

POSEBNI
PRIJATELJI





POSEBNI PRIJATELJI

Kulturno ekološko društvo Smetumet

www.smetumet.com

Slovenija, EU

POSEBNI PRIJATELJI

... so predelane stare igrače z novim poslanstvom. Na svoji poti v šole, vrtce, bolnice, na ulice, v trgovine in domove, pripovedujejo zgodbe o potrošnji, ki presega naše potrebe, in o potrebah, ki so posebne in osebne hkrati ... Projekt pOSEBNI prijatelji je namenjen osveščanju in vzpostavljanju konkretnih rešitev na področjih odpadnih igrač in enakopravnosti med ljudmi ne glede na njihove različne potrebe in zmožnosti. Jedro projekta je povezovanje skrbi za okolje in opolnomočenje ljudi s posebnimi potrebami. Spremljevalne dejavnosti so zasnovane inovativno, sodobno, vključujoče in odprto za javnost ter posameznike, saj spodbujamo razmišljanje in delovanje, ki vodi k boljšemu in odgovornejšemu življenju za vse.

Ker verjamemo, da imamo vsi različne in hkrati posebne potrebe, si želimo, da bi se vzpostavilo družbeno stanje, v katerem bi bilo za »posebne potrebe« poskrbljeno do te mere, da bi bile potrebe vseh posameznikov enakovredne in bi postale le še »osebne«.

Da bi bilo upoštevanje posebnih in osebnih potreb VSEH enako pomembno za vse.

GLAVNE DEJAVNOSTI PROJEKTA:

- akcije zbiranja starih in odvečnih plišastih igrač ter raznih odpadnih materialov za reciklažo,
- oblikovanje in izdelava didaktičnih igrač s posebnimi potrebami - pOSEBNIH prijateljev,
- izvedba delavnic in razstav na osnovnih šolah, v vrtcih in drugih prostorih ter oblikovanje učnih gradiv,
- skupnostne Carrotmob akcije in posegi v javni prostor za izboljšanje dostopnosti za vse,
- ozaveščevalne delavnice, razstave, okrogle mize in drugi dogodki za splošno javnost,
- sociološka študija na primeru projekta za namen prenosa dobre prakse v druga okolja.



Kulturno ekološko društvo Smetumet vsebinsko vodi projekt, organizira dejavnosti in celostno oblikuje pOSEBNE prijatelje. Soustvarili so ga naslednji partnerji:

- 1 Univerzitetni rehabilitacijski inštitut RS **Soča** je prispeval strokovno podporo in del kapacitet v okviru poklicne rehabilitacije.
- 2 Zbrane igrače sta pod Smetumet mentorstvom predelovali Mojca in Sabina, zaposleni v invalidskem podjetju **Želva**.
- 3 **Humanitas**, društvo za človekove pravice in človeku prijazne dejavnosti, je skrbelo za predstavitev globalnih vplivov prekomerne potrošnje in sodobnega življenjskega sloga.
- 4 Zavod za otrokom prijazno igro **Zoopi** je osvetljeval situacijo glede uporabe igrač v našem okolju in organiziral logistiko zbiranja starih igrač.
- 5 Svetovanje na področju participatornih praks in sociološko študijo na primeru projekta pa je skupaj s svojimi študenti vodila profesorica **Univerze v Lillehammerju**.



Vse dejavnosti od marca 2014 do marca 2016 so potekale s podporo **Norveškega finančnega mehanizma**, kasnejše pa samostojno.

LEJ, TA STRIC JE PA BREZ NOGE!

Kje vse lahko zafrknem? Koga in kako lahko užalim? Kaj lahko naredim narobe? Kako koga poimenujem? Kaj lahko vprašam? Kam lahko gledam? Naj pomagam ali ne? Se lahko hecam?



Ljudje z gibalnimi, senzornimi ali intelektualnimi ovirami, osebe s posebnimi potrebami ... Imamo več različnih načinov pojmovanja določenih skupin ljudi, ki se glede na specifične diagnoze ali lastnosti razlikujejo od povprečja. Izrazov je veliko, vsak pa ima svoj izvor in bolj ali manj primeren kontekst.

Če nismo dobro opremljeni za sproščen in primeren pristop, smo ob stiku s to temo ali s takšno osebo večkrat v zadregi. Gre za tabuje, za občutljivo področje, in veliko je izzivov pri komunikaciji in interakciji. Otrok bi svojemu spremljevalcu sredi ulice »drugačno« osebo brez predsodkov pokazal s prstom, glasno zaklical »Lej, ta stric je pa brez noge!«, potem pa stekel k njemu, si ga radovedno ogledoval od blizu in vprašal kaj »neprimernega«. Odrasli bi se morda ob tem rdečih lic ponižno opravičevali, poskušali utišati otroka in ga hitro odvesti daleč stran, kjer bi mu situacijo razložili po svoje. Lahko pa bi

dovolil spoštljivo potešitev radovednosti, primerno dolg klepet in s tem širitev obzorja, novo osebno izkušnjo, spoznavanje raznolikosti, sprejemanje. Morda tudi pomoč, če bi bila potrebna. Stric pa ima mogoče tudi smisel za humor in – ne, ni izključeno – se lahko šali tudi na račun svoje noge, ki je ni.

Kar se tiče uradnega poimenovanja: najprimernejše je tisto, ki na prvo mesto postavlja človeka in šele nato opiše njegovo stanje – oseba s slepoto, z motnjo sluha, z gibalno oviranostjo ... ker je to tudi najprimernejši odnos, ki ga moramo ponotranjiti: ljudi ne smemo enačiti z njihovim stanjem, medicinsko diagnozo, pomanjkljivostjo ali hibo. Morda jih zgolj toleriramo, pogosto pomilujemo, se do njih vedemo pokroviteljsko ali se le načelno zavzemamo za njihove pravice. Lahko pa jih resnično, v praksi, obravnavamo enakovredno.

Vse ljudi spoznavajmo po njihovih značajskih lastnostih, osredotočajmo se na njihove sposobnosti in področja, ki so jim blizu. Nekateri so pač opremljeni bolje od drugih. Marsikdo zmore manj ali pa več in/ali drugače kot preostali.

Če ne vemo, kako in kaj – vprašajmo. Ni enotnega recepta za ljudi, ki jih družijo zgolj ena ali nekaj lastnosti. Vsi smo v nekem smislu posebni. In vsi potrebujemo vse razpoložljive možnosti, da smo kar se da samostojni, sprejeti in vključeni v družbo.

OTROCI IMAJO NAVIDEZNE PRIJATELJE, ODRASLI PA VIRTUALNE

Igrače so prav posebna reč. Imajo močan, tudi simbolni pomen. V resnici niso nujne, kot na primer hrana in oblačila, a jih kljub temu potrebujemo. Tudi ko odrastemo.

Ah, ne, odrasli nimamo igrač. Okej, včasih zlagamo legice, ampak zgolj zato, da delamo družbo otrokom. Tarok vržemo samo za foro, medtem ko se družimo. Računalnik in telefon pa nista igrači, če ne špilamo igrice. In avto – to je pa ja le nujno prevozno sredstvo!

Morda ne priznamo ali celo ne opazimo, kaj vse v našem vsakdanjiku je igra ali igrača. Imajo vse te naprave in navade, ki jih



imamo, res le praktičen, izobraževalen, pomemben, »odrasel« namen? Jih ne uporabljamo tudi tako, kot otroci uporabljajo igrače in igro?

Da nas zabavajo, da si z njimi krajšamo čas? Drug drugemu si jih kažemo, jih primerjamo, si jih včasih izposojamo in izmenjujemo. Izmenjujemo tudi izkušnje. Drug od drugega se učimo, kako jih uporabljati. Morda jih razumemo kot statusni simbol. Tekmujemo med seboj. Želimo boljše, lepše, novejše, večje, hitrejše, glasnejše, zmogljivejše in številčnejše. Z njihovo uporabo se na svoj način socializiramo, vadimo komunikacijo, spoznavamo zakonitosti sveta, družbe, našega ožjega in širšega okolja. Učimo se, raziskujemo, ustvarjamo. Preko igre in igrač ustvarjamo tudi odnose in gradimo osebnost. Igramo vloge. Opazujemo druge, spoznavamo njihov način mišljenja, delovanja, reagiranja. Učimo se predvidevati, pretvarjati, sprejemati poraze, premagovati čustva ... Igra je torej resna stvar.

KDO ALI KAJ JE TU ZA STRAN?

Igre in igrače nas spremljajo vse življenje. Zato imamo do njih tudi poseben, nostalgичen odnos. Nekateri nikoli ne vržejo stran svojega najljubšega Brunota iz otroštva, čeprav je prav nemarno posvaljkan in sploh ne spominja na ljubke medvedke iz kataloga. Nanj jih vežejo čustva, spomini, izkušnje. V času, ko je Brunotov in drugih pliškotov mnogo preveč, da bi se na vse navezali, pa se igrače v vse večjih količinah in z vse večjo lahkoto meče stran.

Včasih se tudi do nekaterih ljudi vedemo tako, da jih dajemo na stran. Ne nujno namerno. Pogosto zaradi strahu pred neznanim. Ali zaradi lastnega neznanja.



Ker nismo dovolj močni, da bi se z njimi soočali, ker ne zberemo poguma, da bi se jim približali in jih sprejeli. Ker je včasih težko in morda potrebujemo čas.

In kje je ta »stran«? Za igrače so to depozicije, reciklažni obrati ali v najboljšem primeru naslednji uporabniki. Za osebe s posebnimi potrebami pa je to pogosto rob družbe, kamor jih ta potiska, ker jim omogoča enake možnosti le na papirju.

Odločile smo se, da se v projektu lotimo dveh tem, ki na prvi pogled nimata veliko skupnega. Plišaste igrače in hendikep, reciklaža in posebne potrebe ...?!

Vse, kar v našem društvu delamo in oblikujemo, ustvarjamo iz odpadnega materiala. Ker nam je pomemben ekološki vidik. Ker se nam zdi, da so bistven segment pojma ekologije tudi ljudje, se osredotočamo tudi na odnose, etiko. In ker sta tematiki posebnih potreb in okoljevarstva zahtevni in težki, ju želimo posredovati z

nečim igrivim, kar nam je blizu. Odločile smo se, da damo odvečnim igračam drugo možnost. Zbrane z vseh koncev, sveže očiščene, urejene in predelane so tako, da poudarjajo unikatnost, raznolikost in posebejajo različnost. S svojimi osebnimi in posebnimi zgodbami nam širijo zavest in odpirajo srca.

Tako smetem kot ljudem dajemo možnost, da govorijo taki, kot so, in v svojem lastnem imenu.

