ujela in z njo si čevelj zvezala.

A namesto, da mirno bi jezik in čevelj držala,

je rdeča postala in se pretrgala.

Komaj sem, človek, domov prišvedrala.

Maruša Čarman

Vtisi z izleta

V maju smo odšli na izlet na Ranč Aladin. Šlo je kar 11 stanovalcev iz skupine.

Stanovalci in stanovalke so svoje vtise z izleta strnili v naslednje misli:

Ranč je na Mirni. Do tja smo se z avtobusom vozili skoraj eno uro. Na ranču smo si najprej ogledali živali. Videli smo zajce, kokoši, ovce, kamelo, goske, petelina, ježevca, ovna, osla, kenguruja, rakuna, noje, purane, kozličke, divje prašičke, malega medvedka. Ogled je trajal približno eno uro. Videli smo tudi gugalnice in druga igrala. Po ogledu smo si privoščili malico in napisali kartice svojcem in znancem. Potem smo se ustavili še na kavici in nato odšli nazaj proti Impoljci. Vrnili smo se okoli ene ure.

Stanovalce sem vprašala, kaj jim je najbolj ostalo v spominu. Tole so njihovi odgovori:

Anka Plavšič: Najbolj mi je bil všeč sendvič. Na splošno mi je bil izlet všeč, primeren mojim letom.

Milomir Glamočanin: Všeč mi je bila sama vožnja in živali.

Manja Lamut Potočnik: Bilo mi je naporno, najboljši pa je bil sendvič. Drugače mi je bilo lepo. Imajo veliko živali in verjetno imajo z njimi veliko dela.

Milena Šerbec: Všeč so mi bile živali, saj jih je bilo veliko. Naporno mi ni bilo, saj imam dovolj kondicije. Sendviče pa moram pohvaliti, ker so bili zelo okusni.

Marija Ambrožič: Všeč so mi bile živali, najbolj pa osel. Utrujena nisem bila. Pisala sem sinu in tašči.

Sonja Kebe: Najbolj mi je v spominu ostal kenguru, pa tudi ostale živali so bile zanimive. Utrujena nisem bila in zelo sem uživala. Pa kavica z mlekom je bila super.

Marta Žnidar: Na splošno mi je bilo všeč, utrujena nisem bila.

Irena Polc: Ježevce je bil najboljši, ker je imel tako dolge bodice. Videla sem tudi kravo. Najprej sem mislila, da je prava, potem pa sem ugotovila, da je bila umetna.

Irena Kužnar: Najboljša je bila kamela Aladin. Drugače pa mi je bil ves izlet všeč. Bilo je malo naporno, a je šlo. Tudi šofer je bil dober.

Irena Kuštrin: Najbolj mi je bil všeč mali medvedek. Bilo pa mi je precej naporno in sem kar sedla na tla. Vreme pa je bilo čudovito.

Nives Kavčič: Bilo mi je zelo lepo. Ne morem izpostaviti ničesar, ker je bilo vse čudovito.

Zapisala: Tatjana Kolar, delovna terapevtka

Zarek

*V svetlih nočeh se spomnim mrzlih dni
in v mrzlih dneh svetlih noči.
Upanje je tisto, ki me krepi, mi daje moč,
da ko mislim, da ne zmorem,
ključem na pomoč.*

*Včasih mavrica obda mi obraz,
a le v dneh, ko verjamem, da dež ne pomeni vedno mraz
in da oblakov polno nebo, ni moj nujen poraz.*

*Človek daje človeku up
in le jaz sem tista, ki si – če že
– izbere obup.*

*Hodim in blodim, ne najdem se več.
Mislim, si domišljam, ne zmorem več.
Gledam in vidim, vse mi je odveč.
Sanjam in čutim, znova pobegnem preč.*

*Sem kot ptica, ki na nebu svoje žarke lovi.
In kot veter, ki se mu nekam mudi.
Prosim, naj se nekaj zgodi!
A kar je bilo – tega davno več ni.
Sanjam, upam kričati na glas,*

vse dokler ne pride daleč moj glas.
Da bi vedeli, upali in skušali razumet,
da ni vedno človek človekov resnični portret
in da pridejo dnevi, ko mi ni za živeti.
Lomim se, iščem, ne razumem ta svet.
Čeprav kričim – je sploh kdo, ki me skuša razumeti?

Sanjam, nad nebom zopet letim,
a že v naslednjem trenutku svoje koščke lovim.
Skušam, vztrajam, uspeva mi spet.
Vdihnem globoko, kot da objela sem svet.
Iz oblakov skačem v prepad znova in znova,
kot da ne bi poznala poti izpod svojega krova.
Ljubim, diham, govorim.
Zopet se v svojih mislih utopim.
Plujem in jadram sredi oceana,
prepolna sveta sem in mnogo pretežka je moja glava.

