



**Zaključna prireditev projekta
Domača obrt - pot do zaposlitve II
Projektno delo: Saška Žnidarc in
Barbara Dolničar.**

Soča.
Foto: Vinko Grgič.

ŠENT

GLASILO SLOVENSKEGA ZDRUŽENJA ZA DUŠEVNO ZDRAVJE

ŠENT 3/ julij - september 2014

www.sent.si

Glasilo ŠENT je elektronski brezplačnik. Izhaja štirikrat letno. Naslednja številka izide predvidoma konec decembra.

ŠENT- Slovensko združenje za duševno zdravje je nevladna in neprofitna organizacija, ki deluje v javnem interesu na območju Republike Slovenije v skladu z ustavo in ob doslednem spoštovanju temeljnih človekovih pravic. Poslanstvo združenja je psihosocialna rehabilitacija oseb s težavami v duševnem zdravju z namenom izboljšanja njihovega socialnega položaja in krepitve njihove moči pri skrbi zase, še zlasti pa ustvarjanja možnosti za njihovo čim bolj kakovostno in samostojno življenje.

Glasilo Šent namenja svoj prostor vsem, ki jih zanima področje duševnega zdravja. Odprt je za mnenja, stališča in predloge. Prizadeva si informirati in izobraževati uporabnike služb za duševno zdravje, njihove svojce in strokovne delavce.



Uvodnik

Glasilo ŠENT je namenjeno vsem, ki jih zanima področje duševnega zdravja. V njem ustvarjalci pišete o dogodkih, ki se odvijajo na lokalni ravni, državni in mednarodni ravni. Nemalo je izpovednih prispevkov. Naš medij je priložnost za večjo prepoznavnost združenja, zmanjševanje stigme na področju duševnega zdravja, za objavo vaših čudovitih zgodb in pesmi, polnih bolečine, življenjskih spoznanj in hkrati občutkov hvaležnosti življenju.

Naše združenje se promovira na različne načine in vedno znova iščemo nove poti. In nismo edini, nevladne organizacije, ustanovljene z namenom bogatejšega, kakovostnejšega življenja državljanov, pravičnejše in pestrejše družbe, se borimo, da najdemo pot do ljudi in da ljudje najdejo pot do nas. In prav to smo sodelujoči videli na LUPI - festivalu/bazarju nevladnih organizacij. LUPA se je odvijala v četrtek, 18.9. 2014 v središču Ljubljane, z namenom predstavitve slovenskih nevladnih organizacij. Le-te smo se predstavljale mimoidočim, se spoznavale, delile promocijski material, iskale in našle pot do marsikoga. In še naprej se trudimo premostiti ovire, opogumljati ljudi, da se borijo za svoje pravice, da poklonijo svoj prosti čas ljubi dejavnosti ali da poiščejo pomoč, kadar se znajdejo v stiski. In pomoč nudimo tudi nevladniki. Seveda pa je najboljša promocija zadovoljna beseda zadovoljnih uporabnikov storitev.

Rebeka Novak



Uredništvo:
Rebeka Novak, Barbara Dolničar.

Oblikovanje in prelom:
Andreja Štepec.

Povzetki, prevodi in reprodukcija tega glasila se dovoljujejo, vendar ne za prodajo v komercialne namene, s tem, da se imenuje vir dobljenih podatkov. Prispevkov in fotografij ne honoriramo in ne vračamo.

DOGODKI IN NOVICE

Barbara Dolničar:

Posvet *Destigmatizacija zaposlovanja ranljivih skupin*

IZ ŽIVLJENJA CENTROV

DC ŠENTKNAP TRBOVLJE

Ines Gril in Kristjan Šimunič:

ŠENTKNAP-ovci na Kleku

DC KOČEVJE

Dejan Šmalcelj:

EX TEMPORE, gremo na morje!

Bojana Močnik:

Izlet na morje v Fiesio

Klara Košir:

Peka piškotov

Darinka Mazalica:

Piknik v Gaju

Člani DC Kočevje:

Zahvala Tatjani Romih

DC ŠENTMAR KOPER

Nada Čupkovič in ŠENTMAR-ovci:

Vsak košček šteje

»Vsi skupaj smo za«

Nada Čupkovič:

Ful, ful happy!

JEFF v Kopru

DC NOVA GORICA

Aleksandra Vončina:

Festival NVO tudi tokrat navdušil

Izlet z ladjico

Poučen izlet v Piran...

Margherita Humar:

Sečoveljske soline gostile ŠENT-ovce

DC ZA UPORABNIKE PREPOVEDANIH DROG

NOVA GORICA

ŠENT-ovci:

Gremo mi na morje

DC AJDOVŠČINA

Jožica Čehovin:

Izlet v neznano

Obiskali smo Rakov Škocjan

ŠENT-ovci iz Ajdovščine:

In smo šli

DC ŠENTGOR RADOVLJICA

Branka Špruk:

Šentgor-ov izlet v Dovžanovo sotesko

Marija Zupanc:

Pohod po Kobariški zgodovinski poti

DC ŠENT CELEIA CELJE

Ivica Trafela:

Izlet v Piran

DC POSTOJNA

Damjan:

Izlet

Tomo:

3. ŠENT-ov dobrodelni tek v Rakovem Škocjanu

DC ZA ZMANJŠEVANJE ŠKODE ZARADI

DROG VELENJE

Fanika Lončar:

Predavanje *»Mladi in duševno zdravje«*

Okrogla miza *»Vloga lokalne skupnosti pri nizkopražni obravnavi zasvojenosti«*

Podarjena oblačila in obutev s strani

Zadruga Dobrete

DC ŠKOFJA LOKA

Jože M.:

Voje - slap Mostnice

DC NOVO MESTO

Sabina Rangus:

Gongi

Zoran S.:

Telovadba

Marjan Osolnik:

Kuhanje satarša

Almir Poljak:

Izdelava okvirja iz lepenke

Ana Alessandra:

Trganka

IZ ŽIVLJENJA STANOVANJSKIH SKUPIN

Stanovalci:

Stanovanjska skupina Šentvid

Robert Pišot - Fiš:

Selitev

PROJEKTNO DELO

Saška Žnidarc in Barbara Dolničar:

Zaključna prireditev projekta *Domača obrt - pot do zaposlitve II*

DELO JE NAJBOLJŠI ZDRAVNIK

Erna Sarač:

Vloga delovnega terapevta v zaposlitveni rehabilitaciji

FORUM SVOJCEV

mag. Edo P. Belak:

Predstavitel knjige *»Enost v različnosti«*

ŠENTOVJE PRAVNE OSEBE

Polona Štefanič:

Predstavitev zaposlitvenega centra
DOBROŠIN d.o.o.

Peter Bohinc in Primož Oražem:

DOBROVIT-in oddelek »Urejanje okolice«

KOLUMNA

Lidija Maričič:

Srce zdravi srce

PRISPEVKI ŠENTOVCEV

Valerija Kovačič:

Jabolko

Leži na duši

Narava pozdravi

Svet je ljubezen

Darja Bukič:

Razočaranje

Slavko Trebše TARAS:

Umetniška slika »srce«

Helena Ušaj:

Ne jokaj za soncem

Lev Sfinga:

Blues o njej

Andreja Mlakar:

Taki smo

Smeh

Vesolje

Moja ljubezen

Up

Luka Campolunghi:

Mentorji

Aleks Sajovic:

Lepo

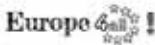
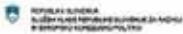


5. DNEVI SOCIALNE EKONOMIJE

22. - 24. oktober 2014

SOCIALNO PODJETNIŠTVO - PRVI KORAK DO VSEVKLJUČUJOČE DRUŽBE

Za program konference in prijavo kliknite na to sliko



Dogodek poteka pod častnim pokroviteljstvom predsednika Republike Slovenije Boruta Pahorja.

POSVET "DESTIGMATIZACIJA ZAPOSLOVANJA RANLJIVIH SKUPIN"



Kemal Posedi, zaposlen v zaposlitvenem centru Dobrošinj je poudaril, da smo vsi ljudje, da smo vsi enaki in vsi potrebujemo družbo, zaposlitev, da lahko uresničimo svoje potenciale.

ŠENT - Slovensko združenje za duševno zdravje je v četrtek, 12. 6. 2014, v dvorani Državnega sveta, na Šubičevi 4 v Ljubljani organiziral posvet z naslovom:

»DESTIGMATIZACIJA ZAPOSLOVANJA RANLJIVIH SKUPIN«.

Na dogodku, ki je bil razdeljen na dva dela so predstavili primere dobrih praks na področju zaposlovanja ranljivih skupin, izpostavili vidik gospodarstva in ukrepe, ki jih imajo oz. pripravljajo v bodoče na MDDSZ in ZRSZ. Predstavili so tudi vlogo sindikatov pri zaposlovanju ranljivih skupin.

Pravica do zaposlitve je osnovna človekova pravica, torej pravica vseh, tudi ranljivih skupin, kot so osebe s težavami v duševnem zdravju, gibalno ovirani, slepi, gluhi, bivši odvisniki in zaporniki, migranti, mladi, Romi in drugi. Ker pa se ta pravica največkrat krši oziroma ni v popolnosti uresničena, so na posvetu najprej predstavili primere dobrih praks ter izkušnje tako delodajalcev kot zaposlenih.

Po uvodnem govoru **Darije Kuzmanič Korva**, državne svetnice in predstavnice interesov socialnega varstva ter **mag. Eda P. Belaka**, predsednika ŠENT-a, so svoje izkušnje dobrih praks predstavili: **Jan Kocjančič**, vodja oddelka za pomoč uporabnikom in teleprodajo v T-2 d.o.o., **Marko Kušar** ter **Bor Melanšek**, zaposlena v T-2, d. o. o., **Štefan Simončič** (zaposlovanje gibalno oviranih), Združenje EpeKa,

projektjni vodja **Romani Kafenava** in **Fatmir Bečiri**, predsednik Romskega društva Romano Pralipe Maribor, **Tita Destovnik**, vodja Gostilne dela (mladi), **Tanja Rudolf Cenčič**, vodja projekta Iz principa (mladi odvisniki), **Igor Pavel**, predsednik komisije za socialno podjetništvo ŠENT-a in **Kemal Posedi**, predstavnik zaposlenih (osebe s težavami v duševnem zdravju), **Max Zimani**, **Mohamed Abouobaia** ter **Mahedina Jannat**, sodelujoči v projektu SKUHNA, svetovna kuhinja po naše (migranti).

Vsi govorniki so na kratko predstavili svoje dejavnosti, ki vse bistveno prispevajo k zaposlovanju različnih ranljivih skupin. Večina se jih srečuje s pomanjkljivim podpornim okoljem, pomanjkanjem zagonskih sredstev po eni strani, po drugi pa z ranljivimi osebami, ki imajo veliko potenciala, le ta pa se pogosto zaradi stigme preze. Kot je poudaril in vse prisotne opozoril Kemal Posedi, zaposlen v zaposlitvenem centru Dobrošinj, ki je eden izmed osmih pravnih oseb ŠENT-a na področju zaposlovanja oz. izobraževanja/usposabljanja predvsem oseb s težavami v duševnem zdravju, smo vsi ljudje, vsi enaki in vsi potrebujemo družbo, zaposlitev, da lahko uresničimo svoje potenciale. Kemal pravi, da je s pridobitvijo zaposlitve uspel svojo bolezen obvladati, stabilizirati, da pridobiva vsak dan na samozavesti in različne spretnosti, znanja. Ključno se mu zdi zaposlovanje ranljivih skupin tudi zato, ker vsi želimo prispevati k družbi, ne pa čakati in brez dela posedati doma.



Predstavitev dobre prakse zaposlovanja v T-2 d.o.o.
Foto: Barbara Dolničar.

Fatmir Bećiri je opozoril na drugo dimenzijo in sicer na ponos otrok romskih staršev, ki so zaposleni v prvi Romski restavraciji Romani Kafenava v Sloveniji.

Predstavniki SKUHNE so poudarili, da iščejo načine, da se čim prej »osamosvojijo« in preživijo na trgu, brez denarja ministrstva. V tem projektu vidijo veliko priložnost za zaposlovanje migrantov, izmenjavo kulture, hrane in svojih izkušenj.



Omizje, predstavitev dobrih praks ŠENT-a.
Foto: Barbara Dolničar.

V zadnjem delu sta ukrepe ministrstva in ZRSZ predstavili Damjana Košir in Lea Kovač. Obe sta med možne predloge za izboljšanje možnosti zaposlovanja uvrstili vzpostavitev spletnega portala z vsemi informacijami za delodajalce, ki bi želeli zaposliti ranljive skupine. Goran Lukič iz ZSSS je izpostavil pomembnost participacije ranljivih skupin že pri pripravi ideje za neko zaposlitev ter da je večina aktivnosti oz. zaposlitev vezanih na projekte, potrebno pa je narediti učinke bolj trajne in jih tudi bolj vključiti v politiko.