Želimo si, da predmeti ne bi bili breme za okolje in da se nihče ne bi počutil v breme družbi.

Sami spreminjamo svet, četudi počasi in v svojem mikrookolju. Začnemo lahko že s čim tako majhnim, kot so igrače, s katerimi se igrajo naši otroci. Vprašajmo se, česa bi jih radi naučili.

Maja Modrijan, za Kulturno ekološko društvo Smetumet



ŽIVJO!

Mi smo družba pOSEBNIH prijateljev. Da smo čim bolj samostojni, se moramo včasih nekoliko bolj potruditi, uporabiti razne pripomočke in prostorske prilagoditve ali pa povedati, kaj potrebujemo. Ob pomoči strokovnjakov vam bomo našeli nekaj primerov različnih vrst oviranosti in vzrokov za njihov nastanek.

GIBALNE OVIRANOSTI

POŠKODBE IN PRIROJENE GENETSKE NAPAKE

Kaj je to? Hudo sem se poškodoval. Ko sem za žogo stekel čez cesto, me je zadel avto. Poškodoval se je tudi moj prijatelj, ki je hudo padel s kolesom. In še tretji je padel, ko se mu je pod nogami vdrla streha garaže, po kateri je plezal. Saj veš, nesreča nikoli ne počiva. Vsi smo imeli zlomljeno kakšno kost, tekla je kri in hudo je bolelo. V bolnišnici so nas najprej natančno pregledali, nekatere od nas so morali tudi operirati. Ker se telo po taki poškodbi ne pozdravi prav hitro, so nas poslali še na Univerzitetni rehabilitacijski inštitut v Ljubljani. Tam smo spoznali tudi otroke, ki potrebujejo podobno rehabilitacijo in pripomočke zaradi genetskih napak. Te so lahko na primer razlog manjkajočih udov, zraščanih prstov ali zastoja rasti.

Kaj se zgodi pri taki poškodbi? Pogosto se pretrga koža z žilami, lahko tudi mišična vlakna. Kadar je poškodba huda, se lahko zlomi tudi več kosti. Včasih se ob tem poškoduje tudi kakšen živec.

Kakšne težave imamo? Večina ima težave pri gibanju rok in nog. Kostni se počasi zacelijo, nato pa se moramo spet naučiti uporabljati roko ali nogo, se obleči, počesati, si umiti zobe, kaj pojesti in popiti, pa narisati kakšno risbico ali napisati nalogo za šolo. Če se je ob poškodbi poškodoval tudi kakšen živec, se funkcija roke ali noge vrača zelo počasi, lahko še vse leto, včasih pa se niti ne povrne povsem v celoti. Kako zelo so izražene težave, je odvisno predvsem od tega, kako huda je bila poškodba in ali je bilo poškodovanih več delov telesa. V programu rehabilitacije se naše zmožnosti nato postopno izboljšujejo z učenjem, vadbo veščin, terapevtskimi programi (fizioterapija, delovna terapija, logopedijska, psihološka, specialnoped-

goška obravnava) in podporo, ki smo je deležni v družini.

Kakšne pripomočke potrebujemo? Tisti, ki še ne morejo hoditi, potrebujejo voziček. Nekateri potrebujemo tudi opornice, da so naši gležnji in kolena, včasih pa tudi roke v primernem položaju. Nekateri lahko z opornicami hodimo, drugi spet ne. Nekateri za hojo potrebujemo hoduljo s kolesi. Včasih si pri premagovanju daljših razdalj pomagamo tudi s posebej prilagojenim kolesom. Včasih se zgodi tako huda poškodba, da nam manjka del roke ali noge. To lahko nadomestimo s protezo, ki se jo moramo naučiti uporabljati. Ko rastemo, je tak pripomoček ves čas treba prilagajati, za kar poskrbi ortopedski inženir.

Kako nam lahko pomagaš? Vprašaj in počakaj, da ti povemo. Radi naredimo stvari sami, če le zmoremo. Mogoče potrebujemo pomoč pri držanju žlice, pitju iz kozarca, oblačenju, obuvanju čevljev ...

Gotovo nam bo težko zavezati vezalke ali kaj podobnega.

Zelo podobne težave imamo tudi tisti, ki smo se brez dela roke ali noge že rodili. Te pošljejo na Univerzitetni rehabilitacijski inštitut v Ljubljani že kot dojenčke in jim že zelo zgodaj, še pred prvim letom starosti, izdelajo proteze, da se učijo hoje in drugih aktivnosti.



CEREBRALNA PARALIZA IN MOŽGANSKE POŠKODBE

Kaj je to? Cerebralna paraliza je izraz, ki opisuje skupino motenj v razvoju, ki so posledica okvare možganov in lahko nastanejo zaradi številnih razlogov. Veliko se nas rodi prezgodaj, zato do okvare možganov pride zaradi nezrelosti pljuč, jeter, krvnih žil. Pri nekaterih pride do okvare zaradi pomanjkanja kisika ob rojstvu, pri drugih pa zaradi okužbe z virusi ali bakterijami. Podobne težave imajo lahko tudi osebe po poškodbi glave.

Kako pogosto se to zgodi? V Sloveniji se nas vsako leto rodi kakšnih 40, podobno je tudi drugod po svetu. Kljub napredku medicine se število otrok s cerebralno paralizo v zadnjih 30 letih ni zmanjšalo.

Kakšni smo? Zelo zelo različni. Večina ima težave pri gibanju, pa tudi na drugih področjih, kot so zaznavanje različnih dražljajev (vid, sluh, okušanje, občutenje telesa), hranjenje, govor, vedenje in kognitivne funkcije. Nekateri imajo tudi epilepsijo.

Kako zelo so izražene težave na teh področjih, je odvisno predvsem od tega, kako huda je bila okvara možganov. Kasneje pa se naše zmožnosti izboljšujejo z učenjem, vadbo veščin, terapevtskimi programi (fizioterapija, delovna terapija, logopedska, psihološka, specialnopedagoška, tiflopedagoška in surdopedagoška obravnava) in podporo, ki smo je deležni v družini.

Kakšne pripomočke potrebujemo? Tisti, ki ne morejo hoditi, potrebujejo voziček. Nekateri ga lahko poganjajo sami, drugi potrebujejo takšnega z električnim motorjem in spet tretji ne morejo sami niti sedeti, pa jih prevaža nekdo drug. Dokaj pogos-

to potrebujemo tudi opornice, da so naši gležnji, kolena in kolki, včasih pa tudi roke v primernem položaju. Nekateri lahko z opornicami hodimo, drugi spet ne. Nekateri za hojo potrebujemo hoduljo s kolesi. Včasih si pri premagovanju daljših razdalj pomagamo tudi s posebej prilagojenim kolesom. Ker nekateri ne moremo govoriti ali pa nam je govoriti zelo težko, si pomagamo s knjigo s simboli ali pa s komunikatorjem. To je poseben računalnik, na katerem lahko poiščeš posamezne simbole in drugim poveš vse o sebi, kaj potrebuješ, česa si želiš in česa si se naučil v šoli. Če srečaš koga od nas, ki ima tak računalnik, se ne ustraši, ampak počakaj, da ti povemo, kaj bi radi. Če nas nisi razumel, raje vprašaj še enkrat. Z veseljem bomo povedali še enkrat.

Kako nam lahko pomagaš? Vprašaj in počakaj, da ti povemo. Stvari radi naredimo sami, če le zmoremo. Mogoče potrebujemo pomoč pri držanju žlice, pitju iz

kozarca, oblačenju, obuvanju čevljev ... Gotovo nam bo težko zavezati vezalke ali kaj podobnega.

Zelo podobne težave imamo tudi tisti, ki smo si poškodovali glavo (in možgane) v hudi prometni nesreči, pri padcu z višine ali kakšni podobni nesreči.



POŠKODBE HRBTENJAČE

Kaj se mi je zgodilo? Nekateri od nas se s tako okvaro že rodijo. Gotovo ste že slišali za »spino bifido« ali mielomeningokelo. Že zelo zgodaj v razvoju, ko se posamezna tkiva šele oblikujejo, pride do napake pri zapiranju nevralne cevi. Vretenca hrbtenice, najpogosteje v ledvenem delu, se ne zaprejo, njihovi loki ostanejo odprti. Posledica tega je, da se nežna tkiva hrbtenjače in živcev izbočijo iz hrbtenice in se poškodujejo, še preden se rodimo. Do okvare hrbtenjače pa lahko pride tudi kadarkoli kasneje v razvoju, na primer v prometni nesreči ali pri padcu z višine. V zelo redkih primerih pride do okvare hrbtenjače tudi zaradi okvare ene od žil, ki hrbtenjači prinašajo kisik in hranila, ali pa zaradi hudega vnetja zaradi virusov ali bakterij.

Kakšne težave imamo? Ker so okvarjene živčne celice v hrbtenjači in tiste, ki iz hrbtenjače prevajajo živčne impulze do naših mišic in drugih organov, je impulzov premalo ali pa jih sploh ni. Zaradi tega naše mišice ne delujejo in zato se ne moremo gibati.

Kako zelo so izražene težave, je odvisno predvsem od tega, kako huda je bila poškodba in kako visoko v hrbtenjači se je zgodila. Nekateri ne morejo premikati rok, samostojno sedeti ali hoditi (če je okvarjeni del hrbtenjače v vratnem delu hrbtenice), drugi ne morejo stati in hoditi (če je okvarjeni del hrbtenjače v prsnem delu ali ledvenem delu hrbtenice). Običajno delov telesa, ki jih ne moremo premikati, tudi ne občutimo ali pa jih občutimo slabše. To nam povzroča še dodatne težave. Včasih se nam poleg tega mišice, čeprav jih sami ne nadziramo, krčijo in nam povzročajo bolečine. Kadar je okvarjen vratni del hrbtenjače, imamo lahko tudi težave z dihanjem.

V programu rehabilitacije se lahko naše zmožnosti postopno izboljšujejo z učenjem, vadbo veščin, terapevtskimi programi (fizioterapija, delovna terapija, logopedska, psihološka, specialnopedagoška obravnava) in podporo, ki smo je deležni v družini. Če je od okvare preteklo že več mesecev in se naše zmožnosti ne izboljšujejo, to pomeni, da je okvara hrbtenjače tako huda, da se najverjetneje ne bo popravila. Tudi v tem primeru se moramo še veliko naučiti, predvsem kako si s pomočjo pripomočkov olajšamo izvajanje vsakodnevnih aktivnosti.

Kakšne pripomočke potrebujemo? Tisti, ki ne morejo hoditi, potrebujejo voziček. Če so naše roke dovolj močne, lahko voziček poganjamo sami. Če so roke prešibke, nam je v pomoč voziček na elektromotorni pogon. Nekateri potrebujemo tudi opornice, da so naši gležnji in kolena, včasih pa tudi roke v primernem položaju. Nekateri lahko z opornicami hodimo,

drugi spet ne.