Ljubim naravo, ljubim ljudi
– tudi tiste, ki jim za drugačnost več ni.
Če si človek – ne pozabi me ti.
Vedi, da četudi med nama podobnosti ni,
v meni prav tako žarek gorí.

Kaja Grozina, prostovoljka

Na sonce po pameti

Sončna svetloba spodbudno vpliva na počutje in marsikomu je vseč zagorela polt, ki skrije kakšno nepravilnost na koži. Vendar ima lahko preveliko izpostavljanje soncu tudi neprijetne in resne posledice. Nastanejo lahko takoj, ali pa se pojavijo šele po več letih čezmernega izpostavljanja sončnim žarkom.

Na naš organizem škodljivo vplivajo predvsem UV-žarki v sončni svetlobi, ki smo jim izpostavljeni ob vsakem zadrževanju na prostem.

Za tvorbo vitamina D v koži je sicer potrebno izpostavljanje naravnemu soncu, a zadostuje izpostavljanje nepokrite kože, obraza in rok le 15 min dnevno.

Predolga izpostavljenost sončnim žarkom povzroča sončne opekline. Najbolje se prevelikemu izpostavljanju soncu zaščitimo tako, da se v poletnih mesecih, na prostem, gibamo zgodaj dopoldan, do 10. ure in nato pozno popoldan, po 17. uri, če je le mogoče z zadrževanjem v senci, z uporabo zaščitnih pokrival in zračnih oblačil ter z zaščitnimi kremami. Zelo pomembno pa je tudi, da v poletnih mesecih poskrbimo, da zaužijemo dovolj tekočine, vode ali nesladkanega čaja.

Stanka Rau, zdravstvena tehnica

Moja najljubša igra

V vročih poletnih dneh, ko je na stanovanjskih enotah prevroče, si privoščimo in gremo večkrat posedet v park, kjer je senca. Tako imamo priložnost za pogovor o različnih stvareh in dogodkih v svojih življenjih, ali pa pregledamo časopise. Tako je nekega avgustovskega dne nanese, da smo se začeli pogovarjati o mladosti in o igrah, ki smo se jih takrat igrali s svojimi prijatelji, sosedi, brati, sestrami, sorodniki ...

Stanovalci so našli naslednje igre: igre z žogo, miselne igre, sankanje, gunitvist, ristanc, črni mož, karte, kradem zemljo, trden most, hulahop, vožnjo s kolesom,

skirojem, med dvema ognjema, igra z živalmi (muca, pes), igra vojne – ravbarji in žandarji, gnilo jajce, skrivalnice, miselne igre (ime, priimek ...).

Vsak je potem povedal, katera igra mu je bila najljubša in jo je največkrat igral. Na koncu smo ugotovili, da so bile včasih igre take, da zanje večinoma nisi potreboval veliko pripomočkov, saj jih tudi ni bilo. Je bilo pa pri igrah potrebno več domišljije in ustvarjalnosti. Na splošno smo se vsi kot otroci veliko gibal in preživljali čas na svežem zraku. Gledanja televizije ni omenil nihče.

Anka Plavšič: Imela sem žogo in najraje sem igrala boj med dvema ognjema. Igrala sem ga s sosedomi otroki. Igrali smo tudi šole – odbijanje žoge po narisu.

Anica Tomec: Ker sem imela osem let mlajšo sestro, sem jo morala čuvati in tako je bila moja igrača kar ona, saj za drugo ni bilo časa. Tudi ime sem ji izbrala jaz – Marica.

Milomir Glamočanin: Najraje sem imel igre z žogo. Igrali smo nogomet in košarko vsak dan. Pozimi seveda ne, smo se pa takrat kepali.

Irena Kuštrin: V kleti bloka smo naredili gledališče. Postavili smo zaveso in tako naredili oder. Potem smo na tem odru uprizarjali igre. Sama sem večinoma raje opazovala kot igrala.

Irena Kužnar: Rada sem imela športne aktivnosti, predvsem igre z žogo. Najraje pa sem s prijateljicami iz bloka igrala badminton. Imela sem svoj lopar.

Irena Polc: Ko sem bila stara štirinajst let, mi je oče kupil skiro in najraje sem se vozila z njim. To mi je najbolj ostalo v spominu.

Ljupka Zakirova: Se ne spomnim.

Marta Žnidar: Rada sem imela žogo. Igrali smo boj med dvema ognjema. Bilo nas je veliko in zato je bilo zelo zanimivo.

Karmen Lukica: Ko sem bila majhna, sem imela svojo muco. Nosila sem jo naokoli, ji metala žogico in jo božala. Tudi spala je z mano. Najraje se je stisnila k moji rami.