Posvet so zaključili z mislijo, da je primero dobrih praks veliko, da pa je ključno, da gradimo in delamo na podpornih dejavnostih in službah, saj le teh primanjkuje. So pa izrednega pomena, saj različne ranljive skupine potrebujejo različne podporne storitve.

Barbara Dolničar

MENTORJI

Naši mentorji so sončki.
Prinašajo nam veselje in radost.
Osrečujejo in polepšajo nam dan s toplino.
Naši mentorji so naši angeli.

Luka Campolunghi

PRISPEVKI ŠENTOVCEV

DC ŠENTKNAP TRBOVLJE

DC KOČEVJE

ŠENTKNAP-OVCI NA KLEKU

V torek, 26.8.2014 smo se odpravili na Klek, priljubljeno bližnjo izletniško točko v Trbovljah.

Šli smo ob deseti uri zjutraj. Vreme nam je bilo naklonjeno, dežja ni bilo, zato pa je bilo bolj oblačno in vetrovno. Pohod na Klek je skupaj trajal približno dve uri.

Ko smo prišli do vrha, smo vročino ohladili in kavico popili. Malo smo se pogovorili in proti dnevnemu centru nazaj krenili. To je bil dober dan, ki bi si ga želel vsak Trboveljčan.



Na vrhu.
Foto: Rebeka Novak.

Prejšnji teden, v petek, 22.8.2014 pa smo se odpravili na izlet v Retje, ki leži v okolici Trbovelj. To je bila težja tura, a smo bili zadovoljni in prijetno utrujeni.

Tudi na takšen način ŠENTKNAP-ovci skrbimo za svoje zdravje.

Ines Gril in Kristjan Šimunić

EX TEMPORE, GREMO NA MORJE!

EX TEMPORE, to je bil in je še naziv delavnice, ki pa je bolj spominjala na en lušten izlet na morje, kjer smo se ŠENT-ovci iz vseh vetrov, no, vsaj tisti, kateri smo prišli, zbrali skupaj in se združili v čudovitem, predpoletnem umetniškem ustvarjanjem. In kje se lahko človek bolj naužije inspirativnih sokov, kot pa na naši lepi obali.

Že sama pot do tja je vsebovala kar dobršen del navdiha, saj se je proces začel že s samim vkrcanjem v avtomobile. Sam sem imel luksuz potovanja v solo, čeprav bi bil poseben užitek peljati se v skupini. Ševeda, v kolikor bi Dado in Meta, torej ŠENT-ova mati in njen neukročeni sin dovolila ušesnim bobničem vsaj pet minut miru, he he. V glavnem, zborna mesto je bila torej lokacija ŠENT-a v Kopru, ki se nahaja ob prelepem vrtu, je pa razgled nekoliko obremenjen z hrupom in težo kopskega pristanišča. A to ni bila ovira, da smo se zorganizirali in spravili vkup. Dodeljene so nam bile akrilne barve, platno ter malica in tako oboroženi smo pogumno zakorakali v beli dan in začeli iskati inspirativne lokacije za naš lastni izraz na platno. Poleg Milana nas je spremljala še Jasmjina Rus, torej še ena legenda kočevskega ŠENT-a.

No, raztreseni, kot smo bili, smo se posedli v avte in odpeljali najprej izven centra, saj sva z Milanom delila idejo, da bi se slikalo bolj v naravi. A večina je imela druge ideje. Tako smo končali v centru, kar pa je bilo po svoje tudi čisto v redu. Parkirali smo na tržnici in kar takoj se nam je odprla lepa možnost za poslikavo razgledne točke, ki se je zlivala iz promenade v morje. Posedli smo na klopce in travnik, iz vrečk vzeli malico, ki je imela seveda prioriteto, saj na prazen želodec se pač ne ustvarja. Bojda povzroča prav posebno prebavno motnjo, kjer se iz no-tranžnosti umetnikovih prebavil vije prav značilen, nemalo smešen zvok. Mislim, da strokovnjaki in znanstveniki temu rečejo kruljenje. Smešna beseda, kajne?

V redu, barve in čopiče smo imeli vsi, tudi

DC KOČEVJE

zadnjice so nam poslužile za trdno oporo z zemljo ali drugimi predmeti, na katere smo se posedli. Ko je Milan pripravil svojo barvno mizico in porazdelil še ostale pripomočke, nam je "dal zeleno luč" in slikanje na platnu se je začelo. Vsak si je našel svoj kotiček, ki ga je nagovarjal in se prepustil okolici ter naravi, da sta mu prišepnila svojo zgodbo, katero smo tudi risali. No, samotarja sem se igral bolj kot ne jaz, ostali ŠENT-ovci so se držali skupaj. Imeli smo več kot dovolj časa, da na platno izlijemo svoja občutja ter notranja dožemanja in izkazalo se je, da smo zaključili še prej, kot smo načrtovali. Sam sem ostal še nekaj časa, "ker jaz, rišem zelo počas" kot bi rekel Adi Smolar.



Utrinki iz Extempora.
Foto: Jasmina Rus.



Ustvarjamo.
Foto: Jasmina Rus.

Družina si je vzela nekaj časa zase in za raziskovanje Kopra, kmalu zatem pa smo se zopet zbrali v centru ŠENT-a pri parku, kjer smo vrnili tehnične in umetniške pripomočke ter podarili tudi našo stvaritev. Slike smo postavili na ogled na hodniku in imeli smo enkratno priložnost, da se prepustimo največjemu daru, ki ga lahko človek podari človeku, daru lastnega avtentičnega izraza. Le tega pa se da na najboljši način prikazati, izraziti z umetniškim ustvarjanjem. Slike so bile neverjetno raznolike. Od velikosti, barv in oblik. Vsaka je bila svoja, drugačna in vsaka je izražala ter povedala veliko o lastniku. Nekateri kot sta Peter in Darja, so

se izrazili v močno abstraktnih slikah, kar nakazuje na globoko notranje dožemanje, so bile pa slike neverjetne, vsaka po svoje polna energije. Prav čarobno je bilo občutiti kako lahko isto okolico sleherni posameznik doživlja po svoje in jo nakazuje na sebi lasten način. Narava in svet vsakega od nas nagovarjata malce drugače, čeprav gre za isto čistost. Še en dokaz, da smo si ljudje različni, vendar skupaj doživljamo ta svet, v katerem živimo.

Po slastnem vizualnem obedu barv, smo se "siti" počasi odpravili v samo mesto, kjer smo se še malo podružili, nekaj popili, si privoščili še sladoled, dokler ni napočil čas, da se ekipa DC Kočevje poslovijo od obale in se vrne domov. Obogatena z novimi vtisi, seveda.

Dejan Šmalcelj

DC KOČEVJE

IZLET NA MORJE V FIESO

V petek 25.7.2014, smo šli na kopalni izlet v Fieso. Bilo mi je zelo lepo.



Uživanje v Fiesi.
Foto: Adela Logar.

Kopali smo se, se zabavali, pogovarjali. Z mojo prijateljico Anko sva šli na sprehod in ogled Pirana. Tu imajo veliko lepih stvari za kupiti. Šli sva tudi na kavo. Ogledali sva si tudi ladje. Nazadnje sva se tudi kopali. Čas za kopanje, zabavo in druženje pod toplim soncem je prav kmalu minil in potrebno se je bilo vrniti domov v Kočevje. Tako lepo mi je bilo, da bi šli lahko dvakrat na morje, vendar je vse povezano z denarjem, ki pa ga žal nimamo.

Bojana Močnik



Gasilska v Fiesi.
Foto: Adela Logar.

PEKA PIŠKOTOV

V DC Kočevje smo se dogovorili, da bomo vsako tretjo sredo v mesecu pekli pecivo - slaščice.

Dela se lotimo tako, da se dogovorimo katero pecivo bomo pekli in katere sestavine bomo potrebovali. Peka peciva se začne z določenimi zadolžitvami - nalogami. Pripravimo sestavine, recept in začnemo. Naši peki so zelo marljivi, natančni, in naredijo vse kakor piše v receptu. Na tak način učimo večšin za samostojno življenje: da bodo to znanje prenesli v svojo kuhinjo.



Mmm je dobro.
Foto: Tatjana Romih.

Opazamo, da komaj čakamo, da se pecivo speče in se začne s pojedino. Veselje je na koncu, ker kar ne moremo verjeti, da smo to sami naredili. Udeleženci ob zaključku delavnice odnesejo domov polne želodce in velik nasmešek na obrazu.

Klara Košir

DC KOČEVJE

PIKNIK V GAJU

V petek, 8.8.2014 smo imeli zabavo v Gaju. Zvonka Klobučar je praznovala rojstni dan, Tatjana Romih pa je imela poslovilno zabavo, saj odhaja v drugo službo. Želim ji veliko delovnega uspeha. Mize so bile polne dobrot, ni manjkalo narezkov, sokov in torte. Jaz sem se krepko podprla, kar mi pri mojih stotih kilogramih ni bilo težko, tek imam kar v redu.

Pripravljen smo imeli program, ki je zajemal kegljanje ter tekmovanje med ekipami, drugi pa so se zabavali ob kartanju in druženju. Vsak je našel nekaj zase, igrala pa je tudi glasba. Tatjani smo ob odhodu darovali sliko z njeno podobo. Vsi smo se nanjo podpisali. Zvonka je imela poslovilni govor, vendar je bila kratka, ker so jo prevzela čustva. Sama pa nisem vedela kaj naj ji rečem ob odhodu. Hvaležna sem ji za vse nasvete. Sedaj živim bolje in drugače.



Veseli kegljači.
Foto: Adela Logar.

Za zaključek naj napišem, da bi bilo lahko še več takih zabav.

Darinka Mazalica

ZAHVALA TATJANI ROMIH

Kamorkoli nas pot popelje, nas slej ko prej na pravi cilj zapelje. Veseli smo, da smo te imeli, pa čeprav za krajši čas. Veseli smo bili možnosti te spoznati in se sončiti ob tvojem znanju in človeški toplini. Želimo ti obilja, zadovoljstva ter produktivnega dela tudi na novem delavnem mestu. Še enkrat hvala, ostani taka kot si.

Člani DC Kočevje



Pa smo ji dali njeno sliko.
Foto: Adela Logar.

DC ŠENTMAR KOPER

VSAK KOŠČEK ŠTEJE

Koper ni samo morje in Koper ni samo Rumena noč, Koper je veliko več in nudi svojim občanom in obiskovalcem veliko naravnih, kulturnih, zgodovinskih in arhitekturnih znamenitosti.

ŠENTMAR-ovci smo se podali na raziskovanje ene od točk na poti k spoznavanju Kopra »z druge strani«. Obiskali smo Pokrajinski muzej, ki se nahaja v palači Belgramoni Tacco, zgrajeni v 17. stoletju in je, kot pravijo, ena najlepših baročno-manierističnih palač v Kopru. Poleg rednih zbirk (muzejske orožarne, umetnostnozgodovinske zbirke, etnološke zbirke, itn.) so tudi občasne razstave in gostovanja muzejev iz drugih mest in držav.

Skozi naše tokratno popotovanje po občasni arheološko-izobraževalni razstavi pod imenom Vsak košček šteje: Školarice, sta nas popeljali dve izjemno prijazni gospe: arheologinja Maruša Bizjak in pedagoginja kustosinja Brigita Jenko. Vrnili smo se nekaj stoletij nazaj in iz razstavljenih predmetov in dodatnih razlag gostiteljic odkrivali način življenja naših prednikov. Prepotovali smo tudi pot enega od arheoloških artefaktov do razstave in sicer na praktičen način: iskali smo skrite predmete v arheopeskovniku, ki smo jih čistili, registrirali, izmerili in narisali, da bi jih na koncu tudi razstavili.

Svoje vtise in utrinke z delavnic in vodenega ogleda smo si tudi zapisali:

»ŠENTMAR-ovci smo se odpravili na ogled Pokrajinskega muzeja in razstave Školarice. Ko smo vstopili v muzej smo se počutili zelo prijetno in sproščeno. V muzeju sta nas pričakali arheologinja Maruša Bizjak in kustosinja Brigita Jenko. Obe sta se nam predstavili in nas lepo sprejeli. Kustosinja Brigita hrani predmete in je pripravila razstavo s stari-nami. Arheologinja Maruša pa se nam je posvetila in nam podrobneje predstavila vse o življenju v davnih časih. Povedala nam je vse o tem, kako so ljudje živeli; s čim so se prehranjevali, iz kakšnih posod so jedli, v kakšnih posodah so kuhali in iz kakšnih materialov so bile izdelane te posode; kakšna orodja in pripomočke so uporabljali za različna dela in opravila: obdelovanje zemlje, kovanje, sekanje drv, šivanje, kuhanje, itd; kako in kje so shranjevali posamezna živila; s kakšnim denarjem so plačevali; kako so pokopavali umrle in kakšne grobnice so imeli; iz kakšnih materialov je bila izdelana notranjost in zunanost hiš; kakšne in kakšnih proizvajalcev strešnike-tegole so uporabljali (eden izmed proizvajalcev iz teh časov je bila znana družina Crispini), iz kakšnih materialov in kako so bila sestavljena tla v posameznih hišah; kakšen nakit in druge dodatke so nosili.



