

delovanju prilagojena starejšim osebam. Delo z njo je preprosto, saj sta potrebna le dva gumba, da si starostniki ogledajo različne vsebine, fotografije, pesmi, glasbo in filmske posnetke od dvajsetih do osemdesetih let dvajsetega stoletja. Starostniki si lahko ogledajo tudi posnetke iz svoje mladosti ali drugih obdobij, ki so jih doživeli. Posebna oblikovanost povišanja omogoča ogled v skupini, hkrati pa miza, pripovedovalka zgodb, s svojim videzom, ki bolj spominja na starejši tip televizorja, ne povzroča strahu pred sodobnimi računalniki. Uporabniki lahko komentirajo zgodbe ali pa zgodbe prebudijo spomine, kar vodi v živahne pogovore okrog mize, pripovedovalke zgodb. Pogovore lahko vodijo ali usmerjajo strokovno usposobljene osebe ali pa oskrbovanci domov sami. Miza, pripovedovalka zgodb, zbližuje ljudi in zmanjša socialno izoliranost ter z zabavnim urjenjem vpliva na izboljšanje spomina. Dodatno vrednost pomeni povezava s spletom, ki omogoča pridobivanje novega gradiva oziroma posredovanje gradiva novim uporabnikom. Interaktivna uporaba omogoča komentarje, posredovanje zgodb drugim »omizjem« in vzpostavljanje nove socialne mreže. Starejši ljudje so zakladnice izkušenj, informacij in zgodb, ki so se včasih prenašale ustno, danes pa jim tehnologija omogoča, da to vedenje delijo tudi z drugimi. Pripravljene so deliti svoje znanje, toda žal jim prepogosta izoliranost tega ne omogoča. S pomočjo vključevanja v socialne mreže uporabnikov in prijateljev pripovedovalk zgodb pa lahko svoje zaklade ne samo shranijo, ampak tudi posredujejo drugim.

Dr. Ellis izpostavlja tudi uporabnost avdiovizualnega gradiva pri spominski terapiji. Spominska terapija zahteva redna srečanja. Izkušnje pri bolnikih z Alzheimerjevo boleznijo in demenco pa kažejo, da se z uporabo spominske terapije upočasnjuje degradacija spomina, bolniki se lažje spopadejo z depresijo, ki je posledica izključevanja iz družbe zaradi bolezni, uspešna terapija pa omogoča njihovo ponovno vključevanje v družbo. Terapevti uporabljajo različno gradivo (od predmetov, fotografij do glasbenih posnetkov), vendar je uporaba

televizijskih posnetkov zaenkrat še omejena, kljub dejstvu, da je televizija predstavljala pomembno vlogo v prostem času od šestdesetih let naprej. Televizijski aparat je namreč zavzel v stanovanjskih objektih pomembno mesto in marsikomu je postal »mali hišni bog«. Toda dostop do televizijskega gradiva je še vedno v marsičem omejen, zato je cilj projekta *EUScreen* omogočiti uporabnikom dostop do gradiva za različne namene. Gradivo je namreč potrebno opremiti z ustreznimi podatki in zagotoviti primerna orodja, ki omogočajo iskanje po vsebini in ogled posnetkov.

V raziskovalnem smislu pa je televizijsko gradivo v pomoč tudi znanstvenikom, in sicer pri raziskavah procesov staranja, saj lahko posamezne televizijske zvezde in nastopajoče v oddajah spremljajo skozi dolga obdobja. Na ta način lahko raziskovalci pridobijo dragocene podatke in *EUScreen* se lahko za zdravstveno stroko izkaže kot velika zbirka podatkov, ki niso dostopni nikjer drugje.

DRUGI VIRI:

Ellis John (2010). *Why digitise and make available? What is all this for?* V: <http://www.slideshare.net/EUScreen/whats-it-all-for-rome-john-ellis> (sprejem 12. 9. 2011).

European Commission: Research & Innovation (2010).

Technology for people living with dementia. V: http://ec.europa.eu/research/star/index_en.cfm?p=423 (sprejem 12. 9. 2011)

Storytable (2005). *Alone? Or together on Storytable*. V: <http://waag.org/project/storytable> (sprejem 12. 9. 2011).

Waag Society. *The Storytable*. V: <http://www.storytable.com> (sprejem 12. 9. 2011).

Blaž Švab

Fidler Mateja (ur.) (2010). Pomagajo mi živeti. Prispevki stanovalcev in delovnih terapevtov domov starejših celjske in koroške regije. Ljubljana: Ministrstvo za zdravje, Sektor za zdravstveno varstvo ogroženih skupin prebivalstva, 115 str.