Franci Grbec: S fanti iz vasi smo naredili frače, loke in kopja. Potem smo naredili še tarče in streljali vanje. Tekmovali smo, kdo bo najboljše zadel tarčo ali najdlje vrgel

kopje. To mi je, kar dobro šlo. Igrali smo se v nedeljo po maši, čez teden smo morali pomagati doma.

Marija Karničnik: Najbolj se spomnim igre trden most. Začetna igralca sta se prijela za roke. Ko je šla kolona skozi, sta poskušala ujeti zadnji par. Včasih smo tako hiteli, da smo vsi popadali. Poškodovali pa se nismo, saj smo se igrali na travi.

Milena Šerbec: Najraje sem z bratom Silvom igrala badminton. Igrala sva ga na cesti, ker takrat še ni bilo toliko avtomobilov. Včasih nama je žogica padla v žleb in sva jo morala iskati. Če je premočno pihalo, sva počela pa kaj drugega.

Stanka Vreča: Rada sem igrala gnilo jajce. Najboljše je bilo lovljenje, in takrat, ko sem jajce podtikala drugim.

Manica Lamut: Velikokrat smo se igrali ravbarje in žandarje. Najraje sem bila ravbar, da sem bežala pred žandarji.

Nives Kavčič: Igrala sem se s sestrama in prijateljicami. Najbolj mi je bilo všeč, ko smo se igrali skrivalnice. Vedno sem vse našla, ker je bil okoli tak teren, da se ni dalo dobro skriti in se je hitro vse našlo.

Edita Heric: S sosedami smo se igrale ristanc. Na pločnik smo s kredo narisale polja, poiskale kamenček in potem skakale. Pozimi pa smo se sankale po klancu za hišo.

Anica Zrač: Imela sem medvedka, ki so mi ga kupili starši in z njim sem se najraje igrala.

Sonja Kebe: Enkrat sem našla male plastične posodice in jih prinesla domov. Doma sem poiskala še druge stvari in potem sem se igrala kuharja.

Urška Kodrič: S prijateljico sem igrala badminton. Vsaka je imela svojo opremo.

Maruša Čarman: Najraje sem igrala miselno igro, pri kateri smo morali na določeno črko iskati ime, priimek, mesto, državo, rastlino, žival ... Igrali smo doma. Bili smo trije.

Zapisala: Tatjana Kolar, delovna terapevtka

STANDARD KAKOVOSTI E-QALIN**Analiza dela skupin EQ v letu 2015**

V Impoljci je delovalo osem skupin za kakovost. Ocenjevali smo kriterije in kazalnike na petih področjih (podrobnejše so predstavljeni spodaj).

KRITERIJI - procesi

Področje	Procesi
Stanovalci	- Sprejem v dom/Politika spremljanja in obveščanja - Osebna biografija/Obredi in ponudbe za različne kulture - Osebna biografija/Prehrana - Zasebnost/Ravnanje z zasebnostjo - Oblikovanje življenja/Omejitev svobode
Delavci	- Razporeditev zaposlenih/Lastna odgovornost, ustvarjalnost in lastna pobuda - Komuniciranje in obveščanje/Pogovori znotraj tima - Komuniciranje in obveščanje/Obveščanje zaposlenih - Sodelovanje in participacija/Interdisciplinarno sodelovanje - Sodelovanje in participacija/Prostovoljci
Vodstvo	- Politika vodstva/Vrednote organizacije in oblikovanje organizacijske kulture - Organizacija/Reševanje konfliktov - Finančni viri/Financiranje in poslovni načrt - Upravljanje s kadri/ Načrtovanje kadrov - Upravljanje s kadri/Iskanje in izbira zaposlenih - Upravljanje s kadri/Prekinitev in prenehanje zaposlitvenega razmerja - Razvoj kadrov/Uvajanje novih delavcev
Okolje	- Komuniciranje in obveščanje (svojci in obiskovalci) - Vključevanje in sodelovanje (svojci in obiskovalci)

	- Partnerji in širša družba/Izbira
Učeča se organizacija	- Učenje/Osnovno, dodatno in dopolnilno izobraževanje

Postopki ocenjevanja so potekali enako kot v prejšnjem letu (načrt, spremljanje, preverjanje, uvajanje v prakso, izpostavljanje problemov in podajanje predlogov).

Skupna povprečna ocena kriterijev (za vse tri enote skupaj) v letu 2015: 11,45/12, kar je 94,45 %.

KAZALNIKI

Skupina za razvoj - vodstvo je ocenjevala še kazalnike. Pridobiti in zbrati je bilo treba podatke za leto 2012, 2013 in 2014. Podatke so pripravile tiste službe, ki jih zbirajo.