Košček po košček in nastane cela zgodba;
vođeni ogled razstave Školarice v
Pokrajinskem muzeju Koper.
Foto: Brigita Jenko.

DC ŠENTMAR KOPER

Najbolj nas je pritegnila zgodba o štiriletni deklici, ki je bila pokopana v posodi, ki se imenuje amfora. V amfori ob njej so našli tudi majhno zapestnico, ki jo je nosila, ko je še bila živa. Razstavljeni predmeti so bili zelo dobro ohranjeni in prav lepo postavljeni v izložbi. Ko je bilo ogleda razstave konec, smo se razdelili v dve skupini. V prvi skupini smo imeli arheopeskovnik (arheološki peskovnik). V pesku smo iskali različne predmete in pri tem smo se zelo zabavali in uživali. Najdene predmete smo najprej s čopičem očistili, nato smo jih opisali: izmerili smo jih in poimenovali. Te podatke smo potem napisali na list papirja in predmete postavili v izložbo. Počutili smo se res kot pravi arheologi. V drugi skupini smo se prav tako imeli zelo lepo, neizmerno smo uživali in se medtem zabavali. Iz das mase smo izdelovali strešnik-tegole. Na koncu smo v strešnik-tegolo vtisnili ime proizvajalca, večinoma smo vtisnili ime proizvajalca Crispini, po želji pa smo lahko vtisnili svoje ime ali svoj vzdevek. ŠENTMAR-ovci si želimo, da bi si tudi v prihodnje ogledali podobne muzeje, ker nam je bil ta obisk zelo poučen in smo izvedeli veliko novega o življenju v tistem času.

Nada Čupković in ŠENTMAR-ovci



Izdelane tegole - strešniki z napisi.
Foto: Brigita Jenko.

DC ŠENTMAR KOPER

»VSI SKUPAJ SMO ZA«

Junija meseca je Družba Radio-Tednik Ptuj v sodelovanju s SAVA Hotels&Resorts - Terme Ptuj in centri za socialno delo v RS; rejenci in rejniki, uporabniki posebnih socialnovarstvenih zavodov (Dornava, Ig, Črna na Koroškem, Vipava, Hrastovec...), nevladnimi organizacijami (Ozara, ŠENT, projekt Človek, Sožitje, Sonček...), drugimi socialno-humanitarnimi organizacijami in društvi organizirala dobrodelno glasbeno prireditev »VSI SKUPAJ SMO ZA - enakost - prijateljstvo - sopomoč...«.

Namen projekta je bil, kot sami pravijo, »vsebinsko in poslanstvo promovirati na državnem nivoju s ciljem: seznaniti oziroma sporočiti širši javnosti, da življenje ni vsakodnevno rutinsko iskanje »problemov in skrbi«, ampak je le to želja in volja po lepem, pozitivnem, po malenkostih, ki osrečujejo in dajejo trenutkom sobivanja največjo vrednoto, biti tu in živeti ter doživeti trenutke vsakdana.»

Da so se ŠENTMAR-ovci lepo družili in uživali v programu je razvidno iz njihovih utrinkov:

»26.6.2014 smo se odpravili na izlet na Ptuj. Tam naj bi se čez dan kopali, zvečer

pa naj bi se udeležili dobrodelnega koncerta z naslovom »Vsi skupaj smo za.« Prireditev je imela donatorski značaj, namreč del zbranih sredstev od vstopnine je bil namenjen socialno ogroženi družini iz Bukovcev. Enajst udeležencev iz Kopa in okolice se je že zgodaj zjutraj zbralo na koprski glavni avtobusni postaji. Odšli smo proti Novi Gorici, kjer smo pobrali uporabnike ŠENT-a in Ozare Nova Gorica, nato pa smo se zaradi istega razloga ustavili še v Ajdovščini. Našo dolgo in zelo zanimivo pot smo nadaljevali proti Ptuj, kamor smo prispeli v zgodnjih popoldanskih urah. Tam nas je pričakala predstavnica organizatorjev koncerta in nas povabila v Terme. Veselje se je šele začelo! Spuščali smo se po toboganih, plavali, se namakali v masažnih bazenih in umetni reki, nekateri izmed nas smo preizkusili tudi notranje bazene in seveda savno.

Pri vseh teh stvareh smo zelo uživali. Pri spustih s tobogana pa je bilo tudi nekaj kričanja zaradi napadov adrenalina.

Bližala se je ura kosila, zato smo se okrepčali v bazenskih restavracijah in barih. Hrana je bila zelo dobra, pa tudi mi smo bili zaradi številnih vodnih aktivnosti zelo lačni. Po obilnem kosilu je del naše skupine počival na ležalnikih, ostali pa so nadaljevali s kopanjem.



Lepo vreme in prava družba,
več ne rabiš za dobro počutje.
Foto: Desanka Radović.

DC ŠENTMAR KOPER

Bližala se je noč in s tem je bil že tudi čas za koncert. Vsi smo se zbrali v amfiteatru Term Ptuj. Prisluhnili smo Tanji Žagar, Gadom, Dejanu Vunjaku, Rebeki Dremelj, Pajdašom, Ani Karneža, ansamblu Victory, Slovenskim muzikantom in Alfiju Nipiču. Nekateri od nas smo se z določenimi izvajalci tudi fotografirali. Plesali smo in se ob koncertu zelo zabavali. Bilo je nepozabno! Nekje na sredini koncerta smo se odpravili domov. Imeli smo namreč zelo dolgo vožnjo nazaj. Sicer nam je bilo zelo žal, da smo koncert zapustili na polovici, vendar zaradi razdalje nismo imeli druge izbire. Odšli smo na avtobus in proti domu. Na avtobusu so nekateri od nas zaspali, nekateri so poslušali glasbo, drugi so se pogovarjali in sklepali nova prijateljstva ali utrjevali stara. Domov smo se vrnili v zgodnjih jutranjih urah.

Izlet je bil nepozaben in upamo, da bomo drugo leto imeli zopet priložnost, da ga ponovimo. «

Nada Čupković in ŠENTMAR-ovci

FUL, FUL HAPPY!

» Because I'm happy
Clap along if you feel like a room without a roof
Because I'm happy
Clap along if you feel like happiness is the truth...«

Mi smo Pharrella Williamsa vzeli resno in smo ful, ful happy! Skačemo skoraj do stropa in nič nas ne spravi v slabo voljo! 😊

Veselo vadimo že nekaj tednov našo koreografijo na znano pesem HAPPY, na katero je zaplesal cel svet... zdaj je prišla tudi do nas na ŠENTMAR! Koraki niso bili enostavni, težko si je bilo zapomniti celo koreografijo, vendar smo vztrajali in smo vedno boljši. Še kakšen teden, pa bo naš ples popoln in že razmišljamo o javnih nastopih in posnetku videa! Ko pridemo do tega koraka vas takoj obvestimo! 😊 Do takrat pa moramo šteti korake naprej in biti happy čim več!

»Bring me down... can't nothing...
Bring me down... my level's too high...
Bring me down... can't nothing...
Bring me down, I said (let me tell you now)..«

Nada Čupković



Bolj happy ne moremo biti! 😊
Foto: Biserka Jarc.

JEFF V KOPRU

Ta prave glasbe ni nikoli dovolj, za to vsako leto, že od leta 2003 poskrbijo študentje iz nepolitičnega in prstovoljnega združenja posameznikov in posameznic Kluba študentov občine Koper (KŠOK).

Julijske in avgustovske srede zapolnijo koncerti različnih izvajalcev na čudovitem vrtu Pokrajinskega muzeja Koper. Še ena posebnost letošnjega festivala je bogat spremljevalni program festivalski šank & istrski kulinarčni kotiček, slikarske razstave in kuharske delavnice.

Cilj *Festivala JEFF* je vedno bil in ostaja oživitev mestnega jedra s ponudbo kakovostnih glasbenih večerov, ki so postali tudi prijetni družabni večeri za vse generacije«, pravijo organizatorji na spletni strani, namenjeni temu dogodku <http://www.jeff.si/>.

DC ŠENTMAR KOPER

Med rednimi obiskovalci festivala je Dušan Vuković, uporabnik ŠENTMAR-ovega dnevnega centra v Kopru, ki nam poroča zakaj je vredno obiskati JEFF:

»Festival JEFF (Jazz, Etno, Funky Festival), ki se v Kopru odvija že vrsto let, obiskujem tretje leto. To leto sem poslušal dva koncerta: Duo Borut Mori in Igmar Jenner in Rok Zalokar Trio. Posebej všeč mi je bil zadnji koncert. JEFF festival obiskujem, ker mi je ta zvrst glasbe zelo všeč in v njej uživam. Po mojem mnenju je ta festival izjemno dober in kakovosten, z izvrstnimi izvajalci. Dodana vrednost dogodka so vsekakor tuje zasedbe, ki jih res ne manjka. Posebnost dogodka je vsekakor prostor v katerem se dogajajo koncerti, in sicer lapidarij Pokrajinskega muzeja v Kopru, zaradi katerega je vzdušje še posebej lepo. Upam, da se bo kljub gospodarski krizi, ki je oklestila že nekaj festivalov, ta festival nadaljeval in sčasoma izboljšal ponudbo svojega že tako dobrega programa.»

Za to, da naši uporabniki lahko obiskujejo festival in uživajo v čudoviti glasbi se lahko zahvalimo samemu KŠOK-u, ki že tretje leto poskrbi, da so deležni brezplačnih abonmajev. Mi pa se jih vsako leto zelo veselimo. Upamo da se bo sodelovanje s KŠOK-om nadaljevalo tudi v prihodnje.

Nada Čupkovič



LEPO

V ljubezni in sreči
nikoli ne izgubimo,
ker se imamo lepo.
Ljubezen
se nikoli ne konča,
traja za vedno.
Imamo se lepo za zmeraj.
Ker tu je vedno v redu,
ker se imamo radi,
do konca življenja.

Aleks Sajovic

PRISPEVKI ŠENTOVCEV

DC NOVA GORICA

FESTIVAL NEVLADNIH ORGANIZACIJ TUDI TOKRAT NAVDUŠIL

Festival nevladnih organizacij je tudi tokrat, 7. junija, v Lokavec pri Ajdovščini privabil številne nevladne organizacije iz Goriške regije, med njimi smo sodelovali tudi ŠENT-ovci s stojnico, tako DC Ajdovščina in DC Nova Gorica. ŠENT-ovci smo navdušili z nastopom uporabnika Joška iz DC Ajdovščina, ki je z dušo pel pesem in predstavil svojo iskreno pesem, Slavko Trebše iz DC Nova Gorica pa je izdeloval rožice.

Program je bil pester, vsaka nevladna organizacija je predstavila svoje delovanje in aktivnosti na različnih stojnicah. V okviru programa je »potekala« tudi okrogla miza o razvoju turizma na podeželju. Obiskovalce so navdušili tudi folklorni nastopi, odlična domača hrana, starodobniki in še in še...

Topli sončni žarki, ki so prav poletno božali prisotne na stojnici niso pokvarili vzdušja... Še več... Prav pripravili so naše brbončice na odlično domačo polento s pršutom in kislim mlekom...

Že čakamo na naslednji festival... Le kje se bomo spet družili in izmenjevali izkušnje?

Aleksandra Vončina

POUČEN IZLET V PIRAN...

V ponedeljek 9. junija 2014 smo se iz DC Nova Gorica polni pričakovanj odpravili v romantično obmorsko mesto Piran. Da, zajemite sapo... mi smo že v začetku junija plavali in se vrnili v preteklost, v čas, ko je bilo precej manj moderno.

Tokrat smo obiskali Pomorski muzej, kjer smo občudovali preteklost našega pomorstva, si ogledali žive ribice v Aquariumu, za presenečenje pa smo obiskali še čarobni svet školjk in polžev..., za piko na i pa je poskrbel še bližnji slaščičar, ki nam je vsakemu ponudil brezplačno kepico sladoleada. Dan je bil tako čudovit, da ure sploh nismo poznali... Lekdaj bomo ponovno na plaži, ob prijetnem klepetu prisluhili morskim valovom? Izziv za mentorje, kajne...

V imenu uporabnikov našega DC Nova Gorica, kakor tudi v imenu naše humanitarne organizacije ŠENT, se najlepše zahvaljujemo Pomorskemu muzeju Piran, Akvariju Piran in Čarobnemu svetu školjk iz Pirana za podarjene vstopnice, s katerimi so razveselili naše uporabnike in jim omogočili nepozaben dan. Iskrena hvala za zaupanje!

