

BILI SMO PROSTOVOLJCI V DOMOVIH STAREJŠIH OBČANOV – IZKUŠNJA, KI JE NE BOMO NIKOLI POZABILI

V okviru projekta "Jaz in mi za vas" smo dijaki 3.F letnika opravljali prostovoljstvo po domovih za starejše občane.

Da bi bilo vsem dijakom bolj dostopno, da se nihče ne bi vozil dlje kot 10 minut, smo se razdelili v štiri skupine. Vsaka skupina je opravlja prostovoljno delo na eni ali več lokacijah:

1. Trzin
2. Trnovo, Ljubljana
3. Črnuče, Ljubljana
4. Šiška, Ljubljana

Vsaka skupina se je vsakič pred odhodom v dom najavila na recepciji.

DOM STAREJŠIH OBČANOV - TRZIN

V Trzinu so opravili 12 ur prostovoljnega dela na trzinski podružnici doma počitka Mengeš. Največkrat so se v veliki skupini pogovarjali s stanovalci, imeli pa so tudi druge aktivnosti. Enkrat so stanovalcem pripravili igro tombole z nagradami ter šli z njimi na sprehod po Trzinu. Pravijo da je bilo prostovoljno delo na domu upokojencev zelo zanimiva izkušnja, izvedeli so mnogo zanimivosti iz življenja ter mladosti stanovalcev.

DOM STAREJŠIH OBČANOV - TRNOVO, LJUBLJANA

Center starejših občanov Trnovo ima poleg institucionalnega varstva (namenjeno starejšim od 65 let) še oskrbovana stanovanja v katerem pa so starejši, ki s pomočjo osebja še vedno lahko razmeroma samostojno živijo. Stanovalci živijo v enoposteljnih ali dvoposteljnih sobah. V sklopu doma so tudi skupni prostori, kot so dnevni prostori, jedilnica, knjižnica, terasa in zelenica. V teh prostorih se stanovalci lahko družijo, izvajajo različne aktivnosti, kot so branje, pogovori, igre, gledanje televizije ali poslušanje glasbe. Kot prostovoljci smo opravljali različna opravila, včasih smo se s stanovalci samo pogovarjali, nekaterim smo pomagali na različne načine kot npr. vožnja vozička, pri hranjenju, nekateri pa so le potrebovali, da jih spomnimo, da imajo kakšno dejavnost v svojem programu. Spodaj pa so strnjeni naši pogledi in občutki ob prostovoljnem delu in krajši opisi tega dela:

»Obiski doma so bili zelo zanimiva in poučna izkušnja. Veliko sem se naučila iz pogovorov s stanovalci, imeli so ogromno raznovrstnih in poučnih življenjskih zgodb. Zaradi te izkušnje sem postala še bolj hvaležna za svoje zdravje in zdravje bližnjih.«

»Ob prostovoljnem delu v domu starejših občanov sem spoznala, kako mladi starejšim že z enim samim pogovorom polepšamo dan, mi pa od njih odnesemo presenetljive zgodbe in življenjske nasvete. Skozi delo sem se naučila veliko novega in menim, da bi ta izkušnja koristila prav vsakomur.«

»Prostovoljno delo v domu za starejše občane je koristna izkušnja, ki ne koristi le starejšim, ampak tudi prostovoljcem. S svojo izkušnjo sem lahko gradil odnose, izboljšal dan starejšim in se učil iz njihovih izkušenj, z njimi sem vzpostavil odnose, jim nudil čustveno podporo in družbo, kar je pomagalo zmanjšati njihov občutek izolacije in osamljenosti.«

»V domu starejših občanov Trnovo smo pomagali starejšim in se z njimi družili. Z njimi smo se pogovarjali in kartali. S tem prostovoljnim delom smo koristili starejšim, ki jim je naša družba polepšala dan in tudi sebi, saj smo tako pridobili nove izkušnje.«

»Vesela sem še za eno novo izkušnjo, kjer sem spoznala nešteto različnih zgodb starejših občanov. Med njimi so bili pesniki, umetniki, znanstveniki ter mnogi drugi občani, od katerih se lahko mnogo naučimo. V čast mi je, da sem lahko spoznala njihovo zgodbo.«

»Delo v domu za ostarele je bilo zanimivo in je spremenilo moj pogled na razmere, v kakršnih živijo upokoenci v naši državi.«

»Rada sem opravljala prostovoljno delo v domu, saj sem spoznala krasne osebe in izvedela zelo lepe, a tudi tragične življenjske zgodbe, ki mi bodo ostale za vedno v spominu.«

DOM STAREJŠIH OBČANOV ČRNUČE:

V domu starejših občanov v Črnučah smo odkrivali življenjske zgodbe stanovalcev. Dvakrat na teden smo spoznavali življenje mladih izpred 60 let. Stanovalci so obujali spomine na svojo mladost in svoje dogodivščine skozi življenje. Radi so poklepetali tudi o vsakdanjih temah, kot so branje knjig, gledanje televizijskih serij, iskanje poklicne poti... Poblizje smo spoznali bivanje v domu za starejše in dejavnostih tam, kot so telovadba, kartanje, maša, fizioterapija itd. Skupaj smo hodili na sprehode okoli doma in se sem pa tja tudi usedli za mizo in igrali kakšno družabno igro kot je Človek ne jezi se. Preživeli smo lepe, nasmejane trenutke in drug drugega tudi česa naučili.