ZGODBE IZ CELJSKIH IN KOROŠKIH DOMOV ZA STARE LJUDI

»Delovni terapevt je tista gonilna sila v domovih, ki poskrbi, da starostniki preživijo dneve čim bolj

aktivno in da se čim bolj vključujejo v individualne obravnave in v vse ostale domske aktivnosti. Kakšno življenje bomo živeli v domski skupnosti v starosti, je veliko odvisno od nas samih. Sami si namreč v veliki meri krojimo dneve, mesece, leta..., zaposleni v takšnih institucijah pa moramo ljudem pomagati živeti, jim sladiti dneve, preživete v domu. Včasih so le pogovor, stisk roke, prijazen nasmeh ali pa topla beseda dovolj, da postane življenje lepo.» (str. 9)

Knjiga *Pomagajo mi živeti* je bila javnosti predstavljena 3. decembra 2010 v dvorani Ministrstva za javno upravo v Ljubljani. Nastala je na pobudo Aktiva delovnih terapevtov celjske in koroške regije pri Skupnosti socialnih zavodov Slovenije; njihova predstavnica in urednica knjige je Mateja Fidler. Knjigo so napisali stanovalci domov in delovni terapevti v domovih za stare ljudi celjske in koroške regije, kjer je dvajset takih zavodov. K sodelovanju se je odzvalo sedemnajst domov. S knjigo želijo avtorji na pozitiven način promovirati starost, domove in delovno terapijo. Glavne organizatorke projekta, ki so publikacijo predstavile tudi javnosti na tiskovni konferenci, so bile: Franja Ubiparipović iz Doma upokojencev Šmarje pri Jelšah, Maja Fidler iz Pegazovega doma v Rogaški Slatini, Zorica Špital iz Doma za varstvo odraslih Velenje, Saša Svetec iz Doma upokojencev Polzela in Jana Koželj iz Centra starejših Zimzelen, Topolšica.

Knjiga obsega osemnajst poglavij. V predgovoru Mateja Fidler predstavi delovno terapijo in pobude za nastanek knjige. Sledi predstavitev sedemnajstih zavodov, ki jih ločuje list z barvnimi motivi drevesnih listov. Vsako poglavje se začne s fotografijo doma, ki je predstavljen v nadaljevanju, sledijo zgodbe stanovalcev in nato prispevki delovnih terapevtk o poklicnem delu v domu. Iz vsakega doma je po eden ali več stanovalcev povedalo, zakaj so se odločili za odhod v dom in kako doživljajo svoje dneve v domu. Na platnici so kontaktni podatki zavodov.

Iz koroške regije so sodelovali: Dom za varstvo odraslih Velenje; Koroški dom starostnikov,

Črneče; Dom starejših na Fari, Prevalje; Dom Hmelina, Radlje ob Dravi; Koroški dom starostnikov, enota Slovenj Gradec; Čebela DV Karitas, Šentjanž na Dravskem polju in Center starejših Zimzelen, Topolšica. Sledijo domovi štajerske regije: Dom Sv. Jožef, Celje; Pegazov dom, Rogaška Slatina; Dom upokojencev Polzela; Dom starejših Laško; Dom upokojencev Šmarje pri Jelšah; Dom starejših Šentjur; PE center starejših Gornji grad; Špesov dom Vojnik; Dom Lipa, Štore in Dom Nine Pokorn, Grmovje.

Publikacija je namenjena tudi kot pripomoček ljudem, ki se odločajo za odhod v dom, da jim približa življenje v njem, svojcem stanovalcev in bodočih stanovalcev, prostovoljcem in zaposlenim v domu. Pisava je dovolj velika, da lažje berejo tudi tisti, ki slabše vidijo.

Za pokušino navajamo nekaj odlomkov iz pripovedi stanovalcev in delovnih terapevtov.

»Sem Veronika Kramar, stara 63 let. Zaradi bolezni oči sem se odločila, da grem živet v dom za ostarele. Bila sem zelo presenečena, ker so mi že ob prihodu vsi tako lepo pomagali. Zdaj sem v domu že tri leta in pol in ves ta čas mi vsi radi priskočijo na pomoč. Ker nič ne vidim, me vodijo po hiši. Če gremo na sprehod, mi navadno pomagajo študenti ali dijaki, ki mi v prostem času tudi kaj preberejo. Opisujejo mi naravo in krajevne znamenitosti, spoznavam življenje v kraju, s pomočjo radia pa sledim dogajanju v svetu. Tako si lažje predstavljam kako zgleda okolje, v katerem živim. S stanovalko si medsebojno pomagava. Ona me vodi na telovadbo in v jedilnico, jaz pa ji pomijem kakšno posodo ali opomnim, koliko je ura in kam morava iti. Obiskuje me tudi prostovoljka Špela, ki prinaša sveže novice iz življenja mladih, s katerimi se rada družim. Vsak dan hodim k telovadbi, da nekoliko razgibam svoje telo in se potem dobro počutim. Udeležujem se tudi vseh drugih aktivnosti, ki jih ni malo. Ter prireditev, ki mi polepšajo popoldneve. Največ pomoči nam nudijo medicinske sestre in negovalke. Če ima

kdo kakšno poškodbo, okvaro ali težavo, nam s terapijo pomagajo zelo prijazne terapevtke.