Aleksandra Vončina



Morje je res bogato...
Foto: Marko Rodica.

DC NOVA GORICA

IZLET Z LADJICO

Sončnega, 18. julija 2014 smo se uporabniki in zaposleni iz DC Nova Gorica brezplačno popeljali na ogled slovenskih obmorskih mest s »šolsko ladjo Slovenija« Gimnazije, Elektro in Pomorske šole Piran.

Tovrstno sodelovanje med šolo in Dnevnim centrom Nova Gorica se je začelo na pobudo Matjaža Bučinela, predsednika sveta KS Sveti Peter nad Piranom, ki smo ga ŠENT-ovci spoznali na 14. srečanju Šempetrov. Sledil je dogovor z ravnateljem GEPŠ Piran, Borutom Butinarjem in Marijanom Tončičem, ki sta, na veselje uporabnikov ŠENT-a, idejo podprla.

Na sončen dan smo se tako polni pričakovanj odpravili v Portorož, kjer

so nas z nasmehom na ustnicah toplo sprejeli. Na vožnjo s »šolsko ladjo Slovenija« nas je popeljal Marsell Marinšek. Doživeli smo širino Jadranskega morja. V družbi veselih ljudi smo se pozibavali na mirnem morju, se sončili in posladkali z zavitkom gospe Karmen. Najbolj pogumni so preizkusili skok s plovila. Skratka: uživali smo in pozabili na vsakdanje življenjske preizkušnje. Ves dan je bilo vzdušje prijetno in nepozabno, tudi na portoroški plaži, kjer smo se prepustili lenarjenju in kopanju. Ob tej priložnosti smo sklenili, da se ponovno vidimo in poglobimo sodelovanje. Nadejamo se novih izletov, hkrati pa se zahvaljujemo Gimnaziji, Elektro in Pomorski šoli Piran za nepozabno doživetje na »šolski ladji Slovenija«.

Aleksandra Vončina



Nepozaben izlet z ladjico.
Foto: neznan.

DC NOVA GORICA

SEČOVELJSKE SOLINE GOSTILE
ŠENTOVCE

Na prvi avgustovski dan smo ŠENT-ovci iz DC Nova Gorica pričarali sonce in se odpravili ponovno na slovensko obalo, tokrat v Sečoveljske soline.



Ogromni kupi soli.
Foto: Margerita Humar.

Ob prihodu nas je prijazno pričakal vodja pridelave soli Dario Sau in nas z iskricami v očeh popeljal v »svet solinarjev«. Opisal je tradicionalen način pridelave soli in izrazil skrb, saj letos v Sečoveljskih solinah še niso pridelali kilograma soli zaradi slabega vremena. Tokrat zato nismo videli tistih belih romantičnih kupov soli, kar pa ni pokvarilo odličnega razpoloženja. Še več... Tudi vreme nam je bilo tokrat naklonjeno: prijeten vetrič, toplo sonce se je „poigravalo“ z mislimi na lepši avgust... Spoznali smo delovni dan solinarjev, kako skrbno je pripravljena podlaga oz. petola, ki je najbolj zaslužna za cenjeno kakovost piranske soli ter tudi to, da je tako lepo bela. Ogledali smo si tradicionalno solinarsko opremo ter se preizkusili v posebnih lesenih natikačih - taperinah, ki se uporabljajo za hojo po kristalizacijskih bazenčkih. Nato smo se odpravili v muzej, kjer smo si lahko ogledali dokumentarni film o solinarjih. Prevezla nas je njihova ljubezen do tega čudovitega kraja in ljubezen, ki jo posvetijo svojemu delu. Skupaj smo se odpeljali

v Fontanigge, do muzeja solinarstva, kjer nas je vodič Matjaž Kljun s toplino sprejel in razkazal muzej solinarstva: solinsko hišo z muzejsko zbirko. Solinska hiša je služila za bivanje solinarjeve družine in za shranjevanje soli v nekdanjem pritličnem skladišču. V mislih smo se popeljali skozi čas, "ko so stare soline še živele, ko so solinarji še obdelovali solna polja in je soline preveval občutek skladnosti ter popolnosti". Z nostalgijo smo se sprehajali po solinski hiši, kjer je tudi po starem vzorcu obnovljena krušna peč. Le kje so tisti časi, ki so včasih bili? Navdušeno smo se poslovili in odšli na kopanje v Portorož.

Za brezplačen voden ogled Sečoveljskih solin se pristrčno zahvaljujemo Klavdiju Godniču, direktorju Sečoveljskih solin, Dariu Sau - vodji pridelave, Matjažu Kljunu za ogled solinske hiše ter Matjažu Bučinelu za soorganizacijo pri izvedbi izleta.

Margerita Humar



Med solinarji.
Foto: Marko Rodica.

DC ZA UPORABNIKE PREPOVEDANIH DROG NOVA GORICA

GREMO MI NA MORJE

ŠENT-ovci iz Nove Gorice smo se zmenili: "Vročina gor ali dol (kot smo opazili, je bila to poletje na minimum),... avgust nam že skoraj maha v slovo,... Veš kaj, gremo mi na morje!" Specialno so se uskladile vse koordinate, od časa, prevoza, do vremena, samo še kopalke, očala, osvežilni bezgov'c in piči naša družba na jug.

Bil je zadnji petek v avgustu, naš prvi cilj: Koper. Sprehod po mestu, sladoledki, nekaj opravkov in malo smo pošpegali še k "Svitocem". Ulice so postajale vedno bolj vroče, zato smo si zaželeli pravi skok v morje.

Tisti bolj izkušeni pomorščaki, ki smo že veterani na obali, smo staknili glave in pokazali smer: "Tja proti Fiesi in Piranu odjadrajmo!" Tam nas je najprej sprejel lep oljčni nasad na hribčku, kjer smo se delno razpakirali. Od tam so ta veliki "otroci" vzeli pot pod noge, ta mali otroci in naš član z nogo v mačvcu, pa so se odpeljali direkt do plaže.



Ribiški pogovori.
Foto: Meta Rutar.

Fiesa nam je nudila čudovito senčko pod zvijuganim borovcem, osvežilni vetrček maestral nas je že prav razvajal. Trije otroci naših uporabnikov so popestrili akcijo z akrobacijami v vodi. Z veseljem smo poskakali za njimi s pomola v toplo morje.

Da ne bi zaostajali, so tudi na plaži postali pravi virtuozni v vrtenju cirkuških rekvizitov... O, kako je to zanimivo letelo naokrog, včasih v zrak, večkrat v travo. Vsak je našel svoje najboljše orodje in razvijal spretnosti.



Najmlajši žongler.
Foto: Meta Rutar.

Napolnili smo se z vsem lepim, kar lahko da poletni dan na morju. Od domačinov iz Pirana smo sicer izvedeli, da so oni "na morju" samo takrat, ko plovejo z barko. Lahko pa tudi mi naredimo enkrat tako, da se še vkrcamo in zaplujemo po valovih. Vsekakor nam je bilo popolno, prijetno in koristno. Zdaj, ko smo vstopili v september z burjo in dežjem, nas lepo pogreje, ko se spomnimo in potujemo po fotkah z morskega izleta. Pogledajte si jih še vi!

ŠENT-ovci iz DC za uporabnike prepovedanih drog Nova Gorica



Pozdrav iz Fiese.
Foto: Darja Perše.

DC AJDOVŠČINA

IZLET V NEZNANO

Lepega poletnega dne smo se odpravili na izlet na Idrijsko.

Najprej smo se ustavili pri Divjem jezeru. To je prvi slovenski muzej v naravi. Povzpeli smo se do razgledne točke in videli jezero, ki leži v kamnitem kotu pod visokimi prepadnimi stenami. Iz Divjega jezera odteka reka Jezernica, ki je tudi najkrajša slovenska reka. Na parkirišču smo napravili še nekaj spominskih posnetkov in nadaljevali vožnjo proti Idrijski Beli. V tem kraju se nahaja sotočje reke Idrijce in Belce, kjer je znano in priljubljeno kopaljšče. Kopanja v kristalno čisti vodi si nismo privoščili, ker je bila voda premrzla. Tudi v bližnjem baru se nismo mogli okrepčati, ker je bil zaprt. Posedli smo se po lesenih klopeh pod mogočnimi smrekami in si privoščili malico iz nahrbtnika. Po krajšem sprehodu smo si zaželeli sladoleada. Odpeljali smo se v Idrijo, kjer so nas pogostili s kavo in dobrim sladoledom. V zgodnjih popoldanskih urah smo se polni lepih vtisov vrnili domov.

Jožica Čehovin

OBISKALI SMO RAKOV ŠKOCJAN

Za drugo destinacijo smo si izbrali izlet v Rakov Škocjan. To je kraj, ki geografsko leži blizu Postojne.

Rakov Škocjan je zaščiteno naravno območje. Je tipična kraška dolina, po kateri teče reka Rak. Tu je značilen kraški teren. Reka Rak ima v Škocjanu nešteto izvirov, iz katerih v deževnih dneh burno vre voda. Njen tok je bil v času našega obiska počasen in umirjen. Le ribe s svojimi skoki so občasno motile umirjenost reke. Del njene struge smo obhodili, da smo si lažje ogledali vse njene zanimivosti. Ta rečna dolina ima na eni strani izvire, na drugi strani pa ponore-požiralnike. V zgornjem delu doline je Mali naravni most, nižje ob Raku pa Veliki naravni most, ki smo si ga tudi ogledali. Na poti nazaj smo si ogledali še jamo Kotel, skozi katero teče reka Rak. Med hojo skozi naravni park smo videli

veliko podrtih in poškodovanih dreves, kar je posledica zimskega žleda.

Naš izlet se je končal v poznih popoldanskih urah. Domov smo se vrnili polni lepih vtisov in doživetij.

Jožica Čehovin

IN SMO ŠLI

Kulturni dom v Gorici nas je sprejel z objemom svojega veličastnega mozaika. Tja smo odšli na povabilo direktorja Igorja Komela.

Naše slike so v družbi ostalih slik in izdelkov že tvorile razstavo z naslovom Pomežik soncu. V nagovoru odprtja razstave nam je bila podana misel in vodilo skupnega projekta- mir v svetu. To plemenito misel so nam še približali uporabniki ŠENT-a z branjem svoje poezije.

Tako različni in tako enaki, kot kamenčki v mozaiku, smo se po ogledu razstave v prijetni družbi gostiteljev družili uporabniki ŠENT-ovih dnevnih centrov Postojna, Nova Gorica in Ajdovščina, Društvo slepih in slabovidnih Nova Gorica in uporabniki ŠENT-ovega Dnevnega centra za uporabnike prepovedanih drog v Novi Gorici. Polni pozitivnih misli in spodbudnih besed za jutrišnji dan smo se na pobudo Andrea Bellavite odpeljali na ogled Goriškega gradu. Kmalu smo prišli do mogočnega Goriškega gradu. Andrea Bellavita nas je peljal skozi ječarske celice, obdane z različnim starim orožjem. Pogled nanje ni bil prijeten. Veliko lepše smo se počutili v sobanah, polnih starih, iz lesa izdelanih glasbil in v poročni sobi. Pogumno smo se povzpeli še na obzidje in od tam občudovali prečudovit panoramski razgled, katerega je strokovno in zgodovinsko podkrepil Karel Mucci.

Hvala vam, Igor Komel, da ste nam omogočili predstavitev in razstavljanje naših umetniških izdelkov, v katere je izlita vsa naša bolečina, veselje, upanje in ljubezen.

Hvala vam, Andrea Bellavita in Karel Mucci,

DC AJDOVŠČINA

da sta si vzela čas in ga delila z nami.

Seveda pa je vsak izlet in kulturni dogodek lepo zaključiti ob mizi. Tako smo se po dobri pici in veselem klepetu poslovili. Z obljubo in s stiskom roke smo si obljubili ponovno snidenje in hvala do naslednjic.

ŠENT-ovci iz Ajdovščine

NE JOKAJ ZA SONCEM

Ne jokaj za soncem,
ki je zašlo,
zaradi solza ne boš videl zvezd.

Bili so sončni dnevi,
bile so zvezdnate noči,
polne ljubezni in strasti.
Tam, ob morju, na plaži je ogenj
gorel
in pevec je pesmi pel.
Ljubila sva se v temi
pod zelenimi oljkami.

Bili so dnevi, bile so noči,
zdaj ob spominu nanje
po licu le solza zdrsi.

Helena Ušaj

PRISPEVKI ŠENTOVCEV

DC ŠENTGOR RADOVLJICA

ŠENTGOR-OV IZLET V DOVŽANOVO SOTESKO

6.6.2014 se je naredilo lepo sončno petkovo jutro, ko smo se člani ŠENTGOR-a iz Radovljice peljali proti slikoviti dolini Tržiške Bistrice in zavili v Dolžanovo sotesko, kjer nas je že vsa nasmejana čakala vodička TPIČ Tržič Lučka Kavčič.