Ker so okvarjeni tudi živci, ki urejajo izločanje blata in urina, potrebujemo pomoč tudi tukaj. Če urin zastaja v mehurju, je to lahko zelo nevarno, zato nas naučijo, kako mehur izpraznimo s katetrom. Pri izločanju blata nam lahko pomagajo urejena prehrana in zdravila, ki blato mehčajo in ga pomagajo izločiti.

Kako nam lahko pomagaš? Vprašaj in počakaj, da ti povemo. Stvari radi naredimo sami, če le zmoremo. Mogoče potrebujemo pomoč pri držanju žlice, pitju iz kozarca, oblačenju, obuvanju čevljev ... Gotovo nam bo težko zavezati vezalke ali kaj podobnega.

Mag. Katja GROLEGER-SRŠEN, dr. med.,
Oddelek za (re)habilitacijo otrok, Univerzitetni rehabilitacijski inštitut Republike Slovenije SOČA



KRONIČNA BOLENJA NOTRANJIH ORGANOV

KRONIČNA BOLENJA PLJUČ

Kaj je to? Kadar kakšne težave trajajo res dolgo, to pomeni, da gre za kronično obolenje. Razlogi za kronična obolenja pljuč so zelo različni, med njimi so tudi alergije, kajenje in izpostavljenost prahu in kemikalijam (prah, dražljivci, dim), onesnažen zrak in dim, ki nastaja pri gorenju lesa. Najpogostejša kronična pljučna obolenja so bronhitis, astma in kronična obstruktivna pljučna bolezen.

Kakšne težave imamo? Težko in plitko dihamo, hitro se utrudimo in pogosto tudi kašljamo. Ker obolela pljuča težje zagotavljajo dovolj kisika, so lahko prizadeti tudi drugi organi, predvsem srce in ožilje. Zaradi pljučnega obolenja smo nagnjeni tudi k drugim kroničnim obolenjem dihal, kronični rinitis (kronično vnetje nosne sluznice) se pojavlja pri kar 80 % bolnikov z astmo.

Kakšne pripomočke potrebujemo? Redno jemljemo zdravila v obliki tablet in s pomočjo inhalatorjev. Kadar so bronhiji (sapnice, cevke, ki dovajajo zrak v pljuča) zelo vneti ali poškodovani, lahko pride do trajne zapore dihal. Ob napredovanih stanjih, ko dihala ne morejo zagotoviti dovolj kisika za normalno delovanje telesa, uporabljamo sistem za dovajanje tekočega kisika ali pa koncentrator kisika. Ta s pomočjo električne energije ustvarja zrak, v katerem je koncentracija kisika višja kot v običajnem zraku. Sestavljen je iz enote, ki zagotavlja kisik, in cevke, ki je napeljana do nastavka za nos ali ustno - nosne maske.

Kako zelo so izražene težave? Večji telesni napor, kot sta tek in dvigovanje težkih predmetov, so za nas pogosto prehudi. Zelo moramo tudi paziti, da se ne okužimo z virusi ali bakterijami, ki lahko naše stanje še poslabšajo. Zato moramo biti pozorni na pravilno higieno. Kadilci morajo prenehati s kajenjem, izogibati se

moramo onesnaženemu zraku in skrbeti za zdrav način življenja.

Kako nam lahko pomagaš? Vprašaj in počakaj, da ti povemo. Stvari radi naredimo sami, če le zmoremo.

Marija Špelič, dipl.m.s., Klinični oddelek za pljučne bolezni in alergijo, UKCLJ



ZDRAVLJENJE S PRESADITVIJO IN DAROVANJE ORGANOV ZA NAMEN ZDRAVLJENJA

Kaj je to? Si na meni opazil/a zašito rano in tablete v torbici? Moja posebnost je, da so me zdravili s presaditvijo organa. S to metodo se zdravi končne odpovedi delovanja srca, jeter, pljuč, trebušne slinavke in ledvic (le pri končni odpovedi delovanja obeh ledvic obstaja tudi nadomestno zdravljenje z dializo). V Sloveniji nas je na čakalnem seznamu za presaditev ledvice, srca, jeter ali trebušne slinavke povprečno 170. Vsako leto pa presadijo okoli 60 ledvic, 30 src, 21 jeter in nekaj trebušnih slinavk. Kdor potrebuje presaditev pljuč, gre na zdravljenje v vrhunsko bolnišnico na Dunaju v Avstriji.

Zakaj zdravljenje s presaditvijo? Veš, bil sem hudo bolan, srce mi je odpovedovalo. V bolnišnici so se zdravniki trudili, preizkušali so razne načine zdravljenja. Kljub njihovemu trudu srce ni ustrezno delovalo, temveč je kljub zdravljenju propadalo in odpovedovalo. Bali smo se, da bom umrl. Zadnja možnost zdravljenja je bila presaditev srca.

Kako poteka zdravljenje s presaditvijo? Pred operacijo so me uvrstili na čakalni seznam vseh bolnih, ki čakajo na presaditev. Poleg tega so opravili več različnih preiskav in testov, ki so med drugim pokazali, v kakšnem zdravstvenem stanju sem, in potrdili, da sem psihično in fizično pripravljen na operacijo. Na dan, ko so v bolnišnici končno prejeli za moj organizem ustrezen in medicinsko primeren organ, so me poklicali. Od klica do presaditve je vse potekalo neverjetno hitro. Vedno je treba hiteti, saj organi po nekaj urah od odvzema niso več primerni za presaditev.

Zelo usposobljeni strokovnjaki so opravili zahtevno operacijo presaditve organa. Operacija je bila uspešna. Precej dolgo sem okreval, zdaj pa končno nisem več hudo bolan. Pozdravili so me s presaditvijo organa.

Kaj pa življenje po operaciji? Živim mnogo bolje kot pred operacijo, lahko tečem, se igram s prijatelji, divjam ... Moram pa paziti in upoštevati navodila zdravnikov ter redno jemati tablete, ki mi pomagajo, da moje telo ne zavrne presajenega organa. Imam tudi redne zdravniške preglede.

Zakaj je darovanje organov pomembno?

Moja operacija je bila mogoča, ker so svojci nekoga drugega, ki je nepričakovano umrl, njegove organe podarili za namen zdravljenja s presaditvijo. Izjemno sem jim hvaležen za takšno odločitev in dejanje, s katerim so mi omogočili preživetje ter življenje.

Po smrti je sicer mogoče darovati vse organe in tkiva, ki jih znajo zdravniki presaditi: srce, pljuča, jetra, ledvice, tanko črevo in trebušno slinavko; od tkiv pa kostni mozeg, roženice, kosti, sklepe, vezi, žile, srčne zaklopke in kožo. Darovalci s svojim dejanjem pomagajo neznanemu sočloveku v stiski.

Za darovanje organov po smrti za namen zdravljenja se lahko odloči vsakdo, vendar šele po dopolnjenem 15. letu starosti. Še

bolje pa je, da sprejmeš to odločitev kasneje, po dopolnjenem 18. letu, ko že več razumeš in se lahko odgovorneje odločiš, ali želiš postati darovalec oziroma darovalka. Prav tako je zaželeno, da se o tematiki čim več pogovarjaš z bližnjimi v družinskem krogu in zastavljaš vprašanja strokovnjakom zavoda Slovenija-transplant, ki je središčna slovenska organizacija za to področje pri nas. Oglej si njihovo spletno

stran www.slovenija-transplant.si, kjer najdeš veliko zanimivih informacij. Organizacijo Slovenija-transplant pa lahko poiščeš tudi na Facebooku.

Prim. Danica Avsec, dr. med. in Dr. Jana Šimenc, dipl. etnol. in kult. antrop., Zavod RS za presaditve organov in tkiv Slovenija-transplant





SENZORNE OVIRANOSTI



GLUHOSLEPOTA

Kaj je to? Osebe z gluhoslepoto smo osebe s hkratno okvaro sluha in vida, kar pomeni, da ne vidimo in ne slišimo ali pa vidimo in/ali slišimo le zelo malo. Obenem pa ima lahko oseba poleg senzorne okvare še druge okvare in bolezenska stanja. Skupina oseb z gluhoslepoto je izjemno raznovrstna. Pri osebah z gluhoslepoto ne govorimo o popolni gluhoti in hkrati o popolni slepoti, temveč o številnih kombinacijah okvar. To imenujemo množična okvara.

Kako zelo so izražene težave? To je odvisno od razloga in časa nastanka gluhoslepote. Govorimo o prirojeni, pridobljeni in starostni gluhoslepoti. Gluhoslepota je stanje, ki nastane zaradi različnih razlogov: dedne okvare, bolezni, poškodbe ali starosti.

Kakšno pomoč potrebujemo? Med nami so precejšnje razlike, kakšno pomoč

potrebujemo, je odvisno tudi od tega, v katerem zaporedju smo začeli izgubljati sluh in vid. Zato je treba vsakega posameznika z gluhoslepoto obravnavati povsem individualno. Osebam z gluhoslepoto je treba zagotoviti ustrezno pomoč, ki je prilagojena posameznikovim zmožnostim in sposobnostim. Vsaka oseba z gluhoslepoto potrebuje spremljevalca in prevajalca/tolmača za gluhoslepe, ki mu vse slušne in vidne informacije ter informacije iz okolja prevaja v prilagojene načine sporazumevanja. Pravilno razumevanje informacij je najbolj zanesljivo prav preko taktilnih načinov sporazumevanja.

Kakšne pripomočke in načine sporazumevanja poznamo? Sporazumevanje z osebami z gluhoslepoto poteka na različne načine, in sicer: s slovenskim znakovnim jezikom, lociranim znakovnim jezikom, taktilnim znakovnim jezikom, vodenim znakovnim jezikom, prstno abecedo, polaganjem enoročne abecede v dlan, taktil-



no enoročna abeceda, taktilno dvoročna abeceda, Lormovo abecedo, Dalgarnovo rokavico, haptičnimi načini sporazumevanja, metodo Tadoma, s pomočjo povečane pisave, s piktogrami itd.

Govorimo o številnih načinih sporazumevanja, med drugim tudi s pomočjo preprostih pripomočkov (npr. pisanje z debelim flomastrom) in s pomočjo tehničnih pripomočkov (npr. pisanje na računalnik, rdečebelna palica, Braillova vrstica).

Kateri način sporazumevanja se pri posa-

mezniku izbere, je odvisno od časa nastanka okvare in od njene intenzitete, obenem se upošteva primarna okvara, zlasti pa sposobnosti in zmožnosti posameznika (njegove dosedanje izkušnje in usvojena znanja). Prav zaradi navedenega govorimo o individualno prilagojenih načinih sporazumevanja z osebo z gluhoslepoto.