Področje	Kazalnik
Stanovalci	- Kakovost nege/Dokumentacija/Zadovoljstvo s standardom nege in oskrbe - Kakovost nege/Individualna nega in oskrba/Zadovoljstvo glede upoštevanja osebnih želja pri negi in oskrbi - Zadovoljstvo stanovalcev/Integracija/ Zadovoljstvo s ponudbo dodatnih dejavnosti
Zaposleni	- Kakovost delovnih pogojev/ Varnost na delovnem mestu/ Nesreče pri delu
Vodstvo	- Gospodarnost/ Stroški osebja/ Stroški izobraževanja in usposabljanja - Gospodarnost/ Gospodarski uspeh/Stopnja zasedenosti
Družbeni učinek	- Zadovoljstvo/ Zadovoljstvo svojcev/ Zadovoljstvo svojcev s standardom oskrbe - Podoba/ Stopnja poznanosti in učinek/ Imidž doma
Naravnost na prihodnost	- Razvoj/ Mreženje z vidika razvoja/ - Trajnost/ Vplivi na okolje z vidika ekologije

Skupna povprečna ocena kazalnikov (za vse tri enote skupaj) v letu 2015: 22,7/24, kar je 94,58 %.

Po pregledu sem ugotovila, da so skupine za srečanja porabile povprečno manj srečanj od planiranih. Po fazi ocenjevanja je začela z delom skupina za razvoj. Skupino je vodila gospa direktorica, članov je bilo 10, v skupini sta sodelovala tudi predstavnika svojcev in stanovalcev. Skupina za razvoj je obravnavala vse izpostavljene probleme in predloge, ki so jih podale skupine za kakovost (zbrani so v skupni brošuri) in izbrale tiste, ki se bodo realizirali. Opredelila je tudi, kdo je zadolžen za posamezne aktivnosti in čas, do katerega se morajo aktivnosti – naloge izpeljati (določitev prednostnih nalog oziroma ukrepov za izboljšave).

Analiza realizacije:

- Skupina je izbrala in predlagala 26 zadolžitev, realiziranih je bilo 18 (75 %).
- V tem letu smo planirali izdelavo 9 načrtov, realiziranih 5 (55,5 %).
- Nov projekt na ravni vseh treh domov: Projekt optimizacije pranja perila, ki se je zaključil decembra 2015. V Impoljci smo nadaljevali še s projektom Kultura prehranjevanja, v Brežicah pa z izdelavo biografij za stanovalce z demenco.

Predstavitev analize anket iz leta 2015

Ankete so izpolnjevale vse tri skupine: stanovalci, zaposleni in svojci. V anketah smo ocenjevali obstoječe stanje - zadovoljstvo s storitvijo in pomembnost. Pri predstavitvi sem poudarila le pozitivne in kritične elemente, ki so pomembni za prikaz kakovosti storitev, saj eni privabljajo, druge pa je treba izboljševati. V letu 2015 smo uvedli še dodatne spremembe pri samih obrazcih za izpolnjevanje, saj smo želeli, da so vprašanja bolj razumljiva, predvsem pa, da je anketa krajša, kar nam je tudi uspelo.

Rezultati ankete na področju stanovalcev

Poudarila sem le najboljše in najslabše ocenjene elemente, ki so pomembni za prikaz kakovosti storitev, saj eni privabljajo, druge pa je treba izboljševati. Stanovalci so ocenjevali standard nege in oskrbe, komunikacijo, dodatne dejavnosti, avtonomijo in zasebnost.

NAJSLABŠE OCENJENI ELEMENTI 2015	NAJBOLJŠE OCENJENI ELEMENTI 2015
Upoštevanje želja pri pripravi jedilnika Zasebnost v sobi Količina hrane pri obrokih je primerna Ko imam težave, mi zaposleni prisluhnejo Imam občutek, da me zaposleni spoštujejo	Popravilo hišnika v sobi Okolica doma Skrb za perilo v pralnici Ponudba delovne terapije Izvajanje zdravstvene nege

Rezultati ankete na področju svojcev Impoljca

Izpostavila sem le najboljše in najslabše ocenjene elemente, ki so pomembni za prikaz kakovosti storitev, saj eni privabljajo, druge pa je treba izboljševati. Svojci so ocenjevali standard nege in oskrbe, izgled doma in vključenost.