Začetek poti je bilo parkirišče pri Čadovljah, od koder smo si po razgledni poti pod strokovnim vodstvom Lučke Kavčič ogledali mnoge naravne, geološke in zgodovinske znamenitosti tega kraja. Zavrteli smo se 260 milijonov let nazaj skozi kamnite plasti fosilov v zaporedju od paleozoika do Karavanškega morja. Videli smo steber različnih kamnin, fosilnih ostankov, plasti prsti ipd. Občudovali smo naravo slikovitosti, ki je name naredila izjemen vtis.



Dovžanova soteska.
Foto: Saša Kokol.

DC ŠENTGOR RADOVLJICA

V nekdanji šoli v Dolini nad Dovžanovo sotesko smo si ogledali film o Tržiču - starem mestnem jedru, Kurnikovi hiši, predoru, fosile iz zemeljskega veka, geološki laboratorij itd. Nato smo se odpravili še do vasi Jelendol, ki je nekoliko višje nad sotesko, saj je tukaj bival zelo poznan in cenjen baron Julij Born. Videli smo njegovo posestvo in družinsko grobnico. Obljubili smo si, da se bomo kmalu spet podali v ta biser karavanške kulturne dediščine, ki je zavarovan kot spomenik državnega in lokalnega pomena.

V Dovžanovi soteski smo preživeli prečudovit poletni dan, za kar se Lučki Kavčič, ki nas je pospremila po razgledni poti, ter Občini Tržič in županu Borutu Sajovicu za brezplačen ogled soteske, najlepše zahvaljujemo.

Branka Špruk

POHOD PO KOBARIŠKI ZGODOVIN-SKI POTI

ŠENTGOR-ovci smo se 1. 8. 2014 podali na Kobariško zgodovinsko pot, ki povezuje pomembne zgodovinske točke, nekatere od teh smo si tudi ogledali.

V prijetno svežem in sončnem jutru smo se iz Radovljice z avtobusom odpravili po Gornjesavski dolini proti Kranjski Gori in pred Trbižem zapeljali na cesto za prelaz Predel. Med vožnjo smo opazovali pokrajino in se ozirali proti vrhovom gora Julijskih Alp. Počasi, da smo lahko kaj videli, smo se peljali mimo čudovitega Rabeljskega jezera v smeri prelaza Predel, mimo Trdnjave Predel in spominskega obeležja padlim branilcem Predela - Soškega leva iz I. svetovne vojne. Spustili smo se proti Trdnjavi Kluže, ki se nahaja v neposredni bližini ob cesti Log pod Mangartom in v bližini Bovca.



Udeleženci izleta.
Foto: neznan.

DC ŠENTGOR RADOVLJICA

Ko smo prispeli v Kobarid, smo se najprej ustavili v Kobariškem muzeju, ki nam ga je razkazal lokalni vodič in si ogledali še kratek filmček »grozot« iz I. svetovne vojne. Z vodičem smo se povzpeli še do Italijanske kostnice okoli cerkve sv. Antona. Tu počiva 7.014 italijanskih vojakov. Letos obeležujemo 100-to obletnico začetka prve svetovne vojne. Potem pa smo se z avtobusom zapeljali po cesti Drežnica-Kobarid in preko Napoleonovega mostu do parkirišča, našega izhodišča za Slap Kozjek in začeli s pohodom proti najlepšemu delu pohodniške poti, kot so se izrazili naši člani, to je slapu Kozjak. Nekaj časa smo hodili ob bistri smaragdno zeleni Soči in ob zadnjem delu poti preko lesenih mostičkov in po malo spolzki poti ob jeklenici prišli do točke, od koder smo občudovali vse lepote, ki jih premore Slap Kozjak, ki priteče iz Krničice. Pohod po prijetni senci do slapu je trajal uro in pol.



Italijanska kostnica v Kobaridu.
Foto: Vinko Grgič.

V popoldanskem času po ogledu Slapa Kozjak, že nekoliko utrujeni, vendar vedri in zadovoljni, smo se z avtobusom odpravili na kosilo v Gostilno Metoja v Trenti. Na poti Kobarid-Bovec smo uživali v razgledih na Krn, videli Slap Boka, ki je eden od najlepših in najvišjih slapov v Sloveniji. Naredili smo še krajši postanek pri

izletniški točki Mala Korita pri vasi Soča. Po slabi uri vožnje smo prispeli do Gostilne Metoja, od koder smo videli Kriške pode in gorovje Julijskih Alp, ki obkrožajo Trento. Kosilo je bilo odlično, saj smo jedli zelo okusne pice.



Pogled na prečudoviti slap Kozjak.
Foto: Vinko Grgič.

izletniški točki Mala Korita pri vasi Soča. Po slabi uri vožnje smo prispeli do Gostilne Metoja, od koder smo videli Kriške pode in gorovje Julijskih Alp, ki obkrožajo Trento. Kosilo je bilo odlično, saj smo jedli zelo okusne pice.

Čas nas je že priganjal in pot proti domu smo nadaljevali preko prelaza Vršič. Med vožnjo smo ozrli mogočni spomenik dr. Juliusa Kugyja, znanega ljubitelja gora, Zavetiče pod Špičkom, ki stoji pod masivom Jalovca, ki je bil v megli. Na sedlu

DC ŠENTGOR RADOVLJICA

Vršič se nam je odprl pogled na Prisojnik in Mojstrovko in drugi čudoviti razgledi v visokogorski svet. Na poti z Vršiča smo naredili še zadnji postanek ob cesti in videli naravno okno v steni Prisanka in obraz Ajdovske deklice, ki ga je narava vklesala v steno. Med vožnjo smo bili pozorni tudi na Rusko kapelico.

27 udeležencev nas je ugotovilo, da je bila naša dvanajsturna pot uspešna in da sploh nismo preveč utrujeni. Posloveli smo se med seboj in od našega prijaznega šoferja ter spremljevalcev Tonija in Marije Horvat. Zadovoljni in polni vtisov smo zaključili naš pohod v upanju, da se nam tak oz. podoben izlet oz. pohod še kdaj zgodi.

Marija Zupanc



Vinko pred strelnim topom iz I. sv.vojne.
Foto: Vinko Grgič.

IZVEDBO POHODA PO KOBARIŠKI ZGODOVINSKI POTI SO OMOGOČILI NASLEDNJI DONATORJI:

V finančni obliki so prispevali:

AKA PCB d.o.o., Rožna dolina 54, 4248 Lesce
ASP Primožič, d.o.o., Cesta Janeza Finžgarja 2, 4270 Jesenice
Banka Koper d.d., Kranjska cesta 18, 4240 Radovljica
Rimaz d.o.o., Poljane nad Škofjo Loko 96, 4223 Poljane nad Škofjo Loko

Estetika Fabjan, Gosposvetska 6, 4000 Kranj
Gostilna Lectar, Linhartov trg 6, 4240 Radovljica
Anton Novak, d.o.o., Hraše 19, 4248 Lesce

V materialni obliki so prispevali:

Mercator d.d., Dunajska 7, 1000 Ljubljana
Mesarija Mlinarič d.o.o., Železniška 1, 4248 Lesce

Mesarija Mlinarič d.o.o., Železniška 1, 4248 Lesce
Robis d.o.o., Diskont pijač Davidov hram Jesenice, 4270 Jesenice
Žito Lesce d.o.o., Rožna dolina, 4248 Lesce
Jata Emona d.o.o., Agrokombinatska 84, 1000 Ljubljana
Gostilna Metoja, Trenta 19a, 5232 Soča

TAKI SMO

Rodimo se
in umremo,
kaj delamo vmes?
Vse mogoče in nemogoče,
čemur pravimo človeško življenje,
in po možnosti ne trpljenje.
Uživamo,
v teh naših prostorih ljubezni,
skrbi.
Je tudi neugodje,
kar moramo rešiti.
Vsako leto je drugačno,
raznozračno,
svobodni smo.
A ko pride kraj,
gremo v raj sklenjen v sebi.

Andreja Mlakar

PRISPEVKI ŠENTOVCEV

DC ŠENT CELEIA CELJE

IZLET V PIRAN

19. junija smo se Šentovci iz ŠENT CELEIA Celje odpeljali na enodnevni izlet v Piran.

Z nami je šlo tudi nekaj članov iz društva Ozara in njihova vodja Tanja Mlač.

Pot nas je peljala iz Celja mimo Trojan, Blagovice in Lukovice do Domžal, kjer smo se zapeljali na avtocesto do Pirana. Ustavili smo se na Lomu, potem pa nadaljevali do Pirana. Pri Kopru je bil zastoj, tako da smo se tam zamudili 1 uro. Ko smo prispeli v Piran, nam je naša vodja Mateja Alegro povedala, kdaj se dobimo pri avtobusu, da bomo šli domov.

Bil je lep dan. Najbolj »korajžni« so odšli na plažo in se kopali. Ostali smo se sprehajali ob obali, si privoščili kavico, sladolek in nekateri tudi pico ali kosilo. Ugotovili smo, da so cene kar visoke. Vsem nam je prijal »morski« zrak, katerega smo se dobro naužili.

Čas je hitro minil in ob 15h smo se zbrali pri avtobusu ter se odpeljali proti domu. Seveda smo se ustavili na Trojanah, kjer smo nakupili krofe in nadaljevali pot proti Celju.

Bil je lep dan, poln novih doživetij, katerih si želimo tudi prihodnje leto.

Ivica Trafela



Člani ŠENT CELEIA Celje v Piranu.
Foto: Cvetka Ojsteršek.

DC POSTOJNA

IZLET

Pozdravi iz ŠENT-a Postojna. Dne 22.7.2014 smo se odpravili na izlet do ŠENT-ovcev v Ajdovščini, potem pa skupaj z njimi v Staro Gorico.

Tam je bila v prostorih kulturnega doma odlična razstava z naslovom »SONCE MIRU« naših slik ter recital lepe poezije.

Nato smo se odpeljali na grad v Stari Gorici, ki je res zgodovinsko poučen. Sledila je pojedina. Imeli smo res veliko srečo z vremenom, saj je takoj, ko smo odhajali, začelo deževati.

Uživajte!

Damjan



Vhod v starogoriški grad.
Foto: Damjan.

3. ŠENT-OV DOBRODELNI TEK V RAKOVEM ŠKOCJANU

V nedeljo, 22.6.2014 dopoldan ob cca. 7.15 sem se odpravil proti Rakovemu Škocjanu s kolesom, kjer je potekal *Dobrodelni tek za ŠENT*.

Po cca. 15 minutnem odločanju sem se le odločil, da bom pretekel 5 km. Po prete-

čenih petih kilometrih sem bil tako zadihan, da sem mislil, da mi bodo izpadla pljuča.

Čez nekaj časa sem se odločil, da pretečem še 5km. Za tekače je bilo odlično poskrbljeno. Skuhali so odlične krompirjev golaž. Pekli so tudi čevape, a za te nisem imel dovolj denarja. Sem si pa zato privoščil dve porciji odličnega golaža in za posladek še odlične palačinke. Z organizacijo sem zelo zadovoljen in bi pohvalil organizatorje. Med drugim tudi logaško društvo »Tek je lek«.

Ves čas so vrteli dobro muziko. Poskrbljeno je bilo tudi za mlajše. Vzdušje je bilo zelo prijetno. Od nagrad mi je bila najbolj všeč majica, katero se danes rad oblečem.

Naslednje leto se z veseljem vrnem. Poskusil bom preteči 15 km, če bo le zdravje to dopuščalo. Pohvaliti je potrebno tudi vse tekače, ki so se izredno izkazali. Ni mi bilo žal, da sem se udeležil prireditve, takšnih in podobnih prireditev bi moralo biti več.

Tomo



In smo tekli za ŠENT.
Foto: Jana Ponikvar.

DC ZA ZMANJŠEVANJE ŠKODE ZARADI DROG VELENJE

PREDAVANJE "MLADI IN DUŠEVNO ZDRAVJE"

V sredo 4.6.2014 smo obiskali Zaposlitveni center Ruj v Nazarjah in predstavili področje duševnega zdravja, osnovne informacije, morebitne težave, ki so vezane na duševno zdravje ter možnosti pomoči.

Udeležene na predavanju smo seznanili s problemom stigmatizacije, problematiko ogroženih skupin, predvsem mladih z manj priložnostmi in njihovimi pravicami oz. kršenjem le teh. Predsednik združenja mag. Edo P. Belak, ki je sodeloval na predavanju, je spregovoril o izkušnji duševne motnje v lastni družini. Predstavil je, s kakšnimi težavami in strahovi se srečujejo svojci oseb z duševno motnjo. Poudaril je, da moramo pri skrbi za obolelega svojca vedno poskrbeti za to, da se duševna motnja ne poslabšuje in opozoril, da moramo poskrbeti tudi za lastno rast, saj se lahko hitro zgodi, da obolijo tudi preostali člani družine.