Dr. Simona Gerenčer Pegan, sekretarka
Društva gluhoslepih Slovenije DIAN

NAGLUŠNOST IN GLUHOTA

Kaj je to? Gluhota in naglušnost sodita med najtežje oblike invalidnosti oziroma oviranosti. Posledice gluhotе so odvisne od vzrokov okvar in od tega, kako se je oseba po okvari sluha rehabilitirala. Gluhota in naglušnost na splošno povzročata osamljenost, zavračanje podpore okolice, saj gluhi in težje naglušni ne čutijo njene prisotnosti okoli sebe in imajo nenehno občutek, da so izolirani, brez prave podpore sveta. Gluhota in naglušnost sta lahko posledica prirojene napake, poškodbe, bolezni ali starosti.

Kakšne pripomočke in načine sporazumevanja uporabljamo? Za naglušne veljajo vse tiste osebe, ki imajo izgubo sluha na obeh ušesih do 95 % po Fowlerju. Poslušajo s pomočjo tehničnih pripomočkov, kot so slušni aparati (zaušesni, vušesni ...),

z odčitavanjem z ust, z indukcijsko zanko oziroma s prenosnim FM-sistemom.

Gluhe osebe pa so tiste, ki imajo izgubo sluha nad 95 % po Fowlerju in praktično ne slišijo. Oseba z okvaro sluha je fizično zdrava oseba in je zato dostikrat ne opazimo, šele ko spregovori, opazimo, da gre za gluho ali naglušno osebo. Pri komuniciranju si pomaga s slovenskim znakovnim jezikom, z odčitavanjem z ustnic, z enoročno ali dvoročno abecedo.

Kako se lahko sporazumevaš z nami?

Gluhe in naglušne osebe srečujemo v vsakdanjih situacijah, a se tega pogosto ne zavedamo, saj okvara sluha navzven ni vidna. Zato okvaro sluha opazimo šele, ko oseba spregovori.

Gluhe osebe se sporazumevajo v slovenskem znakovnem jeziku, ki je zelo bogat jezik. Izvira iz kulture gluhih. Tako kot vsak drug jezik je zelo živ. Od regije do regije se nekoliko razlikuje – ima lastna narečja. Poleg znakovnega jezika gluhi za spora-

zumevanje uporabljajo tudi mimiko, gestikulacijo in pantomimo. Zaradi svojega edinstvenega načina komunikacije v svetu slišičih so pogosto narobe razumljeni.

Ob srečanju z gluho ali naglušno osebo se torej ne smemo prestrašiti. Glejmo jo v obraz in govorimo jasno in počasi. Med govorom si ne zakrivajmo ust. Ne vpijmo! Če gluha oseba uporablja tolmača, ji

zagotovimo, da bo ta dobro viden; poskrbimo na primer za primerno osvetlitev (tolmač naj ne stoji pred oknom ali močno osvetljenimi predmeti ...).

Zbrala: Simona Korez, rehabilitacijska svetovalka, Racio, družba za razvoj človeškega kapitala, d.o.o.



SLEPOTA IN SLABOVIDNOST

Kaj je to? Slepota ali slabovidnost je senzorna motnja, ki se lahko odraža v popolni slepoti ali delni okvari vida. Je lahko posledica okvare delov očesa, očesnega živca ali vidnega centra v možganih. Od mesta okvare je odvisno, kako vidimo oziroma zaznavamo svet okrog sebe. Okvara je lahko prisotna ob rojstvu, lahko pa se razvije kasneje kot posledica okužbe, bolezni, poškodb ali pa starosti. Med nami so tudi gluhoslepe osebe.

Kako pogosto se to zgodi? V Sloveniji nimamo natančnih podatkov o številu slepih in slabovidnih. V Zvezo društev slepih in slabovidnih Slovenije je včlanjenih okrog 4000 oseb, šole in vrtce pa letno obiskuje okrog 175 slepih in slabovidnih otrok. Seveda je v resnici številka še veliko večja, saj uradni podatek temelji na prostovolj-

nem članstvu in odločbah o usmeritvi.

Kakšni smo? Če nas bolje spoznaš, potem lahko ugotoviš, da veliko tipamo, pozorno poslušamo, radi okušamo, opazujemo zelo od blizu, se včasih kam zaletimo in spotaknemo in radi govorimo. Najtežje nam je pri gibanju v zunanjem okolju, saj večinoma ni prilagojeno slepim in slabovidnim, takrat nam prav pride spremljevalec. Nekateri nosimo zatemnjena očala, uporabljamo belo palico ali pa nam pomaga pes vodič. Kadar se z nami pogovarjate, lahko opazite, da nekateri ne moremo nadzorovati očesnih zrkel in nam oči begajo. Mnogi imajo tudi sklonjeno glavo ali pa je ta v drugačnem položaju kot pri videčih.

Kako zelo so izražene težave? Mogoče te bo presenetil podatek, da kar 80 % informacij iz okolja pridobimo s pomočjo vida. To pomeni, da moramo takoj, ko se ugotovi okvara vida, pričeti z vajami za razvoj čutil in osvajanjem veščin, ki so

nujne za naše samostojno življenje; takoj začnemo: z vajami vida, učenjem Braillove pisave, orientacije in mobilnosti, vsakodnevnih opravil, uporabe pripomočkov in računalniške opreme. Ker se ne moremo učiti s posnemanjem, je nujno, da nas vsega tega nauči učitelj za slepe in slabovidne, ki ga v Sloveniji imenujemo tiflopedagog. Prej ko začnemo z vsemi vajami, manj izražene bodo težave.

Kakšne pripomočke uporabljamo? Ker so okvare vida zelo različne, je tudi uporaba pripomočkov zelo raznolika. Osnovni pripomoček, po katerem smo najbolj prepoznavni, je bela palica. Ta nam pomaga, da se lahko varno in samostojno gibamo v zunanjem okolju. Nekateri slepi imajo tudi psa vodiča. Tudi pri gospodinjstkih opravilih so nam v pomoč številni pripomočki, ki so prilagojeni slepim (tehnice, ure, indikatorji za svetlobo, tekočino, merilci sladkorja, merilne naprave, svetilke, povečevala ...). Knjige, ki jih beremo, so

tipne (Braillov tisk in tipne slike) ali pa v digitalni obliki. Pri tem pa nam prideta prav računalnik z Braillovo vrstico in program, ki nam tekst pretvori v zvočni zapis.

Kako nam lahko pomagate? Če nas opazite v prometu in nam želite pomagati, nas najprej vprašajte, ali pomoč sploh potrebujemo. Pot, po kateri hodimo, si zapomnimo glede na orientacijske točke (robnik, stopnica, cvetlično korito, drevo). Če nas odpeljete stran od te poti, se lahko popolnoma izgubimo. V primeru, da nas spremljate, vas prosimo, da nas ne porivate pred seboj, mi se bomo prijeli vaše roke. In še zadnja prošnja: Zelo pomembno za nas je, da nam opišete mesto, kamor ste nas pripeljali, da bomo pot lahko samostojno nadaljevali. Psa vodiča ne smete božati, ogovarjati, hraniti. Ko spremlja slepega na njegovi poti, je v službi.

Kje vse nas lahko srečate? Slepimi in slabovidni smo v vrtcih, šolah, na fakultetah,

v knjižnicah, muzejih, trgovinah, na letališču, radi smo športno aktivni, gremo v gledališče, kino, glasbene prireditve. Za nas ni ovir, če le dobimo priložnost. Torej ni ovir, da ne bi postala prijatelj.

Katjuša Koprivnikar, prof. športne vzgoje,
Ravnateljica Zavoda za slepe in slabovidno mladino Ljubljana



NEVROLOŠKE RAZVOJNE MOTNJE

AVTIZEM

Kaj je to? Avtizem je nevrološka razvojna motnja, ki jo lahko pri otrocih odkrijemo že pred 3. letom starosti. Avtizem vpliva na razvoj tistih predelov možganov, ki so povezani z vzpostavljanjem socialnih stikov, našimi spretnostmi komuniciranja in kognitivnimi funkcijami. Otroci z avtizmom imajo primanjkljaje na področju besedne in nebesedne komunikacije ter socializacije in pri razvoju igre. Pogoste so pridružene motnje: alergije, astma, motnje hranjenja, spanja, senzorne posebnosti in drugo. Med otroki z avtizmom je štirikrat več dečkov kot deklic. Zdravila za avtizem ni, na razvoj otrok z avtizmom pa pomembno vpliva zgodnja obravnava – učenje. Skoraj 40 % otrok z avtizmom ne govori z besedami, ti potrebujejo nadomestne načine za sporazumevanje (sličice, kretnje ...). Tako lahko svoje potrebe izrazijo tako, da pokažejo sliko kozarca, ko želijo piti.

Kdo smo? Otroci z avtizmom ne odstopamo po svojem videzu, navzven delujemo kot zdravi otroci, ki se nenavadno vedejo. Na nekaterih področjih je opazen zaostanek v razvoju (na področju govora, komunikacije, samostojnosti, igre), nekatera področja pa so lahko na višji razvojni ravni (motorika, fina motorika, področje, ki je povezano z njihovimi posebnimi interesi – n. pr. sestavljanke – puzzli, mehanični spomin, zlasti vizualni spomin).

Kako se avtizem kaže navzven? Osebe z avtizmom se druga od druge pomembno razlikujemo, in tisti, ki imajo za to potrebno znanje, zlahka prepoznajo podobnosti med različnimi otroki z avtizmom. Podobni smo si v tem, da komuniciramo drugače, drugače navezujemo stike, imamo drugačna zanimanja in igro. Lahko hitro navežemo stik ali pa se držimo povsem zase. Kadar pristopimo k drugi osebi, se včasih zdi, da smo celo bistveno manj zadržani od svojih vrstnikov, takoj se že-

limo pockrljati in hitro sedemo v naročje ali pa se po drugi strani sploh ne pustimo dotakniti, pobožati. Nekateri takoj pristopimo k neznancem – jih sprašujemo, jim pripovedujemo –, drugi pa pristopimo zelo redko in le takrat, ko sami kaj potrebujemo. Radi imamo red, predmete radi urejamo v zbirke, postavljamo v zaporedje, namesto da bi iz kock sestavili hišo, se igrali domišljajske igre vlog. Radi imamo, da nekatere rutine potekajo vsak dan enako, razburijo nas spremembe, zlasti nenapovedane. Razburjenje lahko izražamo z izbruhi jeze, jokom in kričanjem. Sčasoma se naučimo nadzorovati svojo jezo in nasprotovanje izražati na drug način. To je pomemben del našega učenja in zanj potrebujemo veliko časa in energije.