NAJSLABŠE OCENJENI ELEMENTI 2015	NAJBOLJŠE OCENJENI ELEMENTI 2015
Upoštevanje predlogov za izboljšave Prehrana – raznolikost in kakovost Upoštevanje želja pri oskrbi Odločanje stanovalca o prostem času Možnost za redno fizično aktivnost stanovalcev	Okolica doma-urejenost Čistoča in urejenost prostorov Ugled doma v okolju Zaposleni mi znajo prisluhniti Lokacija doma

Rezultati ankete na področju zaposlenih Impoljca

Poudarila sem le pozitivne in kritične elemente, ki so pomembni za prikaz kakovosti storitev, saj eni privabljajo, druge pa je treba izboljševati. Zaposleni so ocenjevali Interdisciplinarno sodelovanje, Sprejemanje vizije, osebni in poklicni razvoj, Klima v organizaciji.

KRITIČNI ELEMENTI 2015	POZITIVNI ELEMENTI 2015
Pravočasno obveščanje o dodatnih zadolžitvah Dobro reševanje konfliktov Enakopravno obravnavanje vseh zaposlenih s strani nadrejenih	Sodelovanje v delovni skupini Pomoč med sodelavci Posluh za težave in upoštevanje predlogov ali pripomb Natančna opredelitev delovnih zadolžitev Kakovost opravljanja dela Zadovoljstvo stanovalcev z bivanjem v domu Urejenost in opremljenost doma Počutje na delovnem mestu Količina dela za posameznika Organizacija poteka dela na delovnem mestu Razpoložljivost in dosegljivost nadrejenih Komunikacija z nadrejenimi Možnost usklajevanja službenih in družinskih obveznosti

Spremljanje odstotkov udeležbe pri izpolnjevanju ankete:

Področja	% udeležbe 2013	% udeležbe 2014	% udeležbe 2015
Svojci	27,7	23,4	39,9
Zaposleni	50,58	77,45	74,85
Stanovalci	50,33	45,82	50,67

Odzivnost stanovalcev je bila, v primerjavi s preteklim letom v Impoljci za 0,24 % večja, cilj (45 %) je dosežen. Odzivnost zaposlenih je bila, v primerjavi s preteklim letom v Impoljci za 20,27 % večja, cilj 70 %, je dosežen. Odzivnost svojcev je bila, v primerjavi s preteklim letom v Impoljci za 12,2 % večja, cilja (50 %) pa še nismo dosegli.

Tatjana Kolar, delovna terapevta - svetovalka

Procesna vodja EQ

Poklicna pot

*Prav dobro se spomnim,
petnajst sem jih štela
vsi vedet' hoteli so:
»Kaj boš počela?«
»Bodi novinarka,
zdravnica morda?
konfekcija draga v
Posavju je vsa«.*

*Medicinska sestra bi rada postala.
Da bolnike lahko bom negovala.
Pomagala jim, jim težave lajšala
ali pa otroke lahko pestovala.*

Postala sem sestra.

Poklic je težak.

Zahteva od tebe,

da si kar junak.

Ko zjutraj zbudim se, želijo vsi,

da vsa sem pri stvari,

brez drugih skrbi.

Misliti hitro, odločiti preudarno,

zraven pa vse zaviti v vato.

Modro govoriti,

se vesti nevtrarno,

z nasmeškom na ustih

tolažim še mamo.

*Vsak nekaj želi že od mene:
sodelavka draga,
telefonski poziv, zdravnik ali svojec
morda detektiv.
In tu so še dragi naši vsi,
ki tukaj so sami, brez domačih ljudi,
potrebni so naše skrbi,
pozornosti in pomoči.
Ko končno po delu odhajam domov,
zdi se včasih, da vlak šel je skozi glavo.
In mislim si, zmogla boš,
saj nisi za šaro staro.
Sodelavce dobre imaš,
opora so, kompas,
po katerem lahko se ravnaš.
In sreče večje ni, ko srečaš
dobre, iskrene ljudi,
ki žene jih želja pomagati,
biti luč na poti tují.
Rada sem sestra, poklic je težak.
To je poklic, ki ne zmore ga vsak.
Rada negujem, pestujem, pomagam,
rada tolažim, hranim in zdravim.*

Martina Hafner, dipl. med. sestra

Misli prostovoljke

Toliko topline, človeškosti ter toliko prijaznih, čutnih, polnih brezmejne energije, modrosti in domišljije ljudi, z neomajnim upom, vere vase in v druge, nisem videla in čutila še nikjer drugje, kot pri vaših stanovalcih.

Naj jih toplota, energija in edinstvene zgodbe večno spremljajo na vsestranski, čeprav včasih nepredvidljivo nevarni, poti življenja.

S spoštovanjem in vso prijaznostjo, kar je premorem, vam želim, da ostanete srčni. Ob priložnosti se znova srečamo.

Kaja Grozina, prostovoljka



Avtor: M. J. (tehnika tempera)

Iz pisma...