DOM STAREJŠIH OBČANOV ŠIŠKA:

Od trenutka, ko smo prišli, so nas tako osebje kot stanovalci sprejeli s toplino in hvaležnostjo. Dom starejših občanov je kraj, kamor gredo starejši po oskrbo in podporo v svojih zlatih letih, hkrati pa je tudi kraj, kjer se lahko počutijo osamljene in od družbe pozabljene.

Vsak teden smo si s skupino 13 članov naredili načrt kdaj in kdo gre v dom, kajti omejitev je bila 4 ljudje (še vedno zaradi koronskih ukrepov in za varnost stanovalcev).

Naše naloge prostovoljcev so bile raznolike. Nekaj dni smo preprosto sedeli in klepetal s stanovalci ter poslušal njihove zanimive zgodovinske zgodbe in spomine. Ena izmed takih izkušenj je bila, ko nam je gospa pokazala celoten album slik njenih potovanj. Druga gospa nam je pripovedovala, kako so njo in njeno družino prisilno preselili v Nemčijo, kjer so se morali iz nič naučiti jezika in kulture. Drugi gospod nam je razlagal, kako je vojno prisilno služil v Rusiji, potem ko pa je prišel nazaj, so ga tukaj zaprli Italijani. Slišali smo veliko zgodb, se naučili, kako so ljudje živeli v Sloveniji po vojnem obdobju, slišali zgodbe iz druge svetovne vojne, o partizanih in mnogo več. Druge dni smo starejše peljali na sprehod, kakšno zapeli, jim brali. Večinoma smo pa pomagali pri zajtrku, kosilu in večerji. Kajti v tem domu je veliko ljudi, ki nimajo več sposobnosti samostojnega prehranjevanja. Delavci so nam tako zaupali, da smo jih mi hranili.

Vendar na žalost ni bilo vedno tako lepo. Ena najbolj ganljivih izkušenj, ki smo jih nekateri doživeli med prostovoljstvom, je bila, ko je ena izmed stanovalk doživela izpad, kajti kot mlada je bila v času okupatorjev zlorabljen. Veliko posameznikov v domu ima demenco in ona je bila ena izmed njih. Dejansko nismo mogli narediti nič, kajti tako delujejo možgani, ko

imaš tako bolezen in šele takrat se človek zaveda, kako hvaležni moramo biti za to kar imamo okoli sebe.

Ena izmed bolj žalostnih izkušenj je bilo delo v prvem nadstropju- na oddelku z demenco, kjer posamezniki niso razumeli popolnoma, kje so, zakaj so tam, ali so pa pozabili le kateri dan je. Tam je bila tudi meja, kamor nismo smeli- za hujše primere. Delavci so nas opozorili, da ko se pogovarjamo, moramo stanovalce vedno opozoriti, če pozabijo.

Zanimivo je bilo videti stvari, ki bi se jih morda lahko učili pri pouku biologije, npr. eden izmed stanovalcev je vsak drug dan hodil na dializo. Naučili smo se, katera zdravila potrebujejo in zakaj, in ob pogovoru s sestrami- zakaj se pojavijo različne bolezni. Spoznali smo tudi zgodbe zaposlenih, ki so premalo plačani (živijo z minimalno plačo), čeprav za našo družbo zelo poskrbijo, nas držijo skupaj in imajo na sebi zelo veliko odgovornost.

Na splošno je bilo prostovoljstvo v domu za ostarele neverjetno ganljiva izkušnja. Stanovalci so nas naučili toliko o odpornosti, ljubezni in pomenu človeške povezanosti. Hvaležni smo za priložnost, da smo lahko spremenili njihova življenja, in zagotovo so oni spremenili tudi naša.

Nekateri učenci so celo delali v obeh domovih in jih med sabo primerjali.

PRIMERJAVA DOMA ZA STAREJŠE V ČRNUČAH Z DOMOM V ŠIŠKI/DRAVLJAH
Dejavnosti, ki smo jih izvajali v teh dveh domovih, so se dokaj razlikovale. V Črnučah smo ure preživljali s klepetom na sprehodih in igranjem družabnih iger. V domu za starejše v Šiški pa smo videli tudi drugo plat življenja. Prišli smo v stik z ljudmi, ki niso bili zmožni pogovora ali enostavnega premikanja telesa. Mnogi smo se prvič znašli v vlogi prostovoljcev, ki so pomagali pri hranjenju stanovalcev, ki tega niso bili zmožni sami. Medtem ko smo v črnuškem domu preživeli le lahkotne, lepe trenutke, smo v Šiški stopili v stik tudi s težjimi. Odkrili smo, kako je življenje kot en sklenjen krog. Začne se z minimalnimi gibi, zvoki namesto govora in s tekočo oz. zmiksano hrano, s katero nas hranijo starši. Na koncu pa življenje mnoge spet pripelje na začetek, ko potrebujejo pomoč pri hranjenju, zaradi različnih bolezni oz. situacij niso več zmožni govora in dan večinoma preživijo v postelji. Po vsakem obroku (kosilo ali večerja) pa smo v Šiški radi tudi poklepetali s stanovalci, ki so bili pripravljeni in veseli pogovora. Opazili smo, da so se tako kot v črnuškem tudi tukaj starejši prilagodili bivanju v domu in da so mnogi tukaj našli tudi nove prijatelje. V obeh domovih so mnogi stanovalci imeli težko, delovno življenje in so se srečevali s problemi in ovirami. Vendar so imeli tudi lepe, srečne trenutke, ki so jih radi volje delili z nami. Oba domova sta nam pokazala različne plati življenja, ko si starejši, in nam dala izkušnje, ki so nas utrdile in jih ne bomo nikoli pozabili.

Prilagamo še nekaj fotografij prostovoljnega dela in pa druženja s stanovalci:















