

Delček iz Pomurja v mozaik

Evropskega leta aktivnega staranja in solidarnosti med generacijami

V torek, 13. novembra 2012 je v Centru starejših občanov Murska Sobota potekal **slovesen zaključek enoletnega usposabljanja** in izobraževanja prostovoljk in prostovoljcev za vodenje skupin starih ljudi za samopomoč.

Usposabljanje, ki se je začelo novembra 2011, je zaključilo 17 prostovoljk – voditeljic in en prostovoljec – voditelj. Udeleženci usposabljanja so prihajali na torkova srečanja s celotne Pomurske regije. V sklopu usposabljanja je bilo ustanovljenih šest novih skupin.

Kaj si člani in voditeljic skupin skozi redna tedenska druženja v skupini lahko ustvarimo so v tem letu spoznali člani dveh novoustanovljenih skupin v zunanjem okolju in sicer v občini Odranci in občini Beltinci ter člani in članice treh novoustanovljenih domskih skupin ter ene mešane skupine, ki povezuje stanovalce Doma Janka Škrabana, Beltinci in občane Beltincev.

Devet voditeljic pa je vodilo skupino že pred vključitvijo v program usposabljanja in izobraževanja ter so svoje prostovoljsko delo v programu dopolnile s teorijo s področja skupinskega dela in metodologije dela v skupinah za samopomoč, pomena in načina aktivnega poslušanja, načina komunikacije s starimi ljudmi, pomenom medgeneracijskega povezovanja, aktivnega staranja....

Vsekakor pa izvajanje in širjenje programa ne bi bil mogoč brez podpore sofinancerjev, kjer se program izvaja. Tokratno usposabljanje in izobraževanje v Pomurju so podprli naslednji sofinancerji:

- Dom starejših Rakičan, Murska Sobota
- Strokovno društvo medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Pomurja
- Župnijska Karitas, Beltinci
- Dom starejših Lendava
- Občina Odranci
- Občina Beltinci
- Zavod sv. Cirila in Metoda, OE dom Janka Škrabana, Beltinci
- DOSOR dom starejših občanov d.o.o., Radenci
- Center starejših občanov d.o.o., Ormož

Zveza društev za socialno gerontologijo Slovenije se zahvaljuje vsem sofinancerjem usposabljanja in izobraževanja.

Nekaj misli, ki so jih zapisale prostovoljke in prostovoljec v zaključni nalogi.

»Potrebo po znanju sem začutila ravno ob svojem prostovoljskem delu, katerega z veseljem opravljam. Ob povečanju vse večje socialne stiske ljudi v moji okolici, je pogosto prihajalo do velikih pritiskov na nas prostovoljce, še posebej sodelavce v humanitarnih organizacijah, saj so se mnogi na nas obračali z mislijo, da smo mi dolžni rešiti vse socialne in ekonomske stiske. » (Jožica)

»Sedaj, ob koncu izobraževanja vem, da sem se prav odločila, pridobila sem veliko novega znanja, prijateljev, pridobila sem na samozavesti. V učeči skupini sem se počutila čudovito, zadovoljno, s srečanj sem odhajala nabita s pozitivno energijo. Skratka imela sem se krasno. Najlepši pa je občutek, da s tem pridobljenim znanjem lahko nekemu polepšam dan.« (Majda)

»Člani skupine Pomlad so radoživi, radi se šalijo, sami sebe občudujejo, da so doživeli takšno starost. V skupini so starostniki iz cele Slovenije in iz drugih držav. So različnih ver in običajev, z različno govorico in različnih nazorov. To nas pri pogovoru ne omejuje, saj se izogibamo tem o veroizpovedi, narodnosti. Poiščemo skupne izzive in teme, ki nas povezujejo.« (Suzana)

»Starostniki velikokrat rabijo nekoga za spodbudo. In tedensko druženje v skupini za samopomoč je lahko odlična odskočna deska za tkanje novih poznanstev, navezovanje stikov in izmenjavo izkušenj ter pripovedovanje življenjskih zgod. Redno druženje jih poveže, pa naj bodo to skupine v domovih za starejše, ali pa v lokalni skupnosti. Posamezniki se čutijo močnejši v skupini, pa naj bodo to mladi ali pa starejši ljudje, če so zdravi ali pa bolani. Vsi sprejemamo in smo sprejeti« (Dušan)

Iskrene čestitke vsem ob zaključku usposabljanja za vodenje skupin starih ljudi za samopomoč. To je ena izmed stopničk v prostovoljskem delu. Želim vam veliko prijetnih trenutkov ob druženju s starimi ljudmi in podpore, ki si jo boste kot prostovoljci v programu ustvarili v intervizijskih skupinah in ob strokovni podpori s strani strokovne službe Zveze društev, ki vam je vedno na razpolago.

Zbrala in zapisala; Danijela Zimšek Kralj

Maribor, 14.11.2012