Cenjena gospa direktorica, Andreja Flajs.

Dne 14. 12. 2015 nas je za vedno zapustila moja draga sestra, Ivana Režan, ki sem jo nadvse ljubila in sva bili zelo povezani. V svoji bolečini, ki sem jo prenašala več kot 10 let, se tolažim s tem, da je nisem nikoli pustila same in jo zapustila, saj sem 10 let vsak mesec enkrat prišla z avtom iz Verone v Impoljco k njej.

Vedno sem se čudila, kako lahko vzdrži to težko patologijo toliko časa. Mislim, da ona ni nikoli čutila bolečin.

Bodite ponosni na vaše delo in na vaše čudovite sodelavce, ki so čudovite osebe od prvega do zadnjega. V to se šteje tudi izredna čistoča in red Doma in oskrbovancev, predvsem pa imate odlične zdravnike in medicinske sestre, profesionalce, ki ne samo da dobro poznajo medicino, ampak delajo z ljubeznijo in srcem. Ker jih ne morem dobiti »združenih«, vas prosim, da jim pokažete to pismo.

Danes, v času, ko živimo, se takšni kvalitetni domovi za starejše in s takim personalom, ne najdejo več, ker so se tudi družine in sorodniki oddaljili od starih in bolnih ljudi – to velja za Slovenijo kot tudi za Italijo.

Zato vsem, prav vsem, iz srca hvala za skrb do moje sestre.

Vse vas spoštujem in imam rada.

Lepe pozdrave.

Ida Petrovič

Zahvala

V Domu Impoljca prebivam že 11. leto. Veliko razmišljam o vseh letih nazaj in seveda tudi o prihodnosti. Ob vsem tem se mi poraja veliko misli o tem, kako zelo sem lahko hvaležen vsem, ki bdijo nad mano.

Vsekakor bi se rad zahvalil zdravnikom, ki budno spremljajo moje zdravje in skrbijo za mojo psihofizično stabilnost in hvaležen sem jim še za tako majhen, a dragocen nasvet, ki mi ga ob kontroli in pregledih podarijo.

Izjemno sem hvaležen vsem sestram in ostalemu negovalnemu osebju, ker mi pomagajo in spodbujajo pri vsakodnevnih opravilih v sobi, kot tudi pri dajanju nasvetov v zvezi z mojim zdravjem. Še posebej sem hvaležen sestri in socialni delavki v Dvorcu za vso skrb, pogovore in nasvete, ki sta jih z mano pripravljeni deliti.

Prav tako se želim zahvaliti mojim sstanovalcem za vse dobre in manj dobre izkušnje, za vse lepe dni in tudi tiste manj lepe. Vsak izmed njih v moje življenje prinaša nekaj posebnega. Izjemno cenim sstanovalko, ki zelo rada piše zgodbe, vredne branja.

Prav tako sem hvaležen sstanovalki, ki mi s svojo trdno voljo, vero, neprecenljivo srčnostjo in pozitivnimi mislimi da vedeti, da nikoli ne smeš obupati v ljubezni in določenih odločitvah.

Hvala moji Juliti, prijateljici v dobrem in slabem. Imam jo rad in želim si, da bi pri tem tudi ostalo, da sva še naprej zaljubljena drug v drugega, da se spoštujeva in imava rada v dobrem in slabem.

Imam krasnega »cimra« v sobi, s katerim sva v šestih letih skupnega bivanja delila mnogo neprecenljivih pozitivnih izkušenj in tudi slabih, ob katerih sva se naučila, kaj je prav in kaj ne.

Hvaležen sem tudi vsem tistim, ki so ob meni ravno takrat, ko mi je hudo. Včasih resnično potrebuješ le kakšno spodbudno besedo ali kakšno modro misel, ki ti utre pot do drugačnega, novega spoznanja.

In navsezadnje vsa pohvala našemu vodstvu za neprecenljivo in dobro vodenje Impoljce. Želim vam še naprej obilo uspehov in srečnih ter uspešnih trenutkov.

Draga starša, svojci in sorodniki, draga očka in mamica! Vama pa sem preprosto hvaležen za vso pomoč, ljubezen in podporo, ki mi jo dajeta v teh lepih in obenem včasih tudi težkih dneh. Hvala vama čisto za vse v teh 34. letih mojega življenja.

Rad vaju imam in želim si, da bi še kar nekaj časa živela zdravo in srečno.

Rok Strnad

IN MEMORIAM

17.10.2015 je zastalo tvoje premlado srce. Bolezen Te je iztrgala iz naše sredine.

Nemi in nemočni smo ob tem žalostnem dogodku ostali tvoji sodelavci. Vsi, ki smo Te imeli radi, bi si želeli, da bi bilo drugače.