Kakšni so vzroki za nastanek avtizma?

Ne poznamo enega samega vzroka, ki bi povzročil avtizem pri otroku. Vemo, da avtizma ne more povzročiti neprimerna vzgoja ali travmatični dogodek. Avtizem

ni nalezljiv. Stiki z otroki z avtizmom niso škodljivi, prej nasprotno – v stikih z nami se zdravi otroci naučijo strpnosti, sodelovanja, različnih načinov komunikacije. Vse to je v življenju koristno.

Dr. Branka D. Jurišić, spec. Pedagoginja, Izobraževalni center PIKA; Center Janeza Levca, Ljubljana.

ASPERGERJEV SINDROM

Kaj je to? Aspergerjev sindrom (AS) je razvojna motnja, ki sodi v skupino motenj avtističnega spektra. Za to skupino motenj so značilni primanjkljaji na področjih socialne interakcije, komunikacije, igre in domišljije ter zelo omejen nabor vedenj ali interesov. AS se od avtizma razlikuje po razmeroma dobro ohranjenih jezikovnih in kognitivnih zmožnostih otrok v prvih treh letih razvoja. Pogosto to motnjo opisujejo kot avtizem brez motnje v duševnem razvoju ali blagi avtizem z visokimi sposobnostmi. Strokovnjaki so prepričani, da je AS pogostejši od klasičnega avtizma, in vse več je odkritih in diagnosticiranih posameznikov, ki jih prej nikoli ne bi prepoznali kot »osebe z avtizmom«.

Kako se Aspergerjev sindrom kaže navzven? Osebe z AS smo lahko motivirane

za druženje, želimo si stikov z drugimi, vendar je naša komunikacija nenavadna. Včasih govorimo celo preveč, pogosto manj komuniciramo s kretnjami in izrazi obraza kot drugi otroci; lahko imamo prava mala predavanja na temo, ki nas zanima. Melodija in slog pripovedovanja oseb z AS sta prefirano natančna in tako spominjamo na »male profesorje«. Pogosto ne prepoznamo, da se lahko drugi ob tem že malo dolgočasijo (ne opazimo, da sogovornik vmes že zeha in zavija z očmi), ampak povemo vse podrobnosti, ki jih vemo o določeni temi, ki pa se zdi zanimiva le nam. Težko spremenimo temo pogovora, ker smo zelo zaposleni s svojimi interesi, težave pa imamo s »poslušanjem« sporočila sogovornika in »branjem« čustev drugih. Tako se zgodi, da kdo od nas z AS pripoveduje o alarmnih napravah, mikroprocesorjih, računalniških kabljih, žuželkah, gasilnih aparatih – ob tem pa ne vpraša, kako je vrstniku ime, čeprav je z njim preživel čudovito popoldne.

Lahko smo okorni v gibanju, imamo nenavadno držo telesa; manj se vključujemo v gibalne igre vrstnikov, lahko smo počasni pri opravilih, ki zahtevajo spretnost rok (pisanje v šoli, striženje s škarjami, zapenjanje gumbov in podobno).

Kakšno podporo potrebujemo? Zaradi svojih številnih posebnosti v stikih z drugimi smo pogostejše v sporih; vrstniki nas večkrat zbadajo, zafrkavajo in se nam posmehujejo. Zato potrebujemo veliko podpore pri vključevanju v družbo vrstnikov in veliko podpore pri učenju, da lahko čim bolje izkoristimo svoje potenciale. To podporo potrebujemo vse življenje, nekatere osebe z AS imamo lahko celo povsem običajno službo in živimo samostojno.

Dr. Branka D. Jurišić, spec. Pedagoginja,
Izobraževalni center PIKA; Center Janeza
Levca, Ljubljana



DOWNOV SINDROM

Kako pogosto se sindrom pojavlja? Na 1245 otrok, ki se rodijo v Sloveniji, bo imel eden Downov sindrom. Verjetnost, da se bo rodil otrok z Downovim sindromom (DS), se večja s starostjo matere, čeprav se jih največ rodi mladim mamam (ker imajo te tudi več otrok).

Kaj je vzrok? Genetska napaka - najpogostejše trisomija 21 kromosoma: namesto dveh parov kromosoma ima oseba z DS tri.

Kako ga odkrijemo? Z določenimi preiskavami že pred rojstvom, večinoma pa takoj ob rojstvu. Kakšni bodo dosežki oziroma kakšna bo raven motenj v duševnem razvoju, ne moremo napovedati ob otrokovem rojstvu. Osebe z DS se lahko med seboj izjemno razlikujejo: po videzu, sposobnostih, značaju.

Kakšni smo? Čeprav nam DS povzroča kar nekaj težav, smo ljudje s tem sindromom obdarjeni tudi z zelo odprto in prijateljsko naravo. Radi navezujemo stike in brez zadržkov pokažemo svoja čustva. Z veseljem pomagamo drugim in znamo sprejeti pomoč, če jo potrebujemo.

Kakšne so značilnosti? Nekaj je povsem telesnih značilnosti: izjemna prožnost sklepov, oslABLJENA mišična napetost - hipotonija -, večja pogostnost različnih zdravstvenih težav - srčnih napak, napak v delovanju različnih žlez, črevesja, pogostejše so tudi motnje sluha in vida. Značilnost DS je tudi motnja v duševnem razvoju, najpogostejše imajo osebe z DS zmerno ali težjo motnjo v duševnem razvoju, nekaj jih ima lažjo motnjo v duševnem razvoju, mejna inteligentnost je izjemno redka. Pogostejša je šibkost delovnega pomnjenja, bolje si zapomnijo informacije, ki jih vidijo, kot tiste, ki jih slišijo. Močno področje večine oseb z DS je komunikacija

in socializacija, šibko pa govor, jezikovne sposobnosti. Pogosto so boljši v branju kot pa v matematiki in pisanju. Poleg motnje v duševnem razvoju imajo lahko še druge motnje, ki nadalje otežujejo njihov razvoj (avtizem, epilepsija ...).

Značilni videz – nekoliko povešene oči, krajši prsti na rokah, čokata postava ... Kako zelo so izražene težave, je odvisno od vsakega posameznika; večina oseb z DS potrebuje posebno skrb – tako medicinsko kot terapevtsko in pedagoško, večina vse življenje.

Predšolski otroci: pomembno je, da se čim prej vključijo v zgodnjo obravnavo, ki naj bi bila timska. Čim prej pomeni dobesedno – čim prej po otrokovem rojstvu. Zgodnja obravnavo je pomembna iz več razlogov, zlasti pa zaradi stika staršev s strokovnjaki, ki so specializirani za razvojne motnje, poznajo tudi potrebe otrok z DS in starše seznanjajo, kaj potrebuje njihov otrok,

hkrati pa staršem nudijo podporo v njihovi stiski. Sicer se kasneje otrok z DS vključi v vrtec tako kot vsi drugi otroci z značilnim razvojem (lahko pri starosti 12 mesecev ali pa kasneje). Otroci z DS gredo v program za predšolske otroke, ki ustreza njihovim potrebam. V predšolskem obdobju številni otroci z DS dosežejo izjemno velik napredek v razvoju – to je predvsem posledica intenzivnega ukvarjanja z njimi (predvsem v domačem okolju in v vrtcu).

Šolsko obdobje: Večina otrok z DS potrebuje šolske programe, ki so manj zahtevni od običajnega programa redne OŠ. Nekaj se jih vključi v program z nižjim izobrazbenim standardom (večinoma se ta program izvaja v OŠ s prilagojenim programom, ponekod tudi že v rednih OŠ – v razredih skupaj z vrstniki z značilnim razvojem).

Pripravila dr. Branka D. Jurišić, Sožitje – sekcija za DS



PSI VODNIKI IN PSI
POMOČNIKI V ŽIVLJENJU
SENZORNO IN GIBALNO
OVIRANIH OSEB



REPKI UPANJA IN ŠAPICE Z RAZLOGOM

Kako so nastali psi pomočniki in psi vodniki? Že v stari Grčiji so poznali pse za vodenje slepih, množično pa smo jih začeli uporabljati po 1. sv. vojni, V Sloveniji so prve pse vodnike slepih izšolali leta 1953. Aktivnosti so kmalu po tem zastale, ponovno pa so se okrepile leta 2006. Od takrat naprej imamo v Sloveniji 28 psov vodnikov za slepe in 6 psov pomočnikov za gibalno ovirane ljudi. Slovensko združenje inštruktorjev, center za šolanje psov vodnikov in psov pomočnikov, deluje v skladu z mednarodnimi smernicami. Na področju standardizacije šolanja in sprememb evropske zakonodaje so se v zadnjih letih zgodili veliki premiki. Spodbujamo enakopravno državljanstvo v vseh porah družbenega življenja tistih ljudi, ki jim jo v veliki meri omogoča prav pes vodnik ali pes pomočnik. Sodelujemo

z Evropsko zvezo psov asistentov (ADEu - Assistance Dog of Europe), Svetovno zvezo psov vodnikov (IGDF - International Guide Dog Federation) in Evropsko zvezo psov vodnikov (EGDF - European Guide Dog Federation).

Kakšne naloge opravlja pes vodnik in kakšne pes pomočnik? Vsakdo med nami si želi biti čim bolj samostojen in aktiven del družbe. Kadar osebe s posebnimi potrebami potrebujejo dodatno pomoč, jim lahko večjo samostojnost omogočijo psi vodniki in psi pomočniki. Psi tako razbremenijo druge družinske člane, pomagajo pri hišnih opravilih, nakupovanju, sprehajanju, na potovanjih ...

Psi vodniki so namenjeni slepim in slabovidnim osebam in jim predstavljajo »oči«, ker nakazujejo vse ovire na poti (pločniki, stopnice, luknje, luže ...) in poiščejo najvarnejšo pot za slepo osebo.

Psi pomočniki gibalno oviranim osebam predstavljajo »roke«. Spremljajo osebo,

ki uporablja invalidski voziček, pobira-
jo različne predmete in stvari z različnih
mest in višin in pomagajo pri odpiranju
vrat ter opravljajo še veliko drugih po-
membnih nalog.

Gluhim in naglušnim osebam predstavlja
pes pomočnik »uho« (opozarja na slišne
signale: zvonjenje telefona, alarma, sire-
ne, zvonca, trkanje na vrata, signal mikro-
valovne peči, otroški jok, klice ljudi ...).

Osebe z epilepsijo ali sladkorno bolezi-
nijo izšolan pes pomočnik opozarja na
mikro spremembe v njihovem organizmu.
Pes pomočnik lahko življenje močno iz-
boljša tudi osebam z avtizmom, psi tera-
pevti pa so v pomoč delovnim terapev-
tom, saj podpirajo glavne terapevtske
metode.