Fanika Lončar



Predavanje "Mladi in duševno zdravje".
Foto: Simona Kušter.

OKROGLA MIZA "VLOGA LOKALNE SKUPNOSTI PRI NIZKOPRAŽNI OBRAVNAVI ZASVOJENOSTI"

V sredo 11.6. 2014 smo v prostorih Knjižnice Velenje izvedli okroglo mizo na temo "Vloga lokalne skupnosti pri nizkopražni obravnavi zasvojenosti".

Z dogodkom smo želeli lokalno skupnost



Okrogla miza "Vloga lokalne skupnosti pri nizkopražni obravnavi zasvojenosti".
Foto: Bojana Špegel.

spodbuditi k bolj kakovostni ponudbi različnih oblik pomoči osebam, ki so se znašle v težavah zaradi uživanja nedovoljenih drog in k bolj učinkovitemu povezovanju ustanov in strokovnjakov na lokalnem nivoju, kar je nujen pogoj za uspešno delo na področju zmanjševanja škode. Glavni poudarek govorcev na okrogli mizi je bil, da je sodelovanje med institucijami nujno in da lahko le skupaj uspešneje rešujemo obravnavano problematiko.

Fanika Lončar

PODARJENA OBLAČILA IN OBUTEV S STRANI ZADRUGE DOBROTE

V Enoti Šent Velenje že nekaj časa sodelujemo z Zadrugo Dobrote z.b.o., nosilko projekta TEKSTILNICA, kjer skupaj z društvom Ekologi brez meja ustvarjajo zelena delovna mesta za težje zaposljive osebe na področju zbiranja in predelave rabljenega tekstila.



Podarjena oblačila s strani Zadruga Dobrote.
Foto: Fanika Lončar.

DC ZA ZMANJŠEVANJE ŠKODE ZARADI DROG

Večkrat so naše uporabnike oskrbeli sicer z rabljenimi, vendar lepimi in dobro vzdrževanimi oblačili ter obutvijo. V letošnjem juliju so tako nekateri naši fantje obnovili del svoje poletne garderobe. V njihovem imenu se Zadrugi Dobrote za sodelovanje lepo zahvaljujemo.

Fanika Lončar



**Podarjena oblačila in obutev s strani Zadruge Dobrote.
Foto: Fanika Lončar.**

UP

Da se bo v zlu
nekaj spremenilo,
nekaj šktrnilo,
nekaj preobrnilo
na bolje.
Da iz zla nastane biser,
da iz zla gre zlo v nepovrat,
da iz zla nastane zlato,
energija zla v veselje,
naj tam eksplodira!
In ne na zemlji!
In naj humor pomaga!
Čemu zlo?
Čemu kreg in vojne?
Prepir?
Zakaj ne h.u.m.o.r.
in l.j.u.b.e.z.e.n???

Andreja Mlakar

VESOLJE

Naš čar in žar,
enotno polje,
kjer se ustvarjajo zvezde,
naša prabit,
naš izvor,
tudi vir življenja,
širen prostor,
svoboda lebdenja,
svoboda mišljenja,
svoboda pač!
Gremo mi tja ven,
ven v širjave,
na svobodo!
Na svobodo!
Na svobodo!

Andreja Mlakar

PRISPEVKI ŠENTOVCEV

DC ŠKOFJA LOKA

VOJE - SLAP MOSTNICE

9.5.2014 me ponedeljkov dopoldanski sprehod po mestu na koncu pripelje v domači Dnevni center Škofja Loka, kjer mi takoj pade v oči z velikimi črkami na oglasni deski pripeto vabilo. Na njem piše, da SENTGOR Radovljica vabi svoje člane na rekreacijski pohod. Cilj - Julijske Alpe, Voje - Slap Mostnice. Po pogovoru z vodjo dnevnega centra Moniko Žust izvem, da smo vabljeni tudi člani ostalih dnevnih centrov iz Gorenjske regije.

Pet pohodnikov iz društva DC Škofja Loka pod vodstvom mentorice Mojce Dolinar se nas je zbralo pred že dve desetletjema zaprtim hotelom Transturist, edinim v regiji in okolici. Propadajoč hotel spominja na hišo strahov. Osamljen in od vseh pozabljen je mestu v sramoto.

Z osebnimi avtomobili smo se odpeljali proti Bohinju ter naprej do Stare Fužine, kjer smo na parkirišču nad vasjo parkirali avtomobile. Od tu se prične naš pohod do glavnega cilja, slapa Mostnice.

V svežem spomladanskem jutru smo skozi prelep, skoraj pravljичni gozd (manjkale so samo gozdne vile in škрати) po dobri uri hoje prispeli do planinske kočice na Vojah, ki leži na 690 metrih nadmorske višine. Koča je v tem letnem času odprta in ponuja vse od toplih jedi do toplih in hladnih napitkov.

Ob prihodu nas pohodnike z glasnim lajanjem in mahajočim repom pozdravi prijazen pes. Manj prijazna je bila črna mačka, ki nam je tik pred prihodom prečkala pot. Ob tem prizoru me je spreletel srh in poldenedla kri. Pri planinski koči je čudovit pogled na kontrast med zelenim gozdom in v snežno belo odejo prekritimi gorami v daljavi. Pri domu smo si odpočili, odprli nahrbtnike, se odžejali in okreščali.

Spoznali in pokramljali smo z upokojenim geologom iz celine tam spodaj, Avstralije. Z dolgo brado in širokokrajnim klobukom

je spominjal na Bedanca, nam vsem dobro znani lik iz knjig o Kekcu, izpod peresa pisatelja Josipa Vandota.

Pri koči se je naša skupina razdelila na dva dela, eni so ostali na terasi sredi neokrnjene narave, drugi pa smo se zapodili v sotesko Mostnice. V hladni, ozki, globoki in tihi soteski se po poti odpravimo proti slapu. Tišino zmoti samo reka Mostnica, ki teče čez skale in tolmine na dnu grape. V tišini gozda njeno žuborenje ustvari pravo simfonijo tonov, ki so pravi balzam za ušesa.

Pot je lahka, rahlo vzpenjajoča, polna lesenih mostičkov. Na koncu poti nas s svojim šumenjem že od daleč nase opozori slap, ki zgloda, kot bi bil ovit v zaveso. Slap Mostnice je osupljiv. Ob pogledu od spodaj navzgor na slap se mi prikaže mavrica, ki se blešči, ko se slapu dotaknejo sončni žarki in oblaki drobnih kapljic, ki jih povzročajo slap. Imam občutek, da se lahko s prsti dotaknem in ujamem mavrico že, če samo iztegnem roko.



Avtor slike Jože M.

Pot po soteski navzdol se mi je zdela daljša, vsaj časovno, saj smo naredili kar nekaj postankov na bregovih Mostnice,

DC NOVO MESTO

GONGI

17.6.2014 smo bili na Rdečem križu, kjer nam je gospod igral na gong.

Bilo mi je zelo všeč, sem se sprostila. Bil mi je tudi lep in dobro. Na gong bi še šla.

Sabina Rangus

TELOVADBA

V začetku junija smo bili na Rdečem križu, kjer nam je Breda Zajc pokazala vaje.

Vsi smo imeli podloge, da smo lahko izvajali vaje tudi na tleh. Nekatere vaje so bile težje, druge lažje. Ob izvajanju vaj smo zraven poslušali muziko in delali vaje po taktu. Bilo je fajn, čeprav smo se kar utrudili.

Zoran S.

KUHANJE SATARAŠA

V Dnevnom centru Novo mesto smo na kuharski delavnici kuhali sataraš.



Jure in Marjan v pripravi.
Foto: A. Bregant.

Bil je redkejši, podoben juhi oz. čorbi. To pa zato, ker vode nismo povreli do konca.

Za pripravo smo najprej nalupili in očistili zelenjavo (čebulo, paradižnik in papriko). Zatem smo dali v kozico olje in tri čebule, narezane na drobne koščke. Ko je bila čebula dovolj prepražena, smo v kozico dodali še narezano ostalo zelenjavo: olupljen paradižnik (približno 1,5-2kg) in očiščeno papriko (4 kose), ki smo ju narezali na drobne koščke. Vse skupaj smo zalili z vodo in kar nekaj časa kuhali. Nato smo na vse skupaj v kozico vlili še stepena jajca (10 kosov) in dušili nekaj minut.

Po končanem kuhanju smo po mizi razdelili krožnike in pribor ter se spravili k jedi. Dobro tek!

Marjan Osolnik



Zaslужena pogostitev.
Foto: A. Bregant.

IZDELAVA OKVIRJA IZ LEPENKE

V začetku septembra smo na likovnih delavnicah izdelovali okvirje za sliko iz valovite lepenke.

Najprej smo iz kartona izrezali pravokotnik, kar je podložka za sliko. Iz valovite lepenke smo izrezali trakove, ki smo jih zlepili skupaj in jih prilepili pravokotno na podložko, tako da smo naredili okvir za sliko. V prostor med trakovi smo natrosili različna semena, tako da smo ustvarili lep okvir za sliko.

Med samim delom sem zelo užival, ker je bila zahtevana preciznost in natančnost, še posebej pri rezanju trakov iz lepenke.

Almir Poljak



Postopek izdelave okvirjev iz lepenke.
Foto: N. Salmić Tisovec.

TRGANKA

Na Šentu v Novem mestu imamo ob petkih delavnice likovne umetnosti, na katerih se učimo najrazličnejših tehnik likovne ustvarjalnosti.

V avgustu 2014 smo delali trganke. Na narisano risbo smo lepili drobne koščke barvastega časopisnega papirja in skušali napraviti čim lepši izdelek. Jaz sem napravila dve trganki: Marijo v belo-mo-drem oblačilu ter angelčka z zlato tro-

bento.



Ana uživa v ustvarjanju.
Foto: A. Bregant.

Res sem morala imeti precej potrpljenja in vztrajnosti, a končna izdelka sta se mi dobro posrečila. Z veseljem sem Marijo podarila prijateljici, ki jo je zelo želela imeti in jo občudovati. Angelčka pa sem shranila zase. Tehnika trganek mi je zelo všeč.

Ana Alessandra

Anin izdelek.
Foto: A. Bregant.



SS ŠENTVID

STANOVANJSKA SKUPINA ŠENTVID

Stanovanci stanovanjske skupine Brod smo se 27.6.2014 preselili v novo stanovanjsko skupino Šentvid.

Pred vselitvijo smo bili skeptični in kar malo zaskrbljeni, v kakšno stanovanje se bomo preselili. V stari stanovanjski skupini smo se dobro počutili, imeli smo vrt, kar nekaj nas je imelo svojo sobo.

S prihodom v SS Šentvid pa smo kljub začetnim pomislekom videli tudi nekaj prednosti. Tukaj so večji prostori, več svetlobe, imamo dva balkona, eden je namenjen družanju, na drugem pa se lahko na ležalniku predajamo sončnim žarkom. Za razliko od prejšnje lokacije imamo tukaj zelo dobre odnose s sosedi. Tudi v trgovini so nas dobro sprejeli, na splošno se v tukajšnjem okolju dobro počutimo.

Že v SS Brod je naša skupina delovala zelo prijateljsko in samostojno, tu pa funkcioniramo še bolje, brez težav se dogovorimo za sprehode, med sabo si pomagamo in sodelujemo pri dnevnih opravilih.

stanovanci stanovanjske skupine Šentvid

SS KOPER

SELITEV

Iz stanovanjske skupine Bonini smo se končno preselili v Koper.

Hiša, v kateri sedaj bivamo je v bližini knjižnice, tudi cerkev in trgovina sta cca. sto metrov od stanovanjske skupine. V koprski stanovanjski je ista posadka kakor v Boninih.

Do dnevnega centra ŠENTMAR Koper imamo dobrih 500 metrov. Tam lahko vrtim glasbo po mili želji, berem časopis in igram biljard.

V stanovanjski skupini Koper smo sami fantje: Sandi, ki pripravlja dober jabolčni štrudelj; Edo, ki skrbi za red in disciplino; Elvis, ki opravlja čistilna dela; Marko, jutranjik; in sam, ki sem zelo hvaležen mentorjem, da sem končno v mestu. Boris in Neveca skrbita, da življenje v stanovanjski skupini Koper poteka čim mirnejše.

Še en lep pozdrav iz stanovanjske Koper.

Robert Pišot- Fiš



Stanovanjska skupina Koper.
Foto: neznan.



Nalozba v vašo prihodnost
OPERACIJO DELNO FINANCIRA EVROPSKA UNIJA
Evropski socialni sklad

ZAKLJUČNA PRIREDITEV PROJEKTA DOMAČA OBRT - POT DO ZAPOSLOTITVE II

Pridobljeno znanje bodo še naprej s pridom uporabljali in pletene izdelke nadgradili tudi s kombinacijo znanja iz tkanja in izdelovanja izdelkov iz gline.