Hvala ti, Marjan, za vso predanost in ljubezen, ki si jo razdajal pri delu, za vse trenutke in izrečene besede. V tebi se je, dragi Marjan, skrivala izjemna človeška toplina. Težko bomo zapolnili praznino, ki je s tvojim odhodom nastala v našem kolektivu.

Ostal boš z nami, Marjan, kakor, da nisi odšel.

Sodelavci

Dar je bil, da bil si tu ...

med nami vrsto let.

Dar tvoj posluh ...

za majhne potrebe »malih« ljudi.

Dar tvoje umetniško srce ...

oko, glas ... in zlate roke ...

Dar tvoj smeli korak,

stisk roke krepač!

Odšel si.

Kitara sameva. Čopček stoji.

Kot, da te več ni.

A jaz vem, da si!

Kjer Nebo v paleti neslutelih barv žari ...,

kjer glasbe spev na krilih Vetra se igra ...,

kjer človek končno svoj DOM ima ...,

si ti ... si ti ... si ti ...

Hvala, Marjan, ker vtisnil si sledi ...

sodelavka Jožica Piltaver

IN MEMORIAM

Marjan, tiho si odšel, toda vedi, da boš med nami vse dni svojega življenja.

Kristina Murn

Prijatelj moj, ta roža zate. Lepa roža, cvet rdeč. S solzami jo bom zalival, vsaka solza, najin svet.

Zelo sem te imel rad kot terapevta in prijatelja, ker si me vedno dobro razumel in bil zelo dober človek. Nikoli te ne bom pozabil.

Zoran Alič

Mi stkali smo vezi močnejše in med nami si... Hvala Ti za vse, kar družilo nas je...

sodelavka Andreja Homan Ban

Dragi Marjan, pogrešali bomo tvoj glas, tvojo razigranost, tvoj lep dostop do ljudi.

Metka Haler

Čeprav si šel drugam, si z nami čuteče ostal. Tvoja širina in globina je segla tako daleč, da večnost je postala... Hvala ti za vse, dragi Marjan, za vse, kar si nam dal brez besed, za vse, kar nas povezuje in je takšno zato, ker si bil to, kar si bil! Pogrešali te bomo... Naj bo mir s teboj.

sodelavka Darja Cizelj

Izjemno sem vam hvaležen, ker ste me toliko naučili. Imeli ste ogromno talentov, ki ste jih tudi podvojili.

Ivi Plaskan



Izdelek likovne delavnice (kombinirana tehnika: naravni material in akril)

mentor: Marjan Podlogar

Za Marjana...

PRIJATELJ MOJ (G.Pavčnik, G.Pavčnik, Šani Šeni)

*Prijatelj moj, zdaj spil bom zate,
Domače žganje... ostrega.
Saj nocoj si me zapustil,
brez slovesa, samega.*

*Prijatelj moj, majolko zate,
Na dušek... z vincem štrihano.
Opojnost vsa me naj prevzame,
v omamnost sanj, spomin na te.*

*Nocoj prijatelj... praznina síva.
V rokah kupico sem zdrobil.
Majolka v steni je končala,
v črepinjah moje srce.*

*Prijatelj moj, ta roža zate.
Lepa roža, cvet rdeč.
S solzami bom jo zalival,
vsaka solza, najin svet.*

*Prijatelj moj zdaj pojem pesem.
Pojem pesem, žalostno.
Kot sol na rano me opomni,
Da sonce večno je zašlo.*

Hvaležno srce in dobri ljudje

Ni življenja, ni sveta – brez srca.

In življenje, ki se preliva iz dneva v dan, iz meseca v mesec, tako zaokroži leto. Vsak naš dan je pisan, svetel, vsak zase zanimiv, morda sanjav. In da je zares zanimivo, pestro, presenetljivo, naše lepe in iskrene vezi poskrbijo. Vezi s prostovoljkami, šolami, društvi, vrtci, posamezniki, nevladnimi organizacijami, institucijami lokalne in državne ravni, celo mednarodne. Sodelovanje na humanitarnih, humanističnih, kulturnih, športnih in verskih poljih. Koliko vsega smo preteklo leto doživeli? Koga vse smo srečali na novo ali znova? Kdo vse nam je polepšal, popestril, obogatil naš čas? Koga vse smo presenetili s svojo spontano prisrčnostjo ter iskreno in iskrivo neposrednostjo? Kar nekako nikogar bi ne omenili posebej, ker se bojimo, da bi koga pozabili. A v naših srcih, v prijetnih spominih, ste vsi!

Hvala vsem!

In naš širok nasmeh, žerjavica sreče in smeha v očeh. In polno srce. In v spominu našem vaše ime. Vsi ste z nami, vsi ste del nas. Želimo in veselimo se, da tako ostane tudi v prihodnje.