Kako druženje s psom vpliva na ljudi?

Že dolgo je znano, da psi blažijo stres,
zmanjšujejo živčno napetost in tolažijo
žalostne, stiki izboljšujejo tudi zdravstve-
no stanje, predvsem pri otrocih, saj so ti

še posebej dovzetni za dražljaje iz svo-
je okolice. Čustva in sproščeno počutje
pozitivno vplivajo na srce, dihala, krvni
pritisk in na mišice ter mnoge psihofizične
težave. Čustvena navezanost na žival se
izkazuje z dejanji in obnašanjem (potreb-
no je gibanje, govorjenje ...). Smeh znižuje
je krvni pritisk in ljudem pomaga, da se
sprostijo in to se zgodi prej v navzočnosti
živali kot človeka.

Kako se šolajo psi vodniki in psi pomoč- niki?

Psi vodniki/pomočniki gredo skozi
zahteven proces šolanja. Večinoma jih iz-
biramo iz vrst pasme labradorci in ustre-
zati morajo prav posebnim kriterijem. Pes
vodnik/pomočnik je potrpežljiv, umirjen,
prilagodljiv, drugi psi, muce, ptiči ga ne
vznemirjajo, hkrati pa je vodljiv. Kadar
oceni, da je za osebo s posebnimi po-
trebami določena situacija nevarna, sam
prevzame pobudo in uporabi svojo inte-
ligenco ter iznajdljivost. Seveda mora biti
v izredni psiho-fizični kondiciji ter zdrav.

Šolanje psa vodnika/pomočnika traja
16-18 mesecev, v tem času ga popol-
noma socializiramo, naučimo poslušnos-
ti ter specialnih znanj, izšolamo pa tudi
njegovega uporabnika, ki se mora za zanj
izbranim psom lepo ujeti, da bosta lahko
v prihodnjih letih izgradila zaupljiv in do-
ber odnos.

Kako se do psov vodnikov in pomočnikov obnašati v javnosti?

Pes vodnik in pes po-
močnik imata med delom nameščeno po-
seбно oprtnico z napisi in oznakami, da
sta delovna psa. Del opreme psa vodnika
slepih in slabovidnih oseb so tudi posebno
vodilo na oprtnici, ovratnica in povodec,
ki ga slepi drži v rokah skupaj z vodilom.
Oseba s slepoto lahko uporablja tudi belo
palico, saj si z njo pomaga pri orientaciji
in mobilnosti. Bela palica je tudi opozorilni
znak za udeležence v prometu, da se na
cesti nahaja oseba, ki ne vidi.

Ko opazimo par »pes vodnik – slepa ali
slabovidna oseba« ali »pes pomočnik –

gibalno ovirana oseba«, smo uvidevni
in delovnega psa med opravljanjem nje-
gove naloge ne motimo, ne ustavljamo,
ne božamo, se mu ne vsiljujemo in mu
ne dajemo priboljškov. S tem bi dosegli
le to, da bi pes postal pozoren na nas,
ne pa na nalogo, ki jo opravlja. Tako bi
lahko zmedli tudi lastnika, ki je namenjen
po svojih opravkih. Če hočemo stopiti v
kontakt s psom, se o tem najprej posve-
tujemo z njegovim lastnikom. Še posebej
pomembno je, da s svojimi psi ne motimo
delovnega psa, da jim ne dovolimo, da bi
se igrali, vohali ali celo spoprijeli.

Predsednica SLO-CANIS mag. Darinka
Lečnik-Urbanc in mentorica Alenka Galun

KAJ POSEBNO DOBRO VEM

Alenka Kreč Bricelj,
Kulturno ekološko društvo Smetumet



Rada kuham, na srečo mojih bližjih to počnem dobro. Včasih sem veliko risala, sedaj se veliko več ukvarjam z birokracijo. To mi ni všeč. Veseli me, kadar so učinki mojega dela hitro vidni in konkretni. Šivam, če imam čas. To se ne zgodi prav pogosto. Zares zelo rada se pogovarjam. Svojima otrokoma, Vorancu in Franji, berem pravljice. Najraje ljudske. Poskušam biti aktivna v lokalni skupnosti. Likam samo v primeru porok in pogrebov. Raje gradim odnose kot gradove v oblakih. Najbolj črn humor delim z možem. Sovražim vse komade Phila Collinsa. Imam krasne sodelavce in prijatelje. Nekateri so oboje hkrati. Cenim prismuknjenost. In odgovornost. Zamuham. Imam probleme z avtoriteto in hierarhičnimi sistemi. Vsega, kar res znam in vem, sem se naučila iz čistega veselja ali pa na najtežji možni način. Ne morem hoditi, zato uporabljam invalidski voziček.

Vse te stvari (in seveda še veliko drugih) me določajo. Nobene ne bi želela za-

menjati. Niti tiste z vozičkom. Ne morem si več predstavljati, kakšna bi bila brez teh izkušenj. Taka, kot sem, sem si všeč. Ne, ne gre samo za to, da si všeč sebi (poznam nekaj groznih samovšečnežev). Verjamem, da sem tudi zaradi izkušnje invalidnosti boljša mama, prijateljica, državljanica, žena, boljša zase ... no, občasno pa samo bolj tečna in utrujena ...

V resnici imam veliko srečo. Sem ženska s posebnimi potrebami, ki živi v 21. stoletju sredi Evrope. Imam starše, ki so me podpirali in mi pomagali, ko sem si v 3. letniku srednje šole v prometni nesreči poškodovala hrbtenico. Imam srečo, da smo živeli v Ljubljani in smo bili finančno dovolj dobro preskrbljeni. Imam srečo, da sem imela dovolj moči, da sem se lahko postavila zase. Imam brata, ki mi je na intenzivno nego prinesel dozo stepene smetane in mi s flomastrom po obrazu risal pike, da sva z njimi hecala medicinske sestre. Imela sem prijatelja, ki je naredil vse narobe

zato, ker je bilo to zame edino prav. Imam srečo, da sem kljub gibalni oviranosti lahko počela stvari, ki me osmišljajo in veselijo. Lahko sem se izobraževala. Imam super moža, ki me je štiporamo nesel že čez vse mogoče ovire. Kljub temu so njegova pričakovanja do mene popolnoma enakovredna. Imam dva krasna otroka. In da ne govorim o vseh možnostih, ki mi jih ponujata znanost in tehnologija (sodobna medicina, zdravstveni sistem, dober voziček, prilagojen avto, internet ...). To so izjemni privilegiji. Kako drugače bi mi bilo tu pred 100 leti ali pa v današnjem času v državi, ki ni del bogatega Zahoda. Kot ženska, vezana na uporabo invalidskega vozička, bi bila popolnoma izključena iz ... oh, iz življenja.

Kljub temu mi je velikokrat težko. Tu so predvsem očitne ovire, kot so stopnice, preozki prehodi, nedostopna stranišča, previsoki avtomati, police in stikala, strmi klanci, debelo nasut pesek, zasedena

parkirišča, travnik, sneg ... Neskončni birokratski postopki, ki zahtevajo za vsako področje svojo vrsto potrdila o invalidnosti. Čakanje pri osebnem zdravniku, da ti napiše recept za nove gume na vozičku. Lasje med ležaji sprednjih koles. Bizarne situacije, ko te parkiriški mojster sprašuje, ali imaš noge – ker če jih imaš, po njegovem lahko hodiš. Trapasti primeri, ko te nekdo, ki ga sploh ne poznaš, sprašuje o zelo intimnih stvareh. In še bolj trapasti občutek, ker mu ne vrneš s primerljivo zoprnim odgovorom. Ali pa ko ti na letališču izgubijo voziček. Vsiljevanje pomoči, pokroviteljstvo, pomilovanje. Prestop iz območja udobja se skriva za vsakim vogalom.

Ko sem si zlomila hrbtenico, sem bila prepričana, da imam zaradi tega neke vrste imunost in se mi ne more zgoditi nič hujšega. No, nisem je imela. Ampak če se osredotočiš na to, kaj zmoreš, in ne na vse, kar je narobe, si na dobri poti, da ti uspe drugače, več in bolje, kot si sprva

pričakoval. V takih situacijah je prav, da najprej misliš nase. Mogoče si nemočen kot še nikoli, ampak to še ne pomeni, da lahko drugi odločajo v tvojem imenu. Pomembno je postaviti se zase. Pomembno je sprejeti pomoč. Pomembno je, da se spoznaš in sprejmeš. Diagnoza nisi ti, je le okoliščina, ki je nisi izbral sam.

Aha, pa še to: posameznikova največja težava je tista, ki se njemu samemu zdi največja – o tem drugi ne moremo soditi, empatijo pa imamo lahko za vse.

PREBUJENO SRCE

Petra Greiner,
ustanoviteljica Zavoda 13 in posebna
mama, www.zavod13.org/blog



Kolikokrat rečemo, da nas boli križ in v glavi čutimo neprijeten pritisk? Boli nas ta in oni del telesa, na srce pa se spomnimo le redko, in ko nas spomni nase z bolečino, je velikokrat že prepozno. V mladosti sem svoje malo srce lepo ogradila. Dasiravno je za mano mirno in barvito otroštvo, sem ga kasneje zavarovala do te mere, da me ni prav nič prizadelo. Ob romantičnih filmih nisem potočila niti ene solze in dojenčki so bili sicer zabavni, vendar jih nisem doživljala kot kepico ene same ljubezni. Čez mnoga leta se mi rodi otrok, zaradi katerega začne po glavi divjati neukrotljiv vihar, križ z vsemi mišicami vred močno stabiliziram, da sploh lahko stojim, in vse te pritikline so zamajale močno utrdbo okrog srca. O tem organu sem začela veliko čutneje razmišljati šele po tem, ko so mi povedali, da ima moja ljubka drugorojenka dve luknjici med atriijema in ventriklo, kar je zanjo življenjskega pomena. Kadavri so mi v času študija omogočali vpogled v realno srce,

in fiziologija, s katero sem se mučila, mi je pripovedovala o vseh tistih pomembnih tlakih. Jaz pa sem, nemočna kot sem bila tiste prve tedne, z zlato nitko šivala njene luknjice. Svojo gospodinjsko nespretnost sem zamenjala za materinsko, a nerodno ljubezen. Čutno sem se dotikala njenega srca in bila še vedno previdna. Da ne bi bila prizadeta in me ne bi bolelo. Zavila sem se v realistično zgodbo o morebitni smrti mojega otroka in ostala na distanci. Tako v mislih sem si naredila scenarij, kako bo, ko bo prišlo tako daleč, in z nardnaravno čutnostjo nežno skrbela zanjo. Ona ni govorila, ni cepetala, ni me niti prepričevala ali z uporniško, sicer pozitivno silo trkala na preostale mnoge kamne okrog mojega srca. Ona je samo spala v mojem naročju. Človek bi mislil, da meditira, a je njen močni jok nakazal, da ob meni leži čisto pravi otrok. Nič svetniškega ni bilo na njej, le čuječno je vztrajala mesece in sedaj že leta. Na ultrazvoke sva včasih hodili bolj pogosto, sedaj vedno