V domu se zelo dobro počutim, saj imam z vsemi stanovalci dobre prijateljske odnose. Vendar globoko v srcu še vedno čutim malo domotožja, a vseeno je Dom za varstvo odraslih v Velenju moj drugi dom!« (Veronika Kramar, stanovalka Doma za varstvo odraslih iz Velenja, str. 15)

»Vsak človek, ki pride na svet, želi najti dom, malo varnosti in človeške topline. V starosti je dovolj časa, da na tiho prebiramo svoj življenjski roman. Ko pojenja življenjska moč, pride občutek ponižanja, sploh, če postanemo odvisni od drugih. Pridejo dnevi, ko sem čisto brez volje, ni mi za nič na svetu, in takrat si rečem: 'Bodi zadovoljna, da se lahko postaviš na noge, občuduješ prekrasno naravo, rože, poklepetas s sostanovalci in imaš dom z imenom Pegazov dom.' Zaposleni so prijazni in če se le da, nam izpolnijo vsako željo in prošnjo.» (Anica Lesjak, stanovalka Pegazovega doma iz Rogaške Slatine, str. 17)

»Zaradi posledic prometne nesreče nisem mogla samostojno živeti, zato sem morala v Dom upokojencev Polzela. Ker sem bila nepokretna, je bilo potrebno veliko truda, da sem se usposobila za hojo in ostale dnevne aktivnosti. Pri tem se moram terapevtom zahvaliti za zelo prizadevno terapijo, saj so me usposobili, da sem drugič v življenju shodila. Seveda je treba še veliko potrpljenja z nami, da bomo lahko pridno skrbeli za našo stabilnost, ki je velik doprinos za boljše počutje. Udeležujem se vsakodnevne telovadbe, ki je skrbno načrtovana. Brez teh telovadb bi marsikdo obležal v postelji nepokreten. Zahvaljujem se prizadevnim terapevtom, ki se trudijo, da pomagajo iz težav, ki jih prinaša življenje.» (Ana Vošnjak, stanovalka Doma upokojencev Polzela, str. 46)

Vse pripovedi stanovalcev v domovih na Štajerskem in Koroškem govorijo, kako jim delovni terapevti in ostalo osebje, ki je zaposleno v domovih, pomaga živeti. Pomagajo jim pri prilagajanju na nov način življenja, pri vsakdanjih opravilih, pri osebni oskrbi in prostočasnih

dejavnostih. Kakovost življenja je povezana s čim večjo osebno samostojnostjo pri opravljanju vsakdanjih opravil, pri čemer ima delovni terapevt pomembno vlogo.

Delovni terapevti pa opisujejo svoje delo:

»Življenje si krojimo sami. Kako si ga prikrojimo, je odvisno od vsakega človeka samega. Na svoji življenjski poti srečujemo take in drugačne ljudi. Hvala bogu, da nam je dana možnost izbire, s katerimi bomo delili to naše bivanje na Zemlji. Tudi v starosti. Upam in želim, da je v ustanovah, kot so domovi upokojencev, dovolj medčloveške topline za pomoč v življenju.» (Franja Ubiparipovič, str. 59)

»Ena od velikih skrivnosti življenja je, da je zares vredno le tisto, kar naredimo za druge.» (Lewiss Carroll)

Delati v centru starejših je zelo raznoliko. Toliko različnih obrazov, različnih življenjskih zgodb, a skupno jim je to, da vsi potrebujejo toplino človeka, prijazno besedo in z veseljem delijo svoje življenjsko znanje in modrosti. Vesela sem, ker mi s svojo toplino in dobrosrčnostjo pomagajo pri tem, da z zbiranjem njihovih izkušenj postajam boljši človek.» (Janja Koželj, str. 65)

Prispevki delovnih terapevtov izražajo medsebojno pomoč, timsko delo in vzajemnost vseh, ki se srečujejo pod streho doma, ter usmeritev v to, da bi čim bolj zadovoljili potrebe in želje vsakega v domu. Poudarek je tudi na staranju z invalidnostjo; invalidom je treba nameniti več pomoči, ker so še posebej socialno ogroženi in pomoči potrebni.

Na konferenci je sodeloval tudi gledališki igralec in pesnik Tone Kuntner, ki je s prebiranjem citatov iz knjige zelo poživil predstavitev. Po predstavitvi je potekala razprava, v kateri je izstopalo spoznanje, da bi bilo potrebno prenesti delovno terapijo tudi na domove starejših ljudi in jim pomagati doma na podoben način, kakor je to v domovih za stare ljudi, saj je večina starih ljudi v domači oskrbi in ti imajo ustavno pravico do enakih možnosti, kakor tisti, ki so nastanjeni v domovih za stare ljudi.

Slavica Valenčak in Jože Ramovš