Matija Dobovšek, delovni inštruktor

Vsebina

Informator za bralce.	7
Vsak človek je enkraten	17
Izsek iz diplomskega dela absolventke sociologije	18
Branje za znanje in razvedrilo.....	20
Bremenski mestni godci	21
Koncert Pevskega zbora Lisca	22
Razstava likovnih del.....	22
Likovna terapija	23
Razstava fotografij življenja v Knjižnici Sevnica	26
Drugi (2.) festival pevskih zborov domov za starejše »Zlati glas Posavja«	27
Krepitev potencialov	28
Ljubezensko pismo.....	30
Vrednote za lepši svet v radijskih oddajah	30
Zdravstveno vzgojna tema: Kajenje kot škodljiva odvisnost	33
Pesem.....	35
Srečanje svojcev	36
Moja prijateljica	36
Preselili smo se	36
Abilimpiada Slovenije.....	38
Letovanje na Lisci	39
Vtisi spremljevalke iz letovanja na Lisci	39
Zveste sodelavke domskega glasila Zlato listje poročajo	42
Slavnostno božično kosilo	42

Dan za spremembe	42
Vtisi o gledanju diapozitivov o Madagaskarju	42
Ogledali smo si prečudovite jaslice na Mrtovcu	43
Praznovala sem rojstni dan	43
Iz šolskih klopi.....	44
Veseli dogodek	44
Praznovanje rojstnih dni s svojci.....	45
Odprto pismo	45
Razmišljanje o bolezni.....	46
Jaz, pacienti in cigarete	46
Moja izkušnja z zdravljenja v Polju	47
Moja mama	48
Dan žena.....	49
V Dom Impoljca s povabilom »Pridi, polepšaj mi dan«.....	49
Nastop pevskega zbora Trbovlje.....	50
Kurenti prinesli sonce	51
Obisk OŠ Ana Gale – gradimo prijateljstvo.....	51
Kulturna prireditev Karitas Škocjan	52
Festival SloFolk	53
Donacija Lions kluba Krško Domu Impoljca omogoča bivanje v koraku s časom.....	53
Krkin teden humanosti in prostovoljstva	54
Ekstaza	55
Z gibanjem do boljšega počutja	56
Imamo kolo.....	57
Izzivi v hortikulturni terapiji.....	57
Naši Specialni Olimpijci v letu 2015 – 2016	59

Igre MATP Specialne Olimpijade Slovenije.....	59
Na Specialni Olimpijadi – krpljanje v Črni na Koroškem	59
15. zimske igre Specialne Olimpijade Slovenije.....	60
Novost v Domu - terapija z BioSinhronom	61
Pot k boljšemu počutju	62
Na športnih igrah v Domu Nine Pokorn Grmovje	63
Stanovalci Impolje pod vtisom kopanja na sevniškem in brestaniškem bazenu	64
Simbioza giba.....	64
Športno zabavne igre posebnih in kombiniranih socialno varstvenih zavodov Slovenije.....	65
Fizioterapevtska služba	66
Izražanje skozi ples.....	69
Razumevanje, zmernost, ravnovesje	70
Ljubo naše Kompolje.....	71
Iz Kompolja v Mrtovec	72
10. obletnica življenja v skupnosti - uresničevanje ciljev deinstitutionalizacije.....	72
Če ni ljubezen! Kaj je to?.....	73
Nastop bivalne enote Boštanj in moj nastop	74
Pevec.....	75
Marinka	76
Za naš smeh zna vsak dan poskrbeti Janez Borštnar	76
Moj novi dom na Brezovem	77
Novi dom, nove priložnosti	77
Kje si ?	78
Poseben dan	78
Vtisi z izleta.....	81
Zarek	83

Na sonce po pameti	85
Moja najljubša igra.....	85
Analiza dela skupin EQ v letu 2015	88
Predstavitev analize anket iz leta 2015	90
Misli prostovoljke	96
Iz pisma... ..	97
Zahvala	98
IN MEMORIAM	100
IN MEMORIAM	101
Hvaležno srce in dobri ljudje	1034

Uredniški odbor:

Jožica Piltaver, spec. pedagoginja

Lili Merlino, dipl. delovna terapevtka

Darja Cizelj, strokovna vodja

Tatjana Kolar, viš. delovna terapevtka

Mojca Androjna, vodja splošnih služb in JN

Lektoriranje:

Jasmina Spahalić, mag. slovenistike

Tisk:

Tiskarna Jordan Krško

Vezava:

Služba socialne oskrbe

Naklada:

300 izvodov

Številka dokumenta: 091-3/2016-1