manj. Pravzaprav jo moram spet naročiti. Samo reda radi in njenih osnovnih zdravil za srce, ki se od rojstva skorajda ne spreminjajo. Vmes se je doza diuretikov celo zmanjšala. Lepo je spet obiskati meni ljubo dr. Kanič. Zlatka nima kar tja v en dan tako zlatega imena, in samo ženska, ki pozna trpljenje, je zmožna z močnim objemom pomagati nemočni in prav tako trpeči ženski. Še pred diagnozo, v prvih dneh po UZ-ju, se je usedla z mano. Vem, da se ponavljam, ampak takih besed ni nikoli dovolj. Sedla je z mano in se pogovarjala o mojem otroku, na katerem je bilo toliko napak, da sploh ne bi smel živeti. »Kako?« smo se kasneje spraševali vsi po vrsti. Kakšna je zmožnost kompenziranja pri tako šibkem telesu? In dr. Burja, s katero sva zadnjič ravno sedeli na kavi in sedaj uživa v svojem pokoju, mi je ob najinem premiku v prestolnico, ko je bila Sofia stara 2 tedna, rekla, da tak otrok potrebuje le ljubezen. Da. Le ljubezen. In vsako srce potrebuje »le ljubezen«. Kdaj

sem se osvobodila poslednjih skal okrog svojega srca, se ne spominjam. Čutim le solze, ki mi spolzijo ne le ob filmih, temveč ob vsakodnevnih srce parajočih dogodkih; in ob objemu mojih malih posebnih prijateljev začne srce biti veličastneje in naposled se je premaknilo v možgane, ki sedaj ne le mislijo, temveč čutijo. Strast je sedaj moja začimba, ki rokam omogoča, da bolje opravljajo delo za ta ali oni projekt. Strastno se znam razjeziti ter ljubiti in brez zadržkov čutim svojo bolečino, ko mi ta prestreže vsakdanji korak.

Moje srce v mojih rokah utripa in je naposled oživel. Ob minimalnih naporih je speče čakalo na prebujenje, sedaj pa z vso močjo stiska vso svojo mišično maso in potiska ne le kri po mojem telesu, temveč ponuja ljudem okrog mene ljubezen, ki je prej nisem poznala. Prijaznost sama ni dovolj. Strast je tista, ki obarva še tako osivel vsakdan in ponuja življenje tam, kjer so vsi že obupali.



PRAVIČNA IGRA ZA VSE

V zadnjih nekaj letih smo na svetovni ravni priča vse večji poplavi igrač, ki polnijo police trgovin in omare otroških sob. Število prodanih igrač iz leta v leto narašča, za kar je več razlogov, med drugim boljša materialna preskrbljenost novih in starih staršev, ne nazadnje pa tudi večja pogostnost ločitev.

Tej rastoči potrošnji sledi seveda tudi povečana proizvodnja. Države Evropske unije so danes sicer daleč največji trg igrač na svetu – vsako leto jih namreč kupimo za približno 16 milijard evrov –, a večina igrač danes ni proizvedenih v EU, temveč na Kitajskem. Če gledamo na države EU kot na enoten trg, potem lahko rečemo, da kar 86 % vseh izvoženih igrač prihaja s Kitajske. Ker postajajo igrače cenovno vse bolj dostopne (in manj kakovostne), se je močno spremenilo tudi naše razumeva-

nje vloge igrač in posledično so se močno spremenili tudi vzorci obdarovanja.

Pomen igrač je naraščal vzporedno s tem, ko se je krepilo dojetje obdobja otroštva kot posebnega časa, namenjenega (predvsem) igri. Še zelo pozno v 19. stoletju obdarovanje otrok pretežno sploh ni bilo v navadi, če pa že, potem darila praviloma niso bila igrače, temveč predvsem oblačila, slaščice ali drugi priboljški. Igrače so otroci pogosto izdelovali sami, včasih tudi ob pomoči starejših otrok, redkeje staršev ali starih staršev.

Igrače so sprva pridobile obredni pomen, kar pomeni, da smo jih pričeli bolj množično podarjati ob posebnih priložnostih, npr. praznikih, godovih, rojstnih dnevih. A obdarovanje zgolj ob posebnih dnevih in dogodkih je danes tako rekoč stvar preteklosti. Veliko igrač kupimo kar tako, brez posebnega razloga, skorajda mimogrede. Igrače ne le podarjamo pavšalno,

tudi otroci jih vse bolj dojemajo kot nekaj povsem vsakdanjega in vseprisotnega.

Neizbežne posledice množične potrošnje igrač so seveda tudi množična proizvodnja in nepredstavljive količine odvrženih igrač, ki skupaj z drugimi odpadki polnijo naša smetišča ali smetišča drugih držav. Veliko igrač – zlasti tistih, ki so narejene iz več različnih materialov – je namreč skoraj nemogoče reciklirati, zato pogosto pristanejo v skupini najmanj zaželenih odpadkov. Številne igrače danes niso več nikakršna dragocenost, zato je kratka tudi njihova življenjska doba.

Ker postajajo igrače vse bolj množičen pojav in ker se njihova proizvodnja in potrošnja prilagajata vzorcem delovanja potrošniške družbe, je pomembno spregovoriti tudi o posledicah, ki jih ti vzorci prinašajo. Posel z igračami je resen, pogosto tudi krvav posel, in stvari, ki naj bi našim najmlajšim pričarale nasmeh na

ustnice, se lahko kaj hitro izkažejo za nekaj povsem ... nezaželenega.

Vseprisotna plastika

Velika večina igrač je danes narejenih iz plastike, ki jo pridobivamo s predelavo surove nafte. Za izdelavo igrač se uporabljajo različne vrste plastike (polimerov). Čeprav je večina plastičnih igrač varnih, saj so polimeri v svoji čisti obliki stabilni in nestrupeni, pa plastiki, ki se uporablja v proizvodnji igrač (zlasti raznih lutk in drugih mehkih predmetov), pogosto dodajajo razne mehčalce in druge aditive, ki so zdravju in okolju nevarni.

Presenetljivo veliko plastike v obliki plastičnih odpadkov konča v oceanih. Vsako leto proizvedemo približno 300 milijonov ton plastike in dobra desetina je konča v oceanih. Morski tokovi ustvarjajo t. i. otoke plastike, ki resno ogrožajo življenje v morju. Po najbolj skromnih ocenah je naj-

večji med njimi dvakrat večji od Nemčije. Drugi raziskovalci ocenjujejo, da bi bil lahko celo dvakrat večji od ZDA.

Vezja, ki nas zabavajo in zamorijo

Z razvojem tehnologije je prišlo do velikih sprememb tudi pri proizvodnji igrac. Številne med njimi vsebujejo elektronska vezja, pri čemer ne gre samo za igralne konzole in druge elemente zabavne elektronike. Elektronska vezja vsebujejo najrazličnejše igrače – od namiznih iger, avtomobilčkov do punčk in plišastih igračk. Vezja vsebujejo nekaj ducatov različnih kovin (zlato, nikelj, srebro, platina, baker, krom, kositer in druge) ter mikročipe, ki uporabljajo izjemno trdne in visoko prevodne elemente. Približno leta 2000 se je pričela v proizvodnji elektronskih naprav močno povečevati raba tantala, ki ga skupaj z niobijem najdemo v rudi z imenom koltan. Po najnovejših ocenah se 80 % svetovnih zalog koltana nahaja v DR Kon-

go, kjer se je med letoma 1998 in 2003 odvijala t. i. »afriška svetovna vojna«.

Vsako leto se na svetu uporablja vse več elektronskih naprav. To povzroča ogromen porast količine odpadkov, ki vsebujejo nevarne toksične kemikalije in težke kovine, ki jih je zelo težko varno odlagati oziroma reciklirati. Mednje spadajo tudi številne igrače njih. Količina elektronskih odpadkov trenutno strmo narašča, saj je življenjska doba elektronskih naprav vse krajša.

V Evropi se količina elektronskih odpadkov povečuje za 3–5 % letno, tj. vsaj trikrat hitreje kot skupna količina vseh odpadkov. Evropske države predvidevajo, da se bo proizvedena količina elektronskih odpadkov v naslednjih petih letih potrojila.

Ko elektronske naprave odslužijo svoje, se pogosto nezakonito izvažajo iz Evrope, ZDA in Japonske v azijske (Indija, Kitajska) ali afriške države (Gana, Nigerija,

Egipt), kjer je predelava toksičnih odpadkov mnogo cenejša. Ceneno predelavo omogočajo ohlapnejša zakonodaja in nizki standardi. A problem neobstoječe zakonodaje ni zgolj problem držav, v katere se stekajo odpadki. Odgovornost za nastalo situacijo je predvsem na strani držav izvoznic, med katerimi prednjačijo ZDA in evropske države.

Sodobna punčka iz cunj

Naše babice so svojim otrokom in vnukom morda še šivale punčke iz cunj, a danes je preprosteje iti po novo punčko v najbližjo trgovino. Z malo truda jo lahko najdete kar v bližnji špeceriji. Kadar izbiramo igrače in oblačila za svoje otroke, radi posežemo prav po bombažnih izdelkih, saj za bombažna oblačila domnevamo, da so bolj zdrava, ker gre za naravna vlakna. Žal je resnica pogosto precej drugačna. Izdelki iz bombaža so lahko zdravi, kakovostni, varni in trpežni, vendar je

danes večina bombaža proizvedenega na način, ki zagotavlja vse prej kot to.

Kepice bombaža so dobesedno prepeljene s strupenimi kemikalijami, še preden zapustijo polja. Zaradi namakalnih sistemov polj bombaža je med drugim izginilo nekoč ogromno Aralsko jezero, ki je predstavljalo četrti največji rezervoar pitne vode na Zemlji. Zaradi nizke odkupne cene bombaža na bombažnih poljih pogosto delajo otroci, saj so marsikje najcenejša (brezplačna) delovna sila.