V petek 22. avgusta 2014 je v prireditveni dvorani Mestne knjižnice Kranj potekala zaključna prireditev projekta Domača obrt - pot do zaposlitve II.

V letu 2012 je bil ŠENT namreč ponovno uspešen pri prijavi na Javni razpis za izbor razvojnih projektov za dvig zaposljivosti ranljivih družbenih skupin na področju kulture in podporo njihovi socialni vključenosti v okviru Operativnega programa razvoja človeških virov za obdobje 2007-2013, ki ga sofinancira Evropski socialni sklad. S tem smo nadaljevali aktivnosti, začete v letu 2011, ko smo usposabljali težje zaposeljive, zlasti osebe s težavami v duševnem zdravju, za tkanje na statvah in izdelovanje izdelkov iz gline.



Predstavitve projekta.
Foto: Barbara Dolničar

V času gospodarske krize in vse manj možnostmi zaposlovanja vidimo priložnost iskanja novih zaposlitev tudi v rokodelskih dejavnostih. Ker zagovarjamo moto, da je delo najboljši zdravnik in to dokazujemo tudi z vsakdanjo prakso, smo preko omenjenega projekta vplivali na večjo socialno vključenost, zaposljivost in usposobljenost invalidnih oseb, predvsem oseb s težavami v duševnem zdravju in hkrati prispevali k oživitvi te tradicionalne domače dejavnosti - pletarstva.

Od Obrtne zbornice Slovenije smo pridobili certifikat, da se naši izdelki iz slame, ličja, trave in šibja štejejo za izdelke domače obrti. V začetku avgusta 2014 pa nas je razveselila tudi novica, da je projekt prejemnik priznanja Naša Slovenija 2014 v 4. kategoriji - izobraževanje, usposabljanje in ozaveščanje, ki ga podeljuje Gibanje za ohranjanje in uveljavljanje slovenske kulturne in naravne dediščine/krajine. Slavnostna podelitev priznanja bo potekala konec septembra v okviru sejma Bonaca v Marini Portorož.

Na zaključni prireditvi smo predstavili projekt v sliki in besedi ter podelili priznanja tistim posameznikom, ki so se v okviru projekta uspešno usposabljali in na ta način pridobili znanja iz pletarstva. Vseh je bilo v času trajanja projekta kar 28.

Spregovorili so mentorji oz. mojstri, ki so svoje znanje predali naprej in nekateri sodelujoči v projektu. Ena od udeleženk iz Kranja je povedala, da je včasih zaradi svoje bolezni tesnobna, da pa jo pletenje izredno pomirja in lahko plete tudi do poznih jutranjih ur. Spretnost pletenja je osvojila do te mere, da bo lahko sedaj v Kranju mentorica drugim. Tudi ostali udeleženci so bili mnenja, da je sicer pletenje »delikatna« zadeva, da pa se z malo volje in potrpežljivosti vsak lahko nauči te spretnosti. Vsi so izražali hvaležnost mentorjem, ki so jih ves čas vzpodbujali in jim pač pustili toliko časa, kot so ga potrebovali. Znanje bodo še naprej s pridom uporabljali in izdelke nadgradili tudi s kombinacijo znanja iz

tkanja in izdelovanja izdelkov iz gline.

Na ŠENT-u upamo, da bodo dobili novo priložnost za nadaljevanje začetih aktivnosti in bomo pridobljeno znanje izkoristili ter nadaljevali začrtano pot v smeri odprtja zaposlitvenega centra rokodelskih dejavnosti.

Saška Žnidarc in Barbara Dolničar

Projekt se izvaja v okviru Operativnega programa razvoja človeških virov za obdobje 2007-2013 4. Razvojne prioritete: »Enakost možnosti in spodbujanje socialne vključenosti« in Prednostne usmeritve 4.3.: »Dvig zaposljivosti ranljivih družbenih skupin na področju kulture in podpora njihovi socialni vključenosti v letih 2013-2014«



Udeleženci delijo vtise.
Foto: Barbara Dolničar

SMEH

Nam je potreben smeh,
da ne bo šlo vse v kreh.
Boljše smejati se kot žalostiti,
kot alkohol, mamila.
Biti zasvojena s smehom
tja do konca dni!

Andreja Mlakar

MOJA LJUBEZEN

Živ je in zdrav,
oglaš se mi,
kot spev ptice v vetru.
Vedno me nasmehne,
v pozdrav zadoni,
Daje mi upanje
za vse moje dni.
Do konca,
res.
Moja ljubezen,
moje upanje,
moje življenje
tja do večnosti.

Andreja Mlakar

RAZOČARANJE

Če smo razočarani, trpimo.
Če smo ljubljeni, živimo.
Strah za srečo nam jemlje
pogum.
Tu pa je pomemben razum.
Moramo iti naprej z veseljem,
ne pa imeti strahu pred
razočaranjem.

Darja Bukić

PRISPEVKI ŠENTOVCEV

VLOGA DELOVNEGA TERAPEVTA V ZAPOSILITVENI REHABILITACIJI

Delovni terapevt je član strokovnega tima, ki z visoko strokovno izobrazbo zdravstvene usmeritve ter s svojimi pridobljenimi znanji prispeva parcialno mnenje o ravni posameznikovih sposobnosti, znanj, zmožnosti, interesov in potencialov, ki omogočajo ali ovirajo izvajanje aktivnosti oz. možnosti za vključitev v zaposlitev ali izobraževanje. Z ostalimi člani tima oblikuje končno mnenje, ki se oblikuje na osnovi sinteze vseh pridobljenih podatkov s predlogi, ki so v dani situaciji za posameznika najbolj optimalni glede na njegovo funkcioniranje.

Delovni terapevt kot strokovni član tima sodeluje na končni evalvaciji. Predstavi spoznanja in ugotovitve ter sodeluje pri oblikovanju mnenja s predlogi za posameznika na uvodnih, vmesnih in zaključnih timih.

V skladu s sprejetimi standardi storitev zaposlitvene rehabilitacije izvaja delovni terapevt posamezne storitve na področju delovno-terapevtske obravnave. Uporabniki se v okviru delovno-terapevtske obravnave vključujejo v različne namenske aktivnosti z namenom, da delovni terapevt lažje presodi oz. oceni njihove zmogljivosti ter druge motorične, procesne in komunikacijsko-interakcijske spretnosti, ki so pomembne pri vključevanju in samostojnosti na delovnem mestu.

Delovni terapevt in storitev B (Priprava mnenja o ravni delovnih sposobnosti, znanj, delovnih navad in poklicnih interesov)

Delovni terapevt lahko v procesu storitve B prispeva pomembne podatke tudi za ostala področja ocenjevanja; skozi metode in pristope ugotavlja in ocenjuje sposobnosti učenja, kognitivne funkcije, socialne, adaptacijske spretnosti, osebnostne in vedenjske lastnosti, sprejemanje invalidnosti, interese, voljo in cilje posameznika.

Pri svojem delu uporablja različne metode in tehnike dela:

- Strukturirani intervju:

Prvi stik terapevta s posameznikom je pomemben za ustvarjanje zaupljivega odnosa in je temelj za nadaljnje konstruktivno sodelovanje.

- Ocenjevanje skozi aktivnost:

Ocenjevanje učinkovitosti, vzdržljivosti, samostojnosti in varnosti pri učenju, organiziranju, izvajanju in prilagajanju motoričnih, procesnih in komunikacijsko/interakcijskih spretnosti pri izvajanju aktivnosti.

- MFIS: (prilagojena lestvica vpliva utrujenosti)

- Dinamično ocenjevanje kognitivnih funkcij

- Standardizirani in funkcijski testi motorike rok (obseg gibov, moč mišic, spretnost, fina motorika)

- Standardizirani testi percepcije in kognicije (npr. spomin-RBMT; LOTCA)

- Analiza potreb po prilagoditvi pripomočkov, opreme in delovnega mesta (npr. individualne, ergonomske prilagoditve)

- Analiza potreb po usposabljanju/edukaciji na področju obvladovanja in preprečevanja zdravstvenih težav na delu (npr. zaščita sklepov, obvladovanje stresa, uravnavanje aktivnosti)

Zaključna faza ocenjevalno diagnostične faze zaposlitvene rehabilitacije je priprava poročila - **zaključno mnenje strokovnega tima**, ki se oblikuje na osnovi sinteze vseh pridobljenih podatkov, ocene posameznikovega funkcioniranja ter ocene, ki jo oblikuje in uskladi strokovni tim skupaj s posameznikom.

Delovni terapevt se vključuje tudi v nadaljnje rehabilitacijske programe s ciljem opredeljevanja nadaljnjih aktivnosti in ukrepov, ki so potrebni za oblikovanje rehabilitacijskega načrta ter izboljšanje možnosti za napredovanje v poklicni kariери.

Zaposlitvena rehabilitacija ima pomemb-

no vlogo pri vračanju rehabilitanta v življenje in delo. Večina ljudi z različnimi duševnimi motnjami lahko ob ustreznem zdravljenju okreva, če so jim dostopne različne vrste, največkrat vsaj začasno prilagojene oblike usposabljanja in zaposlitve.

Kot posledica duševne bolezni se lahko pri posamezniku pojavijo nekatere težave in omejitve, ki so značilne za različna bolezenska stanja duševnih bolezni, zelo redko se pojavijo vse. Te težave se lahko izrazijo v različnih stopnjah in kombinacijah. Prav tako ni nujno, da bo vsak posameznik, ki ima duševno motnjo, potreboval prilagoditve za opravljanje dela, številni pa potrebujejo le posamezne prilagoditve, pri katerih ima pomembno vlogo tudi delovni terapevt.

Najpogostejše prilagoditve delovnega mesta pri ljudeh z duševnimi motnjami so:

- Skrajšani delovni čas; fleksibilen/prilagodljiv delovni čas
- Fleksibilen/prilagodljiv urnik odmorov
- Možnost dela na domu
- Mirno delovno okolje/prostor/izključitev okoljskih dejavnikov
- Pomirjujoča glasba
- Možnost pogovora
- Ustrezna osvetlitev prostora, prijazne barve
- Jasno načrtovan delovni proces s čim manj pogostimi spremembami
- Jasna pisna in govorna navodila delovnih nalog, prilagojena posameznikovemu razumevanju, opomniki
- Mentorstvo
- Daljše postopno usposabljanje, zlasti pri uvedbi sprememb delovnih nalog in procesa
- Soba za sprostitvev/umiritev/počitek
- Ergonomska ureditev delovnega mesta in okolja
- Rotacija delavcev
- Možnost svetovalnih/razbremenilnih pogovorov

Delovni terapevt kot strokovno usposobljen zdravstveni delavec s svojimi znanji, metodami, tehnikami in pristopi je pomemben

člen uspešne zaposlitvene rehabilitacije uporabnikov storitev zaposlitvene rehabilitacije.

Erna Sarač,
delovna terapevtka, Šentprima

LEŽI NA DUŠI

Ležijo na duši
mi stvari sveta.
Denar mi preveva
dušo.
Materialno se peha
okoli mene.
Zasesti mi hoče dušo.
Materialen svet
se kopiči okoli mene.
Komaj duša iz mene
posveti.
O, duh.

Valerija Kovačič

JABOLKO

Zgodba, ki jo pišem
je zgodba o naravi.
O jabolku, ki ga je
pojedla nesrečna
Sneguljčica.
Poljub princa
in jabolko ji pade
ven iz grla.
In živela je srečno
do smrti.
Tu se poraja drevo.
Pa raj.
Poje prepovedano.
Kot Adam.
To premagaš
z upanjem.
Sicer si revež. Nor.

Valerija Kovačič

PRISPEVKI ŠENTOVCEV

PREDSTAVITEV KNJIGE »ENOST V RAZLIČNOSTI«

V četrtek, 10. julija 2014 je bila v DC SENTLENT Maribor predstavitev knjige »Enost v različnosti« avtorice Silve Belak.

Avtorica je dolgoletna prostovoljka na SENTLENT-u, kjer vodi pogovorno skupino. V knjigi popisuje svoje izkušnje v sobivanju s sinom Matjažem, ki se že več kot 30 let srečuje težavami in problemi, ki jih povzroča duševna motnja.

Knjiga je ena redkih izpovedi svojke, ki na izjemno iskren in neposreden način opiše svoje doživljanje tega sobivanja, kar lahko veliko pripomore k zmanjševanju stigme, ki je žal še vedno prisotna v naši družbi.



Silva Belak (v sredini) med predstavitvijo knjige.

Foto: mag. Edo. P. Belak.

Predstavitve, bilo je več kot 50 udeležencev, in sicer svojci in uporabniki, so se udeležili tudi uporabniki iz OZARE, njihov pesnik pa je tudi recitiral nekaj svojih stvaritev.

SENT je zastopala vodja CZDS Podravske regije Tadeja Kapun.



