

S prostovoljci za lepši vsakdan

Čeprav zakon o prostovoljstvu tudi javnim zavodom omogoča, da razvijajo prostovoljsko delo, se tega področja lotevajo le redki. Še največ (dolgoletnih) izkušenj z njim imajo domovi starejših občanov, kjer pa običajno nimajo osebe, ki bi delovala samo na tem področju. Primer odlične prakse je Zavod za oskrbo na domu Ljubljana, kjer poleg oskrbe na domu že leta zelo uspešno razvijajo tudi organizirano prostovoljstvo in medgeneracijsko sodelovanje.

»Prostovoljstvo je treba zastaviti dolgoročno, razvijati programe in nove oblike prostovoljskega dela, delati s prostovoljci, jih znati motivirati, tudi spremljati, da ne pride do kakšnih zlorab,« pojasnjuje Amir Crnojevič, vodja programa organiziranega prostovoljstva in medgeneracijskega sodelovanja, ki ima s prostovoljskim delom dolgoletne izkušnje.

Na zavodu je mentor kar 62 prostovoljcem. »To so tisti, ki so res aktivni, torej na mesec opravijo najmanj osem prostovoljskih ur. Najmlajša prostovoljka je stara sedem let in sodeluje pri projektu Urbano vrtičkanje z babico in dedkom. Najstarejša pa je gospa pri 85 letih.« Nekateri so že prej skrbeli za stare starše ali starše ali pa so bili prostovoljci v domu starejših občanov. Med prostovoljkami je kar nekaj študentk fakultete za socialno delo in zdravstvene fakultete. Kot pravi Crnojevič, je ves čas v stiku z njimi, prostovoljci vedo, da ga lahko kadar koli pokličejo ali se oglasijo pri njem, sicer pa se srečujejo na rednih sestankih, supervizijah, enkrat letno zanje organizira strokovno ekskurzijo in izlet.

V družbi dan hitreje mine

Vsakogar, ki si želi opravljati prostovoljsko delo v zavodu, najprej povabi na razgovor. Tako najlaže preveri motive in ali ima veselje do druženja z ljudmi, je spoštljiv, strpen, empatičen. Vsak prostovoljec opravi uvodno usposabljanje, kjer spozna zavod in se seznanja s delom. Pomembna tema usposabljanja je tudi destigmatizacija starejših ljudi. Tisti, ki želijo, se lahko kasneje udeležijo tematskih usposabljanj na primer za druženje z osebami z demenco, invalidi ali starostno oslabelimi uporabniki.



Amir Crnojevič (na fotografiji levo) in udeležnica lanskega dneva odprtih vrat zavoda

Največ prostovoljcev se odloči za individualno družabništvo z uporabniki socialnovarstvenih storitev na njihovem domu. Na prvi obisk Amir Crnojevič spremlja prostovoljca, da se formalno dogovorijo, kdaj in kako bodo potekala srečanja, kaj bodo počeli. Običajno se pogovarjajo, berejo skupaj, igrajo družabne igre, gredo na sprehod in podobno.

»Izberemo tiste uporabnike, ki so osamljeni ali nimajo prav široke socialne mreže in bi bili veseli družbe. Saj veste, socialne oskrbovalke nimajo vedno časa sesti z njimi ob čaj in poklepetati, žal ... Seveda jih prej povprašamo, ali si želijo obiskov. Potrudimo se, da najdemo take pare, ki si nekako ustrezajo, in da družnje ni kratkoročno. Med uporabnikom in prostovoljcem se spletejo kar močne vezi in je težko, če prostovoljec po nekaj tednih odide. Uporabnik ima občutek, kot da je storil kaj narobe,« pravi sogovornik in omeni,

da so doživeli že kar nekaj lepih zgodb medgeneracijskega sožitja. »Sodelujemo z gospo, ki je stara 82 let, po rodu iz Egipta, vendar že petdeset let živi v Sloveniji. Povedala je, da bi rada izpilila dvojino, ki je ne zna uporabljati. Kot po naključju smo našli prostovoljko, ki je že dolgo imela željo učiti se arabsko. Tako si zdaj vzajemno izpopolnjujeta znanje. Še zanimivejši pa je drug primer. Gospa je stara 98 let, nepomična, nima sorodnikov, da si želi družbo, nam je povedala sosedu. Zna že sedem tujih jezikov, želela pa se je naučiti še latinščine. Takrat sem se pa zamislil, kje naj dobim koga, ki zna latinsko. Vendar smo prek portala Prostovoljstvo.org našli študentko filozofske fakultete, ki obiskuje zadnji letnik latinščine. Gospa je bila presrečna, ko sem ji povedal, si je že vnaprej kupila učbenik in zdaj se s prostovoljko družita dvakrat na teden. To so primeri, ki mi vlijejo novih moči



Najmlajša prostovoljka sodeluje pri projektu Urbano vrtičkanje z babico in dedkom.

za naprej, saj kažejo, da smo na pravi poti,« z navdušenjem pripoveduje Crnojevič.