Sodobna punčka iz cunj ni lutka, ki bi jo iz kosov izrabljenih oblačil sešile skrbne roke ob zimskih večerih, temveč je lutka, ki je na svoji poti do nas verjetno prepotovala več držav, kot jih bomo mi kdajkoli, ter šla prek več rok, kot jih lahko stisnemo v enem dnevu. Na svoji poti pa je ta lutka videla stvari, o katerih naj starši ne bi govorili otrokom, še rajši pa si pred njimi oči zatisnemo tudi sami.

Neomejena možnost izbire vedno istega ...

V globaliziranem svetu, ki ga vse bolj obvladuje moč transnacionalnih družb, tudi igrače niso imune na njihov vpliv. Množična proizvodnja igračk tako ustvarja vse bolj homogeno in monotono družbeno-kulturno krajino, čeprav je, paradoksalno, raznovrstnost igračk večja kot kdajkoli prej. Le štiri največja podjetja tako npr. obvladujejo več kot tretjino evropskega trga z igračami.

Z razvojem tehnologije izdelave igračk, z njihovo široko dostopnostjo, zaradi katere smo jih skoraj prisiljeni kupovati, se otroci že v najmlajših letih soočajo s frustracijo (prevelike) izbire, ki vodi v anksioznost, apatijo in vzbujanje potrebe po vedno novih zunanjih dražljajih. Ker je vse dostopno, je pričela izginjati možnost, da bi lahko kaj ustvarili tudi sami, pa čeprav zgolj v lastni fantaziji. In prav s tem zapiranjem možnosti različnih interpretacij

nam poplava igračk odvzema to, kar je potencialno najbolj dragoceno – sposobnost zamišljanja nepredstavljivega. Brez tega pa ostajamo za vedno ujeti le v svet tega, kar že poznamo ...

Proizvodnja igračk, uporabljeni materiali ter tehnike, delovni pogoji in ne nazadnje tudi problem odsluženih igračk so kompleksne tematike, ki smo se jih v zgornjem tekstu le na hitro dotaknili. Več si lahko o tematiiki prebereš na www.humanitas.si.

Rene Suša, Društvo za človekove pravice in človeku prijazne dejavnosti Humanitas



IGRAČE S POPOTNICO

Igrače lahko razumemo kot orodje za pomoč otrokom pri razumevanju sveta odraslih. So kot prevajalniki, ki pomagajo otrokom na njim razumljiv način dojemati ne le to, kakšen je svet, ampak tudi to, kakšen si želimo, da bi bil v prihodnje. Zaradi negotovosti pri odločanju, koliko igrač in kakšne naj ponudimo otrokom, se mnogi starši in vzgojitelji soočamo s tesnobo. Velika večina nas ugotavlja, da imajo naši otroci preveč igrač, skrbi nas tudi njihova kakovost. Kot »svetovalci« se nam vsiljujejo proizvajalci in prodajalci igrač, ki nas v želji po čim večjem dobičku silijo v nakupe, ki niso vedno v soglasju z našimi vrednotami.

Kadar se želimo o izbiri igrač odločiti v skladu s tem, za kar verjamemo, da je dobro za naše otroke, in brez motečih »nasvetov« trgovcev, si lahko pomagamo z enostavnim pripomočkom. Pomislite, s

kakšno družinsko popotnico želite pospremiti otroka v svet in kaj mu želite preko igrač sporočiti. Naredite si kratek seznam družinskih vrednot, ki vam bodo v oporo pri odločitvah, koliko igrač in kakšne naj ima vaš otrok. Ali svojemu otroku želite, da bo verjel, da jok usliši vse želje, tudi če so te nerealne? Mu želite, da se bo znal dlje časa s čim zamotiti? Da bo ustvarjal, tudi kadar ne bo imel za to vseh pričakovanih pripomočkov? Da bo znal deliti z drugimi? Da bo spoštljiv do vseh in odprt do drugih kultur? Da bo podpiral lokalno proizvodnjo? Da bo verjel v nenasilno komunikacijo? Vse to lahko otroku poveste z igračami.

Za začetek naj velja, da naši otroci potrebujejo manj igrač in te bolj kakovostne, ob naslednjem obisku trgovine z igračami pa ne pozabite na »plonkeglc« za nakup glasnikov boljšega sveta.

Če je ena vaših vrednot kar najboljša skrb tako za otroke kot za okolje, vam lahko pridejo prav naslednje smernice:

- »lokalne« igrače naj imajo prednost pred tistimi, ki prihajajo od daleč,
- boljše so igrače iz naravnih in obnovljivih materialov,
- če je mogoče, izberite igrače z ekološkimi certifikati ali z znamko pravične trgovine,
- kupite kakovostno izdelane, trpežne igrače, ki lahko preživijo tudi več generacij in mnogo otrok,
- pomislite na to, kakšen odpadek bo igrača; je po uporabi sestavne dele mogoče primerno ločiti in reciklirati/kompostirati?

Nina Prešlenkova, ustanoviteljica ZOOPI,
Zavoda za otrokom in okolju prijazno igro

SPOROČILA O SKRBI

Lillehammer University College in jaz kot kontaktna oseba smo veseli, da smo partnerji pOSEBNIH prijateljev. Uživala sem v svojih obiskih v Ljubljani in sodelovanju v številnih delavnicah, projektih Carrot-mobs in dialogih znotraj tega projekta. Menim, da je projekt dober primer akcij, kakršne svet dandanes potrebuje in da se lahko marsikaj naučimo, če združimo skrb za naravo in skrb za ljudi.

Človeštvo se sooča z resnimi izzivi, povezanimi s podnebnimi spremembami in siromašenjem ter onesnaževanjem naravnih virov. Vplivne nacionalne in mednarodne ustanove predlagajo, da nadaljujemo s poslom kot običajno, s povečano proizvodnjo in potrošnjo, vendar v bolj zeleni preobledi. Zato so trenutno popularni izrazi, kot so zelena rast, zelene tehnologije, zelena potrošnja ipd. Vendar

pa obstaja veliko razlogov za prepričanje, da to ne bo rešilo težav in jih lahko še poglobi. UNESCO (Končno poročilo, Pariz 2014) zaključuje, da »ekonomske in tehnološke rešitve, politične regulacije in finančne iniciative niso dovolj. Potrebujemo temeljno spremembo v našem načinu razmišljanja in delovanja.«

»Grassroots« gibanja in državljani po vsem svetu zahtevajo spremembe. Podnebne spremembe razumejo kot del obsežnejših problemov v ekonomiji, družbi in politikah. Protestirajo ne le proti nezadostni učinkovitosti vlad pri podnebnih vprašanjih, temveč tudi proti uničevanju zemlje in virov ter proti izkoriščanju, neenakosti in revščini, ki sledijo iz favoriziranja ekonomske rasti. Zahtevajo družbo in ekonomijo, zgrajeno na drugih vrednotah, na vrednotah, kot so sodelovanje, svoboda odločanja, sonaravno življenje, enakost in vključenost vseh. Mnoge organizacije in državljani ne le protestirajo, temveč

tudi ustvarjajo nove načine življenja in delovanja v skladu s temi vrednotami. pOSEBNI prijatelji so del tega velikega in še rastočega globalnega gibanja.

Smetumet iz odpadkov izdeluje nove uporabne stvari – s preprosto tehnologijo, večinoma lastnoročno. V bogatih državah se moramo naučiti to početi velikopotezno. Dandanes pretvarjamo vire v odpadke v takšnem obsegu, da s tem uničujemo biotsko raznolikost in predstavljamo grožnjo vsemu življenju na planetu. Če bi imel vsak človek na svetu enak ekološki odtis kot Evropejci, bi potrebovali več kot dva planeta! Zato moramo mi v bogatih državah svoj odtis bistveno zmanjšati. Eden pomembnih načinov, kako to doseči, je ponovna uporaba in zmanjšanje odpadkov.

Sporočila izdelkov pOSEBNIH prijateljev so pomembna: to so sporočila o naravi, ponovni uporabi in prekomerni potrošnji – in sporočila o skrbi. Skrbi za okolje in za

ljudi. Ko se otroci igrajo z igračami s posebnimi potrebami, se učijo in razvijajo sočutje do sebe in drugih. Ko svoje poškodovane igrače prinesejo na delavnico, da bi jih popravili, se učijo skrbeti za svoje stvari tako, da jih popravijo, namesto da bi jih kar zavrgli. S temi izkušnjami se v otrocih (in odraslih) razvijajo vrednote in znanja, ki so lahko navdih tudi za druge prakse v vsakdanjem življenju in družbi. Pogledi na svet se lahko razširijo in vključijo predanost delu za naravo, okolje in bolj vključujočo ter pravičnejšo družbo, tako lokalno kot globalno. To potencialno razširitev omogoča dejstvo, da se nekatere delavnice pOSEBNIH prijateljev osredotočajo na globalne teme, kot so begunci, prekomerna potrošnja ali proizvodnja in potrošnja igrač po svetu. S tem ta projekt gradi mostove med lokalnim in globalnim.

V projekt je vključenih veliko različnih partnerjev. Nekateri so tradicionalne ustanove: univerze, bolnišnice, vrtci in šole.

Drugi so socialna podjetja in nevladne organizacije, ki delujejo na področju ekologije in človekovih pravic. Vsi v projekt vnašajo svoja znanja in izkušnje. Delo s tako različnimi partnerji je seveda zahtevno in terja veliko časa in potrpljenja. Vendar pa menim, da so pOSEBNI prijatelji dober primer, kako lahko sodelovanje različnih akterjev in različnih temeljnih principov projekt bogati in mu koristi.

Pri Smetumet so se odločili, da se bodo srečali z ljudmi v njihovem lokalnem okolju: v parkih, na ulicah, v kavarnah ter v šolah, vrtcih in bolnišnicah. Verjamem, da je to dobra odločitev, srečati ljudi tam, kjer so, namesto da bi jih skušali privabiti k sebi. Delovne metode so: povabiti otroke in odrasle k nadaljevanju izvajanja svojih dejavnosti, vendar na nekoliko drugačen način – ali k povsem novim načinom ravnanja. Kakorkoli, ljudi vabijo k zabavnim, igrivim in ustvarjalnim izkušnjam (namesto bolj ali manj dolgočasnih predavanj, ki jih

imam jaz!). Takšne izkušnje lahko izzovejo in vplivajo na znanje, razmišljanje in prakse ljudi.

Za konec: menim, da se lahko ljudje v Sloveniji, na Norveškem in v drugih državah od pOSEBNIH prijateljev veliko naučijo – tako glede vsebine kot glede delovnih metod. Pri tem nas pOSEBNI prijatelji navdihujejo, da tudi sami ustvarjamo lokalne projekte, ki so lahko pomemben prispevek naši skupni viziji pravičnega, zdravega in smiselnega sveta za vsa živa bitja.

Dr. Anne Bregnballe, Lillehammer
University College





HVALA.