Matjaž Belak.
Foto: mag. Edo. P. Belak.

Predstavitve je popestril Matjaž Belak, ki je na kitaro zaigral nekaj svojih avtorskih skladb.

Avtorica, ki je knjigo izdala v samozaložbi, v njej zapiše:

»Da je ta dnevnik nastal sem v prvi vrsti hvaležna sinu Matjažu in soprogu Ediju, ki sta moja največja učitelja.

Hvala mojim staršem, da so mi dali, kar so znali.

Pot, ki jo ubiram z njima, ni lahka, je pa zanimiva. Sploh zadnjih deset let bi lahko rekla, da mi gre bolje, brez večjih bolečin v srcu, postajam samo opazovalec življenja, ne vpletam se več toliko kot nekoč.

Videti enost v različnosti nam to sobivanje in učenje, ki je večkrat v smislu »neznosno« in »zdaj pa res ne morem več«, naredi bolj prijazno. Postajamo hvaležni za to, kar dobimo.

Vedno bolj smo razumevajoči, zadovoljni in srečni, da lahko dajemo.

Dajanje pa je ljubezen.

In to je to.

Dnevnik je plod mojih izkušenj in upam, da bo predvsem svojcem ljudi s psihičnimi težavami v pomoč.«

Silva Belak

mag. Edo P. Belak

PREDSTAVITEV ZAPOSILITVENEGA CENTRA DOBROŠIN D.O.O.

V Zaposlitvenem centru Dobrošin vam nudimo sestavljanje polizdelkov iz vseh vrst materialov. Imamo bogate izkušnje z velikimi domačimi naročniki, za katere hitro in kvalitetno sestavimo izdelke, ki jih pri nas naročijo.

Na voljo imamo primerno opremljene in dovolj velike delovne in skladiščne prostore (tudi komprimiran zrak) na ugodni lokaciji v bližini avtoceste.

Zaposleni v našem zaposlitvenem centru so zelo motivirani in vedno pripravljene za učenje novih veščin. Odprti smo za različna dela. Zaposlene in osebe na poklicni rehabilitaciji nenehno strokovno spremljamo in jim zagotavljamo podporo pri doseganju proizvodnih in osebnostnih ciljev.

Celotno proizvodnjo in procese smo sposobni in pripravljene popolnoma prilagoditi zahtevam naročnikov.

Kontakt:

ZAPOSILITVENI CENTER DOBROŠIN D.O.O.
TBILISIJSKA ULICA 87, 1000 LJUBLJANA
TEL.: 031 675 687
E-MAIL: zc_dobrosin@dobrovita.com
DIREKTORICA: POLONA ŠTEFANIČ

Polona Štefanič



Delo v delavnici.
Foto: arhiv družbe.

DOBROVIT-IN ODDELEK »UREJANJE OKOLICE«

Urejen vrt in okolica sta pomembna dejavnika dobrega počutja in sobivanja. Pogled skozi okno, posedanje pod krošnjami drevesa ali sprehod po premišljeno zasajeni okolici oziroma vrtu so prav tako viri pozitivnih čustev in misli.

Podjetje DOBROVITA d.o.o. se lahko pohvali z dolgoletnimi izkušnjami načrtovanja in vzdrževanja vrtov, parkov in zelenic.

Delovno ekipo DOBROVIT-inega oddelka *Urejanje okolice* sestavljajo agronomi in vrtnarji, ki poleg nasvetov zagotavljajo tudi strokovno in kvalitetno opravljeno delo.

Med naše dejavnosti sodijo:

- **načrtovanje in zasaditve novih vrtov**
Dovolite nam, da vam pomagamo smiselno in estetsko zasnovati ter zasaditi vaš vrt. Naj (p)ostane del vašega bivalnega okolja, na katerega (bo)ste najbolj ponosni!

- ureditveni in zasaditveni načrti vrtov in okolice poslovnih stavb
- izvedba zasaditev vrtov, gredic, korit, živih mej in sadnih ter okrasnih dreves
- tlakovanje s kamnom, lesom
- načrt rednega vzdrževanja

- **namakalni sistemi**

Ustrezna vlažnost zemlje je nujna za zdravje in rast rastlin, predvsem ob nepredvidljivih podnebnih spremembah. Tako okrasne rastline kot tudi zelenice potrebujejo redno oskrbo z vodo. V sušnih mesecih lahko vročinski plevel preraste zelenico, kar uniči izgled, ponovna vzpostavitev pa zahteva drago sanacijo.

Namakalni sistemi omogočajo optimalno oskrbo rastlin z vodo skozi vse leto. Naši strokovnjaki vam bodo pripravili načrt za namakalni sistem ter pripravili namakalni načrt za optimalno porabo vode.

- načrtovanje
- izvedba
- vzdrževanje

• košnja in vzdrževanje zelenic

Vzpostavitev in vzdrževanje urejene zelene površine je za marsikoga trd oreh, saj zahteva veliko spomladanskih in jesenskih opravil, predvsem pa redno košnjo. Poleg gnojenja in zalivanja namreč prav ta zagotavlja gosto travno rušo z manj plevela.

-košnja manjših in večjih travnatih površin
-grabljenje trave in listja
-vetrenje trave

• setev trave

Dobro je, da vrtnar premore veliko znanja in izkušenj že pri setvi trave, saj je uspeh odvisen od številnih dejavnikov. Med pomembnejšimi so: izbira obdobja setve, količina in izbira ustreznega semena ter priprava zemljišča.



Zalivanje cvetlične grede na krožišču.
Foto: Dobrovita d.o.o.

• polaganje travnega tepiha

Tako kot želimo, da se v notranjih prostorih preproga poleg svoje funkcionalne vloge izkaže tudi kot okras doma, je travnata preproga element zunanje okolice, kjer je dovršenost videza nepogrešljiva.

Polaganje travne preproge je praktična rešitev, če želimo hitro zazelenitev zemljišča. Postopek od priprave zemljišča do zazelenitve z rušo lahko traja le en dan, pomembna pa je poznejša oskrba preproge, da se dobro ukorenini.

• podiranje in rez

Za zdravje dreves in grmovnic moramo poleg gnojenja zagotavljati tudi njihovo redno obrezovanje. Zmotno je prepričanje, da zadostuje, če drevo občasno (na vsakih

nekaj let) 'obglavimo', mu močno skrajšamo veje, misleč, da bodo kmalu spet pogonale in zrasle.



Rez drevesa.
Foto: Dobrovita d.o.o.

Res je, da bo drevo močno odgnalo, dejstvo pa je, da bo krošnja prikrajšana, dolgi vertikalni poganjki pa bodo kvarili njeno konsistenco in obliko, poleg tega pa se ob obremenitvi radi odlomijo. Ob večkratnem obglavljanju drevesa se razvije krošnja, ki ni zdrava, je nezračna in polna odmrlih vej. Če želimo drevo, ki ga bomo lahko občudovali, ga redno in premišljeno negujemo.

Vašemu drevju, živi meji in drugim grmovnicam lahko ustvarimo 'pričesko', ki bo kos vsakemu vremenu.

Dovolite nam, da vam pomagamo smiselno in estetsko zasnovati ter zasaditi vaš vrt. Naj (p)ostane del vašega bivalnega okolja, na katerega (bo)ste najbolj ponosni!

Če bi tudi vi potrebovali katero izmed naših storitev lahko z nami navežete stik na naslednje načine:

Dobrovita d.o.o.

Tbilisijska ulica 87, 1000 Ljubljana

Tel: 01 54 42 400

Fax: 01 54 42 401

Email: info@dobrovita.com

Spletna stran: www.dobrovita.com

Peter Bohinc in Primož Oražem

SRCE ZDRAVI SRCE

Pred 13-imi leti v psihiatrični bolnišnici. Nikogar nisem pustila do sebe. Prividi so me držali v nekem iluzornem svetu in manično sem bila privezana na radio. Poročila. En obraz za druge, vihar v notranjosti zame. Preverjanje kaj je res, kaj sem si izmislila. Bila sem najbolj sama na svetu, še sebe nisem imela, kaj šele kako dušo, ki bi me razumela, če odštejem sestre, ki so itak profesionalke.

Do mene se je v ta kokon prebila informacija, da je ta dan - dan duševnega zdravja. Zagledala sem luč na koncu tunela. Pa saj to je bila zelo drobna lučka, pa vendar je dokazovala, da so ljudje na svetu, da pripadam ogromni vojski duševnih bolnikov. Ljudem, ki so taki kot jaz, nesrečni, žalostni in sami. Droben signal, da ljudem ni vseeno zame.

Največji naglavni greh je, da ne opaziš, da ne vidiš in živiš samo zase za svojo bedno rit. Tako sem si želela, da bi mi kdo dejal - rad te imam, da bi me objel. V tistem trenutku sem začutila da sem del ogromne vojske, ki je taka kot jaz. Če vam rečem, da sem začutila moč, boste dejali, da nakladam, ampak nikoli več se ne bom sramovala svojih bratov in sester in skozi njih same sebe.

Začutila sem občestvo ljudi s težavami v duševnem zdravju - nisem več sama. Danes z lahkoto povem, da imam shizofrenijo. Moje rdeče tabletko mi pomagajo ostati na tem svetu. Vendar ravnam vedno po nekem notranjem vzgibu, ki ni vedno v skladu z družbo. Vedno si rečem: »In kje piše, da ni prav po moje?« Neka marketinška doktrina pravi, da toliko veljaš, kolikor imaš. Živim v svojem svetu in čisto malo odškrnem vrata za tiste, ki jih imam rada. Vzeli so mi poklic, vzeli so mi status in me postavili na osamljeni stol. Pa vendar, če življenje nekaj vzame, ponavadi da kaj drugega.

Pravijo, da shizofreniki ne morejo čustvovati, pa vendar mi je toplo; toplo, ko mi ljudje namenijo pozornost. Zdaj nas je že za manjšo četico in ne vem, če nismo

podobni tisti sliki, na kateri slepec vodi slepca.

Dan duševnega zdravja je moj praznik. Spoštujem ga tako, kot se za pisateljico spodobi. Naredim literarni večer z belokranjskimi pravljicami.

Dan duševnega zdravja je kontrapunkt nas, duševnih bolnikov. Tako imenovani normalni bi duševno bolezen pometli pod preprogo. Oprostite, se pa res ne spodobi, da si malo »čauhnen«. Ni vic v tem, da podležeš bolezni, ampak da se boriš proti njej. Tudi če stokrat padeš, je tvoja dolžnost, da vstaneš.

Pa to ni praznik shizofrenikov, maničnih depresivcev, depresivcev.... Ampak vseh ljudi. Saj je najbolj pomembno, da ostanemo človeško topli in da nam je mar za sočloveka. In na to nas bo 10. oktober - svetovni dan duševnega zdravja vedno spominjal in opozarjal.

Lidija Maričič

NARAVA POZDRAVI

Narava,
 ljudje hitijo.
 Ni sočutja v množici.
 Umaknem se
 v naravo.
 Narava pozdravi.
 Vidik narave
 je živo.
 Zatopljen si
 v misli.
 Sočutje me zbode
 v srcu.
 Slišim dih vetra,
 slišim besedo
 sočutje.
 Pa gibajoč.
 Harmonično.
 Rajsko.

Valerija Kovačič

SVET JE LJUBEZEN

Iščeš svojo bit.
 Si ogenj.
 Maziliš druge s to
 ognjenostjo.
 Upanje se rodi.
 Bit se spremeni
 v optimizem.
 Pripravljeni smo na
 nov dan.
 Na nove misli.
 Misel povezuje
 v življenje.
 Uživamo v Zemlji,
 v Soncu,
 v lepi ljubezni.
 Svet je ljubezen.
 Je celota.
 Energija se ne
 izgublja ampak se
 preoblikuje.
 Pot pod noge.
 Smo v raju.
 JAZ-zavest.

Valerija Kovačič



Umetniška slika srce.
 Avtor slike: Slavko Trebše TARAS.

BLUES O NJEJ

Nekega jutra,
ko vse še spi
so na ulicah
le smeti.

In ona
na postaji sedi
s steklenico v roki
in gleda ljudi.

S cigareto v ustih,
katero to jutro, kdo ve,
kot mladega poeta stih
mi tole zgodbo pove.

Bilo je že pred časi
in bil je fant mlad,
živela sta na vasi in imel jo je rad.

Bilo je kot v filmu,
a jaz verjeti nočem,
po cigarete gre, je rekel,
od takrat v steklenico jočem.

Nič več ni bleska
v njenih motnih očeh,
ko s steklenico objeta
je v samotnih nočeh.

In ko sedaj
mimo nje grem,
se ne ozrem,
ker je socialni problem.

Lev Sfinga



Avtor slike: Jože M.



Najdete nas po vsej Sloveniji

Klik na sliko, skok na ŠENT



Sledite nas na družbenih omrežjih