Podpora svojcem

Tudi svojci so zelo naklonjeni obiskom prostovoljcev, saj jih prostovoljec vsaj za kakšno uro razbremeni. »Tisti, ki se željo družiti z osebami z demenco, opravijo še dodatno usposabljanje pri združenju Spominčica, s katerim zelo dobro sodelujemo.« V Zavodu za oskrbo na domu Ljubljana sicer že peto leto potekajo mesečna srečanja skupine za samopomoč svojcev oseb z demenco. »Vsaj tretjina naših uporabnikov ima demenco in svojci so zelo hvaležni za vsako priložnost, ko lahko izmenjajo izkušnje, vprašajo za nasvet ... Opazili pa smo, da postajajo že po pol ure precej nemirni, začenja jih skrbeti, kaj se dogaja doma. Zato smo se odločili, da skupino razširimo, in sicer tako, da jih bodo pripeljali s sabo. Medtem ko bodo imeli svojci svoje srečanje, bova z delovno terapevtko vodila biblioterapijo za osebe z demenco. Usmeritve sva dobila na Psihiatrični kliniki Ljubljana, kjer že izvajajo biblioterapijo, načeloma naj bi prebrali odlomek iz knjige, ki jo vsi dobro poznamo, in se pogovarjali o temi. Seveda je izziv tudi za naju s kolegic, ker so uporabniki v različnih fazah bolezni. Se bova pa sproti prilagajala, morda bova vključila likovno ustvarjanje ali glasbeno animacijo ... Februarja začnemo,« se sogovornik že veseli novega projekta. Prostovoljci se lahko vključijo tudi v katero od drugih dejavnosti. V sklopu programa medgeneracijskega sodelovanja v zavodovih prostorih na Poljanski 97 organizirajo jezikovna

tečaja ruščine in španščine za starejše. Prirejajo tudi ustvarjalne delavnice. Med drugim skupina prostovoljk že tretje leto izdeluje punčke iz cunj za Unicef, do zdaj so jih izdelale že več kot sto. Priljubljene so delavnice za krepitev spomina, eno vodi Jasmina Lambergar, specialistka za možganski fitness. Občasno uporabnike peljejo na dogodke zunaj hiše, v galerijo ali muzej, na izlet, na kakšno prireditev. V maju pripravijo dan odprtih vrat zavoda, v oktobru tradicionalno letno srečanje uporabnikov, v decembru pa novoletno srečanje na srednji frizerski šoli. Vse dejavnosti so za uporabnike brezplačne, vsak mesec na dom dobijo napovednik, da se lahko prijavijo na posamezne dogodke, informacije objavljajo še na spletni strani zavoda in Mestne občine Ljubljana, v glasilu Ljubljana in na Facebookovi strani zavoda.

Medgeneracijsko vrtičkanje

Projekt, ki je Amirju Crnojeviču še posebej pri srcu, saj je njegov avtorski, je Urbano vrtičkanje z babico in dedkom. »Že nekaj let obdelujem vrtiček na Ježici in ugotovil sem, da so na vrtovih predvsem starejši, mlajši sicer imajo željo, nimajo pa dovolj izkušenj in znanj, zato jim hitro zmanjka volje.« Tako se je porodila ideja o medgeneracijskem projektu, kjer bi izmenjavali znanje in izkušnje, skupaj obdelovali skupnostni vrt in skupaj porabili pridelke. K sodelovanju so povabili javni zavod Mladi zmaji in Mestno zvezo upokojencev Ljubljana, točneje Dnevni center aktivnosti za starejše na Puhovi, ki imata prostore za Bežigradom. »Veliko udeležencev je iz neposredne okolice, pridejo pa tudi z

Premalo socialnih oskrbovalk

Medtem ko na Zavodu za oskrbo na domu Ljubljana s pridobivanjem prostovoljcev nimajo težav, jim za izvajanje osnovne dejavnosti – oskrbe na domu – zelo primanjkuje socialnih oskrbovalk in oskrbovalcev. Letos, ko je začel veljati zakon o osebni asistenci, se je stanje še poslabšalo. Med drugim je povzročil veliko nejevolje zaradi anomalij v plačnem sistemu. Oskrbovalke so na zavodu uvrščene v izhodiščni 19. plačni razred, osebni asistenti, ki pa imajo enako izobrazbo in opravljajo tako rekoč enako delo, pa so v 23. plačnem razredu. Na to so že opozorili Mestno občino Ljubljana, ki jim pomaga pri iskanju rešitev, pa tudi pristojno ministrstvo. Področje dela s starejšimi je treba urediti tako, da bo imela starejša populacija vso pomoč, ki jo dejansko potrebuje, le tako bodo lahko tisti, ki želijo starost preživeti na svojem domu, doma živeli lepo in dostojanstveno, opozarjajo na zavodu.

drugih koncev Ljubljane, vsakega novega prostovoljca smo veseli. Ob petkih imamo običajno skupne delovne akcije, po delu se še družimo. Zunaj sezone pa pripravljamo delavnice, recimo o kompostiranju, uporabi zelišč ...« razloži Amir Crnojevič. Ko je obilje pridelkov, v prostorih dnevnega ali mladinskega centra, oboji imajo kuhinjo, skupaj pripravljajo jedi. To je tudi priložnost, da starejše gospe mlajše udeležence naučijo pripravljati zdrave, okusne obroke. Komaj čakajo na tretjo vrtnarsko sezono. Že zbirajo nove zamisli, med drugim nameravajo vrt opremiti z vrtnim pohištvo iz palet, ki ga bodo izdelali sami.

Anita Žmahar
FOTOGRAFIJI: ARHIV ZOD